

TOORX
FITNESS IN MOTION

NAVODILA



BRX75



Prevod originalnih navodil

Codice : GRD00ORXBRX75

Revisione : 00

Edizione : 08/24



- **Pred sestavljanjem in uporabo natančno preberite ta priročnik z navodili in morebitne druge priložene liste z navodili.**
- **Napravo uporabljajte samo v domačem okolju. Navodila in opozorila za uporabo je treba razložiti vsem družinskim članom ali prijateljem, ki smejo uporabljati to napravo.**
- **Napravo uporabljajte samo na ravni površini in pokrijte tla ali preprogo pod opremo, da preprečite poškodbe.**
- **Opremo uporabljajte samo na ravni površini in pokrijte tla ali preprogo pod napravo, da preprečite poškodbe.**
- **Zagotovite, da napravo uporabljajo samo osebe, starejše od 16 let in v dobrem fizičnem stanju.**
- **Vedno nosite oblačila primerna za športne aktivnosti, ki ne ovirajo gibanja. Vedno nosite primerne tekaške copate.**
- **Med vadbo trdno držite krmilo z rokami. Med vadbo imejte pod nadzorom srčni utrip in temu prilagodite intenzivnost vadbe.**
- **Če med uporabo opreme občutite vrtoglavico, bolečino v prsih ali težko dihanje, takoj prenehajte z vadbo in se posvetujte z zdravnikom.**
- **Občasno preverite tesnost vijakov in celovitost vseh delov orodja.**
- **NE nameščajte opreme v fitnes centre ali v prostore, ki se uporabljajo za trgovino ali najem. Ta oprema ni zasnovana za intenzivno uporabo v poklicnih dejavnostih ali za namene rehabilitacije.**
- **NE postavljajte kozarcev ali steklenic s pijačo v bližino ali na opremo.**
- **NE poškodujte računalnika in plastičnih delov naprave z ostrimi predmeti, krtačami ali abrazivnimi gobami ali agresivnimi kemičnimi snovmi.**
- **NE razstavljajte nobenega dela naprave, razen če je tako navedeno v navodilih za uporabo.**
- **Orodja NE postavljajte v kleti, terase, kleti, vlažne prostore nasploh, ne puščajte ga izpostavljenega atmosferskim dejavnikom (dež, sonce itd.).**
- **NE dovolite otrokom ali hišnim ljubljencem blizu opreme. Dobra praksa je, da orodje postavite v namenski prostor z vrati, ki onemogočajo dostop vsem, ki nimajo dovoljenja za pristop k tovrstnemu izdelku.**
- **NIKOLI ne uporabljajte naprave, če je ta poškodovana ali ni v popolnem stanju. V primeru okvare in/ali nepravilnega delovanja naprave jo izklopite in ne posegajte vanjo. Za vsa popravila se obrnite samo na specializiran servisni center.**
- **NIKOLI ne uporabljajte naprave bosih nog in ne nosite čevljev z usnjenimi podplati ali drugimi trdimi materiali.**
- **Med treningom NE nosite sintetičnih oblačil ali oblačil z mešanico volne, ki ovirajo potenje. Uporaba neustreznih oblačil lahko povzroči higienske težave, pa tudi možnost nastanka elektrostatičnega naboja.**

Izdelek, opisan v tem priročniku, je zasnovan in certificiran za zasebno uporabo v domačem okolju in je športno orodje, ki vam omogoča reprodukcijo specifičnega gibanja tradicionalnega kolesa za ohranjanje kondicije z nenehnim, visoko intenzivnim treningom za učinkovito izboljšanje kardiovaskularne zmogljivosti in odpornosti.

To orodje vam omogoča, da se ukvarjate s športom, ne da bi zapustili dom, na ta način se lahko ukvarjate s športom tudi, ko vremenske razmere tega ne dopuščajo, ali preprosto, ko ne želite ali nimate časa zapustiti hiše, da bi kolesarili ali šli trenirat v fitnes center.

Nujno je, da upoštevate vsa navodila in opozorila v tem priročniku, da zagotovite varno vadbo, intenzivni in dolgotrajni napori zahtevajo dobro fizično kondicijo, zato je treba oceniti spodaj navedene kontraindikacije za uporabo.

Uporaba izdelka je prepovedana za naslednje osebe:

- uporabnike mlajše od 16 let;
- uporabnike, ki tehtajo nad mejo, navedeno v tabeli in v tehničnih podatkih;
- nosečnice;
- uporabnike s sladkorno boleznijo;
- uporabnike z boleznijo srca, pljuč ali ledvic.

Garancija za izdelek in odgovornost distributerja postaneta nični v naslednjih primerih:

- nepravilna uporaba izdelka, ki ni navedena v navodilih za uporabo;
- neupoštevanje intervalov in metod vzdrževanja;
- poseganje v izdelek
- uporaba neoriginalnih rezervnih delov;
- neupoštevanje varnostnih opozoril, prikazanih na piktogramih in v navodilih za uporabo.

Ta priročnik vsebuje vse informacije za namestitve, vzdrževanje in pravilno uporabo kolesa. Uporabnik izdelka ter vsi drugi prijatelji in družinski člani, ki ga bodo uporabljali, morajo informacije v tem priročniku prebrati z največjo pozornostjo, da lahko izvedejo varno namestitve in pravilno uporabo.

Upoštevanje navodil v tem priročniku zagotavlja maksimalno osebno varnost in daljšo življenjsko dobo samega izdelka.

Varnostna opozorila in ustrezni deli besedila so označeni s krepkim tiskom, pred njimi pa so simboli, ki so prikazani in opredeljeni spodaj.



Informacije, označene s tem simbolom, pomenijo NEVARNOST, bodite čim bolj pozorni, da se izognete telesnim poškodbam.



Podatki, označeni s tem simbolom, pomenijo PREVIDNOST, bodite čim bolj pozorni, da preprečite poškodbe izdelka

OPOMBE:

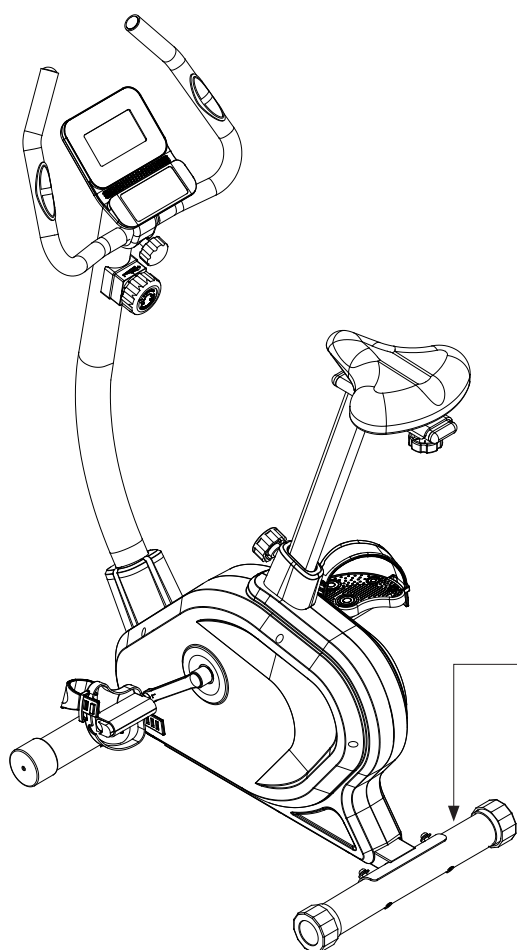
Risbe v priročniku naj bi poenostavile in naredile obravnavane teme bolj intuitivne. Vendar je zaradi nenehnih posodobitev izdelkov možno, da se nekateri od teh dizajnov razlikujejo od kupljenega izdelka; v tem primeru ne pozabite, da so to estetski vidiki in da varnost in informacije o njih ostanejo zagotovljeni. Proizvajalec sledi politiki nenehnega razvoja in posodabljanja in lahko brez predhodnega obvestila spremeni estetske dele izdelka.

1.2

TARGHE ADESIVE SUL PRODOTTO

- 1) **Identifikacijska ploščica izdelka** vsebuje naslov distributerja, glavne tehnične podatke in serijsko številko.
- 2) **Simbol, ki opozarja na obvezno branje navodil za uporabo**, preden izvedete katero koli montažo ali vzdrževalno delo na izdelku.
- 3) **Simboli, ki označujejo skladnost izdelka z evropskimi direktivami glede ravnanja in odstranjevanja nevarnih snovi v električni in elektronski opremi.**

Identifikacijske ploščice ne smete odstraniti ali spreminjati. Oznaka modela izdelka in serijska številka morata biti vedno navedeni ob zahtevi za nadomestne dele.



TCORX Garlando S.p.A. Via Regione Piemonte, 32 - Zona Ind. D1 15088 Pozzolo Formigaro (AL) - ITALY			1 3 2
Modello-Model	Classe-Class	CE	
Numero di serie-Serial number	Anno-Year		
Peso-Weight	Peso max utente-Max user weight	Made in	

1.3

TEHNICNE LASTNOSTI

NASTAVITEV INTENZITETE	Gumb za ročno nastavitev z 12 stopnjami
ZAVORNI SISTEM	Sistem z zavoro z magnetnim delovanjem
RAČUNALNIK	velocità e giri/minuto, tempo, distanza, calorie, pulsazioni
MASA VZTRAJNIKA	9 kg
DIMENZIJE IZDELKA (LXPXH)	890 x 495 x 1380 mm
DIMENZIJE EMBAŽE (LXPXH)	795 x 290 x 650 mm
NETO TEŽA	25,1 kg
BRUTO TEŽA	28 kg
NAJVEČJA TEŽA UPORABNIKA	110 kg
MERJENJE SRČNEGA UTRIPA	Ročni senzorji za merjenje srčnega utripa
NASTAVITEV SEDEŽA	Ročaji za nastavljanje v navpični in vodoravni smeri
NASTAVITEV KRMILA	Ročaj za nastavitev naklona
SKLADNOST	Standardi : EN ISO 20957-1 - EN 957-5 (HC) Direktive : 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2011/65/UE
NAPAJANJE	2 alkalni bateriji 1,5 V DC tipa AA

2.0

PROSTOR ZA SESTAVO IZDELKA

PROSTOR

- Okolje, za namestitev in shranjevanje izdelka, mora biti:
 - domače okolje,
 - pokrito in dovolj prostorno,
 - opremljeno z ustrezno umetno in naravno osvetlitvijo,
 - imeti eno ali več prezračevalnih oken,
 - z obratovalno temperaturo med 5 °C in 32 °C,
 - z relativno vlažnostjo zraka med 20 % in 90 %.

Izdelka **NE** smete namestiti na prostem ali v vlažnih prostorih oziroma v okoljih, izpostavljenih slanemu zraku.

ZNAČILNOSTI TAL:

- Tla, primerna za postavitev izdelka, morajo biti:
 - popolnoma ravna,
 - z nosilnostjo, primerno teži izdelka.

Talne obloge iz kakovostnih materialov (na primer preproga ali parket) je treba zaščititi z gumijasto podlogo ali koščki filca na mestih, kjer izdelek stoji.

PROSTOR ZA UPORABO

- Območje v prostoru, kjer je izdelek nameščen, ne sme biti izpostavljeno sončni svetlobi. Če je v prostoru velika steklena površina, jo je treba zaščititi s prekrivno zaveso.
- Izdelek je treba postaviti stran od klimatskih in ogrevalnih sistemov, da med vadbo ne bi bili izpostavljeni neposrednemu zračnemu toku.

VARNOSTNE ZAHTEVE:

- Izdelek je treba namestiti v prostor z vrati, ki imajo ključavnico, da preprečite dostop otrokom ali hišnim ljubljencem.

2.1

RAZPAKIRANJE - VSEBINA ŠKATLE

Embalaža je sestavljena iz kartonske škatle, zaprte s kovinskimi sponkami in povezovalnimi trakovi.

Pri dvigovanju in premikanju škatle, zlasti pri večjih in težjih embalažah, priporočamo pomoč drugih oseb.

Pri postavitvi škatle na tla upoštevajte oznako "**Lato Alto**" (zgornja stran), ki jo označuje puščica, natisnjena na kartonu.

Za odpiranje škatle najprej s škarjami prerežite povezovalne trakove, nato pa s kleščami odstranite in zavrzite morebitne kovinske sponke zapiranja.



Priporočamo, da originalne embalaže ne poškodujete in jo, če je mogoče, shranite. To je koristno v primeru, da izdelek pokaže napake in je potrebna popravila ali zamenjava v okviru garancije.

Po odstranitvi izdelka iz škatle preverite morebitne poškodbe, ki so nastale med transportom, in se prepričajte, da so prisotni vsi deli, prikazani na naslednji strani.



Embalaža je izdelana iz reciklrnega materiala; pri njenem odstranjevanju upoštevajte lokalne predpise za recikliranje materialov.

Elementov embalaže (karton in plastične vrečke) ne puščajte na dosegu otrok, saj lahko predstavljajo potencialno nevarnost.

Seznam embalažnih materialov in njihovo odstranjevanje:



Valoviti karton - zunanja embalaža → **Odložiti v zabojnik za papir in karton**



Polistiren - zaščitni material → **Odložiti v zabojnik za plastiko**



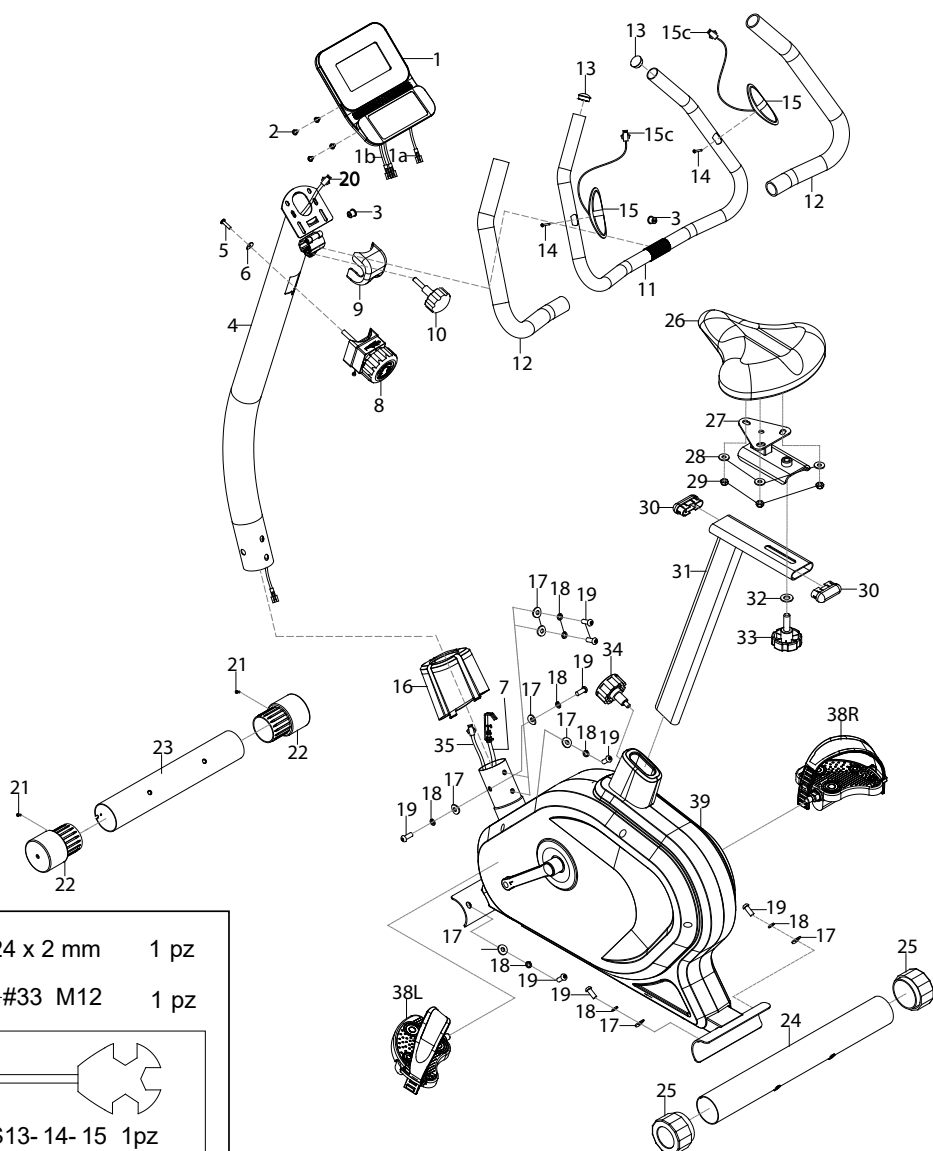
Plastične vrečke - pakiranje dodatkov → **Odložiti v zabojnik za plastiko**

- Termooblikovan stiropor → **Odložiti v zabojnik za mešane odpadke.**

Št.	Opis	Kol.
1	Console	1
1a	Connettore sensore di velocità	1
1b	Connettore sensori palmari pulsazioni	1
2	Vite M5x10xØ10 mm	4
3	Passacavo in gomma	2
4	Tubo di supporto manubrio	1
5	Vite M5x20xØ10 mm	1
6	Rondella curva Ø5xØ16x1.5xR30 mm	1
7	Cavo d'acciaio del freno magnetico	1
8	Manopola regolazione intensità + tirante	1
9	Copertura morsetto manubrio	1
10	Manopola regolazione inclinazione manubrio	1
11	Manubrio	1
12	Rivestimento manubrio	2
13	Tappo tondo manubrio Ø25 mm	2
14	Vite autofilettante ST4.0x19xØ11 mm	2
15	Sensori di rilevazione pulsanzioni cardiache	2
15c	Cablaggio sensori palmari	2
16	Rivestimento conico	1
17	Rondella curva Ø8xØ20x2.0xR30 mm	8

Št.	opis	Kol.
18	Rondella spaccata Ø8 mm	8
19	Vite M8x20xS5 mm	8
20	Cablaggio sensore di velocità	1
21	Vite autofilettante ST3.0x10xØ5.6 mm	2
22	Ruota di spostamento anteriore	2
23	Barra di appoggio anteriore	1
24	Barra di appoggio posteriore	1
25	Supporto regolabile	2
26	Sella	1
27	Slitta di regolazione orizzontale sella	1
28	Rondella piana Ø8xØ20xT2.0 mm	4
29	Dado autobloccante M8xH7.5xS13	4
30	Tappo ovale	2
31	Tubo di regolazione altezza sella	1
32	Rondella piana Ø12xØ24xT2.0 mm	1
33	Manopola regolazione orizzontale sella	1
34	Manopola regolazione altezza sella	1
35	Sensore di velocità cablato	1
38L/R	Pedale	1/1
39	Corpo principale	1

SEZNAM SESTAVNIH DELOV



2.2

SESTAVA NAPRAVE

Po odprtju originalne embalaže na izbranem mestu za namestitev izdelka pripravite prost prostor, brez pohištva ali drugih ovir, da bo sestavljanje lažje.

Odstranite vse dele iz embalaže in jih razporedite na tla, da bodo pripravljeni za montažo.

Vsa potrebna vijaki in orodja za sestavljanje so shranjeni v priloženi vrečki.



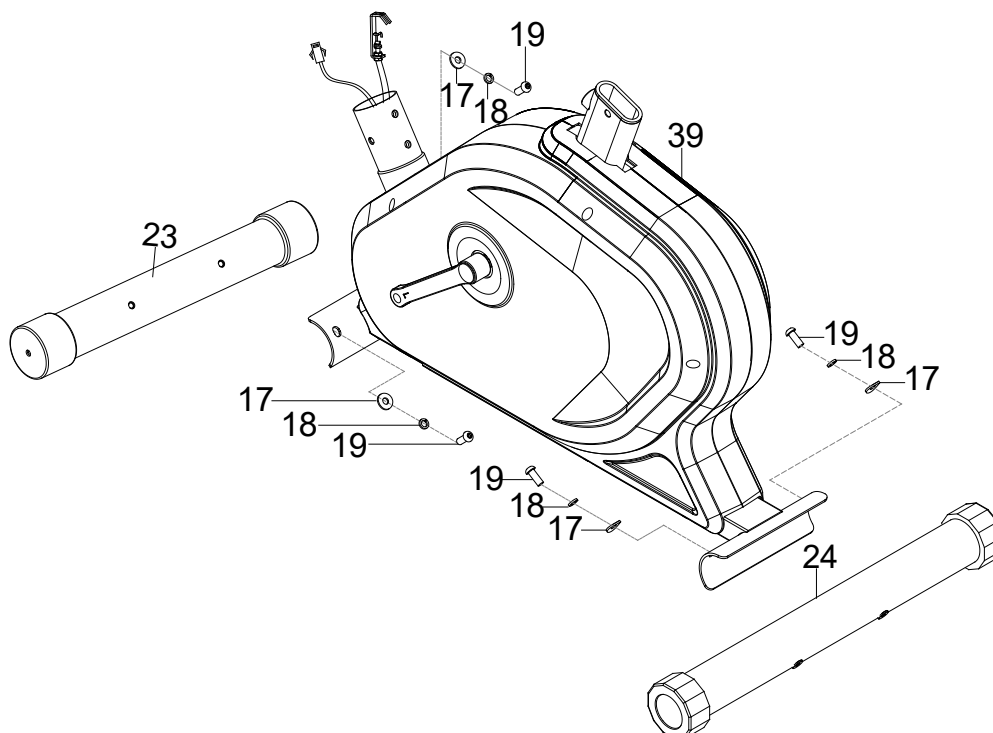
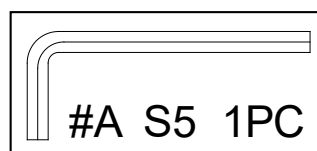
Med sestavljanjem izdelka držite otroke in hišne ljubljence stran, da preprečite morebitne nesreče.

Montaža nosilnih nog

- Pritrdite sprednjo podporno palico 23 na glavni okvir 39 tako, da privijete dva vijaka 19, skupaj z ravnimi podložkami 17 in vzmetnimi podložkami 18.
- Pripnite zadnjo podporno palico 24 na glavni okvir 39 tako, da privijete dva vijaka 19, skupaj z ravnimi podložkami 17 in vzmetnimi podložkami 18.

OPOMBA: Nekateri vijaki, matice in podložke, potrebni za operacije sestavljanja, so morda že predhodno nameščeni na sestavnih delih.

	#17 Ø8xØ20x2xR30 mm	4pz
	#18 Ø8	4pz
	#19 M8x20 mm	4pz



Montaža stebila krmila



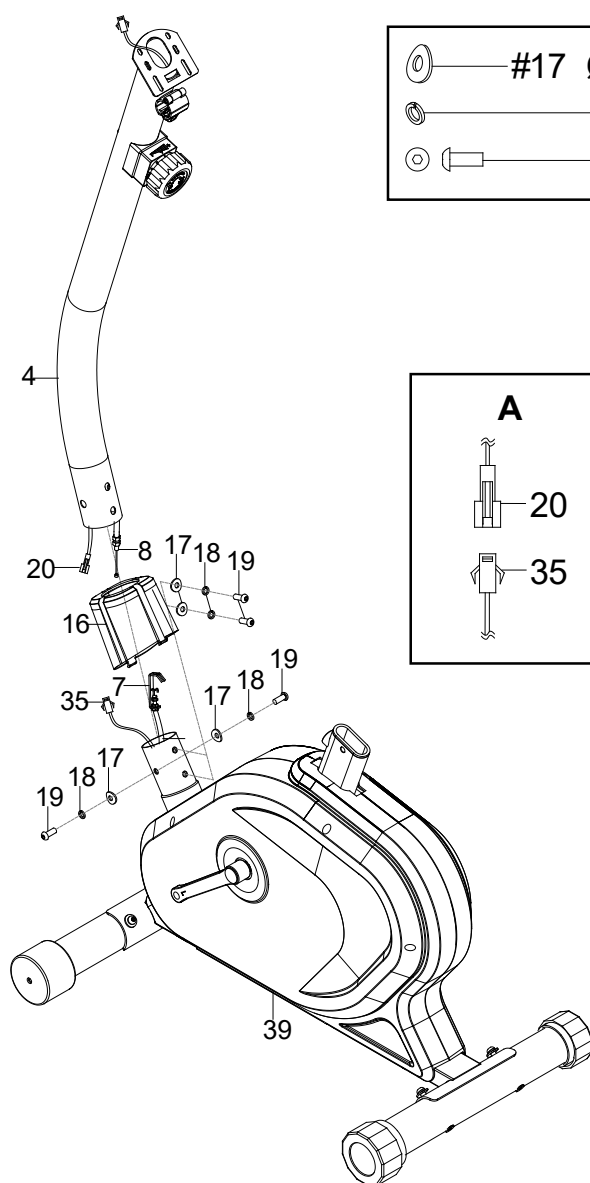
Pri pritrdjevanju podporne cevi krmila na glavni okvir lahko pride do prerezanja ali stiskanja električne napeljave med cevnimi elementi ali vijaki; zato bodite izjemno previdni.

- Približajte podporno cev krmila 4 mestu priklopa na glavni okvir 39, nato s spodnje strani namestite plastično zaščito 16, pri čemer upoštevajte usmerjenost, prikazano na ilustraciji.

A. Povežite priključek zgornjega ožičenja 20, ki prihaja iz podporne cevi krmila 4, z ustrezno vtičnico 35, ki prihaja iz glavnega okvirja 39.

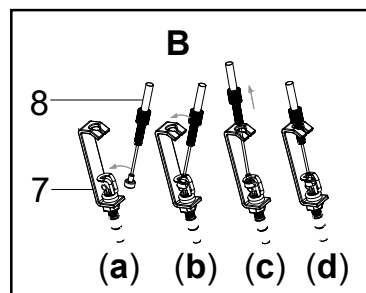
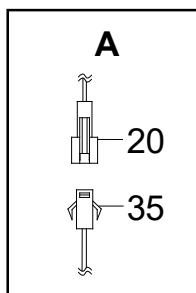
B. Prepričajte se, da je ročaj za nastavitev intenzivnosti obrnjen na maksimalni položaj (12) na lestvici, da kovinska glava napenjalca 8 popolnoma izstopi. Nato jo pritrdite na priključek 7, pri čemer sledite postopkom, prikazanim v podrobnih ilustracijah (a), (b), (c), (d).

- Vstavite podporno cev krmila 4 v priključno mesto, predvideno na sprednjem delu glavnega okvirja 39, in jo pritrdite z zategovanjem štirih vijakov 19, opremljenih z ukrivljenimi podložkami 17 in vzmetnimi podložkami 8, pri čemer upoštevajte navodila iz spodnje ilustracije.
- Spustite plastično zaščito 16, da prekrije spoj cevastih elementov in glave vijakov, s katerimi je pritrjena osnova podporne cevi krmila.



	#17	Ø8xØ20x2xR30 mm	4pz
	#18	Ø8 mm	4pz
	#19	M8x20 mm	4pz

#A S5 1PC

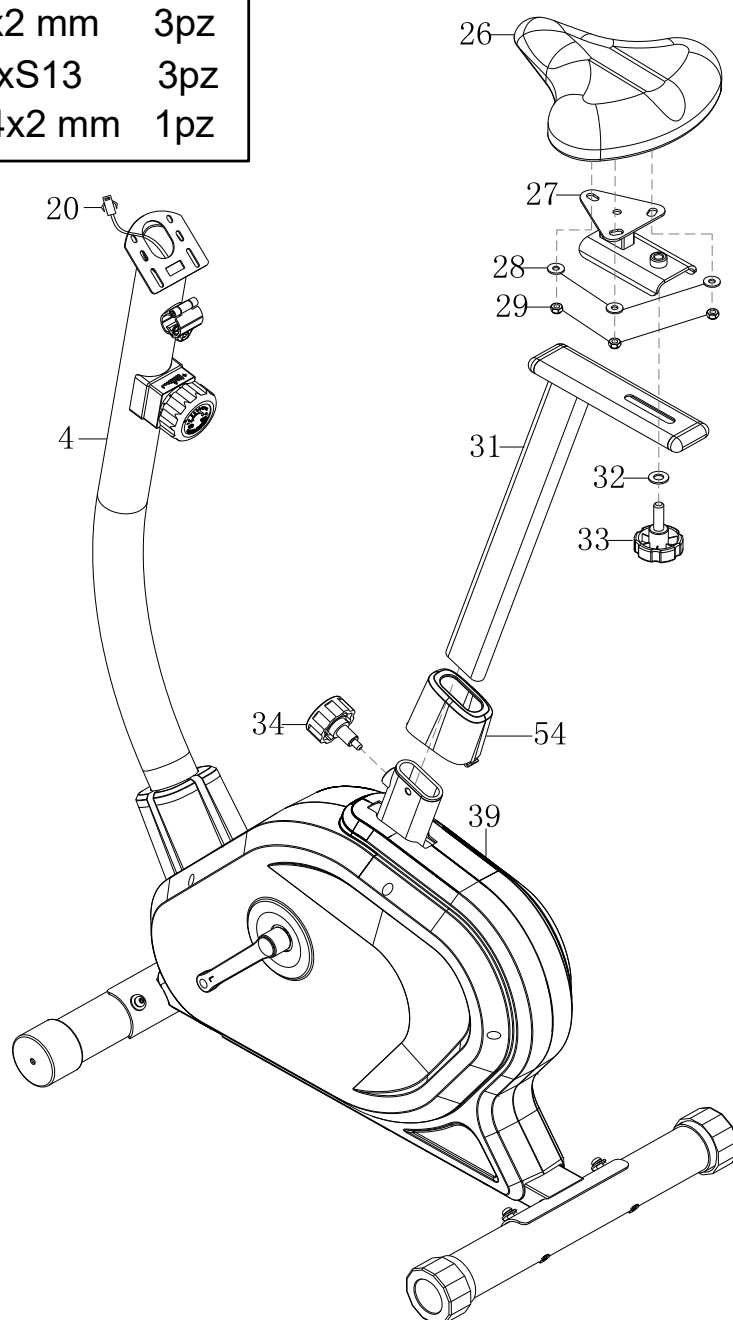
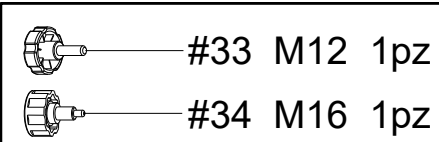
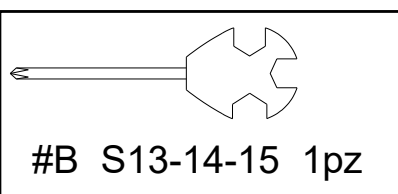


Montaža sedeža in sedežne opore

- Pritrdite sedež 26 na vodilo za vodoravno nastavitev 27, tako da privijete tri samoblokirne matice 29, skupaj z ravnimi podložkami 28.
- Pripnite vodilo za vodoravno nastavitev 27 na konec sedežne cevi 31, tako da zategnete ročaj 33, ki vključuje ravno podložko 32.

- Ob upoštevanju usmerjenosti delov, kot je prikazano na ilustraciji, namestite oblogo 54 na glavni okvir 39, nato vstavite sedežno cev 31 v odprtino. Namestite sedežno cev v eno od nastavitev višine (NIKOLI preko oznake MAX, natisnjene na sedežni cevi), nato privijte ročaj 34, pri čemer se prepričajte, da je zatič pravilno vstopil v odprtino. **Ročaj zategnite s zasukom v smeri urinega kazalca**, da sedežno cev trdno pritrdite na mestu.

	#28	Ø8xØ20x2 mm	3pz
	#29	M8xH7,5xS13	3pz
	#32	Ø12xØ24x2 mm	1pz



Montaža krmil in pedal

- Vstavite krmilo I I v namensko pritrdilno objemko, ki se nahaja na zgornjem delu podporne cevi krmila 4, in ga pritrdite z ročajem 10, nameščenim zaporedno s plastičnim pokrovom 9.



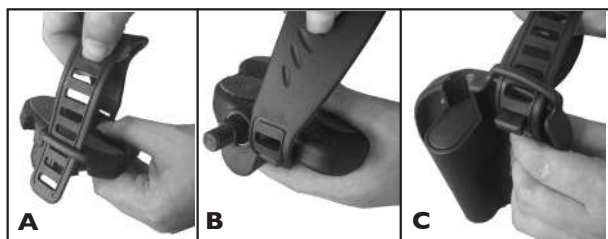
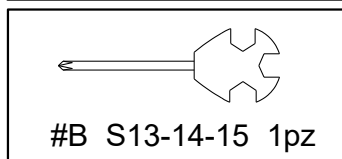
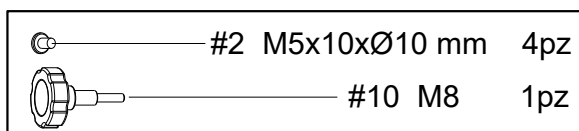
Pomembno je, da ročaj 10 ustrezno zategnete, da zagotovite varno pritrditev krmila.

- Vstavite priključke in kable 15c, ki povezujejo senzorje za merjenje srčnega utripa, v odprtino na zgornjem koncu podporne cevi krmila 4

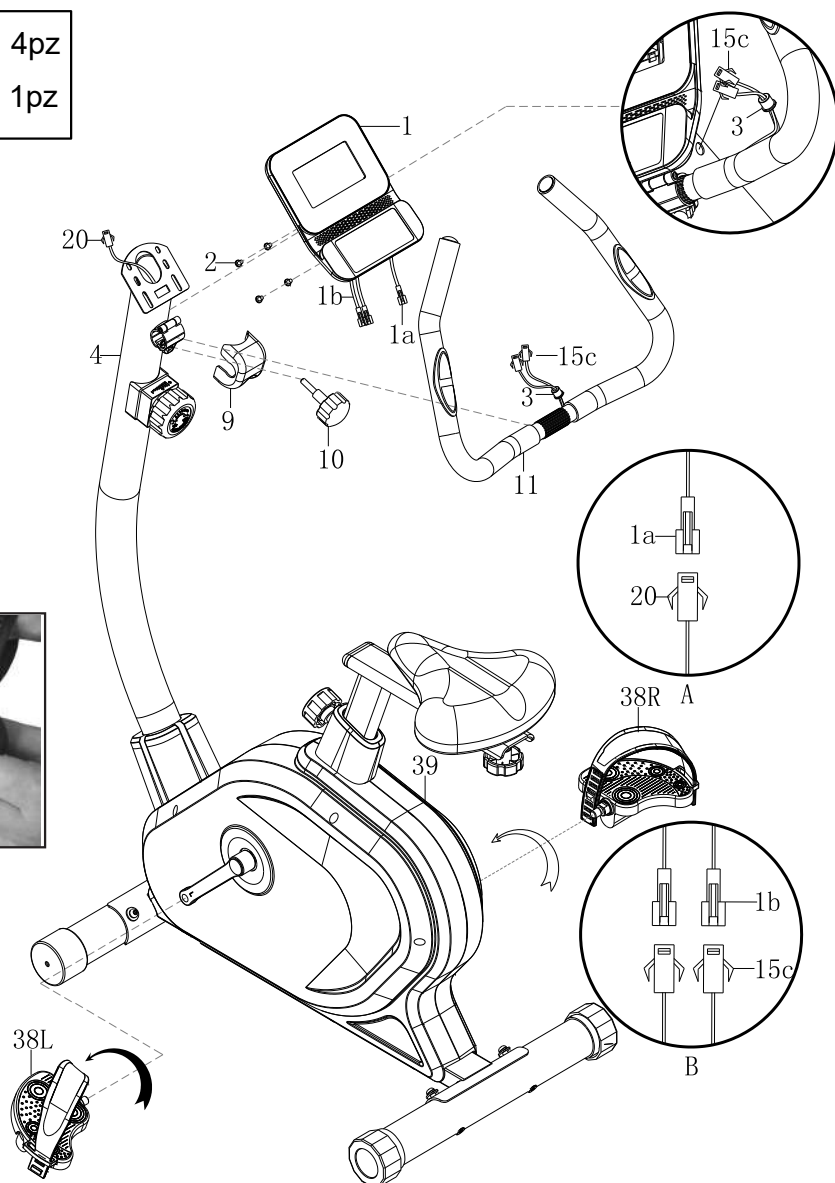
Nato jih povlecite navzgor, dokler ne izstopijo skozi zgornjo odprtino cevi za podporo 4.

- Približajte konzolo I in priključite konektorje senzorjev za merjenje srčnega utripa 15c na priključek 1b. Priključite konektor senzorja hitrosti 20, ki prihaja iz podporne cevi krmila, na priključek 1a. Pritrdite konzolo na ploščo na vrhu podporne cevi 4, tako da privijete štiri vijake 2, ki so že predhodno nameščeni v konzoli.

- Privijte levi pedal 38L, označen s črko (L), na levo gonilko, tako da ključ zavrtite v nasprotni smeri urinega kazalca. Na nasprotni strani privijte desni pedal 38R, označen s črko (R), na desno gonilko, tako da ključ zavrtite v smeri urinega kazalca.



Če trakovi za pritrditev stopal iz gume niso nameščeni, jih pritrdite na desni in levi pedal, tako da zanke zataknete na predvidene zatiče. Pri tem upoštevajte pravilno usmerjenost traku (glej sliko **A-B-C**).



2.3

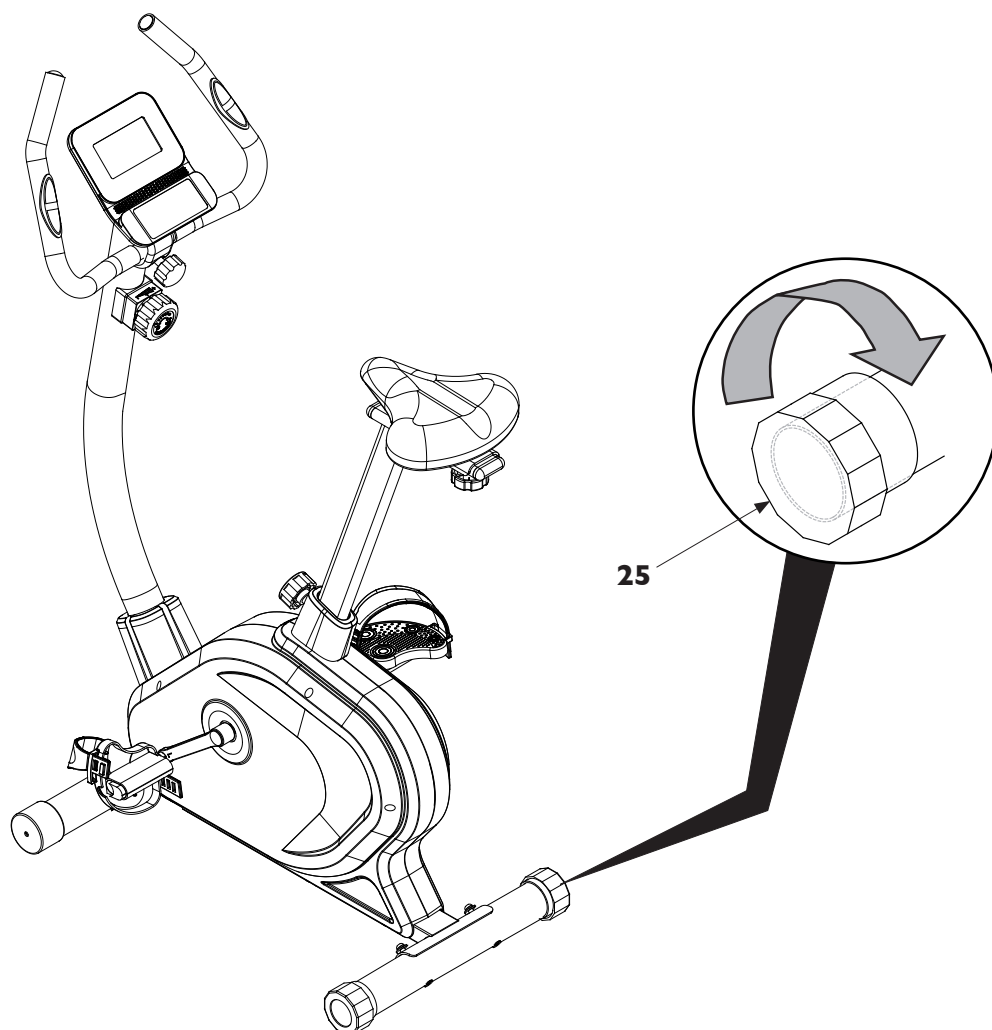
IZRAVNAVA

- Za izravnavo morebitnih neravnin tal je izdelek opremljen z dvema nastavljivima podpornima elementoma 25, nameščenima na koncih zadnje podporne palice. Ta dva ekscentrična podpornika je mogoče prilagoditi s preprostim ročnim vrtenjem, dokler ne dosežete najprimernejšega položaja.



Prepričajte se, da je desni podporni element nastavljen enako kot levi podporni element.

- Na tej točki je sestavljanje izdelka zaključeno. Pred uporabo preberite preostale dele priročnika, da se seznanite z vsemi informacijami o varni uporabi izdelka.



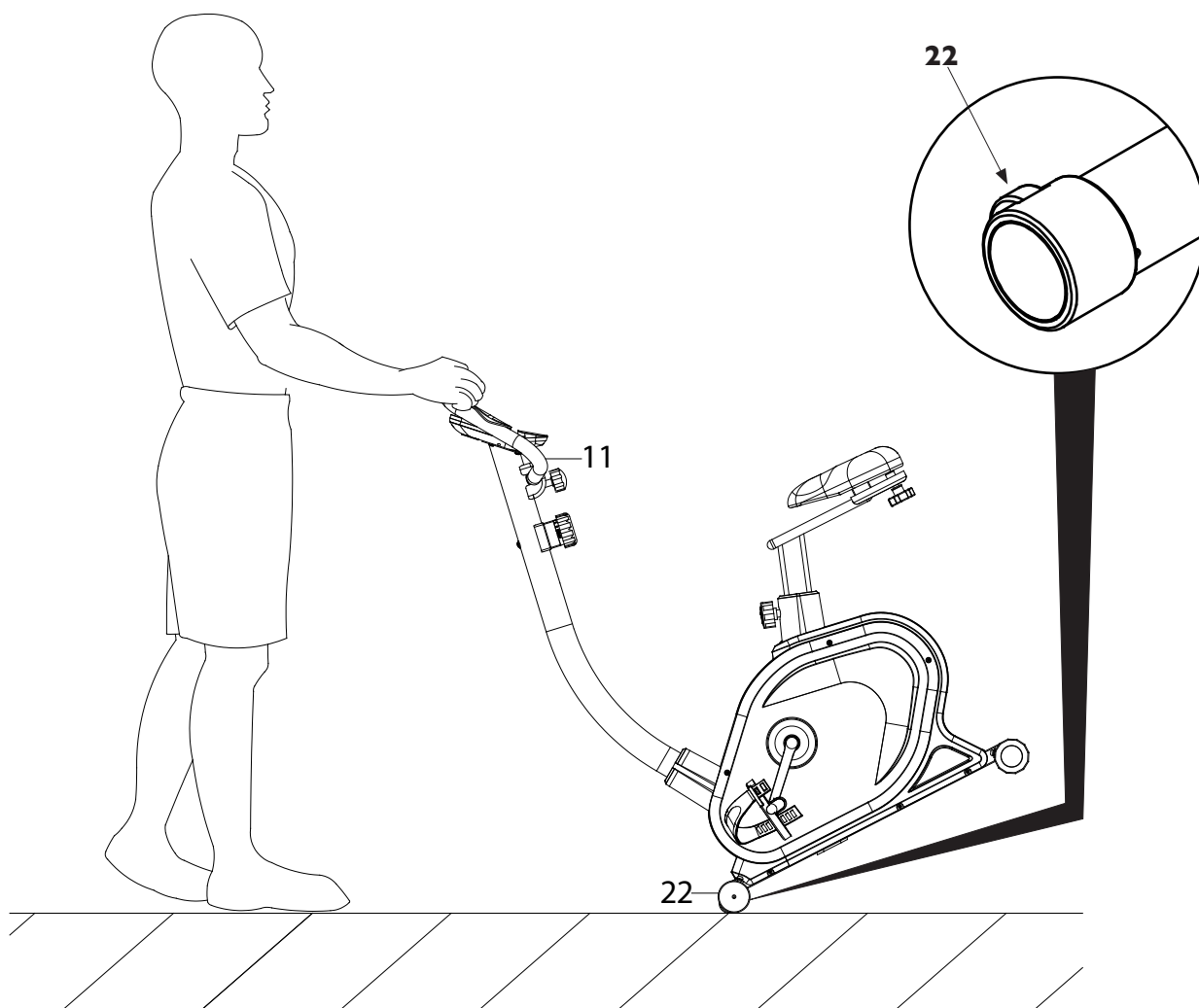
2.4

PREMIKANJE NAPRAVE

Sprednja podporna palica je opremljena z dvema kolesoma 22.

Za manjše premike znotraj prostora prijmite konce krmila 11, z nogo zaklenite sprednjo podporno palico in nagnite napravo, dokler ni v ravnotežju na kolesih.

Potisnite napravo naprej, tako da jo premikate po dveh kolesih, dokler ne dosežete zelenega mesta, nato pa jo previdno spustite, pri tem pa uporabite moč rok.



3.0

TRENING PROGRAM

Pred začetkom uporabe izdelka se priporoča, da se posvetujete s svojim zdravnikom, da preverite svoje fizično stanje in z njim ocenite morebitne posebne previdnostne ukrepe, povezane s to telesno aktivnostjo.

Za tiste, ki začnejo uporabljati izdelek brez predhodnega treninga, je potreben umirjen pristop, pri čemer je treba omejiti število sej na največ tri tedensko in vzdrževati minimalne čase in hitrosti, tako za spoznavanje nastavitve konzole kot tudi za postopno zmanjšanje sedečega načina življenja.

Za tiste, ki že izvajajo športne aktivnosti in želijo izdelek uporabljati kot dopolnilo svojim vajam, se priporoča, da se posvetujejo s osebnim trenerjem za načrtovanje vadbenih sej in izdelavo vadbenega načrta.

S spremljanjem srčnega utripa med vadbo lahko usmerite svojo aktivnost v tri cilje:

- **Zmanjšanje telesne teže:** z vzdrževanjem srčnega utripa med **60 % in 75 %** lahko porabite kalorije brez večjih naporov;
- **Povečanje kapacitete dihanja:** z vzdrževanjem srčnega utripa med **75 % in 85 %** lahko trenirate pljuča, delujoč v aerobnem režimu;
- **Povečanje kardiovaskularnih sposobnosti:** z vzdrževanjem srčnega utripa med **85 % in 95 %** lahko trenirate srce, delujoč v anaerobnem režimu.

Uporaba izdelka mora biti podprta v treh fazah.

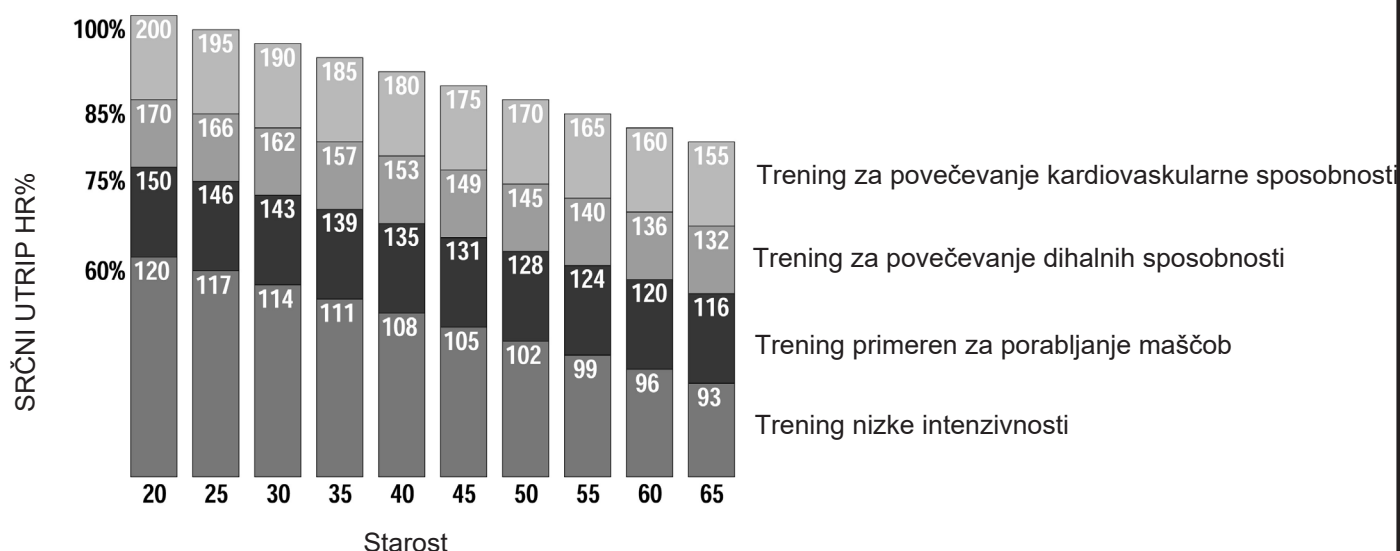
OGREVANJE: Pred začetkom treninga z uporabo izdelka je vedno priporočljivo opraviti nekaj vaj za ogrevanje in sprostitve mišic, da telo ogrejete in pripravite srce ter pljuča.

VADBA: Začnite z manjšo intenzivnostjo, nato pa po ogrevanju postopoma povečujte intenzivnost vadbe, dokler srčni utrip ne doseže želene mejne vrednosti. Ohranite srčni utrip na konstantni ravni v želeni fazi, glede na svoj "cilj" (zmanjšanje telesne teže, izboljšanje kapacitete dihanja ali izboljšanje kardiovaskularnih sposobnosti). V prvih tednih uporabe treningov ne smete podaljšati več kot 20 minut; ko pridobite izkušnje in sposobnosti, lahko seje podaljšate do 60 minut.

OHLAJANJE: Na koncu uporabe izdelka se sprostite z izvajanjem vaj za ohlajanje nekaj minut, vključno z raztezanjem.



Dejavnosti v anaerobnem režimu vadbe so dovoljene le za dobro usposobljene profesionalne športnike.



3.1

PRAKTICNI NASVETI IN PRIPOROCILA ZA UPORABO

Sedite na sedež in prijemite krmilo, da se uravnotežite.



NE plezajte na sedež tako, da stopite na pedal, saj lahko osredotočanje vse teže na eno pedalo poškoduje izdelek.

Postavite pedal v zgornji položaj, nato pa položite prstevod trak za pritrditev stopal in osredotočite sprednji del stopala nad sredino pedala. Nato preverite nastavitev višine sedeža, tako da mora biti noga rahlo upognjena v kolenu, ko je popolnoma iztegnjena na pedal.

Če je noga preveč iztegnjena ali če stopalo ne vstopi popolnoma v trak za pedal, je treba znižati položaj sedeža. Če je noga preveč upognjena, je treba dvigniti položaj sedeža.

Nastavite vertikalni položaj sedeža 26 glede na višino uporabnika:

- Izstopite iz naprave;
- Popustite ročaj 34 v nasprotni smeri urinega kazalca in povlecite ročaj;
- hkrati dvignite ali spustite sedežno cev 31, tako da jo postavite na najprimernejšo odprtino;
- Spustite ročaj 34 in ga zategnite v smeri urinega kazalca.

Nastavite vodoravni položaj sedeža 26, razdaljo med krmilom in sedežem:

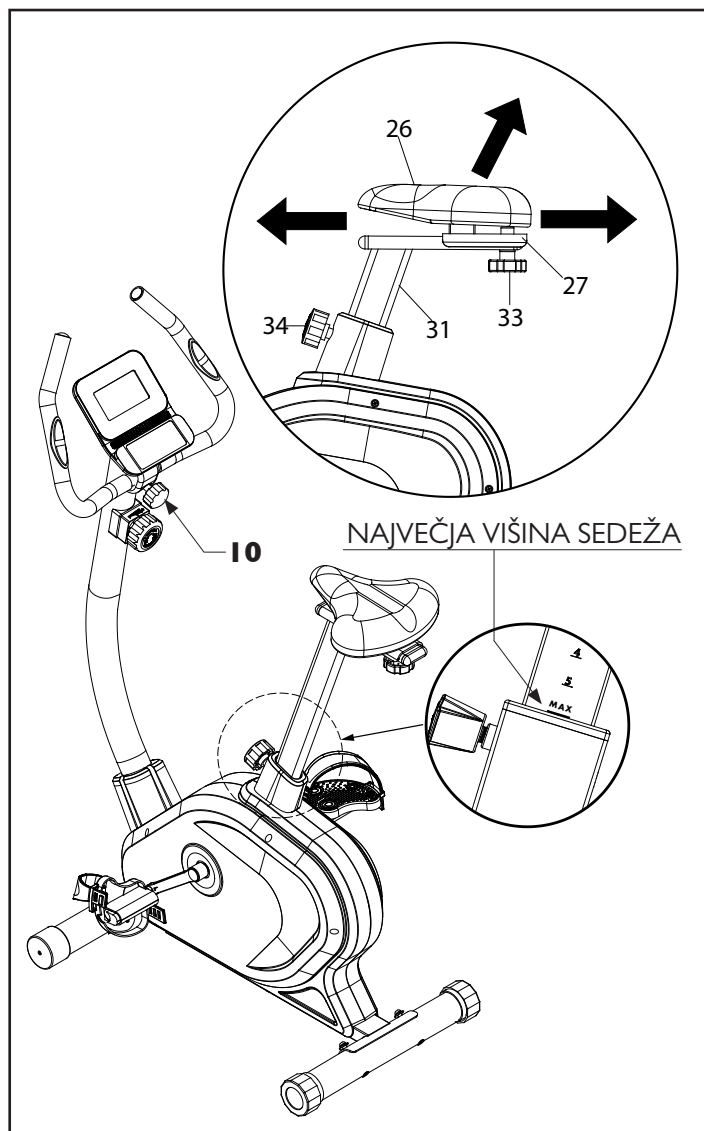
- Izstopite iz naprave in popustite ročaj 33, tako da ga zavrtite v nasprotni smeri urinega kazalca;
- nastavite položaj vodila 27 na želeno mesto;
- zategnite ročaj 33, tako da ga zavrtite v smeri urinega kazalca.



Ohranjanje pravilne drže na napravi je pomembno, pedalirajte le, če sedite na sedežu. Previsoka ali prenizka nastavitvevi sedeža povzroči nepravilno gibanje udov, kar je pogosto vzrok za mišične bolečine.

Naklon krmila se lahko nastavi glede na vašo višino, pri čemer sledite naslednjim postopkom:

- Sedite na sedež, ki je pravilno nastavljen po višini,
- Popustite ročaj 10 dovolj, da omogočite vrtenje krmila,
- Zavrtite krmilo naprej ali nazaj, dokler ne najdete najbolj udobnega položaja za prijem,
- Ponovno zategnite ročaj 10.



NAJVEČJA VIŠINA SEDEŽA



NE dvigujte sedeža nad največjo dovoljeno višino. Na sedežni cevi je vgravirana referenčna črta, ki označuje največjo višino nastavitve (glejte ilustracijo), ki je nikoli ne smete preseči, da preprečite tveganje zlomov ali ločitve cevi, kar bi lahko povzročilo padec uporabnika.

Preden sedete na sedež, se vedno prepričajte, da je zatič ročaja 34 pravilno vstavljen v odprtino sedežne cevi in da je ročaj zategnjen (za zategovanje zavrtite v smeri urinega kazalca).

Primite sedež in s pritiskom z rokami preverite, da je dobro pritrjen.

3.2

DELOVANJE RACUNALNIKA

Računalnik je sestavljen iz zaslona na osnovi tekočih kristalov (LCD), ki prikazuje naslednje podatke:

ZGORNJI DEL ZASLONA

HITROST - RPM

- Trenutna HITROST, ki se meri med vadbo v km/h.

- ŠTEVILO OBRAČANJ NA MINUTO PEDAL, ki se meri med vadbo.

SPODNJI DEL ZASLONA

TIME - ČAS trajanja vadbe, ki začne od nič, ali pa števec, ki odšteva od nastavljenega cilja časa do nič.

DISTANCE - DELNA RAZDALJA nabrana od začetka vadbe, ali pa števec, ki odšteva od skupne razdalje, nastavljene kot cilj, do nič.

CALORIES - Poraba KALORIJ med vadbo, izražena v kcal, ali števec, ki odšteva od nastavljene ciljne porabe kalorij do nič (*).

PULSE - SRČNI UTRIP, izmerjen z držanjem ročnih senzorjev na krmilu.

Vrednost se meri v bpm (udarci na minuto) (*).

(*) Poudariti je treba, da je podana vrednost zgolj približna informacija in v nobenem primeru ne sme biti obravnavana kot medicinski podatek.

Gumb MODE

- Pritisnite MODE pred vadbo, da izberete enega od ciljev, na katerega želite usmeriti svojo vadbo, preklaplajte med: Čas (Time), Razdalja (Distance), Kalorije (Calorie).
Po nastavitvi enega od treh ciljev začnite pedala, da začnete vadbo, in začne se odštevanje od nastavljene vrednosti do nič; konec vadbe bo signaliziran z zvočnim opozorilom.
- Pritisnite MODE med vadbo, da izberete, kateri podatek boste prikazali na zgornjem zaslonu: HITROST (SPEED) ali OBRATI NA MINUTO (RPM).
- Če držite MODE pritisnjen več kot tri sekunde, se izvede ponastavitev vseh podatkov v spominu.

Gumb SET

- Po izbiri vadbenega načina s pomočjo gumba MODE, pritisnite gumb SET, da nastavite podatek, ki ga želite programirati za vadbo: Čas (Time), Razdalja (Distance), Kalorije (Calorie).
- Pritisnite gumb SET, da povečate vrednost za eno enoto, držite gumb pritisnjen, da hitro povečate vrednost.

Gumb RESET

- Po izbiri enega od ciljev vadbe, ki so shranjeni v spominu: Čas (Time), Razdalja (Distance), Kalorije (Calorie), pritisnite gumb RESET, da jo ponastavite, preden naredite novo nastavitev s pomočjo gumba SET.
- Če držite gumb RESET pritisnjen več kot tri sekunde, se izvede ponastavitev vseh podatkov v spominu.

Opomba:

Za prikaz srčnega utripa morate z obema rokama prijati senzorje za merjenje srčnega utripa na krmilu.

Merjenje se izvede po nekaj sekundah; če je merjenje težavno, navlažite roke, da izboljšate stik s senzorji.

Za vklop računalnika pritisnite gumb ali začnite pedala. Po petih minutah po končani vadbi (ko prenehate vrteti pedala) se računalnik samodejno izklopi.



4.0

VZDRŽEVANJE



NEVARNOST

- Ohranjajte napravo vedno čisto in brez prahu.
- Za čiščenje ne uporabljajte vnetljivih ali škodljivih snovi. Za čiščenje plastičnih delov uporabite samo vodne izdelke in mehke krpe.
- Topila, kot so nafta, aceton, bencin, ogljikov tetraklorid, amonijak in olje, ki vsebujejo klorične snovi, lahko poškodujejo in korodirajo plastične dele.

ČIŠČENJE NAPRAVE

- Tedensko očistite zunanje površine z vlažno gobo, ki je namočena v vodo in nevtralnem milu.
- Za čiščenje računalnika uporabite vlažno, a ne preveč mokro krpo, brez močnega drgnjenja.

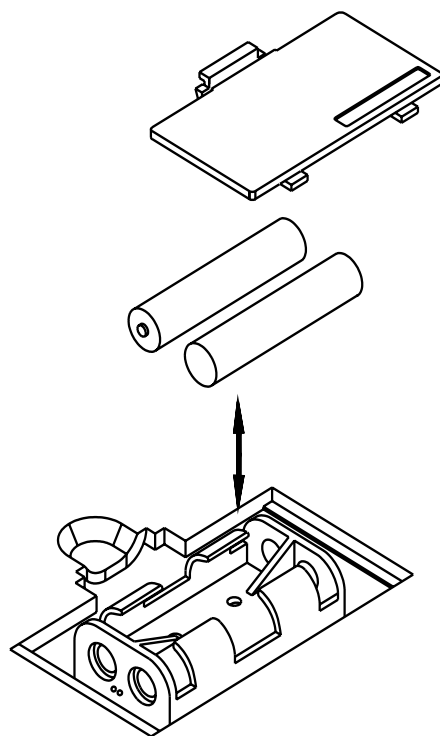
MENJAVA BATERIJ



POZOR

- Uporabite pravilno polariteto, preverite na serigrafiji položaj negativnega in pozitivnega pola.
- Ne mečite izpraznjenih baterij v ogenj.
- Ne mečite izpraznjenih baterij skupaj z drugimi gospodinjskimi odpadki. Poskrbite za ločeno odstranjevanje v ustreznih zabojnikih za baterije.
- Ne poskušajte ponovno polniti izpraznjenih baterij, uporabljajte le nove baterije tipa ministilo (tip AAA).

Ko zaslon začne prikazovati številke s določeno zamudo, to pomeni, da je čas za zamenjavo baterij. Za izvedbo operacije je treba odstraniti pokrov na zadnji strani računalnika, odstraniti izpraznjene baterije in jih zamenjati z dvema novima ministilo baterijama (tip AAA).



5.0

RECIKLAŽA - ODSTRANJEVANJE



Simbol koša za odpadke s črto čez pomeni, da izdelki, ki so na trgu, spadajo pod področje uporabe evropske direktive RoHS za odstranjevanje odpadkov električne in elektronske narave (RAEE).



Oznaka CE pomeni, da izdelek popolnoma ustreza direktivi RoHS 2011/65/EU in da nobena od električnih in elektronskih komponent, vgrajenih v izdelek, ne vsebuje ravnih snovi, ki so nevarne za človeško zdravje, nad predpisanimi mejami.

Ta izdelek ****NE**** sme biti odložen kot običajen gospodinjski odpadki, temveč mora biti odstranjen ločeno (v državah Evropske unije) in predan v ustrezne zbirne centre za odstranjevanje in recikliranje takšnih izdelkov.

Garlando S.p.A. spodbuja spoštovanje narave in človeškega zdravja tudi izven Evropske unije ter si prizadeva, da se upoštevajo lokalna pravila za odstranjevanje in recikliranje, pri čemer se, kjer je to mogoče, uporablja ločeno zbiranje električnih in elektronskih naprav, kot tudi številnih komponent (kot so železo, baker, plastika itd.), ki jih je mogoče reciklirati in ponovno uporabiti.

6.0

REZERVNI DELI

Za naročanje rezervnih delov se sklicujte na razstavni načrt, ki se nahaja na naslednji strani.

Naročilo rezervnih delov mora vsebovati naslednje informacije:

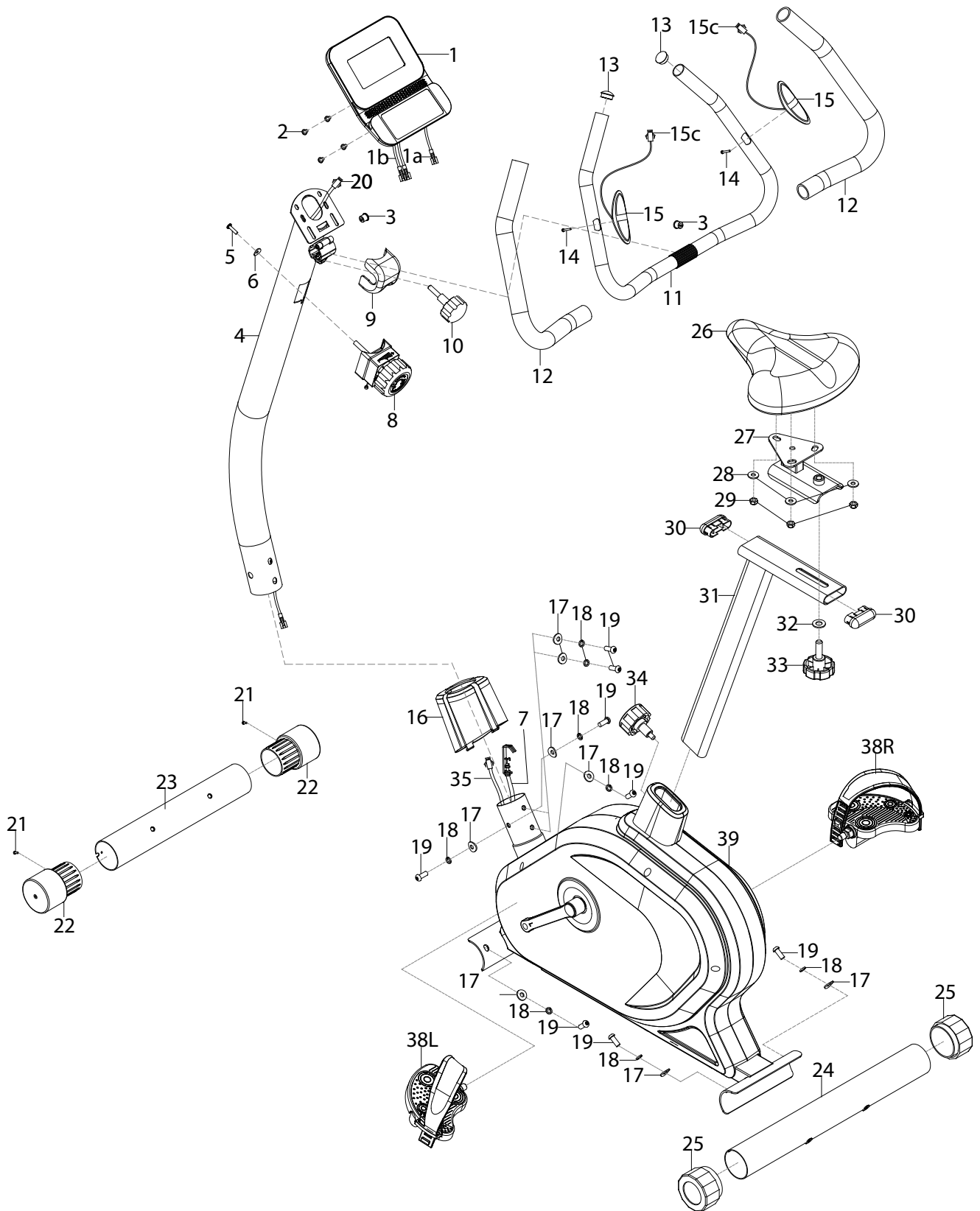
1. Blagovna znamka in model izdelka - glejte nalepko izdelka
2. Ime dela, ki ga je treba zamenjati - glejte seznam rezervnih delov
3. Številka referenčnega dela - glejte razstavni načrt
4. Zahtevana količina
5. Kontaktni podatki in informacije za pošiljanje

Naročilo rezervnih delov mora biti oddano v pisni obliki, po e-pošti na spodnje kontaktne podatke:

servis@enim.si oz.
assistenza.toorx@garlando.it

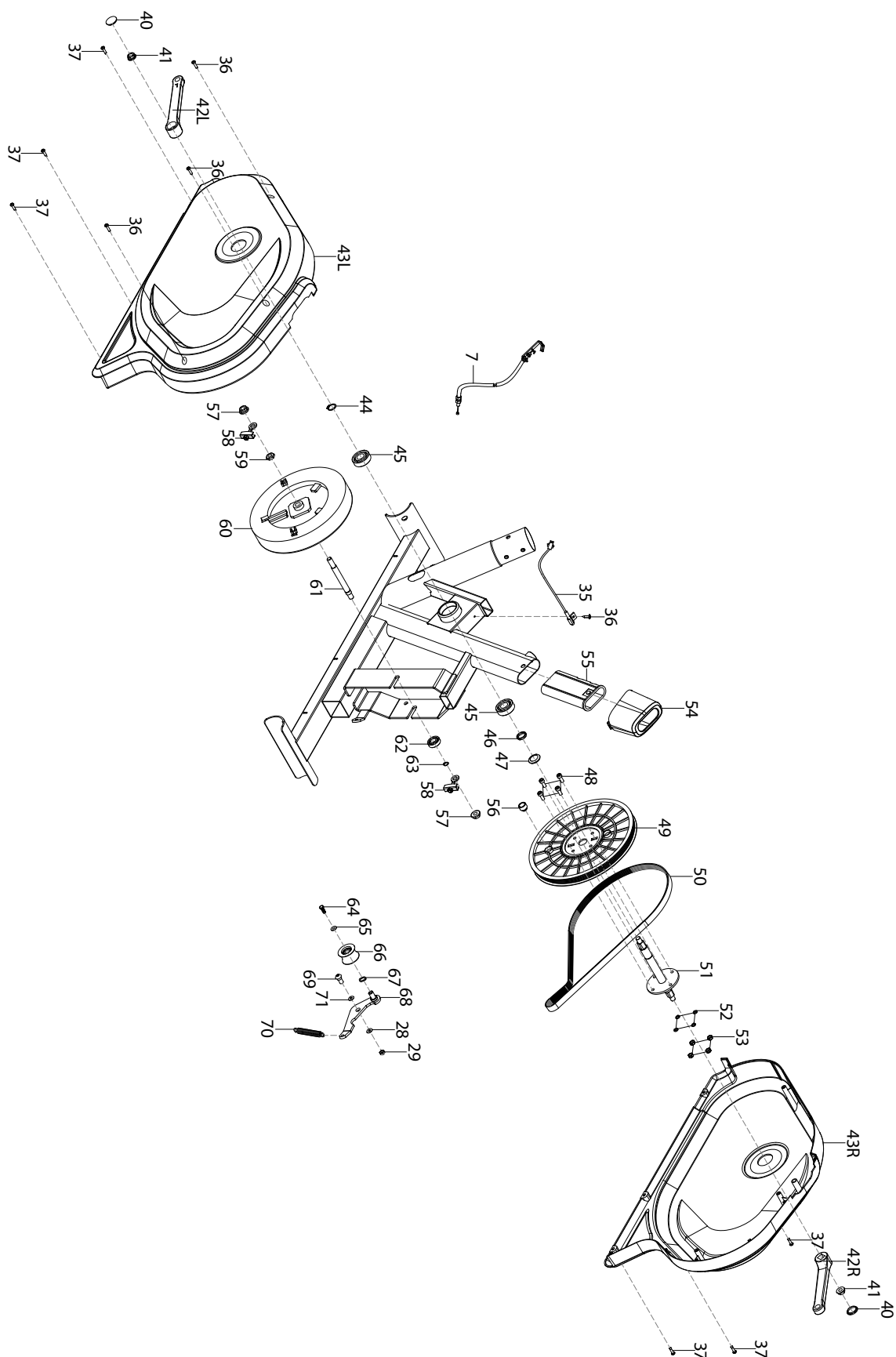
6.1

EKSPLODIRANA SLIKA - I



6.2

EKSPLODIRANA SLIKA - 2



6.2
SEZNAM DELOV

Št.	Opis	Kol.	Št.	Opis	Kol.
1	Console	1	52	Rondella spaccata Ø8 mm	4
1a	Connettore sensore di velocità	1	53	Dado autobloccante M6xH6xS10 mm	4
1b	Connettore sensori palmari pulsazioni	1	54	Rivestimento imbocco sella	1
2	Vite M5x10xØ10 mm	4	55	Boccola	1
3	Passacavo in gomma	2	56	Magnete tondo	1
4	Tubo di supporto manubrio	1	57	Dado M10x1xH8xS15 mm	2
5	Vite M5x20xØ10 mm	1	58	Bullone tendi cinghia	2
6	Rondella curva Ø5xØ16x1.5xR30 mm	1	59	Dado M10x1xH5xS17 mm	1
7	Cavo d'acciaio del freno magnetico	1	60	Volano	1
8	Manopola regolazione intensità + tirante	1	61	Asse volano	1
9	Copertura morsetto manubrio	1	62	Cuscinetto 6001	1
10	Manopola regolazione inclinazione manubrio	1	63	Rondella piana Ø12x1.0 mm	1
11	Manubrio	1	64	Vite M6x10xS10 mm	1
12	Rivestimento manubrio	2	65	Rondella piana Ø6xØ13x1.5 mm	1
13	Tappo tondo manubrio Ø25 mm	2	66	Puleggia tendi cinghia	1
14	Vite autofilettante ST4.0x19xØ11 mm	2	67	Rondella ondulata Ø12xØ15.5xS5 mm	1
15	Sensori di rilevazione pulsanzioni cardiache	2	68	Staffa per lueggia tendi cinghia	1
15c	Cablaggio sensori palmari	2	69	Vite M8x12xØ10x5.5xS5 mm	1
16	Rivestimento conico	1	70	Molla di tensionamento	1
17	Rondella curva Ø8xØ20x2.0xR30 mm	8	71	Rondella piana Ø12xØ17xT0.5 mm	1
18	Rondella spaccata Ø8 mm	8	A	Chiave a brugola S5	1
19	Vite M8x20xS5 mm	8	B	Chiave aperta S13-14-15	1
20	Cablaggio sensore di velocità	1			
21	Vite autofilettante ST3.0x10xØ5.6 mm	2			
22	Ruota di spostamento anteriore	2			
23	Barra di appoggio anteriore	1			
24	Barra di appoggio posteriore	1			
25	Supporto regolabile	2			
26	Sella	1			
27	Slitta di regolazione orizzontale sella	1			
28	Rondella piana Ø8xØ20xT2.0 mm	4			
29	Dado autobloccante M8xH7.5xS13	4			
30	Tappo ovale	2			
31	Tubo di regolazione altezza sella	1			
32	Rondella piana Ø12xØ24xT2.0 mm	1			
33	Manopola regolazione orizzontale sella	1			
34	Manopola regolazione altezza sella	1			
35	Sensore di velocità cablato	1			
36	Vite autofilettante ST4.2x16xØ8 mm	4			
37	Vite autofilettante ST4.2x16xØ8 mm	6			
38L/R	Pedale	1/1			
39	Corpo principale	1			
40	Tappo tondo pedivella	2			
41	Dado M10x1.25xH7.5xS14 mm	2			
42L/R	Pedivella SX/DX	1/1			
43L/R	Copertura telaio SX/DX	1/1			
44	Rondella piana Ø17xT1.0 mm	1			
45	Cuscinetto 6203	2			
46	Distanziale Ø22xØ18x4 mm	1			
47	Rondella ondulata Ø17xØ22x0.3 mm	1			
48	Vite M6x15xS5 mm	4			
49	Puleggia trasmissione	1			
50	Cinghia	1			
51	Albero movimento centrale	1			

Distributer:

ENIM d.o.o.

Tržaška cesta 23

2000 MARIBOR

W: www.enim.si

E: info@enim.si

T: 02 292 77 90

SERVIS:

E: servis@enim.si

T: 041 341 949

Uvoznik:



GARLANDO SPA

Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1

I 5068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy

www.toorx.it - info@toorx.it