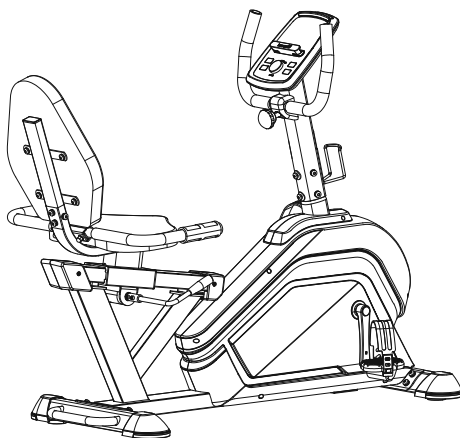
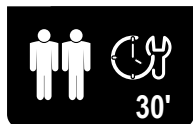




HS-120L RAVEL



CZ Tréninkový recumbent

DE Liegeheimtrainer

EN Recumbent Bike

ES Bicicleta estática reclinada

FR Vélo d'appartement allongé

HU Fekvő szobakerékpár

IT Cyclette orizzontale

NL Ligfiets hometrainer

PL Rower treningowy leżący

RO Bicicletă fitness orizontală

SK Tréningový recumbent

UA Горизонтальний велотренажер

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 / EXPLOŚIEAANZICHT / WIDOK ROZSTRZELONY / VEDERE EXPLODATĂ / ROZLOŽENÝ POHĽAD / РОЗКЛАДЕНИЙ СТАН	13
	SEZNAM DÍLŮ / STÜCKLISTE / PARTS LIST / LISTA DE PIEZAS / LISTE DE PIÈCES / ALKATRÉSZLISTA / ELENCO DELLE PARTI / ONDERDELENLIJST / LISTA CZĘŚCI / LISTA DE PIESE / ZOZNAM DIELOV / СПИСОК ДЕТАЛЕЙ.	14
	MONTÁŽ / MONTAGE / ASSEMBLY / MONTAJE / INSTALLATION / ÖSSZESZERELÉS / MONTAGGIO / MONTAGE / MONTAŽ / ASAMBLARE / МОНТАЖ / УСТАНОВКА	26
	OBSLUHA POČÍTAČE / COMPUTERANLEITUNG / COMPUTER HANDLING / MANEJO DEL ORDENADOR / SZÁMÍTÓGÉP KEZELÉSE / MANUEL DE L'ORDINATEUR / UTILIZZO DEL COMPUTER / COMPUTERBEDIENING / OBSŁUGA KOMPUTERA / UTILIZAREA COMPUTERULUI / NÁVOD NA POUŽITÍEPOČÍTAČA / ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ КОМП'ЮТЕРА	36
CZ	NÁVOD K POUŽITÍ.	37
DE	BEDIENUNGSANLEITUNG	41
EN	INSTRUCTION	45
ES	MANUAL DE INSTRUCCIONES	49
FR	INSTRUCTIONS D'UTILISATION	53
HU	HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ	57
IT	MANUALE DI ISTRUZIONI.	61
NL	GEBRUIKSAANWIJZING.	65
PL	INSTRUKCJA OBSŁUGI	69
RO	MANUAL DE UTILIZARE.	73
SK	NÁVOD NA POUŽITIE	77
UA	ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ	81



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 150 kg.
21. Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou EN ISO 20957-10:2018-03 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 150 kg.
21. Das Gerät wurde gemäß der Norm EN ISO 20957-10:2018-03 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 150 kg.
21. The device was made in accordance with the EN ISO 20957-10:2018-03 standard in H. C. class.



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

1. Se puede lograr una total seguridad y eficacia de uso siguiendo las instrucciones de montaje y uso del equipo. Por favor, recuerde informar a todos los usuarios potenciales del equipo sobre las restricciones y precauciones. No asumimos ninguna responsabilidad por lesiones de cualquier tipo causadas por el uso inadecuado de nuestro equipo.
2. El equipo debe utilizarse únicamente de acuerdo con su uso previsto.
3. Nuestros productos están diseñados para usuarios adultos y destinados exclusivamente al uso doméstico. No deje el equipo desatendido si hay niños cerca. Los niños 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 podría causar daños o un cortocircuito.
6. Nuestro equipo no es adecuado para fines de rehabilitación.
7. El equipo debe ser utilizado por una sola persona a la vez.
8. Coloque su dispositivo sobre una superficie horizontal y uniforme. Asegúrese de que la ubicación elegida sea estable, limpia y esté libre de otros objetos.
9. Se recomienda utilizar una alfombra, esterilla u otra base debajo del dispositivo para proteger el suelo.
10. Coloque una base adecuada (por ejemplo, una esterilla de goma, una base de madera, etc.) debajo del dispositivo en la zona de montaje para evitar ensuciar.
11. Antes de entrenar, compruebe que el equipo esté completo y que todas las piezas estén en el lugar correcto.
12. Si padece alguna afección médica o enfermedad crónica, o si utiliza este tipo de equipo por primera vez, le recomendamos consultar a un médico o especialista. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede perjudicar su salud.
13. Realice un calentamiento antes de utilizar el dispositivo.
14. Si experimenta dolor, latidos cardíacos irregulares, dificultad para respirar, mareos o náuseas mientras utiliza el dispositivo, detenga el entrenamiento de inmediato. Busque asesoramiento médico antes de seguir utilizando el dispositivo.
15. Evite usar ropa larga y holgada mientras utiliza el dispositivo, ya que puede engancharse en los elementos móviles del equipo.
16. Recuerde abrocharse las correas de los pedales.
17. Utilice el dispositivo únicamente cuando funcione correctamente. Si detecta componentes defectuosos o escucha ruidos extraños procedentes del dispositivo durante su uso, interrumpa el ejercicio. No utilice el dispositivo hasta que se haya resuelto el problema.
18. No realice ningún ajuste o modificación en el dispositivo que no esté descrito en estas instrucciones. En caso de cualquier problema, póngase en contacto con el proveedor de servicios (los datos de contacto se facilitan a continuación).
19. El espacio mínimo necesario para un uso seguro del dispositivo no es inferior a dos metros.
20. El peso máximo permitido del usuario es de 150 kg.
21. El dispositivo ha sido fabricado de acuerdo con la norma EN ISO 20957-10:2018-03 en la 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 150 kg.
21. L'appareil a été fabriqué conformément à la norme EN ISO 20957-10:2018-03 en classe H. C.



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

1. A berendezés teljes biztonsága és hatékonysága csak az összeszerelési és használati útmutató betartásával érhető el. Kérjük, ne felejtse el tájékoztatni a berendezés összes potenciális felhasználóját a korlátozásokról és az óvintézkedésekről. Nem vállalunk felelősséget a berendezésünk nem rendeltetésszerű használatából eredő semmilyen sérülésért.
2. A berendezést kizárólag a rendeltetésének megfelelően szabad használni.
3. Termékeinket felnőtt felhasználók számára terveztük, és kizárólag otthoni használatra szolgálnak. Ne hagyja a berendezést felügyelet nélkül, ha gyermekek vannak a közelben. Kiskorú gyermekek csak felnőtt felügyelete mellett használhatják a berendezést.
4. A készüléket száraz és meleg helyen, közvetlen napfénytől védve kell tárolni.
5. Kerülje az elektromos eszközök vízzel való érintkezését, mivel ez károsodást vagy rövidzárlatot okozhat.
6. A berendezésünk nem alkalmas rehabilitációs célokra.
7. A berendezést egyszerre csak egy személy használhatja.
8. Helyezze a készüléket vízszintes és egyenes felületre. Győződjön meg arról, hogy a választott hely stabil, tiszta és más tárgyaktól mentes.
9. A padló védelme érdekében javasolt szőnyeget, matracot vagy egyéb alátétet használni a készülék alatt.
10. A szennyeződések elkerülése érdekében helyezzen megfelelő alapot (pl. gumiszőnyeget, fa alapot stb.) a készülék alá az összeszerelési területén.
11. Edzés előtt ellenőrizze, hogy a berendezés hiánytalan-e, és minden alkatrész a megfelelő helyen van-e.
12. Ha bármilyen egészségügyi problémája vagy krónikus betegsége van, vagy ha most használ először ilyen típusú berendezést, javasoljuk, hogy konzultáljon orvosával vagy szakorvossal. A helytelen vagy túlzott edzés károsíthatja az egészségét.
13. A készülék használata előtt melegítsen be.
14. Ha a készülék használata közben fájdalmat, rendszertelen szívverést, légszomjat, szédülést vagy émelygést tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést. Forduljon orvoshoz, mielőtt folytatná a készülék használatát.
15. Kerülje a hosszú, laza ruházat viselését a készülék használata közben, mert az beakadhat a berendezés mozgó elemeibe.
16. Ne felejtse el rögzíteni a pedálok szíjait.
17. Csak akkor használja a készüléket, ha az jól működik. Ha a használat során hibás alkatrészeket észlel, vagy zavaró hangot hall a készülékből, hagyja abba az edzést. Ne használja a készüléket a probléma megoldásáig.
18. Ne végezzen a készüléken a jelen útmutatóban leírtakon kívül más beállítást vagy módosítást. Bármilyen probléma esetén forduljon a szolgáltatóhoz (az elérhetőségek alább találhatók).
19. A készülék biztonságos használatához szükséges minimális hely legalább két méter.
20. A megengedett maximális felhasználói súly 150 kg.
21. A készülék az EN ISO 20957-10:2018-03 szabványnak megfelelően, H. C. osztályban készült.



PRIMA DI UTILIZZARE L'APPARECCHIATURA, LEGGERE ATTENTAMENTE LE ISTRUZIONI E CONSERVARLE PER UN USO FUTURO.

1. La totale sicurezza e l'efficacia d'uso possono essere raggiunte solo seguendo le istruzioni per il montaggio e l'uso dell'apparecchiatura. Si prega di ricordare di informare tutti i potenziali utenti dell'apparecchiatura circa le restrizioni e le precauzioni. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per lesioni di qualsiasi tipo causate da un uso improprio della nostra apparecchiatura.
2. L'apparecchiatura deve essere utilizzata esclusivamente in conformità alla sua destinazione d'uso.
3. I nostri prodotti sono progettati per utenti adulti e destinati esclusivamente all'uso domestico. Non lasciare l'apparecchiatura incustodita in presenza di bambini nelle vicinanze. I minori devono utilizzare l'apparecchiatura solo sotto la supervisione di un adulto.
4. Il dispositivo deve essere conservato in un luogo asciutto e caldo, lontano dalla luce solare diretta.
5. Evitare il contatto dei dispositivi elettrici con l'acqua, in quanto potrebbe causare danni o cortocircuiti.
6. La nostra apparecchiatura non è adatta a scopi riabilitativi.
7. L'apparecchiatura deve essere utilizzata da una sola persona alla volta.
8. Posizionare il dispositivo su una superficie orizzontale e piana. Assicurarsi che il luogo scelto sia stabile, pulito e libero da altri oggetti.
9. Si raccomanda di utilizzare un tappeto, un tappetino o un altro supporto sotto il dispositivo per proteggere il pavimento.
10. Posizionare una base adeguata (ad es. un tappetino di gomma, una base di legno, ecc.) sotto il dispositivo nella zona di montaggio per evitare di sporcare.
11. Prima dell'allenamento, verificare che l'apparecchiatura sia completa e che tutte le parti siano al loro posto.
12. In caso di patologie mediche o malattie croniche, o se si utilizza questo tipo di apparecchiatura per la prima volta, si consiglia di consultare un medico o uno specialista. Un allenamento errato o eccessivo può danneggiare la salute.
13. Effettuare un riscaldamento prima di utilizzare il dispositivo.
14. Se si avvertono dolori, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, vertigini o nausea durante l'uso del dispositivo, interrompere immediatamente l'allenamento. Consultare un medico prima di continuare a utilizzare il dispositivo.
15. Evitare di indossare abiti lunghi e larghi durante l'uso del dispositivo, poiché potrebbero impigliarsi negli elementi mobili dell'apparecchiatura.
16. Ricordarsi di allacciare le cinghie sui pedali.
17. Utilizzare il dispositivo solo quando è perfettamente funzionante. Se si riscontrano componenti difettosi o si avvertono rumori anomali provenienti dal dispositivo durante l'uso, interrompere l'esercizio. Non utilizzare il dispositivo finché il problema non sarà stato risolto.
18. Non effettuare regolazioni o modifiche al dispositivo diverse da quelle descritte in queste istruzioni. In caso di problemi, contattare il fornitore del servizio (i dati di contatto sono riportati di seguito).
19. Lo spazio minimo richiesto per un uso sicuro del dispositivo non è inferiore a due metri.
20. Il peso massimo consentito per l'utente è di 150 kg.
21. Il dispositivo è stato realizzato in conformità alla norma EN ISO 20957-10:2018-03 nella classe H. C.



LEES VOOR HET GEBRUIK VAN DE APPARATUUR DE INSTRUCTIES ZORGVULDIG DOOR EN BEWAAR DEZE VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.

1. Volledige veiligheid en effectiviteit van het gebruik kunnen alleen worden bereikt door de instructies voor montage en gebruik van de apparatuur op te volgen. Denk eraan om alle potentiële gebruikers van de apparatuur te informeren over beperkingen en voorzorgsmaatregelen. Wij aanvaarden geen enkele aansprakelijkheid voor enig letsel veroorzaakt door onjuist gebruik van onze apparatuur.
2. De apparatuur mag alleen worden gebruikt in overeenstemming met het beoogde gebruik.
3. Onze producten zijn ontworpen voor volwassen gebruikers en uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik. Laat de apparatuur niet onbeheerd achter als er kinderen in de buurt zijn. Minderjarige kinderen mogen de apparatuur alleen gebruiken onder toezicht van een volwassene.
4. Het apparaat moet worden bewaard op een droge en warme plaats, uit de buurt van direct zonlicht.
5. Vermijd contact van elektrische apparaten met water, omdat dit schade of kortsluiting kan veroorzaken.
6. Onze apparatuur is niet geschikt voor revalidatiedoeleinden.
7. De apparatuur mag door slechts één persoon tegelijk worden gebruikt.
8. Plaats uw apparaat op een horizontaal en egaal oppervlak. Zorg ervoor dat de gekozen locatie stabiel, schoon en vrij van andere voorwerpen is.
9. Het wordt aanbevolen om een tapijt, mat of andere onderlegger onder het apparaat te gebruiken om de vloer te beschermen.
10. Plaats een geschikte ondergrond (bijv. rubberen mat, houten basis, enz.) onder het apparaat in de montagezone om rommel te voorkomen.
11. Controleer voor de training of de apparatuur compleet is en of alle onderdelen zich op de juiste plaats bevinden.
12. Als u een medische aandoening of chronische ziekte heeft, of als u dit type apparatuur voor het eerst gebruikt, raden wij u aan een arts of specialist te raadplegen. Een onjuiste of overmatige training kan uw gezondheid schaden.
13. Doe een warming-up voordat u het apparaat gebruikt.
14. Als u tijdens het gebruik van het apparaat pijn, een onregelmatige hartslag, kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid ervaart, stop dan onmiddellijk met de training. Raadpleeg een arts voordat u het apparaat weer gebruikt.
15. Draag geen lange, loszittende kleding tijdens het gebruik van het apparaat, omdat deze vast kan komen te zitten in de bewegende delen van de apparatuur.
16. Denk eraan om de riemen op de pedalen vast te maken.
17. Gebruik het apparaat alleen als het goed functioneert. Als u tijdens het gebruik defecte onderdelen ontdekt of een verontrustend geluid uit het apparaat hoort, stop dan met trainen. Gebruik het apparaat niet totdat het probleem is opgelost.
18. Voer geen andere aanpassingen of wijzigingen aan het apparaat uit dan de aanpassingen die in deze instructies worden beschreven. Neem bij problemen contact op met de serviceprovider (contactgegevens vindt u hieronder).
19. De minimale ruimte die vereist is voor een veilig gebruik van het apparaat is niet minder dan twee meter.
20. Het maximaal toelaatbare gebruikersgewicht is 150 kg.
21. Het apparaat is vervaardigd in overeenstemming met de norm EN ISO 20957-10:2018-03 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 150 kg.
21. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą EN ISO 20957-10:2018-03 w klasie H. C.



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

1. Siguranța și eficacitatea deplină a utilizării pot fi obținute numai prin respectarea instrucțiunilor de asamblare și utilizare a echipamentului. Vă rugăm să nu uitați să informați toți potențialii utilizatori ai echipamentului cu privire la restricții și măsuri de precauție. Nu ne asumăm nicio responsabilitate pentru vătămările de orice natură cauzate de utilizarea necorespunzătoare a echipamentului nostru.
2. Echipamentul trebuie utilizat numai în conformitate cu destinația sa de utilizare.
3. Produsele noastre sunt concepute pentru utilizatori adulți și sunt destinate exclusiv uzului casnic. Nu lăsați echipamentul nesupravegheat dacă în apropiere se află copii. Copiii minori trebuie să utilizeze echipamentul numai sub supravegherea unui adult.
4. Dispozitivul trebuie depozitat într-un loc uscat și cald, ferit de lumina directă a soarelui.
5. Evitați contactul dispozitivelor electrice cu apa, deoarece acest lucru poate cauza deteriorări sau scurtcircuit.
6. Echipamentul nostru nu este adecvat pentru scopuri de reabilitare.
7. Echipamentul trebuie utilizat de o singură persoană în același timp.
8. Așezați dispozitivul pe o suprafață orizontală și plană. Asigurați-vă că locația pe care o alegeți este stabilă, curată și liberă de alte obiecte.
9. Se recomandă utilizarea unui covor, covoraș sau alt suport sub dispozitiv pentru a proteja podeaua.
10. Puneți o bază adecvată (de exemplu, covoraș de cauciuc, bază de lemn etc.) sub dispozitiv în zona de asamblare pentru a evita murdăria.
11. Înainte de antrenament, verificați dacă echipamentul este complet și dacă toate piesele sunt la locul lor.
12. Dacă aveți afecțiuni medicale sau boli cronice, sau dacă utilizați acest tip de echipament pentru prima dată, vă recomandăm să consultați un medic sau un specialist. Antrenamentul incorect sau excesiv vă poate afecta sănătatea.
13. Faceți o încălzire înainte de a utiliza dispozitivul.
14. Dacă simțiți durere, bătăi neregulate ale inimii, dificultăți de respirație, amețeli sau greață în timp ce utilizați dispozitivul, opriți imediat antrenamentul. Consultați un medic înainte de a continua să utilizați dispozitivul.
15. Evitați să purtați haine lungi și largi în timp ce utilizați dispozitivul, deoarece acestea se pot prinde în elementele mobile ale echipamentului.
16. Nu uitați să strângeți curelele de pe pedale.
17. Utilizați dispozitivul numai atunci când funcționează corect. Dacă găsiți componente defecte sau auziți un sunet deranjant de la dispozitiv în timpul utilizării, opriți exercițiile. Nu utilizați dispozitivul până când problema nu este rezolvată.
18. Nu efectuați nicio reglare sau modificare la dispozitiv în afară de cele descrise în aceste instrucțiuni. În caz de probleme, vă rugăm să contactați furnizorul de servicii (datele de contact sunt furnizate mai jos).
19. Spațiul minim necesar pentru utilizarea în siguranță a dispozitivului este de cel puțin doi metri.
20. Greutatea maximă admisă a utilizatorului este de 150 kg.
21. Dispozitivul a fost fabricat în conformitate cu standardul EN ISO 20957-10:2018-03 în clasa H. C.



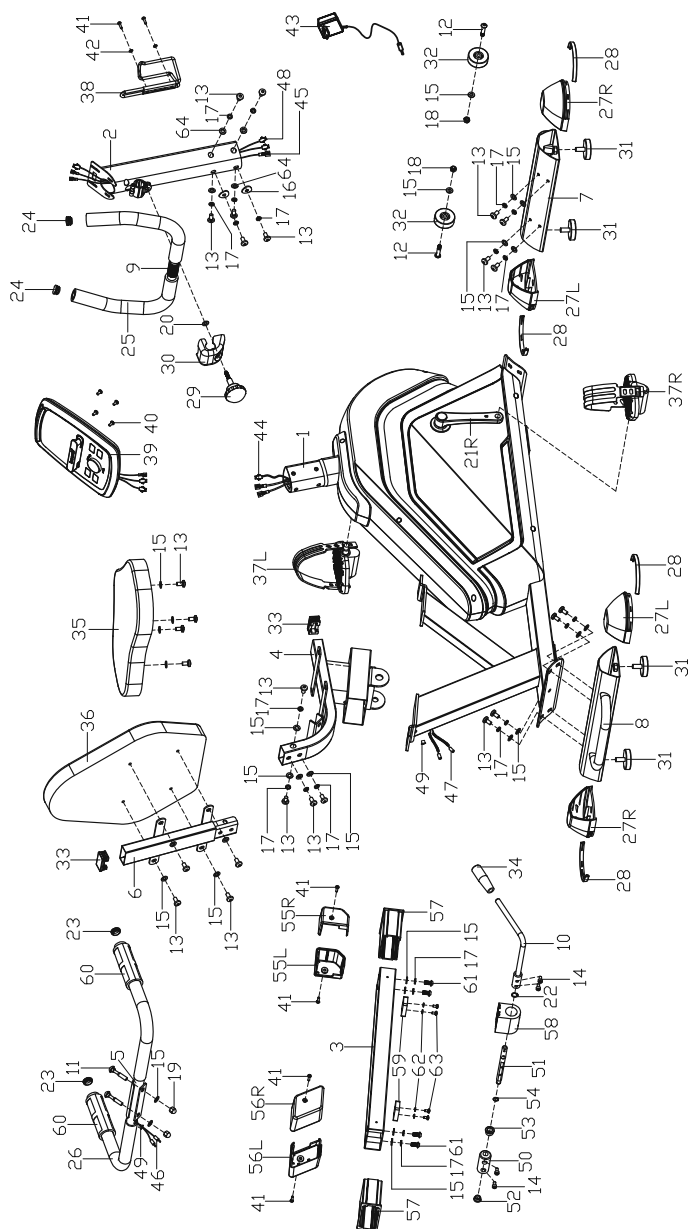
PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY. USCHOVAJTE SI TIETO POKYNY PRE BUDÚCE POUŽITIE.

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 150 kg.
21. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou EN ISO 20957-10:2018-03 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 – 150 кг.
21. Обладнання виготовлено відповідно до стандарту EN ISO 20957-10:2018-03.



Č.	Popis	Ks.
1	Hlavní rám	1
2	Sloupek volantu	1
3	Lišta sedadla	1
4	Rám sedadla	1
5	Zadní držák	1
6	Podpěra opěradla	1
7	Přední stabilizátor	1
8	Zadní stabilizátor	1
9	Volant	1
10	Nastavovací rukojeť	1
11	Čtyřhranný šroub M8×45	2
13	Imbusový šroub M8×15	26
14	Imbusový šroub M6×10	4
15	Plochá podložka D8×Ø16×1,5	33
16	Oblouková podložka Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Pružná podložka D8	22
19	Krytka matice M8	2
20	Objímka	1
21 L/R	Levá/pravá klika	1/1

Č.	Popis	Ks.
25	Pěnová rukojeť	2
29	Knoflík	1
30	Kryt	1
35	Sedadlo	1
36	Opěradlo	1
37 L/R	Pedál levý/právý	1/1
38	Držák na láhev	1
39	Počítač	1
40	Šroub M5×10	4
41	Křížový šroub ST4.2×18	6
42	Plochá podložka D4	2
44	Kabel snímače tepu	1
45	Kabel	1
46	Kabel snímače tepu	2
47	Kabel	2
48	Kabel	2
51	Válec	1
55 L/R	Přední kryt lišty sedadla levý / pravý	1/1
56 L/R	Zadní kryt lišty sedadla levý / pravý	1/1

Teil-Nr.	Bezeichnung	Stk.
1	Hauptrahmen	1
2	Lenksäule	1
3	Sitzführung	1
4	Sitzrahmen	1
5	Hinterer Griff	1
6	Rückenlehnenstütze	1
7	Vorderer Standfuß	1
8	Hinterer Standfuß	1
9	Lenker	1
10	Einstellgriff	1
11	Vierkantschraube M8×45	2
13	Inbusschraube M8×15	26
14	Inbusschraube M6×10	4
15	Flache Unterlegscheibe D8×Ø16×1,5	33
16	Gebogene Unterlegscheibe Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Federscheibe D8	22
19	Hutmutter M8	2
20	Buchse	1
21 L/R	Linke/rechte Kurbel	1/1

Teil-Nr.	Bezeichnung	Stk.
25	Schaumstoffgriff	2
29	Knauf	1
30	Abdeckung	1
35	Sitz	1
36	Rückenlehne	1
37 L/R	Pedal links/rechts	1/1
38	Flaschenhalterung	1
39	Computer	1
40	Schraube M5×10	4
41	Kreuzschlitzschraube ST4.2×18	6
42	Flache Unterlegscheibe D4	2
44	Pulssensorkabel	1
45	Kabel	1
46	Pulssensorkabel	2
47	Kabel	2
48	Kabel	2
51	Welle	1
55 L/R	Abdeckung der Sattelführung vorne links/ rechts	1/1
56 L/R	Abdeckung der Sattelführung hinten links/ rechts	1/1

No.	Description	Pcs
1	Main frame	1
2	Handlebar column	1
3	Seat guide	1
4	Seat frame	1
5	Rear handle	1
6	Backrest support	1
7	Front stabilizer	1
8	Rear stabilizer	1
9	Handlebar	1
10	Adjustment handle	1
11	Square screw M8×45	2
13	Allen screw M8×15	26
14	Allen screw M6×10	4
15	Flat washer D8×Ø16×1,5	33
16	Arc washer Ø8,5xØ25x1,5xR30	2
17	Spring washer D8	22
19	Nylon nut M8	2
20	Bushing	1
21 L/R	Crank Left/Right	1/1

No.	Description	Pcs
25	Foam handle	2
29	Knob	1
30	Cover	1
35	Saddle	1
36	Backrest	1
37 L/R	Pedal left/right	1/1
38	Bottle holder	1
39	Training computer	1
40	Screw M5×10	4
41	Phillips screw ST4.2×18	6
42	Flat washer D4	2
44	Sensor wire	1
45	Sensor extension wire	1
46	Pulse wire	2
47	Pulse extension wire1	2
48	Pulse extension wire2	2
51	Shaft	1
55 L/R	Front seat guide cover left/right	1/1
56 L/R	Back seat guide cover left/right	1/1

N.º	Descripción	Uds.
1	Cuadro principal	1
2	Poste del manillar	1
3	Guía del asiento	1
4	Estructura del asiento	1
5	Asa trasera	1
6	Soporte del respaldo	1
7	Estabilizador delantero	1
8	Estabilizador trasero	1
9	Manillar	1
10	Manilla de ajuste	1
11	Tornillo de cabeza cuadrada M8×45	2
13	Tornillo Allen M8×15	26
14	Tornillo Allen M6×10	4
15	Arandela plana D8×Ø16×1,5	33
16	Arandela curvada Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Arandela de presión D8	22
19	Tuerca de nailon M8	2
20	Casquillo	1
21 L/R	Biela izquierda/derecha	1/1
25	Empuñadura de espuma	2

N.º	Descripción	Uds.
29	Perilla	1
30	Cubierta	1
35	Sillín	1
36	Respaldo	1
37 L/R	Pedal izquierdo/derecho	1/1
38	Portabotellas	1
39	Ordenador de entrenamiento	1
40	Tornillo M5×10	4
41	Tornillo Phillips ST4.2×18	6
42	Arandela plana D4	2
44	Cable del sensor	1
45	Cable de extensión del sensor	1
46	Cable del pulso	2
47	Cable de extensión del pulso 1	2
48	Cable de extensión del pulso 2	2
51	Eje	1
55 L/R	Cubierta delantera de la guía del asiento izquierda/derecha	1/1
56 L/R	Cubierta trasera de la guía del asiento izquierda/derecha	1/1

N°	Description	Pcs.
1	Cadre principal	1
2	Colonne de direction	1
3	Rail de siège	1
4	Support du siège	1
5	Poignée arrière	1
6	Support du dossier	1
7	Stabilisateur avant	1
8	Stabilisateur arrière	1
9	Guidon	1
10	Poignée de réglage	1
11	Boulon carré M8×45	2
13	Vis Allen M8×15	26
14	Vis Allen M6×10	4
15	Rondelle plate D8×Ø16×1,5	33
16	Rondelle courbe Ø8.5×Ø25×1.5×R30	2
17	Rondelle élastique D8	22
19	Écrou borgne M8	2
20	Douille	1
21 L/R	Manivelle gauche /droite	1/1

N°	Description	Pcs.
25	Poignée en mousse	2
29	Boulon	1
30	Couvercle	1
35	Siège	1
36	Dossier	1
37 L/R	Pédale gauche / droite	1/1
38	Porte-bouteille	1
39	Ordinateur	1
40	Vis M5×10	4
41	Vis cruciforme ST4.2×18	6
42	Rondelle plate D4	2
44	Câble du capteur de pouls	1
45	Câble	1
46	Câble du capteur de pouls	2
47	Câble	2
48	Câble	2
51	Rouleau	1
55 L/R	Couvercle avant du rail de siège gauche / droit	1/1
56 L/R	Couvercle arrière du rail de siège gauche / droit	1/1

Sz.	Megnevezés	Db
1	Főváz	1
2	Kormányoszlop	1
3	Ülésvezető	1
4	Ülésváz	1
5	Hátsó fogantyú	1
6	Háttámlatartó	1
7	Első stabilizátor	1
8	Hátsó stabilizátor	1
9	Kormány	1
10	Beállító fogantyú	1
11	Négylapfejű csavar M8×45	2
13	Imbuszcsavar M8×15	26
14	Imbuszcsavar M6×10	4
15	Lapos alátét D8 × Ø16×1,5	33
16	Íves alátét Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Rugós alátét D8	22
19	Nylon anya M8	2
20	Persely	1
21 L/R	Hajtókar bal/jobb	1/1

Sz.	Megnevezés	Db
25	Habszivacs fogantyú	2
29	Tekerőgomb	1
30	Burkolat	1
35	Nyereg	1
36	Háttámla	1
37 L/R	Pedál bal/jobb	1/1
38	Kulacstartó	1
39	Edzőszámítógép	1
40	Csavar M5×10	4
41	Phillips csavar ST4.2×18	6
42	Lapos alátét D4	2
44	Érzékelőkábel	1
45	Érzékelő-hosszabbítókábel	1
46	Pulzuskábel	2
47	Pulzus-hosszabbítókábel 1	2
48	Pulzus-hosszabbítókábel 2	2
51	Tengely	1
55 L/R	Első ülésvezető burkolat bal/jobb	1/1
56 L/R	Hátsó ülésvezető burkolat bal/jobb	1/1

N.	Descrizione	Pz.
1	Telaio principale	1
2	Piantone del manubrio	1
3	Guida del sedile	1
4	Telaio del sedile	1
5	Maniglia posteriore	1
6	Supporto dello schienale	1
7	Stabilizzatore anteriore	1
8	Stabilizzatore posteriore	1
9	Manubrio	1
10	Maniglia di regolazione	1
11	Vite a testa quadra M8×45	2
13	Vite a brugola M8×15	26
14	Vite a brugola M6×10	4
15	Rondella piana D8×Ø16×1,5	33
16	Rondella curva Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Rondella elastica D8	22
19	Dado in nylon M8	2
20	Boccola	1
21 L/R	Pedivella sinistra/destra	1/1
25	Impugnatura in schiuma	2

N.	Descrizione	Pz.
29	Manopola	1
30	Copertura	1
35	Sella	1
36	Schienale	1
37 L/R	Pedale sinistro/destro	1/1
38	Portaborraccia	1
39	Computer di allenamento	1
40	Vite M5×10	4
41	Vite a croce ST4.2×18	6
42	Rondella piana D4	2
44	Cavo del sensore	1
45	Cavo di prolunga del sensore	1
46	Cavo del polso	2
47	Cavo di prolunga del polso 1	2
48	Cavo di prolunga del polso 2	2
51	Albero	1
55 L/R	Copertura anteriore della guida del sedile sinistra/destra	1/1
56 L/R	Copertura posteriore della guida del sedile sinistra/destra	1/1

Nr.	Omschrijving	Aant.
1	Hoofdframe	1
2	Stuurkolom	1
3	Zittingsgeleider	1
4	Zittingsframe	1
5	Achterhandgreep	1
6	Rugleuningsteun	1
7	Voorste stabilisator	1
8	Achterste stabilisator	1
9	Stuur	1
10	Verstelhandgreep	1
11	Vierkante schroef M8×45	2
13	Inbusschroef M8×15	26
14	Inbusschroef M6×10	4
15	Sluitring D8×Ø16×1,5	33
16	Gebogen ring Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Veerring D8	22
19	Borgmoer M8	2
20	Bus	1
21 L/R	Crank links/rechts	1/1

Nr.	Omschrijving	Aant.
25	Schuimrubberen handgreep	2
29	Knop	1
30	Afdekking	1
35	Zadel	1
36	Rugleuning	1
37 L/R	Pedaal links/rechts	1/1
38	Bidonhouder	1
39	Trainingscomputer	1
40	Schroef M5×10	4
41	Kruiskopschroef ST4.2×18	6
42	Sluitring D4	2
44	Sensorkabel	1
45	Sensor verlengkabel	1
46	Puls kabel	2
47	Puls verlengkabel 1	2
48	Puls verlengkabel 2	2
51	As	1
55 L/R	Voorste afdekking zittingsgeleider links/rechts	1/1
56 L/R	Achterste afdekking zittingsgeleider links/rechts	1/1

Nr	Opis	Szt.
1	Rama główna	1
2	Kolumna kierownicy	1
3	Prowadnica siedziska	1
4	Rama siedziska	1
5	Uchwyt tylny	1
6	Wspornik oparcia	1
7	Przedni stabilizator	1
8	Tylny stabilizator	1
9	Kierownica	1
10	Uchwyt do regulacji	1
11	Śruba kwadratowa M8×45	2
13	Śruba imbusowa M8×15	26
14	Śruba imbusowa M6×10	4
15	Podkładka płaska D8×Ø16×1,5	33
16	Podkładka łukowa Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Podkładka sprężysta D8	22
19	Nakrętka kołpakowa M8	2
20	Tuleja	1
21 L/R	Korba lewa/prawa	1/1
25	Piankowy uchwyt	2

Nr	Opis	Szt.
29	Gałka	1
30	Oslona	1
35	Siedzisko	1
36	Oparcie	1
37 L/R	Pedał lewy/prawy	1/1
38	Uchwyt na bidon	1
39	Komputer	1
40	Śruba M5×10	4
41	Śruba krzyżakowa ST4.2×18	6
42	Płaska podkładka D4	2
44	Przewód czujnika pulsu	1
45	Przewód	1
46	Przewód czujnika pulsu	2
47	Przewód	2
48	Przewód	2
51	Walek	1
55 L/R	Przednia osłona prowadnicy siedziska lewa/prawa	1/1
56 L/R	Tylna osłona prowadnicy siedziska lewa/prawa	1/1

Nr.	Descriere	Buc.
1	Cadru principal	1
2	Coloană ghidon	1
3	Ghidaj scaun	1
4	Cadru scaun	1
5	Mâner spate	1
6	Suport spătar	1
7	Stabilizator frontal	1
8	Stabilizator posterior	1
9	Ghidon	1
10	Mâner de reglare	1
11	Șurub cu cap pătrat M8×45	2
13	Șurub Allen M8×15	26
14	Șurub Allen M6×10	4
15	Șaibă plată D8×Ø16×1,5	33
16	Șaibă arcuită Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Șaibă elastică D8	22
19	Piuliță din nailon M8	2
20	Bucșă	1
21 L/R	Braț pedaliier stâng/drept	1/1
25	Mâner din spumă	2

Nr.	Descriere	Buc.
29	Buton	1
30	Capac	1
35	Șa	1
36	Spătar	1
37 L/R	Pedală stânga/dreapta	1/1
38	Suport sticlă	1
39	Computer de antrenament	1
40	Șurub M5×10	4
41	Șurub în cruce ST4.2×18	6
42	Șaibă plată D4	2
44	Cablu senzor	1
45	Cablu prelungitor senzor	1
46	Cablu puls	2
47	Cablu prelungitor puls 1	2
48	Cablu prelungitor puls 2	2
51	Ax	1
55 L/R	Protecție frontală ghidaj scaun stânga/dreapta	1/1
56 L/R	Protecție spate ghidaj scaun stânga/dreapta	1/1

Č.	Popis	Ks.
1	Hlavný rám	1
2	Stĺpik riadenia	1
3	Vodiaca lišta sedadla	1
4	Rám sedadla	1
5	Zadná rukoväť	1
6	Opierka chrbta	1
7	Predný stabilizátor	1
8	Zadný stabilizátor	1
9	Volant	1
10	Nastavovacia rukoväť	1
11	Štvorhranná skrutka M8×45	2
13	Imbusová skrutka M8×15	26
14	Imbusová skrutka M6×10	4
15	Plochá podložka D8×Ø16×1,5	33
16	Oblúková podložka Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Pružinová podložka D8	22
19	Prevlečná matica M8	2
20	Objímka	1
21 L/R	Ľavá / pravá kľuka	1/1

Č.	Popis	Ks.
25	Penová rukoväť	2
29	Gombík	1
30	Kryt	1
35	Sedadlo	1
36	Operadlo	1
37 L/R	Ľavý / pravý pedál	1/1
38	Držiak na fľašu	1
39	Počítač	1
40	Skrutka M5×10	4
41	Krížová skrutka ST4,2×18	6
42	Plochá podložka D4	2
44	Kábel snímača pulzu	1
45	Kábel	1
46	Kábel snímača pulzu	2
47	Kábel	2
48	Kábel	2
51	Valček	1
55 L/R	Predný kryt vodiacej lišty sedadla ľavý / pravý	1/1
56 L/R	Zadný kryt vodiacej lišty sedadla ľavý / pravý	1/1

Ні.	Опис	Шт.
1	Основна рама	1
2	Рульова колонка	1
3	Направляюча сидіння	1
4	Каркас сидіння	1
5	Задня ручка	1
6	Кріплення спини	1
7	Передній стабілізатор	1
8	Задній стабілізатор	1
9	Кермо	1
10	Ручка регулювання	1
11	Гвинт квадратний М8×45	2
13	Гвинт з шестигранником М8×15	26
14	Гвинт під шестигранник М6×10	4
15	Шайба плоска D8×Ø16×1,5	33
16	Шайба дугова Ø8,5×Ø25×1,5×R30	2
17	Пружинна шайба D8	22
19	Накидна гайка М8	2
20	Втулка	1
21 L/R	Лівий/правий кривошип	1/1
25	Поролонірована ручка	2

Ні.	Опис	Шт.
29	Ручка	1
30	Щит	1
35	Сидіння	1
36	Спинка	1
37 L/R	Ліва/права педаль	1/1
38	Тримач пляшки з водою	1
39	Комп'ютер	1
40	Болт М5×10	4
41	Гвинт хрестовий ST4.2×18	6
42	Шайба плоска D4	2
44	Кабель давача пульсу	1
45	Кабель	1
46	Кабель давача пульсу	2
47	Кабель	2
48	Кабель	2
51	Стрижень	1
55 L/R	Ліва/права направляюча передньої кришки сидіння	1/1
56 L/R	Задня кришка направляючої лівого/правого сидіння	1/1



- CZ Upozornění!** Většina uvedených dílů zařízení byla zabalena samostatně. Některé prvky byly předem nainstalovány na konkrétních místech zařízení. Je nutné je odšroubovat a namontovat v souladu s montážními kroky.
- Příprava!** Před montáží se ujistěte, že je kolem zařízení dostatek místa. K montáži použijte nářadí přiložené k výrobku. Před montáží zkontrolujte, zda jsou v balení všechny potřebné díly. Aby se předešlo možným zraněním, doporučuje se, aby zařízení montovaly minimálně dvě osoby.
- DE Achtung!** Die meisten der aufgeführten Geräteteile wurden separat verpackt. Einige Elemente wurden an bestimmten Stellen des Geräts vorinstalliert. Sie müssen abgeschraubt und entsprechend den Montageschritten montiert werden.
- Vorbereitung!** Stellen Sie vor dem Zusammenbau sicher, dass ausreichend Platz um das Gerät herum vorhanden ist. Verwenden Sie für die Montage die dem Produkt beiliegenden Werkzeuge. Überprüfen Sie vor der Montage, ob alle erforderlichen Teile in der Verpackung enthalten sind. Um mögliche Verletzungen zu vermeiden, wird empfohlen, das Gerät von mindestens zwei Personen montieren zu lassen.
- EN Note!** Most of the listed device parts have been packed separately. Some elements have been pre-installed in specific locations on the device. They must be unscrewed and assembled according to the assembly steps.
- Preparation!** Before assembly, make sure there is sufficient space around the device. Use the tools enclosed with the product for assembly. Before assembly, check that all necessary parts are in the package. To avoid potential injuries, it is recommended that the device be assembled by at least two people.
- ES ¡Atención!** La mayoría de las piezas del dispositivo enumeradas se han embalado por separado. Algunos elementos se han preinstalado en lugares específicos del dispositivo. Deben desatornillarse y montarse de acuerdo con los pasos de montaje.
- ¡Preparación!** Antes del montaje, asegúrese de que haya suficiente espacio alrededor del dispositivo. Para el montaje, utilice las herramientas incluidas con el producto. Antes del montaje, compruebe que todas las piezas necesarias estén en el embalaje. Para evitar posibles lesiones, se recomienda que el dispositivo sea montado por al menos dos personas.
- FR Attention !** La plupart des pièces de l'appareil énumérées ont été emballées séparément. Certains éléments ont été préinstallés à des endroits spécifiques de l'appareil. Ils doivent être dévissés et assemblés conformément aux étapes de montage.
- Préparation !** Avant le montage, assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace autour de l'appareil. Pour le montage, utilisez les outils fournis avec le produit. 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 assemblé par au moins deux personnes.
- HU Figyelem!** A készülék felsorolt alkatrészeinek többsége külön van csomagolva. Bizonyos elemek előre fel vannak szerelve a készülék meghatározott pontjaira. Ezeket le kell csavarozni, és az összeszerelési lépéseknek megfelelően kell összeszerelni.
- Előkészítés!** Az összeszerelés előtt győződjön meg arról, hogy elegendő hely van a készülék körül. Az összeszereléshez használja a termékhez mellékelte számszámokat. Az összeszerelés előtt ellenőrizze, hogy minden szükséges alkatrész megtalálható-e a csomagolásban. A lehetséges sérülések elkerülése érdekében javasolt, hogy a készüléket legalább két személy szerelje össze.
- IT Attenzione!** La maggior parte delle parti dell'apparecchio elencate è stata imballata separatamente. Alcuni elementi sono stati preinstallati in punti specifici dell'apparecchio. Devono essere svitati e assemblati secondo le fasi di montaggio.
- Preparazione!** Prima del montaggio, assicurarsi che vi sia spazio sufficiente intorno all'apparecchio. Per il montaggio, utilizzare gli strumenti inclusi con il prodotto. Prima del montaggio, verificare che tutte le parti necessarie siano presenti nella confezione. Per evitare possibili lesioni, si raccomanda che l'apparecchio venga assemblato da almeno due persone.
- NL Let op!** De meeste van de genoemde onderdelen van het apparaat zijn apart verpakt. Sommige elementen zijn vooraf geïnstalleerd op specifieke locaties op het apparaat. Deze moeten worden losgeschroefd en gemonteerd in overeenstemming met de montagestappen.
- Voorbereiding!** Zorg er vóór de montage voor dat er voldoende ruimte rondom het apparaat is. Gebruik voor de montage de gereedschappen die bij het product zijn geleverd. Controleer vóór de montage of alle benodigde onderdelen in de verpakking zitten. Om eventueel letsel te voorkomen, wordt aanbevolen om het apparaat met ten minste twee personen te monteren.
- PL Uwaga!** Większość wymienionych części urządzenia została zapakowana osobno. Niektóre elementy zostały wstępnie zainstalowane w określonych miejscach urządzenia. Należy je odkręcić i zmontować zgodnie z krokami montażu.
- Przygotowanie!** Przed złożeniem upewnij się, że wokół urządzenia 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.
- RO Atenție!** Majoritatea pieselor menționate ale dispozitivului au fost ambalate separat. Unele elemente au fost preinstalate în locuri specifice ale dispozitivului. Acestea trebuie desurubate și asamblate în conformitate cu pașii de asamblare.
- Pregătire!** Înainte de asamblare, asigurați-vă că există suficient spațiu în jurul dispozitivului. Pentru asamblare, utilizați uneltele incluse cu produsul. Înainte de asamblare, verificați dacă toate piesele necesare se află în ambalaj. Pentru a evita eventualele răni, se recomandă ca dispozitivul să fie asamblat de cel puțin două persoane.



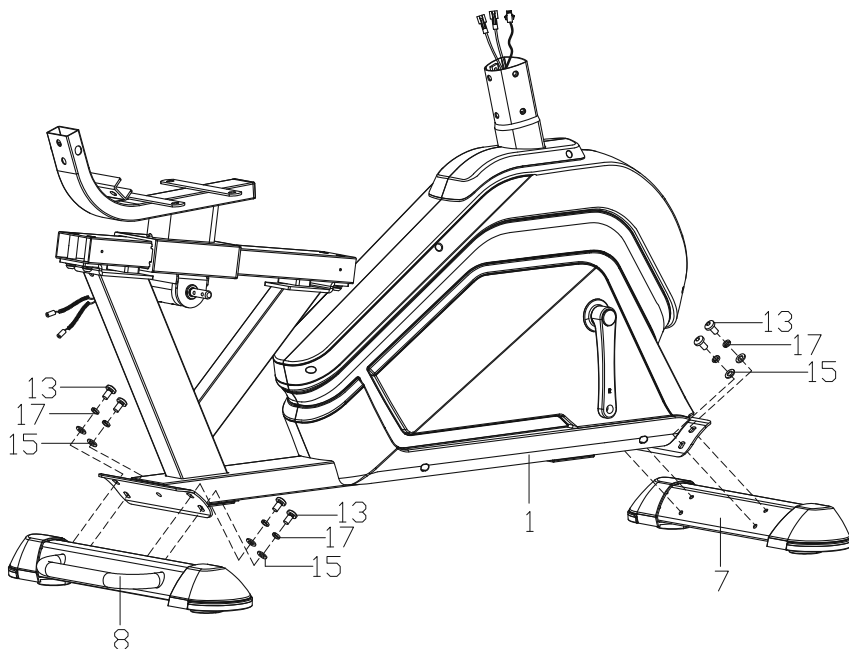
SK Upozornenie! Väčšina uvedených dielov zariadenia bola zabalená samostatne. Niektoré prvky boli vopred nainštalované na konkrétnych miestach zariadenia. Je potrebné ich odskrutkovať a namontovať v súlade s montážnymi krokmi.

Priprava! Pred montážou sa uistite, že je okolo zariadenia dostatok miesta. Na montáž použite náradie priložené k výrobku. Pred montážou skontrolujte, či sú v balení všetky potrebné diely. Aby sa predišlo možným zraneniam, odporúča sa, aby zariadenie montovali minimálne dve osoby.

UA Увага! Більшість перерахованих деталей пристрою упаковані окремо. Деякі елементи були попередньо встановлені в певних місцях пристрою. Їх необхідно відкрутити та зібрати відповідно до кроків монтажу.

Підготовка! Перед збиранням переконайтеся, що навколо пристрою є достатньо вільного місця. Для монтажу використовуйте інструменти, що додаються до виробу. Перед монтажем перевірте, чи всі необхідні деталі є в упаковці. Щоб уникнути можливих травм, рекомендується збирати пристрій щонайменше двоє.

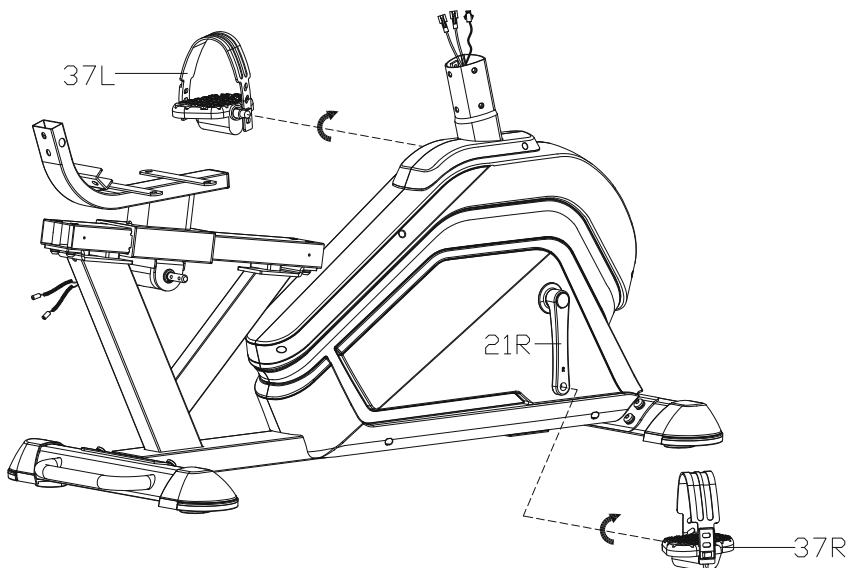
1/7





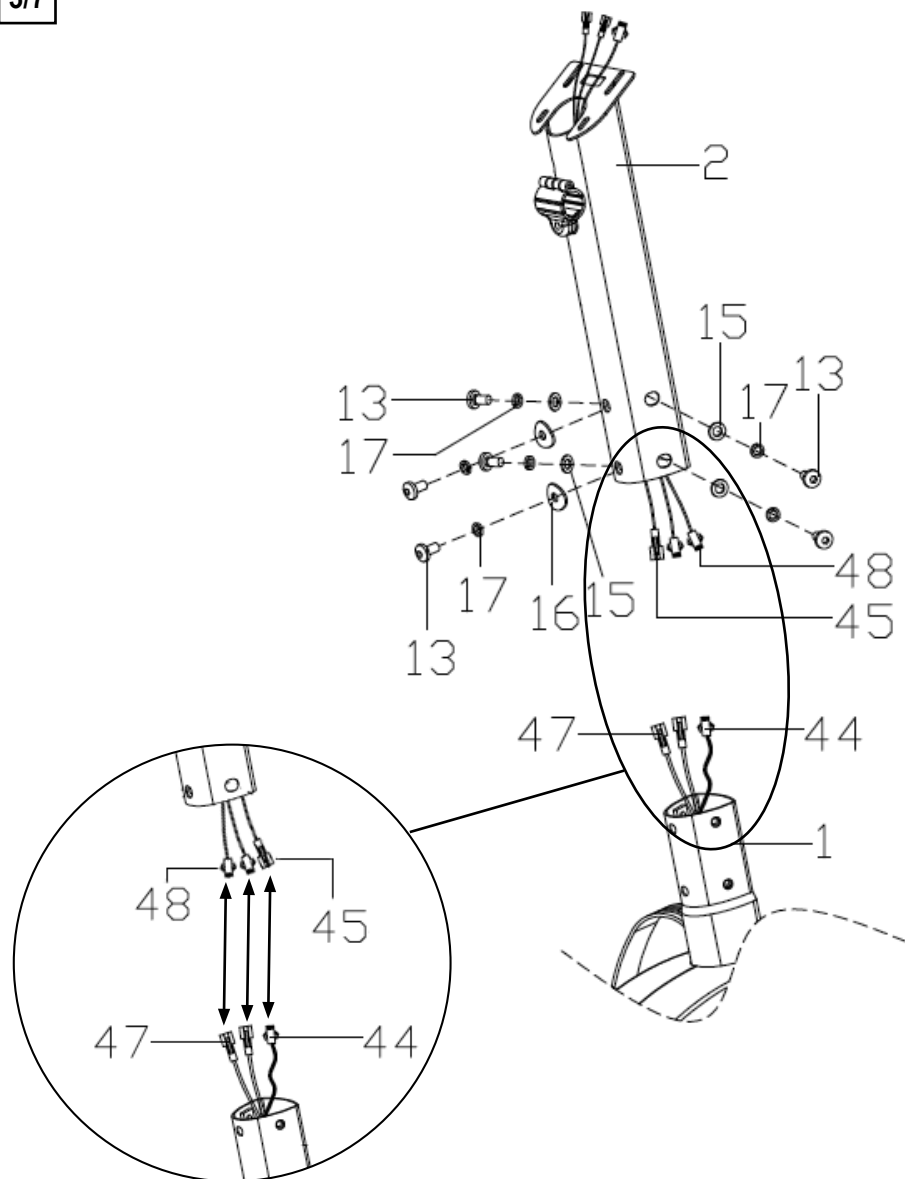
2/7

- CZ UPOZORNĚNÍ:** Ujistěte se, že pedál označený (R) je připevněn ke klíce (R) a utažen ve směru hodinových ručiček, a pedál označený (L) je připevněn ke klíce (L) a utažen v protisměru hodinových ručiček.
- DE ACHTUNG:** Stellen Sie sicher, dass das mit (R) gekennzeichnete Pedal an der Kurbel (R) befestigt und im Uhrzeigersinn festgezogen wird, und das mit (L) gekennzeichnete Pedal an der Kurbel (L) befestigt und gegen den Uhrzeigersinn festgezogen wird.
- EN NOTE:** Make sure that the pedal marked (R) is attached to the crank (R) and tightened in a clockwise direction, and the pedal marked (L) is attached to the crank (L) and tightened in an anticlockwise direction.
- ES ATENCIÓN:** Asegúrese de que el pedal marcado con (R) esté fijado a la biela (R) y apretado en el sentido de las agujas del reloj, y que el pedal marcado con (L) esté fijado a la biela (L) y apretado en el sentido contrario a las agujas del reloj.
- FR ATTENTION :** Assurez-vous que la pédale marquée (R) est fixée à la manivelle (R) et serrée dans le sens des aiguilles d'une montre, et que la pédale marquée (L) est fixée à la manivelle (L) et serrée dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
- HU FIGYELEM:** Győződjön meg arról, hogy az (R) jelzésű pedál az (R) hajtókarhoz van rögzítve és az óramutató járásával megegyező irányban van meghúzva, míg az (L) jelzésű pedál az (L) hajtókarhoz van rögzítve és az óramutató járásával ellentétes irányban van meghúzva.
- IT ATTENZIONE:** Assicurarsi che il pedale contrassegnato con (R) sia fissato alla pedivella (R) e serrato in senso orario, e che il pedale contrassegnato con (L) sia fissato alla pedivella (L) e serrato in senso antiorario.
- NL LET OP:** Zorg ervoor dat het pedaal gemarkeerd met (R) is bevestigd aan de crank (R) en met de klok mee is vastgedraaid, en het pedaal gemarkeerd met (L) is bevestigd aan de crank (L) en tegen de klok in is vastgedraaid.
- PL UWAGA:** Upewnij się, że pedał oznaczony (R) jest przymocowany do korby (R) i dokręcony w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, a pedał oznaczony (L) jest przymocowany do korby (L) i dokręcony w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.
- RO ATENȚIE:** Asigurați-vă că pedala marcată cu (R) este fixată pe brațul pedaliier (R) și strânsă în sensul acelor de ceasornic, iar pedala marcată cu (L) este fixată pe brațul pedaliier (L) și strânsă în sens invers acelor de ceasornic.
- SK UPOZORNENIE:** Uistite sa, že pedál označený (R) je pripevnený ku kľúke (R) a dotiahnutý v smere hodinových ručičiek, a pedál označený (L) je pripevnený ku kľúke (L) a dotiahnutý v protismere hodinových ručičiek.
- UA УВАГА:** Переконайтеся, що педаль з маркуванням (R) прикріплена до шатуна (R) і затягнута за годинниковою стрілкою, а педаль з маркуванням (L) прикріплена до шатуна (L) і затягнута проти годинникової стрілки.



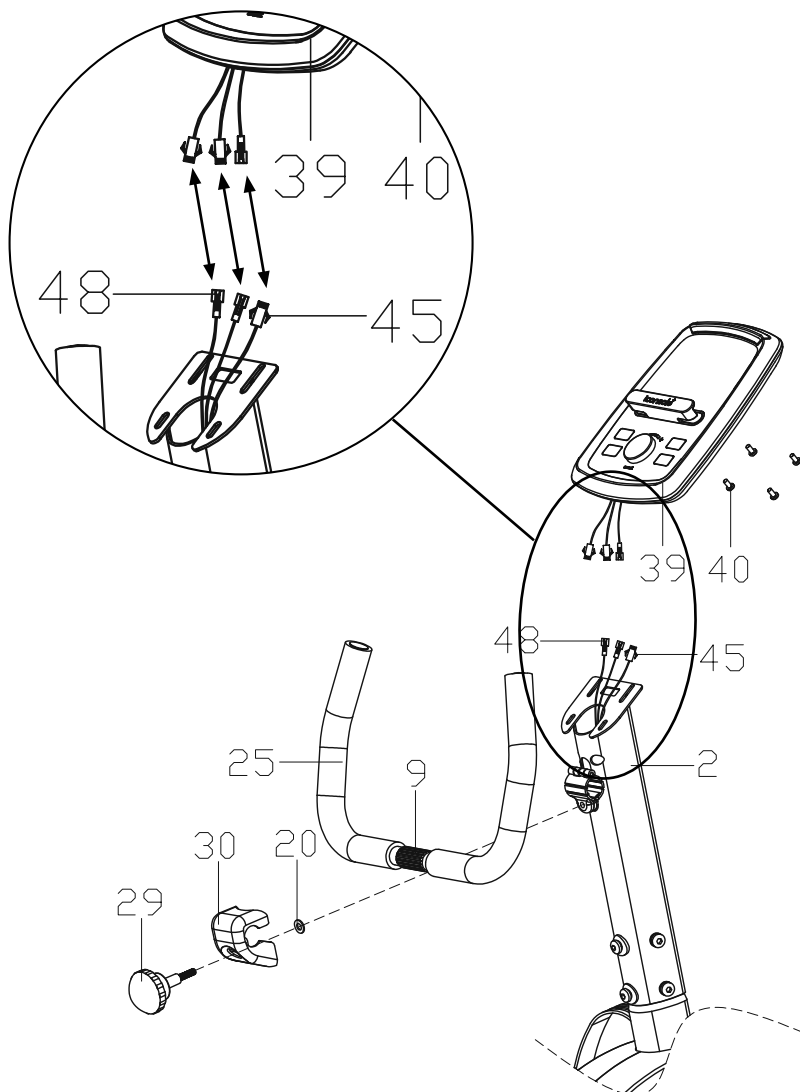


3/7



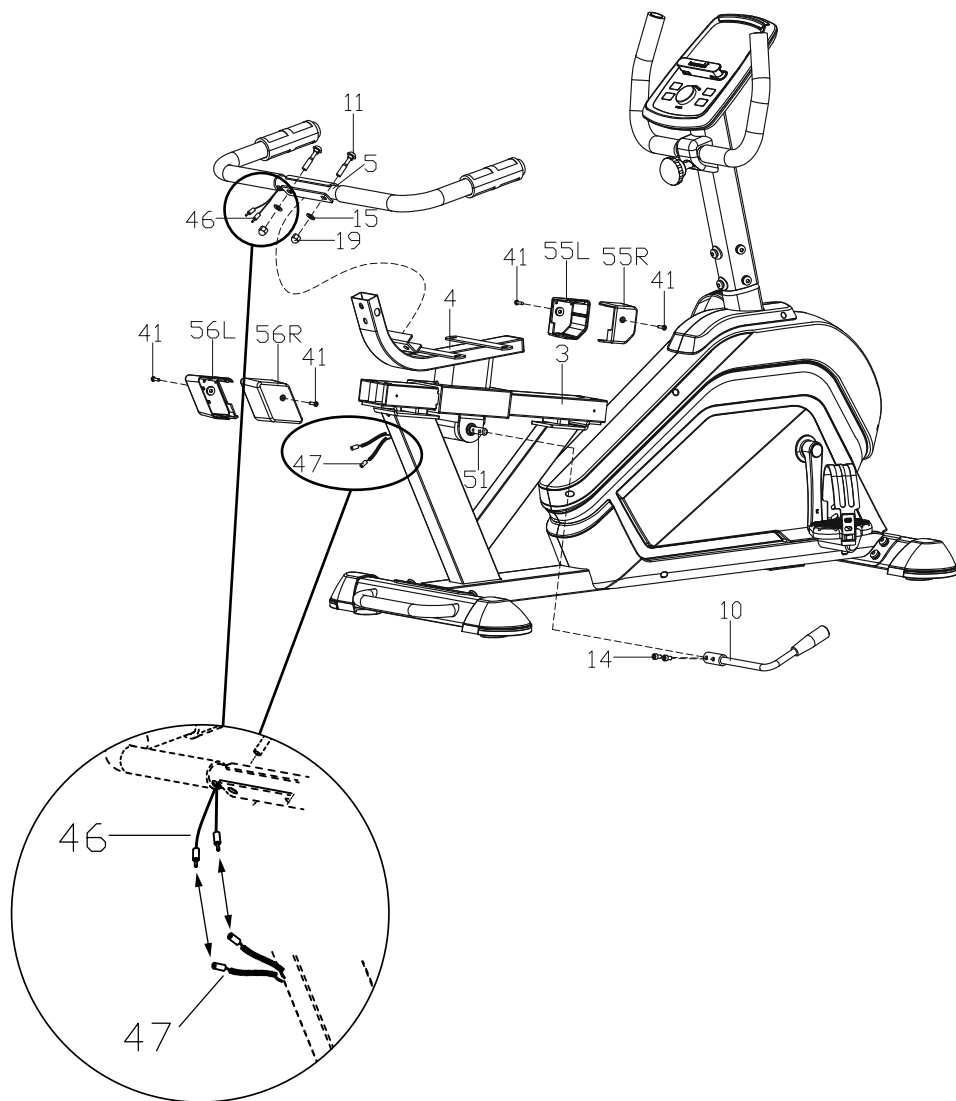


4/7



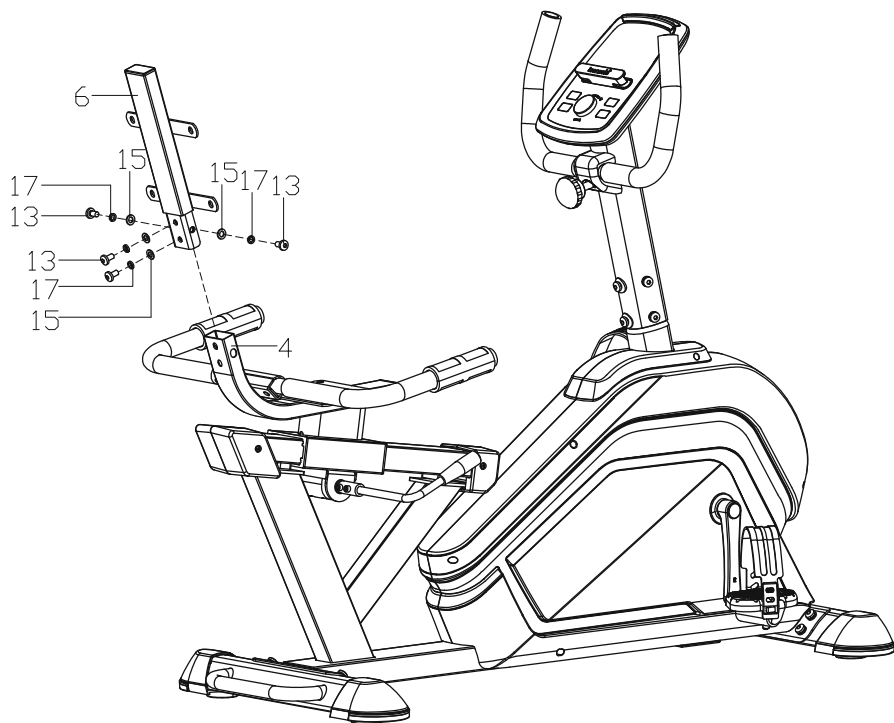


5/7



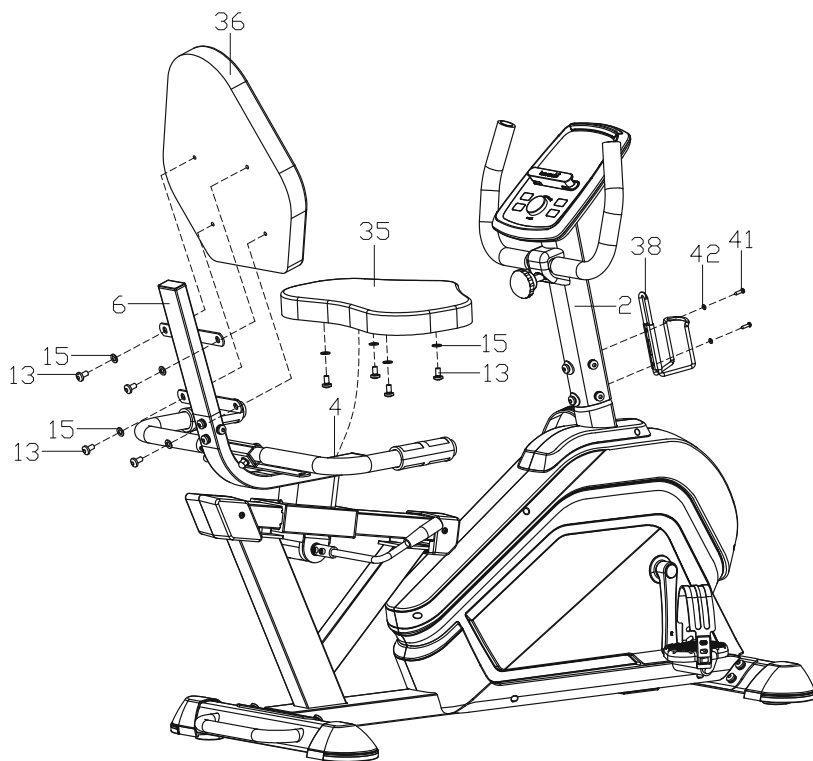


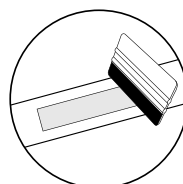
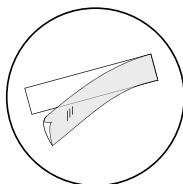
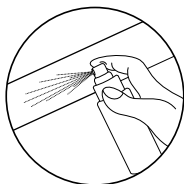
6/7





7/7





CZ APLIKACE SAMOLEPKY*

1. Pro správnou aplikaci očistěte povrch, na který má být samolepka umístěna. Použijte jemný čisticí prostředek, vodu nebo speciální odmašťovací prostředek. Povrch osušte čistým a suchým hadříkem.
2. Odstraňte ochrannou vrstvu ze samolepky. Umístěte samolepku na připravený povrch. Pomocí stěrky samolepku vyrovnejte a odstraňte případné vzduchové bubliny.
3. Pro odstranění samolepky použijte speciální přípravek na odstraňování samolepek.

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 bescherm laag 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 odtłuszczenia. 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 zarovnajete nálepku a odstráňte všetky vzduchové bubliny.
3. Na trvalé odstránenie nálepky použite špeciálny odstraňovač nálepiek.

UA ІНСТРУКЦІЯ НАКЛЕЮВАННЯ НАЛІПКИ*

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

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

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



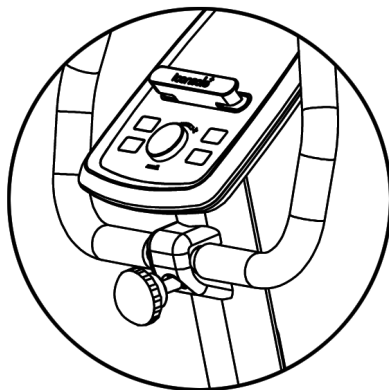
- CZ** Podrobné informace o tréninkových programech a funkcích počítače získáte naskenováním níže uvedeného QR kódu.
- DE** Detaillierte Informationen zu Trainingsprogrammen und Computerfunktionen erhalten Sie, indem Sie den unten stehenden QR-Code scannen.
- EN** For detailed information about training programs and computer functions, scan the QR code below.
- ES** Para obtener información detallada sobre los programas de entrenamiento y las funciones del ordenador, escanee el código QR que aparece a continuación.
- FR** Pour des informations détaillées sur les programmes d'entraînement et les fonctionnalités de l'ordinateur, scannez le code QR ci-dessous.
- HU** A részletes információkért az edzésprogramokról és a számítógép funkcióiról olvassa be az alábbi QR-kódot.
- IT** Per informazioni dettagliate sui programmi di allenamento e sulle funzioni del computer, scansionare il codice QR qui sotto.
- NL** Voor gedetailleerde informatie over trainingsprogramma's en computerfuncties, scan de onderstaande QR-code.
- PL** Szczegółowe informacje o programach treningowych i funkcjach komputera uzyskasz, skanując poniższy kod QR.
- RO** Pentru informații detaliate despre programele de antrenament și funcțiile computerului, scanați codul QR de mai jos.
- SK** Podrobné informácie o tréningových programoch a funkciách počítača získate naskenovaním QR kódu nižšie.
- UA** Докладну інформацію про тренувальні програми та функції комп'ютера можна отримати, скануючи наведений нижче QR-код.





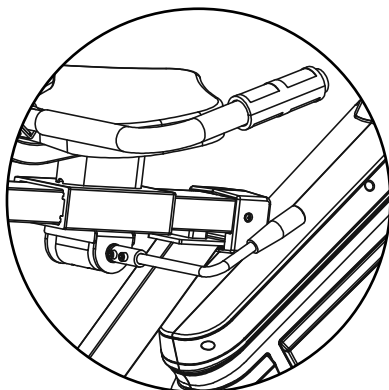
Nastavení volantu

Chcete-li nastavit volant, povolte knoflík, přesuňte volant do požadované polohy a knoflík utáhněte. Ujistěte se, že se volant nepohybuje.



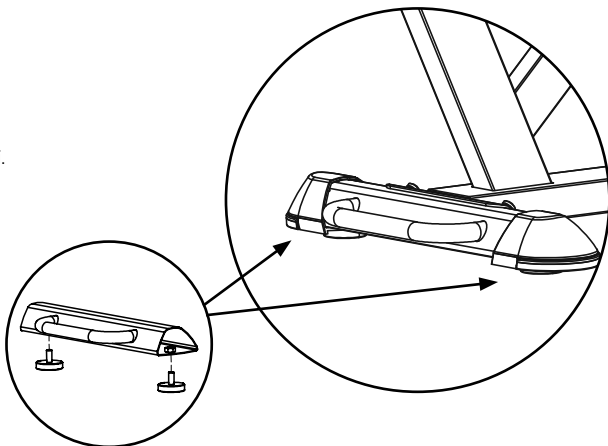
Nastavení sedadla

Odšroubujte nastavovací rukojeť, posuňte sedadlo do požadované polohy a rukojeť utáhněte.



Vyrovňování

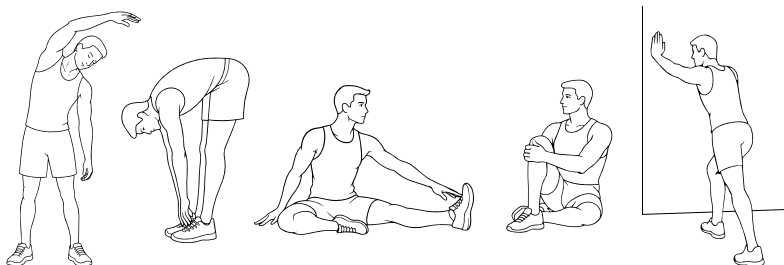
Pomocí vyrovnávacích nožek upravte polohu zařízení.



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

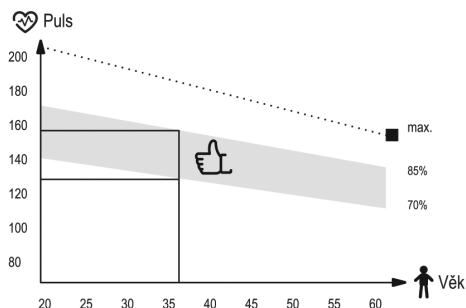
1. Rozcvička

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.



Problém	Řešení
Počítač nezobrazuje údaje.	Demontujte počítač a zkontrolujte, zda jsou kabely správně připojeny a zda nejsou poškozeny.
Zařízení vydává rušivé zvuky během používání.	Zkontrolujte, zda jsou všechny části zařízení správně namontovány. Utáhněte šrouby.
Neukazují se hodnoty pulsu, nebo hodnoty jsou špatné.	1. Ujistěte se, že převody měření pulsu jsou správně připevněny. 2. Aby jste zajistili správné měření pulsu držte obě dlaně na senzorech. Pamatujte, že systém měření pulsu nemusí být zcela přesný. 3. Příliš pevné uchopení senzorů pulsu. Držte dlaně na senzorech pulsu a nesvírejte dlaně příliš pevně.
Zařízení není stabilní.	Nastavte koncovku zadního stabilizátoru tak, aby jste dali stroj do roviny.



Záruční podmínky

1. Zákazník má následující možnosti uplatnění reklamace:
 - prostřednictvím kroků na webové stránce: <https://hop-sport.cz/servis/>
 - písemně na adresu:
Hegen Česko s.r.o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
 - e-mailem: info@hop-sport.cz
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 lhůtu. 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.

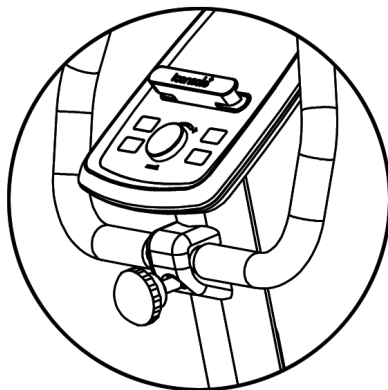


Návod k použití byl vytištěn na recyklovatelném papíře. Tříděte ho v souladu s platnými pravidly.



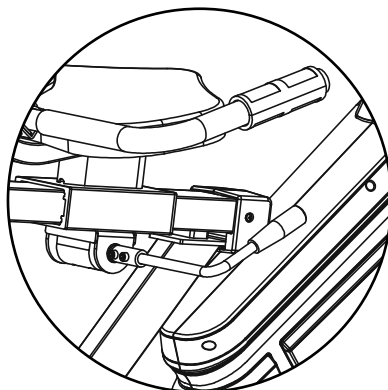
Lenkereinstellung

Um den Lenker einzustellen, lösen Sie den Knauf, bringen den Lenker in die gewünschte Position und ziehen den Knauf wieder fest. Achten Sie darauf, dass sich das Lenkrad nicht bewegt.



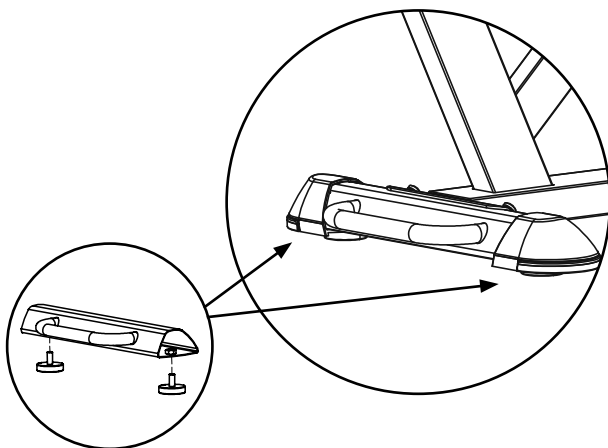
Satteleinstellung

Schrauben Sie den Drehknopf ab, bringen Sie den Sattel in die gewünschte Position und ziehen Sie den Drehknopf wieder fest.



Nivellierung

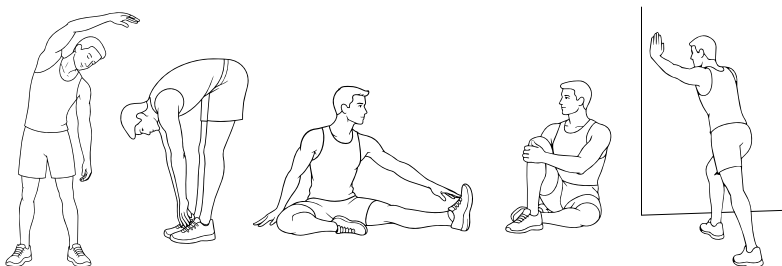
Stellen Sie das Gerät mit Hilfe der Nivellierfüße auf.



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

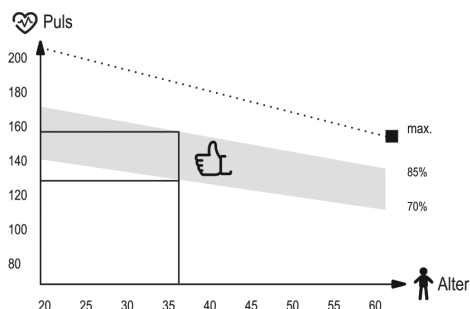
1. Aufwärm-phase

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



2. Übungsphase

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



3. Entspannungsphase

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

DE Reinigung und Wartung



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

DE Fehlerbehebung



Problem	Lösungsvorschlag
Der Computer zeigt keine Daten an.	Bauen Sie den Computer auseinander und prüfen Sie, ob die Kabel richtig angeschlossen und nicht beschädigt sind.
Das Gerät macht während des Gebrauchs störende Geräusche.	Überprüfen Sie, ob alle Teile des Geräts korrekt installiert sind. Ziehen Sie die Schrauben an.
Die Herzfrequenz wird nicht angezeigt oder die Herzfrequenzanzeige zeigt Unregelmäßigkeiten.	1. Überprüfen Sie, ob die Verbindungen des Sensorkabels und des Computers richtig angeschlossen sind. 2. Um eine korrekte Pulsmessung zu erhalten, müssen Sie beide Hände auf die Sensoren auflegen. Denken Sie daran, dass die Messungen des Herzfrequenzüberwachungssystems möglicherweise ungenau sein können. 3. Halten Sie die Sensoren nicht zu fest umgriffen. Dies kann zu Messfehlern führen.
Das Gerät wackelt.	Drehene Sie die Endkappe am hinteren Fußrohr, um das Gerät auszurichten.



Gewährleistungsbedingungen

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

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

Hegen Deutschland GmbH
Chausseestraße 80D
17321 Löcknitz
Deutschland

- via E-Mail

	Reklamationsformular	E-mail
DE	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.

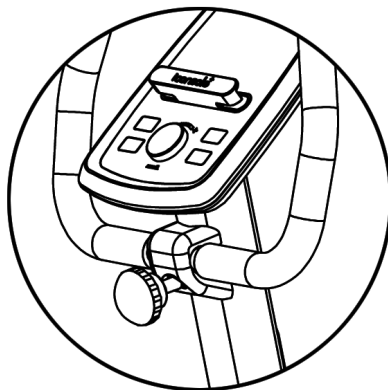


Die Bedienungsanleitung wurde auf recycelbarem Papier gedruckt. Bitte entsorgen Sie sie gemäß den geltenden Vorschriften zur Mülltrennung.



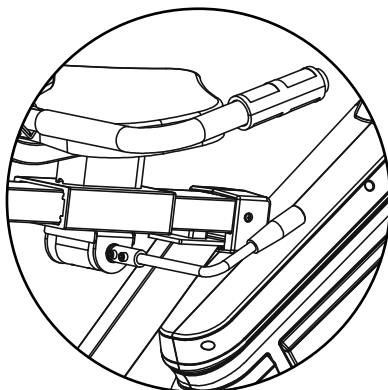
Handlebar adjustment

To adjust the handlebar, loosen the knob, move the handlebar to the desired position and tighten the knob. Make sure that the handlebar remains in position.



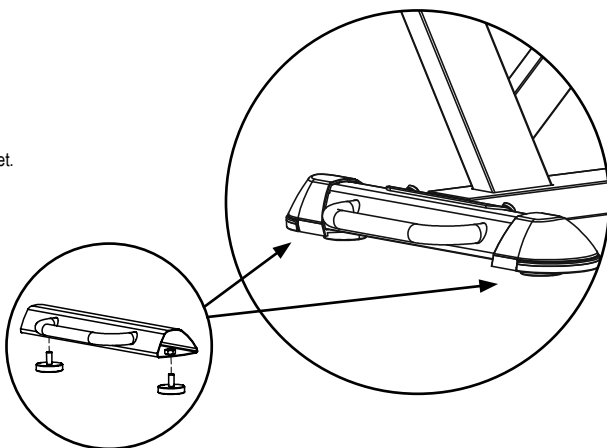
Saddle adjustment

Unscrew the adjustment handle, move the saddle to the desired position and tighten the handle.



Levelling

Adjust the position of the device using the levelling feet.

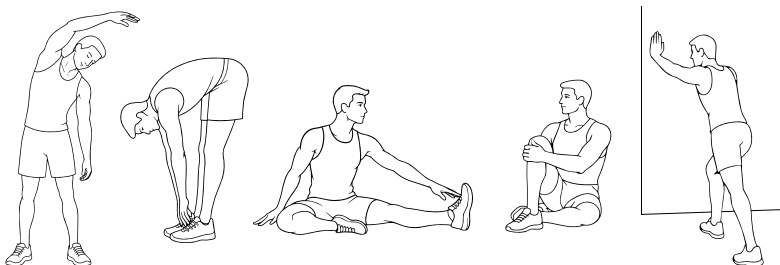




Regular use of the equipment will benefit your health. It will improve your physical condition, well-being and strengthen muscles. Combined with a proper diet, it can contribute to weight loss.

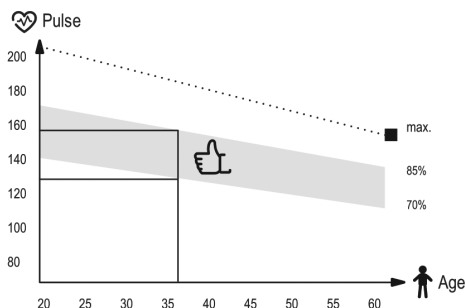
1. Warm-up

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.
The computer doesn't display the heartbeat or the values are incorrect.	1. Make sure that the pulse sensor and computer cables are properly connected. 2. To ensure correct pulse reading, hold both hands on the sensors. Remember that the measurements may be slightly inaccurate. Do not clamp your hands on the sensors too much as it may cause measurement errors. 3. Do not clamp your hands on the sensors too much as it may cause measurement errors.
The equipment is unstable.	Turn the end of the rear stabilizer to level the device.



Warranty 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.

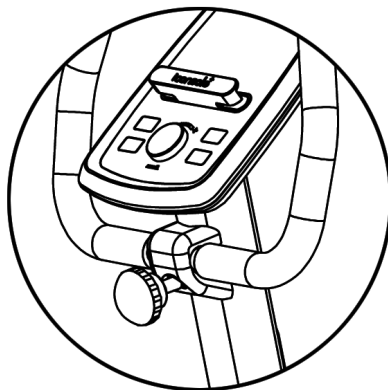


The user manual is printed on recyclable paper. Please sort it according to local recycling guidelines.



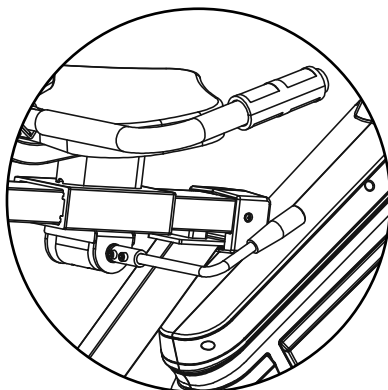
Ajuste del manillar

Para ajustar el manillar, afloje la perilla, mueva el manillar a la posición deseada y apriete la perilla. Asegúrese de que el manillar permanezca en su posición.



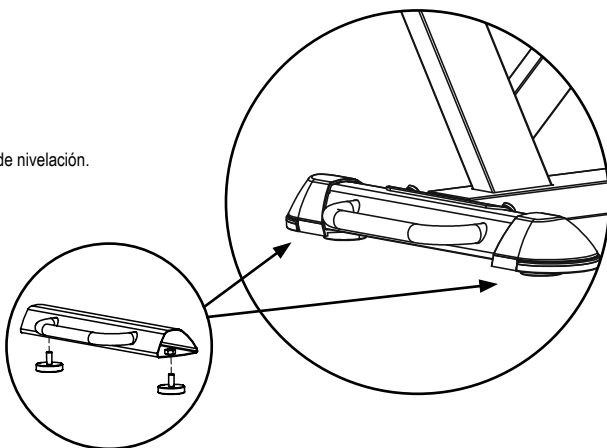
Ajuste del sillín

Desatornille la manilla de ajuste, mueva el sillín a la posición deseada y apriete la manilla.



Nivelación

Ajuste la posición del dispositivo utilizando las patas de nivelación.



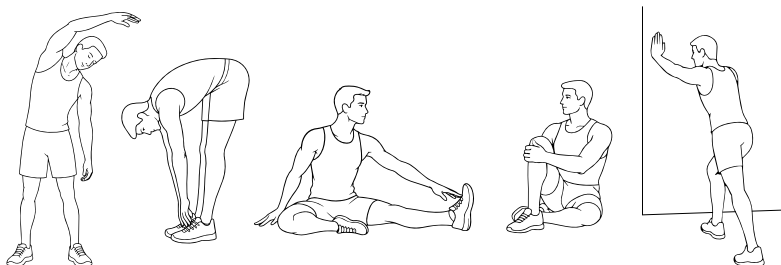


El uso regular del equipo aportará beneficios a su salud. Mejorará su condición física, bienestar y fortalecerá los músculos. Combinado con una dieta adecuada, puede contribuir a la pérdida de peso.

1. Calentamiento

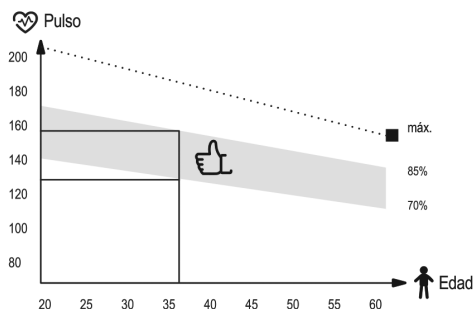
Esta fase de ejercicio ayuda a mejorar la circulación sanguínea en todo el cuerpo y a preparar los músculos para un mayor esfuerzo. También reduce el riesgo de contracturas o desgarros musculares.

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



2. Entrenamiento

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



3. Relajación

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

No se debe omitir esta fase de relajación.

ES Limpieza y mantenimiento



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

ES Solución de problemas



Problema	Posibles soluciones
El ordenador no muestra datos.	Desmonte el ordenador y compruebe si los cables están correctamente conectados y no están dañados.
El dispositivo emite ruidos extraños durante su uso.	Compruebe si todas las piezas del dispositivo están correctamente instaladas. Apriete los tornillos.
El ordenador no muestra el ritmo cardíaco o los valores son incorrectos.	1. Asegúrese de que los cables del sensor de pulso y del ordenador estén correctamente conectados. 2. Para garantizar una lectura correcta del pulso, mantenga ambas manos sobre los sensores. Recuerde que las mediciones pueden ser ligeramente inexactas. No apriete demasiado las manos sobre los sensores, ya que esto podría causar errores de medición. 3. No apriete demasiado las manos sobre los sensores, ya que esto podría causar errores de medición.
El equipo es inestable.	Gire el extremo del estabilizador trasero para nivelar el dispositivo.



Condiciones de la garantía

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

ES Protección del medio ambiente



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



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

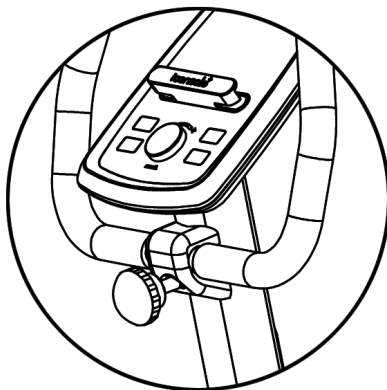


El manual de instrucciones está impreso en papel reciclable. Sepáralo según las normas de reciclaje locales.



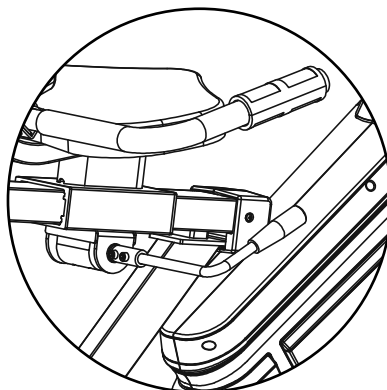
Réglage du guidon

Pour régler le guidon, desserrez la molette, placez le guidon dans la position souhaitée et serrez la molette. Assurez-vous que le guidon ne bouge pas.



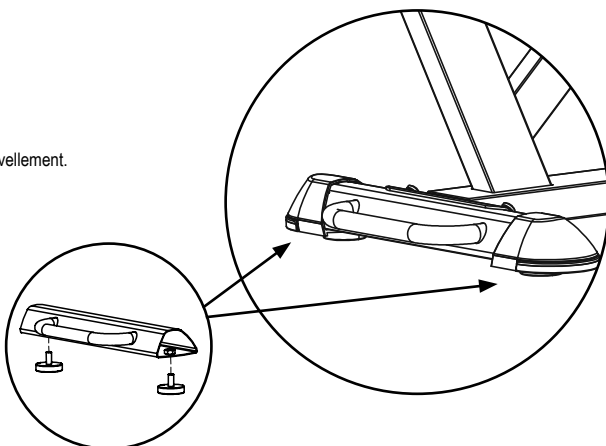
Réglage de la selle

Dévissez la poignée pour le réglage, ajustez la selle à la position souhaitée et serrez la poignée.



Nivellement

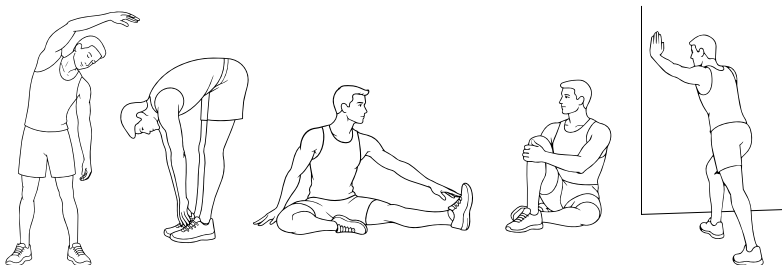
Régalez l'alignement de l'appareil avec les pieds de nivellement.



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

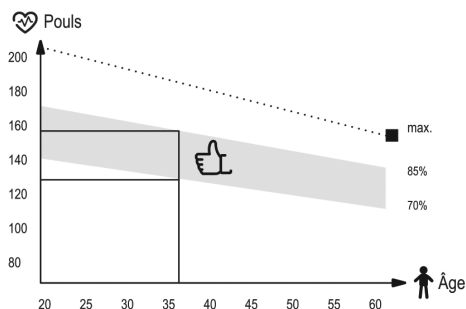
1. Échauffement

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



2. Phase d'exercice

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



3. Phase de relaxation

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

FR Nettoyage et entretien



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

FR La résolution des problèmes



Problème	Résolution
L'ordinateur n'affiche pas de données.	Démontez l'ordinateur et vérifiez que les câbles sont correctement connectés et ne sont pas endommagés.
L'appareil émet des sons dérangeants pendant l'utilisation.	Vérifiez que toutes les pièces de l'appareil sont correctement installées. Serrez les vis.
L'ordinateur n'affiche pas les pulsations ou contient des valeurs couvertes.	1. Assurez-vous que le capteur cardiaque et les câbles de l'ordinateur sont correctement connectés. 2. Pour assurer une lecture correcte du pouls, tenez les deux mains sur les capteurs. N'oubliez pas que les mesures du système de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexactes. 3. Ne serrez pas trop les mains sur les capteurs. Cela peut provoquer des erreurs de mesure.
L'appareil n'est pas stable.	Réglez la position de l'appareil avec les pieds de mise à niveau.



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.

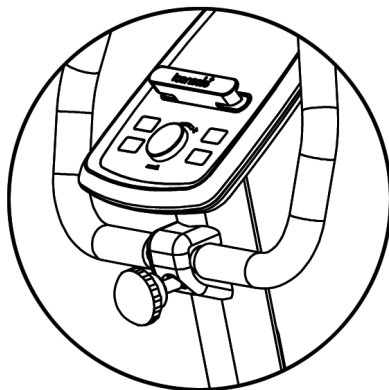


Le manuel d'utilisation est imprimé sur du papier recyclable. Veuillez le trier conformément aux consignes locales de tri.



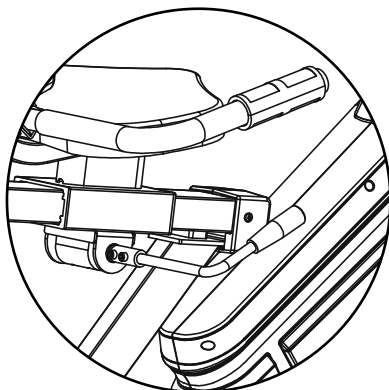
Kormány beállítása

A kormány beállításához lazítsa meg a tekerőgombot, mozgassa a kormányt a kívánt helyzetbe, majd húzza meg a tekerőgombot. Győződjön meg arról, hogy a kormány a helyén marad.



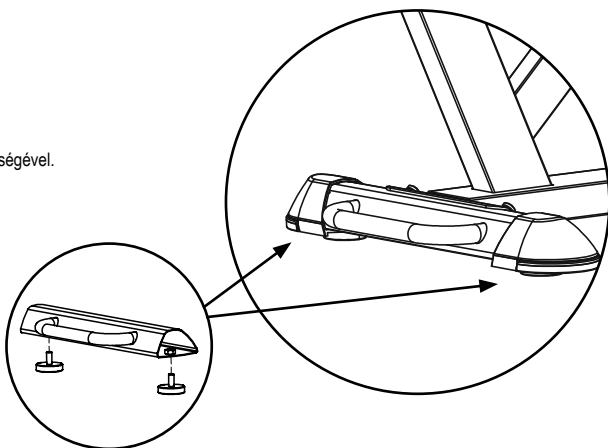
Nyereg beállítása

Csavarja ki a beállító fogantyút, mozgassa a nyeret a kívánt helyzetbe, majd húzza meg a fogantyút.



Szintezés

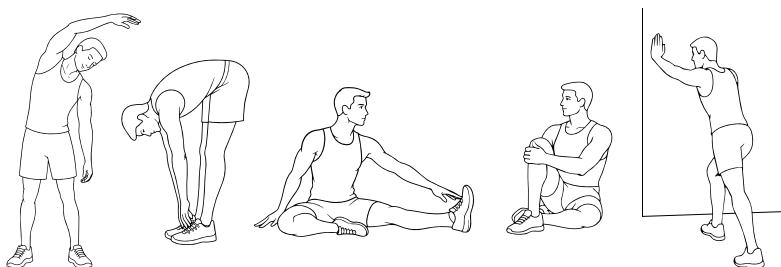
Állítsa be a készülék pozícióját a szintezőtalpak segítségével.



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

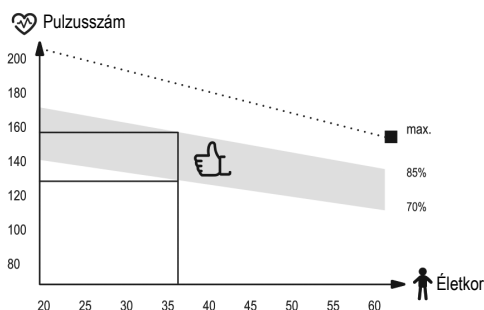
1. Bemelegítés

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



2. Edzés

Ez az a szakasz, amely során a berendezést használja. Edzés közben saját tempójában, egyenletes intenzitással dolgozzon annak érdekében, hogy az életkorának megfelelő 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.



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

HU Hibaelhárítás



Probléma	Lehetséges megoldás
A számítógép nem jelenít meg adatokat.	Szerelje szét a számítógépet, és ellenőrizze, hogy a kábelek megfelelően vannak-e csatlakoztatva, és nem sérültek-e.
A készülék használat közben szokatlan hangokat ad ki.	Ellenőrizze, hogy a készülék minden alkatrésze megfelelően van-e felszerelve. Húzza meg a csavarokat.
A számítógép nem jelzi a pulzust, vagy az értékek hibásak.	1. Győződjön meg arról, hogy a pulzusérzékelő és a számítógép kábelei megfelelően vannak-e csatlakoztatva. 2. A megfelelő pulzuszórási biztosítása érdekében tartsa mindkét kezét az érzékelőkön. Ne feledje, hogy a mérések kissé pontatlanok lehetnek. Ne szorítsa rá túl erősen a kezét az érzékelőkre, mert ez mérési hibákat okozhat. 3. Ne szorítsa rá túl erősen a kezét az érzékelőkre, mert ez mérési hibákat okozhat.
A berendezés instabil.	Forgassa el a hátsó stabilizátor végét a készülék szintezéséhez.



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.

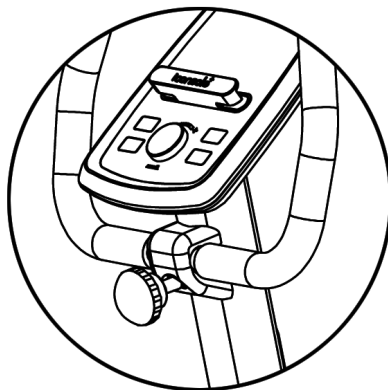


A használati útmutató újrahasznosítható papírra lett nyomtatva. Az útmutatót a vonatkozó előírásoknak megfelelően szelektálja.



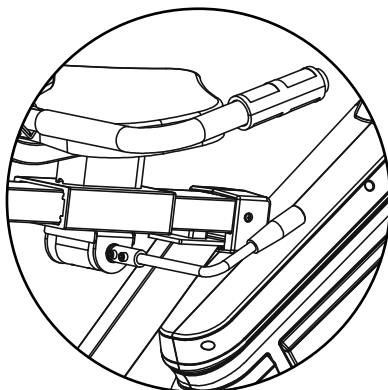
Regolazione del manubrio

Per regolare il manubrio, allentare la manopola, spostare il manubrio nella posizione desiderata e serrare la manopola. Assicurarsi che il manubrio rimanga in posizione.



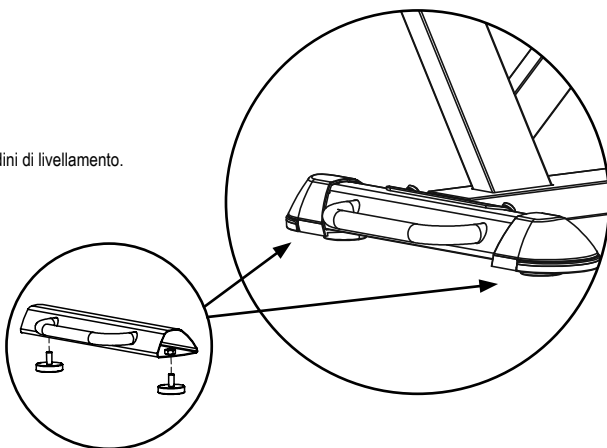
Regolazione della sella

Svitare la maniglia di regolazione, spostare la sella nella posizione desiderata e serrare la maniglia.



Livellamento

Regolare la posizione del dispositivo utilizzando i piedini di livellamento.

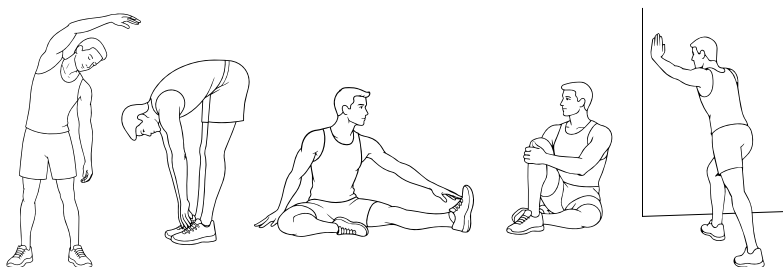




L'uso regolare dell'attrezzo è benefico per la salute. Migliora la condizione fisica, il benessere e rafforza i muscoli. In combinazione con una dieta appropriata, può favorire la perdita di peso.

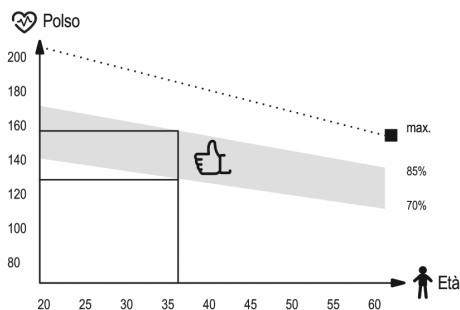
1. Riscaldamento

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

IT Risoluzione dei problem



Problema	Soluzione possibile
Il computer non visualizza i dati.	Smontare il computer e verificare se i cavi sono collegati correttamente e non sono danneggiati.
Il dispositivo emette rumori anomali durante l'uso.	Verificare se tutte le parti del dispositivo sono installate correttamente. Serrare le viti.
Il computer non visualizza la frequenza cardiaca o i valori sono errati.	1. Assicurarsi che i cavi del sensore del polso e del computer siano collegati correttamente. 2. Per garantire una corretta lettura del polso, tenere entrambe le mani sui sensori. Ricordare che le misurazioni potrebbero essere leggermente imprecise. Non stringere eccessivamente le mani sui sensori, in quanto ciò potrebbe causare errori di misurazione. 3. Non stringere eccessivamente le mani sui sensori, in quanto ciò potrebbe causare errori di misurazione.
L'apparecchiatura è instabile.	Ruotare l'estremità dello stabilizzatore posteriore per livellare il dispositivo.



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.

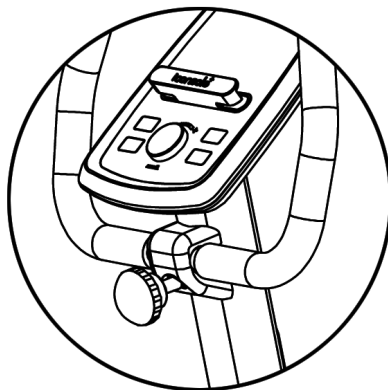


Carta
RACCOLTA CARTA
Verifica le disposizioni del tuo Comune



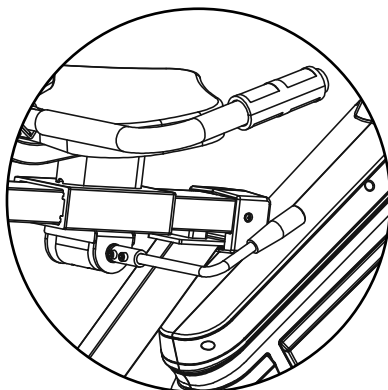
Verstelling van het stuur

Om het stuur te verstellen, draait u de knop los, beweegt u het stuur naar de gewenste positie en draait u de knop vast. Zorg ervoor dat het stuur op zijn plaats blijft.



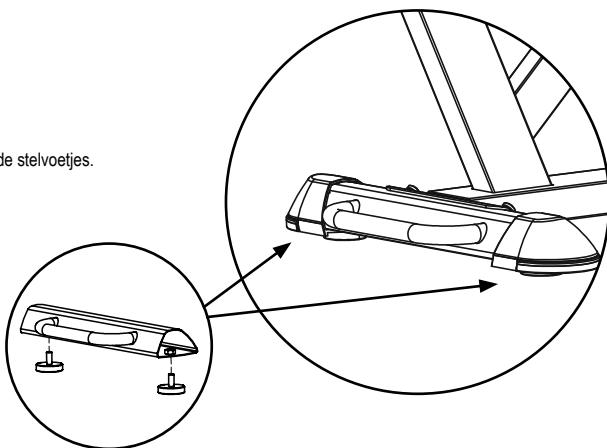
Verstelling van het zadel

Draai de verstelhandgreep los, beweeg het zadel naar de gewenste positie en draai de handgreep vast.



Waterpas zetten

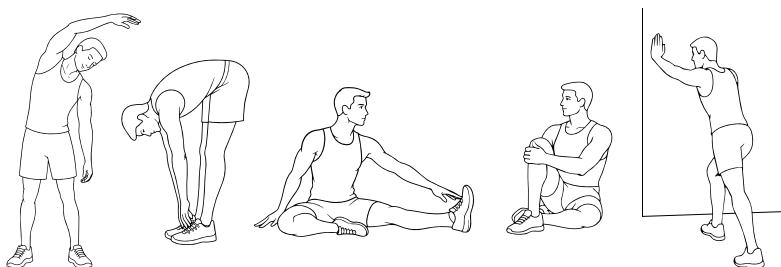
Pas de positie van het apparaat aan met behulp van de stelvoetjes.



Regelmatig gebruik van het apparaat zal uw gezondheid ten goede komen. Het zal uw fysieke conditie en welzijn verbeteren en uw spieren versterken. In combinatie met een passend dieet kan het bijdragen aan gewichtsverlies.

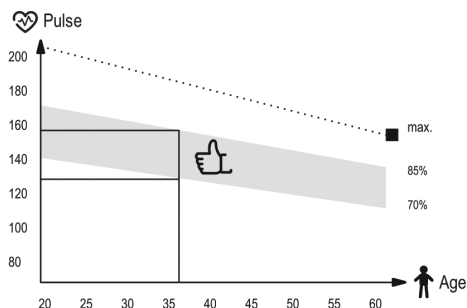
1. Warming-up

Deze trainingsfase helpt de bloedsomloop door het hele lichaam te verbeteren en bereidt de spieren voor op een grotere inspanning. Het vermindert ook het risico op krampen of spierscheuringen. Het is raadzaam om enkele rekoefeningen te doen, zoals hieronder weergegeven. Elke oefening moet ongeveer 30 seconden duren. Overbelast uw spieren niet! Als u pijn voelt, stop dan met trainen of verklein het bewegingsbereik..



2. Training

Deze fase is de trainingsfase waarin u het apparaat gebruikt. U dient in uw eigen, vrij constante tempo te trainen om een hartslag te bereiken die past bij uw leeftijd (zie de onderstaande grafiek). De minimale tijd voor deze fase is 12 minuten.



3. Cooling-down

Deze fase is bedoeld om uw spieren te ontspannen en alle parameters, zoals bloeddruk, ademhaling en hartslag, te laten terugkeren naar de toestand van vóór de inspanning. Dit is een herhaling van de warming-up met een verlaagd trainingstempo. Deze fase moet de kortste van de trainingsonderdelen zijn en ongeveer 5 minuten duren. Het is belangrijk om te onthouden dat u uw spieren niet overbelast. De cooling-downfase mag niet worden overgeslagen.



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

NL Probleemoplossing



Probleem	Mogelijke oplossing
De computer geeft geen gegevens weer.	Demonteer de computer en controleer of de kabels correct zijn aangesloten en niet beschadigd zijn.
Het apparaat maakt ongebruikelijke geluiden tijdens het gebruik.	Controleer of alle onderdelen van het apparaat correct zijn gemonteerd. Draai de schroeven vast.
De computer geeft de hartslag niet weer of de waarden zijn onjuist.	1. Zorg ervoor dat de kabels van de pulssensor en de computer correct zijn aangesloten. 2. Om een correcte pulsmeting te garanderen, houdt u beide handen op de sensoren. Houd er rekening mee dat de metingen enigszins onnauwkeurig kunnen zijn. Knijp niet te hard met uw handen in de sensoren, omdat dit meetfouten kan veroorzaken. 3. Knijp niet te hard met uw handen in de sensoren, omdat dit meetfouten kan veroorzaken.
De apparatuur is onstabiel.	Draai aan het uiteinde van de achterste stabilisator om het apparaat waterpas te zetten.



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.

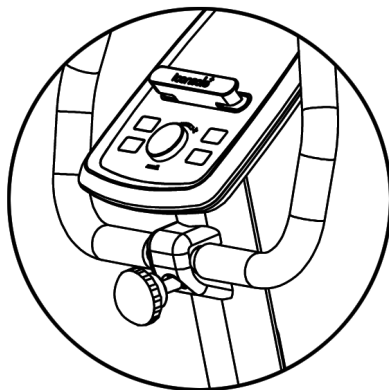


De handleiding is gedrukt op recyclebaar papier. Sorteer het volgens de geldende afvalscheidingsrichtlijnen.



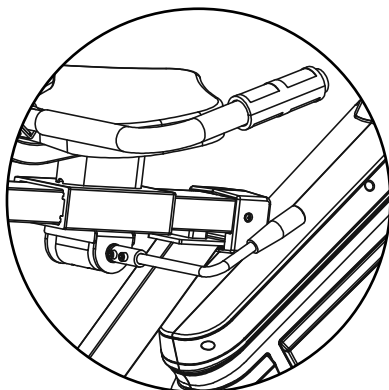
Regulacja kierownicy

Aby ustawić kierownicę, poluzuj pokrętło, ustaw kierownicę w wybranej pozycji i dokręć pokrętło. Upewnij się, że kierownica nie rusza się.



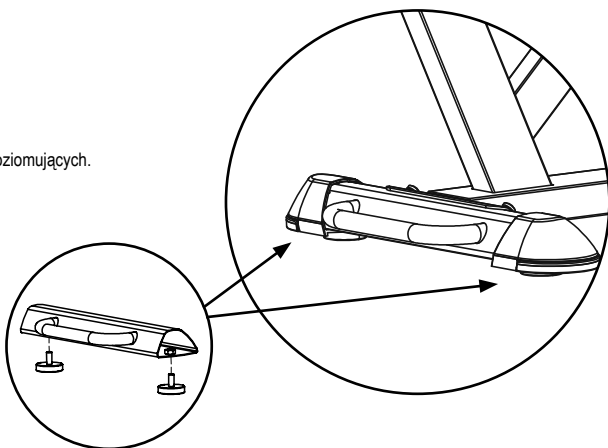
Regulacja siodełka

Odkręć uchwyt do regulacji, ustaw siodełko w wybranej pozycji i dokręć uchwyt.



Poziomowanie

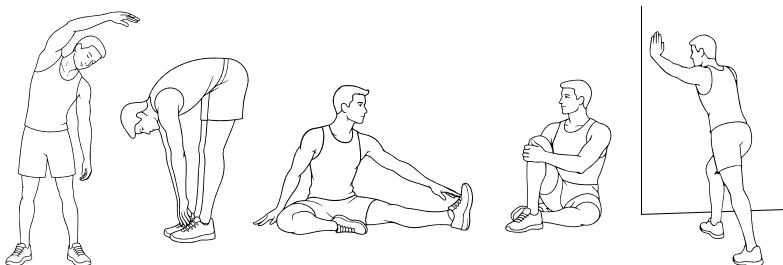
Dostosuj ustawienie urządzenia za pomocą stopek poziomujących.



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.

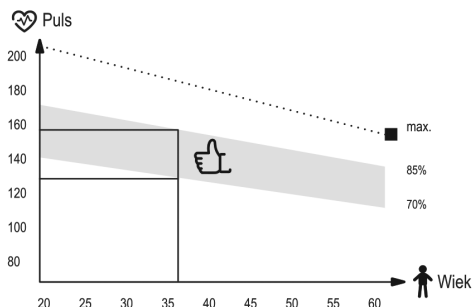
1. Rozgrzewka

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.



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.



Problem	Możliwe rozwiązanie
Komputer nie wyświetla danych.	Zdemontuj komputer i sprawdź, czy przewody są prawidłowo połączone i czy nie są uszkodzone.
Urządzenie w trakcie użytkowania wydaje niepokojące dźwięki.	Sprawdź, czy wszystkie części urządzenia są prawidłowo zamontowane. Dokręć śruby.
Komputer nie wyświetla pulsu lub wyświetlane wartości są nieprawidłowe.	1. Upewnij się, czy przewody sensora pulsu i komputera są prawidłowo połączone. 2. By zapewnić prawidłowy odczyt pulsu, przytrzymaj obie dłonie na sensorach. Pamiętaj, że pomiary systemu monitorowania tętna mogą być niedokładne. 3. Nie zaciskaj dłoni na sensorach zbyt mocno. Może to powodować błędy w pomiarach.
Sprzęt jest niestabilny.	Dostosuj ustawienie urządzenia za pomocą stopek poziomujących.



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.

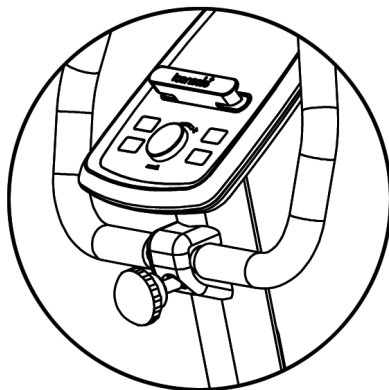


Instrukcja obsługi została wydrukowana na papierze nadającym się do recyklingu. Segreguj ją zgodnie z zasadami.



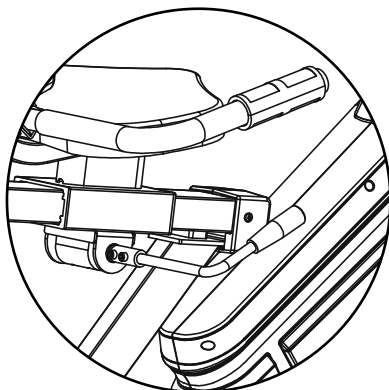
Reglarea ghidonului

Pentru a regla ghidonul, slăbiți butonul, deplasați ghidonul în poziția dorită și strângeți butonul. Asigurați-vă că ghidonul rămâne în poziție.



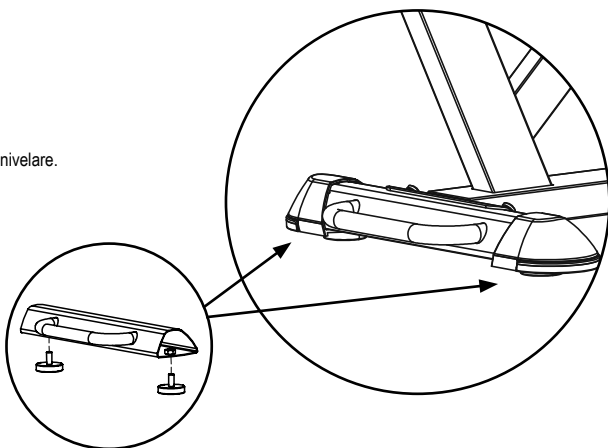
Reglarea șii

Deșurubați mânerul de reglare, deplasați șaua în poziția dorită și strângeți mânerul.



Nivelare

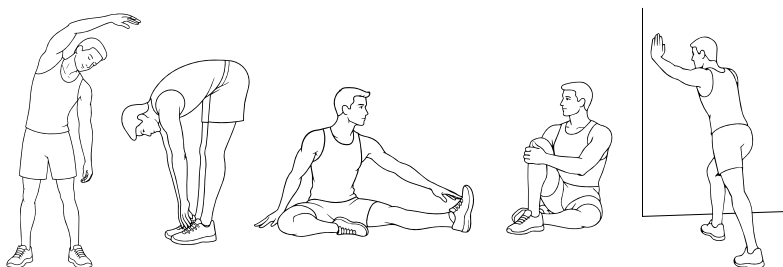
Reglați poziția dispozitivului cu ajutorul picioarelor de nivelare.



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.

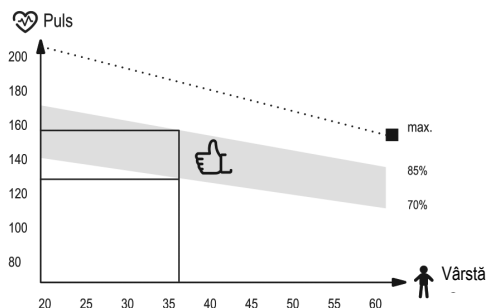
1. Încălzire

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

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



3. Relaxare

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

RO Curățare și întreținere



1. Se recomandă efectuarea întreținerii regulate a echipamentului. Aceasta trebuie realizată cel puțin la fiecare 20 de ore de funcționare a echipamentului.
2. Întreținerea include:
 - verificarea componentelor mobile ale echipamentului și menținerea acestora lubrifiate. Se recomandă utilizarea 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.	Dezasamblați computerul și verificați dacă sunt conectate corect cablurile și nu sunt deteriorate.
Dispozitivul scoate sunete neobișnuite în timpul utilizării.	Verificați dacă toate piesele dispozitivului sunt instalate corect. Strângeți șuruburile.
Computerul nu afișează ritmul cardiac sau valorile sunt incorecte.	1. Asigurați-vă că sunt conectate corect cablurile senzorului de puls și ale computerului. 2. Pentru a asigura o citire corectă a pulsului, țineți ambele mâini pe senzori. Rețineți că măsurătorile pot fi ușor inexacte. Nu strângeți mâinile prea tare pe senzori, deoarece acest lucru poate cauza erori de măsurare. 3. Nu strângeți mâinile prea tare pe senzori, deoarece acest lucru poate cauza erori de măsurare.
Echipamentul este instabil.	Rotiți capătul stabilizatorului posterior pentru a nivela dispozitivul.



Condiții de garanție

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

RO Protecția mediului



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



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

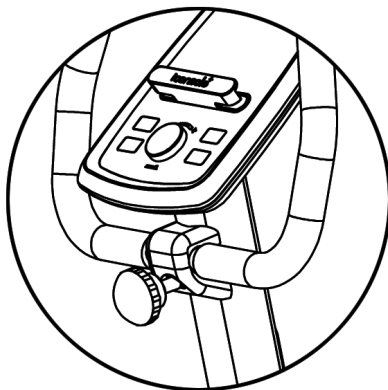


Manualul de utilizare a fost tipărit pe hârtie reciclabilă. Sortați-l conform regulilor.



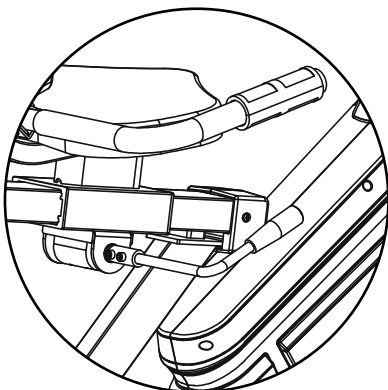
Nastavenie volantu

Ak chcete nastaviť volant, uvoľníte otočný gombík, nastavíte volant do požadovanej polohy a utiahnete gombík. Uistite sa, že sa volant nepohybuje.



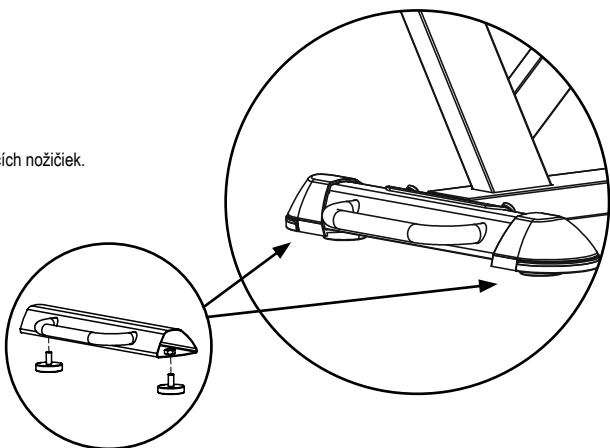
Nastavenie sedadla

Odskrutkujte rukoväť na nastavenie, nastavte sedadlo do požadovanej polohy a utiahnite rukoväť.



Nivelácia

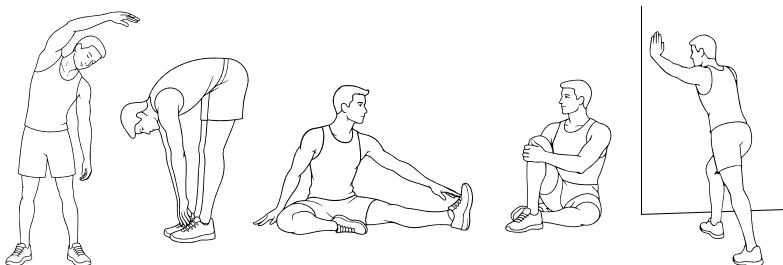
Nastavte vyrovnanie zariadenia pomocou vyrovnávacích nožičiek.



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

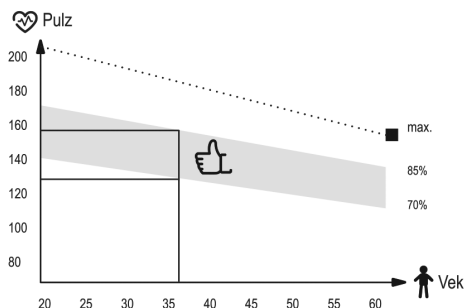
1. Rozcvička

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.



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 matic,
 - 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. Utiahnite skrutky.
Neukazujú sa hodnoty pulzu, alebo hodnoty sú zlé.	1. Uistite sa, že prevody senzoru sú správne pripevnené. 2. Aby ste zaistili správne marenia pulzu držte obe dlane na senzorocho. Pamätajte, že systém merania pulzu nemusí byť úplne presný. 3. Príliš pevné uchopenie senzorov pulzu. Držte dlane na senzorocho pulzu a nestláčajte dlane príliš silno.
Zariadenie nie je stabilné.	Nastavte koncovku zadného stabilizátora tak, aby ste dali stroj do roviny.



Záručné podmienky

1. Zákazník má nasledujúce možnosti uplatnenia reklamácie:
 - prostredníctvom krokov na webovej stránke: <https://hop-sport.sk/servis/>
 - písomne na adresu
Hegen Česko s. r. o.
Stavbařů 2201/36
734 01 Karviná-Mizerov
Česká republika
 - e-mailom: info@hop-sport.sk
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 doviezť 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. Použité zariadenie odovzdajte do zberne pre skladovanie druhotných surovín – použitých elektrických zariadení.

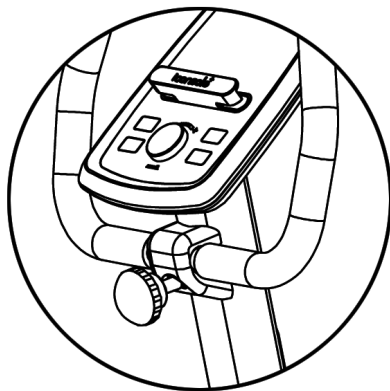


Návod na použitie bol vytlačený na recyklovateľnom papieri. Triediť ho podľa platných pravidiel.



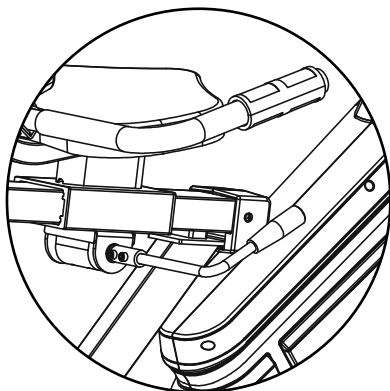
Регулювання кута керма

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



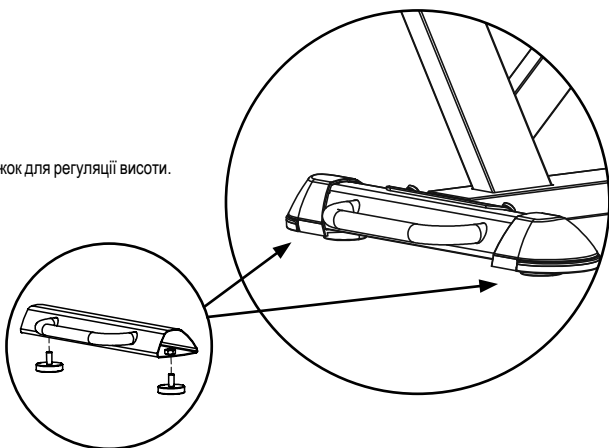
Регулювання сидіння

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



Заземлення

Налаштуйте положення тренажера за допомогою ніжок для регуляції висоти.

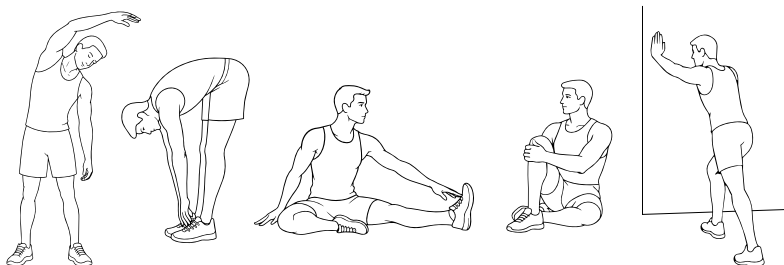




Регулярне використання обладнання принесе користь вашому здоров'ю. Це поліпшить фізичний стан та самопочуття, та зміцнить м'язи. У поєднанні з правильним харчуванням це може сприяти схудненню.

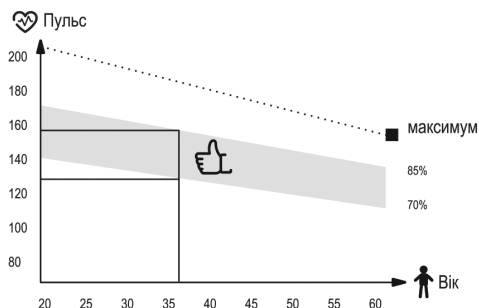
1. Розминка

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



2. Фаза вправ

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



3. Фаза релаксації

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



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

UA Вирішення проблем



Проблема	Можливе рішення
Комп'ютер не відображає дані.	1. Перевірте підключення комп'ютера і переконайтеся, що кабелі підключені правильно та що вони не пошкоджені. 2. Переконайтеся, що батарейки вставлені правильно. 3. Замініть батарейки на нові.
Пристрій видає тривожні звуки під час використання.	Перевірте, чи всі частини пристрою встановлені правильно. Затягніть гвинти.
Комп'ютер не показує пульс або відображає не правильне значення.	1. Переконайтеся, що кабель датчиків і комп'ютера з'єднані правильно. 2. Щоб забезпечити належне читання пульсу, тримайте обидві руки на датчиках. Пам'ятайте, що вимірювання частоти серцевих скорочень може мати похибку. 3. Не тримайтеся за датчики пульсу надто міцно. Намагайтеся тримати руки на датчиках, не притискаючи їх занадто сильно.
Обладнання у нестійкому положенні.	Поверніть край заднього стабілізаторі, щоб вирівняти положення.



Умови гарантії

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

UA Охорона навколишнього середовища



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



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 економному 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