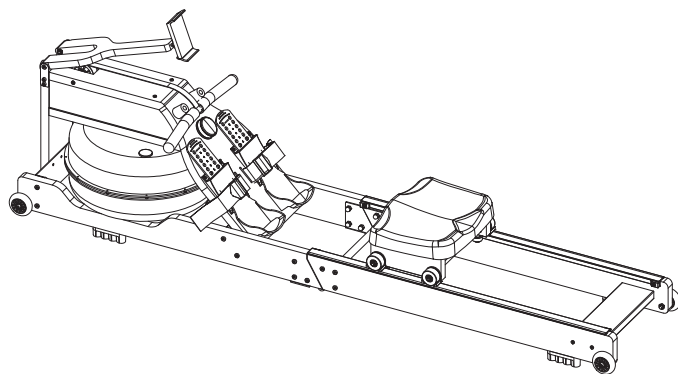




HS-200WR AQUEN



CZ

Vodní veslovací trenažér

IT

Vogatore ad acqua

DE

Wasserrudergerät

NL

Waterroeimachine

EN

Water rowing machine

PL

Wioślarz wodny

ES

Máquina de remo de agua

RO

Aparat de vâslit cu rezistență pe apă

FR

Rameur à Eau

SK

Vodný veslovací trenažér

HU

Vízes evezőgép

UA

Гребний акватренажер

CZ	UPOZORNĚNÍ	1
DE	WARNUNGEN	2
EN	WARNINGS	3
ES	ADVERTENCIAS	4
FR	AVERTISSEMENTS	5
HU	FIGYELMEZTETÉSEK	6
IT	AVVERTENZE	7
NL	WAARSCHUWINGEN	8
PL	OSTRZEŻENIA	9
RO	AVERTISMENTE	10
SK	UPOZORNENIE	11
UA	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	15
CZ	NÁVOD K POUŽITÍ	24
DE	BEDIENUNGSANLEITUNG	34
EN	INSTRUCTION	44
ES	MANUAL DE INSTRUCCIONES	54
FR	INSTRUCTIONS D'UTILISATION	64
HU	IHASZNÁLATI ÚTMUTATÓ	74
IT	MANUALE DI ISTRUZIONI	84
NL	GEBRUIKSAANWIJZING	94
PL	INSTRUKCJA OBSŁUGI	104
RO	MANUAL DE UTILIZARE	114
SK	NÁVOD NA POUŽITIE	124
UA	ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ	134



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

1. Plnou bezpečnost a účinnost použití je možné dosáhnout za předpokladu, že zařízení je smontováno a používáno v souladu s těmito pokyny. Nezapomeňte informovat všechny uživatele zařízení o omezeních, varováních a bezpečnostních opatřeních. Nejsme zodpovědní za problémy nebo zranění způsobené jednáním v rozporu s pravidly stanovenými v této příručce.
2. Výrobek se může používat pouze pro určený účel.
3. Zařízení je určeno pouze pro použití v domácnosti dospělými osobami. Nenechávejte zařízení na místě přístupném dětem. Během tréninku by děti měly být pod dohledem dospělých.
4. Přístroj by měl být skladován na suchém a teplém místě mimo přímého slunečního záření.
5. Vyvarujte se kontaktu počítače s vodou, protože voda by ho mohla poškodit nebo způsobit zkrat.
6. Zařízení není vhodné pro rehabilitační účely.
7. Zařízení může používat najednou jedna osoba.
8. Zařízení umístěte na rovný, stabilní a čistý povrch.
9. K ochraně podlahy pod zařízením se doporučuje použít koberec, podložku nebo jiný podklad.
10. Pod strojem v oblasti montáže položte vhodnou základnu (např. gumovou podložku, dřevěnou základnu atd.), aby nedošlo ke znečištění.
11. Před zahájením tréninku zkontrolujte, zda je zařízení kompletní a zda jsou všechny části na svém místě.
12. Pokud máte jakékoliv zdravotní problémy / chronická onemocnění nebo jde-li o váš první trénink na tomto typu vybavení, před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit zranění.
13. Před použitím zařízení se zahřejte.
14. Pokud během cvičení na přístroji pociťujete bolest, nepravidelný srdeční rytmus, dušnost, závratě nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit. Před pokračováním v cvičení byste měli vyhledat lékařskou pomoc.
15. Nenoste dlouhé, volné oblečení, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech.
16. Nezapomeňte na zapínání pásů na pedálech.
17. Zařízení používejte pouze tehdy, když je v pořádku z technické stránky. Pokud během používání zjistíte poškození některých komponentů nebo uslyšíte rušivý zvuk ze zařízení, přestaňte cvičit. Nepoužívejte zařízení, dokud se problém nevyřeší.
18. Neprovádějte žádné opravy zařízení kromě těch, které jsou popsány v této příručce. V případě jakýchkoliv problémů kontaktujte servis (kontaktní údaje jsou uvedeny dále v příručce).
19. Minimální volný prostor potřebný pro bezpečný provoz zařízení činí ne méně než dva metry.
20. Maximální povolená hmotnost uživatele je 180 kg.
21. Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou EN ISO 20957-7:2021-11 ve třídě H. C.

DE Warnungen



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

1. Die volle Sicherheit und Wirksamkeit bei Gebrauch kann erreicht werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen zusammengebaut und verwendet wird. Denken Sie daran, die Benutzer des Geräts über alle Einschränkungen, Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren. Wir sind nicht verantwortlich für Probleme oder Verletzungen, die durch einen Verstoß gegen die in diesem Handbuch festgelegten Regeln verursacht werden.
2. Das Produkt darf nur für seine Bestimmung verwendet werden.
3. Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch durch Erwachsene bestimmt. Lassen Sie das Gerät nicht an einem für Kinder zugänglichen Ort. Während des Trainings sollten Minderjährige unter Aufsicht von Erwachsenen sein.
4. Das Gerät sollte an einem trockenen und warmen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung gelagert werden.
5. Vermeiden Sie, dass der Computer mit Wasser in Kontakt kommt, da dies Beschädigungen oder einen Kurzschluss verursachen kann.
6. Das Gerät ist nicht für Rehabilitationszwecke geeignet.
7. Jeweils eine Person kann das Gerät benutzen.
8. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile, saubere und freie Oberfläche.
9. Es wird empfohlen, einen Teppich, eine Matte oder eine andere Unterlage zu verwenden, um den Boden unter dem Gerät zu schützen.
10. Legen Sie im Montagebereich eine geeignete Unterlage (z. B. eine Gummimatte, eine Holzunterlage usw.) unter das Gerät, um Verschmutzungen zu vermeiden.
11. Bevor Sie mit dem Training beginnen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig und alle Teile vorhanden sind.
12. Wenn Sie gesundheitliche Probleme / chronische Krankheiten haben oder zum ersten Mal mit dieser Art von Gerät trainieren, konsultieren Sie vor dem Training einen Arzt oder Spezialisten. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen.
13. Wärmen Sie sich auf, bevor Sie das Gerät benutzen.
14. Wenn Sie während des Trainings Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab. Bevor Sie das Trainingsprogramm fortsetzen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.
15. Tragen Sie keine langen, losen Kleidungsstücke, die sich in beweglichen Teilen verfangen könnten.
16. Denken Sie daran, die an den Pedalen befestigten Riemen festzuzschnallen.
17. Verwenden Sie das Gerät nur, wenn es technisch einwandfrei ist. Wenn Sie während des Gebrauchs fehlerhafte Komponenten finden oder störende Geräusche vom Gerät hören, unterbrechen Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst, wenn das Problem behoben ist.
18. Nehmen Sie nur die beschriebenen Einstellungen oder Änderungen am Gerät vor, die in diesem Handbuch beschrieben sind. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an den Service (Die Kontaktdaten finden Sie später im Handbuch).
19. Der für den sicheren Betrieb des Geräts erforderliche Mindestfreiraum beträgt mindestens zwei Meter.
20. Das maximal zulässige Benutzergewicht beträgt 180 kg.
21. Das Gerät wurde gemäß der Norm EN ISO 20957-7:2021-11 hergestellt in der Klasse H. C.



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 180 kg.
21. The device was made in accordance with the EN ISO 20957-7:2021-11 standard in H. C. class.



ANTES DE USAR EL DISPOSITIVO, LEA CUIDADOSAMENTE TODO EL MANUAL. CONSÉRVELO PARA FUTURAS CONSULTAS.

1. La seguridad y eficacia del uso solo se pueden garantizar siguiendo las instrucciones de montaje y utilización del equipo. Por favor, recuerde informar a todos los posibles usuarios del equipo sobre las restricciones y precauciones. No nos hacemos responsables de ningún tipo de lesión ocasionada por el uso indebido de nuestro equipo.
2. El equipo debe utilizarse únicamente de acuerdo con su uso previsto.
3. Nuestros productos están diseñados para usuarios adultos y destinados exclusivamente para uso doméstico. No deje el equipo sin supervisión 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, alejado 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 solo por una persona a la vez.
8. Coloque el dispositivo sobre una superficie horizontal y nivelada. Asegúrese de que el lugar elegido sea estable, limpio y esté libre de otros objetos.
9. Se recomienda utilizar una alfombra, tapete u otro tipo de base bajo el dispositivo para proteger el suelo.
10. Coloque una base adecuada (por ejemplo, alfombra de goma, base de madera, etc.) en la zona de montaje del dispositivo para evitar ensuciar el entorno.
11. Antes de entrenar, compruebe que el equipo esté completo y que todas las piezas estén en su lugar correcto.
12. Si padece alguna enfermedad o condición médica, o si va a utilizar este tipo de equipo por primera vez, le recomendamos consultar a un médico o especialista. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede dañar su salud.
13. Realice un calentamiento antes de usar el dispositivo.
14. Si experimenta dolor, latidos irregulares, dificultad para respirar, mareos o náuseas durante el uso del dispositivo, detenga el entrenamiento de inmediato. Consulte a un médico antes de continuar el uso del dispositivo.
15. Evite usar ropa larga o suelta 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 solo cuando esté en buen estado de funcionamiento. Si detecta componentes defectuosos o escucha ruidos extraños provenientes del dispositivo durante su uso, detenga el ejercicio. No utilice el dispositivo hasta que el problema se haya resuelto.
18. No realice ningún ajuste o modificación en el dispositivo que no esté descrito en estas instrucciones. En caso de cualquier problema, por favor contacte con el proveedor del servicio (los datos de contacto se encuentran más abajo).
19. El espacio mínimo requerido para un uso seguro del dispositivo no debe ser inferior a dos metros.
20. El peso máximo permitido del usuario es de 180 kg.
21. El dispositivo ha sido fabricado conforme a la norma EN ISO 20957-7:2021-11, clase H. C.



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

1. Une sécurité et une efficacité d'utilisation maximales peuvent être obtenues, à condition que l'équipement soit assemblé et utilisé conformément aux instructions. N'oubliez pas d'informer les utilisateurs de l'équipement de toutes les restrictions, avertissements et précautions. Nous ne sommes pas responsables des problèmes ou blessures causés par une procédure contraire aux règles énoncées dans ce manuel.
2. Le produit ne peut être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné.
3. L'appareil est destiné à un usage domestique uniquement, par des adultes. Ne laissez pas l'appareil dans un endroit accessible aux enfants. Pendant la formation, les mineurs doivent être sous la surveillance d'un adulte.
4. L'appareil doit être stocké dans un endroit sec et chaud à l'abri de la lumière directe du soleil.
5. Évitez de mettre votre ordinateur en contact avec de l'eau, car cela pourrait l'endommager ou créer un court-circuit.
6. L'équipement n'est pas adapté à des fins de réhabilitation.
7. Une personne peut utiliser l'équipement à la fois.
8. Placez l'équipement sur une surface horizontale, stable, plane, propre et libre.
9. Il est recommandé d'utiliser un tapis ou une autre base pour protéger le sol sous l'équipement.
10. Placez une base appropriée (par exemple un tapis en caoutchouc, une base en bois, etc.) sous l'appareil dans la zone de montage pour éviter les salissures.
11. Avant la formation, vérifiez que l'appareil est complet et que toutes les pièces sont en place.
12. Si vous souffrez de problèmes de santé / maladies chroniques, ou s'il s'agit de la première formation sur ce type d'équipement, avant de commencer la formation, consultez un médecin ou un spécialiste. Une formation incorrecte ou excessive peut provoquer des blessures.
13. Réchauffez-vous avant d'utiliser l'appareil.
14. Si vous ressentez de la douleur, un rythme cardiaque irrégulier, une respiration superficielle, des étourdissements ou des nausées pendant l'exercice sur l'appareil, arrêtez immédiatement l'exercice. Avant de continuer l'exercice, vous devriez consulter un médecin.
15. Ne portez pas de vêtements longs et amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles.
16. N'oubliez pas d'attacher les ceintures sur les pédales.
17. N'utilisez l'appareil que lorsqu'il est techniquement solide. Si vous trouvez des composants défectueux ou entendez un son dérangeant provenant de l'appareil pendant l'utilisation, arrêtez de vous entraîner. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'est pas résolu.
18. N'effectuez aucun réglage ou modification de l'appareil autre que ceux décrits dans ce manuel. En cas de problème, veuillez contacter le service (les coordonnées sont fournies plus loin dans le manuel).
19. L'espace libre minimum requis pour un fonctionnement sûr de l'appareil n'est pas inférieur que deux mètres.
20. Le poids maximum autorisé de l'utilisateur est 180 kg.
21. L'appareil a été fabriqué conformément à la norme EN ISO 20957-7:2021-11 en classe H. C.



AZ ESZKÖZ HASZNÁLATA ELŐTT OLVASSA EL FIGYELMESEN AZ UTASÍTÁSOKAT, ÉS ŐRIZZE MEG AZOKAT KÉSŐBBI FELHASZNÁLÁSRA.

1. Az eszköz biztonságos és hatékony használata az eszköz összeszerelésére és használatára vonatkozó utasítások betartásával érhető el. Kérjük, tájékoztassa az eszköz összes lehetséges felhasználóját a figyelmeztetésekről, óvintézkedésekről és utasításokról. Nem vállalunk felelősséget az eszköz nem megfelelő használatából eredő sérülésekért.
2. Az eszközt kizárólag a rendeltetésének megfelelően szabad használni.
3. Termékeinket felnőtt felhasználók számára terveztük, és kizárólag otthoni használatra szolgálnak. Ne hagyja az eszközt felügyelet nélkül, ha gyermekek vannak a közelben. 14 év alatti gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják az eszközt.
4. Az eszközt száraz és meleg helyen kell tárolni, közvetlen napfénytől távol.
5. Kerülje az elektromos készülék vízzel való érintkezését, mivel az károsodást vagy rövidzárlatot okozhat.
6. Berendezésünk nem alkalmas rehabilitációs célokra.
7. Az eszközt egyszerre csak egy személy használhatja.
8. Helyezze az eszközt vízszintes és egyenes felületre. Győződjön meg arról, hogy a választott hely stabil, tiszta és mentes más tárgytól.
9. Ajánlott megfelelő szőnyeget vagy egyéb alátétet helyezni az eszköz alá a padló védelme érdekében.
10. Helyezze a megfelelő alapot (pl. gumiszőnyeg, fa alap stb.) az eszköz alá az összeszerelési területen a rendeltenség elkerülése érdekében.
11. Edzés előtt ellenőrizze, hogy az eszköz teljes és minden alkatrész a megfelelő helyen van-e.
12. Ha bármilyen egészségügyi problémája vagy krónikus betegsége van, vagy ha először használ ilyen típusú eszközt, javasoljuk, hogy konzultáljon orvossal vagy szakorvossal. A helytelen vagy túlzott edzés károsíthatja egészségét.
13. Az eszköz használata előtt végezzen bemelegítést.
14. Ha az eszköz használata közben szívproblémát, légszomjat, szédülést vagy hányingert tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést. Az eszköz további használata előtt kérjen orvosi tanácsot.
15. Kerülje az eszköz használata közben a laza ruházat viselését, mivel az beleakadhat az eszköz mozgó elemeibe.
16. Ne felejtse el rögzíteni a hevedereket a pedálokon.
17. Az eszközt csak akkor használja, ha megfelelően működik. Ha az eszköz használata közben hibás alkatrészeket vagy zavaró hangot észlel, hagyja abba az edzést. Ne használja az eszközt, amíg a problémát meg nem oldja.
18. Ne végezzen semmilyen beállítást vagy módosítást az eszközön az ezen utasításokban leírtakon kívül. Bármilyen probléma esetén kérjük, lépjen kapcsolatba az eladó szervizzel.
19. A biztonságos használatához szükséges minimális hely az eszköz körül legalább két méter.
20. A maximálisan megengedett felhasználói súly: 180 kg.
21. Az eszköz az EN ISO 20957-7:2021-11 szabványnak megfelelően, H.C. osztályban készült.



**PRIMA DI UTILIZZARE IL DISPOSITIVO, LEGGERE ATTENTAMENTE L'INTERO MANUALE.
CONSERVARLO PER FUTURE CONSULTAZIONI.**

1. La piena sicurezza ed efficacia d'uso possono essere garantite solo seguendo le istruzioni per il montaggio e l'utilizzo dell'attrezzatura. Si prega di informare tutti i potenziali utilizzatori dell'attrezzatura riguardo alle restrizioni e alle precauzioni d'uso. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per lesioni di qualsiasi tipo causate da un uso improprio della nostra attrezzatura.
2. L'attrezzatura deve essere utilizzata esclusivamente secondo la destinazione d'uso prevista.
3. I nostri prodotti sono progettati per utenti adulti e destinati esclusivamente all'uso domestico. Non lasciare mai l'attrezzatura incustodita in presenza di bambini. I minori devono utilizzare l'attrezzatura solo sotto la supervisione di un adulto.
4. Il dispositivo deve essere conservato in un luogo asciutto e caldo, lontano dalla luce diretta del sole.
5. Evitare il contatto dei dispositivi elettrici con l'acqua, in quanto potrebbe causare danni o cortocircuiti.
6. La nostra attrezzatura non è adatta a scopi riabilitativi.
7. L'attrezzatura deve essere utilizzata da una sola persona alla volta.
8. Posizionare il dispositivo su una superficie orizzontale e uniforme. Assicurarsi che il luogo scelto sia stabile, pulito e privo di oggetti estranei.
9. Si consiglia di utilizzare un tappeto, una stuoia o un altro tipo di base sotto l'attrezzatura per proteggere il pavimento.
10. Utilizzare una base adeguata (es. tappetino in gomma, base in legno, ecc.) nell'area di montaggio per evitare disordine.
11. Prima dell'allenamento, verificare che l'attrezzatura sia completa e che tutte le parti siano correttamente posizionate.
12. In presenza di patologie mediche o malattie croniche, o se si utilizza questo tipo di attrezzatura per la prima volta, si consiglia di consultare un medico o uno specialista. Un allenamento scorretto o eccessivo può compromettere la salute.
13. Eseguire il riscaldamento prima di utilizzare il dispositivo.
14. In caso di dolore, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, vertigini o nausea durante l'uso del dispositivo, interrompere immediatamente l'allenamento. Consultare un medico prima di riprendere l'uso dell'attrezzatura.
15. Evitare di indossare indumenti lunghi o larghi durante l'uso dell'attrezzatura, poiché potrebbero impigliarsi nei componenti in movimento.
16. Ricordarsi di allacciare le cinghie sui pedali.
17. Utilizzare il dispositivo solo quando è perfettamente funzionante. Se si rilevano componenti danneggiati o si sentono rumori anomali durante l'uso, interrompere l'esercizio. Non utilizzare il dispositivo finché il problema non è stato risolto.
18. Non apportare regolazioni o modifiche al dispositivo diverse da quelle descritte in queste istruzioni. In caso di problemi, contattare il centro assistenza (i recapiti sono riportati di seguito).
19. Lo spazio minimo richiesto per un uso sicuro dell'attrezzatura è di almeno due metri.
20. Il peso massimo consentito per l'utente è di 180 kg.
21. Il dispositivo è stato realizzato secondo la norma EN ISO 20957-7:2021-11, classe H. C.



**LEES DE VOLLEDIGE HANDLEIDING ZORGVULDIG DOOR VOOR GEBRUIK VAN HET APPARAAT.
BEWAAR DE HANDLEIDING VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.**

1. De volledige veiligheid en doeltreffendheid van het gebruik kunnen enkel worden gegarandeerd bij het opvolgen van de instructies voor montage en gebruik van het toestel. Vergeet niet om alle potentiële gebruikers van het toestel te informeren over de beperkingen en voorzorgsmaatregelen. Wij aanvaarden geen enkele verantwoordelijkheid voor verwondingen van welke aard dan ook als gevolg van onjuist gebruik van onze apparatuur.
2. Het toestel mag uitsluitend worden gebruikt overeenkomstig de beoogde bestemming.
3. Onze producten zijn ontworpen voor gebruik door volwassenen en uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik. Laat het toestel niet onbeheerd achter als er kinderen in de buurt zijn. Minderjarige kinderen mogen het toestel alleen gebruiken onder toezicht van een volwassene.
4. Het toestel moet worden opgeborgen op een droge en warme plaats, uit de buurt van direct zonlicht.
5. Vermijd contact van elektrische onderdelen met water, aangezien dit schade of kortsluiting kan veroorzaken.
6. Onze apparatuur is niet geschikt voor revalidatiedoeleinden.
7. Het toestel mag slechts door één persoon tegelijk worden gebruikt.
8. Plaats het toestel op een horizontaal en vlak oppervlak. Zorg ervoor dat de gekozen locatie stabiel, schoon en vrij van andere voorwerpen is.
9. Het is aanbevolen om een tapijt, mat of andere onderlegger onder het toestel te plaatsen ter bescherming van de vloer.
10. Leg tijdens de montage een geschikte ondergrond (bijv. rubbermat, houten plaat, enz.) onder het toestel om vervuiling van de vloer te voorkomen.
11. Controleer vóór de training of het toestel compleet is en alle onderdelen correct zijn gemonteerd.
12. Als u medische aandoeningen of chronische ziekten hebt, of als u dit type toestel voor het eerst gebruikt, raden wij u aan een arts of specialist te raadplegen. Onjuiste of overmatige training kan uw gezondheid schaden.
13. Doe een warming-up vóór gebruik van het toestel.
14. Als u tijdens het gebruik pijn, een onregelmatige hartslag, kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid ervaart, stop dan onmiddellijk met trainen. Raadpleeg een arts voordat u doorgaat met het gebruik van het toestel.
15. Vermijd het dragen van lange, losse kleding tijdens het gebruik van het toestel, aangezien deze verstrikt kan raken in bewegende onderdelen van het apparaat.
16. Vergeet niet om de voetriemen op de pedalen vast te maken.
17. Gebruik het toestel uitsluitend wanneer het goed functioneert. Als u defecte onderdelen opmerkt of storende geluiden hoort tijdens het gebruik, stop dan met trainen. Gebruik het toestel niet opnieuw voordat het probleem is opgelost.
18. Voer geen aanpassingen of wijzigingen uit aan het toestel anders dan die in deze handleiding zijn beschreven. Neem bij problemen contact op met de serviceprovider (contactgegevens hieronder).
19. De minimale ruimte die nodig is voor veilig gebruik van het toestel bedraagt ten minste twee meter.
20. Het maximaal toegestane gebruikersgewicht bedraagt 180 kg.
21. Het toestel is vervaardigd in overeenstemming met de norm EN ISO 20957-7:2021-11 in klasse H. C.



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

1. Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania, może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności. Nie ponosimy odpowiedzialności za problemy lub obrażenia spowodowane postępowaniem niezgodnym z zasadami określonymi w niniejszej instrukcji.
2. Produkt wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.
3. Urządzenie przeznaczone tylko do użytku domowego, przez osoby dorosłe. Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci. Podczas treningu niepełnoletni powinni przebywać pod nadzorem dorosłych.
4. Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu, z dala od bezpośredniego promieniowania słonecznego.
5. Należy unikać kontaktu komputera z wodą, gdyż może spowodować jego uszkodzenie lub powstanie spięcia elektrycznego.
6. Sprzęt nie jest odpowiedni do celów rehabilitacyjnych.
7. Ze sprzętu jednocześnie może korzystać jedna osoba.
8. Ustaw sprzęt na poziomej, stabilnej, równej, czystej i wolnej od innych przedmiotów powierzchni.
9. Zaleca się stosowanie pod sprzęt dywanu, maty lub innego podkładu ochraniającego na podłogę.
10. Umieść odpowiednią podstawę (np. gumową matę, drewnianą podstawę itp.) pod urządzeniem w obszarze montażu, aby uniknąć zabrudzenia.
11. Przed rozpoczęciem treningu, sprawdź, czy urządzenie jest kompletne oraz czy wszystkie jego części znajdują się na swoich miejscach.
12. Jeśli cierpisz na jakiegokolwiek dolegliwości zdrowotne/choroby przewlekłe, albo jeśli jest to pierwszy trening na tego typu sprzęcie, przed rozpoczęciem treningów, skonsultuj się z lekarzem lub specjalistą. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
13. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, wykonaj rozgrzewkę.
14. Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń na urządzeniu odczuwasz ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy lub mdłości, natychmiast przestań ćwiczyć. Przed kontynuowaniem ćwiczeń, powinieneś zasięgnąć porady lekarza.
15. Nie zakładaj długich, luźnych ubrań, które mogłyby zostać wciągnięte przez ruchome elementy urządzenia.
16. Pamiętaj o zapięciu pasów umieszczonych na pedałach.
17. Używaj urządzenia wyłącznie, gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty lub usłyszysz niepokojący dźwięk, dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, dopóki problem nie zostanie usunięty.
18. Nie dokonuj żadnych regulacji ani modyfikacji urządzenia, oprócz opisanych w niniejszej instrukcji. W razie problemów skontaktuj się z serwisem (dane kontaktowe podane są w dalszej części instrukcji).
19. Minimalna wolna przestrzeń wymagana do bezpiecznej pracy urządzenia wynosi nie mniej niż dwa metry.
20. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika wynosi 180 kg.
21. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą EN ISO 20957-7:2021-11 w klasie H. C.



ÎNAINTE DE UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI, CITIȚI CU ATENȚIE INSTRUCȚIUNILE ȘI PĂSTRAȚI-LE PENTRU UTILIZARE ULTERIOARĂ.

1. Utilizarea sigură și eficientă a echipamentului poate fi realizată prin respectarea instrucțiunilor de asamblare și utilizare a echipamentului. Vă rugăm să informați toți potențialii utilizatori ai echipamentului cu privire la avertismente, precauții și instrucțiuni. Nu ne asumăm nicio responsabilitate pentru accidentările de orice fel cauzate de utilizarea necorespunzătoare a echipamentului.
2. Echipamentul trebuie utilizat numai în conformitate cu destinația sa.
3. Produsele noastre sunt concepute pentru utilizatori adulți și sunt destinate exclusiv utilizării casnice. Nu lăsați echipamentul nesupravegheat dacă sunt copii în apropiere. Copiii sub 14 ani 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 provoca deteriorări sau scurtcircuit.
6. Echipamentul nostru nu este adecvat pentru scopuri de reabilitare.
7. Echipamentul trebuie utilizat de o singură persoană la un moment dat.
8. Așezați dispozitivul pe o suprafață orizontală și plană. Asigurați-vă că locul ales este stabil, curat și fără alte obiecte.
9. Se recomandă utilizarea unui covoraș adecvat sau a unui alt suport sub dispozitiv pentru a proteja podeaua.
10. Așezați o bază corespunzătoare (de ex. covoraș de cauciuc, bază din lemn etc.) sub dispozitiv în zona de asamblare pentru a evita murdăria.
11. Înainte de antrenament, verificați dacă echipamentul este complet și dacă toate componentele sunt la locul lor corespunzător.
12. Dacă aveți orice afecțiuni medicale sau boli cronice ori dacă utilizați pentru prima dată acest tip de echipament, recomandăm consultarea unui medic sau specialist. Antrenamentul incorect sau excesiv vă poate afecta sănătatea.
13. Efectuați încălzirea înainte de utilizarea dispozitivului.
14. Dacă în timpul utilizării dispozitivului simțiți dureri cardiace, dificultăți de respirație, amețeală sau greață, opriți imediat antrenamentul. Solicitați sfatul medicului înainte de a continua utilizarea dispozitivului.
15. Evitați purtarea hainelor largi în timpul utilizării dispozitivului, deoarece acestea se pot prinde în elementele mobile ale echipamentului.
16. Nu uitați să fixați curelele pe pedale.
17. Utilizați dispozitivul numai atunci când funcționează corect. Dacă în timpul utilizării observați componente defecte sau auziți zgomote deranjante provenite de la dispozitiv, opriți exercițiile. Nu utilizați dispozitivul până când problema nu este rezolvată.
18. Nu efectuați ajustări sau modificări ale dispozitivului, altele decât cele descrise în aceste instrucțiuni. În cazul oricăror probleme, vă rugăm să contactați centrul de service al vânzătorului.
19. Spațiul minim necesar pentru utilizarea în siguranță a dispozitivului este de minimum doi metri.
20. Greutatea maximă admisă a utilizatorului este de 180 kg.
21. Dispozitivul a fost fabricat în conformitate cu standardul EN ISO 20957-7:2021-11, clasa H.C.



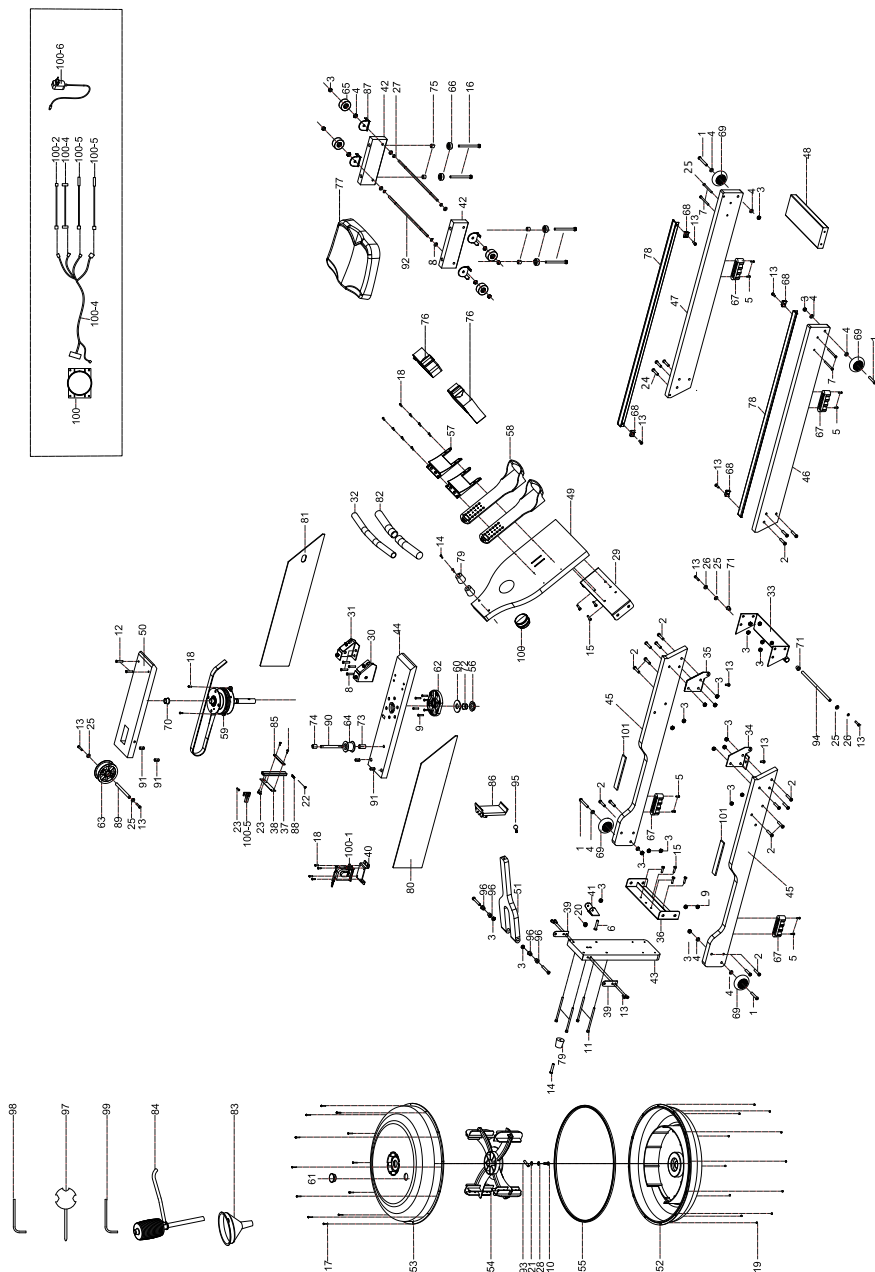
PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY. USCHOVAJTE SI TIETO POKYNY PRE BUDÚCE POUŽITIE.

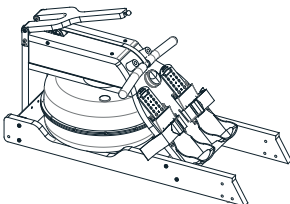
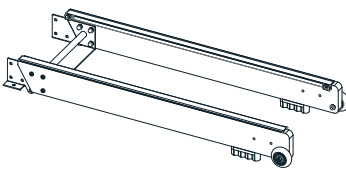
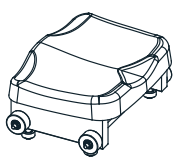
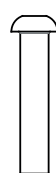
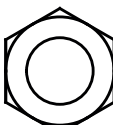
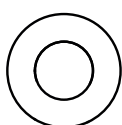
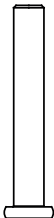
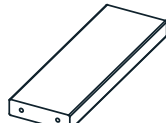
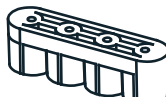
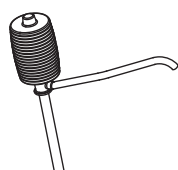
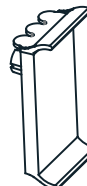
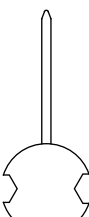
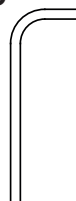
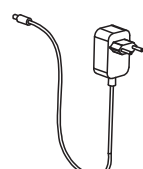
1. Plnú bezpečnosť a účinnosť použitia je možné dosiahnuť za predpokladu, že zariadenie je zmontované a používané v súlade s týmito pokynmi. Nezabudnite informovať všetkých používateľov zariadenia o všetkých obmedzeniach, varovaniach a bezpečnostných opatreniach. Nie sme zodpovední za problémy alebo zranenia spôsobené konaním v rozpore s pravidlami stanovenými v tejto príručke.
2. Výrobok sa môže používať iba na určený účel.
3. Zariadenie je určené iba na použitie v domácnosti dospelými osobami. Nenechávajte zariadenie na mieste prístupnom deťom. Počas tréningu by deti mali byť pod dohľadom dospelých.
4. Prístroj by mal byť skladovaný na suchom a teplom mieste mimo priameho slnečného žiarenia.
5. Vyvarujte sa kontaktu počítača s vodou, pretože voda by ho mohla poškodiť alebo spôsobiť skrat.
6. Zariadenie nie je vhodné na rehabilitačné účely.
7. Zariadenie môže používať naraz jedna osoba.
8. Zariadenie umiestnite na rovný, stabilný a čistý povrch.
9. Pre ochranu podlahy pod zariadením odporúčame umiestniť koberec, rohož alebo inú podložku.
10. Aby ste zabránili znečisteniu v montážnej oblasti použite pod zariadením zodpovednú podložku (gumovú, drevenú a pod).
11. Pred začatím tréningu sa uistite, či je zariadenie kompletne a či sú všetky časti na svojom mieste.
12. Ak máte akékoľvek zdravotné problémy / chronické ochorenia alebo ak ide o váš prvý tréning na tomto type vybavenia, pred začatím cvičenia sa poraďte so svojim lekárom. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže spôsobiť zranenie.
13. Pred použitím zariadenia sa zahrejte.
14. Ak počas cvičenia na prístroji pociťujete bolesť, nepravidelný pulz, dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť, okamžite prestaňte cvičiť. Pred pokračovaním v cvičení by ste mali vyhľadať lekársku pomoc.
15. Nenoste dlhé, voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť v pohyblivých častiach.
16. Nezabudnite na zapnutie pásov na pedáloch.
17. Zariadenie používajte iba vtedy, keď je v poriadku z technickej stránky. Ak počas používania zistíte poškodenie niektorých komponentov alebo budete počuť rušivý zvuk zo zariadenia, prestaňte cvičiť. Nepoužívajte zariadenie, kým sa problém nevyrieši.
18. Nevykonávajte žiadne opravy zariadenia okrem tých, ktoré sú popísané v tejto príručke. V prípade akýchkoľvek problémov kontaktujte servis (kontaktné údaje sú uvedené ďalej v príručke).
19. Minimálny voľný priestor potrebný na bezpečnú prevádzku zariadenia nie je menší ako dva metre.
20. Maximálna povolená hmotnosť používateľa je 180 kg.
21. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou EN ISO 20957-7:2021-11 v triede H. C.



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

1. Повна безпека та ефективність використання можуть бути досягнуті за умови збірки обладнання та його використання відповідно до інструкцій. Не забудьте повідомити користувачів обладнання про всі обмеження, застереження та запобіжні заходи. Ми не несемо відповідальності за проблеми або травми, спричинені порушенням правил, викладених у даній інструкції.
2. Виріб можна використовувати лише за призначенням.
3. Пристрій призначений тільки для домашнього використання дорослими. Не залишайте пристрій у місці, доступному для дітей. Під час навчання неповнолітні повинні перебувати під наглядом дорослих.
4. Пристрій слід зберігати в сухому і теплому місці, подалі від прямих сонячних променів.
5. Уникайте контакту комп'ютера з водою, оскільки це може пошкодити його або спровокувати коротке замикання.
6. Обладнання не підходить для реабілітаційних цілей.
7. Користуватися обладнанням одночасно може лише одна людина.
8. Поставте обладнання на рівну, стійку, пряму, чисту і вільну поверхню.
9. Рекомендуємо ставити обладнання на килимок або будь-яке інше захисне покриття, щоб не пошкодити підлогу.
10. Покладіть відповідне покриття (наприклад, гумовий килимок, дерев'яне покриття тощо) під пристрій у зоні кріплення, щоб уникнути забруднення.
11. Перш ніж розпочати тренування, переконайтеся, що пристрій готовий, а всі деталі на своєму місці.
12. Якщо у вас є якісь проблеми зі здоров'ям / хронічні захворювання або якщо це ваш перший досвід роботи з даним обладнанням, перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем або фахівцем. Неправильне або надмірне навантаження може спричинити травму.
13. Зробіть розминку перед тренуванням.
14. Якщо під час занять на обладнанні ви відчуваєте біль, нерегулярне серцебиття, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть тренування. Перш ніж продовжувати програму тренувань, слід звернутися до лікаря.
15. Не підбирайте для тренувань довгий вільний одяг, який може потрапити в рухомі частини.
16. Не забудьте закріпити ремені на педалях.
17. Використовуйте пристрій лише тоді, коли він технічно справний. Якщо під час використання ви виявили несправні компоненти або чуєте тривожний звук від пристрою, припиніть заняття. Не використовуйте пристрій, поки проблема не буде вирішена.
18. Не вносити жодних налаштувань чи модифікацій пристрою, за винятком описаних вище у даній інструкції. У разі виникнення проблем зверніться до сервісної служби (контактні дані надаються нижче в інструкції).
19. Щоб використання обладнання було безпечним, ви маєте мати вільний простір мінімум не менше двох метрів.
20. Максимально допустима вага користувача – 180 кг.
21. Обладнання виготовлено відповідно до стандарту EN ISO 20957-7:2021-11 у класі H. C.



A  x1	B  x1	C  x1		
1  x2	2  x6	3  x8	4  x4	5  x4
7  x4	13  x2	48  x1	67  x2	69  x2
83  x1	84  x1	86  x1	97  x1	98  x1
99  x1	100-6  x1			



- CZ** Specifikace tohoto produktu se může minimálně lišit od produktu znázorněného na obrázcích.
Před skládáním se ujistěte, že kolem zařízení je dostatek prostoru. Na montáž použijte nářadí, které je součástí produktu.
Před montáží zkontrolujte, zda balení zahrnuje všechny potřebné díly. Aby se předešlo zraněním, doporučuje se, aby montáž prováděly nejméně dvě osoby.
Pozor! Postupujte podle montážními pokyny.
- DE** Die Spezifikation dieses Produkts kann geringfügig von dem in den Abbildungen gezeigten Produkt abweichen.
Achten Sie darauf, dass ausreichend Platz um das Gerät herum vorhanden ist, bevor Sie es zusammenbauen. Verwenden Sie für die Montage das mitgelieferte Werkzeug: Überprüfen Sie vor der Montage, ob alle erforderlichen Teile in der Verpackung vorhanden sind. Um mögliche Verletzungen zu vermeiden, wird empfohlen, dass das Gerät von mindestens zwei Personen montiert wird.
Achtung! Bitte beachten Sie die Montageanleitung.
- EN** Specification of this product may slightly differ from the product shown in the pictures.
Before assembling, make sure you have enough space to place all the parts. For assembly, use the tools added to the product. Before starting, check if all the necessary parts are included in the package. To avoid possible injury, it is recommended that the device is installed by at least 2 people.
Warning! Follow the assembly instructions.
- ES** Las especificaciones de este producto pueden diferir ligeramente de las ilustraciones.
Antes de montar, asegúrese de que haya suficiente espacio alrededor del aparato. Utilice las herramientas incluidas; antes de empezar, verifique que todas las piezas estén presentes. Para evitar lesiones, se recomienda realizar el montaje entre al menos dos personas.
¡Atención! Siga el manual de instrucciones.
- FR** Les spécifications de ce produit peuvent différer légèrement des images présentées.
Avant de plier, assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace autour du produit. Utilisez les outils fournis avec le produit pour l'assemblage. Avant le montage, vérifiez que toutes les pièces nécessaires sont présentes dans l'emballage. Pour éviter d'éventuelles blessures, il est recommandé que l'appareil soit installé par au moins deux personnes.
Attention! Suivez les instructions de montage.
- HU** A termék specifikációja kis mértékben eltérhet a képeken látható terméktől.
Összeszerelés előtt győződjön meg arról, hogy elegendő hely áll rendelkezésre az összes alkatrész elhelyezéséhez. Az összeszereléshez használja a termékhez mellékelte szerszámokat. A kezdés előtt ellenőrizze, hogy minden szükséges alkatrész megtalálható-e a csomagban. Az esetleges sérülések elkerülése érdekében ajánlott, hogy a készüléket legalább 2 személy szerelje össze.
Figyelem! Kövesse az összeszerelési utasításokat.
- IT** La specifica di questo prodotto può differire leggermente da quella mostrata nelle illustrazioni.
Prima del montaggio, assicurarsi che ci sia spazio sufficiente intorno al dispositivo. Utilizzare gli strumenti forniti con il prodotto; prima del montaggio, verificare che tutte le parti siano presenti. Per evitare infortuni, si consiglia di effettuare il montaggio con almeno due persone.
Attenzione! Seguire le istruzioni per l'uso.
- NL** De specificatie van dit product kan licht afwijken van de illustraties.
Zorg voor voldoende ruimte rond het apparaat voor het monteren. Gebruik het meegeleverde gereedschap; controleer vooraf of alle onderdelen aanwezig zijn. Om letsel te voorkomen, wordt montage met ten minste twee personen aanbevolen.
Let op! Volg de gebruiksaanwijzing nauwkeurig.
- PL** Specyfikacja tego produktu może się nieznacznie różnić od produktu przedstawionego na ilustracjach.
Przed złożeniem upewnij się, że wokół urządzenie jest wystarczająco dużo miejsca. Do montażu użyj narzędzi załączonych do produktu; przed montażem sprawdź, czy w opakowaniu są wszystkie potrzebne części. Aby uniknąć możliwych obrażeń, zaleca się montaż urządzenia przez co najmniej dwie osoby.
Uwaga! Postępuj zgodnie z instrukcją obsługi.
- RO** Specificațiile acestui produs pot diferi ușor de produsul prezentat în imagini.
Înainte de asamblare, asigurați-vă că aveți suficient spațiu pentru a așeza toate componentele. Pentru asamblare, utilizați unelte incluse împreună cu produsul. Înainte de a începe, verificați dacă toate componentele necesare sunt incluse în pachet. Pentru a evita posibilele accidente, se recomandă ca dispozitivul să fie instalat de cel puțin 2 persoane.
Atenție! Respectați instrucțiunile de asamblare.
- SK** Špecifikácia tohto produktu sa môže minimálne líšiť od produktu znázorneného na obrázkoch.
Pred skladaním sa uistite, že okolo zariadenia je dostatok priestoru.
Na montáž použite náradie, ktoré je súčasťou produktu. Pred montážou skontrolujte, či balenie zahŕňa všetky potrebné diely. Aby sa predišlo zraneniam, odporúča sa, aby montáž vykonávali najmenej dve osoby.
Pozor! Postupujte v súlade s montážnymi pokynmi.
- UA** Технічні характеристики цього виробу можуть дещо відрізнятися від зображених на фото.
Перед монтажем переконайтеся, що навколо пристрою є достатньо місця.
Для збірки використовуйте інструменти, надані виробником, перед монтажем перевірте, чи всі необхідні деталі присутні в упаковці. Щоб уникнути можливих травм, рекомендується встановлювати пристрій принаймні двома людьми.
Увага! Дотримуйтесь інструкцій з монтажу.



1

CZ Upozornění: Nepoškodte hlavní rám. V této fázi šrouby zcela neutahujte.

DE Achtung: Beschädigen Sie den Hauptrahmen nicht. Ziehen Sie die Schrauben in diesem Stadium noch nicht fest.

EN Caution: Do not damage the main frame. Do not fully tighten the screws at this stage.

ES Atención: No dañe el marco principal. No apriete completamente los tornillos en esta etapa.

FR Attention : Ne pas endommager le cadre principal. Ne serrez pas complètement les vis à ce stade.

HU Figyelem: Ne sértse meg a fővázat. Ebben a szakaszban ne húzza meg teljesen a csavarokat.

IT Attenzione: Non danneggiare il telaio principale. Non serrare completamente le viti in questa fase.

NL Let op: Beschadig het hoofdframe niet. Draai de schroeven in deze fase nog niet volledig vast.

PL Uwaga: Nie uszkodz głównej ramy. Na tym etapie nie dokręcaj śrub.

RO Atenție: Nu deteriorați cadrul principal. Nu strângeți complet șuruburile în această etapă.

SK Upozornenie: Nepoškodzte hlavný rám. V tomto štádiu skrutky úplne nedotahujte.

UA Увага: Не пошкодьте основну раму. На цьому етапі не затягуйте гвинти повністю.

1  M8×65 ×2

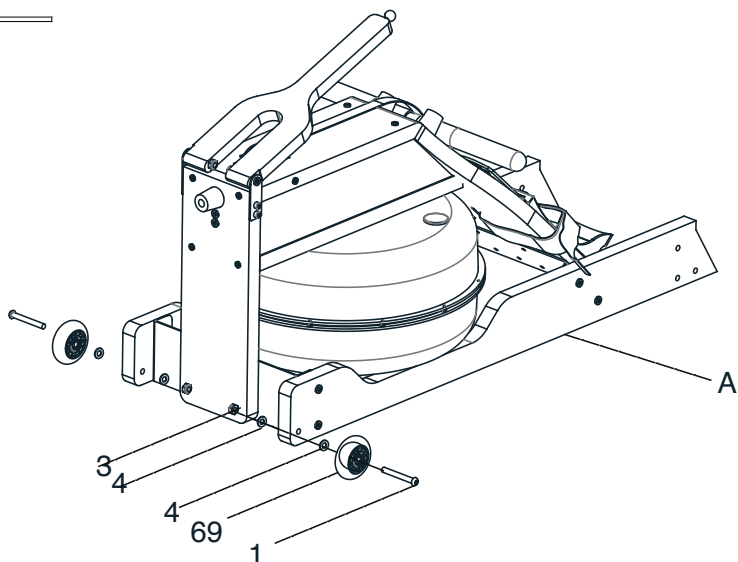
3  M8 ×2

4  Ø8 ×4

69  ×2

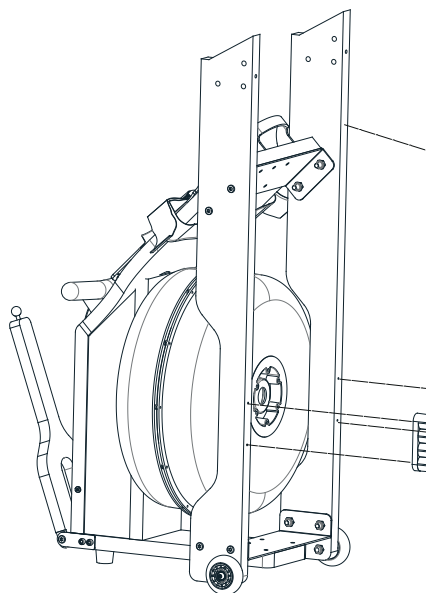
97 

98 

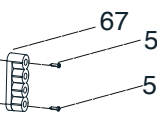




2



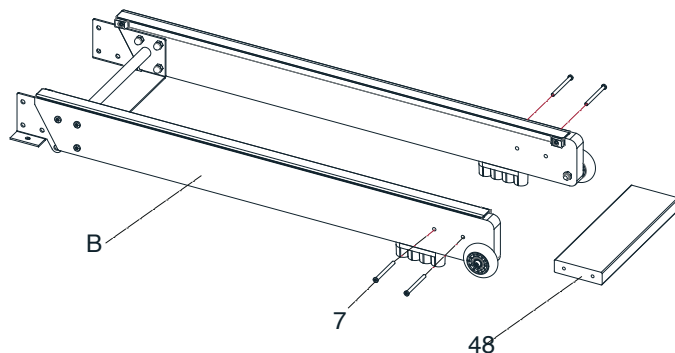
- 5  M4 × 20 × 4
 67  × 2
 97  × 1



3

- CZ** Upozornění: V této fázi šrouby zcela neutahujte.
DE Achtung: Ziehen Sie die Schrauben in diesem Stadium noch nicht fest.
EN Caution: Do not fully tighten the screws at this stage.
ES Atención: No apriete completamente los tornillos en esta etapa.
FR Attention : Ne serrez pas complètement les vis à ce stade.
HU Figyelem: Ebben a szakaszban ne húzza meg teljesen a csavarokat.
IT Attenzione: Non serrare completamente le viti in questa fase.
NL Let op: Draai de schroeven in deze fase nog niet volledig vast.
PL Uwaga: Na tym etapie nie dokręcaj śrub.
RO Atenție: Nu strângeți complet șuruburile în această etapă.
SK Upozornenie: V tomto štádiu skrutky úplne nedotahujte.
UA Увага: На цьому етапі не затягуйте гвинти повністю.

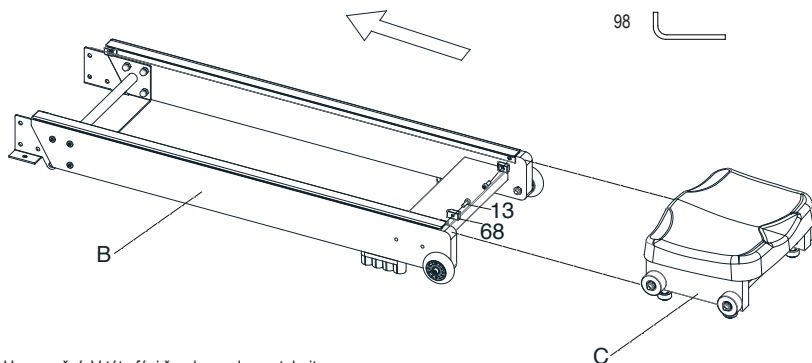
- 7  M6 × 40 × 4
 48  × 1
 99 





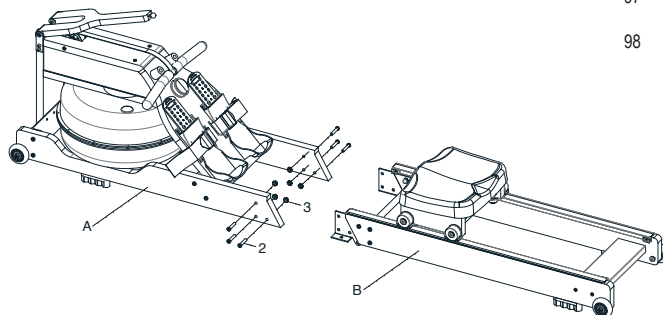
4

- CZ** Upozornění: Šrouby (13) a dorazy (68) jsou předem připevněny k sestavě lišty (B).
DE Achtung: Die Schrauben (13) und die Anschläge (68) sind werkseitig am Schienensatz (B) vorgebracht.
EN Caution: Screws (13) and stoppers (68) are pre-assembled to the rail assembly (B).
ES Atención: Los tornillos (13) y los topes (68) están preinstalados en el conjunto del riel (B).
FR Attention : Les vis (13) et les butées (68) sont prémontées sur l'ensemble du rail (B).
HU Figyelem: A csavarok (13) és az ütközők (68) előre össze vannak szerelve a sínszerkezetre (B).
IT Attenzione: Le viti (13) e i freni di fine corsa (68) sono preassemblati sull'insieme della guida (B).
NL Let op: De schroeven (13) en aanslagen (68) zijn vooraf gemonteerd op de railsamenstelling (B).
PL Uwaga: Śruby (13) i ograniczniki (68) są wstępnie zamocowane do zespołu szyny (B).
RO Atenție: Șuruburile (13) și opritoarele (68) sunt preasamblate pe ansamblul șinei (B).
SK Upozornenie: Skrutky (13) a zarážky (68) sú predmontované na zostave lišty (B).
UA Увага: Гвинти (13) та обмежувачі (68) попередньо встановлені на вузол рейки (B).



5

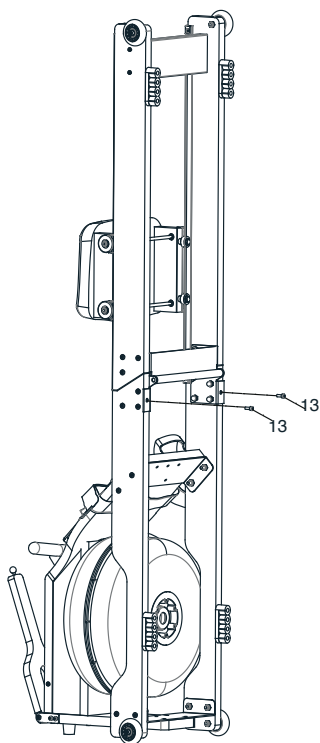
- CZ** Upozornění: V této fázi šrouby zcela neutahujte.
DE Achtung: Ziehen Sie die Schrauben in diesem Stadium noch nicht fest.
EN Caution: Do not fully tighten the screws at this stage.
ES Atención: No apriete completamente los tornillos en esta etapa.
FR Attention : Ne serrez pas complètement les vis à ce stade.
HU Figyelem: Ebben a szakaszban ne húzza meg teljesen a csavarokat.
IT Attenzione: Non serrare completamente le viti in questa fase.
NL Let op: Draai de schroeven in deze fase nog niet volledig vast.
PL Uwaga: Na tym etapie nie dokręcaj śrub.
RO Atenție: Nu strângeți complet șuruburile în această etapă.
SK Upozornenie: V tomto štádiu skrutky úplne nedotahujte.
UA Увага: На цьому етапі не затягуйте гвинти повністю.



- 2  M8 × 40 × 6
 3  × 6
 97 
 98 



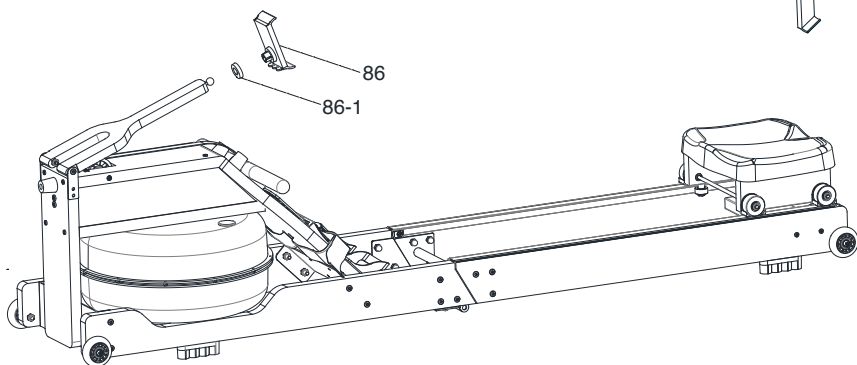
6



13  M6×16 ×2

98 

7

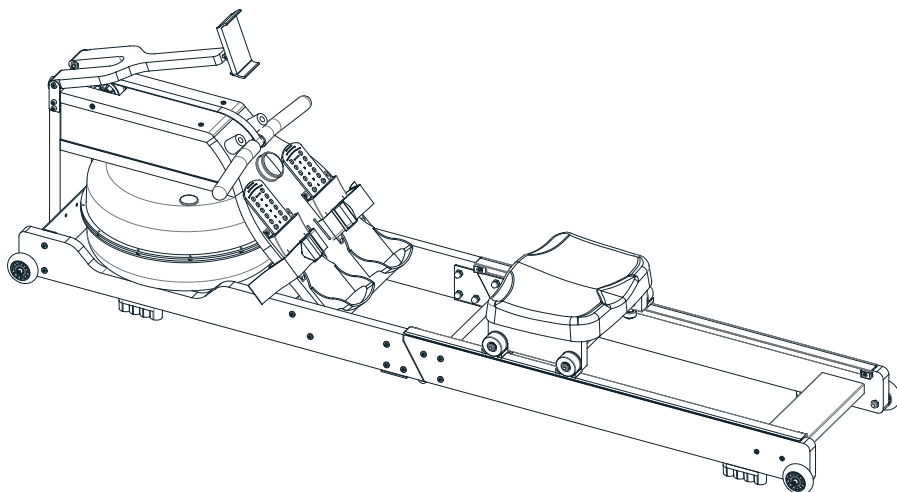


86  ×1



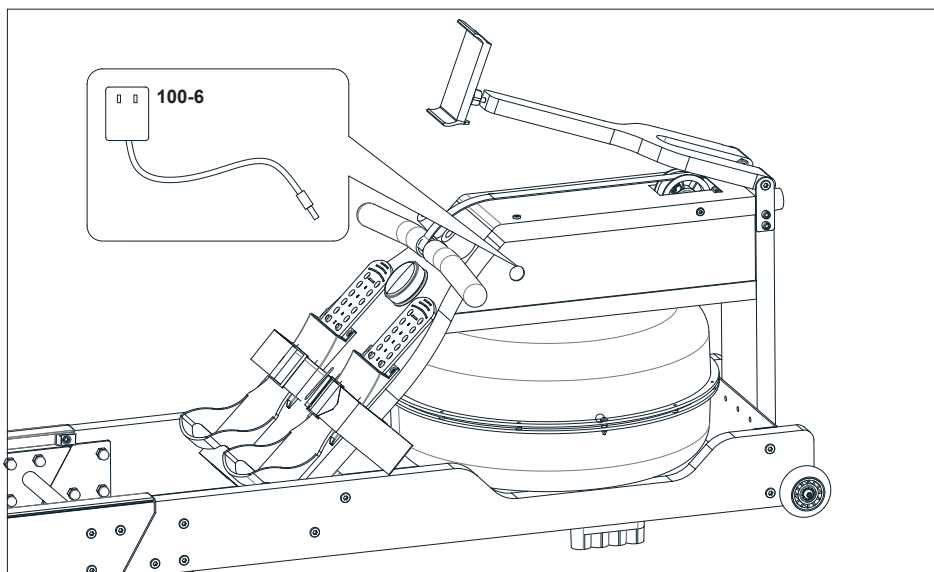
8

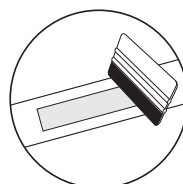
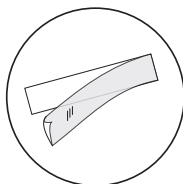
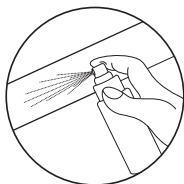
- CZ** Utáhněte všechny šrouby.
DE Ziehen Sie alle Schrauben fest.
EN Tighten all screws.
ES Apriete todos los tornillos.
FR Serrez toutes les vis.
HU Húzza meg az összes csavart.
IT Stringere tutte le viti.
NL Draai alle schroeven vast.
PL Dokręć wszystkie śruby.
RO Strângeți toate șuruburile.
SK Dotiahnite všetky skrutky.
UA Підтягніть усі гвинти.





**Schéma zapojení napájení / Stromversorgungsplan /
Power connection diagram / Diagrama de conexión de alimentación /
Schéma de raccordement électrique / Tápellátási csatlakozási rajz /
Schema di collegamento dell'alimentazione / Aansluitschema van de voeding /
Schemat podłączenia zasilania / Schema de conectare la alimentare /
Schéma zapojenia napájania / Схема підключення живлення**





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 Rakel, 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 zsírtalanító 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 luchtbelletjes 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 odtłuszczania. 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 a aplica 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 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.

UA ІНСТРУКЦІЯ НАКЛЕЮВАННЯ НАЛІПКИ*

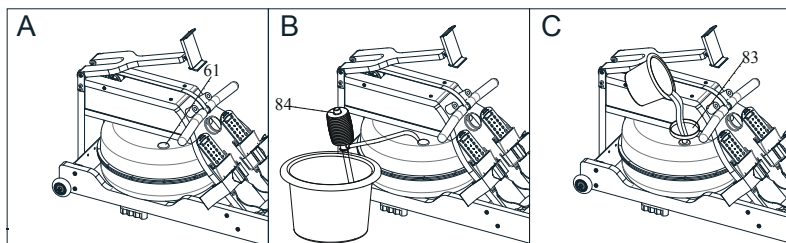
1. Для правильного нанесення очистіть поверхню, де буде розміщена наклейка. Для цього використовуйте м'який миючий засіб, воду або спеціальний знежирювач. Витріть поверхню чистою сухою тканиною.
2. Зніміть захисний шар з наклейки. Розмістіть наклейку на попередньо підготовлену поверхню. За допомогою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

CZ týká 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 týká sa produktov s nálepkami v súprave
UA стосується продуктів з наклейками у комплекті



Plnění nádrže na vodu



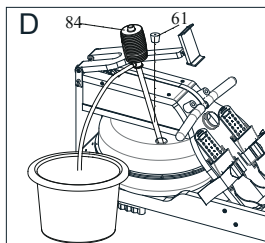
- Vyjměte zátku z nádrže na vodu (61).
- Vložte jeden konec ruční vodní pumpy (84) do kbelíku s vodou a druhý konec hadice umístěte do otvoru nádrže na vodu. Stlačujte ruční pumpu (84), dokud se nádrž nenaplní vodou.
- Alternativně můžete do otvoru v nádrži vložit trychťář (83) a nalít vodu přímo do nádrže.
Množství vody by mělo být určeno podle ukazatele hladiny na boku nádrže.
Po naplnění nádrže vodou vložte zpět zátku (61).

UPOZORNĚNÍ! Seznamte se s etiketou umístěnou na nádrži, abyste mohli odměřit správné množství vody. Odpor při veslování závisí na množství vody v nádrži. Naplnění nádrže po úroveň 1 poskytne minimální odpor při veslování, zatímco naplnění po úroveň 6 – maximální odpor.

UPOZORNĚNÍ! Nepřekračujte maximální hladinu vody označenou jako „6“.



Vypouštění nádrže na vodu



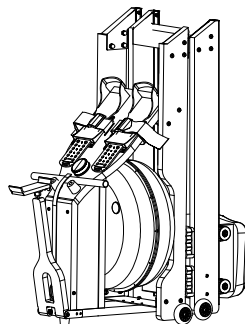
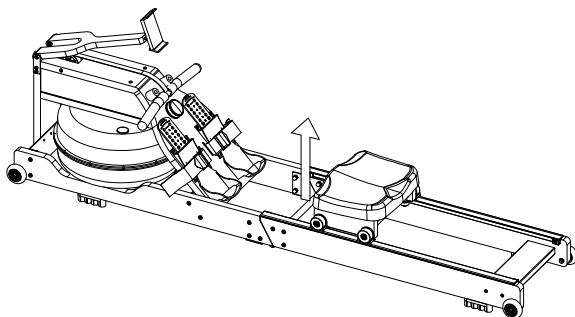
- Umístěte kbelík vedle zařízení a pomocí ruční pumpy (84) odčerpějte vodu z nádrže do kbelíku. Vložte zátku nádrže (61) zpět do nádrže a poté suchým hadříkem otřete vodu ze zařízení i jeho okolí.

UPOZORNĚNÍ

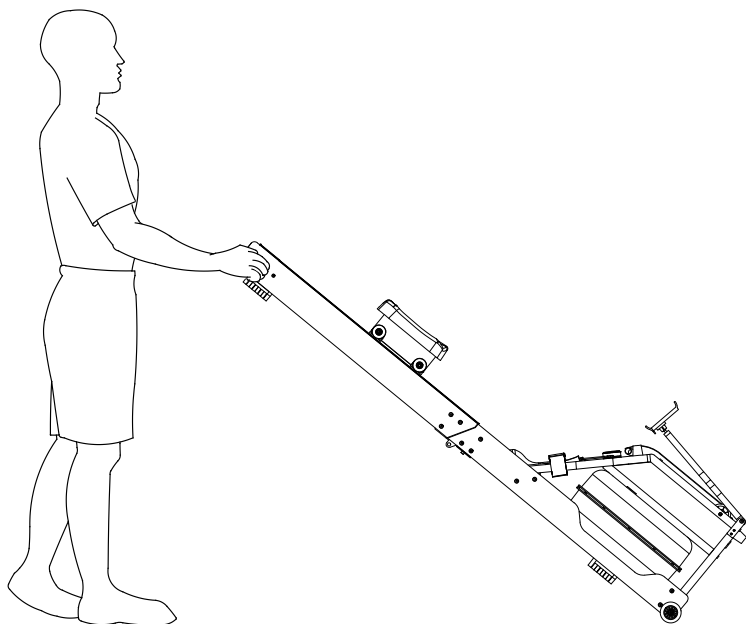
- Do nádrže nalévejte pouze čistou vodu z vodovodu.
- Vodu v nádrži vyměňte, pokud je zakalená.
- Používejte tablety určené k čištění vody s frekvencí: 1 tableta / 6 měsíců nebo podle potřeby. Poškození nádrže způsobené použitím tablet či prostředků, které nejsou určeny k čištění vody, není kryto zárukou.
- Pokud nehodláte zařízení delší dobu používat, nádrž na vodu vypustěte.

Upozornění! Před složením a přemístěním zařízení je nutné vyprázdnit nádrž na vodu.

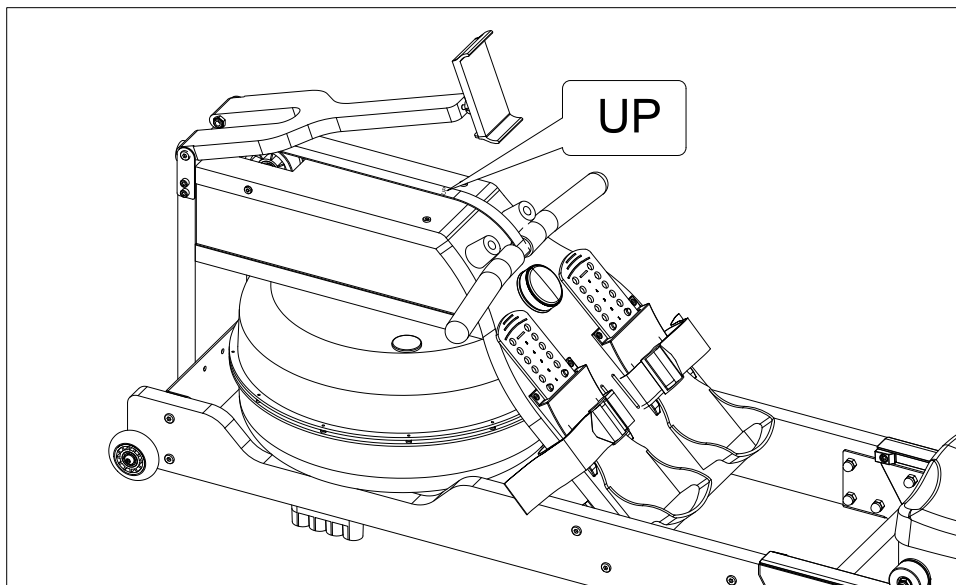
1. Když se výrobek nepoužívá, lze celé zařízení složit.
Táhněte za rukojeť směrem nahoru podle směru šipky. Výrobek lze složit.
Upozornění! Nevkládejte ruku do oblasti skládání vodící lišty.



2. Pro přesunutí zařízení uchopte zadní část oběma rukama a zvedněte zařízení tak, aby se kolečka v přední části plně dotýkala podlahy. Poté můžete zařízení přesunout.
Když dorazíte na požadované místo, zařízení opatrně položte a ujistěte se, že stojí stabilně.



Upozornění! Při manipulaci se ujistěte, že povrch pásky je otočen stranou „UP“ nahoru.





1. Displej

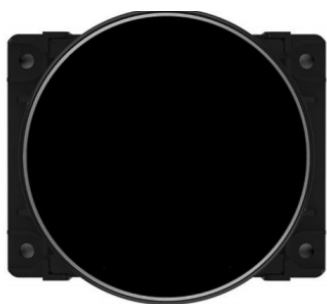


2. Označení na displeji

TEMPO	Zobrazuje počet veslařských záběrů za minutu (spm). Rozsah 0–999.
LEVEL	Zobrazuje úroveň odporu. Rozsah 1–32. Čím vyšší úroveň, tím větší odpor.
SPLIT	Zobrazuje celkový počet veslařských záběrů. Rozsah 0–9999.
/500 M	Zobrazuje čas potřebný k překonání vzdálenosti 500 m. Rozsah 00:00–99:59.
	Funkce SCAN – zobrazená ikona znamená, že je aktivní režim střídavého zobrazování parametrů každé 3 sekundy.
	Zobrazuje rychlost. Rozsah 0,0–999,9 km/h.
	Zobrazuje dobu tréninku. Rozsah 00:00–99:59. V pohotovostním režimu se časovač spustí krátkým stisknutím ovládacího knoflíku nebo při zjištění pohybu. Časovač se zastaví po 4 sekundách nečinnosti po ukončení pohybu.
	Zobrazuje ujetou vzdálenost. Rozsah 0,0–999,9 km. V závislosti na intenzitě veslování lze měřit vzdálenost na jeden záběr od 1 do 6 metrů na záběr.
	Zobrazuje spálené kalorie. Rozsah 0,0–999,9 kcal. Hodnota je přímo úměrná úrovni odporu. Odpor 1 odpovídá přibližně 32 kcal/km, zatímco odpor 32 odpovídá přibližně 73 kcal/km.
	Stav Bluetooth Zobrazená ikona Bluetooth: připojeno. Nezobrazená ikona Bluetooth: nepřipojeno.



2.1. Režimy displeje a funkce ovládacího knoflíku



Režim spánku

Stiskněte ovládací knoflík, aby se zařízení probudilo.

Funkce ovládacího knoflíku

- Při nečinnosti nebo bez pohybu přejde displej do režimu spánku po 3 minutách.
- V režimu spánku zařízení probudíte krátkým stisknutím ovládacího knoflíku.
- Stisknutím knoflíku během cvičení přepnete režim zobrazení.
- V režimu pauzy nebo během pohybu dlouhým stisknutím knoflíku (2 sekundy) zastavíte pohyb a přejdete do stavu probuzení.
- Při stisknutí knoflíku se aktivuje bzučák.



Otáčení ovládacího knoflíku

- Otočte ve směru hodinových ručiček pro zvýšení odporu.
- Otočte proti směru hodinových ručiček pro snížení odporu.
- Při otáčení knoflíku je slyšet zvuk bzučáku.

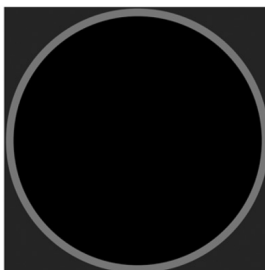


2.2. Podrobný návod k obsluze displeje

1. Ovládací knoflík se zapne, bzučák vydá dlouhý zvukový signál a knoflík se rozsvítí, čímž přejde do pohotovostního režimu (obr. 1).
Po 3 minutách nečinnosti se knoflík s displejem vypne a přejde do režimu spánku (obr. 2).



Obrázek 1



Obrázek 2

2. V režimu spánku krátké stisknutí tlačítka přímo přepne zařízení do režimu pohybu.
V malém okně se střídavě každé 3 sekundy zobrazí TEMPO (obr. 3) a LEVEL (obr. 4).



Obrázek 3



Obrázek 4

3. Režim SCAN (obr. 5).
Malé okno zobrazuje počet veslařských záběrů za minutu a úroveň odporu.
Hlavní okno standardně zobrazuje střídající se hodnoty a ikona SCAN je podsvícená. Zobrazují se následující parametry, které se přepínají každé 3 sekundy: rychlost, čas, vzdálenost, kalorie, počet veslařských záběrů a čas potřebný k překonání vzdálenosti 500 m.
Vnější prstenec je v aktivním režimu standardně plně podsvícen.



Obrázek 5



4. Režim uzamčení parametru (obr. 6).

Krátkým stisknutím ovládacího knoflíku lze nastavit režim zobrazení na režim uzamčení.

V tomto režimu se ikona SCAN nezobrazuje a displej trvale zobrazuje jeden vybraný typ údajů:

rychlost, čas, vzdálenost, kalorie, počet veslařských záběrů nebo čas potřebný k překonání vzdálenosti 500 m.



Obrázek 6

3. Připojení přes Bluetooth / Trénink s aplikací Kinomap

Po připojení veslovacího trenažéru k mobilnímu zařízení pomocí Bluetooth můžete na svém telefonu sledovat parametry probíhajícího tréninku.

Abyste mohli tuto funkci využívat, stáhněte si pro toto zařízení určenou aplikaci Kinomap.

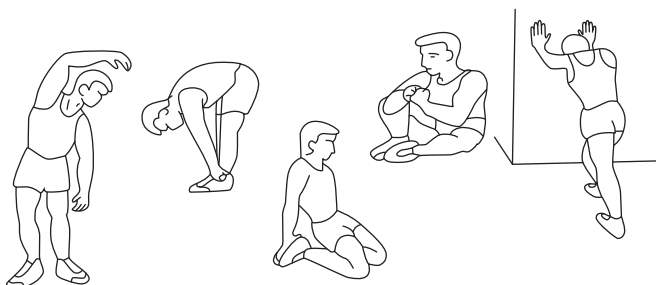
Aktuální verze jsou k dispozici v App Store (iOS) a Google Play Store (Android).



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

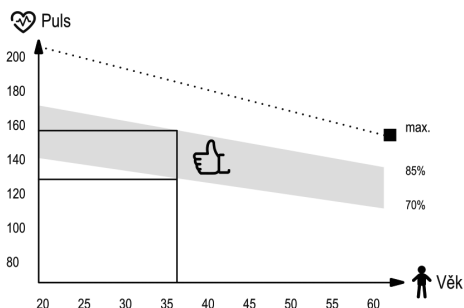
1. Rozcvička

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 použijte 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.

CZ Řešení problémů



Problém	Řešení
Počítač nezobrazuje údaje.	Demontujte počítač a zkontrolujte, zda jsou kabely správně připojeny a zda nejsou poškozeny.
Zařízení vydává rušivé zvuky během používání.	Zkontrolujte, zda jsou všechny části zařízení správně namontovány. Utáhněte šrouby.



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
2. Reklamáce 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.



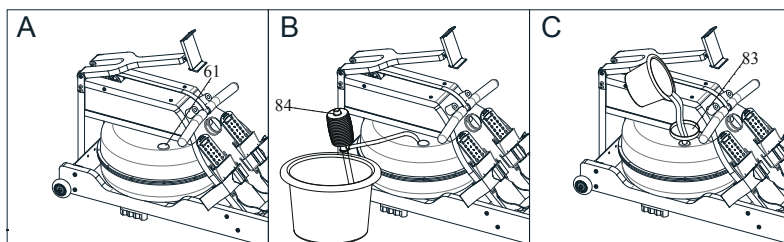
Opotřebovaná elektrická zařízení (včetně počítačů) jsou druhotné suroviny – nesmí se vyhazovat do kontejnerů na domovní odpady, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro lidské zdraví a životní prostředí! Prosíme o aktivní podporu efektivního hospodaření s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí,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



Návod k použití byl vytištěn na recyklovatelném papíře. Tříděte ho v souladu s platnými pravidly.



Befüllen des Wassertanks



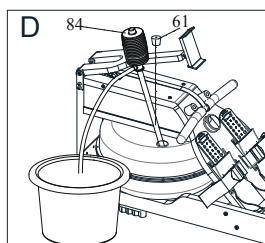
- A. Entfernen Sie den Stopfen des Wassertanks (61).
- B. Stecken Sie ein Ende der Handwasserpumpe (84) in einen Eimer mit Wasser und führen Sie das andere Ende des Schlauchs in die Öffnung des Wassertanks ein. Betätigen Sie die Handpumpe (84), um Wasser in den Tank zu füllen.
- C. Alternativ können Sie einen Trichter (83) in die Öffnung des Tanks einsetzen, um Wasser direkt in den Tank zu gießen. Die Wassermenge sollte anhand der Füllstandsanzeige an der Seite des Tanks bestimmt werden. Nach dem Befüllen des Tanks mit Wasser setzen Sie den Stopfen (61) wieder in den Tank ein.

ACHTUNG! Lesen Sie das auf dem Tank angebrachte Etikett, um die richtige Wassermenge zu bestimmen. Der Widerstand beim Rudern hängt von der im Tank befindlichen Wassermenge ab. Ein Füllstand auf Stufe 1 ergibt den minimalen Ruderdruck, während ein Füllstand auf Stufe 6 den maximalen Widerstand bewirkt.

ACHTUNG! Überschreiten Sie nicht den maximalen Wasserstand, der mit „6“ gekennzeichnet ist.



Entleeren des Wassertanks



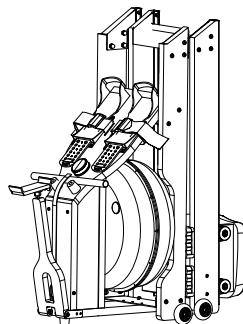
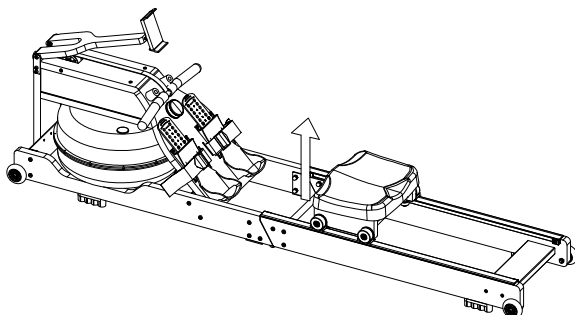
- D. Stellen Sie einen Eimer neben das Gerät und pumpen Sie mit der Handpumpe (84) das Wasser aus dem Tank in den Eimer. Setzen Sie anschließend den Tankstopfen (61) wieder in den Tank ein und wischen Sie das Gerät sowie den Bereich darum mit einem trockenen Tuch ab.

ACHTUNG!

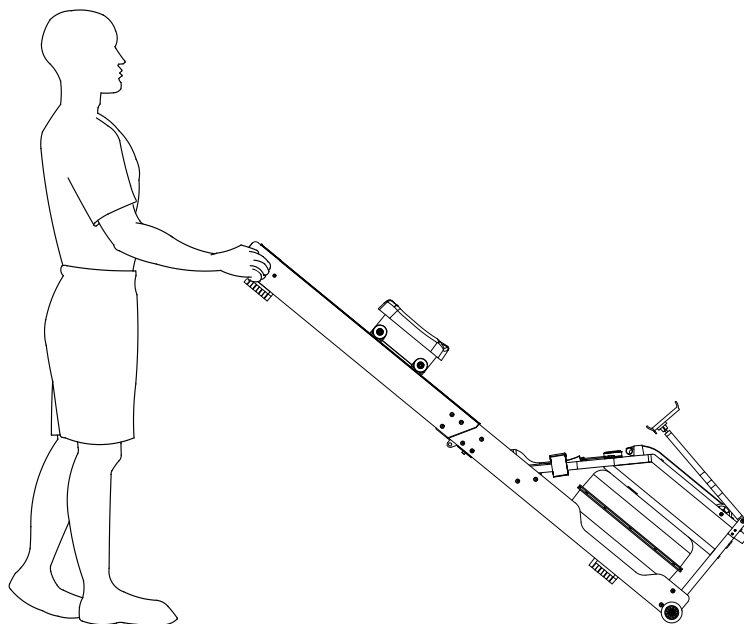
- Verwenden Sie zum Befüllen des Tanks ausschließlich Leitungswasser.
- Erneuern Sie das Wasser im Tank, wenn es trüb wird.
- Verwenden Sie Wasserreinigungstabletten mit folgender Häufigkeit: 1 Tablette / 6 Monate oder nach Bedarf. Schäden am Tank, die durch die Verwendung von Tabletten oder Mitteln entstehen, die nicht für die Wasserreinigung vorgesehen sind, fallen nicht unter die Garantie.
- Wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht benutzen, entleeren Sie den Wassertank.

Achtung! Vor dem Zusammenbau und dem Bewegen des Geräts muss der Wassertank entleert werden.

1. Wenn das Gerät nicht verwendet wird, kann es vollständig zusammengeklappt werden.
Ziehen Sie den Griff in Pfeilrichtung nach oben – das Gerät lässt sich zusammenklappen.
Achtung! Legen Sie Ihre Hand nicht in den Klappbereich der Führungsschiene.



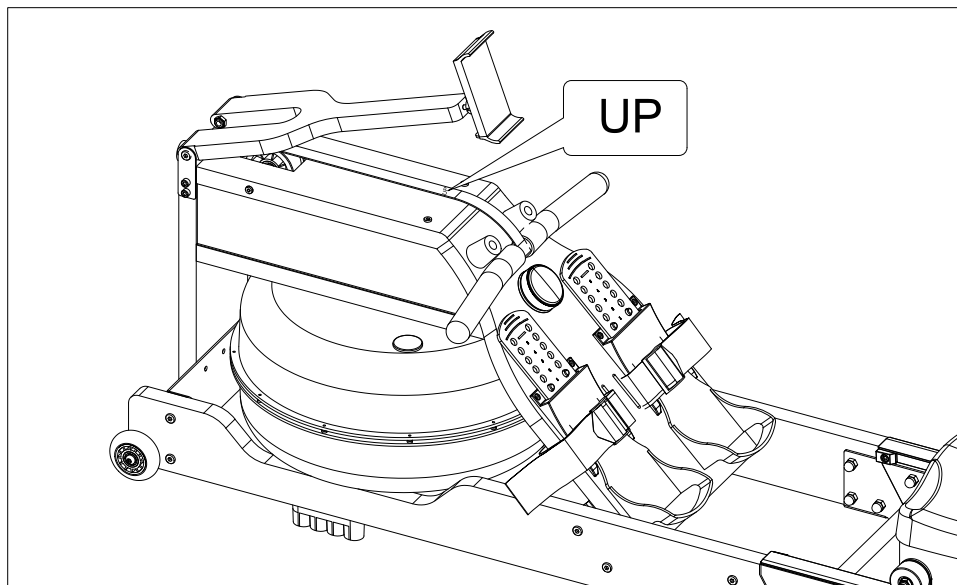
2. Um das Gerät zu bewegen, fassen Sie den hinteren Teil mit beiden Händen an und heben Sie das Gerät an, bis die Rollen an der Vorderseite vollständig den Boden berühren. Anschließend können Sie das Gerät verschieben.
Wenn Sie den gewünschten Standort erreicht haben, stellen Sie das Gerät vorsichtig ab und vergewissern Sie sich, dass es stabil steht.



DE Anbringen des Bandes



Achtung! Achten Sie während des Vorgangs darauf, dass die Oberfläche des Bandes mit der Seite „UP“ nach oben zeigt.





1. Display

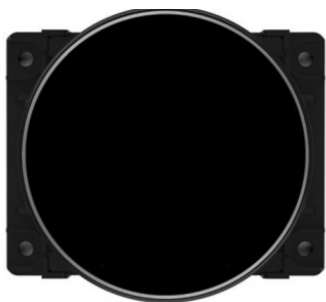


2. Markierungen auf dem Display

TEMPO	Zeigt die Anzahl der Ruderschläge pro Minute (spm) an. Bereich: 0–999.
LEVEL	Zeigt den Widerstandsgrad an. Bereich: 1–32. Je höher der Grad, desto größer der Widerstand.
SPLIT	Zeigt die Gesamtzahl der Ruderschläge an. Bereich: 0–9999.
/500 M	Zeigt die Zeit für das Zurücklegen einer Distanz von 500 m an. Bereich: 00:00–99:59.
	SCAN-Funktion: Das angezeigte Symbol bedeutet, dass der Modus für den abwechselnden Anzeigenwechsel der Parameter alle 3 Sekunden aktiviert ist.
	Zeigt die Geschwindigkeit an. Bereich: 0,0–999,9 km/h.
	Zeigt die Trainingszeit an. Bereich: 00:00–99:59. Im Standby-Modus startet eine kurze Drehung des Knopfes oder die Erkennung einer Bewegung den Timer. Der Timer stoppt 4 Sekunden nach dem Ende der Bewegung, wenn keine Aktivität festgestellt wird.
	Zeigt die zurückgelegte Distanz an. Bereich: 0,0–999,9 km. Je nach Ruderintensität kann die Distanz pro Zug zwischen 1 und 6 Metern pro Ruderschlag betragen.
	Zeigt die verbrannten Kalorien an. Bereich: 0,0–999,9 kcal. Der Wert ist direkt proportional zum Widerstandsgrad. Widerstand 1 entspricht ca. 32 kcal/km, während Widerstand 32 ca. 73 kcal/km entspricht.
	Bluetooth-Status Bluetooth-Symbol sichtbar: verbunden. Bluetooth-Symbol nicht sichtbar: keine Verbindung.



2.1. Anzeigemodi und Drehknopffunktionen



Schlafmodus

Drücken Sie den Drehknopf, um das Gerät zu aktivieren.

Funktionen des Drehknopfs

- Bei keiner Bedienung oder Bewegung wechselt das Display nach 3 Minuten in den Schlafmodus.
- Im Schlafmodus aktiviert ein kurzes Drücken des Drehknopfs das Gerät.
- Drücken Sie den Drehknopf, um während des Trainings den Anzeigemodus zu wechseln.
- Im Pausen- oder Bewegungsmodus stoppt ein langes Drücken des Drehknopfs (2 Sekunden) die Bewegung und versetzt das Gerät in den Aktivierungszustand.
- Beim Drücken des Drehknopfs ertönt ein Signalton.



Drehen des Drehknopfs

- Drehen Sie im Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu erhöhen.
- Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu verringern.
- Beim Drehen des Drehknopfs ertönt ein Signalton.



2.2. Detaillierte Bedienungsanleitung des Displays

1. Das Drehknopfmodul schaltet sich ein, der Summer gibt ein langes akustisches Signal ab, und der Drehknopf leuchtet auf und wechselt in den Bereitschaftsmodus (Abb. 1). Nach 3 Minuten Inaktivität schaltet sich der Drehknopf mit Display aus und wechselt in den Standby-Modus (Abb. 2).



Abbildung 1

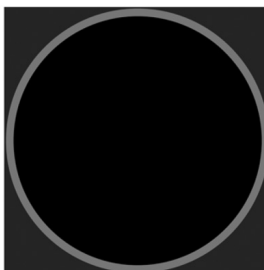


Abbildung 2

2. Im Standby-Modus schaltet ein kurzes Drücken des Knopfes das Gerät direkt in den Bewegungsmodus. Im kleinen Anzeigefenster werden abwechselnd im 3-Sekunden-Takt TEMPO (Abb. 3) und LEVEL (Abb. 4) angezeigt.



Abbildung 3



Abbildung 4

3. SCAN-Modus (Abb. 5).

Im kleinen Fenster werden die Anzahl der Ruderschläge pro Minute sowie der Widerstandsgrad angezeigt.

Das Hauptfenster zeigt standardmäßig wechselnde Werte an, und das SCAN-Symbol ist beleuchtet.

Folgende Parameter werden angezeigt und wechseln alle 3 Sekunden: Geschwindigkeit, Zeit, Distanz, Kalorien, Anzahl der Ruderschläge und Zeit für 500 m.

Der äußere Ring ist im aktiven Modus standardmäßig vollständig beleuchtet.



Abbildung 5



4. Parameter-Sperrmodus (Abb. 6).

Ein kurzes Drücken des Drehknopfs ermöglicht das Umschalten der Anzeige in den Sperrmodus.

In diesem Modus wird das SCAN-Symbol nicht angezeigt, und der Bildschirm zeigt dauerhaft einen ausgewählten Datentyp an: Geschwindigkeit, Zeit, Distanz, Kalorien, Anzahl der Ruderschläge oder Zeit für 500 m.



Abbildung 6

3. Verbindung über Bluetooth / Training mit der Kinomap-App

Nach dem Verbinden des Rudergeräts mit einem Mobilgerät über Bluetooth können Sie die Trainingsparameter auf Ihrem Smartphone verfolgen. Um diese Funktion zu nutzen, laden Sie die für dieses Gerät vorgesehene App Kinomap herunter.

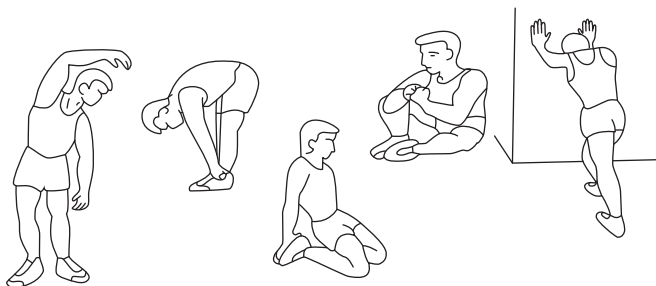
Die aktuellen Versionen sind im App Store (iOS) sowie im Google Play Store (Android) erhältlich.



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

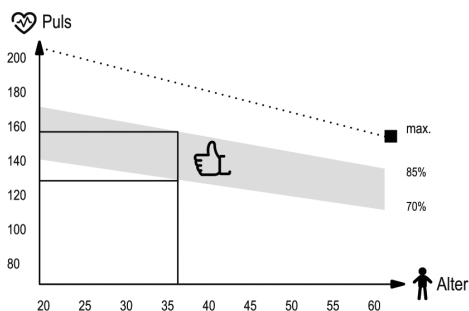
1. Aufwärm-phase

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



2. Übungsphase

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



3. Entspannungsphase

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

DE Reinigung und Wartung



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

DE Fehlerbehebung



Problem	Lösungsvorschlag
Der Computer zeigt keine Daten an.	Bauen Sie den Computer auseinander und prüfen Sie, ob die Kabel richtig angeschlossen und nicht beschädigt sind.
Das Gerät macht während des Gebrauchs störende Geräusche.	Überprüfen Sie, ob alle Teile des Geräts korrekt installiert sind. Ziehen Sie die Schrauben an.



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	www.hop-sport.de/reklamation/	info@hop-sport.de
AT	www.hop-sport.at/reklamation/	support@hop-sport.at

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.



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.

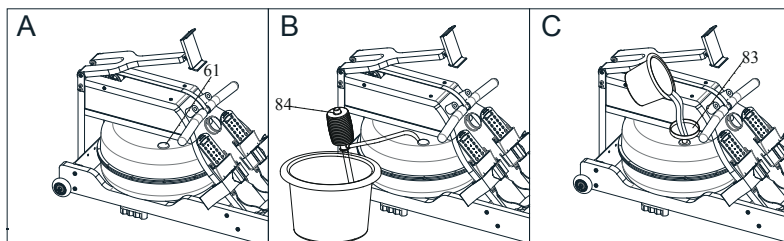


Die Bedienungsanleitung wurde auf recycelbarem Papier gedruckt. Bitte entsorgen Sie sie gemäß den geltenden Vorschriften zur Mülltrennung.

EN Filling and emptying the water tank



Filling the water tank



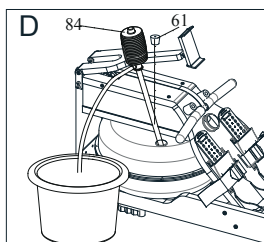
- A. Remove the cap from the water tank (61).
B. Insert one end of the manual water pump (84) into a bucket of water, and place the other end of the hose into the water tank opening. Squeeze the manual pump (84) to fill the tank with water.
C. Alternatively, you can insert the funnel (83) into the tank opening to pour water into the tank.
The amount of water should be determined according to the level indicator on the side of the tank.
After filling the tank with water, insert the cap (61) into the tank.

WARNING! Refer to the label on the tank to measure the correct amount of water. The rowing resistance depends on the amount of water in the tank. Filling the tank to level 1 provides the minimum rowing resistance, while filling it to level 6 provides the maximum resistance.

WARNING! Do not exceed the maximum water level marked as '6'.



Draining the water tank



- D. Place a bucket next to the machine and use the manual pump (84) to pump the water from the tank into the bucket.
Insert the tank cap (61) into the tank, then wipe the machine and the surrounding area dry with a cloth.

WARNING!

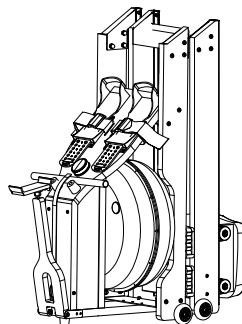
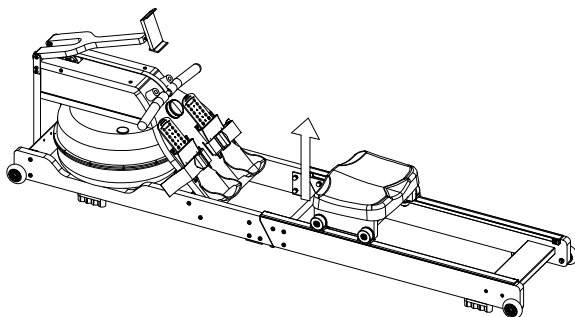
- Fill the tank only with clean tap water.
- Replace the water in the tank if it becomes cloudy.
- Use water purification tablets at the following frequency: 1 tablet / 6 months or as needed. Damage to the tank caused by the use of tablets or agents not intended for water purification is not covered by the warranty.
- If you do not intend to use the equipment for an extended period, drain the water tank.

EN Folding and storage

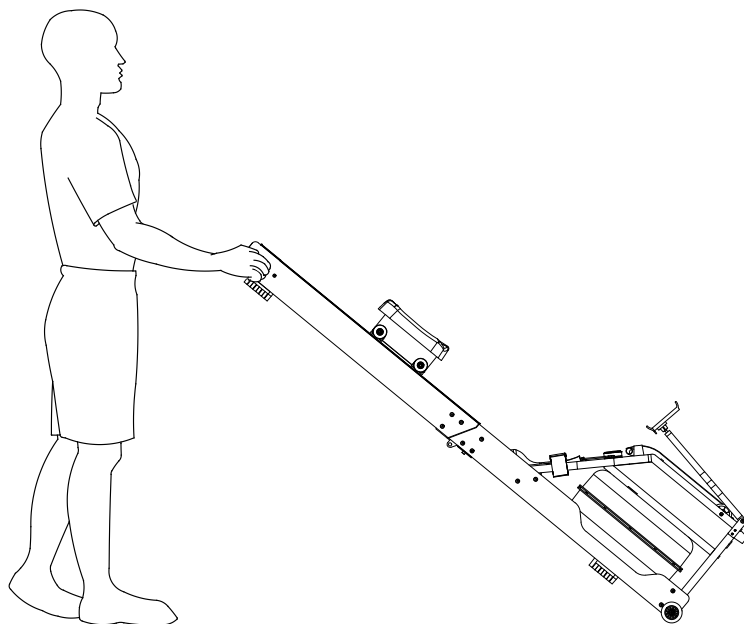


Caution! Before assembling or moving the device, the water tank must be emptied.

1. When the product is not in use, the entire unit can be folded.
Pull the handle upward in the direction of the arrow to fold the product.
Warning! Do not place your hand in the guide rail folding area.



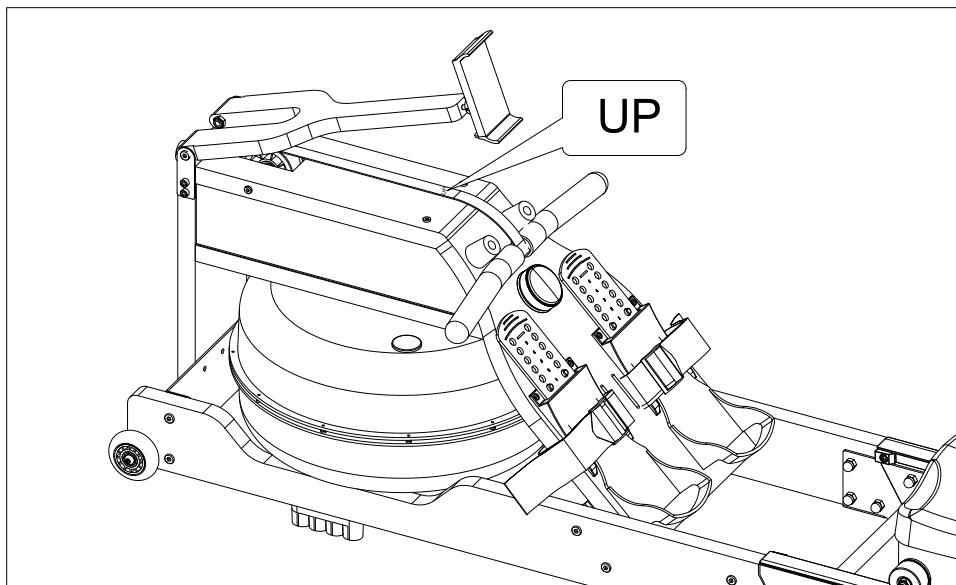
2. To move the device, grasp the rear part with both hands and lift it until the transport rollers at the front are in full contact with the floor. You can then roll the device to the desired location. Once you reach the destination, gently lower the device and make sure it stands securely.



EN Belt positioning



Warning! When performing this action, make sure that the belt surface marked "UP" is facing upward.





1. Display view

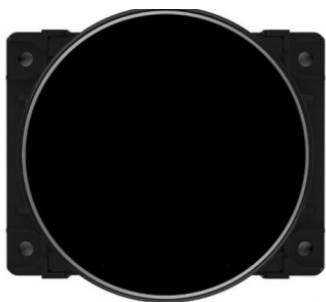


2. Symbols on the display

TEMPO	Displays the number of rowing strokes per minute (spm). Range: 0–999.
LEVEL	Displays the resistance level. Range: 1–32. The higher the level, the greater the resistance.
SPLIT	Displays the total number of rowing strokes. Range: 0–9 999.
/500 M	Displays the time to cover a distance of 500 m. Range: 00:00–99:59.
	SCAN function – the visible icon indicates that the alternating display mode is active, showing different parameters every 3 seconds.
	Displays the speed. Range: 0.0–999.9 km/h.
	Displays the workout time. Range: 00:00–99:59. In standby mode, briefly turning the knob or detecting movement starts the timer. The timer stops after 4 seconds of inactivity once movement ceases.
	Displays the distance covered. Range: 0.0–999.9 km. Depending on the rowing intensity, the distance per stroke can be measured from 1 to 6 meters per stroke.
	Displays the calories burned. Range: 0.0–999.9 kcal. The value is directly proportional to the resistance level. Resistance level 1 corresponds to approximately 32 kcal/km, while resistance level 32 corresponds to approximately 73 kcal/km.
	Bluetooth status Visible Bluetooth icon: connected. Bluetooth icon not visible: not connected.



2.1. Display modes and knob functions



Sleep mode

Press the knob to wake up the device.

Knob functions

- When there is no operation or movement, the display enters sleep mode after 3 minutes.
- In sleep mode, briefly press the knob to wake up the device.
- Press the knob to switch the display mode during exercise.
- In pause or motion mode, press and hold the knob for 2 seconds to stop movement and enter the wake state.
- When the knob is pressed, the buzzer is activated.

Knob rotation

- Turn clockwise to increase resistance.
- Turn counterclockwise to decrease resistance.
- When turning the knob, a buzzer sound is emitted.



2.2. Detailed display operation instructions

1. When the knob is turned on, the buzzer emits a long beep, and the knob lights up, entering standby mode (Fig. 1). After 3 minutes of inactivity, the knob with the display turns off and switches to sleep mode (Fig. 2).



Figure 1

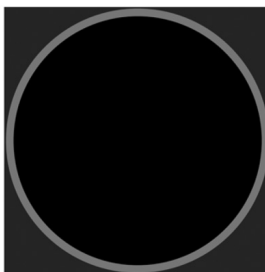


Figure 2

2. In standby mode, briefly pressing the button immediately switches the device to motion mode. In the small window, TEMPO (Fig. 3) and LEVEL (Fig. 4) are displayed alternately every 3 seconds.



Figure 3



Figure 4

3. SCAN mode (Fig. 5).

The small window displays the number of rowing strokes per minute and the resistance level. The main window shows alternating default values, and the SCAN icon is illuminated. The following parameters are displayed, switching every 3 seconds: speed, time, distance, calories, number of rowing strokes, and time to cover 500 m.

The outer ring in active mode is fully illuminated by default.



Figure 5



4. Parameter lock mode (Fig. 6).

Briefly press the knob to set the display mode to lock mode. In this mode, the SCAN icon is not displayed, and the screen shows one selected data type permanently:

speed, time, distance, calories, number of rowing strokes, or time to cover 500 m.



Figure 6

3. Bluetooth connection / Training with the Kinomap app

After connecting the rowing machine to a mobile device via Bluetooth, you can monitor your workout parameters on your phone.

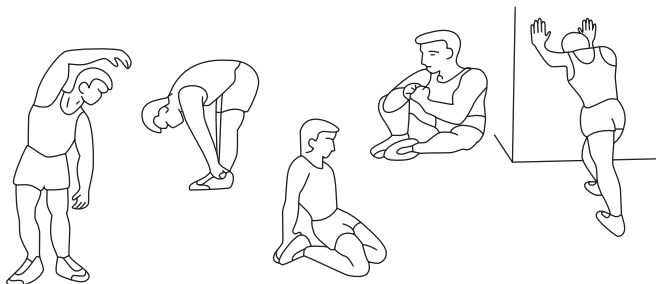
To use this feature, download the dedicated Kinomap app for this device. The latest versions are available on the App Store (iOS) and Google Play Store (Android).



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.

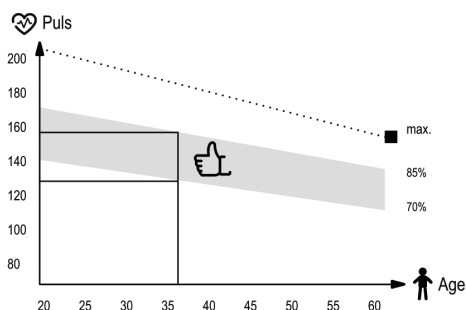
1. Warm-up

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.	Disassemble the computer and check if the cables are correctly connected and are not damaged.
The device makes disturbing sounds during use.	Check if all parts of the device are installed correctly. Tighten the screws.



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
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.



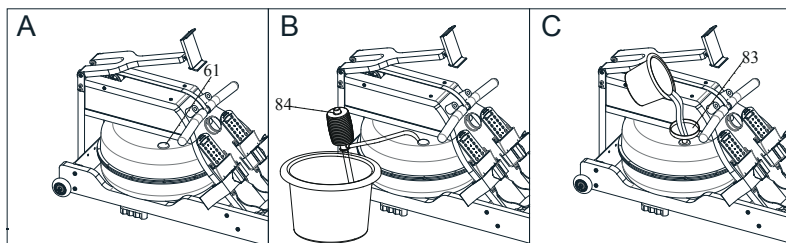
Used electrical devices (including the computer in this item) are recyclable materials—you must not discard them to your household waste as they may contain dangerous substances for human health and environment! We kindly ask you for your active help in economical management of natural resources and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



Llenado del depósito de agua



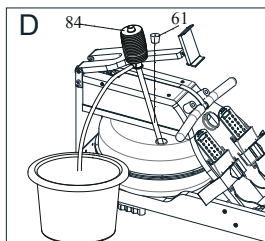
- Retire el tapón del depósito de agua (61).
- Inserte un extremo de la bomba manual de agua (84) en un cubo con agua y coloque el otro extremo de la manguera en la abertura del depósito. Presione la bomba manual (84) para llenar el depósito con agua.
- Alternativamente, puede insertar el embudo (83) en la abertura del depósito para verter el agua. La cantidad de agua debe determinarse según el indicador de nivel situado en el lateral del depósito. Después de llenar el depósito con agua, coloque el tapón (61) en su sitio.

¡ADVERTENCIA! Consulte la etiqueta del depósito para medir la cantidad correcta de agua. La resistencia al remar depende de la cantidad de agua en el depósito. Llenar el depósito hasta el nivel 1 proporciona la resistencia mínima, mientras que llenarlo hasta el nivel 6 proporciona la resistencia máxima.

¡ADVERTENCIA! No exceda el nivel máximo de agua marcado como «6».



Vaciado del depósito de agua



- Coloque un cubo junto a la máquina y utilice la bomba manual (84) para bombear el agua del depósito hacia el cubo. Inserte el tapón del depósito (61) y, a continuación, seque la máquina y el área circundante con un paño.

¡ADVERTENCIA!

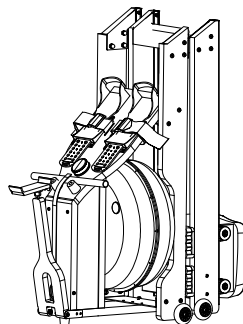
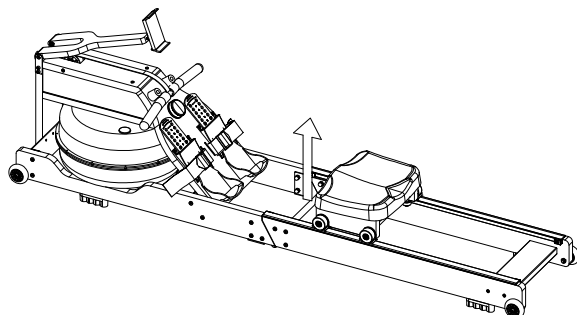
- Llene el depósito únicamente con agua del grifo limpia.
- Sustituya el agua del depósito si se vuelve turbia.
- Utilice tabletas purificadoras de agua con la siguiente frecuencia: 1 tableta / 6 meses o según sea necesario. Los daños en el depósito causados por el uso de tabletas o productos no destinados a la purificación del agua no están cubiertos por la garantía.
- Si no tiene previsto utilizar el equipo durante un período prolongado, vacíe el depósito de agua.

ES Plegado y almacenamiento

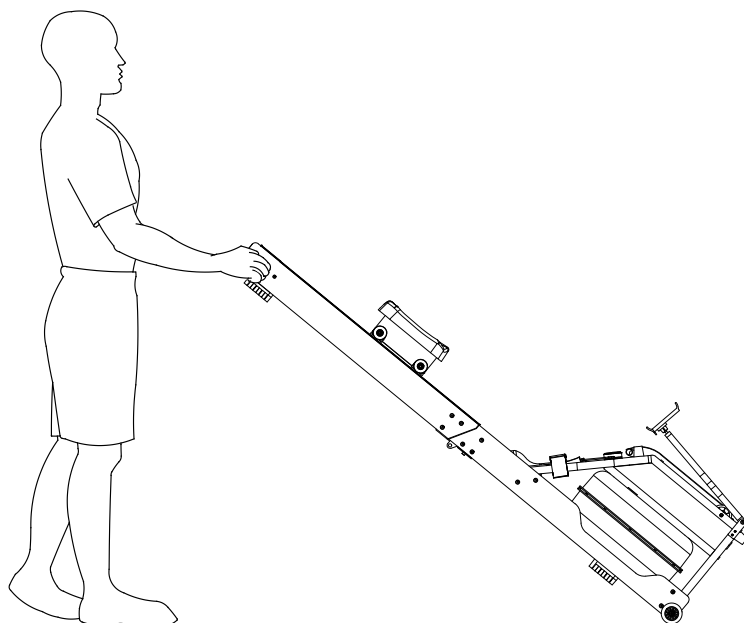


¡Atención! Antes de montar o mover el dispositivo, se debe vaciar el depósito de agua

1. Cuando el producto no esté en uso, toda la unidad puede plegarse.
Tire del asa hacia arriba en la dirección de la flecha para plegar el producto.
¡Advertencia! No coloque la mano en la zona de plegado del rail guía.

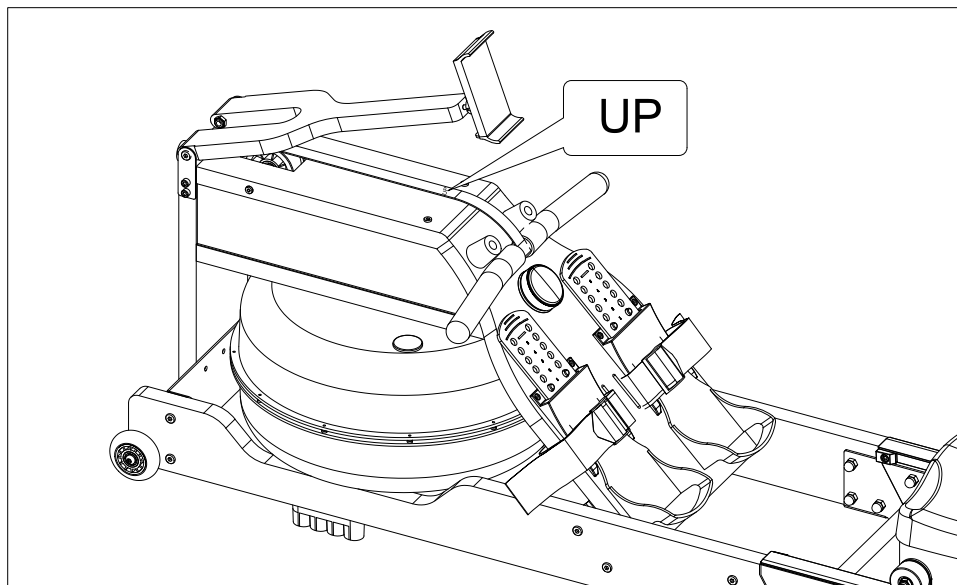


2. Para mover el equipo, sujete la parte trasera con ambas manos y levántelo hasta que las ruedas de la parte delantera estén en pleno contacto con el suelo; a continuación, podrá desplazar el equipo.
Cuando llegue al lugar deseado, coloque el equipo con cuidado, asegurándose de que quede estable.





¡Advertencia! Al realizar esta operación, asegúrese de que la superficie de la correa marcada con «UP» esté orientada hacia arriba.





1. Vista de la pantalla

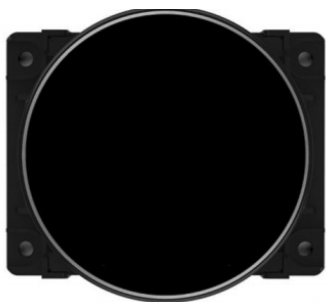


2. Indicadores en pantalla

TEMPO	Muestra el número de brazadas por minuto (spm). Intervalo: 0–999.
LEVEL	Muestra el nivel de resistencia. Intervalo: 1–32. Cuanto mayor sea el nivel, mayor será la resistencia.
SPLIT	Muestra el número total de brazadas. Intervalo: 0–9 999.
/500 M	Muestra el tiempo necesario para recorrer una distancia de 500 m. Intervalo: 00:00–99:59.
	Función SCAN: el icono visible indica que el modo de visualización alterna está activo y muestra diferentes parámetros cada 3 segundos.
	Muestra la velocidad. Intervalo: 0,0–999,9 km/h.
	Muestra el tiempo de entrenamiento. Intervalo: 00:00–99:59. En modo de espera, girar brevemente el mando o detectar movimiento inicia el temporizador. El temporizador se detiene tras 4 segundos de inactividad una vez que cesa el movimiento.
	Muestra la distancia recorrida. Intervalo: 0,0 – 999,9 km. Según la intensidad del remo, la distancia por brazada puede medirse entre 1 y 6 metros por brazada.
	Muestra las calorías quemadas. Intervalo: 0,0 – 999,9 kcal. El valor es directamente proporcional al nivel de resistencia. El nivel de resistencia 1 corresponde aproximadamente a 32 kcal/km, mientras que el nivel 32 corresponde aproximadamente a 73 kcal/km.
	Estado de Bluetooth Icono de Bluetooth visible: conectado. Icono de Bluetooth no visible: no conectado.



2.1. Modos de visualización y funciones del mando



Modo de suspensión

Pulse el mando para activar el dispositivo.



Funciones del mando

- Cuando no hay operación ni movimiento, la pantalla entra en modo de suspensión después de 3 minutos.
- En modo de suspensión, pulse brevemente el mando para activar el dispositivo.
- Durante el ejercicio, pulse el mando para cambiar el modo de visualización.
- En modo de pausa o movimiento, mantenga pulsado el mando durante 2 segundos para detener el movimiento y entrar en el estado activo.
- Al presionar el mando, se activa el zumbador.



Giro del mando

- Gire en el sentido de las agujas del reloj para aumentar la resistencia.
- Gire en sentido contrario a las agujas del reloj para disminuir la resistencia.
- Al girar el mando, se emite un sonido del zumbador.



2.2. Instrucciones detalladas de funcionamiento de la pantalla

1. Cuando se enciende el mando, el zumbador emite un pitido largo y el mando se ilumina, entrando en modo de espera (Fig. 1). Después de 3 minutos de inactividad, el mando con la pantalla se apaga y cambia al modo de suspensión (Fig. 2).



Figura 1

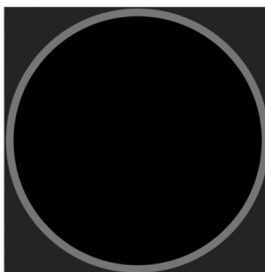


Figura 2

2. En modo de espera, al presionar brevemente el botón, el dispositivo cambia inmediatamente al modo de movimiento. En la ventana pequeña se muestran alternadamente TEMPO (Fig. 3) y LEVEL (Fig. 4) cada 3 segundos.



Figura 3



Figura 4

3. Modo SCAN (Fig. 5).

La ventana pequeña muestra el número de brazadas por minuto y el nivel de resistencia. La ventana principal muestra los valores predeterminados de forma alterna, y el icono SCAN se ilumina. Los siguientes parámetros se muestran alternando cada 3 segundos: velocidad, tiempo, distancia, calorías, número de brazadas y tiempo para recorrer 500 m.

El anillo exterior, en modo activo, se ilumina completamente de forma predeterminada.



Figura 5



4. Modo de bloqueo de parámetros (Fig. 6).

Pulse brevemente el mando para establecer el modo de visualización en modo de bloqueo. En este modo, el icono SCAN no se muestra y la pantalla presenta de forma permanente un solo tipo de dato seleccionado:

velocidad, tiempo, distancia, calorías, número de brazadas o tiempo para recorrer 500 m.



Figura 6

3. Conexión Bluetooth / Entrenamiento con la aplicación Kinomap

Después de conectar la máquina de remo a un dispositivo móvil mediante Bluetooth, podrá supervisar los parámetros de su entrenamiento en el teléfono. Para utilizar esta función, descargue la aplicación Kinomap dedicada a este dispositivo. Las versiones más recientes están disponibles en App Store (iOS) y Google Play Store (Android).

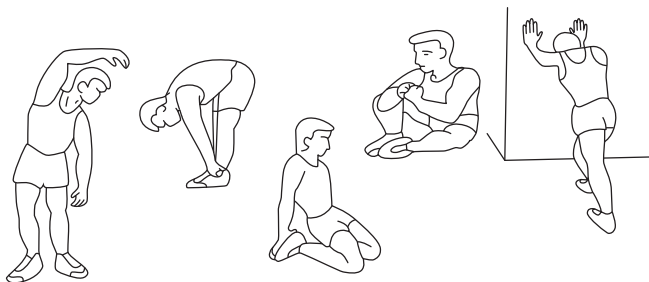


El uso regular del equipo aportará beneficios a su salud. Mejorará su condición física, bienestar y fortalecerá los músculos. Combinado con una dieta adecuada, puede contribuir a la pérdida de peso.

1. Calentamiento

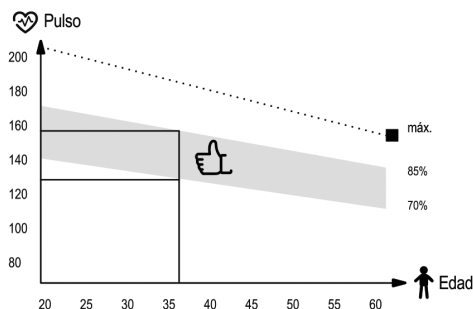
Esta fase de ejercicio ayuda a mejorar la circulación sanguínea en todo el cuerpo y a preparar los músculos para un mayor esfuerzo. También reduce el riesgo de contracturas o desgarros musculares.

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. Realice el mantenimiento del equipo con regularidad. Debe hacerse al menos cada 20 horas de uso.
2. El mantenimiento incluye:
 - Comprobación de las partes móviles y lubricación si es necesario. Utilice grasas especiales para rodamientos de bicicleta o aparatos de fitness.
 - Revisión del resto de componentes, incluyendo ajuste de tornillos y tuercas.
 - Inspección de los cables de alimentación (si los hay), para detectar daños.
3. Para la limpieza, utilice un paño suave ligeramente humedecido con agua o con agua y jabón neutro. No utilice productos abrasivos ni detergentes fuertes que puedan dañar el aparato. Tenga especial cuidado con las piezas de plástico.
4. Después de cada uso, elimine los restos de sudor y suciedad del aparato.

ES Solución de problemas



Problema	Posibles soluciones
El ordenador no muestra datos.	Desmonte el ordenador y compruebe que los cables estén bien conectados y no dañados.
El aparato emite ruidos inusuales durante el uso.	Asegúrese de que todas las piezas estén bien montadas. Apriete los tornillos.



Condiciones de la garantía

1. 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
2. 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.
3. 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.
4. 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.



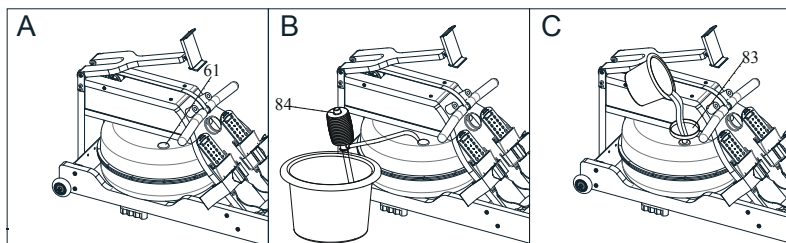
Los dispositivos eléctricos usados (incluido el ordenador de este producto) son materiales reciclables. No deben desecharse junto con los residuos domésticos, ya que pueden contener sustancias peligrosas para la salud humana y el medio ambiente. Le rogamos que colabore activamente en la gestión responsable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



Remplissage du réservoir d'eau



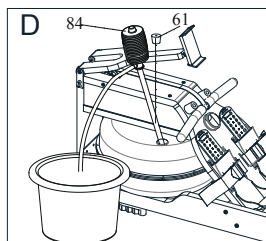
- Retirez le bouchon du réservoir d'eau (61).
 - Insérez une extrémité de la pompe manuelle (84) dans un seau d'eau, puis placez l'autre extrémité du tuyau dans l'orifice du réservoir d'eau. Pressez la pompe manuelle (84) afin de remplir le réservoir d'eau.
 - Vous pouvez également insérer l'entonnoir (83) dans l'orifice du réservoir pour y verser l'eau.
- La quantité d'eau doit être déterminée en fonction de l'indicateur de niveau situé sur le côté du réservoir.
Après avoir rempli le réservoir d'eau, insérez le bouchon (61) dans le réservoir.

AVERTISSEMENT ! Reportez-vous à l'étiquette apposée sur le réservoir pour mesurer la quantité d'eau correcte. La résistance à l'aviron dépend de la quantité d'eau contenue dans le réservoir. Un remplissage jusqu'au niveau 1 offre la résistance minimale, tandis qu'un remplissage jusqu'au niveau 6 offre la résistance maximale.

AVERTISSEMENT ! Ne dépassez pas le niveau d'eau maximal indiqué « 6 ».



Vidage du réservoir d'eau



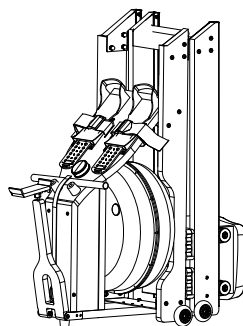
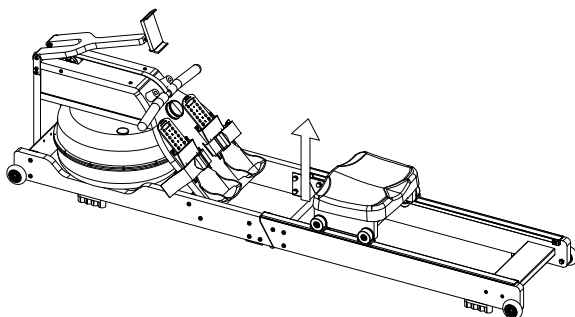
- Placez un seau à côté de l'appareil et utilisez la pompe manuelle (84) pour pomper l'eau du réservoir dans le seau.
Insérez ensuite le bouchon (61) dans le réservoir, puis essuyez l'appareil et la zone environnante avec un chiffon sec.

AVERTISSEMENT !

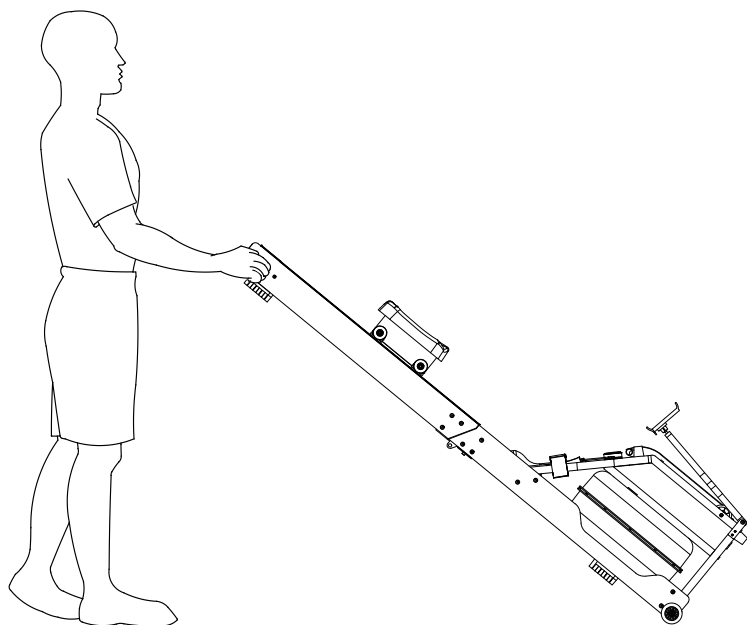
- Remplissez le réservoir uniquement avec de l'eau du robinet propre.
- Remplacez l'eau du réservoir si elle devient trouble.
- Utilisez des comprimés de purification de l'eau selon la fréquence suivante : 1 comprimé / 6 mois ou selon les besoins.
- Les dommages causés au réservoir par l'utilisation de comprimés ou de produits non destinés à la purification de l'eau ne sont pas couverts par la garantie.
- Si vous n'avez pas l'intention d'utiliser l'appareil pendant une période prolongée, videz le réservoir d'eau.

Attention ! Avant de monter ou de déplacer l'appareil, il faut vider le réservoir d'eau.

1. Lorsque le produit n'est pas utilisé, l'ensemble de l'appareil peut être replié.
Tirez la poignée vers le haut dans la direction de la flèche pour plier le produit.
Avertissement ! Ne placez pas votre main dans la zone de pliage du rail de guidage.



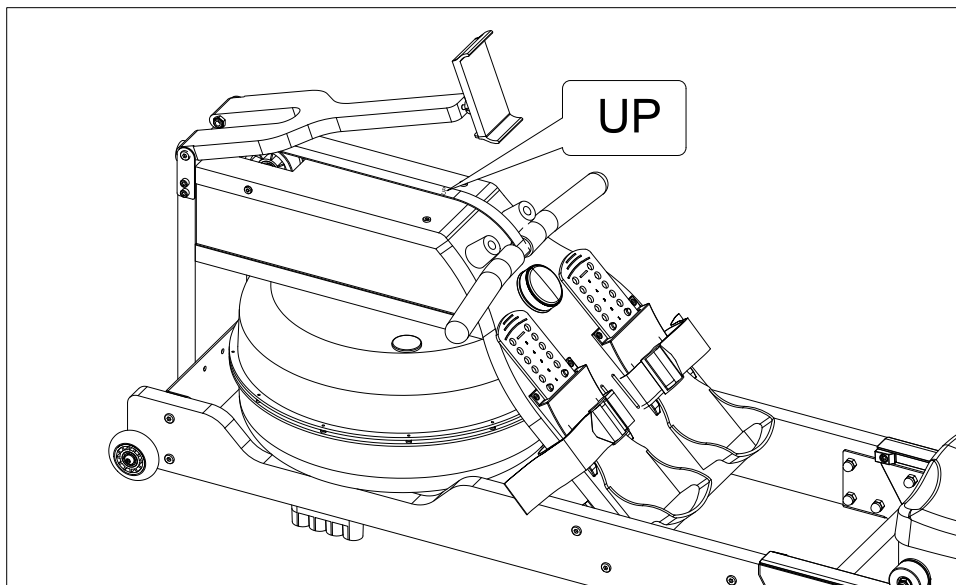
2. Pour déplacer l'appareil, saisissez la partie arrière à deux mains et soulevez-le jusqu'à ce que les roulettes situées à l'avant soient en plein contact avec le sol, puis déplacez l'appareil.
Une fois arrivé à l'endroit souhaité, posez délicatement l'appareil en veillant à ce qu'il soit bien stable.



FR Positionnement de la courroie



Avertissement ! Lors de cette opération, assurez-vous que la face de la courroie portant la mention « UP » est orientée vers le haut.





1. Affichage

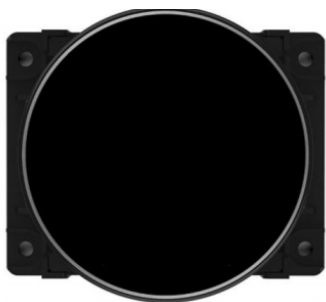


2. Marquages sur l'écran

TEMPO	Affiche le nombre de coups d'aviron par minute (spm). Plage : 0 à 999.
LEVEL	Affiche le niveau de résistance. Plage : 1 à 32. Plus le niveau est élevé, plus la résistance est importante.
SPLIT	Affiche le nombre total de coups d'aviron. Plage : 0 à 9 999.
/500 M	Affiche le temps nécessaire pour parcourir une distance de 500 m. Plage : 00 :00 à 99 :59.
	Fonction SCAN – l'icône affichée indique que le mode d'affichage alterné est activé, présentant différents paramètres toutes les 3 secondes.
	Affiche la vitesse. Plage : 0,0 à 999,9 km/h.
	Affiche la durée d'entraînement. Plage : 00 :00 à 99 :59. En mode veille, une brève rotation du bouton ou la détection d'un mouvement déclenche le chronomètre. Le chronomètre s'arrête après 4 secondes d'inactivité lorsque le mouvement cesse.
	Affiche la distance parcourue. Plage : 0,0 à 999,9 km. Selon l'intensité de l'aviron, la distance par coup peut être mesurée de 1 à 6 mètres par coup.
	Affiche le nombre de calories brûlées. Plage : 0,0 à 999,9 kcal. La valeur est directement proportionnelle au niveau de résistance. Le niveau de résistance 1 correspond à environ 32 kcal/km, tandis que le niveau 32 correspond à environ 73 kcal/km.
	État du Bluetooth Icône Bluetooth visible : connecté. Icône Bluetooth non visible : non connecté.



2.1. Modes d'affichage et fonctions du bouton



Mode veille

Appuyez sur le bouton pour activer l'appareil.

Fonctions du bouton

- En l'absence d'opération ou de mouvement, l'affichage passe en mode veille après 3 minutes.
- En mode veille, appuyez brièvement sur le bouton pour activer l'appareil.
- Pendant l'exercice, appuyez sur le bouton pour changer le mode d'affichage.
- En mode pause ou en mouvement, maintenez le bouton enfoncé pendant 2 secondes pour arrêter le mouvement et revenir à l'état actif.
- Lorsque le bouton est pressé, le buzzer est activé.



Rotation du bouton

- Tournez dans le sens horaire pour augmenter la résistance.
- Tournez dans le sens antihoraire pour diminuer la résistance.
- Lors de la rotation du bouton, un signal sonore est émis.



2.2. Instructions détaillées de fonctionnement de l'affichage

1. Lorsque le bouton est activé, le buzzer émet un long bip et le bouton s'illumine, passant en mode veille (voir fig. 1). Après 3 minutes d'inactivité, le bouton avec l'affichage s'éteint et passe en mode veille prolongée (voir fig. 2).



Figure 1

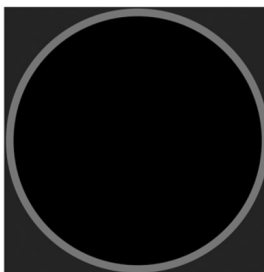


Figure 2

2. En mode veille, une brève pression sur le bouton fait immédiatement passer l'appareil en mode mouvement. Dans la petite fenêtre, les indications TEMPO (voir fig. 3) et LEVEL (voir fig. 4) s'affichent en alternance toutes les 3 secondes.



Figure 3



Figure 4

1. Mode SCAN (voir fig. 5).

La petite fenêtre affiche le nombre de coups d'aviron par minute ainsi que le niveau de résistance. L'écran principal affiche des valeurs par défaut en alternance, et l'icône SCAN est allumée.

Les paramètres suivants sont affichés, changeant toutes les 3 secondes : vitesse, temps, distance, calories, nombre de coups d'aviron et temps pour parcourir 500 m.

L'anneau extérieur, en mode actif, est entièrement illuminé par défaut.



Figure 5



4. Mode de verrouillage des paramètres (voir fig. 6).

Appuyez brièvement sur le bouton pour régler l'affichage en mode verrouillage.

Dans ce mode, l'icône SCAN n'est pas affichée, et l'écran présente en permanence un seul type de donnée sélectionné : vitesse, temps, distance, calories, nombre de coups d'aviron ou temps pour parcourir 500 m.



Figure 6

3. Connexion Bluetooth / Entraînement avec l'application Kinomap

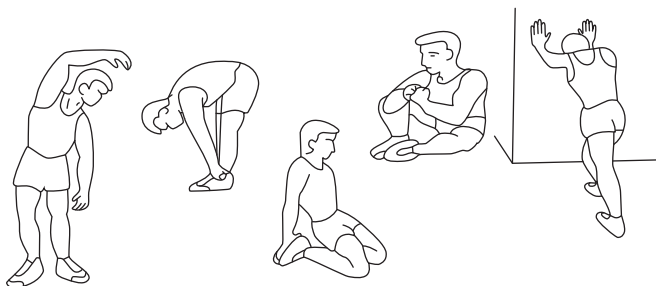
Après avoir connecté la rameur à un appareil mobile via Bluetooth, vous pouvez suivre les paramètres de votre entraînement sur votre téléphone. Pour utiliser cette fonction, téléchargez l'application Kinomap dédiée à cet appareil. Les dernières versions sont disponibles sur l'App Store (iOS) et le Google 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.

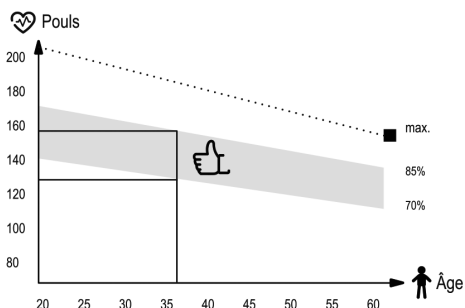
1. Échauffement

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.	Démontez l'ordinateur et vérifiez que les câbles sont correctement connectés et ne sont pas endommagés.
L'appareil émet des sons dérangeants pendant l'utilisation.	Vérifiez que toutes les pièces de l'appareil sont correctement installées. Serrez les vis.



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	www.hop-sport.fr/reclamation/	support@hop-sport.fr
BE	www.hop-sport.be/reclamation/	support@hop-sport.be

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.



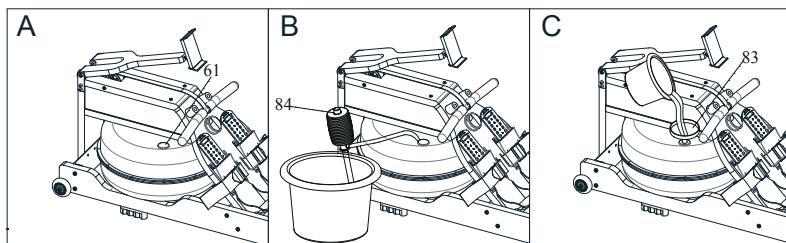
Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables – ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion 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.



A víztartály feltöltése



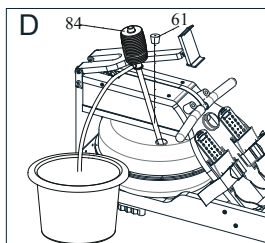
- Távolítsa el a kupakot a víztartályból (61).
- Helyezze a kézi szivattyút egyik végét (84) egy vödör vízbe, és a tömlő másik végét helyezze a víztartály nyílásába. Nyomja és húzza a fogantyút (84) a tartály vízzel való feltöltéséhez.
- Alternatívaként használhatja a tölcserőt (83) a tartály nyílásába helyezve a víz tartályba öntéséhez. A víz mennyiségét a tartály oldalán található szintjelzőnek megfelelően kell meghatározni. Miután feltöltötte a tartályt vízzel, helyezze vissza a kupakot (61) a tartályba.

FIGYELMEZTETÉS! Kizárólag a megfelelő mennyiségű vízzel tölts fel a tartályt. Az evezési ellenállás a víz mennyiségétől függ a tartályban. Az 1-es szintig történő feltöltés a legkisebb evezési ellenállást biztosítja, míg a 6-os szintig történő feltöltés a maximális ellenállást biztosítja.

FIGYELMEZTETÉS! Ne lépje túl a maximálisan megjelölt 6-os vízszintet.



A víztartály kiürítése



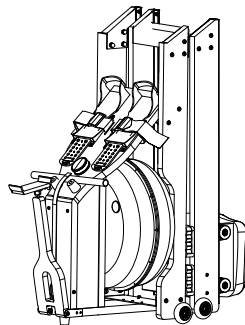
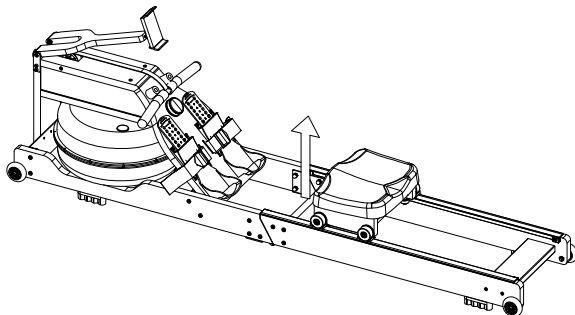
- Helyezzen egy vödört a gép mellé, és használja a kézi szivattyút (84) a víz kiszivattyúzásához a tartályból a vödörbe. Helyezze vissza a tartálykupakot (61) a tartályba, majd törölje szárazra a gépet és a környező területet egy ruhával.

FIGYELMEZTETÉS!

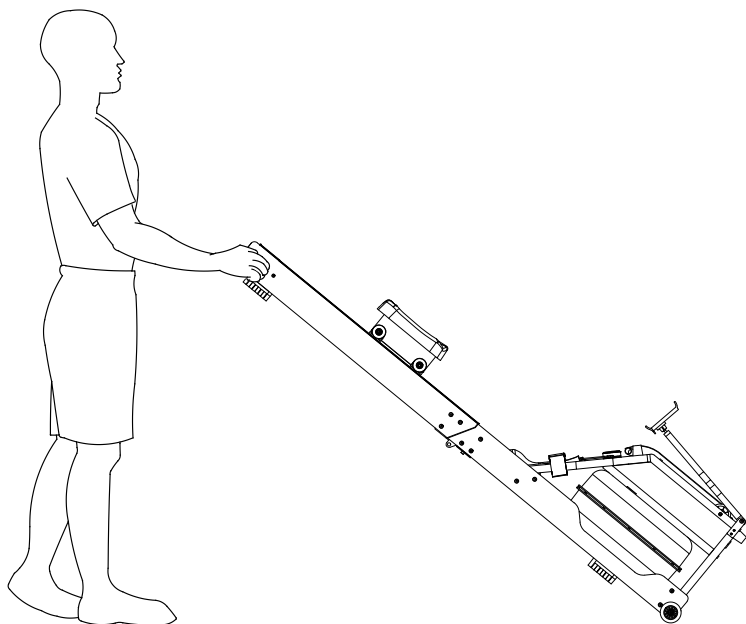
- A tartályt kizárólag tiszta csapvízzel tölts fel.
- Cserélje ki a vizet a tartályban, ha elszíneződik.
- A víztisztító tablettákat az alábbi gyakorisággal használja: 1 tableta / 6 hónap, vagy szükség szerint. A víztisztításhoz nem ajánlott tabletták vagy szerek használata által okozott tartálykárosodásra a garancia nem terjed ki.
- Ha hosszabb ideig nem kívánja használni az eszközt, ürítse ki a víztartályt.

Figyelem! Az eszköz összehajtogatása vagy mozgatása előtt a víztartályt ki kell üríteni.

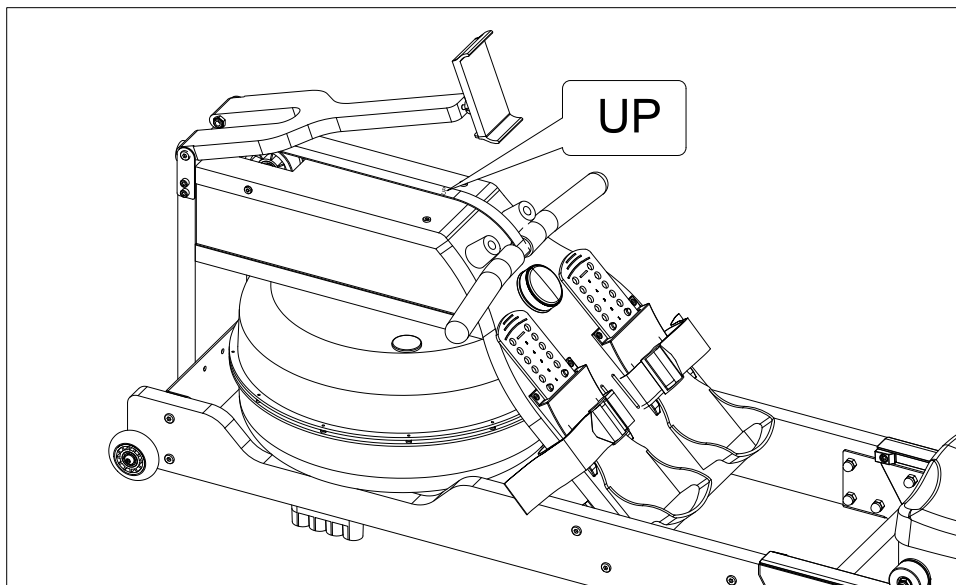
1. Ha a termék nincs használatban, az egész egység összehajtható.
Húzza a fogantyút felfelé a nyíl irányába a termék összehajtogatásához.
Figyelem! Ne helyezze a kezét a vezetőcsín összehajtogatási területére.



2. Az eszköz mozgatásához fogja meg a hátsó részt mindkét kézzel, és emelje meg addig, amíg az előlő szállítógörgők teljesen érintkeznek a padlóval. Ezután az eszközt a kívánt helyre gördítheti. Miután elérte a kívánt helyet, óvatosan engedje le az eszközt, és győződjön meg arról, hogy stabilan áll.



Figyelem! A művelet végrehajtásakor győződjön meg arról, hogy a szíj „UP” jelöléssel ellátott felülete felfelé néz.





1. Kijelző nézet

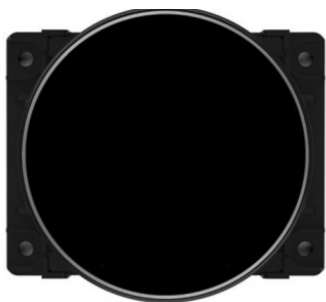


2. Szimbólumok a kijelzőn

TEMPO	Megjeleníti a percenkénti evezőmozdulatok számát (spm). Tartomány: 0–999.
LEVEL	Megjeleníti az ellenállási szintet. Tartomány: 1–32. Minél magasabb a szint, annál nagyobb az ellenállás.
SPLIT	Megjeleníti az evezőmozdulatok teljes számát. Tartomány: 0–9 999.
/500 M	Megjeleníti az 500 m távolság megtételéhez szükséges időt. Tartomány: 00:00–99:59.
	SCAN funkció – a látható ikon azt jelzi, hogy az alternáló kijelzési mód aktív, amely 5 másodpercenként különböző paramétereket jelenít meg.
	Megjeleníti a sebességet. Tartomány: 0,0–999,9 km/h.
	Megjeleníti az edzésidőt. Tartomány: 00:00–99:59. Készenléti módban a fogantyú meghúzása vagy a mozgás érzékelése elindítja az időzítőt. Az időzítő 4 másodperc inaktivitás vagy a mozgás megszűnése után leáll.
	Megjeleníti a megtett távolságot. Tartomány: 0,0–999,9 km. Az evezési intenzitástól függően az egy evezőmozdulatra jutó távolság 1–6 méter között mérhető.
	Megjeleníti az elégetett kalóriákat. Tartomány: 0,0–999,9 kcal. Az érték közvetlenül arányos az ellenállási szinttel. Az 1-es ellenállási szint körülbelül 32 kcal/h értéknek felel meg, míg a 32-es ellenállási szint körülbelül 73 kcal/h értéknek felel meg.
	Bluetooth állapot Látható Bluetooth ikon: csatlakoztatva. Nem látható Bluetooth ikon: nincs csatlakoztatva.



2.1. Kijelzési módok és a forgatógomb funkciói



Alvó mód

Nyomja meg a forgatógombot az eszköz felébresztéséhez.

A forgatógomb funkciói

- Ha nincs működés vagy mozgás, a kijelző 3 perc után alvó módba lép.
- Alvó módban röviden nyomja meg a forgatógombot az eszköz felébresztéséhez.
- Edzés közben nyomja meg a forgatógombot a kijelzési mód váltásához.
- Szünet vagy mozgásmentes állapot esetén nyomja meg és tartsa lenyomva a forgatógombot 2 másodpercig a mozgás leállításához és az ébresztési állapotba lépéshez.
- A forgatógomb megnyomásakor a hangjelző aktiválódik.



A forgatógomb elforgatása

- Forgassa az óramutató járásával megegyező irányba az ellenállás növeléséhez.
- Forgassa az óramutató járásával ellentétes irányba az ellenállás csökkentéséhez.
- A forgatógomb elforgatásakor hangjelzés hallható.

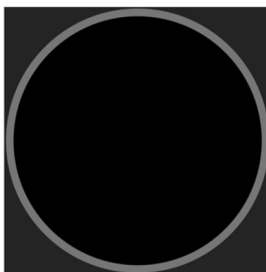


2.2. Részletes kijelzőkezelési utasítások

1. A forgatógomb bekapcsolásakor a hangjelző hosszú sípoló hangot ad, és a forgatógomb világítani kezd, belépve a készenléti módba (1. ábra). 3 perc inaktivitás után a kijelzővel ellátott forgatógomb kikapcsol és alvó módba vált (2. ábra).



Ábra 1



Ábra 2

2. Készenléti módban a gomb rövid megnyomása azonnal mozgás módba kapcsolja az eszközt. A kis ablakban a TEMPO (3. ábra) és a LEVEL (4. ábra) felváltva jelenik meg 3 másodpercenként.



Ábra 3



Ábra 4

3. SCAN mód (5. ábra).

A fő ablak megjeleníti a percenkénti evezőmozdulatok számát és az ellenállási szintet. A fő ablak alapértelmezés szerint felváltva mutatja a TEMPO, LEVEL és a SCAN ikonokat. A következő paraméterek jelennek meg, 3 másodpercenként váltva: sebesség, idő, távolság, kalória, evezőmozdulatok száma és az 500 méterhez szükséges idő.

Aktív módban a külső gyűrű alapértelmezés szerint teljesen megvilágított.



Ábra 5



4. Paraméterzár mód (6. ábra).

Röviden nyomja meg a forgatógombot a kijelzési módból a zárolási módba történő átváltáshoz. Ebben a módban a SCAN ikon nem jelenik meg, és a kijelző egy kiválasztott adattípust jelenít meg folyamatosan:

sebesség, idő, távolság, kalória, evezőmozdulatok száma vagy az 500 m megtételéhez szükséges idő.



Ábra 6

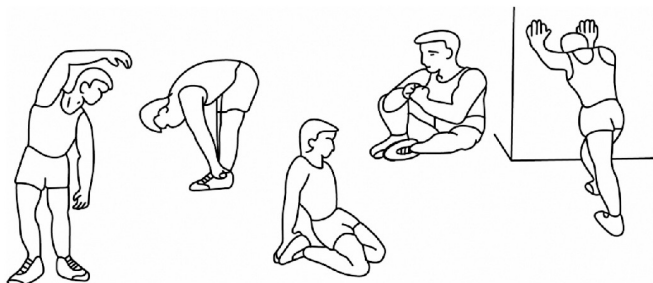
3. Bluetooth kapcsolat / Edzés a Kinomap alkalmazással

Miután Bluetooth kapcsolaton keresztül csatlakoztatta az evezőgépet egy mobilkészülethez, telefonján nyomon követheti az edzés paramétereit. A funkció használatához töltsse le az eszközhöz dedikált Kinomap alkalmazást. A legújabb verziók elérhetők az App Store (iOS) és a Google Play Store (Android) áruházban.

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.

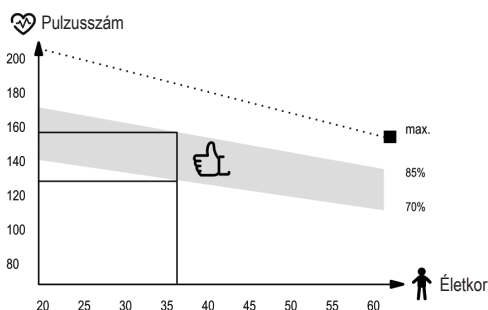
1. Bemelegítés

Ez az edzésfázis elősegíti a vérkeringés javítását az egész testben, és felkészíti az izmokat a fokozott terhelésre. Csökkenti az izomkontraktúrák vagy -sérülések kockázatát is. Célzerű 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 pulzustartományt 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.

HU Tisztítás és karbantartás



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 fitneszgépekhez 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.

HU Hibaelhárítás



Probléma	Lehetséges megoldás
A számítógép nem jelenít meg adatokat.	Szerelje szét a számítógépet, és ellenőrizze, hogy a kábelek megfelelően vannak-e csatlakoztatva, illetve nem sérültek-e.
Az eszköz használat közben zavaró hangokat ad ki.	Ellenőrizze, hogy az eszköz minden alkatrésze megfelelően van-e felszerelve. Húzza meg a csavarokat.



Garanciális feltételek

1. 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
2. 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.
3. Azon ország joga irányadó, ahová az árut kiszállították, beleértve a jótállási szabályokat is. A CISG nem alkalmazandó.
4. 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.



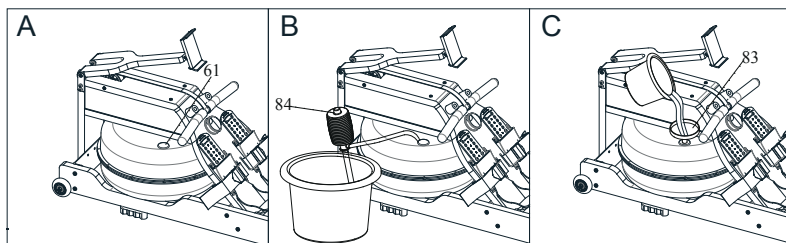
A használt elektromos berendezések (beleértve a jelen termékben található számítógépet is) újrahasznosítható anyagok, ezért nem szabad azokat a háztartási hulladék közé dobni, mivel az emberi egészségre és a környezetre veszélyes anyagokat tartalmazhatnak. Kérjük, aktívan járuljon hozzá a természeti 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.



Riempimento del serbatoio dell'acqua



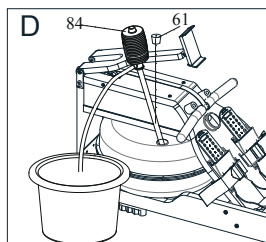
- A. Rimuovere il tappo dal serbatoio dell'acqua (61).
 - B. Inserire un'estremità della pompa manuale per l'acqua (84) in un secchio d'acqua e posizionare l'altra estremità del tubo nell'apertura del serbatoio. Premere la pompa manuale (84) per riempire il serbatoio d'acqua.
 - C. In alternativa, è possibile inserire l'imbuto (83) nell'apertura del serbatoio per versare l'acqua all'interno.
- La quantità d'acqua deve essere regolata in base all'indicatore di livello situato sul lato del serbatoio.
Dopo aver riempito il serbatoio d'acqua, inserire il tappo (61) nel serbatoio.

AVVERTENZA! Fare riferimento all'etichetta sul serbatoio per misurare la quantità corretta di acqua. La resistenza al vogatore dipende dalla quantità d'acqua presente nel serbatoio. Riempire il serbatoio fino al livello 1 fornisce la resistenza minima, mentre riempirlo fino al livello 6 fornisce la resistenza massima.

AVVERTENZA! Non superare il livello massimo dell'acqua indicato con «6».



Svuotamento del serbatoio dell'acqua



- D. Posizionare un secchio accanto alla macchina e utilizzare la pompa manuale (84) per pompare l'acqua dal serbatoio nel secchio.
Inserire il tappo del serbatoio (61) nel serbatoio, quindi asciugare la macchina e l'area circostante con un panno.

AVVERTENZA!

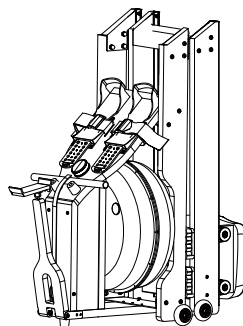
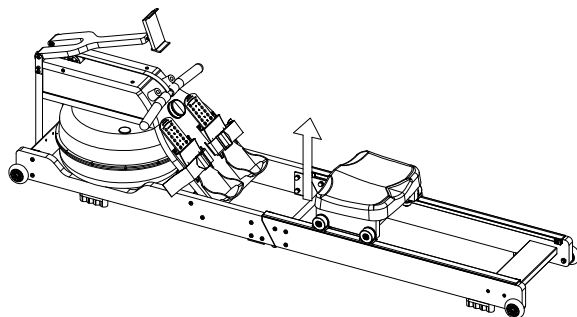
- Riempire il serbatoio solo con acqua potabile pulita.
- Sostituire l'acqua nel serbatoio se diventa torbida.
- Utilizzare le pastiglie per la purificazione dell'acqua con la seguente frequenza: 1 compressa / 6 mesi o secondo necessità.
- Eventuali danni al serbatoio causati dall'uso di pastiglie o prodotti non destinati alla purificazione dell'acqua non sono coperti dalla garanzia.
- Se non si prevede di utilizzare l'attrezzatura per un periodo prolungato, svuotare il serbatoio dell'acqua.

IT Piegatura e conservazione

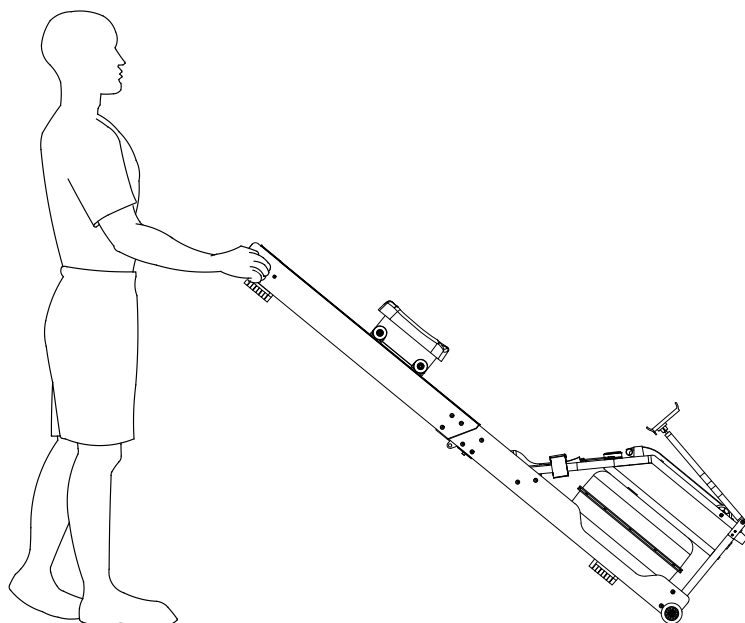


Attenzione! Prima di assemblare o spostare l'apparecchio, svuotare il serbatoio dell'acqua.

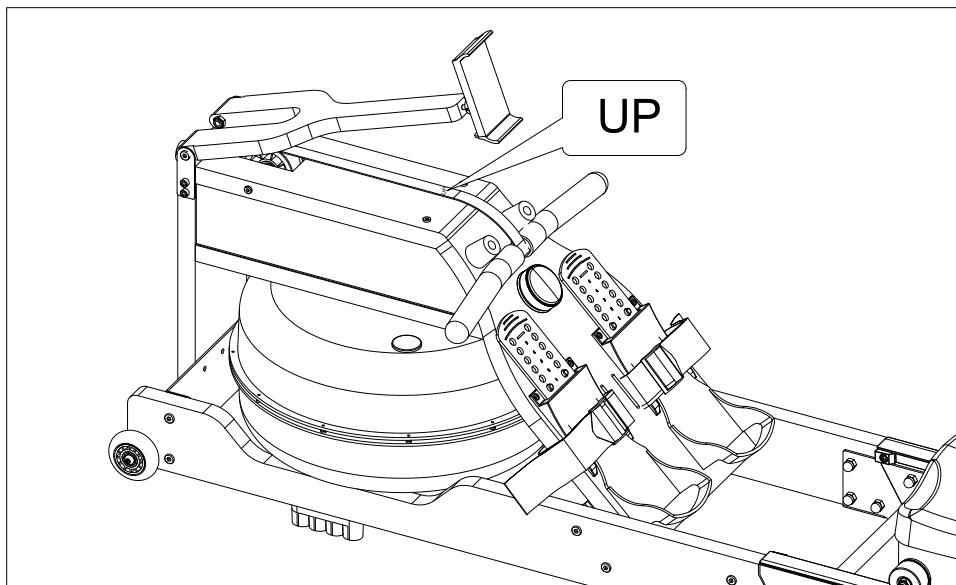
1. Quando il prodotto non è in uso, l'intera unità può essere richiusa.
Tirare la maniglia verso l'alto nella direzione della freccia per chiudere il prodotto.
Avvertenza! Non inserire la mano nell'area di piegatura della guida.



2. Per spostare l'apparecchio, afferrare la parte posteriore con entrambe le mani e sollevarlo finché le rotelle anteriori non saranno completamente a contatto con il pavimento, quindi è possibile spostare l'apparecchio.
Una volta raggiunta la posizione desiderata, posare delicatamente l'apparecchio, assicurandosi che sia stabile.



Attenzione! Durante questa operazione assicurarsi che la superficie del nastro contrassegnata con «UP» sia rivolta verso l'alto.





1. Vista del display

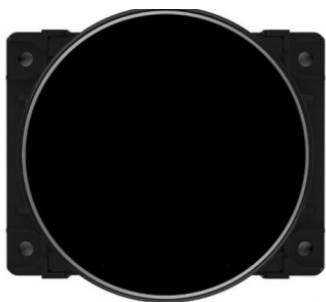


2. Simboli sul display

TEMPO	Visualizza il numero di colpi di voga al minuto (spm). Intervallo: 0 – 999.
LEVEL	Visualizza il livello di resistenza. Intervallo: 1–32. Maggiore è il livello, maggiore è la resistenza.
SPLIT	Visualizza il numero totale di colpi di voga. Intervallo: 0–9 999.
/500 M	Visualizza il tempo necessario per percorrere una distanza di 500 m. Intervallo: 00:00–99:59.
	Funzione SCAN – l'icona visibile indica che è attiva la modalità di visualizzazione alternata, che mostra diversi parametri ogni 3 secondi.
	Visualizza la velocità. Intervallo: 0,0–999,9 km/h.
	Visualizza il tempo di allenamento. Intervallo: 00:00–99:59. In modalità standby, una breve rotazione della manopola o il rilevamento di un movimento avvia il timer. Il timer si arresta dopo 4 secondi di inattività una volta terminato il movimento.
	Visualizza la distanza percorsa. Intervallo: 0,0–999,9 km. A seconda dell'intensità della vogata, la distanza per colpo può variare da 1 a 6 metri per colpo.
	Visualizza le calorie bruciate. Intervallo: 0,0 – 999,9 kcal. Il valore è direttamente proporzionale al livello di resistenza. Il livello di resistenza 1 corrisponde a circa 32 kcal/km, mentre il livello 32 corrisponde a circa 73 kcal/km.
	Stato del Bluetooth Icona Bluetooth visibile: connesso. Icona Bluetooth non visibile: non connesso.



2.1. Modalità di visualizzazione e funzioni della manopola



Modo di sospensione

Premere la manopola per riattivare il dispositivo.



Funzioni della manopola

- Quando non viene rilevata alcuna operazione o movimento, il display entra in modo di sospensione dopo 3 minuti.
- In modo di sospensione, premere brevemente la manopola per riattivare il dispositivo.
- Premere la manopola per cambiare la modalità di visualizzazione durante l'esercizio.
- In modalità pausa o movimento, tenere premuta la manopola per 2 secondi per interrompere il movimento ed entrare nello stato di attivazione.
- Quando la manopola viene premuta, si attiva il segnalatore acustico.



Rotazione della manopola

- Ruotare in senso orario per aumentare la resistenza.
- Ruotare in senso antiorario per diminuire la resistenza.
- Durante la rotazione della manopola viene emesso un segnale acustico.



2.2. Istruzioni dettagliate per il funzionamento del display

1. Quando la manopola viene accesa, il segnalatore acustico emette un segnale lungo e la manopola si illumina, entrando in modalità standby (fig. 1). Dopo 3 minuti di inattività, la manopola con il display si spegne e passa al modo di sospensione (fig. 2).



Figura 1

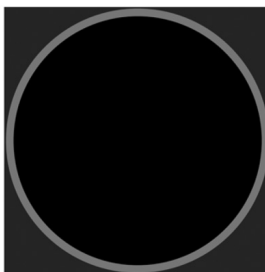


Figura 2

2. In modalità standby, una breve pressione del pulsante commuta immediatamente il dispositivo in modalità movimento. Nella finestra piccola vengono visualizzati alternativamente TEMPO (fig. 3) e LIVELLO (fig. 4) ogni 3 secondi.



Figura 3



Figura 4

3. Modalità SCAN (fig. 5).

La finestra piccola visualizza il numero di colpi di voga al minuto e il livello di resistenza. La finestra principale mostra in modo alternato i valori predefiniti e l'icona SCAN è illuminata. I seguenti parametri vengono visualizzati, cambiando ogni 3 secondi: velocità, tempo, distanza, calorie, numero di colpi di voga e tempo per percorrere 500 m.

L'anello esterno, in modalità attiva, è completamente illuminato per impostazione predefinita.



Figura 5



4. Modalità di blocco dei parametri (fig. 6).

Premere brevemente la manopola per impostare la modalità di visualizzazione su modalità di blocco. In questa modalità, l'icona SCAN non viene visualizzata e lo schermo mostra in modo permanente un solo tipo di dato selezionato: velocità, tempo, distanza, calorie, numero di colpi di voga oppure tempo per percorrere 500 m.



Figura 6

3. Connessione Bluetooth / Allenamento con l'app Kinomap

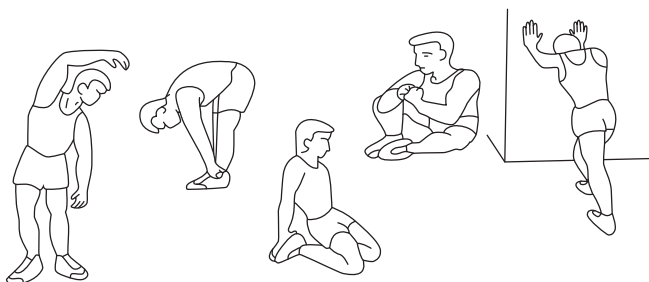
Dopo aver collegato il vogatore a un dispositivo mobile tramite Bluetooth, è possibile monitorare i parametri dell'allenamento sul telefono. Per utilizzare questa funzione, scaricare l'app dedicata Kinomap per questo dispositivo. Le versioni più recenti sono disponibili su App Store (iOS) e Google Play 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.

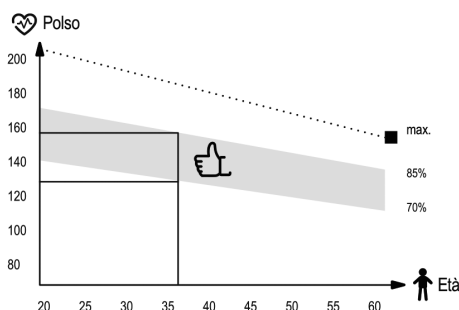
1. Riscaldamento

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.



1. Eseguire regolarmente la manutenzione dell'attrezzatura. Deve essere effettuata almeno ogni 20 ore di utilizzo.
2. La manutenzione comprende:
 - Verifica delle parti mobili del dispositivo, e se necessario, lubrificazione. Utilizzare grassi specifici per cuscinetti da bici o per attrezzature fitness.
 - Controllo delle restanti parti, come viti e dadi, ed eventualmente serraggio.
 - Ispezione dei cavi di alimentazione (se presenti), per verificare eventuali danni.
3. Per la pulizia utilizzare un panno morbido leggermente inumidito con acqua o con acqua e sapone neutro. Non usare detergenti aggressivi né materiali abrasivi che possano danneggiare il dispositivo. Prestare attenzione alle parti in plastica.
4. Dopo ogni utilizzo rimuovere tracce di sudore e sporco dal dispositivo.



Problema	Soluzione possibile
Il computer non visualizza i dati.	Smontare il computer e controllare che i cavi siano collegati correttamente e non danneggiati.
Il dispositivo emette rumori insoliti durante l'uso.	Verificare che tutte le parti siano montate correttamente. Serrare le viti.



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
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.



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.



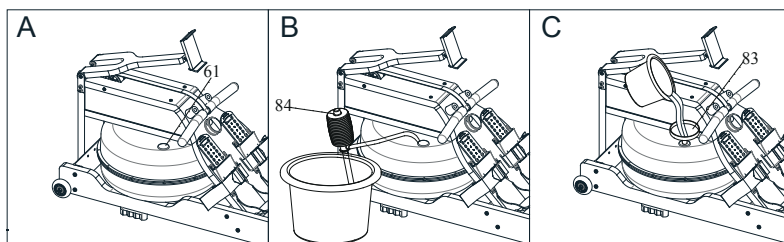
I dispositivi elettrici usati (compreso il computer contenuto in questo articolo) sono materiali riciclabili — non devono essere smaltiti nei rifiuti domestici, poiché potrebbero contenere sostanze pericolose per la salute umana e per l'ambiente. Ti chiediamo gentilmente di collaborare attivamente alla 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



Het waterreservoir vullen



- Verwijder de dop van het waterreservoir (61).
- Steek één uiteinde van de handmatige waterpomp (84) in een emmer met water en plaats het andere uiteinde van de slang in de opening van het waterreservoir. Knijp in de handmatige pomp (84) om het reservoir met water te vullen.
- Als alternatief kunt u de trechter (83) in de opening van het reservoir steken om water in het reservoir te gieten. De hoeveelheid water moet worden bepaald aan de hand van de niveau-aanduiding aan de zijkant van het reservoir.

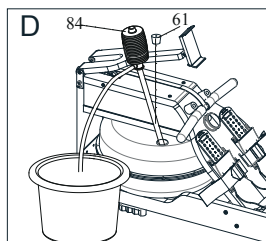
Na het vullen van het reservoir met water, plaatst u de dop (61) terug op het reservoir.

WAARSCHUWING! Raadpleeg het etiket op het reservoir om de juiste hoeveelheid water af te meten. De roeiweerstand is afhankelijk van de hoeveelheid water in het reservoir. Bij vullen tot niveau 1 is de roeiweerstand minimaal, terwijl vullen tot niveau 6 de maximale weerstand biedt.

WAARSCHUWING! Overschrijd het maximale waterniveau dat is gemarkeerd als „6” niet.



Het waterreservoir legen



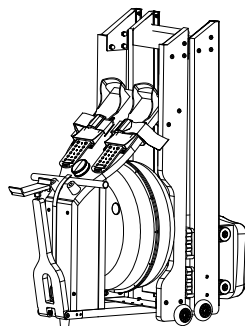
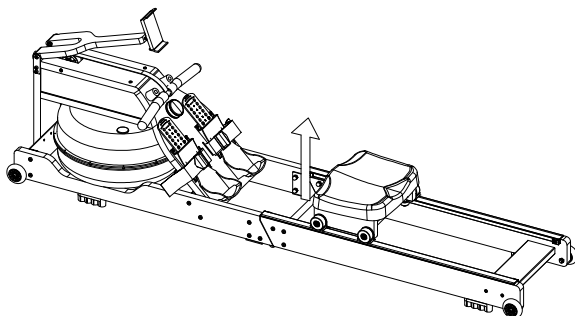
- Plaats een emmer naast het apparaat en gebruik de handmatige pomp (84) om het water uit het reservoir in de emmer te pompen. Plaats vervolgens de dop (61) terug op het reservoir en maak het apparaat en de omgeving droog met een doek.

WAARSCHUWING!

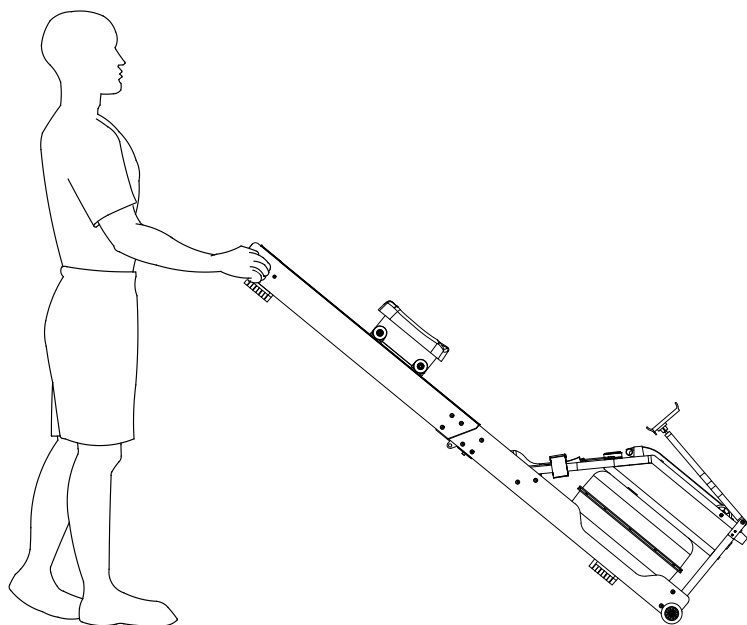
- Vul het reservoir uitsluitend met schoon leidingwater.
- Vervang het water in het reservoir als het troebel wordt.
- Gebruik waterzuiveringstabletten met de volgende frequentie: 1 tablet / 6 maanden of naar behoefte. Schade aan het reservoir veroorzaakt door het gebruik van tabletten of middelen die niet bedoeld zijn voor waterzuivering, valt niet onder de garantie.
- Als u het apparaat gedurende langere tijd niet gebruikt, laat dan het waterreservoir leeglopen.

Let op! Voordat het apparaat wordt gemonteerd of verplaatst, moet het waterreservoir worden geleegd.

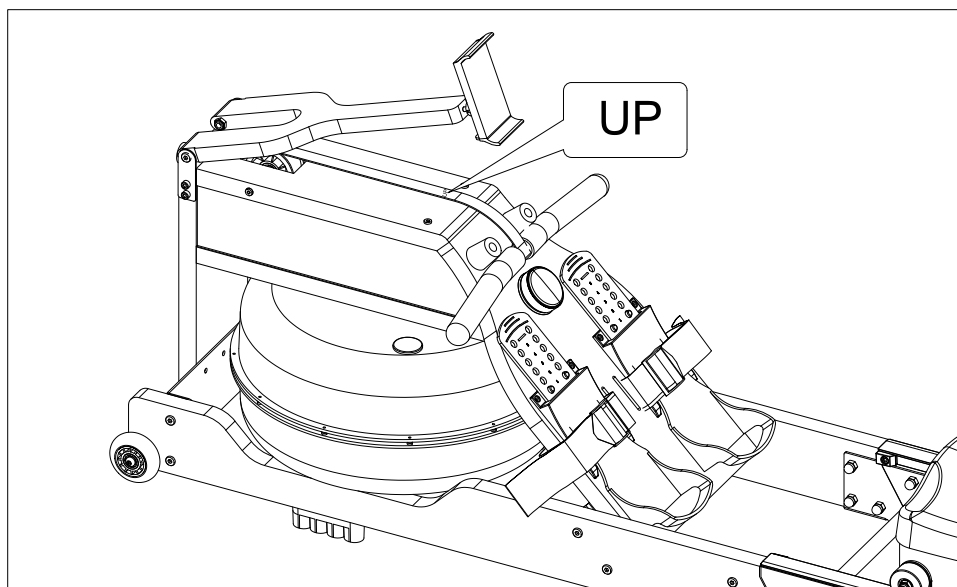
1. Wanneer het product niet in gebruik is, kan het volledig worden opgevouwen.
Trek de handgreep omhoog in de richting van de pijl om het product op te vouwen.
Waarschuwing! Plaats uw hand niet in het vouwgebied van de geleiderail.



2. Om het apparaat te verplaatsen, pak het achterste gedeelte met beide handen vast en til het op totdat de transportwielen aan de voorkant volledig contact maken met de vloer. U kunt het apparaat vervolgens naar de gewenste locatie rollen. Zodra u de gewenste plek heeft bereikt, laat u het apparaat voorzichtig zakken en controleert u of het stevig en stabiel staat.



Waarschuwing! Zorg er bij het uitvoeren van deze handeling voor dat het riemoppervlak met de markering „UP” naar boven is gericht.





1. Displayweergave

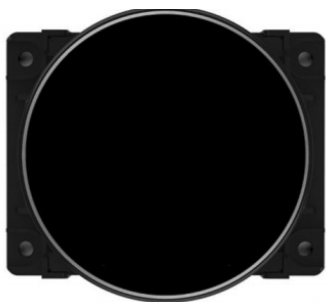


2. Displayindicatoren

TEMPO	Toont het aantal roeislagen per minuut (spm). Bereik: 0–999.
LEVEL	Toont het weerstandsniveau. Bereik: 1–32. Hoe hoger het niveau, hoe groter de weerstand.
SPLIT	Toont het totale aantal roeislagen. Bereik: 0–9999.
/500 M	Toont de tijd die nodig is om een afstand van 500 m af te leggen. Bereik: 00:00–99:59.
	SCAN-functie – het zichtbare pictogram geeft aan dat de afwisselende weergavemodus actief is, waarbij verschillende parameters om de 3 seconden worden weergegeven.
	Toont de snelheid. Bereik: 0,0–999,9 km/h.
	Toont de trainingstijd. Bereik: 00:00 – 99:59. In de stand-bymodus start de timer wanneer de knop kort wordt gedraaid of beweging wordt gedetecteerd. De timer stopt 4 seconden na het beëindigen van de beweging.
	Toont de afgelegde afstand. Bereik: 0,0 – 999,9 km. Afhankelijk van de roei-intensiteit kan de afstand per slag worden gemeten van 1 tot 6 meter per slag.
	Toont het aantal verbrande calorieën. Bereik: 0,0 – 999,9 kcal. De waarde is recht evenredig met het weerstandsniveau. Weerstandsniveau 1 komt overeen met ongeveer 32 kcal/km, terwijl weerstandsniveau 32 overeenkomt met ongeveer 73 kcal/km.
	Bluetooth-status Zichtbaar Bluetooth-pictogram: verbonden. Bluetooth-pictogram niet zichtbaar: niet verbonden.



2.1. Weergavemodi en functies van de knop



Slaapstand

Druk op de knop om het apparaat te activeren.

Functies van de knop

- Wanneer er geen handeling of beweging plaatsvindt, schakelt het scherm na 3 minuten over naar de slaapstand.
- In de slaapstand: druk kort op de knop om het apparaat te activeren.
- Druk tijdens de training op de knop om van weergavemodus te wisselen.
- In pauze- of bewegingsmodus: houd de knop 2 seconden ingedrukt om de beweging te stoppen en de actieve stand te activeren.
- Wanneer op de knop wordt gedrukt, klinkt het zoemersignaal.



Draaibeweging van de knop

- Draai met de klok mee om de weerstand te verhogen.
- Draai tegen de klok in om de weerstand te verlagen.
- Tijdens het draaien van de knop klinkt een zoemergeluid.

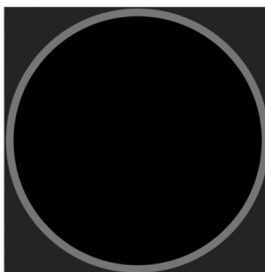


2.2. Gedetailleerde bedieningsinstructies van het display

1. Wanneer de knop wordt ingeschakeld, geeft de zoemer een lange pieptoon en licht de knop op, waarna deze in de stand-bymodus gaat (afb. 1). Na 3 minuten van inactiviteit schakelen de knop en het display uit en gaan ze over in de slaapstand (afb. 2).



Afbeelding 1



Afbeelding 2

2. In de stand-bymodus schakelt het apparaat direct over naar de bewegingsmodus wanneer de knop kort wordt ingedrukt. In het kleine venster worden TEMPO (afb. 3) en LEVEL (afb. 4) afwisselend weergegeven, telkens om de 3 seconden.



Afbeelding 3



Afbeelding 4

3. SCAN-modus (afb. 5).

In het kleine venster worden het aantal roeislagen per minuut en het weerstandsniveau weergegeven.

In het hoofdvenster worden standaardwaarden afwisselend weergegeven en het SCAN-pictogram licht op. De volgende parameters worden getoond, waarbij de weergave elke 3 seconden wisselt: snelheid, tijd, afstand, calorieën, aantal roeislagen en tijd om 500 m af te leggen.

De buitenring is in de actieve modus standaard volledig verlicht.



Afbeelding 5



4. Parametervergrendelingsmodus (afb. 6).

Druk kort op de knop om de weergavemodus in de vergrendelingsmodus te zetten.

In deze modus wordt het SCAN-pictogram niet weergegeven en toont het scherm één geselecteerd gegevenstype permanent: snelheid, tijd, afstand, calorieën, aantal roeislagen of tijd om 500 m af te leggen.



Afbeelding 6

3. Bluetooth-verbinding / Trainen met de Kinomap-app

Na het verbinden van de roeimachine met een mobiel apparaat via Bluetooth kunt u uw trainingsparameters op uw telefoon volgen.

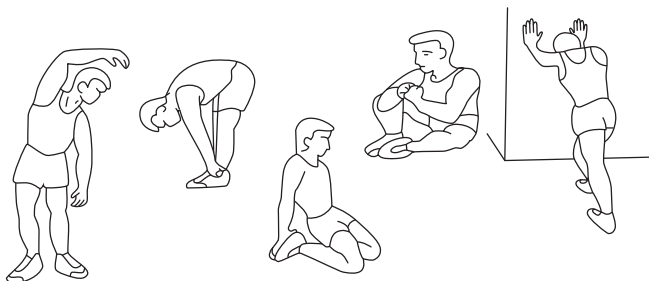
Om deze functie te gebruiken, download de speciale Kinomap-app voor dit apparaat. De nieuwste versies zijn beschikbaar in de App Store (iOS) en de Google Play Store (Android).



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.

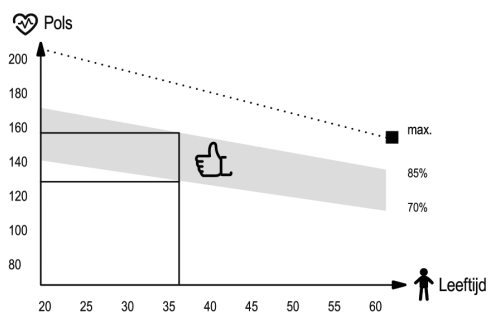
1. Opwarmen

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

Ontspanst 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. Voer regelmatig onderhoud uit aan het apparaat. Dit moet minstens elke 20 uur gebruik gebeuren.
2. Het onderhoud omvat:
 - Controle van bewegende onderdelen en indien nodig smering. Gebruik hiervoor geschikte smeermiddelen voor fietslagers of fitnessapparatuur.
 - Controle en eventueel aandraaien van overige onderdelen zoals schroeven en moeren.
 - Inspectie van stroomkabels (indien aanwezig) op mogelijke schade.
3. Gebruik voor het reinigen een zachte doek die licht is bevochtigd met water of met water en een milde zeep. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen of schurende materialen. Wees voorzichtig bij kunststof onderdelen.
4. Verwijder na elk gebruik zweet- en vuilresten van het apparaat.

NL Probleemoplossing



Probleem	Mogelijke oplossing
De computer toont geen gegevens.	Demonteer de computer en controleer of de kabels goed zijn aangesloten en niet beschadigd zijn.
Het apparaat maakt ongebruikelijke geluiden tijdens gebruik.	Controleer of alle onderdelen correct zijn gemonteerd. Draai indien nodig de schroeven aan.



Garantievoorwaarden

- 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
- 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.
- Het recht van het land waarin de goederen zijn geleverd is van toepassing, inclusief de betreffende garantieregels. Het Weens Koopverdrag is niet van toepassing.
- 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.



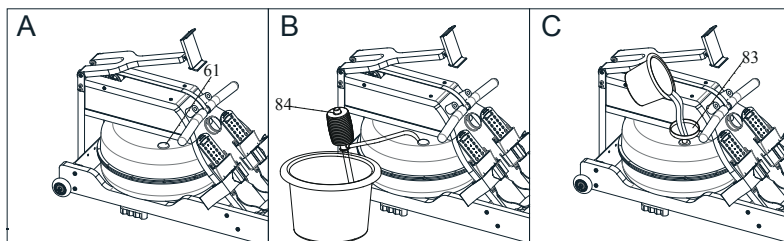
Gebruikte elektrische apparaten (waaronder de computer in dit artikel) zijn recyclebare materialen — gooi ze niet weg met het huishoudelijk afval, omdat ze gevaarlijke stoffen kunnen bevatten die schadelijk zijn voor de gezondheid en het milieu. Wij vragen u vriendelijk om actief bij te dragen aan een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



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



Napełnianie zbiornika na wodę



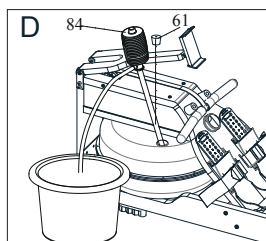
- Wyjmij korek ze zbiornika na wodę (61).
- Włóż jeden koniec ręcznej pompki wodnej (84) do wiadra z wodą, a drugi koniec węża umieść w otworze zbiornika wody. Ściskaj pompkę ręczną (84), aby nalać wodę do zbiornika.
- Alternatywnie możesz włożyć lejek (83) do otworu w zbiorniku, aby nalać wodę do zbiornika. Ilość wody powinna być określona na podstawie wskaźnika poziomu na boku zbiornika. Po napełnieniu wodą zbiornika włóż korek (61) do zbiornika.

UWAGA! Zapoznaj się z etykietą umieszczoną na zbiorniku, aby odmierzyć odpowiednią ilość wody. Opór w czasie wiosłowania zależy od ilości wody w zbiorniku. Napełnienie zbiornika do poziomu 1 da minimalny opór przy wiosłowaniu, a do poziomu 6 - maksymalny opór.

UWAGA! Nie przekraczaj maksymalnego poziomu wody oznaczonego jako „6”.



Opróżnianie zbiornika na wodę



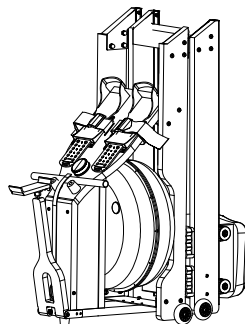
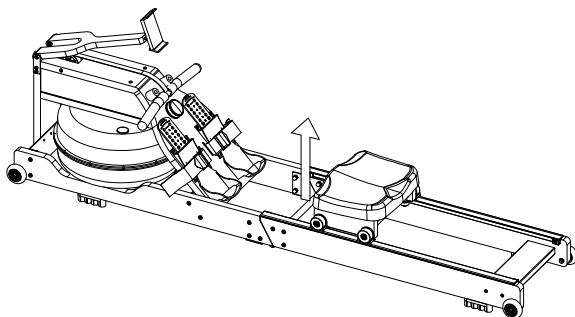
- Ustaw wiadro obok urządzenia i za pomocą pompki ręcznej (84) wypompuj wodę ze zbiornika do wiadra. Włóż korek zbiornika (61) do zbiornika, a następnie wytrzyj suchą szmatką wodę z urządzenia i jego okolic.

UWAGA!

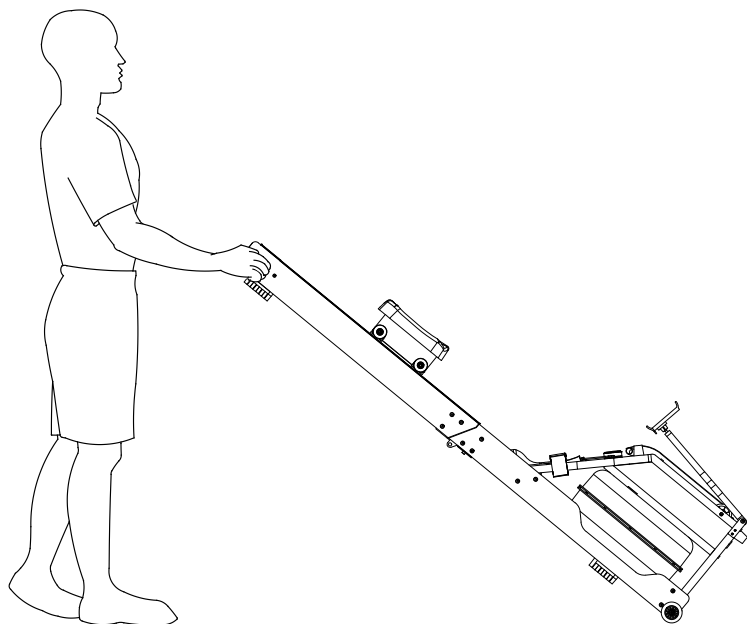
- Do zbiornika wlewaj tylko bieżącą wodę z kranu.
- Wymień wodę w zbiorniku, jeśli jest mętna.
- Stosuj tabletki przeznaczone do oczyszczania wody z częstotliwością: 1 tabletką / 6 miesięcy lub w zależności od potrzeb. Uszkodzenia zbiornika spowodowane używaniem tabletek lub środków nieprzeznaczonych do oczyszczania wody, nie są objęte gwarancją.
- Jeśli nie zamierzasz używać sprzętu przez długi czas, opróżnij zbiornik na wodę.

Uwaga! Przed złożeniem i przemieszczaniem urządzenia należy opróżnić zbiornik z wody.

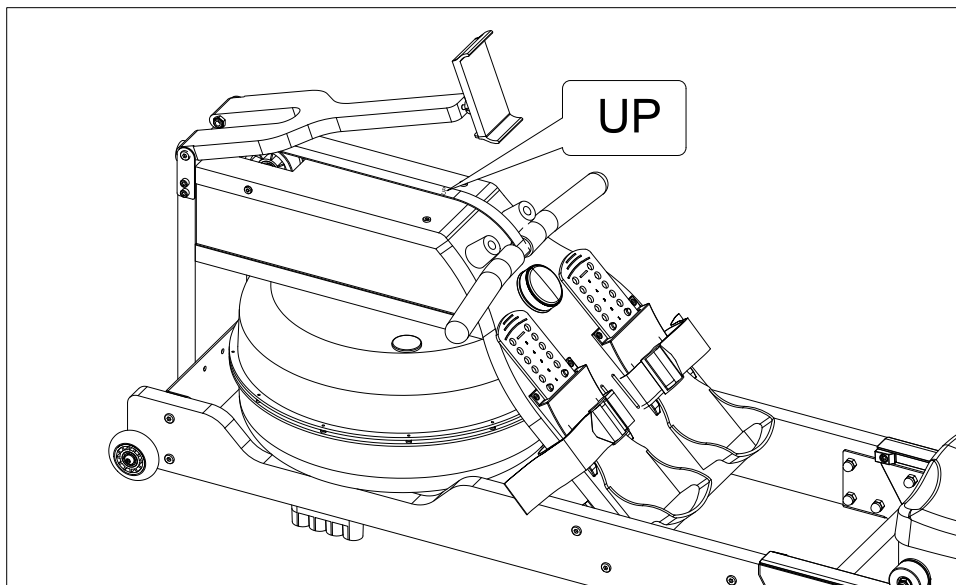
1. Kiedy produkt nie jest używany, całe urządzenie może zostać złożone.
Pociągnij uchwyt do góry zgodnie z kierunkiem strzałki. Produkt można złożyć.
Uwaga! Nie kładź ręki w obszarze składania prowadnicy.



2. Aby przenieść urządzenie chwyć tylną część obiema rękami i podnieś urządzenie, aż rolki na przedniej części będą w pełnym kontakcie z podłożem, a następnie możesz przesunąć urządzenie. Kiedy dotrzesz do miejsca docelowego, delikatnie połóż urządzenie, upewniając się, że stoi stabilnie.



Uwaga! Podczas wykonywania ruchu upewnij się, że powierzchnia taśmy jest skierowana stroną „UP” do góry.





1. Widok wyświetlacza

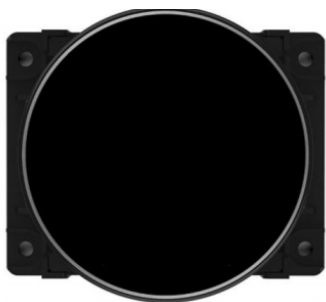


2. Oznaczenia na wyświetlaczu

TEMPO	Wyświetla liczbę uderzeń wiosłarskich na minutę (spm). Zakres 0–999.
LEVEL	Wyświetla poziom oporu. Zakres 1–32. Im wyższy poziom, tym większy opór.
SPLIT	Wyświetla całkowitą liczbę pociągnięć wiosłarskich. Zakres 0–9999.
/500 M	Wyświetla czas pokonania dystansu 500 m. Zakres 00:00–99:59.
	Funkcja SCAN. Widoczna ikona oznacza włączony tryb naprzemiennego wyświetlania parametrów co 3 sekundy.
	Wyświetla prędkość. Zakres 0.0–999.9 km/h.
	Wyświetla czas treningu. Zakres 00:00–99:59. W trybie czuwania krótkie naciśnięcie pokrętki lub wykrycie ruchu uruchamia stoper. Stoper zatrzymuje się po 4 sekundach bezczynności po ustaniu ruchu.
	Wyświetla pokonany dystans. Zakres 0.0–999.9 km. W zależności od intensywności wiosłowania można mierzyć dystans w metrach na pociągnięcie od 1 do 6 metrów na pociągnięcie.
	Wyświetla spalone kalorie. Zakres 0.0–999.9 kcal. Wartość jest bezpośrednio proporcjonalna do poziomu oporu. Opór 1 odpowiada ~32 kcal/km, natomiast opór 32 odpowiada ~73 kcal/km.
	Status Bluetooth Widoczna ikona Bluetooth: połączono. Niewidoczna ikona Bluetooth: brak połączenia.



2.1. Tryby wyświetlacza i funkcje pokrętła



Tryb uśpienia

Naciśnij pokrętło, aby wybudzić urządzenie.

Funkcje pokrętła

- Brak operacji lub ruchu. Wyświetlacz przechodzi w tryb uśpienia po 3 minutach.
- W trybie uśpienia, krótkie naciśnięcie pokrętła wybudzi urządzenie.
- Naciśnij pokrętło, aby przełączyć tryb wyświetlania podczas ćwiczeń.
- W trybie pauzy lub ruchu, długie naciśnięcie pokrętła (2 sekundy) zatrzymuje ruch i przechodzi w stan wybudzenia.
- Przy naciśnięciu pokrętła, uruchamiany jest brzęczyk.



Obracanie pokrętła

- Obróć zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby zwiększyć opór.
- Obróć przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, aby zmniejszyć opór.
- Podczas obracania pokrętła słychać dźwięk brzęczyka.

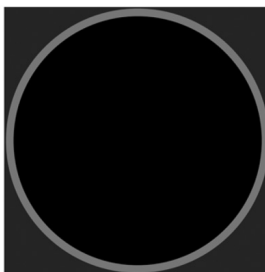


2.2. Szczegółowa instrukcja obsługi wyświetlacza

1. Pokrętko włącza się, brzęczyk wydaje długi sygnał dźwiękowy, a pokrętko się podświetla i przechodzi w tryb gotowości (rys.1). Po 3 minutach bezczynności pokrętko z wyświetlaczem wyłącza się i przechodzi w tryb czuwania (rys. 2).



Rysunek 1



Rysunek 2

2. W trybie czuwania, krótkie naciśnięcie przycisku bezpośrednio przełącza urządzenie w tryb ruchu. W małym oknie rotacyjnie, co 3 sekundy wyświetli się TEMPO (rys.3) i LEVEL (rys.4).



Rysunek 3



Rysunek 4

3. Tryb SCAN (rys. 5).

Małe okienko wyświetla liczbę uderzeń wiosłarskich na minutę oraz poziom oporu. Główne okno wyświetla domyślnie zmieniające się wartości, a ikona SCAN jest podświetlona. Wyświetlane są następujące parametry, które przełączają się co 3 sekundy: prędkość, czas, dystans, kalorie, liczba pociągnięć wiosłarskich i czas pokonania dystansu 500 m.

Zewnętrzny pierścień w trybie aktywnym jest domyślnie w pełni podświetlony.



Rysunek 5



4. Tryb blokady parametru (rys. 6).

Krótkie naciśnięcie pokrętki umożliwia ustawienie trybu wyświetlania na tryb blokady. W tym trybie ikona SCAN nie jest wyświetlana, a ekran pokazuje jeden wybrany rodzaj danych na stałe:

prędkość, czas, dystans, kalorie, liczba pociągnięć wiosłarskich lub czas pokonania dystansu 500 m.



Rysunek 6

3. Łączenie przez Bluetooth / Trening z aplikacją Kinomap

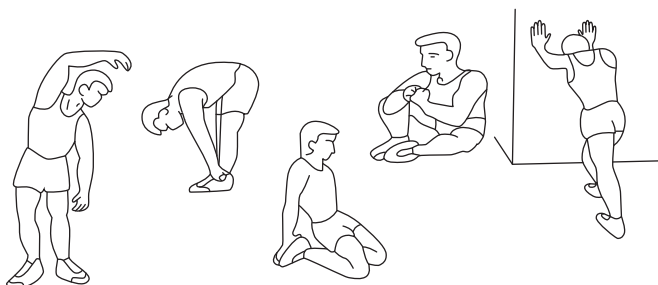
Po połączeniu wiosłarza z urządzeniem mobilnym za pomocą Bluetooth, możesz na swoim telefonie obserwować parametry wykonywanego treningu. Aby skorzystać z tej funkcji, pobierz dedykowaną do tego urządzenia aplikację Kinomap. Aktualne wersje dostępne są na AppStore (iOS) oraz Google Play Store (Android).



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

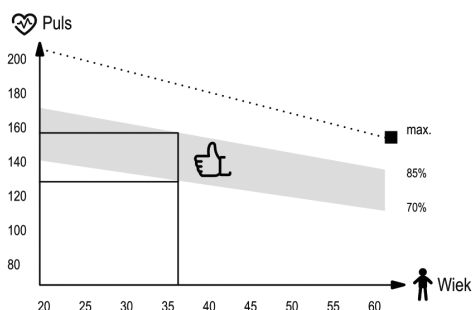
1. Rozgrzewka

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



2. Faza ćwiczeń

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



3. Faza odprężenia

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

PL Czyszczenie i konserwacja



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

PL Rozwiązywanie problemów



Problem	Możliwe rozwiązanie
Komputer nie wyświetla danych.	Zdemontuj komputer i sprawdź, czy przewody są prawidłowo połączone i czy nie są uszkodzone.
Urządzenie w trakcie użytkowania wydaje niepokojące dźwięki.	Sprawdź, czy wszystkie części urządzenia są prawidłowo zamontowane. Dokręć śruby.



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
- 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 dostarczono towar, w tym przepisy dotyczące gwarancji. Konwencja CISG nie ma zastosowania.
- Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem.



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.



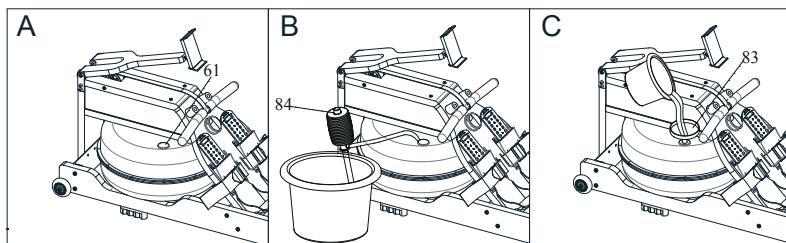
Zużyte urządzenia elektryczne (w tym urządzeniu komputer) są surowcami wtórnymi – nie wolno wyrzucać ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia ludzkiego i środowiska! Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie 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.



Umplerea rezervorului de apă



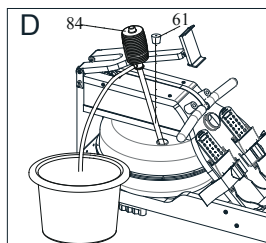
- Scoateți capul din rezervorul de apă (61).
- Introduceți un capăt al pompei manuale de apă (84) într-o găleată cu apă și introduceți celălalt capăt al furtunului în deschiderea rezervorului de apă. Apăsăți și trageți mânerul (84) pentru a umple rezervorul cu apă.
- Alternativ, puteți introduce pâlnia (83) în deschiderea rezervorului pentru a turna apă în rezervor. Cantitatea de apă trebuie stabilită conform indicatorului de nivel aflat pe partea laterală a rezervorului. După umplerea rezervorului cu apă, introduceți capul (61) în rezervor.

AVERTISMENT! Umpleți rezervorul numai cu cantitatea corectă de apă. Rezistența la vâslire depinde de cantitatea de apă din rezervor. Umplerea rezervorului până la nivelul 1 oferă cea mai mică rezistență la vâslire, iar umplerea până la nivelul 6 oferă rezistența maximă.

AVERTISMENT! Nu depășiți nivelul maxim marcat 6 al apei.



Golirea rezervorului de apă



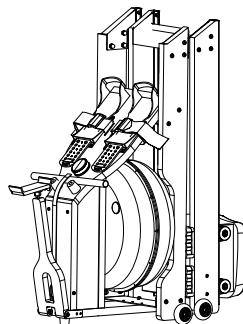
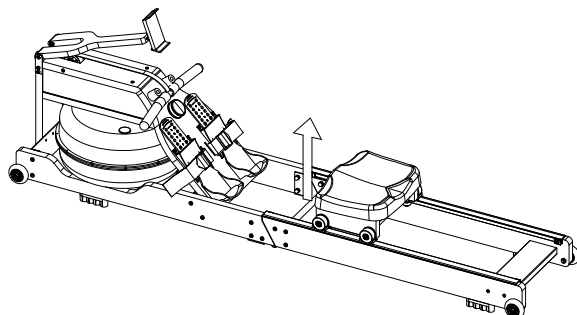
- Așezați o găleată lângă aparat și utilizați pompa manuală (84) pentru a pompa apa din rezervor în găleată. Introduceți capul rezervorului (61) în rezervor, apoi ștergeți aparatul și zona înconjurătoare cu o cârpă uscată.

AVERTISMENT!

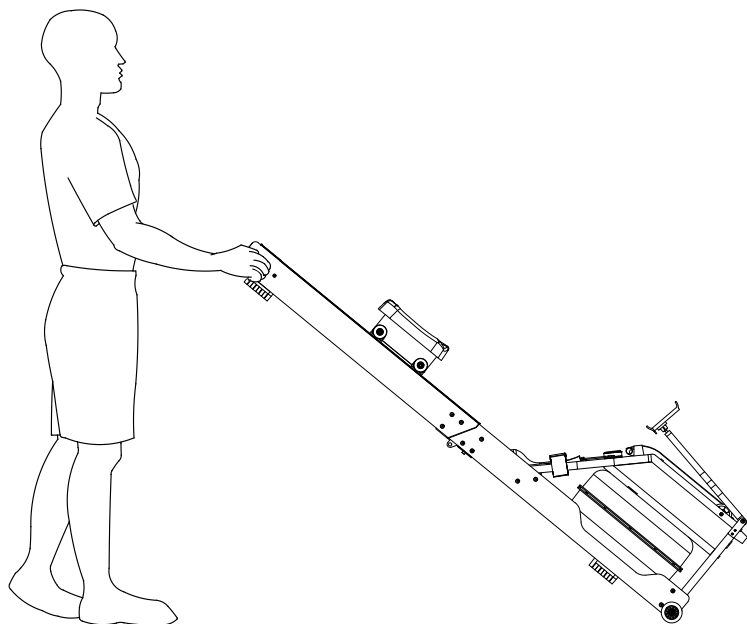
- Umpleți rezervorul numai cu apă curată de la robinet.
- Înlocuiți apa din rezervor dacă aceasta devine decolorată.
- Utilizați tabletele pentru purificarea apei cu următoarea frecvență: 1 tabletă / 6 luni sau după necesitate. Deteriorarea rezervorului cauzată de utilizarea tabletelor sau a agenților nerecomandați pentru purificarea apei nu este acoperită de garanție.
- Dacă nu intenționați să utilizați echipamentul pentru o perioadă îndelungată, goliiți rezervorul de apă.

Atenție! Înainte de plierea sau mutarea dispozitivului, rezervorul de apă trebuie golit.

1. Atunci când produsul nu este utilizat, întreaga unitate poate fi pliată.
Trageți mânerul în sus în direcția săgeții pentru a plia produsul.
Atenție! Nu introduceți mâna în zona de pliere a șinei de ghidare.

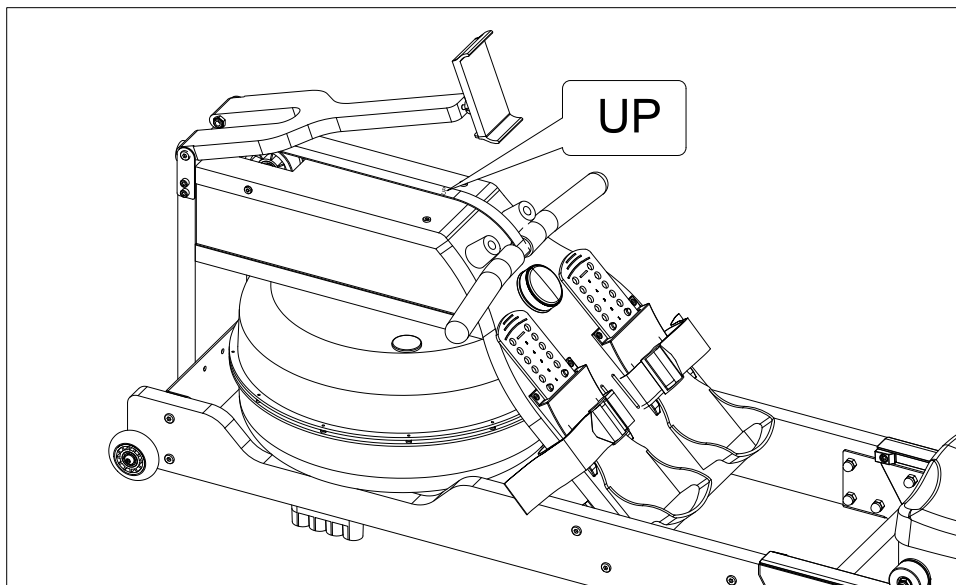


2. Pentru a muta dispozitivul, apucați partea din spate cu ambele mâini și ridicați până când rolele de transport din față sunt în contact complet cu podeaua. Apoi puteți deplasa dispozitivul rulându-l către locația dorită. După ce ajungeți la destinație, coborâți ușor dispozitivul și asigurați-vă că acesta stă stabil.





Atenție! La efectuarea acestei operațiuni, asigurați-vă că suprafața curelei marcată cu „UP” este orientată în sus.





1. Vizualizarea afișajului

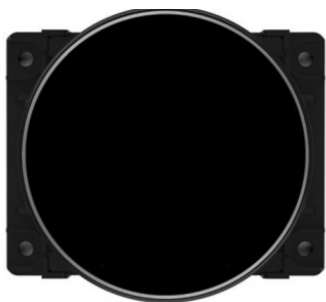


2. Simboluri pe afișaj

TEMPO	Afișează numărul de mișcări de vâslire pe minut (spm). Interval: 0–999.
LEVEL	Afișează nivelul de rezistență. Interval: 1–32. Cu cât nivelul este mai mare, cu atât rezistența este mai mare.
SPLIT	Afișează numărul total de mișcări de vâslire. Interval: 0–9 999.
/500 M	Afișează timpul necesar pentru a parcurge o distanță de 500 m. Interval: 00:00–99:59.
	Funcția SCAN – pictograma vizibilă indică faptul că modul de afișare alternativă este activ, afișând diferiți parametri la fiecare 5 secunde.
	Afișează viteza. Interval: 0,0–999,9 km/h.
	Afișează durata antrenamentului. Interval: 00:00–99:59. În modul standby, tragerea mânerului sau detectarea mișcării pornește cronometrul. Cronometrul se oprește după 4 secunde de inactivitate sau după încetarea mișcării.
	Afișează distanța parcursă. Interval: 0,0–999,9 km. În funcție de intensitatea vâslii, distanța pe cursă poate fi măsurată de la 1 la 6 metri pe mișcare.
	Afișează calorile arse. Interval: 0,0–999,9 kcal. Valoarea este direct proporțională cu nivelul de rezistență. Nivelul de rezistență 1 corespunde aproximativ la 32 kcal/h, în timp ce nivelul de rezistență 32 corespunde aproximativ la 73 kcal/h.
	Stare Bluetooth Pictogramă Bluetooth vizibilă: conectat. Pictogramă Bluetooth invizibilă: neconectat.



2.1. Moduri de afișare și funcțiile butonului rotativ



Mod repaus

Apăsați butonul rotativ pentru a activa dispozitivul.

Funcțiile butonului rotativ

- Atunci când nu există operare sau mișcare, afișajul intră în modul repaus după 3 minute.
- În modul repaus, apăsați scurt butonul rotativ pentru a activa dispozitivul.
- În timpul exercițiului, apăsați butonul rotativ pentru a schimba modul de afișare.
- În pauză sau în stare fără mișcare, apăsați și mențineți apăsat butonul rotativ timp de 2 secunde pentru a opri mișcarea și a intra în starea de activare.
- La apăsarea butonului rotativ, semnalul sonor este activat.



Rotirea butonului rotativ

- Rotiți în sensul acelor de ceasornic pentru a crește rezistența.
- Rotiți în sens invers acelor de ceasornic pentru a reduce rezistența.
- La rotirea butonului rotativ este emis un semnal sonor.



2.2. Instrucțiuni detaliate de operare a afișajului

1. La pornirea butonului rotativ, semnalul sonor emite un bip lung, iar butonul rotativ se luminează, intrând în modul standby (Figura 1). După 3 minute de inactivitate, butonul rotativ cu afișaj se oprește și trece în modul repaus (Figura 2).



Figura 1

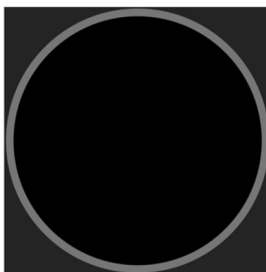


Figura 2

2. În modul standby, apăsarea scurtă a butonului comută imediat dispozitivul în modul de mișcare. În fereastra mică, TEMPO (Figura 3) și LEVEL (Figura 4) sunt afișate alternativ la fiecare 3 secunde.



Figura 3



Figura 4

2. Modul SCAN (Figura 5).

Fereastra principală afișează numărul de mișcări de vâslire pe minut și nivelul de rezistență. Fereastra principală afișează alternativ în mod implicit valorile TEMPO, LEVEL și pictograma SCAN. Sunt afișați următorii parametri, schimbându-se la fiecare 3 secunde: viteză, timp, distanță, calorii, numărul de mișcări de vâslire și timpul pentru 500 metri.

În modul activ, inelul exterior este complet iluminat în mod implicit.



Figura 5



4. Mod blocare parametri (Figura 6).

Apăsăți scurt butonul rotativ pentru a comuta din modul de afișare în modul de blocare. În acest mod, pictograma SCAN nu este afișată, iar ecranul afișează permanent un tip de date selectat:

viteză, timp, distanță, calorii, numărul de mișcări de vâslire sau timpul pentru parcurgerea a 500 m.



Figura 6

3. Conexiune Bluetooth / Antrenament cu aplicația Kinomap

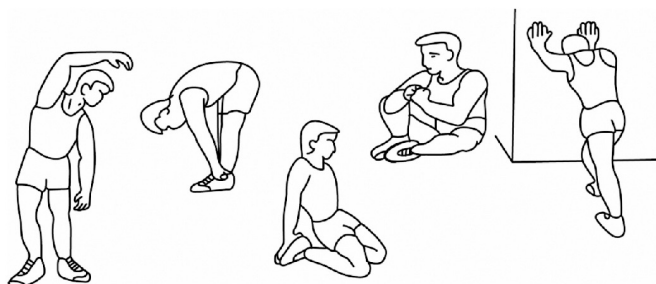
După conectarea aparatului de vâslit la un dispozitiv mobil prin Bluetooth, puteți monitoriza parametrii antrenamentului pe telefon. Pentru a utiliza această funcție, descărcați aplicația Kinomap dedicată acestui dispozitiv. Cele mai recente versiuni sunt disponibile în App Store (iOS) și Google Play 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.

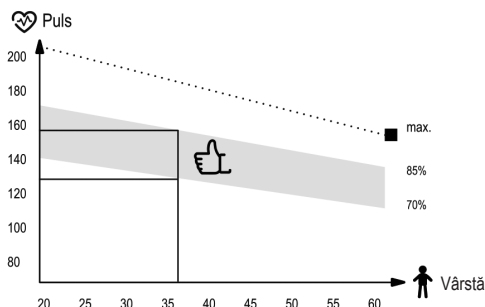
1. Încălzire

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 etapă este 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 unsonilor pentru rulmenți de bicicletă sau a unsonilor 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.	Demontați computerul și verificați dacă cablurile sunt conectate corect și nu sunt deteriorate.
Dispozitivul produce zgomote deranjante în timpul utilizării.	Verificați dacă toate componentele dispozitivului sunt instalate corect. Strângeți șuruburile.



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
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 reparație 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.



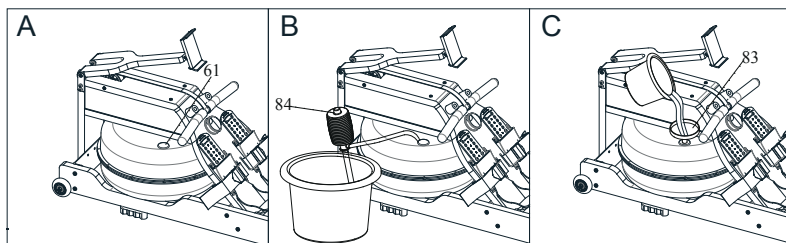
Dispozitivele electrice uzate (inclusiv computerul din acest produs) sunt materiale reciclabile — nu trebuie aruncate împreună cu deșeurile menajere, deoarece pot conține substanțe periculoase pentru sănătatea umană și pentru mediu! Vă rugăm să contribuiți activ la gestionarea responsabilă a resurselor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



Plnenie nádrže na vodu



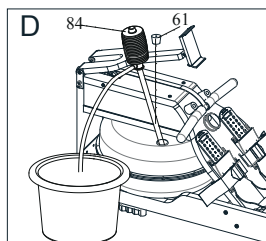
- Vyberte zátku z nádrže na vodu (61).
- Vložte jeden koniec ručnej vodnej pumpy (84) do vedra s vodou a druhý koniec hadice umiestnite do otvoru nádrže na vodu. Stláčajte ručnú pumpu (84), aby ste napustili vodu do nádrže.
- Alternatívne môžete vložiť lievik (83) do otvoru v nádrži, aby ste napustili vodu do nádrže. Množstvo vody by malo byť určené podľa ukazovateľa hladiny na boku nádrže. Po naplnení nádrže vodou vložte zátku (61) späť do nádrže.

UPOZORNENIE! Oboznámte sa so štítkom umiestneným na nádrži, aby ste odmerali správne množstvo vody. Odpor pri veslovaní závisí od množstva vody v nádrži. Naplnenie nádrže po úroveň 1 poskytne minimálny odpor pri veslovaní, zatiaľ čo úroveň 6 poskytne maximálny odpor.

UPOZORNENIE! Neprekračujte maximálnu hladinu vody označenú ako „6“.



Vyprázdňovanie nádrže na vodu



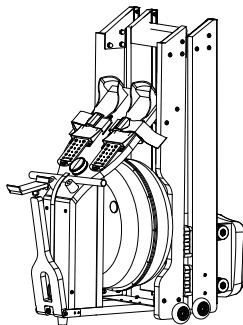
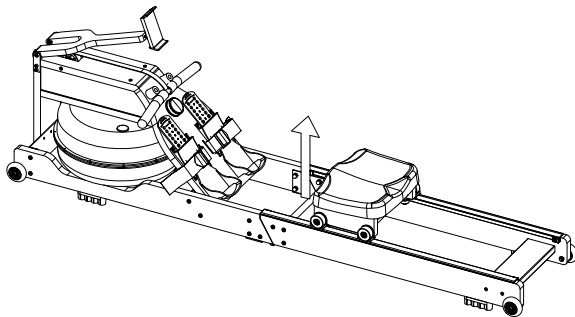
- Umiestnite vedro vedľa zariadenia a pomocou ručnej pumpy (84) odčerpajte vodu z nádrže do vedra. Vložte zátku nádrže (61) späť do nádrže a potom suchou handrou utrite vodu zo zariadenia a jeho okolia.

UPOZORNENIE!

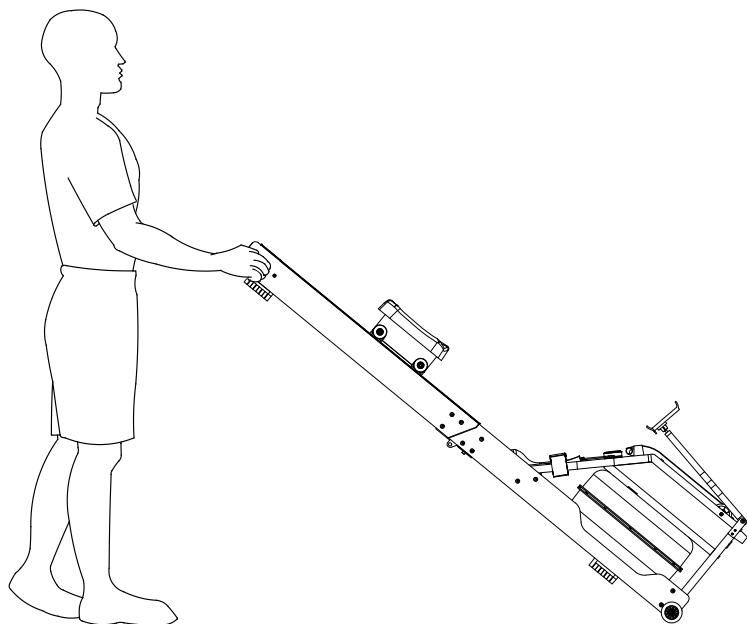
- Do nádrže nalievajte iba čerstvú vodu z vodovodu.
- Vodu v nádrži vymeňte, ak je zakalená.
- Používajte tablety určené na čistenie vody s nasledujúcou frekvenciou: 1 tableta / 6 mesiacov alebo podľa potreby. Poškodenie nádrže spôsobené použitím tabliet alebo prostriedkov, ktoré nie sú určené na čistenie vody, nie je predmetom záruky.
- Ak neplánujete zariadenie dlhší čas používať, vyprázdňte nádrž na vodu.

Upozornenie! Pred zložením a premiestnením zariadenia je potrebné vyprázdniť nádrž na vodu.

1. Keď sa výrobok nepoužíva, celé zariadenie možno zložiť.
Potiahnite rukoväť smerom nahor podľa smeru šípky. Výrobok je možné zložiť.
Upozornenie! Nevkladajte ruku do oblasti skladania vodiacej lišty.



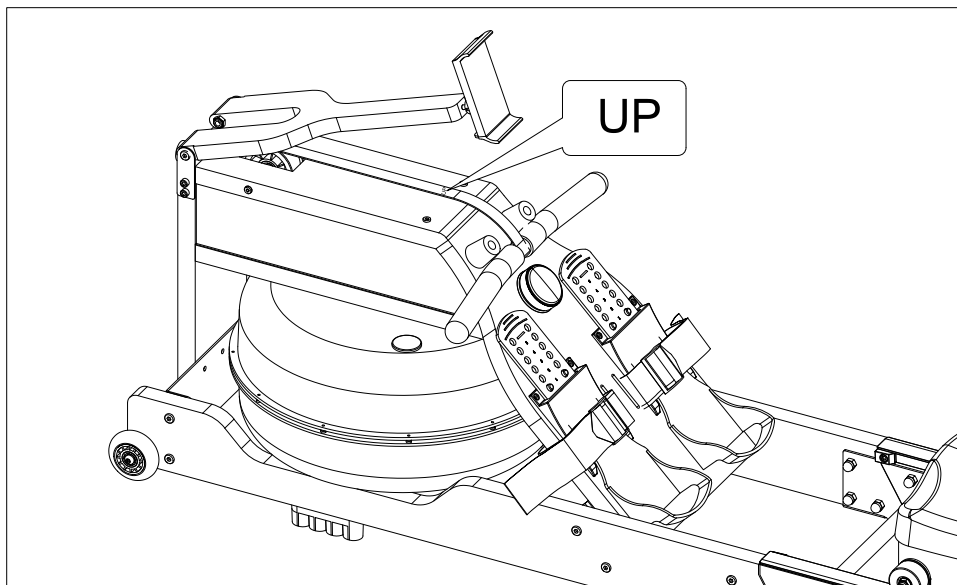
2. Na premiestnenie zariadenia uchopte jeho zadnú časť oboma rukami a zdvihnite ho, kým sa valčeky v prednej časti úplne nedotknú podlahy, potom môžete zariadenie presunúť.
Keď dorazíte na cieľové miesto, jemne položte zariadenie a uistite sa, že stojí stabilne.



SK Umiestnenie pásu



Upozornenie! Počas vykonávania tohto úkonu sa uistite, že povrch pásu je otočený stranou „UP“ nahor.





1. Displej

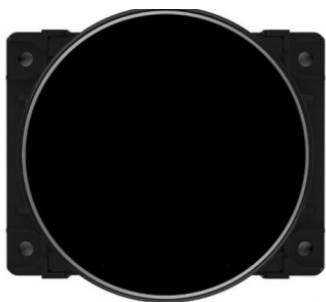


2. Označenie na displeji

TEMPO	Zobrazuje počet veslárskeho záberov za minútu (spm). Rozsah 0 – 999.
LEVEL	Zobrazuje úroveň odporu. Rozsah 1–32. Čím vyššia úroveň, tým väčší odpor.
SPLIT	Zobrazuje celkový počet veslárskeho záberov. Rozsah 0–9999.
/500 M	Zobrazuje čas prekonania vzdialenosti 500 m. Rozsah 00:00–99:59.
	Funkcia SCAN – zobrazená ikona označuje zapnutý režim striedavého zobrazovania parametrov každé 3 sekundy.
	Zobrazuje rýchlosť. Rozsah 0,0–999,9 km/h.
	Zobrazuje čas tréningu. Rozsah 00:00–99:59. V pohotovostnom režime sa krátkym stlačením otočného ovládača alebo zistením pohybu spustí stopky. Stopky sa zastavia po 4 sekundách nečinnosti po ukončení pohybu.
	Zobrazuje prejdenu vzdialenosť. Rozsah 0,0–999,9 km. V závislosti od intenzity veslovania možno merať vzdialenosť od 1 do 6 metrov na záber.
	Zobrazuje spaľené kalórie. Rozsah 0,0–999,9 kcal. Hodnota je priamo úmerná úrovni odporu. Odpor 1 zodpovedá približne 32 kcal/km, zatiaľ čo odpor 32 zodpovedá približne 73 kcal/km.
	Stav Bluetooth Zobrazená ikona Bluetooth: pripojené. Nezobrazená ikona Bluetooth: nepripojené.



2.1. Režim displeja a funkcie otočného ovládača



Režim spánku

Stlačte otočný ovládač, aby ste zariadenie prebudili.

Funkcie otočného ovládača

- Pri nečinnosti alebo bez pohybu sa displej po 3 minútach prepne do režimu spánku.
- V režime spánku krátke stlačenie otočného ovládača zariadenie prebudí.
- Stlačením otočného ovládača počas cvičenia prepínate režim zobrazenia.
- V režime pauzy alebo počas pohybu dlhé stlačenie ovládača (2 sekundy) zastaví pohyb a prejde do stavu prebudenia.
- Pri stlačení ovládača sa aktivuje bzučiak.



Otáčanie otočného gombíka

- Otoč v smere hodinových ručičiek, aby sa zvýšil odpor.
- Otoč proti smeru hodinových ručičiek, aby sa znížil odpor.
- Počas otáčania gombíka sa ozýva zvuk bzučička.

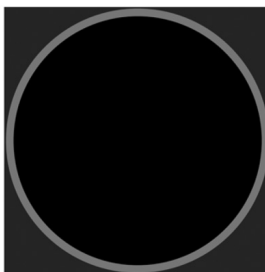


2.2. Podrobný návod na obsluhu displeja

1. Otočný gombík sa zapne, bzučiak vydá dlhý zvukový signál a gombík sa rozsvieti, čím prejde do pohotovostného režimu (obr. 1). Po 3 minútach nečinnosti sa otočný gombík s displejom vypne a prejde do režimu stand-by (obr. 2).



Obrázok 1



Obrázok 2

2. V režime stand-by krátke stlačenie tlačidla priamo prepne zariadenie do režimu pohybu. V malom okne sa striedavo, každé 3 sekundy, zobrazuje TEMPO (obr. 3) a LEVEL (obr. 4).



Obrázok 3



Obrázok 4

3. Režim SCAN (obr. 5).

V malom okne sa zobrazuje počet záberov za minútu a úroveň odporu. Hlavné okno zobrazuje predvolené sa meniace hodnoty a ikona SCAN je podsvietená. Zobrazujú sa tieto parametre, ktoré sa prepínajú každé 3 sekundy: rýchlosť, čas, vzdialenosť, kalórie, počet záberov a čas prekonania vzdialenosti 500 m.

Vonkajší prstenec je v aktívnom režime predvolene úplne podsvietený.



Obrázok 5



4. Režim uzamknutia parametra (obr. 6).

Krátke stlačenie otočného gombíka umožňuje nastaviť režim zobrazenia na režim uzamknutia. V tomto režime sa ikona SCAN nezobrazuje a displej trvalo zobrazuje jeden zvolený typ údajov:

rýchlosť, čas, vzdialenosť, kalórie, počet záberov alebo čas prekonania vzdialenosti 500 m.



Obrázok 6

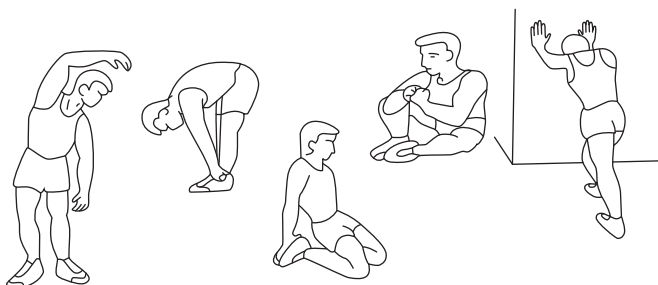
3. Pripojenie cez Bluetooth / Tréning s aplikáciou Kinomap

Po pripojení veslovacieho trénažera k mobilnému zariadeniu prostredníctvom Bluetooth môžete na svojom telefóne sledovať parametre prebiehajúceho tréningu. Aby si mohol využiť túto funkciu, stiahni si aplikáciu Kinomap určenú pre toto zariadenie. Aktuálne verzie sú dostupné v AppStore (iOS) a v 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.

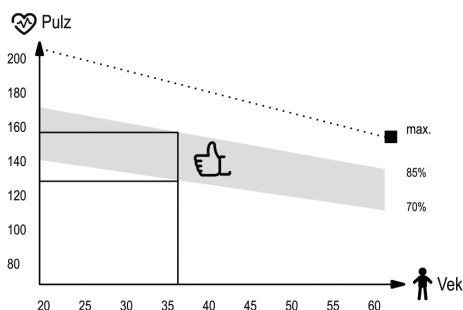
1. Rozcvička

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	Demontujte počítač a skontrolujte, či sú káble správne pripojené a či nie sú poškodené.
Zariadenie vydáva rušivé zvuky počas používania.	Skontrolujte, či sú všetky časti zariadenia správne namontované. Uťahnite skrutky.



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
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.



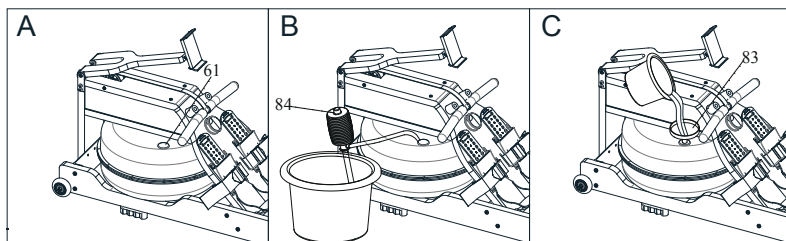
Opotrebované elektrické zariadenia (vrátane počítača) sú druhotné suroviny a nesmú sa vyhadzovať do košov a kontajnerov na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre ľudské zdravie a životné prostredie! Prosíme o aktívnu podporu efektívneho riadenia prírodných zdrojov a ochranu životného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



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



Наповнення резервуара для води



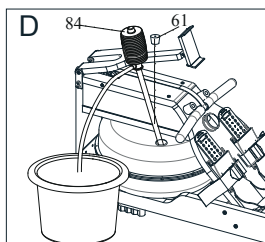
- A. Вийміть пробку з резервуара для води (61).
 - B. Вставте один кінець ручного водяного насоса (84) у відро з водою, а другий кінець шланга помістіть у отвір резервуара для води. Стикайте ручний насос (84), щоб налити воду в резервуар.
 - C. Альтернативно можна вставити лійку (83) в отвір резервуара, щоб налити воду.
- Кількість води слід визначати за індикатором рівня на боці резервуара.
Після наповнення резервуара водою вставте пробку (61) у резервуар.

УВАГА! Ознайомтеся з етикеткою, розміщеною на резервуарі, щоб відміряти відповідну кількість води. Опір під час веслування залежить від кількості води в резервуарі. Наповнення резервуара до рівня 1 забезпечує мінімальний опір під час веслування, а до рівня 6 — максимальний опір.

УВАГА! Не перевищуйте максимальний рівень води, позначений як «6».



Спожодження резервуара для води



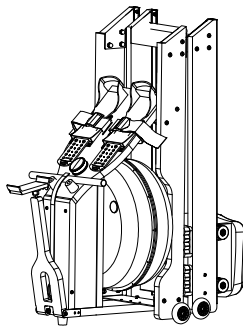
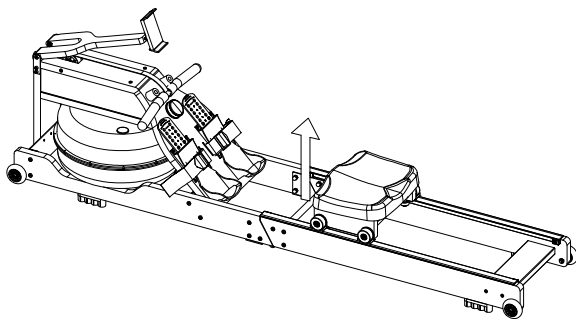
- D. Поставте відро поруч із пристроєм і за допомогою ручного насоса (84) відкачайте воду з резервуара у відро. Вставте пробку резервуара (61) назад у резервуар, після чого витріть насухо пристрій і його навколишню поверхню сухою ганчіркою.

УВАГА!

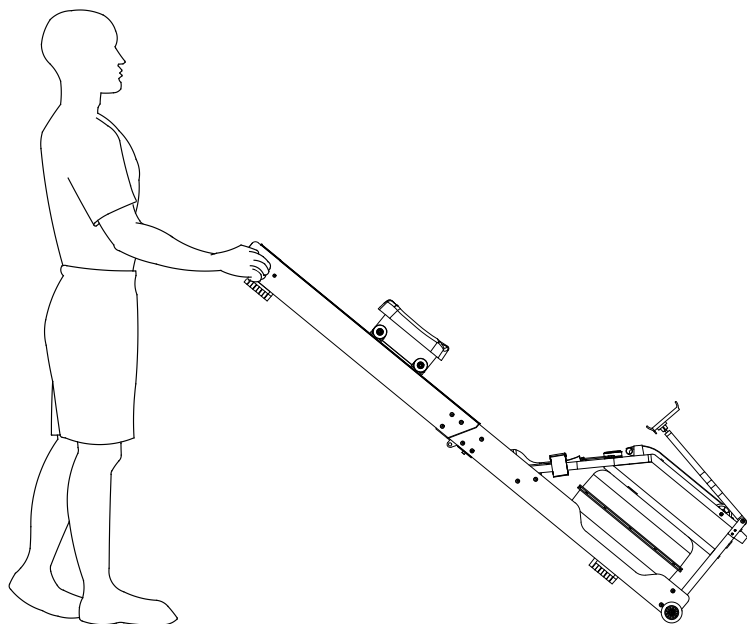
- У резервуар заливайте лише проточну воду з крана.
- Замініть воду в резервуарі, якщо вона стала каламутною.
- Використовуйте таблетки, призначені для очищення води, з такою періодичністю: 1 таблетка / 6 місяців або за потреби.
- Пошкодження резервуара, спричинені використанням таблеток чи засобів, не призначених для очищення води, не підлягають гарантійному обслуговуванню.
- Якщо ви не плануєте користуватися обладнанням протягом тривалого часу, спорожніть резервуар для води.

Увага! Перед складанням і переміщенням пристрою необхідно спорожнити бак для води.

1. Коли виріб не використовується, увесь пристрій можна скласти.
Потягніть ручку вгору у напрямку стрілки — виріб можна скласти.
Увага! Не кладіть руки в зону складання напрямної.



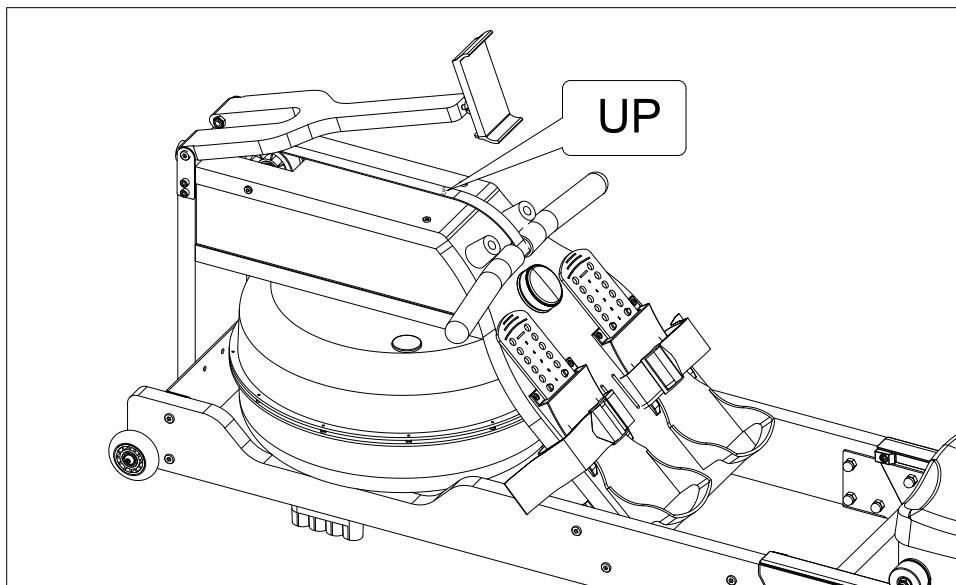
2. Щоб перемістити пристрій, візьміться обома руками за його задню частину й підійміть доти, доки ролики в передній частині повністю не торкнуться підлоги. Після цього можна пересунути пристрій. Коли дістанетеся до місця призначення, обережно опустіть пристрій, переконайтеся, що він стоїть стійко.



UA Розташування стрічки



Увага! Під час виконання руху переконайтеся, що поверхня стрічки звернена вгору стороною «UP».





1. Дисплей

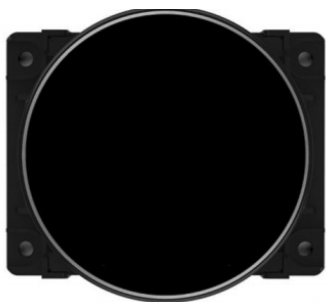


2. Функції дисплея

TEMPO	Відображає кількість гребків за хвилину (spm). Діапазон 0–999.
LEVEL	Відображає рівень опору. Діапазон 1–32. Чим вищий рівень, тим більший опір.
SPLIT	Відображає загальну кількість гребків. Діапазон 0–9999.
/500 M	Відображає час подолання дистанції 500 м. Діапазон 00:00–99:59.
	Функція SCAN. Видима піктограма означає, що активовано режим почергового відображення параметрів кожні 3 секунди.
	Відображає швидкість. Діапазон 0,0–999,9 км/год.
	Відображає час тренування. Діапазон 00:00–99:59. У режимі очікування коротке натискання ручки або виявлення руху запускає секундомір. Секундомір зупиняється через 4 секунди бездіяльності після припинення руху.
	Відображає подолану відстань. Діапазон 0,0–999,9 км. Залежно від інтенсивності веслування можна вимірювати відстань у межах від 1 до 6 метрів за один гребок.
	Відображає спалені калорії. Діапазон 0,0–999,9 ккал. Значення є прямо пропорційним рівню опору. Опір 1 відповідає приблизно 32 ккал/км, тоді як опір 32 — приблизно 73 ккал/км.
	Стан Bluetooth Видима піктограма Bluetooth: під'єднано. Невидима піктограма Bluetooth: немає з'єднання.



2.1. Режими дисплея та функції ручки



Режим сну

Натисніть ручку, щоб активувати пристрій.



Функції ручки

- За відсутності дій або руху дисплей переходить у режим сну через 3 хвилини.
- У режимі сну коротке натискання ручки активує пристрій.
- Натисніть ручку, щоб перемкнути режим відображення під час тренування.
- У режимі паузи або руху тривале натискання ручки (2 секунди) зупиняє рух і переводить пристрій у стан активності.
- Під час натискання ручки вмикається звуковий сигнал.



Обертання ручки

- Поверніть за годинниковою стрілкою, щоб збільшити опір.
- Поверніть проти годинникової стрілки, щоб зменшити опір.
- Під час обертання ручки чути звуковий сигнал.



2.2. Докладна інструкція з експлуатації дисплея

1. Ручка вмикається, звуковий сигнал видає довгий тон, ручка підсвічується й переходить у режим готовності (рис. 1). Після 3 хвилин бездіяльності ручка з дисплеєм вимикається та переходить у режим очікування (рис. 2).



Рисунок 1

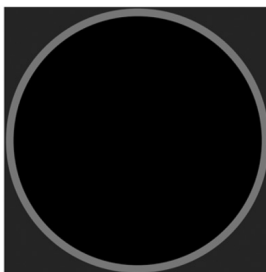


Рисунок 2

2. У режимі очікування коротке натискання кнопки безпосередньо переводить пристрій у режим руху. У малому вікні почергово, кожні 3 секунди, відображаються показники TEMPO (рис. 3) і LEVEL (рис. 4).



Рисунок 3



Рисунок 4

3. Режим SCAN (рис. 5).

Маленьке вікно відображає кількість гребків за хвилину та рівень опору. Головне вікно за замовчуванням показує змінні значення, а піктограма SCAN підсвічується. Відображаються такі параметри, що перемикаються кожні 3 секунди: швидкість, час, відстань, калорії, кількість гребків і час подолання дистанції 500 м.

Зовнішнє кільце в активному режимі за замовчуванням повністю підсвічене.



Рисунок 5



4. Режим фіксації параметра (рис. 6).

Коротке натискання ручки дає змогу встановити режим відображення на режим фіксації.

У цьому режимі піктограма SCAN не відображається, а екран показує один вибраний тип даних постійно: швидкість, час, відстань, калорії, кількість гребків або час подолання дистанції 500 м.



Рисунок 6

3. Підключення через Bluetooth / Тренування з додатком Kinomap

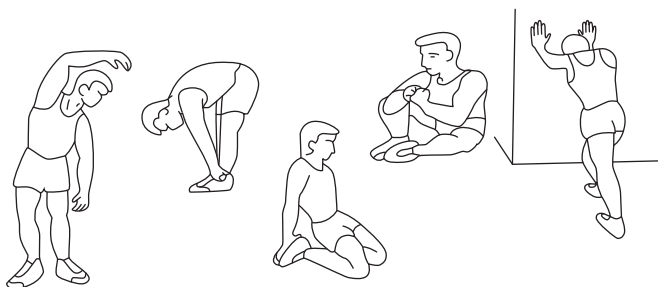
Після підключення веслувального тренажера до мобільного пристрою за допомогою Bluetooth ви можете спостерігати параметри тренування на своєму телефоні. Щоб скористатися цією функцією, завантажте спеціальний додаток Kinomap, призначений для цього пристрою. Актуальні версії доступні в AppStore (iOS) та 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.

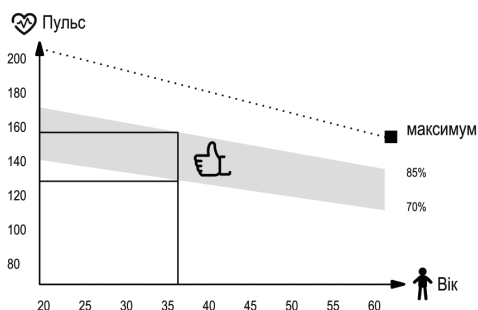
1. Розминка

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.

UA Чистка та обслуговування



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

UA Вирішення проблем



Проблема	Можливе рішення
Комп'ютер не відображає дані.	Перевірте підключення комп'ютера і переконайтеся, що кабелі підключені правильно та що вони не пошкоджені.
Пристрій видає тривожні звуки під час використання.	Перевірте, чи всі частини пристрою встановлені правильно. Затягніть гвинти.



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.



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. Сортиуйте 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

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

DE Hegen Deutschland GmbH
Chausseestraße 80D
17321 Löcknitz

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