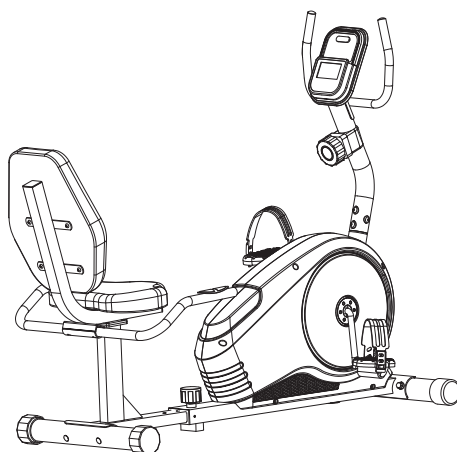


# **HJ HOP-SPORT**

## **HS-040L ROOT**



**CZ** Tréninkový recumbent

**DE** Liegeheimtrainer

**EN** Recumbent Bike

**ES** Bicicleta reclinada

**FR** Vélo d'appartement semi-allongé

**HU** Fekvő szobakerékpár

**IT** Cyclette reclinata

**NL** Ligfiets hometrainer




**PL** Rower treningowy leżący

**RO** Bicicletă orizontală

**SK** Tréningový recumbent

**UA** Горизонтальний



<b>CZ</b>	UPOZORNĚNÍ . . . . .	1
<b>DE</b>	WARNUNGEN . . . . .	2
<b>EN</b>	WARNINGS . . . . .	3
<b>ES</b>	ADVERTENCIAS . . . . .	4
<b>FR</b>	AVERTISSEMENTS . . . . .	5
<b>HU</b>	FIGYELMEZTETÉSEK . . . . .	6
<b>IT</b>	AVVERTENZE . . . . .	7
<b>NL</b>	WAARSCHUWINGEN . . . . .	8
<b>PL</b>	OSTRZEŻENIA . . . . .	9
<b>RO</b>	AVERTISMENTE . . . . .	10
<b>SK</b>	UPOZORNENIE . . . . .	11
<b>UA</b>	ЗАСТЕРЕЖЕННЯ . . . . .	12
	ROZLOŽENÝ POHLED / EXPLOSIONSZEICHNUNG / EXPLODED VIEW / VISTA EXPLOSIONADA / SCHÉMA DÉMONTÉ / ROBBANTOTT NÉZET / VISTA ESPLOSA / EXPLOSIEAANZICHT / WIDOK ROZSTRZELONY / VEDERE EXPLODATĂ / ROZLOŽENÝ POHLAD / РОЗКЛАДЕНИЙ СТАН . . . . .	13
	SEZNAM DÍLŮ / STÜCKLISTE / PARTS LIST / LISTA DE PIEZAS / LISTE DE PIÈCES / ALKATRÉSZLISTA / ELENCO DELLE PARTI / ONDERDELENLIJST / LISTA CZĘŚCI / LISTA DE PIESE / ZOZNAM DIELOV / СПИСОК ДЕТАЛЕЙ . . . . .	14
	MONTÁŽ / MONTAGE / ASSEMBLY / MONTAJE / INSTALLATION / ÖSSZESZERELÉS / MONTAGGIO / MONTAGE / MONTAŽ / ASAMBLARE / МОНТАЖ / УСТАНОВКА . . . . .	26
<b>CZ</b>	NÁVOD K POUŽITÍ . . . . .	33
<b>DE</b>	BEDIENUNGSANLEITUNG . . . . .	39
<b>EN</b>	INSTRUCTION . . . . .	45
<b>ES</b>	MANUAL DE INSTRUCCIONES . . . . .	51
<b>FR</b>	INSTRUCTIONS D'UTILISATION . . . . .	57
<b>HU</b>	IHASZNÁLATI ÚTMUTATÓ . . . . .	63
<b>IT</b>	MANUALE DI ISTRUZIONI . . . . .	69
<b>NL</b>	GEbruIKSAANWIJZING . . . . .	75
<b>PL</b>	INSTRUKCJA OBSŁUGI . . . . .	81
<b>RO</b>	MANUAL DE UTILIZARE . . . . .	87
<b>SK</b>	NÁVOD NA POUŽITIE . . . . .	93
<b>UA</b>	ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ . . . . .	99





## PŘED POUŽITÍM ZAŘÍZENÍ SI PEČLIVĚ PŘEČTĚTE NÁVOD A USCHOVEJTE JEJ PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.

1. Plně bezpečnosti a účinnosti používání lze dosáhnout dodržением pokynů pro montáž a používání zařízení. Nezapomeňte prosím informovat všechny potenciální uživatele zařízení o omezeních a preventivních opatřeních. Neneseme žádnou odpovědnost za jakákoli zranění způsobená nesprávným používáním našeho zařízení.
2. Zařízení musí být používáno pouze v souladu s určeným účelem.
3. Naše výrobky jsou určeny pro dospělé uživatele a jsou určeny pouze pro domácí použití. Nenechávejte zařízení bez dozoru, pokud jsou v blízkosti dětí. Nezeletilé děti by měly zařízení používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Přístroj by měl být skladován na suchém a teplém místě mimo přímého slunečního záření.
4. Zařízení by mělo být skladováno na suchém a teplém místě mimo dosah přímého slunečního záření. Zařízení není vhodné pro rehabilitační účely.
5. Zabráňte kontaktu elektrických zařízení s vodou, protože by mohlo dojít k jejich poškození nebo zkratu. Zařízení umístěte na rovný, stabilní a čistý povrch.
6. Naše zařízení není vhodné pro rehabilitační účely.
7. Zařízení by měla používat pouze jedna osoba současně.
8. Umístěte zařízení na vodorovný a rovný povrch. Ujistěte se, že zvolené místo je stabilní, čisté a bez jiných předmětů.
9. Pro ochranu podlahy se doporučuje použít pod zařízení koberec, rohož nebo jinou podložku.
10. Do místa montáže podložte pod zařízení vhodný podklad (např. gumovou rohož, dřevěný podklad atd.), abyste předešli znečištění.
11. Před tréninkem zkontrolujte, zda je zařízení kompletní a zda jsou všechny díly na správném místě.
12. Pokud máte jakékoli zdravotní potíže nebo chronická onemocnění, nebo pokud používáte tento typ zařízení poprvé, doporučujeme konzultaci s lékařem nebo specialistou. Nesprávný nebo nadměrný trénink může poškodit vaše zdraví.
13. Před použitím zařízení se rozcvičte.
14. Pokud během používání zařízení zaznamenáte bolest, nepravidelný srdeční tep, dušnost, závratě nebo nevolnost, okamžitě trénink přerušte. Před dalším používáním zařízení vyhledejte lékařskou pomoc.
15. Při používání zařízení nenoste dlouhé, volné oblečení, protože by se mohlo zachytit do pohyblivých prvků zařízení.
16. Nezapomeňte upevnit popruhy na pedálech.
17. Zařízení používejte pouze tehdy, pokud je plně funkční. Pokud během používání zjistíte vadné komponenty nebo uslyšíte ze zařízení rušivé zvuky, přestaňte cvičit. Zařízení nepoužívejte, dokud nebude problém vyřešen.
18. Neprovádějte na zařízení žádné úpravy ani modifikace kromě těch, které jsou popsány v tomto návodu. V případě jakýchkoli problémů kontaktujte poskytovatele servisu (kontaktní údaje jsou uvedeny níže).
19. Minimální prostor potřebný pro bezpečné používání zařízení je minimálně dva metry.
20. Maximální povolená hmotnost uživatele je 100 kg.
21. Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou EN ISO 20957-10:2018-03.



**VOR DER VERWENDUNG DES GERÄTS LESEN SIE DIE ANLEITUNG SORGFÄLTIG DURCH UND BEWAHREN SIE DIESE FÜR DEN ZUKÜNFTIGEN GEBRAUCH AUF.**

1. Die volle Sicherheit und Wirksamkeit des Gebrauchs kann nur durch die Einhaltung der Montage- und Gebrauchsanweisung des Geräts erreicht werden. Bitte denken Sie daran, alle potenziellen Benutzer des Geräts über Einschränkungen und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren. Wir übernehmen keine Haftung für Verletzungen jeglicher Art, die durch unsachgemäßen Gebrauch unseres Geräts entstehen.
2. Das Gerät darf nur entsprechend seiner bestimmungsgemäßen Verwendung verwendet werden.
3. Unsere Produkte sind für erwachsene Benutzer konzipiert und nur für den Heimgebrauch bestimmt. Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, wenn sich Kinder in der Nähe befinden. Minderjährige sollten das Gerät nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen.
4. Das Gerät sollte an einem trockenen und warmen Ort, geschützt vor direkter Sonneneinstrahlung, gelagert werden.
5. Vermeiden Sie den Kontakt von elektrischen Geräten mit Wasser, da dies zu Schäden oder Kurzschlüssen führen kann.
6. Unsere Geräte sind nicht für Rehabilitationszwecke geeignet.
7. Das Gerät darf jeweils nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
8. Stellen Sie Ihr Gerät auf eine horizontale und ebene Fläche. Stellen Sie sicher, dass der von Ihnen gewählte Standort stabil, sauber und frei von anderen Gegenständen ist.
9. Es wird empfohlen, einen Teppich, eine Matte oder eine andere Unterlage unter dem Gerät zu verwenden, um den Boden zu schützen.
10. Legen Sie im Montagebereich eine geeignete Unterlage (z. B. Gummimatte, Holzunterlage usw.) unter das Gerät, um Verschmutzungen zu vermeiden.
11. Überprüfen Sie vor dem Training, ob das Gerät vollständig ist und sich alle Teile an den richtigen Stellen befinden.
12. Wenn Sie an einer Krankheit oder chronischen Erkrankung leiden oder diese Art von Geräten zum ersten Mal verwenden, empfehlen wir Ihnen, einen Arzt oder Spezialisten zu konsultieren. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit schädigen.
13. Wärmen Sie sich vor der Benutzung des Geräts auf.
14. Wenn Sie während der Benutzung des Geräts Schmerzen, einen unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab. Suchen Sie einen Arzt auf, bevor Sie das Gerät weiter verwenden.
15. Vermeiden Sie es, während der Benutzung des Geräts lange, weite Kleidung zu tragen, da diese sich in den beweglichen Elementen des Geräts verfangen kann.
16. Denken Sie daran, die Riemen an den Pedalen zu befestigen.
17. Verwenden Sie das Gerät nur, wenn es einwandfrei funktioniert. Wenn Sie während des Gebrauchs defekte Komponenten feststellen oder störende Geräusche vom Gerät hören, beenden Sie das Training. Verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn das Problem behoben ist.
18. Nehmen Sie keine anderen als die in dieser Anleitung beschriebenen Einstellungen oder Modifikationen am Gerät vor. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an den Serviceanbieter (Kontaktinformationen finden Sie unten).
19. Der für die sichere Benutzung des Geräts erforderliche Mindestabstand beträgt nicht weniger als zwei Meter.
20. Das maximale zulässige Benutzergewicht beträgt 100 kg.
21. Das Gerät wurde in Übereinstimmung mit der Norm EN ISO 20957-10:2018-03 hergestellt.



## 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 100 kg.
21. The device was made in accordance with the EN ISO 20957-10:2018-03 standard.



**ANTES DE UTILIZAR EL EQUIPO, LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES Y CONSÉRVELAS PARA FUTURAS CONSULTAS.**

1. Se puede lograr una total seguridad y eficacia de uso siguiendo las instrucciones de montaje y uso del equipo. Por favor, recuerde informar a todos los usuarios potenciales del equipo sobre las restricciones y precauciones. No asumimos ninguna responsabilidad por lesiones de cualquier tipo causadas por el uso inadecuado de nuestro equipo.
2. El equipo debe utilizarse únicamente de acuerdo con el uso previsto.
3. Nuestros productos están diseñados para usuarios adultos y destinados exclusivamente al uso doméstico. No deje el equipo sin vigilancia si hay niños cerca. Los menores de edad solo deben utilizar el equipo bajo la supervisión de un adulto.
4. El dispositivo debe almacenarse en un lugar seco y cálido, protegido de la luz solar directa.
5. Evite el contacto de los dispositivos eléctricos con el agua, ya que puede causar daños o cortocircuitos.
6. Nuestro equipo no es adecuado para fines de rehabilitación.
7. El equipo debe ser utilizado por una sola persona a la vez.
8. Coloque su dispositivo sobre una superficie horizontal y uniforme. Asegúrese de que la ubicación elegida sea estable, limpia y esté libre de otros objetos.
9. Se recomienda utilizar una alfombra, esterilla u otra base debajo del dispositivo para proteger el suelo.
10. Coloque la base adecuada (por ejemplo, una esterilla de gama, una base de madera, etc.) debajo del dispositivo en la zona de montaje para evitar el desorden.
11. Antes de entrenar, compruebe que el equipo esté completo y que todas las piezas estén en los lugares correctos.
12. Si padece alguna afección médica o enfermedad crónica, o si es la primera vez que utiliza este tipo de equipo, le recomendamos consultar con un médico o especialista. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede perjudicar su salud.
13. Realice un calentamiento antes de utilizar el dispositivo.
14. Si experimenta dolor, latidos cardíacos irregulares, dificultad para respirar, mareos o náuseas mientras utiliza el dispositivo, detenga el entrenamiento de inmediato. Busque asesoramiento médico antes de seguir utilizando el dispositivo.
15. Evite usar ropa larga y holgada mientras utiliza el dispositivo, ya que puede quedar atrapada en los elementos móviles del equipo.
16. Recuerde abrochar las correas de los pedales.
17. Utilice el dispositivo únicamente cuando funcione correctamente. Si encuentra componentes defectuosos o escucha un sonido perturbador del dispositivo durante su uso, interrumpa el ejercicio. No utilice el dispositivo hasta que se haya resuelto el problema.
18. No realice ningún ajuste o modificación en el dispositivo que no sean los descritos en estas instrucciones. En caso de cualquier problema, póngase en contacto con el proveedor de servicios (los datos de contacto se facilitan a continuación).
19. El espacio mínimo requerido para el uso seguro del dispositivo no es inferior a dos metros.
20. El peso máximo permitido del usuario es de 100 kg.
21. El dispositivo ha sido fabricado de acuerdo con la norma EN ISO 20957-10:2018-03.



## AVANT D'UTILISER L'ÉQUIPEMENT, LISEZ ATTENTIVEMENT LES INSTRUCTIONS ET CONSERVEZ-LES POUR UNE UTILISATION ULTÉRIEURE.

1. Une sécurité et une efficacité d'utilisation totales ne peuvent être atteintes qu'en respectant les instructions d'assemblage et d'utilisation de l'équipement. N'oubliez pas d'informer tous les utilisateurs potentiels de l'équipement des restrictions et des précautions à prendre. Nous déclinons toute responsabilité pour les blessures de quelque nature que ce soit causées par une utilisation inappropriée de notre équipement.
2. L'équipement doit être utilisé uniquement conformément à l'usage prévu.
3. Nos produits sont conçus pour des utilisateurs adultes et sont destinés à un usage domestique uniquement. Ne laissez pas l'équipement sans surveillance si des enfants se trouvent à proximité. Les mineurs ne doivent utiliser l'équipement que 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 tout contact des appareils électriques avec l'eau, car cela pourrait provoquer des dommages ou un court-circuit.
6. Notre équipement n'est pas adapté à des fins de rééducation.
7. L'équipement ne doit être utilisé que par une seule personne à la fois.
8. Placez votre appareil sur une surface horizontale et plane. Assurez-vous que l'emplacement choisi est stable, propre et exempt d'autres objets.
9. Il est recommandé d'utiliser un tapis, une nappe ou un autre revêtement sous l'appareil pour protéger le sol.
10. Placez une base appropriée (par exemple, un tapis en caoutchouc, une base en bois, etc.) sous l'appareil dans la zone d'assemblage pour éviter le désordre.
11. Avant l'entraînement, vérifiez que l'équipement est complet et que toutes les pièces sont à la bonne place.
12. Si vous souffrez de problèmes de santé ou de maladies chroniques, ou si vous utilisez ce type d'équipement pour la première fois, nous vous recommandons de consulter un médecin ou un spécialiste. Un entraînement incorrect ou excessif peut nuire à votre santé.
13. Échauffez-vous avant d'utiliser l'appareil.
14. Si vous ressentez de la douleur, un rythme cardiaque irrégulier, un essoufflement, des vertiges ou des nausées lors de l'utilisation de l'appareil, arrêtez immédiatement l'entraînement. Demandez un avis médical avant de continuer à utiliser l'appareil.
15. Évitez de porter des vêtements longs et amples lors de l'utilisation de l'appareil, car ils pourraient se prendre dans les éléments mobiles de l'équipement.
16. N'oubliez pas de fixer les sangles sur les pédales.
17. N'utilisez l'appareil que s'il fonctionne correctement. Si vous constatez des composants défectueux ou si vous entendez un bruit anormal provenant de l'appareil pendant l'utilisation, arrêtez l'exercice. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'est pas résolu.
18. N'apportez aucun réglage ou modification à l'appareil en dehors de ceux décrits dans ces instructions. En cas de problème, veuillez contacter le prestataire de services (les coordonnées sont fournies ci-dessous).
19. L'espace minimum requis pour une utilisation sûre de l'appareil n'est pas inférieur à deux mètres.
20. Le poids maximum autorisé de l'utilisateur est de 100 kg.
21. L'appareil a été fabriqué conformément à la norme EN ISO 20957-10:2018-03.



## A BERENDEZÉS HASZNÁLATA ELŐTT FIGYELMESEN OLVASSA EL AZ ÚTMUTATÓT, ÉS ŐRIZZE MEG A KÉSŐBBI HASZNÁLATRA.

1. A biztonságos és hatékony használat kizárólag a berendezés összeszerelési és használati útmutatójának betartásával érhető el. Kérjük, ne felejtse el tájékoztatni a berendezés összes potenciális felhasználóját a korlátozásokról és az óvintézkedésekről. Nem vállalunk felelősséget a berendezésünk szakszerűtlen használatából eredő bármilyen sérülésért.
2. A berendezést kizárólag a rendeltetésének megfelelően szabad használni.
3. Termékeinket felnőttek számára terveztük, és kizárólag otthoni használatra szolgálnak. Ne hagyja a berendezést felügyelet nélkül, ha gyermekek vannak a közelben. Kiskorú gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják a berendezést.
4. A készüléket száraz és meleg helyen, közvetlen napfénytől védve kell tárolni.
5. Kerülje az elektromos készülékek vízzel való érintkezését, mivel ez károsodást vagy rövidzárlatot okozhat.
6. Berendezésünk nem alkalmas rehabilitációs célokra.
7. A berendezést egyszerre csak egy személy használhatja.
8. Helyezze a készüléket vízszintes és egyenes felületre. Győződjön meg arról, hogy a kiválasztott hely stabil, tiszta és mentes más tárgyaktól.
9. A padló védelme érdekében javasolt szőnyeget, matracot vagy egyéb alátétet használni a készülék alatt.
10. A szennyeződések elkerülése érdekében helyezzen megfelelő alapot (pl. gumiszőnyeget, fa alapot stb.) a készülék alá az összeszerelési területen.
11. Az edzés megkezdése előtt ellenőrizze, hogy a berendezés hiánytalan-e, és minden alkatrész a megfelelő helyen van-e.
12. Ha bármilyen egészségügyi problémája vagy krónikus betegsége van, vagy ha először használ ilyen típusú berendezést, javasoljuk, hogy konzultáljon orvossal vagy szakorvossal. A helytelen vagy túlzott edzés károsíthatja az egészségét.
13. A készülék használata előtt melegítsen be.
14. Ha a készülék használata közben fájdalmat, szabálytalan szívverést, légszomjat, szédülést vagy émelygést tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést. A készülék további használata előtt forduljon orvoshoz.
15. Kerülje a hosszú, laza ruházat viselését a készülék használata közben, mivel az beakadhat a berendezés mozgó alkatrészeibe.
16. Ne felejtse el rögzíteni a pedálok szíjait.
17. Csak akkor használja a készüléket, ha az megfelelően működik. Ha hibás alkatrészeket észlel, vagy zavaró hangot hall a készülékből használat közben, fejezze be a gyakorlást. Ne használja a készüléket a probléma megoldásáig.
18. Ne végezzen a készüléken a jelen útmutatóban leírtakon kívül semmilyen beállítást vagy módosítást. Bármilyen probléma esetén forduljon a szolgáltatóhoz (az elérhetőségek alább találhatók).
19. A készülék biztonságos használatához szükséges minimális hely legalább két méter.
20. A megengedett maximális felhasználói súly 100 kg.
21. A készülék az EN ISO 20957-10:2018-03 szabványnak megfelelően készült.



## **PRIMA DI UTILIZZARE L'APPARECCHIATURA, LEGGERE ATTENTAMENTE LE ISTRUZIONI E CONSERVARLE PER CONSULTAZIONI FUTURE.**

1. La piena sicurezza ed efficacia d'uso possono essere raggiunte solo seguendo le istruzioni per il montaggio e l'uso dell'apparecchiatura. Si prega di ricordare di informare tutti i potenziali utenti dell'apparecchiatura circa le restrizioni e le precauzioni. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per lesioni di qualsiasi natura causate da un uso improprio della nostra apparecchiatura.
2. L'apparecchiatura deve essere utilizzata esclusivamente in conformità alla destinazione d'uso.
3. I nostri prodotti sono progettati per utenti adulti e sono destinati esclusivamente all'uso domestico. Non lasciare l'apparecchiatura incustodita in presenza di bambini nelle vicinanze. I minori devono utilizzare l'apparecchiatura solo sotto la supervisione di un... adulto.
4. Il dispositivo deve essere conservato in un luogo asciutto e caldo, lontano dalla luce solare diretta.
5. Evitare il contatto dei dispositivi elettrici con l'acqua, poiché ciò potrebbe causare danni o cortocircuiti.
6. La nostra apparecchiatura non è adatta a scopi riabilitativi.
7. L'apparecchiatura deve essere utilizzata da una sola persona alla volta.
8. Posizionare il dispositivo su una superficie orizzontale e piana. Assicurarsi che la posizione scelta sia stabile, pulita e libera da altri oggetti.
9. Si raccomanda di utilizzare un tappeto, un tappetino o un altro supporto sotto il dispositivo per proteggere il pavimento.
10. Posizionare una base adeguata (ad es. tappetino in gomma, base in legno, ecc.) sotto il dispositivo nella zona di montaggio per evitare di sporcare.
11. Prima dell'allenamento, verificare che l'apparecchiatura sia completa e che tutte le parti siano al posto giusto.
12. In caso di patologie mediche o malattie croniche, o se si utilizza questo tipo di apparecchiatura per la prima volta, si consiglia di consultare un medico o uno specialista. Un allenamento errato o eccessivo può nuocere alla salute.
13. Effettuare un riscaldamento prima di utilizzare il dispositivo.
14. Se si avvertono dolori, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, vertigini o nausea durante l'uso del dispositivo, interrompere immediatamente l'allenamento. Consultare un medico prima di continuare a utilizzare il dispositivo.
15. Evitare di indossare abiti lunghi e larghi durante l'uso del dispositivo, poiché potrebbero impigliarsi negli elementi in movimento dell'apparecchiatura.
16. Ricordarsi di allacciare le cinghie sui pedali.
17. Utilizzare il dispositivo solo quando è perfettamente funzionante. Se si riscontrano componenti difettosi o si avvertono rumori anomali provenienti dal dispositivo durante l'uso, interrompere l'esercizio. Non utilizzare il dispositivo finché il problema non sarà stato risolto.
18. Non effettuare regolazioni o modifiche al dispositivo diverse da quelle descritte in queste istruzioni. In caso di problemi, contattare il fornitore del servizio (i dati di contatto sono riportati di seguito).
19. Lo spazio minimo richiesto per un uso sicuro del dispositivo non è inferiore a due metri.
20. Il peso massimo consentito per l'utente è di 100 kg.
21. Il dispositivo è stato realizzato in conformità alla norma EN ISO 20957-10:2018-03.



**VOORDAT U DE APPARATUUR GEBRUIKT, DIENT U DE INSTRUCTIES ZORGVULDIG TE LEZEN EN TE BEWAREN VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.**

1. Volledige veiligheid en effectiviteit van het gebruik kan alleen worden bereikt door de instructies voor montage en gebruik van de apparatuur op te volgen. Zorg ervoor dat u alle potentiële gebruikers van de apparatuur op de hoogte stelt van beperkingen en voorzorgsmaatregelen. Wij aanvaarden geen enkele aansprakelijkheid voor enig letsel veroorzaakt door onjuist gebruik van onze apparatuur.
2. De apparatuur mag alleen worden gebruikt in overeenstemming met het beoogde gebruik.
3. Onze producten zijn ontworpen voor volwassen gebruikers en zijn uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik. Laat de apparatuur niet onbeheerd achter als er kinderen in de buurt zijn. Minderjarige kinderen mogen de apparatuur alleen gebruiken onder toezicht van een volwassene.
4. Het apparaat moet op een droge en warme plaats worden bewaard, uit de buurt van direct zonlicht.
5. Vermijd contact van elektrische apparaten met water, aangezien dit schade of kortsluiting kan veroorzaken.
6. Onze apparatuur is niet geschikt voor revalidatiedoeleinden.
7. De apparatuur mag door slechts één persoon tegelijk worden gebruikt.
8. Plaats uw apparaat op een horizontaal en egaal oppervlak. Zorg ervoor dat de gekozen locatie stabiel, schoon en vrij van andere voorwerpen is.
9. Het wordt aanbevolen om een tapijt, mat of andere onderlegger onder het apparaat te gebruiken om de vloer te beschermen.
10. Plaats een geschikte ondergrond (bijv. rubberen mat, houten ondergrond enz.) onder het apparaat in de montagekamer om rommel te voorkomen.
11. Controleer voor de training of de apparatuur compleet is en of alle onderdelen zich op de juiste plaats bevinden.
12. Als u een medische aandoening of chronische ziekte heeft, of als u dit type apparatuur voor het eerst gebruikt, raden wij u aan een arts of specialist te raadplegen. Een onjuiste of overmatige training kan uw gezondheid schaden.
13. Doe een warming-up voordat u het apparaat gebruikt.
14. Als u tijdens het gebruik van het apparaat pijn, een onregelmatige hartslag, kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid ervaart, stop dan onmiddellijk met de training. Raadpleeg een arts voordat u het apparaat weer gebruikt.
15. Vermijd het dragen van lange, loszittende kleding tijdens het gebruik van het apparaat, omdat deze vast kan komen te zitten in de bewegende delen van de apparatuur.
16. Denk eraan om de riemen op de pedalen vast te maken.
17. Gebruik het apparaat alleen als het goed functioneert. Als u tijdens het gebruik defecte onderdelen constateert of een storend geluid uit het apparaat hoort, stop dan met trainen. Gebruik het apparaat niet totdat het probleem is opgelost.
18. Breng geen andere aanpassingen of modificaties aan het apparaat aan dan beschreven in deze instructies. Neem bij eventuele problemen contact op met de serviceprovider (contactgegevens staan hieronder vermeld).
19. De minimale ruimte die vereist is voor een veilig gebruik van het apparaat is niet minder dan twee meter.
20. Het maximaal toelaatbare gebruikersgewicht is 100 kg.
21. Het apparaat is vervaardigd in overeenstemming met de norm EN ISO 20957-10:2018-03.



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

1. Pełne bezpieczeństwo i efektywność użytkowania można osiągnąć, przestrzegając instrukcji montażu i obsługi urządzenia. Należy pamiętać o poinformowaniu wszystkich potencjalnych użytkowników urządzenia o ograniczeniach i środkach ostrożności. Nie ponosimy żadnej odpowiedzialności za wszelkiego rodzaju urazy spowodowane niewłaściwym użytkowaniem naszego sprzętu.
2. Urządzenie musi być używane wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.
3. Nasze produkty są przeznaczone dla dorosłych użytkowników i służą wyłącznie do użytku domowego. Nie należy pozostawiać urządzenia bez nadzoru, jeśli w pobliżu znajdują się dzieci. Osoby niepełnoletnie powinny korzystać z urządzenia wyłącznie pod nadzorem dorosłych.
4. Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu, z dala od bezpośredniego światła słonecznego.
5. Należy unikać kontaktu urządzeń elektrycznych z wodą, ponieważ może to spowodować uszkodzenie lub zwarcie.
6. Nasz sprzęt nie jest odpowiedni do celów rehabilitacyjnych.
7. Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba jednocześnie.
8. Umieść urządzenie na poziomej i równej powierzchni. Upewnij się, że wybrane miejsce jest stabilne, czyste i wolne od innych przedmiotów.
9. Zaleca się stosowanie dywanu, maty lub innej podkładki pod urządzeniem w celu ochrony podłogi.
10. Umieść odpowiednią podstawę (np. matę gumową, drewnianą podstawę itp.) pod urządzeniem w miejscu montażu, aby uniknąć bałaganu.
11. Przed treningiem sprawdź, czy urządzenie jest kompletne i czy wszystkie części znajdują się na właściwych miejscach.
12. Jeśli masz jakiegokolwiek dolegliwości medyczne lub przewlekłe choroby, lub jeśli używasz tego typu sprzętu po raz pierwszy, zalecamy konsultację z lekarzem lub specjalistą. Nieprawidłowy lub nadmierny trening może zaszkodzić Twojemu zdrowiu.
13. Przed użyciem urządzenia wykonaj rozgrzewkę.
14. Jeśli podczas korzystania z urządzenia poczujesz ból, nieregularne bicie serca, duszność, zawroty głowy lub nudności, natychmiast przerwij trening. Przed ponownym użyciem urządzenia skonsultuj się z lekarzem.
15. Unikaj noszenia długich, luźnych ubrań podczas korzystania z urządzenia, ponieważ mogą one zostać pochwycone przez ruchome elementy sprzętu.
16. Pamiętaj o zapięciu pasków na pedałach.
17. Używaj urządzenia tylko wtedy, gdy jest ono w pełni sprawne. Jeśli podczas użytkowania stwierdzisz uszkodzone elementy lub usłyszysz niepokojące dźwięki z urządzenia, przerwij ćwiczenia. Nie używaj urządzenia, dopóki problem nie zostanie rozwiązany.
18. Nie należy dokonywać żadnych regulacji ani modyfikacji urządzenia innych niż opisane w niniejszej instrukcji. W przypadku jakichkolwiek problemów prosimy o kontakt z dostawcą serwisu (dane kontaktowe podano poniżej).
19. Minimalna przestrzeń wymagana do bezpiecznego użytkowania urządzenia to nie mniej niż dwa metry.
20. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika wynosi 100 kg.
21. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą EN ISO 20957-10:2018-03.



## ÎNAINTE DE A UTILIZA ECHIPAMENTUL, CITIȚI CU ATENȚIE INSTRUCȚIUNILE ȘI PĂSTRAȚI-LE PENTRU UTILIZARE ULTERIOARĂ.

1. Siguranța și eficacitatea deplină a utilizării pot fi obținute prin respectarea instrucțiunilor de asamblare și utilizare a echipamentului. Vă rugăm să nu uitați să informați toți potențialii utilizatori ai echipamentului cu privire la restricții și măsuri de precauție. Nu ne asumăm nicio responsabilitate pentru vătămările de orice natură cauzate de utilizarea necorespunzătoare a echipamentului nostru.
2. Echipamentul trebuie utilizat numai în conformitate cu destinația sa de utilizare.
3. Produsele noastre sunt concepute pentru utilizatori adulți și sunt destinate exclusiv utilizării casnice. Nu lăsați echipamentul nesupravegheat dacă în apropiere se află copii. Copiii minori trebuie să utilizeze echipamentul numai sub supravegherea unui adult.
4. Dispozitivul trebuie depozitat într-un loc uscat și cald, ferit de lumina directă a soarelui.
5. Evitați contactul dispozitivelor electrice cu apa, deoarece acest lucru poate cauza deteriorări sau scurtcircuite.
6. Echipamentul nostru nu este adecvat pentru scopuri de recuperare medicală.
7. Echipamentul trebuie utilizat de o singură persoană în același timp.
8. Așezați dispozitivul pe o suprafață orizontală și plană. Asigurați-vă că locația pe care o alegeți este stabilă, curată și lipsită de alte obiecte.
9. Se recomandă utilizarea unui covor, a unui covoraș sau a altei protecții sub dispozitiv pentru a proteja podeaua.
10. Puneți o bază adecvată (de exemplu, covoraș de cauciuc, bază de lemn etc.) sub dispozitiv în zona de asamblare pentru a evita murdăria.
11. Înainte de antrenament, verificați dacă echipamentul este complet și dacă toate piesele sunt la locul lor.
12. Dacă aveți afecțiuni medicale sau boli cronice, sau dacă utilizați acest tip de echipament pentru prima dată, vă recomandăm să consultați un medic sau un specialist. Antrenamentul incorect sau excesiv vă poate afecta sănătatea.
13. Efectuați o încălzire înainte de a utiliza dispozitivul.
14. Dacă în timpul utilizării dispozitivului resimțiți durere, bătăi neregulate ale inimii, dificultăți de respirație, amețeli sau greață, opriți imediat antrenamentul. Solicitați sfatul medicului înainte de a continua să utilizați dispozitivul.
15. Evitați să purtați haine lungi și largi în timp ce utilizați dispozitivul, deoarece acestea se pot prinde în elementele mobile ale echipamentului.
16. Nu uitați să strângeți curelele de pe pedale.
17. Utilizați dispozitivul numai atunci când acesta funcționează corect. Dacă constatați componente defecte sau auziți un sunet deranjant de la dispozitiv în timpul utilizării, opriți exercițiile. Nu utilizați dispozitivul până când problema nu este rezolvată.
18. Nu efectuați nicio reglare sau modificare a dispozitivului în afara celor descrise în aceste instrucțiuni. În caz de probleme, vă rugăm să contactați furnizorul de servicii (datele de contact sunt furnizate mai jos).
19. Spațiul minim necesar pentru utilizarea în siguranță a dispozitivului este de cel puțin doi metri.
20. Greutatea maximă permisă a utilizatorului este de 100 kg.
21. Dispozitivul a fost fabricat în conformitate cu standardul EN ISO 20957-10:2018-03.



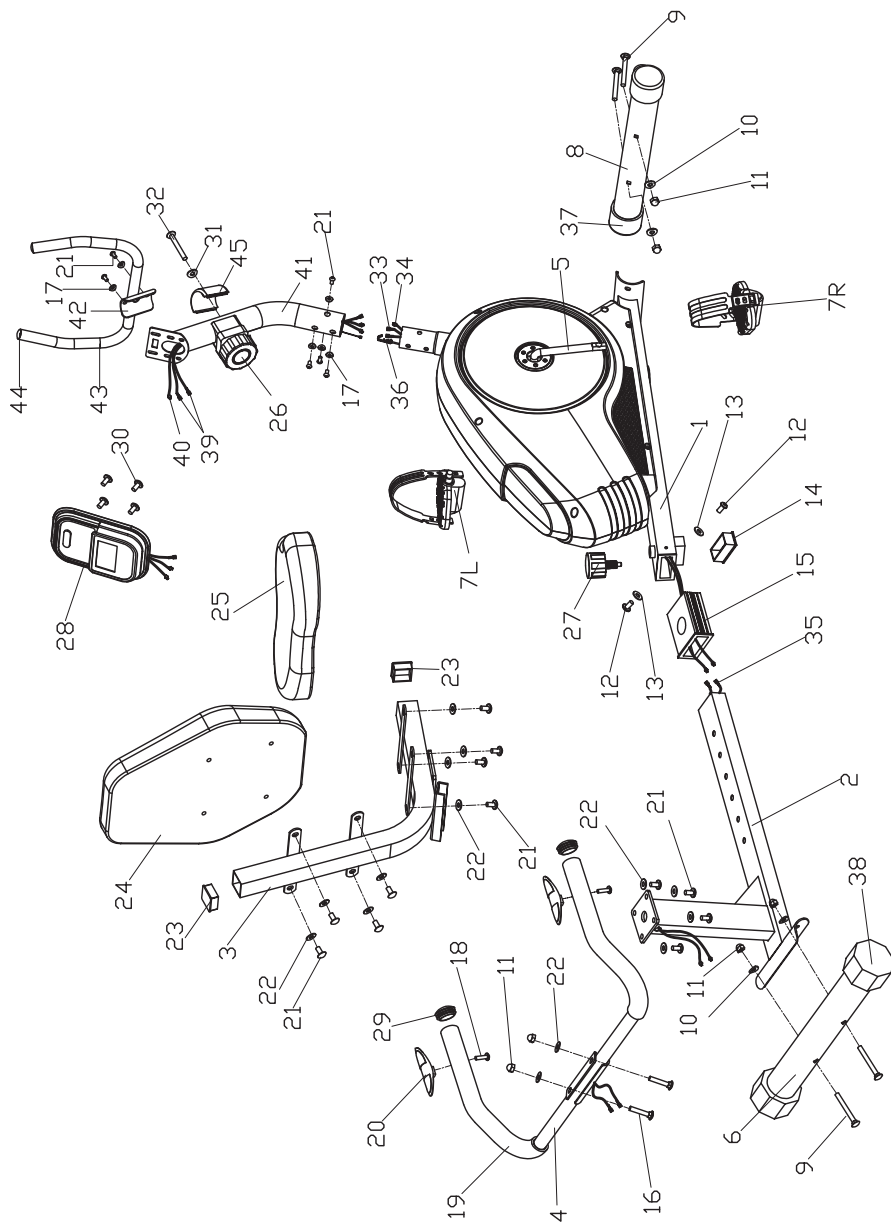
## PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE NÁVOD A USCHOVAJTE HO PRE BUDÚCE POUŽITIE.

1. Plnú bezpečnosť a účinnosť používania je možné dosiahnuť dodržaním pokynov na montáž a používanie zariadenia. Nezabudnite, prosím, informovať všetkých potenciálnych užívateľov zariadenia o obmedzeniach a preventívnych opatreniach. Nenesieme žiadnu zodpovednosť za akékoľvek zranenia spôsobené nesprávnym používaním nášho zariadenia.
2. Zariadenie sa musí používať iba v súlade s určeným účelom.
3. Naše výrobky sú určené pre dospelých užívateľov a sú určené len na domáce použitie. Nenechávajte zariadenie bez dozoru, ak sú v blízkosti deti. Nepinoleté deti by mali zariadenie používať iba pod dohľadom dospeljej osoby.
4. Zariadenie by sa malo skladovať na suchom a teplom mieste mimo dosahu priameho slnečného žiarenia.
5. Zabráňte kontaktu elektrických zariadení s vodou, pretože by to mohlo spôsobiť poškodenie alebo skrat.
6. Naše zariadenie nie je vhodné na rehabilitačné účely.
7. Zariadenie by mala používať iba jedna osoba súčasne.
8. Umiestnite zariadenie na vodorovný a rovný povrch. Uistite sa, že zvolené miesto je stabilné, čisté a bez iných predmetov.
9. Na ochranu podlahy sa odporúča použiť pod zariadenie koberec, rohož alebo inú podložku.
10. Do miesta montáže podložte pod zariadenie vhodný podklad (napr. gumovú rohož, drevený podklad atď.), aby ste predišli znečisteniu.
11. Pred tréningom skontrolujte, či je zariadenie kompletné a či sú všetky diely na správnom mieste.
12. Ak máte akékoľvek zdravotné problémy alebo chronické ochorenia, alebo ak používate tento typ zariadenia prvýkrát, odporúčame konzultáciu s lekárom alebo špecialistom. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže poškodiť vaše zdravie.
13. Pred použitím zariadenia sa rozcvičte.
14. Ak počas používania zariadenia zaznamenáte bolesť, nepravidelný srdcový tep, dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť, okamžite tréning prerušte. Pred ďalším používaním zariadenia vyhľadajte lekársku pomoc.
15. Pri používaní zariadenia nenoste dlhé, voľné oblečenie, pretože by sa mohlo zachytiť do pohyblivých prvkov zariadenia.
16. Nezabudnite upevniť popruhy na pedáloch.
17. Zariadenie používajte iba vtedy, ak je plne funkčné. Ak počas používania zistíte chybné komponenty alebo budete počuť zo zariadenia rušivé zvuky, presteňte cvičiť. Zariadenie nepoužívajte, kým nebude problém vyriešený.
18. Nevykonávajte na zariadení žiadne úpravy ani modifikácie okrem tých, ktoré sú popísané v tomto návode. V prípade akýchkoľvek problémov kontaktujte poskytovateľa servisu (kontaktné údaje sú uvedené nižšie).
19. Minimálny priestor potrebný na bezpečné používanie zariadenia je minimálne dva metre.
20. Maximálna povolená hmotnosť užívateľa je 100 kg.
21. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou EN ISO 20957-10:2018-03.



**ПЕРЕД ВИКОРИСТАННЯМ ОБЛАДНАННЯ УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ІНСТРУКЦІЮ ТА ЗБЕРЕЖІТЬ ЇЇ ДЛЯ ПОДАЛЬШОГО ВИКОРИСТАННЯ.**

1. Повної безпеки та ефективності використання можна досягти, дотримуючись інструкцій з монтажу та експлуатації обладнання. Будь ласка, не забудьте проінформувати всіх потенційних користувачів обладнання про обмеження та запобіжні заходи. Ми не несемо жодної відповідальності за будь-які травми, викликані неналежним використанням нашого обладнання.
2. Обладнання повинно використовуватися тільки відповідно до його призначення.
3. Наші продукти розроблені для дорослих користувачів і призначені тільки для домашнього використання. Не залишайте обладнання без нагляду, якщо поруч є діти. Неповнолітні діти повинні використовувати обладнання лише під наглядом дорослих.
4. Пристрій слід зберігати в сухому та теплом місці, подалі від прямих сонячних променів.
5. Уникайте контакту електричних пристроїв з водою, оскільки це може призвести до пошкодження або короткого замикання.
6. Наше обладнання не підходить для цілей реабілітації.
7. Обладнанням повинна користуватися лише одна людина одночасно.
8. Встановіть пристрій на горизонтальну та рівну поверхню. Переконайтеся, що обране місце стабільне, чисте та вільне від інших предметів.
9. Для захисту підлоги рекомендується використовувати під пристроєм килим, мат або іншу підкладку.
10. Покладіть відповідну основу (наприклад, гумовий мат, дерев'яну основу тощо) під пристрій у зоні монтажу, щоб уникнути безладу.
11. Перед тренуванням перевірте, чи обладнання є у повній комплектації та чи всі деталі знаходяться на своїх місцях.
12. Якщо у вас є якісь захворювання або хронічні хвороби, або якщо ви вперше використовуєте цей тип обладнання, ми рекомендуємо проконсультуватися з лікарем або фахівцем. Неправильне або надмірне тренування може зашкодити вашому здоров'ю.
13. Перед використанням пристрою зробіть розминку.
14. Якщо під час використання пристрою ви відчуваєте біль, нерегулярне серцебиття, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть тренування. Зверніться до лікаря, перш ніж продовжувати використання пристрою.
15. Уникайте носіння довгого, вільного одягу під час використання пристрою, оскільки він може зачепитися за рухомі елементи обладнання.
16. Не забудьте застебнути ремені на педалях.
17. Використовуйте пристрій лише тоді, коли він справний. Якщо під час використання ви виявили несправні компоненти або почули турбуючий звук від пристрою, припиніть вправи. Не використовуйте пристрій, поки проблему не було вирішено.
18. Не робіть жодних регулювань або модифікацій пристрою, крім тих, що описані в цій інструкції. У разі виникнення будь-яких проблем, будь ласка, зв'яжіться із сервісною службою (контактні дані наведені нижче).
19. Мінімальний простір, необхідний для безпечного використання пристрою, становить не менше двох метрів.
20. Максимально допустима вага користувача становить 100 kg.
21. Пристрій виготовлено відповідно до стандарту EN ISO 20957-10:2018-03.





Č.	Popis	Ks.
1	Přední rám	1
2	Zadní rám	1
3	Základna sedadla	1
4	Rukojeť	1
5	Klika	1
6	Zadní stabilizátor	1
7 (L/R)	Pedál (L-levý, R-pravý)	1/1
8	Přední stabilizátor	1
9	Zajišťovací šroub M8 × L74 × 120 × 8	4
10	Podložka Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Matice M8	6
16	Šroub M8 × L45 × 120 × 8	2
17	Podložka Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Pulzní snímače	2
21	Šroub M8x16	18
22	Podložka D8	14
24	Opěradlo	1
25	Sedádlo	1
26	Nastavení odporu	1
27	Otočný knoflík	1
28	Počítač	1
30	Šroub	2
33	Prodloužení snímače pulzu 1	2
34	Senzorový vodič	1
35	Prodloužení snímače pulzu 2	2
36	Kabel nastavení odporu	1
39	Prodloužení snímače pulzu 3	2
40	Prodloužení snímače	1
41	Sloupek říditek	1
42	Sloupek rukojeti	1



Teil-Nr.	Bezeichnung	Stk.
1	Vorderer Hauptrahmen	1
2	Hinterer Hauptrahmen	1
3	Sitzhalterung	1
4	Griff	1
5	Kurbel	1
6	Hinterer Stabilisator	1
7 (L/R)	Pedal (L-links, R-rechts)	1/1
8	Voderer Stabilisator	1
9	Schlossschraube M8 x L74 x 120 x 8	4
10	Gewölbte Unterlegscheibe Ø8.2 x 2 x Ø19 x R30	4
11	Nuss M8	6
16	Gewölbte Unterlegscheibe Ø8.5 x 1.5 x Ø16 x R25	2
17	Schraube ST4.2 x 18	6
20	Schraube M8 x 16	2
21	Unterlegscheibe D8	18
22	Quadratische Endkappe	14
24	Rückenlehne	1
25	Sitz	1
26	Widerstandseinstellung	1
27	Drehknopf	1
28	Computer	1
30	Stecker	2
33	Schraube	2
34	Pulssensorverlängerung 1	1
35	Sensorkabel	2
36	Pulssensorverlängerung 2	1
39	Kabel zur Widerstandseinstellung	2
40	Pulssensorverlängerung 3	1
41	Sensorverlängerung	1
42	Lenksäule	1



Nr	Description	Pcs.
1	Frontal frame	1
2	Rear frame	1
3	Saddle base	1
4	Handle	1
5	Crank	1
6	Rear stabilizer	1
7 (L/R)	Pedal (L-left, R-right)	1/1
8	Frontal stabilizer	1
9	Carriage bolt M8 × L74 × 120 × 8	4
10	Arc washer Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Nut M8	6
16	Carriage bolt M8 × L45 × 120 × 8	2
17	Arc washer Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Pulse sensor	2
21	Screw M8x16	18
22	Washer D8	14
24	Backrest	1
25	Saddle	1
26	Resistance adjustment	1
27	Knob	1
28	Computer	1
30	Screw	2
33	Pulse sensor extender 1	2
34	Sensor wire	1
35	Pulse sensor extender 2	2
36	Resistance adjustment wire	1
39	Pulse sensor extender 3	2
40	Sensor extender	1
41	Handlebar column	1
42	Handlebar handle	1



N.º	Descripción	Unid.
1	Estructura delantera	1
2	Estructura trasera	1
3	Base del asiento	1
4	Manillar	1
5	Biela	1
6	Estabilizador trasero	1
7 (L/R)	Pedal (L-izquierdo, R-derecho)	1/1
8	Estabilizador delantero	1
9	Perno de carruaje M8×L74×120×8	4
10	Arandela curva Ø8.2×2×Ø19×R30	4
11	Tuerca M8	6
16	Perno de carruaje M8×L45×120×8	2
17	Arandela curva Ø8.5×1.5×Ø16×R25	6
20	Sensor de pulso	2
21	Tornillo M8×16	18
22	Arandela D8	14
24	Respaldo	1
25	Asiento	1
26	Regulación de resistencia	1
27	Perilla	1
28	Ordenador	1
30	Tornillo	2
33	Extensión del sensor de pulso 1	2
34	Cable del sensor	1
35	Extensión del sensor de pulso 2	2
36	Cable de regulación de resistencia	1
39	Extensión del sensor de pulso 3	2
40	Extensión del sensor	1
41	Columna del manillar	1
42	Soporte del manillar	1



N°	Description	Pcs.
1	Cadre principal avant	1
2	Cadre principal arrière	1
3	Support de siège	1
4	Guidon	1
5	Manivelle	1
6	Stabilisateur arrière	1
7 (L/R)	Pédale (G-gauche, D-droite)	1/1
8	Stabilisateur avant	1
9	Boulon M8 × L74 × l20 × 8	4
10	Rondelle Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Écrou M8	6
16	Boulon M8 × L45 × l20 × 8	2
17	Rondelle Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Capteur de pouls	2
21	Vis hexagonale M8 × 16	18
22	Rondelle plate D8	14
24	Bouchon carré	1
25	Coussin de siege	1
26	Coussin de dos	1
27	Contrôleur de tension	1
28	Bouton de tension	1
30	Ordinateur	2
33	Vis	2
34	Fil d'impulsion d'extension 1	1
35	Fil de capteur	2
36	Fil d'impulsion d'extension 2	1
39	Câble de tension	2
40	Fil d'impulsion d'extension 3	1
41	Poste de guidon	1
42	Rampe	1



Szám	Leírás	Db.
1	Első váz	1
2	Hátsó váz	1
3	Ülésalap	1
4	Fogantyú	1
5	Hajtókar	1
6	Hátsó stabilizátor	1
7 (L/R)	Pedál (L-bal, R-jobb)	1/1
8	Első stabilizátor	1
9	Kapupántcsavar M8 × L74 × 120 × 8	4
10	Íves alátét Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Anya M8	6
16	Kapupántcsavar M8 × L45 × 120 × 8	2
17	Íves alátét Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Pulzusérzékelő	2
21	Csavar M8 × 16	18
22	Alátét D8	14
24	Háttámla	1
25	Ülés	1
26	Ellenállás-szabályozó	1
27	Tekerőgomb	1
28	Számítógép	1
30	Csavar	2
33	Pulzusérzékelő hosszabbító kábel 1	2
34	Érzékelőkábel	1
35	Pulzusérzékelő hosszabbító kábel 2	2
36	Ellenállás-szabályozó kábel	1
39	Pulzusérzékelő hosszabbító kábel 3	2
40	Érzékelőhosszabbító kábel	1
41	Kormányoszlop	1
42	Kormányfogantyú	1



N.	Descrizione	Pz.
1	Telaio anteriore	1
2	Telaio posteriore	1
3	Base del sedile	1
4	Impugnatura	1
5	Pedivella	1
6	Stabilizzatore posteriore	1
7 (L/R)	Pedale (L-sinistro, R-destro)	1/1
8	Stabilizzatore anteriore	1
9	Bullone a testa tonda M8 × L74 × 120 × 8	4
10	Rondella curva Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Dado M8	6
16	Bullone a testa tonda M8 × L45 × 120 × 8	2
17	Rondella curva Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Sensore di pulsazioni	2
21	Vite M8 × 16	18
22	Rondella D8	14
24	Schienale	1
25	Sedile	1
26	Regolazione della resistenza	1
27	Manopola	1
28	Computer	1
30	Vite	2
33	Prolunga del sensore di pulsazioni 1	2
34	Cavo del sensore	1
35	Prolunga del sensore di pulsazioni 2	2
36	Cavo di regolazione della resistenza	1
39	Prolunga del sensore di pulsazioni 3	2
40	Prolunga del sensore	1
41	Piantone del manubrio	1
42	Impugnatura del manubrio	1



Nr.	Beschrijving	Stuk
1	Voorframe	1
2	Achterframe	1
3	Zittingbasis	1
4	Handgreep	1
5	Kruk	1
6	Achterstabilisator	1
7 (L/R)	Pedaal (L-links, R-rechts)	1/1
8	Voorstabilisator	1
9	Slotbout M8 × L74 × 120 × 8	4
10	Gebogen ring Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Moer M8	6
16	Slotbout M8 × L45 × 120 × 8	2
17	Gebogen ring Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Pulssensor	2
21	Bout M8 × 16	18
22	Ring D8	14
24	Rugleuning	1
25	Zitting	1
26	Weerstandsregeling	1
27	Knop	1
28	Computer	1
30	Schroef	2
33	Verlengsnoer pulssensor 1	2
34	Sensorkabel	1
35	Verlengsnoer pulssensor 2	2
36	Kabel voor weerstandsregeling	1
39	Verlengsnoer pulssensor 3	2
40	Verlengsnoer sensor	1
41	Stuurkolom	1
42	Stuurhandgreep	1



Nr	Opis	Szt.
1	Przednia rama	1
2	Tyłna rama	1
3	Podstawa siedziska	1
4	Uchwyt	1
5	Korba	1
6	Tyłny stabilizator	1
7 (L/R)	Pedał (L-lewy, R-prawy)	1/1
8	Przedni stabilizator	1
9	Śruba zamkowa M8 × L74 × I20 × 8	4
10	Podkładka łukowa Ø8,2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Nakrętka M8	6
16	Śruba zamkowa M8 × L45 × I20 × 8	2
17	Podkładka łukowa Ø8,5 × 1,5 × Ø16 × R25	6
20	Czujnik pulsu	2
21	Śruba M8 × 16	18
22	Podkładka D8	14
24	Oparcie	1
25	Siedzisko	1
26	Regulacja oporu	1
27	Pokrętło	1
28	Komputer	1
30	Śruba	2
33	Przedłużka sensora pulsu 1	2
34	Przewód od sensora	1
35	Przedłużka sensora pulsu 2	2
36	Przewód regulacji oporu	1
39	Przedłużka sensora pulsu 3	2
40	Przedłużka sensora	1
41	Kolumna kierownicy	1
42	Uchwyt kierownicy	1



Nr	Descriere	Buc.
1	Cadru frontal	1
2	Cadru posterior	1
3	Baza șezutului	1
4	Mâner	1
5	Manivelă	1
6	Stabilizator posterior	1
7 (L/R)	Pedală (L-stânga, R-dreapta)	1/1
8	Stabilizator frontal	1
9	Șurub de blocare M8 × L74 × 120 × 8	4
10	Șaibă curbată Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Piuliță M8	6
16	Șurub de blocare M8 × L45 × 120 × 8	2
17	Șaibă curbată Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Senzor de puls	2
21	Șurub M8 × 16	18
22	Șaibă D8	14
24	Spătar	1
25	Șezut	1
26	Reglarea rezistenței	1
27	Buton rotativ	1
28	Computer	1
30	Șurub	2
33	Cablu prelungitor senzor de puls 1	2
34	Cablu senzor	1
35	Cablu prelungitor senzor de puls 2	2
36	Cablu reglare rezistență	1
39	Cablu prelungitor senzor de puls 3	2
40	Cablu prelungitor senzor	1
41	Coloană ghidon	1
42	Mâner ghidon	1



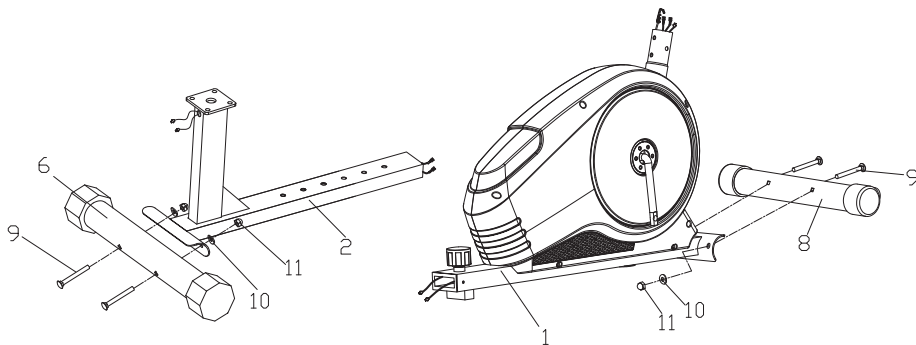
Č.	Popis	Ks.
1	Predný rám	1
2	Zadný rám	1
3	Základňa sedadla	1
4	Rukoväť	1
5	Kľučka	1
6	Zadný stabilizátor	1
7 (L/R)	Pedál (L-favý, R-pravý)	1/1
8	Predný stabilizátor	1
9	Zaistovacia skrutka M8 × L74 × I20 × 8	4
10	Podložka Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Matice M8	6
16	Skrutka M8 × L45 × I20 × 8	2
17	Podložka Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Snímače pulzu	2
21	Skrutka M8 × 16	18
22	Podložka D8	14
24	Operadlo	1
25	Sedadlo	1
26	Nastavenie odporu	1
27	Otočný gombík	1
28	Počítač	1
30	Skrutka	2
33	Predĺženie snímačov pulzu 1	2
34	Senzorový vodič	1
35	Predĺženie snímačov pulzu 2	2
36	Kábel nastavenia odporu	1
39	Predĺženie snímačov pulzu 3	2
40	Predĺženie snímačov	1
41	Stípič riadidiel	1
42	Stípič rukoväti	1



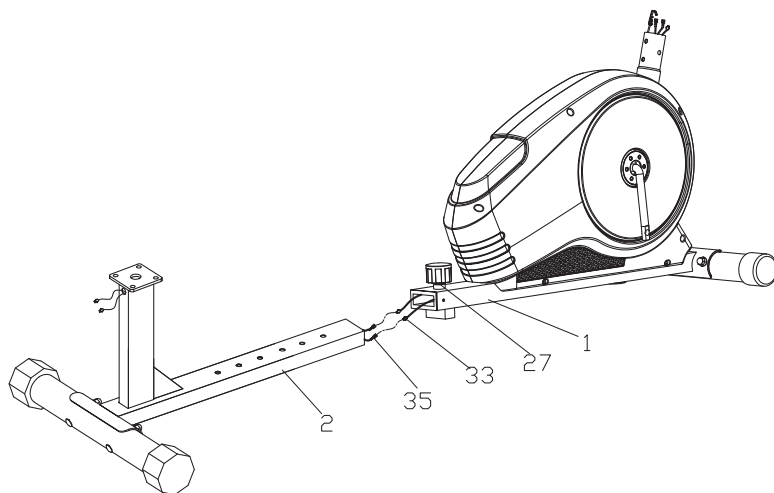
№.	Опис	Шт.
1	Передня рама	1
2	Задня рама	1
3	Основа сидіння	1
4	Ручка	1
5	Кривошип	1
6	Задній стабілізатор	1
7 (L/R)	Педаль (L-ліва, R-права)	1/1
8	Передній стабілізатор	1
9	Замикаючий гвинт M8 × L74 × I20 × 8	4
10	Дугова шайба Ø8.2 × 2 × Ø19 × R30	4
11	Гайка M8	6
16	Замикаючий гвинт	2
17	Дугова шайба Ø8.5 × 1.5 × Ø16 × R25	6
20	Датчик серцевого ритму	2
21	Гвинт M8 × 16	18
22	Шайба D8	14
24	Спинка сидіння	1
25	Сидіння	1
26	Регулятор опору	1
27	Ручка	1
28	Комп'ютер	1
30	Гвинт	2
33	Розширення датчика імпульсу 1	2
34	Кабель датчика	1
35	Розширення датчика імпульсу 2	2
36	Кабель регулювання опору	1
39	Розширення датчика імпульсу 3	2
40	Розширення датчика	1
41	Кермова колонна	1
42	Ручка керма	1



1/9

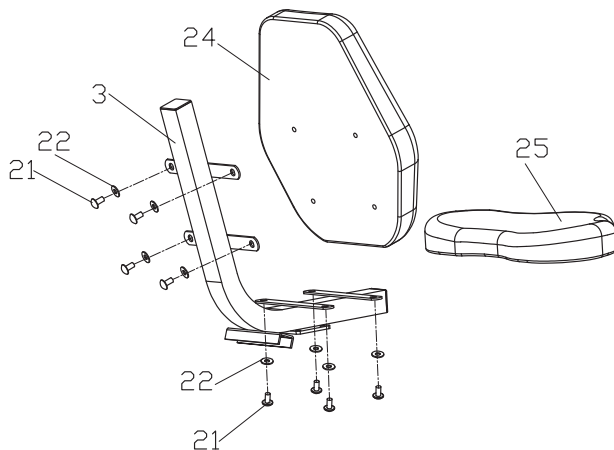


2/9

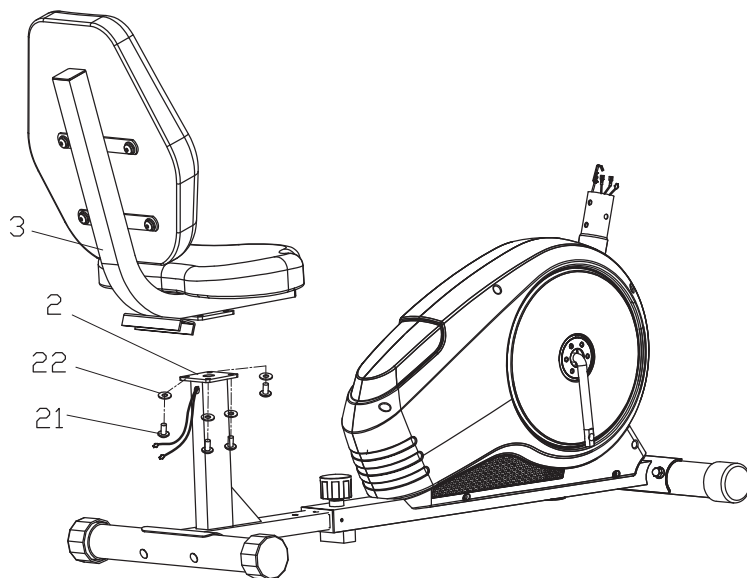




3/9

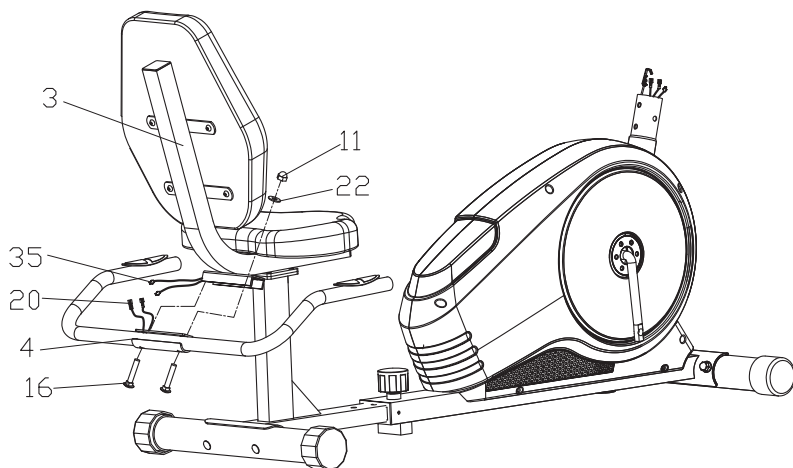


4/9

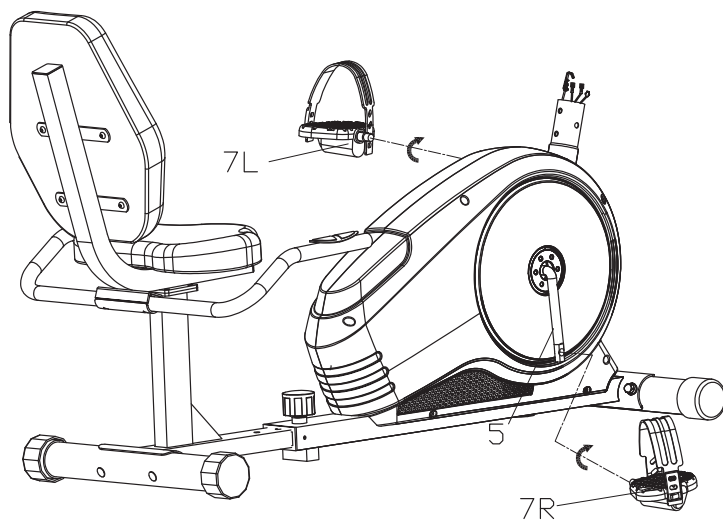




5/9

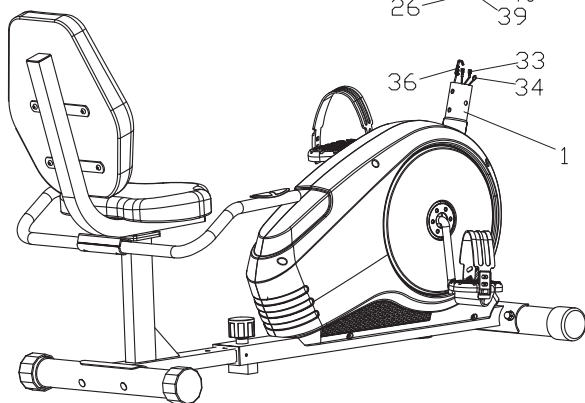
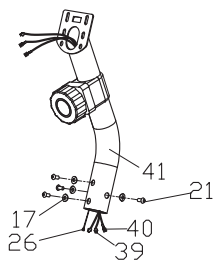
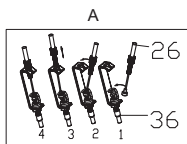


6/9

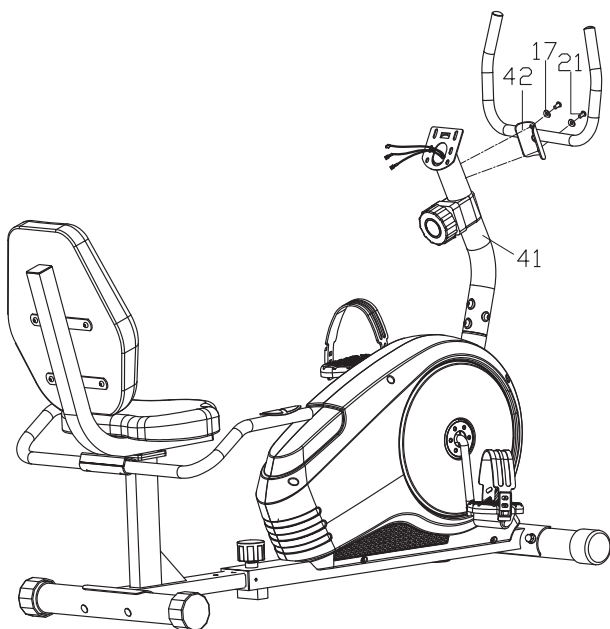




7/9

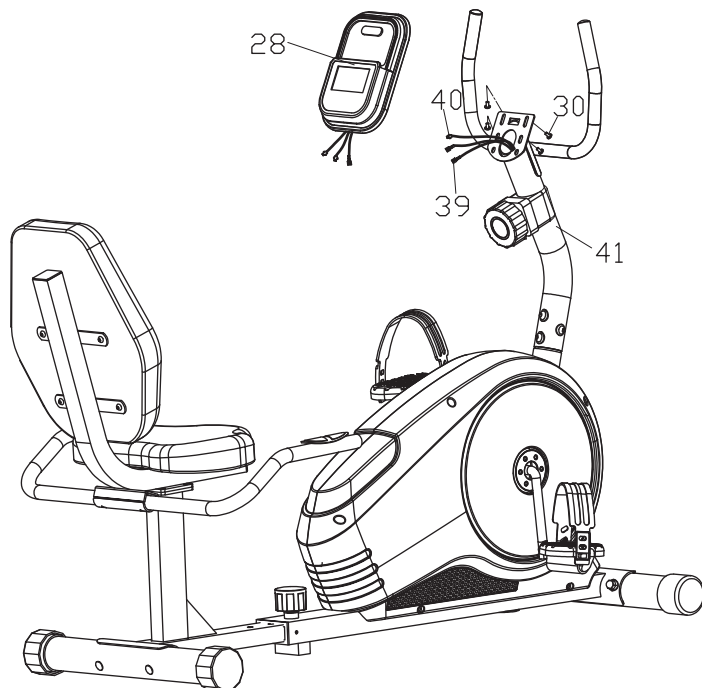


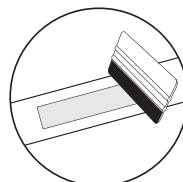
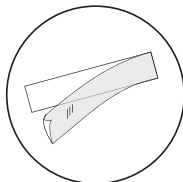
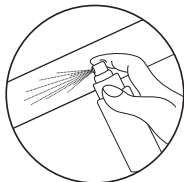
8/9





9/9





#### CZ PŘILEPENÍ NÁLEPKY\*

1. Pre správnú aplikáciu očistite povrch, na ktorý má byť nálepka umiestnená. Použite na to jemný čistiaci prostriedok, vodu alebo špeciálny odmasťovač. Povrch osušte čistou suchou handričkou.
2. Odstráňte ochrannú vrstvu z nálepky. Umiestnite nálepku na predtým pripravený povrch. Pomocou stierky zarovnajte nálepku a odstráňte všetky vzduchové bubliny.
3. Na trvalé odstránenie nálepky použite špeciálny odstraňovač nálepiek.

#### DE ANBRINGUNG DES AUFKLEBERS\*

1. Für eine korrekte Anbringung muss die Oberfläche, auf der der Aufkleber angebracht werden soll, gereinigt werden. Verwenden Sie dazu ein mildes Reinigungsmittel, Wasser oder ein spezielles Entfettungsmittel. Trocknen Sie die Oberfläche mit einem sauberen, trockenen Tuch ab.
2. Entfernen Sie die Schutzschicht von dem Aufkleber. Legen Sie den Aufkleber auf die vorbereitete Oberfläche. Verwenden Sie einen Rake, um den Aufkleber auszurichten und eventuelle Luftblasen zu entfernen.
3. Um den Aufkleber dauerhaft zu entfernen, verwenden Sie einen speziellen Aufkleberentferner.

#### EN APPLYING A STICKER\*

1. For proper application, clean the surface where the sticker should be placed. Use a mild detergent, water, or a special degreasing agent. Dry the surface with a clean, dry cloth.
2. Remove the protective layer from the sticker. Place sticker on prepared surface. Use a squeegee to align the sticker and remove any air bubbles.
3. To remove the sticker, use a special sticker remover.

#### ES APLICAR UNA PEGATINA\*

1. Para una aplicación adecuada, limpie la superficie donde se debe colocar la pegatina. Utilice un detergente suave, agua o un agente desengrasante especial. Seque la superficie con un paño limpio y seco.
2. Retire la capa protectora de la pegatina. Coloque la pegatina sobre la superficie preparada. Use una espátula para alinear la pegatina y eliminar cualquier burbuja de aire.
3. Para quitar la pegatina, utilice un producto especial para eliminar adhesivos.

#### FR APPLICATION D'AUTOCOLLANT\*

1. Pour une application correcte, nettoyez la surface où l'autocollant doit être placé. Utilisez pour cela un détergent doux, de l'eau ou un dégraissant spécial. Séchez la surface avec un chiffon propre et sec.
2. Retirez la couche protectrice de l'autocollant. Placez l'autocollant sur la surface préalablement préparée. Utilisez la raclette pour aligner l'autocollant et éliminer les éventuelles bulles d'air.
3. Pour retirer définitivement l'autocollant, utilisez un dissolvant d'autocollant spécial.

#### HU MATRICA FELHELYEZÉSE\*

1. A megfelelő felhelyezés érdekében tisztítsa meg azt a felületet, ahová a matricát el kívánja helyezni. Használjon enyhé tisztítószert, vizet vagy speciális zsirtalanító szert. A felületet tiszta, száraz kendővel törölje szárazra.
2. Távolítsa el a védőréteget a matricáról. Helyezze a matricát az előkészített felületre. Spakli segítségével igazítsa be a matricát, és távolítsa el az esetleges légbuborékokat.
3. A matrica eltávolításához használjon speciális matriceltávolító szert.



#### IT APPLICAZIONE DELL'ETICHETTA\*

1. Per una corretta applicazione, pulire accuratamente la superficie su cui applicare l'etichetta. Utilizzare un detergente delicato, acqua oppure uno sgrassatore specifico. Asciugare la superficie con un panno pulito e asciutto.
2. Rimuovere lo strato protettivo dall'etichetta. Posizionare l'etichetta sulla superficie preparata. Utilizzare una spatola per allineare l'etichetta e rimuovere eventuali bolle d'aria.
3. Per rimuovere l'etichetta, utilizzare un prodotto specifico per la rimozione degli adesivi.

#### NL AANBRENGEN VAN DE STICKER\*

1. Reinig het oppervlak waar de sticker moet worden aangebracht grondig. Gebruik een mild reinigingsmiddel, water of een speciale ontvetter. Droog het oppervlak met een schone, droge doek.
2. Verwijder de beschermlaag van de sticker. Plaats de sticker op het voorbereide oppervlak. Gebruik een rakel om de sticker recht te strijken en luchtbellen te verwijderen.
3. Gebruik een speciale stickerverwijderaar om de sticker te verwijderen.

#### PL APLIKACJA NAKLEJKI\*

1. W celu prawidłowej aplikacji, wyczyść powierzchnię, na której ma być umieszczona naklejka. Użyj do tego łagodnego detergentu, wody lub specjalnego środka do odtuszczenia. Osusz powierzchnię czystą, suchą szmatką.
2. Usuń z naklejki warstwę ochronną. Umieść naklejkę na przygotowanej wcześniej powierzchni. Użyj rakli do wyrównania naklejki i usunięcia ewentualnych pęcherzyków powietrza.
3. Aby trwale usunąć naklejkę, użyj specjalnego preparatu do usuwania naklejek.

#### RO APLICAREA UNUI AUTOCOLANT\*

1. Pentru o aplicare corectă, curățați suprafața pe care urmează să fie aplicat autocolantul. Utilizați un detergent delicat, apă sau un agent special de degresare. Uscați suprafața cu o cârpă curată și uscată.
2. Îndepărtați stratul protector al autocolantului. Poziționați autocolantul pe suprafața pregătită. Utilizați o racletă pentru a alinia autocolantul și pentru a elimina eventualele bule de aer.
3. Pentru îndepărtarea autocolantului, utilizați un agent special pentru îndepărtarea autocolantelor.

#### SK PRILEPENIE NÁLEPKY\*

1. Pre správnu aplikáciu očistite povrch, na ktorý má byť nálepka umiestnená. Použite na to jemný čistiaci prostriedok, vodu alebo špeciálny odmasťovač. Povrch osušte čistou suchou handričkou.
2. Odstráňte ochrannú vrstvu z nálepky. Umiestnite nálepku na predtým pripravený povrch. Pomocou stierky zarovnajete nálepku a odstráňte všetky vzduchové bubliny.
3. Na trvalé odstránenie nálepky použite špeciálny odstraňovač nálepiek.

#### UA ІНСТРУКЦІЯ НАКЛЕЮВАННЯ НАЛІПКИ\*

1. Для правильного нанесення очистіть поверхню, де буде розміщена наклейка. Для цього використовуйте м'який миючий засіб, воду або спеціальний знежирювач. Витріть поверхню чистою сухою тканиною.
2. Зніміть захисний шар з наклейки. Розмістіть наклейку на попередньо підготовлену поверхню. За допомогою ракеля вирівняйте наклейку та видаліть бульбашки повітря.
3. Щоб видалити наклейку назавжди, скористайтеся спеціальним засобом для зняття наклейок.

\*

CZ týka sa produktov s nálepkami v súprave  
DE gilt für Produkte mit Aufklebern im Set  
EN applies to products with stickers in the set  
ES se aplica a productos que incluyen pegatinas en el conjunto  
FR concerne les produits avec des autocollants dans l'ensemble  
HU a matricát tartalmazó készletű termékekre vonatkozik

IT si applica ai prodotti che includono etichette nel set  
NL van toepassing op producten met stickers in de set  
PL dotyczy produktów z naklejkami w zestawie  
RO se aplică produselor cu autocolante incluse în set  
SK týka sa produktov s nálepkami v súprave  
UA стосується продуктів з наклейками у комплекті



## Nastavení odporu

Upravte úroveň odporu podle svých individuálních potřeb za pomoci otočného knoflíku, který se nachází na sloupku volantu.



## Nastavení sedadla

Uvolněte otočný knoflík, nastavte sedadlo do požadované polohy a utáhněte otočný knoflík.





## 1. Displej



## 2. Údaje zobrazené na displeji

<b>TIME</b>	Zobrazuje celkový čas od začátku tréninku. Rozsah: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Zobrazuje aktuální rychlost. Rozsah: 0.0–999,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Zobrazuje aktuálně ujetou vzdálenost od začátku tréninku. Rozsah: 0.00–999.9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Zobrazuje spálené kalorie od začátku tréninku. Rozsah: 0.0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Zobrazuje měřený puls. Pro měření uchopte oběma rukama snímače tepu a vyčkejte 7 sekund na co nej přesnější měření. Rozsah: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Odpočítává zvolený parametr: TIME, DIST nebo CAL od požadované hodnoty k nule. Pro spuštění odpočítávání zvolte parametr pomocí tlačítka MODE a nastavte jeho hodnotu pomocí tlačítka SET. Po zahájení tréninku se spustí odpočítávání.
<b>SCAN</b>	Automaticky zobrazuje jednotlivé parametry na obrazovce každých 5 sekund.

**POZNÁMKA:** Výsledky měření pulzu nelze považovat za lékařské údaje a nemohou se používat pro diagnostické účely.

## 3. Funkce tlačítek

Počítač se zapne, pokud stisknete jakékoli tlačítko.

Pokud nebude stroj používán déle než 4 minuty, počítač se automaticky vypne.

<b>MODE</b>	Umožňuje zvolit údaj, který se bude zobrazovat na obrazovce. Počítač zobrazuje zvolený tréninkový parametr – vyberte jej pomocí tlačítka MODE a spusťte trénink. Podržení tlačítka MODE po delší dobu způsobí úplné vynulování hodnot parametrů.
<b>SET</b>	Umožňuje nastavit funkci odpočítávání pro vybraný parametr: čas (TIME), vzdálenost (DIST) nebo kalorie (CAL).
<b>RESET</b>	Umožňuje vynulovat naměřené tréninkové hodnoty. Pro reset počítače podržte tlačítko RESET po dobu 4 sekund.



## 4. Instalace baterií

Sejměte kryt bateriového prostoru. Vložte 2 baterie AAA 1,5 V do přihrádky na zadní straně počítače, přičemž dbejte na správnou polaritu. Poté zavřete kryt bateriového prostoru.

**UPOZORNĚNÍ:** Po vyjmutí baterií budou všechny uložené hodnoty funkcí resetovány na nulu.

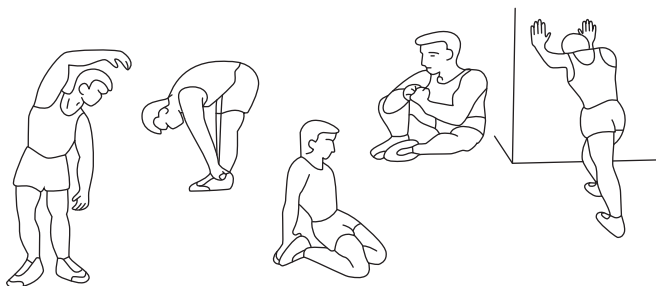
## 5. Připojení přes Bluetooth / Trénink s aplikací Kinomap a Zwift

Po připojení zařízení k mobilnímu telefonu přes Bluetooth můžete na svém smartphonu sledovat aktuální parametry právě probíhajícího tréninku. Pro využití této funkce si stáhněte speciální aplikaci Kinomap nebo Zwift. Nejnovější verze jsou dostupné v AppStore (iOS) a Google Play Store (Android).

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

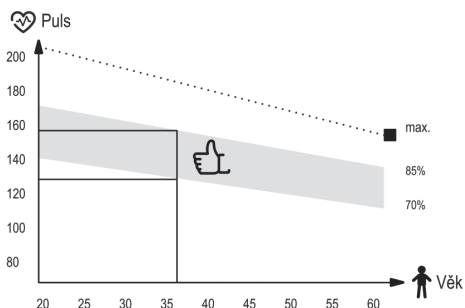
## 1. Rozcvička

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.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demontujte počítač a zkontrolujte, zda jsou kabely správně připojeny a zda nejsou poškozeny.</li> <li>2. Zkontrolujte, zda jsou baterie vloženy správně.</li> <li>3. Vyměňte baterie za nové.</li> </ol>
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"> <li>1. Ujistěte se, že převody měření pulsu jsou správně připevněny.</li> <li>2. Aby jste zajistili správné měření pulsu držte obě dlaně na senzorech. Pamatujte, že systém měření pulsu nemusí být zcela přesný.</li> <li>3. Příliš pevné uchopení senzorů pulsu. Držte dlaně na senzorech pulsu a nesvírejte dlaně příliš pevně.</li> </ol>
Zařízení není stabilní.	Nastavte koncovku zadního stabilizátoru tak, aby jste dali stroj do roviny.



## Záruční podmínky

1. Zákazník má následující možnosti uplatnění reklamace:
  - prostřednictvím kroků na webové stránce: <https://hop-sport.cz/servis/>
  - písemně na adresu:  
**Hegen Česko s.r.o.**  
**Stavbařů 2201/36**  
**734 01 Karviná-Mizerov**  
**Česká republika**
  - e-mailem: [info@hop-sport.cz](mailto:info@hop-sport.cz)
2. Reklamacе včetně odstranění vady musí být vyřízena a kupující o tom musí být informován nejpozději do třiceti (30) dnů ode dne uplatnění reklamace, pokud se prodávající s kupujícím nedohodne na delší lhůtě. Pokud je třeba poslat produkt na opravu do zahraničí nebo dovézt náhradní díly ze zahraničí, oprava může trvat déle.
3. Použije se právo země, do které bylo zboží dodáno, včetně záručních ustanovení. Neplatí Úmluva OSN o smlouvách o mezinárodní koupi zboží.
4. Záruka se nevztahuje na poškození způsobená nesprávným používáním.

## CZ Ochrana životního prostředí



Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, 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.



Návod k použití byl vtištěn na recyklovatelném papíře. Třídte ho v souladu s platnými pravidly.



## Widerstandsanzpassung

Passen Sie den Widerstand mit dem Einstellknopf an der Lenksäule an Ihre individuellen Bedürfnisse an.



## Einstellung des Sattels

Lösen Sie den Drehknopf, stellen Sie Den Sattel in der gewünschten Position ein und ziehen Sie den Drehknopf wieder fest.





## 1. Display



## 2. Computer Anzeige

<b>TIME</b>	Zeigt die gesamte Trainingszeit seit Beginn an. Bereich: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit an. Bereich: 0.0–999.9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Zeigt die aktuell zurückgelegte Strecke seit Beginn des Trainings an. Bereich: 0.00–999.9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Zeigt die verbrannten Kalorien seit Trainingsbeginn an. Bereich: 0.0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Zeigt die gemessene Herzfrequenz an. Um eine Messung durchzuführen, halten Sie beide Hände an die Pulssensoren und warten ca. 7 Sekunden auf das genaueste Ergebnis. Bereich: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Zählt den gewählten Parameter (TIME, DIST oder CAL) von einem gewünschten Wert herunter. Um den Countdown zu starten, wählen Sie den Parameter mit der Taste MODE und stellen Sie den Wert mit der Taste SET ein. Sobald Sie das Training beginnen, startet der Countdown automatisch.
<b>SCAN</b>	Zeigt automatisch alle Trainingsparameter im Wechsel alle ca. 5 Sekunden an.

**HINWEIS:** Die Pulsmessergebnisse dürfen nicht als medizinische Daten interpretiert oder für diagnostische Zwecke verwendet werden.

## 3. Tasten

Der Computer wird eingeschaltet, wenn eine beliebige Taste gedrückt wird.

Wenn das Gerät länger als 4 Minuten lang nicht benutzt wird, schaltet sich der Computer automatisch aus.

<b>MODE</b>	Ermöglicht die Auswahl der anzuzeigenden Daten auf dem Display. Der Computer zeigt den gewählten Trainingsparameter an – wählen Sie ihn mit der MODE-Taste und starten Sie das Training. Das Gedrückthalten der MODE-Taste über einen längeren Zeitraum setzt alle Parameterwerte vollständig zurück.
<b>SET</b>	Ermöglicht das Einstellen des Countdowns für einen gewählten Parameter: Zeit (TIME), Distanz (DIST) oder Kalorien (CAL).
<b>RESET</b>	Ermöglicht das Zurücksetzen der während des Trainings erfassten Werte. Um den Computer vollständig zurückzusetzen, halten Sie die RESET-Taste 4 Sekunden lang gedrückt.



## 4. Batteriemontage

Entfernen Sie die Abdeckung des Batteriefachs. Legen Sie 2 AAA-Batterien (1,5 V) in das Fach auf der Rückseite des Computers ein und achten Sie dabei auf die richtige Polarität. Schließen Sie anschließend das Batteriefach mit der Abdeckung.

**HINWEIS:** Nach dem Entfernen der Batterien werden alle gespeicherten Funktionswerte auf null zurückgesetzt.

## 5. Verbindung über Bluetooth / Training mit der Kinomap- und Zwift-App

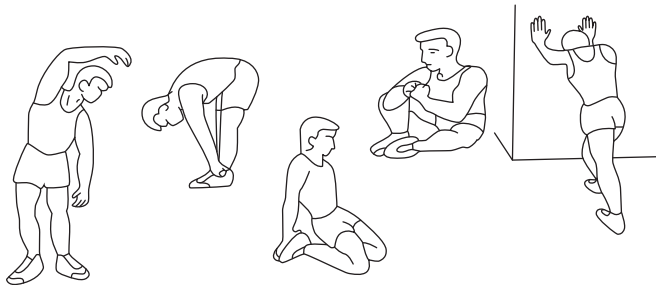
Nachdem Sie das Gerät über Bluetooth mit Ihrem Smartphone verbunden haben, können Sie auf dem Bildschirm Ihres Telefons die aktuellen Trainingsparameter beobachten. Um diese Funktion zu nutzen, laden Sie die entsprechende Kinomap- oder Zwift-App herunter. Die neuesten Versionen sind im AppStore (iOS) und im Google Play Store (Android) verfügbar.



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.

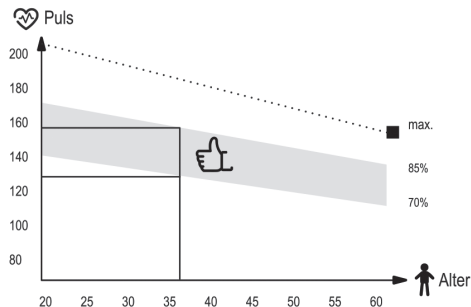
## 1. Aufwärm-phase

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
<b>Der Computer zeigt keine Daten an.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bauen Sie den Computer auseinander und prüfen Sie, ob die Kabel richtig angeschlossen und nicht beschädigt sind.</li><li>2. Überprüfen Sie, ob die Batterien richtig eingelegt sind.</li><li>3. Ersetzen Sie die Batterien durch neue.</li></ol>
<b>Das Gerät macht während des Gebrauchs störende Geräusche.</b>	Überprüfen Sie, ob alle Teile des Geräts korrekt installiert sind. Ziehen Sie die Schrauben an.
<b>Die Herzfrequenz wird nicht angezeigt oder die Herzfrequenzanzeige zeigt Unregelmäßigkeiten.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Überprüfen Sie, ob die Verbindungen des Sensorkabels und des Computers richtig angeschlossen sind.</li><li>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.</li><li>3. Halten Sie die Sensoren nicht zu fest umgriffen. Dies kann zu Messfehlern führen.</li></ol>
<b>Das Gerät wackelt.</b>	Drehene Sie die Endkappe am hinteren Fußrohr, um das Gerät auszurichten.



## Gewährleistungsbedingungen

1. Sie haben folgende Möglichkeiten, um Ihre Reklamation zu melden:

- via Reklamationsformular auf der Internetseite
- schriftlich an folgende Adresse:

**Hegen Deutschland GmbH**  
**Chausseestraße 80D**  
**17321 Löcknitz**  
**Deutschland**

- via E-Mail

	Reklamationsformular	E-mail
DE	<a href="http://www.hop-sport.de/reklamation/">www.hop-sport.de/reklamation/</a>	<a href="mailto:info@hop-sport.de">info@hop-sport.de</a>
AT	<a href="http://www.hop-sport.at/reklamation/">www.hop-sport.at/reklamation/</a>	<a href="mailto:support@hop-sport.at">support@hop-sport.at</a>

2. Mängel, die innerhalb der Gewährleistungsfrist auftreten, werden im Regelfall innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des mangelhaften Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder Ersatzteile aus dem Ausland beschafft werden müssen, kann die Reparatur länger dauern.
3. Es gilt das Recht des Landes, einschließlich der Gewährleistungsbestimmungen, in das die Ware geliefert wird. UN-Kaufrecht gilt nicht.
4. Die Gewährleistung gilt nicht für Schäden, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstanden sind.

## 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.



Die Bedienungsanleitung wurde auf recycelbarem Papier gedruckt. Bitte entsorgen Sie sie gemäß den geltenden Vorschriften zur Mülltrennung.



## Resistance adjustment

Adjust the resistance level to your individual needs with adjustment knob located on the handlebar column.



## Saddle adjustment

Unscrew the knob, set the saddle in proper position and tighten the knob.





## 1. Display view



## 2. Symbols on the display

<b>TIME</b>	Displays the total time since the beginning of the workout. Range: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Displays the current speed. Range: 0.0–999.9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Displays the distance traveled since the beginning of the workout. Range: 0.00–999.9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Displays the calories burned since the beginning of the workout. Range: 0.0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Displays the measured heart rate. To take a measurement, hold both hands on the pulse sensors and wait 7 seconds for the most accurate result. Range: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Counts down a selected parameter: TIME, DIST or CAL from a desired value to zero. To start the countdown, select the parameter using the MODE button and set its value using the SET button. Once the workout begins, the computer will start the countdown automatically.
<b>SCAN</b>	Automatically cycles through all parameters on the screen every 5 seconds.

**WARNING:** Pulse measurement results cannot be treated as medical record and used for diagnostic purposes.

## 3. Buttons features

Computer will switch on, if you press any button.

If the device is not used for more than 4 minutes, the computer will switch off automatically.

<b>MODE</b>	Allows selection of data to be displayed on the screen. The computer will show the selected training parameter — select it using the MODE button and start training. Holding down the MODE button for a longer time will completely reset the parameter values.
<b>SET</b>	Allows you to set the countdown function for the selected parameter: time (TIME), distance (DIST), or calories (CAL).
<b>RESET</b>	Allows you to reset the workout values achieved during training. To reset the computer, press and hold the RESET button for 4 seconds.



## 4. Battery Installation

Remove the battery compartment cover. Insert 2 AAA 1.5 V batteries into the compartment located at the back of the computer, ensuring correct polarity. Then close the battery compartment cover.

**NOTE:** After removing the batteries, all stored function values will be reset to zero.

## 5. Bluetooth Connection / Training with the Kinomap and Zwift App

After connecting the device to your mobile phone via Bluetooth, you can monitor the current workout parameters on your smartphone.

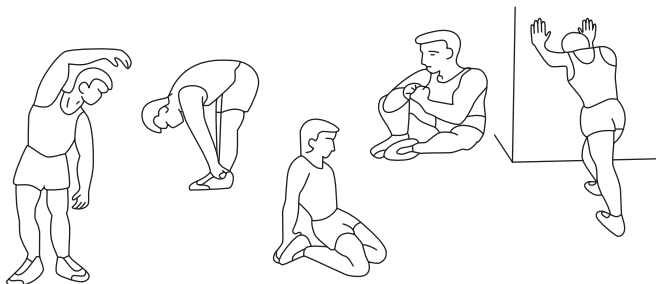
To use this feature, download the dedicated Kinomap or Zwift app. The latest versions are available in the App Store (iOS) and Google Play Store (Android).



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.

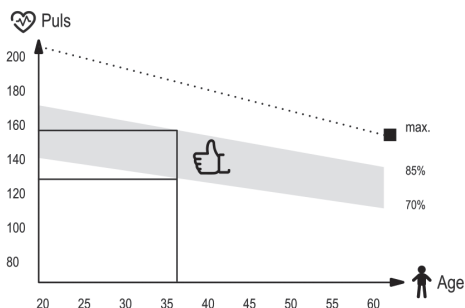
## 1. Warm-up

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.

## EN 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.

## EN Troubleshooting



Problem	Possible solution
The computer doesn't display data.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Disassemble the computer and check if the cables are correctly connected and are not damaged.</li><li>2. Check if the batteries are inserted correctly.</li><li>3. If batteries in the computer are exhausted replace them with the new ones.</li></ol>
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"><li>1. Make sure that the pulse sensor and computer cables are properly connected.</li><li>2. To ensure correct pulse reading, hold both hands on the sensors. Remember that the measurements may be slightly inaccurate.</li><li>3. Do not clamp your hands on the sensors too much as it may cause measurement errors.</li></ol>
The equipment is unstable.	Turn the end of the rear stabilizer to level the device.



## Warranty conditions

1. Customer has the following options for submitting a complaint:
  - by filling the form on website: <https://hop-sport.uk/complaints/>
  - in writing to the correspondence address:  
**Hegen UK Ltd**  
**Ealing Cross 1st Floor**  
**85 Uxbridge Road**  
**London**  
**United Kingdom**  
**W5 5TH**
  - by an email: [support@hop-sport.com](mailto:support@hop-sport.com)
2. Defects revealed during the warranty period will be removed free of charge within 14 working days from the date of delivery of device. If it is necessary to send product for repair abroad or to import spare parts from abroad, the repair period may be extended.
3. The law of the country to which the goods were delivered shall apply, including warranty rules. CISG does not apply.
4. The warranty does not cover damage caused by improper use.

## EN 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.



The user manual is printed on recyclable paper. Please sort it according to local recycling guidelines.



## Ajuste de la resistencia

Ajuste el nivel de resistencia según sus necesidades individuales mediante la perilla de ajuste situada en la columna del manillar.



## Regulación del asiento

Desenrosque la perilla, coloque el asiento en la posición adecuada y apriete la perilla.





## 1. Vista del visor



## 2. Indicaciones en la pantalla

<b>TIME</b>	Muestra el tiempo total transcurrido desde el inicio del entrenamiento. Rango: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Muestra la velocidad actual. Rango: 0–999,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Muestra la distancia recorrida desde el inicio del entrenamiento. Rango: 0,0–999,9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Muestra las calorías quemadas desde el inicio del entrenamiento. Rango: 0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Muestra la frecuencia cardíaca medida. Para realizar la medición, sujete ambas manos en los sensores de pulso y espere 7 segundos para obtener un resultado más preciso. Rango: 40–240 lpm.
<b>ALARM</b>	Cuenta regresivamente un parámetro seleccionado: TIME, DIST o CAL, desde un valor ajustado hasta cero. Para iniciar la cuenta regresiva, seleccione el parámetro mediante el botón MODE y ajuste su valor con el botón SET. Una vez iniciado el entrenamiento, el ordenador comenzará automáticamente la cuenta regresiva.
<b>SCAN</b>	Cambia automáticamente entre todos los parámetros mostrados en la pantalla cada 5 segundos.

**ADVERTENCIA:** Los resultados de la medición del pulso no deben considerarse como un registro médico ni utilizarse con fines de diagnóstico.

## 3. Funciones de los botones

El ordenador se enciende al pulsar cualquier botón.

Si el dispositivo no se utiliza durante más de 4 minutos, el ordenador se apaga automáticamente.

<b>MODE</b>	Permite seleccionar los datos que se mostrarán en la pantalla. El ordenador mostrará el parámetro de entrenamiento seleccionado. Selecciónelo mediante el botón MODE y comience el entrenamiento. Mantener pulsado el botón MODE durante un período prolongado restablece completamente los valores de los parámetros.
<b>SET</b>	Permite configurar la función de cuenta regresiva para el parámetro seleccionado: tiempo (TIME), distancia (DIST) o calorías (CAL).
<b>RESET</b>	Permite restablecer los valores del entrenamiento alcanzados durante el ejercicio. Para reiniciar el ordenador, mantenga pulsado el botón RESET durante 4 segundos.



## 4. Instalación de la batería

Retire la tapa del compartimento de la batería. Inserte 2 baterías AAA de 1,5 V en el compartimento situado en la parte posterior del ordenador, asegurándose de respetar la polaridad correcta. A continuación, cierre la tapa del compartimento de la batería.

**NOTA:** Tras retirar las baterías, todos los valores de las funciones almacenadas se restablecerán a cero.

## 5. Conexión Bluetooth / Entrenamiento con las aplicaciones Kinomap y Zwift

Después de conectar el dispositivo a su teléfono móvil mediante Bluetooth, podrá supervisar los parámetros actuales del entrenamiento en su smartphone. Para utilizar esta función, descargue la aplicación específica Kinomap o Zwift. Las versiones más recientes están disponibles en App Store (iOS) y Google Play Store (Android).

# ES Plan de entrenamiento

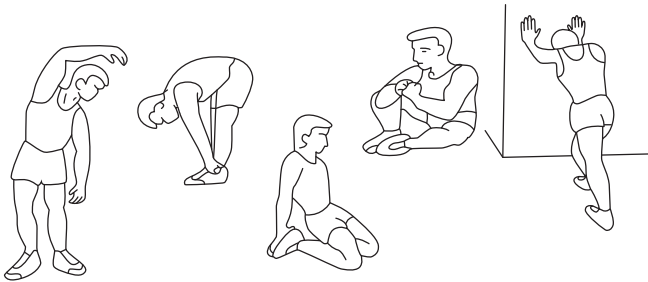


El uso regular del equipo aportará beneficios a su salud. Mejorará su condición física, bienestar y fortalecerá los músculos. Combinado con una dieta adecuada, puede contribuir a la pérdida de peso.

## 1. Calentamiento

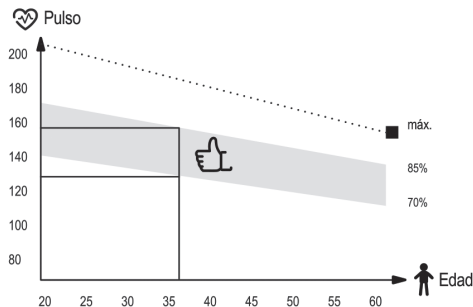
Esta fase de ejercicio ayuda a mejorar la circulación sanguínea en todo el cuerpo y a preparar los músculos para un mayor esfuerzo. También reduce el riesgo de contracturas o desgarros musculares.

Se recomienda realizar ejercicios de estiramiento como los que se muestran a continuación. Cada ejercicio debe durar aproximadamente 30 segundos. ¡No fuerce los músculos! Si siente dolor, detenga el ejercicio o reduzca el rango de movimiento.



## 2. Entrenamiento

Esta es la fase principal de entrenamiento, durante la cual se utiliza el dispositivo. Debe entrenar a un ritmo constante y adaptado a usted, alcanzando una frecuencia cardíaca adecuada a su edad (consulte la tabla más abajo). El tiempo mínimo para esta fase es de 12 minutos.



## 3. Relajación

Esta fase está destinada a relajar los músculos y permitir que todos los parámetros —como la presión arterial, la respiración y la frecuencia cardíaca— regresen a su estado previo al esfuerzo. Es una repetición del calentamiento, pero con un ritmo de ejercicio más lento. Esta fase debe ser la más corta del entrenamiento y durar aproximadamente 5 minutos. Es importante recordar no forzar los músculos.

No se debe omitir esta fase de relajación.

## ES Limpieza y mantenimiento



1. Se debe considerar el mantenimiento regular del dispositivo. Debe realizarse al menos cada 20 horas de funcionamiento del equipo.
2. El mantenimiento incluye:
  - revisar las partes móviles del equipo y mantenerlas engrasadas. Se recomienda usar grasas para rodamientos de bicicleta o grasas multicomponentes para equipos de fitness,
  - revisar otras partes del dispositivo, es decir, apretar tornillos y tuercas,
  - revisar los cables de alimentación (si el dispositivo los incluye) para detectar daños.
3. Para limpiar el equipo, se recomienda utilizar un paño suave ligeramente humedecido con agua o con agua y jabón. No utilice sustancias fuertes ni materiales abrasivos que puedan dañar el equipo. Se debe tener especial cuidado con los componentes de plástico.
4. Después de cada uso, elimine todos los restos de sudor y suciedad del dispositivo.

## ES Solución de problemas



Problema	Posibles soluciones
El ordenador no muestra datos.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Desmonte el ordenador y compruebe si los cables están correctamente conectados y no están dañados.</li><li>2. Compruebe que las baterías estén insertadas correctamente.</li><li>3. Si las baterías del ordenador están agotadas, sustitúyalas por unas nuevas.</li></ol>
El dispositivo emite ruidos molestos durante el uso.	Compruebe que todas las piezas del dispositivo estén correctamente instaladas. Apriete los tornillos.
El ordenador no muestra la frecuencia cardíaca o los valores son incorrectos.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Asegúrese de que el sensor de pulso y los cables del ordenador estén correctamente conectados.</li><li>2. Para garantizar una lectura correcta del pulso, sujete ambas manos en los sensores. Recuerde que las mediciones pueden ser ligeramente inexactas.</li><li>3. No apriete los sensores con demasiada fuerza, ya que puede provocar errores de medición.</li></ol>
El equipo es inestable.	Gire el extremo del estabilizador trasero para nivelar el dispositivo.



## Condiciones de la garantía

- El cliente dispone de las siguientes opciones para presentar una reclamación:
  - mediante el formulario de reclamación disponible en el sitio web: <https://hop-sport.es/reclamacion/>
  - por escrito a la siguiente dirección:  
**Hegen Distribution Sp. z o.o.**  
**ul. Sportowa 3a**  
**32-080 Zabierzów**  
**Polonia**
  - por correo electrónico: [support@hop-sport.es](mailto:support@hop-sport.es)
- Los defectos que se presenten durante el período de garantía serán normalmente reparados sin coste adicional en un plazo de 14 días laborables a partir de la fecha de recepción del producto defectuoso. En caso de que sea necesario enviar el dispositivo al extranjero para su reparación o importar piezas de repuesto, el proceso de reparación puede tardar más.
- Se aplicará la legislación del país al que se haya entregado el producto, incluidas las disposiciones relativas a la garantía. La Convención de Viena (CISG) no será aplicable.
- La garantía no cubre los daños causados por un uso inadecuado.

## ES Protección del medio ambiente



Este artículo ha sido embalado para protegerlo de posibles daños durante el envío. El embalaje es reciclable. Deseche estos materiales según su tipo.



Para proteger el medio ambiente, lleve las pilas usadas a un punto de reciclaje. No las deseche en los cubos de basura domésticos. De este modo, contribuirá a la protección del medio ambiente.



Los dispositivos eléctricos usados (incluido el ordenador de este producto) son materiales reciclables. No deben desecharse junto con los residuos domésticos, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud humana y el medio ambiente. Le rogamos que colabore activamente en la gestión responsable de los recursos naturales y en la protección del medio ambiente entregando los dispositivos eléctricos usados en el punto de reciclaje correspondiente.



El manual de instrucciones está impreso en papel reciclable. Sepáralo según las normas de reciclaje locales.



## Réglage de la résistance

Ajustez le niveau de résistance à vos besoins individuels à l'aide de molette de réglage sur la colonne de compteur.



## Ajustement de la selle

Dévissez la molette, placez la selle en position et serrez-la.





## 1. Affichage



## 2. Marques sur l'affichage

<b>TIME</b>	Affiche le temps total écoulé depuis le début de l'entraînement. Plage : 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Affiche la vitesse actuelle. Plage : 0,0–999,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Affiche la distance parcourue depuis le début de l'entraînement. Plage : 0,00–999,9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Affiche les calories brûlées depuis le début de l'entraînement. Plage : 0,0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Affiche la fréquence cardiaque mesurée. Pour effectuer une mesure, placez les deux mains sur les capteurs de pouls et attendez 7 secondes pour une lecture précise. Plage : 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Décompte le paramètre sélectionné : TIME, DIST ou CAL à partir de la valeur définie jusqu'à zéro. Pour démarrer le décompte, sélectionnez le paramètre avec le bouton MODE et définissez sa valeur à l'aide du bouton SET. Une fois l'entraînement lancé, le décompte commencera automatiquement.
<b>SCAN</b>	Affiche automatiquement les différents paramètres à l'écran toutes les 5 secondes.

**REMARQUE:** Les résultats de mesure du pouls ne peuvent pas être traités comme des données médicales et utilisés à des fins de diagnostic.

## 3. Fonctions des boutons

L'ordinateur s'allumera si vous appuyez sur un bouton.

Si l'appareil n'est pas utilisée pendant plus de 4 minutes, l'ordinateur s'éteint automatiquement.

<b>MODE</b>	Permet de sélectionner les données à afficher à l'écran. L'ordinateur affichera le paramètre d'entraînement sélectionné — utilisez le bouton MODE pour le choisir et démarrez l'entraînement. Le maintien du bouton MODE pendant une période prolongée réinitialisera complètement les valeurs des paramètres.
<b>SET</b>	Permet de définir la fonction de décompte pour le paramètre choisi : temps (TIME), distance (DIST) ou calories (CAL).
<b>RESET</b>	Permet de réinitialiser les valeurs atteintes pendant l'entraînement. Pour réinitialiser complètement l'ordinateur, maintenez le bouton RESET enfoncé pendant 4 secondes.



## 4. Installation des piles

Retirez le couvercle du compartiment des piles. Insérez 2 piles AAA de 1,5 V dans le compartiment situé à l'arrière de l'ordinateur, en respectant la polarité correcte. Refermez ensuite le compartiment à piles avec son couvercle.

**REMARQUE** : Après le retrait des piles, toutes les valeurs enregistrées dans les fonctions seront réinitialisées à zéro.

## 5. Connexion via Bluetooth / Entraînement avec l'application Kinomap et Zwift

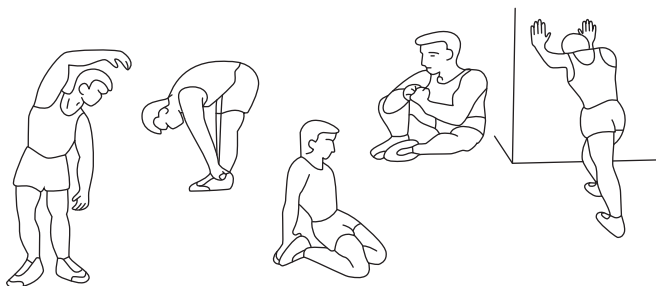
Après avoir connecté l'appareil à votre téléphone portable via Bluetooth, vous pouvez suivre en temps réel les paramètres de votre entraînement sur votre smartphone. Pour utiliser cette fonction, téléchargez l'application dédiée Kinomap ou Zwift. Les dernières versions sont disponibles sur l'App Store (iOS) et le Google Play Store (Android).



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.

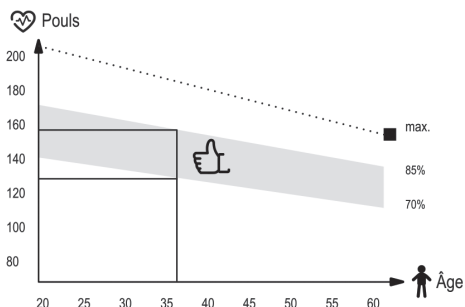
## 1. Échauffement

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.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Démontez l'ordinateur et vérifiez que les câbles sont correctement connectés et ne sont pas endommagés.</li><li>2. Vérifiez que les piles sont insérées correctement.</li><li>3. Remplacez les piles par des neuves.</li></ol>
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"><li>1. Assurez-vous que le capteur cardiaque et les câbles de l'ordinateur sont correctement connectés.</li><li>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 inexacts.</li><li>3. Ne serrez pas trop les mains sur les capteurs. Cela peut provoquer des erreurs de mesure.</li></ol>
L'appareil n'est pas stable.	Tourner la pointe du stabilisateur arrière pour niveler le vélo.



## Conditions de garantie

1. Le client a les possibilités suivantes pour signaler une réclamation:

- via le formulaire de réclamation sur le site web

- par écrit à l'adresse suivante:

**Hegen Deutschland GmbH**

**Chausseestraße 80D**

**17321 Löcknitz**

**Allemagne**

- via E-Mail

	Formulaire de réclamation	E-mail
FR	<a href="http://www.hop-sport.fr/reclamation/">www.hop-sport.fr/reclamation/</a>	<a href="mailto:support@hop-sport.fr">support@hop-sport.fr</a>
BE	<a href="http://www.hop-sport.be/reclamation/">www.hop-sport.be/reclamation/</a>	<a href="mailto:support@hop-sport.be">support@hop-sport.be</a>

2. Les défauts survenus pendant la période de garantie seront généralement réparés gratuitement dans un délai de 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison du produit défectueux. Si l'envoi de l'appareil pour réparation à l'étranger ou l'importation de pièces de rechange de l'étranger est nécessaire, la réparation peut prendre plus de temps.
3. La loi du pays de livraison des marchandises s'applique, y compris les dispositions relatives à la garantie. La Convention des Nations unies sur les contrats de vente internationale de marchandises ne s'applique pas.
4. La garantie ne couvre pas les dommages causés par une utilisation incorrecte.

## 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.



Le manuel d'utilisation est imprimé sur du papier recyclable. Veuillez le trier conformément aux consignes locales de tri.



## Ellenállás beállítása

Az ellenállás szintjét az egyéni igényeknek megfelelően állítsa be a kormányoszlopon található állító gomb segítségével.



## Ülésbeállítás

Csavarja ki a tekerőgombot, állítsa az ülést a megfelelő helyzetbe, majd húzza meg a tekerőgombot.





## 1. Kijelző nézet



## 2. A kijelzőn megjelenő szimbólumok

<b>TIME</b>	Kijelzi az edzés kezdete óta eltelt teljes időt. Tartomány: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Kijelzi az aktuális sebességet. Tartomány: 0,0–999,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Kijelzi az edzés kezdete óta megtett távolságot. Tartomány: 0,00–999,9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Kijelzi az edzés kezdete óta elégetett kalóriákat. Tartomány: 0,0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Kijelzi a mért pulzusszámot. A méréshez fogja meg mindkét kezével a pulzusérzékelőket, és a legpontosabb eredmény érdekében várjon 7 másodpercet. Tartomány: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Visszaszámlál egy kiválasztott paramétert: TIME, DIST vagy CAL a megadott értéktől nulláig. A visszaszámlálás indításához válassza ki a paramétert a MODE gombbal, majd állítsa be az értéket a SET gomb segítségével. Az edzés megkezdése után a számítógép automatikusan elindítja a visszaszámlálást.
<b>SCAN</b>	Automatikusan végiglépteti az összes paramétert a kijelzőn 5 másodpercenként.

**FIGYELMEZTETÉS:** A pulzusmérés eredményei nem tekinthetők orvosi adatnak, és nem használhatók diagnosztikai célokra.

## 3. Gombok funkciói

A számítógép bármely gomb megnyomására bekapcsol.

Ha a készüléket több mint 4 percig nem használják, a számítógép automatikusan kikapcsol.

<b>MODE</b>	Lehetővé teszi a kijelzőn megjelenítendő adatok kiválasztását. A számítógép a kiválasztott edzésparamétert jeleníti meg — válassza ki a MODE gombbal, majd kezdje el az edzést. A MODE gomb hosszabb ideig történő lenyomva tartása teljesen visszaállítja a paraméterek értékeit.
<b>SET</b>	Lehetővé teszi a visszaszámlálási funkció beállítását a kiválasztott paraméterhez: idő (TIME), távolság (DIST) vagy kalória (CAL).
<b>RESET</b>	Lehetővé teszi az edzés során elért értékek törlését. A számítógép visszaállításához nyomja meg és tartsa lenyomva a RESET gombot 4 másodpercig.



## 4. Elemek behelyezése

Távolítsa el az elemtartó fedelét. Helyezzen be 2×AAA 1,5 V elemet a számítógép hátoldalán található elemtartó rekeszbe, ügyelve a megfelelő polarításra. Ezután zárja vissza az elemtartó fedelét.

**MEGJEGYZÉS:** Az elemek eltávolítása után az összes tárolt funkcióérték nullára áll vissza..

## 5. Bluetooth-kapcsolat / Edzés a Kinomap és a Zwift alkalmazással

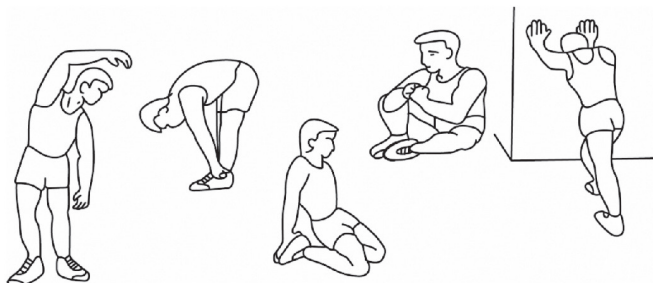
Miután a készüléket Bluetooth-kapcsolaton keresztül csatlakoztatta mobiltelefonjához, az aktuális edzésparamétereket okostelefonján követheti nyomon.

A funkció használatához töltsse le a dedikált Kinomap vagy Zwift alkalmazást. A legfrissebb verziók az App Store (iOS) és a Google Play Store (Android) áruházban érhetők el.

A berendezés rendszeres használata jótékony hatással van az egészségre. Javítja a fizikai állapotot, a közérzetet és erősíti az izmokat. Megfelelő étrenddel kombinálva hozzájárulhat a testsúly csökkentéséhez.

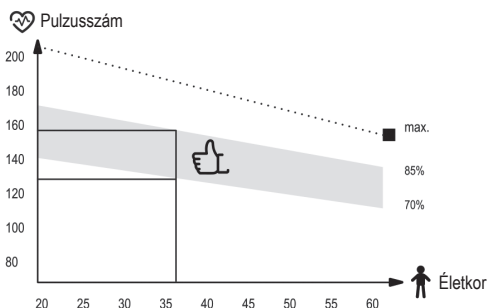
## 1. Bemelegítés

Ez az edzésfázis elősegíti a vérkeringés javítását az egész testben, és felkészíti az izmokat a fokozott terhelésre. Csökkenti az izomkontraktúrák vagy -sérülések kockázatát is. Célserű az alábbiakban bemutatott nyújtógyakorlatokat végezni. Minden gyakorlat kb. 30 másodpercig tartson. Ne erőltesse az izmokat! Ha fájdalmat érez, hagyja abba a gyakorlatot, vagy csökkentse a mozgástartományt.



## 2. Edzés

Ez az a szakasz, amely során a berendezést használja. Edzés közben saját tempójában, egyenletes intenzitással dolgozzon annak érdekében, hogy az életkorának megfelelő pulzstartományt érje el (lásd az alábbi ábrát). Ennek a szakasznak a minimális időtartama 12 perc.



## 3. Levezetés

Ez a szakasz az izmok ellazítására szolgál, és lehetővé teszi, hogy az olyan paraméterek, mint a vérnyomás, a légzés és a pulzusszám visszatérjenek a terhelés előtti állapotba. Gyakorlatilag a bemelegítés ismétlése csökkentett intenzitással. Ez a legrövidebb edzésfázis, és körülbelül 5 percig tart. A levezetési szakaszt nem szabad kihagyni.



1. A berendezés rendszeres karbantartása szükséges. A karbantartást legalább minden 20 üzemóra után el kell végezni.
2. A karbantartás magában foglalja:
  - a berendezés mozgó alkatrészeinek ellenőrzését és kenését. Javasolt kerékpárcsapágy-zsír vagy fitnessgépekhez való univerzális kenőzsír használata;
  - a berendezés egyéb részeinek ellenőrzését, különös tekintettel a csavarok és anyák meghúzására;
  - a tápkábelek (ha a berendezés rendelkezik ilyennel) sérülésének ellenőrzését.
3. A berendezés tisztításához enyhén vízzel, illetve szükség esetén szappanos vízzel megnedvesített puha ruhát használjon. Ne használjon erős vegyszereket vagy éles tisztítóeszközöket, amelyek károsíthatják a berendezést. A műanyag alkatrészek tisztításakor fokozott óvatosság szükséges.
4. Minden használat után távolítsa el az izzadság és a szennyeződés maradványait a berendezésről.



Probléma	Lehetséges megoldás
A számítógép nem jelenít meg adatokat.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Szerelje le a számítógépet, és ellenőrizze, hogy a kábelek megfelelően vannak-e csatlakoztatva, valamint nem sérültek-e.</li> <li>2. Ellenőrizze, hogy az elemek megfelelően vannak-e behelyezve.</li> <li>3. Ha a számítógép elemei lemerültek, cserélje ki őket újakra.</li> </ol>
A készülék használat közben zavaró hangokat ad ki.	Ellenőrizze, hogy a készülék minden alkatrésze megfelelően van-e felszerelve. Húzza meg a csavarokat.
A számítógép nem jeleníti meg a pulzusszámot, vagy a megjelenített értékek pontatlanok.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Győződjön meg arról, hogy a pulzusérzékelő és a számítógép kábelei megfelelően vannak csatlakoztatva.</li> <li>2. A helyes pulzuszám érdekében fogja meg mindkét kezével az érzékelőket. Ne fedje le, hogy a mérések enyhén pontatlanok lehetnek.</li> <li>3. Ne szorítsa túl erősen a kezét az érzékelőkön, mert ez mérési hibákat okozhat.</li> </ol>
A készülék instabil.	A készülék szintezéséhez forgassa el a hátsó stabilizátor végén található állítóelemet.



## Garanciális feltételek

- A vásárló az alábbi módokon nyújthat be panaszt:
  - az űrlap kitöltésével a weboldalon: <https://hop-sport.hu/reklamacio/>
  - írásban, a levelezési címre:  
**Hegen Distribution Sp. z o.o.**  
**ul. Sportowa 3a**  
**32-080 Zabierzów**  
**Lengyelország**
  - e-mailben: [support@hop-sport.hu](mailto:support@hop-sport.hu)
- A jótállási időszak alatt feltárt hibák a készülék kézbesítésének napjától számított 14 munkanapon belül díjmentesen kijavításra kerülnek. Amennyiben a terméket külföldre kell javításra küldeni, vagy a pótalkatrészeket külföldről kell beszerezni, a javítási idő meghosszabbodhat.
- Azon ország joga irányadó, ahová az árut kiszállították, beleértve a jótállási szabályokat is. A CISG nem alkalmazandó.
- A jótállás nem terjed ki a nem rendeltetésszerű használatból eredő károokra.

## HU Környezetvédelem



Ez a termék olyan csomagolásban kerül kiszállításra, amely megvédi az esetleges szállítás közbeni sérülésektől. A csomagolóanyagok nyersanyagok, és újrahasznosíthatók. Ezeket az anyagokat típusuk szerint selejtezze.



A környezet védelme érdekében a használt elemeket adja le egy megfelelő gyűjtőhelyen vagy újrahasznosító ponton. Ne dobja a használt elemeket a háztartási hulladékba. Ezzel hozzájárul a környezet védelméhez.



A használt elektromos berendezések (beleértve a jelen termékben található számítógépet is) újrahasznosítható anyagok, ezért nem szabad azokat a háztartási hulladék közé dobni, mivel az emberi egészségre és a környezetre veszélyes anyagokat tartalmazhatnak. Kérjük, aktívan járuljon hozzá a természeti erőforrások gazdaságos felhasználásához és a környezet védelméhez azáltal, hogy a használt elektromos berendezéseket a megfelelő újrahasznosító gyűjtőhelyen adja le.



A használati útmutató újrahasznosítható papírra lett nyomtatva. Az útmutatót a vonatkozó előírásoknak megfelelően szelektálja.



## Regolazione della resistenza

Regolare il livello di resistenza in base alle proprie esigenze individuali utilizzando la manopola di regolazione situata sul tubo del manubrio.



## Regolazione del sedile

Svitare la manopola, posizionare il sedile nella posizione corretta e serrare la manopola.





## 1. Vista del display



## 2. Indicazioni sul display

<b>TIME</b>	Visualizza il tempo totale dall'inizio dell'allenamento. Intervallo: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Visualizza la velocità attuale. Intervallo: 0–99,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Visualizza la distanza percorsa dall'inizio dell'allenamento. Intervallo: 0,0–999,9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Visualizza le calorie bruciate dall'inizio dell'allenamento. Intervallo: 0,0–9.999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Visualizza la frequenza cardiaca misurata. Per effettuare la misurazione, posizionare entrambe le mani sui sensori di pulsazione e attendere alcuni secondi per ottenere il risultato più accurato. Intervallo: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Conta alla rovescia un parametro selezionato: TIME, DIST o CAL, dal valore impostato a zero. Per avviare il conto alla rovescia, selezionare il parametro tramite il pulsante MODE e impostare il valore desiderato utilizzando il pulsante SET. Una volta iniziato l'allenamento, il computer avvia automaticamente il conto alla rovescia.
<b>SCAN</b>	Scorre automaticamente tutti i parametri sul display ogni 5 secondi.

**AVVERTENZA:** I risultati della misurazione della frequenza cardiaca non possono essere considerati come dati medici e non devono essere utilizzati per scopi diagnostici.

## 3. Funzioni dei pulsanti

Il computer si accende premendo un qualsiasi pulsante.

Se il dispositivo non viene utilizzato per più di 4 minuti, il computer si spegne automaticamente.

<b>MODE</b>	Consente di selezionare i dati da visualizzare sullo schermo. Il computer mostra il parametro di allenamento selezionato — selezionarlo tramite il pulsante MODE e avviare l'allenamento. Tenendo premuto il pulsante MODE per un periodo di tempo prolungato, i valori dei parametri vengono completamente azzerati.
<b>SET</b>	Consente di impostare la funzione di conto alla rovescia per il parametro selezionato: tempo (TIME), distanza (DIST) o calorie (CAL).
<b>RESET</b>	Consente di azzerare i valori dell'allenamento raggiunti durante l'esercizio. Per ripristinare il computer, tenere premuto il pulsante RESET per 4 secondi.



## 4. Installazione della batteria

Rimuovere il coperchio del vano batterie. Inserire 2 batterie AAA da 1,5 V nel vano situato sul retro del computer, assicurandosi di rispettare la corretta polarità. Quindi richiudere il coperchio del vano batterie.

**NOTA:** Dopo la rimozione delle batterie, tutti i valori delle funzioni memorizzate verranno azzerati.

## 5. Connessione Bluetooth / Allenamento con le app Kinomap e Zwift

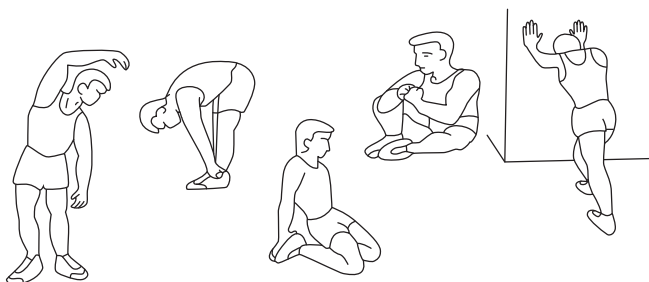
Dopo aver collegato il dispositivo al telefono cellulare tramite Bluetooth, è possibile monitorare i parametri di allenamento correnti sullo smartphone. Per utilizzare questa funzione, scaricare l'app dedicata Kinomap o Zwift. Le versioni più recenti sono disponibili su App Store (iOS) e Google Play Store (Android).



L'uso regolare dell'attrezzo è benefico per la salute. Migliora la condizione fisica, il benessere e rafforza i muscoli. In combinazione con una dieta appropriata, può favorire la perdita di peso.

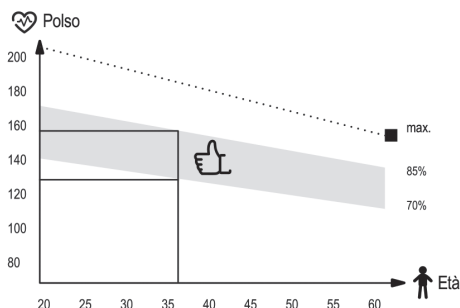
## 1. Riscaldamento

Questa fase aiuta a migliorare la circolazione sanguigna e a preparare i muscoli allo sforzo. Riduce anche il rischio di crampi o strappi muscolari. Si consiglia di eseguire esercizi di stretching come indicato di seguito. Ogni esercizio dovrebbe essere mantenuto per circa 30 secondi. Non forzare i muscoli! In caso di dolore, interrompere l'esercizio o ridurre il movimento.



## 2. Allenamento

Questa è la fase principale durante la quale si utilizza l'attrezzo. Allenarsi a un ritmo regolare, mantenendo la frequenza cardiaca adeguata all'età (vedi tabella). La durata minima consigliata è di 12 minuti.



## 3. Defaticamento

Serve a rilassare i muscoli e riportare valori come la pressione, la respirazione e il battito a livelli normali. Consiste in una ripetizione del riscaldamento, ma a ritmo ridotto. Questa fase dovrebbe durare circa 5 minuti ed essere la più breve. Non va saltata.

## IT Pulizia e manutenzione



1. È consigliabile effettuare regolarmente la manutenzione del dispositivo. Deve essere eseguita almeno ogni 20 ore di utilizzo dell'attrezzatura.
2. La manutenzione include:
  - controllare le parti mobili dell'attrezzatura e mantenerle lubrificate. Si consiglia di usare grassi per cuscinetti da bicicletta o grassi multicomponente per attrezzi fitness,
  - prendersi cura delle altre parti del dispositivo, cioè stringere bulloni e dadi,
  - controllare eventuali cavi di alimentazione presenti nel dispositivo per individuare danni.
3. Per la pulizia dell'attrezzatura si consiglia di usare un panno morbido leggermente inumidito con acqua o con acqua e sapone. Non utilizzare sostanze aggressive o materiali abrasivi che possano danneggiare il dispositivo. Prestare particolare attenzione alle parti in plastica.
4. Dopo ogni utilizzo, rimuovere tutte le tracce di sudore e sporco dal dispositivo.

## IT Risoluzione dei problem



Problema	Soluzione possibile
Il computer non visualizza i dati.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Smontare il computer e verificare che i cavi siano collegati correttamente e non siano danneggiati.</li><li>2. Controllare che le batterie siano inserite correttamente.</li><li>3. Se le batterie del computer sono scariche, sostituirle con batterie nuove.</li></ol>
Il dispositivo emette rumori anomali durante l'uso.	Verificare che tutte le parti del dispositivo siano installate correttamente. Serrare le viti.
Il computer non visualizza la frequenza cardiaca oppure i valori sono errati.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Assicurarsi che i cavi del sensore di pulsazione e del computer siano collegati correttamente.</li><li>2. Per garantire una corretta lettura della frequenza cardiaca, tenere entrambe le mani sui sensori. Tenere presente che le misurazioni possono essere leggermente imprecise.</li><li>3. Non stringere i sensori con eccessiva forza, poiché ciò può causare errori di misurazione.</li></ol>
Il prodotto è instabile.	Verificare che tutte le viti e i dadi siano ben serrati.



## Condizioni di garanzia

1. Il cliente ha le seguenti possibilità per presentare un reclamo:
  - tramite il modulo di reclamo disponibile sul sito web: <https://hop-sport.it/reclamo-di-garanzia/>
  - per iscritto al seguente indirizzo:  
**Hegen Distribution Sp. z o.o.**  
**ul. Sportowa 3a**  
**32-080 Zabierzów**  
**Polonia**
  - via e-mail: [support@hop-sport.it](mailto:support@hop-sport.it)
2. I difetti riscontrati durante il periodo di garanzia verranno generalmente eliminati gratuitamente entro 14 giorni lavorativi dalla data di ricezione del prodotto difettoso. Se è necessario inviare il dispositivo all'estero per la riparazione o importare pezzi di ricambio, il tempo di riparazione potrebbe essere più lungo.
3. Si applica la legge del paese in cui è stata consegnata la merce, incluse le disposizioni relative alla garanzia. La Convenzione CISG non è applicabile.
4. La garanzia non copre i danni causati da un uso improprio.

## IT **Protezione ambientale**



Questo articolo è stato imballato per proteggerlo da eventuali danni durante il trasporto. L'imballaggio è riciclabile. Smaltire questi materiali in base alla loro tipologia.



Per proteggere l'ambiente, portare le batterie usate in un centro di riciclaggio. Non gettare le batterie usate nei normali rifiuti domestici. In questo modo contribuirai alla protezione dell'ambiente.



I dispositivi elettrici usati (compreso il computer contenuto in questo articolo) sono materiali riciclabili — non devono essere smaltiti nei rifiuti domestici, poiché potrebbero contenere sostanze pericolose per la salute umana e per l'ambiente. Ti chiediamo gentilmente di collaborare attivamente alla gestione responsabile delle risorse naturali e alla tutela dell'ambiente, consegnando i dispositivi elettrici usati al centro di riciclaggio appropriato.



Carta  
RACCOLTA CARTA  
Verifica le disposizioni del tuo Comune



## Afstelling van de weerstand

Pas het weerstandsniveau aan uw individuele behoeften aan met behulp van de afstelknop die zich op de stuurkolom bevindt.



## Zittingafstelling

Draai de knop los, zet de zitting in de juiste positie en draai de knop weer vast.





## 1. Weergave van het scherm



## 2. Aanduidingen op het scherm

<b>TIME</b>	Geeft de totale tijd weer sinds het begin van de training. Bereik: 00:00–99:59
<b>SPEED</b>	Geeft de huidige snelheid weer. Bereik: 0,0–999,9 km/h
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Geeft de afgelegde afstand weer sinds het begin van de training. Bereik: 0,00–999,9 km
<b>CALORIES (CAL)</b>	Geeft het aantal verbrande calorieën weer sinds het begin van de training. Bereik: 0,0–9999 kcal
<b>PULSE (P)</b>	Geeft de gemeten hartslag weer. Om een meting uit te voeren, houdt u beide handen op de hartslagsensoren en wacht u 7 seconden voor het meest nauwkeurige resultaat. Bereik: 40–240 BPM
<b>ALARM</b>	Telt een geselecteerde parameter af: TIME, DIST of CAL, van een ingestelde waarde tot nul. Om de aftelling te starten, selecteert u de parameter met de MODE-knop en stelt u de waarde in met de SET-knop. Zodra de training begint, start de computer automatisch met aftellen.
<b>SCAN</b>	Doorloopt automatisch alle parameters op het scherm, elke 5 seconden.

**WAARSCHUWING:** De resultaten van de hartslagmeting kunnen niet worden beschouwd als medische gegevens en mogen niet voor diagnostische doeleinden worden gebruikt.

## 3. Functies van de knoppen

De computer schakelt in wanneer u op een willekeurige knop drukt.

Is het apparaat langer dan 4 minuten niet wordt gebruikt, schakelt de computer automatisch uit.

<b>MODE</b>	Maakt het mogelijk om te selecteren welke gegevens op het scherm worden weergegeven. De computer toont de geselecteerde trainingsparameter. Selecteer deze met de MODE-knop en start de training. Door de MODE-knop langere tijd ingedrukt te houden, worden de parameterwaarden volledig gereset.
<b>SET</b>	Maakt het mogelijk om de aftelfunctie in te stellen voor de geselecteerde parameter: tijd (TIME), afstand (DIST) of calorieën (CAL).
<b>RESET</b>	Maakt het mogelijk om de tijdens de training bereikte waarden te resetten. Om de computer te resetten, houdt u de RESET-knop 4 seconden ingedrukt.



## 4. Batterij-installatie

Verwijder het deksel van het batterijcompartiment. Plaats 2 AAA-batterijen van 1,5 V in het compartiment aan de achterkant van de computer en let daarbij op de juiste polariteit. Sluit vervolgens het deksel van het batterijcompartiment.

**OPMERKING:** Na het verwijderen van de batterijen worden alle opgeslagen functiewaarden teruggezet op nul.

## 5. Bluetooth-verbinding / Training met de Kinomap- en Zwift-app

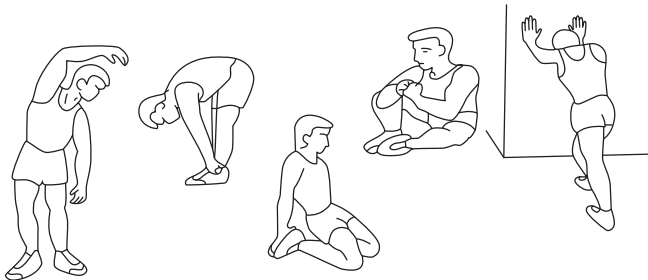
Na het verbinden van het apparaat met uw mobiele telefoon via Bluetooth kunt u de actuele trainingsparameters op uw smartphone volgen. Om deze functie te gebruiken, downloadt u de speciale Kinomap- of Zwift-app. De nieuwste versies zijn beschikbaar in de App Store (iOS) en de Google Play Store (Android).



Regelmatig gebruik van het toestel is goed voor uw gezondheid. Het verbetert de conditie, het welzijn en versterkt de spieren. In combinatie met een geschikt dieet draagt het bij aan gewichtsverlies.

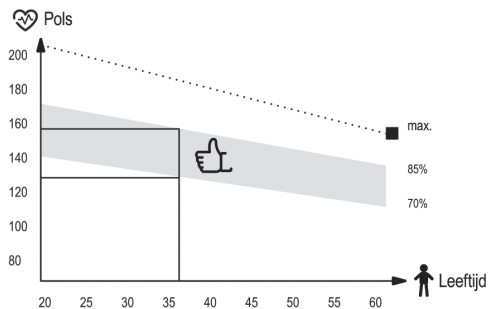
## 1. Opwarmen

Deze fase verbetert de bloedcirculatie en bereidt de spieren voor op inspanning. Vermindert het risico op spierkrampen of scheurtjes. Houd elke stretchpositie ongeveer 30 seconden aan. Forceer niets – voel je pijn, stop.



## 2. Training

Dit is de hoofdtrainingsfase. Train in een regelmatig tempo en houd je hartslag geschikt voor je leeftijd (zie tabel). Minimale duur: 12 minuten.



## 3. Afkoelen

Ontspant spieren en herstelt ademhaling, bloeddruk, hartslag. Zoals warming-up, maar langzamer. Duur: ongeveer 5 minuten. Sla deze fase niet over om spierbelasting te voorkomen.

# NL Reiniging en onderhoud



1. Regelmatig onderhoud van het apparaat wordt aanbevolen. Dit dient minstens om de 20 gebruiksuren van het apparaat uitgevoerd te worden.
2. Onderhoud omvat:
  - het controleren van bewegende delen van het apparaat en deze goed ingevet houden. Het wordt aanbevolen om fietslagervet of multicomponentenvet voor fitnessapparatuur te gebruiken,
  - het controleren en vastzetten van andere onderdelen van het apparaat, zoals bouten en moeren,
  - het inspecteren van stroomkabels (indien aanwezig in het apparaat) op beschadigingen.
3. Voor het reinigen van het apparaat wordt aangeraden een zachte doek te gebruiken die licht bevochtigd is met water of met water en zeep. Gebruik geen agressieve middelen of schurende materialen die het apparaat kunnen beschadigen. Besteed speciale aandacht aan kunststof onderdelen.
4. Verwijder na elk gebruik alle sporen van zweet en vuil van het apparaat.

# NL Probleemoplossing



Probleem	Mogelijke oplossing
<b>De computer geeft geen gegevens weer.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Demonteer de computer en controleer of de kabels correct zijn aangesloten en niet beschadigd zijn.</li><li>2. Controleer of de batterijen correct zijn geplaatst.</li><li>3. Als de batterijen in de computer leeg zijn, vervang deze door nieuwe.</li></ol>
<b>Het apparaat maakt storende geluiden tijdens gebruik.</b>	Controleer of alle onderdelen van het apparaat correct zijn gemonteerd. Draai de schroeven vast.
<b>De computer geeft geen hartslag weer of de waarden zijn onjuist.</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zorg ervoor dat de hartslagsensor en de computerkabels correct zijn aangesloten.</li><li>2. Voor een correcte hartslagmeting houdt u beide handen op de sensoren. Houd er rekening mee dat de meting enigszins onnauwkeurig kan zijn.</li><li>3. Klem uw handen niet te stevig om de sensoren, aangezien dit meefouten kan veroorzaken.</li></ol>
<b>Product is onstabiel.</b>	Controleer of alle moeren en bouten goed vastzitten.



## Garantievoorwaarden

1. U heeft de volgende mogelijkheden om een klacht in te dienen:
  - via het klachtenformulier op de website: <https://hop-sport.nl/klacht/>
  - schriftelijk naar het volgende adres:  
**Hegen Deutschland GmbH**  
**Chausseestraße 80D**  
**17321 Löcknitz**  
**Duitsland**
  - per e-mail: [support@hop-sport.nl](mailto:support@hop-sport.nl)
2. Gebreken die zich tijdens de garantieperiode voordoen, worden in de regel binnen 14 werkdagen na de leveringsdatum van het defecte product kosteloos verholpen. Als het apparaat voor reparatie naar het buitenland moet worden verzonden of als er reserveonderdelen uit het buitenland moeten worden geïmporteerd, kan de reparatie langer duren.
3. Het recht van het land waarin de goederen zijn geleverd is van toepassing, inclusief de betreffende garantieregels. Het Weens Koopverdrag is niet van toepassing.
4. De garantie dekt geen schade die is veroorzaakt door onjuist of onoordeelkundig gebruik.

## NL Milieubescherming



Dit product is verpakt om het tijdens het transport tegen mogelijke schade te beschermen. De verpakking is recyclebaar. Gooi deze materialen weg volgens hun type.



Om het milieu te beschermen, breng gebruikte batterijen naar een inzamelpunt voor recycling. Gooi gebruikte batterijen niet bij het huishoudelijk afval. Zo draagt u bij aan milieubescherming.



Gebruikte elektrische apparaten (waaronder de computer in dit artikel) zijn recyclebare materialen — gooi ze niet weg met het huishoudelijk afval, omdat ze gevaarlijke stoffen kunnen bevatten die schadelijk zijn voor de gezondheid en het milieu. Wij vragen u vriendelijk om actief bij te dragen aan een verantwoord beheer van natuurlijke hulpbronnen en milieubescherming door gebruikte elektrische apparaten naar het juiste inzamelpunt te brengen.



De handleiding is gedrukt op recyclebaar papier. Sorteert het volgens de geldende afvalscheidingsrichtlijnen.



## Regulacja oporu

Dostosuj poziom oporu do swoich indywidualnych potrzeb za pomocą pokrętła regulacyjnego, znajdującego się na kolumnie kierownicy.



## Regulacja siodełka

Odkręć pokrętło, ustaw siodełko w odpowiedniej pozycji i dokręć pokrętło.





## 1. Widok wyświetlacza



## 2. Oznaczenia na wyświetlaczu

<b>TIME</b>	Wyświetla całkowity czas od rozpoczęcia treningu. Zakres 00:00-99:59.
<b>SPEED</b>	Wyświetla bieżącą prędkość. Zakres 0.0-999.9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Wyświetla aktualnie przebyty dystans od początku treningu. Zakres 0.00-999.9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Wyświetla spalone kalorie od rozpoczęcia treningu. Zakres 0.0-9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Wyświetla mierzony puls. Aby dokonać pomiaru chwyć obiema rękami za sensory pulsu i odczekaj 7 sekund dla najlepszego pomiaru. Zakres 40-240 BPM.
<b>ALARM</b>	Odciska wybrany parametr: TIME, DIST lub CAL od żądanej wartości do zera. Aby uruchomić odliczanie, wybierz parametr przyciskiem MODE i ustaw jego wartość za pomocą przycisku SET. Gdy rozpoczniesz trening, komputer uruchomi odliczanie.
<b>SCAN</b>	Automatycznie wyświetla kolejne parametry na ekranie co 5 sekund.

**UWAGA:** Wyniki pomiaru pulsu nie mogą być traktowane jako dane medyczne i wykorzystywane w celach diagnostycznych.

## 3. Funkcje przycisków

Komputer włączy się, jeżeli naciśnięty zostanie dowolny przycisk.

Jeżeli urządzenie nie będzie używane przez dłużej niż 4 minuty, komputer wyłączy się automatycznie.

<b>MODE</b>	Pozwala wybrać dane do wyświetlania na ekranie. Aby komputer wyświetlił wybrany parametr treningu, wybierz go za pomocą przycisku MODE i rozpocznij trening. Przytrzymanie przycisku MODE przez dłuższy czas spowoduje całkowite wyzerowanie wartości parametrów.
<b>SET</b>	Umożliwia uruchomienie funkcji odliczania wybranego parametru: czasu (TIME), dystansu (DIST) lub kalorii (CAL).
<b>RESET</b>	Pozwala zresetować osiągnięte podczas treningów parametry. Aby zresetować komputer, przytrzymaj przycisk RESET przez 4 sekundy.



## 4. Montaż baterii

Zdejmij pokrywę komory baterii. Włóż 2 baterie AAA 1,5 V do komory znajdującej się z tyłu komputera, zachowując prawidłową polaryzację. Następnie zamknij komorę baterii pokrywą.

**UWAGA:** Po wyjęciu baterii wszystkie zapisane wartości funkcji zostaną zresetowane do zera.

## 5. Łączenie przez Bluetooth / Trening z aplikacją Kinomap i Zwift

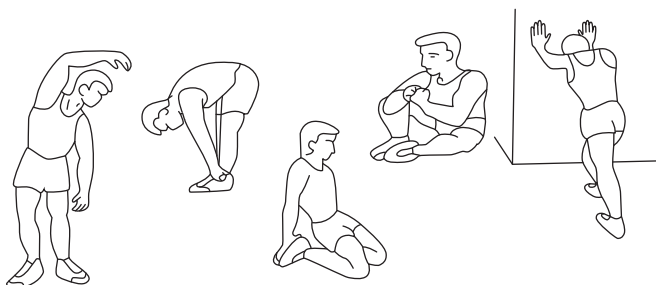
Po połączeniu urządzenia z telefonem komórkowym za pomocą Bluetooth, możesz na swoim smartfonie obserwować parametry aktualnie wykonywanego treningu. Aby skorzystać z tej funkcji, pobierz dedykowaną aplikację Kinomap lub Zwift. Najnowsze wersje dostępne są w AppStore (iOS) oraz Google Play Store (Android).



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

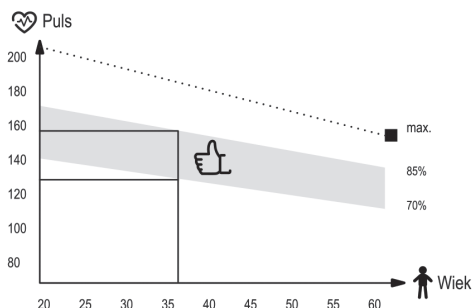
## 1. Rozgrzewka

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.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zdemontuj komputer i sprawdź, czy przewody są prawidłowo połączone i czy nie są uszkodzone.</li><li>2. Sprawdź, czy baterie są prawidłowo umieszczone.</li><li>3. Baterie w komputerze mogą być wyczerpane. Wymień je na nowe.</li></ol>
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"><li>1. Upewnij się, czy przewody sensora pulsu i komputera są prawidłowo połączone.</li><li>2. By zapewnić prawidłowy odczyt pulsu, przytrzymaj obie dłonie na sensorach. Pamiętaj, że pomiary systemu monitorowania tętna mogą być niedokładne.</li><li>3. Nie zaciskaj dłoni na sensorach zbyt mocno. Może to powodować błędy w pomiarach.</li></ol>
Sprzęt jest niestabilny.	Przekręć kocówkę tylnego stabilizatora, by wypoziomować urządzenie.



## Warunki gwarancji

- Klient ma następujące możliwości zgłoszenia reklamacji:
  - za pośrednictwem formularza reklamacyjnego na stronie internetowej: <https://www.hop-sport.pl/serwis/>
  - pisemnie na adres korespondencyjny:  
**Hegen Distribution Sp. z o.o.**  
**ul. Sportowa 3a**  
**32-080 Zabierzów**  
**Polska**
  - pocztą elektroniczną: [sklep@hop-sport.com](mailto:sklep@hop-sport.com)
- Wady powstałe w okresie gwarancyjnym będą zazwyczaj usuwane bezpłatnie w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia wadliwego produktu. W przypadku konieczności wysłania produktu do naprawy za granicę lub sprowadzenia części zamiennych z zagranicy, naprawa może potrwać dłużej.
- Zastosowanie ma prawo kraju, do którego dostarczony towar, w tym przepisy dotyczące gwarancji. Konwencja CISG nie ma zastosowania.
- Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem.

## 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.



Instrukcja obsługi została wydrukowana na papierze nadającym się do recyklingu. Segreguj ją zgodnie z zasadami.



## Reglarea rezistenței

Reglați nivelul de rezistență în funcție de nevoile dumneavoastră individuale cu ajutorul butonului de reglare amplasat pe coloana ghidonului.



## Reglarea șezutului

Deșurubați butonul rotativ, setați șezutul în poziția corectă și strângeți butonul rotativ.





## 1. Afișajul ecranului



## 2. Simboluri pe afișaj

<b>TIME</b>	Afișează timpul total de la începutul antrenamentului. Interval: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Afișează viteza curentă. Interval: 0,0–999,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Afișează distanța parcursă de la începutul antrenamentului. Interval: 0,00–999,9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Afișează calorii arse de la începutul antrenamentului. Interval: 0,0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Afișează ritmul cardiac măsurat. Pentru efectuarea măsurării, țineți ambele mâini pe senzorii de puls și așteptați 7 secunde pentru obținerea celui mai precis rezultat. Interval: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Realizează numărătoarea inversă pentru un parametru selectat: TIME, DIST sau CAL, de la valoarea setată până la zero. Pentru a porni numărătoarea inversă, selectați parametrul folosind butonul MODE și setați valoarea acestuia cu ajutorul butonului SET. După începerea antrenamentului, computerul va porni automat numărătoarea inversă.
<b>SCAN</b>	Parcurge automat toți parametrii de pe ecran la fiecare 5 secunde.

**AVERTISMENT:** Rezultatele măsurării pulsului nu pot fi considerate date medicale și nu pot fi utilizate în scopuri de diagnostic.

## 3. Funcțiile butoanelor

Computerul se va porni dacă apăsați orice buton.

Dacă dispozitivul nu este utilizat timp de mai mult de 4 minute, computerul se va opri automat.

<b>MODE</b>	Permite selectarea datelor care vor fi afișate pe ecran. Computerul va afișa parametrul de antrenament selectat — selectați-l folosind butonul MODE și începeți antrenamentul. Menținerea apăsată a butonului MODE pentru o perioadă mai lungă va reseta complet valorile parametrilor.
<b>SET</b>	Permite setarea funcției de numărătoare inversă pentru parametrul selectat: timp (TIME), distanță (DIST) sau calorii (CAL).
<b>RESET</b>	Permite resetarea valorilor antrenamentului obținute în timpul exercițiului. Pentru a reseta computerul, apăsați și mențineți apăsat butonul RESET timp de 4 secunde.



## 4. Instalarea bateriilor

Scoateți capacul compartimentului pentru baterii. Introduceți 2 baterii AAA 1,5 V în compartimentul situat pe partea din spate a computerului, asigurând polaritatea corectă. Apoi închideți capacul compartimentului pentru baterii.

**NOTĂ:** După scoaterea bateriilor, toate valorile funcțiilor memorate vor fi resetate la zero.

## 5. Conexiune Bluetooth / Antrenament cu aplicațiile Kinomap și Zwift

După conectarea dispozitivului la telefonul mobil prin Bluetooth, puteți monitoriza parametrii curenți ai antrenamentului pe smartphone.

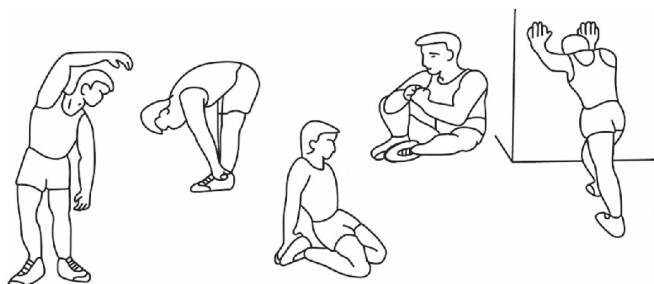
Pentru a utiliza această funcție, descărcați aplicația dedicată Kinomap sau Zwift. Cele mai recente versiuni sunt disponibile în App Store (iOS) și Google Play Store (Android).



Utilizarea regulată a echipamentului va avea un efect benefic asupra sănătății dumneavoastră. Va îmbunătăți condiția fizică, starea de bine și va întări musculatura. Combinat cu o dietă adecvată, poate contribui la pierderea în greutate.

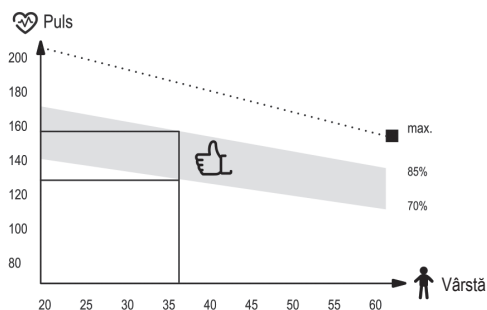
## 1. Încălzire

Această fază a antrenamentului ajută la îmbunătățirea circulației sanguine în întregul corp și la pregătirea mușchilor pentru un efort crescut. De asemenea, reduce riscul de contracturi sau leziuni musculare. Se recomandă efectuarea exercițiilor de întindere prezentate mai jos. Fiecare exercițiu ar trebui să dureze aproximativ 30 de secunde. Nu suprasolicitați mușchii! Dacă simțiți durere, opriți exercițiul sau reduceți amplitudinea mișcării.



## 2. Antrenament

Această este etapa în care utilizați echipamentul. Antrenați-vă în propriul ritm, relativ constant, pentru a atinge o frecvență cardiacă adecvată vârstei dumneavoastră (a se vedea graficul de mai jos). Durata minimă a acestei etape este de 12 minute.



## 3. Relaxare

Această etapă este destinată relaxării musculaturii și permite tuturor parametrilor, precum tensiunea arterială, respirația și frecvența cardiacă, să revină la nivelul anterior efortului. Practic, reprezintă o repetare a încălzirii, dar la un ritm redus al exercițiilor. Aceasta este cea mai scurtă etapă a antrenamentului și durează aproximativ 5 minute. Etapa de relaxare nu trebuie omisă.

## RO Curățare și întreținere



1. Se recomandă efectuarea întreținerii regulate a echipamentului. Aceasta trebuie realizată cel puțin la fiecare 20 de ore de funcționare a echipamentului.
2. Întreținerea include:
  - verificarea componentelor mobile ale echipamentului și menținerea acestora lubrifiate. Se recomandă utilizarea unsoarelor pentru rulmenți de bicicletă sau a unsoarelor multifuncționale destinate echipamentelor fitness;
  - verificarea celorlalte componente ale echipamentului, inclusiv strângerea șuruburilor și piulițelor;
  - verificarea cablurilor de alimentare (dacă echipamentul este prevăzut cu acestea) pentru eventuale deteriorări.
3. Pentru curățarea echipamentului, se recomandă utilizarea unei lavete moi, ușor umezite cu apă sau, dacă este necesar, cu apă și săpun. Nu utilizați substanțe puternice sau materiale abrazive care pot deteriora echipamentul. Acordați o atenție deosebită componentelor din plastic.
4. După fiecare utilizare, îndepărtați toate urmele de transpirație și murdărie de pe echipament.

## RO Depanare



Problemă	Soluție posibilă
Computerul nu afișează date.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Demontați computerul și verificați dacă cablurile sunt conectate corect și nu sunt deteriorate.</li><li>2. Verificați dacă bateriile sunt introduse corect.</li><li>3. Dacă bateriile din computer sunt descărcate, înlocuiți-le cu unele noi.</li></ol>
Dispozitivul produce zgomote deranjante în timpul utilizării.	Verificați dacă toate componentele dispozitivului sunt montate corect. Strângeți șuruburile.
Computerul nu afișează ritmul cardiac sau valorile sunt incorecte.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Asigurați-vă că senzorul de puls și cablurile computerului sunt conectate corect.</li><li>2. Pentru a asigura o citire corectă a pulsului, țineți ambele mâini pe senzori. Rețineți că măsurătorile pot fi ușor inexacte.</li><li>3. Nu strângeți prea tare mâinile pe senzori, deoarece acest lucru poate provoca erori de măsurare.</li></ol>
Echipamentul este instabil.	Rotiți capătul stabilizatorului din spate pentru a nivela dispozitivul.



## Condiții de garanție

1. Clientul are următoarele opțiuni pentru depunerea unei reclamații:
  - prin completarea formularului de pe site-ul web: <https://hop-sport.ro/reclamatii/>
  - în scris, la adresa de corespondență:  
**Hegen Distribution Sp. z o.o.**  
**ul. Sportowa 3a**  
**32-080 Zabierzów**  
**Polonia**
  - prin e-mail: [support@hop-sport.ro](mailto:support@hop-sport.ro)
2. Defectele constatate în perioada de garanție vor fi remediate gratuit în termen de 14 zile lucrătoare de la data livrării dispozitivului. Dacă este necesară trimiterea produsului la reparare în străinătate sau importul pieselor de schimb din străinătate, termenul de reparație poate fi prelungit.
3. Se aplică legislația țării în care a fost livrat produsul, inclusiv prevederile privind garanția. Convenția CISG nu se aplică.
4. Garanția nu acoperă deteriorările cauzate de utilizarea necorespunzătoare.

## RO Protecția mediului



Acest produs este livrat într-un ambalaj pentru a-l proteja de eventuale deteriorări în timpul transportului. Ambalajele sunt materii prime neprelucrate și pot fi reciclate. Aruncați aceste materiale în funcție de tipul lor.



Pentru a proteja mediul înconjurător, duceți bateriile uzate la un centru de reciclare. Nu aruncați bateriile uzate în coșurile de gunoi menajer. În acest mod veți contribui la protecția mediului.



Dispozitivele electrice uzate (inclusiv computerul din acest produs) sunt materiale reciclabile — nu trebuie aruncate împreună cu deșeurile menajere, deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătatea umană și pentru mediu! Vă rugăm să contribuiți activ la gestionarea responsabilă a resurselor naturale și la protecția mediului prin predarea dispozitivelor electrice uzate la un centru de reciclare corespunzător.



Manualul de utilizare a fost tipărit pe hârtie reciclabilă. Sortați-l conform regulilor.



## Nastavenie odporu

Upravte úroveň odporu podľa svojich individuálnych potrieb za pomoci otočného gombíka, ktorý sa nachádza na stĺpiku volantu.



## Nastavenie sedadla

Uvoľnite otočný gombík, nastavte sedadlo do požadovanej polohy a utiahnite otočný gombík.





## 1. Displej



## 2. Údaje zobrazené na displeji

<b>TIME</b>	Zobrazuje celkový čas od začiatku tréningu. Rozsah: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Zobrazuje aktuálnu rýchlosť. Rozsah: 0,0–999,9 km/h.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Zobrazuje aktuálne prejdenú vzdialenosť od začiatku tréningu. Rozsah: 0,00–999,9 km.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Zobrazuje spálené kalórie od začiatku tréningu. Rozsah: 0,0–9999 kcal.
<b>PULSE (P)</b>	Zobrazuje nameraný pulz. Na meranie uchopte oboma rukami snímače pulzu a počkajte 7 sekúnd na čo najpresnejšie výsledky. Rozsah: 40–240 BPM.
<b>ALARM</b>	Odpôsobí zvolený parameter: TIME, DIST alebo CAL od nastavenej hodnoty po nulu. Na spustenie odpočtu vyberte parameter tlačidlom MODE a nastavte hodnotu pomocou tlačidla SET. Po začatí tréningu sa automaticky spustí odpočet.
<b>SCAN</b>	Automaticky zobrazuje jednotlivé parametre na obrazovke každých 5 sekúnd.

**POZNÁMKA:** Výsledky merania pulzu nemožno považovať za lekárske údaje a nemôžu sa používať na diagnostické účely.

## 3. Funkcie tlačidiel

Počítač sa zapne po stlačení ľubovoľného tlačidla.

Ak sa zariadenie nebude používať dlhšie ako 4 minúty, počítač sa automaticky vypne.

<b>MODE</b>	Umožňuje vybrať údaj, ktorý sa má zobrazovať na displeji. Počítač zobrazí zvolený tréningový parameter — vyberte ho pomocou tlačidla MODE a začinite tréning. Podržanie tlačidla MODE po dlhší čas spôsobí úplné vynulovanie hodnôt parametrov.
<b>SET</b>	Umožňuje nastaviť funkciu odpočítavania pre vybraný parameter: čas (TIME), vzdialenosť (DIST) alebo kalórie (CAL).
<b>RESET</b>	Umožňuje vynulovať hodnoty dosiahnuté počas tréningu. Na resetovanie počítča podržte tlačidlo RESET po dobu 4 sekúnd.



## 4. Inštalácia batérií

Odstráňte kryt priestoru na batérie. Vložte 2 batérie typu AAA 1,5 V do priehradky na zadnej strane počítača, pričom dodržte správnu polaritu. Potom zatvorte kryt priestoru na batérie.

**UPOZORNENIE:** Po vybratí batérií budú všetky uložené hodnoty funkcií vynulované.

## 5. Pripojenie cez Bluetooth / Tréning s aplikáciou Kinomap a Zwift

Po pripojení zariadenia k mobilnému telefónu pomocou Bluetooth môžete na svojom smartfóne sledovať aktuálne údaje o priebehu tréningu.

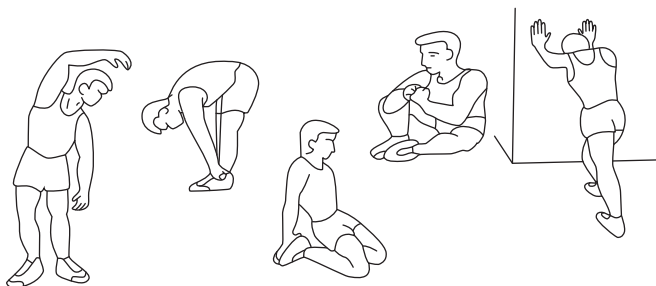
Na využitie tejto funkcie si stiahnite špeciálnu aplikáciu Kinomap alebo Zwift. Najnovšie verzie sú dostupné v AppStore (iOS) a Google Play Store (Android).



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

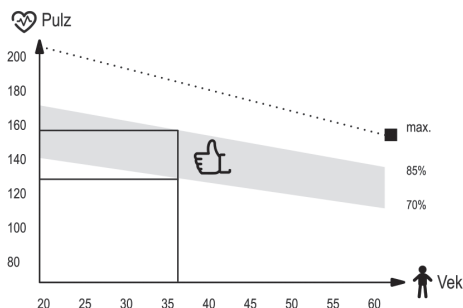
## 1. Rozcvička

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	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Demontujte počítač a skontrolujte, či sú káble správne pripojené a či nie sú poškodené.</li><li>2. Skontrolujte, či sú batérie vložené správne.</li><li>3. Vymeňte batérie za nové.</li></ol>
Zariadenie vydáva rušivé zvuky počas používania.	Skontrolujte, či sú všetky časti zariadenia správne namontované. Utiahnite skrutky.
Neukazujú sa hodnoty pulzu, alebo hodnoty sú zlé.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Uistite sa, že prevody senzoru sú správne pripevnené.</li><li>2. Aby ste zaistili správne marenia pulzu držte obe dlane na senzoroch. Pamätajte, že systém merania pulzu nemusí byť úplne presný.</li><li>3. Príliš pevné uchopenie senzorov pulzu. Držte dlane na senzoroch pulzu a nestláčajte dlane príliš silno.</li></ol>
Zariadenie nie je stabilné.	Nastavte koncovku zadného stabilizátora tak, aby ste dali stroj do roviny.



## Záručné podmienky

1. Zákazník má nasledujúce možnosti uplatnenia reklamácie:
  - prostredníctvom krokov na webovej stránke: <https://hop-sport.sk/servis/>
  - písomne na adresu  
**Hegen Česko s. r. o.**  
**Stavbařů 2201/36**  
**734 01 Karviná-Mizerov**  
**Česká republika**
  - e-mailom: [info@hop-sport.sk](mailto:info@hop-sport.sk)
2. Reklamácia vrátane odstránenia vady musí byť vybavená a kupujúci o tom musí byť informovaný najneskôr do tridsiatich (30) dní odo dňa uplatnenia reklamácie, pokiaľ sa predávajúci s kupujúcim nedohodne na dlhšej lehote. Ak je potrebné poslať produkt na opravu do zahraničia alebo doviesť náhradné diely zo zahraničia, oprava môže trvať dlhšie.
3. Použije sa právo krajiny, do ktorej bol tovar dodaný, vrátane záručných ustanovení. Neplatí Dohovor OSN o zmluvách o medzinárodnej kúpe tovaru.
4. Záruka sa nevzťahuje na poškodenia spôsobené nesprávnym používaním.

## 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.



Opatrované 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.



Návod na použitie bol vytlačený na recyklovateľnom papieri. Triediť ho podľa platných pravidiel.



## Регулювання навантаження

Відрегулюйте рівень навантаження під ваші індивідуальні потреби, використовуючи ручку регулювання на рульовій колоні.



## Регулювання сидіння

Відкрутіть ручку, встановіть сидіння в необхідне положення і затягніть ручку.





## 1. Дисплей



## 2. Відображення дисплея

<b>TIME</b>	Відображає загальний час з початку тренування. Діапазон: 00:00–99:59.
<b>SPEED</b>	Відображає поточну швидкість. Діапазон: 0,0–999,9 км/год.
<b>DISTANCE (DIST)</b>	Відображає пройдено відстань з початку тренування. Діапазон: 0,00–999,9 км.
<b>CALORIES (CAL)</b>	Відображає кількість спалених калорій з початку тренування. Діапазон: 0,0–9999 ккал.
<b>PULSE (P)</b>	Відображає вимірний пульс. Щоб здійснити вимірювання, тримайте обома руками сенсори пульсу та зачекайте 7 секунд для найточнішого результату. Діапазон: 40–240 уд./хв.
<b>ALARM</b>	Відлічує вибраний параметр: TIME, DIST або CAL від заданого значення до нуля. Щоб запустити зворотний відлік, виберіть параметр кнопкою MODE і встановіть значення кнопкою SET. Коли ви почнете тренування, таймер автоматично запуститься.
<b>SCAN</b>	Автоматично відображає кожен параметр на екрані кожні 5 секунд.

**ПРИМІТКА:** Результати вимірювання пульсу не можуть використовуватися як медичні показники і з метою діагностики.

## 3. Функції кнопки

Комп'ютер увімкнеться, якщо натиснути будь яку кнопку.

Якщо обладнання не буде використовуватися більше 4 хвилин, комп'ютер автоматично вимкнеться.

<b>MODE</b>	Дозволяє вибрати дані для відображення на екрані. Комп'ютер покаже обраний параметр тренування — виберіть його кнопкою MODE і почніть тренування. Утримування кнопки MODE протягом тривалого часу призведе до повного скидання значень параметрів.
<b>SET</b>	Дозволяє встановити функцію зворотного відліку для вибраного параметра: часу (TIME), дистанції (DIST) або калорій (CAL).
<b>RESET</b>	Дозволяє скинути до нуля значення, досягнути під час тренування. Щоб скинути комп'ютер, утримуйте кнопку RESET протягом 4 секунд.



## 4. Встановлення батарейок

Зніміть кришку відсіку для батарейок. Вставте 2 батарейки типу AAA 1,5 В у відсік на задній частині комп'ютера, дотримуючись правильної полярності. Потім закрийте кришку відсіку для батарейок.

**УВАГА:** Після вилучення батарей всі збережені значення функцій буде скинуто до нуля.

## 5. Підключення через Bluetooth / Тренування з додатком Kinomap і Zwift

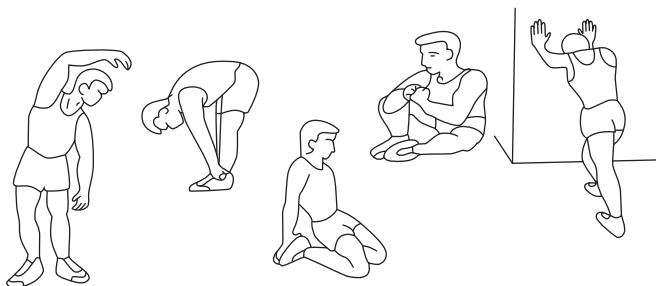
Після підключення пристрою до мобільного телефону через Bluetooth ви зможете переглядати поточні параметри тренування на своєму смартфоні. Щоб скористатися цією функцією, завантажте спеціальний додаток Kinomap або Zwift. Найновіші версії доступні в AppStore (iOS) та Google Play Store (Android).



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.

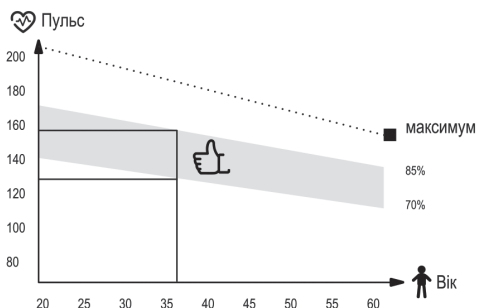
## 1. Розминка

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.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Перевірте підключення комп'ютера і переконайтеся, що кабелі підключені правильно та що вони не пошкоджені.</li><li>2. Переконайтеся, що батарейки вставлені правильно.</li><li>3. Замініть батарейки на нові.</li></ol>
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"><li>1. Переконайтеся, що кабель датчиків і комп'ютера з'єднані правильно.</li><li>2. Щоб забезпечити належне читання пульсу, тримайте обидві руки на датчиках. Пам'ятайте, що вимірювання частоти серцевих скорочень може мати похибку.</li><li>3. Не тримайтеся за датчики пульсу надто міцно. Намагайтеся тримати руки на датчиках, не притискаючи їх занадто сильно.</li></ol>
Обладнання у нестійкому положенні.	Поверніть край заднього стабілізаторі, щоб вирівняти положення.



## Умови гарантії

1. Покупець має наступні варіанти подання скарги:
  - через форму заповнення рекламацийного формуляру на сайті.
  - письмово на адресу: електронною поштою: **info@hop-sport.ua**
2. Дефекти або пошкодження товару, виявлені протягом гарантійного періоду, будуть усунені безкоштовно протягом 14 робочих днів з дати доставки товару до сервісу. Якщо потрібно привезти деталі з-за кордону, термін ремонту може бути продовжений.
3. Всі гарантійні умови виконуються за законодавством країни, куди було доставлено товар, включаючи гарантійні положення. Конвенція ООН про договори міжнародної купівлі-продажу товарів не застосовується.
4. Гарантія не поширюється на пошкодження, що виникли внаслідок неналежного використання.

## 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.



Інструкцію надруковано на папері, придатному для переробки. Сортуйте її відповідно до чинних правил.





Vyrobeno v Číně  
Hergestellt in China  
Made in China  
Fabricado en China  
Fabriqué en Chine  
Kínában készült

Prodotto in Cina  
Gemaakt in China  
Wyprodukowano w Chinach  
Fabricat în China  
Vyrobené v Číne  
Вироблено в Китаї

#### DISTRIBUTION

**PL** Hegen Distribution Sp. z o.o.  
Sportowa 3A  
32-080 Zabierzów

**DE** Hegen Deutschland GmbH  
Chausseestraße 80D  
17321 Löcknitz

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

**UK** Hegen UK Ltd  
Ealing Cross, 1st Floor, 85 Uxbridge Road  
London, W5 5TH

#### IMPORTER

**PL** Hegen Europe Sp. z o.o.  
Sportowa 3A  
32-080 Zabierzów