

TOORX

PROFESSIONAL LINE

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Kod: GRLDTOORXRWXAM7

Revizja: 00

Edycja: 10/24



RWX AIRMAG 7000



Należy przeczytać instrukcję z największą
uwagą i trzymać ją zawsze pod ręką,
w pobliżu produktu.



SPIS TREŚCI

1.0	OSTRZEŻENIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA.....	str. 3
1.1	PRZEWIDZIANE UŻYCIE.....	str. 4
1.2	TABLICZKI ZNAMIONOWE NA PRODUKCIE.....	str. 5
1.3	CHARAKTERYSTYKA TECHNICZNA.....	str. 6
1.4	POZIOM HAŁASU.....	str. 7
2.0	MIEJSCE INSTALACJI PRODUKTU.....	str.8
2.1	ROZPAKOWANIE I ZAWARTOŚĆ KARTONU.....	str.9
2.2	MONTAŻ PRODUKTU.....	str.11
2.3	REGULACJA INTENSYWNOŚCI.....	str.17
2.4	REGULACJA PLATFORM POD STOPY.....	str.18
2.5	REGULACJA POZYCJI KONSOLI.....	str.18
2.6	PRZEMIESZCZANIE PRODUKTU.....	str.19
2.7	POZYCJA OSZCZĘDZAJĄCA MIEJSCE.....	str.20
3.0	PROGRAM TRENINGOWY.....	str.21
3.1	UŻYWANIE PASA NADAJNIKA (OPCJONALNE).....	str. 22
3.2	PORADY DOTYCZĄCE UŻYTKOWANIA.....	str.23
3.3	FUNKCJE KONSOLI (WYŚWIETLACZ SX).....	str.24
•	FUNKCJE KONSOLI (WYŚWIETLACZ DX).....	str.25
3.4	FUNKCJE KONSOLI (PRZYCISKI).....	str.26
3.5	TRYB QUICKSTART.....	str.27
3.6	PROGRAMY INTERWAŁOWE.....	str.28
3.7	PAMIĘĆ WYNIKÓW TRENINGU.....	str.29
4.0	KONSERWACJA.....	str.30
•	CZYSZCZENIE URZĄDZENIA.....	str.30
•	WYMIANA BATERII.....	str.31
•	REGULACJA CIĘGNA ELASTYCZNEGO.....	str.31
5.0	UTYLIZACJA.....	str.33
6.0	KATALOG I ZAMAWIANIE CZĘŚCI ZAMIENNYCH.....	str.33
6.1	RYSUNEK CZĘŚCI ZAMIENNYCH.....	str.34
6.2	LISTA CZĘŚCI ZAMIENNYCH	str.35
7.0	GWARANCJA.....	str.37

- Przeczytaj uważnie niniejszą instrukcję przed pierwszym użyciem i zachowaj ją na przyszłość.
- Urządzenie posiada certyfikat klasy S i nadaje się do instalacji zarówno wewnątrz siłowni (centrów fitness), jak i w hotelach lub ośrodkach wellness w celu użytku zbiorowego (komercyjnego). Gdy urządzenie jest instalowane w centrach fitness, hotelach, klubach sportowych lub klubach prywatnych, obowiązkowe jest, aby użytkownicy posiadali zaświadczenie lekarskie wydane dla celów sportowych, potwierdzające ich zdolność do aktywności fizycznej.
- Trener należy użytkować wyłącznie na płaskiej, równej powierzchni. Aby zapobiec uszkodzeniu podłogi lub wykładziny (dywanu), należy zabezpieczyć ją odpowiednią matą pod urządzeniem.
- Należy upewnić się, że każda osoba korzystająca z urządzenia dobrze zrozumiała instrukcję, nadzorując pierwsze fazy (etapy) jej treningu. Instrukcja obsługi powinna znajdować się zawsze w pobliżu trenera, aby umożliwić szybką konsultację w razie potrzeby.
- Należy dopilnować, aby z urządzenia korzystały wyłącznie osoby, które ukończyły 16 lat i znajdują się w dobrym stanie fizycznym (zdrowiu).
- Zawsze nosić odzież odpowiednią do aktywności sportowej, która nie krępuje ruchów.
- Zawsze używaj obuwia sportowego (trampki/sneakersów) przeznaczonego do biegania.
- Gdy składasz urządzenie, aby je schować, upewnij się, że w pobliżu nie ma dzieci lub dopilnuj, by nie dotykały one rękami żadnych ruchomych (składanych) części.
- Jeśli w trakcie korzystania z urządzenia poczujesz zawroty głowy, ból w klatce piersiowej lub duszność, natychmiast przerwij ćwiczenie i skonsultuj się ze swoim lekarzem.
- Należy regularnie sprawdzać dokręcenie wszystkich śrub i nakrętek, a także stan wszystkich części urządzenia.
- **NIE WOLNO** instalować urządzenia w placówkach medycznych; produkt ten nie jest przeznaczony do celów rehabilitacyjnych.
- **NIE WOLNO** dotykać wyświetlacza oraz plastikowych części urządzenia ostro zakończonymi przedmiotami lub szczotkami, gąbkami ściernymi lub agresywnymi środkami chemicznymi.
- **NIE WOLNO** demontować części urządzenia, chyba że operacja ta została wyraźnie określona w instrukcji obsługi.
- **NIE WOLNO** umieszczać urządzenia w piwnicach, na tarasach, w wilgotnych pomieszczeniach ani ogólnie w strefach narażonych na wilgoć. **NIE NALEŻY** także pozostawiać go wystawionego na działanie czynników atmosferycznych (deszcz, słońce itp.).
- **NIE WOLNO** dopuszczać dzieci ani zwierząt do zbliżania się do urządzenia. Zaleca się umieszczenie urządzenia w przeznaczonym do tego pomieszczeniu, wyposażonym w drzwi uniemożliwiające dostęp osobom nieupoważnionym do korzystania z tego typu produktu.
- Nigdy nie używaj urządzenia, jeśli jest uszkodzone lub nie jest w idealnym stanie. W przypadku awarii i/lub nieprawidłowego działania urządzenia nie wolno go samodzielnie naprawiać. W celu dokonania ewentualnej naprawy należy zwrócić się wyłącznie do autoryzowanego centrum serwisowego.
- **NIE NALEŻY** zakładać odzieży wykonanej z materiałów syntetycznych lub mieszanki wełny, które utrudniają wentylację (oddychanie skóry) podczas treningu. Stosowanie nieodpowiednich ubrań może prowadzić do problemów natury higienicznej, a także stwarza możliwość generowania ładunków elektrostatycznych.

Opisany poniżej produkt jest urządzeniem do użytku sportowego, które umożliwia uprawianie „rowingu”, symulując specyficzny ruch wiosłowania w wioślarstwie, który dzieli się na cztery fazy: chwyt (atak), pociągnięcie (spięcie), finał i powrót (odzyskanie). Rowingiem (wioślarstwem) tonizuje się mięśnie i poprawia się postawę, zapobiegając niektórym dolegliwościom kostno-stawowym i mięśniowo-szkieletowym; wspomaga również intensywny ruch kończyn, który prowadzi do działania odchudzającego na całe ciało. Produkt jest specjalnie wyposażony w programy treningowe zaprojektowane do pracy w połączeniu z obwodami do treningu wielofunkcyjnego typu Cross Fit.

Produkt jest zaprojektowany i certyfikowany w klasie „S”, do użytku zbiorowego w środowisku profesjonalnym (centra fitness i siłownie), a ewentualnie może być używany także w klubach, hotelach i ośrodkach wellness, dla tych, którzy chcą uzupełnić ofertę o produkt wyjątkowy, wytrzymały i zgodny ze standardami jakości sprzętu profesjonalnego.

Opisany produkt nie jest przeznaczony do celów medycznych ani terapeutycznych.

Aby mieć pewność, że trening odbywa się w sposób bezpieczny, niezbędne jest przestrzeganie wszystkich instrukcji i ostrzeżeń zawartych w niniejszej instrukcji obsługi. Intensywne i długotrwałe wysiłki wymagają dobrej kondycji fizycznej i z tego powodu należy ocenić przeciwwskazania do użycia wymienione poniżej.

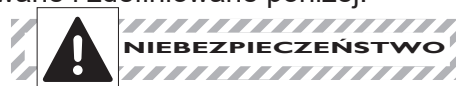
Użycie produktu jest zabronione w następujących warunkach:

- użytkownik jest w wieku poniżej 16 lat;
- użytkownik waży więcej niż limit podany na tabliczce znamionowej i w danych technicznych;
- użytkownik jest w ciąży;
- użytkownik ma cukrzycę;
- użytkownik ma schorzenia związane z sercem, płucami lub nerkami.

Gwarancja na produkt oraz odpowiedzialność dystrybutora wygasają w następujących przypadkach:

- niewłaściwe użycie produktu, niezgodne z tym określonym w instrukcji obsługi;
- nieprzestrzeganie interwałów i sposobów konserwacji;
- samodzielna ingerencja w produkt (przerabianie/majstrowanie);
- stosowanie nieoryginalnych części zamiennych;
- nieprzestrzeganie ostrzeżeń dotyczących bezpieczeństwa umieszczonych w piktogramach i w instrukcji obsługi;
- brak kontroli lekarskiej i brak zaświadczenia do celów sportowych, potwierdzającego zdolność użytkownika do uprawiania sportu związanego z wysiłkiem.

Niniejsza instrukcja zawiera wszystkie informacje dotyczące instalacji, konserwacji i prawidłowego użytkowania urządzenia. Użytkownicy produktu mają obowiązek przeczytania z największą uwagą informacji zawartych w tym podręczniku, aby zapewnić bezpieczną instalację i prawidłowe użycie. Przestrzeganie zaleceń zawartych w instrukcji gwarantuje maksymalne bezpieczeństwo osobiste oraz dłuższą trwałość samego produktu. Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa i istotne fragmenty tekstu zostały wyróżnione pogrubioną czcionką i są poprzedzone symbolami, które zostały zilustrowane i zdefiniowane poniżej.



Informacje wyróżnione tym symbolem oznaczają NIEBEZPIECZEŃSTWO; należy zachować najwyższą ostrożność, aby uniknąć obrażeń ciała (personalnych).



Informacje wyróżnione tym symbolem oznaczają OSTROŻNOŚĆ; należy zachować najwyższą uwagę, aby uniknąć uszkodzenia produktu.

UWAGA

Rysunki zawarte w instrukcji mają na celu uproszczenie i uczynienie poruszanych tematów bardziej intuicyjnymi. Jednakże, ze względu na ciągłe aktualizowanie produktów, możliwe jest, że niektóre z tych rysunków będą różnić się od zakupionego produktu. W takim przypadku należy pamiętać, że są to aspekty estetyczne, a bezpieczeństwo i informacje z nim związane pozostają w każdym przypadku zagwarantowane.

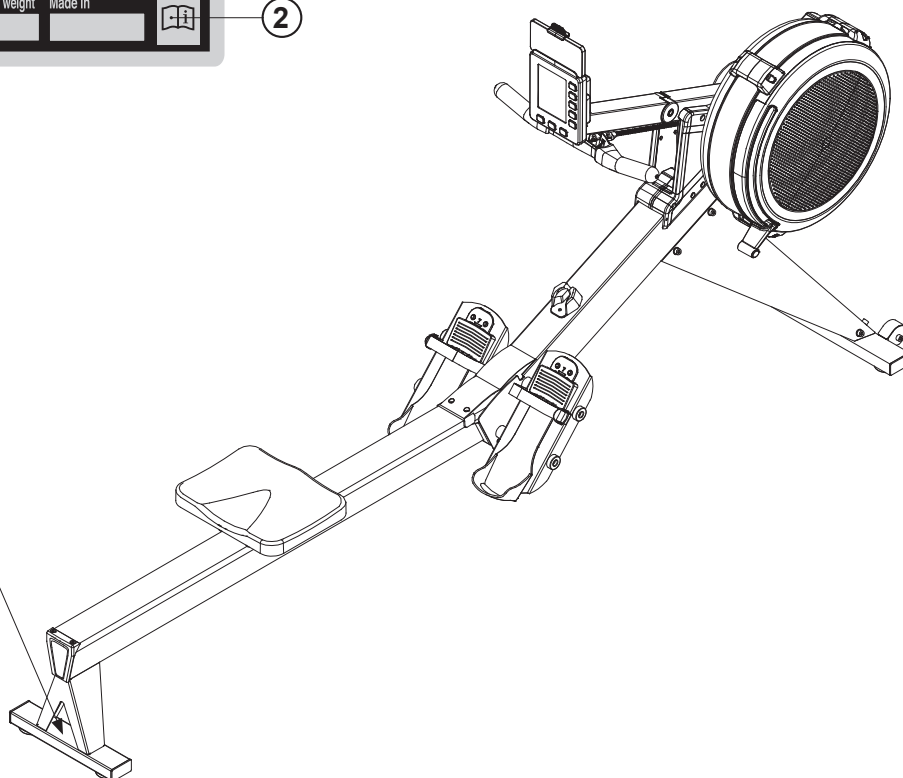
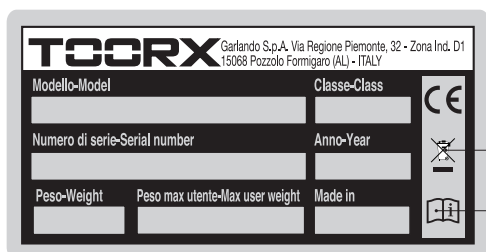
Producent prowadzi politykę ciągłego rozwoju i aktualizacji, i może wprowadzać zmiany w estetycznych częściach produktu bez wcześniejszego powiadomienia.

1.2

TABLICZKI ZNAMIONOWE NA PRODUKCIE

1. Tabliczka Identyfikacyjna produktu zawiera adres dystrybutora, główne dane techniczne oraz numer seryjny.
2. Symbol wskazujący na obowiązek przeczytania instrukcji obsługi przed wykonaniem jakichkolwiek czynności montażowych lub jakiegokolwiek interwencji konserwacyjnej (serwisowej) na produkcie.
3. Symbole wskazujące na zgodność produktu z dyrektywami wspólnotowymi dotyczącymi przetwarzania i utylizacji substancji niebezpiecznych w sprzęcie elektrycznym i elektronicznym.

Tabliczka identyfikacyjna nie może zostać usunięta ani naruszona, a symbol modelu produktu i numer seryjny muszą być zawsze podawane w przypadku zamawiania części zamiennych.



SYSTEM GENERUJĄCY OPÓR DLA RUCHU WIOSŁOWANIA	system oporu powietrzno-magnetyczny
REGULACJA OPORU	regulacja ręczna na 16 poziomach - L1 ÷ L10 za pomocą regulatora przepływu powietrza, L11 ÷ L16 za pomocą systemu kombinowanego: przepływ powietrza + magnetyczny
INFORMACJE DOTYCZĄCE KONSOLI	wiosłowania/minutę (SPM), wiosłowania całkowite, kalorie, kalorie/godzinę, czas, czas/500 m, czas średni/500, dystans, dystans/30 minut, dystans/wiosłowanie, puls (tętno), Watt, Watty średnie, poziom intensywności (oporu), cykl programu, międzyczas (split) czas/500, międzyczas (split) kalorie, kalendarz, pamięć wyników treningów
PROGRAMY TRENINGOWE	QuickStart (Szybki Start), 3 programy Odliczania (Countdown), 3 programy Interwałowe (Interwał)
SIODEŁKO WIOŚLARZA	płozie
WYMIARY W POZYCJI ROBOCZEJ	2420 x 620 x 1230 mm
WAGA PRODUKTU	47,6 kg
WAGA PRODUKTU Z OPAKOWANIEM	54,9 kg
MAKSYMALNA MASA	150 kg
POMIAR TĘTNA	bezprowadowy odbiornik HR (tętna) (*)
DEKLARACJA ZGODNOŚCI	Normy : EN ISO 20957-1 - EN 957-7 (clasa S) Dyrektywy: 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2014/35/UE - 2011/65/UE
ZASILANIE KONTROLI	częściowo zasilana autonomicznie (samozasilana) poprzez generator elektryczny. Baterie podtrzymujące (awaryjne): dwie baterie 1,5 V typu D (grube paluszki).

(*) Bezprzewodowy odbiornik tętna (HR) zamontowany w produkcie jest kompatybilny z nadajnikiem (pasem) na klatkę piersiową typu niekodowanego (analogowego) o częstotliwości 5.3 kHz.

Nadajnik na klatkę piersiową (pas telemetryczny) nie jest dołączony do produktu, można go dokupić.

Podczas projektowania produktu przestrzegano wszystkich wytycznych dotyczących ograniczenia emisji hałasu, dynamicznie wyważając wszystkie obracające się części. Rzeczywisty poziom hałasu generowany przez produkt na stanowisku użytkownika wynosi od 75 dB(A) do 85 dB(A), w zależności od stopnia intensywności treningu. Inne elementy, które mogą wpływać i oddziaływać na ogólny poziom hałasu, to:

- czas trwania ekspozycji (na hałas);
- inne urządzenia pracujące w pobliżu produktu;
- typ i charakterystyka budynku, w którym używany jest produkt;
- stosowanie odpowiednich zabezpieczeń akustycznych (ochraniaczy słuchu).

Emisję hałasu można ograniczyć poprzez:

- odpowiednią regulację intensywności ćwiczenia;
- regularne przeprowadzanie przewidzianej konserwacji elementów mechanicznych, a w szczególności utrzymywanie w czystości (wolnej od kurzu) kratki regulatora przepływu powietrza;
- instalowanie odpowiednich mat (dywaników) dźwiękochłonnych.

Warto pamiętać, że przedłużona ekspozycja na hałas może prowadzić do problemów zdrowotnych, dlatego obowiązkowe jest stosowanie odpowiednich środków ochrony indywidualnej (na przykład zatyczek do uszu, słuchawek itp.).

W takich przypadkach należy pamiętać, że kierownik centrum fitness ma prawny obowiązek podjęcia następujących działań:

- ograniczyć czas ekspozycji poprzez ustalenie maksymalnego czasu użytkowania produktu;
- dostarczyć środki ochrony indywidualnej, a także zapewnić przeszkolenie użytkowników w zakresie ich stosowania;
- informować użytkowników o ryzyku wynikającym z przedłużonej ekspozycji na hałas.

CHARAKTERYSTYKA POMIESZCZENIA:

Środowisko (pomieszczenie) odpowiednie do instalacji i przechowywania produktu powinno być:

- o zadaszone i wystarczająco przestronne;
- o wyposażone w odpowiednie oświetlenie sztuczne i naturalne;
- o wyposażone w jedno lub więcej okien wentylacyjnych (umożliwiających wentylację);
- o temperaturze roboczej (eksploatacji) w zakresie od 5 do 32 stopni Celsjusza;
- o wilgotności względnej w zakresie od 20 do 90 procent.

Produktu **NIE WOLNO** instalować na zewnątrz ani w wilgotnych pomieszczeniach, ani w miejscach narażonych na atmosferę słoną (np. nad morzem).

CHARAKTERYSTYKA PODŁOŻA (PODŁOGI):

Podłoże (podłoga) odpowiednie do ustawienia produktu musi być:

- o idealnie równej nawierzchni,
- o stropie (lub: konstrukcji) o nośności odpowiedniej do wagi produktu.

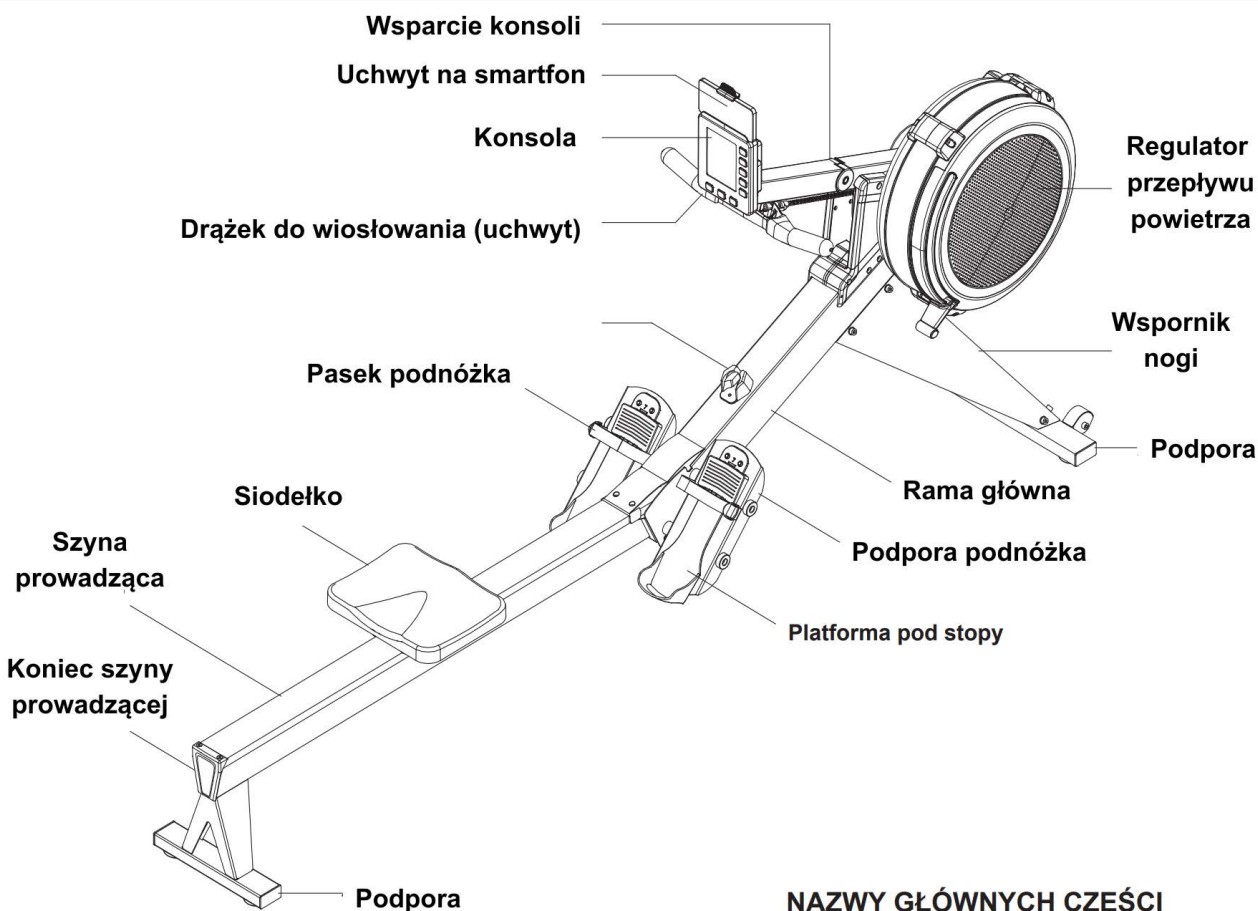
WYMAGANIA DOTYCZĄCE POMIESZCZENIA:

- Miejsce w pomieszczeniu, w którym ustawiony jest produkt, nie może być narażone na bezpośrednie działanie promieni słonecznych; w przypadku obecności dużej powierzchni okiennej należy zastosować zasłaniającą zasłonę ochronną.
- Produkt należy również trzymać z dala od systemów klimatyzacji i ogrzewania, aby uniknąć nadmiernego narażenia na strumienie wentylacyjne podczas treningu.

WYMOGI BEZPIECZEŃSTWA:

- Konieczne jest zainstalowanie produktu w pomieszczeniu wyposażonym w drzwi z zamkiem, aby uniemożliwić dostęp dzieciom i zwierzętom.

Podłoże wykonane z materiałów szlachetnych (na przykład: wykładzina dywanowa lub parkiet) musi być chronione w miejscach styku (podparcia) za pomocą gumowej płyty lub kawałków filcu.



NAZWY GŁÓWNYCH CZĘŚCI

2.1

ROZPAKOWANIE I ZAWARTOŚĆ KARTONU

Opakowanie składa się z kartonowego pudełka zamkniętego zszywkami i taśmami bandującymi (taśmami do spinania). Aby podnieść i przenieść pudełko, należy poprosić o pomoc dwie inne osoby. Podczas odkładania pudełka na podłogę należy przestrzegać oznaczenia „Góra”, zasygnalizowanego przez odpowiednią strzałkę wydrukowaną na kartonie. Aby otworzyć pudełko, należy przeciąć nożyczkami taśmy bandujące, a następnie usunąć i zutylizować metalowe zszywki zamykające.



Zaleca się nie wyrzucać oryginalnego opakowania. Jest ono niezbędne, gdyby produkt wykazywał wady i była potrzebna naprawa gwarancyjna.

- Po przecięciu taśm bandujących podnieść kartonową pokrywę aż do całkowitego usunięcia jej z pudełka.
 1. Usunąć dwa górne bloki styropianowe (polistyrenowe) oznaczone na rysunku literą X. Wyjąć i odłożyć na bok trzy kształtki styropianowe oznaczone symbolami A, B, C.
 2. Ułożyć na podłodze trzy kształtki styropianowe oznaczone symbolami A, B, C w sposób przedstawiony na rysunku.
 3. Z pomocą drugiej osoby podnieść wstępnie zmontowaną ramę główną (133) i umieścić ją na trzech kształtkach styropianowych A, B, C w sposób przedstawiony na rysunku.
- Wymij z pudełka wszystkie materiały montażowe.



Opakowanie wykonane jest z materiałów nadających się do recyklingu; w celu utylizacji elementów opakowania należy przestrzegać lokalnych przepisów dotyczących odzyskiwania surowców wtórnych. Elementy opakowania (karton i torebki) nie mogą być pozostawiane w zasięgu dzieci, ponieważ stanowią potencjalne źródło zagrożenia.

Lista materiałów opakowania i ich segregacja:



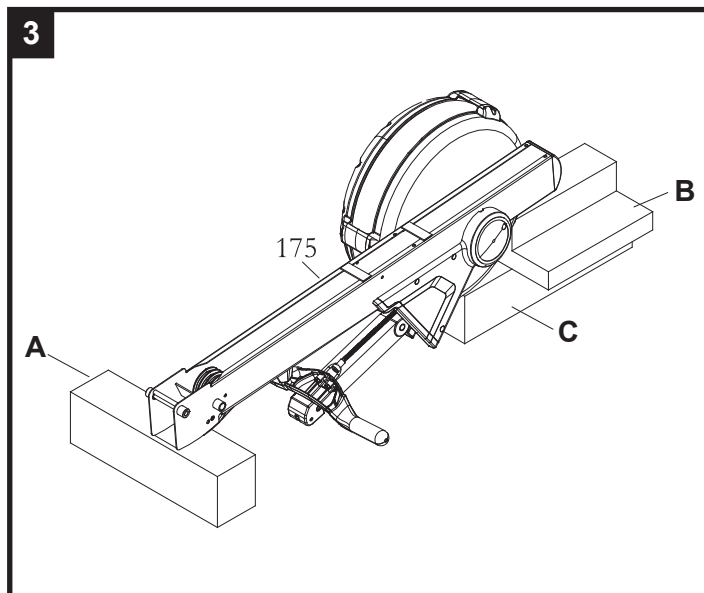
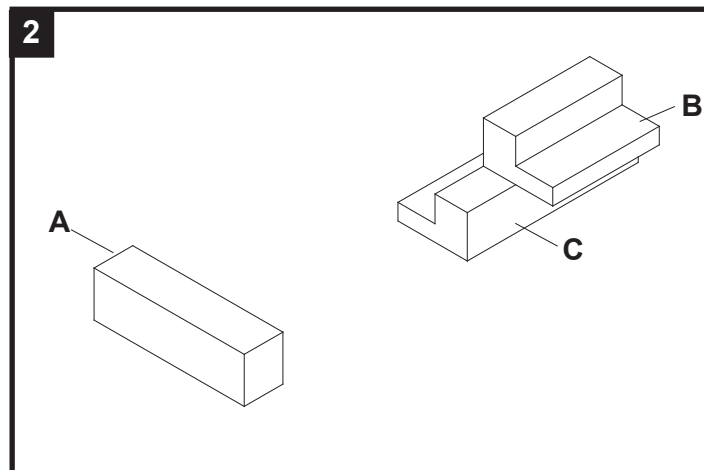
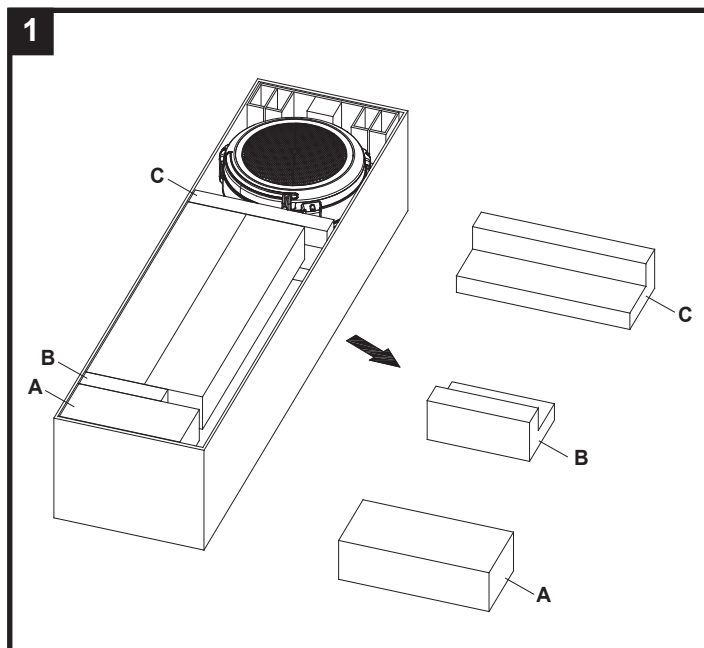
Opakowanie zewnętrzne – utylizacja papier/karton.

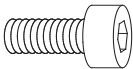

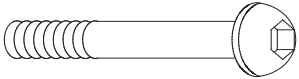


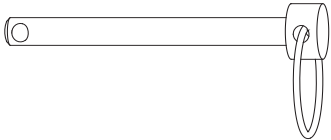


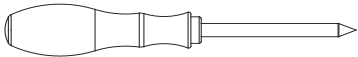

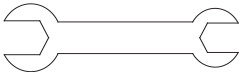




Styropian – utylizacja plastik.



Torebki foliowe – utylizacja plastik.



Rysunek	Część nr.	Opis	Ilość
	173	Śruba Imbusowa M8x20 mm	2
	131	Śruba z łbem krzyżkowym M6x12 mm	3
	78	Śruba Imbusowa M8x75 mm	1
	81	Śruba Imbusowa M8x12 mm	8
	79	Podkładka Płaska M8	9
	98	Sworzeń blokujący szynę	1
	178	Pierścien Plastikowy Platformy	2
	80	Nakrętka Samokontrolująca M8	1
	102	Śrubokręt Krzyżakowy	1
	103	Klucz Imbusowy 6mm	2
	104	Klucz Płaski 13-15 mm	1
	139	Oś Platformy 16mm	1
	140	Oś Platformy 12mm	1

ELEMENTY MONTAŻOWE

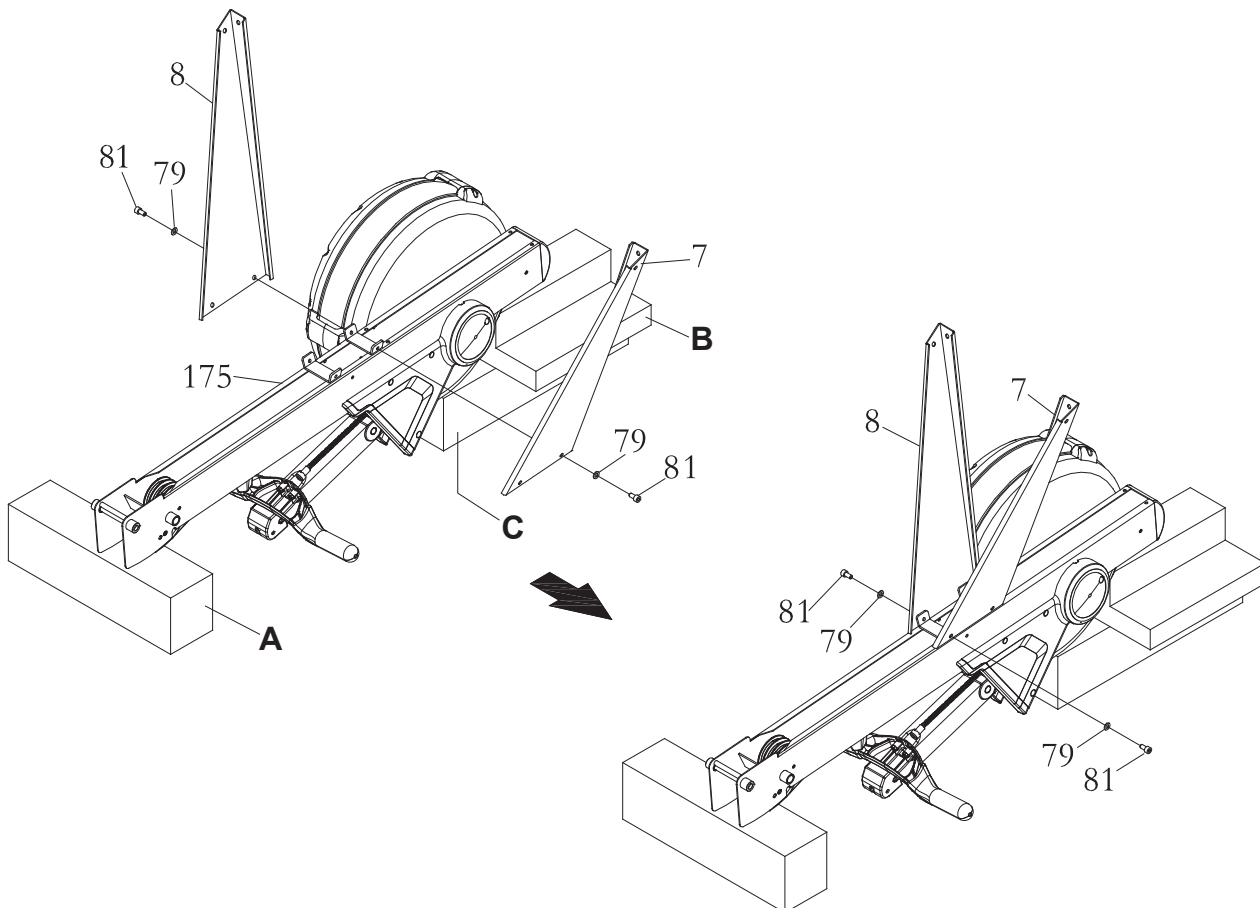
Po wyjęciu produktu z pudełka należy sprawdzić, czy nie doszło do uszkodzeń podczas transportu oraz upewnić się, że obecne są wszystkie części przedstawione na kolejnych stronach.

Po otwarciu oryginalnego opakowania w wybranym miejscu instalacji produktu, aby ułatwić operacje montażowe, należy przygotować w pomieszczeniu strefę wolną od elementów wyposażenia (mebli), a następnie wyjąć cały materiał z opakowania i rozłożyć go na podłodze, gotowy do montażu.

Montaż wsporników przedniej belki podporowej:

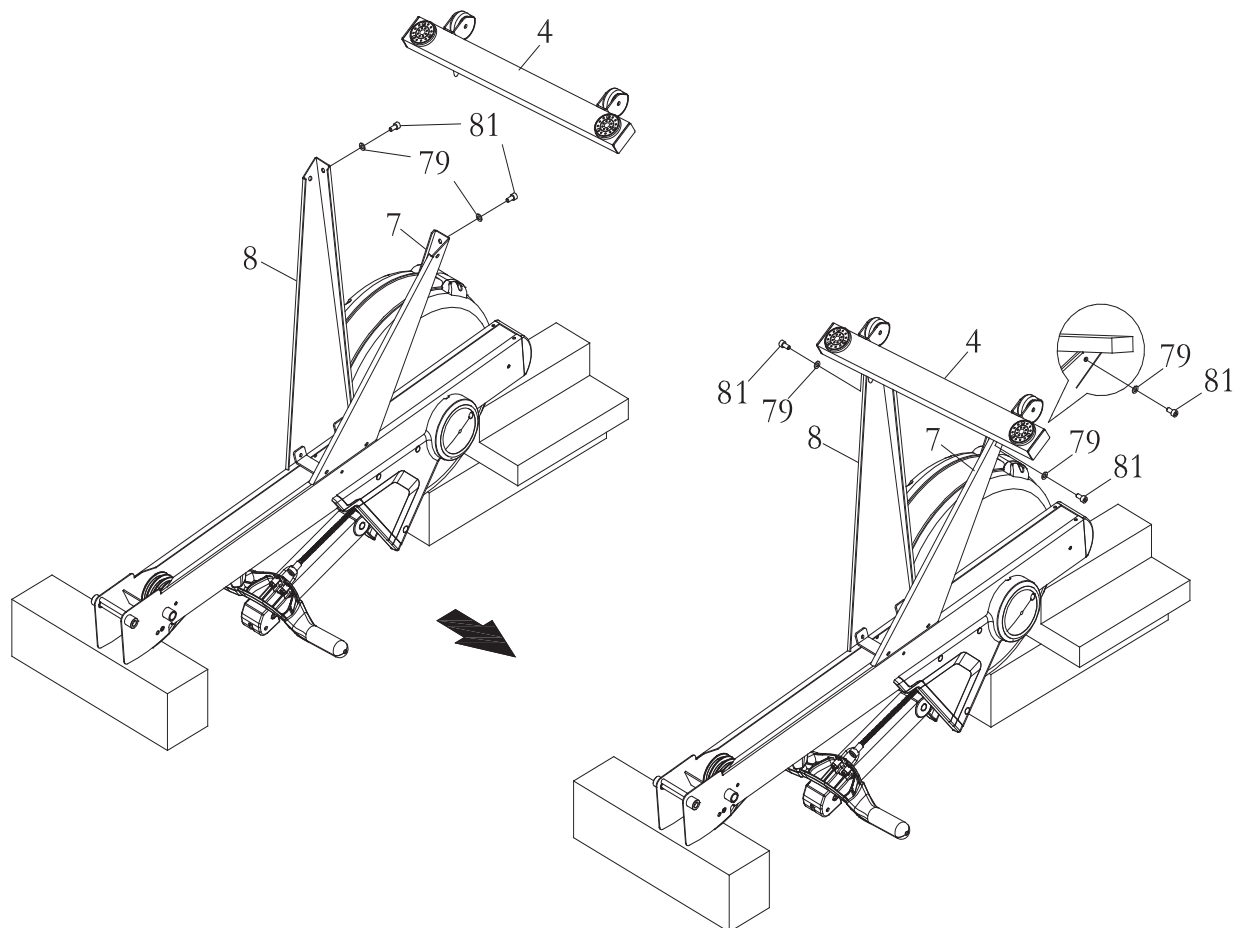
- Rozłożyć na podłodze ramę główną (175), a w celu ochrony konstrukcji odwrócić ją i oprzeć na trzech kształtkach styropianowych (polistyrenowych) A, B i C, wcześniej ułożonych na ziemi, zgodnie z ilustracją.
- Przymocować do boków ramy głównej (175) wsporniki (uchwyty) wspierające: lewy (7) i prawy (8), dokręcając każdy z nich dwoma śrubami (81) [M8x1.25x12 mm] z podkładkami płaskimi (79) [M8].

Uwaga: Wkręcić śruby (81) bez dokręcania; mocno dokręcić śruby dopiero po zamocowaniu przedniej belki podporowej (4).



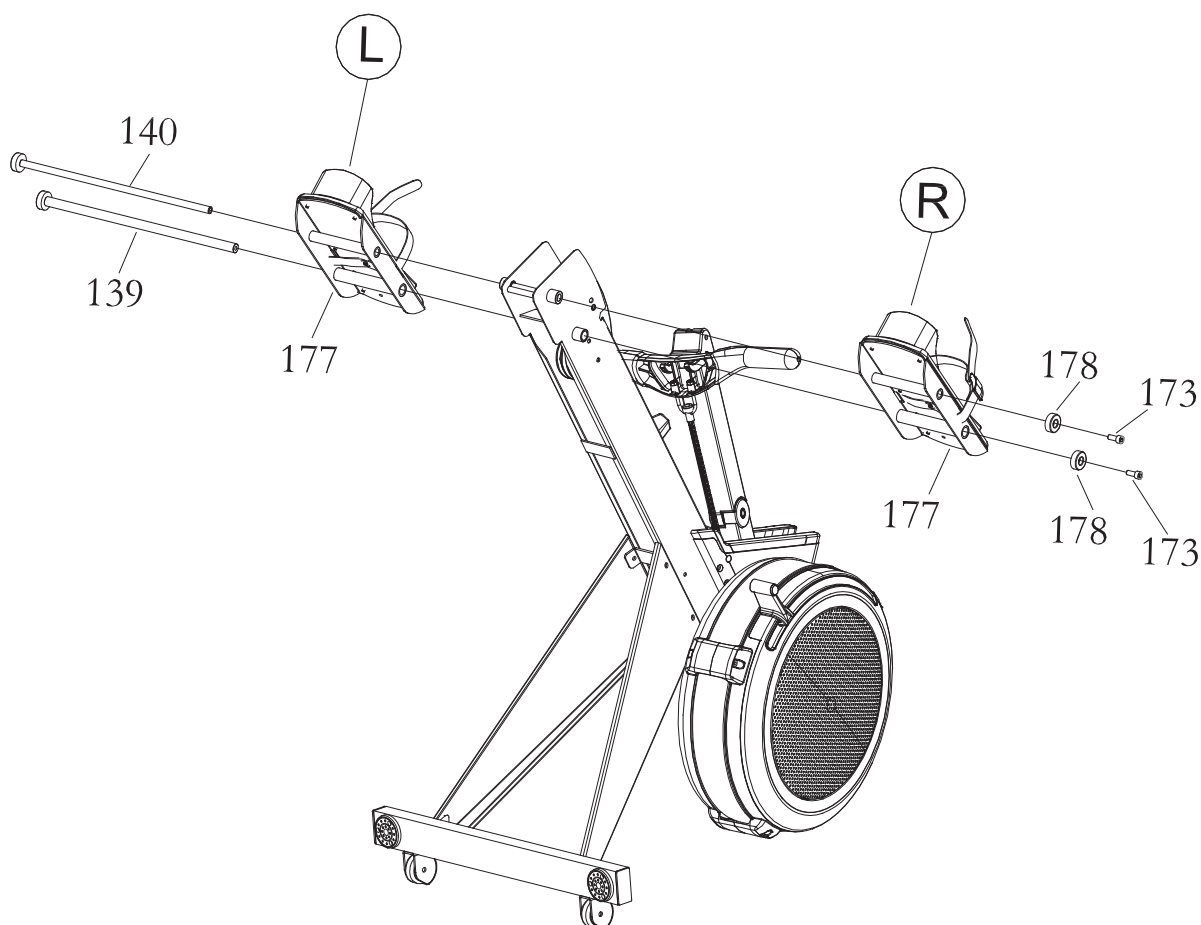
Montaż przedniej belki podporowej

- Przymocować przednią belkę podporową (4) pomiędzy dwoma wspornikami (uchwytami) wspierającymi: lewym (7) i prawym (8), dokręcając na każdym z obu końców cztery śruby (81) [M8x12 mm] z podkładkami płaskimi (79) [M8], w sposób przedstawiony na rysunku. Mocno dokręcić wszystkie śruby (81) mocujące wsporniki wspierające: lewy (7) i prawy (8).



Montaż Podnóżków

- Ustawić częściowo zmontowany produkt z dala od kształtek styropianowych i postawić go na kołach transportowych i osłonach wentylatora.
- Kierując się ilustracją, wyrównać płytę wspierającą podnóżki (177L) (oznaczoną naklejką z literą L) z otworami montażowymi po lewej stronie ramy głównej (175), a następnie zablokować ją, wkładając w otwory przełotowe najpierw oś podnóżka (139) (16 mm), a następnie oś podnóżka (140) (12 mm).
- Wyrównać płytę wspierającą podnóżki (177R) (oznaczoną naklejką z literą R) z otworami montażowymi po prawej stronie ramy głównej (175), a następnie zamocować ją, wkładając w otwory przełotowe oś podnóżka (139) (16 mm) oraz oś podnóżka (140) (12 mm), a następnie unieruchomić je, dokręcając dwie śruby (173) (M8x20 mm) przez dwie tuleje (178).

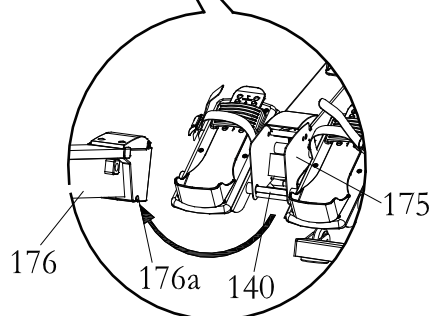
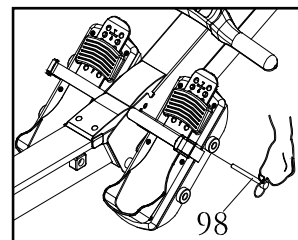
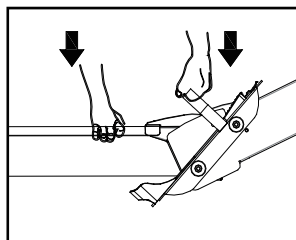
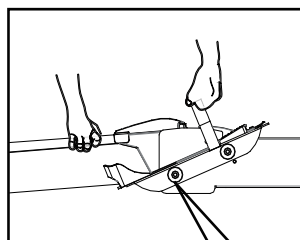
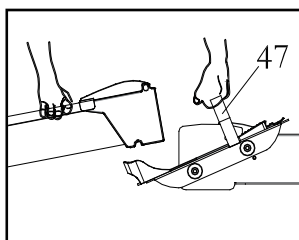
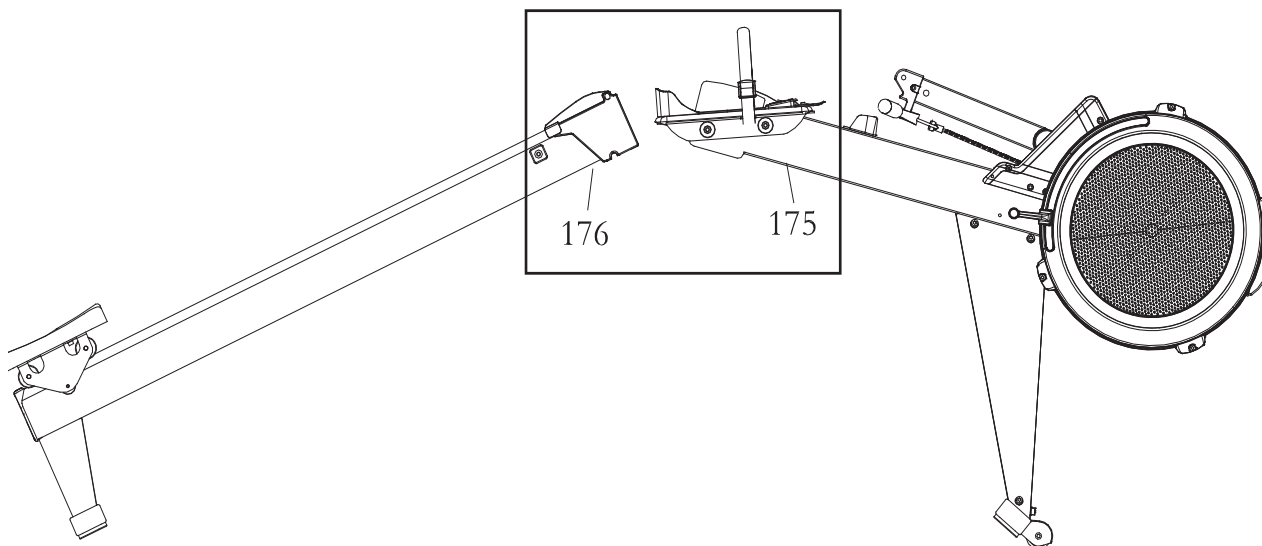


Montaż szyny

- Z pomocą drugiej osoby podnieść ramę główną (175) z podłoża, unosząc ją za pasek (47) mechanizmu nożnego (pedałów), a następnie oprzeć przednią belkę podporową na podłożu.
- Połączyć szynę (176) z ramą główną (175), utrzymując obie konstrukcje pod kątem, jak pokazano na poniższym rysunku, i zaczepiając wycięcie (176a), znajdujące się na końcu szyny, na osi (140) mocującej podnóżki, na której rama główna zostaje w ten sposób zawiasowo połączona.
- Opuścić szynę (176) do momentu wyrównania otworów, które umożliwiają włożenie sworznia (98) blokującego połączenie zawiasowe (przegub) między obiema sekcjami: szyną a ramą główną.

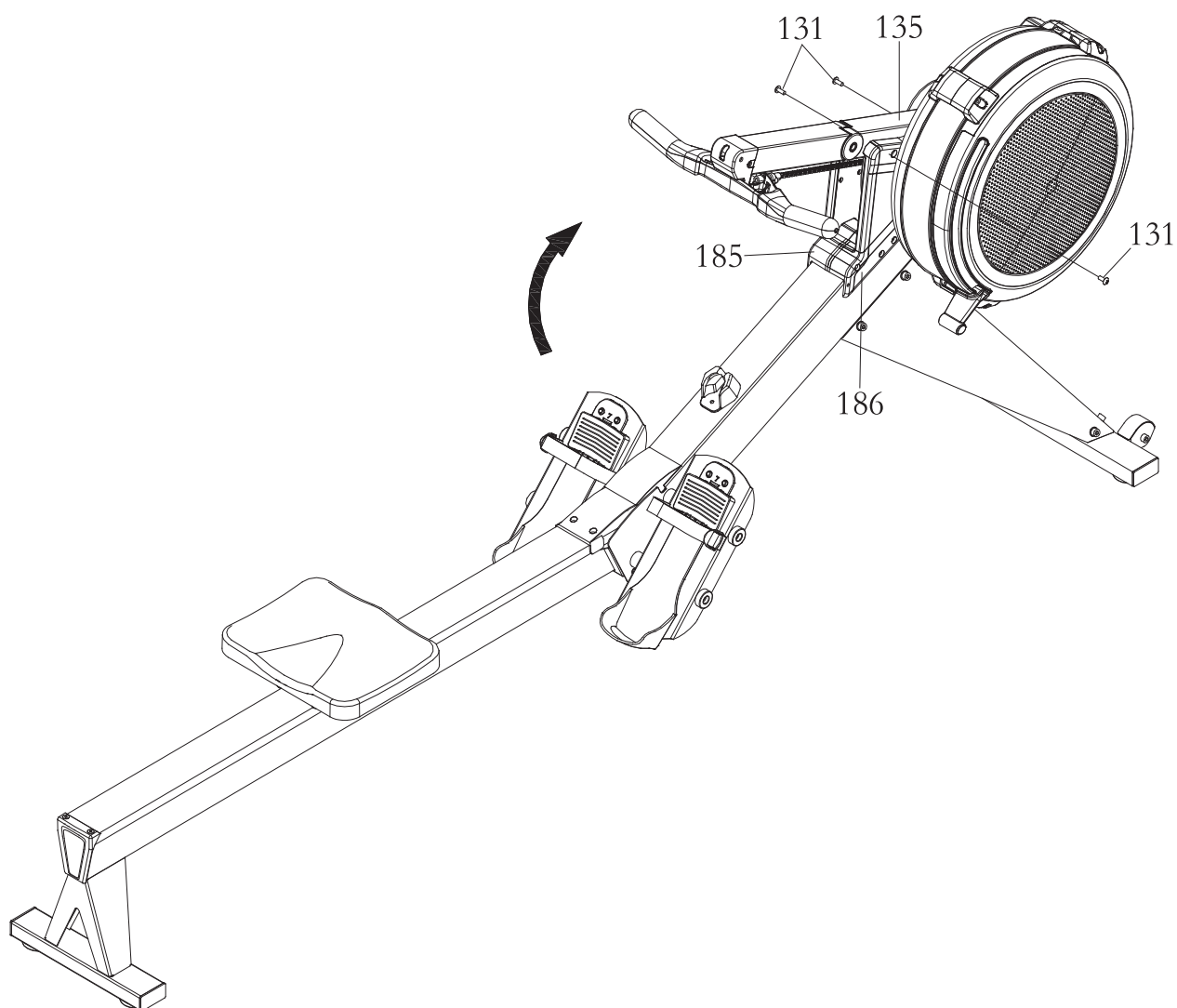


Podczas opuszczania szyny należy zwrócić uwagę na swobodne przemieszczanie się ruchomego siedziska, unikając możliwości uderzenia go o ręce.



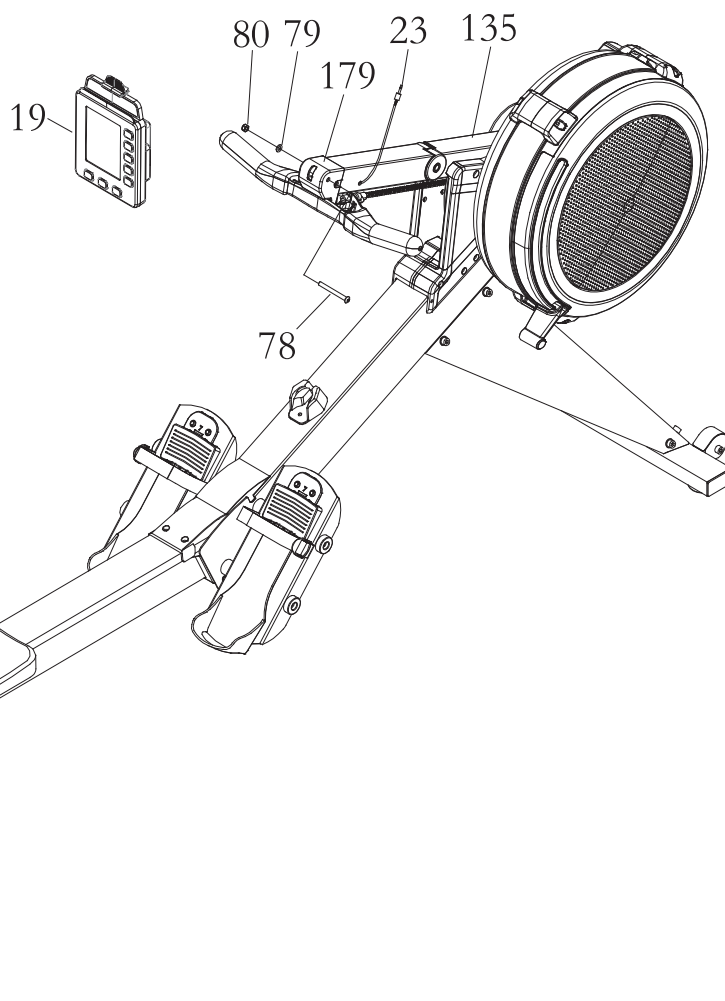
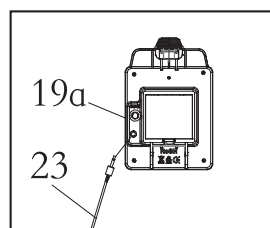
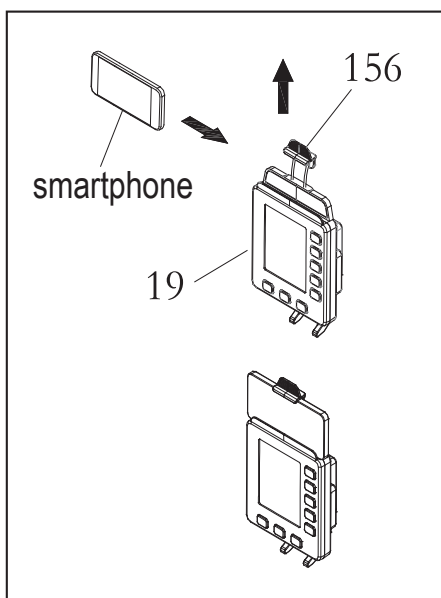
Montaż wspornika konsoli

- Podnieść kolumnę wspierającą konsolę (135) i przymocować osłonę lewą (SX) (185) oraz osłonę prawą (DX) (186), dokręcając trzy śruby (131) [M6x1x12 mm].



Montaż konsoli

- Zainstalować dwie baterie (1,5 V DC typu D) w tylnej części konsoli. Instrukcje dotyczące instalacji znajdują się w rozdziale Konserwacja, Wymiana baterii.
- Przymocować konsolę (19) do płyty wspierającej (179), dokręcając jedną śrubę (78) [M8x1.25x75 mm] za pomocą nakrętki samokontrującej (80) [M8] wraz z podkładką płaską (79) [M8].
- Podłączyć złącze kabla (23) czujnika zliczającego pociągnięcia do dedykowanego gniazda umieszczonego z tyłu konsoli (19a).
- Stojak (uchwyt) na smartfon (156) można regulować, aby pomieścić urządzenia o różnej wielkości. Podnieść stojak (156) i wsunąć smartfon w przestrzeń między stojakiem a konsolą (19), w sposób przedstawiony na rysunku. Opuścić stojak (156), aby zaczepić smartfon i zablokować go w pozycji.



2.3

REGULACJA INTENSYWNOŚCI

Aby wyregulować intensywność wiosłowania, należy ręcznie, przed rozpoczęciem ćwiczenia, obrócić regulator przepływu powietrza na pożądany poziom (w skali 16 poziomów. L1 = niska intensywność - L16 = wysoka intensywność).

Poziomy od L1 do L10 są regulowane wyłącznie za pomocą systemu powietrznego, natomiast poziomy od L11 do L16 łączą system powietrzny z systemem indukcji magnetycznej.

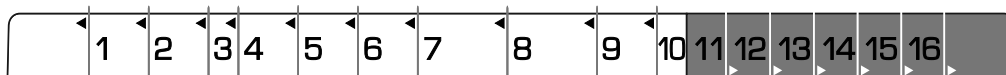
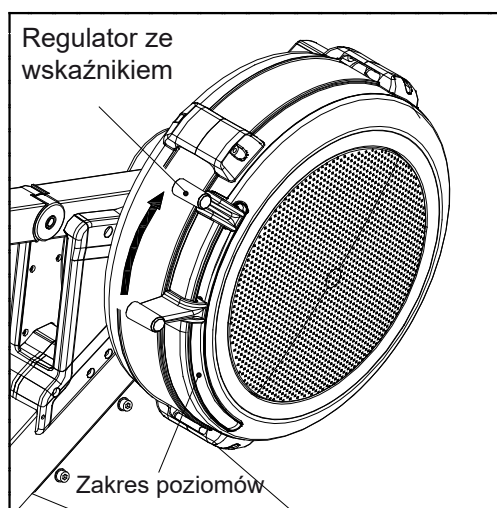
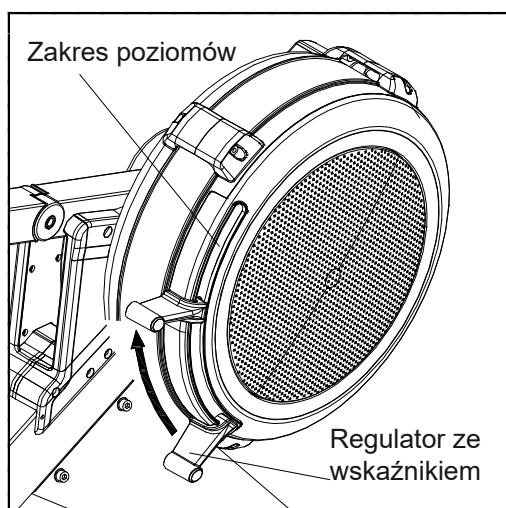
Oto kilka wskazówek, jak dostosować odpowiedni poziom oporu. Aby uzyskać efektywny trening sercowo-naczyniowy, należy wypróbować różne poziomy oporu i znaleźć odpowiednią siłę treningową, która będzie mogła być utrzymana przez większość czasu ćwiczeń. Niższy zakres ustawienia poziomu oporu skupia się bardziej na wytrzymałości, natomiast wyższy zakres ustawienia poziomu oporu koncentruje się bardziej na mocy.

Aby ustawić pożądaną intensywność, na regulatorze znajduje się szesnaście cyfr wskazujących odpowiedni poziom intensywności, które należy zrównać ze wskaźnikiem referencyjnym.

Uwaga: Pozycja strzałki poziomu oporu jest jedynie punktem odniesienia. Należy sprawdzić, czy rzeczywisty poziom oporu jest wyświetlany na konsoli.

W przypadku poziomów od 1 do 10, pozycja poziomu oporu znajduje się na wskaźniku strzałki, lekko pod każdym numerem poziomu. Przesunąć dźwignię regulatora intensywności na strzałkę pod numerem wybranego poziomu.

W przypadku poziomów od 11 do 16, pozycja poziomu oporu znajduje się na wskaźniku strzałki, lekko nad każdym numerem poziomu. Proszę przesunąć dźwignię regulatora intensywności na strzałkę nad numerem wybranego poziomu oznaczonego kolorem czerwonym.



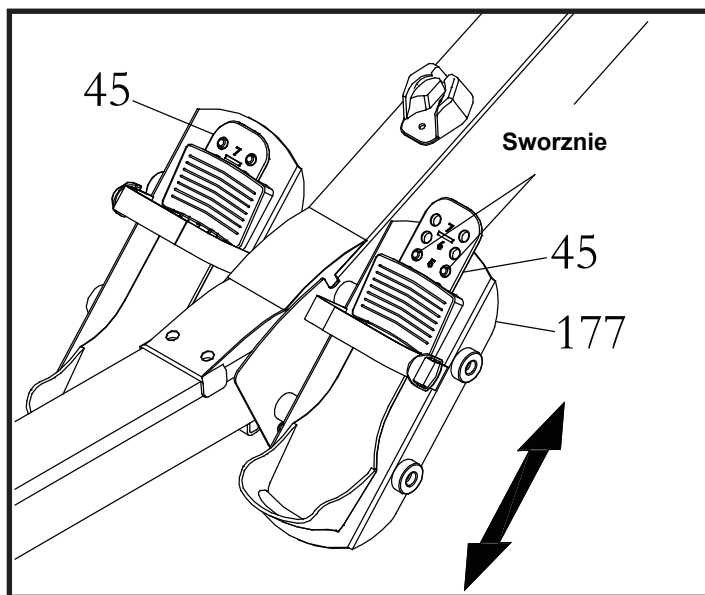
2.4

REGULACJA PLATFORM POD STOPY

Aby dostosować podnóżek (177) do rozmiaru stopy użytkownika, należy podnieść górną część oparcia pięty (45), pociągając ją w celu zwolnienia jej ze stałych sworzni regulacyjnych. Następnie, w zależności od długości stopy, przesunąć oparcie pięty, aby wybrać najbardziej odpowiednie otwory regulacyjne, po czym docisnąć górną część oparcia pięty, aż otwory zablokują się na sworzniach.

Uwaga: Regulacja otworów musi być taka sama na obu podnóżkach (lewym i prawym).

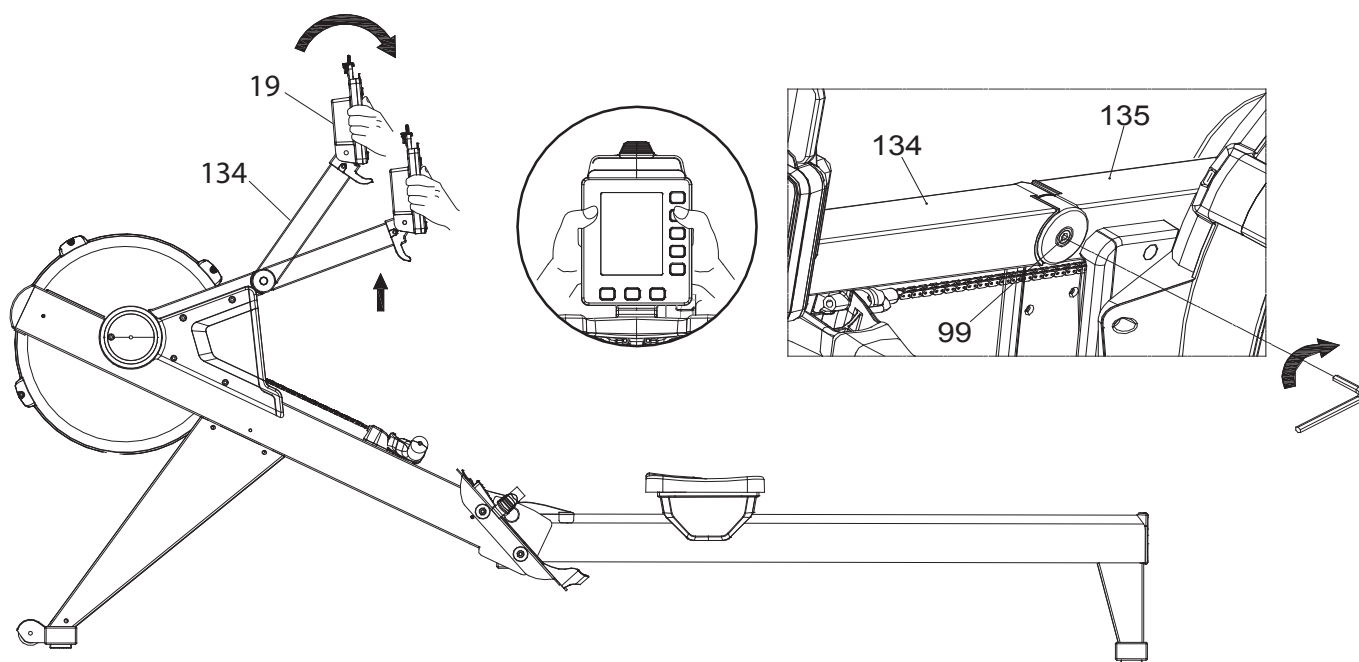
W zależności od rozmiaru stopy można wyregulować klamry nylonowych pasek, aby uzyskać jak najlepsze unieruchomienie.



2.5

REGULACJA POZYCJI KONSOLI

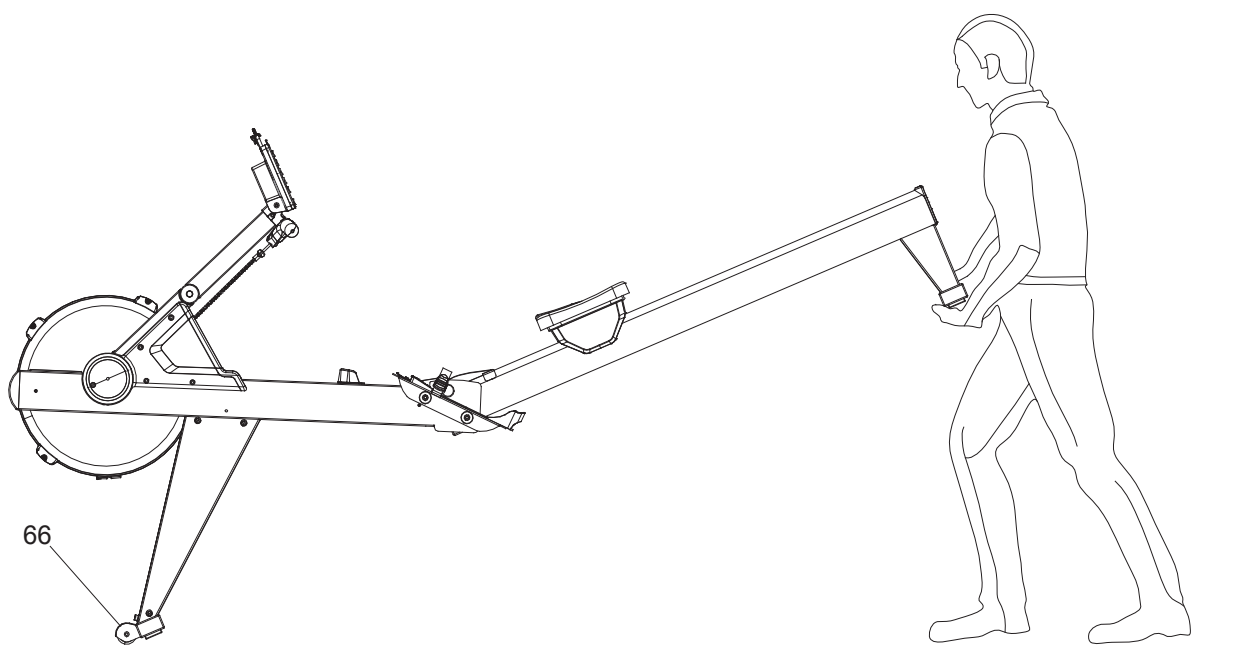
- Górny wspornik konsoli (134) można regulować w górę lub w dół, chwytając konsolę (19) obiema rękami. Podnieść lub popchnąć w dół górny wspornik, aby uzyskać odpowiedni kąt odczytu (wyświetlacza).
- Jeśli górny wspornik konsoli (134) poluzuje się, należy dokręcić śrubę imbusową (99) (M6x16 mm), która łączy go z dolnym wspornikiem (135), używając klucza imbusowego (5 mm).



2.6

PRZEMIESZCZANIE PRODUKTU

- W celu niewielkich przemieszczeń w obrębie pomieszczenia należy chwycić obiema rękami tylny wspornik i, używając siły ramion, przechylić urządzenie (upewniając się wcześniej, że ruchome siedzisko zostało powoli przesunięte w kierunku podnóżków, aby uniknąć uderzeń), aż do uzyskania równowagi na przednich kółkach transportowych (66). Pchnąć urządzenie do przodu, przesuwając je na dwóch kółkach do pożądanego miejsca, a następnie opuścić je, delikatnie opierając tylną belkę podporową na podłodze.



2.7

POZYCJA OSZCZĘDZAJĄCA MIEJSCE

Urządzenie można rozdzielić na dwie sekcje, aby zajmowało mniej miejsca, gdy nie jest używane.



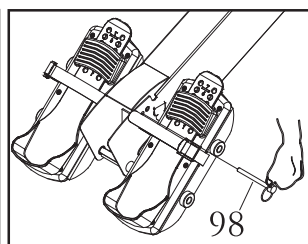
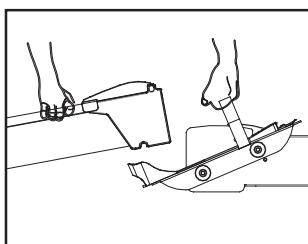
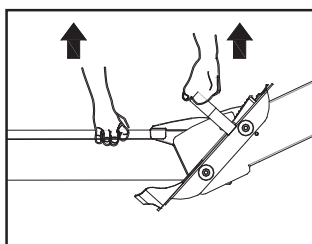
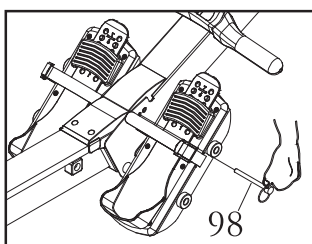
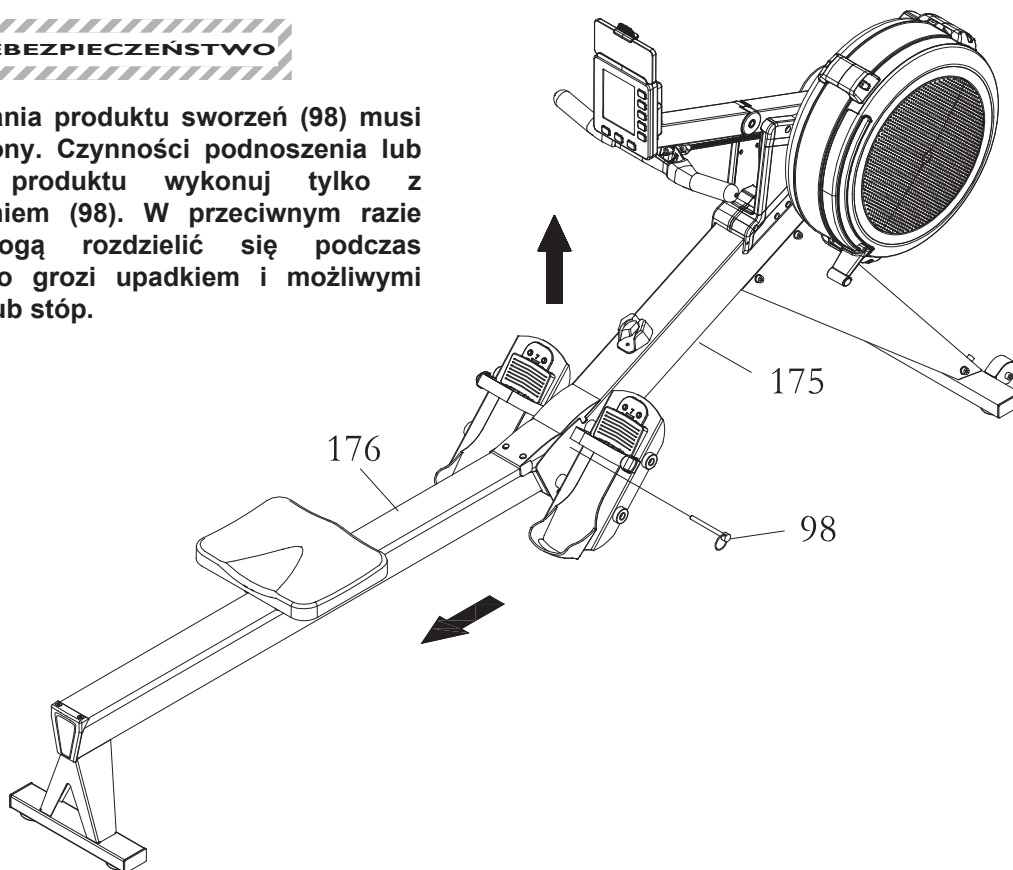
- Aby zapobiec ewentualnemu utlenianiu się (korozji) elementów metalowych, zaleca się nie pozostawiać urządzenia w piwnicach lub wilgotnych miejscach. Przykryj urządzenie bawełnianą tkaniną, aby chronić je przed kurzem.
- Podczas manewru odłączania szyny od ramy głównej należy zachować szczególną ostrożność ze względu na swobodne przemieszczanie się ruchomego siedziska, aby uniknąć uderzenia nim w rękę.

Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy ustawić je w pozycji oszczędzającej miejsce, w następujący sposób.

- Wyczyść urządzenie szmatką.
- Używając silikonu w sprayu, rozprowadź cienką warstwę ochronną na częściach metalowych.
- Opuść górny wspornik (134) i jednocześnie obróć w dół konsolę (19), otwórz pokrywę komory baterii i wyjmij baterie.
- Wyjmij sworzeń blokujący (98) i podnieś ramę główną (175) w górę, opierając ją na podłożu na przedniej belce, a następnie, z pomocą drugiej osoby, oddziel szynę (176), pociągając ją w dół, zgodnie z ilustracjami. Włóż sworzeń (98) z powrotem do otworu ramy głównej, aby zapobiec jego zgubieniu.



Podczas użytkowania produktu sworzeń (98) musi być zawsze włożony. Czynności podnoszenia lub przemieszczania produktu wykonuj tylko z włożonym sworzniem (98). W przeciwnym razie obie sekcje mogą rozdzielić się podczas manewrowania, co grozi upadkiem i możliwymi obrażeniami nóg lub stóp.



Przed rozpoczęciem użytkowania produktu skonsultuj się z lekarzem, aby zweryfikować stan fizyczny i ocenić z nim wszelkie szczególne środki ostrożności wynikające z podjęcia tej aktywności fizycznej.

Osoby, które rozpoczynają korzystanie z produktu bez wcześniejszego treningu, powinny podejść do tego spokojnie, ograniczając sesje do nie więcej niż trzech tygodniowo oraz utrzymując minimalny czas i prędkość, zarówno w celu zapoznania się z komendami konsoli, jak i powolnego odchodzenia od siedzącego trybu życia.

Osobom, które już uprawiają sport i zamierzają wykorzystać produkt jako uzupełnienie swoich ćwiczeń, zalecamy kontakt z trenerem personalnym w celu zaprogramowania sesji treningowych i opracowania planu treningowego.

Monitorując tętno podczas treningu, możesz ukierunkować swoją aktywność na 3 cele:

- odchudzanie (spalanie tłuszczu): utrzymując tętno w zakresie 60% do 75%, możesz spalać kalorie bez nadmiernego wysiłku;

- poprawa wydolności oddechowej: utrzymując tętno w zakresie 75% do 85%, możesz trenować płuca, pracując w trybie aerobowym (tlenowym);

- poprawa wydolności sercowo-naczyniowej: utrzymując tętno w zakresie 85% do 95%, możesz ćwiczyć serce, trenując anaerobowo (beztlenowo).

Użytkowanie produktu musi odbywać się w trzech fazach.

ROZGRZEWKĄ: Zanim podejmiesz trening z użyciem produktu, zawsze wykonaj kilka ćwiczeń rozgrzewających i rozciągających mięśnie, aby podnieść temperaturę ciała i przygotować serce oraz płuca.

TRENING: Rozpocznij od niskiego obciążenia, a po rozgrzewce stopniowo zwiększaj intensywność ćwiczenia, aż tętno osiągnie pożądaną wartość progową.

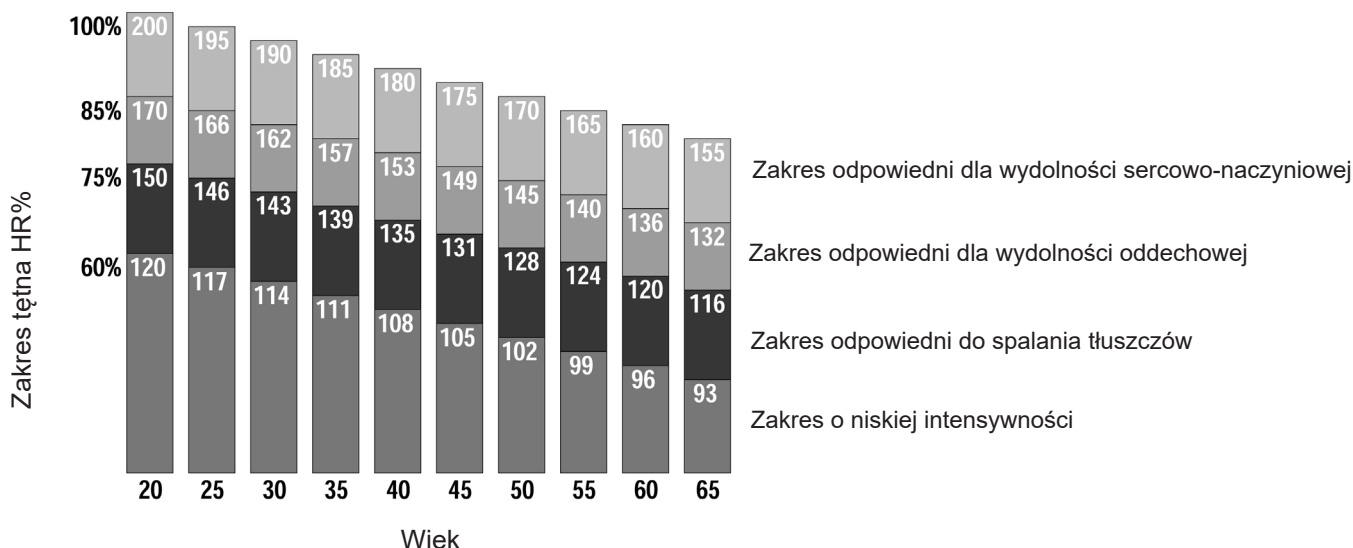
Utrzymuj stałą częstość akcji serca w fazie ustalonej zgodnie z Twoim „celem” (odchudzanie, poprawa wydolności oddechowej lub poprawa wydolności sercowo-naczyniowej).

Podczas pierwszych tygodni użytkowania sesje treningowe nie powinny trwać dłużej niż 20 minut; po nabraniu wprawy i kondycji sesje możesz wydłużyć do 60 minut.

SCHŁADZANIE: Po zakończeniu sesji użytkowania produktu odpręż się, wykonując przez kilka minut ćwiczenia rozciągające (stretching) w celu wyciszenia organizmu.



Pamiętaj, aktywność w reżimie treningu anaerobowego jest dozwolona wyłącznie dla dobrze wyszkolonych, profesjonalnych sportowców.



3.1

UŻYWANIE PASA NADAJNIKA (OPCJONALNE)



- Przed użyciem nadajnika (sensora) na pasku dokładnie przeczytaj instrukcje na tej stronie oraz wszelkie instrukcje dostarczone przez producenta.

- Po każdym użyciu odłącz nadajnik od elastycznego paska, oczyść je z potu i dokładnie wysusz.

- Wyczyść nadajnik wilgotną szmatką i neutralnym mydłem. Elastyczny pasek pierz regularnie; zalecamy pranie w pralce, razem z odzieżą sportową, w temperaturze poniżej 40°C.

- Pasek i nadajnik przechowuj poza szufladami, zamkniętymi torbami lub innymi pojemnikami. Zalecamy powieszenie ich na ścianie, aby zapewnić idealne wysuszenie.

Nadajnik na pas piersiowy nie jest dostarczany z produktem, jest dostępny na życzenie.

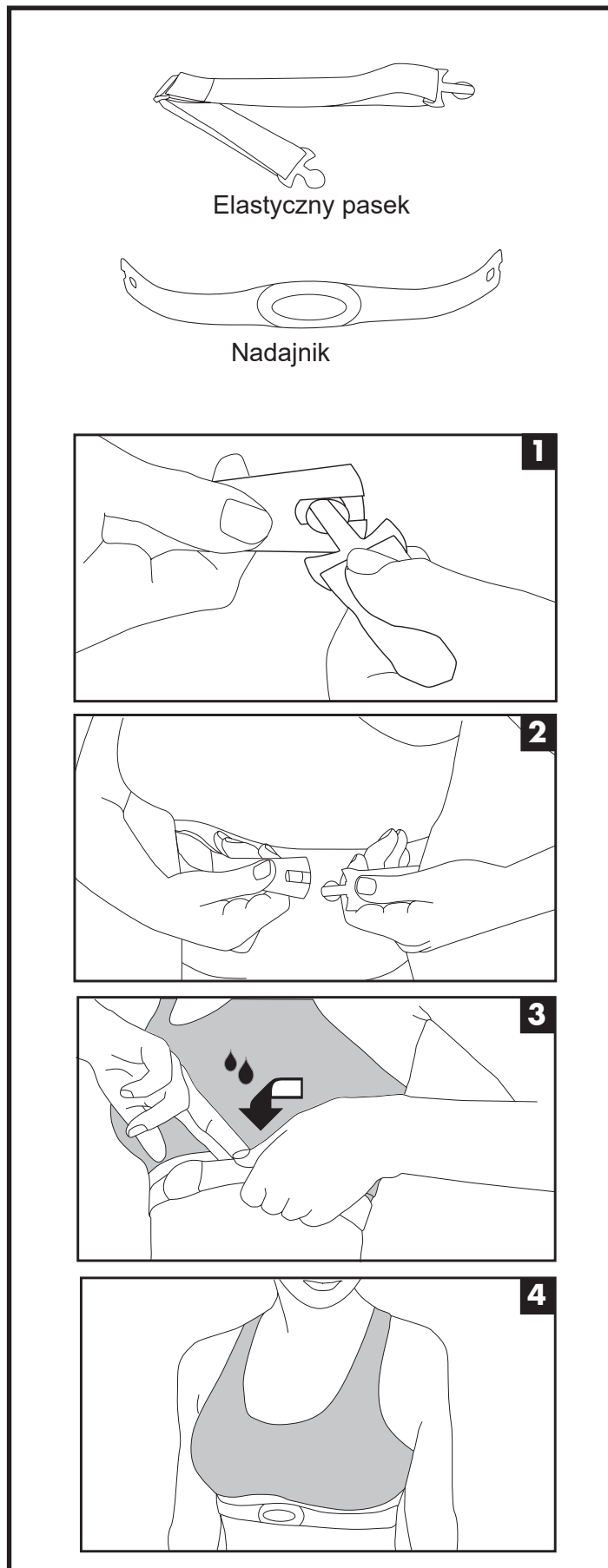
Nadajnik jest typu nieszyfrowanego, o zakresie częstotliwości kompatybilnym z produktami Polar® i składa się z dwóch elementów: nadajnika, który wysyła sygnały radiowe do konsoli, oraz elastycznego paska, który umożliwia przymocowanie nadajnika do klatki piersiowej.

W celu uzyskania szczegółowych instrukcji dotyczących nadajnika na pas piersiowy, zapoznaj się z ulotkami informacyjnymi znajdującymi się w opakowaniu tego produktu.

1. Zaczep jeden koniec nadajnika do elastycznego paska.
2. Wyreguluj długość elastycznego paska (w zależności od obwodu klatki piersiowej), używając specjalnej klamry. Umieść elastyczny pasek tuż pod mięśniami piersiowymi, jak pokazano, a następnie zaczep drugi koniec paska do nadajnika.
3. Podnieś nadajnik i zwilż wodą, za pomocą mokrych palców, elektrody umieszczone z tyłu.
4. Sprawdź, czy powierzchnia z elektrodami dobrze przylega do skóry.

Wskazanie tętna mierzone za pomocą paska jest wyłącznie wartością referencyjną, przydatną do monitorowania pracy serca w zależności od zamierzonego reżimu treningowego oraz jako odniesienie do zużycia kalorii.

W żadnym wypadku pomiar zarejestrowany przez nadajnik nie może być traktowany jako dane medyczne.



3.2

PORADY DOTYCZĄCE UŻYTKOWANIA



- Zachowaj ostrożność podczas używania urządzenia. Podczas ćwiczeń usuń dzieci i zwierzęta z otoczenia.
- Odradzamy używanie urządzenia osobom z chorobami kręgosłupa (patologiami kręgosłupa).
- Nie używaj urządzenia do ćwiczeń dla więcej niż jednej osoby jednocześnie.
- Rozpocznij ćwiczenie, pociągając za drążek (uchwyt) do wiosłowania; ruch wiosłowania uruchomi automatyczne zliczanie danych na konsoli.

Przy pierwszym użyciu produktu, zanim rozpoczniesz intensywny trening, zapoznaj się z koordynacją ruchu wiosłowania i ruchomego siedziska.

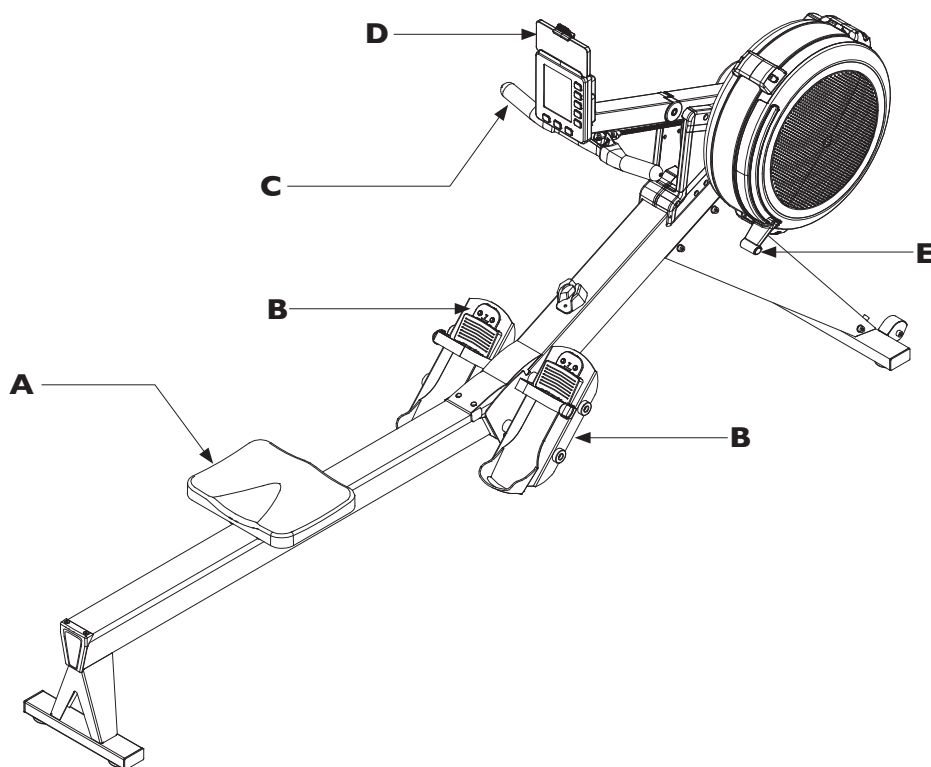
1. Usiądź na ruchomym siedzisku (A), postaw stopy na podnóżkach (B) i chwyć drążek (uchwyt) do wiosłowania (C).
2. Uruchomienie zliczania (danych) na konsoli (D) następuje automatycznie po pierwszym pociągnięciu drążka.
3. Z dobrze wyprostowanymi plecami wykonaj cykliczny ruch wiosłowania. Utrzymuj powolne tempo przez pewien czas, aby zapoznać się z koordynacją wiosłowania.

4. Przed ćwiczeniem użyj regulatora przepływu powietrza, aby ustawić poziom intensywności wiosłowania; dostępnych jest 16 różnych poziomów, które możesz regulować ręcznie za pomocą regulatora (E).
5. Podczas treningu koordynuj ruch i oddech oraz utrzymuj prawidłową postawę.



Aby utrzymać dobrą postawę na urządzeniu, ważne jest, aby plecy były wyprostowane; unikaj przechylania ciała do przodu lub do tyłu. Pchaj zawsze obiema nogami i ramionami, koordynując ruch. Opieranie rąk na drążku (uchwycie) do wiosłowania nie zapewni treningu górnej części ciała, jeśli wykorzystujesz tylko pchnięcie nóg.

6. Przed użyciem produktu zawsze przygotuj mięśnie zaangażowane w ruch, wykonując odpowiednie ćwiczenia rozciągające (stretching) pod kierunkiem profesjonalnego instruktora. To pozwoli Ci rozluźnić sztywne stawy i rozciągnąć mięśnie. Jak w przypadku wszystkich technik, zwłaszcza nowych, na początku dobrze jest polegać na doświadczonych osobach.



CZAS TRWANIA - KALENDARZ Z ZEGAREM

- Czas trwania jest sumowany we wszystkich trybach treningu. Wyświetlacz pokazuje czas trwania ćwiczenia od zera do 17h:59m:59s (w trybie QUICKSTART jest ograniczony do 02h:34m:59s).
- W programie odliczania czasu wyświetlacz pokazuje odliczanie od ustawionego czasu do zera.
- Kalendarz z zegarem jest wyświetlany tylko w trybach oszczędzania energii i w pamięci treningów.

CZAS/500 – ŚREDNIA CZASOWA/500 – CZAS ODPOCZYNKU

- Czas rzeczywisty zmierzony dla wiosłowania odpowiadającego odległości 500 metrów.
- Średni czas obliczony dla wiosłowania odpowiadającego odległości 500 metrów.
- Czas odpoczynku ustawiony w programach interwałowych.

LICZBA CYKLI – POZIOM INTENSYWNOŚCI

- Cykle (CYCLES) jest wyświetlane tylko w programie interwałowym. Jest ono sumowane, aby wskazać, w którym cyklu interwałowym się znajdujesz (zakres 0–35 cykli).
- Wyświetla aktualny poziom oporu dla ćwiczenia. Poziom od 1 do 10 jest osiągnięty za pomocą systemu oporu powietrznego, natomiast poziom od 11 do 16 za pomocą systemu połączonej oporności powietrznej i magnetycznej.

SUMARYCZNA ODLEGŁOŚĆ – SZACOWANA ODLEGŁOŚĆ NA 30 MINUT

- Wyświetla dystans pokonany w programie interwałowym. Wyświetlacz wraca do zera po przekroczeniu maksymalnej wartości 99999 kalorii (zakres 0 ÷ 99999).

- W programie Odliczanie odległości: wyświetlacz pokazuje odliczanie od ustawionej odległości do zera (zakres 100–50000 m).
- Pokazuje szacowaną odległość dla 30 minut przy aktualnej częstotliwości wiosłowania.

KALORIE – KALORIE/GODZINA

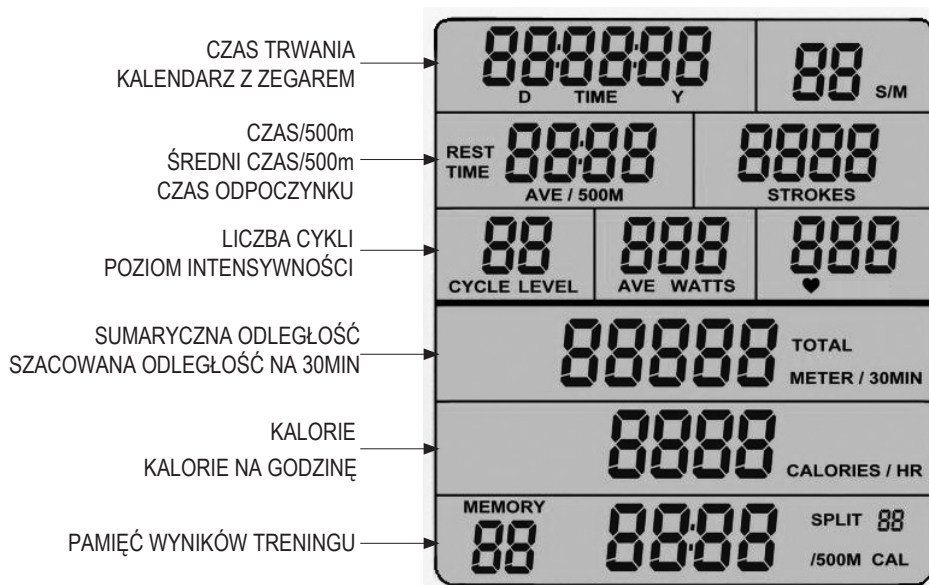
- Wyświetla kalorie spalone w programie interwałowym. Wyświetlacz wraca do zera po przekroczeniu maksymalnej wartości 9999 kalorii (zakres 0 ÷ 9999).
- W programie odliczania kalorii wyświetlacz pokazuje odliczanie ustawionego zużycia kalorii do zera (zakres 10÷5000 kalorii).
- Spalanie kalorii na godzinę stanowi szacunkową wartość kalorii spalonych w ciągu godziny przy aktualnej częstotliwości wiosłowania.

Uwaga: należy pamiętać, że podana wartość jest jedynie przybliżoną wartością orientacyjną i w żadnym wypadku nie może być traktowana jako wartość medyczna.

PAMIĘĆ WYNIKÓW TRENINGU

- Wyświetla dane dotyczące treningu i poprzednich treningów, uporządkowane według daty. Zapisywanych jest maksymalnie 35 treningów.

Uwaga: dane są zapisywane stopniowo, po zapisaniu 35 sesji kolejne sesje treningowe są zapisywane poprzez automatyczne usuwanie najstarszych zapisów.



FUNKCJE KONSOLI (WYŚWIETLACZ DX)

Wiosłowanie na minutę

- Bieżąca liczba pociągnięć wiosłem na minutę podczas bieżącego ćwiczenia (zakres 1÷99).

Suma ćwiczeń

- Łączna liczba wykonanych pociągnięć wiosłem w bieżącym ćwiczeniu (zakres 0÷9999).

Częstotliwość tętna

- Częstość akcji serca, mierzona za pomocą nadajnika pasowego (opcjonalnie). Wartość jest mierzona w BPM (uderzeniach na minutę).

Uwaga: należy pamiętać, że podana wartość jest jedynie przybliżoną wartością odniesienia i w żadnym wypadku nie może być traktowana jako wartość medyczna.

Moc w watach – Średnia moc

- Wyświetla aktualną wartość mocy wyrażoną w watach w bieżącym cyklu pracy (zakres 0 ÷ 999).
- Wyświetla średnią całkowitą moc wyrażoną w watach, wygenerowaną w całym cyklu pracy.

SPLIT TEMPO/500 - SPLIT CALORIE - SPLIT XX

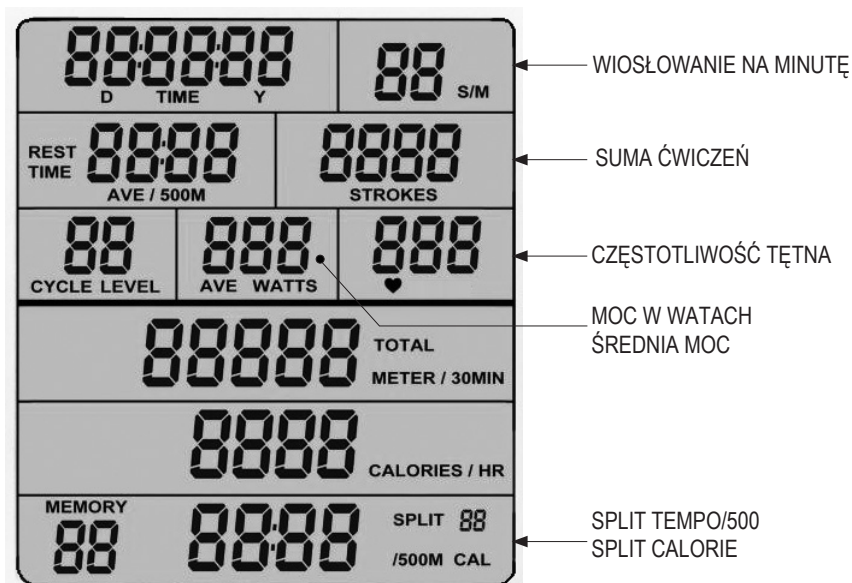
- Wyświetla średni czas/500 aktualnego czasu częściowego (zakres 00:00 ÷ 99:59).
- Wyświetla średnie zużycie kalorii aktualnego czasu częściowego (zakres 0 ÷ 9999).
- SPLIT XX jest wyświetlane w trybach Podsumowanie treningu i Pamięć treningu.

Włączanie konsoli

- Naciskając dowolny przycisk lub pociągając za uchwyt można włączyć konsolę i rozpocząć trening w trybie QUICKSTART.
- Przy pierwszym włączeniu konsoli pojawi się prośba o ustawienie DATY i GODZINY. Użyj przycisków strzałek, aby ustawić DATE.
- Przytrzymując lewy przycisk, można również ustawić GODZINĘ. Naciśnij przycisk ENTER po zakończeniu ustawiania DATY i GODZINY.

Wyłączanie konsoli

- W trybie czuwania urządzenie wyłącza się automatycznie po 20 sekundach bezczynności.
- Podczas wykonywania programu interwałowego urządzenie wyłącza się automatycznie po 2 minutach bezczynności.
- We wszystkich innych programach urządzenie wyłącza się automatycznie po 30 sekundach bezczynności.



Przycisk PROG

W trybie czuwania naciśnij kilkakrotnie przycisk PROG, aby przewijać listę programów, aż wybierzesz żądany program spośród dostępnych:

- Tryb QUICKSTART
- Programy z odliczaniem: Dystans / Czas / Kalorie
- Programy interwałowe: Dystans / Czas / Kalorie
- Tryb zapamiętywania wyników treningów

Przycisk DISPLAY

- W dowolnym trybie treningowym naciśnięcie przycisku DISPLAY powoduje wyemitowanie pojedynczego sygnału dźwiękowego i przełączenie wyświetlania danych na wyświetlaczach. Ponowne naciśnięcie przycisku powoduje wyemitowanie podwójnego sygnału dźwiękowego, który sygnalizuje aktywację automatycznej sekwencji między 2 zestawami danych.
- Podczas wyświetlania podsumowania danych treningu lub w trybie pamięci naciśnij przycisk DISPLAY, aby przełączać się między dwoma odrębnymi zestawami danych na wyświetlaczach.

Przyciski UP i DOWN

- Użyj przycisków UP i DOWN, aby ustawić wszystkie dane treningowe. Naciśnięcie przycisków UP/DOWN powoduje zwiększenie lub zmniejszenie wartości o jedną jednostkę, a przytrzymanie przycisku powoduje szybką zmianę wartości o kilka jednostek.
- W trybie pamięci użyj przycisków UP i DOWN, aby przeglądać treningi zapisane w pamięci.

Przycisk STOP

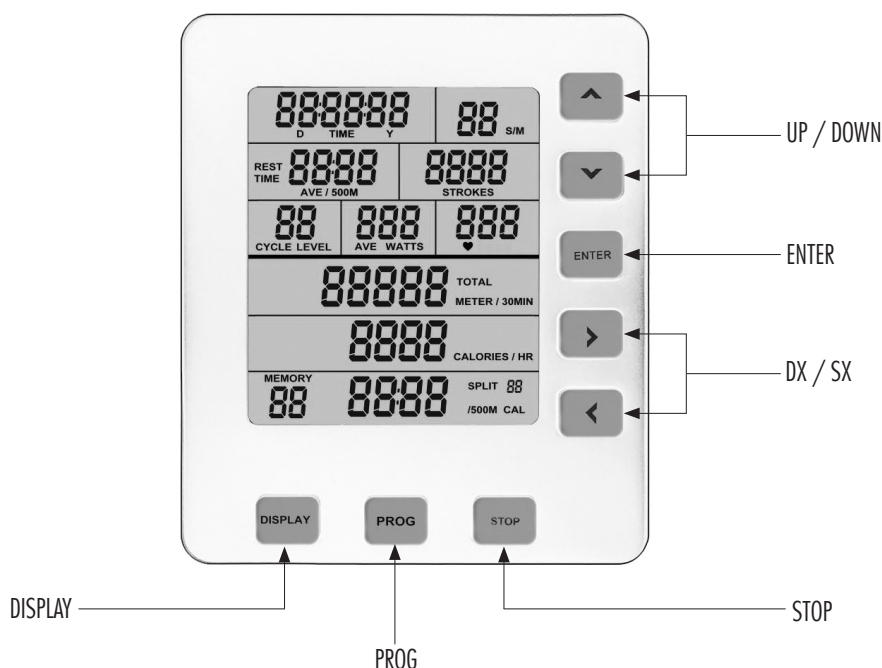
- Podczas wyboru programów lub ustawiania parametrów programu należy nacisnąć przycisk STOP, aby powrócić do poprzedniego ustawienia.
- Podczas dowolnego trybu treningowego jednokrotne naciśnięcie przycisku STOP spowoduje przerwanie treningu. Wartości kalorii i watów powrócą do 0. Drugie naciśnięcie przycisku STOP spowoduje wyświetlenie podsumowania treningu. Trzykrotne naciśnięcie przycisku STOP spowoduje powrót konsoli do trybu czuwania.
- Podczas wykonywania programów, z wyjątkiem trybu QUICKSTART, należy nacisnąć przycisk STOP, aby zapisać dane treningu w pamięci.
- Przytrzymaj przycisk STOP, aby usunąć wszystkie dane i powrócić do trybu czuwania.

Przycisk ENTER

Podczas wyboru programów lub ustawiania parametrów programu należy nacisnąć przycisk ENTER, aby potwierdzić wprowadzone dane i przejść do następnych.

Przycisk DX i SX

- Użyj przycisków DX i SX, aby przechodzić między cyframi i szybciej ustawić żądaną wartość.
- Użyj przycisków DX i SX w trybach Pamięć Treningu i Podsumowanie Danych Treningu, aby wyświetlić różne czasy częściowe.



Włączanie konsoli

- Naciskając dowolny przycisk lub pociągając za uchwyt, można włączyć konsolę i rozpocząć trening w trybie QUICKSTART.
- Przy pierwszym włączeniu konsoli należy ustawić aktualną DATĘ i GODZINĘ. Użyj przycisków strzałek, aby ustawić datę i godzinę, a następnie naciśnij przycisk ENTER, aby potwierdzić.
- Aby zmienić DATĘ i GODZINĘ w późniejszym czasie, należy nacisnąć jednocześnie przyciski PROG i DISPLAY w trybie czuwania.

Wyłączanie konsoli

- W trybie czuwania konsola wyłącza się automatycznie po 20 sekundach bezczynności.
- Podczas wykonywania programu interwałowego, konsola wyłącza się automatycznie po 2 minutach bezczynności.
- We wszystkich innych programach, konsola wyłącza się automatycznie po 30 sekundach bezczynności.

Zatrzymanie programów (z wyjątkiem QUICKSTART)

- Naciśnij raz przycisk STOP, aby przerwać liczenie, a wartości kalorii i watów zostaną wyświetlone jako „0”. Naciśnij ponownie przycisk STOP, a konsola wyświetli podsumowanie treningu. W podsumowaniu danych naciśnij przycisk STOP po raz trzeci, aby zapisać trening w trybie pamięci.

Tryb QUICKSTART

QUICKSTART to najprostszy i najszybszy sposób na natychmiastowe rozpoczęcie korzystania z urządzenia. Po chwyceniu uchwytu i przyjęciu prawidłowej pozycji do wykonania ćwiczenia, można natychmiast rozpocząć trening, zarówno przy wyłączonej konsoli, jak i w trybie czuwania.

- W trybie QUICKSTART wszystkie wyświetlacze danych konsoli natychmiast rozpoczynają odliczanie od zera i kontynuują je przez cały czas trwania ćwiczenia.
- Naciskając przycisk DISPLAY, można wyświetlić dane z wyświetlaczy, naciskając dwukrotnie przycisk DISPLAY można aktywować automatyczną sekwencję, która zmienia wyświetlanie danych na wyświetlaczach.
- Naciśnięcie przycisku STOP powoduje zatrzymanie sesji treningowej, a wyświetlacze pokazują podsumowanie danych z przeprowadzonego treningu.

Uwaga: dane treningowe z trybu QUICKSTART nie mogą być zapisywane w pamięci wyników treningów.

Program Dystansowy COUNTDOWN

- Naciśnij przycisk PROG, aż zostanie wybrany program COUNTDOWN. Potwierdź przyciskiem ENTER i użyj przycisków UP/DOWN, aby ustawić żądaną odległość (100 ÷ 50000 metrów). Aby uruchomić program, należy pociągnąć za uchwyt.
- Podczas wykonywania programu COUNTDOWN odpowiedni wyświetlacz odlicza czas od ustawionej wartości do zera, podczas gdy pozostałe wyświetlacze odliczają czas w górę w zależności od rzeczywistej wykonywanej prędkości.
- Po zakończeniu programu konsola wyświetla podsumowanie przeprowadzonego treningu. Naciskając przycisk STOP, sesję treningową można zapisać w trybie pamięci konsoli.

Program Tempo COUNTDOWN

- Naciśnij przycisk PROG, aż zostanie wybrany program Tempo COUNTDOWN. Potwierdź przyciskiem ENTER i użyj przycisków UP/DOWN, aby ustawić żądany czas trwania (do 09h:59m:59s). Aby uruchomić program, pociągnij za uchwyt.
- Gdy program Tempo COUNTDOWN jest uruchomiony, odpowiedni wyświetlacz odlicza czas od ustawionej wartości do zera, podczas gdy pozostałe wyświetlacze odliczają czas w przód w zależności od rzeczywistej wykonywanej prędkości.
- Po zakończeniu programu konsola wyświetla podsumowanie przeprowadzonego treningu. Naciskając przycisk STOP, sesję treningową można zapisać w trybie pamięci konsoli.

Program COUNTDOWN oparty na kaloriach

- Naciśnij przycisk PROG, aż zostanie wybrany program Calorie COUNTDOWN. Potwierdź przyciskiem ENTER i użyj przycisków UP/DOWN, aby ustawić żądaną wartość (10 ÷ 5000 Cal). Aby uruchomić program, należy pociągnąć za uchwyt.
- Podczas działania programu Calorie COUNTDOWN odpowiedni wyświetlacz odlicza od ustawionej wartości do zera, podczas gdy pozostałe wyświetlacze odliczają w górę w zależności od rzeczywistej wykonywanej prędkości.
- Po zakończeniu programu konsola wyświetla podsumowanie przeprowadzonego treningu. Naciskając przycisk STOP, sesję treningową można zapisać w trybie pamięci konsoli.

Program z interwałami czasowymi

- Naciśnij przycisk PROG, aż zostanie wybrany program Interwał czasowy, potwierdź przyciskiem ENTER. Zapalą się wyświetlacze TIME i TIME REST: pierwszy z nich będzie migał.
- Naciśnij przyciski UP/DOWN, aby ustawić na wyświetlaczu TIME czas trwania ćwiczenia dla każdego interwału (od 00:00:20 do 09h:59m:59s), potwierdź przyciskiem ENTER.
- Naciśnij przyciski UP/DOWN, aby ustawić na wyświetlaczu TIME REST czas regeneracji dla każdego interwału (od 00:10 do 30m:00s). Potwierdź przyciskiem ENTER, a następnie chwyć uchwyt, aby rozpocząć ćwiczenie.
- Podczas działania programu, na wyświetlaczach naprzemiennie pojawiają się czas aktywności dla poszczególnych interwałów i czas regeneracji, zgodnie z ustawionym czasem trwania dla odpowiednich wartości.
- Program wykonuje do 35 cykli (lub interwałów), które naprzemiennie przeplatają czas aktywności z czasem przerwy. Po zakończeniu programu na wyświetlaczu pojawiają się dane podsumowujące przeprowadzony trening. Z podsumowania danych, naciskając przycisk STOP, sesja treningowa jest zapisywana w trybie pamięci konsoli.

Program treningowy Interwał Dystansowy

- Naciśnij przycisk PROG, aż zostanie wybrany program Interval Distance, potwierdź przyciskiem ENTER. Wyświetlacze TOTAL METER i TIME REST zapalą się: pierwszy będzie migał.
- Naciśnij przyciski UP/DOWN, aby ustawić na wyświetlaczu TOTAL METER odległość do pokonania w każdym interwale (od 100 do 50000 m), potwierdź przyciskiem ENTER.
- Naciśnij przyciski UP/DOWN, aby ustawić na wyświetlaczu TIME REST czas regeneracji dla każdego interwału (od 00:10 do 30m:00s). Potwierdź przyciskiem ENTER, a następnie chwyć uchwyt, aby rozpocząć ćwiczenie.
- Podczas pracy programu na wyświetlaczach naprzemiennie pojawiają się: Dystans dla pojedynczego interwału oraz czas regeneracji, zgodnie z parametrami ustawionymi dla wzajemnych wartości.
- Program wykonuje do 35 cykli (lub interwałów), które naprzemiennie zmieniają ustawiony dystans dla pojedynczego interwału z czasem przerwy. Po zakończeniu programu na wyświetlaczu wyświetlane są dane podsumowujące wykonany trening. Po naciśnięciu przycisku STOP, w podsumowaniu danych sesja treningowa zostanie zapisana w trybie pamięci konsoli.

Program interwałowy oparty na kaloriach

- Naciśnij przycisk PROG, aż zostanie wybrany program Interval Calorie, potwierdź przyciskiem ENTER. Wyświetlacze CALORIES i TIME REST zapalą się: pierwszy z nich będzie migał.
- Naciśnij przyciski UP/DOWN, aby ustawić na wyświetlaczu CALORIES kalorie, które chcesz spalić w każdym interwale (od 10 do 5000 kalorii), a następnie potwierdź wybór przyciskiem ENTER.
- Naciśnij przyciski UP/DOWN, aby ustawić na wyświetlaczu TIME REST czas regeneracji dla każdego interwału (od 00:10 do 30m:00s). Potwierdź przyciskiem ENTER, a następnie chwyć uchwyt, aby rozpocząć ćwiczenie.
- Podczas pracy programu na wyświetlaczu naprzemiennie pojawiają się kalorie dla poszczególnych interwałów oraz czas regeneracji, zgodnie z parametrami ustawionymi dla poszczególnych wartości.
- Program wykonuje do 35 cykli (lub interwałów), które naprzemiennie zmieniają kalorie ustawione dla poszczególnych interwałów z czasem przerwy. Po zakończeniu programu na wyświetlaczu wyświetlane są dane podsumowujące wykonany trening. W podsumowaniu danych, po naciśnięciu przycisku STOP, sesja treningowa jest zapisywana w trybie pamięci konsoli.

- Naciśnij przycisk PROG, aż wybierzesz tryb MEMORY. Potwierdź naciskając przycisk ENTER. Na wyświetlaczu pojawią się wyniki ostatniego treningu zapisanego w pamięci. Za pomocą przycisków UP/DOWN można przeglądać wszystkie treningi zapisane wcześniej. W oknie TIME, co 5 sekund wyświetlana będzie sekwencja automatyczna między datą odnoszącą się do wybranego treningu (dzień / miesiąc / rok) a godziną, o której się odbył (można nacisnąć przycisk DISPLAY, aby zmienić wyświetlanie okna).
- Po wybraniu jednego z treningów zapisanych w pamięci, za pomocą przycisków UP/DOWN należy nacisnąć przycisk ENTER, aby wyświetlić wszystkie dane dotyczące wybranego treningu. Po wyświetleniu danych można nacisnąć przyciski DX/SX, aby wyświetlić dane w podziale (na wyświetlaczach o podwójnej funkcji). Naciśnij przycisk STOP, aby cofnąć się i przewijać listę treningów zapisanych w pamięci. Uwaga: w trybie pamięci można zapisać tylko podsumowanie danych treningowych z programów. Dane treningowe z trybu QUICKSTART nie mogą być zapisane.
- Pamięć konsoli może zapisać maksymalnie 80 serii danych treningowych lub 80 podziałów danych treningowych. Konsola zapisze tylko do 35 treningów. Przykład: podczas wykonywania programu "Odliczanie dystansu na 1000 metrów" zapisane zostaną trzy serie danych zawierające średnie wartości całkowite oraz dwie sesje danych podzielone na wyświetlacze o podwójnej funkcji.
- Gdy konsola wyczerpie pamięć, przy każdym nowym zapisaniu danych automatycznie usunie dane najstarszego treningu, aby zapisać w pamięci najnowszy trening (najnowsze treningi zapisane w pamięci mają niższe numery porządkowe; na przykład trening 1 jest ostatnim zapisanym, 2 jest przedostatnim itd.).
- Gdy wyświetlacz SPLIT pokazuje „00”, oznacza to, że średnia całkowita treningu nie ma podziałów. Tabele na boku pokazują, w jaki sposób konsola dzieli dane.

Uwaga: jeśli wartość treningu zostanie ustawiona na wartość inną niż wartość danych częściowych, ostatni czas częściowy nie będzie wyświetlany podczas przeglądania czasów częściowych. Zostanie on jednak dodany do całkowitego czasu treningu SPLIT „00”.

Przykład: ustawiając 1200 m, pod koniec treningu, SPLIT „00” wyświetli średnią całkowitą 1200 m, ale wyświetlając czasy pośrednie będą tylko 2 sesje po 500 m, a nie trzecia o długości 200 m. To samo nastąpi po zatrzymaniu się w połowie treningu.

Program Odliczania Czasu

REGUŁA	PODZIAŁKA
10 godz. ≥ CZAS > 5 godz.	30min
5 godz. ≥ CZAS > 200 min	15min
200 min ≥ CZAS > 100 min	10min
100 min ≥ CZAS > 60 min	5min
60 min ≥ CZAS > 20 min	3min
20 min ≥ CZAS > 5 min	1min
5 min ≥ CZAS > 1 min	30sec
1 min ≥ CZAS	20sec

Program Odliczania Dystansu

REGUŁA	PODZIAŁKA
500 ≥ DYSTANS > 250	20km
250 ≥ DYSTANS > 100	10km
100 ≥ DYSTANS > 50	5km
50 ≥ DYSTANS > 20	2km
20 ≥ DYSTANS	1km

Program Odliczania Kalorii

REGUŁA	PODZIAŁKA
5000 ≥ KALORIE > 4000	250cal
4000 ≥ KALORIE > 3000	200cal
3000 ≥ KALORIE > 2000	150cal
2000 ≥ KALORIE > 1000	100cal
1000 ≥ KALORIE > 500	50cal
500 ≥ KALORIE > 100	20cal
100 ≥ KALORIE	10cal

Programy interwałowe

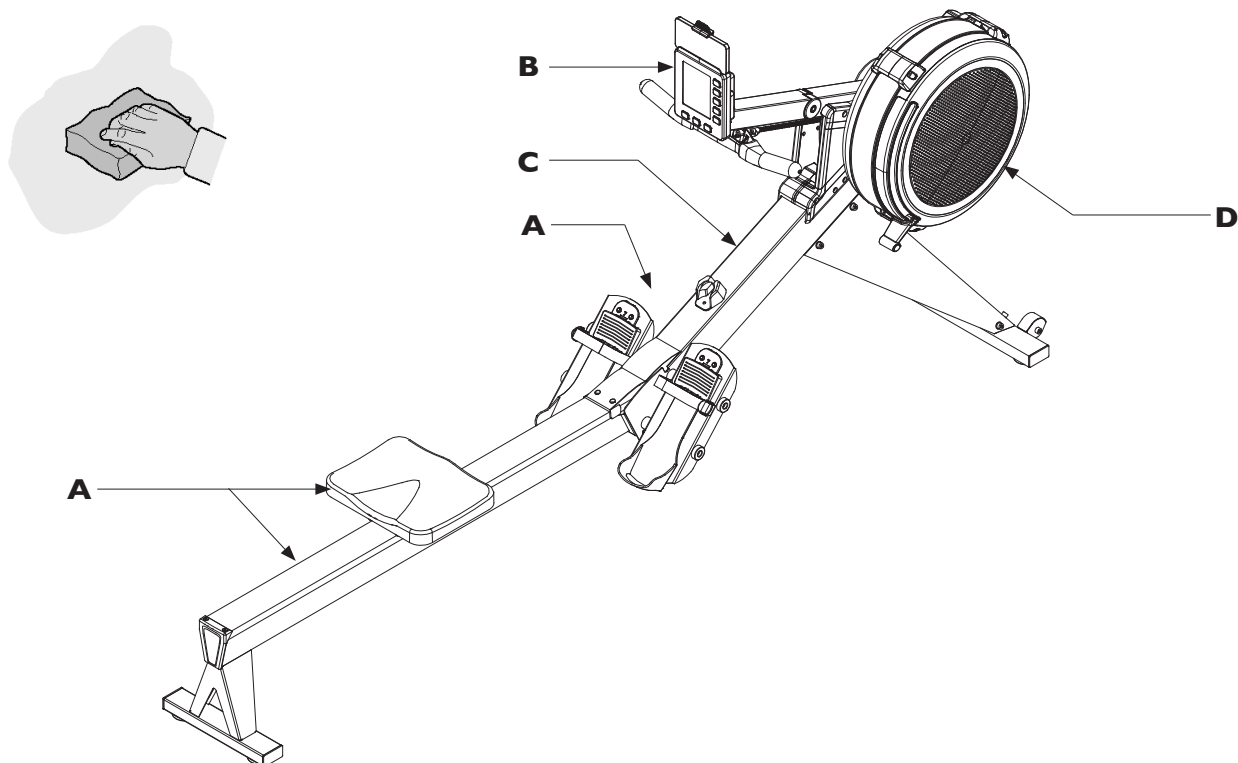
REGUŁA	PODZIAŁKA
1 INTERWAŁ = 1 PODZIAŁKA	DO 35



- Urządzenie należy zawsze utrzymywać w czystości i wolne od kurzu.
- Do czyszczenia nie należy używać substancji łatwopalnych lub szkodliwych. Do czyszczenia części plastikowych nie należy używać rozpuszczalników, a jedynie produkty na bazie wody i miękkie ściereczki.
- Rozpuszczalniki, takie jak: ropa naftowa, aceton, benzyna, czterochlorek węgla, amoniak i olej zawierający substancje chlorowe, mogą uszkodzić i spowodować korozję części plastikowych.
- Krople potu pozostałe na urządzeniu po treningu mogą spowodować korozję części metalowych lub uszkodzić części elektryczne. Podczas treningu zaleca się używanie ściereczek lub ręczników z gąbki, a po zakończeniu ćwiczeń należy dokładnie wyczyścić wszystkie części, które miały kontakt z potem.

CZYSZCZENIE URZĄDZENIA

- Po każdym użyciu należy wyczyścić ramę urządzenia, szynę jezdną, siodełko i uchwyt, za pomocą papierowej ściereczki zwilżonej sprayem czyszczącym lub mieszanką wody i neutralnego mydła.
- Wyczyścić konsolę suchą lub lekko zwilżoną bawełnianą szmatką, uważając, aby nie pocierać zbyt mocno.
- Co tydzień, całkowicie wyciągnąć uchwyt i nasmarować łańcuch za pomocą chłonnego papierowego ręcznika nasączonego niewielką ilością, a następnie umieścić uchwyt z powrotem w miejscu oparcia.
- Wyczyścić kratkę wlotową powietrza za pomocą odkurzacza.



WYMIANA BATERII



- Zwróć uwagę na biegunowość, sprawdź na nadruku sitowym położenie bieguna ujemnego i dodatniego.
- Nie wrzucaj zużytych baterii do ognia.
- Nie wyrzucaj zużytych baterii razem z innymi odpadami domowymi. Zapewnij selektywną utylizację w przeznaczonych do tego pojemnikach na baterie.
- Nie próbuj ładować zużytych baterii, używać tylko nowych baterii typu D.

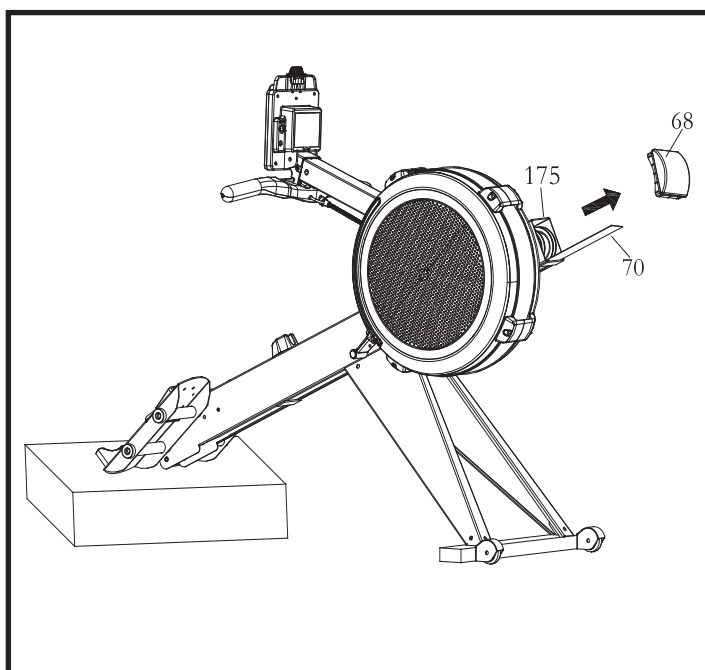
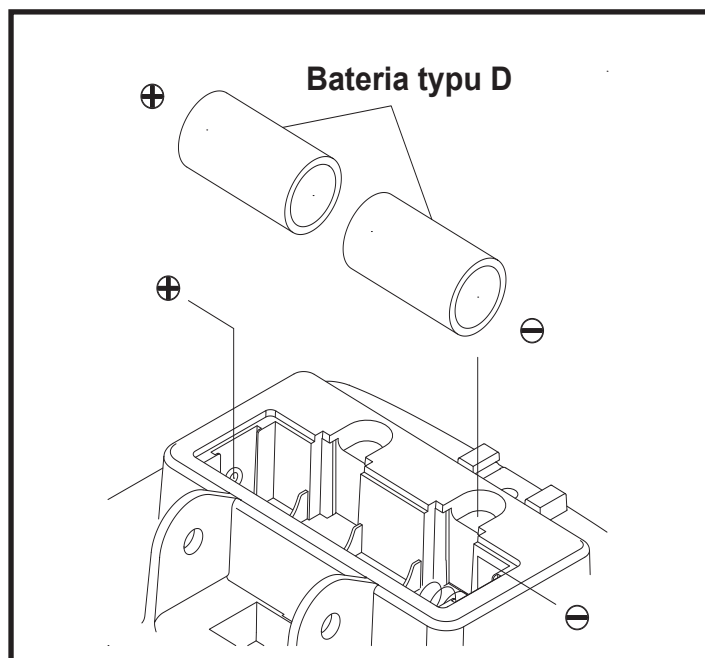
Po około półtora roku, jeżeli wyświetlacz wolno pokazuje cyfry i są one mniej kontrastowe, oznacza to, że nadszedł moment wymiany baterii. Aby to zrobić, należy zdjąć klapkę z tyłu konsoli, wyjąć zużyte baterie i wymienić je na dwie nowe baterie typu D.

REGULACJA CIĘGNA ELEKTRYCZNEGO

Uchwyt, oprócz połączenia z łańcuchem współdziałającym z kołem zamachowym wentylatora, posiada również elastyczny kabel niezbędny do wspomaganie powrotu uchwytu do miejsca oparcia.

Co dwanaście miesięcy należy sprawdzić napięcie elastycznej linki uchwytu, upewniając się, że całkowicie wraca on do miejsca oparcia pod konsolą lub na ramie; jeśli linka nie jest wystarczająco napięta, w celu przywrócenia jej napięcia należy postępować w sposób opisany poniżej.

- Oddziel dwie części ramy głównej 175 zgodnie z instrukcjami zawartymi w paragrafie 2.7 i umieść koniec ramy głównej, na którym znajdują się podnóżki, na podwyższeniu wykonanym z drewnianego lub styropianowego klocka o grubości 10 cm.
- Zdejmij pokrywę 68 i wyciągnij plastikową osłonę 70 z ramy, pociągając ją na zewnątrz, jak pokazano na ilustracji obok.



- Umieść przednią końcówkę ramy głównej na podwyższeniu, używając drewnianego lub styropianowego klocka o grubości 10 cm.
- Odłącz hak mocujący lewą linkę elastyczną 12L, podnosząc pętlę, która blokuje ją do ramy głównej i postępuj zgodnie z punktami numerowanymi od 1 do 6 pokazanymi na rysunku.

1. Wyciągnij linkę elastyczną 38, wypychając jej końcówkę z przelotowego otworu haka 12L.

2. Odblokuj linkę elastyczną 38 z metalowych wypustek haka 12L, pchając końcówkę najpierw w kierunku A, a następnie uwalniając linkę, pchając ją w kierunku strzałki B.

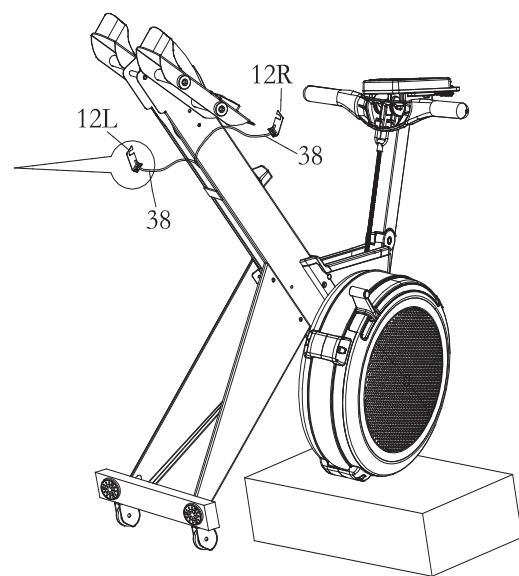
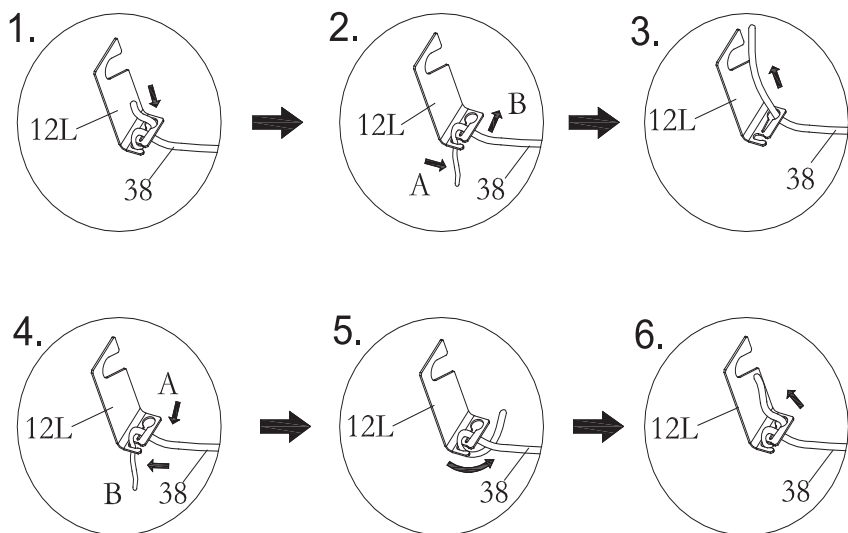
3. Aby przywrócić naciąg linki elastycznej 38, wyciągnij ją z metalowych wypustek haka 12L, a następnie naciągnij ją na co najmniej 1,5 cm, jak pokazuje punkt 3.

4. Ponownie zablokuj linkę elastyczną 38, wciskając ją między metalowe wypustki haka 12L; najpierw blokując linkę w kierunku strzałki A, a następnie blokując wolną końcówkę w kierunku strzałki B.

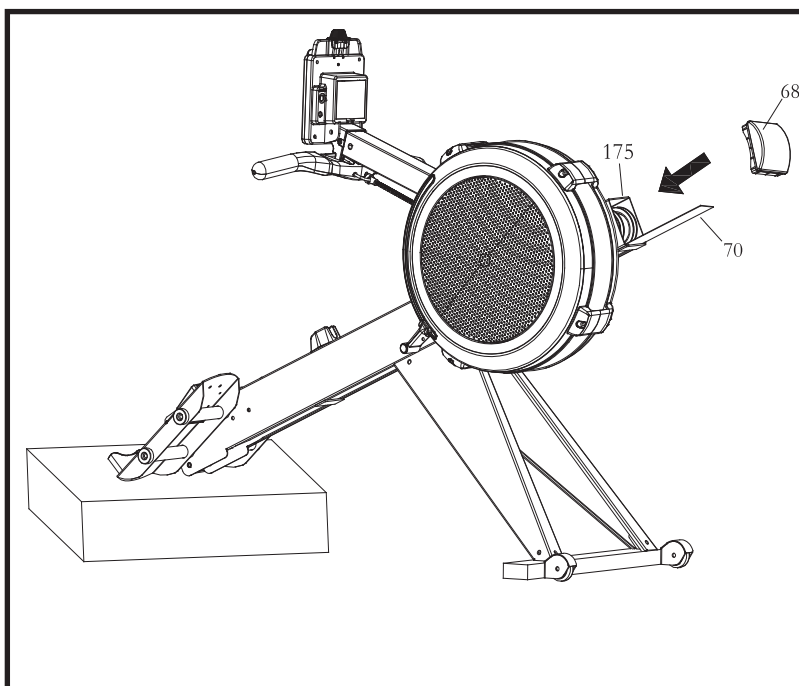
5. Odzyskaj wolną końcówkę linki elastycznej 38 i owiń ją w sposób pokazany w punkcie 5.

6. Na koniec włóż końcówkę linki elastycznej 38 do drugiego otworu w haku 12L, a następnie zablokuj pętlę haka na przygotowanym trzpieniu na ramie głównej.

- Odłącz hak mocujący prawą linkę elastyczną 12R, podnosząc pętlę, która blokuje ją do ramy głównej, i powtórz czynności naciągania wykonane dla haka 12L.



- Umieść koniec ramy głównej 175, gdzie znajdują się podnóżki, na podwyższeniu, używając drewnianego lub styropianowego klocka o grubości 10 cm.
- Ponownie zamontuj plastikową osłonę 70, wsuwając ją wzdłuż prowadnic ramy i umieść ponownie zaślepkę 68, jak pokazano na ilustracji obok.



5.0

UTYLIZACJA



Symbol przekreślonego kosza na śmieci oznacza, że sprzedawane produkty podlegają zakresowi zastosowania europejskiej Dyrektywy RoHS w sprawie utylizacji zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego (WEEE/RAEE).



Oznakowanie CE wskazuje, że produkt jest w pełni zgodny z dyrektywą RoHS 2011/65/UE, a żaden z elementów elektrycznych i elektronicznych wchodzących w skład produktu nie zawiera poziomów wyższych niż przewidziane dla niektórych substancji uznawanych za niebezpieczne dla zdrowia ludzkiego.

Ten produkt NIE może być utylizowany jako odpad komunalny, lecz musi być utylizowany oddzielnie (w krajach Unii Europejskiej), poprzez dostarczenie go do odpowiednich centrów zbiórki przeznaczonych do utylizacji i recyklingu takich produktów.

Firma Garlando S.p.A. zachęca do poszanowania natury i zdrowia ludzkiego również poza Unią Europejską i wyraża nadzieję, że przestrzegane będą lokalne przepisy dotyczące utylizacji i recyklingu, z wykorzystaniem, w miarę możliwości, selektywnej zbiórki zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, a także licznych komponentów (takich jak żelazo, miedź, tworzywa sztuczne itp.), które mogą zostać odzyskane i ponownie wykorzystane.

6.0

KATALOG I ZAMAWIANIE CZĘŚCI ZAMIENNYCH

Aby zamówić części zamienne, zapoznaj się z rysunkiem rozłożonym, który znajduje się na następnej stronie.

Zamówienie części zamiennych musi zawierać następujące informacje:

1. Marka i model produktu – sprawdź na tabliczce znamionowej produktu.
2. Nazwa elementu do wymiany – sprawdź na liście części zamiennych.
3. Numer referencyjny elementu – sprawdź na rysunku rozłożonym.
4. Wymagana ilość.
5. Adres i dane kontaktowe do wysyłki.

Zgłoszenie zapotrzebowania na części zamienne złóż w formie pisemnej, faksem lub e-mailem, korzystając z poniższych danych kontaktowych:

fax: 0143/318594
e-mail: assistenza.@garlando.it

Niniejszy katalog może wykazywać pewne drobne różnice w stosunku do posiadanego produktu; mogą w nim brakować wszelkie aktualizacje, które producent w międzyczasie wprowadził. W przypadku trudności ze zrozumieniem rysunków i opisów skontaktuj się z Centrum Wsparcia Technicznego pod numerem:

0143/318540 w godzinach 9:00 do 12:00, od poniedziałku do piątku.

6.2
LISTA CZĘŚCI

Numer	Opis	Ilość	Numer	Opis	Ilość
3	Drażek do wiosłowania	1	64	Kółko do wózka przesuwne	4
4	Przednia belka podporowa	1	65	Cylinder kół wózka	2
7	Lewy wspornik przedniej belki podporowej	1	66	Kółko transportowe	2
8	Prawy wspornik przedniej belki podporowej	1	67	Zaślepka szyny aluminiowej	1
10	Wózek przesuwny	1	68	Zaślepka ramy głównej	1
11	Koło zamachowe z wentylatorem	1	70	Dolna osłona plastikowa	1
12	Hak do elastycznej linki	2	71	Podkładka plastikowa [Ø10.2 x Ø14 x 1 mm]	3
13	Napinacz łańcucha w kształcie litery U	1	72	Śruba [M6 x 10mm]	9
14	Szyna	1	73	Podkładka ząbkowana wewnętrznie M6	9
15	Pierścień osłonowy	1	74	Nakrętka samokontrująca M6	8
16	Tuleja dystansowa [Ø8.2xØ12x3.2mm]	6	75	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 10 mm]	17
17	Oś kół wózka [Ø8.2xØ12x71.6mm]	2	76	Podkładka płaska M6	14
18	Tuleja dystansowa rolki łańcucha [Ø6.2xØ10x15.5mm]	1	77	Śruba [M8 x 65 mm]	2
19	Konsola	1	78	Śruba [M8 x 75 mm]a	1
22	Generator elektryczny	1	79	Podkładka płaska M8	19
23	Przewodowy czujnik zliczający pociągnięcia	1	80	Nakrętka samokontrująca [M8]	9
24	Oś obrotu [M6x Ø12 x 80 mm]	1	81	Śruba [M8 x 12 mm]	8
25	Oś koła pasowego [M6 x Ø10 x 76.5 mm]	3	82	Śruba [M8 x 45 mm]	2
26	Oś wentylatora	1	83	Śruba [M6 x 16 mm]	2
27	śruba z uchem	1	85	Śruba [M8 x 110 mm]	2
28	Złącze łańcucha	1	86	Śruba [M8 x 25 mm]	2
29	Śruba typu U	1	87	Podkładka sprężysta M8	4
30	Wewnętrzna tuleja dystansowa	1	88	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 16 mm]	9
31	Zewnętrzny kołnierz	1	89	Śruba [M5 x 12 mm]	4
32	Łożysko 6003RS	1	90	Śruba [M5 x 92 mm]	4
33	Łożysko 608ZZ	6	91	Nakrętka [M5]	4
34	Łożysko 6201RS	3	92	Hak łańcucha	2
35	Łożysko jednokierunkowe HF2016	1	93	O-ring Ø32 mm	1
36	Łańcuch 1/4"	1	94	Nakrętka samokontrująca [M10]	2
37	Koło zębate	1	95	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 6 mm]	6
38	Linka elastyczna	1	96	Śruba [M4 x 45 mm]	1
39	Kółko prowadzące linki elastycznej	4	97	Nakrętka [M4]	1
40	Kółko pasowe do łańcucha	2	98	Sworzeń blokujący szynę	1
41	Łożysko 6000ZZ	8	99	Śruba [M6 x 16 mm]	13
42	Regulator przepływu powietrza	1	101	Śruba [M6 x 10 mm]	9
43	Lewa osłona łopatek wentylatora	1	102	Śrubokręt krzyżakowy	1
44	Prawa osłona łopatek wentylatora	1	103	Klucz imbusowy M6	2
45	Regulowane oparcie pięty	2	104	Klucz płaski 13/15 mm	1
46	Podparcie stopy	2	106	Tuleja dystansowa plastikowa	2
47	Pasek do podnóżka	2	107	Gumowa przelotka kablowa	1
48	Tuleja dystansowa koła zębatego [Ø10xØ16x30.5mm]	2	108	Łożysko 6001RS	1
49	Tuleja dystansowa koła pasowego [Ø10xØ16x26.5mm]	1	109	Ciężarki wyważające	3
50	Tuleja koła pasowego	2	110	Koszyk łożyska	1
51	Siedzisko	1	111	Śruba [M4 x 12 mm]	3
52	Uchwyt/gniazdo na drażek do wiosłowania	1	112	Podkładka płaska [Ø3.5 x Ø12 x 1 mm]	2
53	Osłona złącza ramy głównej	1	113	Wkręt [ST3,5 x 12 mm]	2
54	Osłona złącza szyny aluminiowej	1	114	Pierścień magnetyczny	1
55	Płyta mocująca generator	1	116	Gumowy odbojnik siedziska	2
59	Gumowa stopka podporowa	4	117	Śruba [M8 x 20 mm]	2
60	Płytki łączące	2	118	Wspornik do gumowego odbojnika	2
61	Miseczka łożyska 6001	1	121	Ochrona paska na rzep podnóżka	2
62	Miseczka łożyska 6003	1	122	Stoper paska na rzep podnóżka	2
63	Kółko prowadzące	2	123	Śruba [M5x12 mm]	4
			125	Śruba [M6x30 mm]	1

Numer	Opis	Ilość
126	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 10 mm]	8
127	Nakrętka samokontrująca M6	2
129	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 19 mm]	12
131	Śruba gwintowana M6x12 mm	3
134	Górny wspornik konsoli	1
135	Dolny wspornik konsoli	1
136	Śruba mocująca dolny wspornik	1
137	Mała tuleja	1
138	Tuleja obrotowa	2
139	Oś podnóżka 16 mm	1
140	Oś podnóżka 12 mm	1
141	Sworzeń gwintowany M6x77 mm	2
142	Sworzeń gwintowany M6x63 mm	4
143	Wspornik magnetyczny	2
144	Stalowa tuleja dystansowa Ø10xØ6x25 mm	6
145	Okrągła płyta aluminiowa	1
146	Wspornik mocujący czujnik	1
147	Pierścień	1
148	Płytki adaptera	1
149	Czujnik zliczający pociągnięcia	1
150	Okablowanie czujnika	1
151	Okablowanie generatora elektrycznego	1
152	Magnes okrągły	6
153	Regulator ze wskaźnikiem	1
154	Kratka ochronna wentylatora	1
155	Koło zamachowe magnetyczne	1
156	Stojak na smartfon	1
157	Gumowa krawędź podstawki na smartfon	1
158	Lewa osłona czoła szyny	1
159	Prawa osłona czoła szyny	1
162	Podkładka kołnierзова	3
163	Profil EVA do stojaka na smartfon	1
164	Profil EVA do podstawki na smartfon	1
166	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 35 mm]	3
167	Wkręt samogwintujący [ST3.0 x 8 mm]	6
168	Śruba [M6 x 12 mm]	4
169	Śruba [M6 x 20 mm]	6
170	Śruba [M6 x 40 mm]	6
171	Śruba [M6 x 16 mm]	4
172	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 16 mm]	6
173	Śruba [M8 x 20 mm]	4
174	Dolna osłona wózka	1
175	Rama główna	1
176	Szyna	1
177L/R	Płyta wspierająca podnózek L/P	1/1
178	Boczna tuleja podnóżka	4
179	Profilowany uchwyt do mocowania konsoli	1
180	Śruba [M6 x 15 mm]	4
181	Śruba [M6 x 28 mm]	1
185	Lewa zewnętrzna osłona podstawy konsoli	1
186	Prawa zewnętrzna osłona podstawy konsoli	1
187	Lewa wewnętrzna osłona podstawy konsoli	1
188	Prawa wewnętrzna osłona podstawy konsoli	1
190	Wkręt samogwintujący [ST4.2 x 10 mm]	7



DEL SPORT Sp. z o.o.
ul. Połczyńska 63
01-336 Warszawa
Email: delsport@delsport.pl
Tel.: 022/3509420-23
www.delsport.pl
SERWIS: serwis@delsport.pl



GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale DI
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorxprofessional.it
contact@toorxprofessional.it