Christopeit Sport® Germany

Urządzenie do treningu domowego

Mini Bike MB 3



PL

Instrukcja montażu i obsługi
dla zamówienia numer 1340

TÜV SÜD GS geprüfte Sicherheit

Spis treści

Ważne zalecenia i instrukcje bezpieczeństwa....2
Lista części - lista części zamiennych....5
Instrukcje montażu....6
Instrukcje komputera dla 1340....7
Instrukcje treningowe....7

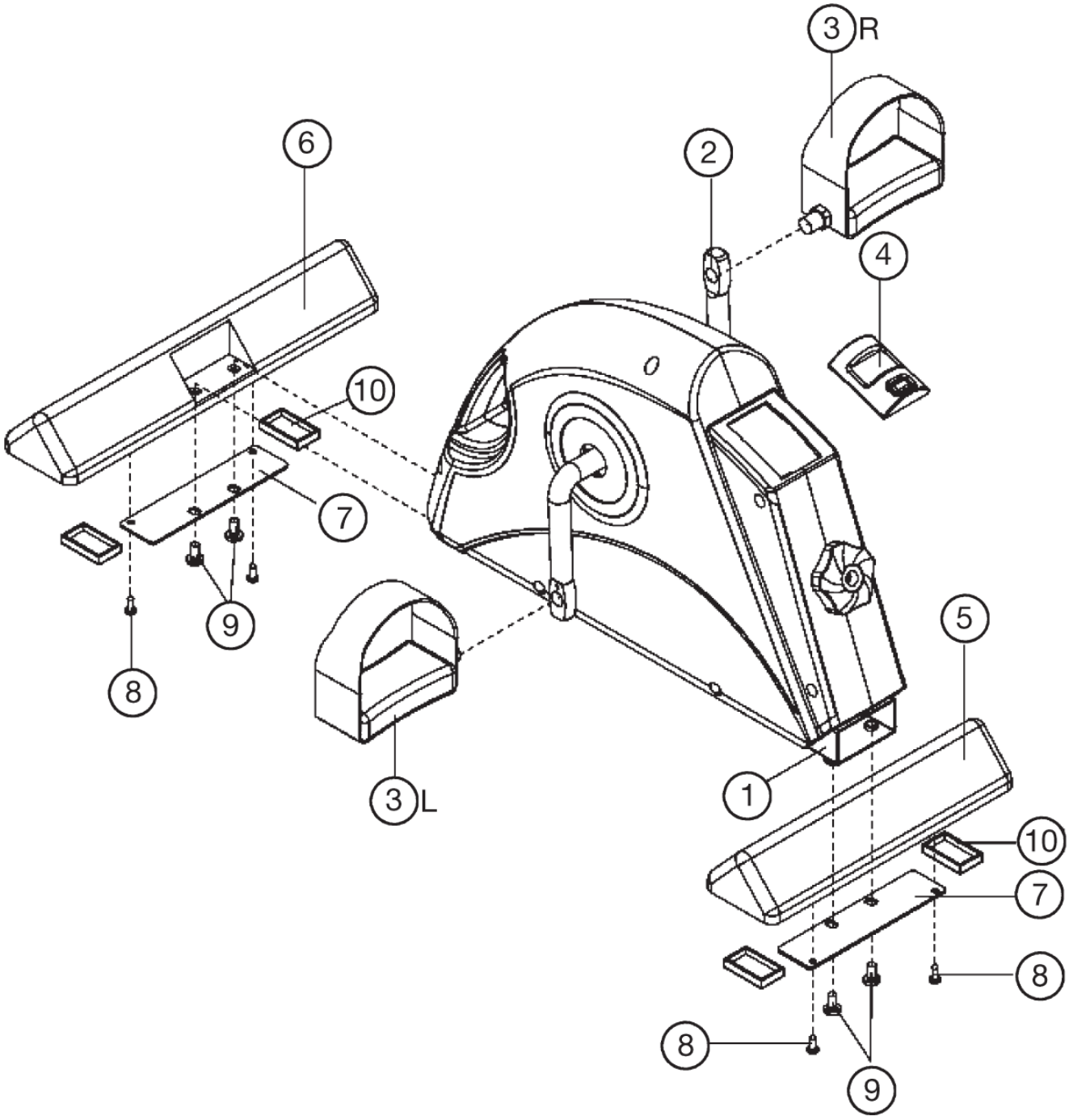
Drogi Kliencie,
Gratulujemy zakupu urządzenia do treningu domowego i mamy nadzieję, że będziesz z niego czerpać wiele przyjemności. Zapoznaj się z załączonymi uwagami i instrukcjami i ściśle ich przestrzegaj podczas montażu i użytkowania.
Jeśli masz jakiekolwiek pytania nie wahaj się z nami skontaktować w każdej chwili.

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert

Ważne zalecenia i instrukcje bezpieczeństwa

Wszystkie nasze produkty są odpowiednio testowane i spełniają najwyższe standardy bezpieczeństwa. Ten fakt jednak nie zwalnia użytkownika z przestrzegania poniższych zasad korzystania z urządzenia:

1. Zamontuj urządzenie dokładnie tak jak przedstawiono w instrukcji obsługi i korzystaj wyłącznie z dostarczonych, odpowiednich części. Przed montażem, upewnij się, że zawartość opakowania jest zgodna z listą oraz z etapami montażu podanymi w instrukcji montażu i obsługi.
2. Przed pierwszym użyciem oraz w regularnym odstępach czasowych (po upływie ok. 50 godzin pracy) dokręć wszystkie śruby, nakrętki i połączenia, oraz nasmaruj wszystkie wałki, aby zachować bezpieczeństwo podczas korzystania oraz dobry stan urządzenia. W szczególności dbaj o miejsca regulacji siodełka oraz kierownicy.
3. Ustaw urządzenie w suchym miejscu, na równym podłożu i chroń je przed kontaktem z wilgocią i wodą. Nierówne części podłoża muszą zostać wypoziomowane za pomocą odpowiednich podkładek lub części przeznaczonych do regulacji urządzenia, jeżeli takie są zamontowane. Upewnij się, że urządzenie nie ma kontaktu z wilgocią, ani wodą.
4. Umieść specjalną podstawę (np. gumową matę, drewnianą deskę, itp.) pod urządzeniem, jeżeli podłoga w tym miejscu powinna być chroniona przed uszkodzeniem, brudem, itd.
5. Przed rozpoczęciem treningu usuń wszystkie przedmioty w promieniu 2 metrów od urządzenia.
6. Nie używaj silnych środków do czyszczenia urządzenia. Podczas montażu oraz ewentualnych napraw korzystaj z dostarczonych narzędzi lub ich odpowiedników. Po zakończeniu treningu natychmiast usuń krople potu z urządzenia.
7. OSTRZEŻENIE! System monitorowania pracy serca może nie być dokładny. Nadmierny trening może prowadzić do poważnych uszkodzeń zdrowia lub śmierci. Przed rozpoczęciem programu treningowego skonsultuj się z lekarzem. Pomoże on dopasować Ci odpowiedni wysiłek (puls, waty, czas trwania treningu, itd.) na jaki możesz sobie pozwolić oraz udzieli Ci wskazówek na temat odpowiedniej postawy ciała podczas treningu, celu treningu oraz diety. Nigdy nie trenuj po zjedzeniu dużego posiłku.
8. Korzystaj z urządzenia tylko wtedy, gdy jest w dobrym stanie technicznym. Do niezbędnych napraw używaj oryginalnych części zamiennych. OSTRZEŻENIE! Wymień natychmiast zużyte części i nie korzystaj z urządzenia, aż do naprawy.
9. Podczas ustawiania regulowanych części urządzenia, zwracaj uwagę na odpowiednią pozycję oraz na maksymalne poziomy ustawienia, a po każdej zmianie ustawień upewnij się, że nowa pozycja jest odpowiednio zabezpieczona.
10. Jeżeli nie ma innego wskazania w instrukcji, podczas treningu z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba. Czas treningu nie powinien przekraczać 60 minut.
11. Trenuj na urządzeniu w odpowiednim stroju. Ubranie nie może dostać się do części urządzenia (np. ze względu na długość). Twoje buty treningowe powinny być odpowiednie, tak żeby solidnie wspierały stopę, oraz miały antypoślizgowe podeszwy.
12. OSTRZEŻENIE! Jeżeli poczujesz zawroty głowy, nudności, ból w klatce piersiowej lub inne niepokojące objawy, przerwij trening i skonsultuj się z lekarzem.
13. Nigdy nie zapominaj, że urządzenia sportowe to nie zabawki. Muszą być używane zgodnie z przeznaczeniem i przez poinstruowane osoby.
14. Dzieci lub osoby niepełnosprawne fizycznie bądź umysłowo powinny korzystać z urządzenia wyłącznie w obecności osoby poinstruowanej, która może przekazać im niezbędne wskazówki. Zachowaj niezbędne środki ostrożności, żeby dzieci nie korzystały z urządzenia bez nadzoru.
15. Upewnij się, że osoba instruująca oraz inne osoby nie zbliżają części ciała do urządzenia podczas instruktażu.
16. Po zakończeniu okresu użytkowania urządzenie nie może być wyrzucane razem z innymi odpadami gospodarstwa domowego, lecz musi być oddane do odpowiedniego punktu recyklingu urządzeń elektrycznych i elektronicznych. Odpowiedni symbol znajduje się na urządzeniu, w instrukcji lub na opakowaniu. Materiały mogą zostać ponownie użyte, zgodnie z ich przeznaczeniem. Dzięki ponownemu wykorzystaniu materiał jest odzyskiwany a środowisko chronione. Zapytaj lokalne władze o miejsce utylizacji sprzętu.
17. Aby chronić środowisko naturalne, nie należy wyrzucać materiałów opakowaniowych, zużytych baterii lub części urządzenia do śmieci domowych. Umieść je w odpowiednich pojemnikach lub zanieś je do odpowiedniego punktu zbiórki.
18. Ta maszyna jest maszyną zależną od prędkości, tj. moc wzrasta wraz ze wzrostem prędkości, i odwrotnie.
19. Maszyna jest wyposażona w nieskończoną regulację oporu. Dzięki temu można zmniejszyć lub zwiększyć opór hamowania, a tym samym wysiłek treningowy. Przekręcenie pokrętła regulacji oporu w stronę znaku minus zmniejsza opór hamowania, a tym samym wysiłek treningowy. Przekręcenie pokrętła regulacji oporu w stronę znaku plus zwiększa opór hamowania, a tym samym wysiłek treningowy.


3R
6
2
4
10
7
9
8
3L
5
1
10
7
8
8
9

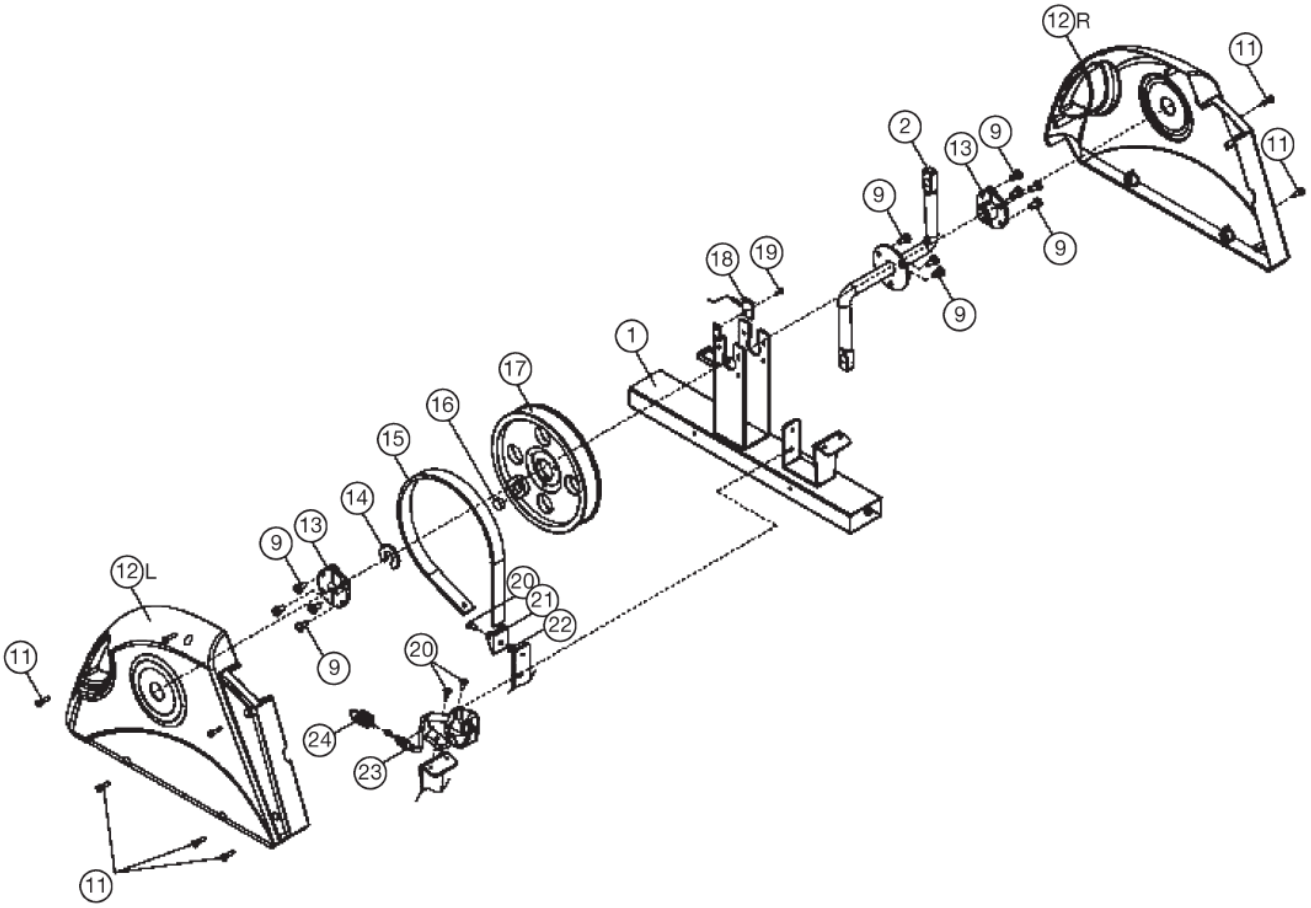
Warunki gwarancji

Gwarancja wynosi 24 miesiące, dotyczy nowych towarów i rozpoczyna się wraz z wystawieniem faktury lub datą dostawy. W okresie gwarancyjnym wszelkie usterki będą usuwane bezpłatnie. W przypadku stwierdzenia wady, jesteś zobowiązany natychmiast powiadomić producenta. Producent jest zobowiązany do przestrzegania warunków gwarancji w drodze wysyłki lub naprawy części zamiennych. W przypadku wymiany części prawo do wymiany istnieje bez utraty gwarancji. Naprawa w miejscu instalacji jest wykluczona. Sprzęt sportowy do treningu domowego nie jest odpowiedni do użytku komercyjnego. Naruszenie użytkowania spowoduje skrócenie gwarancji lub jej utratę. Gwarancja dotyczy wyłącznie wad materiałowych lub produkcyjnych.

W przypadku części zużywających się lub uszkodzeń spowodowanych niewłaściwą obsługą, użyciem siły i interwencjami przeprowadzanymi bez wcześniejszej konsultacji z naszym działem serwisowym, gwarancja wygasa. Jeśli to możliwe, proszę zachować oryginalne opakowanie przez cały okres gwarancji, aby w razie potrzeby odpowiednio zabezpieczyć towar i nie wysyłać towaru do działu obsługi towarowej! Roszczenie gwarancyjne nie przedłuża okresu gwarancji. Roszczenia o odszkodowanie za szkody, które mogą powstać przez niewłaściwe korzystanie z urządzenia (jeśli odpowiedzialność nie jest prawnie wymagana) są wykluczone.

Producent:

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert



Lista części - lista części zamiennych

MB 3 Nr zamówienia 1340

Dane techniczne: Wydanie: 01. 04. 2013

- Pedały ręczne i nożne z regulowanymi pasami na stopy
- Trening mięśni nóg i ramion podczas siedzenia
- Napęd ręczny
- Bezstopniowo regulowany układ hamulcowy
- Bezpieczna stabilizacja, waga ok. 5,5 kg
- Duży uchwyt dla łatwego przenoszenia
- Komputer pokazuje: czas, liczbę, liczbę całkowitą, spalone kalorie i skanowanie

Wymagana przestrzeń ok. L 50 x szer. 42 x wys. 31 cm

Skontaktuj się z nami, jeżeli w opakowaniu brakuje jakiejś części, gdy któraś z części jest uszkodzona, lub potrzebujesz zapasowej części na wymianę.

Internetowa baza danych związana z serwisem i częściami zamiennymi:
www.christopeit-service.de

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert
Telefon: +49 (0) 20 51 - 6 06 70
Telefax: +49 (0) 20 51 - 6 06 74 4
e-mail: info@christopeit-sport.com
www.christopeit-sport.com

Numer na obrazku	Oznaczenie	Wymiary mm	Ilość	Dołączony do elementu nr ilustracji	Numer ET 1106(A)
1	Główny stelaż		1		33-1340-01-SI
2	Korba		1	13+17	33-1340-02-SI
3L	Pedał lewy		1	2	36-9840111-BT
3R	Pedał prawy		1	2	36-9840112-BT
4	Komputer		1	12	36-9840103-BT
5	Przednia podpora		1	1	36-1340-04-BT
6	Tylna podpora		1	1	36-1340-05-BT
7	Płytka mocująca		2	5+6	33-1340-03-SI
8	Śruba	4,2x12	4	5,6+7	39-10188
9	Śruba	M6x12	15	2,5,613	39-9964
10	Podnóżek		4	5+6	36-1340-06-BT
11	Śruba	4,2x18	8	1+12	36-9111-38-BT
12L	Osłona łańcucha lewa		1	1+12R	36-1340-01-BT
12R	Osłona łańcucha prawa		1	1+12L	36-1340-02-BT
13	Łożysko korby		1	1+2	36-1340-07-BT
14	Klips korby		1	2	36-1340-08-BT
15	Pasek hamulcowy		4	17	36-1340-09-BT
16	Magnes		1	17	36-1340-10-BT
17	Koło zamachowe		1	2	33-1340-04-SI
18	Czujnik		1	1	36-1340-11-BT
19	Śruba	3x10	1	18	39-10127-SW
20	Śruba	M5x10	3	21+23	39-9907
21	Klips paska hamulcowego		1	1+15	36-1340-12-BT
22	Podkładka	5//10	1	20	39-10111-SW
23	Kontrola oporu		1	1	36-1340-13-BT
24	Sprężyna hamulca		1	15+23	36-1340-14-BT
25	Zestaw narzędzi		1		36-1340-15-BT
26	Instrukcja obsługi i montażu		1		36-1340-16-BT

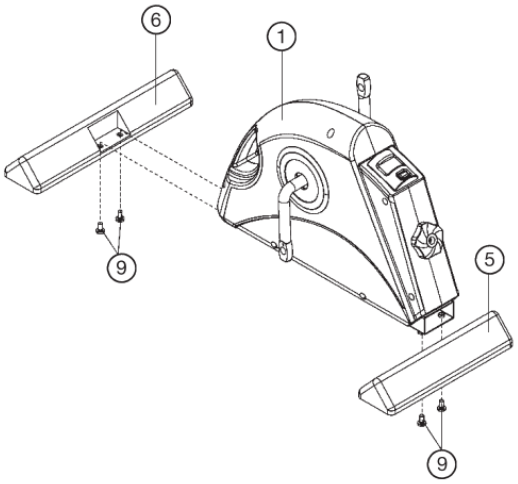
Instrukcje montażu

Przed rozpoczęciem montażu należy przestrzegać naszych zaleceń i wskazówek dotyczących bezpieczeństwa.

Krok 1:

Montaż przedniej i tylnej podpory (5 + 6) na głównym stelażu (1).

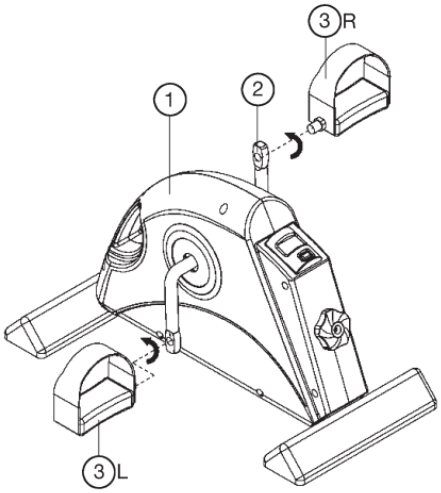
1. Umieść 2 śruby (9) obok tylnej i przedniej części głównego stelaża (1).
2. Umieść dłuższą tylną podporę (6) w tylnym uchwycie głównego stelaża (1), tak aby otwory uchwytu i tylnej podpory były wyrównane. Dokręć mocno za pomocą śrub (9).
3. Umieść krótszą przednią podporę (5) w przednim uchwycie głównego stelaża (1), tak aby otwory uchwytu i przedniej podpory były wyrównane. Dokręć mocno za pomocą śrub (9).



Krok 2:

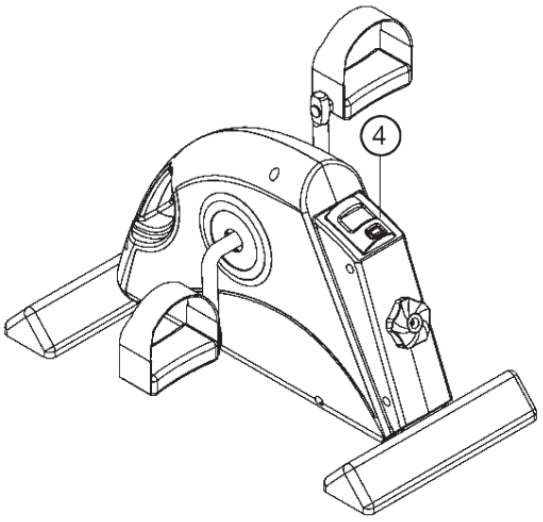
Montaż prawego i lewego pedału (3R + 3L) przy korbie pedału (2).

1. Pedały (3R + 3L) są oznaczone "R" dla prawej strony i "L" dla lewej strony. (Uwaga: prawą i lewą stronę określone są z perspektywy patrzenia na maszynę podczas treningu.)
2. Wkręć prawy pedał (3R) w gwintowany otwór po prawej stronie korby pedału (2) i mocno dokręć. (Uwaga: Należy zauważyć, że gwintowana część prawego pedału (3R) musi być wkręcona zgodnie z ruchem wskazówek zegara w gwintowany otwór korby pedału (2).)
3. Wkręć lewy pedał (3L) w gwintowany otwór po lewej stronie korby pedału (2) i mocno dokręć. (Uwaga: Gwintowaną część lewego pedału (3L) należy wkręcić w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara w gwintowany otwór korby pedału (2).)



Uruchamianie komputera (4).

Zacznij ćwiczyć lub naciskaj klawisz F na komputerze i wyświetlaj dane programu komputerowego. Jeśli nie działa, wyjmij komputer (4) z obudowy, włóż jedną baterię typu AG13 lub LR44 do komory baterii z tyłu komputera. Zwróć uwagę na odpowiednią polaryzację i umieść komputer z powrotem w obudowie. (Jeśli akumulatory do komputera nie znajdują się w tym produkcie, należy je dokupić).



Krok 3:

Sprawdzenie

1. Sprawdź, czy montaż jest prawidłowy, czy śruby są dobrze dokręcone a połączenia poprawne.

Montaż jest zakończony.

2. Gdy wszystko jest w porządku, zapoznaj się z urządzeniem przy niskim poziomie oporu i dopasuj urządzenie do własnych potrzeb.

Uwaga:

Zachowaj narzędzia do montażu oraz instrukcję montażu w bezpiecznym miejscu, ponieważ może się przydać podczas napraw lub w razie wymiany części zapasowych.

Instrukcje komputera dla 1340



Dostarczony komputer umożliwia najwygodniejszy trening. Każda wartość odnosząca się do treningu jest wyświetlana. Od początku sesji treningowej wyświetlany jest wymagany czas, dystans, aktualna liczby powtórzeń, przybliżone zużycie kalorii i całkowita liczba powtórzeń. Wszystkie wartości są liczone od zera w górę. Komputer włącza się przez krótkie naciśnięcie klawisza "F" lub po prostu rozpoczęcie treningu. Aby uruchomić komputer, po prostu rozpocznij trening. Komputer rozpoczyna rejestrację i wyświetla wszystkie wartości. Aby zatrzymać komputer, po prostu przestań trenować. Komputer zatrzymuje wszystkie pomiary i zachowuje ostatnie osiągnięte wartości. Ostatnie osiągnięte wartości w funkcjach TIME, CALORIES, Reps i Total reps są przechowywane i trening może być kontynuowany z tymi wartościami, gdy trening zostanie wznowiony. Komputer wyłącza się automatycznie ok. 4 minuty po zakończeniu treningu. Wszystkie poprzednio uzyskane wartości zostaną usunięte. Na dolnej części miernika, którą można łatwo zdjąć z obudowy, można wymienić baterię (typ AG 13 / LR44), jeśli to konieczne.

Wyświetlacz komputera:

Kluczowe funkcje:

1. Klawisz "F"

Krótkie naciśnięcie tego klawisza umożliwia zmianę jednej funkcji na inną. Powiązane wartości są następnie wyświetlane w oknie. Jeśli klawisz zostanie przytrzymany dłużej (około 4 sekundy), wszystkie ostatnio osiągnięte wartości zostaną usunięte z wyjątkiem wartości wyświetlanych na ekranie "TOTAL REPS".

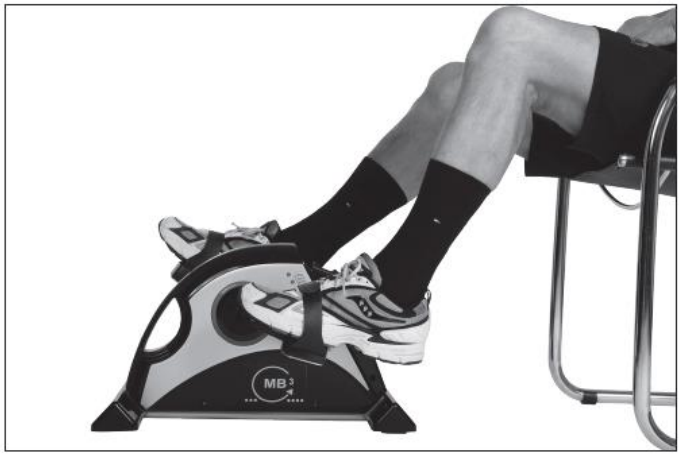
Wyświetlacz:

Klawiszem "F" można wybierać poszczególne funkcje i wyświetlać powiązane dane. Wybrana funkcja jest oznaczona ikoną obok nazwy funkcji.

1. Wyświetlacz "Timer" (TM):
Aktualny czas treningu jest wyświetlany w minutach i sekundach.
2. "Calories" (CAL):
Wyświetlany jest aktualny status zużytych kalorii.
3. "REPS (CNT):
Wyświetlany jest aktualny status powtórzeń obrotów korby pedałów.
4. "TOTAL REPS (TCNT):
Wyświetlany jest aktualny status powtórzeń obrotów korby pedałów wszystkich sesji treningowych.
5. "DISTANCE" (Scan):
Wyświetlany jest aktualny status odległości w km.
6. Funkcja "SCAN" (S):
Jeśli ta funkcja jest wybrana, bieżące wartości wszystkich funkcji wyświetlane są kolejno w stałej kolejności ok. co 5 sekund.
7. STOP:
Brak ruchomych pedałów.

Instrukcje treningowe

Trening nóg:



Trening ramion:

