

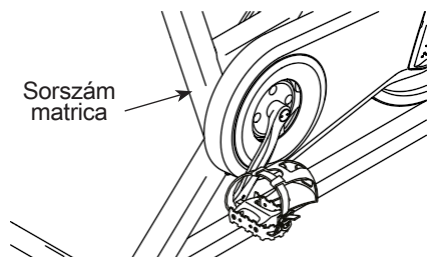
PRO-FORM[®]

PRO TRAINER 500

Modellszám: PFEX30124-INT.0

Sorozatszám. _____

Írja a sorozatszámot a fenti helyre a hivatkozáshoz.



Forgalmazó

Gyártóként, arra törekszünk, hogy vásárlóink minden igényét kielégítsük.

Ha van kérdése, vagy ha hiányzó, esetleg sérült alkatrészek a termékben, kérem, keresse fel azt a helyet, ahol a terméket vásárolta.

FORGALMAZÓ:

Sport8 Hungary Kft.
1118 Bp. Fehérvári út 168-178.
+36 1 877 4841
www.sport8.hu

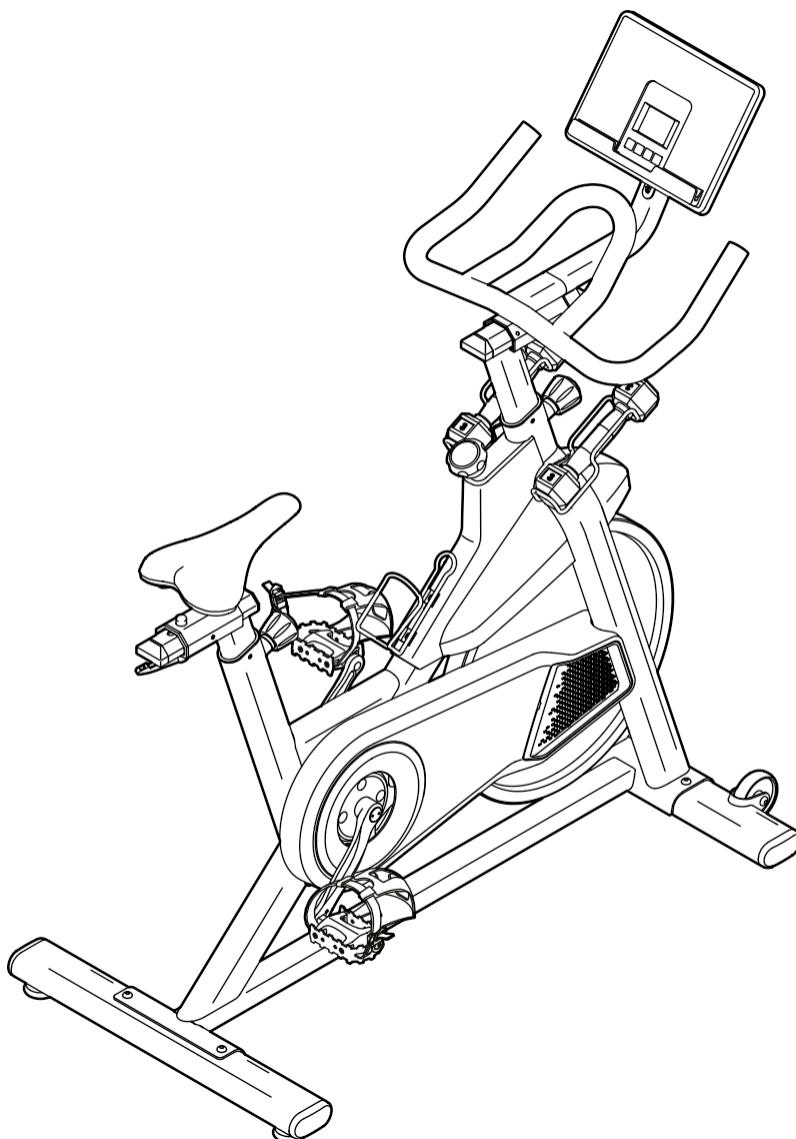
Szerviz elérhetőség:

+36205050828
szerviz@sport8.hu

⚠ VIGYÁZAT

A berendezés használata előtt olvassa el a jelen kézikönyvben található összes óvintézkedést és utasítást. Tartsa meg ezt a kézikönyvet a későbbi használatra.

HASZNÁLATI KÉZIKÖNYV



TARTALOMJEGYZÉK

FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK.....	3
FIGYELMEZTETŐ MATRICA ELHELYEZÉSE.....	4
MIELŐTT ELKEZDENÉ.....	5
ALKATRÉSZ-AZONOSÍTÓ TÁBLÁZAT.....	6
ÖSSZESZERELÉS.....	7
HOGYAN KELL HASZNÁLNI AZ EDZŐKERÉKPÁRT.....	13
A KONZOL HASZNÁLATA.....	15
KARBANTARTÁS ÉS HIBAE LHÁRÍTÁS.....	20
EDZÉSI IRÁNYELVEK.....	22
RÉSZLISTÁK.....	25
ROBBANÁSI RAJZ.....	26
CSEREALKATRÉSZEK RENDELÉSE.....	Hátsó borító
ÚJRAHASZNOSÍTÁSSAL KAPCSOLATOS INFORMÁCIÓK.....	Hátsó borító
UK/EU MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT.....	Hátsó borító

A PROFORM és az IFIT az iFIT Inc. bejegyzett védjegyei. Az App Store az Apple Inc. védjegye, az Egyesült Államokban és más bejegyezve. Az Android és a Google Play a Google LLC védjegyei. A Bluetooth® szóvédjegy és logók a Bluetooth SIG, Inc. bejegyzett védjegyei, és licenc alapján használatosak. Az IOS a Cisco védjegye vagy bejegyzett védjegye az Egyesült Államokban és más országokban, és licenc alapján használatos.

FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK



FIGYELMEZTETÉS:

A súlyos sérülések kockázatának csökkentése érdekében, mielőtt használná az , olvassa el a jelen kézikönyvben található összes fontos óvintézkedést és utasítást, valamint az edzőkeréken található összes figyelmeztetést. iFIT nem vállal felelősséget a termék használata során vagy annak használata elszenvedett személyi sérülésekért vagy anyagi károkért.

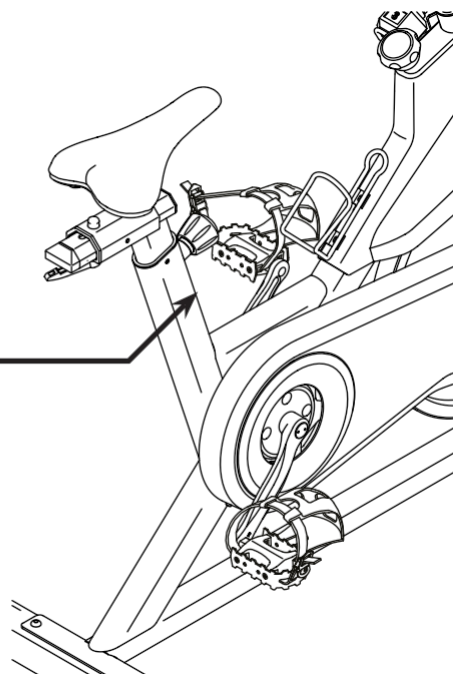
1. A tulajdonos felelőssége annak biztosítása, hogy az edzőkerékpár minden felhasználója megfelelő tájékoztatást kapjon az óvintézkedésekről.
2. A 16 év alatti gyermekeket és a háziállatokat mindig tartsa távol az edzőkerékpártól.
3. Bármilyen edzésprogram megkezdése előtt konzultáljon egészségügyi szolgáltatójával. Ez különösen fontos a 35 év feletti vagy a már meglévő egészségügyi problémákkal küzdő személyek esetében.
4. A terhesség alatt bármilyen edzésprogram megkezdése vagy folytatása előtt konzultáljon egészségügyi szolgáltatójával. Az edzőkerékpárt csak az egészségügyi szolgáltatója által engedélyezett módon használja.
5. Az edzőkerékpár nem használható csökkent fizikai, érzékszervi vagy szellemi képességekkel rendelkező, illetve tapasztalat és ismeretekkel nem rendelkező személyek számára, kivéve, ha a biztonságukért felelős személy felügyeli vagy oktatja őket az edzőkerékpár használatára vonatkozóan.
6. Az edzőkerékpárt csak a jelen kézikönyvben leírtak szerint használja.
7. Az edzőkerékpár kizárólag otthoni használatra készült. Ne használja az edzőkerékpárt kereskedelmi, bérleti vagy intézményi környezetben.
8. Tartsa az edzőkerékpárt beltérben, nedvességtől és portól védve. Ne tegye az edzőkerékpárt garázsba vagy fedett teraszra, illetve víz közelébe.
9. Helyezze az edzőkerékpárt egy sík felületre, és helyezzen alá egy szőnyeget a padló védelmére, vagy szőnyeg. Győződjön meg arról, hogy legalább 0,6 m (2 láb) szabad tér van az edzőkerékpár körül.
10. Minden egyes alkalommal, amikor az edzőkerékpárt használja, ellenőrizze és megfelelően húzza meg az összes alkatrészt. Az elhasználódott alkatrészeket azonnal cserélje ki. Csak a gyártó által szállított alkatrészeket használja.
11. Edzés közben viseljen megfelelő ruházatot; ne viseljen olyan bő ruhát, amely beakadhat az edzőkerékpárba. A lábfej védelme érdekében mindig viseljen sportcipőt.
12. Az edzőkerékpárt nem használhatják 114 kg-nál (250 fontnál) nehezebb személyek.
13. Legyen óvatos, amikor fel- és leszereli az edzőkerékpárt.
14. Az edzőkerékpár használata közben mindig tartsa egyenesen a hátát; ne görbítse meg a hátát.
15. Az edzőkerék nem rendelkezik szabadonfutóval; a pedálok addig mozognak, amíg a lendkerék meg nem áll. Csökkentse a pedálozási sebességet ellenőrzött módon.
16. A lendkerék gyors leállításához nyomja lefelé a fékgombot.
17. A fékbetét sérülésének elkerülése érdekében ne kenje be a fékbetétet.
18. A túlzott gyakorlás súlyos sérülést vagy halált okozhat. Ha ájulást érez, ha légszomja lesz, vagy ha fájdalmat érez edzés közben, azonnal hagyja abba, és hűtse le magát.

FIGYELMEZTETŐ MATRICA ELHELYEZÉSE

Ez a rajz mutatja a figyelmeztető matrica(k) helyét (helyeit). Ha valamelyik matrica hiányzik vagy olvashatatlan, lásd a jelen útmutató első borítóját. Kérjük, cserélje ki a matricát a felüljelölt helyre. Megjegyzés: A matrica(k) nem biztos, hogy tényleges méretben látható.

WARNING

- Misuse may result in serious injury.
- Read user's manual prior to use and follow all warnings and instructions.
- Do not allow children on or around.
- Not suitable for high accuracy purposes.
- Always use on a level surface.
- Pedals continue to spin when you stop pedaling.
- Spinning pedals can cause injury.
- Reduce pedal speed in a controlled manner.
- Stop pedals and use care when mounting or dismounting.
- Lock or set resistance to maximum when not using.
- User weight must not exceed 250 lbs./114 kg.
- Replace this label if damaged, illegible or removed.

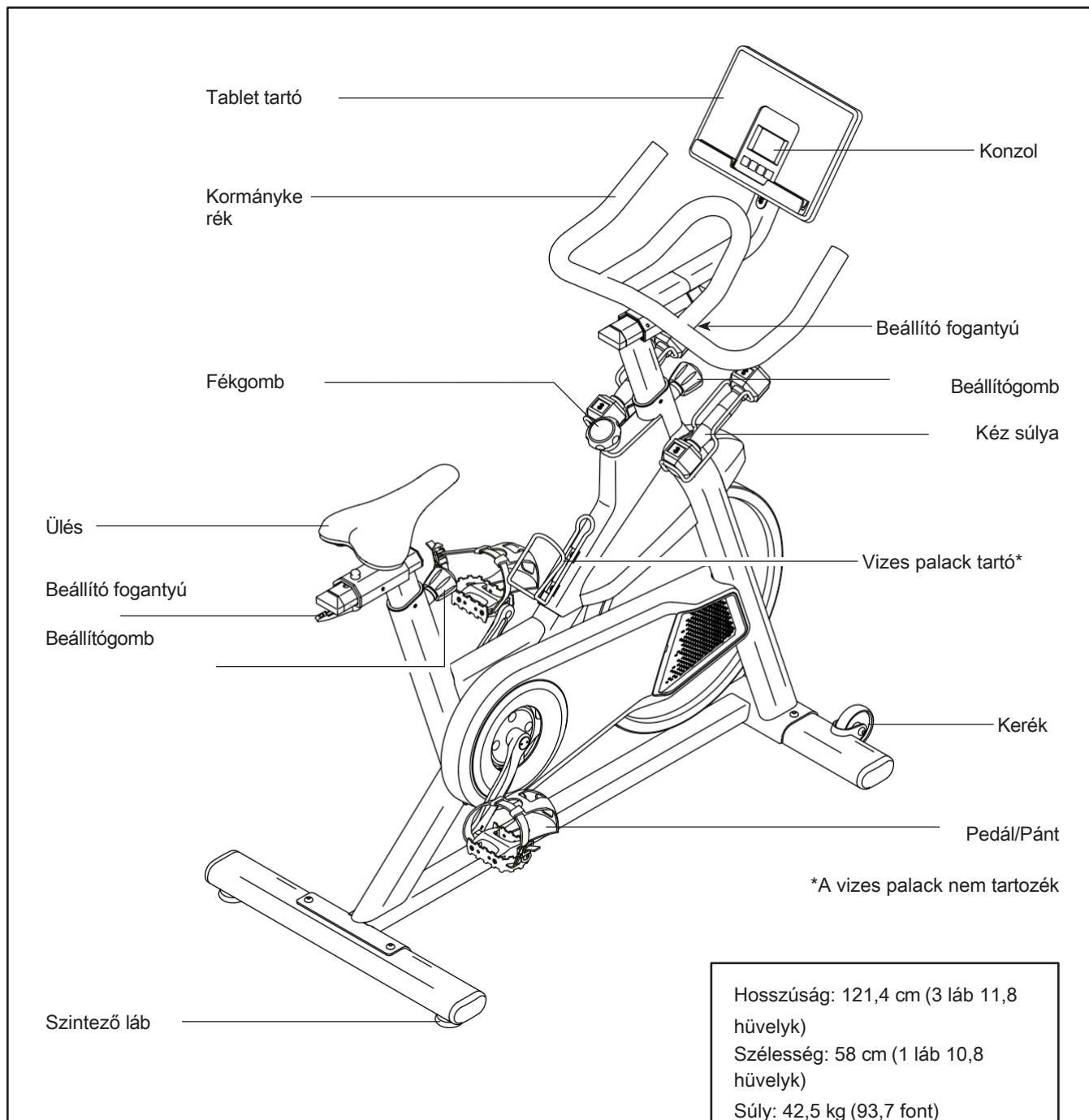


MIELŐTT ELKEZDENÉD

Köszönjük, hogy az új PROFORM® PRO TRAINER 500 edzőkerékpárt választotta. A kerékpározás hatékony edzés a szív- és érrendszeri fittség növelésére- a test erőnlétét, az állóképesség építését és a test tónusának erősítését. A PRO TRAINER 500 edzőkerékpár számos olyan funkciót kínál, amelyek célja, hogy hatékonyabbá és élvezetesebbé tegye az otthoni edzéseket. Az Ön érdekében olvassa el figyelmesen ezt a kézikönyvet, mielőtt használja az edzőkerékpárt. Ha kérdései vannak a

a jelen kézikönyv olvasása során, kérjük, tekintse meg a kézikönyv elülső borítóját. Annak érdekében, hogy segíthessünk Önnek, jegyezze fel a termék modellszámát és sorozatszámát, mielőtt kapcsolatba lép velünk. A modellszám és a sorozatszám matrica helye a kézikönyv elülső borítóján található.

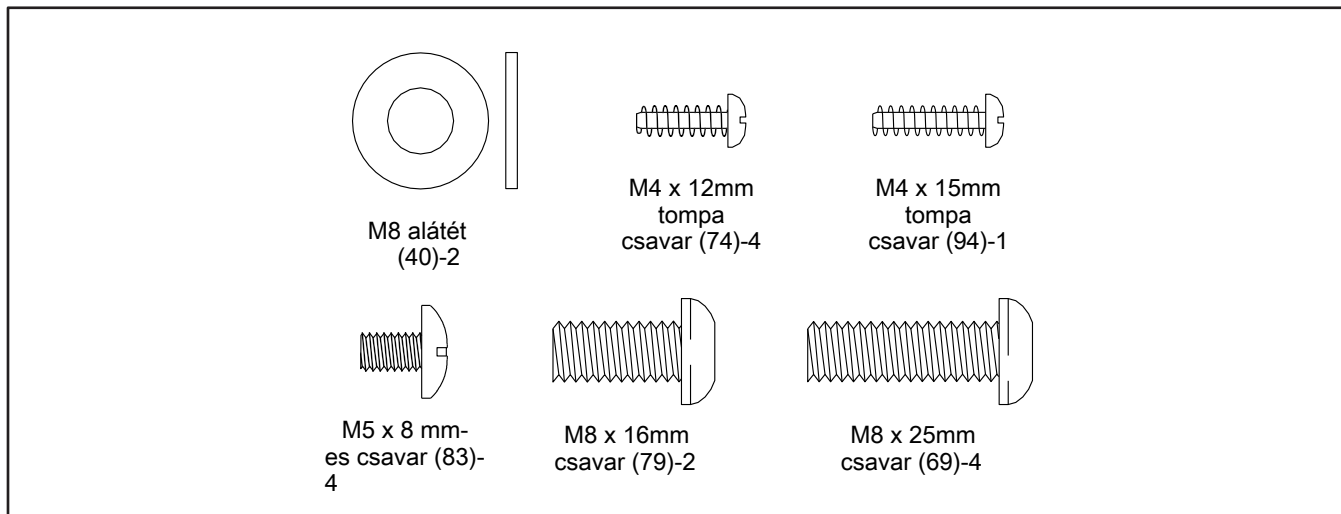
Mielőtt tovább olvasna, kérjük, ismerkedjen az alábbi rajzban megjelölt alkatrészekkel.



ALKATRÉSZA-ZONOSÍTÁS TÁBLÁZAT

Az alábbi rajzok segítségével azonosítsa az összeszereléshez szükséges kis alkatrészeket. Az egyes rajzok alatt zárójelben

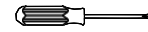
lévő szám az alkatrész kulcsszáma a kézikönyv végén található RÉSZLISTÁBÓL. A kulcsszámot követő szám az összeszereléshez szükséges mennyiség. Megjegyzés: Ha egy alkatrész nem szerepel a hardverkészletben, ellenőrizze, hogy előszerelték-e. Előfordulhat, hogy extra alkatrészeket tartalmaz.



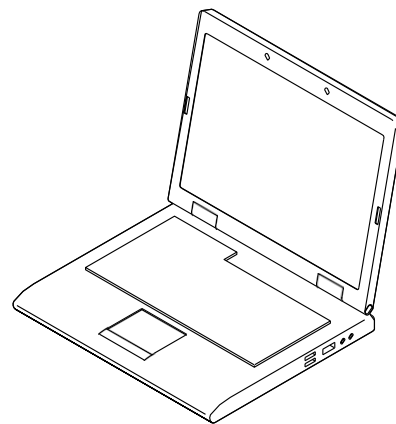
ÖSSZESZERELÉS

- Az összeszereléshez két személyre van szükség.
- Helyezze az összes alkatrészt egy tisztított helyre, és távolítsa el a csomagolóanyagot. Ne dobja ki a csomagolóanyagot anyagát, amíg nem fejezte be az összes összeszerelési lépést.
- A bal oldali részek "L" vagy "Left", a jobb oldali részek pedig "R" vagy "Right" jelöléssel vannak ellátva.

- A mellékelt szerszám(ok)on kívül az összeszereléshez a következő szerszám(ok) szükséges(ek):
egy Phillips csavarhúzó
egy gumikalapács

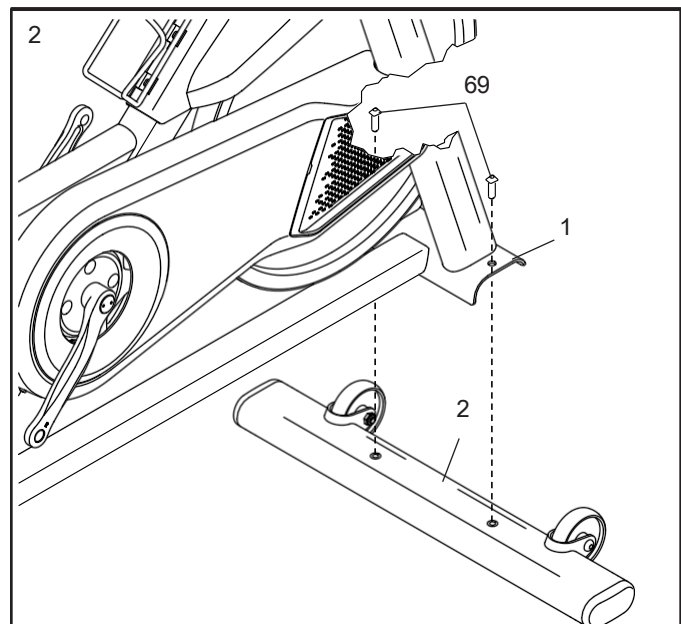


Az összeszerelés könnyebb lehet, ha van egy csavarkulcskészlete. Az alkatrészek sérülésének elkerülése érdekében ne használjon elektromos szerszámokat.

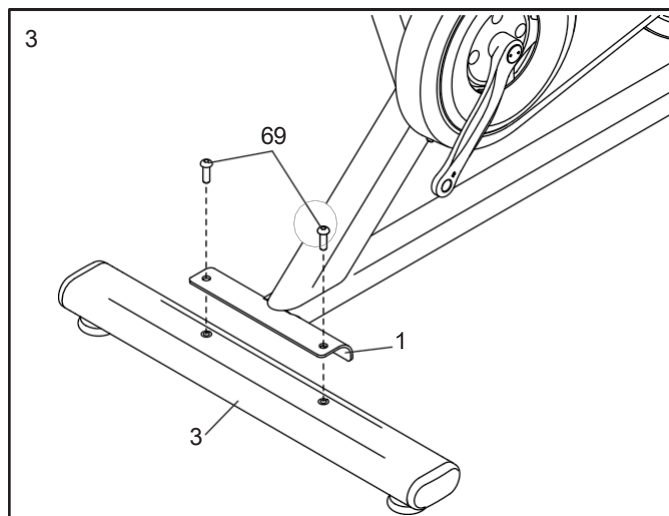


2. Ha a váz (1) elejére és hátuljára szállítási csövek vannak rögzítve (a képen nem láthatóak), távolítsa el a szállítási csöveket rögzítő csavarokat, és távolítsa el a csavarokat és a szállítási csöveket.

Az első stabilizátort (2) a képen látható módon igazítsa ki. Rögzítse az első stabilizátort a kerethez (1) két M8 x 25 mm-es csavarral (69).



3. Rögzítse a hátsó stabilizátort (3) a kerethez (1) két M8 x 25 mm-es csavarral (69).

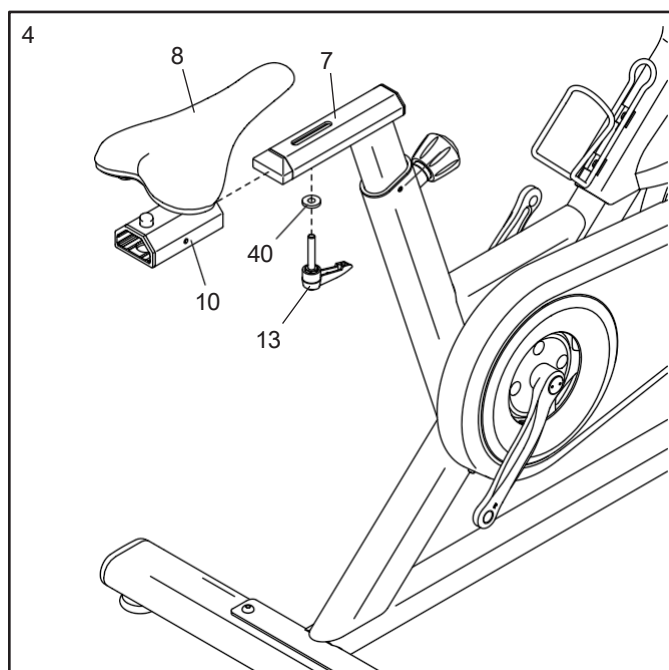


4. Csúsztassa az üléskocsit (10) az ülésoszlopra (7).

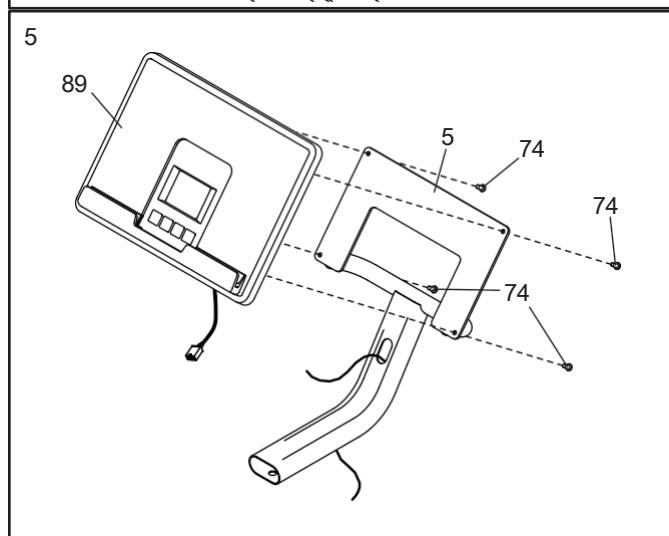
Ezután csúsztasson egy M8-as alátétet (40) a beállító fogantyúra (13), helyezze a beállító fogantyút felfelé az ülésoszlopba (7), és húzza be a beállító fogantyút az üléskocsiba (10).

Megjegyzés: A beállító fogantyú (13) úgy működik, mint egy racsní. Fordítsa a beállító fogantyút a kívánt irányba, húzza lefelé, fordítsa az ellenkező irányba, tolja felfelé, majd fordítsa el ismét a kívánt irányba. Ismételje meg ezt a folyamatot annyiszor, ahányszor szükséges.

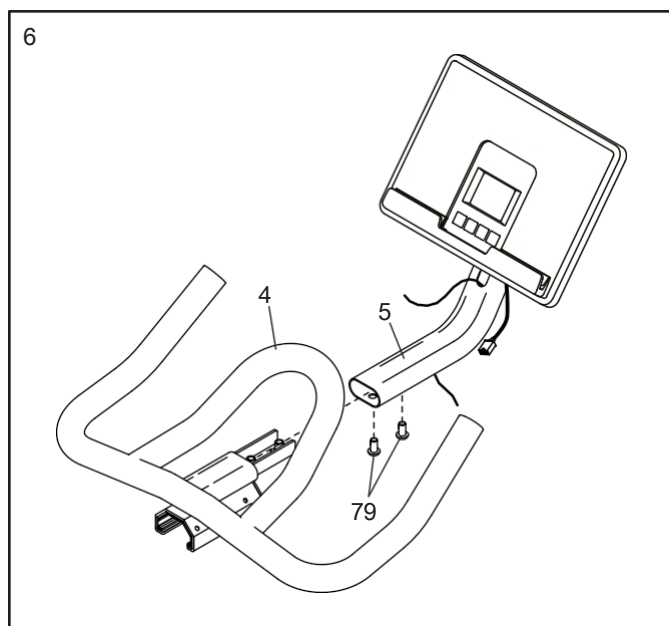
Megjegyzés: Az ülés (8) beállításához az edzőkerékpár összeszerelése után lásd a 13. és 14. oldalt.



5. Csatlakoztassa a konzolfedelelet (89) a konzolrögzítőhöz (5) négy M4 x 12 mm-es tompa csavarral. (74); **indítsa el mind a négy tompa csavart, majd húzza meg őket.**



6. Csúsztassa a konzol tartóját (5) a kormányra. (4). Rögzítse a konzol tartóját két M8 x 16 mm-es csavarral (79).



7. Távolítsa el a felső vezeték (90) a kerethez (1) rögzítő műanyag kötőelemet (nem látható).

Ezután tartsa a kormányt (4) a kormányoszlop (9) közelében, és vezesse át a felső vezeték (90) a kormányon az ábrának megfelelően.

Kerülje a felső vezeték (90) becsípését. Csúsztassa a kormányrudat (4) a kormányoszlopra (9).

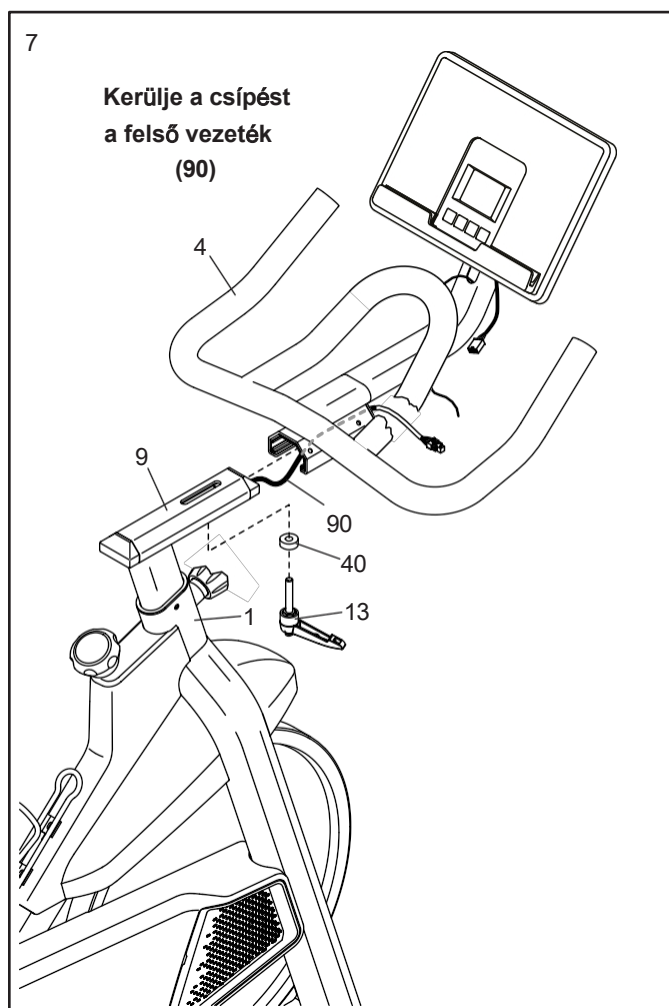
Ezután csúsztasson egy M8-as alátétet (40) a beállító fogantyúra (13), helyezze a beállító fogantyút felfelé a kormányoszlopba (9), és húzza be a beállító fogantyút a kormányba (4).

Megjegyzés: A beállító fogantyú (13) úgy működik, mint egy racsní. Fordítsa a beállító fogantyút a

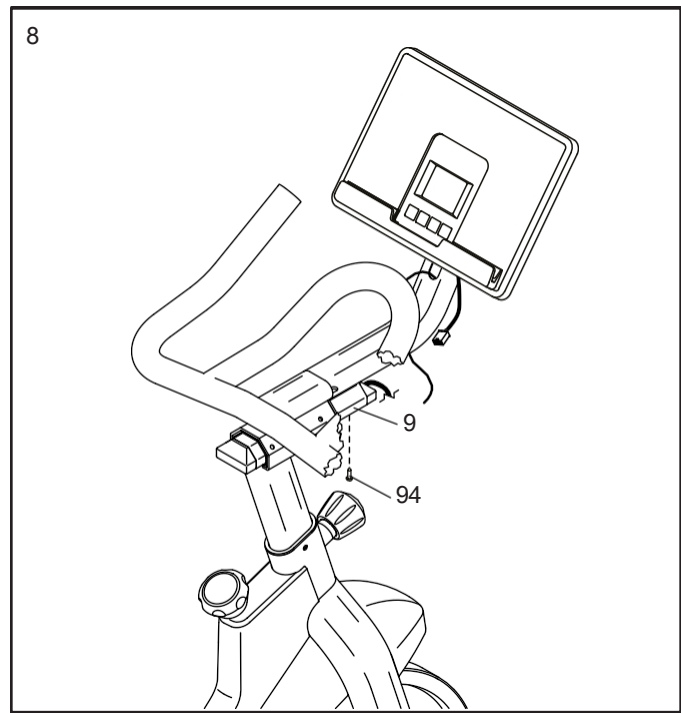
kívánt irányba, húzza lefelé, fordítsa az ellenkező irányba, tolja felfelé, majd

fordítsa el ismét a kívánt irányba. Ismételje meg ezt a folyamatot annyiszor, ahányszor szükséges.

Megjegyzés: A kormány (4) beállításához az edzőkerékpár összeszerelése után lásd a 13. oldalt.

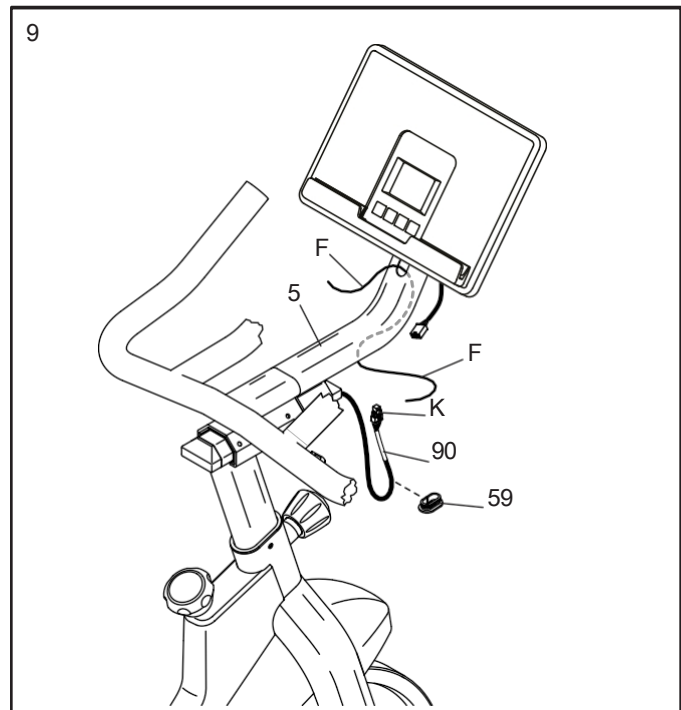


8. Húzza meg az M4 x 15 mm-es tompa csavart (94) a kormányoszlop (9) alján.



9. Keresse meg a kábelkötegelőt (F) a konzol tartójának (5) belsejében. Kösse a drótkötegelő alsó végét a felső vezetékhez (90). Ezután húzza meg a drótkötegelő felső végét, amíg a felső vezeték át nem vezethető a konzolfogalaton.

Ezután csúsztasson egy tömítőgyűrűt (59) a felső vezetékre (90), és nyomja a tömítőgyűrűt a konzol tartójának (5) alsó oldalába.

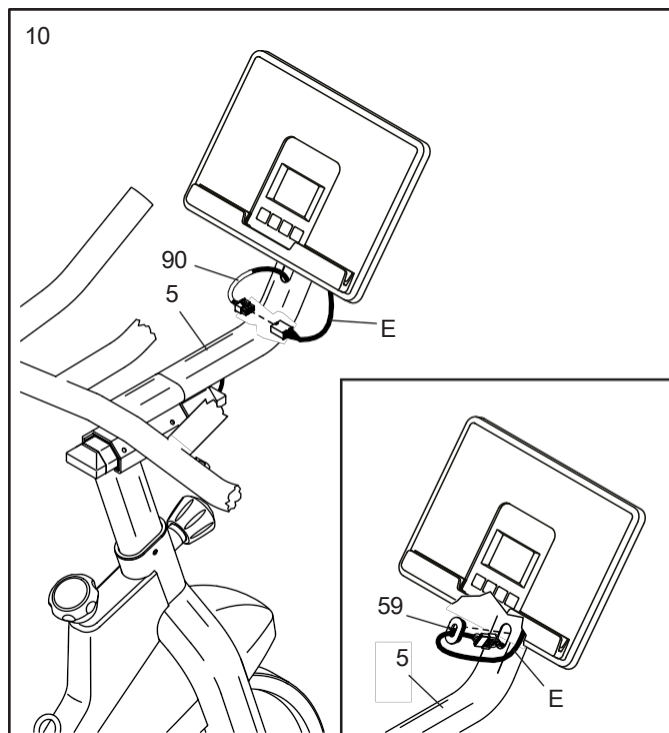


10. Csatlakoztassa a felső vezetékét (90) a konzol vezetékéhez (E).

A vezetékcsatlakozóknak könnyen össze kell csúszniuk, és hallható kattanással a helyükre kell pattanniuk. Ha nem, fordítsa el az egyik csatlakozót, és próbálja meg újra. A csatlakozókat megfelelően kell csatlakoztatni ahhoz, hogy a konzol megfelelően működjön.

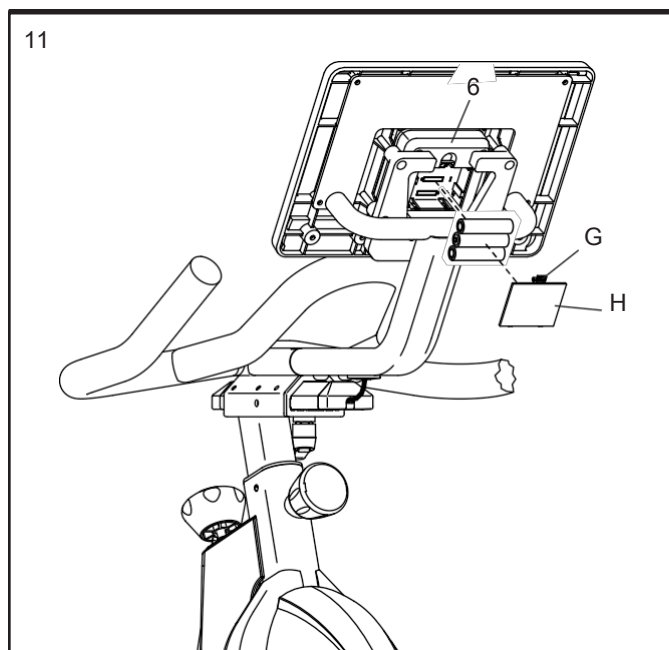
Ezután helyezze be a csatlakozókat a konzol tartójába (5).

Lásd a mellékelt rajzot. Csúsztassa be a tömlőnyílást (59) a konzol vezetékére (E), és nyomja a tömítőgyűrűt a konzolrögzítőbe (5).



11. A konzol (6) három AA elemet igényel (nem ártozék); alkáli elemek használata ajánlott. Ne használjon együtt régi és új elemeket, illetve alkáli, normál és újratölthető elemeket. FONTOS: Ha a konzol hideg hőmérsékletnek volt kitéve, hagyja, hogy szobahőmérsékletre melegedjen, mielőtt behelyezné az elemeket. Ellenkező esetben károsíthatja a konzol kijelzőit vagy más elektronikus alkatrészeket.

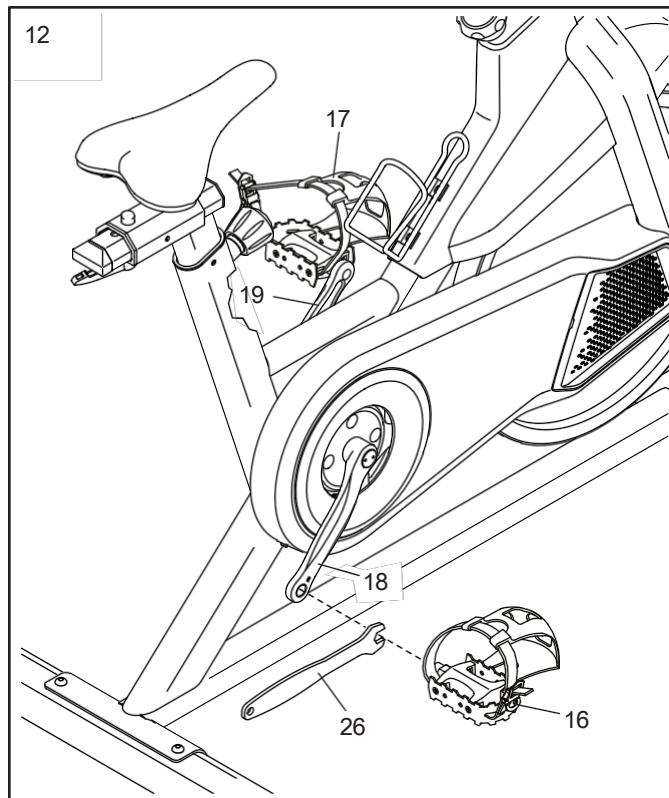
Nyomja meg az akkumulátorfedél (H) fülét (G), és vegye le az akkumulátorfedeleket. Ezután helyezzen be három az elemtartóba; ügyeljen arra, hogy az elemeket az elemtartó belsejében lévő diagramoknak megfelelően igazítsa. Ezután helyezze vissza az elemtartó fedelelet.



12. Azonosítsa a jobb pedált (16). Az ujjai segítségével fordítsa el a jobb pedált az óramutató járásával megegyező irányba körülbelül félig a jobb forgattyúkarban (18). Ezután a mellékelt pedálkulccsal (26) **szorítsa meg erősen** a jobb pedált.

Ugyanígy rögzítse a bal pedált (17) a bal kurblikarhoz (19).

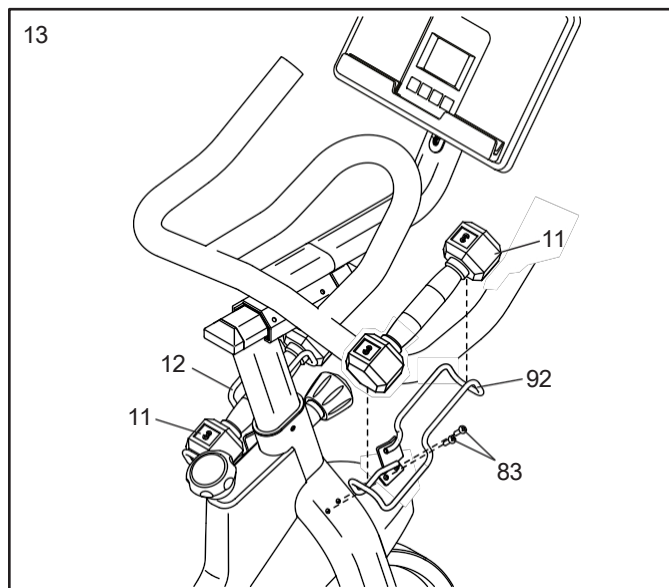
FONTOS: A bal oldali pedált a rögzítéshez ellentétes irányban kell elfordítania.



13. A megfelelő súlypihenő meghatározása (92). Rögzítse a jobb oldali súlytartót a kerethez (1) két M5 x 8 mm-es csavarral (83).

Ugyanígy rögzítse a bal oldali súlytartót (12).

Ezután állítsa be a kézi súlyokat (11) a súlytartókba (12, 92).

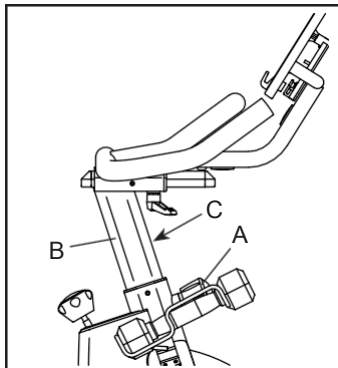


14. Az edzőkerékpár összeszerelése után ellenőrizze, hogy helyesen van-e összeszerelve, megfelelően működik-e, és hogy minden alkatrész megfelelően meg van-e húzva. Lehet, hogy a készülékhez extra alkatrészek tartoznak. A padló vagy a szőnyeg védelme érdekében helyezzen szőnyeget az edzőkerék alá.

HOGYAN KELL HASZNÁLNI A KERÉKPÁRT

A KORMÁNY MAGASSÁGÁNAK BEÁLLÍTÁSA

A kormány magasságának beállításához először lazítsa meg néhány fordulatra a jelzett állítógombot (A), és húzza kifelé. Ezután csúsztassa a kormányoszlopot (B) felfelé vagy lefelé a kívánt pozícióba. Ezután engedje be a beállítógombot a kormányrúd egyik beállítófuratába (C).

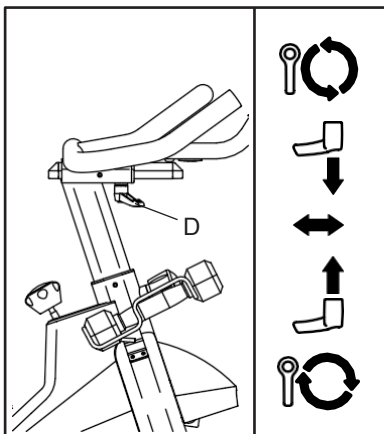


dlebar oszlopot, és húzza meg a beállítógombot. **Mozgassa a**

a kormányoszlopot kissé felfelé vagy lefelé, hogy győződjön meg arról, hogy a beállítógomb be van-e fogva egy beállítónyílásban.

A KORMÁNY VÍZSZINTES BEÁLLÍTÁSA

A kormány vízszintes helyzetének beállításához először lazítsa meg a jelzett beállító fogantyút. (D) néhány fordulat. Ezután mozgassa a kormányt előre vagy hátra, és húzza meg erősen a beállító fogantyút.

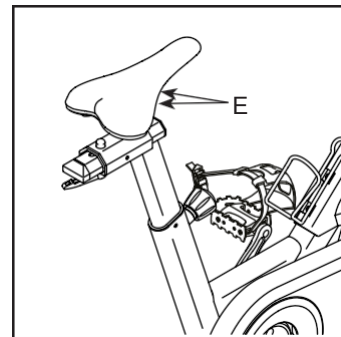


Megjegyzés: A beállító fogantyú (D) úgy működik, mint egy racsní. Fordítsa el a beállító fogantyút a kívánt irányba, húzza lefelé, fordítsa el az ellenkező irányba, nyomja felfelé, majd fordítsa el ismét a kívánt irányba. Ismételje meg ezt a folyamatot annyiszor, ahányszor szükséges.

AZ ÜLÉS SZÖGÉNEK BEÁLLÍTÁSA

Az ülés szögét a legkényelmesebb pozícióba állíthatja.

Az ülés beállításához először lazítsa meg az anyákat. (E) az ülésbilincsre. Ezután döntse az ülést felfelé vagy lefelé, illetve csúsztassa az ülést előre vagy hátra a kívánt pozícióba. Ezután húzza meg újra az anyákat.

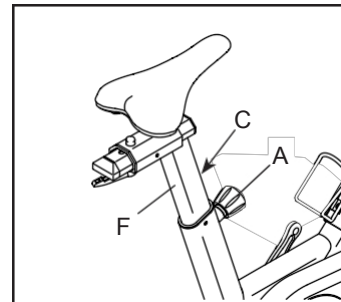


AZ ÜLÉS MAGASSÁGÁNAK BEÁLLÍTÁSA

A hatékony gyakorlás érdekében az ülésnek megfelelő magasságban kell lennie. Pedálozás közben a térdnek enyhén be kell hajolnia, amikor a pedálok a legalacsonyabb helyzetben vannak.

Az ülés magasságának beállításához először lazítsa meg a jelzett állítógombot (A). néhány fordulatot, és húzza kifelé. Ezután csúsztassa a nyeregcsövet (F) felfelé vagy lefelé a kívánt pozícióba. Ezután engedje el a beállítási gombot

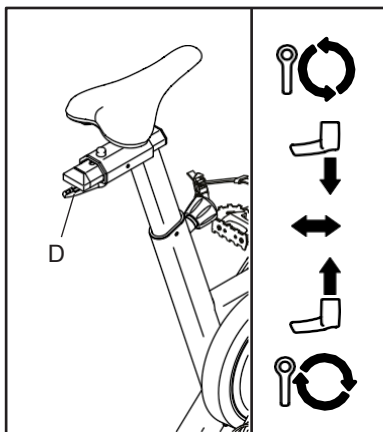
a nyeregcső egyik beállítási furatába (C), és húzza meg a beállítási gombot. **Mozgassa az ülésoszlopot kissé felfelé vagy lefelé, hogy megbizonyosodjon arról, hogy a beállítógomb egy beállítónyílásban van.**



AZ ÜLÉS VÍZSZINTES BEÁLLÍTÁSA

Az ülés előre vagy hátra állítható, hogy növelje a kényelmet, vagy hogy beállítsa a kormánytól való távolságot.

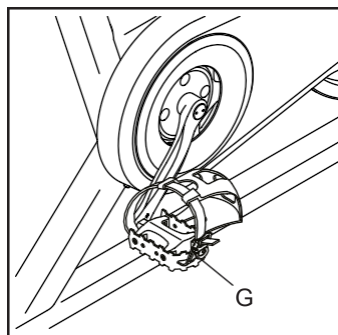
Az ülés vízszintes helyzetének beállításához először lazítsa meg néhány fordulatra a jelzett beállítási fogantyút (D). Ezután mozgassa az ülést előre vagy hátra, és húzza meg erősen a beállító fogantyút.



Megjegyzés: A beállító fogantyú (D) úgy működik, mint egy racsní. Fordítsa el a beállító fogantyút a kívánt irányba, húzza lefelé, fordítsa el az ellenkező irányba, nyomja felfelé, majd fordítsa el ismét a kívánt irányba. Ismételje meg ezt a folyamatot annyiszor, ahányszor szükséges.

A PEDÁLOK HASZNÁLATA

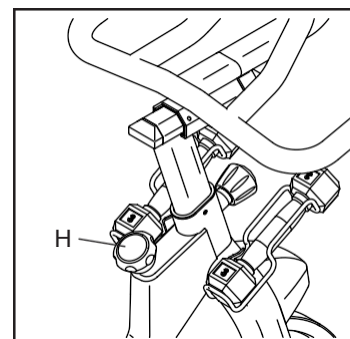
A pedálok (G) használatához helyezze cipőjét a lábujjhegyekbe, és húzza meg a lábujjhegypántok végeit. A lábujjhegypántok beállításához nyomja meg és tartsa lenyomva a csatokon lévő füleket, állítsa a lábujjhegypántokat a kívánt pozícióba, majd engedje el a füleket.



Megjegyzés: Kívánságra saját pedálokat is csatlakoztathat az edzőkerékpárhoz.

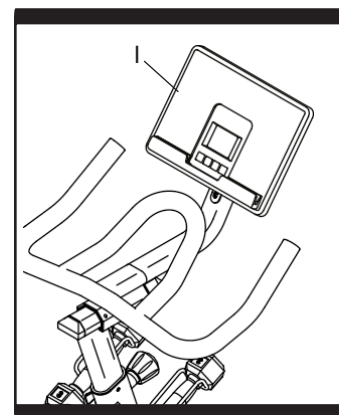
HOGYAN KELL HASZNÁLNI A FÉKGOMBOT

A pedálok ellenállásának módosításához nyomja meg a konzolon lévő gombokat (lásd a 3. lépést a 16. oldalon). A lendkerék eállításához, nyomja lefelé a fékgombot (H). A lendkeréknek gyorsan meg kell állnia.



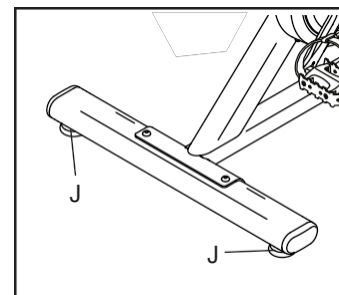
HOGYAN KELL HASZNÁLNI A TÁBLAGÉPTARTÓT

Ha edzés közben szeretné használni a táblagépét, egyszerűen helyezze a táblagép alsó szélét a táblagéptartóba (I). **FONTOS: A táblagéptartó a legtöbb teljes méretű táblagéppel használható. Ne helyezzen más eszközt a táblagéptartóba.**

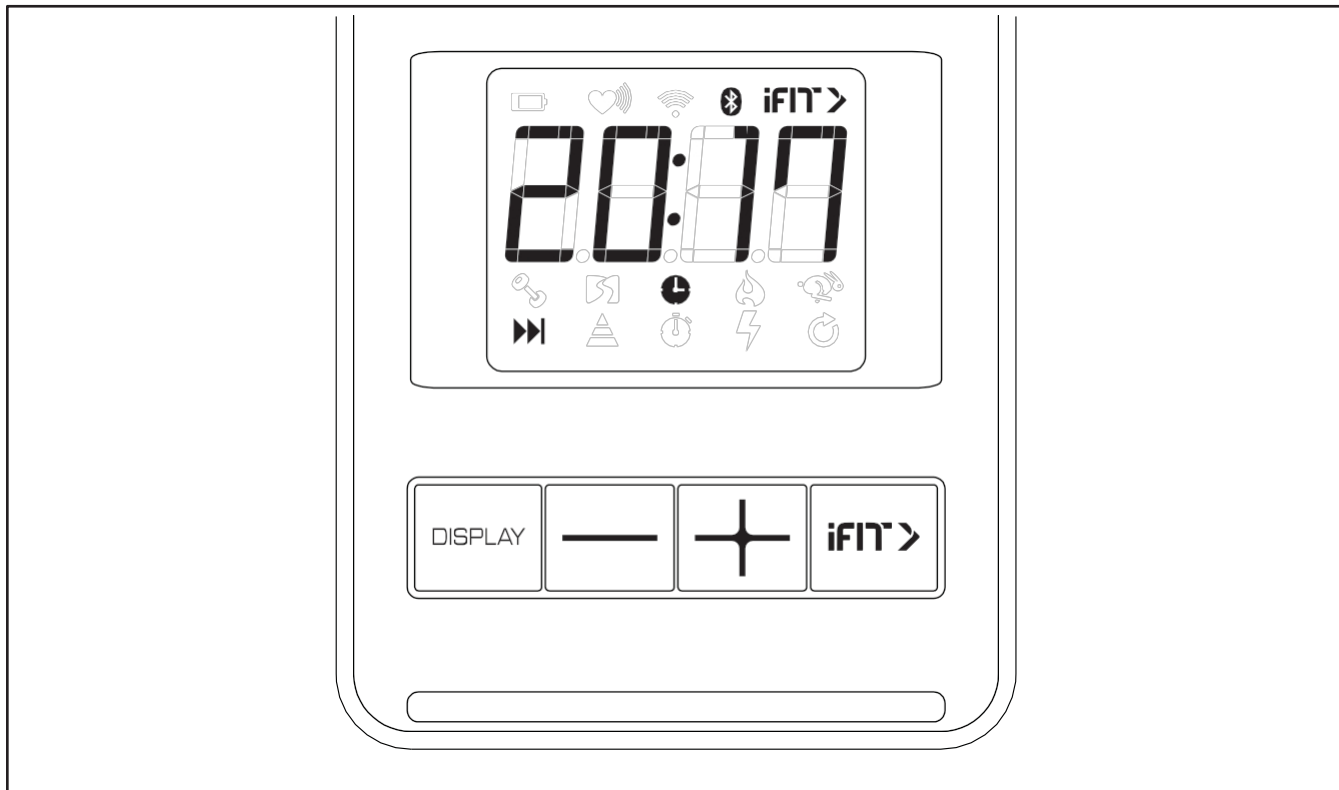


HOGYAN KELL KIEGYENLÍTENI AZ EDZŐKERÉKPÁRT

Ha az edzőkerékpár használat közben kissé billeg a padlón, fordítsa el a hátsó stabilizátor alatt lévő egyik vagy mindkét lábat (J), amíg a billegő mozgás meg nem szűnik.



A KONZOL HASZNÁLATA



A KONZOL JELLEMZŐI

A könnyen kezelhető konzol lehetővé teszi, hogy a pedálok ellenállását egy gombnyomással megváltoztassa. Edzés közben a konzol folyamatos visszajelzést ad az edzésről.

A konzol vezeték nélküli technológiával is rendelkezik, amely lehetővé teszi a konzol csatlakoztatását az iFIT®. Az iFIT alkalmazással az intelligens eszközén választhat a kiemelt edzések változó választékából, és , ahogy az iFIT edzői végigvezetik Önt a magával ragadó edzéseken.

Az iFIT-előfizetéssel hozzáférhet a több ezer lekérhető cél- és stúdióedzésből álló nagy és változatos könyvtárhoz.

Ha kompatibilis pulzusmérőt használ, még a pulzusszámát is nyomon követheti. Kompatibilis pulzusmérő vásárlásához lásd a 19. oldalt.

A kézi üzemmód használatához lásd a 16. oldalt. Az iFIT edzés használatához lásd a 17. oldalt.

Megjegyzés: Ha a kijelzőn egy műanyag lap van, távolítsa el a műanyagot.

A KÉZI ÜZEMMÓD HASZNÁLATA

1. Kezdd el pedálozni, vagy nyomja meg konzol bármelyik gombját a konzol bekapcsolásához.

A konzol bekapcsolásakor a kijelző bekapcsol. A konzol ezután használatra készen áll.

2. Készülj fel az edzésre.

A pulzusmérő viseléséhez lásd a HOGYAN HASZNÁLJON EGY OPCIONÁLIS SZÍVMÉRŐT a következő oldalon.

19. oldal.

3. Módosítsa a pedálok ellenállását tetszés szerint.

Pedálozás közben változtassa a pedálok ellenállását a növelő és csökkentő gombok megnyomásával.

Megjegyzés: A gomb megnyomása után a pedáloknak egy pillanatra tart, amíg eléri a kiválasztott ellenállási szintet.

Ha a CH0 vagy CH1 üzenet jelenik meg a kijelzőn, amikor megnyomja a növelő és csökkentő gombokat, akkor újra kell kalibrálni az ellenállásrendszert. Először tekintse meg a 11. oldalon található összeszerelési lépést, és vegye ki az elemeket a konzolból. Ezután nyomja meg és tartsa lenyomva 20 másodpercig a konzol bármelyik gombját. Ezután engedje fel a gombot, és helyezze vissza az elemeket a konzolba; az edzőkerékpár a legalacsonyabb ellenállási szintre áll be.

4. Kövesse a haladást a kijelzőn.

A kijelzőn a következő edzésinformációk jeleníthetők meg:

Letapogatás (letapogatás nyíl ikon)-Ez az üzemmód a sebesség, az impulzus, a fordulatszám, az idő és a távolság üzemmódokat jeleníti meg néhány másodpercig, egy-egy ismétlődő ciklusban.

Sebesség (nyúl ikon)-Ez az üzemmód a pedálozási sebességet mutatja mérföld/órán.

Pulzus (szív ikon)-Ez az üzemmód percenkénti ütésekben mutatja a pulzusszámot, ha opcionális pulzusmérő készüléket használ (lásd: HOGYAN HASZNÁLJON OPCIONÁLIS SZÍVMÉRŐT A 19. oldalon).

RPM (kör alakú nyíl ikon)-Ez az üzemmód a pedálozási sebességet mutatja percenkénti fordulatszám (RPM).

Idő (óra ikon)-Ez az üzemmód az edzés során megtett pedálozási időt mutatja.

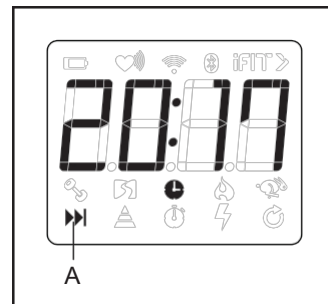
Távolság (út ikon)-Ez az üzemmód az edzés során megtett távolságot mutatja mérföldben.

Szkennelési mód -

A konzol bekapcsolásakor automatikusan kiválasztódik a szkennelési mód. A letapogatás nyíl ikon

(A) jelenik meg a kijelzőn, amikor a pásztázási üzemmódban a

kiválasztva. Megjegyzés: Ha egy másik üzemmód van kiválasztva, válassza ki újra a keresési üzemmódot a Display gomb ismételt megnyomásával.

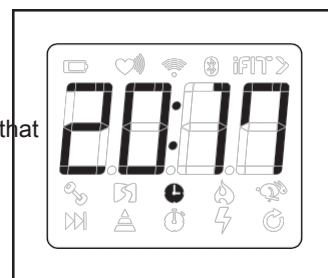


Sebesség, pulzus, fordulatszám, idő és távolság

üzemmód...

A következők közül választhat ezeket az üzemmódokat a folyamatos kijelzéshez, nyomja meg ismételt a Display gombot. Az üzemmód ikonok megmutatják, hogy melyik

mód van kiválasztva. Győződjön meg róla, hogy a beolvasási nyíl ikon nem jelenik meg.



5. Szüneteltesse vagy fejezze be az edzést.

A konzol szüneteltetéséhez egyszerűen állítsa le a pedálozást. A konzol néhány szünetet tart. Az edzés folytatásához egyszerűen folytassa a pedálozást.

Az edzés befejezéséhez és a kijelző nullára állításához egyszerűen hagyja abba a pedálozást, és várjon néhány percet, amíg a konzol kijelzője visszaáll.

6. Ha befejezte az edzést, a konzol automatikusan kikapcsol.

A konzol automatikus kikapcsolási funkcióval rendelkezik. Ha a pedálokat nem mozgatja és a konzol gombjait néhány percig nem nyomja meg, a konzol automatikusan kikapcsol.

FONTOS: Amikor befejezte az edzést, győződjön meg róla, hogy az intelligens eszközt és/vagy a pulzusmérőt leválasztotta a konzolról. (lásd a 7. lépést a 18. oldalon és a HOGYAN HASZNÁLJON EGY OPCIONÁLIS SZÍVIDŐMONITORT a következő oldalakon 19. oldal). Ha ezt nem teszi meg, előfordulhat, hogy a konzol nem kapcsol ki, és az akkumulátorok gyorsabban lemerülnek.

HOGYAN KELL HASZNÁLNI AZ iFIT EDZÉST

A konzol hozzáférést biztosít az iFIT edzések nagy és változatos könyvtárához, ha letölti az iFIT alkalmazást az okoseszközére, és csatlakoztatja azt a konzolhoz.

Megjegyzés: A konzol támogatja a Bluetooth-kapcsolatot az intelligens eszközökkel az iFIT alkalmazáson keresztül, valamint a kompatibilis pulzusmérőkkel. Más Bluetooth-kapcsolatok nem támogatottak.

1. Töltse le és telepítse az iFIT alkalmazást az okoseszközére.

Az iOS® vagy Android™ okoseszközén nyissa meg az App StoreSM vagy a Google Play™ áruházat, keresse meg az ingyenes iFIT alkalmazást, majd telepítse az alkalmazást az okoseszközére. **Győződjön meg róla, hogy az okoseszközén engedélyezve van a Bluetooth opció.**

Ezután nyissa meg az iFIT alkalmazást, és kövesse az iFIT-fiók létrehozásához és a beállítások testreszabásához szükséges utasításokat.

Szánjon időt az iFIT alkalmazás felfedezésére, és meg annak funkcióit és beállításait.

2. Készülj fel az edzésre.

A pulzusmérő viseléséhez lásd a HOGYAN HASZNÁLJON EGY OPCIONÁLIS SZÍVMÉRŐT a következő weboldalon
19. oldal.

Megjegyzés: Ha mind a pulzusmérőjét, mind az intelligens eszközét csatlakoztatja a konzolhoz, **akkor a pulzusmérőjét előbb kell csatlakoztatnia, mint a pulzusmérőjét.**
csatlakoztatja az intelligens eszközét.

3. Csatlakoztassa okoseszközét a konzolhoz.

Nyomja meg a konzolon az iFIT gombot; a kijelzőn megjelenik a konzol párosítási száma. Ezután kövesse az iFIT alkalmazás utasításait az okoseszközének a konzolhoz való csatlakoztatásához. Amikor az intelligens eszköz csatlakoztatva van, a kijelzőn megjelenik a Bluetooth ikon.

4. Válasszon ki egy iFIT edzést.

Az iFIT alkalmazásban érintse meg a képernyő alján lévő gombokat a kezdőképernyő (Kezdőlap gomb) vagy az edzéskönyvtár (Tallózás gomb) kiválasztásához.

Megjegyzés: A kezdőképernyő kiemelt edzései mindig elérhetőek, és időszakosan változnak. Az edzéskönyvtárban található edzésekhez iFIT-előfizetés szükséges.

Az edzés kiválasztásához a kezdőképernyőről vagy az edzéskönyvtárból egyszerűen érintse meg a kívánt edzés gombját a képernyőn. Szükség esetén csúsztassa vagy pöccintse a képernyőt a felfelé vagy lefelé görgetéshez.

Amikor kiválaszt egy edzést, a képernyőn megjelenik az edzés áttekintése, amely olyan részleteket tartalmaz, mint az edzés időtartama és távolsága, valamint az edzés során elégetett kalóriák hozzávetőleges száma.

5. Kezdje el az edzést.

Az edzés elindításához érintse meg az *Edzés indítása* gombot.

Egyes edzések során egy iFIT-edző végigvezeti Önt egy magával ragadó videóedzésen. Érintse meg a képernyőt bármely nyitott területen a zene, az edzői hang és a hangerő beállításainak megtekintéséhez és kiválasztásához az edzéshez.

Egyes edzések során a képernyőn megjelenik az útvonal térképe és az Ön haladását jelző jelölés. Érintse meg a képernyőn lévő gombokat a kívánt térképopciók kiválasztásához.

Ha az edzés aktuális ellenállás-beállítása túl magas vagy túl alacsony, a konzolon lévő növelő és csökkentő gombok megnyomásával manuálisan felülbírálhatja a beállítást.

Az edzés programozott való visszatéréshez érintse meg a *Follow Trainer (Edző követése)* gombot.

Megjegyzés: Az edzés leírásában feltüntetett kalóriacél az edzés során elégetendő kalóriák becsült száma. A ténylegesen elégetett kalóriák száma különböző tényezőktől függ, mint például az Ön súlya. Ezenkívül, ha edzés közben megváltoztatja az ellenállás szintjét, az befolyásolja az elégetett kalóriák számát.

6. Szüneteltesse vagy fejezze be az edzést.

Az edzés szüneteltetéséhez egyszerűen érintse meg a képernyőt. Az edzés folytatásához érintse meg a képernyőn a lejátszás opciót.

Az edzés befejezéséhez érintse meg a képernyőt az edzés szüneteltetéséhez, majd kövesse a megjelenő utasításokat az edzés befejezéséhez és a kezdőképernyőre való visszatéréshez.

Amikor az edzés véget ér, a képernyőn megjelenik az edzés összefoglalója. Kívánság szerint olyan opciókat választhat, mint például az edzés hozzáadása az ütemtervhez vagy az edzés hozzáadása a kedvencek listájához.

Ezután érintse meg a *Befejezés* gombot a kezdőképernyőre való visszatéréshez.

7. Távolítsa el az intelligens eszközt a konzolról.

Ha szeretné leválasztani az intelligens eszközt a csatlakozóról, először válassza ki a leválasztás opciót az iFIT alkalmazásban. Ezután nyomja meg és tartsa lenyomva az iFIT gombot a konzolon.

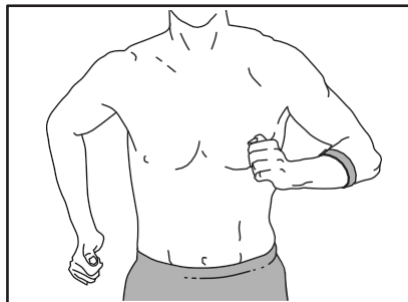
Megjegyzés: A konzol és más eszközök (beleértve az intelligens eszközöket, pulzusmérőket stb.) közötti minden Bluetooth-kapcsolat megszakad.

8. Ha befejezte az edzést, a konzol automatikusan kikapcsol.

A konzol automatikus kikapcsolási funkcióval rendelkezik. Ha a pedálokat nem mozgatja és a konzol gombjait néhány percig nem nyomja meg, a konzol automatikusan kikapcsol.

FONTOS: Amikor befejezte az edzést, győződjön meg róla, hogy az intelligens eszközt és/vagy a pulzusmérő készüléket leválasztotta a konzolról (lásd a fenti 7. lépést és a **HOGYAN CSATOLJUK A SZÍVMÉRŐT A KONZOLHOZ** a következő oldalon 19. oldal). Ha ezt nem teszi meg, előfordulhat, hogy a konzol nem kapcsol ki, és az akkumulátorok gyorsabban lemerülnek.

AZ OPCIONÁLIS PULZUSMÉRŐ HASZNÁLATI MÓDJA



Akár az a célod, hogy zsírt égess, akár az, hogy erősíti a szív- és érrendszerét, a legjobb eredmények elérésének kulcsa, hogy a megfelelő pulzusszámot tartsa fenn a edzések. Az opcionális pulzusmérő lehetővé teszi, hogy edzés közben folyamatosan nyomon kövesse a pulzusszámát, így segítve Önt személyes fitneszcéljai elérésében. Az opcionális pulzusmérő megvásárlásához lásd a kézikönyv előlső borítóját.

A konzol kompatibilis az összes Bluetooth® Smart pulzusmérővel.

A Bluetooth Smart pulzusmérő konzolhoz való csatlakoztatásához nyomja meg a konzolon lévő iFIT gombot; a konzol párosítási száma megjelenik a kijelzőn. Ha a pulzusmérő csatlakoztatva van, a kijelzőn megjelenik a Bluetooth ikon.

Megjegyzés: Ha a konzol közelében egynél több kompatibilis pulzusmérő van, a konzol a legerősebb jelet adó pulzusmérőhöz csatlakozik.

Ha szeretné leválasztani a pulzusmérőjét a konzolról, nyomja meg és tartsa lenyomva a konzolon lévő iFIT gombot.

Megjegyzés: A konzol és más eszközök (beleértve az intelligens eszközöket, pulzusmérőket stb.) közötti minden Bluetooth-kapcsolat megszakad.

KARBANTARTÁS ÉS HIBAEELHÁRÍTÁS

KARBANTARTÁS

A rendszeres karbantartás fontos az optimális teljesítmény és a kopás csökkentése érdekében. Minden egyes alkalommal, amikor az edzőkerékpárt használja, ellenőrizze és megfelelően húzza meg az összes alkatrészt.

Az elhasználódott alkatrészeket azonnal cserélje

ki. Csak a gyártó által szállított alkatrészeket

használjon.

Az edzőkerékpár tisztításához használjon nedves ruhát és kevés enyhe mosószert. FONTOS: A konzol sérülésének elkerülése érdekében tartsa távol a folyadékokat

a konzolról, és tartsa a konzolt a közvetlen

napfénytől távol.

PEDÁL KARBANTARTÁSA

Heti rendszerességgel húzza meg a pedálokat. A jobb pedált az óramutató járásával megegyező irányban, a bal pedált az óramutató járásával ellentétesen húzza meg.

HIBAEELHÁRÍTÁS

Sok probléma megoldható az ebben a leírt egyszerű lépésekkel. Ha további segítségre van szükség, kérjük, tekintse meg a kézikönyv előlső borítóját.

A KONZOL HIBAEELHÁRÍTÁSA

Ha a konzol kijelzője homályossá válik, cserélje ki az elemeket (lásd a 11. oldalon a 11. összeszerelési lépést); a legtöbb konzolprobléma az elemek lemerüléséből adódik.

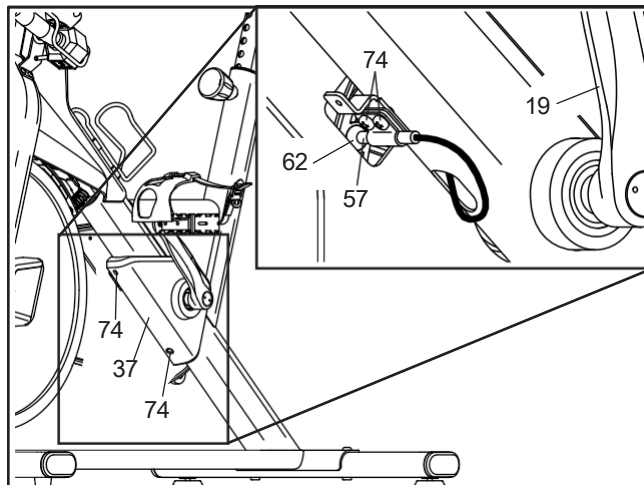
Ha az edzőkerékpárt hosszabb nem használja, vegye ki az elemeket a konzolból.

Ha a CH0 vagy CH1 üzenet jelenik meg a kijelzőn, amikor megnyomja a növelő és csökkentő gombokat, akkor újra kell kalibrálnia az ellenállásrendszert. Először nézze meg a 11. oldalon található 11. összeszerelési lépést, és vegye ki az elemeket a konzolból. Ezután nyomja meg és tartsa lenyomva 20 másodpercig a konzol bármelyik gombját. Ezután engedje fel a gombot, és helyezze vissza az elemeket a konzolba; az edzőkerékpár a legalacsonyabb ellenállási szintre áll be.

A REED-KAPCSOLÓ BEÁLLÍTÁSA

Ha a konzol nem mutat helyes visszajelzést, akkor a reed-kapcsolót kell beállítani.

A reed-kapcsoló beállításához először távolítsa el a két M4 x 12 mm-es tompa csavart (74) a forgattyúfedélről (37), és vegye le a forgattyúfedelelet.



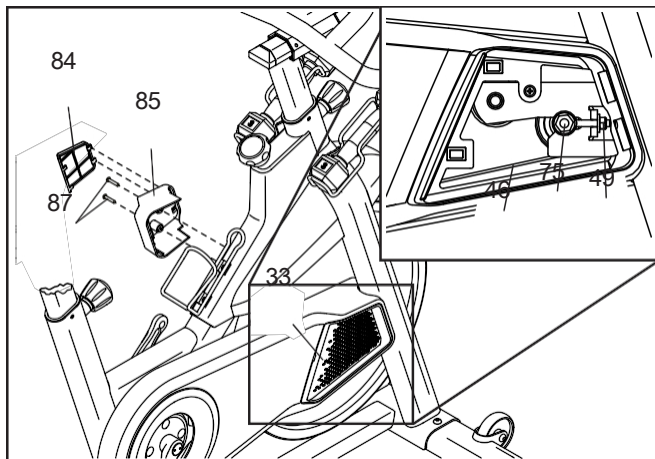
Ezután keresse meg a Reed-kapcsolót (57). Enyhén lazítsa meg a két jelzett M4 x 12 mm-es tompa csavart (74). Ezután forgassa el a bal oldali forgókart (19), amíg a mágnes (62) a Reed kapcsolóval van összehangolva. Csúsztassa a nádkapcsolót kissé a mágnes felé vagy a mágnestől távolabb. Ezután húzza meg újra a tompa csavarokat.

Forgassa el egy pillanatra a bal oldali forgókart (19). Ismétlje meg a fenti eljárást, ha szükséges, amíg a konzol helyes visszajelzést nem mutat. Ezután rögzítse vissza a forgattyúfedelelet (37).

A MEGHAJTÓSÍJ BEÁLLÍTÁSA

Ha úgy érzi, hogy a pedálok pedálozás közben csúsznak, még akkor is, ha az ellenállás a legmagasabb fokozatra van állítva, akkor a meghajtósíjat esetleg be kell állítani.

A hajtósíj beállításához először egy szabványos csavarhúzóval óvatosan távolítsa el a jobb oldali tengelycsapszegfedelelet (33) és a bal oldali tengelycsapszegfedelelet (84). Ezután távolítsa el a két jelzett M4 x 19 mm-es csavart (87) és a tengelycsapszegvédő burkolatot (85).



Ezután lazítsa meg, de ne távolítsa el az M10-es peremanyát. (75) az edzőkerékpár mindkét oldalán (a képen csak az egyik oldal látható).

Ezután húzza meg az állítóanyát (49) az edzőkerékpár mindkét oldalán (a képen csak az egyik oldal látható), amíg a meghajtósíj (46) meg nem feszül.

Ezután húzza meg erősen az M10-es peremanyákat

(75). Pedálozzon az edzőkerékpárral, és tesztelje a

beállítást.

Ismételje meg a fenti eljárást, ha szükséges. Amikor a meghajtósíj megfelelően meg van húzva, illessze vissza az eltávolított alkatrészeket.

GYAKORLAT IRÁNYMUTATÁSOK



FIGYELMEZTETÉS: Mielőtt

elkezdene ezt vagy bármilyen más edzésprogramot, konzultáljon orvosával.

EDZÉSINTENZITÁS

Akár a zsírégetés, akár a szív- és erősítése a cél, a megfelelő intenzitású edzés a kulcs az eredmények eléréséhez. A megfelelő intenzitási szint megtalálásához a pulzusszámot használhatja útmutatóként. Az alábbi táblázat a zsírégetéshez és az aerob edzésekhez ajánlott pulzusszámokat mutatja.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

A megfelelő intenzitási szint megtalálásához keresse meg az életkorát a táblázat alján (az életkorokat a legközelebbi tíz évre kerekítjük). Az életkorod felett felsorolt három szám határozza meg az "edzési zónákat". A legalacsonyabb szám a zsírégetéshez szükséges pulzusszám, a középső szám a maximális zsírégetéshez szükséges pulzusszám, a legmagasabb szám pedig az aerob edzéshez szükséges pulzusszám.

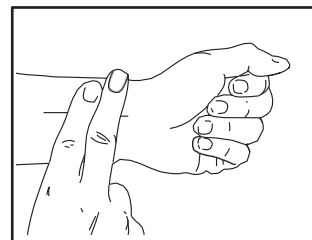
Zsírégetés - A hatékony zsírégetéshez alacsony intenzitással kell edzenie tartósan. Az edzés első néhány percében a szervezet szénhidrátkalóriákat használ fel energiaként. Csak az edzés első néhány perce után kezd el a szervezet a tárolt zsírkalóriákat energiaként felhasználni. Ha a zsírégetés a cél, akkor az edzés intenzitását addig állítsa be, amíg a pulzusszáma a legalacsonyabb érték közelében van a az edzési zóna. A maximális zsírégetés érdekében edd úgy, hogy a pulzusszámod az edzési zónád középső értékének közelében legyen.

Aerob edzés - Ha a szív- és érrendszer erősítése a cél, akkor aerob edzést kell végeznie, ami olyan tevékenység, amely nagy mennyiségű oxigént igényel hosszabb ideig. Az aerob edzéshez állítsa be az edzés intenzitását addig, amíg a pulzusszáma az edzési zóna legmagasabb értékének közelében van.

HOGYAN MÉRJÜK A PULZUSSZÁMOT

A pulzusszám méréséhez legalább négy percig gyakoroljon. Ezután hagyja abba az edzést, és helyezze két ujját a csuklóján a képen látható módon. Számoljon hat másodpercig, és szorozza meg az eredményt 10-zel, hogy megtalálja a szívverését.

árfolyam. , a hat másodperces szívverésszám 14, a szívverése 140 ütés/perc.



EDZÉSI IRÁNYELVEK

Bemelegítés - Kezdje 5-10 perces nyújtással és könnyű testmozgással. A bemelegítés növeli a testhőmérsékletet, a pulzusszámot és a keringést a testmozgásra való felkészülés érdekében.

Edzési zónás edzés - 20-30 percig edzzen úgy, hogy a pulzusszáma az edzési zónában legyen. (Az edzésprogram első néhány hetében ne tartsa a pulzusszámot 20 percnél tovább az edzési zónában). Edzés lélegezzen rendszeresen és mélyen; soha ne tartsa vissza a lélegzetét.

Léhűlés - Befejezéseként 5-10 perc nyújtás. A nyújtás növeli az izmok rugalmasságát és segít megelőzni az edzés utáni problémákat.

EDZÉS GYAKORISÁGA

Állapotának fenntartásához vagy javításához végezzen hetente három edzést, az edzések között legalább egy nap pihenőidővel. Néhány hónap rendszeres edzés után, ha kívánja, akár heti öt edzést is végezhet. Ne feledje, a siker kulcsa, hogy a testmozgás rendszeres és élvezetes része legyen a mindennapi életének.

JAVASOLT NYÚJTÁSOK

Több alapnyújtás helyes formája a jobb oldalon látható. Lassan mozogjon nyújtás közben; soha ne ugráljon.

1. Lábujjérintéses nyújtás

Álljon enyhén behajlított térdekkel, és csípőből lassan hajoljon előre. Hagyja, hogy a háta és a vállai ellazuljanak, miközben a lábujjai felé nyúl, amennyire csak lehet. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor. Nyújtások: Combizom, térd hátsó része és hát.

2. Hátsócomb nyújtás

Üljön le kinyújtott lábbal. Hozza a másik lábfej talpát maga felé, és támassza azt a nyújtott láb belső combjához. Nyúljon a lábujjai felé, amennyire csak lehet. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával. Nyújtások: Combhajlítók, alsó hát és ágyék.

3. Vádli/Achilles nyújtás

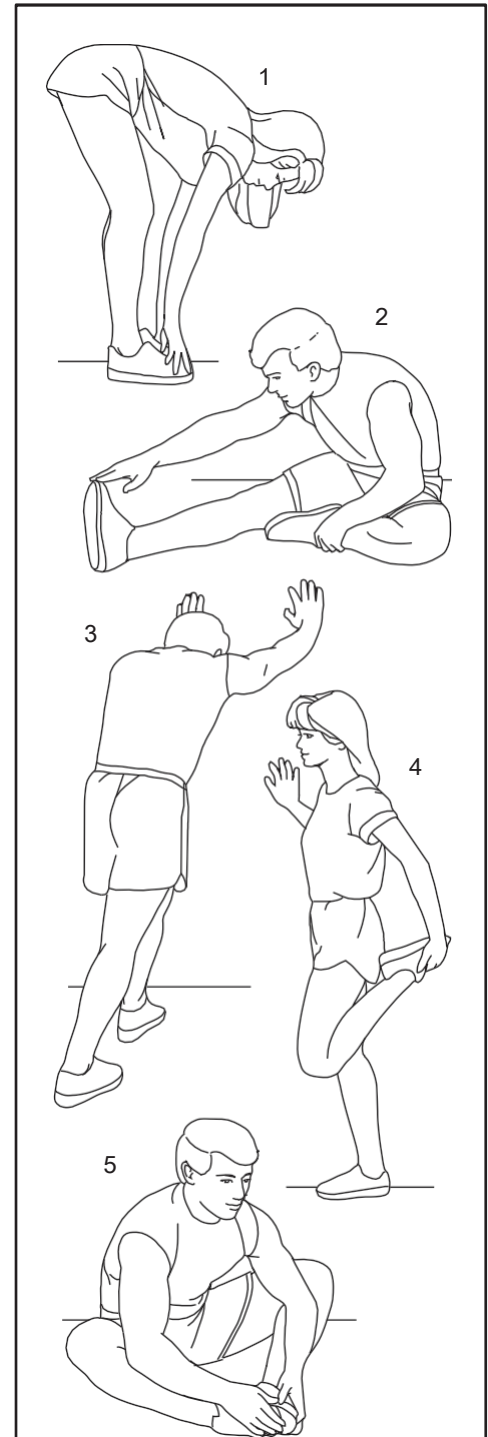
Egyik lábát a másik elé téve nyúljon előre, és tegye a kezét a falnak. Tartsa egyenesen a hátsó lábát, és a hátsó lábfejét tartsa laposan a padlón. Hajlítsa be az elülső lábát, hajoljon előre, és mozgassa a csípőjét a fal felé. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával. Az achilles-ín további nyújtásához hajlítsa be a hátsó lábát is. Nyújtások: Vádli, achilles-ín és boka.

4. Négyfejű combizom nyújtás

Egyik kezével támaszkodjon a falnak, hogy egyensúlyban legyen, nyúljon hátra, és a másik kezével fogja meg az egyik lábát. Hozza a sarkát a lehető legközelebb a fenekéhez. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor mindkét lábával. Nyújtások: Négyfejű combizom és csípőizom.

5. Belső comb nyújtás

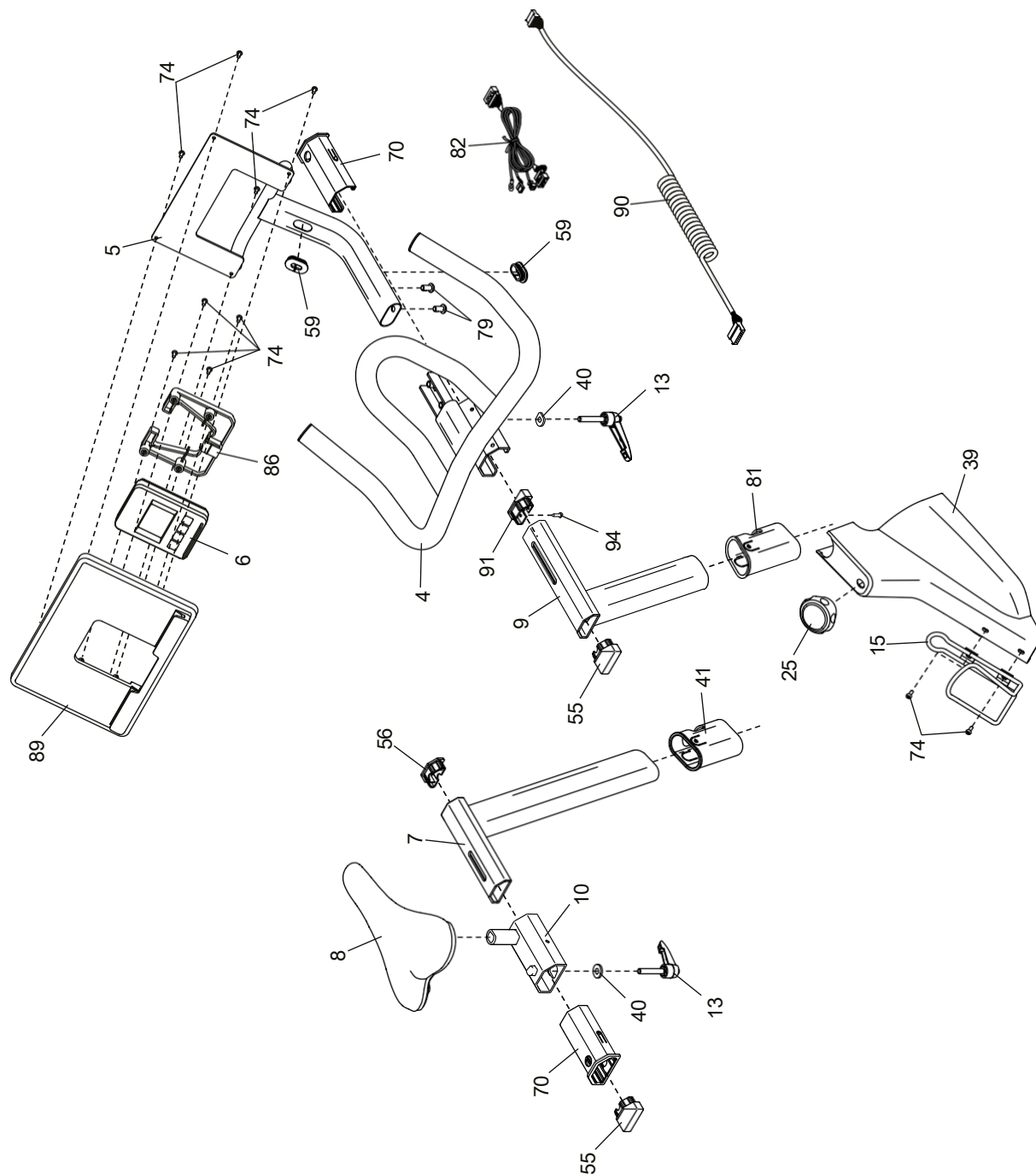
Üljön úgy, hogy a talpát egymás mellé helyezze, a térdei pedig kifelé nézzenek. Húzza a lábfejét az ágyéktájék felé, amennyire csak lehetséges. Tartsa 15 számolásig, majd lazítson. Ismételje meg 3-szor. Nyújtások: Négyfejű combizom és csípőizmok.

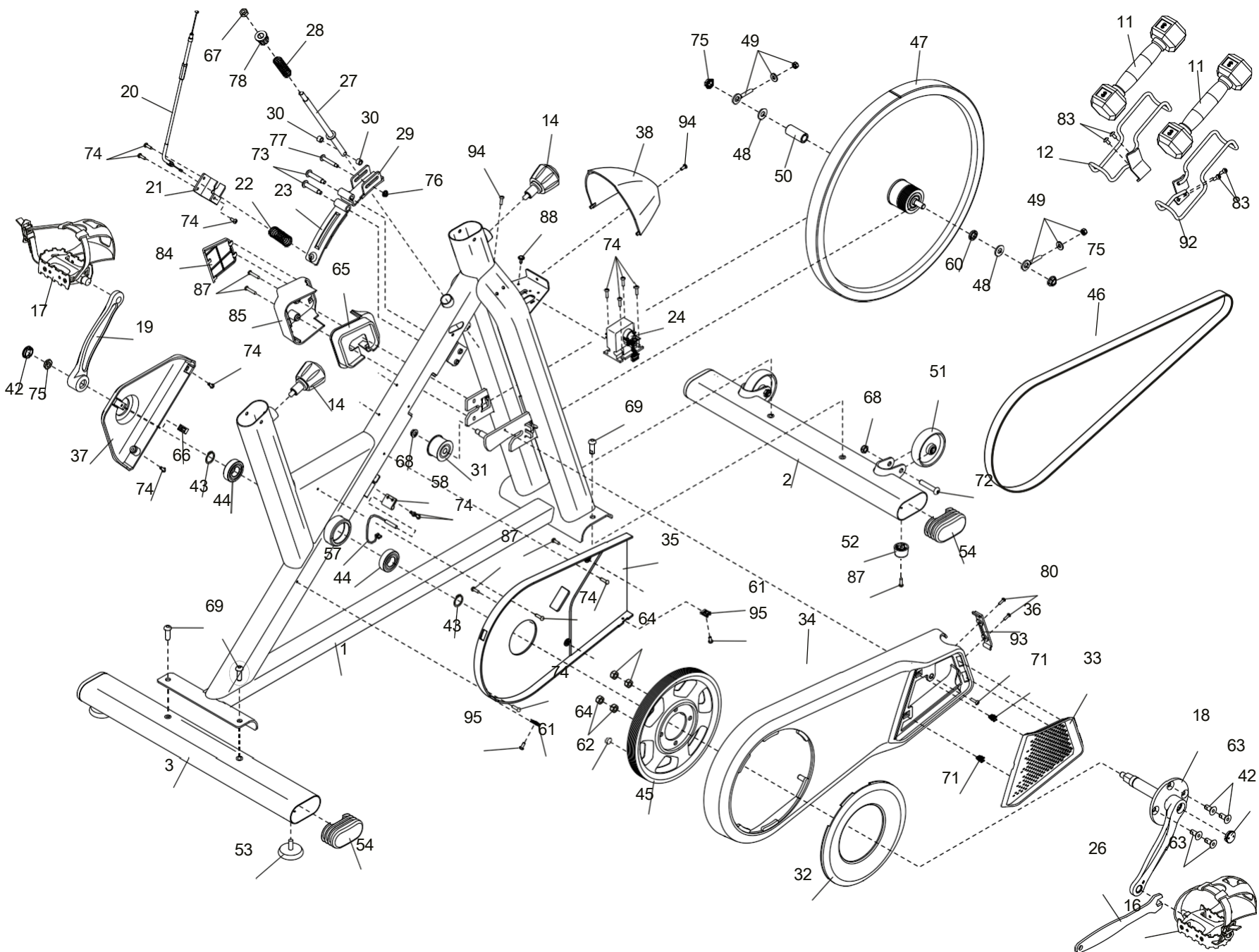


MEGJEGYZÉSEK

Kulcsszá m.	Menn yiség.	Leírás	Kulcsszá m.	Menn yiség.	Leírás
1	1	Keret	50	1	Bal lendkerék távtartó
2	1	Első stabilizátor	51	2	Kerék
3	1	Hátsó stabilizátor	52	2	Láb
4	1	Kormánykerék	53	2	Szintező láb
5	1	Konzol szerelés	54	4	Cap
6	1	Konzol	55	2	Post Cap
7	1	Ülésoszlop	56	1	Ülésoszlop sapka
8	1	Ülés	57	1	Reed kapcsoló/vezeték
9	1	Kormányoszlop	58	1	Clamp
10	1	Ülőhely kocsi	59	2	Grommet
11	2	Kéz súlya	60	1	Jobb oldali lendkerék távtartó
12	1	Bal oldali súlypihenő	61	2	Klipsz anya
13	2	Beállító fogantyú	62	2	Mágnes
14	2	Beállítógomb	63	4	M8 x 20mm lapos fejű csavar
15	1	Vizes palack tartó	64	4	M8-as rögzítőanya
16	1	Jobb pedál	65	1	Bal belső kerékagy burkolat
17	1	Bal pedál	66	1	Fém rögzítő klipsz
18	1	Jobb forgattyúkar/kurbli	67	1	Fékanya
19	1	Bal kurbli kar	68	3	M8 lekváros rögzítőanya
20	1	Ellenállás kábel	69	4	M8 x 25mm csavar
21	1	Ellenállás konzol	70	2	Post Sleeve
22	1	Ellenállás rugó	71	2	Műanyag rögzítő klipsz
23	1	Ellenállás mágnes	72	2	M8 x 42mm csavar
24	1	Ellenállás Motor	73	2	M6 x 45mm vállcsavar
25	1	Fékgomb	74	24	M4 x 12mm tompa csavar
26	1	Pedálkulcs	75	3	M10 peremanya
27	1	Féktengely	76	1	M5 rögzítőanya
28	1	Fékrugó	77	1	M5 x 35mm csavar
29	1	Féktartó konzol	78	1	Fékhüvely
30	2	Fék távtartó	79	2	M8 x 16mm csavar
31	1	Idler	80	2	M4 x 16mm csavar
32	1	Csigaházfedél	81	1	Kormányoszlop hüvely
33	1	Jobb oldali hub fedél	82	1	Alsó vezeték
34	1	Külső övfedél	83	4	M5 x 8mm csavar
35	1	Belső övfedél	84	1	Bal oldali kerékagy burkolat
36	1	Idler burkolat	85	1	Hub Shield
37	1	Kurblifedél	86	1	Konzol ház
38	1	Motorburkolat	87	6	M4 x 19mm csavar
39	1	Fékfedél	88	1	Földelő csavar
40	2	M8 alátét	89	1	Konzol fedélzet
41	1	Ülésoszlop hüvely	90	1	Felső vezeték
42	2	Kurbli kar sapka	91	1	Kormányoszlop sapka
43	2	Snap Ring	92	1	Jobb súlypihenő
44	2	Kurblicsapág	93	1	M4 x 16mm gépi csavar
45	1	Csigakerék	94	3	M4 x 15mm tompa csavar
46	1	Hajtósíj	95	2	M4 x 10mm tompa csavar
47	1	Lendkerék	*	-	Összeszerelő eszköz
48	2	M10 alátét	*	-	Felhasználói kézikönyv
49	2	Beállítócsavar/ alátét/ anya			

Megjegyzés: A specifikációk előzetes értesítés nélkül változhatnak. A cserealkatrészek megrendelésével kapcsolatos információkért lásd a kézikönyv hátsó borítóját. *Ezek az alkatrészek nincsenek illusztrálva.





CSEREALKATRÉSZEK RENDELÉSE

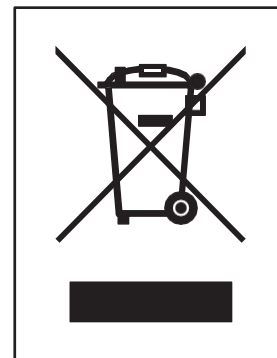
A cserealkatrészek megrendeléséhez lásd a kézikönyv előlő borítóját. Annak érdekében, hogy segíthessünk Önnek, a kapcsolattfelvétel során készítsen fel minket a következő információk megadására:

- a termék modell- és sorozatszám (lásd a kézikönyv előlő borítóját)
- a termék neve (lásd a kézikönyv előlő borítóját)
- a cserealkatrész(ek) kulcsszáma és leírása (lásd az alkatrészjegyzéket és a kézikönyv végén található KIJEÖLT VÁLLALATÁT)

ÚJRAHASZNOSÍTÁSSAL KAPCSOLATOS INFORMÁCIÓK

Ezt az elektronikai terméket nem szabad a kommunális hulladékba dobni. A környezet megóvása érdekében ezt a terméket a hasznos élettartama után a törvény által előírt módon újra kell hasznosítani.

Kérjük, használja azokat az újrahasznosító létesítményeket, amelyek az Ön területén jogosultak az ilyen típusú hulladékok gyűjtésére. Ezzel hozzájárul a természeti erőforrások megőrzéséhez és az európai környezetvédelmi normák javításához. Ha további információra van szüksége a biztonságos és helyes ártalmatlanítási módszerekről, kérjük, forduljon a helyi városi hivatalhoz vagy ahhoz a létesítményhez, ahol ezt a terméket vásárolta.



UK/EU MEGFELELŐSÉGI NYILATKOZAT

A PFEX30124-INT tartalmazza a BMD-ICN-1 Bluetooth modult.

Az iFIT Health & Fitness kijelenti, hogy a BMD-ICN-1 típusú rádióberendezés megfelel a 2014/53/EU irányelvnek és a 2017. évi rádióberendezésekről szóló rendeletnek.

iFIT Health & Fitness, 1500 S 1000 W, Logan, UT 84320, USA

Ezt a megfeleléségi nyilatkozatot a gyártó kizárólagos felelőssége mellett adjuk ki.

A nyilatkozat tárgya: FCCID OMCBMD1 - Műsorszórési frekvencia: 2,402 GHz-2,480 GHz:

+4dBm

Tanúsítás: 3.1a. cikk - Biztonság EN 62479:2010, EN 62368-1:2014/AC:2015, 3.1b. cikk - EMC EN 301 489-17 V3.2.4, 3.2. cikk - Rádiós paraméterek EN 300 328 V2.2.2.

Egyesült Királyság képviselője: ICON Health & Fitness Ltd, Unit 1D The Gateway, Fryers Way, Silkwood Park, Ossett, WF5 9TJ, Egyesült Királyság.

EU képviselő: iFIT Health & Fitness SAS Business Park, 5 rue Alfred de Vigny 78112

Fourqueux, Franciaország

