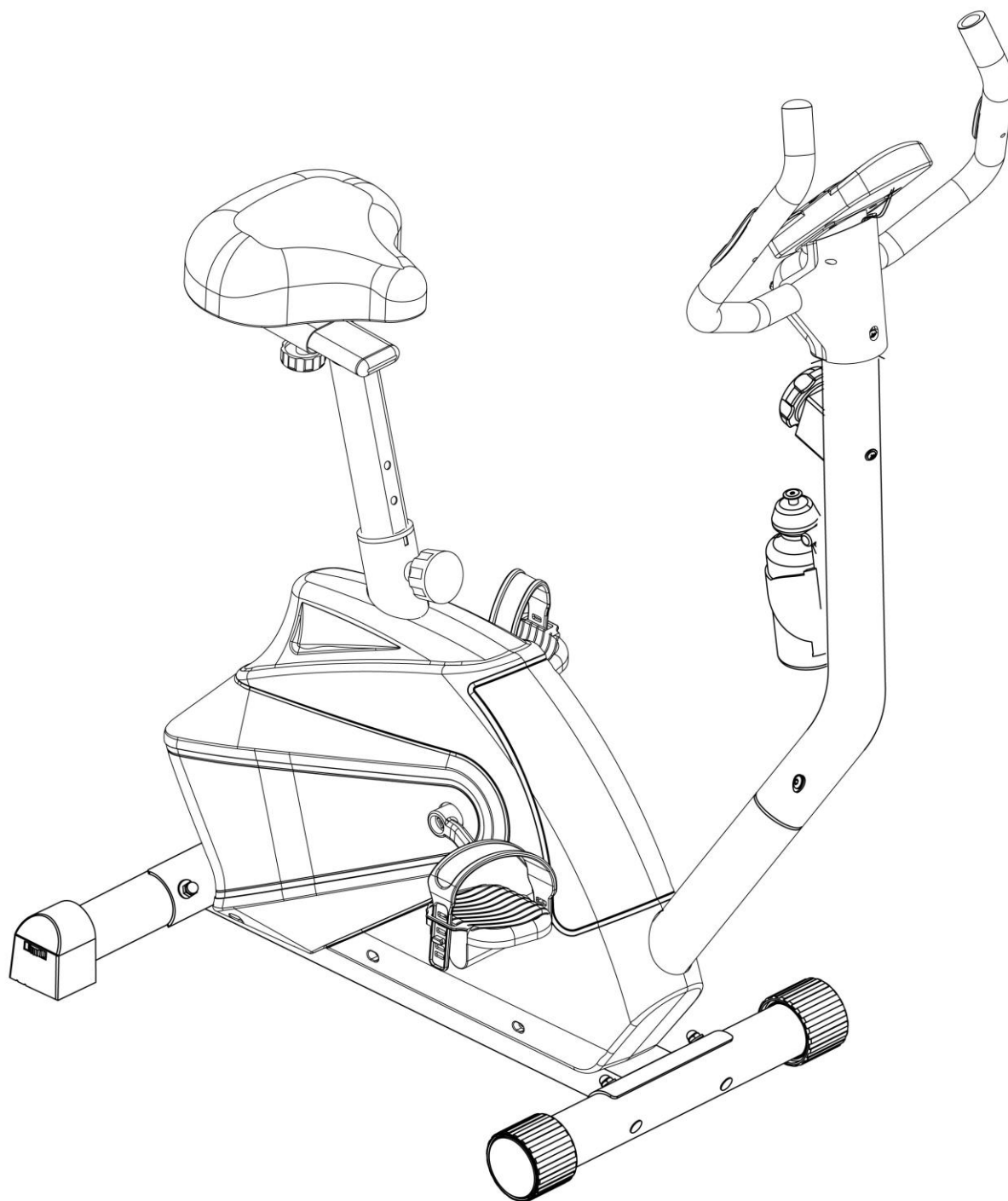


BC4.2

Mágneses edzőtermi kerékpár



A képen szereplő termék kismértékben eltérhet attól a tényről,

HASZNÁLATI UTASÍTÁS

Tisztelt ügyfelem!

Gratulálunk ennek a minőségi terméknek a megvásárlását, amelyet a legújabb technikai ismeretek alapján fejlesztettek ki és a legmodernebb technológiával gyártottak.

Manapság, amikor az életmód jellemzi mozgáshiány, ez a gép szükséges kiegészítője fenntartani a fizikai állapotát és egészségét.

Mielőtt a terméket üzembe helyezne, kérjük, vegye az időt, és figyelmesen olvassa el az alábbi szerelési és üzemeltetési utasításokat, még akkor is, ha már vásárolt egy gépet.

Ha a terméket az eredeti kartondobozba vásárolta, azaz a termék Szétszerelési állapot esetén különös figyelmet kell fordítani a telepítési utasításra. A telepítés megkezdése előtt Óvatosan távolítsa el az egyes összetevőket a dobozból, ellenőrizze azok teljességét, és az utasításoknak megfelelően fontolja meg az összeszerelési eljárást.

Hisszük, hogy elégedett lesz a megvásárolt termékkel és a gép hozzájárul az Ön egészségének és jólétének megszilárdításához. Kívánunk sok sikert, kitartást és erőt elérésében a sport céljait.

kösz

ACRA, s.r.o., Brodská 161, 513 01 Semily, Cseh Köztársaság, www.acrasport.cz

BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK (SZÁMÍTÓGÉPPEL ELLÁTOTT ERŐSÍTŐ GÉPEKHEZ)

1. kiépítése előtt, és használja a gépet, fontos, hogy olvassa el ezeket az utasításokat részletesen. A biztonságos és hatékony mozgás elérése érdekében minden komponenst megfelelően össze kell szerelni és szigorítani. Az Ön felelőssége, hogy a gép minden felhasználóját tájékoztassa a gép helyes biztonságosságról és használatról, valamint minden lehetséges veszélyről, amely a gép helytelen rögzítéséből és használatán alapul.

2. Ha bármilyen egészségügyi problémája van, konzultáljon orvosával a gép használatával. Az orvos véleménye van szükség, ha figyelembe gyógyszereket, amelyek befolyásolják a szívritmus, vérnyomás vagy koleszterin szintjét.

3. tudomásul veszik a szervezet reakciója. Helytelen vagy túlzott testmozgás negatívan befolyásolhatja az egészségre! Vége az edzés, amikor úgy érzi: fájdalom, mellkasi szorító érzés, szabálytalan szívritmus, légzési nehézségek, szédülés, hányinger. Mondja el orvosának ezt a problémát.

4. tartsa a gépet a gyermekek számára elérhetetlen (a gép célja csak felnőtteknek) és az állatok! Védje a gépet a káros hatásoktól, különösen a víztől, a portól, az erős napsugárzástól és az alacsony/magas hőmérséklettől. A gépet Tartsuk szárazon és tisztán, száraz, vagy tiszta legyen. Enyhén nedvesített ruhával.

5. a trénerek maximális súlya 130 kg!

6. az utasítások szerint mindig használja a gépet. Abban az esetben, ha talál a hibás részeket, miközben összeszerelését vagy ellenőrzését a gép, vagy hallod a kóros hangot használat közben,

A gép telepítésének vagy használatának befejezése.

Ne használja a gépet, hogy távolítsa el hibák vagy cserélje ki a hibás alkatrészeket! Az ACRA vállalat szervizközpontjának javításai és kiigazításai, S. R. O. a jótállás nem vonatkozik a felhasználó és harmadik fél nem megfelelő beavatkozása (javítása) által okozott hibákra.

7. a gépet kemény, sík felületre és szőnyegre kell használni, amely megvédi a padlót vagy a szőnyeget. A biztonság érdekében legalább 0,5 m szabad területet kell használni a gép körüli gyakorláshoz.

8. a berendezés biztonságos szintjét csak a sérülés és kopás rendszeres ellenőrzései során lehet fenntartani, például kötelek, csatlakozási pontok stb. Használata előtt a gépet, ellenőrizze, hogy minden anyák és csavarok megszilárdultak megfelelően!

9. Viseljen megfelelő ruhát edzés alatt, kerülje a ruházati, hogy lehet csapdába mozgó részein a gép, vagy korlátozzák a mozgást.

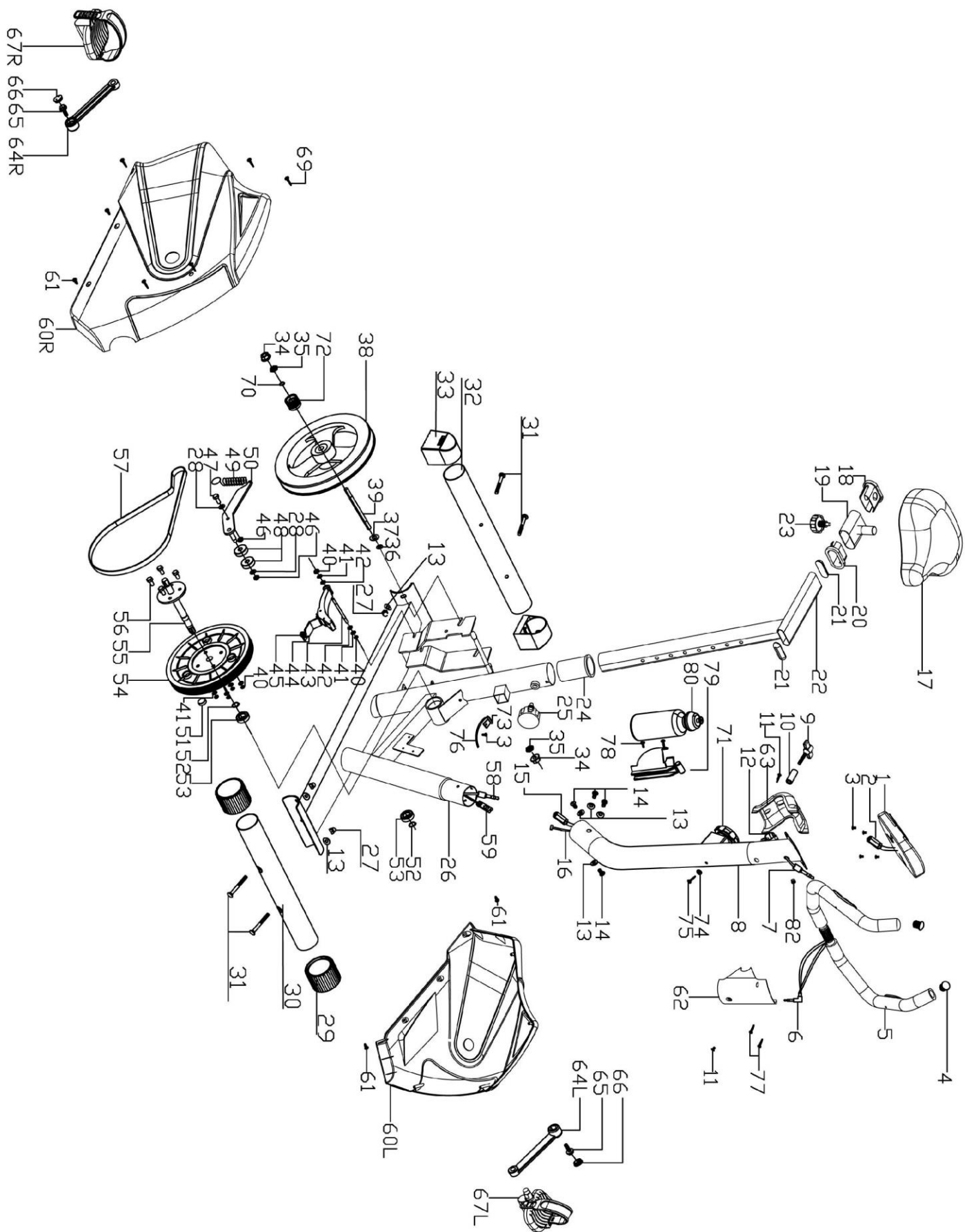
10. a gép mozgatásakor ügyeljen arra, hogy ne bántva a hátat. Mindig használjon emelési technikát, vagy helyezze át a gépet egy másik személy segítségével.

11. mágneses szobakerékpár tesztelték és tanúsított szerint EN957 és megfelel a H-osztály-(Home) háztartási használatra.

12. az elektromos berendezést (számítógépet) nem szabad a vegyes települési hulladékkal együtt eltávolítani, hanem olyan helyeken kell ártalmatlanítani, amelyeket a megjelölt helyen vagy a visszaküldés helyén, valamint a számítógépben használt akkumulátoron kell elhelyezni.

13. őrizniük kell a használati utasítást a biztonsági utasításokkal, jótállási kártyával és a vásárlást igazoló igazolással!

Gépi szerelvény az egyes komponensek szerint:



AZ EGYES KOMPONENSEK BONTÁSA:

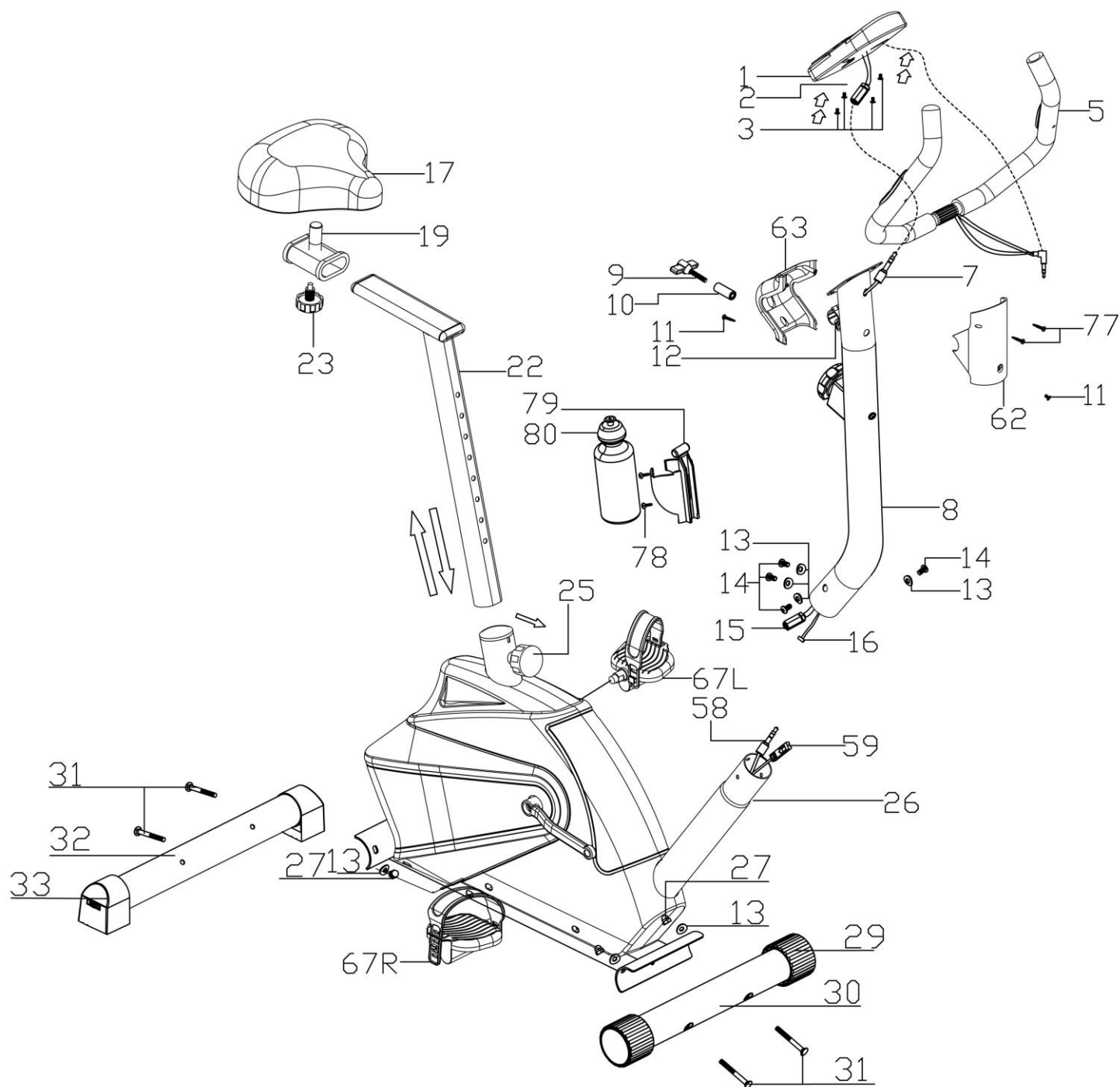
Szám	Leírás	Méret	Mennyiség
1	Számítógép		1PC
2	Számítógép-kábel		1PC
3	Csavar M5	M5*10L	5PCS
4	Kormányfedél	Only For tube of ϕ 25	2PC
5	Kormány		1SET
6	Szívfrekvencia-érzékelő		1PC
7	Érzékelői kábel I		1PC
8	Front kormány állvány és számítógép		1SET
9	T-csavar		1PC
10	Grommet	ϕ 12*1.5T*29L	1PC
11	Csavar M5	M5*20L	2PCS
12	Kormányos zárójel		1SET
13	Ívelt alátét	ϕ 20* ϕ 8.2*1.2T	8PCS
14	M8-Hexagon csavar	M8*16L	4PCS
15	Gyorsérzékelő kábel II – a géptörzsben		1PC
16	Terhelési szabályozó kábel – a géptörzsben		1PC
17	Nyereg		1PC
18	Nyeregfedél I		1PC
19	Vízszintes seatpost Kit		1SET
20	Seatpost fedél II		1PC
21	III. seatpost borító		2PC
22	Nyereg cső		1SET
23	Nyereg rögzítő csavar	M10	1PC
24	Műanyag betét a nyeregcső csatlakoztatáshoz		1PC
25	Ülőcső rögzítő csavar	M10	1PC
26	Főgép keret		1SET
27	Mátrix	M8	4PCS
28	Lapos alátét I	ϕ 20* ϕ 8.2*1.2T	2PCS
29	Műanyag Front stabilizátor END		2PC
30	Elülső stabilizátor		1PC
31	M8 csavar	M8*70L	4PCS
32	Hátsó stabilizátor		1PC
33	Műanyag hátsó stabilizátor vége		2PC
34	Nut M10	3/8 "	2PCS
35	Nut M10	3/8 " *5. 0L	2PCS
36	Lapos mosó II	ϕ 24* ϕ 12.2*1.2T	1PCS
37	Műanyag alátét	ϕ 12	1PCS
38	Keréktárcsa betöltése	ϕ 260	1SET
39	Tengelyterhelés	Length-145	1PC
40	Nut M6		6PCS
41	Lapos alátét III	ϕ 18* ϕ 6.2*1.0T	6PCS
42	Nut M6		2PCS
43	Kis tengelyű	ϕ 6*75L	1PCS
44	Ellenállási nyomás mágnes szett		1SET
45	Kis rugóerő		1PCS
46	Anyacsavar M8		2PCS
47	M8 csavar	M8*40L	1PCS

48	Csapágy I	6300zz	2PCS
49	Tavaszi	ϕ 16* ϕ 2.0	1PCS
50	Hegesztett rész		1SET
51	Mágnes		1PCS
52	Φ 17 szár		2PCS
53	Csapágy I	6203Z	2PC
54	Hajtókerék – "csigák"	ϕ 220	1PC
55	Forgattyús tengely	126L	1SET
56	M6 csavar	M6*15L	4PCS
57	V-övek	370J	1PC
58	Kábel II-számítógép sebességérzékelője		1PC
59	Töltésvezérlő kábel-az elülső állvány szabályozója		1PC
60	Műanyag gép borító (bal és jobb)		1SET
61	Csavar M5	M5*20L	6PCS
62	Műanyag kormányfedél		1PC
63	Elülső műanyag kormánylap Cover		1PC
64	Forgattyús (bal + jobb)		1SET
65	M8 csavar	M8*20L	2PCS
66	Forgattyús sapka		2PCS
67	Pedál (bal + jobb)		1SET
68	Kormányfedél		1PCS
69	Csavar M5	M5*25L	6PCS
70	Rugós alátét Φ 12		1PCS
71	Mágneses terhelés vezérlőgomb		1SET
72	Keréket betöltése	ϕ 38	1SET
73	Sebesség-érzékelő		1PC
74	Ívelt alátét	ϕ 20* ϕ 5.2*1.2T	1PCS
75	Csavar M5	M5*50L	1PCS
76	Szenzor csatlakozó elem		1PC
77	M4-es csavar	M4*20L	6PCS
78	Kereszt fej csavar M5		2PCS
79	Palack tartó		1PC
80	Cumisüveg		1PC

BESZERELÉSI ÚTMUTATÓ

A következő ábra szerint távolítson el minden alkatrészt. Néhány, a fent felsorolt részek bontását részek szerepelnek a részben táblázatban már össze az egyes szerelvényeket, hogy megkönnyítse a végső összeszerelését a gép. Összeszerelni, kövesse az alábbiakban leírt lépéseket.

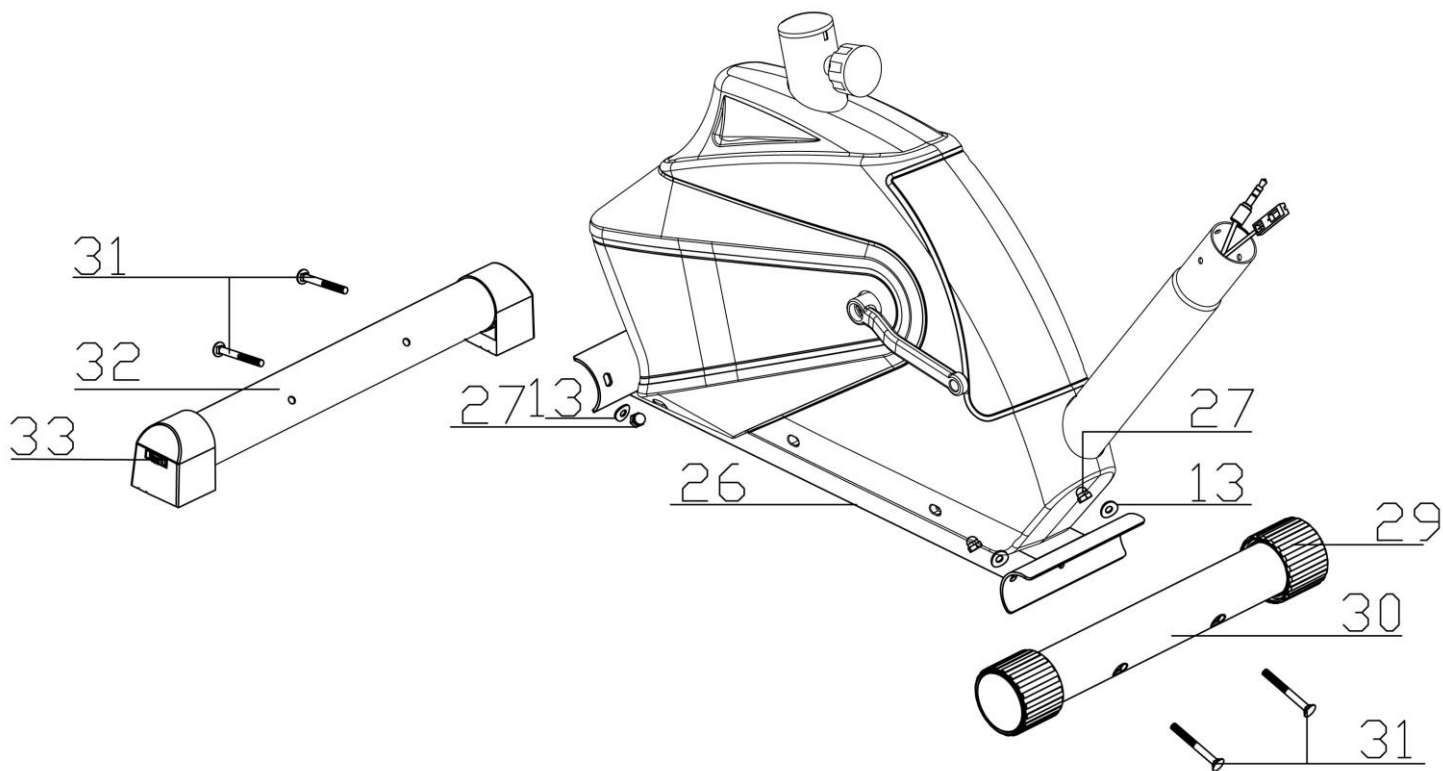
A gép alapelemei a végső összeszereléshez:



Összeszerelési eljárás:

1. lépés:

1. Csatlakoztassa az első stabilizátor (30) a fő váz (26). Használjon 2 csavart (31) lekerekített élekkel. Alátétek (13) és NUTS (27).
2. Csatlakoztassa a hátsó stabilizátor (32) a fő váz (26). Használjon 2 csavart (31) lekerekített élekkel. Alátétek (13) és NUTS (27).

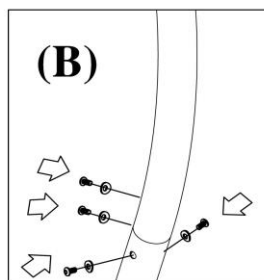
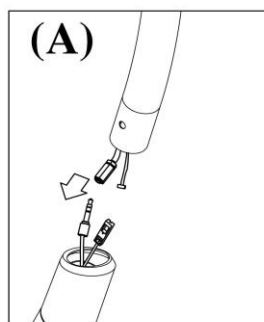
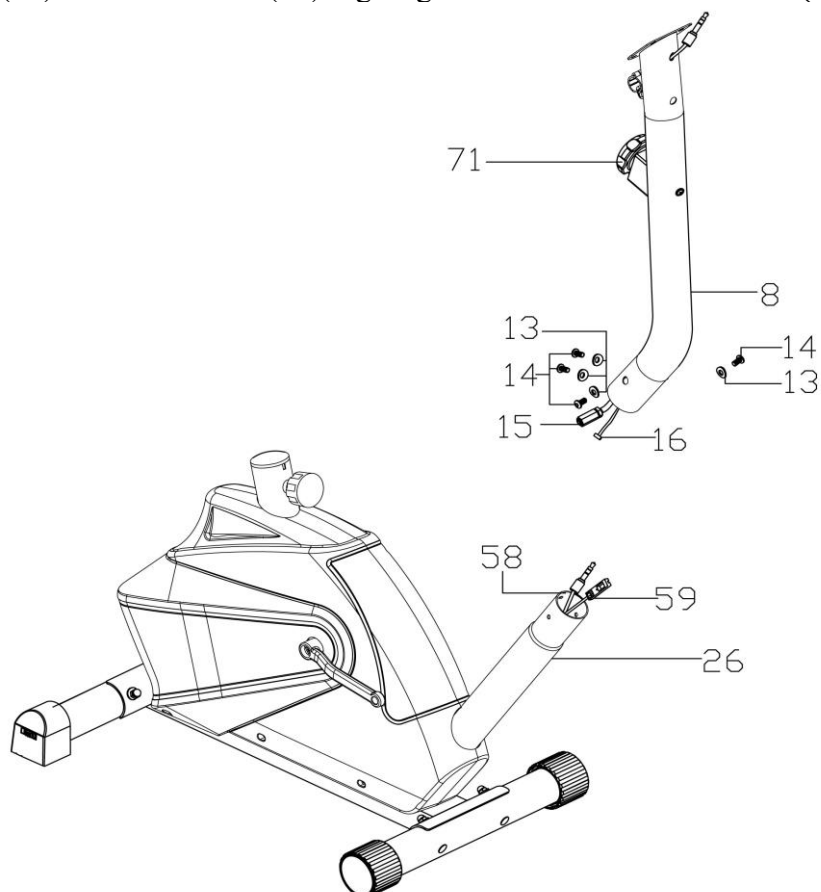


2. lépés:

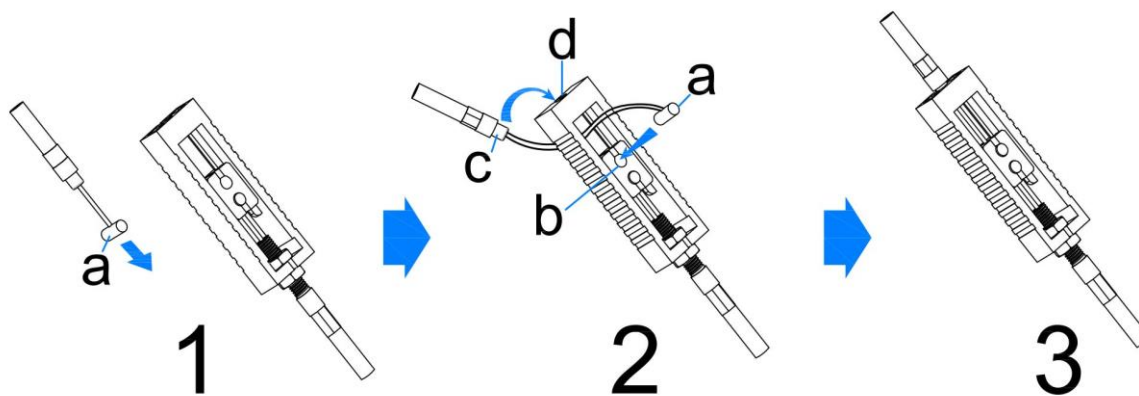
Csatlakoztassa a sebességérzékelő II (15) kábelt ugyanazzal a kábelrel a számítógéphez II (58)

Csatlakoztassuk a terhelésszabályozó kábelt (16) a terhelésszabályozóból vezető kábelrel (59)

Helyezze be az elülső állvány (8) a csőbe a főváz (26). Ügyeljen arra, hogy a kábelek ne legyenek megcsípve, amikor az elülső állvány leül (8), különben ezek megsérülhetnek. Csavarozza be az első állványt (8) a fővázra (26) 4 db M8 csavar (14) segítségével a lekerekített alátétekre (13).



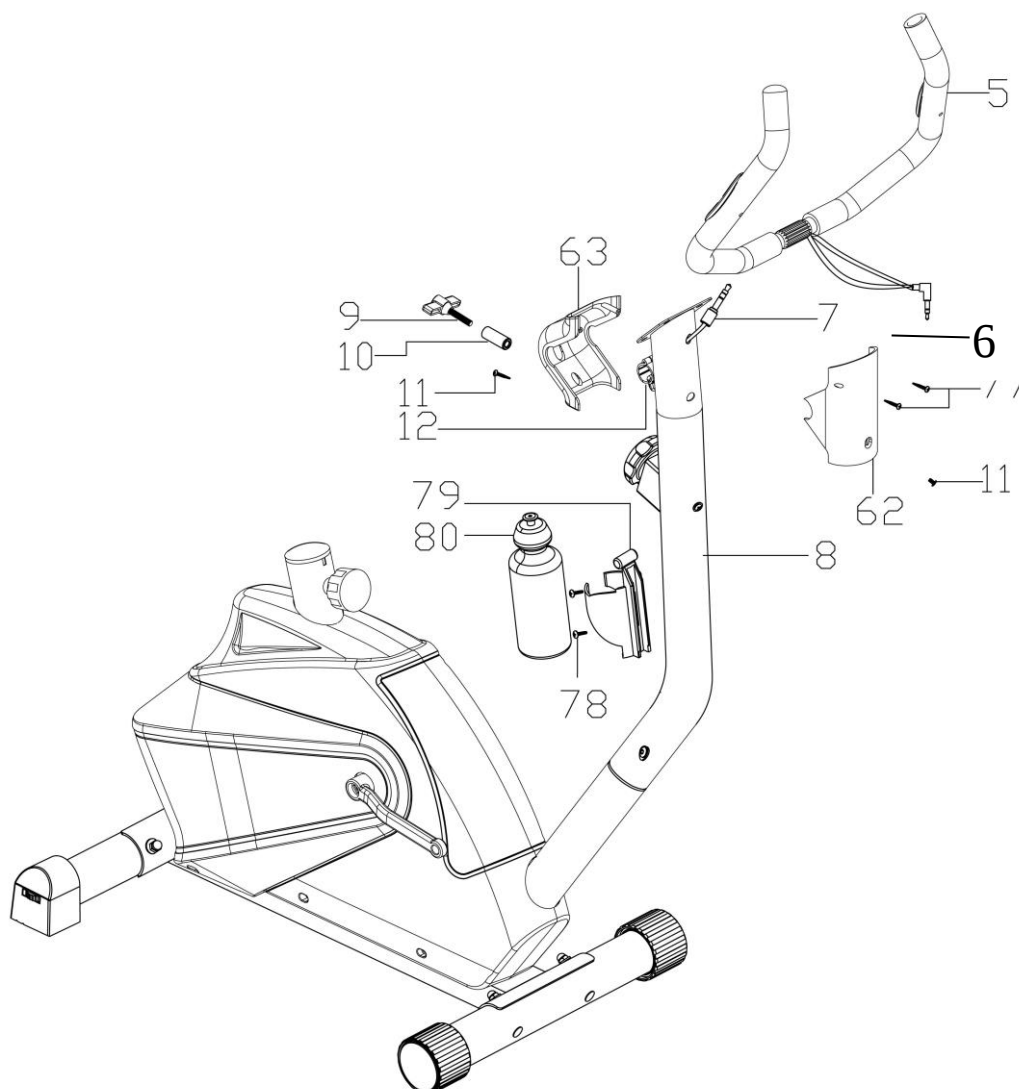
Részletes útmutatás a terhelési kábel mindkét alkatrészének összekötéséről.



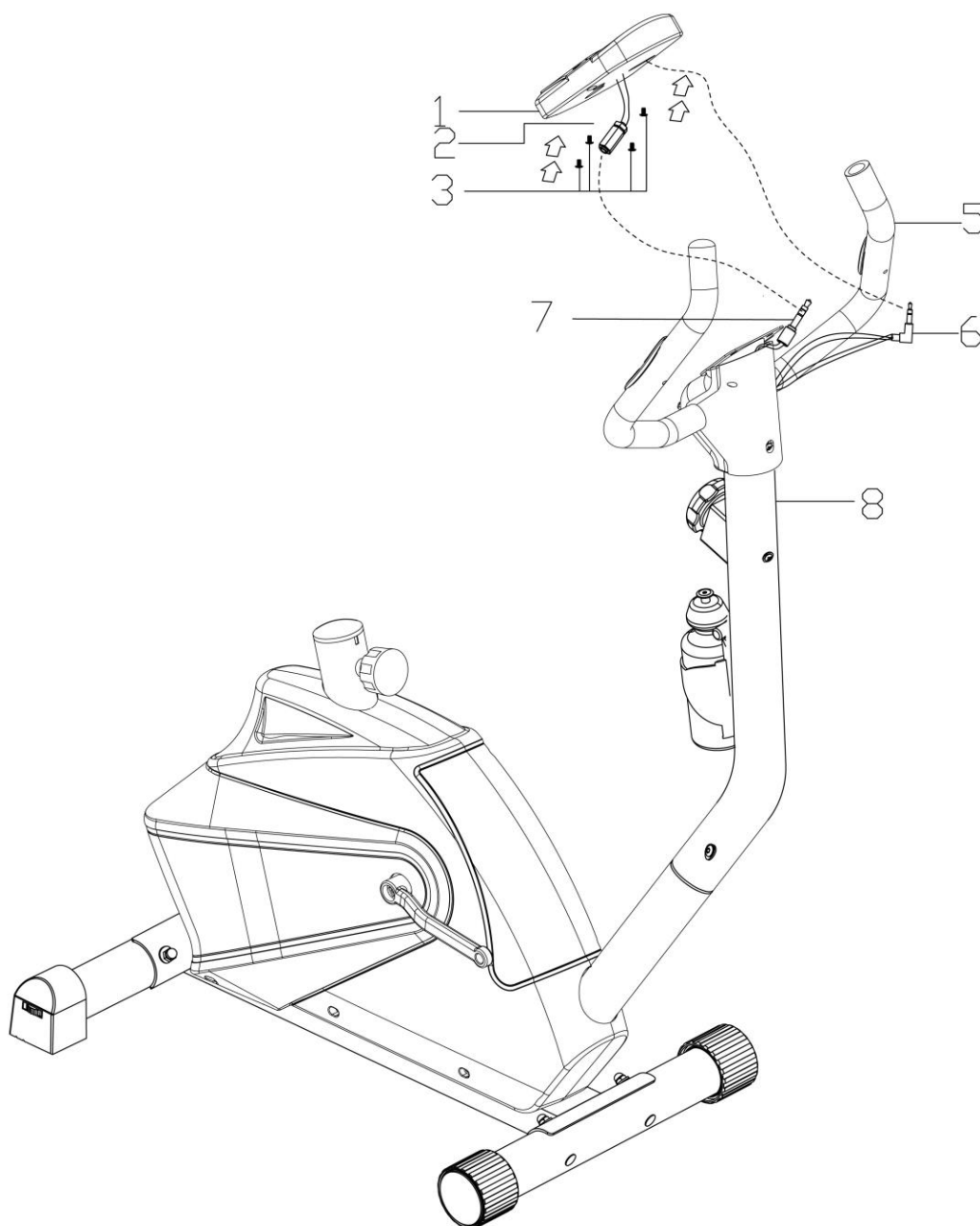
- 1) FÜGE. 1-készítsünk mindkét végét-kábel-és keret kampó kapcsolat
- 2) FÜGE. 2 Fűzzük át a kábel hegyét a hengerrel (a) és helyezzük be a belső horgra (b).
-Menet vége a Bowden (c) a (d) része a külső horog-a keretben.
- 3) FÜGE. 3-Győződjön meg arról, hogy az a rész (a) szilárdan rögzítve van a belső horgot (b),
hogy a végén a Bowden (c)
A kapcsolat jól tartott a külső keretben (d).

3. lépés

A vezető rész összeszerelése:

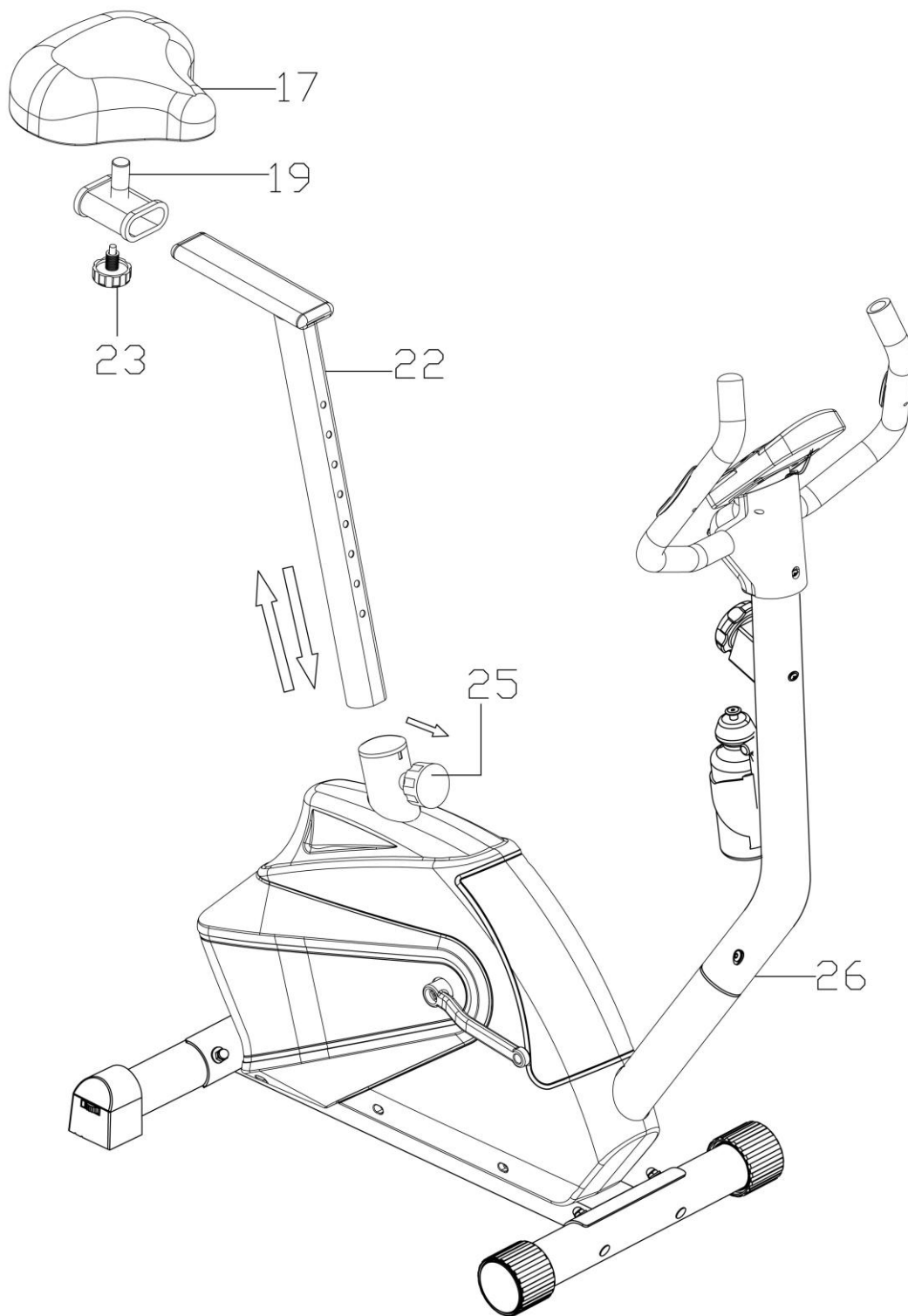


- ## 4. lépés:



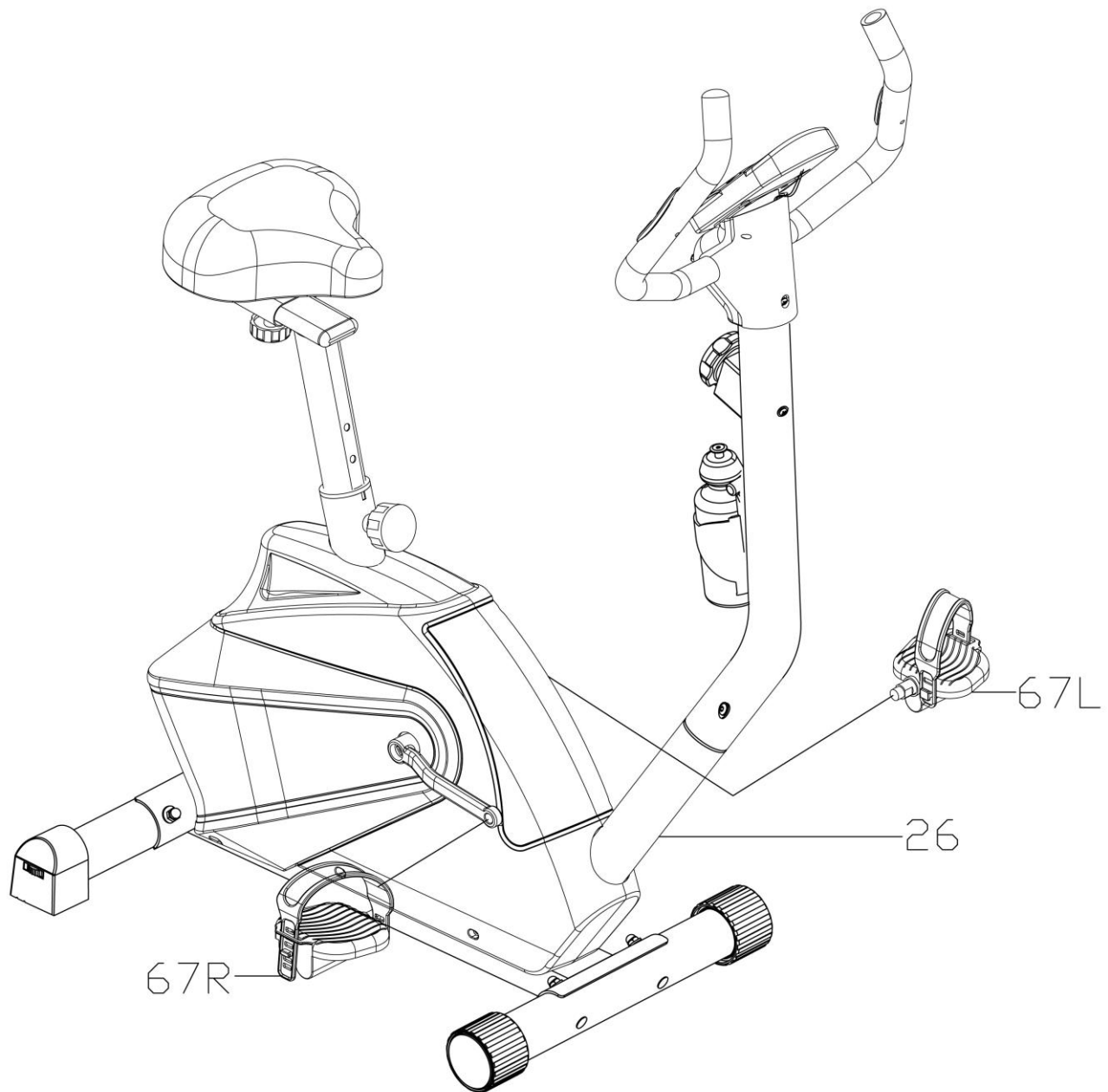
Csatlakoztassuk a számítógéptől (2) a kebel (7) sebességérzékelőhöz vezető kábelt, majd csatlakoztassuk a pulzusmérő kábelét (6) a számítógép hátulján lévő aljzatba.

5. lépés:



Helyezze be a nyereg támogatást (19) a nyeregbe vízszintes csőbe (22). Rögzítse a nyeregbe a kiválasztott helyzetben a rögzítő csavart (23).
A Rögzítőcsavar (25) a nyereg magasságának beállítására szolgál úgy, hogy az előkészített lyukakba helyezi a nyeregcsövet (22). Figyeljük meg a megadott min és Max tartományt. A nyeregcsövön jelölve (22).

6. lépés:



Rögzítse a rögzítő hevederek a pedálok. Pedálok (67.) jelölése "L-Left" és "R-Right". Tedd a pedálok a jobb forgattyús szabályok szerint használt bicycly. Csavarja a jobb pedál a jobb hajtókar irányának megfelelően ülés a gépen. A jobb pedál csavarni óramutató járásával megegyező irányba – jobb menet, balra óramutató járásával ellentétes – illeték menet.

GYAKORLÁSÁRA VONATKOZÓ UTASÍTÁSOK

Használata ACRA, S. R. O mágneses szobakerékpár fog neked több előnyt: ez javítani fogja a fitness, erősíti az izmokat, és segít csökkenteni a súlyát, ha ellenőrzi a kalória. Amennyiben bármilyen egészségügyi problémája van, forduljon orvosához a gép használatával.



1. BEMELEGEDÉSI FÁZIS

A bemelegedési fázis teszi a vér áramlását, meleg és előkészíti az izmokat, hogy megfelelően működjön. Ugyancsak csökkenti a görcsös és izomsérülés kockázatát. Ne hagyja ki ezt a színpadot!

Azt ajánljuk, hogy előad több nyújtó gyakorlatok, mint az alábbi screenshot látható. Meg kell maradni minden szakaszon körülbelül 30 másodpercig, nem nyúlik az izmokat éles mozgás, és nem felboríthatja őket-ha úgy érzi, fájdalom, állj!

2. GYAKORLAT SZAKASZ Ez az a stádium, amelyben a legnagyobb erőfeszítést betesz. A rendszeres testmozgás, az izmok a lábad egyre rugalmas. Gyakorolja a saját tempójában, amit tartani során az egész edzés. Az optimális gyakorlat a 15 – 20 perc elején, több tréning után már elérhető. Azt javasoljuk, hogy legalább hetente háromszor edzze a programot, lehetőleg még időfelosztást is. A gyakorlat elegendőnek kell lennie ahhoz, hogy a pulzusszámot a grafikonon látható "optimális impulzusként" megvalósítja.

3. NYUGTATÓ FÁZIS

Ez a fázis szükséges ahhoz, hogy a szív-és érrendszeri rendszer és az izmok fokozatosan ellazulnak. Ismételje meg a nyújtó gyakorlatok és emlékszem újra, hogy ne fogd és vidd az izmok élesen.

4. IZOMFORMÁLÁS

Ha Ön is megpróbálja javítani a fizikai állapotát, akkor módosítania kell az edzésprogramját. A felmelegedés és a nyugtató szakaszok, gyakorolja, mint rendesen, de növeli ellenállás végére az edzés fázis.

5. SÚLYCSÖKKENTÉS

Egy fontos tényező-ban mér csökkentés van a összeg-ből kalóriák elfogadott és diszpent. A hosszabb és nehezebb gyakorolni, annál többet égetni. Ugyanakkor, az is szükséges, hogy figyelemmel kíséri a jövedelmüket, különösen vigyázz a zsíros, édes étel és adag méretét.

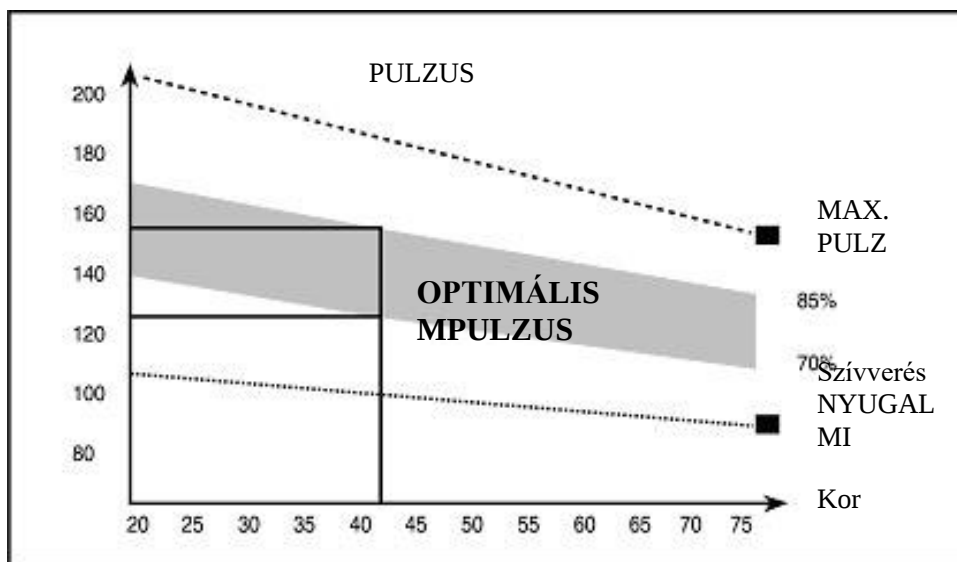
6. ELLENŐRIZZE A PULZUSSZÁMOT

Ahhoz, hogy ellenőrizni tudja a pulzusszámot, először is tudnia kell, hogyan kell mérni. A legegyszerűbb módja az, hogy présel az ujjhegyek, hogy az artéria a nyakadon, az izmok és a légutak között. Számoljuk meg az impulzusok számát 10 másodperc, és szorozzuk meg 6-kal. Így kap a pulzusszámot egy percben.

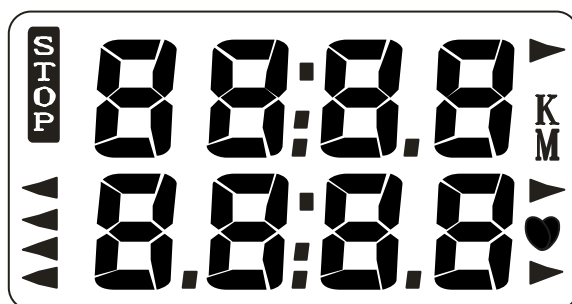
GYAKOROLNI A LEHETŐSÉGEKEN BELÜL

Milyen szintű szívfrekvencia érdemes fenntartani az edzés alatt? Kérdezze meg orvosát, hogy Önnek

megfelelő utasítást ad az egészségi állapotának.



HOGYAN KELL HASZNÁLNI A EDZÉSKOMPUTER



Előírások

IDŐ (TMR)..... 00:00-99:59 PERC

SEBESSÉG (SPD)..... 0.0-99,9 KM/H

TÁVOLSÁG (DST)..... 0,00-999.9 KM

KALÓRIÁK (CAL)..... 0-9999KCAL

Impulzus..... 40-240BPM

Gombok funkciói:

MÓD: nyomja meg a gombot a kívánt funkció kiválasztásához.

SET: lehetővé teszi, hogy válassza ki a végső érték idő, távolság, KALÓRIA és impulzus.

RESET (Visszaállítás): a funkció visszaállításához nyomja meg a gombot.

AUTO BE/KI:

A kijelző automatikusan kikapcsol, ha 4 perccig nem érkezik jel, vagy ha nincs gomb megnyomva.

Orrgazdaság:

Ha a kijelzőn rossz értékek láthatók, cserélje ki az elemeket, vagy 3 másodpercig nyomja meg az Alaphelyzet gombot.

IDŐ, TÁVOLSÁG, IMPULZUS ÉS KALÓRIA BEÁLLÍTÁSA:

Nyomja meg a MODE gombot, a kívánt funkció villog. A kívánt funkció kiválasztásához nyomjuk meg újra a MODE gombot. A kiválasztott funkció leállítja a villogást.

Ezután válassza ki a SET gomb segítségével beállítani kívánt értékeket. Ha a sebességmérő jeleket kap, a funkció elkezd a számlálást. 10 másodperccel az előre beállított funkció vége előtt a hangjelzés kezd sípolni. A csipogó megszakításához nyomjon meg egy gombot.

TIME (idő): az edzésidő a MODE gomb megnyomásával jelenik meg, megjelenik a TMR jel.

SPEED: úgy tűnik, nyomja meg a MODE gombot, az SPD címke jelenik meg.

TÁVOLSÁG: a MODE gomb megnyomásával jelenik meg, a DST jel jelenik meg.

IMPULZUS: az aktuális pulzusszám percenkénti szívverés (BPM) esetén jelenik meg. Nyomja meg az üzemmód gombot, amíg a "PULSE" jel meg nem jelenik, tegye mindkét tenyerét a pulzusérzékelőbe, és várjon 30 másodpercig a legpontosabb visszakeresés végett.

KALÓRIA: az elégetett kalóriák a MODE (mód) gomb megnyomásával jelennek meg, a CAL jel jelenik meg.

SCAN: automatikus kijelzés, illetve:

IDŐ – SEBESSÉG – MESSZESÉG – ÉRVERÉS – KALÓRIÁK

Akkumulátor:

A számítógép hátulján lévő elemeket kicserélheti. Használjon két elemet "AA" vagy "AG13" a 1,5 V.



JÓTÁLLÁSI IGAZOLVÁNY

(Testépítő gépek számítógéppel)

A terméket a vásárló (fogyasztó) részére a vásárlás (átvétel) 24 hónapos jótállási időszakra biztosítja. Tartsa a jótállási kártyát a vásárlás igazolásával és a használati utasításokkal együtt!

Azt állítják

A hibákra vonatkozó felelősség csak az eladónál alkalmazható, ahol a terméket megvásárolták.

A hibát meg kell gyógygyógyítani – azaz Pontosan adja meg a hibát, vagy hogyan nyilvánul meg külsőleg. Egy általában megfogalmazott üzenet, hogy a termék a hiba nem elég!

A panasznak tartalmaznia kell egy értesítést a megrendelő által igényelt hiányosságokkal kapcsolatos felelősség különleges jogára vonatkozóan, és azt egy kitöltött jótállási igazolással dokumentálni kell az eladó pecsétjével és a vásárlás igazolásával (átvételi elismervény) az értékesítés időpontjának megfelelően. A terméknek megfelelő csomagolással, lehetőleg eredetivel is kell rendelkeznie.

A vevőnek jogában áll, hogy a hibát díjmentesen, megfelelően és kellő időben eltávolítsa (legkésőbb 30 nappal a követeléssel kapcsolatban, kivéve, ha a vevő hosszabb ideig egyetért az eladóval), vagy ha a terméket kicserélik.

A szavatossági jog gyakorlásától egészen addig az időpontig, amíg a vásárló köteles átvenni a terméket (tekintet nélkül arra, hogy mikor ténylegesen átvette az esetet), nem számít bele a garanciális időszakon belül.

Az ügy hibákkal kapcsolatos felelőssége megszűnik, ha azt a garanciális időszakon belül nem alkalmazzák (azaz legkésőbb a szavatossági időszak utolsó napjáig).

A JÓTÁLLÁS NEM VONATKOZIK A:

A termék rendeltetésszerű használata miatti elhasználódás. (A rendeltetésszerű használat arra a célra használatos, amelyre a terméket szánták, a mellékelt használati utasításban leírt módon)

A JÓTÁLLÁS NEM VONATKOZIK AZ ALÁBBIK ÁLTAL OKOZOTT HIBÁKRA:

Mechanikai károsodás; (például olyan hibák, amelyeket a termék vagy annak egy részének a levágás során történő darabolása okoz)

A felhasználó, valamint harmadik felek nem hivatásszerű beavatkozása (javítása);

A használati utasítást megsértő helytelen kezelés vagy kezelés;

A használati utasításban leírt szükséges karbantartás elmulasztása;

Expozíció káros külső hatások, alacsony/magas hőmérséklet, nem megfelelő tárolás;

Visszafordíthatatlan esemény – természeti katasztrófa;

FIZETETT JAVÍTÁS:

Ha a jótállás vagy jótállási idő által nem lefedett hiba lejárt, és a vevő kéri a javítást, a javítást kifizetik.

Az ár és a feltételek az ACRA vállalat szervizközpontjával egyetértésben kerülnek meghatározásra, S. R. O

Terméktípus jelölése:	Eladás napja: Eladó pecsétje és aláírása:
-----------------------	--

A panasz kelte	Állítólagos hiba	Szervizközpont-bejegyzések	Alkatrészcsere	Megjegyzés