

AX 4000

HEIMSPORT-TRAININGSGERÄT ERGOMETR

Montáž a návod k použití

Bestell-Nr.: 2007A

Seite: 2-13

DE

Návod k montáži a obsluze

Objednávka č.:

2007A

Strana: 14-

25

CZ

Návod k montáži a použití

No. de commande: 2007A

Strana: 26-37

F

Návod na montáž a údržbu

Bestellnr.:

2007A

Pagina: 38-49

NL

Инструкция по монтажу и эксплуатации

№ заказа: 2007A

Stránka: 50-61

RU



OBSAH

1. Obsah	14
2. Důležitá doporučení a bezpečnostní pokyny	14
3. Návod k montáži	15-17
4. Montáž, použití a demontáž	18
5. Příručka k počítači	19-21
6. Srdeční tep	21
7. Aplikace Knomap	21
8. Čištění, kontroly a skladování/odstraňování problémů	22
9. Pokyny pro cvičení	23
10. Seznam dílů - Seznam náhradních dílů	24-25
11. Poznámky	65
12. Plán rozložených součástí	64

Vážený zákazníku,

blahopřejeme Vám k nákupu tohoto domácího tréninkového sportovního stroje a doufáme, že z něho budete mít velkou radost. Věnujte prosím pozornost přiloženým informacím a pokynům a důsledně je dodržujte, především pokud jde o montáž a samotné používání stroje.

V případě dotazů nás neváhejte kdykoliv kontaktovat.

Top-Sport Gilles GmbH

Pozor: Před
použitím si
přečtěte návod
k obsluze!



DŮLEŽITÁ DOPORUČENÍ A BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Všechny naše výrobky jsou testovány, a proto odpovídají nejvyšším současným bezpečnostním standardům. Tato skutečnost však neznamená, že není nutné důsledně dodržovat následující zásady.

1. Sestavte stroj přesně podle popisu v instalačních pokynech a používejte pouze přiložené části stroje. Před montáží zkontrolujte úplnost dílů a úplnost kartonu podle montážních kroků v návodu k instalaci a obsluze.

2. Před prvním použitím a v pravidelných intervalech (přibližně každých 50 provozních hodin) zkontrolujte dotažení všech šroubů, matic a spojů. Zejména nastavení sedla a řídek mají vliv na bezproblémovou funkci zařízení.

3. Stroj postavte na suché, rovné místo a chraňte jej před vlhkostí a vodou. Nerovnosti podlahy musí být vyrovnány vhodnými opatřeními a nastavitelnými částmi stroje. Zajistěte, aby nedocházelo ke kontaktu s vlhkostí nebo vodou.

4. Pokud je třeba plochu stroje speciálně chránit před promáčknutím, znečištěním apod., umístěte pod stroj vhodnou podložku (např. gumovou rohož, dřevěnou desku apod.).

5. Před zahájením tréninku odstraňte všechny předměty v okruhu 2 m od stroje.

6. K čištění stroje nepoužívejte agresivní čisticí prostředky a k montáži a případným opravám používejte pouze dodané nářadí nebo vhodné vlastní nářadí. Kapky potu odstraňte ze stroje ihned po ukončení tréninku.

7. **POZOR!** Systémy monitorování srdeční frekvence mohou být nepřesné. Nadměrný trénink může vést k vážnému poškození zdraví nebo k úmrtí. Před zahájením plánovaného tréninkového programu se poraďte s lékařem. Ten Vám pomůže definovat maximální zátěž (puls, watt, délku tréninku atd.), které se můžete vystavit, a může Vám poskytnout prezentativní informace o správném držení těla při tréninku, cílech tréninku a stravě. Nikdy netrénujte po konzumaci velkého množství jídla.

8. Se strojem trénujte pouze tehdy, když je v řádném provozním stavu. Pro případné opravy používejte pouze originální náhradní díly. **VAROVÁNÍ!** Opatřebené díly ihned vyměňte a toto zařízení nepoužívejte, dokud nebude opraveno.

9. Při nastavování nastavitelných dílů dodržujte vyznačené maximální polohy nastavení a ujistěte se, že je nově nastavená poloha správně zajištěna.

10. Pokud není v návodu popsáno jinak, smí stroj používat ke cvičení vždy pouze jedna osoba. Doba cvičení by neměla přesáhnout 60 min./den.

11. Noste tréninkové oblečení a obuv, které jsou vhodné pro kondiční trénink se strojem. Oblečení musí být takové, aby se při tréninku nemohlo zachytit v částech stroje kvůli svému tvaru (např. délce). Vaše tréninková obuv by měla být vhodná pro trenážer, musí pevně podpírat vaše nohy a musí mít protiskluzovou podrážku.

12. **POZOR!** Pokud zaznamenáte pocit závratě, nevolnost, bolest na hrudi nebo jiné neobvyklé příznaky, přestaňte trénovat a poraďte se s lékařem.

13. Nikdy nezapomeňte, že sportovní stroje nejsou hračky. Tento přístroj nemohou používat děti do 8 let a osoby s omezenými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jim nebyl poskytnut dohled nebo nebyly poučeny o používání přístroje bezpečným způsobem a pokud nechápuou související nebezpečí. Děti si se spotřebičem nesmí hrát. Čištění a uživatelskou údržbu nesmí provádět děti bez dozoru. Přijměte vhodná opatření, abyste zajistili, že děti nebudou přístroj používat bez dozoru.

14. Spotřebič používejte pouze s napájecím zdrojem dodaným se spotřebičem.

15. Zajistěte, aby se osoba provádějící cvičení a ani jiné osoby nikdy nepohybovaly ani nedržely žádné části těla v blízkosti pohyblivých částí stroje.

16. Po skončení životnosti není dovoleno tento výrobek likvidovat jako běžný komunální odpad, ale musí být odevzdán na sběrné místo pro recyklaci elektrických a elektronických součástek. Tento symbol najdete na výrobku, v návodu nebo na dodaném obalu. Materiály jsou opakovaně použitelné v souladu s jejich označením. O zodpovědném místě likvidace se prosím informujte u místní samosprávy.

17. V zájmu ochrany životního prostředí nelikvidujte obalové materiály, použité baterie ani části přístroje jako komunální odpad. Vložte je do příslušných sběrných nádob nebo je odnesete na vhodné sběrné místo.

18. V režimu provozu závislého na rychlosti lze úroveň brzděného odporu nastavit ručně a změny výkonu závisí na rychlosti šlapání. Pro provozní režim nezávislý na rychlosti může uživatel nastavit požadovanou úroveň spotřeby energie ve wattch, konstantní úroveň výkonu bude udržována různými úrovněmi brzděného odporu, které budou automaticky determinovány systémem - tedy nezávisle na rychlosti šlapání.

19. Stroj je vybaven 24stupňovým nastavením odporu. To umožňuje snížit nebo zvýšit brzděný odpor, a tím i tréninkovou zátěž. Stisknutím tlačítka "-" pro nastavení odporu směrem ke stupni 1 se sníží brzděný odpor a tím i tréninková námaha. Stisknutím tlačítka "+" pro nastavení odporu směrem ke stupni 24 se zvýší brzděný odpor a tím i tréninková námaha.

20. Tento stroj byl testován a certifikován v souladu s normami DIN EN ISO 20957-1/2014 a EN 20957-5/2016 "H,A". Maximální přípustné zatížení (hmotnost těla) je stanoveno na 150 kg. Klasifikace HA znamená, že tento rotoped je určen pouze pro domácí použití a s dobrou třídou přesnosti, odchylky spotřeby energie jsou v rozmezí $\pm 5\text{W}$ do 50W a $\pm 10\%$ nad 50W. Počítač této položky odpovídá základním požadavkům směrnice RED 2014/53/EU.

21. Návod k montáži a obsluze je součástí výrobku. V případě prodeje nebo předání jiné osobě musí být tato dokumentace dodána spolu s výrobkem.

NÁVOD K MONTÁŽI

Vyjměte všechny díly z obalu, položte je na podlahu a zkontrolujte, zda jsou všechny díly v balení kompletně obsaženy. Vezměte prosím na vědomí, že řada dílů je připojena přímo k hlavnímu rámu v předmontovaném stavu. Kromě toho existuje sedm dalších samostatných dílů, které byly připojeny k samostatným jednotkám. To Vám usnadní a urychlí montáž.

Doba montáže: 30 - 40 min.

KROK 1:

Přípevněte stabilizátor (69+72).

1. Přípevněte přední stabilizátor (69) sestavený s předními krytkami s transportním válečkem (70) k hlavnímu rámu (49) pomocí šroubů M8x45 (73), podložek (30), pružných podložek (29) a matic s krytkou (48).

2. Přípevněte zadní stabilizátor (72) sestavený s výškově nastavitelnými krytkami (71) k hlavnímu rámu (49) pomocí šroubů (73), podložek (30), pružných podložek (29) a matic (48). (V případě nerovné podlahy můžete nastavit výšku zadních krytek (71) a zajistit je pro stabilní polohu).

KROK 2:

Přípevněte pedály (59L+59R).

1. Přípevněte řemínky pedálů k pedálům (59L+59R). (Řemínky pedálů a pedály jsou označeny "L" pro levou a "R" pro pravou stranu.)

2. Pedály (59L+59R) jsou označeny písmeny "R" pro pravý a "L" pro levý pedál. **POZNÁMKA:** Pravý a levý pedál jsou označeny tak, jak je vidíte při tréninku usazené na stroji. Připojte každý pedál (59L+59R) k odpovídající klice pedálu (60L+60R). (**POZNÁMKA:** Pravý pedál "R" by měl být navlečen ve směru hodinových ručiček. Levý pedál "L" by měl být navlečen proti směru hodinových ručiček.)

KROK 3:

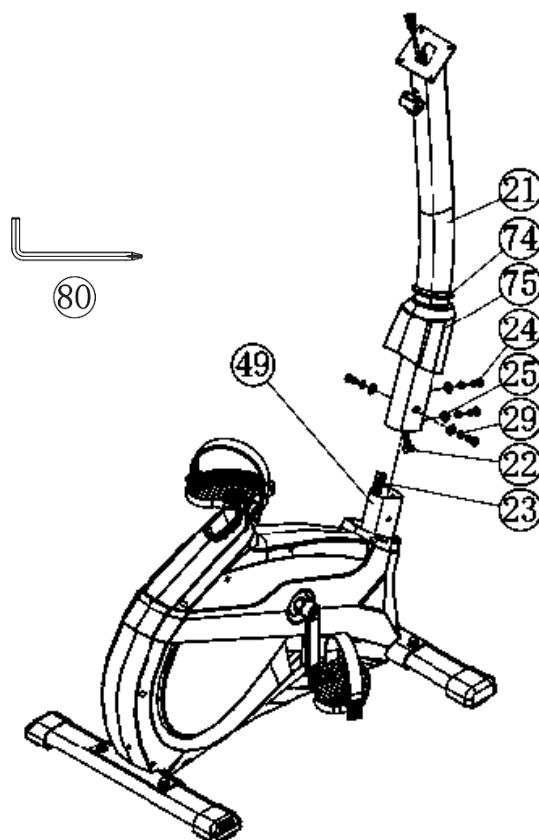
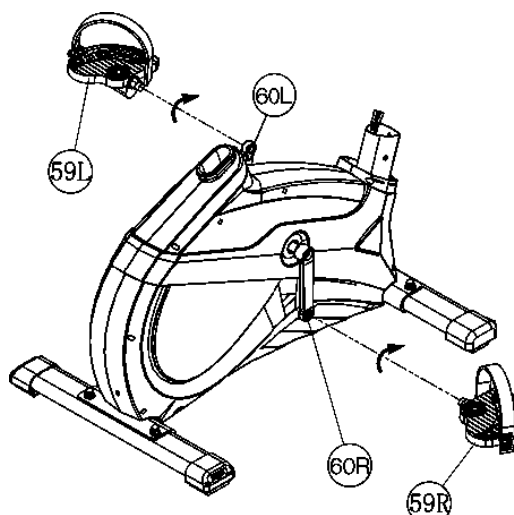
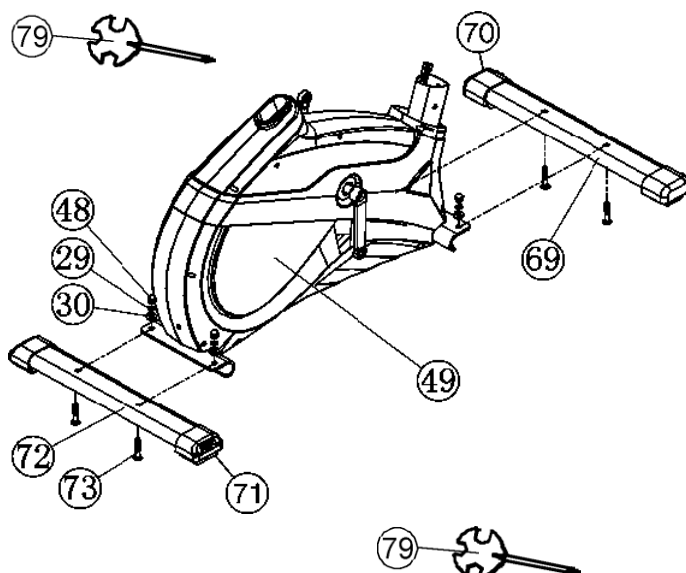
Přípevněte podpěru řídicí (21) k hlavnímu rámu (49).

1. Zatlačte pryžový kroužek (74) a podpěrný kryt (75) na podpěru řídicí (21).

2. Přípevněte podpěru řídicí (21) k držáku na hlavním rámu (49) a připojte zástrčku přívodního kabelu (22) ke kabelu motoru (23).

3. Vložte podpěru řídicí (21) do hlavního rámu (49) a zajistěte pomocí šroubů M8x20 (24), pružných podložek (29) a prohnutých podložek (25). (**Pozor:** Dbejte na to, aby kabelové svazky nebyly při montáži skrípány nebo přiskřípnuty.)

4. Zatlačte kryt podpěry řídicí (75) s třecím kroužkem (74) do správné polohy, abyste zakryli místo šroubového spojení.

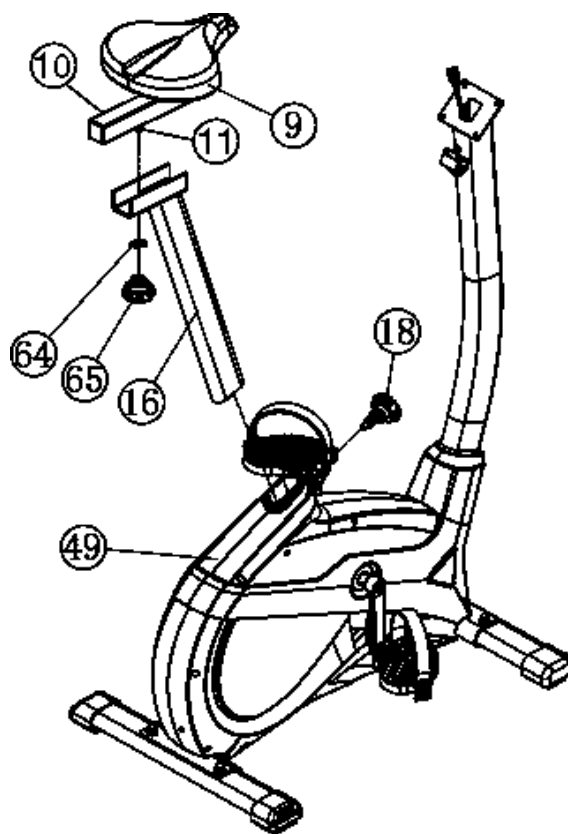


KROK 4:**Montáž sedla (9) a podpěry sedla (16).**

1. Zasuňte sedlo (9) s držákem sedla do pohyblivého posuvu sedla (10) a dotáhněte jej do požadované polohy sklonu.

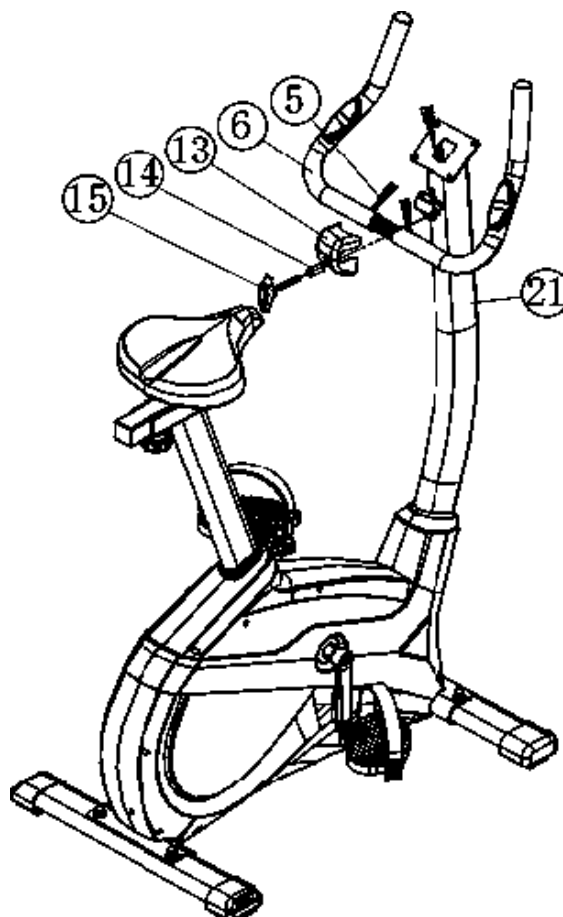
2. Posuvné sedlo (10) vložte do držáku sedlové podpěry (16), nastavte jej do požadované vodorovné polohy a utáhněte jej pomocí podložky 10//25 (64) a ruční matice (65) na trojúhelníkovém bloku (11).

3. Zasuňte podpěru sedla (16) do připraveného držáku hlavního rámu (49) a zajistěte ji v požadované poloze zašroubováním rychloupínáku (18). **(Poznámka:** Abyste mohli zašroubovat rychloupínák (18), musí být otvor se závitem v hlavním rámu (49) a jeden z otvorů v sedlové opěrce (16) v jedné rovině. Dále se ujistěte, že opěrka sedla (16) není vytažena z hlavního rámu mimo vyznačenou maximální polohu. Nastavení sedlové podpěry lze později podle potřeby upravit. Za tímto účelem je třeba uvolnit rychloupínák (18) pouze o několik otáček, odtáhnout krytku zámku a nastavit sedlovku. Poté zajistěte nové nastavení utažením rychloupínáku (18).

**KROK 5:****Přípevněte řídítka (6) na podpěru řídítek (21).**

1. Ved'te řídítka (6) skrz držák na sloupku řídítek (21), protáhněte pulzní kabel (5) otvorem a zavřete držák držáku řídítek.

2. Připevněte kryt předních řídítek (13) na řídítka a přišroubujte řídítka (6) do požadované polohy na sloupku řídítek (21) a pevně je utáhněte pomocí distanční trubky (14) a šroubu řídítek (15).

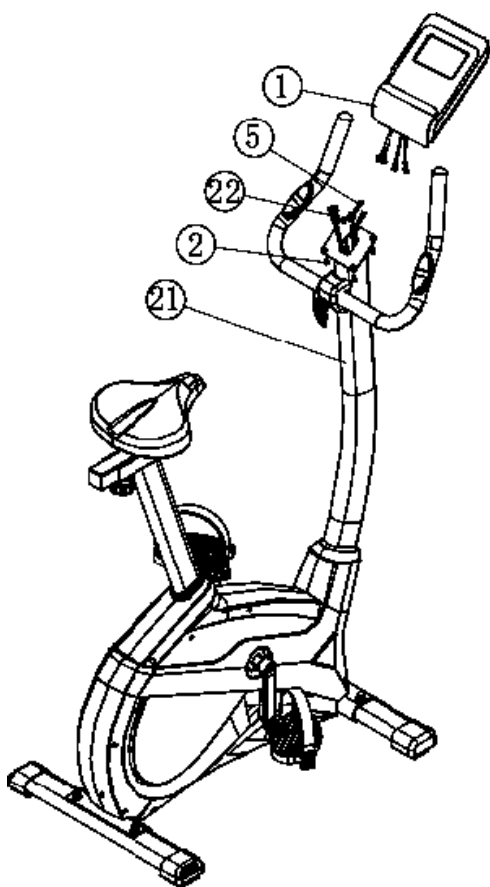


KROK 6:

Připevněte počítač (1) na podpěru řídicíků (21). Připojte síťový adaptér (78).

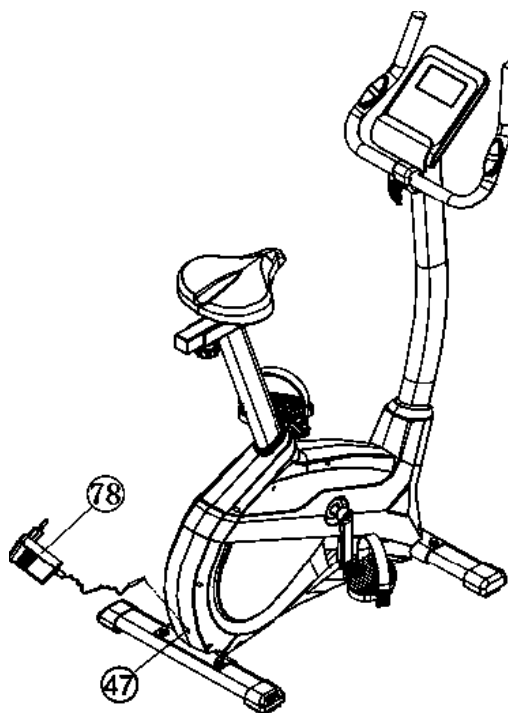
1. Zasuňte zástrčku propojovacího kabelu (22) a pulzního kabelu (5) do příslušné zásuvky počítače (1).

2. Umístěte počítač (1) na horní část držáku řídicíků (21) a připevněte jej pomocí šroubů (2). Šrouby pro montáž najdete na zadní straně počítače.

**KROK 7:**

1. Zasuňte zástrčku adaptéru (78) do konektoru (47) zadního řetězového krytu.

2. Vložte adaptér (78) do zásuvky napájení ze sítě (230V~/50Hz).

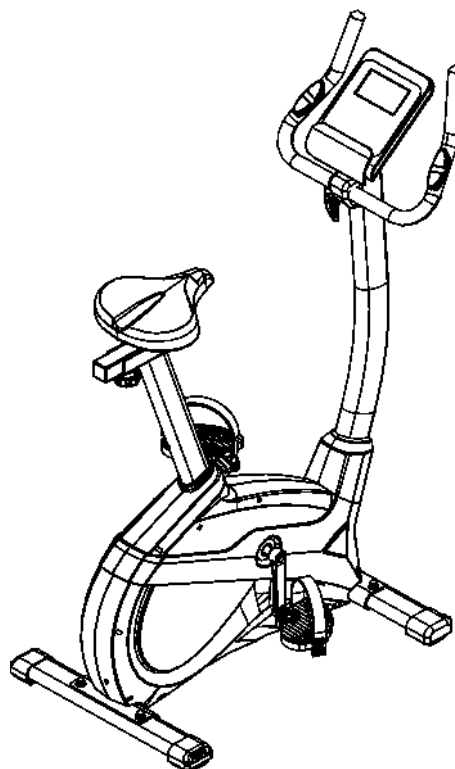
**KROK 8:****Kontroly**

1. Zkontrolujte správnou instalaci a funkci všech šroubových a zástrčkových spojů. Tím je instalace dokončena.

2. Pokud je vše v pořádku, seznámte se se strojem při nízkém nastavení odporu a proveďte individuální nastavení dle Vašich potřeb.

Poznámka:

Sadu nářadí a návod k použití si uschovejte, protože mohou být později potřebné pro opravy anebo objednávky náhradních dílů.



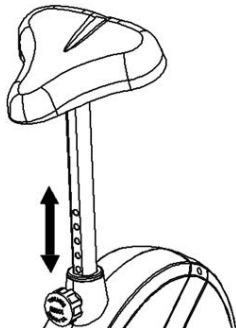
MONTÁŽ, POUŽITÍ A DEMONTÁŽ

Přeprava zařízení:

Na přední noze jsou dva válečky. Pro přemístění můžete zvednout zadní nohu a dojet s ní na místo, kam ji chcete umístit nebo uložit.

Nastavení - poloha sedadla

Pro efektivní trénink musí být sedadlo správně nastaveno. Při šlapání by měla být kolena mírně pokrčená, když jsou pedály v nejvyšší poloze. Chcete-li sedadlo nastavit, odšroubujte knoflík o několik otáček a mírně jej vytáhněte. Nastavte sedadlo do správné výšky, poté knoflík uvolněte a zcela utáhněte.



Důležité:

Ujistěte se, že jste knoflík vrátili zpět na místo ve sloupku sedadla a zcela jej utáhli. Nikdy nepřekračujte maximální výšku sedadla. Před jakýmkoli nastavováním vždy sesedněte z kola.

Biomechanicky optimální poloha sedadla zajišťuje optimální přenos výkonu. Cílem je, aby se na pedály dostala co největší stávající síla a svaly s optimálním účinkem pracovaly. Poloha sedu ovlivňuje, které svaly jsou aktivně zatěžovány. Správná poloha řídítek je zodpovědná za správné držení horní části těla. Nastavení řídítek je zvoleno vodorovně, abyste získali atletický postoj. Chcete-li nastavit řídítka, jednoduše povolte šroub řídítek, dokud je nelze uvést do požadované polohy, a po nastavení je opět pevně utáhněte.

Abyste se vyhnuli problémům, jako je bolest zad, kolen nebo necitlivost nohou v důsledku špatné polohy sedla na kole, důrazně doporučujeme věnovat pozornost optimálnímu nastavení sedla a řídítek.

Montáž, použití a demontáž

Před použitím:

- Po nastavení sedadla do správné polohy ved'te jednu nohu přes spodní jednotku a pevně se držte řídítek.
- Umístěte jeden pedál do nejnižší polohy a nasad'te nohu na pedál pod řemínkem pedálu, abyste dosáhli stabilní polohy nohy.
- Nyní se můžete posadit, druhou nohu zasunout do druhého pedálu a začít trénovat.

Použití:

- Ruce držte na řídítkách a obě nohy řádně zasuňte do upínacích řemínků obou pedálů.
- Šlápejte na rotopedu střídavě oběma nohama.
- Poté můžete postupně zvyšovat rychlost šlapání a nastavovat úroveň odporu, abyste zvýšili intenzitu cvičení.

Sesednutí:

- Zpomalte rychlost šlapání, dokud se pedály nezastaví.
- Levou rukou se pevně chyt'te levého řídítka, přejděte přes spodní jednotku zařízení a dopadněte nohou na zem.

Poznámka:

Toto tréninkové zařízení je stacionární cvičební stroj, který slouží k simulaci bez nadměrného tlaku na klouby, čímž snižuje riziko zranění při nárazu.

Cvičení na rotopedu umožňuje kardiovaskulární trénink bez nárazů, který může mít lehkou až vysokou intenzitu podle toho, jaký odpor si uživatel nastaví. Posílí svaly nohou a zvýší kardio výkonnost a také udrží kondici Vašeho těla.



Dodávaný počítač je určen pro programovatelná magnetická kola. V následujícím textu se dočtete o následujících kategoriích:

- Klíčové funkce
- O displejích
- Provozní rozsahy
- Co byste měli vědět před cvičením
- Návod k obsluze

Zapnutí:

1. Zasuňte adaptér do elektrické sítě a konektor adaptéru do zásuvky zařízení. Z počítače zazní signální tón a všechny segmenty LCD displeje se na 2 sekundy zobrazí a nastaví se na 00.

nebo

2. Adaptér je již připojen a zařízení se automaticky vypnulo. Stisknutím libovolné klávesy - nebo alespoň jednoho pedálu se počítač automaticky zapne.

Vypnout:

Jakmile se s přístrojem nepracuje déle než přibližně 4 minuty, počítač se automaticky vypne. Po cvičení vytáhněte adaptér ze zásuvky.

KLÍČOVÉ FUNKCE

"START/STOP" : Spustí nebo zastaví zvolený program. Stisknutím a podržením po dobu 2 sekund monitor vynulujete.

"F" : Vybere nebo zadá funkce ze sloupců PROGRAMY, ČAS, DISTANCE, WATT, CAL, CÍLOVÁ TEPOVÁ FREKVENCE, VĚK. Zvolená funkce bliká. Vezměte prosím na vědomí, že ne všechny funkce lze zvolit v každém programu podle typů jednotlivých programů. Během cvičení můžete stisknutím tlačítka F trvale nebo střídavě zobrazovat funkce otáček za minutu, wattů a kalorií nebo rychlosti, času a vzdálenosti.

UP(+): Vybere nebo zvýší hodnoty sloupců PROGRAMY, ČAS, VZDÁLENOST, WATT, CAL., CÍLOVÁ TEPOVÁ FREKVENCE, VĚK.

DOWN(-): Slouží k výběru nebo snížení hodnot sloupců PROGRAMY, ČAS, DISPOZICE, WATT, CAL., CÍLOVÁ TEPOVÁ FREKVENCE, VĚK.

OBNOVENÍ(TEST): Spustí funkci PULSE RECOVERY.

DISPLEJE

PROGRAM:

Označuje vybrané programy od PROGRAMU 1 do PROGRAMU 21.

ÚROVEŇ:

Označuje zvolenou úroveň zatížení od LEVEL 1 do LEVEL 24.

TIME/ WATT :

Střídavě nebo trvale indikuje čas nebo Watt stisknutím tlačítka F. Čas ukazuje minuty a sekundy. Je-li přednastaveno, čas se počítá směrem dolů. Minimální předvolba 5min. Rozsah 5-99Min. Zobrazení skutečného výkonu se zobrazuje ve Watech. Přednastavený rozsah 10-300 Watt pouze v programu P16 Watt.

RPM/SPEED/KMH:

Střídavě nebo trvale indikuje otáčky nebo rychlost stisknutím tlačítka F. Displej otáček ukazuje počet otáček za minutu. Displej rychlosti zobrazuje kilometry za hodinu.

DIST/CAL:

Střídavě nebo trvale indikuje vzdálenost nebo kalorie stisknutím tlačítka F. Na displeji se zobrazí vzdálenost v kilometrech. Přednastavený rozsah 1-999 km. Pokud se přednastavená vzdálenost počítá směrem dolů. Na displeji kalorií se zobrazí kcal. Minimální přednastavená hodnota 10 kcal. Přednastavený rozsah 10-990.

KM celkem (ODO):

Zobrazí se vzdálenost všech tréninkových jednotek v km. Není možné ji zadat. Zobrazení ODO lze kdykoli vynulovat. To provedete současným stisknutím tlačítka F a tlačítka Start / Stop na dobu 2 sekund.

PULSE :

Ukazuje skutečnou tepovou frekvenci. Celá sada detektoru srdečního tepu obsahuje 2 snímače na každé straně. Každý snímač má 2 části. Správný způsob detekce je jemné uchopení obou kovových částí každou rukou.

Při dobrých signálech zachycených počítačem začne blikat značka srdce na displeji HEART RATE. Rozsah 60-240 tepů za minutu. Pokud je zadána horní hranice tepu, bliká displej při dosažení nastavené hodnoty.

TARGET H.R:

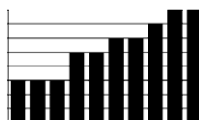
Uvádí pouze jednu hodnotu TARGET HEART RATE.

Profily LOADING:

Sloupců je 10 a v každém sloupci je 8 úrovní. Každý sloupec představuje 1 minutu tréninku (beze změny času) a každá úroveň představuje 3 úrovně zatížení.

Graf programu:

Každý zobrazený graf je profilem zatížení v každém intervalu (sloupci). Každý interval je dlouhý 3 minuty, všechny sloupce tvoří 30 minut. Při hodnotě TIME počítané směrem dolů je každý interval hodnotou nastavení TIME děleno 10. Pokud je například hodnota nastaveného času 40 minut, každý interval bude 40 minut dělených 10 intervaly (40/10=4). Každý interval pak bude mít hodnotu 4 minuty. V následujících grafech jsou zobrazeny všechny profily v monitoru.



- Co byste měli vědět před cvičením: Hodnoty vypočítané nebo naměřené počítačem jsou určeny pouze pro cvičení, nikoliv pro lékařské účely.

PROGRAMY

Programová příručka:

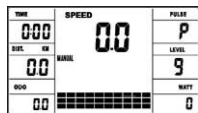
PROGRAM MANUAL je manuální program. Stisknutím tlačítka "F" vyberte ČAS, VZDÁLENOST nebo KAL.. Poté stiskněte klávesu (+) nebo (-) pro nastavení hodnot. Výchozí úroveň zatížení je 6.

Po stisknutí tlačítka "START/STOP" pro cvičení použijte odpovídajícím způsobem také detektor rychlosti. Uživatelé mohou cvičit v libovolné požadované úrovni (stisknutím tlačítka (+) nebo (-) během cvičení) s časovým úsekem nebo určitou vzdáleností.

Cvičení s konkrétním cílem:

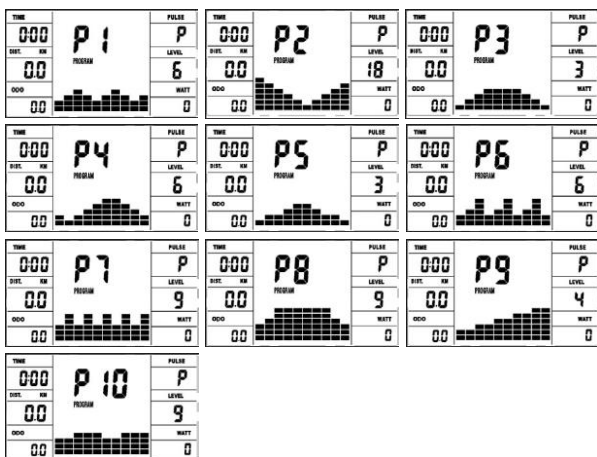
Kontrola času: Nastaví časový úsek pro cvičení. (5-99min.) DISTANCE Control (Ovládání vzdálenosti): Nastaví určitou vzdálenost pro cvičení. (1-999km) CALORIE Control (Ovládání kalorií): Nastaví určité kalorie pro cvičení. (10-990kcal)

Nastavení parametrů cvičení pomocí klávesy F pro čas, vzdálenost, kalorie a tepovou frekvenci.



Přednastavené programy P1-P10:

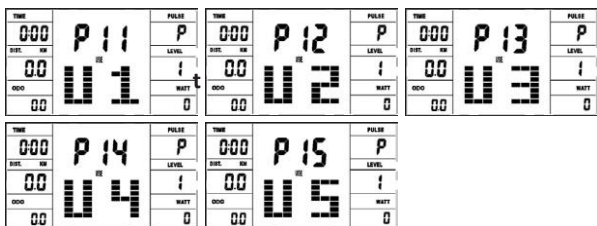
PROGRAM 1 až PROGRAM 10 jsou přednastavené programy. Stisknutím tlačítka "F" vyberte ČAS, VZDÁLENOST nebo KAL. Poté stiskněte klávesu (+) nebo (-) pro nastavení hodnot. Uživatelé mohou cvičit s různou úrovní zátěže v různých intervalech, jak ukazují profily. Po stisknutí klávesy "START/STOP" pro cvičení použijte také odpovídajícím způsobem detektor srdečního tepu. Uživatelé mohou také cvičit v libovolné požadované úrovni (stisknutím tlačítka (+) nebo (-) během cvičení) s časovým úsekem nebo určitou vzdáleností. Pomocí klávesy F nastavte parametry cvičení pro čas/vzdálenost/kalorie a tepovou frekvenci.



Programy uživatelského nastavení P11-P15:

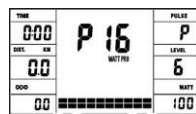
Programy 11 až 15 jsou programy uživatelského nastavení. Uživatelé mohou libovolně upravovat hodnoty v pořadí ČAS, VZDÁLENOST, KAL. a level načítání v 10 intervalech.

Hodnoty a profily se po nastavení uloží do paměti. Po stisknutí tlačítka "START/STOP" při cvičení použijte také odpovídajícím způsobem monitor srdečního tepu. Uživatelé mohou také měnit probíhající zátěž v každém intervalu stisknutím klávesy (+) nebo (-) a nezmění úroveň zátěže uloženou v paměti. Při zadání věku může počítač navrhnout cílovou tepovou frekvenci pro cvičení. Navrhovaná tepová frekvence je 80 % (220 - věk). Pokud se tedy zjištěná tepová frekvence rovná nebo je vyšší než cílová tepová frekvence, bude hodnota HEART RATE stále blikat. Vezměte prosím na vědomí, že se jedná o upozornění pro uživatele, aby snížil rychlost nebo úroveň zátěže. Nastavte parametry cvičení pomocí tlačítka F pro čas/vzdálenost/kalorie a tepovou frekvenci.



Rychlostně nezávislý wattový program P16:

Zde můžete zadat individuální specifikaci výkonu. V určitém tolerančním rozmezí počítač automaticky upravuje odpor šlapání bez ohledu na kadenci, abyste se vždy pohybovali v zadaném pásmu. Nastavení tréninkových parametrů čas/vzdálenost/kalorie/horní hranice pulsu/wattů pomocí klávesy "F".



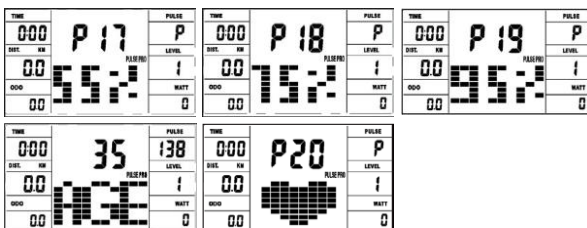
Programy řízení srdeční frekvence P17-P20:

Programy 17 až 20 jsou programy řízení srdeční frekvence. V programech 17 až 19 stisknete tlačítko "F" pro výběr TIME, DISTANCE, CAL. a AGE. Poté stisknete klávesu (+) nebo (-) pro nastavení hodnot. Uživatelé mohou cvičit po určitou dobu nebo na určitou vzdálenost s 55% maximální srdeční frekvencí v programu 17, 75% maximální srdeční frekvencí v programu 18 a 95% maximální srdeční frekvencí v programu 19. V programu 19 můžete nastavit maximální srdeční frekvenci na 55%. Po stisknutí klávesy "START/STOP" pro cvičení prosím také vhodně použijte monitorování srdečního tepu. V těchto programech počítač upraví úroveň zátěže podle zjištěné tepové frekvence. Například úroveň zátěže se může zvýšit, zatímco zjištěná tepová frekvence je nižší než TARGET H.R. Také úroveň zátěže se může snížit, zatímco zjištěná tepová frekvence je vyšší než TARGET H.R. V důsledku toho se tepová frekvence uživatele upraví tak, aby se blížila TARGETu.

H.R. v rozmezí TARGET H.R. -5 a TARGET H.R. +5. Po zadání věku může počítač navrhnout cílovou tepovou frekvenci pro cvičení. Navrhovaná tepová frekvence je 80 % (220 - věk).

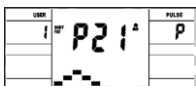
Pokud se tedy zjištěná tepová frekvence rovná nebo je vyšší než cílová tepová frekvence, hodnota HEART RATE bude stále blikat. Vezměte prosím na vědomí, že se jedná o upozornění pro uživatele, aby zpomalil nebo snížil úroveň zátěže.

V programu 20 stisknete klávesu "F" pro výběr TIME, DISTANCE, CAL. a TARGET H.R. Uživatelé mohou nastavit cílovou tepovou frekvenci pro cvičení v určitém časovém úseku nebo na určitou vzdálenost.



Program BODY FAT P21

V necvičícím stavu stisknete klávesu F a zadejte nastavení parametrů tělesného tuku. Nastavení můžete provést v následujícím pořadí: (1 - 8), výška (120-250 cm), pohlaví, věk (10-99), hmotnost (20-200 kg). Stisknutím klávesy F přejdete k nastavení dalšího parametru. Stisknutím klávesy + zvýšíte hodnotu nastavení, zatímco stisknutím klávesy "-" ji snížíte. Po dokončení nastavení stisknete klávesu START/STOP a podržte snímač pulsu. Poté se na displeji za 10 sekund zobrazí údaje o tělesném tuku a Váš individuální program tělesného tuku. Opětovným stisknutím tlačítka START/STOP ukončíte test tělesného tuku a dalším stisknutím zahájíte cvičení tohoto programu.

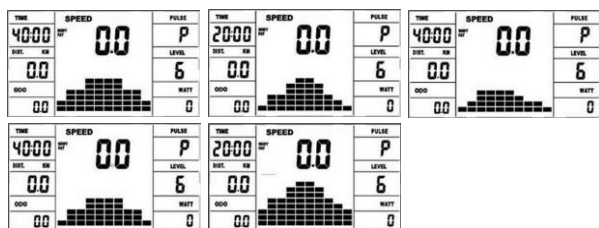


Pohlaví/věk	Podváha	Zdravé	Mírná nadváha	Nadváha	Obézní
Männlich/≤ 30	< 14%	14%~20%	20.1%~25%	25.1%~35%	> 35%
Männlich/> 30	< 17%	17%~23%	23.1%~28%	28.1%~38%	> 38%
Weiblich/≤ 30	< 17%	17%~24%	24.1%~30%	30.1%~40%	> 40%
Weiblich/> 30	< 20%	20%~27%	27.1%~33%	33.1%~43%	> 43%

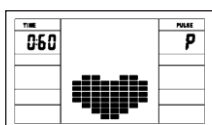
Poznámka:

1. Během testu tělesného tuku se zobrazí Err2, pokud snímače ručního pulsu nedostanou žádný vstup.

2. Podle výsledku testu se dostane do systému doporučení zpřísnit program.

**TEST-Pulse Recovery:**

Jedná se o funkci pro kontrolu stavu obnovy pulsu, která je odstupňována od 1,0 do 6,0, přičemž 1,0 znamená nejlepší a 6,0 nejhorší a přírůstek je 0,1. Aby bylo hodnocení správné, musí jej uživatelé otestovat ihned po skončení cvičení stisknutím klávesy "TEST" a poté přestat cvičit. Po stisknutí klávesy také vhodně použijte detektor srdečního tepu. Test bude trvat 1 minutu a výsledek se zobrazí na displeji.

**TABULKA WATTŮ**

Otáčky a výkon ve wattch úrovně 1 - 24.

ÚROVEŇ	20 OTÁČEK ZA MINUTU WATT	30 OTÁČEK ZA MINUTU WATT	40 OTÁČEK ZA MINUTU WATT	50 RPM WATT	60 OTÁČEK ZA MINUTU WATT	70 OTÁČEK ZA MINUTU WATT	80 OTÁČEK ZA MINUTU WATT
1	4	8	14	20	28	35	42
2	6	11	19	27	38	48	60
3	7	13	23	34	48	61	77
4	8	16	28	41	58	74	93
5	9	19	33	48	68	89	110
6	10	21	37	54	78	100	125
7	11	23	41	61	88	112	142
8	13	27	47	68	98	124	159
9	15	29	52	76	108	137	176
10	16	31	56	82	118	148	187
11	17	35	62	90	128	164	203
12	18	37	66	96	138	172	220
13	19	40	70	103	148	185	236
14	20	43	75	110	158	201	252
15	22	46	79	117	168	215	269
16	23	50	85	125	178	228	286
17	25	53	90	133	188	246	304
18	26	56	95	141	198	251	318
19	28	59	100	149	208	272	332
20	29	63	104	156	218	283	346
21	31	65	108	162	228	291	361
22	32	67	113	168	238	303	378
23	34	71	120	175	248	320	397
24	36	74	127	182	258	335	416

Poznámky:

1. Spotřeba energie (Watt) se upravuje měřením rychlosti pohonu (min-1) nápravy a brzdného momentu (Nm).

2. Vaše zařízení bylo před odesláním otestováno, aby splňovalo požadavky na klasifikaci přesnosti. Pokud máte pochybnosti o přesnosti, obraťte se na místního prodejce nebo jej zašlete do akreditované zkušebny, aby ji zajistil nebo zkaliibroval.

(Upozorňujeme, že je přípustná odchylka, jak je uvedeno na straně 15.)

MĚŘENÍ TEPOVÉ FREKVENCE**Měření tepové frekvence pomocí pásu:**

Pro spolehlivé sledování tepové frekvence během tréninku doporučujeme nosit vhodný hrudní pás. Počítač má vestavěný přijímač, takže můžete použít pás pro měření tepové frekvence s Bluetooth, například pás pro měření tepové frekvence Christopheit Sport BT (č. položky: 2209). Pokud pás pro měření tepové frekvence před nasazením trochu navlhčíte, počítač by měl zaznamenat a zobrazit údaje o tepové frekvenci do 60 sekund. Dosah pásů pro měření tepové frekvence je 1 až 2 m v závislosti na modelu.

Měření pulsu rukou:

Snímače pulsu rukou jsou umístěny na levé a pravé rukojeti řídítek. Dbejte na to, aby obě dlaně vždy spočívaly na snímačích současně a normální silou. Jakmile se puls sníží, na displeji se zobrazí hodnota pulsu. (Měření tepu rukou je pouze orientační, protože pohyb, tření, pot, struktura kůže a krevní oběh atd. mohou vést k individuálním odchylkám od skutečného tepu).

Poznámka: Pokud se používají obě metody měření pulsu současně, má přednost ruční měření pulsu.

Pozor! Systémy monitorování srdeční frekvence mohou být nepřesné. Nadměrné cvičení může způsobit vážné zranění nebo smrt. Pokud pocítíte závrať nebo slabost, okamžitě přestaňte trénovat. Naměřené hodnoty tepu nejsou vhodné pro lékařské účely.

KONEKTIVITA APLIKACE**APLIKACE KINOMAP**

Aplikace Kinomap - to je sport, trénink, hry a elektronický sport. Obsahuje mnoho kilometrů reálného filmového materiálu, na kterém můžete cvičit, jako byste byli venku; sledování tras a analýzu vašich výkonů; trenérský obsah; režim pro více hráčů; denně nové příspěvky; oficiální závody a další ...

Stáhněte si aplikaci a připojte se

Naskenujte QR kód níže pomocí svého chytrého telefonu/tabletu nebo použijte funkci vyhledávání v Playstore (Android) nebo APP Store (IOS) a stáhněte si aplikaci Kinomap APP. Zaregistrujte se a postupujte podle pokynů v aplikaci. Aktivujte Bluetooth na chytrém telefonu nebo tabletu a přes nabídku v aplikaci vyberte správce zařízení a poté vyberte kategorii "Exercise bike". Poté přes logo výrobce vyberte označení typu "Christopeit Sport" za účelem připojení sportovního vybavení. V závislosti na sportovním vybavení jsou prostřednictvím aplikace APP zaznamenávány různé funkce přes Bluetooth nebo jsou vyměňována data.

Pozor! Aplikace Kinomap APP nabízí zkušební verzi na 14 dní zdarma. Po uplynutí této doby jsou účtovány poplatky, které jsou uvedeny na domovské stránce Ki- nomap. Další informace naleznete na adrese: <https://www.kinomap.com/en/>



kinomap

APLIKACE PRO IOS / ANDROID

ČIŠTĚNÍ, KONTROLY A SKLADOVÁNÍ

1. Čištění

K čištění používejte pouze mírně vlhký hadřík. **Upozornění:** Nikdy nepoužívejte k čištění povrchu benzen, ředidlo nebo jiné agresivní čisticí prostředky, protože by to způsobilo poškození zařízení je určeno pouze pro soukromé domácí použití a pro použití vhodné v interiéru. Přístroj udržujte v čistotě a v dostatečné vzdálenosti od vlhkosti.

2. Skladování

Při záměru nepoužívat zařízení déle než 4 týdny ho odpojte od napájení. Zasuňte sedlovou smyčku směrem k řídítkům a opěrnou trubku sedla co nejhlouběji do rámu. Zvolte suchý skladovací prostor a naneste trochu oleje ve spreji na ložiska pedálů vlevo a vpravo, na závit šroubu řídítek a na závit rychloupínače pro opěrku sedla. Kolo přikryjte, aby bylo chráněno před slunečním zářením a znečištěním prachem.

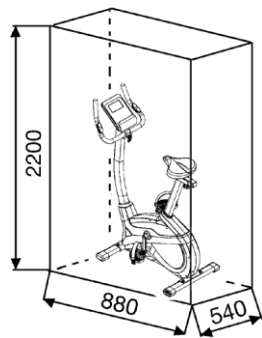
3. Kontroly

Doporučujeme každých 50 hodin zkontrolovat těsnost šroubových spojů. Každých 100 provozních hodin byste měli na ložiska pedálů vlevo a vpravo, na závit šroubu řídítek a na závit rychloupínače pro sedlovou opěrku nanést trochu oleje ve spreji.

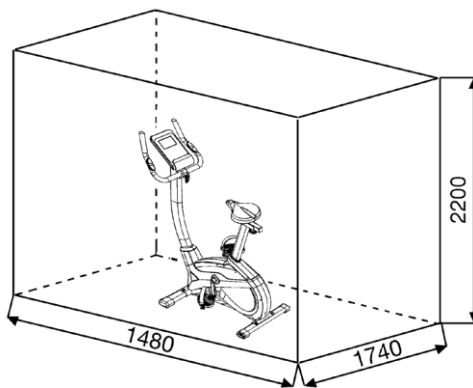
ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Pokud se vám nepodaří problém vyřešit pomocí následujících informací, obraťte se na autorizované servisní středisko.

Problém	Možná příčina	Řešení
Počítač nemá žádnou hodnotu na displeji, pokud stisknete jakoukoli klávesu.	Není dobře zapojen napájecí adaptér nebo je napájení bez proudu.	Zkontrolujte, zda je napájecí adaptér správně zapojen, případně pomocí jiného elektrického zařízení zkontrolujte, zda je napájení ze sítě v pořádku.
Počítač nepočítá data a po spuštění se nezapne cyklistika.	Chybějící impuls senzoru na základě nedostatečně zapojeného připojení	Zkontrolujte zástrčkové spoje u počítače a uvnitř podpěry rukojeti.
Počítač nepočítá data a po spuštění se nezapne cyklistika.	Chybějící impuls snímače na základě nesprávné polohy snímače.	Sundejte kryt a zkontrolujte vzdálenost mezi magnetem a snímačem. Magnet u otočného kola řemene by měl mít pouze menší vzdálenost než < 5 mm proti poloze snímače.
Žádná hodnota impulsu	Pulzní snímač není dobře zapojen.	Zkontrolujte, zda je samostatně vedený impulzní kabel dobře připojen k počítači.
Žádná hodnota impulsu	Nedostatečně připojené snímače pulsu.	Vyšroubujte šroub pro měření pulzů a zkontrolujte, zda jsou zástrčky dobře připojeny a zda nedošlo k poškození pulzního kabelu.



Tréninková plocha v mm
(pro domácí trénéry a uživatele)



Volná plocha v mm
(výcvikový prostor a bezpečnostní prostor (otočný 60 cm))

OBEČNÉ POKYNY PRO CVIČENÍ

Při určování množství tréninkového úsilí potřebného k dosažení hmatatelných fyzických a zdravotních přínosů je třeba vzít v úvahu následující faktory.

1. INTENZITA:

Úroveň fyzické zátěže během tréninku musí přesáhnout hranici normální námahy, aniž by překročila hranici dušnosti a/nebo vyčerpání. Vhodnou referenční hodnotou může být puls. S každým tréninkem se kondice zvyšuje, a proto by se měly požadavky na trénink upravovat. To je možné prodloužením doby trvání tréninku, zvýšením obtížnosti nebo změnou typu tréninku.

2. TRÉNINKOVÁ TEPOVÁ FREKVENCE

Pro stanovení tréninkové tepové frekvence můžete postupovat následovně. Upozorňujeme, že se jedná o orientační hodnoty. Pokud máte zdravotní problémy nebo si nejste jisti, poraďte se s lékařem nebo fitness trenérem.

01: Výpočet maximální tepové frekvence

Maximální hodnotu impulsu lze určit mnoha různými způsoby, protože maximální hodnota impulsu závisí na mnoha faktorech. Pro výpočet můžete použít hlavní vzorec (maximální tepová frekvence = 220 - věk). Tento vzorec je velmi obecný. Používá se v mnoha domácích sportovních produktech ke stanovení maximální tepové frekvence. Doporučujeme vzorec **Sally-Edwards**. Tento vzorec vypočítává maximální tepovou frekvenci přesněji a zohledňuje pohlaví, věk a tělesnou hmotnost.

Vzorec Sally-Edwards:

Muži:

Maximální tepová frekvence = $214 - (0,5 \times \text{věk}) - (0,11 \times \text{tělesná hmotnost})$

Ženy:

Maximální tepová frekvence = $210 - (0,5 \times \text{věk}) - (0,11 \times \text{tělesná hmotnost})$

02: Výpočet tréninkové tepové frekvence

Optimální tréninková tepová frekvence se řídí cílem tréninku. K tomu byly definovány tréninkové zóny.

Zóna zdraví: Regenerace a kompenzace

Vhodné pro: typ tréninku: velmi lehký kardio trénink. Cíl: regenerace a podpora zdraví. Budování základní kondice.

Tréninková tepová frekvence = 50 až 60 % maximální tepové frekvence

Fat-Metabolism zóna: Základy vytrvalostního tréninku. Vhodné pro začátečníky i pokročilé uživatele. Typ tréninku: lehký kardio trénink. Cíl: aktivace metabolismu tuků (spalování kalorií). zlepšení vytrvalostního výkonu. **Tréninková tepová frekvence = 60 až 70 % maximální tepové frekvence.**

Aerobní zóna: Základní vytrvalostní trénink 1 až 2

Vhodné pro začátečníky i pokročilé. Typ tréninku: mírný kardio trénink. Cíl: aktivace metabolismu tuků (spalování kalorií) a zlepšuje aerobní výkonnost.

Tréninková tepová frekvence = 70 až 80 % maximální tepové frekvence

Anaerobní zóna: Základy vytrvalostního tréninku 2

Vhodné pro pokročilé a závodní sportovce. Typ tréninku: středně náročný vytrvalostní trénink nebo intervalový trénink. Cíl: zlepšení laktátové tolerance, maximální zvýšení výkonnosti.

Tréninková tepová frekvence = 80 až 90 % maximální tepové frekvence

Výkonnostní zóna: Výkonnostní / soutěžní trénink

Vhodné pro atlety a výkonnostní sportovce. Typ tréninku: intenzivní intervalový trénink a závodní trénink. Cíl: zlepšení maximální rychlosti a výkonu. **POZOR!** Trénink v této oblasti může vést k přetížení kardiovaskulárního systému a poškození zdraví.

Tréninková tepová frekvence = 90 až 100 % maximální tepové frekvence.

Výpočet vzorce:

Muž, 30 let, váží 80 kg. Je začátečník a chtěl bych zhubnout a zvýšit vytrvalost.

01: Maximální puls - výpočet

Maximální tepová frekvence = $214 - (0,5 \times \text{věk}) - (0,11 \times \text{tělesná hmotnost})$ Maximální tepová frekvence = $214 - (0,5 \times 30) - (0,11 \times 80)$ **Maximální tep = přibližně 190 tepů/min.**

02: Výpočet tréninkové tepové frekvence

Vzhledem k mým cílům a úrovni trénovanosti mi nejlépe vyhovuje zóna metabolismu tuků.

Tréninková tepová frekvence = 60 až 70 % maximální tepové frekvence Tréninková tepová frekvence = $190 \times 0,6$ [60 %].

Tréninková tepová frekvence = přibližně 114

Po nastavení tréninkové tepové frekvence pro Vaši tréninkovou kondici nebo po stanovení cílů můžete začít trénovat. Většina našich produktů je vybavena snímači tepové frekvence nebo je kompatibilní s tepovým pásem. Během tréninku tak můžete na monitoru kontrolovat svou tepovou frekvenci. Pokud se tepová frekvence na displeji počítače nezobrazuje nebo si chcete zkontrolovat tepovou frekvenci, která by mohla být nesprávně zobrazena kvůli možným chybám aplikace apod.:

- Měření tepu běžným způsobem (snímání tepu např. na zápěstí a počítání tepů během minuty).
- Měření srdeční frekvence pomocí vhodných a kalibrovaných přístrojů na měření srdeční frekvence (k dostání v prodejnách zdravotnických potřeb).
- Měření srdeční frekvence s dalšími produkty, jako jsou například smart fitness hodinky

FREKVENCE:

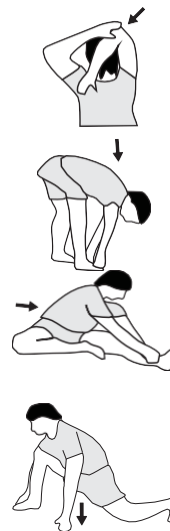
Většina odborníků doporučuje kombinaci zdravého jídelníčku, který je třeba upravit podle tréninkového cíle, a fyzického cvičení třikrát až pětikrát týdně. Běžný dospělý člověk potřebuje k udržení své současné kondice cvičit dvakrát týdně. Pro zlepšení kondice a změnu tělesné hmotnosti potřebuje alespoň tři tréninky týdně. Ideální je samozřejmě frekvence pěti tréninků týdně.

3. PLÁN VÝCVIKU

Každý trénink by se měl skládat ze tří fází: "zahřívací fáze", "tréninková fáze" a "ochlazovací fáze". V zahřívací fázi by se měla tělesná teplota a přísun kyslíku zvyšovat pomalu. To je možné prostřednictvím gymnastických cvičení po dobu pěti až deseti minut. Poté se začíná se skutečným tréninkem - "tréninková fáze". Tréninková zátěž by měla být přizpůsobena podle tréninkové tepové frekvence. Aby se po tréninkové fázi podpořil krevní oběh a později se předešlo rozcvičení nebo namožení svalů, je nutné po tréninkové fázi následovat fází ochlazení. Ta by měla sestávat z protahovacích cviků a/nebo lehkých gymnastických cvičení po dobu pěti až deseti minut.

Příklad - protahovací cvičení pro zahřívací a ochlazovací fázi

Zahřejte se chůzí na místě po dobu alespoň 3 minut a poté proveďte následující gymnastické cviky, abyste tělo na tréninkovou fázi náležitě připravili. Cviky nepřehánějte a dělejte je, dokud neucítíte mírný odpor. V této poloze chvíli vydržte.



Natáhněte levou ruku za hlavu k pravému rameni a pravou ruku mírně přitáhněte k levému lokti. Po 20 sekundách ruku vyměňte.

Předkloňte se co nejvíce dopředu a nohy nechte téměř natažené. Dotkněte se prsty špiček nohou. 2 x 20 s.

Posadte se s jednou nohou nataženou na podlaže, předkloňte se a pokuste se dosáhnout rukama na chodidlo. 2 x 20 s.

Klekněte si do širokého předklonu a opřete se rukama o zem. Stlačte pánev dolů. Střidejte po 20 s obě nohy.

4. MOTIVACE

Klíčem k úspěšnému programu je pravidelný trénink. Pro každý den tréninku byste si měli stanovit pevný čas a místo a na trénink se připravit. Trénujte pouze tehdy, když na to máte náladu a když máte na zřeteli svůj cíl. Při průběžném tréninku budete moci sledovat, jak den po dni děláte pokroky a kousek po kousku se blížíte svému osobnímu tréninkovému cíli.

SEZNAM DÍLŮ - SEZNAM NÁHRADNÍCH DÍLŮ AX 4000

Art.-Nr: **2007A**
Technické údaje: **30.10.2023**
Vydání

Ergometr třídy HA s vysokou přesností

- Magnetický brzdový systém se setrvačником o hmotnosti cca 9 KG
- Motoricky a počítačově řízený odpor s 24 manuálně nastavitelnými stupni zatížení
- 10 nainstalovaných programů
- 4 programy srdeční frekvence
- 5 individuálních programů
- 1 ruční program
- 1 program nezávislý na rychlosti, regulace výkonu v krocích po 5 W (10-300 W)
- 1 Program tělesného tuku
- Měření pulsu rukou
- Včetně přijímače pro pás s tepovou frekvencí Bluetooth
- Nastavení sklonu řídítek a sedla
- Vodorovně a svisle nastavitelné sedlo
- Kolečka pro snadnější přepravu
- Napájecí zástrčka (adaptér)
- Počítač, zobrazení ve stejnou dobu: Rychlost, čas, vzdálenost, přibližné kalorie, otáčky pedálů za minutu, Watt, srdeční tep a ODO.
- Držák pro chytrý telefon/tablet.
- Zadání limitů pro čas, vzdálenost a přibližný počet kalorií, wattů a tepové frekvence, oznámení vyšších limitů.
- Fitness test (zotavení)
- Připojení Bluetooth pro Kinomaps (APP pro iOS a Android)
- Maximální tělesná hmotnost 150 KG

Tento produkt je určen pouze pro soukromé domácí sportovní aktivity a není povoleno jej používat v komerční nebo profesionální oblasti. Třída použití Home Sport H/A

Kontaktujte nás, pokud jsou některé součásti vadné nebo chybí, nebo pokud budete v budoucnu potřebovat náhradní díly nebo výměnu:

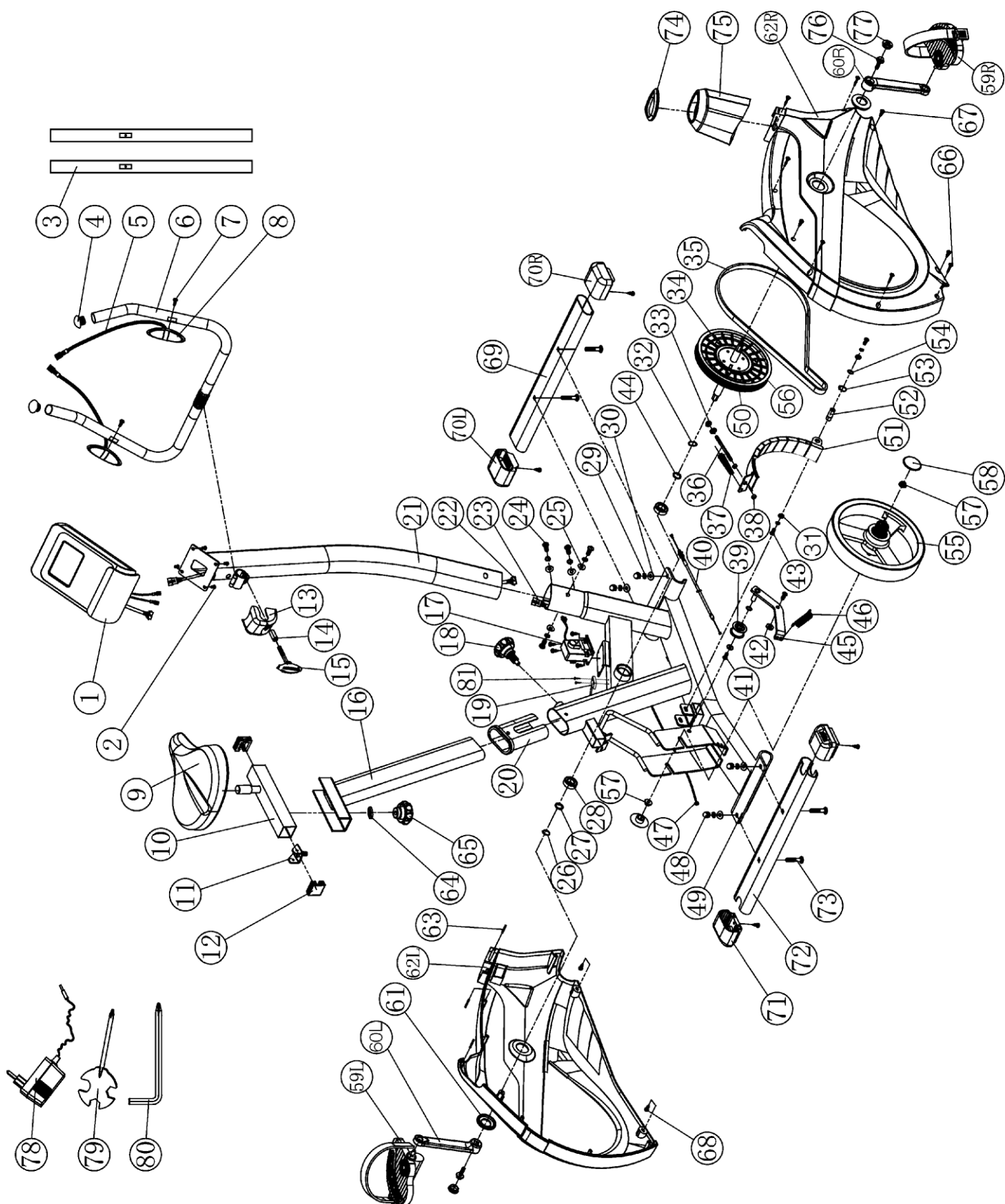
Top-Sports Gilles
GmbH Friedrichstraße
55
42551 Velbert
Telefon: +49 (0)20 51 / 60 67-0
Telefax: +49 (0)20 51 / 60 67-44
e-mail: info@christopeit-sport.com
www.christopeit-sport.com

Potřeba místa cca [cm]: D 88 x Š 54 x V 136
Hmotnost předmětů [kg]: 28
Cvičební prostor cca [m]: 2,5



Ilustrace č.	Označení	Rozměr mm	Množství	Přiloženo k ilustraci č.	ET-číslo
1	Počítač		1	21	36-2007-33-BT
2	Šroub	M5x10	4	1+21	39-9903
3	Pěna		2	6	36-1410-04-BT
4	Koncový uzávěr		2	6	39-9847
5	Pulzní kabel		2	1+8	36-1122-09-BT
6	Řídítka		1	21	33-1410-04-SI
7	Samořezný šroub	M4x15	2	6+8	39-9909-SW
8	Ruční snímač pulsu		2	21	36-9806206-BT
9	Sedlo		1	10	36-9806210-BT
10	Posuvné sedadlo		1	9+16	33-1106107-SW
11	Trojúhelníkový blok		1	10+16	33-9211-08-SI
12	Čtvercová trubková zástrčka		2	10	36-9211-23-BT
13	Plastový kryt		1	6	36-9103-07-BT
14	Distanční trubka	8x24	1	15	36-9806228-BT
15	Šroub řídítek		1	21	36-9211-16-BT
16	Sloupek sedadla		1	10+20	33-1907-05-SW
17	Motor		1	23+49	36-1721-09-BT
18	Rychlé uvolnění	M16	1	49	36-1907-06-BT
19	Senzor		1	23+49	36-9212-07-BT
20	Plastová vložka		1	49	36-1907-08-BT
21	Sloupek řídítek		1	49	33-1907-02-SW
22	Připojovací kabel		1	1+23	36-1107207-BT
23	Kabel motoru		1	17+22	36-1107208-BT
24	imbusový šroub	M8x20	4	21+49	39-9886-CR
25	Zakřivená podložka	8//19	4	24	36-9966-CR
26	C-klip	C17	1	34	36-9825320-BT
27	Podložka	17//22	1	34	39-10135
28	Ložisko	6003-2RS	3	49	36-9806214-BT
29	Pružinová podložka	pro M8	8	24+73	39-9864-VC
30	Podložka	8//16	4	73	39-9962
31	Podložka	6//14	4	36+43	39-9863

Ilustrace č.	Označení	Rozměr mm	Množství	Přiloženo k ilustraci č.	ET-číslo
32	Vlnová podložka	17.5//22	1	34	36-9918-22-BT
33	Nylonová matice	M6	1	36	39-9816-VC
34	Pedálová osa		1	49	33-1907-07-SW
35	Pás	390J6	1	34+55	36-9913116-BT
36	Šroub s dvojitém závitem		1	51	36-1611-22-BT
37	Spring		1	51	36-9806217-BT
38	Ořech	M6	2	36	39-9861-VZ
39	Volnoběžné kolo		1	45	36-9806216-BT
40	Napínací kabel		1	17+51	36-9211-41-BT
41	imbusový šroub	M8x20	2	39+45	39-10095-SW
42	Ořech	M8	1	41	39-10031
43	imbusový šroub	M6x15	3	19+52	39-9911
44	Podložka	17//22	1	34	39-10135
45	Držák volnoběžného kola		1	49	33-1907-06-SW
46	Spring		1	45+49	36-9806217-BT
47	Kabel DC		1	23+62L	36-1721-07-BT
48	Matice víčka	M8	4	73	39-9900-SW
49	Hlavní rám		1	21	33-1907-01-SW
50	Magnet		1	34	36-9825506-BT
51	Držák magnetu		1	52	33-1611-14-SI
52	Osa držáku magnetu		1	51	36-9225-11-BT
53	C-klip	C11	1	52	36-9514-26-BT
54	Vlnová podložka	12//17	1	52	36-9824-21-BT
55	Setrvačnick		1	49	33-1507210-SI
56	Pásové kolo		1	34	36-1105-13-BT
57	Matice nápravy	M10x1,25	2	55	39-9820
58	Ochranný prvek osy		2	56	36-1123-28-BT
59L	Pedál vlevo		1	60	36-9806229-BT
59R	Pedál vpravo		1	56	36-9806230-BT
60L	Klika vlevo		1	34+59L	33-1105-08-SW
60R	Klička vpravo		1	34+59R	33-1105-09-SW
61	Kryt kliky		2	62	36-1907-07-BT
62L	Kryt řetězu vlevo		1	49+62R	36-2007-01-BT
62R	Kryt řetězu vpravo		1	49+62L	36-2007-02-BT
63	Připojovací hřídel		3	62L+62R	36-1508-10-BT
64	Podložka	10//25	1	11	39-9989-SW
65	Matice rukojeti	M10	1	11	36-1907-09-BT
66	Samořezný šroub	M4.5x25	6	62R	39-9825338-BT
67	Vrtací šroub	M5x15	5	62	39-10190
68	Vrtací šroub	M5x20	10	17+62	39-9903-SW
69	Přední stabilizátor		1	49	33-1907-03-SW
70L	Víčko předního stabilizátoru vlevo		1	69	36-1907-10-BT
70R	Víčko předního stabilizátoru vpravo		1	69	36-1907-11-BT
71	Víčko zadního stabilizátoru		2	72	36-1907-12-BT
72	Zadní stabilizátor		1	49	33-1907-04-SW
73	Šroub vozíku	M8x45	4	49,69+72	39-9953
74	Gumový kroužek		1	75	36-1907-05-BT
75	Kryt řídítek		1	21	36-1907-04-BT
76	Šroub nápravy	M8x20	2	56+60	39-9886-CR
77	Kliková zátka		2	56+60	36-9840-15-BT
78	Adaptér	9Volt=/1000mA	1	47	36-1420-17-BT
79	Kombinovaný klíč		1		36-9107-27-BT
80	imbusový klíč		1		36-9107-28-BT
81	Šroub	3x10	2	19	39-10127-SW
82	Návod k montáži a cvičení		1		36-2007-05-BT



Servis / prodeje

Bei Reklamationen, notwendigen Ersatzteilbestellungen oder Reparaturen wenden Sie sich bitte an unsere Service Abteilung.

Top-Sports Gilles GmbH

Friedrichstrasse 55
D - 42551 Velbert

<http://www.christopeit-sport.com>

Tel: +49 (0)2051/6067-0

Fax: +49 (0)2051/6067-44

info@christopeit-sport.com



© by Top-Sports Gilles GmbH D-42551 Velbert (Německo)