



návod na použití

Magnetický rotoped S – Type

IN 88



SERVIS A NÁHRADNÍ DÍLY ZAJIŠŤUJE DODAVATEL

Roman Košťál, nám. J. Zajíce 3, 749 01 Vítkov

tel. 556 300970, www.insportline.cz

pro Slovensko: inSPORTline s.r.o., Rybárska 3, 911 01 Trenčín

Základní informace

Tento rotoped slouží k domácímu použití. Přehnané cvičení, prudké pohyby bez předchozího zahřátí, špatné seřízení apod. Může poškodit zdraví. Před začátkem cvičení zkontrolujte váš zdravotní stav se svým lékařem.

Bezpečnostní informace

Abyste zabránili případným nehodám, přečtěte si prosím následující informace:

- Přístroj nesmí být používán bez dozoru zodpovědné osoby.
- Vysoké teploty, vlhkost či voda může přístroj vážně poškodit.
- Zátěž můžete nastavovat pomocí knoflíku na řídítkách. Computer se automaticky vypne, když přestanete šlapat do pedálů.
- Před použitím si přečtěte následující instrukce.
- Nastavějte se na sedlo či řídítka.
- Zkontrolujte minimální možné zasunutí sedla.
- Zkontrolujte, zda nemáte při cvičení páčky či jiné seřizovací části v cestě.
- Rotoped pravidelně kontrolujte, zda není poškozen a je bezpečný pro používání. Poškozené části musí být ihned vyměněny. Nepoužívejte rotoped, dokud není údržba hotová.
- Šrouby a matky pravidelně dotahujte.
- Děti mohou cvičit pouze za dozoru dospělé osoby.
- Tento výrobek nemůže být používán jako hračka.
- Uchovejte návod na použití v případě objednávky náhradních dílů.
- Umístěte kolo na rovný a hladký povrch, s protiskluzovou podložkou pod něj pro ochranu koberce či jiné podlahové krytiny. Kolem kola by měl být prostor nejméně 0,5 m na všechny strany.
- Před použitím stroje zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice bezpečně dotáhnuty.
- Používejte přístroj pouze k danému účelu. Pokud najdete poškozené části při skládání nebo při kontrole před používáním, nebo uslyšíte nesprávné zvuky, které jdou z kola během cvičení, přestaňte cvičit. Nepoužívejte kolo do té doby, dokud nebude opraveno.
- Maximální nosnost je 120 kg.
- Stroj je testován a certifikován normou EN 957 v třídě H.C. Je určen pouze k domácímu použití.

Vrácení zboží

Při vrácení zboží či reklamaci doporučujeme výrobek zabalit do původního obalu, aby nedošlo k poškození během přepravy. Na tyto škody nemůže být uznána reklamáce.

- Nízká úroveň základní jednotky umožňuje snadné nasedání a vysedání
- Trojitě řídítka umožňují najít optimální jízdní pozici
- V- pás poskytuje tichý a hladký chod
- Magnetický brzdový systém se skládá z 11 velice silných magnetů
- Vertikální i horizontální nastavení sedla
- Převodní kolečka a těžké pedály pro bezpečné nasedání (cca 10 kg)
- Kontrola tepové frekvence a měřič tepové frekvence v rukojetích

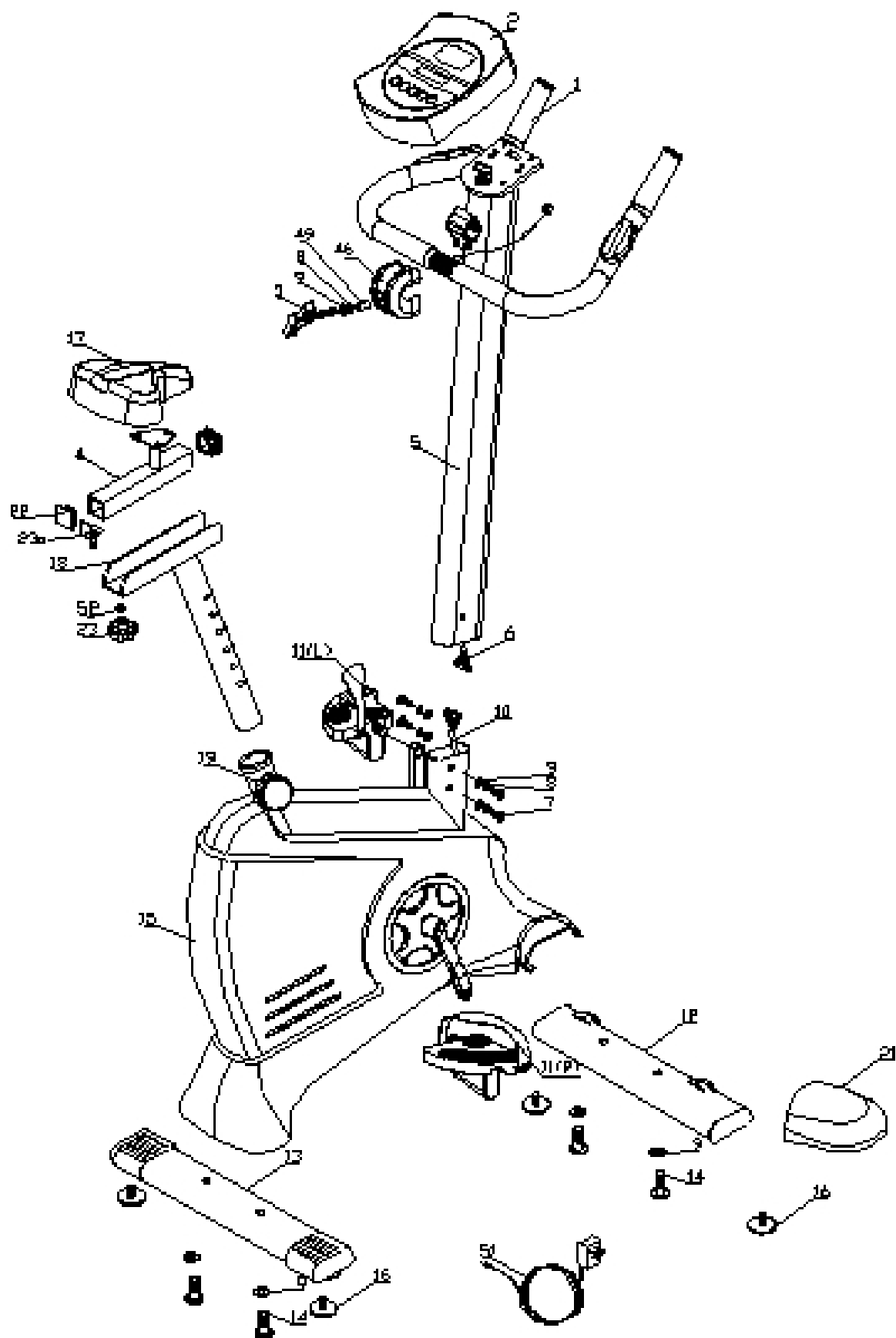
Velikost:

Délka: 121 cm
Šířka: 51cm
Výška: 148cm

Váha: 30 kg bez obalu

Části rotopedu

1	Řídítka	1
2	Computer	1
3	Seřizovací šroub	1
4	Nastavení sedla	1
5	Tyč řidítek	1
6	Kabel computeru (vrchní)	1
7	Šroub	4
8	Pérová podložka	5
9	Plochá podložka	9
10	Kabel computeru (spodní)	1
11	Pedály (levý a pravý)	1
12	Přední stabilizér	1
13	Zadní stabilizér	1
14	Šroub	4
15	Základní jednotka	1
16	Nastavovací nohy	4
17	Sedlo	1
18	Sedlová tyč	1
19	Seřizovací šroub	1
21	Krytka noh	2
22	Čtvercová krytka	2
23	Seřizovací šroub	1
23a	Seřizovací deska	1
46	Kryt řidítek	1
49	Objímka řidítek	2
51	Adaptér	1
52	Plochá podložka	1



Složení rotopedu

Umístěte rotoped na čistou a rovnou plochu a vytáhněte jej z obalu. Ujistěte se, že balení obsahuje všechny části.

1. Nasazení předního stabilizéru (Fig.1)

Přišroubujte přední stabilizér (12) s transportními kolečky k základní jednotce (15) pomocí dvou šroubů (14) a dvou podložek (9).
Důležité: Otočte jednotku tak, aby byly transportní kolečka otočeny dopředu, ne dozadu.

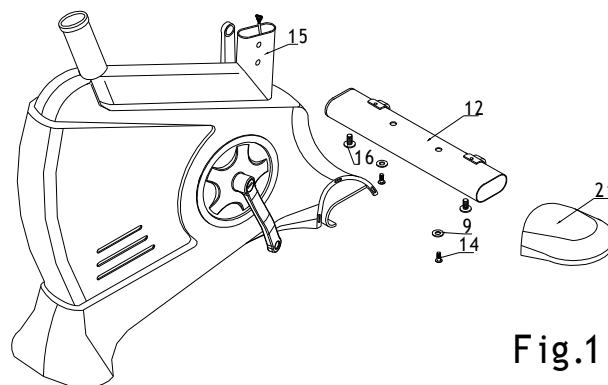


Fig.1

2. Namontování zadního stabilizéru (Fig.2)

Přišroubujte zadní stabilizér (13) k základní jednotce (15) pomocí dvou šroubů (14) a dvou podložek (9).
Nohy seřídte tak, aby se rotoped neviklal.

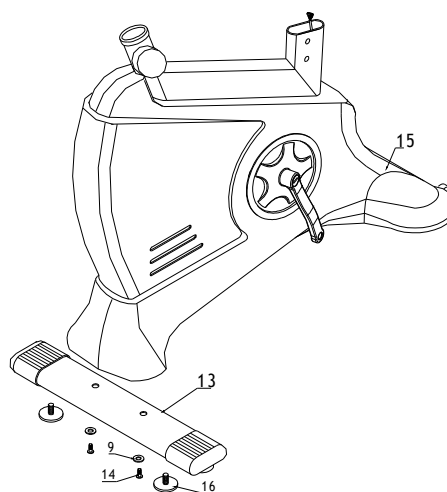


Fig.2

3. Namontování pedálů (Fig.3/4)

Pedál označení L – levý připevněte k levé klince proti směru hodin. ručiček. Pedál R – pravý připevněte k pravé klince ve směru hod. ručiček.

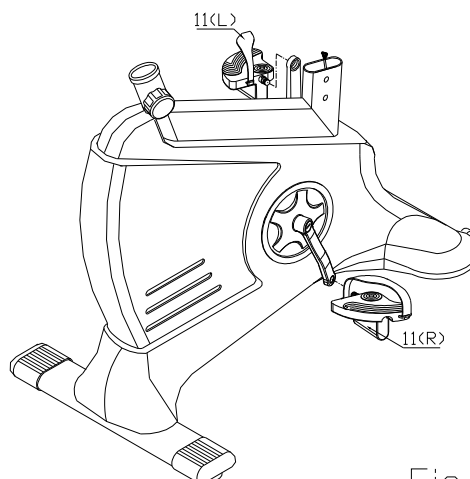


Fig.3/4

4. Namontování sedlové tyče (Fig 5)

Vložte sedlovou tyč (18) do základní jednotky (15).

Důležité: Tyč může být vysunuta pouze po hodnotu "maximum mark" – maximální hodnotu. Zasuňte seřizovací šroub (19) a nechte sjet tyč do základní jednotky. Šroub musí být dotažen v příslušných dírkách. Jinak by se mohl během cvičení uvolnit.

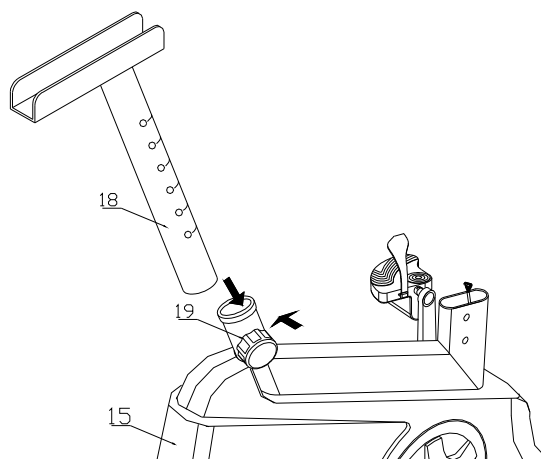


Fig.5

5. Namontování sedla (Fig.7)

► Nyní připevněte sedlo (17) na sedlovou tyč.

Důležité: dotáhněte sedlo pořádně, ať se během cvičení neuvolní.

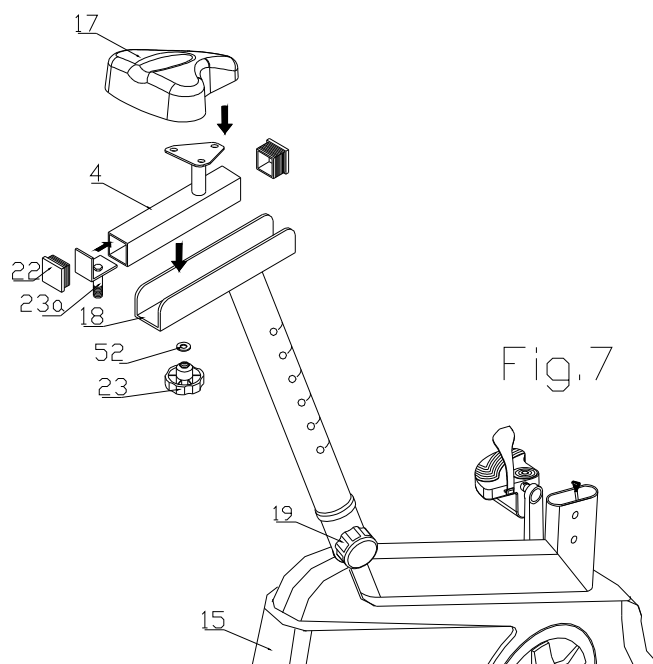


Fig.7

6. Namontování tyče řidítek (Fig.8)

Vytáhněte 4 šrouby (7) a 4 podložky (8 a 9) ze základní jednotky (15).

Zasuňte tyč řidítek (5) do základní jednotky.

Spojte horní (6) a dolní kabel computeru.

Ujistěte se, zda jsou spojeny správně, jinak nebude fungovat computer.

Důležité: Ujistěte se, že jsou kabely uvnitř jednotky a nejsou skřípnuté. Mohlo by dojít k poškození.

Pak připevněte tyč (5) k základní jednotce (15) pomocí 4 šroubů (7) a 4 podložek (8 a 9).

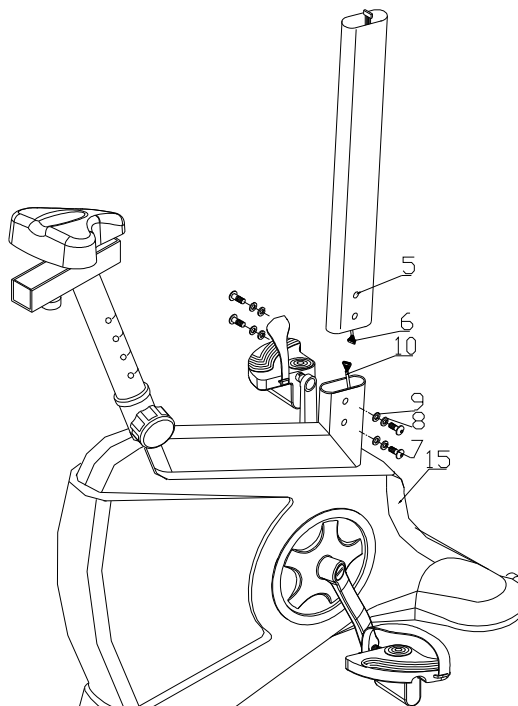


Fig.8

7. Namontování řidítek (Fig.9)

Řidítka připevněte na tyč řidítek pomocí seřizovacího šroubu (3) a krytky řidítek (46).

Řidítka můžete dát do polohy, která vám bude nejlépe vyhovovat. Poté šroub pořádně dotáhněte.

8. Namontování computeru (Fig.9)

Spojte horní kabel computeru (6) s konektorem na zadní straně computeru.

Připevněte computer na řidítka pomocí spony na zadní straně computeru a zasuňte jej na řidítka.

Spojte kabel od měřiče tepu v řidítkách do senzoru na zadní straně computeru.

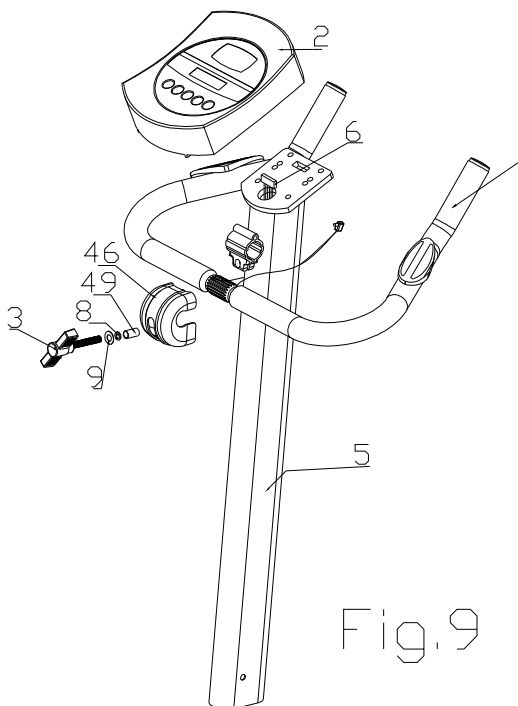


Fig.9

9 Konečná kontrola

Pro přemísťování rotopedu používejte transportní kolečka na předním stabilizéru. Ujistěte se, zda jsou všechny spojení dotažena a máte splněny všechny podmínky pro správné používání. Rotoped je připraven ke cvičení. Přejeme vám příjemné chvíli strávené při jízdě na tomto přístroji.

Upozornění:

Tento rotoped obsahuje baterie do computeru a také adaptér do sítě. Můžete si vybrat. Zdíčka pro zasunutí adaptéru je umístěna na levé straně hlavní části vzadu. Pro zasunutí je třeba rotoped trochu pozvednout na bok, abyste se dostali ke zdířce.



Váš rotoped je vybaven programovatelným computerem, aby vám pomohl zvyšovat vaše úsilí a motivaci k dosahování výkonnostních cílů.

Můžete si vybrat program, který vám bude nejlépe vyhovovat, nastavit si časový limit atd.

Před jakýmkoliv programem konzultujte váš zdravotní stav se svým lékařem. Pokud trpíte nějakou srdeční chorobou, návštěva lékaře je nezbytná!

Funkce computeru:

TIME – čas

Ukazuje cvičební čas v minutách a sekundách. Computer automaticky počítá od nuly do 99:59 v jednosekundových intervalech. Můžete také computer nastavit na odpočívání pomocí tlačítek UP (nahoru) a DOWN (dolů). Pokud nastavená hodnota uplyne, začne automaticky znovu stejná hodnota.

SPEED – rychlost

Zobrazí aktuální rychlost jízdy v mílech nebo km/hod.

DISTANCE – ujetá vzdálenost

Načítá ujetou vzdálenost do maxima 99,9 míle/ km. Vzdálenost se nejprve zobrazuje v setině ml/km až dosáhne 10 ml/km, počítá v desetíně ml/km.

CALORIES – kalorie

Computer počítá spálené kalorie během cvičení. Tato hodnota je pouze orientační, nemůže sloužit pro lékařské účely.

AGE – věk

Na computeru si můžete nastavit věk od 16 do 99 let, pokud si vyberete program 11 nebo 12. Počáteční věk je nastaven na 25 let.

PULSE – tepová frekvence

Zobrazujte tepovou frekvenci za minutu během cvičení. Po cvičení se na displeji zobrazí průměrná tepová frekvence, které jste dosáhli během cvičení.

Tlačítka computeru

MODE – Zmáčknutím tlačítka vybíráte jednotlivé funkce – čas, rychlost, vzdálenost, kalorie, věk, požadovaná tepová frekvence a puls. Podržením tlačítka MODE se vrátíte do hlavní nabídky.

ENTER – Zmáčknete pro potvrzení vybraného programu pro cvičení.

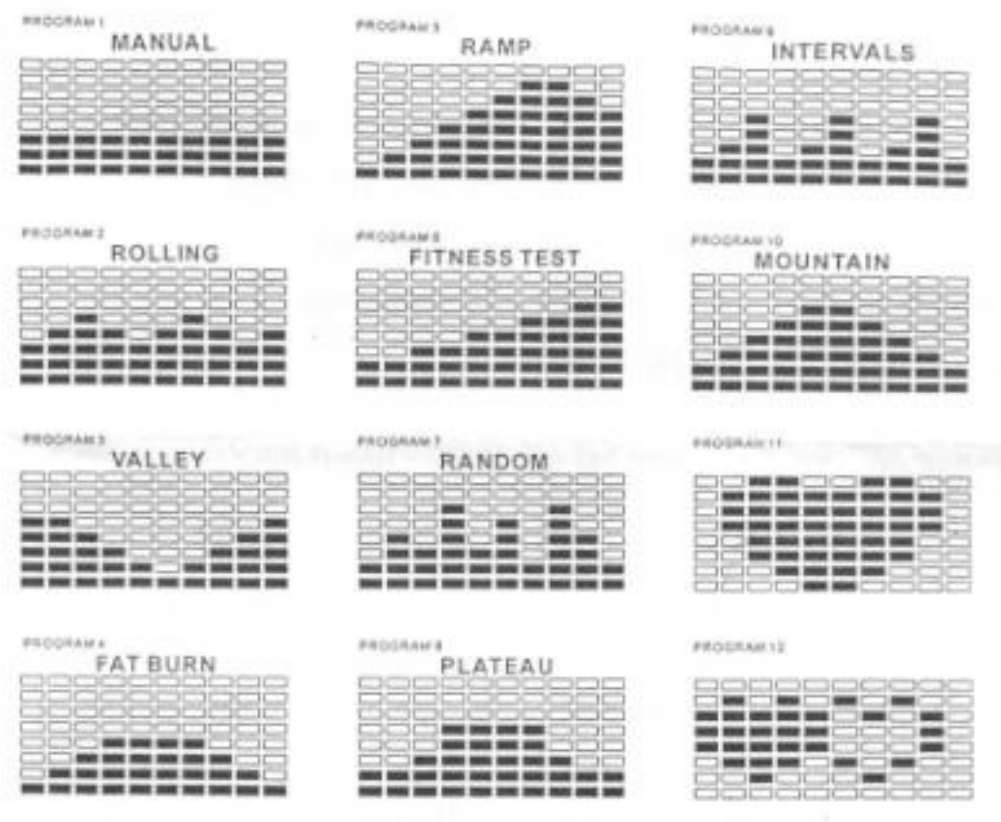
START/STOP – pro začátek či konec cvičení. Podržením tlačítka na 2 sekundy vymažete všechny hodnoty na nulu. Displej se automaticky vypne asi po 4,5 minutách nečinnosti. Poté budou všechny hodnoty vymazány na nulu.

UP – nahoru

Zmáčknutím zvýšíte hodnoty na vyšší úroveň. (čas a věk).

DOWN – dolů

Zmáčknutím snížíte hodnoty na nižší hodnoty (čas a věk).



Nastavení programů

1. Zmáčknete tlačítko START/STOP na 2 sekundy a vymažete předchozí hodnoty.
2. Pomocí tlačítek UP nebo DOWN si vyberte požadovaný program tepové frekvence (program 11 nebo 12).
3. Zmáčknete tlačítko ENTER a dostanete se do modu TIME. Pomocí tlačítek UP nebo DOWN nastavte dobu cvičení.
4. Zmáčknete tlačítko ENTER a dostanete se do modu AGE. Pomocí tlačítek UP nebo DOWN vložte váš věk.
5. Můžete začít cvičit.

Jak používat programy?

Program 1 – 10

Prohlédněte si grafické znázornění programů na předchozí straně.

1. Zmáčkněte tlačítko START/STOP na 2 sekundy a vymažete všechny předchozí údaje.
2. Pak si pomocí tlačítek UP nebo DOWN vyberte požadovaný program. Pak zmáčkněte ENTER. Program se ukáže na displeji.
3. Nyní se zobrazí TIME, pomocí tlačítek UP nebo DOWN nastavte požadovanou dobu cvičení.
4. Zmáčkněte tlačítko START a můžete začít cvičit. Pokud chcete opustit program zmáčkněte tlačítko ENTER. Jakmile začnete cvičit, zobrazí se váš předchozí interval. Můžete zvýšit či snížit zátěž pomocí tlačítek UP nebo DOWN. Pro přestávku zmáčkněte tlačítko STOP, pak znovu zmáčkněte START.

PROGRAMY 11 & 12

Tyto programy umožňují nastavování zátěže automaticky podle Vaší tepové frekvence. Uchopte senzory tepové frekvence oběma rukama. Pokud bude tepová frekvence vyšší než nastavená hodnota, computer automaticky sníží zátěž. Pokud bude Vaše tepová frekvence nižší než nastavená hodnota, computer automaticky zvýší zátěž.

Program 11: 60 % maximální tepové frekvence. Výpočet max. tepové frekvence = $220 - \text{váš věk}$

Program 12: 85 % maximální tepové frekvence: Max. TF = $220 - \text{váš věk}$

Popis funkcí:

TIME (čas) zmáčkněte tlačítko MODE (tak dlouho, až se šipka dostane k hodnotě času). Pokud čas není přednastaven, bude se načítat v jednosekundových intervalech do 99:59.
Nastavení cílového času:

1. Zmáčkněte tlačítko ENTER pro nastavení času. Pomocí tlačítek UP nebo DOWN vyberte požadovanou dobu cvičení. Interval od 5:00 – 99:00
2. Zmáčkněte tlačítko START a začnete cvičit. Jakmile požadovaný čas uplyne, computer bude pípát po dobu 12 sekund. Pro zastavení pípání zmáčkněte jakékoliv tlačítko.

SPEED (rychlost) Zmáčkněte tlačítko MODE (tak dlouho, až se šipka dostane k hodnotě rychlosti). Computer ukazuje hodnotu okamžité rychlosti v intervalu 2-3 sekund.

DISTANCE (vzdálenost) Zmáčkněte tlačítko MODE (tak dlouho, až se šipka dostane k hodnotě vzdálenosti). Computer načítá hodnoty po 0,1 jednotce. Jakmile dosáhnete hodnoty 999, vymaže se vzdálenost na nulu a začne počítat znovu.

AGE (věk) Když nebudete v cvičebním modu, zmáčkněte tlačítko MODE (tak dlouho až se dostanete na hodnotu věku). Přednastavená hodnota je na 25 let.
Nastavení:

1. Zmáčkněte tlačítko ENTER pro nastavení věku. Pomocí tlačítek UP nebo DOWN vložte Váš věk. Hodnota bude blikat. Zmáčkněte tlačítko ENTER pro přechod na další funkci a zmáčkněte tlačítko START pro začátek cvičení.

PULSE (tepová frekvence) Zmáčkněte tlačítko MODE (tak dlouho, až se šipka dostane na hodnotu pulsu. Zobrazí vaši aktuální tepovou frekvenci v tepech za minutu. Hodnota se zobrazí po obdržení 4 stabilních signálů. Každý tep se zobrazí blikajícím symbolem srdce. Pokud computer nedostane signál po dobu 8 sekund, automaticky se tepová frekvence vypne. Zmáčkněte tlačítko START pro znovuoobnovení funkce tepové frekvence.

Nastavení kontrastu displeje

Pokud nebudete ve cvičebním modu, zmáčkněte najednou tlačítko ENTER a UP na dobu 2 sekundy. Dostanete se do modu kontrastu. Pak pomocí tlačítek UP nebo DOWN nastavíte kontrast displeje. Zmáčkněte tlačítko START/STOP pro nastavení požadované úrovně kontrastu. Můžete si vybrat mezi 16 úrovněmi kontrastu.

UPOZORNĚNÍ

Rotoped musí být umístěn na rovné a pevné podložce. Správný sklon lze nastavit pootočením plastových krytek na koncích stabilizačních noh. Před každým použitím výrobku zkontrolujte dotažení všech šroubů. Pravidelné používání rotopedu konzultujte se svým lékařem.

Tento výrobek je určen pouze k domácímu cvičení.

Záruční podmínky:

1. na rotoped se poskytuje kupujícímu záruční lhůta 24 měsíců ode dne koupe
2. v době záruky budou odstraněny veškeré poruchy výrobku způsobené výrobní závadou nebo vadným materiálem výrobku tak, aby věc mohla být řádně užívána.
3. Práva ze záruky se nevztahují na vady způsobené:
 - mechanickým poškozením
 - neodvratnou událostí, živelnou pohromou
 - neodbornými zásahy
 - nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry
4. Reklamáce se uplatňuje zásadně písemně s údajem o závadě a potvrzeným záručním listem.
5. Záruku lze uplatňovat pouze u organizace ve které byl výrobek zakoupen.

datum prodeje

razítko a podpis prodejce



dodavatel:

Roman Košťál, inSPORTline
Nám. J. Zajíce 3, Vítkov 749 01
www.insportline.cz