



Skládací Minibike VIRTUFIT V2 s počítačem

Návod k obsluze



V případě dotazů nebo chybějících dílů kontaktujte Fitness Benelux:



Twekkelerweg 263
7553 LZ Hengelo
The Netherlands

T +31 (0)74-7600219
E service@fitnessbenelux.nl
W www.fitnessbenelux.nl

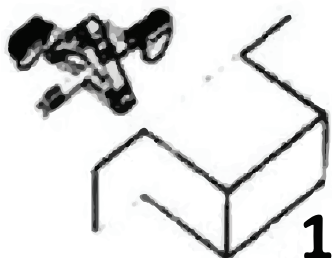
Důležitá opatření	11
Montáž	12 - 13
Počítač	14
Funkce	14
Popis funkcí	14
Provozní pokyny	15
Doporučení k tréninkům	16
Údržba	16

Skládací rotoped VirtuFit V2 s počítačem je kompaktní a snadno skladovatelný. Lze jej pravidelně používat pro stimulaci krevního oběhu a posilování svalů. Je to skvělý a pohodlný způsob, jak si užít lehké kardio cvičení. Rotoped můžete položit na stůl, abyste procvičili ruce. Nebo jej položte na podlahu a procvičte nohy jako při jízdě na kole.

Upozornění: Před zahájením tohoto nebo jakéhokoli cvičebního programu se poradte se svým lékařem. To je důležité především pro osoby s již existujícími zdravotními problémy. Před použitím si přečtěte všechny pokyny. VirtuFit nenese žádnou odpovědnost za úrazy nebo škody způsobené používáním trenažéru. Než začnete trenažér sestavovat nebo používat, důkladně si přečtěte tento návod k obsluze.

- Majitel je odpovědný za to, že všichni uživatelé tohoto produktu jsou řádně informováni o tom, jak trenažér bezpečně používat.
- Trenažér je určen pouze pro domácí použití.
- Trenažér neskladujte na vlhkém ani prašném místě a používejte ho pouze ve vnitřních prostorách.
- Trenažér umístěte na rovný povrch, použijte podložku na ochranu podlahy nebo koberce. Ujistěte se, že je kolem trenažéru dostatek volného prostoru pro nasednutí, sesednutí a použití.
- Pravidelně kontrolujte a utahujte všechny díly. Opotřebené díly neprodleně vyměňte.
- Udržujte děti a domácí zvířata vždy mimo dosah trenažéru.
- Na cvičení noste vhodné oblečení a sportovní obuv. Nenoste volné oblečení, které by se mohlo zachytit do trenažéru.
- Používejte trenažér pouze dle pokynů popsáných v návodu.
- Při cvičení na trenažéru mějte vždy rovná záda, neprohýbejte se.
- Pokud pocítíte bolest nebo závratě kdykoli během cvičení, okamžitě přestaňte cvičit a odpočiňte si.
- Trenažér nemá volnoběh, pedály se budou pohybovat, dokud se setrvačnick nezastaví.
- VAROVNÝ ŠTÍTEK byl umístěn vlevo dole na produktu.
- VAROVNÝ ŠTÍTEK vyměňte, pokud je nečitelný nebo poškozený.

1. KROK



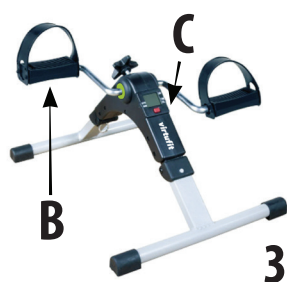
Rotoped vyjměte z krabice a zacházejte s ním opatrně. Viz obrázek 1.

2. KROK



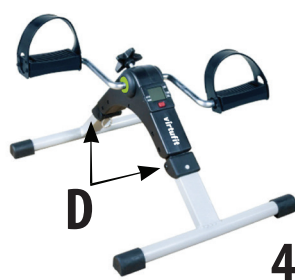
Rotoped položte na zem, ujistěte se, že je na stejné úrovni a připevněte část A. Viz obrázek 2.

3. KROK



Otáčením aretačního šroubu A upravte odpor dle vašich požadavků. Otáčením aretačního šroubu doleva odpor zvýšíte, otáčením doprava jej snížíte. Viz obrázek 3.

4. KROK



Po použití trenážeru vytáhněte kolík (D) a složte jej, kdykoli je to nutné. Viz obrázek 4 a 5.

5. KROK



5

Upozornění: (1) Před použitím trenažéru zkontrolujte a ujistěte se, že je stabilní. (2) Ujistěte se, že začínáte cvičit s minimálním odporem, poté můžete odpor zvýšit podle vašich požadavků.

ČAS 00:00 - 99:59 min.

POČET ŠLÁPNUTÍ 0 - 9999

POČET ŠLÁPNUTÍ/MIN. 0 - 9999

KALORIE 0 - 9999 cal

POPIS FUNKCÍ

MODE Stisknutím tlačítka MODE můžete vybrat určité funkce. Stisknutím tlačítka po dobu cca 4 sekund vynulujete hodnoty funkcí.

TIME Chcete-li zobrazit čas, stiskněte tlačítko MODE, dokud se před TIME neobjeví „▶“. Jakmile začnete šlapat, začne se automaticky počítat čas a na obrazovce se zobrazí uplynulý čas.

COUNT Stisknutím tlačítka MODE a šipky ▶ displej automaticky zobrazí počet šlápnutí. Vybraná funkce se automaticky spustí při zahájení cvičení.

REPS/MIN Chcete-li zobrazit počet šlápnutí za minutu, stiskněte tlačítko MODE, dokud se před nápisem REPS/MIN nezobrazí šipka ▶. Počet šlápnutí za minutu se automaticky spustí a zobrazí se na displeji.

CALORIES Když chcete vybrat funkci KALORIE, stiskněte tlačítko MODE, dokud se před nápisem CAL neobjeví ▶. Jakmile začnete šlapat, na displeji se automaticky zobrazí množství spálených kalorií.

SCAN Funkci SCAN lze zvolit stejně, jak bylo popsáno výše, stisknutím tlačítka MODE dokud se šipka ▶ neobjeví před SCAN. Displej automaticky zobrazí funkce v následujícím pořadí: Čas ----- Počet šlápnutí----- Počet šlápnutí/min ----- Kalorie.

AUTO ON/OFF:

Systém se automaticky zapne po stisknutí tlačítka nebo při zahájení jízdy. Displej se automaticky vypne, když je systém neaktivní po dobu 4 minut.

Upozornění:

- **Pokud se obraz na displeji zobrazuje špatně, znovu vložte nebo vyměňte baterii**
- **Specifikace baterie: 1 baterie 1,5V AG13**

INSTALACE A VÝMĚNA BATERIE

Vyjměte mechanismus z počítačidla odpojením ze slotu. Prostor pro baterie je umístěn za počítačdem. Nainstalujte nebo vyměňte baterii. Vraťte počítačlo.

Upozornění: Před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. Zvláště důležité je to pro osoby starší 35 let nebo osoby s již existujícími zdravotními problémy. Před použitím si přečtěte všechny pokyny.

Procvičování paží

Umístěte jednotku před sebe na stůl. Ujistěte se, že je jednotka pevně umístěna a že obě základny jsou na desce stolu. Posadte se vzpřímeně před jednotku a uchopte dva pedály rukama. Pedály můžete otáčet dopředu nebo dozadu.

Procvičování nohou

Umístěte jednotku před židli na podlahu. Položte nohy na pedály. Vzdálenost mezi židlí a jednotkou by měla být dostatečná, abyste mohli během cvičení pokrčit jednu nohu, zatímco druhá je natažená. Šlapejte vpřed nebo vzad.

ÚDRŽBA

- Trenažér vyžaduje pouze minimální údržbu.
- Vyhněte se kontaktu s vodou.
- Čistěte mírně navlhčenou houbou. Osušte čistým suchým hadříkem.
- Trenažér nenechávejte delší dobu na slunci.

V případě dotazů nebo chybějících dílů kontaktujte Fitness Benelux:



Twekkelerweg 263
7553 LZ Hengelo
The Netherlands

T +31 (0)74-7600219
E service@fitnessbenelux.nl
W www.fitnessbenelux.nl

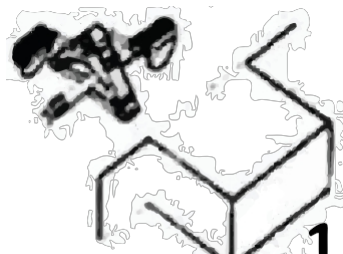
Dôležité opatrenia	18
Montáž	19 - 20
Počítač	21
Funkcie	21
Popis funkcií	21
Návod na obsluhu	22
Odporúčania k tréningom	23
Údržba	23

Skladací bežecký pás Virtufit V2 s počítačom je kompaktný a ľahko sa skladuje. Možno ho pravidelne používať na stimuláciu krvného obehu a posilnenie svalov. Je to skvelý a pohodlný spôsob, ako si užiť ľahký kardio tréning. Rotoped si môžete položiť na stôl a precvičovať tak ruky. Alebo ho položte na podlahu a precvičte si nohy ako pri jazde na bicykli.

Upozornenie: Pred začatím tohto alebo akéhokoľvek iného cvičebného programu sa poraďte so svojim lekárom. Je to dôležité najmä pre ľudí s už existujúcim zdravotným stavom. Pred použitím si prečítajte všetky pokyny. Spoločnosť VirtuFit zodpovednosť za zranenia alebo škody spôsobené používaním bežeckého pásu. Pred zostavením alebo používaním trenažéra si dôkladne prečítajte tento návod na obsluhu.

- Majiteľ je zodpovedný za to, aby všetci používatelia tohto výrobku boli riadne informovaní o tom, ako bezpečne používať trenažér.
- Trenažér je určený len na domáce použitie.
- Trenažér neskladujte na vlhkom alebo prašnom mieste a používajte ho len v interiéri.
- Trenažér umiestnite na rovný povrch, na ochranu použite podložku alebo koberec. Uistite sa, že je okolo trenažéra dostatočný voľný priestor na nastupovanie, vystupovanie a používanie.
- Pravidelne kontrolujte a uťahujte všetky časti. Opotrebované diely okamžite vymeňte.
- Deti a domáce zvieratá držte vždy mimo dosahu trenažéra.
- Na cvičenie si obujte vhodné oblečenie a športovú obuv. Nenoste voľné oblečenie, ktoré do trenažéra.
- Trenažér používajte len podľa pokynov uvedených v príručke.
- Pri cvičení na bežiacom páse majte vždy rovný chrbát, neohýbajte sa.
- Ak kedykoľvek počas cvičenia pocítite bolesť alebo závrat, okamžite prestaňte cvičiť a odpočívajte.
- Trenažér nemá voľnobeh, pedále sa budú pohybovať, kým sa zotrvačník nezastaví.
- V ľavej dolnej časti výrobku je umiestnený VAROVNÝ ŠTÍT.
- Ak je VAROVNÝ ŠTÍT nečitateľný alebo poškodený, vymeňte ho.

KROK 1



Vyberte rotoped z krabice a manipulujte s ním opatrne. Pozri obrázok 1.

KROK 2



Umiestnite Rotoped na zem, uistite sa, že je v rovine, a pripojte časť A. Pozri obrázok 2.

KROK 3



Otáčaním aretačnej skrutky A nastavte odpor podľa svojich požiadaviek. Otočením poistnej skrutky doľava odpor zvýšite, otočením doprava ho znížite. Pozri obrázok 3.

KROK 4



Po použití trenažéra vytiahnite kolík (D) a v prípade ho zložte. Pozri obrázky 4 a 5.

5. KROK



5

Poznámka: (1) Pred použitím trénažéra skontrolujte a uistite sa, že je stabilný.

(2) Uistite sa, že cvičenie začínate s minimálnym odporom, potom môžete odpor zvýšiť podľa svojich požiadaviek.

ČAS 00:00 - 99:59 min.

POČET ŠLIAPNUTIE 0 - 9999

POČET KROKOV/MIN. 0 - 9999

KALORIE 0 - 9999 kalórií

POPIS FUNKCIÍ

MODE Stlačením tlačidla MODE môžete vybrať určité funkcie. Stlačením tlačidla na približne 4 sekundy vynulujete hodnoty funkcií.

TIME Ak chcete zobraziť čas, stláčajte tlačidlo MODE, kým sa pred položkou TIME nezobrazí "►". Hneď ako začnete šliapať do pedálov, čas sa začne počítať automaticky a na displeji sa zobrazí uplynulý čas.

COUNT Stlačte tlačidlo MODE a šípku ► na displeji sa automaticky zobrazí počet krokov. Zvolená funkcia sa automaticky spustí po začatí cvičenia.

REPS/MIN Ak chcete zobraziť počet úderov za minútu, stláčajte tlačidlo MODE, kým sa pred položkou REPS/MIN nezobrazí šípka ►. Počet úderov za minútu sa automaticky spustí a zobrazí na displeji.

CALORIES Ak chcete vybrať funkciu CALORIES (KALORIE), stláčajte tlačidlo MODE (REŽIM), kým sa na displeji nezobrazí CAL sa nezobrazí ►. Hneď ako začnete šliapať do pedálov, na displeji sa automaticky zobrazí množstvo spálených kalórií.

SCAN Funkciu SCAN môžete zvoliť podľa stláčaním tlačidla MODE, kým sa nezobrazí šípka ► "►" žiadne objímanie pred SCAN. Na displeji sa automaticky zobrazia funkcie v nasledujúcom poradí. Čas ----- Počet šliapnutí----- Počet šliapnutí/min ---- - Kalórie.

AUTOMATICKÉ ZAPNUTIE/VYPNUTIE:

Systém sa automaticky zapne po stlačení tlačidla alebo pri zahájení jazdy. Displej sa automaticky vypne, keď je systém neaktívny po dobu 4 minút.

Varovanie:

- **Ak sa obraz na displeji nezobrazuje správne, vložte späť alebo vymeňte batériu.**
- **Špecifikácia batérie: 1 1,5 V batéria AG13**

INŠTALÁCIA A VÝMENA BATÉRIE

Vyberte mechanizmus z počítadla odpojením zo slotu. Priestor pre batérie je umiestnený za počítadlom. Nainštalujte alebo vymeňte batériu. Vráťte počítadlo.

Upozornenie: Pred začatím cvičenia sa poraďte so svojím lekárom. Je to obzvlášť dôležité osoby staršie ako 35 rokov alebo osoby s už existujúcim zdravotným stavom. Pred použitím si prečítajte všetky pokyny.

Precvičovanie paží

Jednotku položte na stôl pred seba. Uistite sa, že jednotka je pevne umiestnená a že obe základne sú na doske stola. Posadte sa vzpriamene pred jednotku a rukami uchopte oba pedále. Pedále môžete otáčať dopredu alebo dozadu.

Precvičovanie nôh

Jednotku umiestnite pred stoličku na podlahu. Nohy položte na pedále. Vzdialenosť medzi stoličkou a jednotkou by mala byť dostatočná na to, aby ste mohli počas cvičenia pokrčiť jednu nohu, zatiaľ čo druhá je vystretá. Šliapte dopredu alebo dozadu.

ÚDRŽBA

- Trenažér si vyžaduje len minimálnu údržbu.
- Vyhňte sa kontaktu s vodou.
- Čistite mierne navlhčenou špongiou. Osušte čistou suchou handričkou.
- Nenechávajte trenažér dlhší čas na slnku.

**V prípade otázok alebo chýbajúcich dielov kontaktujte spoločnosť
Fitness Benelux:**



Twekkelerweg 263
7553 LZ Hengelo
Holandsko

T +31 (0)74-7600219
E service@fitnessbenelux.nl
W www.fitnessbenelux.nl

Dovozce a distributor pro
Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175



Dovozce a distributor pro Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175

Email: info@trinteco.cz
Telefon: +420 725 552 257