

30'

ECHO HS-0551C

Cyklotrenažer



Heimtrainer



Vélo de spinning



Spinning bike



Rower spinningowy











Cyklotrenažer

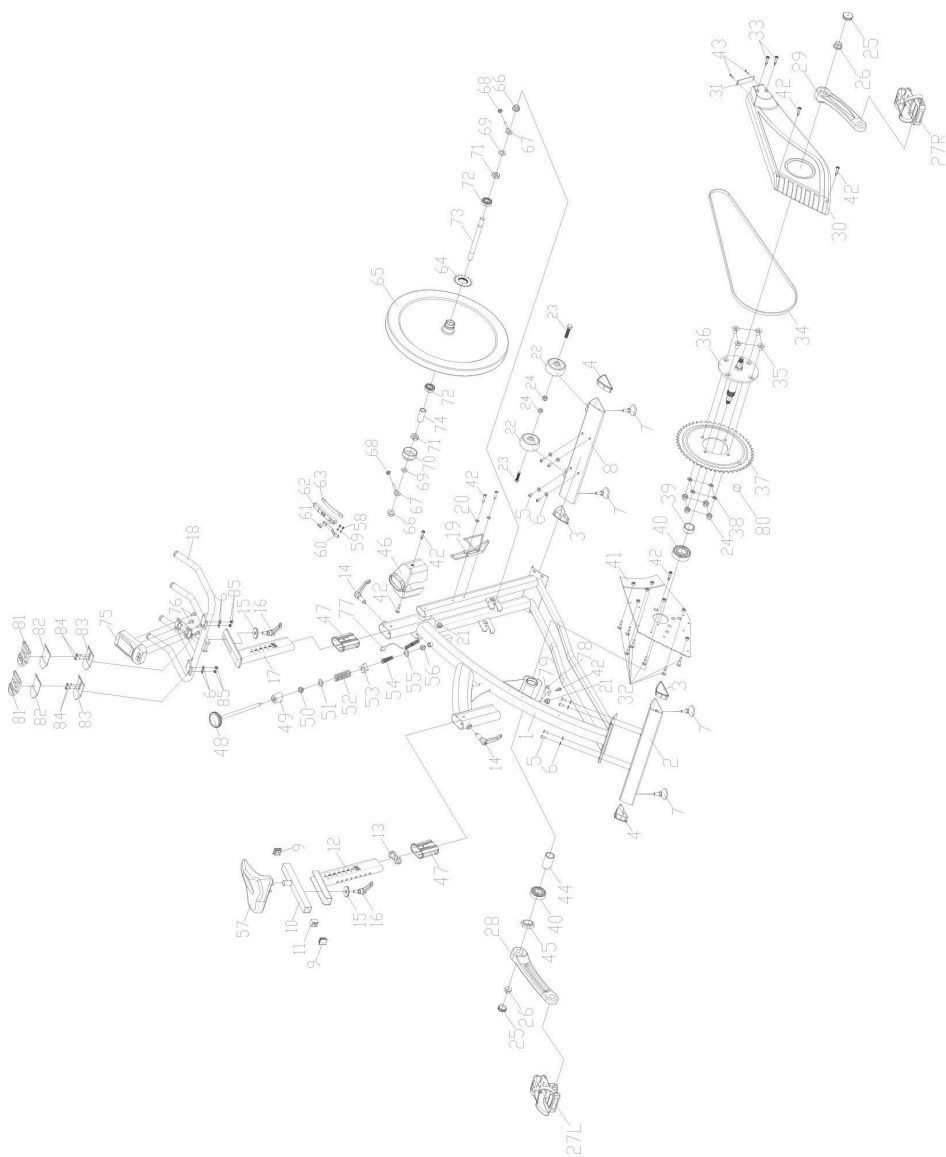


Спінінговий велосипед



Scan me
www.hop-sport.com

	ROZLOŽENÝ POHLED / EXPLOSIONSZEICHNUNG / SCHÉMA DÉMONTÉ / EXPLODED VIEW / WIDOK ROZSTRZELONY / ROZLOŽENÝ POHLAD / РОЗКЛАДЕНИЙ СТАН	1
	NÁVOD K POUŽITÍ	2
	BEDIENUNGSANLEITUNG	16
	INSTRUCTIONS D'UTILISATION	30
	INSTRUCTION	44
	INSTRUKCJA OBSŁUGI	58
	NÁVOD NA POUŽITIE	72
	ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ	86





PŘED POUŽITÍM ZAŘÍZENÍ SI POZORNĚ PŘEČTĚTE VŠECHNY POKYNY. USCHOVEJTE SI TYTO POKYNY PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.

1. Plnou bezpečnost a účinnost použití je možné dosáhnout za předpokladu, že zařízení je smontováno a používáno v souladu s těmito pokyny. Nezapomeňte informovat všechny uživatele zařízení o omezeních, varováních a bezpečnostních opatřeních. Nejsme zodpovědní za problémy nebo zranění způsobené jednáním v rozporu s pravidly stanovenými v této příručce.
2. Výrobek se může používat pouze pro určený účel.
3. Zařízení je určeno pouze pro použití v domácnosti dospělými osobami. Nenechávejte zařízení na místě přístupném dětem. Během tréninku by děti měly být pod dohledem dospělých.
4. Přístroj by měl být skladován na suchém a teplém místě mimo přímého slunečního záření.
5. Vyvarujte se kontaktu počítače s vodou, protože voda by ho mohla poškodit nebo způsobit zkrat.
6. Zařízení není vhodné pro rehabilitační účely.
7. Zařízení může používat najednou jedna osoba.
8. Zařízení umístěte na rovný, stabilní a čistý povrch.
9. K ochraně podlahy pod zařízením se doporučuje použít koberec, podložku nebo jiný podklad.
10. Pod strojem v oblasti montáže položte vhodnou základnu (např. gumovou podložku, dřevěnou základnu atd.), aby nedošlo ke znečištění.
11. Před zahájením tréninku zkontrolujte, zda je zařízení kompletní a zda jsou všechny části na svém místě.
12. Pokud máte jakékoliv zdravotní problémy / chronická onemocnění nebo jde-li o váš první trénink na tomto typu vybavení, před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit zranění.
13. Před použitím zařízení se zahřejte.
14. Pokud během cvičení na přístroji pocítíte bolest, nepravidelný srdeční rytmus, dušnost, závratě nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit. Před pokračováním v cvičení byste měli vyhledat lékařskou pomoc.
15. Nenoste dlouhé, volné oblečení, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech.
16. Nezapomeňte na zapínání páسů na pedálech.
17. Zařízení používejte pouze tehdy, když je v pořádku z technické stránky. Pokud během používání zjistíte poškození některých komponentů nebo uslyšíte rušivý zvuk ze zařízení, přestaňte cvičit. Nepoužívejte zařízení, dokud se problém nevyřeší.
18. Neprovádějte žádné opravy zařízení kromě těch, které jsou popsány v této příručce. V případě jakýchkoliv problémů kontaktujte servis (kontaktní údaje jsou uvedeny dále v příručce).
19. Minimální volný prostor potřebný pro bezpečný provoz zařízení činí ne méně než dva metry.
20. Maximální povolená hmotnost uživatele je 135 kg.
21. Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou ISO 20957-10:2017 ve třídě H. C.



Seznam dílů

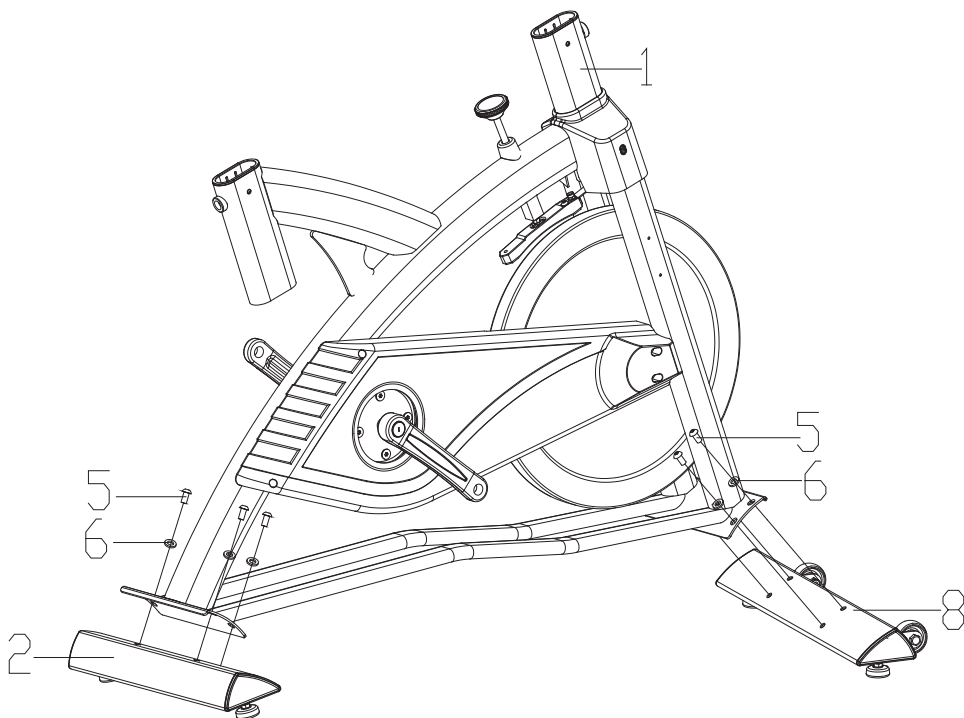
Č.	Popis	Ks.
1	Hlavní rám	1
2	Zadní nosník	1
5	Šroub M8x15	8
6	Plochá podložka M8	16
8	Přední nosník	1
10	Sloupek sedadla	1
12	Vertikální podstavec sedadla	1
14	Regulační knoflík M16 × 20	2
15	Plochá podložka R45 × R10.5 × 5	2
16	Regulační knoflík M10 × 25	2
17	Sloupek volantu	1
18	Řídítka	1
19	Držák na láhev	1
20	Plochá podložka M5	2
27	Pedál	2
42	Šroub ST4.2 × 19	8
48	Nouzová brzda / Knoflík pro nastavení odporu	1
57	Sedadlo	1
75	Počítač	1
76	Šroub M5 × 10	4
A1	Kabel	1
A2	Kabel	1



Montážní návod

1/4

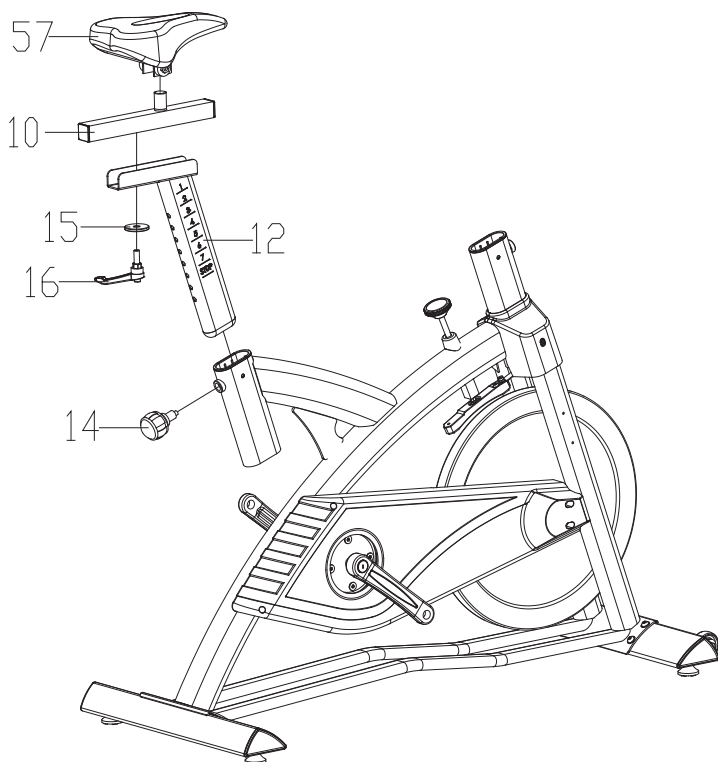
1. Připevněte přední stabilizátor (8) k hlavnímu rámu (1) pomocí dvou sad plochých podložek (6) a šroubů (5).
2. Připevněte zadní stabilizátor (2) k hlavnímu rámu (1) pomocí dvou sad plochých podložek (6) a šroubů (5).





2/4

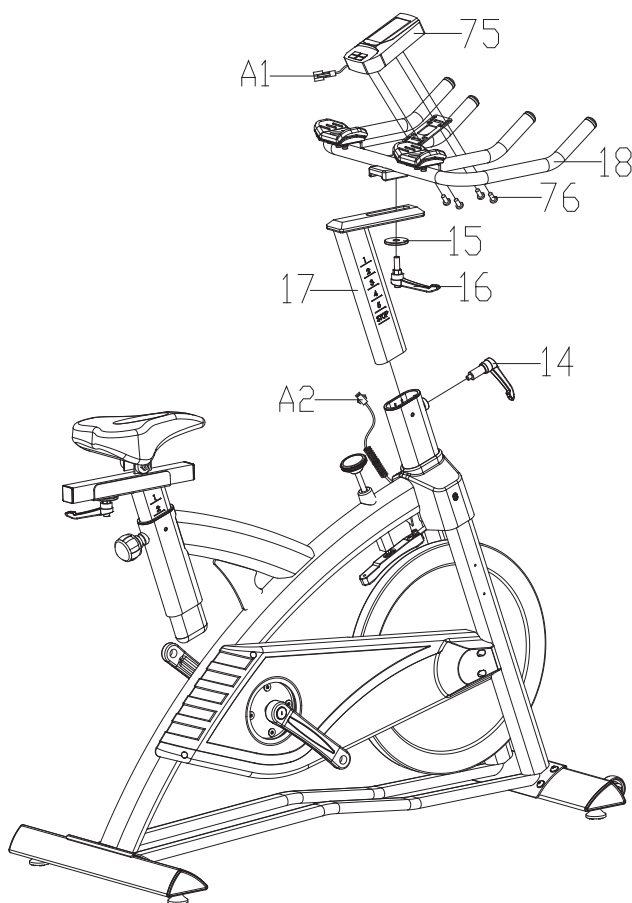
1. Připevněte sloupek sedadla (12) k hlavnímu rámu (1). Uvolněte nastavovací knoflík (14), poté vyberte požadovanou výšku a znovu ho utáhněte.
2. Vložte kolejnici pro nastavení sedadla (10) do sloupku sedadla (12) a zajistěte ji pomocí ploché podložky (15) a nastavovacího knoflíku (16).
3. Připevněte sedadlo (57) k podpěře sedadla pomocí matic ve spodní části sedadla.





3/4

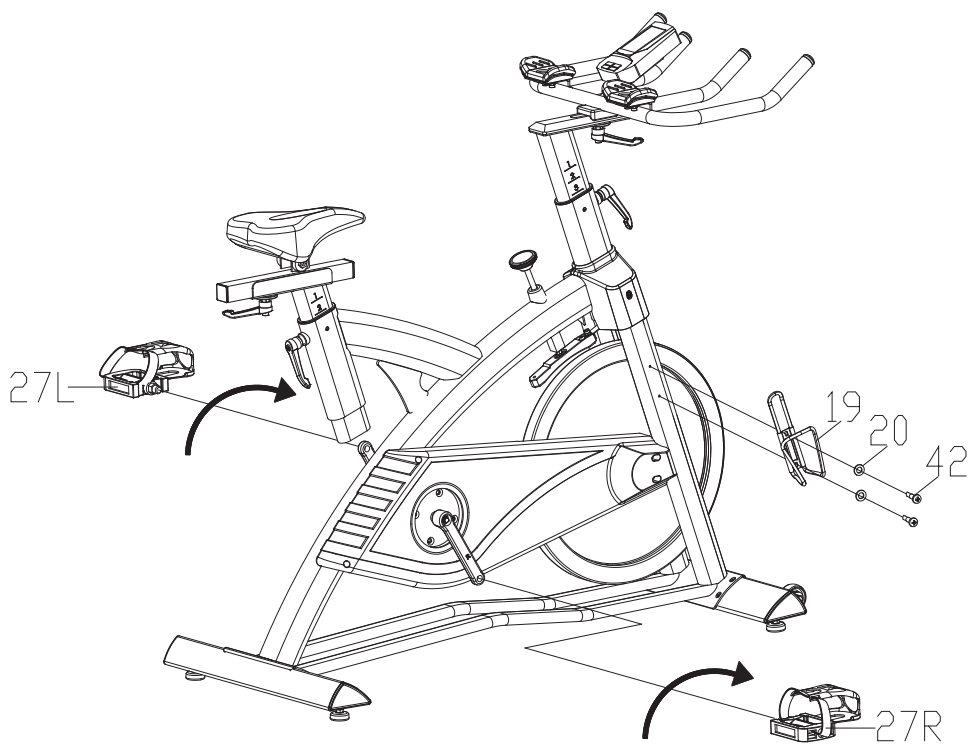
1. Zasuňte sloupek volantu (17) do trubky podpěry volantu na hlavním rámu (1). Uvolněte knoflík (14), poté vyberte požadovanou výšku a znovu ho utáhněte.
2. Připevněte rukojeť volantu (18) k sloupku volantu (17) v požadované poloze pomocí ploché podložky (15) a nastavovacího knoflíku (16).
3. Připevněte počítač (75) k držáku na volantu (18) pomocí šroubů (76) a připojte kabely A2 a A1, jak je znázorněno na obrázku níže.





4/4

1. Připojte pedály (27 L / R) k příslušným ramenům kliky. Pravá klika je na pravé straně rotopedu, když na něm sedíte. Zašroubujte pedály ve směru znázorněném na obrázku níže.
2. Připevněte držák na láhev (19) k hlavnímu rámu (1) pomocí ploché podložky (20) a šroubu (42).





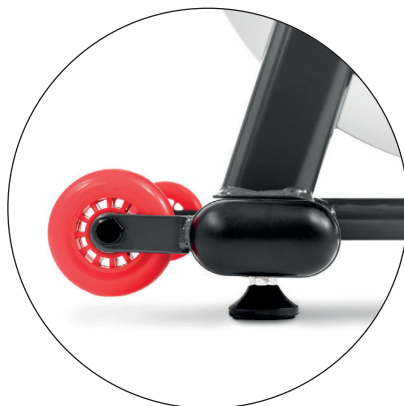
Nastavení volantu

Chcete-li nastavit volant, povolte otočný knoflík, nastavte volant do polohy a otočný knoflík utáhněte. Ujistěte se, že volant je správně namontován a nehybný.



Vyrovnávání

Upravte polohu zařízení pomocí vyrovnávacích nožiček.



Vertikální a horizontální nastavení sedadla

Chcete-li změnit polohu sedadla, odšroubujte otočný knoflík na sloupu, sedlo nastavte do správné polohy a otočný knoflík utáhněte.

Chcete-li nastavit vodorovnou polohu sedadla, odšroubujte knoflík na rukojeti sedadla, sedadlo nastavte do správné polohy a otočný knoflík utáhněte.





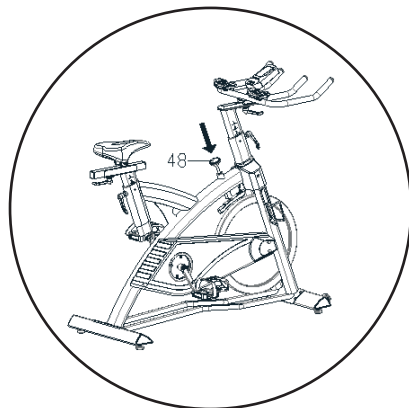
Nastavení odporu

Upravte úroveň odporu podle svých individuálních potřeb pomocí knoflíku nastavení odporu a nouzové brzdy (48) na hlavním rámu.



Nouzová brzda

Pokud chcete, aby se setrvačnick zastavil, musíte pevně zatlačit knoflík nastavení odporu a nouzové brzdy (48) na hlavním rámu.





1. Funkce displeje



2. Údaje zobrazené na displeji

SCAN	Stiskněte MODE / ENTER pro výběr funkce. Automaticky prohledá všechny funkce, zobrazí funkce po 6 sekundách. Pořadí funkcí: TMR → DST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.
SPEED	Rozsah 0.0–99.9. Pokud počítač nezjistí aktivitu po dobu 4 sekund, na displeji se zobrazí „SPEED“ hodnota „0.0“.
RPM	Rozsah 0–999. Pokud počítač po dobu 4 sekund nezjistí žádnou aktivitu, hodnota RPM zobrazí „0“.
TIME	Bez nastavení cílové hodnoty se čas bude počítat od hodnoty „0“. Po nastavení cílové hodnoty se čas bude odpočítávat z nastaveného času do „0“. Po dosažení hodnoty „0“ zazní zvukový signál. Pokud počítač nezjistí aktivitu po dobu 4 sekund, počítání času se zastaví. Rozsah 0:00–99:59.
DIST	Bez nastavení cílové hodnoty se vzdálenost bude počítat od hodnoty „0“. Po nastavení cílové hodnoty se vzdálenost bude odpočítávat od nastavené vzdálenosti do „0“. Po dosažení hodnoty „0“ zazní zvukový signál. Rozsah 0.00 až 99.99.
CAL	Bez nastavení cílové hodnoty se spálené kalorie budou počítat od hodnoty „0“. Po nastavení cílové hodnoty se kalorie budou odpočítávat od nastavené hodnoty do „0“. Po dosažení hodnoty „0“ zazní zvukový signál. Rozsah 0–9999.
PULSE	Aktuálně měření pulsu se zobrazí po 6 sekundách po zaznamenání pulsu počítačem. Pokud počítač nezaznamená aktivitu do doby 4 sekund, objeví se na něm symbol „P“. Když srdeční frekvence překročí cílovou hodnotu, počítač vydá zvukový signál Rozsah 0–30–230 BPM.

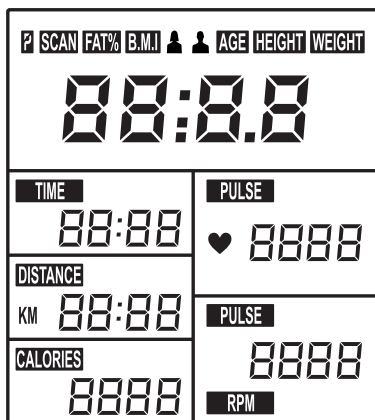


3. Funkce prycisków

SET	Stisknutím tlačítka SET zvýšíte hodnotu. Chcete-li rychleji zvýšit rychlost, stiskněte a podržte tlačítko. Časový rozsah: 00:00–99:00 (zvýšení o 1:00). Rozsah CAL: 0–9990 (zvýšení o 10). Rozsah DIST: 0.00–99,50 (zvýšení o 0,5). Rozsah PULSE: 0-30–230 (zvýšení o 1).
MODE / ENTER	Výběr funkce pomocí tlačítka MODE / ENTER. Stisknutím a podržením tlačítka MODE / ENTER obnovíte všechny funkce.
RESET	V režimu nastavení stiskněte RESET pro resetování vybrané funkce. Pridržením tlačítka RESET vynulujete všechny funkce.
RECOVERY	Po zjištění pulzu počítačem stiskněte RECOVERY, abyste přešli do režimu RECOVERY (vyhodnocení na základě normalizace rychlosti srdeční frekvence po ukončení tréninku).

Zapínání

Na LCD displeji se zobrazí všechny hodnoty (obrázek 1).



Obrázek 1

Vypínání

Po 4 minutách nečinnosti se displej přepne do režimu spánku (SLEEP).



4. Operace

Nastavení tréninku

Stisknutím tlačítka MODE / ENTER vyberte funkce TIME, DISTANCE, CALORIES a PULSE. Použijte tlačítko SET pro nastavení a stiskněte MODE / ENTER pro potvrzení.

Vzorová konfigurace času - když bliká hodnota času, můžete pomocí tlačítka SET nastavit hodnotu. Stisknutím tlačítka MODE / ENTER potvrďte a pokračujte k další konfiguraci funkce. Nastavení DISTANCE, CALORIES a PULSE se řídí funkcí TIME.

I Po zahájení tréninku a po přijetí signálu o aktivitě počítačem se začnou odpočítávat hodnoty SPEED / RPM, TIME, DISTANCE a CAL.

RECOVERY (Systém obnovení)

Funkce je dostupná, když počítač zaznamená puls.

Hodnota TIME zobrazí „0:60“ a začne odpočítávání do „0“ během této doby mějte ruce na snímačích pulsu. Po ukončení měření pulsu počítač zobrazí hodnotu od F1 do F6 (vyhodnocení účinnosti uživatele) v závislosti na výsledku měření pulsu. Tabulka výsledků je uvedena níže.

Stisknutím RECOVERY se vrátíte na úvodní obrazovku.

F1	Vynikající
F2	Perfektní
F3	Dobré
F4	Dostatečné
F5	Podprůměrný
F6	Nedostatečný

5. Řešení problémů

Pokud je displej nečitelný, vyměňte baterie. Pokud během tréninku není signál, zkontrolujte, zda je kabel správně připojen.

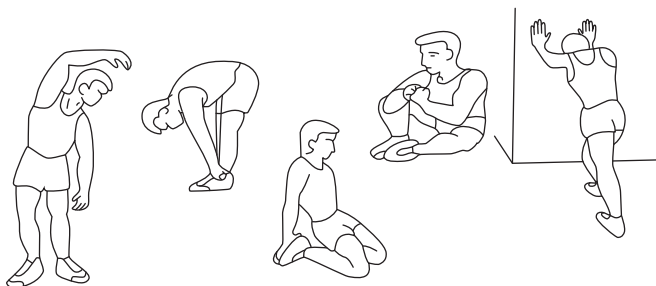
Poznámka

1. Po zastavení tréninku na dobu 4 minut se hlavní obrazovka vypne.
2. Pokud počítač zobrazuje údaje nesprávné, znovu vložte baterie a zapněte počítač.

Pravidelné používání zařízení prospěje vašemu zdraví. Zlepší fyzickou kondici, celkovou pohodu a posílí svaly. V kombinaci se správnou stravou může přispět k hubnutí.

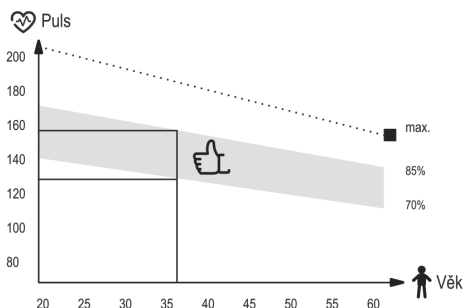
1. Rozcvička

Tato fáze cvičení pomáhá zlepšit krevní oběh v celém těle a připravit svaly na zvýšenou fyzickou námahu. Snižuje také riziko křečí nebo poranění svalů. Doporučuje se provést několik protahovacích cvičení, jak je uvedeno níže. Každé cvičení by mělo trvat přibližně 30 sekund. Nezatěžujte svaly! Pokud pociťujete bolest, přestaňte cvičit nebo snižte rozsah pohybu.



2. Fáze tréninku

Tato fáze je hlavní fází tréninku. Měli byste cvičit vlastním, poměrně stabilním tempem, abyste dosáhli srdeční rytmus odpovídající vašemu věku, jak je to znázorněno na grafu. Tato fáze by měla trvat minimálně 12 minut.



3. Relaxační fáze

Cílem této fáze je uvolnění svalů a kardiovaskulárního systému a vrácení všech „parametrů“ (krevní tlak, frekvence dýchání, srdeční frekvence a jiné) do stavu před cvičením. Toto je opakování rozcvičky se sníženou rychlostí pohybu. Tato fáze by měla být nejkratší - čas cvičení asi 5 minut. Během této fáze by se neměly namáhat svaly. Relaxační fázi by nemělo vynechat.



1. Zařízení vyžaduje pravidelnou údržbu. Měla by být provedena nejméně každých 20 hodin provozu zařízení.
2. Údržba zahrnuje kontrolu:
 - pohyblivé části zařízení, tj. kontrola, zda jsou správně namazané. Pokud ne, namažte je. Doporučuje se používat speciální maziva pro ložiska kol nebo pro fitness zařízení.
 - všechny části zařízení, tj. dotažení šroubů a matic,
 - napájecí kabely (pokud jsou v přístroji) kvůli poškození.
3. K čištění zařízení používejte měkký hadřík mírně navlhčený vodou nebo případně vodou s mýdlem. Nepoužívejte žádné silné čisticí prostředky a ani materiály, které mohou zařízení poškodit. Zvláštní pozornost je třeba věnovat plastovým komponentům.
4. Po každém použití odstraňte ze zařízení všechny stopy potu a nečistot.



Problém	Řešení
Počítač nezobrazuje údaje.	Demontujte počítač a zkontrolujte, zda jsou kabely správně připojeny a zda nejsou poškozeny.
Zařízení vydává rušivé zvuky během používání.	Zkontrolujte, zda jsou všechny části zařízení správně namontovány. Utáhněte šrouby.
Neukazují se hodnoty pulsu, nebo hodnoty jsou špatné.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ujistěte se, že převody měření pulsu jsou správně připevněny. 2. Aby jste zajistili správné měření pulsu držte obě dlaně na senzorech. Pamatujte, že systémměření pulsu nemusí být zcela přesný.
Zařízení není stabilní.	Nastavte koncovku zadního stabilizátoru tak, aby jste dali stroj do roviny.



Záruční podmínky

1. Prodávající jménem Ručitele poskytují záruku na nakoupené zboží po dobu 24 měsíců od data prodeje.
2. Reklamací můžete nahlásit:
 - prostřednictvím stránky <https://hegen.cz/info/reklamace-zaruka/>
Po odeslání žádosti Vám bude přiděleno individuální číslo reklamacie.
 - písemně na adresu:
Hegen Česko s.r.o.
Stavbařů 2201/36,
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
3. Po podání reklamacie bude servisní pracovník kontaktovat Žadatele a informovat o dalších krocích. V případě potřeby můžete servis kontaktovat telefonicky: + 420 296 330 522.
4. Pokud zařízení vyžaduje opravu v servisu, bude vyzvednuto na náklady Prodávajícího. Za tímto účelem by mělo být připraveno kompletní zboží spolu s příslušenstvím a údaji umožňujícími identifikaci Žadatele (číslo objednávky, osobní a kontaktní údaje).
5. Vady nebo poškození zařízení odhalené během záruční doby budou bezplatně odstraněny do 14 pracovních dnů ode dne dodání zařízení do servisu. Pokud je nutné přivést díly ze zahraničí, může být lhůta pro opravu prodloužena.
6. V záručním řízení platí ustanovení Občanského zákoníku platné v zemi dodání zboží.
7. Záruka se nevztahuje na spotřební materiál, jako jsou kabely, popruhy, gumové prvky, pěnové úchyty, houby, pedály atd.
8. Záruka se nevztahuje na škody způsobené používáním zařízení v rozporu se zásadami uvedenými v této příručce.
9. Záruka platí v Německu, České republice, Polsku, na Slovensku, ve Francii a Velké Británii, a na Ukrajině.

Záruční a pozáruční servis

Veškeré záruční a pozáruční opravy provádí distributor zařízení.

Hegen Česko s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika

+ 420 296 330 522 - Infolinka
info@hegen.cz

Tato záruka na prodané spotřební zboží nevylučuje, neomezuje, ani nepozastavuje práva kupujícího vyplývající z rozporu zboží s kupní smlouvou.

CZ Ochrana životního prostředí



Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze suroviny, které lze recyklovat. Tyto materiály vyhazujte podle jejich typu.



Z důvodu ochrany životního prostředí musí být použité baterie odevzdané v místě prodeje, nebo předané do určené sběrně pro skladování druhotných surovin. Nevyhazujte použité baterie do domovních košů na odpady. Tímto budete přispívat k ochraně životního prostředí.



Opotřebovaná elektrická zařízení (včetně počítačů) jsou druhotné suroviny – nesmí se vyhazovat do kontejnerů na domovní odpady, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro lidské zdraví a životní prostředí! Prosíme o aktivní podporu efektivního hospodaření s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí, použité zařízení odevzdejte do sběrně pro skladování druhotných surovin – použitých elektrických zařízení.



VOR DEM GEBRAUCH LESEN SIE DIE GESAMTE BEDINGUNGSANLEITUNG AUFMERKSAM DURCH. BEWAHREN SIE DIE ANLEITUNG ZUM SPÄTEREN NACHSCHLAGEN AUF.

1. Die volle Sicherheit und Wirksamkeit bei Gebrauch kann erreicht werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen zusammengebaut und verwendet wird. Denken Sie daran, die Benutzer des Geräts über alle Einschränkungen, Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren. Wir sind nicht verantwortlich für Probleme oder Verletzungen, die durch einen Verstoß gegen die in diesem Handbuch festgelegten Regeln verursacht werden.
2. Das Produkt darf nur für seine Bestimmung verwendet werden.
3. Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch durch Erwachsene bestimmt. Lassen Sie das Gerät nicht an einem für Kinder zugänglichen Ort. Während des Trainings sollten Minderjährige unter Aufsicht von Erwachsenen sein.
4. Das Gerät sollte an einem trockenen und warmen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung gelagert werden.
5. Vermeiden Sie, dass der Computer mit Wasser in Kontakt kommt, da dies Beschädigungen oder einen Kurzschluss verursachen kann.
6. Das Gerät ist nicht für Rehabilitationszwecke geeignet.
7. Jeweils eine Person kann das Gerät benutzen.
8. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile, saubere und freie Oberfläche.
9. Es wird empfohlen, einen Teppich, eine Matte oder eine andere Unterlage zu verwenden, um den Boden unter dem Gerät zu schützen.
10. Legen Sie im Montagebereich eine geeignete Unterlage (z. B. eine Gummimatte, eine Holzunterlage usw.) unter das Gerät, um Verschmutzungen zu vermeiden.
11. Bevor Sie mit dem Training beginnen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig und alle Teile vorhanden sind.
12. Wenn Sie gesundheitliche Probleme / chronische Krankheiten haben oder zum ersten Mal mit dieser Art von Gerät trainieren, konsultieren Sie vor dem Training einen Arzt oder Spezialisten. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen.
13. Wärmen Sie sich auf, bevor Sie das Gerät benutzen.
14. Wenn Sie während des Trainings Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab. Bevor Sie das Trainingsprogramm fortsetzen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.
15. Tragen Sie keine langen, losen Kleidungsstücke, die sich in beweglichen Teilen verfangen könnten.
16. Denken Sie daran, die an den Pedalen befestigten Riemen festzuzschnallen.
17. Verwenden Sie das Gerät nur, wenn es technisch einwandfrei ist. Wenn Sie während des Gebrauchs fehlerhafte Komponenten finden oder störende Geräusche vom Gerät hören, unterbrechen Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst, wenn das Problem behoben ist.
18. Nehmen Sie nur die beschriebenen Einstellungen oder Änderungen am Gerät vor, die in diesem Handbuch beschrieben sind. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an den Service (Die Kontaktdaten finden Sie später im Handbuch).
19. Der für den sicheren Betrieb des Geräts erforderliche Mindestfreiraum beträgt mindestens zwei Meter.
20. Das maximal zulässige Benutzergewicht beträgt 135 kg.
21. Das Gerät wurde gemäß der Norm ISO 20957-10:2017 hergestellt in der Klasse H. C.



Stückliste

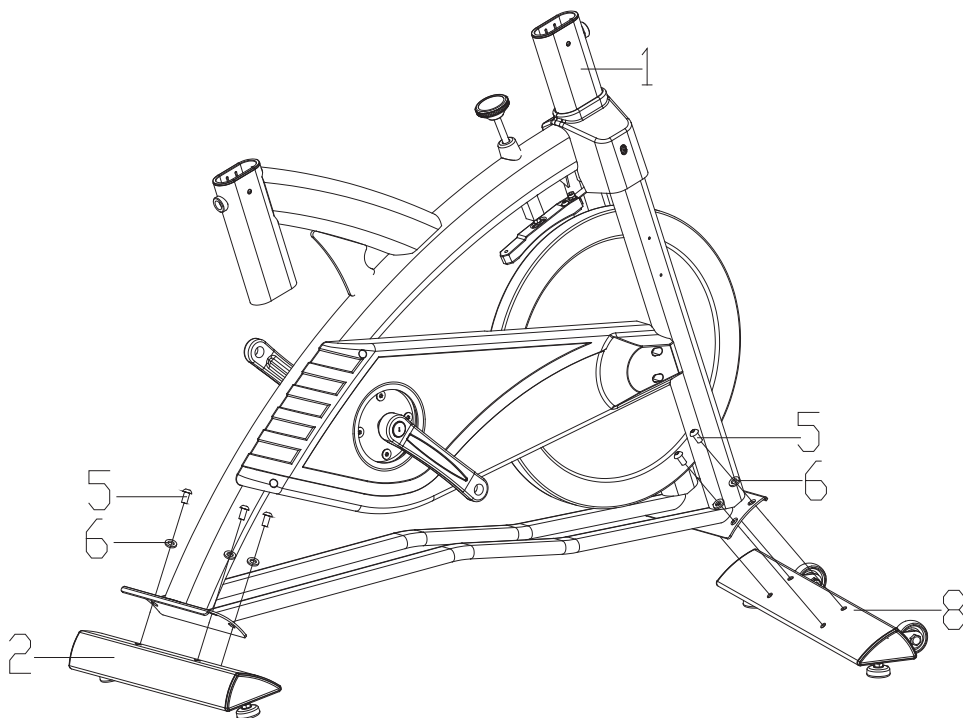
Teil-Nr.	Bezeichnung	Stk.
1	Grundrahmen	1
2	Standrohr hinten	1
5	Schraube M8 × 15	8
6	Flache Unterlegscheibe M8	16
8	Standrohr vorne	1
10	Sattelaufnahme	1
12	Sattelstützrohr	1
14	Klemmgriff M16 × 20	2
15	Flache Unterlegscheibe R45 × R10.5 × 5	2
16	Klemmgriff M10 × 25	2
17	Lenkerstützrohr	1
18	Lenker	1
19	Flaschenhalter	1
20	Flache Unterlegscheibe M5	2
27	Pedal	2
42	Schraube ST42 × 19	8
48	Notbremse / Widerstandseinstellknopf	1
57	Sattel	1
75	Computer	1
76	Schraube M5 × 10	4
A1	Kabel	1
A2	Kabel	1



Montageanleitung

1/4

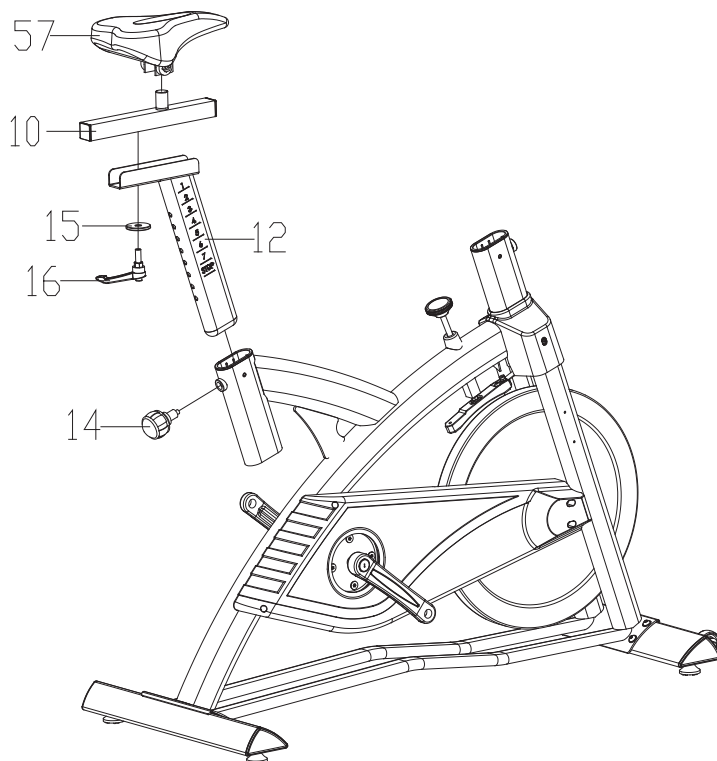
1. Befestigen Sie das vordere Standrohr (8) mit der flachen Unterlegscheibe (6) und Schrauben (5) am Grundrahmen (1).
2. Befestigen Sie das hintere Standrohr (2) mit der flachen Unterlegscheibe (6) und Schrauben (5) am Grundrahmen (1).





2/4

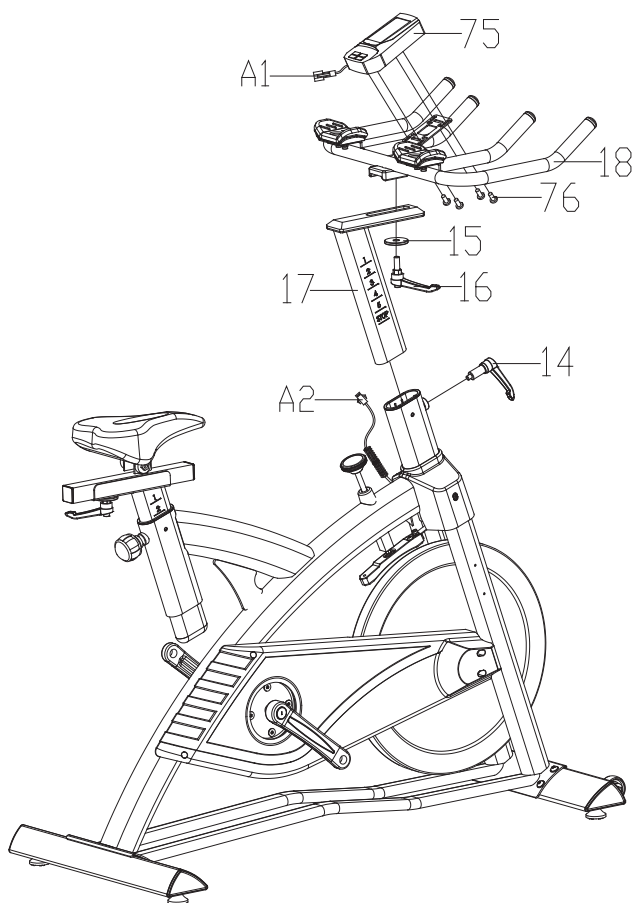
1. Befestigen Sie das Sattelstützrohr (12) am Grundrahmen (1). Lösen Sie den Klemmgriff (14), wählen Sie die gewünschte Höhe und ziehen Sie sie wieder fest.
2. Setzen Sie die Sattelaufnahme (10) in das Sattelstützrohr (12) ein und verriegeln Sie sie mit der Unterlegscheibe (15) und dem Klemmgriff (16).
3. Befestigen Sie den Sattel (57) mit den Muttern an der Unterseite des Sitzes an der Sattelstützrohr.





3/4

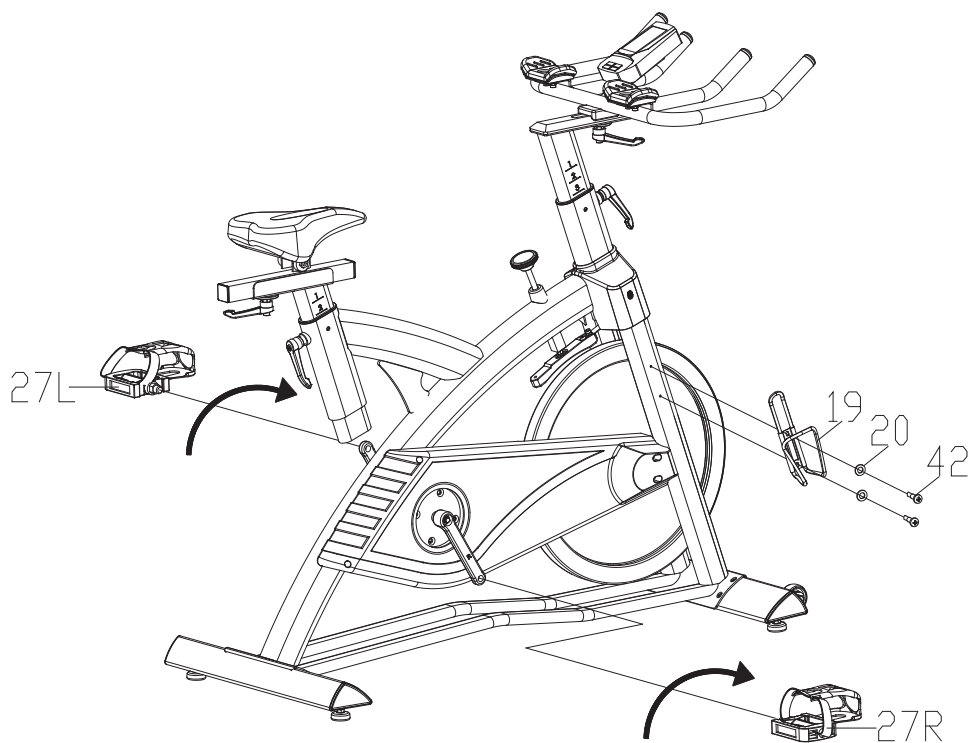
1. Setzen Sie das Lenkerstützrohr (17) in den Grundrahmen (1) ein. Lösen Sie den Klemmgriff (14), wählen Sie die gewünschte Höhe aus und ziehen Sie ihn wieder fest.
2. Befestigen Sie den Lenker (18) in der gewünschten Position mit der Unterlegscheibe (15) und dem Klemmgriff (16) am Lenkerstützrohr (17).
3. Befestigen Sie den Computer (75) mit den Schrauben (76) an der Halterung am Lenker (18) und verbinden Sie die Kabel A2 und A1 wie in der folgenden Abbildung gezeigt.





4/4

1. Befestigen Sie die Pedale (27 L / R) an den entsprechenden Kurbelarmen. Die rechte Kurbel befindet sich auf der rechten Seite des Fahrrads, wenn Sie darauf sitzen. Schrauben Sie die Pedale in die in der folgenden Abbildung gezeigte Richtung.
2. Befestigen Sie die Flaschenhalterung (19) mit der flachen Unterlegscheibe (20) und der Schraube (42) am Grundrahmen (1).





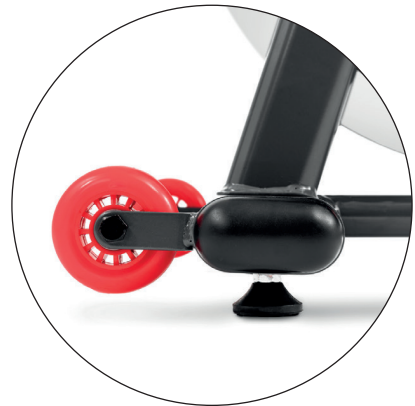
Lenkereinstellung

Um die Lenkerposition einzustellen, drehen Sie den Feststellknopf an der Lenksäule los, schieben Sie den Lenker in die gewünschte Position und drehen Sie den Feststellknopfs anschließend wieder fest. Vergewissern Sie sich, dass sich der Lenker nicht bewegen lässt.



Nivellierung

Stellen Sie das Gerät mit dem Stabilisator an der hinteren Rahmen ein.



Vertikale und horizontale Sattelverstellung

Um die Sattelposition zu ändern, schrauben Sie den Drehknopf an der Säule ab, stellen Sie den Sattel in die gewünschte Position und ziehen Sie den Knopf fest.

Um die horizontale Position des Sattels einzustellen, schrauben Sie den Drehknopf an der Sattelschiene ab, stellen Sie den Sattel in die gewünschte Position und ziehen Sie den Drehknopf wieder fest.





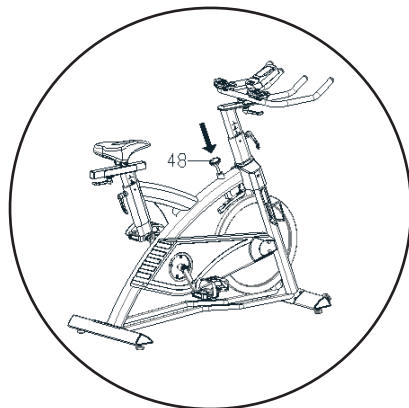
Widerstandseinstellung

Stellen Sie die Widerstandsstufe mit dem Widerstandsregler und der Notbremse (48) am Hauptrahmen an Ihre individuellen Bedürfnisse ein.



Notbremse

Wenn das Schwungrad anhalten soll, müssen Sie den Widerstandsregler / Notbremse (48) am Hauptrahmen fest drücken.





1. Display



2. Computer Anzeige

SCAN	Drücken Sie MODE / ENTER im SCAN Modus um eine Funktion zu wählen. Automatischer Anzeigewechsel je 6 Sekunden. Die Reihenfolge, in der die Funktionen angezeigt werden: TIME → DIST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.
SPEED	Anzeigebereich: 0.0–99.9. Erfolgt 4 Sekunden lang kein Signaleingang, zeigt der SPEED-Wert „0,0“ an.
RPM	Bereich 0 - 999. Wenn der Computer 4 Sekunden lang keine Aktivität feststellt, zeigt der RPM-Wert „0“ an.
TIME	Falls kein Zielwert eingestellt wird, wird die Zeit von „0“ an gezählt. Falls Sie einen Zielwert eingestellt haben, wird die Zeit bis auf „0“ herunter gezählt. Nach Ablauf der Zeit ertönt ein akustisches Signal. Erfolgt 4 Sekunden lang kein Signaleingang, wird die Zeit gestoppt. Anzeigebereich 0:00–99:59.
DIST	Falls kein Zielwert eingestellt wird, wird die Strecke von „0“ an gezählt. Falls Sie einen Zielwert eingestellt haben, wird die Distanz bis auf „0“ herunter gezählt. Wird der eingestellte Wert erreicht, ertönt ein akustisches Signal. Anzeigebereich 0.00–99.99.
CAL	Falls kein Zielwert eingestellt wird, werden die verbrannte Kalorien von „0“ an gezählt. Falls Sie einen Zielwert eingestellt haben, werden die Kalorien bis auf „0“ herunter gezählt. Wird der eingestellte Wert erreicht, ertönt ein akustisches Signal. Anzeigebereich 0–9999.
PULSE	Der aktuelle Pulswert wird nach 6 Sekunden angezeigt, sobald der Computer ein Pulssignal empfängt. Empfängt der Computer 4 Sekunden lang kein Signal, wird „P“-Symbol angezeigt. Wenn der Puls über dem Zielwert liegt, ertönt ein akustisches Signal. Anzeigebereich 0–30–230 BPM.



3. Tasten

SET	Drücken Sie SET um einen Wert zu erhöhen. Halten Sie die Taste länger gedrückt, um den Wert schnell zu erhöhen Anzeigebereich TIME: 00:00–99:00 (je 1:00). Anzeigebereich CAL: 0–9990 (je 10). Anzeigebereich DIST: 0.00–99.50 (je 0.5). Anzeigebereich PULSE: 0–30–230 (je 1).
MODE / ENTER	MODE / ENTER dient zur Auswahl einer Funktion. Halten Sie die Taste länger gedrückt, um alle Funktionen zurückzusetzen.
RESET	Drücken Sie Reset in den Einstellungen um die ausgewählte Funktion zurückzusetzen. Halten Sie diese Taste länger gedrückt, um alle Funktionen zurückzusetzen.
RECOVERY	Nachdem der Computer ein Pulssignal empfangen hat, drücken Sie RECOVERY um in den Recovery-Modus zu gelangen. (Wie schnell sich der Körper vom Training erholt).

Einschalten

LCD Display zeigt alle Funktionen an (Bild 1).

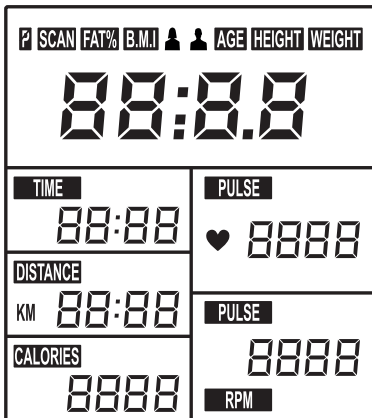


Bild 1

Ausschalten

Der Computer wechselt in den Ruhezustand, wenn er 4 Sekunden lang kein Signal von der Geschwindigkeitsmessung mehr erhält, oder länger als 4 Minuten keine Taste gedrückt wurde (SLEEP).



4. Einstellungen

Trainingseinstellungen

Drücken Sie MODE / ENTER Taste um eine Funktion zu wählen: TIME, DISTANCE, CALORIES und PULSE. Drücken Sie SET um einen Wert einzustellen und bestätigen Sie Ihre Eingabe mit der MODE / ENTER Taste.

Beispiel für die Einstellung von Zeit: wenn der ZEIT-Wert blinkt, kann man mit der SET Taste einen gewünschten Wert einstellen. Drücken Sie dann die MODE / ENTER Taste um Ihre Eingabe zu bestätigen und dann können Sie eine weitere Funktion einstellen. Funktionen: DISTANCE, CALORIES und PULSE werden genauso eingestellt, wie Funktion: TIME.

Nachdem Sie mit dem Training begonnen haben und der Computer ein Signal empfangen hat, fängt der Computer an die Funktionswerte: SPEED / RPM, TIME, OST i CAL zu zählen.

Recovery-Modus

Recovery Funktion kann genutzt werden, wenn der Computer ein Signal empfängt.

Funktion TIME zeigt „0:60“ an und es beginnt der Countdown bis auf „0“ -die ganze Zeit müssen Ihre Hände die Pulssensorem umfassen. Nach der Pulsmessung zeigt der Computer einen Wert von F1 bis F6 an, abhängig von Ihrem Pulsmessergebnis ab. Ergebnistabelle wird unten dargestellt.

Drücken Sie erneut RECOVERY um in das Startmenü zu gelangen.

F1	Ausgezeichnet
F2	Hervorragend
F3	Gut
F4	Befriedigend
F5	Unterdurchschnittlich
F6	Sehr Unterdurchschnittlich

5. Problemlösung

Wenn die Anzeige nicht gut lesbar ist, tauschen Sie die Batterien aus.

Wenn der Computer während des Trainings kein Signal empfängt, überprüfen Sie bitte, ob das Kabel richtig angeschlossen ist.

Achtung

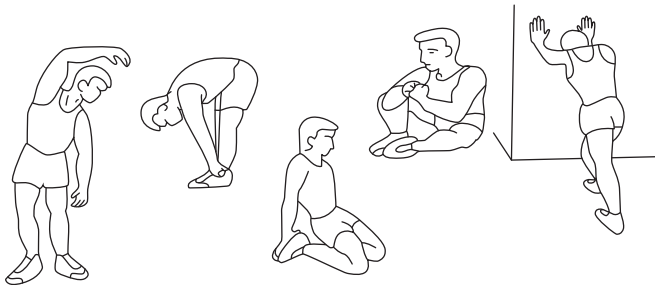
1. Nachdem Sie das Training für 4 Minuten unterbrochen haben, wird das Display ausgeschaltet.
2. Wenn der Computer falsche Werte anzeigt, legen Sie die Batterien erneut ein und schalten Sie den Computer ein.



Die regelmäßige Verwendung des Gerätes kommt Ihrer Gesundheit zugute. Es verbessert die körperliche Verfassung und das Wohlbefinden und stärkt die Muskeln. In Kombination mit einer richtigen Ernährung kann es zur Gewichtsreduktion beitragen.

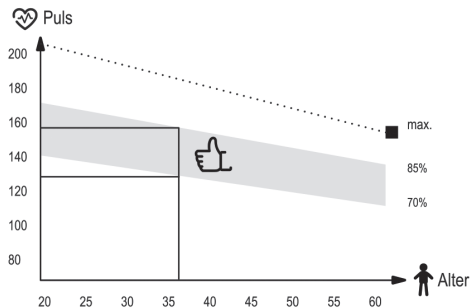
1. Aufwärm-phase

Diese Trainingsphase verbessert die Durchblutung des Körpers und bereitet die Muskeln auf größere Anstrengungen vor. Es verringert auch das Risiko einer Muskelkontraktion oder eines Muskelbruchs. Es ist ratsam, einige Dehnübungen wie unten gezeigt durchzuführen. Jede Übung sollte ungefähr 30 Sekunden dauern. Überanstrengen Sie nicht Ihre Muskeln! Wenn Sie Schmerzen verspüren, unterbrechen Sie das Training oder verringern Sie den Bewegungsumfang.



2. Übungsphase

Diese Phase ist die Trainingsphase, in der Sie das Gerät verwenden. Sie sollten in Ihrem eigenen, ziemlich gleichmäßigen Tempo trainieren, damit Sie eine Ihrem Alter entsprechende Herzfrequenz erreichen, wie in der Grafik dargestellt. Diese Phase sollte mindestens 12 Minuten dauern.



3. Entspannungsphase

Diese Phase hat das Ziel, Ihre Muskeln und das Gefäßsystem zu entspannen und allen Parametern wie Blutdruck, Atmung und Herzfrequenz die Rückkehr in den Zustand vor der Belastung zu ermöglichen. Dies ist eine Aufwärmwiederholung mit verringertem Bewegungstempo. Diese Phase sollte die kürzeste unter den Trainingskomponenten sein und sollte ungefähr 5 Minuten dauern. Denken Sie daran, Ihre Muskeln nicht zu strapazieren. Die Entspannungsphase sollte nicht übersprungen werden.

DE Reinigung und Wartung



1. Warten Sie das Gerät regelmäßig. Dies sollte mindestens alle 20 Betriebsstunden durchgeführt werden.
2. Die Instandhaltung umfasst die Kontrolle von:
 - bewegliche Teile des Gerätes, d.H. auf ordnungsgemäße Schmierung achten. Falls diese nicht richtig vorhanden ist, fetten Sie sie ein. Es wird empfohlen, spezielle Schmiermittel für Fahrradlager oder für Fitnessgeräte zu verwenden.
 - das Anziehen von Schrauben und Muttern,
 - Netzkabel (falls im Gerät vorhanden) auf Beschädigungen prüfen.
3. Verwenden Sie zum Reinigen des Geräts ein weiches Tuch, das Sie leicht mit Wasser oder mit Seife und Wasser angefeuchtet haben. Verwenden Sie keine starken Substanzen oder scharfen Reinigungsmittel, die das Gerät beschädigen können. Besondere Vorsicht ist bei Kunststoffteilen geboten.
4. Entfernen Sie nach jedem Gebrauch alle Schweiß- und Schmutzspuren vom Gerät.

DE Fehlerbehebung



Problem	Lösungsvorschlag
Der Computer zeigt keine Daten an.	Bauen Sie den Computer auseinander und prüfen Sie, ob die Kabel richtig angeschlossen und nicht beschädigt sind.
Das Gerät macht während des Gebrauchs störende Geräusche.	Überprüfen Sie, ob alle Teile des Geräts korrekt installiert sind. Ziehen Sie die Schrauben an.
Die Herzfrequenz wird nicht angezeigt oder die Herzfrequenzanzeige zeigt Unregelmäßigkeiten.	<ol style="list-style-type: none">1. Überprüfen Sie, ob die Verbindungen des Sensorkabels und des Computers richtig angeschlossen sind.2. Um eine korrekte Pulsmessung zu erhalten, müssen Sie beide Hände auf die Sensoren auflegen. Denken Sie daran, dass die Messungen des Herzfrequenzüberwachungssystems möglicherweise ungenau sein können.
Das Gerät wackelt.	Drehene Sie die Endkappe am hinteren Fußrohr, um das Gerät auszurichten.



Gewährleistungsbedingungen

1. Im Namen des Gewährleistungsgebers übernimmt der Verkäufer für das vertriebene Gerät eine Gewährleistung von 24 Monaten ab dem Kaufdatum.
2. Sie haben folgende Möglichkeiten um Ihre Reklamation zu melden:
 - via Reklamationsformular auf der Internetseite: www.hop-sport.de/reklamation/
 - via E-Mail: service@hegen-group.de
 - unter der folgenden Rufnummer: **+49 040-228690201**
 - schriftlich an folgende Adresse:
Hegen Deutschland GmbH
Prenzlauer Str. 3D
17321 Löcknitz
Deutschland
3. Nachdem Sie Ihre Reklamation eingereicht haben, warten Sie bitte auf eine Rückmeldung von unserem Service-Mitarbeiter, der Sie über weitere Vorgehensweise informiert. Sollten Sie an uns Fragen haben, stehen wir Ihnen gerne unter folgender Telefonnummer zur Verfügung: **+49 040-228690201**.
4. Der vollständige Artikel sollte zusammen mit dem Zubehör an die vom Verkäufer angegebene Adresse geschickt oder für die Abholung vorbereitet werden.
5. Mängel und Beschädigungen, die innerhalb der Gewährleistungsfrist entstanden sind, werden innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des defekten Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder die Ersatzteile aus dem Ausland geliefert werden müssen, kann die Reparaturdauer verlängert werden.
6. Bei Gewährleistungsbestimmungen gelten die Bestimmungen des Bürgerlichen Gesetzbuches, die für das Land der Warenlieferung gelten.
7. Verschleißteile wie z.B. Kunstlederteile, Schaumstoffgriffe, Pedale usw. sind von der Gewährleistung ausgeschlossen.
8. Die Gewährleistung gilt nicht für Schäden, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstanden sind.
9. Diese Gewährleistung ist in Deutschland, Tschechien, Polen, Frankreich, Ukraine, Großbritannien und der Slowakei gültig.

Service während und nach Ablauf der Gewährleistungsfrist

Alle Reparaturen während und nach Ablauf der Gewährleistungsfrist werden von dem Gerätehändler durchgeführt.

Hegen Deutschland GmbH
Prenzlauer Str. 3D
17321 Löcknitz
Deutschland

040-228690200 Service-Hotline
040-228690201 Reklamationen
service@hegen-group.de

Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg
Deutschland

Ansprüche des Käufers bezüglich der dem Vertrag nicht entsprechenden Ware werden von dieser Gewährleistung nicht ausgeschlossen, nicht eingeschränkt und nicht für ungültig erklärt.

DE Umweltschutz



Dieses Produkt wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackung ist unverarbeitetes Rohmaterial und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese nach den geltenden Vorschriften der örtlichen Abfallentsorgung.



Um die Umwelt zu schützen, geben Sie die leeren Batterien an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten ab. Damit leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.



Gebrauchte elektrische Geräte (einschließlich eines Computers) sind recycelbare Materialien - sie dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden, da sie Substanzen enthalten können, die für die menschliche Gesundheit und die Umwelt gefährlich sein können! Bitte helfen Sie aktiv beim wirtschaftlichen Umgang mit natürlichen Ressourcen und beim Umweltschutz, indem Sie dieses Gerät bei der entsprechenden Rücknahmestelle abgeben.



AVANT D'UTILISER L'APPAREIL, LISEZ ATTENTIVEMENT LES INSTRUCTIONS. CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT.

1. Une sécurité et une efficacité d'utilisation maximales peuvent être obtenues, à condition que l'équipement soit assemblé et utilisé conformément aux instructions. N'oubliez pas d'informer les utilisateurs de l'équipement de toutes les restrictions, avertissements et précautions. Nous ne sommes pas responsables des problèmes ou blessures causés par une procédure contraire aux règles énoncées dans ce manuel.
2. Le produit ne peut être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné.
3. L'appareil est destiné à un usage domestique uniquement, par des adultes. Ne laissez pas l'appareil dans un endroit accessible aux enfants. Pendant la formation, les mineurs doivent être sous la surveillance d'un adulte.
4. L'appareil doit être stocké dans un endroit sec et chaud à l'abri de la lumière directe du soleil.
5. Évitez de mettre votre ordinateur en contact avec de l'eau, car cela pourrait l'endommager ou créer un court-circuit.
6. L'équipement n'est pas adapté à des fins de réhabilitation.
7. Une personne peut utiliser l'équipement à la fois.
8. Placez l'équipement sur une surface horizontale, stable, plane, propre et libre.
9. Il est recommandé d'utiliser un tapis ou une autre base pour protéger le sol sous l'équipement.
10. Placez une base appropriée (par exemple un tapis en caoutchouc, une base en bois, etc.) sous l'appareil dans la zone de montage pour éviter les salissures.
11. Avant la formation, vérifiez que l'appareil est complet et que toutes les pièces sont en place.
12. Si vous souffrez de problèmes de santé / maladies chroniques, ou s'il s'agit de la première formation sur ce type d'équipement, avant de commencer la formation, consultez un médecin ou un spécialiste. Une formation incorrecte ou excessive peut provoquer des blessures.
13. Réchauffez-vous avant d'utiliser l'appareil.
14. Si vous ressentez de la douleur, un rythme cardiaque irrégulier, une respiration superficielle, des étourdissements ou des nausées pendant l'exercice sur l'appareil, arrêtez immédiatement l'exercice. Avant de continuer l'exercice, vous devriez consulter un médecin.
15. Ne portez pas de vêtements longs et amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles.
16. N'oubliez pas d'attacher les ceintures sur les pédales.
17. N'utilisez l'appareil que lorsqu'il est techniquement solide. Si vous trouvez des composants défectueux ou entendez un son déroutant provenant de l'appareil pendant l'utilisation, arrêtez de vous entraîner. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'est pas résolu.
18. N'effectuez aucun réglage ou modification de l'appareil autre que ceux décrits dans ce manuel. En cas de problème, veuillez contacter le service (les coordonnées sont fournies plus loin dans le manuel).
19. L'espace libre minimum requis pour un fonctionnement sûr de l'appareil n'est pas inférieur que deux mètres.
20. Le poids maximum autorisé de l'utilisateur est 135 kg.
21. L'appareil a été fabriqué conformément à la norme ISO 20957-10:2017 en classe H. C.



Liste de pieces

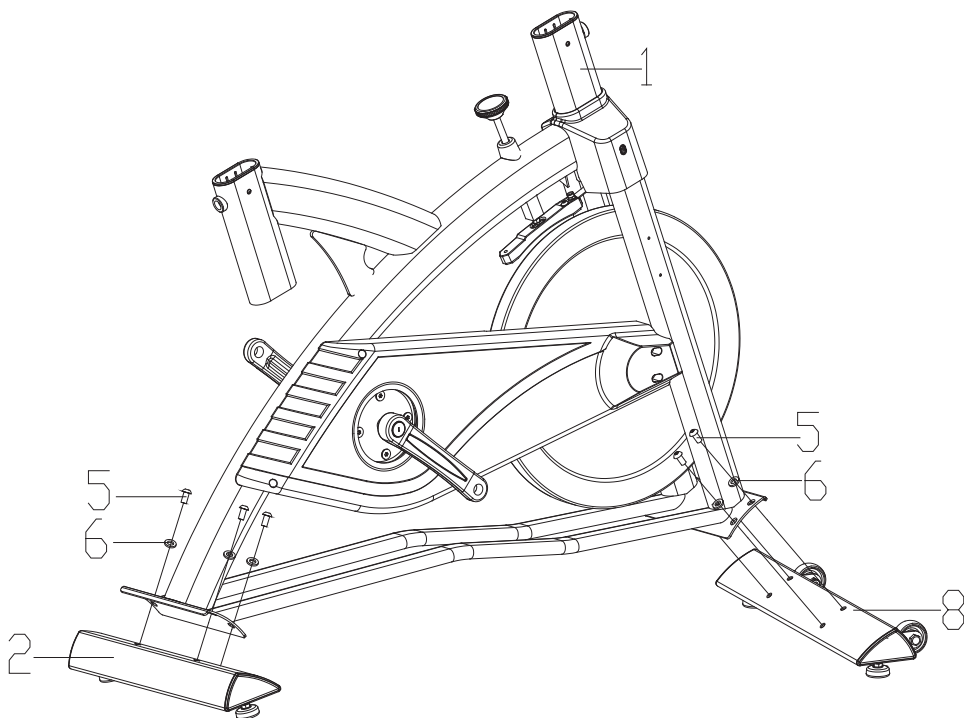
N°	Description	Pcs.
1	Cadre principal	1
2	Stabilisateur arrière	1
5	Boulon M8 x 15	8
6	Rondelle plate M8	16
8	Stabilisateur avant	1
10	Porte siège	1
12	Support de siège vertical	1
14	Bouton de réglage M16 x 20	2
15	Rondelle plate R45 x R10.5 x 5	2
16	Bouton de réglage M10 x 25	2
17	Poteau de guidon	1
18	Guidon	1
19	Porte-bouteille	1
20	Rondelle plate M5	2
27	Pédale	2
42	Vis ST42 x 19	8
48	Frein d'urgence / Bouton de frein	1
57	Siège	1
75	Ordinateur	1
76	Boulon M5 x 10	4
A1	Câble	1
A2	Câble	1



Instruction d'installation

1/4

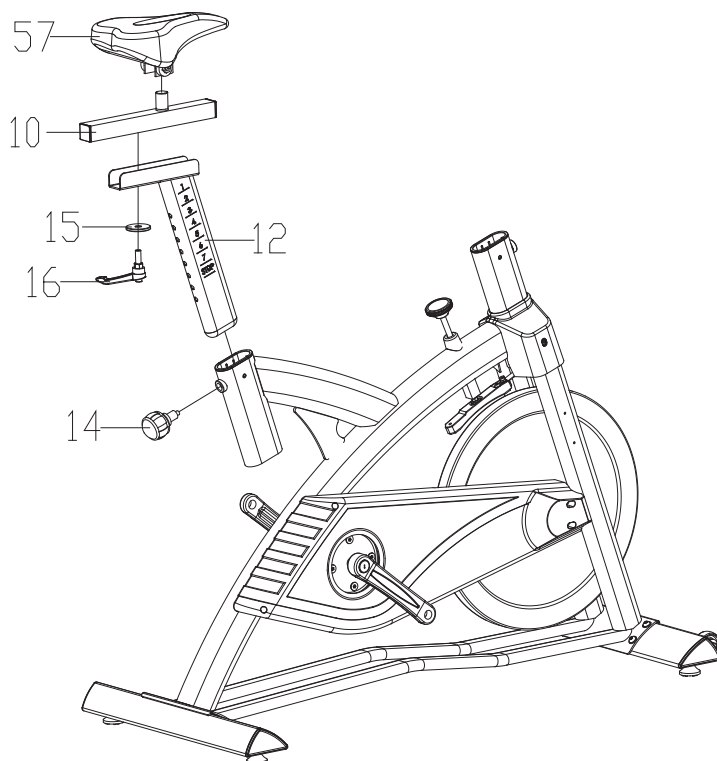
1. Fixez le stabilisateur avant (8) au cadre principal (1) avec deux jeux de rondelles plates (6) et de vis (5).
2. Fixez le stabilisateur arrière (2) au cadre principal (1) à l'aide de deux jeux de rondelles plates (6) et de vis (5).





2/4

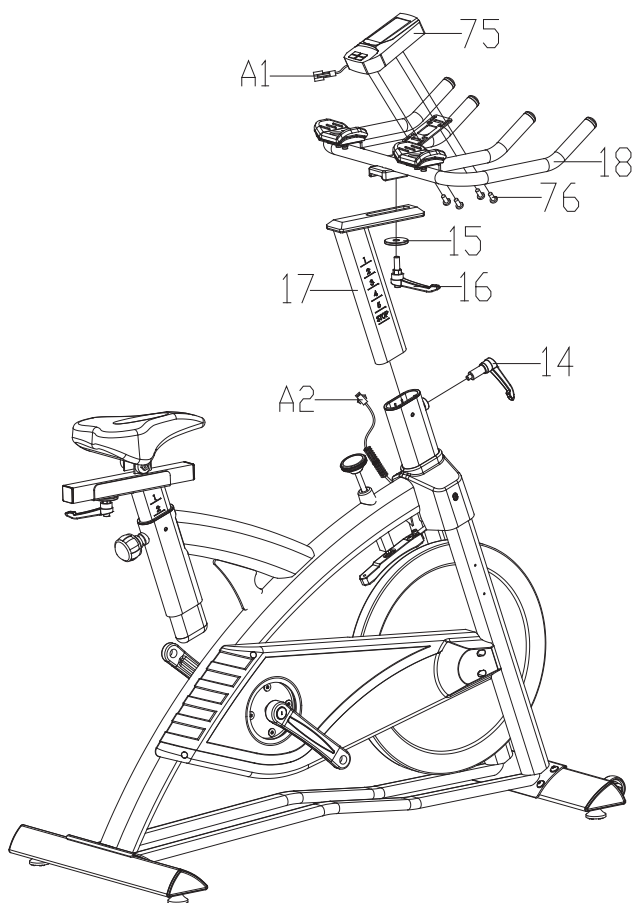
1. Attachez le support du siège (12) au cadre principal (1). Desserrez le bouton de réglage (14), puis sélectionnez la hauteur désirée et resserrez-le.
2. Insérez le rail de réglage de la selle (10) dans le support de la selle (12) et verrouillez-le en position avec la rondelle plate (15) et le bouton de réglage (16).
3. Attachez le siège (57) à la tige de selle avec les écrous au bas du siège.





3/4

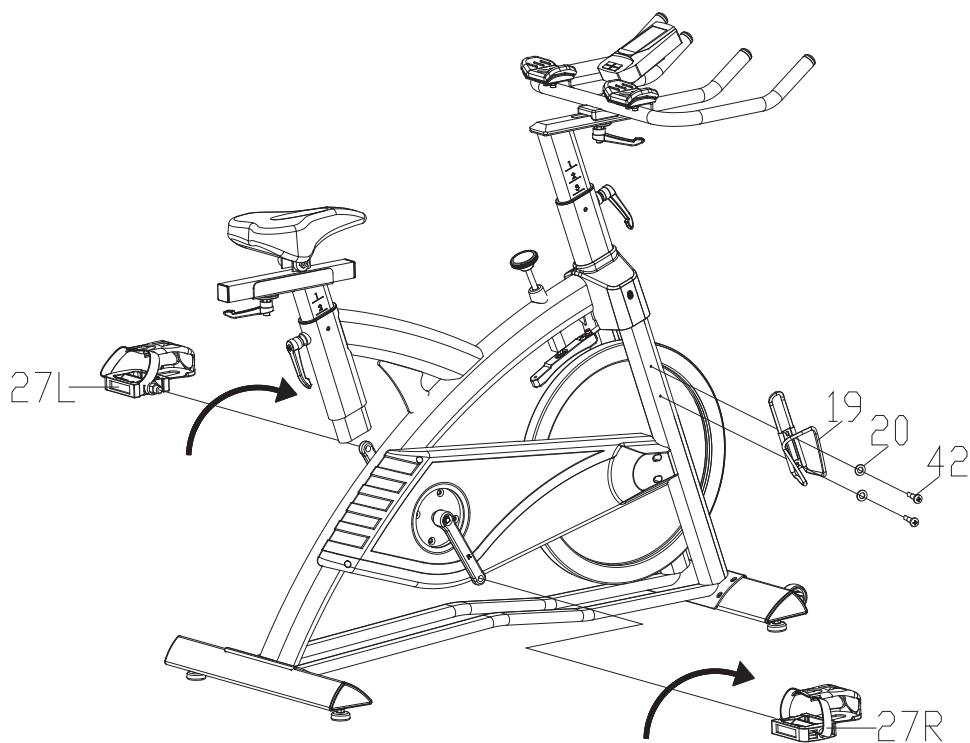
1. Insérez la colonne de direction (17) dans le support du guidon sur le cadre principal (1). Desserrez le bouton (14), puis sélectionnez la hauteur désirée et resserrez-le.
2. Fixez la poignée du guidon (18) à la colonne de direction (17) dans la position souhaitée avec la rondelle plate (15) et le bouton de réglage (16).
3. Fixez l'ordinateur (75) au support du volant (18) à l'aide des vis (76) et connectez les fils A2 et A1 comme indiqué sur l'image ci-dessous.





4/4

1. Fixez les pédales (27 L / R) aux bras de manivelle appropriés. Le bras de manivelle droit se trouve sur le côté droit du vélo lorsque vous êtes assis dessus. Vissez les pédales dans le sens indiqué sur l'image ci-dessous.
2. Attachez le porte-bidon (19) au cadre principal (1) avec la rondelle plate (20) et la vis (42).





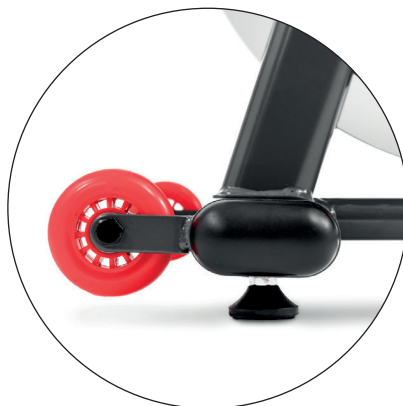
Réglage du guidon

Pour régler le guidon, desserrez le bouton, réglez le volant en position et serrez le bouton. Assurez-vous que le guidon est correctement monté et à l'arrêt.



Aplanissement

Réglez la position l'appareil à l'aide du stabilisateur sur la base arrière.



Réglage vertical et horizontal de la selle

Pour changer la position de la selle, dévissez le bouton sur la colonne, ajustez la selle à la position désirée et serrez le bouton.

Pour régler la position horizontale de la selle, dévissez le bouton sur le rail de la selle, ajustez la selle à la position souhaitée et serrez le bouton.





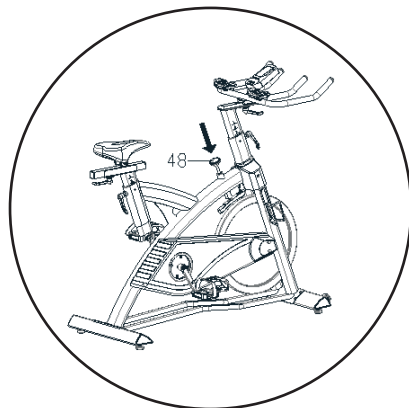
Réglage de la résistance

Ajustez le niveau de résistance à vos besoins individuels avec le bouton de résistance et le frein d'urgence (48) sur le cadre principal.



Arrêt d'urgence

Lorsque vous voulez que le volant s'arrête, vous devez appuyer fermement sur le bouton de résistance et de frein d'urgence (48) sur le cadre principal.





1. Affichage



2. Marques sur l'affichage

SCAN	En mode SCAN, appuyez sur MODE / ENTER pour sélectionner la fonction. Analyse automatiquement tous les modes toutes les 6 secondes. Séquence d'affichage des fonctions: HEURE → DIST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.
SPEED	Plage 0.0–99.9. Lorsque l'ordinateur ne détecte aucune activité pendant 4 secondes, la valeur SPEED affiche "0.0".
RPM	Plage 0–999. Lorsque l'ordinateur ne détecte aucune activité pendant 4 secondes maximum, la valeur du nombre de tours / minute affiche "0".
TIME	Sans définir la valeur cible, le temps sera calculé à partir de la valeur "0". Après avoir défini la valeur cible, le compte à rebours sera compté à "0". Après avoir atteint la valeur "0", l'ordinateur émet un son. Lorsque l'ordinateur ne détecte aucune activité pendant 4 secondes maximum, le compte à rebours est arrêté. Plage 0:00–99:59.
DIST	Sans définir la valeur cible, la distance sera calculée à partir de la valeur "0". Après avoir défini la valeur cible, la distance sera comptée de la distance cible à "0". Après avoir atteint la valeur "0", l'ordinateur émet un son. Plage 0.00–99.99.
CAL	Sans définir la valeur cible, les calories brûlées seront facturées sur la valeur "0". Après avoir défini la valeur cible, les calories seront déduites de la valeur cible à "0". Après avoir atteint la valeur "0", l'ordinateur émet un son. Plage 0–9999.
PULSE	La mesure du pouls en cours s'affiche 6 secondes après que l'ordinateur a détecté le pouls. Lorsque l'ordinateur ne détecte aucune activité pendant 4 secondes maximum, il affiche le symbole "P". Lorsque la fréquence cardiaque dépasse la valeur cible, l'ordinateur émet un bip. Plage 0–30–230 BPM.



3. Boutons de fonction

SET	Appuyez sur le bouton SET pour augmenter la valeur. Appuyez sur le bouton et le maintenez enfoncé pour augmenter la vitesse plus rapidement. Plage TEMPS : 00:00 ~ 99:00 (augmentation à 1:00). Plage CAL: 0 ~ 9990 (augmentation de 10). Plage DIST: 0.00 ~ 99.50 (augmentation de 0.5). Plage PULSE: 0-30 ~ 230 (augmentation de 1).
MODE/ENTER	Sélection d'une fonction à l'aide de bouton MODE / ENTER. Appuyez sur MODE / ENTER et le maintenez enfoncé pour réinitialiser toutes les fonctions.
RESET	W trybie ustawień, naciśnij RESET, aby zresetować wybraną funkcję. Naciśnij i przytrzymaj RESET, aby zresetować wszystkie funkcje.
RECOVERY	En mode réglage, appuyez sur RESET pour réinitialiser la fonction sélectionnée. Appuyez et maintenez RESET pour réinitialiser toutes les fonctions.

Allumer

L'écran LCD affichera toutes les valeurs (Image 1).

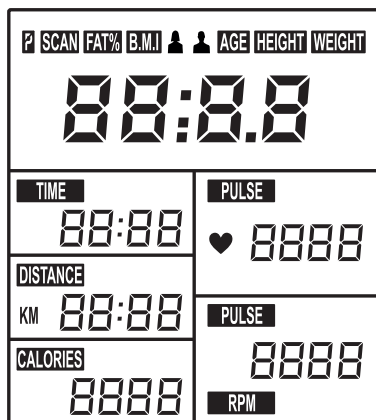


Image 1

Éteindre

Après 4 minutes d'inactivité, l'écran passe en mode veille (SLEEP).



4. Opérations

Paramètres de formation

Appuyez sur le bouton MODE / ENTER pour sélectionner les fonctions TIME, DISTANCE, CALORIES et PULSE. Utilisez le bouton SET pour régler et appuyez sur MODE / ENTER pour confirmer.

Configuration de l'heure - lorsque la valeur de l'heure clignote, vous pouvez utiliser le bouton SET pour la définir. Appuyez sur le bouton MODE / ENTER pour confirmer et passer à la configuration de fonction suivante. Les réglages sont les mêmes pour DISTANCE, CALORIES et PULSE.

Après le démarrage de la séance d'entraînement et la réception du signal d'activité, l'ordinateur montre les valeurs SPEED / RPM, TIME, DST et CAL lancent le compte à rebours.

Mode RECOVERY

La fonction est disponible lorsque le pouls est détecté par l'ordinateur.

La valeur TIME affichera '0:60' et démarrera le compte à rebours jusqu'à '0' -pendant ce temps, gardez vos mains sur les capteurs de pouls. Une fois la mesure du pouls terminée, l'ordinateur affiche la valeur de F1 à F6 (évaluation de l'efficacité de l'utilisateur) en fonction du résultat de la mesure du pouls. Le tableau des résultats est présenté ci-dessous.

Appuyez sur RECOVERY pour revenir à l'écran de démarrage.

F1	Exceptionnel
F2	Parfait
F3	Bon
F4	Suffisant
F5	En dessous de la moyenne
F6	Beaucoup en dessous de la moyenne

5. Dépannage

1. Si l'écran est illisible, remplacez les piles.
2. S'il n'y a pas de signal pendant l'entraînement, vérifiez si les câbles sont correctement branchés.

Remarque

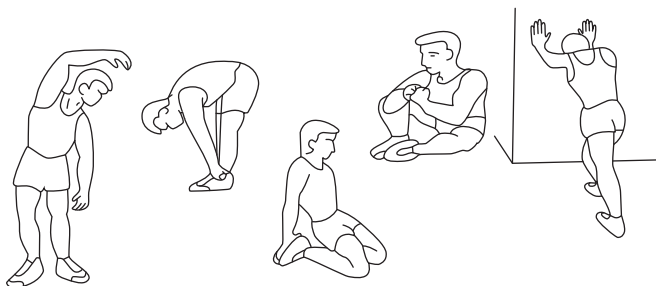
1. Après avoir arrêté l'entraînement pendant 4 minutes, l'écran principal sera éteint.
2. Si l'ordinateur affiche des données incorrectes, insérez à nouveau les piles et allumez l'ordinateur.



L'utilisation régulière de l'équipement sera bénéfique pour votre santé. Il améliorera la condition physique et bien-être et renforcer les muscles. Associé à une alimentation appropriée, il peut contribuer à la perte de poids.

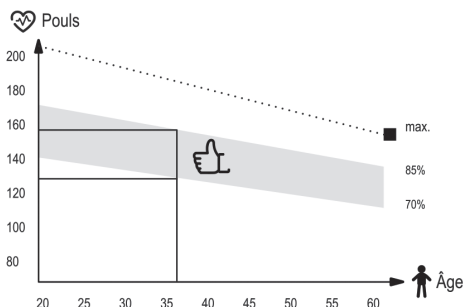
1. Échauffement

Cette phase d'exercice contribue à améliorer la circulation sanguine dans tout le corps et à préparer les muscles à un effort accru. Il réduit également le risque de contraction ou de l'entorsion. Il est conseillé de faire quelques exercices d'étirement comme indiqué ci-dessous. Chaque exercice devrait durer environ 30 secondes. Ne forcez pas vos muscles! Si vous ressentez de la douleur, arrêtez l'exercice ou réduisez l'amplitude des mouvements.



2. Phase d'exercice

Cette étape est la bonne phase de formation dans laquelle vous utilisez l'appareil. Vous devez vous entraîner à votre propre rythme, assez régulier, pour atteindre une fréquence cardiaque adaptée à votre âge (voir le tableau ci-dessous). Cette phase devrait durer au moins 12 minutes.



3. Phase de relaxation

Cette phase vise à détendre vos muscles et à permettre à tous les paramètres, tels que la pression artérielle, la respiration, la fréquence cardiaque de revenir à l'état avant l'effort. Il s'agit d'une reprise d'échauffement avec un rythme d'exercice réduit. Cette étape devrait être la plus courte parmi les composantes d'entraînement et durer environ 5 minutes. Il est important de se rappeler de ne pas forcer vos muscles. La phase de relaxation ne doit pas être sautée.

FR Nettoyage et entretien



1. Entretenez régulièrement l'appareil. Il doit être effectué au moins toutes les 20 heures de fonctionnement de l'équipement.
2. La maintenance comprend le contrôle:
 - les pièces mobiles de l'appareil, c'est-à-dire vérifier qu'elles sont correctement lubrifiées. Sinon, graissez-les. Il est recommandé d'utiliser des lubrifiants spéciaux pour les roulements de vélo ou pour les appareils de fitness.
 - toutes les pièces de l'appareil, c'est-à-dire les vis et les écrous de serrage,
 - cordons d'alimentation (s'ils sont présents dans l'appareil) pour tout dommage.
3. Pour nettoyer l'équipement, utilisez un chiffon doux et légèrement humidifié avec de l'eau ou éventuellement avec de l'eau et du savon. N'utilisez pas de substances fortes ou de produits de nettoyage agressifs pouvant endommager l'équipement. Un soin particulier doit être apporté aux composants en plastique.
4. Après chaque utilisation, retirez toute trace de sueur et de saleté de l'appareil.

FR La résolution des problèmes



Problème	Résolution
L'ordinateur n'affiche pas de données.	Démontez l'ordinateur et vérifiez que les câbles sont correctement connectés et ne sont pas endommagés.
L'appareil émet des sons dérangeants pendant l'utilisation.	Vérifiez que toutes les pièces de l'appareil sont correctement installées. Serrez les vis.
L'ordinateur n'affiche pas les pulsations ou contient des valeurs couvertes.	<ol style="list-style-type: none">1. Assurez-vous que le capteur cardiaque et les câbles de l'ordinateur sont correctement connectés.2. Pour assurer une lecture correcte du pouls, tenez les deux mains sur les capteurs. N'oubliez pas que les mesures du système de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexactes.
L'appareil n'est pas stable.	Réglez la position de l'appareil avec les pieds de mise à niveau.



Politique de la garantie

1. Le vendeur au nom du garant fournit une garantie sur les marchandises achetées pour la période de 24 mois à compter de la date de vente.
2. Nous acceptons les réclamations par écrit à l'adresse suivante: info@hegenboutique.fr après quoi un numéro de plainte individuel sera attribué.
3. Après avoir soumis la plainte, l'employé du service vous contactera et donnera des instructions sur les mesures à prendre.
4. Si le matériel nécessite une réparation, il sera récupéré aux frais du vendeur. À cet effet, un appareil complet doit être préparé avec des accessoires et des données permettant d'identifier le demandeur (numéro de commande, données personnelles et contact).
5. Les défauts ou dommages révélés pendant la période de garantie seront supprimés gratuitement dans les 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison de l'équipement au service. Si nous devons apporter des pièces de l'étranger, le délai de réparation peut être prolongé.
6. Dans la procédure de garantie, les dispositions du Code civil applicables dans le pays de livraison de la marchandise s'appliquent.
7. La garantie ne couvre pas les éléments opérationnels: connecteurs, ceintures, des éléments en caoutchouc, rayures, poignées souples, pédales, etc.
8. La garantie ne couvre pas les dommages résultant de l'utilisation de l'équipement contraire aux principes énoncés dans ce manuel.
9. La garantie est valable en Allemagne, en République tchèque, en Pologne, en Slovaquie, en France, en Ukraine, et en Grande Bretagne.

Garantie et service après-vente

Toutes les réparations sous garantie et après garantie sont effectuées par le distributeur de l'appareil.

Hegen Deutschland GmbH
Prenzlauer Str. 3D
17321 Löcknitz
Deutschland

040-228690200 Service clientèle
040-228690201 Pour les réclamations
info@hegenboutique.fr

Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg
Deutschland

Cette garantie sur les appareils vendus n'exclut pas, ne limite pas ou ne suspend pas les droits de l'acheteur résultant de la non-conformité des appareils au contrat.

FR Protection de l'environnement



Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.



Pour protéger l'environnement, apportez les piles usagées à un centre de recyclage agréé. Ne jetez pas les piles usagées dans vos poubelles domestiques. Vous contribuerez ainsi à la protection de l'environnement.



Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables - ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion économique des ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil utilisé au point de stockage des matériaux recyclables - appareils électriques usagés.



BEFORE USING THE EQUIPMENT, READ THE INSTRUCTIONS CAREFULLY AND KEEP THEM FOR FUTURE USE.

1. Full safety and effectiveness of use can be achieved by following the instructions for assembly and use of the equipment. Please, remember to inform all potential users of the equipment about restrictions and precautions. We don't take any responsibility for injuries of any kind caused by improper use of our equipment.
2. The equipment must be used only in accordance to the intended use.
3. Our products are designed for adult users and intended for home use only. Don't leave the equipment unattended if there are children nearby. Underage kids should only use the equipment under adult supervision.
4. The device should be stored in a dry and warm place away from direct sunlight.
5. Avoid contact of the electric devices with water as it may cause damage or short circuit.
6. Our equipment is not suitable for rehabilitation purposes.
7. The equipment should be used by only one person at a time.
8. Place your device on the horizontal and even surface. Make sure the location you choose is stable, clean and free of other items.
9. It is recommended to use carpet, mat or other pad under the device to protect the floor.
10. Put the proper base (e.g. rubber mat, wooden base etc.) under the device in assembly area to avoid mess.
11. Before training, check that the equipment is complete and that all parts are in the right places.
12. If you have any medical conditions or chronic illnesses, or if you are using this type of equipment for the first time, we recommend consulting a doctor or specialist. Incorrect or excessive training can damage your health.
13. Warm-up before using the device.
14. If you experience pain, an irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness or nausea while using the device, stop training immediately. Seek medical advice before continuing using the device.
15. Avoid wearing long, loose clothing while using the device, as it can get caught in the moving elements of the equipment.
16. Remember to fasten the straps on the pedals.
17. Use the device only when it's well-functioning. If you find faulty components or hear disturbing sound from the device during use, stop exercising. Do not use the device until the problem is resolved.
18. Do not make any adjustments or modifications to the device other than those described in these instructions. In case of any problems please contact the service provider (contact details are provided below).
19. The minimum space required for safe use of the device is no less than two meters.
20. The maximum permissible user weight is 135 kg.
21. The device was made in accordance with the ISO 20957-10:2017 standard in H. C. class.



List of parts

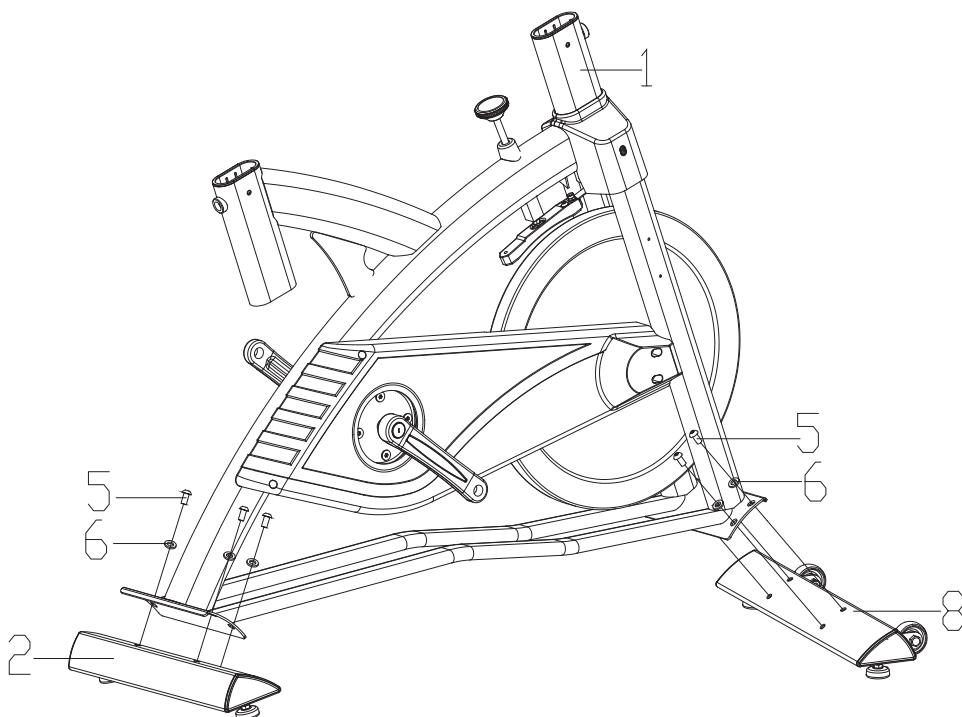
No.	Description	Pcs.
1	Main frame	1
2	Rare stabilizer	1
5	Screw M8 × 15	8
6	Flat washer M8	16
8	Front stabilizer	1
10	Saddle guide	1
12	Saddle column	1
14	Adjustment knob M16 × 20	2
15	Flat washer R45 × R10.5 × 5	2
16	Adjustment knob M10 × 25	2
17	Handlebar column	1
18	Handlebar	1
19	Cup holder	1
20	Flat washer M5	2
27	Pedal	2
42	Screw ST42 × 19	8
48	Emergency brake / Resistance adjustment knob	1
57	Saddle	1
75	Computer	1
76	Screw M5 × 10	4
A1	Wire	1
A2	Wire	1



Assembly instruction

1/4

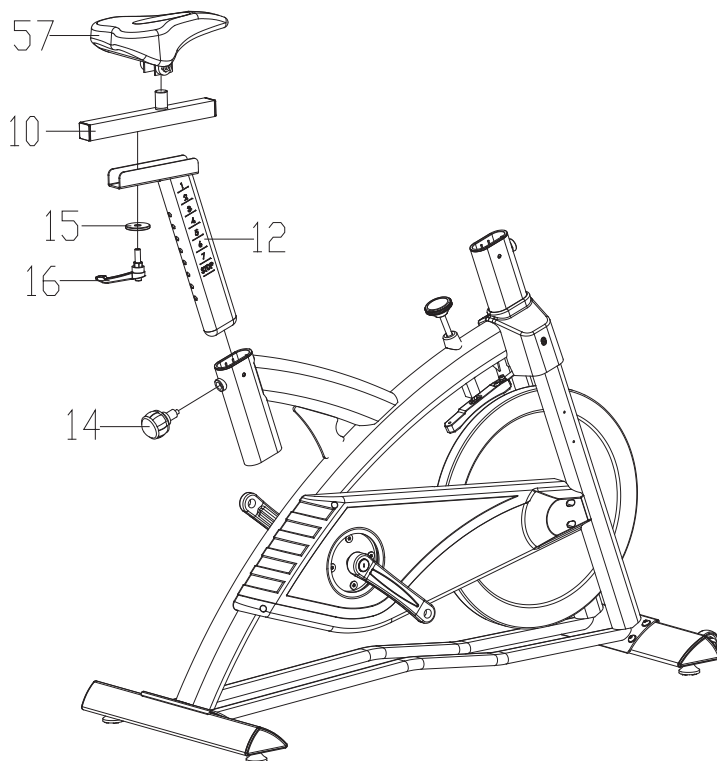
1. Attach the front stabilizer (8) to the main frame (1) with two sets of flat washers (6) and screws (5).
2. Attach the rear stabilizer (2) to the main frame (1) with two sets of flat washers (6) and screws (5).





2/4

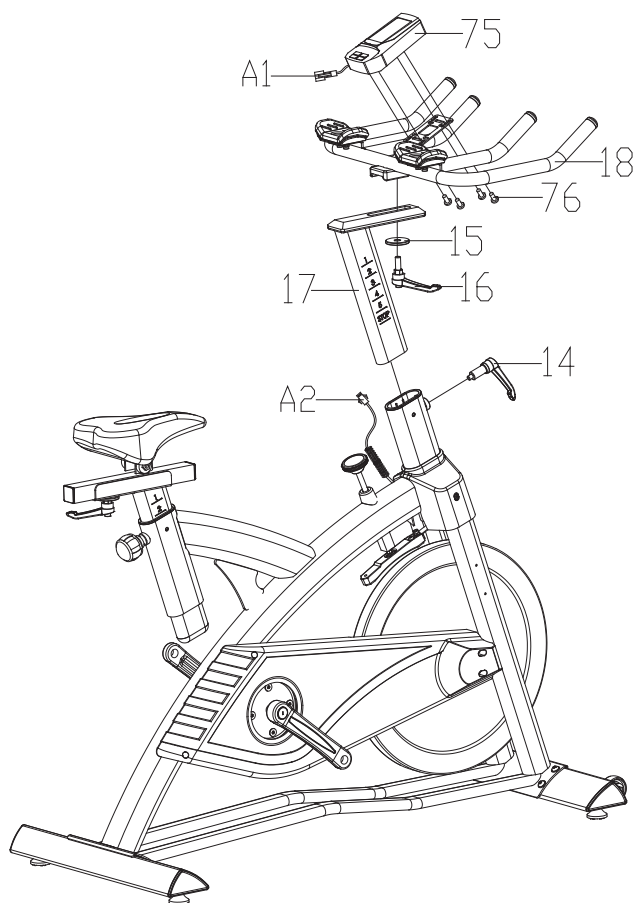
1. Attach the seat column (12) to the main frame (1). Loosen the adjustment knob (14), then select the desired height and tighten it again.
2. Insert the saddle adjustment rail (10) into the saddle column (12) and lock it in the desired position by using the flat washer (15) and the adjustment knob (16).
3. Attach the seat (57) to the seat bracket with the nuts at the bottom of the seat.





3/4

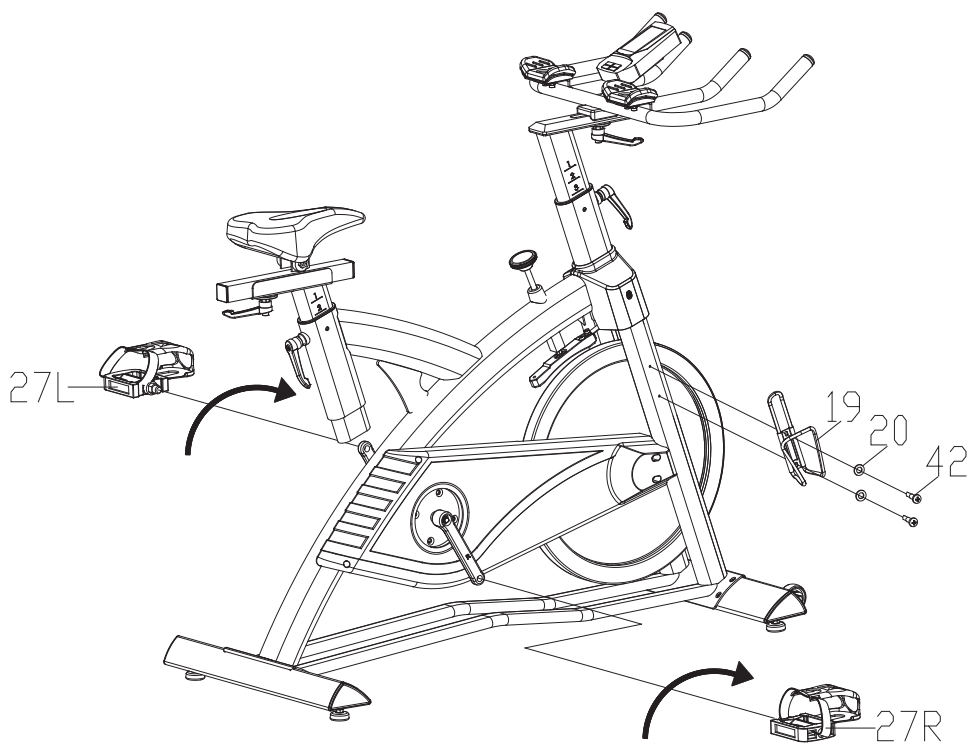
1. Insert the handlebar column (17) into the handlebar bracket tube on the main frame (1). Loosen the knob (14), then select the desired height and tighten it again.
2. Attach the handlebar grip (18) to the handlebar column (17) in the desired position with the flat washer (15) and the adjustment knob (16).
3. Fix the computer (75) to the holder placed on the handlebar (18) with the screws (76) and connect the A2 and A1 wires as shown in the picture below.





4/4

1. Attach the pedals (27 L / R) to the appropriate crank arms. The right crank arm is on the right side of the bike (when you are sitting on it).
Screw the pedals in the direction shown in the figure below.
2. Attach the cup holder (19) to the main frame (1) with the flat washer (20) and screw (42).





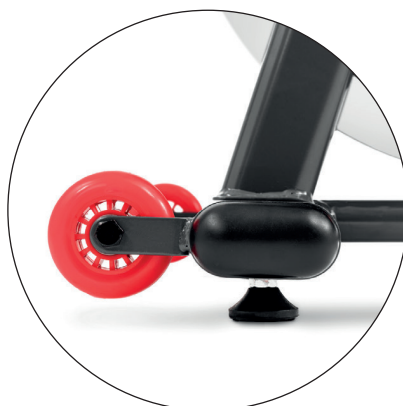
Handlebar adjustment

To adjust the handlebar, loosen the knob, set the handlebar in proper position and tighten the knob. Make sure, that the handlebar is installed correctly and is motionless.



Leveling

Adjust the device setting with leveling feet.



Vertical and horizontal saddle adjustment

To change the saddle position, unscrew the knob placed on the column, adjust the saddle to the desired position and tighten the knob.

To adjust the horizontal position of the saddle, unscrew the knob placed on the saddle guide, adjust the saddle to the desired position and tighten the knob.





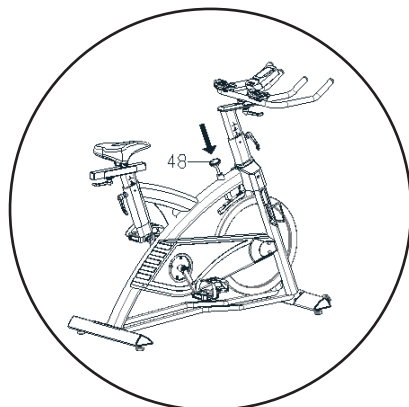
Resistance adjustment

Adjust the resistance level to your individual needs with the resistance knob and emergency brake (48) placed on the main frame.



Emergency brake

When you want the flywheel to stop, you must firmly press the resistance and emergency brake knob (48) located on the main frame.





1. Display view



2. Symbols on display

SCAN	In SCAN mode, press MODE / ENTER to select a function. Automatically scans all modes every 6 seconds. The order in which the functions are displayed: TIME → DIST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.
SPEED	Range 0.0–99.9. When the computer detects no activity for 4 seconds, the value of SPEED will display „0.0“.
RPM	Range 0–999. When the computer detects no activity for 4 seconds, the RPM value will display „0“.
TIME	Without setting a target value, time will be counting from „0“. After setting the target value, the time will countdown from the target time to „0“. After reaching the value „0“, the computer will made a sound signal. When the computer detects no activity for 4 seconds, time counting will stop. The range is 0:00–99:59.
DIST	Without setting a target value, distance will be counted from „0“. After setting the target value, the distance will countdown from the target distance to „0“. After reaching the value „0“ the computer will made a sound signal. Range 0.00–99.99.
CAL	Without setting a target value, calories burned will be counted from „0“. After setting the target value, calories will countdown from the target value to „0“. After reaching the value „0“, the computer will made a sound signal. Range 0–9999.
PULSE	Without setting a target value, calories burned will be counted from „0“. After setting the target value, calories will countdown from the target value to „0“. After reaching the value „0“ the computer will made a sound signal. Range 0–9999. The current heart rate measurement will be displayed 6 seconds after the computer detects your heart rate. When the computer detects no activity within 4 seconds, the computer will display a „P“ symbol. When the heart rate exceeds the target value, the computer will inform you with a sound signal. Range 0–30–230 BPM.

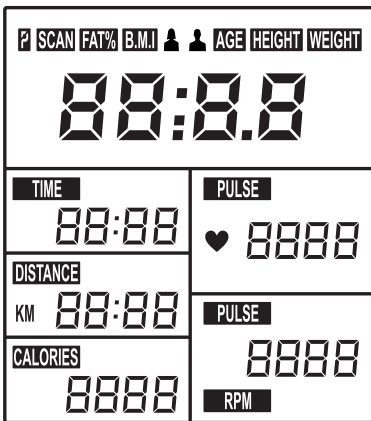


3. Button functions

SET	Press the SET button to increase the value. Press and hold it to increase the speed faster. TIME range: 00:00–99:00 (1:00 increase). CAL range: 0–9990 (increase by 10). DIST range: 0.00–99.50 (0.5 increase). PULSE range: 0–30–230 (increase by 1).
MODE/ENTER	Function selection by MODE / ENTER button. Press and hold MODE / ENTER to reset all functions.
RESET	In settings mode, press RESET to reset the selected function.
RECOVERY	After the computer detects your pulse, press RECOVERY to enter the RECOVERY mode (fitness assessment based on the speed of heart rate normalization after training).

Switching on

The LCD will show all values (Pic. 1).



Pic 1

Switching off

After 4 minutes of no activity, the display will go into SLEEP mode.



4. Functions

Training settings

Press MODE / ENTER to select the TIME, DISTANCE, CALORIES and PULSE functions. Use SET button to set and press MODE / ENTER to confirm. Sample time configuration - when the time value is blinking, you can use the SET button to set the value. Press the MODE / ENTER button to confirm and proceed to the next function settings. DISTANCE, CALORIES and PULSE are the same as for the TIME function. When training starts and the computer receives an activity signal, SPEED / RPM, TIME, DST and CAL will start counting down.

Recovery mode

The function is available when the computer detects your heart rate. The TIME value will display „0:60“ and will start counting down to „0“ - during this time, keep your hands on the pulse sensors. After the heart rate measurement is complete, the computer will display a value from F1 to F6 (user's fitness rating) depending on the heart rate measurement result. The table of results is shown below. Press RECOVERY to return to the main screen.

F1	Outstanding
F2	Perfect
F3	Good
F4	Sufficient
F5	Below Average
F6	Much below average

5. Troubleshooting

If the display is unreadable, replace the batteries. If there is no signal during training, please check if the cable is connected properly.

Caution

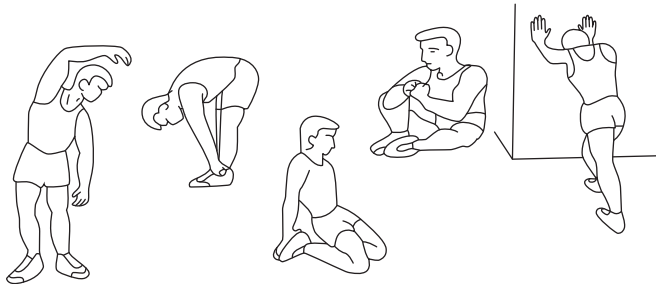
1. When you stop training for 4 minutes, the main screen will be turned off.
2. If the computer displays incorrectly, reinsert the batteries and turn on the computer.



Regular use of the equipment will benefit your health. It will improve your physical condition, well-being and strengthen muscles. Combined with a proper diet, it can contribute to weight loss.

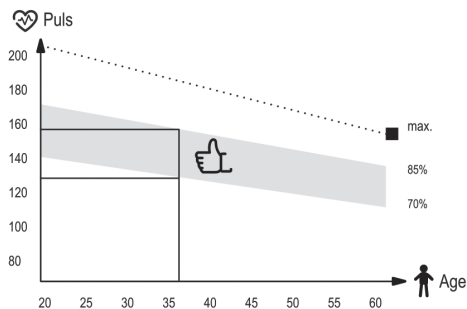
1. Warm-up

This phase of exercise helps to improve blood circulation throughout the body and prepare muscles for increased effort. It also reduces the risk of muscle contraction or rupture. It is advisable to do some stretching exercises as shown below. Each exercise should last about 30 seconds. Don't strain your muscles! If you feel pain, stop exercising or reduce the range of movement.



2. Training

This stage is the training phase in which you use the device. You should train at your own, fairly steady pace to reach a heart rate adequate to your age (see chart below). The minimum time for this phase is 12 minutes.



3. Relaxation

This phase is designed to relax your muscles and allow all parameters, such as blood pressure, breathing, heart rate to return to the state before exertion. This is a warm-up replay with a reduced pace of exercise. This stage should be the shortest among the training components and last about 5 minutes. It is important to remember not to strain your muscles. The relaxation phase should not be skipped.

GB Cleaning and maintenance



1. Regular maintenance of the device should be considered. It should be carried out at least every 20 hours of operation of the device.
2. Maintenance includes:
 - checking on moving parts of the equipment and keeping them greased. It is recommended to use bicycle bearing greases or multi-component greases for fitness equipment.
 - taking care of other parts of the device, i.e. tightening bolts and nuts,
 - checking power cords (if present in the device) for damage.
3. To clean the equipment it's recommended to use a soft cloth slightly moistened with water or possibly with soap and water. Do not use strong substances or sharp cleaning materials that can damage the equipment. Particular care should be taken with plastic components.
4. After each use, remove all traces of sweat and dirt from the device.

GB Troubleshooting



Problem	Possible solution
The computer doesn't display data.	Disassemble the computer and check if the cables are correctly connected and are not damaged.
The device makes disturbing sounds during use.	Check if all parts of the device are installed correctly. Tighten the screws.
The computer doesn't display the heartbeat or the values are incorrect.	<ol style="list-style-type: none">1. Make sure that the pulse sensor and computer cables are properly connected.2. To ensure correct pulse reading, hold both hands on the sensors. Remember that the measurements may be slightly inaccurate. Do not clamp your hands on the sensors too much as it may cause measurement errors.
The equipment is unstable.	Turn the end of the rear stabilizer to level the device.



Warranty rules

1. The seller, on behalf of the warrantor, provides warranty for the purchased goods for a period of 24 months from the date of sale.
2. Complaints can be submitted:
 - By filling the form on our website: www.hop-sport.de/reklamation/
 - After submitting the application, an individual complaint number will be assigned.
 - by sending an email: sales@hop-sport.com
 - In writing to the correspondence address:
Hegen Deutschland GmbH
Prenzlauer Str. 3D
17321 LÖCKNITZ
Deutschland
 - By phone: **+49 040-228690201**
3. After submitting the complaint, the service employee will contact the submitter and instruct on further actions. If necessary, you can contact the service by phone: **+49 040-228690201**.
4. If the equipment requires repair in the service, it will be picked up at the expense of the seller. For this purpose a complete device should be prepared together with accessories and informations such as (order number, personal data and contact details).
5. Defects or damage to the equipment revealed during the warranty period will be removed free of charge within 14 working days from the date of delivery of the equipment to the service. If you need to import parts from abroad, the repair period may be extended.
6. In the warranty procedure, the provisions of the Penal Code are in accordance to the country of delivery of the device.
7. The warranty does not apply to parts such as cables, straps, rubber components, belts, sponge handles, pedals, etc.
8. The warranty does not cover damage caused as a result of using the device contrary to the principles set out in this instruction.
9. The warranty is valid in UK, Germany, The Czech Republic, Poland, Slovakia, France and Ukraine.

Warranty and post-warranty service

All warranty and post-warranty repairs are made by the distributor of the device.

Hegen Deutschland GmbH
Prenzlauer Str. 3D
17321 LÖCKNITZ
Deutschland

040-228690200 Hotline
040-228690201 Service
sales@hop-sport.com

Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg
Deutschland

The warranty on sold consumer goods doesn't exclude, limit or suspend the buyer's rights arising as a result of non-compliance of the goods with the contract.

GB Environmental protection



This item has been packaged to protect it from potential damage during shipping. The packaging can be recycled. Discard these materials according to their type.



To protect the environment, take used batteries to the recycling facility. Do not discard used batteries to your household rubbish bins. In this way you will contribute to environmental protection.



Used electrical devices (including the computer in this item) are recyclable materials - you must not discard them to your household waste as they may contain dangerous substances for human health and environment! We kindly ask you for your active help in economical management of natural resources and environmental protection by handing over the used electrical devices to the right recycling facility.



PRZED UŻYCIEM URZĄDZENIA, PRZECZYTAJ UWAŻNIE CAŁĄ INSTRUKCJĘ. ZACHOWAJ INSTRUKCJĘ OBSŁUGI NA PRZYSZŁOŚĆ.

1. Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania, może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności. Nie ponosimy odpowiedzialności za problemy lub obrażenia spowodowane postępowaniem niezgodnym z zasadami określonymi w niniejszej instrukcji.
2. Produkt wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.
3. Urządzenie przeznaczone tylko do użytku domowego, przez osoby dorosłe. Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci. Podczas treningu niepełnoletni powinni przebywać pod nadzorem dorosłych.
4. Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu, z dala od bezpośredniego promieniowania słonecznego.
5. Należy unikać kontaktu komputera z wodą, gdyż może spowodować jego uszkodzenie lub powstanie spięcia elektrycznego.
6. Sprzęt nie jest odpowiedni do celów rehabilitacyjnych.
7. Ze sprzętu jednocześnie może korzystać jedna osoba.
8. Ustaw sprzęt na poziomej, stabilnej, równej, czystej i wolnej od innych przedmiotów powierzchni.
9. Zaleca się stosowanie pod sprzęt dywanu, maty lub innego podkładu ochraniającego na podłogę.
10. Umieść odpowiednią podstawę (np. gumową matę, drewnianą podstawę itp.) pod urządzeniem w obszarze montażu, aby uniknąć zabrudzenia.
11. Przed rozpoczęciem treningu, sprawdź, czy urządzenie jest kompletne oraz czy wszystkie jego części znajdują się na swoich miejscach.
12. Jeśli cierpisz na jakiegokolwiek dolegliwości zdrowotne/choroby przewlekłe, albo jeśli jest to pierwszy trening na tego typu sprzęcie, przed rozpoczęciem treningów, skonsultuj się z lekarzem lub specjalistą. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
13. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, wykonaj rozgrzewkę.
14. Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń na urządzeniu odczuwasz ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy lub mdłości, natychmiast przestań ćwiczyć. Przed kontynuowaniem ćwiczeń, powinieneś zasięgnąć porady lekarza.
15. Nie zakładaj długich, luźnych ubrań, które mogłyby zostać wciągnięte przez ruchome elementy urządzenia.
16. Pamiętaj o zapięciu pasów umieszczonych na pedałach.
17. Używaj urządzenia wyłącznie, gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty lub usłyszysz niepokojący dźwięk, dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, dopóki problem nie zostanie usunięty.
18. Nie dokonuj żadnych regulacji ani modyfikacji urządzenia, oprócz opisanych w niniejszej instrukcji. W razie problemów skontaktuj się z serwisem (dane kontaktowe podane są w dalszej części instrukcji).
19. Minimalna wolna przestrzeń wymagana do bezpiecznej pracy urządzenia wynosi nie mniej niż dwa metry.
20. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika wynosi 135 kg.
21. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą ISO 20957-10:2017 w klasie H. C.



Lista części

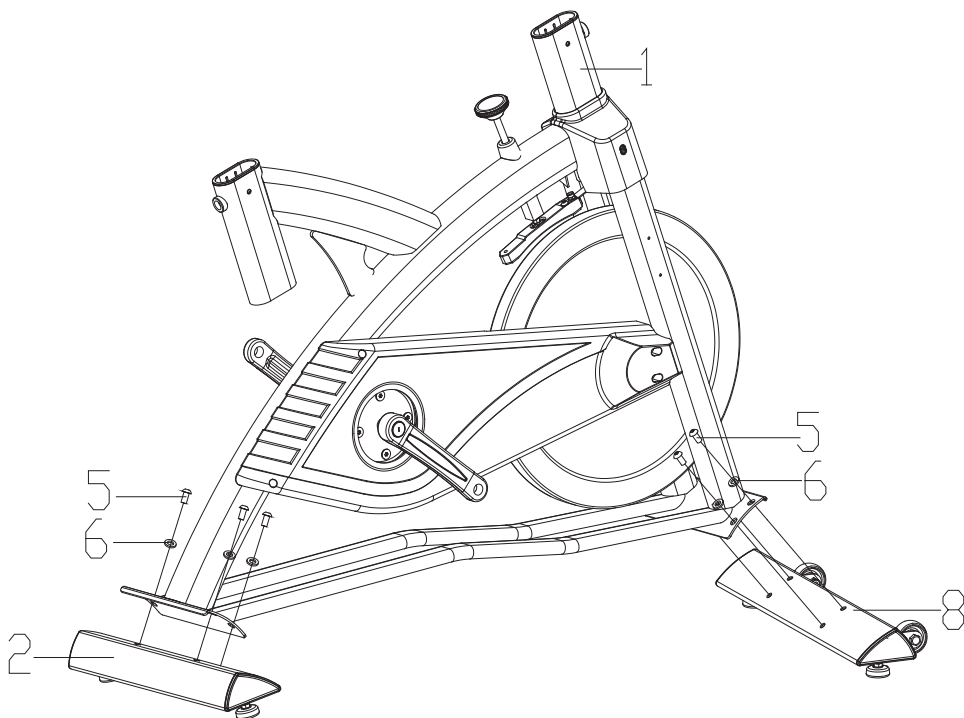
Nr	Opis	Szt.
1	Rama główna	1
2	Tylny stabilizator	1
5	Śruba M8 × 15	8
6	Podkładka płaska M8	16
8	Przedni stabilizator	1
10	Szyna siedziska	1
12	Kolumna siedziska	1
14	Pokrętko regulujące M16 × 20	2
15	Podkładka płaska R45 × R10.5 × 5	2
16	Pokrętko regulujące M10 × 25	2
17	Kolumna kierownicy	1
18	Kierownica	1
19	Uchwyt na bidon	1
20	Płaska podkładka M5	2
27	Pedał	2
42	Śruba ST42 × 19	8
48	Hamulec awaryjny / Pokrętko regulacji oporu	1
57	Siodelko	1
75	Komputer	1
76	Śruba M5 × 10	4
A1	Przewód	1
A2	Przewód	1



Schemat montażu

1/4

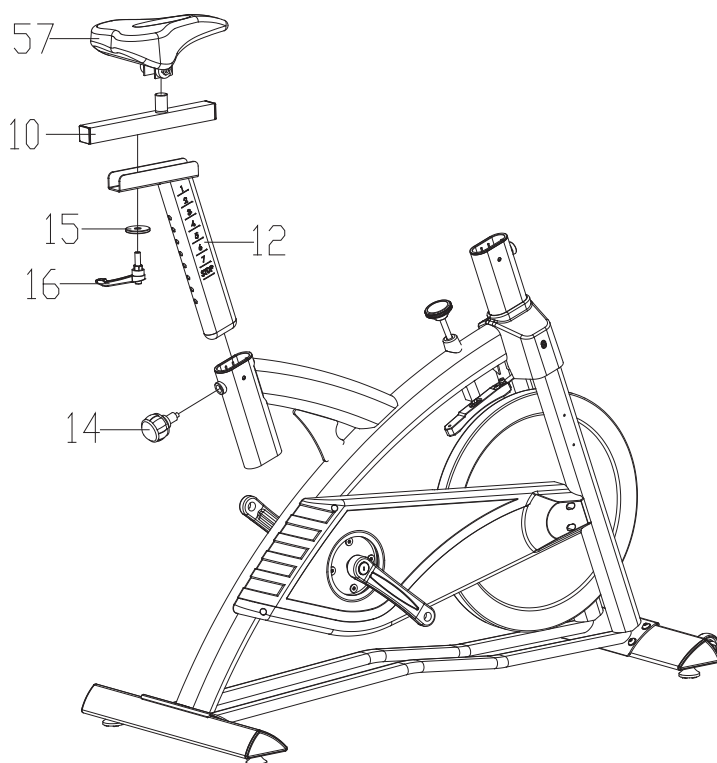
1. Przymocuj przedni stabilizator (8) do ramy głównej (1) za pomocą dwóch zestawów płaskich podkładek (6) oraz śrub (5).
2. Przymocuj tylny stabilizator (2) do ramy głównej (1) za pomocą dwóch zestawów płaskich podkładek (6) oraz śrub (5).





2/4

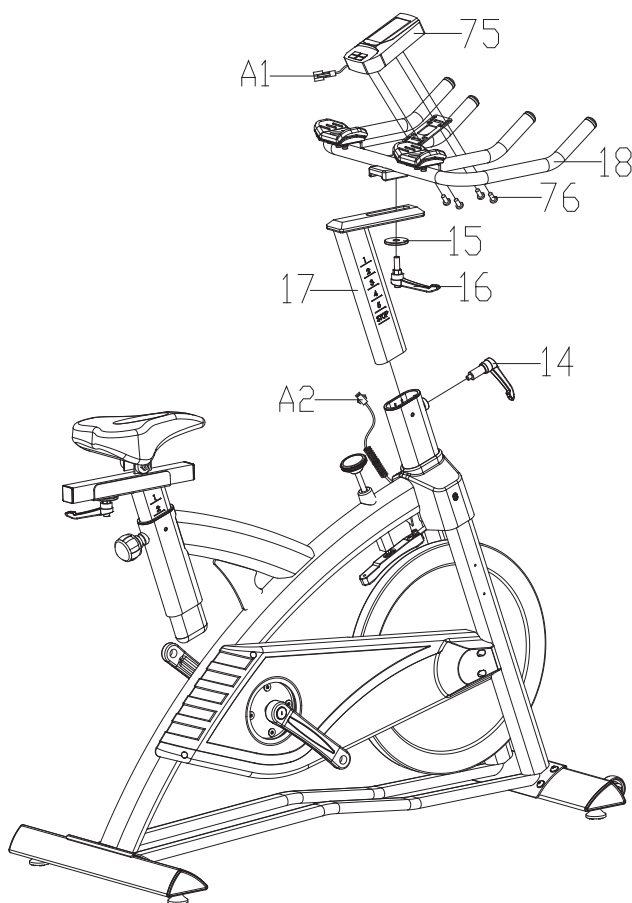
1. Przymocuj kolumnę siedziska (12) do ramy głównej (1). Poluzuj pokrętło regulujące (14), następnie wybierz żądaną wysokość po czym dokręć je ponownie.
2. Włóż szynę regulującą siodełko (10) do kolumny siodełka (12) i zablokuj ją w wybranej pozycji za pomocą podkładki płaskiej (15) oraz pokrętła regulującego (16).
3. Siedzisko (57) zamocuj na wsporniku siodełka za pomocą nakrętek u dołu siedziska.





3/4

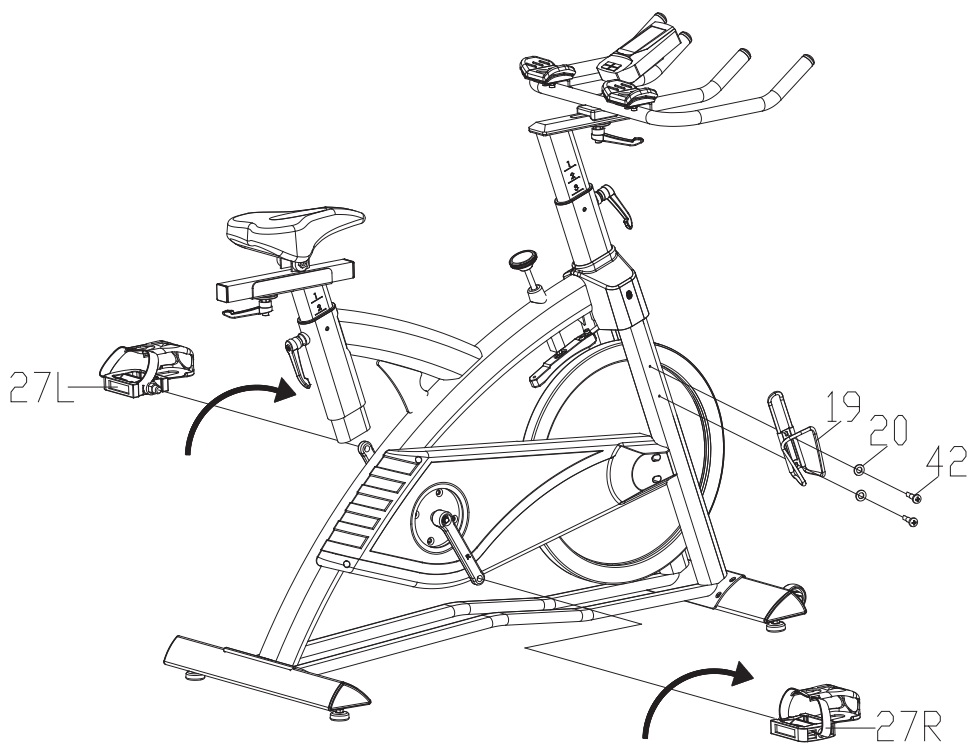
1. Włóż kolumnę kierownicy (17) do rury wspornika kierownicy w ramie głównej (1). Poluzuj pokrętkę (14), następnie wybierz żądaną wysokość po czym dokręć je ponownie.
2. Przymocuj uchwyt kierownicy (18) do kolumny kierownicy (17) w wybranej pozycji za pomocą podkładki płaskiej (15) oraz pokrętła regulującego (16).
3. Przymocuj komputer (75) w uchwycie umieszczonym na kierownicy (18) za pomocą śrub (76) po czym podłącz przewody A2 oraz A1 zgodnie z rysunkiem poniżej.





4/4

1. Przymocuj pedały (27L/R) do odpowiednich ramion korby. Prawe ramię korby znajduje się po prawej stronie roweru, gdy na nim siedzisz. Wkręć pedały w kierunku pokazanym na rysunku poniżej.
2. Do ramy głównej (1) przymocuj uchwyt na bidon (19) za pomocą płaskiej podkładki (20) oraz śruby (42).





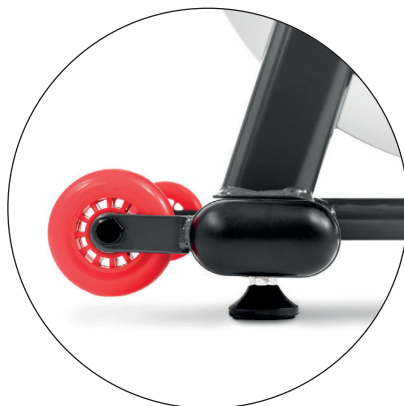
Regulacja kierownicy

Aby ustawić kierownicę, poluzuj pokrętło, ustaw kierownicę w odpowiedniej pozycji i dokręć pokrętło. Upewnij się, czy kierownica została zamocowana w poprawny sposób i jest nieruchoma.



Poziomowanie

Dostosuj ustawienie urządzenia za pomocą stopek poziomujących.



Regulacja siodełka w pionie i poziomie

Aby zmienić ułożenie siodełka, odkręć pokrętło znajdujące się na kolumnie, ustaw siodełko w odpowiedniej pozycji i dokręć pokrętło.

Aby ustawić pozycję poziomą siodełka, odkręć pokrętło znajdujące się na prowadnicy siodełka, ustaw siodełko w odpowiedniej pozycji i dokręć pokrętło.





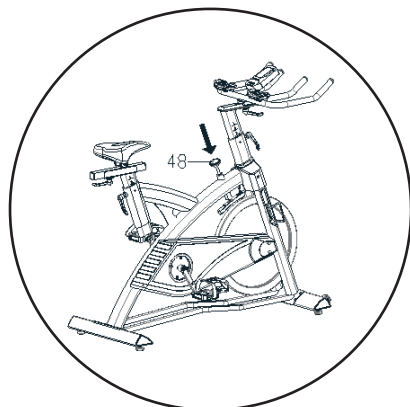
Regulacja oporu

Dostosuj poziom oporu do swoich indywidualnych potrzeb za pomocą pokrętła regulacji oporu i hamulca awaryjnego (48), znajdującego się na ramie głównej.



Hamulec awaryjny

Kiedy chcesz, aby koło zamachowe zatrzymało się, musisz mocno wcisnąć pokrętło regulacji oporu i hamulca awaryjnego (48) znajdujące się na ramie głównej.





1. Widok wyświetlacza



2. Oznaczenia na wyświetlaczu

SCAN	<p>W trybie SCAN, naciśnij MODE/ENTER aby wybrać funkcję. Automatycznie skanuje wszystkie tryby, co 6 sekund. Kolejność wyświetlania funkcji: TIME → DIST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.</p>
SPEED	<p>Zakres 0.0–99.9. Kiedy komputer nie wykryje aktywności do 4 sekund, wartość SPEED wyświetli „0.0”.</p>
RPM	<p>Zakres 0–999. Kiedy komputer nie wykryje aktywności do 4 sekund, wartość RPM wyświetli „0”.</p>
TIME	<p>Bez ustawienia wartości docelowej, czas będzie naliczany od wartości “0”. Po ustawieniu wartości docelowej czas będzie odliczany od czasu docelowego do “0”. Po osiągnięciu wartości “0” komputer uruchomi sygnał dźwiękowy. Kiedy komputer nie wykryje aktywności do 4 sekund, zliczanie czasu zostanie zatrzymane. Zakres 0:00–99:59.</p>
DIST	<p>Bez ustawienia wartości docelowej, dystans będzie naliczany od wartości “0”. Po ustawieniu wartości docelowej dystans będzie odliczany od dystansu docelowego do “0”. Po osiągnięciu wartości “0” komputer uruchomi sygnał dźwiękowy. Zakres 0.00–99.99.</p>
CAL	<p>Bez ustawienia wartości docelowej, spalane kalorie będą naliczane od wartości “0”. Po ustawieniu wartości docelowej kalorie będą odliczane od wartości docelowej do “0”. Po osiągnięciu wartości “0” komputer uruchomi sygnał dźwiękowy. Zakres 0–9999.</p>
PULSE	<p>Bez ustawienia wartości docelowej, spalane kalorie będą naliczane od wartości “0”. Po ustawieniu wartości docelowej kalorie będą odliczane od wartości docelowej do “0”. Po osiągnięciu wartości “0” komputer uruchomi sygnał dźwiękowy. Zakres 0–9999. Aktualny pomiar pulsu zostanie wyświetlony po 6 sekundach po wykryciu pulsu przez komputer. Kiedy komputer nie wykryje aktywności do 4 sekund, komputer wyświetli symbol “P”. Kiedy puls przekroczy wartość docelową, komputer uruchomi sygnał dźwiękowy. Zakres 0–30–230 BPM.</p>

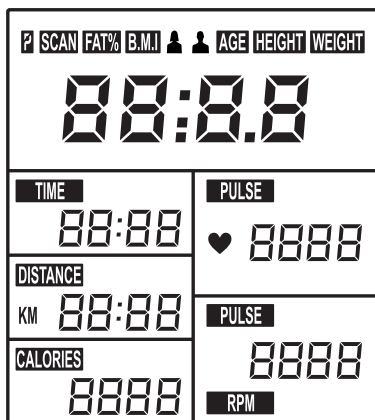


3. Funkcje przycisków

SET	Naciśnij przycisk SET, aby zwiększyć wartość. Naciśnij i przytrzymaj klawisz, aby zwiększać prędkość szybciej. Zakres TIME: 00:00–99:00 (wzrost o 1:00). Zakres CAL: 0–9990 (wzrost o 10). Zakres DIST: 0.00–99.50 (wzrost o 0.5). Zakres PULSE: 0–30–230 (wzrost o 1).
MODE/ENTER	Wybór funkcji poprzez przycisk MODE/ENTER. Naciśnij i przytrzymaj MODE/ENTER, aby zresetować wszystkie funkcje.
RESET	W trybie ustawień, naciśnij RESET, aby zresetować wybraną funkcję.
RECOVERY	Po wykryciu pulsu przez komputer, naciśnij RECOVERY, aby przejść do trybu RECOVERY (ocena sprawności na podstawie szybkości normalizacji tętna po zakończonym treningu).

Włączanie

Wyświetlacz LCD pokaże wszystkie wartości (Rysunek 1).



Rysunek 1

Wyłączenie

Po 4 minutach bezczynności wyświetlacz przejdzie w tryb uśpienia (SLEEP).



4. Operacje

Ustawienia treningu

Naciśnij przycisk MODE/ ENTER, aby wybrać funkcję TIME, DISTANCE, CALORIES i PULSE. Użyj przycisku SET do ustawienia i naciśnij przycisk MODE/ ENTER, aby potwierdzić. Przykładowa konfiguracja czasu – gdy wartość czasu miga, można użyć przycisku SET, aby ustawić wartość. Naciśnij przycisk MODE/ENTER, aby potwierdzić i przejść do konfiguracji następnej funkcji. Ustawienia DISTANCE, CALORIES i PULSE przebiegają tak jak funkcji TIME. Po rozpoczęciu treningu i odebraniu przez komputer sygnału aktywności, wartość SPEED/ RPM, TIME, DST i CAL rozpocznie odliczanie.

Tryb Recovery

Funkcja jest dostępna w momencie wykrycia pulsu przez komputer. Wartość TIME wyświetli „0:60” oraz zacznie odliczanie do „0” – przez ten czas należy trzymać ręce na czujnikach pulsu. Po zakończeniu pomiaru pulsu, komputer wyświetli wartość od F1 do F6 (ocenę sprawności użytkownika) w zależności od wyniku pomiaru pulsu. Tabela wyników pokazana jest poniżej. Naciśnij RECOVERY, aby powrócić do ekranu startowego.

F1	Wybitny
F2	Doskonały
F3	Dobry
F4	Wystarczający
F5	Poniżej średniej
F6	Dużo poniżej średniej

5. Rozwiązywanie problemów:

Jeśli wyświetlacz jest nieczytelny, należy wymienić baterie. Jeśli nie ma sygnału podczas treningu, sprawdź, czy kabel jest dobrze podłączony.

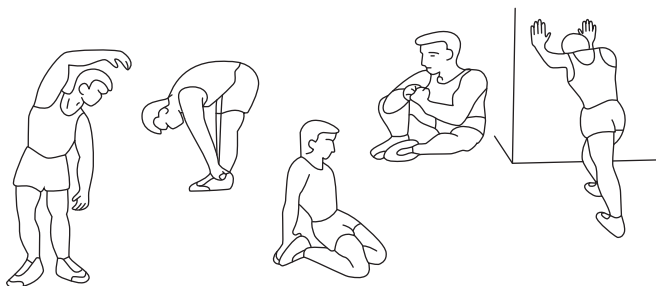
Uwaga

1. Po przerwaniu treningu na 4 minuty ekran główny zostanie wyłączony.
2. Jeśli komputer wyświetla dane nieprawidłowo, włóż baterie ponownie i włącz komputer.

Regularne użytkowanie sprzętu wpłynie korzystnie na Twoje zdrowie. Poprawi kondycję fizyczną i samopoczucie oraz wzmocni mięśnie. W połączeniu z odpowiednią dietą, może przyczynić się do utraty wagi.

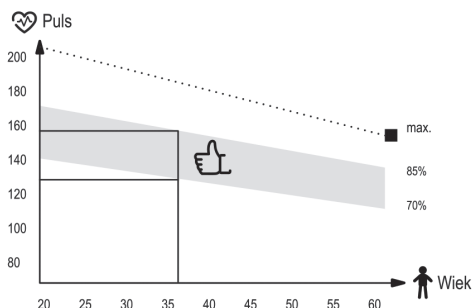
1. Rozgrzewka

Ta faza ćwiczeń pomaga poprawić krążenie krwi w całym ciele oraz przygotować mięśnie do wzmoczonego wysiłku. Zmniejsza również ryzyko skurczu lub zerwania mięśnia. Wskazane jest, by wykonać kilka ćwiczeń rozciągających, jak pokazano poniżej. Każde ćwiczenie powinno trwać około 30 sekund. Nie nadwyrężaj mięśni! Jeżeli czujesz ból, przestań ćwiczyć lub zmniejsz zakres wykonywanego ruchu.



2. Faza ćwiczeń

Ten etap to właściwa faza treningu, w której korzystasz z urządzenia. Należy ćwiczyć we własnym, w miarę stałym tempie, tak by osiągnąć tętno adekwatne do swojego wieku (wykres poniżej). Ta faza powinna trwać minimum 12 minut.



3. Faza odprężenia

Ta faza ma na celu odprężenie Twoich mięśni oraz umożliwienie powrotu wszystkich parametrów, takich jak ciśnienie krwi, oddech, częstotliwość skurczów serca, do stanu przed podjęciem wysiłku. Jest to powtórka rozgrzewki ze zmniejszonym tempem ćwiczeń. Ten etap powinien być najkrótszy spośród składowych treningu i trwać około 5 minut. Należy przy tym pamiętać, aby nie nadwyręzać mięśni. Nie powinno się pomijać fazy odprężenia.

PL Czyszczenie i konserwacja



1. Należy regularnie dokonywać konserwacji urządzenia. Powinna być ona przeprowadzana nie rzadziej niż co 20 godzin pracy sprzętu.
2. Konserwacja obejmuje kontrolę:
 - ruchomych części urządzenia, tj. sprawdzenie, czy są one odpowiednio nasmarowane. Jeżeli nie, należy je nasmarować. Zaleca się stosowanie specjalnych smarów do łożysk rowerowych lub smarów przeznaczonych do sprzętów fitness.
 - pozostałych części urządzenia, tj. dokręcenie śrub i nakrętek,
 - przewodów zasilających (jeżeli występują w urządzeniu), pod kątem ewentualnych uszkodzeń.
3. Do czyszczenia sprzętu należy używać miękkiej ściereczki, delikatnie zwilżonej wodą lub ewentualnie wodą z mydłem. Nie należy używać silnych środków ani ostrych materiałów czyszczących, które mogą uszkodzić sprzęt. Szczególną ostrożność należy zachować przy elementach z tworzywa sztucznego.
4. Po każdym użytkowaniu należy usunąć z urządzenia wszelkie ślady potu i zanieczyszczeń.

PL Rozwiązywanie problemów



Problem	Możliwe rozwiązanie
Komputer nie wyświetla danych.	Zdemontuj komputer i sprawdź, czy przewody są prawidłowo połączone i czy nie są uszkodzone.
Urządzenie w trakcie użytkowania wydaje niepokojące dźwięki.	Sprawdź, czy wszystkie części urządzenia są prawidłowo zamontowane. Dokręć śruby.
Komputer nie wyświetla pulsu lub wyświetlane wartości są nieprawidłowe.	<ol style="list-style-type: none">1. Upewnij się, czy przewody sensora pulsu i komputera są prawidłowo połączone.2. By zapewnić prawidłowy odczyt pulsu, przytrzymaj obie dłonie na sensorach. Pamiętaj, że pomiary systemu monitorowania tętna mogą być niedokładne.
Sprzęt jest niestabilny.	Dostosuj ustawienie urządzenia za pomocą stopek poziomujących.



Zasady gwarancji

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na zakupiony towar na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Reklamacje można składać:
 - poprzez formularz na stronie internetowej: <https://www.hop-sport.pl/serwis/>
 - Po dokonaniu zgłoszenia, nadany zostanie indywidualny numer reklamacji.
 - pisemnie na adres korespondencyjny:
Hegen Polska Sp. z o.o.
ul. Spółdzielcza 21
72-010 Police
Polska
 - telefonicznie pod numerem telefonu: **12 311 03 30**.
3. Po złożeniu reklamacji, pracownik serwisu skontaktuje się ze Zgłaszającym oraz poinstruuje o dalszych czynnościach. W razie potrzeby możliwy jest kontakt z serwisem pod numerem telefonu: **12 311 03 30**.
4. Jeżeli sprzęt wymaga naprawy w serwisie, zostanie odebrany na koszt Sprzedającego. W tym celu, należy przygotować kompletne urządzenie wraz z akcesoriami oraz danymi pozwalającymi na identyfikację Zgłaszającego (nr zamówienia, dane osobowe i kontaktowe).
5. Wady lub uszkodzenia sprzętu ujawnione w okresie gwarancji, będą bezpłatnie usuwane w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia sprzętu do serwisu. W przypadku konieczności sprowadzenia części zza granicy, termin wykonania naprawy może ulec wydłużeniu.
6. W postępowaniu gwarancyjnym zastosowanie mają przepisy kodeksu cywilnego, właściwe dla kraju dostawy towaru.
7. Gwarancją nie są objęte elementy ulegające eksploatacji, takie jak: linki, paski, elementy gumowe, pasy, uchwyty z gąbki, pedały itp.
8. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń powstałych na skutek użytkowania sprzętu niezgodnie z zasadami określonymi w niniejszej instrukcji.
9. Gwarancja jest ważna na terenie Niemiec, Czech, Polski, Słowacji, Francji, Ukrainy i Wielkiej Brytanii.

Serwis gwarancyjny i pogwarancyjny

Wszelkich napraw gwarancyjnych i pogwarancyjnych dokonuje importer i zarazem dystrybutor urządzenia.

Hegen Polska Sp. z o. o.
ul. Spółdzielcza 21
72-010 Police
Polska

+48 12 362 66 22 – Infolinia
+48 12 311 03 30 – Serwis
serwis@hop-sport.pl

Hegen Polska Sp. z o. o.
Plac Konstytucji 3 Maja 2B
32-300 Olkusz
Polska

Gwarancja na sprzedany towar konsumpcyjny nie wyłącza, nie ogranicza ani nie zawiesza uprawnień Kupującego wynikających z niezgodności towaru z umową.

PL Ochrona środowiska



Ten produkt jest dostarczany w opakowaniu, by uchronić go od ewentualnych uszkodzeń podczas transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklowane. Wyrzucaj te materiały według ich rodzaju.



Aby chronić środowisko, należy oddać zużyte baterie do wydzielonego punktu składowania surowców wtórnych. Nie należy wyrzucać zużytych baterii do domowych koszy na śmieci. Przyczynią się Państwo w ten sposób do ochrony środowiska.



Zużyte urządzenia elektryczne (w tym urządzeniu komputer) są surowcami wtórnymi - nie wolno wyrzucać ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia ludzkiego i środowiska! Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych - zużytych urządzeń elektrycznych.



PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY. USCHOVAJTE SI TIETO POKYNY PRE BUDÚCE POUŽITIE.

1. Plnú bezpečnosť a účinnosť použitia je možné dosiahnuť za predpokladu, že zariadenie je zmontované a používané v súlade s týmito pokynmi. Nezabudnite informovať všetkých používateľov zariadenia o všetkých obmedzeniach, varovaniach a bezpečnostných opatreniach. Nie sme zodpovední za problémy alebo zranenia spôsobené konaním v rozpore s pravidlami stanovenými v tejto príručke.
2. Výrobok sa môže používať iba na určený účel.
3. Zariadenie je určené iba na použitie v domácnosti dospelými osobami. Nenechávajte zariadenie na mieste prístupnom deťom. Počas tréningu by deti mali byť pod dohľadom dospelých.
4. Prístroj by mal byť skladovaný na suchom a teplom mieste mimo priameho slnečného žiarenia.
5. Vyvarujte sa kontaktu počítača s vodou, pretože voda by ho mohla poškodiť alebo spôsobiť skrat.
6. Zariadenie nie je vhodné na rehabilitačné účely.
7. Zariadenie môže používať naraz jedna osoba.
8. Zariadenie umiestnite na rovný, stabilný a čistý povrch.
9. Pre ochranu podlahy pod zariadením odporúčame umiestniť koberec, rohož alebo inú podložku.
10. Aby ste zabránili znečisteniu v montážnej oblasti použite pod zariadením zodpovednú podložku (gumovú, drevenú a pod).
11. Pred začatím tréningu sa uistite, či je zariadenie kompletne a či sú všetky časti na svojom mieste.
12. Ak máte akékoľvek zdravotné problémy / chronické ochorenia alebo ak ide o váš prvý tréning na tomto type vybavenia, pred začatím cvičenia sa poraďte so svojim lekárom. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže spôsobiť zranenie.
13. Pred použitím zariadenia sa zahrejte.
14. Ak počas cvičenia na prístroji pociťujete bolesť, nepravidelný pulz, dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť, okamžite prestaňte cvičiť. Pred pokračovaním v cvičení by ste mali vyhľadať lekársku pomoc.
15. Nenoste dlhé, voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť v pohyblivých častiach.
16. Nezabudnite na zapnutie pásov na pedáloch.
17. Zariadenie používajte iba vtedy, keď je v poriadku z technickej stránky. Ak počas používania zistíte poškodenie niektorých komponentov alebo budete počuť rušivý zvuk zo zariadenia, prestaňte cvičiť. Nepoužívajte zariadenie, kým sa problém nevyrieši.
18. Nevykonávajte žiadne opravy zariadenia okrem tých, ktoré sú popísané v tejto príručke. V prípade akýchkoľvek problémov kontaktujte servis (kontaktné údaje sú uvedené ďalej v príručke).
19. Minimálny voľný priestor potrebný na bezpečnú prevádzku zariadenia nie je menší ako dva metre.
20. Maximálna povolená hmotnosť používateľa je 135 kg.
21. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou ISO 20957-10:2017 v triede H. C.

Zoznam dielov

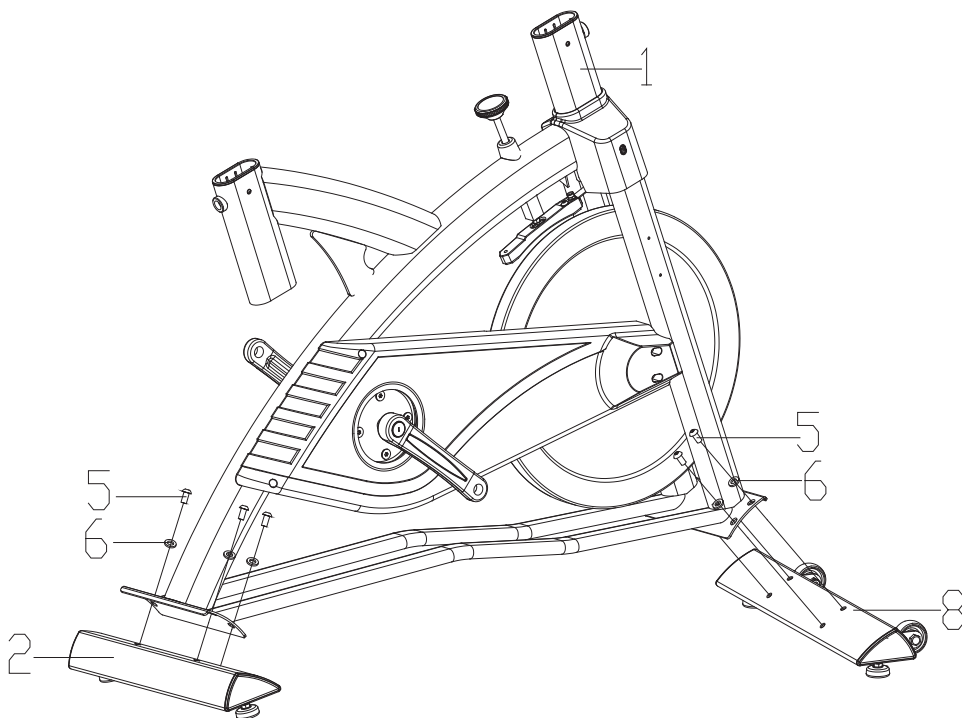
Č.	Popis	Ks.
1	Hlavný rám	1
2	Zadný nosník	1
5	Skrutka M8 × 15	8
6	Plochá podložka M8	16
8	Predný nosník	1
10	Stĺpik sedadla	1
12	Vertikálny podstavec sedadla	1
14	Regulačný gombík M16 × 20	2
15	Plochá podložka R45 × R10.5 × 5	2
16	Regulačný gombík M10 × 25	2
17	Stĺpik volantu	1
18	Riadiadá	1
19	Držiak na fľašu	1
20	Plochá podložka M5	2
27	Pedál	2
42	Skrutka ST42 × 19	8
48	Bezpečnostná brzda / Otočný gombík nastavenia záťaže	1
57	Sedadlo	1
75	Počítač	1
76	Skrutka M5 × 10	4
A1	Kábel	1
A2	Kábel	1



Návod na montáž

1/4

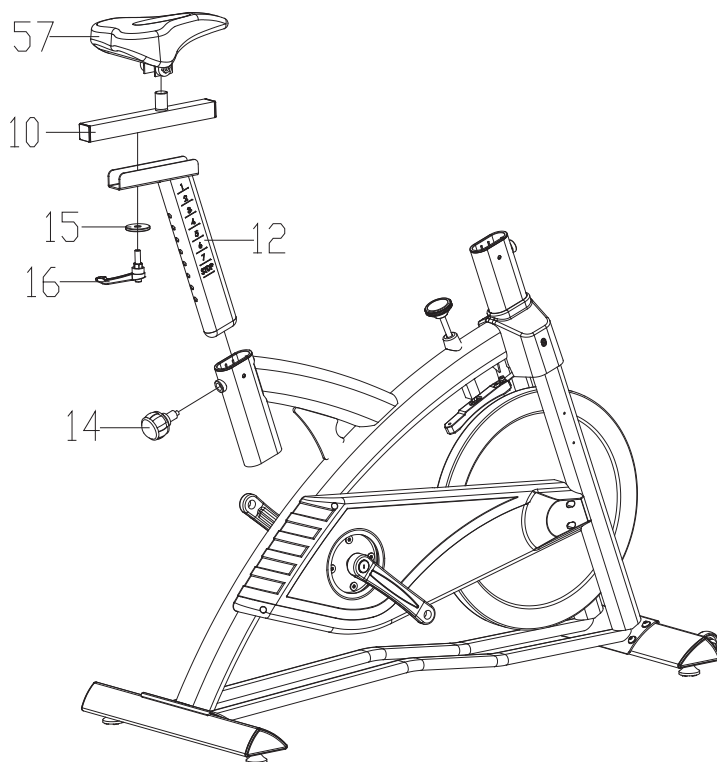
1. Pripevnite predný stabilizátor (8) k hlavnému rámu (1) pomocou dvoch súprav plochých podložiek (6) a skrutiek (5).
2. Pripevnite zadný stabilizátor (2) k hlavnému rámu (1) pomocou dvoch súprav plochých podložiek (6) a skrutiek (5).





2/4

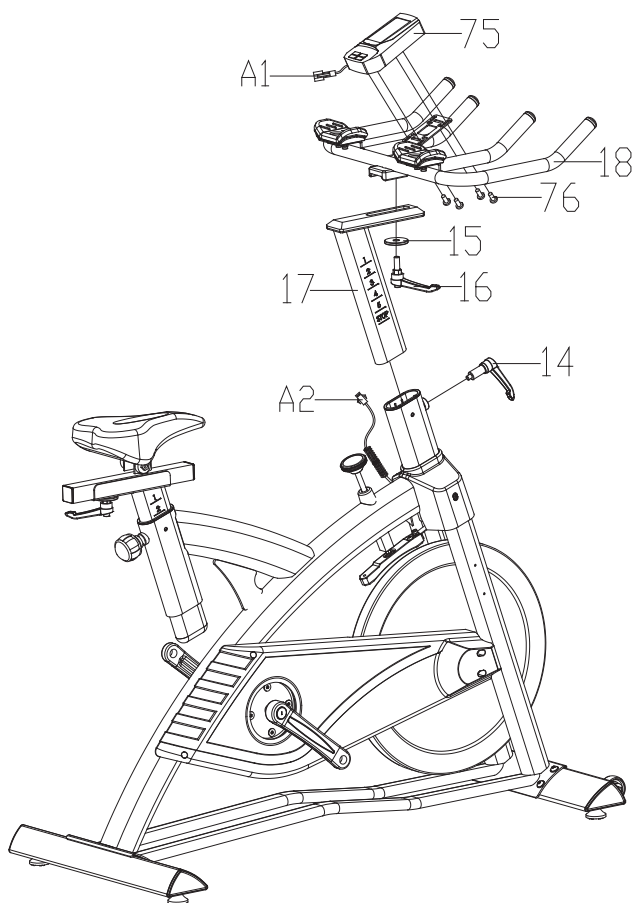
1. Pripevnite stĺpik sedadla (12) k hlavnému rámu (1). Uvoľnite nastavovací gombík (14), potom zvolte požadovanú výšku a znova ho utiahnite.
2. Vložte nastavovaciu lištu sedadla (10) do stĺpika sedadla (12) a zablokujte ju pomocou plochej podložky (15) a nastavovacieho gombíka (16).
3. Pripevnite sedadlo (57) k nosníku sedadla pomocou matíc v spodnej časti sedadla.





3/4

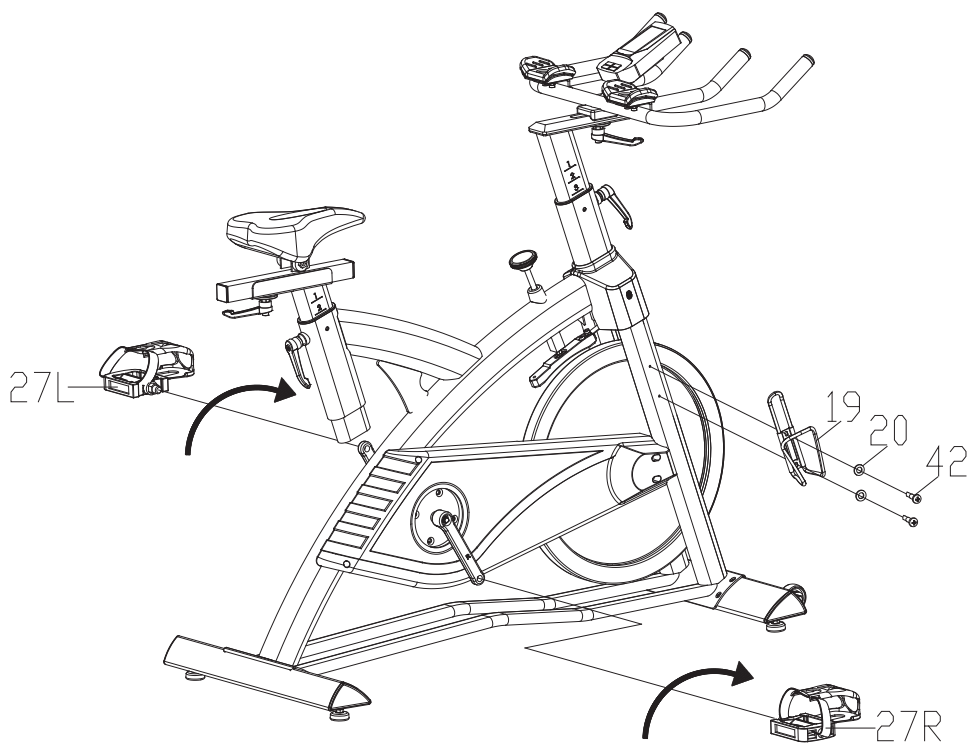
1. Vložte stĺpik riadenia (17) do stĺpika volantu na hlavnom ráme (1). Uvoľnite otočný gombík (14), potom zvolte požadovanú výšku a znova ju utiahnite.
2. Pripevnite rukoväť volantu (18) k stĺpiku volantu (17) v požadovanej polohe pomocou plochej podložky (15) a nastavovacieho gombíka (16).
3. Pripevnite počítač (75) k držiaku na volante (18) pomocou skrutiek (76) a následne pripojte kable A2 a A1 podľa obrázka nižšie.





4/4

1. Pripevnite pedále (27L / R) k príslušným ramenám kľuky. Právě rameno kľuky je na pravej strane cyklotrenažéra, keď na ňom sedíte. Dotiahnite pedále v smere znázornenom na obrázku nižšie.
2. Pripevnite držiak na fľašu s vodou (19) k hlavnému rámu (1) pomocou plochej podložky (20) a skrutky (42).





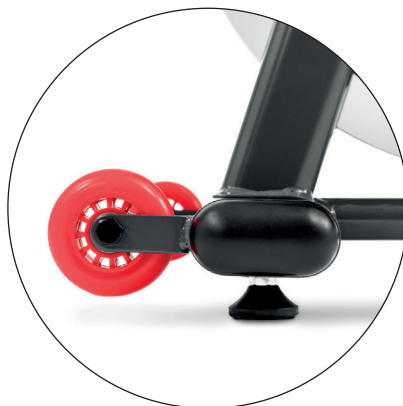
Nastavenie uhla volantu

Pre nastavenie riadiel uvoľnite otočný gombík, nastavte riadidlá do požadovanej polohy a dotiahnite otočný gombík. Uistite sa, že riadidlá boli správne nastavené a nehýbu sa.



Vyrovnávanie

Nastavte zariadenie pomocou stabilizátora, ktorý sa nachádza v zadnej základni.



Vertikálne a horizontálne nastavenie sedadla

Ak chcete zmeniť polohu sedadla, uvoľnite otočný gombík na stĺpiku, nastavte sedadlo do požadovanej polohy a utiahnite otočný gombík.

Pre nastavenie vodorovnej polohy sedadla uvoľnite otočný gombík na vodiacej lište sedadla, nastavte sedadlo do požadovanej polohy a utiahnite otočný gombík.





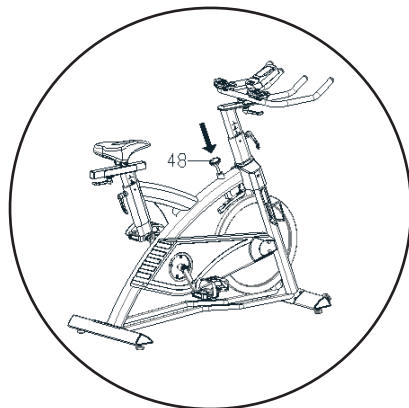
Nastavenie zátiaže

Upravte úroveň zátiaže podľa svojich individuálnych potrieb pomocou otočného gombíka nastavenia zátiaže a núdzovej brzdy (48) nachádzajúcej sa na hlavnom ráme.



Núdzová brzda

Ak chcete, aby sa zotrvačník zastavil, musíte pevne stlačiť otočný gombík nastavenia zátiaže a núdzovej brzdy (48) na hlavnom ráme.





1. Funkcie displeja



2. Údaje zobrazené na displeji

SCAN	Stlačte MODE/ENTER pre výber funkcie. Automaticky prehľadá všetky funkcie, zobrazí funkcie po 6 sekundách. Poradie funkcií: TMR → DST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.
SPEED	Rozsah 0,0–99,9. Ak počítáč nezistí aktivitu po dobu 4 sekúnd, na displeji sa zobrazí „SPEED“ hodnota „0,0“.
RPM	Rozsah 0–999. Ak počítáč nezistí aktivitu po dobu 4 sekúnd, na displeji sa zobrazí RPM hodnota „0“.
TIME	Bez nastavenia cieľovej hodnoty sa čas bude počítať od hodnoty „0“. Po nastavení cieľovej hodnoty sa čas bude odpočítavať z nastaveného času do „0“. Po dosiahnutí hodnoty „0“ zaznie zvukový signál. Ak počítáč nezistí aktivitu po dobu 4 sekúnd, počítanie času sa zastaví. Rozsah 0:00–99:59.
DIST	Bez nastavenia cieľovej hodnoty sa vzdialenosť bude počítať od hodnoty „0“. Po nastavení cieľovej hodnoty sa vzdialenosť bude odpočítavať od nastavenej vzdialenosti do „0“. Po dosiahnutí hodnoty „0“ zaznie zvukový signál. Rozsah 0,00 až 99,99.
CAL	Bez nastavenia cieľovej hodnoty sa spálené kalórie budú počítať od hodnoty „0“. Po nastavení cieľovej hodnoty sa kalórie budú odpočítavať od nastavenej hodnoty do „0“. Po dosiahnutí hodnoty „0“ zaznie zvukový signál. Rozsah 0–9999.
PULSE	Aktuálne meranie pulzu sa zobrazí po 6 sekundách po zaznamení pulzu počítáčom. Ak počítáč nezaznamená aktivitu do doby 4 sekúnd, zobrazí sa na ňom symbol „P“. Keď srdcová frekvencia prekročí cieľovú hodnotu, počítáč vydá zvukový signál. Rozsah 0–30–230 BPM.

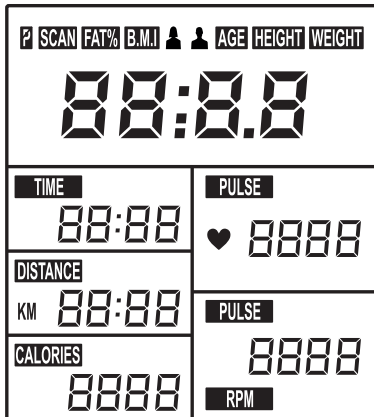


3. Funkcie tlačidiel

SET	Stlačením tlačidla SET zvýšite hodnotu. Ak chcete rýchlejšie zvýšiť rýchlosť, stlačte a podržte tlačidlo. Časový rozsah: 00:00–99:00 (zvýšenie o 1:00). Rozsah CAL: 0–9990 (zvýšenie o 10). Rozsah DIST: 0.00–99.50 (zvýšenie o 0.5). Rozsah PULSE: 0–30–230 (zvýšenie o 1).
MODE / ENTER	Výber funkcie pomocou tlačidla MODE / ENTER. Stlačením a podržaním tlačidla MODE / ENTER obnovíte všetky funkcie.
RESET	V režime nastavenia stlačte RESET pre resetovanie vybranej funkcie. Stlačením a podržaním tlačidla RESET vynulujete všetky funkcie.
RECOVERY	Po zistení pulzu počítačom stlačte RECOVERY, aby ste prešli do režimu RECOVERY (vyhodnotenie na základe normalizácie rýchlosti srdcovej frekvencie po ukončení tréningu).

Zapínanie

Na LCD displeji sa zobrazia všetky hodnoty (obrázok 1).



Obrázok 1

Vypínanie

Po 4 minútach nečinnosti sa displej prepne do režimu spánku (SLEEP).



4. Operácie

Nastavenia tréningu

Stlačením tlačidla MODE / ENTER vyberte funkcie TIME, DISTANCE, CALORIES a PULSE. Použite tlačidlo SET pre nastavenie a stlačte MODE/ ENTER pre potvrdenie.

Vzorová konfigurácia času - keď bliká hodnota času, môžete pomocou tlačidla SET nastaviť hodnotu. Stlačením tlačidla MODE / ENTER potvrdíte a pokračujte k ďalšej konfigurácii funkcie. Nastavenia DISTANCE, CALORIES a PULSE sa riadia funkciou TIME.

Po začatí tréningu a po prijatí signálu o aktivite počítačom sa začnú odpočítavať hodnoty SPEED / RPM, TIME, DST a CAL.

Recovery (Systém obnovenia)

Funkcia je dostupná, keď počítač zaznamená pulz. Hodnota TIME zobrazí „D:60“ a začne odpočítavanie do „0“ – počas tejto doby majte ruky na snímačoch pulzu. Po ukončení merania pulzu počítač zobrazí hodnotu od F1 do F6 (vyhodnotenie účinnosti používateľa) v závislosti od výsledku merania pulzu. Tabuľka výsledkov je uvedená nižšie. Stlačením RECOVERY sa vrátite na úvodnú obrazovku.

F1	Vynikajúci
F2	Perfektné
F3	Dobré
F4	Dostatočné
F5	Podpriemerný
F6	Nedostatočný

5. Riešenie problémov

Ak je displej nečitateľný, vymeňte batérie. Ak počas tréningu nie je signál, skontrolujte, či je kábel správne pripojený.

Poznámka

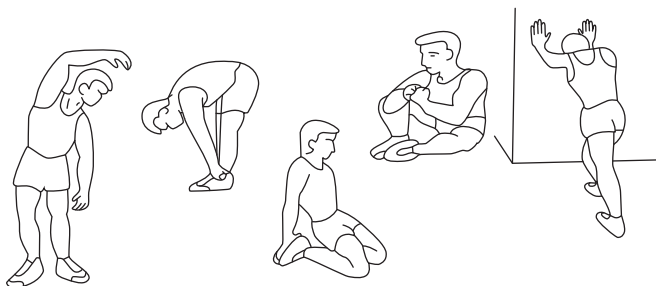
1. Po zastavení tréningu na dobu 4 minút sa hlavná obrazovka vypne.
2. Ak počítač zobrazuje údaje nesprávne, znova vložte batérie a zapnite počítač.



Pravidelné používanie zariadenia prospeje Vášmu zdraviu. Zlepší fyzickú kondíciu, celkovú pohodu a posilní svaly. V kombinácii so správnou stravou môže prispieť k chudnutiu.

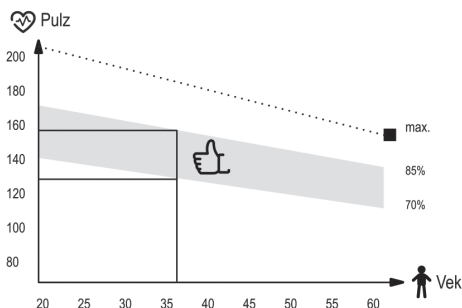
1. Rozcvička

Táto fáza cvičenia pomáha zlepšiť krvný obeh v celom tele a pripraviť svaly na zvýšenú fyzickú námahu. Znižuje tiež riziko kŕčov alebo poranenia svalov. Odporúča sa vykonať niekoľko strečingových cvičení, ako je uvedené nižšie. Každé cvičenie by malo trvať približne 30 sekúnd. Nezaťažujte svaly! Ak pociťujete bolesť, prestaňte cvičiť alebo znížte rozsah pohybu.



2. Fáza tréningu

Táto fáza je hlavnou fázou tréningu. Mali by ste cvičiť vlastným, pomerne stabilným tempom, aby ste dosiahli srdcový rytmus zodpovedajúci vášmu veku, ako je to znázornené na grafe. Táto fáza by mala trvať minimálne 12 minút.



3. Relaxačná fáza

Cieľom tejto fázy je uvoľnenie svalov a kardiovaskulárneho systému a vrátenie všetkých „parametrov“ (krvný tlak, frekvencia dýchania, srdcová frekvencia a iné) do stavu pred cvičením. Toto je opakovanie rozcvičky so zníženou rýchlosťou pohybu. Táto fáza by mala byť najkratšia - čas cvičenia asi 5 minút. Počas tejto fázy by sa nemali namáhať svaly. Relaxačnú fázu by sa nemalo vynechať.

SK Čistenie a údržba



1. Zariadenie si vyžaduje pravidelnú údržbu. Mala by byť vykonaná najmenej každých 20 hodín prevádzky zariadenia.
2. Údržba zahŕňa kontrolu:
 - pohyblivé časti zariadenia, tzn. kontrola, či sú správne namazané. Ak nie, namažte ich. Odporúča sa používať špeciálne mazivá pre ložiská bicyklov alebo pre fitness zariadenia.
 - všetky časti zariadenia, tzn. dotiahnutie skrutiek a matíc,
 - napájacie káble (ak sú v prístroji) kvôli poškodeniu.
3. Na čistenie zariadenia používajte mäkkú handričku mierne navlhčenú vodou alebo prípadne vodou s mydlom. Nepoužívajte žiadne silné čistiace prostriedky a ani materiály, ktoré môžu zariadenie poškodiť. Osobitnú pozornosť treba venovať plastovým komponentom.
4. Po každom použití odstráňte zo zariadenia všetky stopy potu a nečistôt.

SK Riešenie problémov



Problém	Možné riešenia
Počítač nezobrazuje údaje	1. Demontujte počítač a skontrolujte, či sú káble správne pripojené a či nie sú poškodené.
Zariadenie vydáva rušivé zvuky počas používania.	Skontrolujte, či sú všetky časti zariadenia správne namontované. Utiahnite skrutky.
Neukazujú sa hodnoty pulzu, alebo hodnoty sú zlé.	1. Uistite sa, že prevody senzoru sú správne pripevnené. 2. Aby ste zaistili správne marenia pulzu držte obe dlane na senzoroch. Pamätajte, že systém merania pulzu nemusí byť úplne presný.
Zariadenie nie je stabilné.	Nastavte koncovku zadného stabilizátora tak, aby ste dali stroj do roviny.



Záručné podmienky

1. Predávajúci v mene Ručiteľa poskytuje záruku za kúpený tovar do 24 mesiacov od dátumu predaja.
2. Sťažnosť môžete poslať:
 - prostredníctvom formulára na webovej stránke: <https://hegen.sk/reklamace/>
 - Po odoslani sťažnosti Vám bude pridelené individuálne číslo reklamácie.
 - písomne na korešpondenčnú adresu:

Hegen Česko s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
3. Následne Vás bude kontaktovať zamestnanec servisu, ktorý Vás poučí o ďalších krokoch. V prípade potreby môžete kontaktovať našu zákaznícku podporu telefonicky: + 421 233 329 555.
4. Ak si zariadenie vyžaduje opravu v servise, bude vyzdvihnuté na náklady Predávajúceho. Na tento účel by sa malo pripraviť kompletne zariadenie spolu s príslušenstvom a údajmi, ktoré umožnia identifikáciu žiadateľa (číslo reklamácie, osobné údaje a kontakty).
5. Poruchy alebo poškodenia zariadenia odhalené počas záručnej doby budú bezplatne odstránené do 14 pracovných dní od dátumu dodania zariadenia do miesta predaja alebo servisu. Ak je potrebné zariadenie poslať na opravu mimo krajiny alebo ak sú potrebné náhradné diely zo zahraničia, lehota na záručnú opravu sa môže predĺžiť.
6. V záručných podmienkach sa uplatňujú ustanovenia občianskeho zákonníka, ktoré sa vzťahujú na krajinu dodania tovaru.
7. Záruka sa nevzťahuje na spotrebný materiál, ako sú káble, remene, gumené komponenty, pásy, pedále atď.
8. Záruka sa nevzťahuje na škody spôsobené použitím zariadenia v rozpore so zásadami uvedenými v tejto príručke.
9. Záruka platí v Nemecku, Českej republike, Poľsku, na Slovensku, vo Francúzsku, na Ukrajine a vo Veľkej Británii.

Záručný a pozáručný servis

Všetky záručné a pozáručné opravy vykonáva distribútor zariadenia.

Hegen Česko s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika

+ 421 233 329 555 - Infolinka
info@hegen.sk

Táto záruka na predaný spotrebný tovar nevylučuje, neobmedzuje, ani nezastavuje oprávnenia kupujúceho vyplývajúce z rozporu zariadenia so zmluvou.

SK Ochrana životného prostredia



Tento produkt sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je vyrobený zo surovín, ktoré je možné recyklovať. Tieto obaly vyhadzujte a triedte podľa ich typu.



Z dôvodu ochrany životného prostredia musia byť použité batérie odovzdané na mieste predaja, alebo odovzdané do určenej zberne pre skladovanie druhotných surovín. Nevyhadzujte použité batérie do domových košov na odpady. Týmto budete prispievať k ochrane životného prostredia.



Opotrebované elektrické zariadenia (vrátane počítača) sú druhotné suroviny a nesmú sa vyhadzovať do košov a kontajnerov na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre ľudské zdravie a životné prostredie! Prosíme o aktívnu podporu efektívneho riadenia prírodných zdrojov a ochranu životného prostredia. Použité zariadenie odovzdajte do zberne pre skladovanie druhotných surovín - použitých elektrických zariadení.



ПЕРЕД ВИКОРИСТАННЯМ УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ВСЮ ІНСТРУКЦІЮ. ЗБЕРІГАЙТЕ ПОСІБНИК ДЛЯ ПОДАЛЬШОГО ВИКОРИСТАННЯ.

1. Повна безпека та ефективність використання можуть бути досягнуті за умови збірки обладнання та його використання відповідно до інструкцій. Не забудьте повідомити користувачів обладнання про всі обмеження, застереження та запобіжні заходи. Ми не несемо відповідальності за проблеми або травми, спричинені порушенням правил, викладених у даній інструкції.
2. Виріб можна використовувати лише за призначенням.
3. Пристрій призначений тільки для домашнього використання дорослими. Не залишайте пристрій у місці, доступному для дітей. Під час навчання неповнолітні повинні перебувати під наглядом дорослих.
4. Пристрій слід зберігати в сухому і теплому місці, подалі від прямих сонячних променів.
5. Уникайте контакту комп'ютера з водою, оскільки це може пошкодити його або спровокувати коротке замикання.
6. Обладнання не підходить для реабілітаційних цілей.
7. Користуватися обладнанням одночасно може лише одна людина.
8. Поставте обладнання на рівну, стійку, пряму, чисту і вільну поверхню.
9. Рекомендуємо ставити обладнання на килимок або будь-яке інше захисне покриття, щоб не пошкодити підлогу.
10. Покладіть відповідне покриття (наприклад, гумовий килимок, дерев'яне покриття тощо) під пристрій у зоні кріплення, щоб уникнути забруднення.
11. Перш ніж розпочати тренування, переконайтеся, що пристрій готовий, а всі деталі на своєму місці.
12. Якщо у вас є якісь проблеми зі здоров'ям / хронічні захворювання або якщо це ваш перший досвід роботи з даним обладнанням, перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем або фахівцем. Неправильне або надмірне навантаження може спричинити травму.
13. Зробіть розминку перед тренуванням.
14. Якщо під час занять на обладнанні ви відчуваєте біль, нерегулярне серцебиття, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть тренування. Перш ніж продовжувати програму тренувань, слід звернутися до лікаря.
15. Не підбирайте для тренувань довгий вільний одяг, який може потрапити в рухомі частини.
16. Не забудьте закріпити ремені на педалях.
17. Використовуйте пристрій лише тоді, коли він технічно справний. Якщо під час використання ви виявили несправні компоненти або чуєте тривожний звук від пристрою, припиніть заняття. Не використовуйте пристрій, поки проблема не буде вирішена.
18. Не вносити жодних налаштувань чи модифікацій пристрою, за винятком описаних вище у даній інструкції. У разі виникнення проблем зверніться до сервісної служби (контактні дані надаються нижче в інструкції).
19. Щоб використання обладнання було безпечним, ви маєте мати вільний простір мінімум не менше двох метрів.
20. Максимально допустима вага користувача – 135 кг.
21. Обладнання виготовлено відповідно до стандарту ISO 20957-10:2017 у класі H. C.



Список деталей

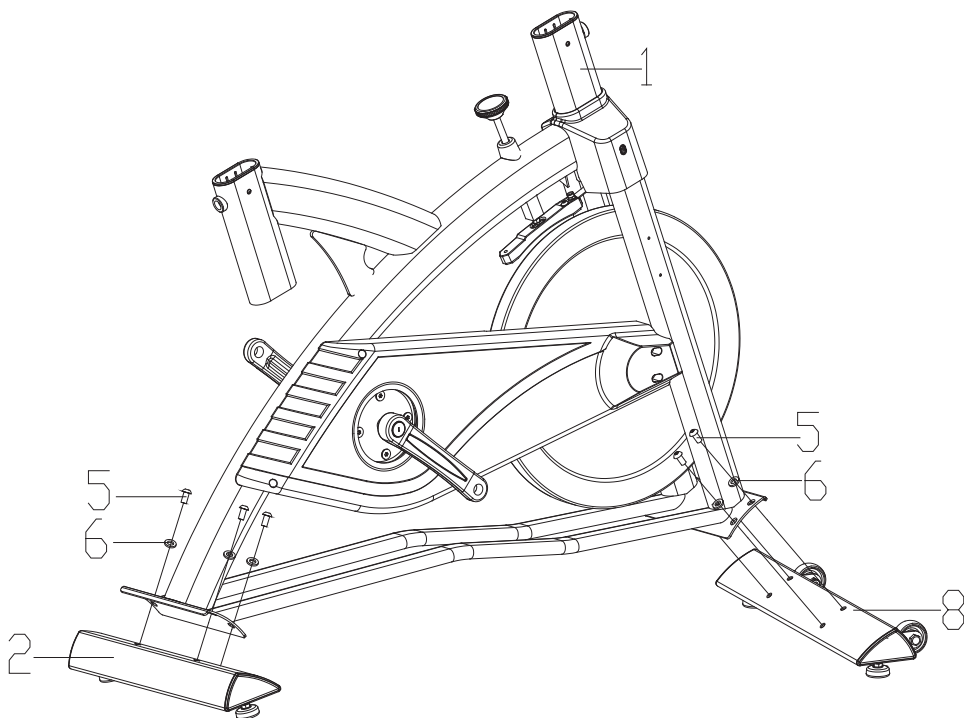
№.	Опис	Шт.
1	Головна рама	1
2	Задній стабілізатор	1
5	Гвинт M8 x 15	8
6	Плоска шайба M8	16
8	Передній стабілізатор	1
10	Рейка сидіння	1
12	Колонка сидіння	1
14	Ручка регулювання M16 x 20	2
15	Плоска шайба R45 x R10.5 x 5	2
16	Ручка регулювання M10 x 25	2
17	Рульова ручка	1
18	Кермо	1
19	Тримач пляшки	1
20	Плоска шайба M5	2
27	Педаль	2
42	Гвинт ST42 x 19	8
48	Аварійне гальмо / Ручка регулювання опору	1
57	Сідло	1
75	Комп'ютер	1
76	Гвинт M5 x 10	4
A1	Kábel	1
A2	Kábel	1



Схема монтажу

1/4

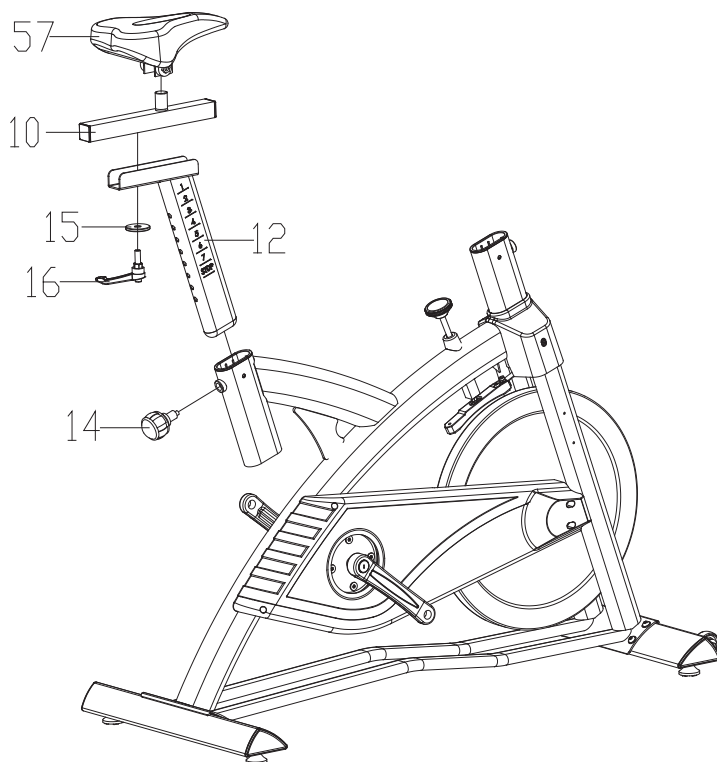
1. Прикріпіть передній стабілізатор (8) до основної рами (1) за допомогою двох комплектів плоских шайб (6) і болтів (5)
2. Прикріпіть задній стабілізатор (2) до основної рами (1) за допомогою двох комплектів плоских шайб (6) і болтів (5).





2/4

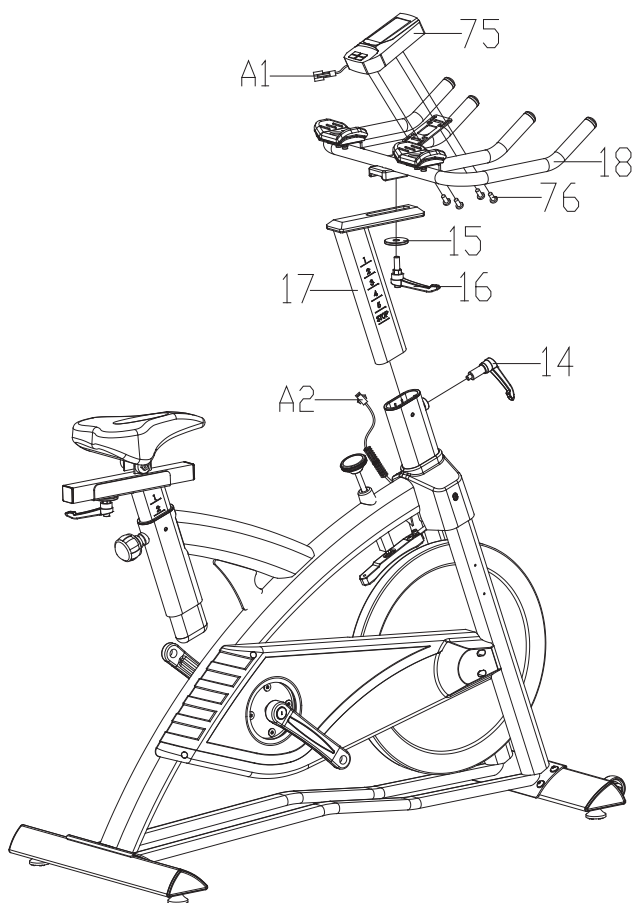
1. Прикріпіть стійку сидіння (12) до основної рами (1). Послабте регулювальну ручку (14), потім виберіть потрібну висоту і знову затягніть її.
2. Вставте рейку регулювання сидла (10) у сидлову стійку (12) та зафіксуйте її за допомогою плоскої шайби (15) та регулювальної ручки (16).
3. Прикріпіть сидіння (57) до опори сидіння за допомогою гайок в нижній частині сидіння.





3/4

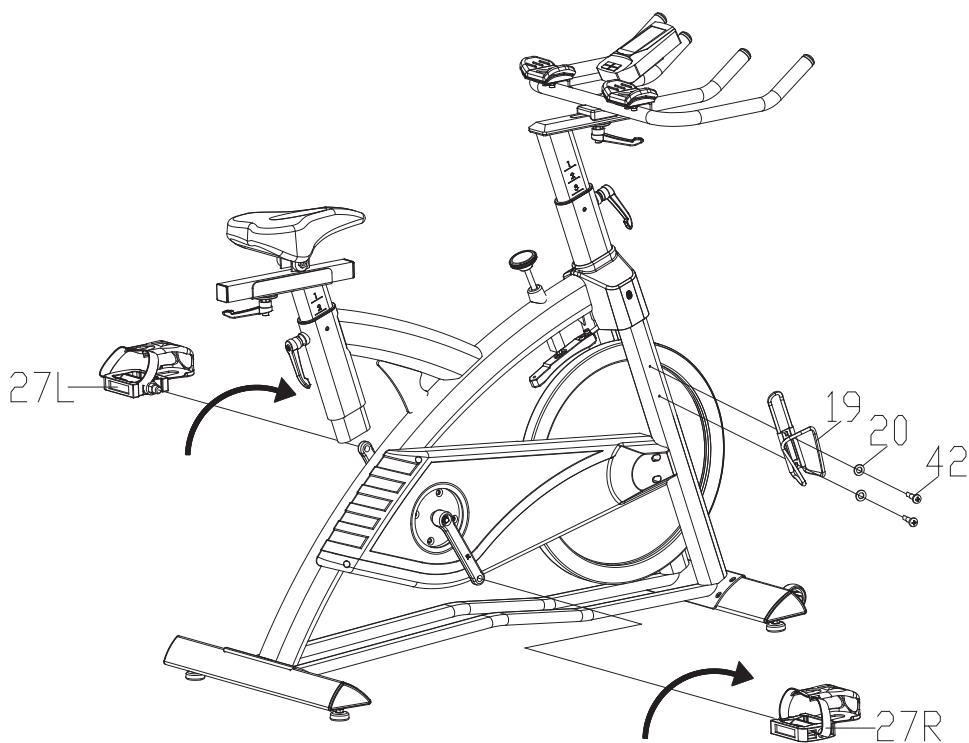
1. Вставте рульову колонку (17) у стійку керма на головній рамі (1). Послабте ручку (14), потім виберіть потрібну висоту і знову затягніть її.
2. Прикріпіть рукоятку керма (18) до рульової колонки (17) у потрібному положенні за допомогою плоскої шайби (15) та регулювальної ручки (16).
3. Закріпіть комп'ютер (75) у кронштейні на кермі (18) гвинтами (76) та підключіть дроти A2 та A1, як показано на малюнку нижче.





4/4

1. Прикріпіть педалі (27L/R) до відповідних кривошипних важелів. Права кривошипна рукоятка знаходиться на правій стороні велосипеда, коли ви сидите на ній. Вкрутіть педалі у напрямку, показаному на малюнку нижче.
2. До основної рами (1) прикріпіть тримач для пляшки (19) за допомогою плоскої шайби (20) і гвинта (42).





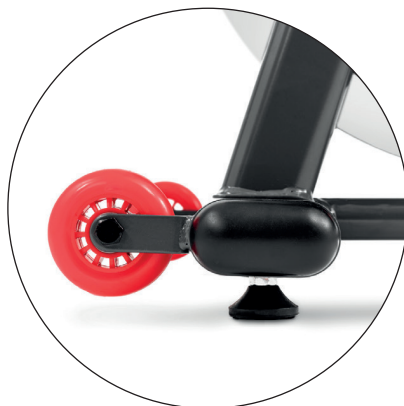
Регулювання кута керма

Щоб відрегулювати кермо, відпустіть ручку рульового колеса, встановіть її в потрібне положення і затягніть ручку. Переконайтесь, що рульове колесо нерухоме після регулювання.



Вирівнювання

Відрегулюйте положення тренажера за допомогою стабілізуючих ніжок.



Вертикальне та горизонтальне регулювання сидіння

Щоб змінити положення сидіння, відкрутіть ручку на стійці, відрегулюйте сидіння до бажаного положення та затягніть ручку.

Щоб відрегулювати горизонтальне положення сидіння, відкрутіть ручку на рейці сидіння, відрегулюйте сидіння до бажаного положення та затягніть ручку.





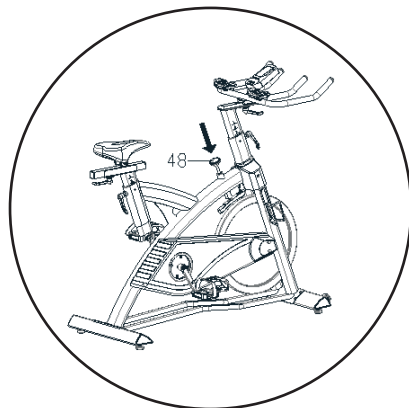
Регулювання опору

Налаштуйте рівень опору відповідно до ваших індивідуальних потреб за допомогою ручки опору та аварійного гальма (48) на основній рамі.



Аварійне гальмо

Якщо ви хочете, щоб маховик зупинився, потрібно сильно натиснути на ручку опору та аварійного гальма (48) на основній рамі.





1. Дисплей



2. Відображення дисплея

SCAN	У режимі SCAN натисніть MODE / ENTER, щоб вибрати функцію. Автоматично сканує всі функції кожні 6 секунд. Послідовність відображення функції: TIME → DIST → CAL → PULSE → RPM / SPEED.
SPEED	Діапазон 0,0–99,9. Коли комп'ютер не виявляє активності протягом 4 секунд, значення SPEED відобразитиме „0,0“.
RPM	Діапазон 0–999. Якщо комп'ютер не виявляє активності протягом 4 секунд, значення RPM відобразитиме „0“.
TIME	Без встановлення цільового значення час буде обчислюватися з значення „0“. Після встановлення цільового значення час буде відраховуватися від цільового часу до „0“, після досягнення значення „0“ прозвучить сигнал. Якщо комп'ютер не виявляє активності протягом 4 секунд, підрахунок часу буде припинено. Діапазон 0:00–99:59.
DIST	Без встановлення цільового значення відстань буде обчислюватися з значення „0“. Після встановлення цільового значення відстань буде відраховуватися від заданої відстані до „0“. Після досягнення значення „0“ прозвучить сигнал. Діапазон 0,00–99,99.
CAL	Не встановлюючи цільове значення, спалені калорії будуть нараховуватися з „0“. Після встановлення цільового значення калорії відраховуються від цільового значення до „0“. Після досягнення значення „0“ прозвучить сигнал. Діапазон 0–9999.
PULSE	Значення пульсу відображається через 6 секунд після вимірювання. Якщо комп'ютер не виявляє активності протягом 4 секунд, комп'ютер відобразить символ “P”. Коли частота серцевих скорочень перевищить цільове значення, комп'ютер подасть звуковий сигнал. Діапазон 0–30–230 BPM.

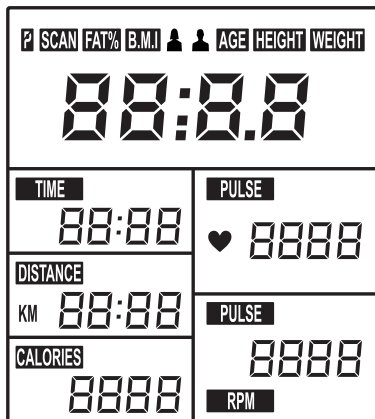


3. Функціональні кнопки

SET	Натисніть кнопку SET, щоб збільшити значення. Натисніть і утримуйте клавішу, щоб прискорити швидкість. Діапазон TIME: 00:00 ~ 99:00 (збільшення в 1:00). Діапазон CAL: 0 ~ 9990 (збільшення на 10). Діапазон DIST: 0,00 ~ 99,50 (збільшення на 0,5). Діапазон PULSE: 0-30 ~ 230 (збільшення на 1).
MODE/ENTER	Оберіть функцію за допомогою кнопки MODE / ENTER. Натисніть і утримуйте MODE / ENTER для скидання всіх функцій.
RESET	У режимі налаштувань натисніть RESET, щоб скинути вибрану функцію. Натисніть і утримуйте RESET для скидання всіх функцій.
RECOVERY	Після того, як комп'ютер виміряє пульс, натисніть RECOVERY, щоб увійти в режим RECOVERY (оцінка Вашого стану на основі швидкості нормалізації ЧСС після закінчення тренування).

Включення

На LCD дисплеї відображатимуться всі значення (Зображення 1).



Зображення 1

Вимкнення

Після 4 хвилин бездіяльності дисплея перейде в сплячий режим (SLEEP).



4. Операції

Налаштування тренування

Натисніть кнопку MODE / ENTER, щоб вибрати функції TIME, DISTANCE, CALORIES і PULSE. За ДОПОМОГОЮ кнопки SET встановіть і натисніть MODE / ENTER для підтвердження.

Конфігурація часу- коли час блимає, можна використовувати кнопку SET для встановлення значення. Натисніть кнопку MODE / ENTER для підтвердження і перейдіть до наступної конфігурації.

Налаштування DISTANCE, CALORIES та PULSE виконуються так, як і функція TIME.

Після запуску тренування та отримання сигналу активності комп'ютер починає відлік значень SPEED / RPM, TIME, DST і CAL.

Режим RECOVERY

Функція доступна, коли комп'ютерах, які виміряють пульс.

Значення TIME відобразить „0:60” і почне зворотний відлік до 0: -протягом цього часу тримайте руки на датчиках імпульсу. Після закінчення вимірювання комп'ютер відобразить значення від F1 до F6 (оцінка ефективності користувача) залежно від результату вимірювання. Таблиця результатів показана нижче.

Натисніть RECOVERY, щоб повернутися до початкового екрана.

F1	Чудовий
F2	Дуже добрий
F3	Добрий
F4	Середній
F5	Нижче середнього
F6	Поганий

5. Усунення несправностей

Якщо дисплей погано відображає функції, замініть батареї. Якщо під час тренування немає сигналу, перевірте, чи кабель підключений належним чином.

Примітка

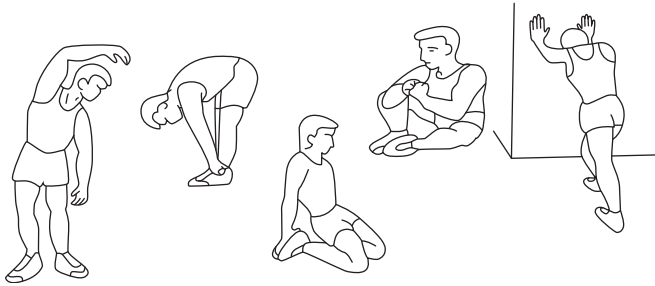
1. Після зупинки тренування протягом 4 хвилин головний екран буде вимкнено.
2. Якщо комп'ютер відображає дані неправильно, знову вставте акумулятори та увімкніть комп'ютер.



Регулярне використання обладнання принесе користь вашому здоров'ю. Це поліпшить фізичний стан та самопочуття, та зміцнить м'язи. У поєднанні з правильним харчуванням це може сприяти схудненню.

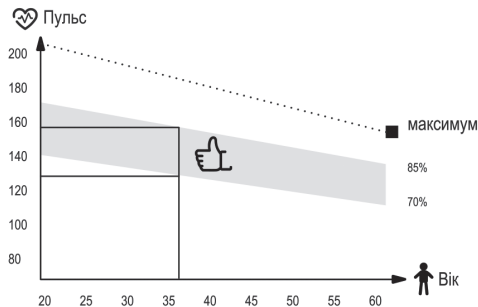
1. Розминка

Ця частина тренування сприяє поліпшенню кровообігу у всьому тілі та підготувати м'язи до посиленої активності. Це також знижує ризик розтягу або розриву м'язів. Бажано зробити кілька вправ на розтяжку, як показано нижче. Кожна вправа повинна тривати близько 30 секунд. Не напружуйте м'язи! Якщо ви відчуваєте біль, припиніть вправу або зменшіть амплітуду руху.



2. Фаза вправ

Це власне та частина тренування, в якій ви використовуєте пристрій. Ви повинні тренуватися у власному, досить стійкому темпі, щоб досягти частоти серцевих скорочень, відповідних вашому віку (див. таблицю нижче). Ця частина повинна тривати мінімум 12 хвилин.



3. Фаза релаксації

Ця частина має на меті розслабити м'язи і відновити всі функції організму, такі як артеріальний тиск, дихання, серцебиття, повернутися до стану, що був перед навантаженням. Це повтор розминки зі сповільненим темпом вправ. Ця частина повинна бути найкоротшою серед всіх частин і тривати близько 5 хвилин. Важливо пам'ятати, не перенапружувати м'язи. Заключну частину не слід пропускати.



1. Регулярно перевіряйте пристрій. Це слід робити щонайменше кожні 20 годин роботи обладнання.
2. Технічне обслуговування повинно включати контроль за:
 - рухомими частинами пристрою, тобто перевірка їх належного змащення. Якщо є не змащені ділянки, змастіть їх. Рекомендується використовувати спеціальні мастила для підшипників велосипедів або для фітнес-обладнання.
 - всі запчастини обладнання, такі як затягуючі гвинти та гайки,
 - шнури живлення (якщо вони є в пристрої) на будь-які пошкодження.
3. Для очищення обладнання використовуйте м'яку тканину, трохи змочену водою або водою з милом. Не використовуйте сильні речовини чи агресивні чистячі засоби, які можуть пошкодити обладнання. Особливо обережно слід поводитися із пластиковими компонентами.
4. Після кожного використання очищуйте пристрій від часток поту чи бруду.

UA Вирішення проблем



Проблема	Можливе рішення
Комп'ютер не відображає дані.	Перевірте підключення комп'ютера і переконайтеся, що кабелі підключені правильно та що вони не пошкоджені.
Пристрій видає тривожні звуки під час використання.	Перевірте, чи всі частини пристрою встановлені правильно. Затягніть гвинти.
Комп'ютер не показує пульс або відображає не правильне значення.	<ol style="list-style-type: none">1. Переконайтеся, що кабелі датчиків і комп'ютера з'єднані правильно.2. Щоб забезпечити належне читання пульсу, тримайте обидві руки на датчиках. Пам'ятайте, що вимірювання частоти серцевих скорочень може мати похибку.
Обладнання у нестійкому положенні.	Поверніть край заднього стабілізатора, щоб вирівняти положення.



Умови гарантії

1. Продавець від імені виробника надає гарантію на придбаний товар протягом 24 місяців з дати продажу.
2. Рекламачії можуть подаватися:
 - Через форму на веб-сайті: <https://hop-sport.com.ua/>
 - Після подання заяви буде призначений індивідуальний номер рекламачії.
 - по телефону за номером **0987102233, 0997102233**.
3. Після подання рекламачії працівник сервісу зв'яжеться з клієнтом та проінструктує про подальші дії. При необхідності ви можете зв'язатися із сервісом за телефоном: **0987102233, 0997102233**.
4. Якщо обладнання потребує ремонту в сервісному центрі, воно буде забране за рахунок продавця. Для цього слід повністю скласти пристрій в заводську упаковку разом з аксесуарами та даними, що дозволяють ідентифікувати заявника (номер замовлення, особисті дані і контакти).
5. Дефекти або пошкодження обладнання, виявлені протягом гарантійного періоду, будуть усунені безкоштовно протягом 14 робочих днів з дати доставки обладнання до сервісу. Якщо вам потрібно привезти деталі з-за кордону, термін ремонту може бути продовжений.
6. У гарантійному порядку застосовуються положення Цивільного кодексу, згідно законодавства країни, що продає товар.
7. Гарантія не поширюється на витратні матеріали, такі як кабелі, ремені, гумові компоненти, паски, ручки з піни, педалі тощо.
8. Гарантія не поширюється на пошкодження, заподіяні в результаті неналежного використання обладнання, що суперечить принципам, викладеним у даній інструкції.
9. Гарантія діє в Німеччині, Чехії, Польщі, Словаччині, Великій Британії, Франції та Україні.

Гарантійне та післягарантійне обслуговування

Всі гарантійні та післягарантійні послуги надає дистриб'ютор.

МТС +38 098 710 22 33
Київстар +38 099 710 22 33
info@hop-sport.com.ua

Ця гарантія на проданий товар не виключає, не обмежує та не заперечує повноваження покупця щодо невідповідності товару з умовами договору.

UA Охорона навколишнього середовища



Цей виріб поставляється в упаковці, для захисту від можливих пошкоджень під час транспортування. Упаковка є необробленою сировиною і може бути перероблена. Позбудьтеся цих матеріалів відповідно до їх типу.



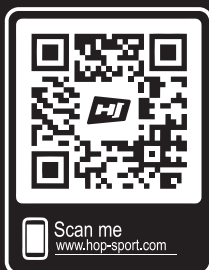
Для захисту навколишнього середовища вносьте використані батареї до спеціального пункту для переробки. Не викидайте використані батареї в урни для сміття. Таким чином ви зробите свій внесок у захист навколишнього середовища.



Використані електричні пристрої (зокрема комп'ютер) - це матеріали, що підлягають вторинній переробці - їх не слід утилізувати з побутовими відходами, оскільки вони можуть містити речовини, небезпечні для здоров'я людини та навколишнього середовища! Будь ласка, активно допомагайте в економічному управлінні природними ресурсами та охороні навколишнього середовища, передаючи використаний пристрій до пункту прийому вторинних матеріалів – використаних електричних пристроїв.

HJ HOP-SPORT®

**STAY
ACTIVE**



Hergestellt in China

DISTRIBUTION:



Hegen Deutschland GmbH
Papenreye 53
22453 Hamburg



Hegen Česko s.r.o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov



Hegen Polska Sp. z o.o.
Plac Konstytucji 3 Maja 2B
32-300 Olkusz