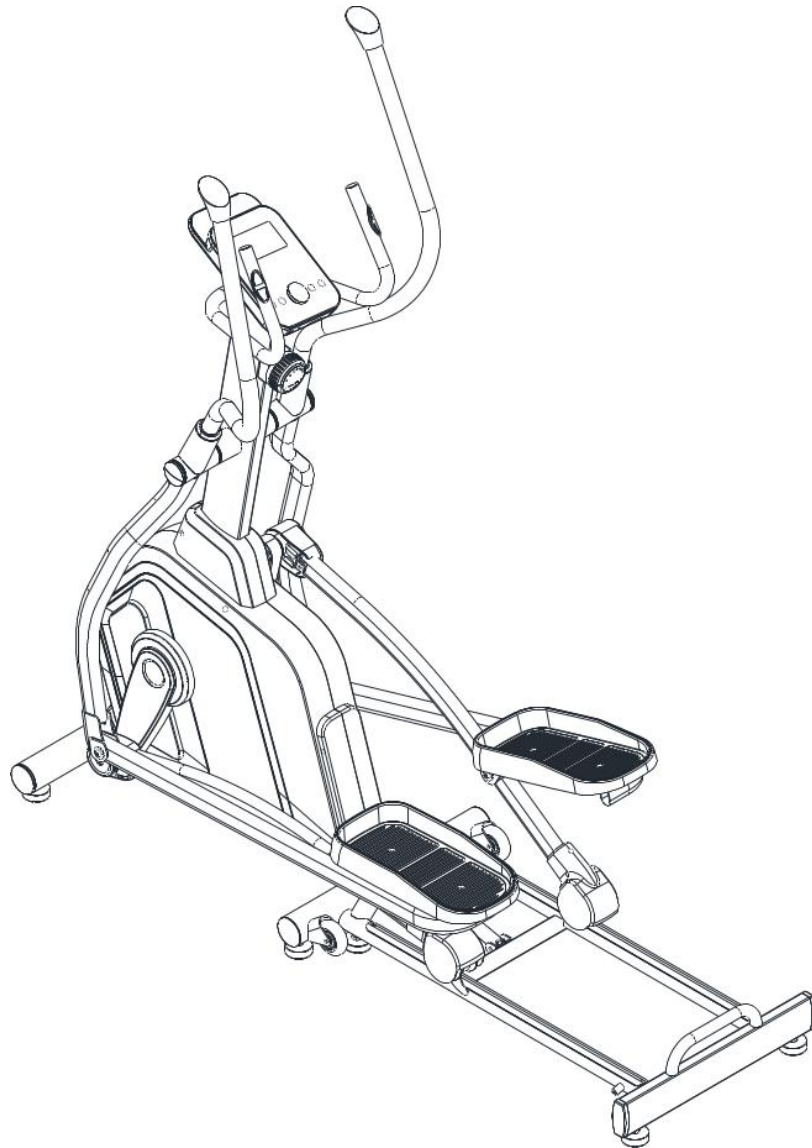


BODYFLEX[®]

E2200

ELLIPTICAL CROSSRAINER

art. No. BF-E2200



1. IMPORTANT SAFETY INFORMATION

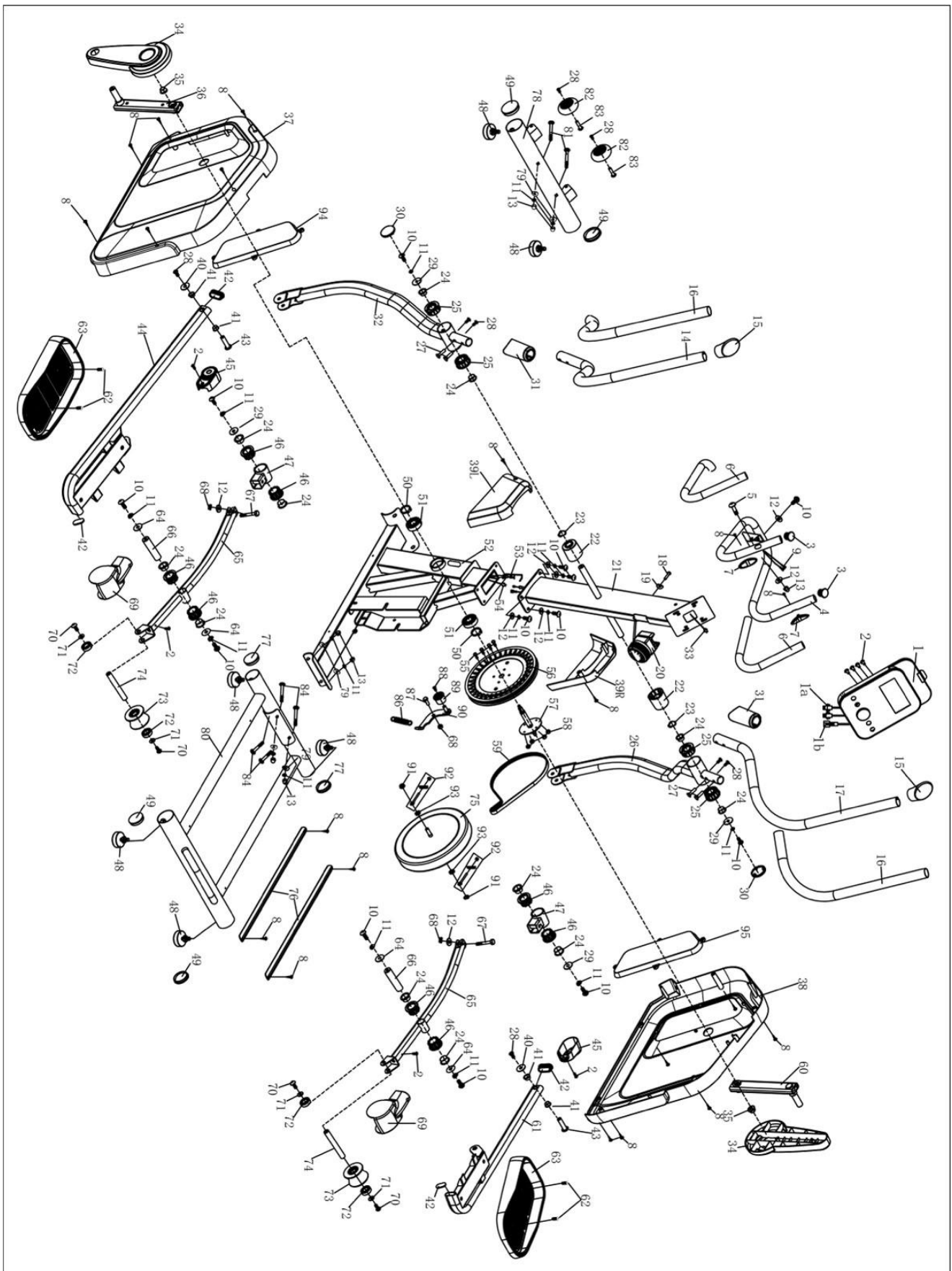
1. Read this manual in full before assembly and use. Safe and effective training is possible only with correct assembly, maintenance and use.
2. Consult your doctor or a qualified fitness specialist before you start any exercise programme — especially if you are over 35, have not trained recently, are pregnant, or are being treated for heart problems, blood pressure, cholesterol or any other medical condition. Train only after you have obtained such advice.
3. Before every workout check the equipment: frame and welds undamaged, all bolts and nuts tight, pedals, handlebars and connecting rods without play, resistance system and console working correctly. If you find a defect, hear unusual noise or notice unusual movement, stop immediately and do not use the equipment until the fault has been remedied.
4. Stop training at once if you feel pain, chest tightness, irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness or nausea, and consult your doctor before you continue.
5. The equipment is intended for adults and for indoor domestic use only. Keep children and pets away from it at all times.
6. Only one person may use the equipment at a time.
7. Place the equipment on a firm, level surface. Use a protective mat to protect the floor or carpet. Keep at least 0.5 m of free space around the equipment.
8. Wear close-fitting sportswear and sports shoes. Loose clothing, towels and long hair may be caught by moving parts.
9. Mount and dismount only when the pedals are stationary, holding the handlebars.
10. Never put your hands or feet near moving parts. Do not insert objects into any opening.
11. Do not use the equipment outdoors, in a damp room or in a dusty environment.
12. The heart rate readings are indicative only and are not medically accurate. This product is not a medical device and must not be used for diagnosis or therapy.
13. Move the equipment carefully; two persons are recommended.
14. Keep this manual and the assembly tools.

2. PARTS LIST

No	Description	Qty	No	Description	Qty
1	Computer	1	48	Foot pad M10*30	6
2	Screw M5*10	8	49	End cap Φ60	4
3	End cap 25	2	50	Ring d20	2
4	Middle handlebar	1	51	Bearing 6004	2
5	Bolt M8*55	1	52	Main frame	1
6	Foam grip	2	53	Tension cable	1
7	Pulse sensor 22	2	54	Sensor cable	1
8	Screw ST4.2*19	20	55	Bolt M6*15	4
9	Handlebar wire	2	56	Belt pulley	1
10	Bolt M8*16	13	57	Axle	1
11	Spring washer d8	18	58	Nylon nut M6	4
12	Washer d8*Φ16*1.5	8	59	Belt	1
13	Nut M8	7	60	Crank R	1
14	Left handlebar	1	61	Pedal tube R	1
15	End cap	2	62	Bolt M8*16*Φ13	4
16	Foam grip	2	63	Pedal	2
17	Right handlebar	1	64	Washer d8*Φ25*1.5	4
18	Screw M5*90	1	65	Connecting rod	2
19	Washer d6*Φ16*1.0	1	66	Pedal shaft Φ19*79	2
20	Tension control	1	67	Bolt M8*50	2
21	Support tube	1	68	Nylon nut M8	3
22	Long sleeve	2	69	Roller cover	2
23	Arc washer d19*Φ25*0.3	2	70	Bolt M10*16	4
24	Sleeve Φ26.9*11	12	71	Washer d10*Φ22*1.5	4
25	Bushing Φ50*Φ21*20	4	72	Bearing 6003	4

№	Description	Qty	№	Description	Qty
26	Right swing joint	1	73	Roller	2
27	Bolt $\Phi 8 \times 27.5$	4	74	Sliding wheel shaft	2
28	Screw M6*15	8	75	Flywheel	1
29	Washer d8* $\Phi 32 \times 2$	4	76	Aluminium strip	2
30	End cap $\Phi 50 \times 15$	2	77	End cap $\Phi 50$	2
31	Cover	2	78	Front stabilizer tube	1
32	Left swing joint	1	79	Washer d8* $\Phi 20 \times 1.5 \times R30$	6
33	Middle wire	1	80	Rear main frame	1
34	Crank cover	2	81	Bolt M8*75	2
35	Flange nut M10*1.25	2	82	Roller	2
36	Crank L	1	83	Bolt $\Phi 8 \times 30.5$	2
37	Chain cover L	1	84	Bolt M8*65	4
38	Chain cover R	1	86	Drag spring	1
39L/R	Front cover L/R	2	87	Bolt M8*15	1
40	Washer d6* $\Phi 16 \times 1.0$	2	88	Bolt M6*10	1
41	Sleeve $\Phi 28 \times 10 \times \Phi 10.1$	4	89	Pinch roller	1
42	End cap PT50*25	4	90	Press plate assembly	1
43	Bolt $\Phi 10 \times 38$	2	91	Flange nut M10*1	2
44	Pedal tube L	1	92	Adjusting bolt set	2
45	Cover	2	93	Thin hex nut M10*1	2
46	Sleeve $\Phi 38 \times \Phi 21 \times 20$	8	94	Cover L	1
47	Connecting rod joint	2	95	Cover R	1

3. EXPLODED DIAGRAM

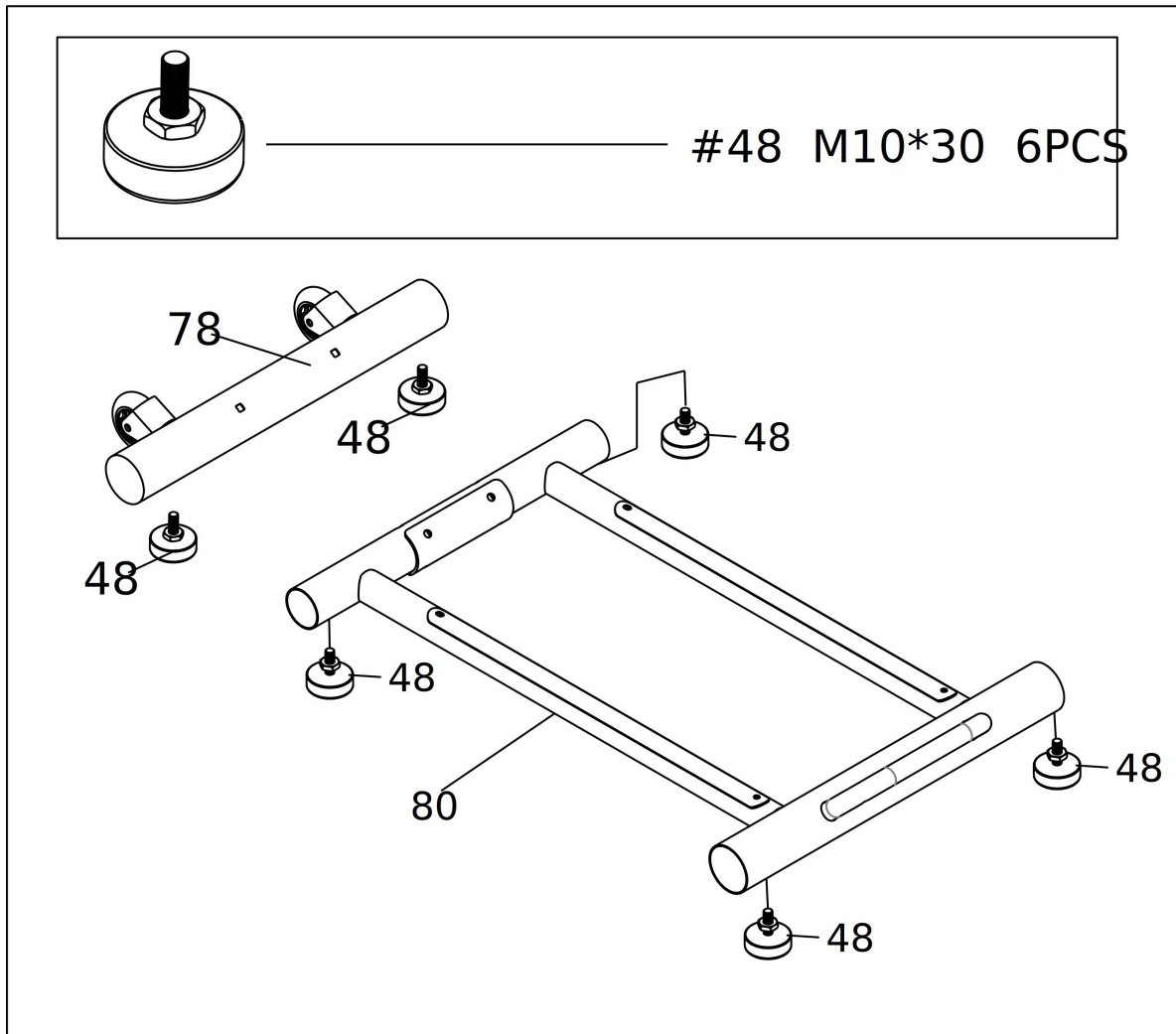


4. ASSEMBLY

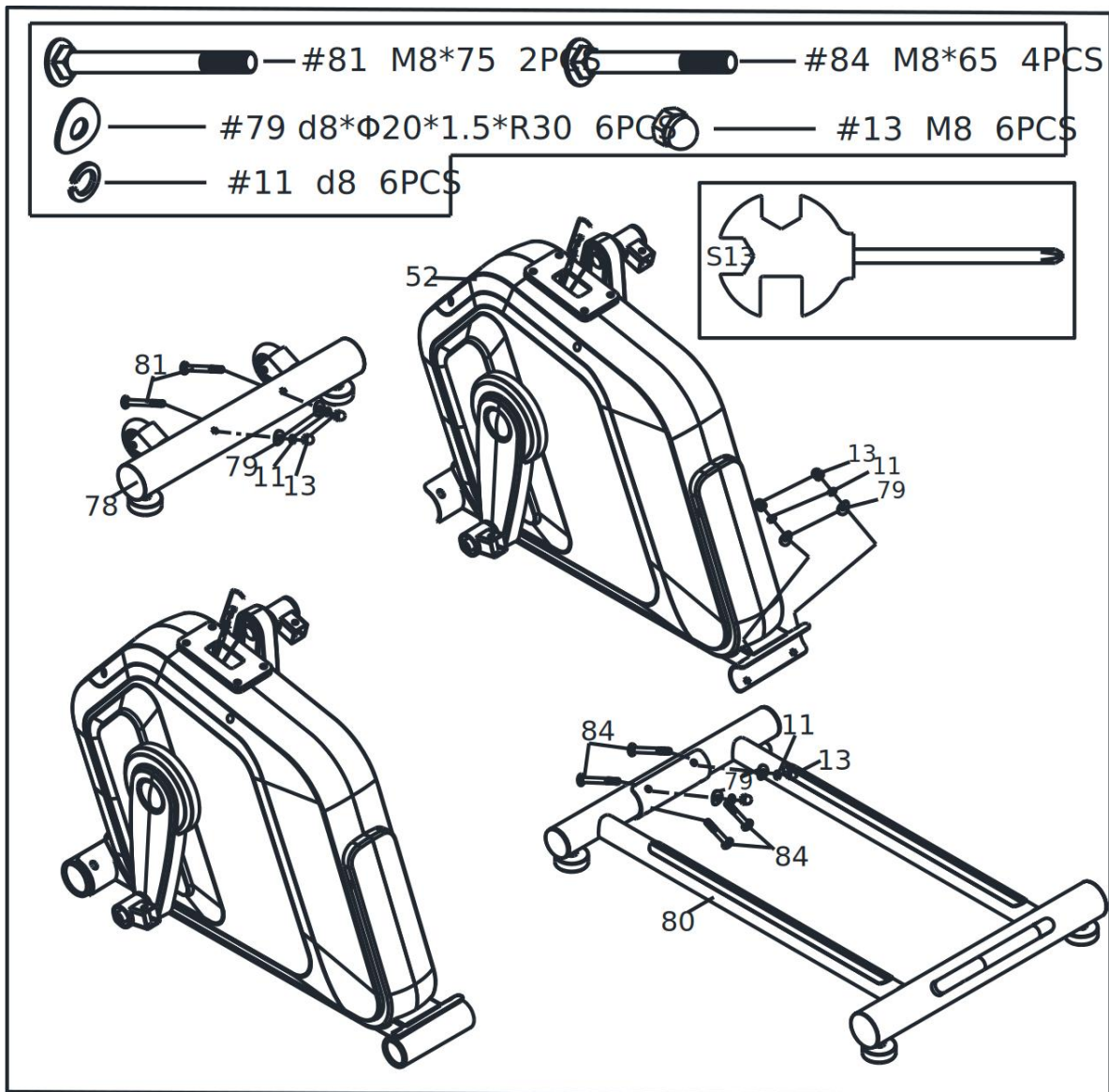
Unpack all parts on a protective surface and check them against the parts list. Follow the steps in the given order. Assembly by two persons is recommended.

Leave the fasteners slightly loose until the assembly is complete, then tighten all of them firmly.

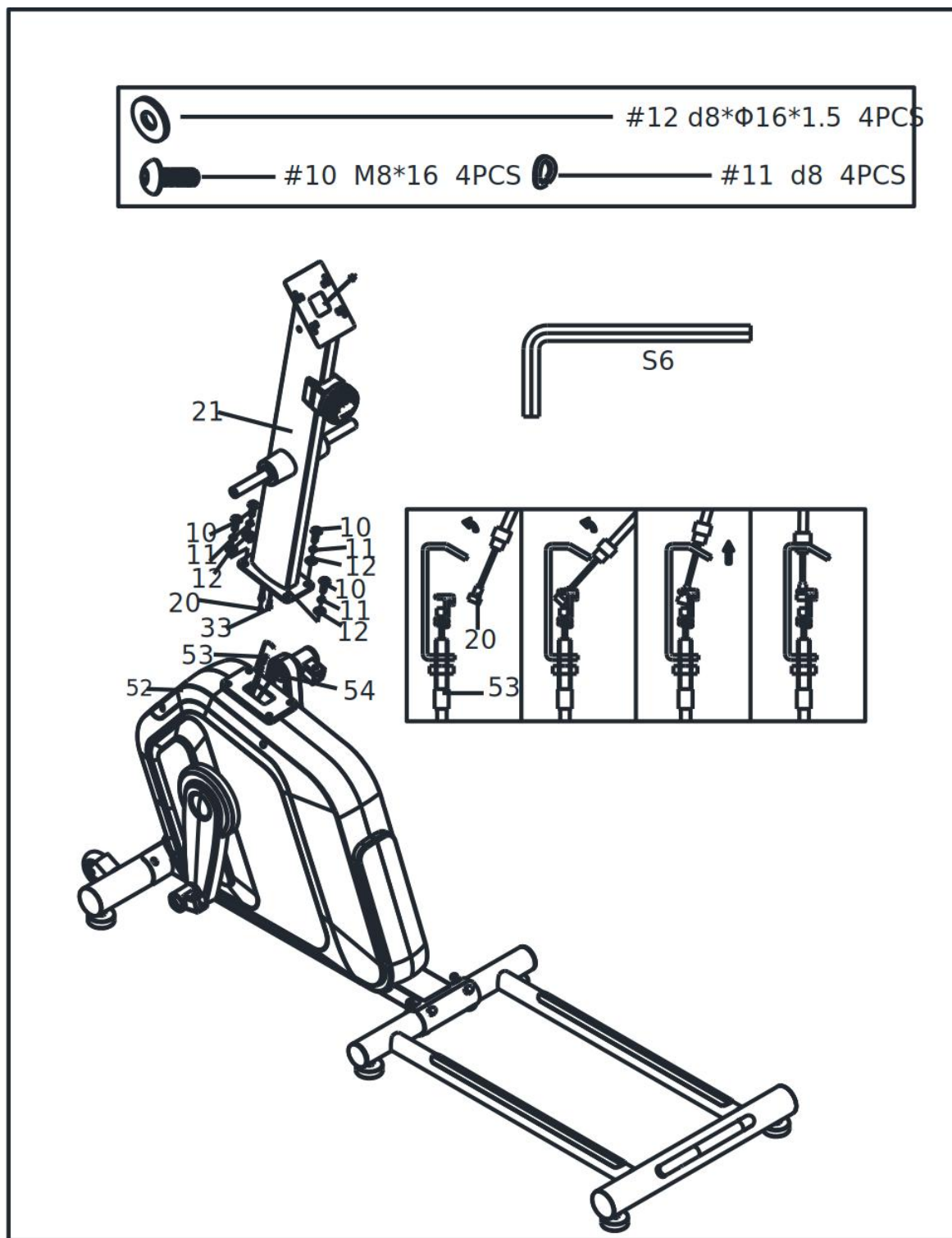
Step 1



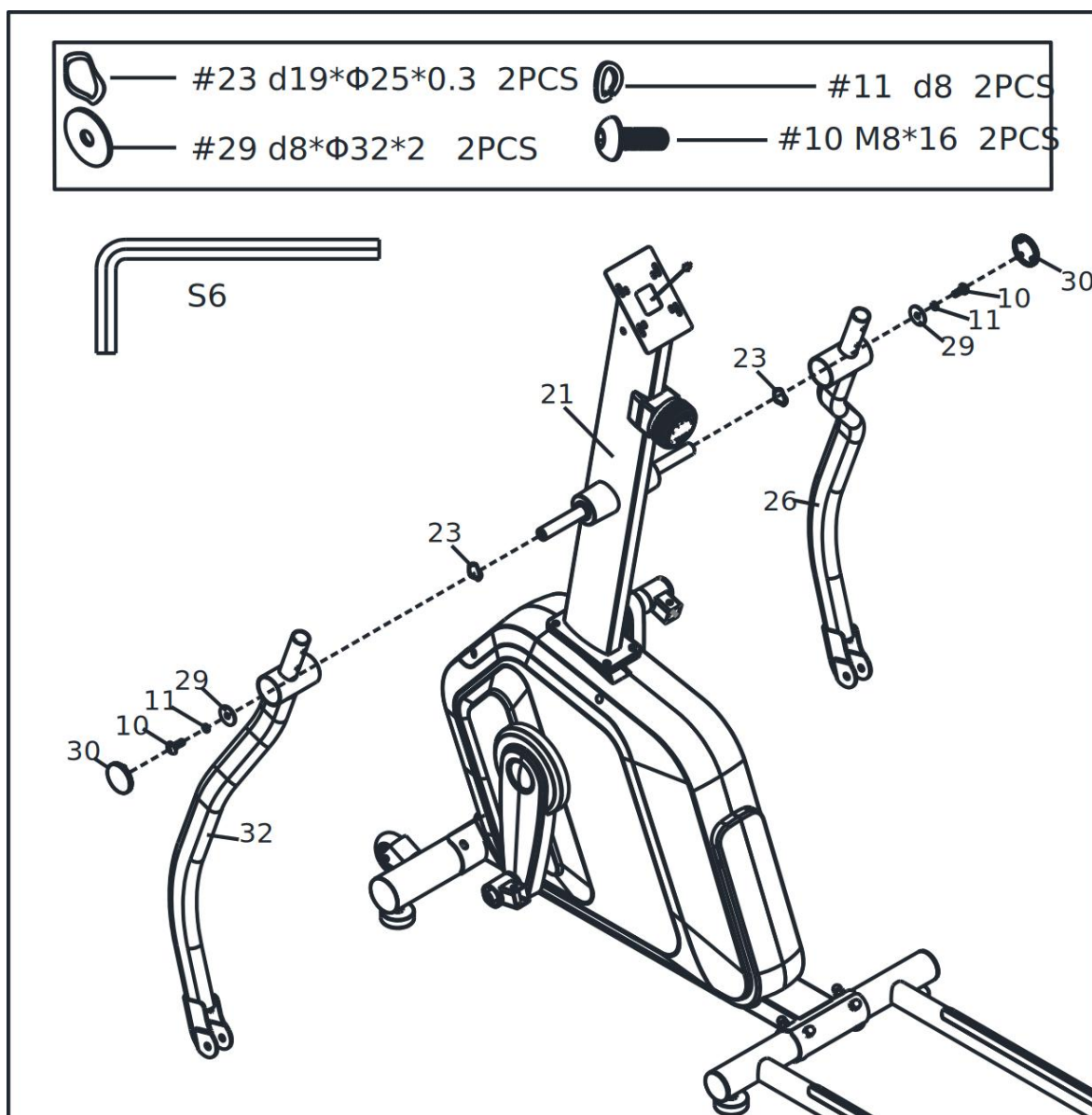
- Screw the adjustable foot pads (48) into the underside of the front stabilizer tube (78) and of the rear main frame (80). Set all pads to the same height.

Step 2

- Remove the transport tube from the main frame (52).
- Fix the front stabilizer tube (78) and the rear main frame (80) to the main frame (52) with the bolts (81/84), spring washers (11), arc washers (79) and nuts (13).

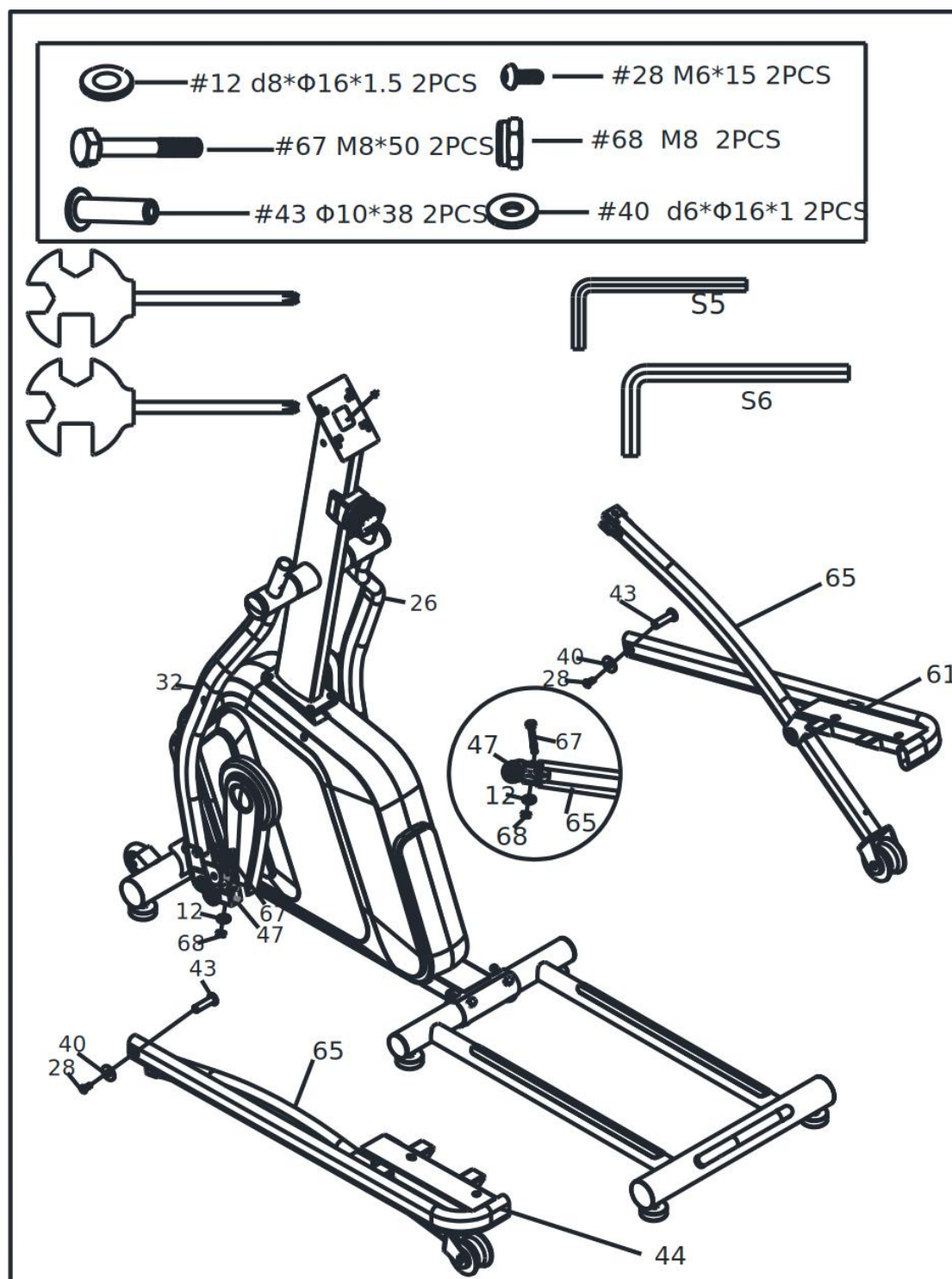
Step 3

- Connect the lower end of the tension cable (53) to the tension control (20), and the sensor cable (54) to the middle wire (33).
- Fix the support tube (21) to the main frame (52) with the bolts (10), spring washers (11) and washers (12). Do not pinch the cables.

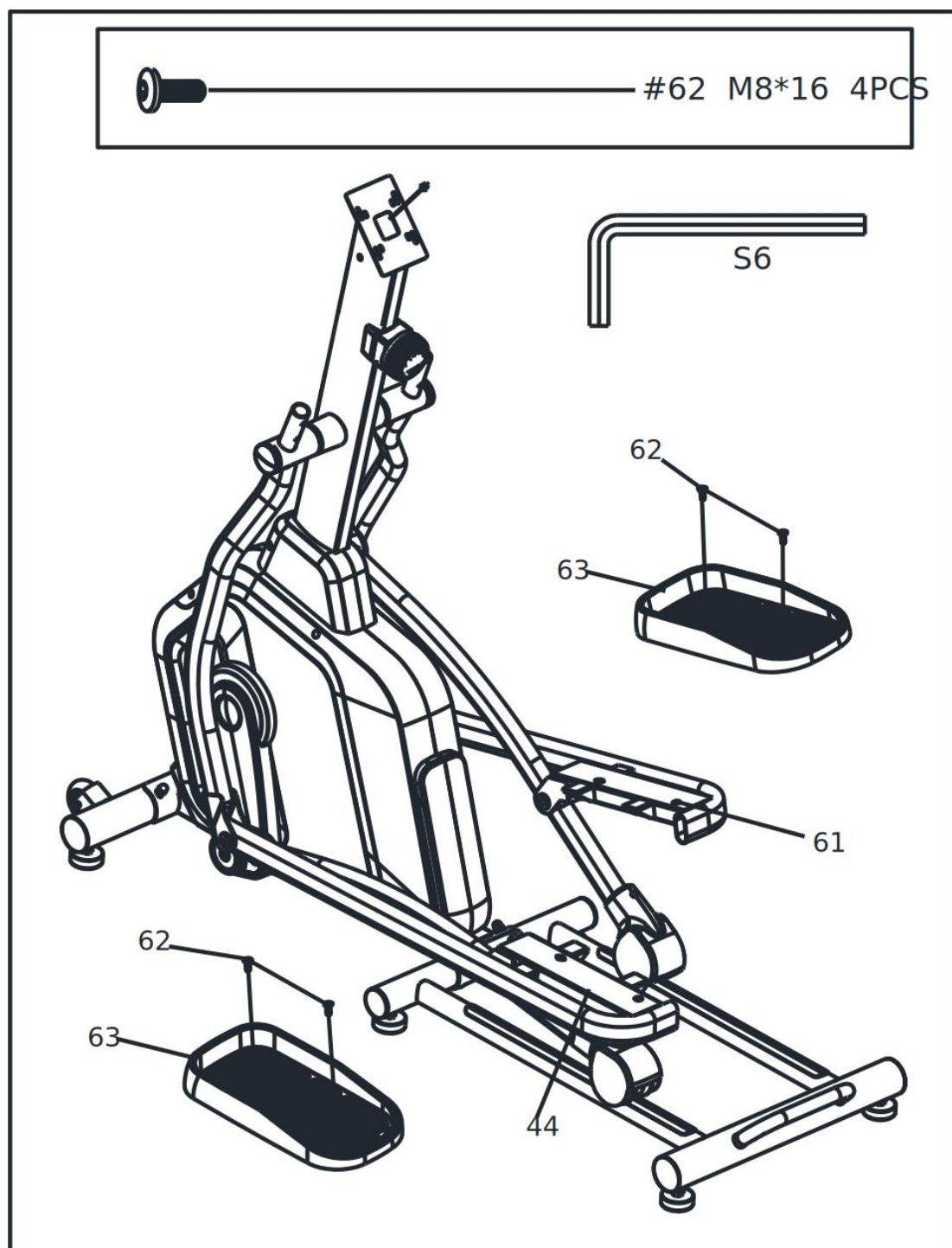
Step 4

- Fix the left and right swing joints (32/26) to the support tube (21) with the arc washers (23), flat washers (29), spring washers (11) and bolts (10). Fit the end caps (30).

Step 5

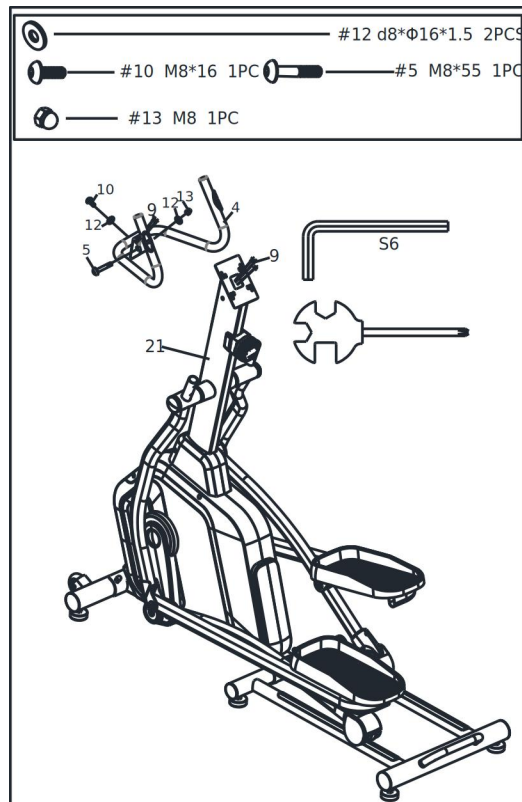


- Fit the connecting rods (65) to the connecting rod joints (47) on both sides of the frame and secure with the bolts (67), washers (12) and nylon nuts (68).
- Fit the left and right pedal tubes (44/61) to the left and right swing joints (32/26) and secure with the bolts (43), screws (28) and washers (40).

Step 6

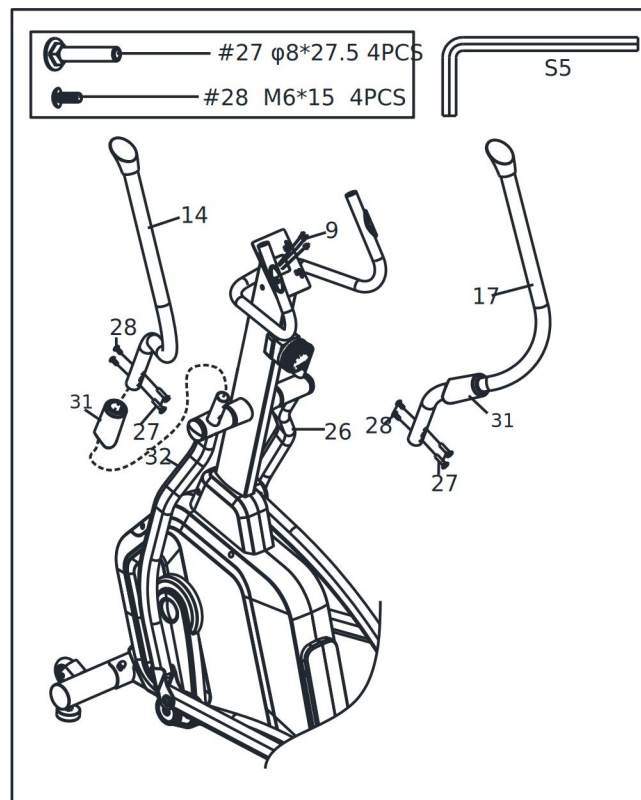
- Fix the pedals (63) to the left and right pedal tubes (44/61) with the bolts (62).

Step 7

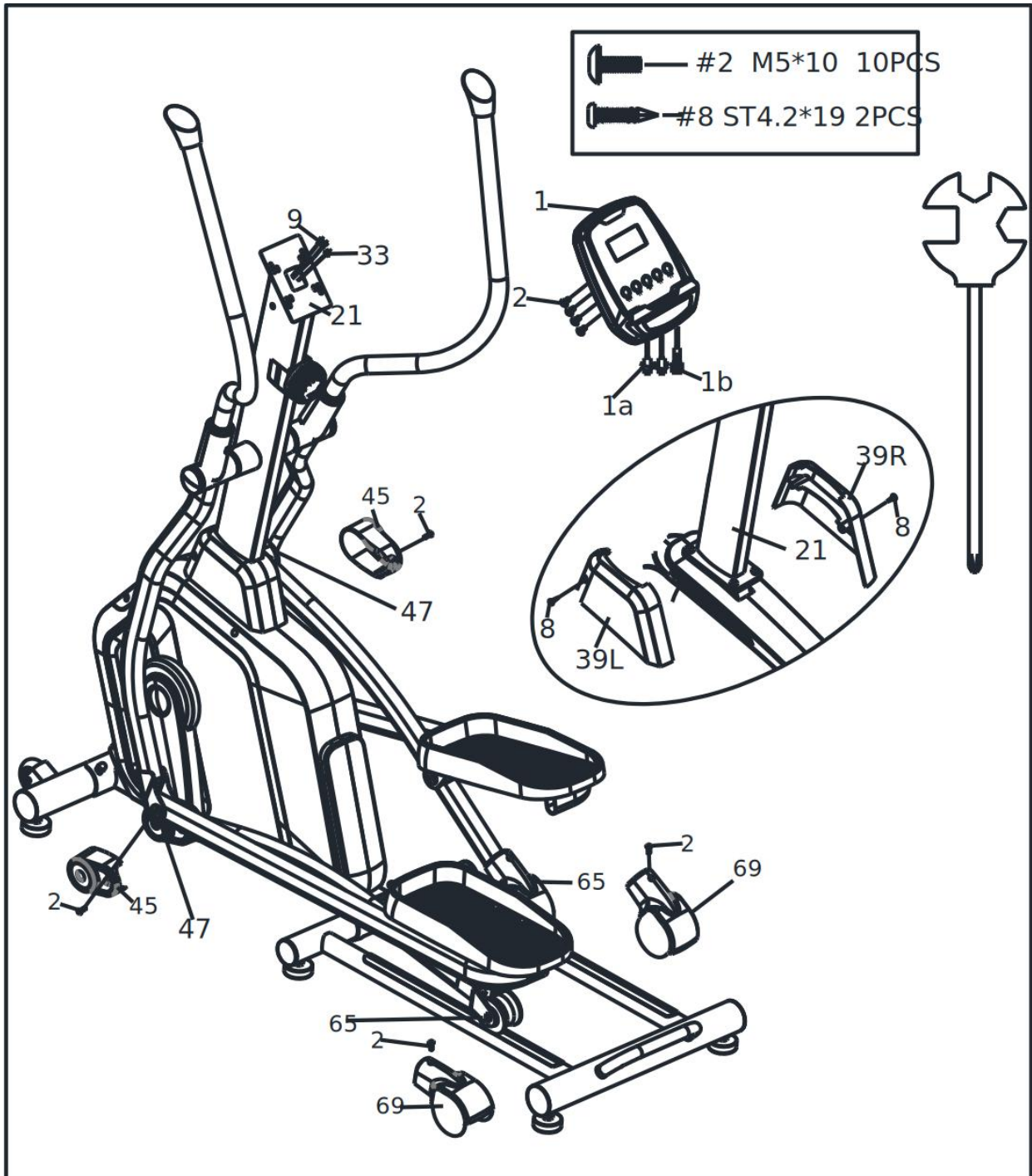


- Lead the handlebar wire (9) through the support tube (21), then fix the middle handlebar (4) to the support tube (21) with the bolts (10) and (5), washers (12) and nut (13).

Step 8



- Slide the covers (31) onto the left handlebar (14) and the right handlebar (17). Fix the handlebars (14/17) to the swing joints (32/26) with the bolts (27) and screws (28).

Step 9

- Fit the front covers (39L/R) to the support tube (21) and secure with the screws (8).
- Connect the computer cables (1a/1b) to the middle wire (33) and to the pulse wire (9). Fix the computer (1) to the console plate of the support tube (21) with the screws (2).
- Fix the joint covers (45) to the connecting rod joints (47) with the screws (2).
- Fix the roller covers (69) to the connecting rods (65) with the screws (2).
- Finally check that all bolts and nuts are firmly tightened.

5. USING THE EQUIPMENT

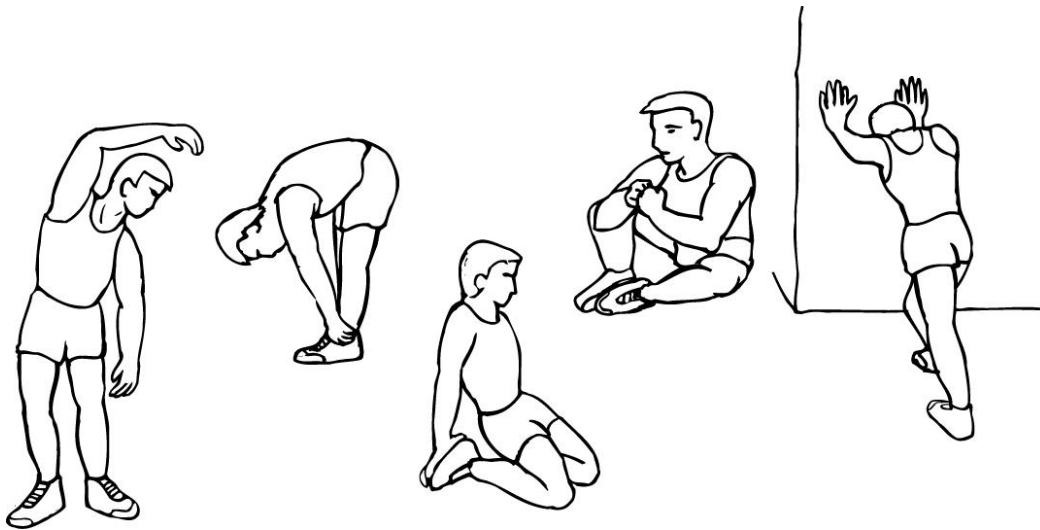
Stand on the pedals holding the handlebars, and start an even pedalling movement. The moving handlebars work the upper body; the fixed middle handlebar can be used for training with the legs only, and holds the pulse sensors.

The tension control (20) changes the pedal resistance: a higher resistance makes pedalling harder, a lower one easier. Adjust the resistance while the equipment is in motion.

6. TRAINING GUIDE

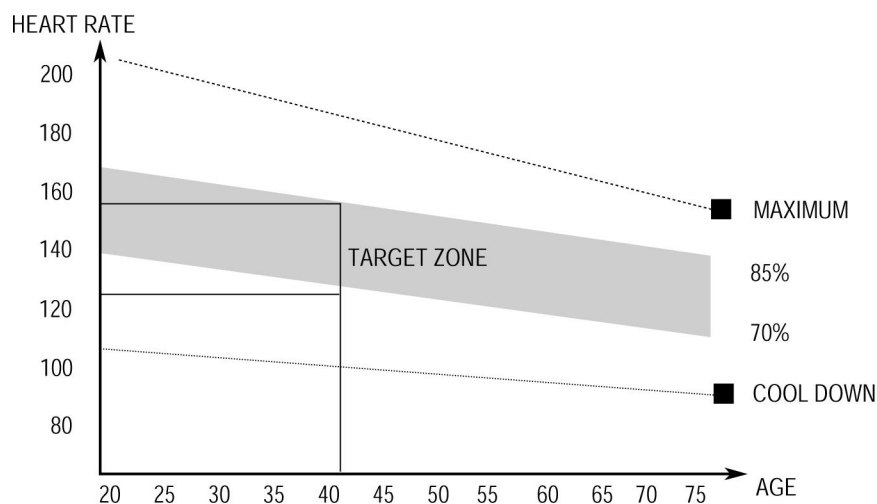
Warm-up

This phase gets the blood flowing and prepares the muscles, and reduces the risk of cramp and injury. Perform a few stretching exercises as shown below, holding each stretch for about 30 seconds. Never force or jerk a muscle into a stretch — if it hurts, STOP.



Exercise phase

This is the phase in which you put in the effort. Maintain a steady tempo. The intensity should raise your heart rate into the target zone shown in the chart. With regular training your leg muscles become stronger and your endurance improves.



Cool-down

This phase lets the cardiovascular system and the muscles wind down. Reduce the tempo and continue for about 5 minutes, then repeat the stretching exercises, again without forcing or jerking.

Train at least three times a week and spread your workouts evenly through the week. As your fitness improves you may train longer and with more resistance.

7. MONITOR INSTRUCTION MANUAL

■ BUTTONS

1. MODE

Press this button to changeover display or choose the window needs to be set.

2. **RECOVERY** In non-exercise or non-setting status, press this button to enter/exit pulse recovery function.
3. **UP** In the Settings state, rotate this key to set the value of time, distance, and calories
4. **DOWN** In the Settings state, rotate this key to set the value of time, distance, and calories
5. **RESET** In setting status, press this button to reset the value in relevant flashing window for TIME, DIST and CAL.
6. **BODY FAT** In the non-exercise state, press this key after holding heart rate to test body fat
7. **TOTAL RESET** In any state, press this key to fully clear all data of the digital watch

■ FUNCTIONS

- After power-on, set user information: gender, height, weight, age. Press the mode key to select the item to be set. Rotate the mode key to set the desired value
- 1. **SPEED**: Display instantaneous speed and the range is 0.0~99.9KM/H of if the monitor showing M, the range will be 0.0~99.9MILE/H.
- 2. **RPM**: Display the rotational speed during movement, with the range being 0 - 999 minutes per cycle.
- 3. **TIME**: Count the total from exercise start to the end and the range is 0~99M59S.
- 4. **DISTANCE**
Count the total distance from exercise start to the end and the range is 0.00~9.99~99.9KM or if the meter showing M, the range will be 0.00~9.99~99.9 MILE.
- 5. **CALORIES**
Count the total calories consumed from exercise start to the end and the range is 0.0~99.9~9999KCAL.
- 6. **PULSE**
Hold the pulse sensor and read your heart rate per minute. The range is 40~240bpm.

■ OPERATION

1. PULSE RECOVERY

In non-setting and non-exercising status, first test your pulse as above mentioned. Then press RECOVERY to enter pulse recovery function. The display will show 1 minute count-down as well as your pulse rate.

Hold on the pulse sensor until it counts down to zero. Then it will pop up your pulse recovery level from F1 to F6, that is from the fastest recovery to slowest. The fastest recovery F1 show the best. Press RECOVERY again to exit pulse recovery function.

2. BODY FAT

In the non-setting or non-exercise state, first test the heart rate data, and then press the BODY FAT key to enter the body fat test. Both hands should not leave the grip piece, and the test value will be displayed 8 seconds later.

- **BATTERY REPLACE** When the display becomes dim or illegible, remove the battery and replace with SIZE AAA, UM-4, R03P.

All displayed values are approximate and are not medical measurements.

8. CARE AND MAINTENANCE

- After every workout wipe sweat off the frame, the handlebars and the console with a soft dry cloth. Sweat is corrosive.
- Do not use aggressive cleaning agents, solvents or abrasives, and never spray liquid onto the console.
- Check all bolts and nuts at least once a month and retighten them if necessary.
- Check the pedals, connecting rods, swing joints and handlebars regularly for play or wear. Replace worn parts before further use.
- Store the equipment indoors, in a dry, dust-free room.
- Use original spare parts only. Repairs must be carried out by a competent person. Do not modify the equipment in any way.

9. DISCLAIMER

This equipment is designed for training in a domestic environment. Any other use is regarded as improper.

Before you start using the equipment and before starting any training programme you must consult a physician and, where necessary, a qualified fitness specialist. Follow their instructions on intensity, duration and type of exercise.

Before every workout you are obliged to check the functionality and the technical condition of the equipment as described in section 1. Training with equipment that is defective, incorrectly assembled or incompletely tightened is prohibited.

The manufacturer, the importer and the distributor accept no liability for injuries, health damage, material damage or other loss resulting from: incorrect or incomplete assembly; failure to check the equipment before use; failure to follow the instructions and warnings in this manual; training without medical advice or against medical advice; overloading, improper use, use by children or by unauthorised persons; modification of the equipment or use of non-original parts; inadequate maintenance or continued use of a worn or damaged product.

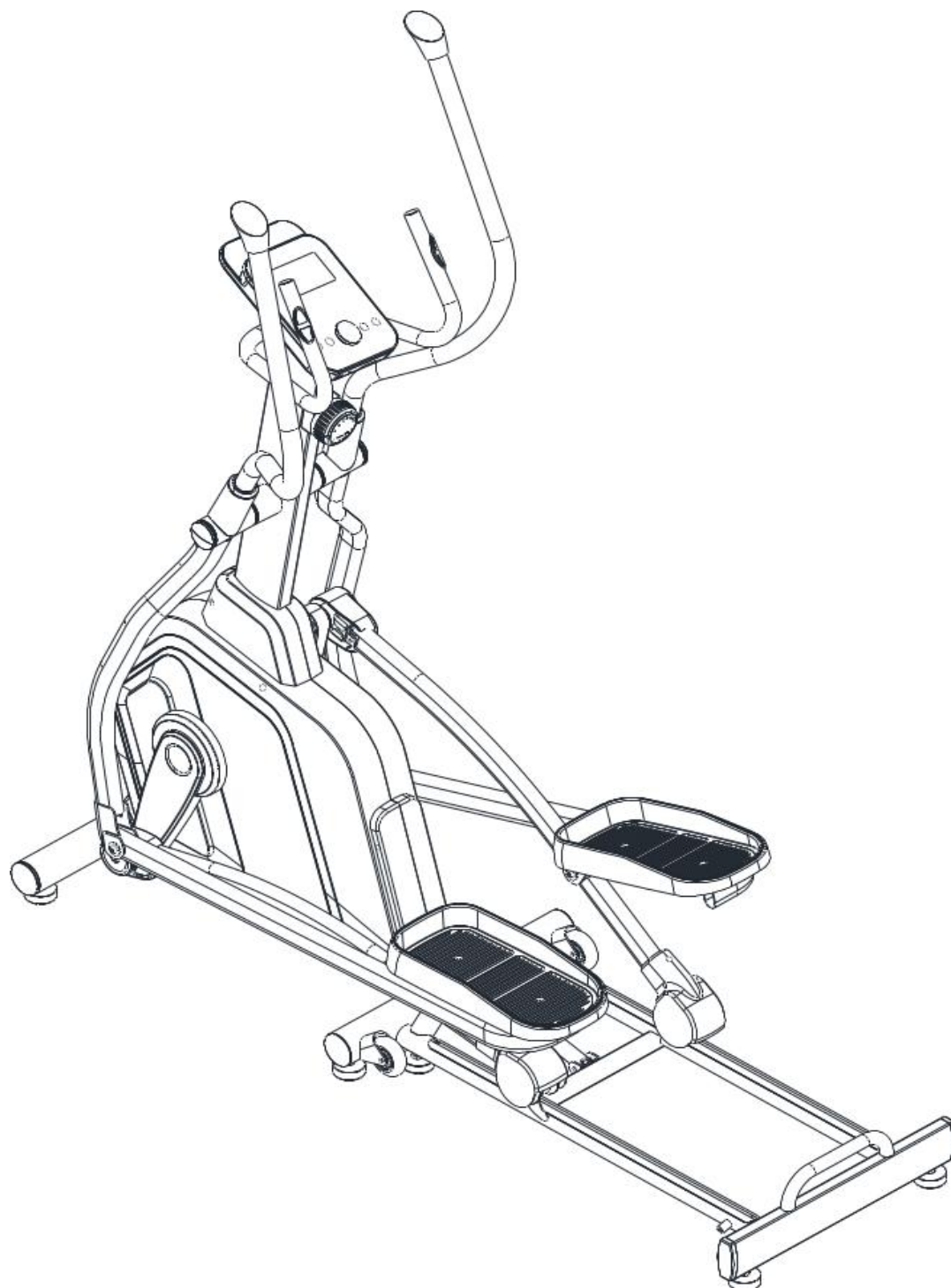
By using the equipment the user accepts these conditions and trains at his or her own risk and responsibility.

BODYFLEX®

E2200

КРОСТРЕНАЖОР

art. No. BF-E2200



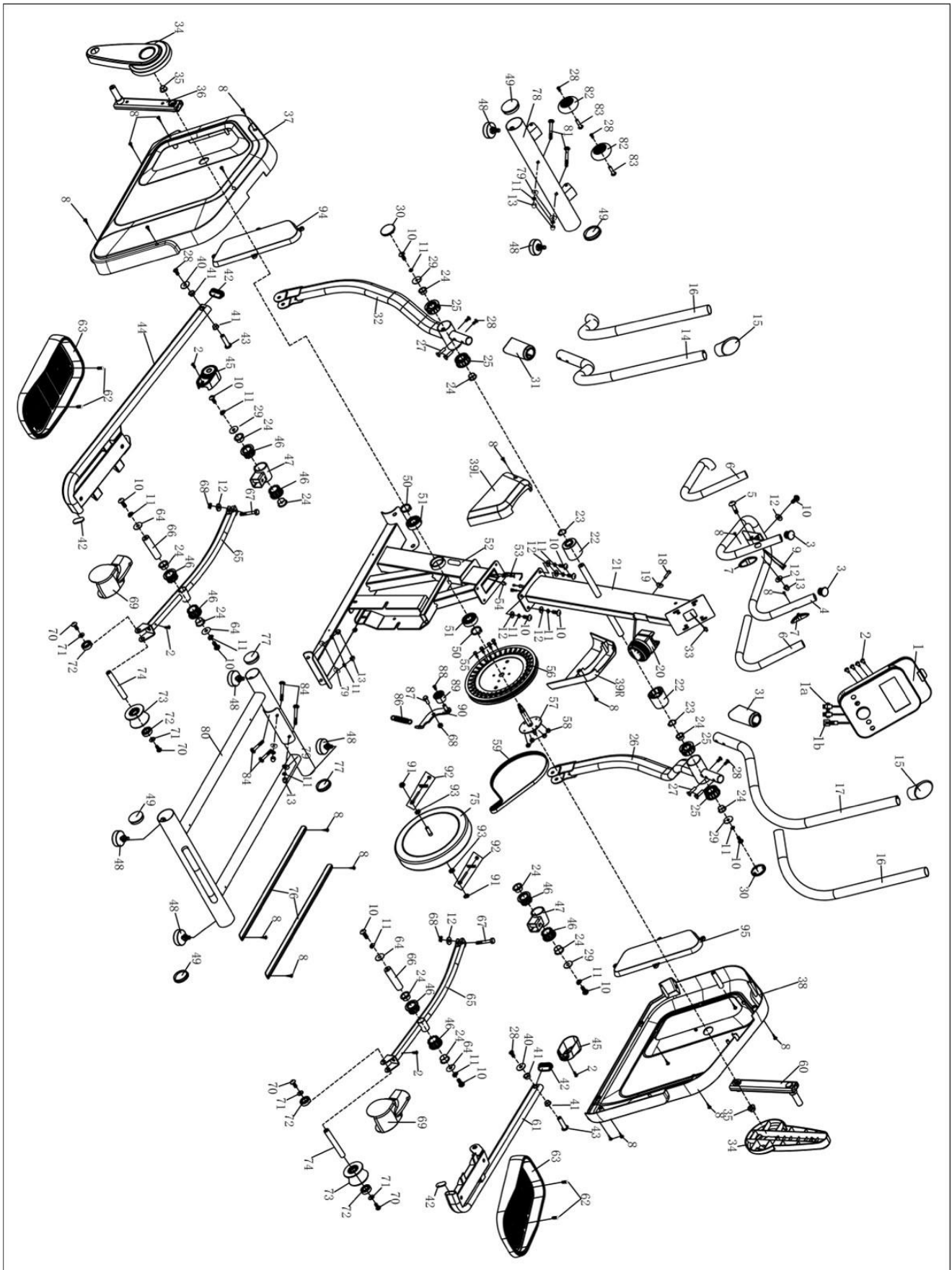
1. ВАЖНА ИНФОРМАЦИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

1. Прочетете упътването изцяло преди монтаж и употреба и го запази. Безопасна и ефективна тренировка е възможна само при правилен монтаж, поддръжка и употреба.
2. Преди да започнете каквато и да е тренировъчна програма, консултирайте се с лекар и с квалифициран специалист по фитнес — особено ако сте над 35 години, не сте тренирали скоро, бременна сте или се лекувате от сърдечни заболявания, кръвно налягане, холестерол или друго състояние. Тренирайте само след като сте получили такава консултация.
3. Преди всяка тренировка проверявайте уреда: рамата и заварките да са без повреди, всички болтове и гайки да са затегнати, педалите, ръкохватките и свързващите пръти да са без луфт, системата за натоварване и компютърът да работят правилно. При открита неизправност, необичаен шум или необичайно движение спрете веднага и не използвайте уреда, докато повредата не бъде отстранена.
4. Прекратете тренировката незабавно при болка, стягане в гърдите, неравномерен пулс, задух, замаяване или гадене и се консултирайте с лекар, преди да продължите.
5. Уредът е предназначен за възрастни и за домашна употреба на закрито. Дръжте децата и домашните любимци далеч от него по всяко време.
6. Уредът може да се използва само от един човек едновременно.
7. Поставете уреда върху здрава и равна повърхност. Използвайте защитна постелка за пода или килима. Осигурете поне 0,5 м свободно пространство около уреда.
8. Носете прилепнало спортно облекло и спортни обувки. Широки дрехи, кърпи и дълга коса могат да бъдат захванати от движещите се части.
9. Качвайте се и слизайте само при неподвижни педали, като се държите за ръкохватките.
10. Никога не доближавайте ръце и крака до движещите се части. Не поставяйте предмети в отворите на уреда.
11. Не използвайте уреда на открито, във влажно помещение или в запрашена среда.
12. Показанията за пулс са само ориентировъчни и не са медицински точни. Продуктът не е медицинско изделие и не може да се използва за диагностика или лечение.
13. Премествайте уреда внимателно; препоръчва се да се извършва от двама души.
14. Запазете това упътване и инструментите за монтаж.

2. СПИСЪК НА ЧАСТИТЕ

№	Наименование	Бр.	№	Наименование	Бр.
1	Компютър	1	48	Регулируемо краче M10*30	6
2	Винт M5*10	8	49	Тапа Ф60	4
3	Тапа 25	2	50	Пръстен d20	2
4	Средно кормило	1	51	Лагер 6004	2
5	Болт M8*55	1	52	Основна рама	1
6	Дунапренена дръжка	2	53	Жило за натоварване	1
7	Пулсов сензор 22	2	54	Сензорен кабел	1
8	Винт ST4.2*19	20	55	Болт M6*15	4
9	Кабел кормило	2	56	Ремъчна шайба	1
10	Болт M8*16	13	57	Ос	1
11	Пружинна шайба d8	18	58	Найлонова гайка M6	4
12	Шайба d8*Ф16*1.5	8	59	Ремък	1
13	Гайка M8	7	60	Курбел десен	1
14	Лява ръкохватка	1	61	Педална тръба дясна	1
15	Тапа	2	62	Болт M8*16*Ф13	4
16	Дунапренена дръжка	2	63	Педал	2
17	Дясна ръкохватка	1	64	Шайба d8*Ф25*1.5	4
18	Винт M5*90	1	65	Свързващ прът	2
19	Шайба d6*Ф16*1.0	1	66	Ос на педал Ф19*79	2
20	Регулатор на натоварване	1	67	Болт M8*50	2
21	Носеща колона	1	68	Найлонова гайка M8	3
22	Дълга втулка	2	69	Капак на ролка	2
23	Извита шайба d19*Ф25*0.3	2	70	Болт M10*16	4
24	Втулка Ф26.9*11	12	71	Шайба d10*Ф22*1.5	4
25	Лагерна втулка Ф50*Ф21*20	4	72	Лагер 6003	4
26	Дясно рамо	1	73	Ролка	2
27	Болт Ф8*27.5	4	74	Ос на плъзгаща ролка	2
28	Винт M6*15	8	75	Маховик	1
29	Шайба d8*Ф32*2	4	76	Алуминиева шина	2
30	Тапа Ф50*15	2	77	Тапа Ф50	2
31	Капак	2	78	Предна опорна тръба	1
32	Ляво рамо	1	79	Шайба d8*Ф20*1.5*R30	6
33	Среден кабел	1	80	Задна опорна рама	1
34	Капак на курбел	2	81	Болт M8*75	2
35	Фланшова гайка M10*1.25	2	82	Ролка	2
36	Курбел ляв	1	83	Болт Ф8*30.5	2
37	Кожух ляв	1	84	Болт M8*65	4
38	Кожух десен	1	86	Опънна пружина	1
39L/R	Преден капак ляв/десен	2	87	Болт M8*15	1
40	Шайба d6*Ф16*1.0	2	88	Болт M6*10	1
41	Втулка Ф28*10*Ф10.1	4	89	Притискаща ролка	1
42	Тапа РТ50*25	4	90	Притискателна плоча	1
43	Болт Ф10*38	2	91	Фланшова гайка M10*1	2
44	Педална тръба лява	1	92	Регулиращ болтов комплект	2
45	Капак	2	93	Тънка шестостенна гайка M10*1	2
46	Втулка Ф38*Ф21*20	8	94	Капак ляв	1
47	Става свързващ прът	2	95	Капак десен	1

3. РАЗГЛОБЕНА СХЕМА

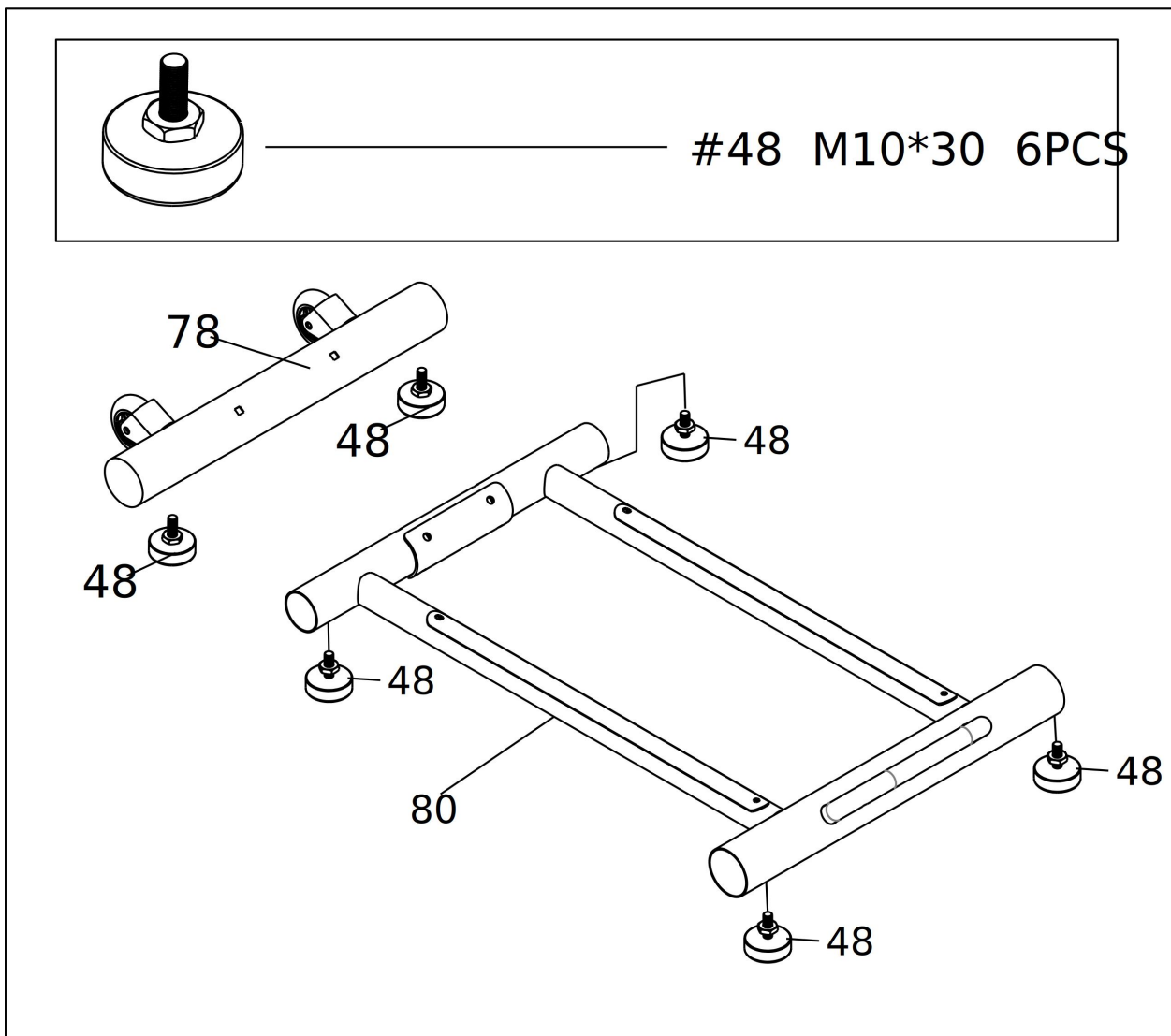


4. МОНТАЖ

Разопакувайте всички части върху защитна повърхност и ги сверете със списъка на частите. Следвайте стъпките в дадения ред. Препоръчва се монтаж от двама души.

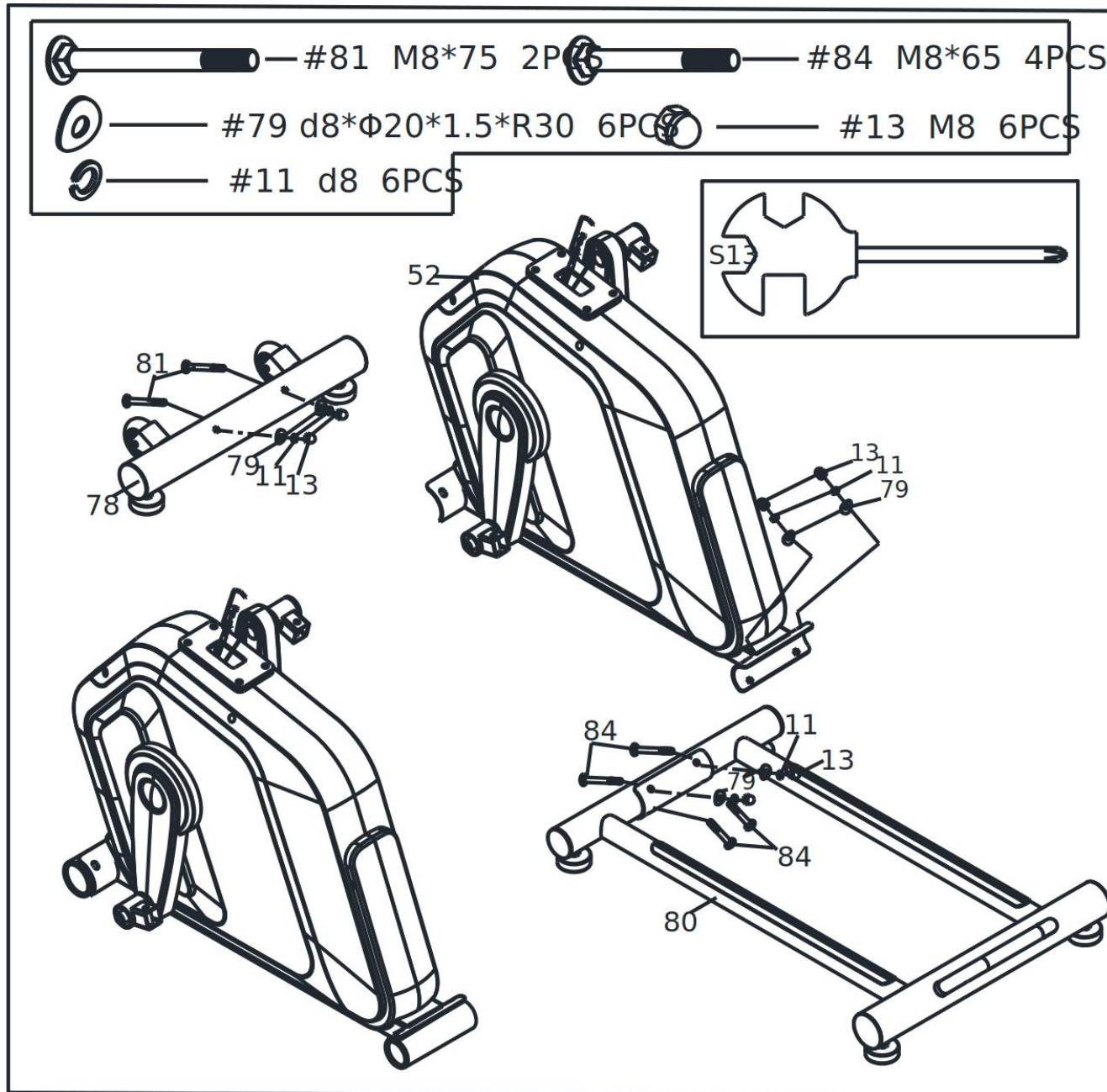
Оставяйте връзките леко разхлабени до края на монтажа и след това затегнете всички здраво.

Стъпка 1

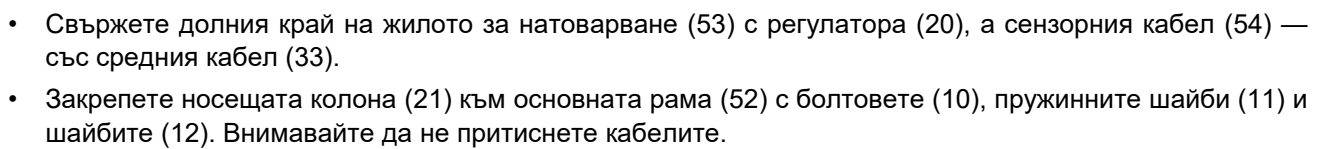


- Завийте регулируемите крачета (48) в долната страна на предната опорна тръба (78) и на задната опорна рама (80). Настройте всички крачета на еднаква височина.

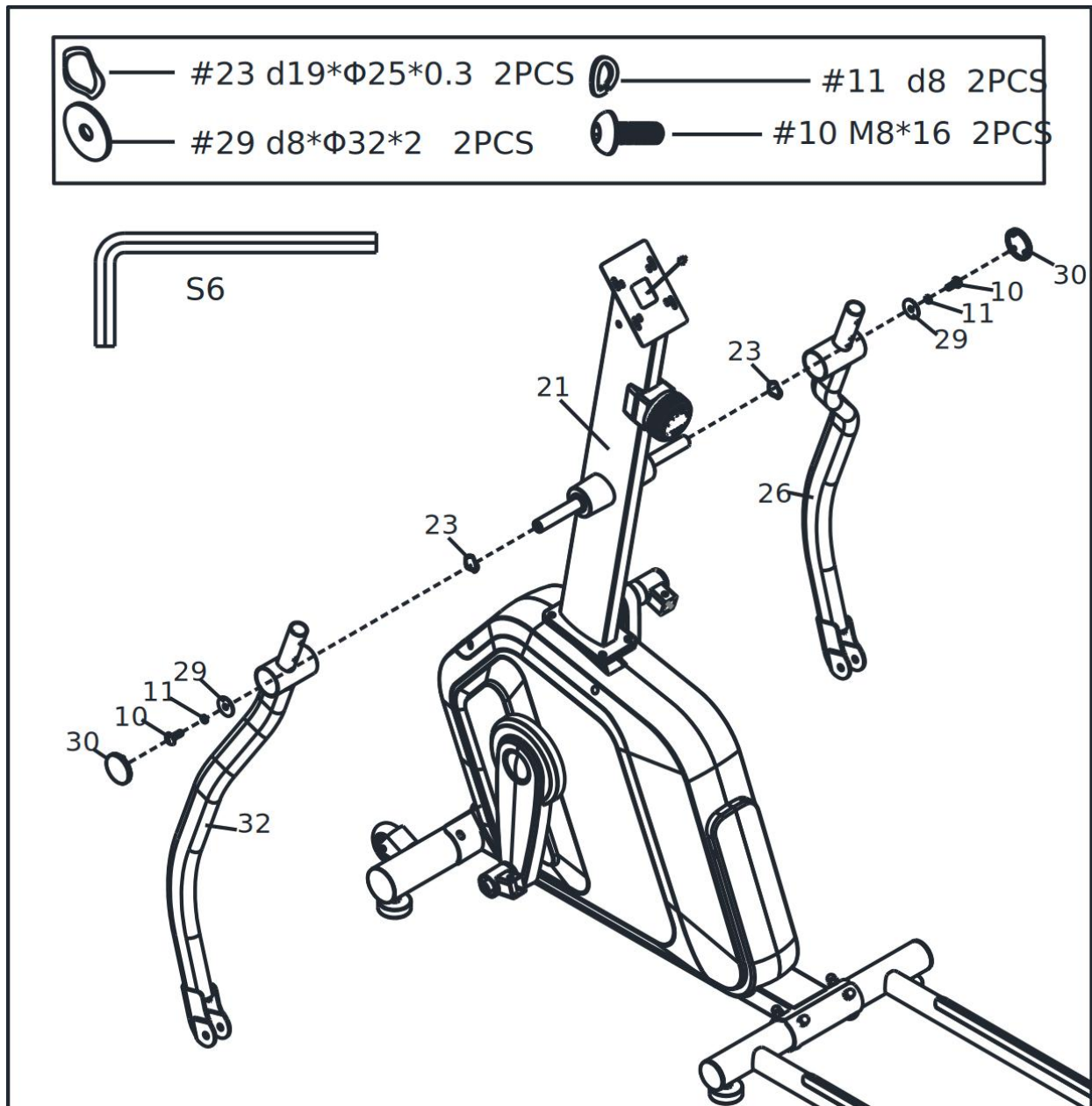
Стъпка 2



- Свалете транспортната тръба от основната рама (52).
- Закрепете предната опорна тръба (78) и задната опорна рама (80) към основната рама (52) с болтовете (81/84), пружинните шайби (11), извитите шайби (79) и гайките (13).

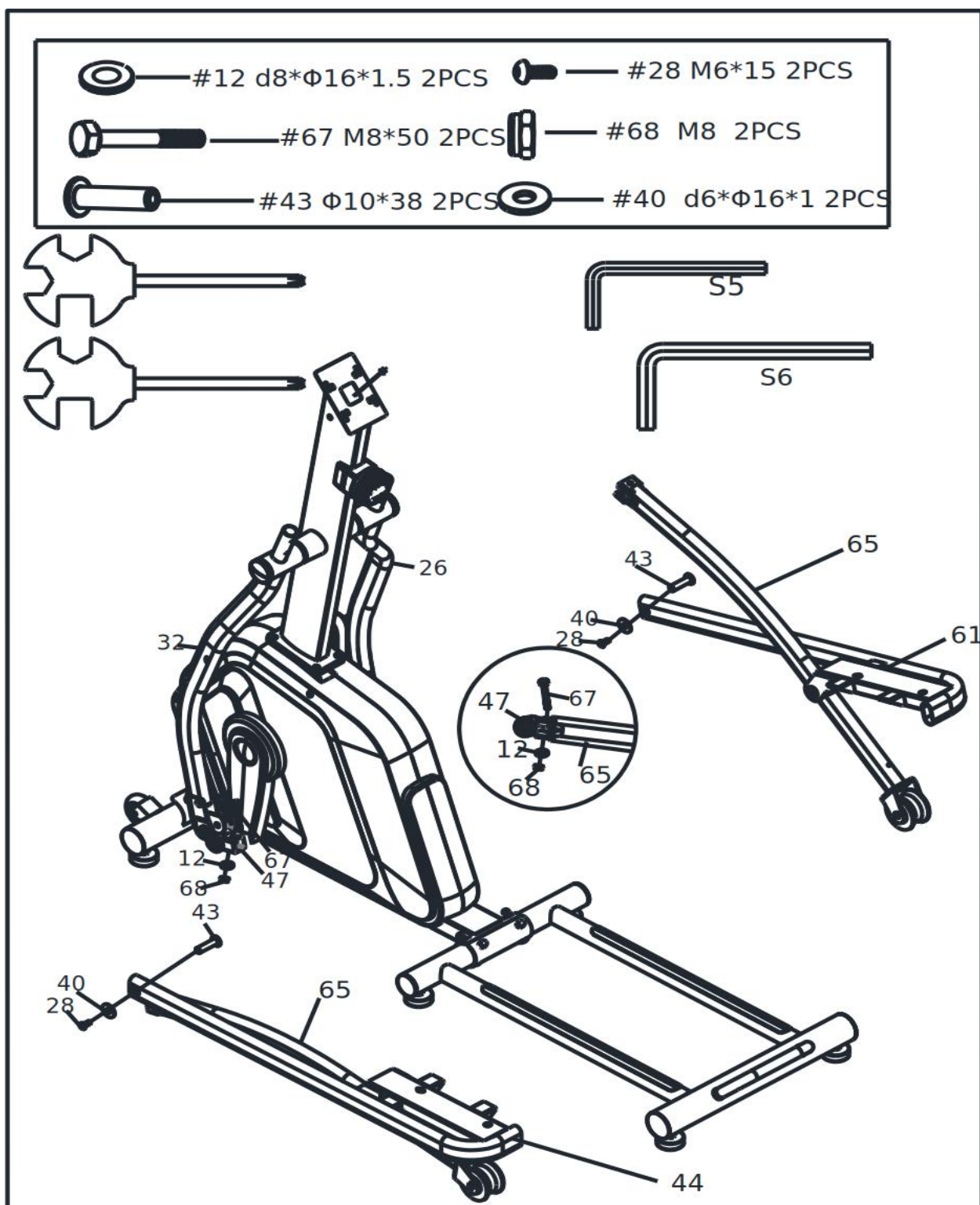


Стъпка 4



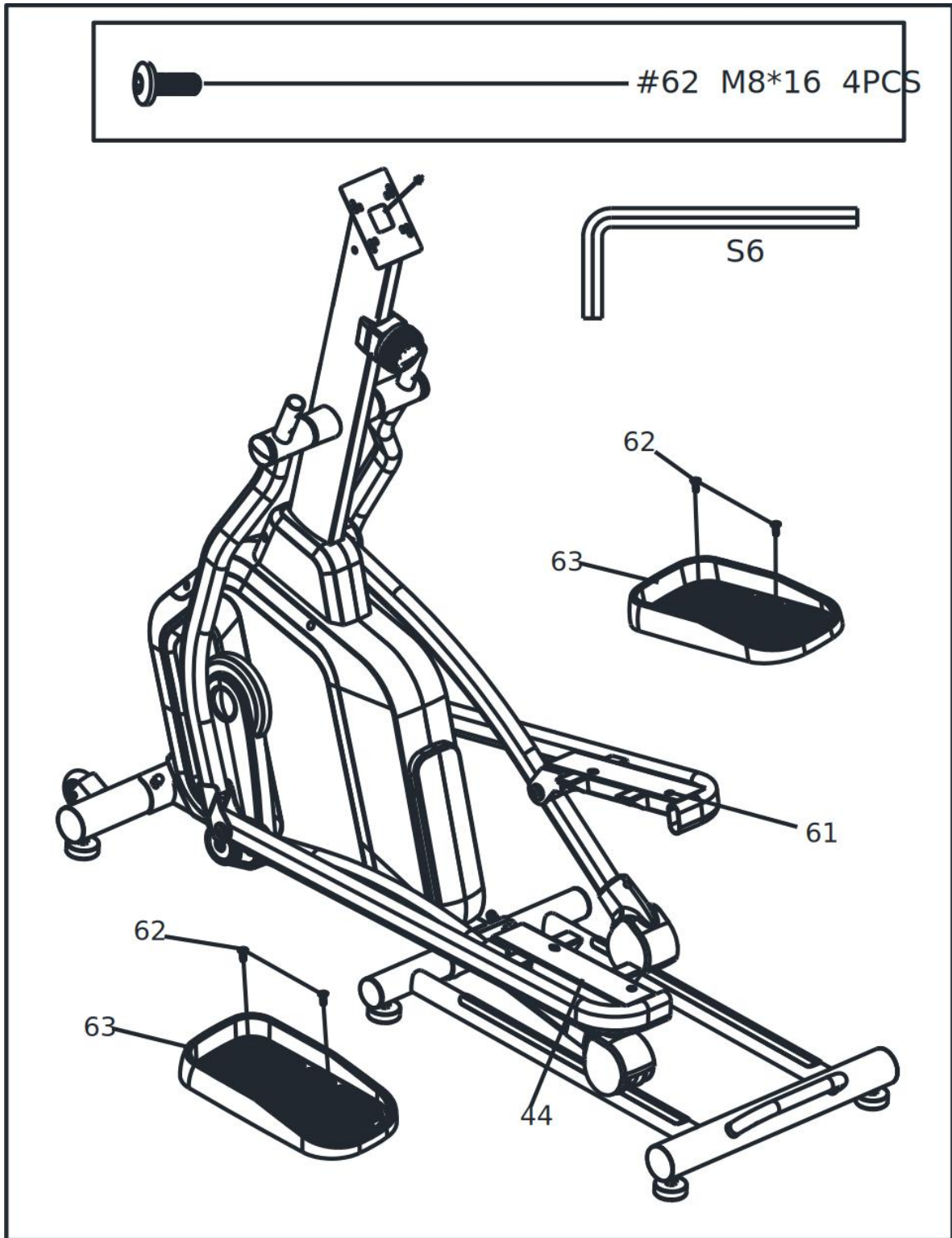
- Закрепете лявото и дясното рамо (32/26) към носещата колона (21) с извитите шайби (23), плоските шайби (29), пружинните шайби (11) и болтовете (10). Поставете тапите (30).

Стъпка 5



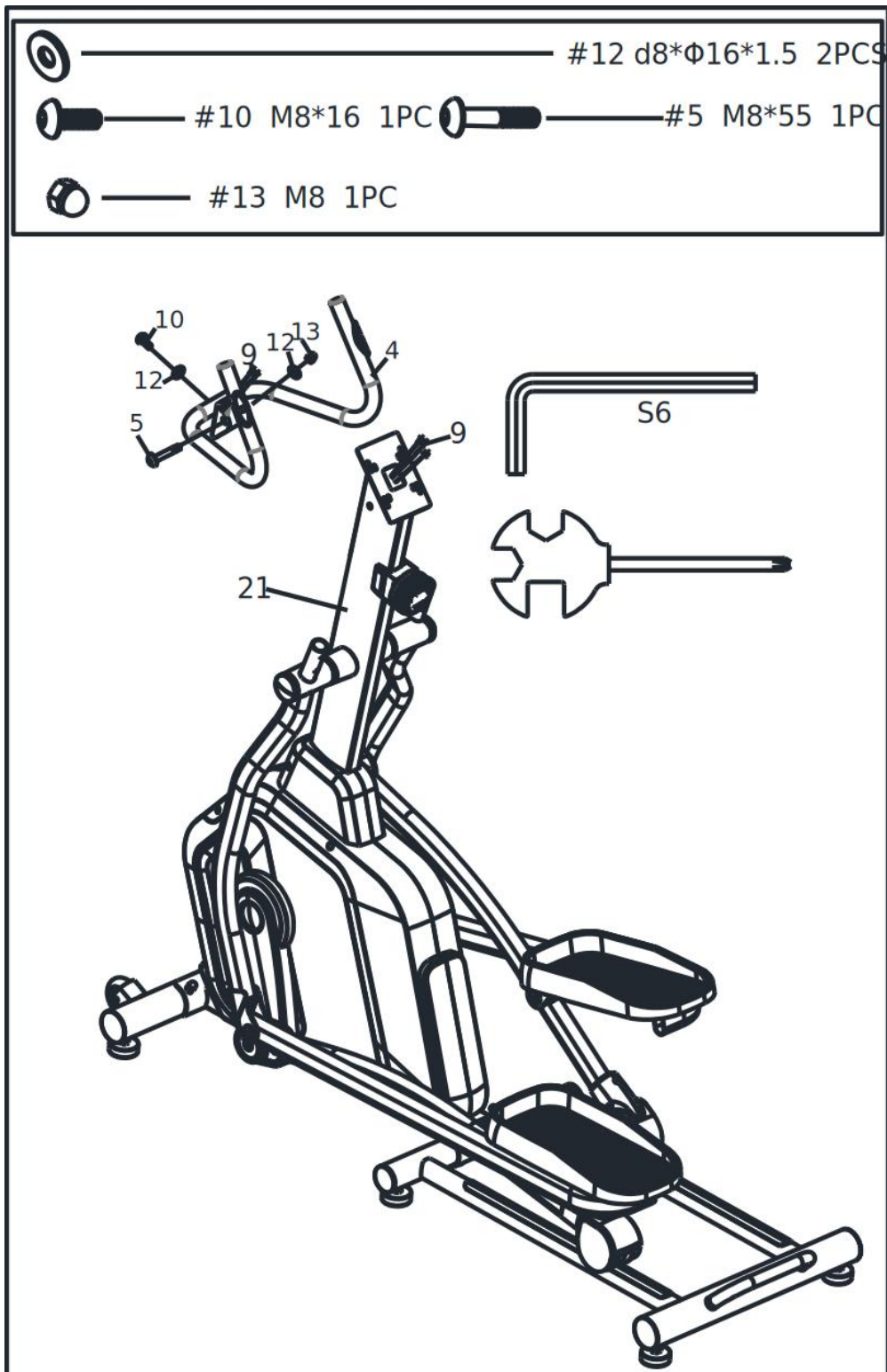
- Поставете свързващите пръти (65) върху ставите (47) от двете страни на рамата и затегнете с болтовете (67), шайбите (12) и найлоновите гайки (68).
- Поставете лявата и дясната педална тръба (44/61) върху лявото и дясното рамо (32/26) и затегнете с болтовете (43), винтовете (28) и шайбите (40).

Стъпка 6



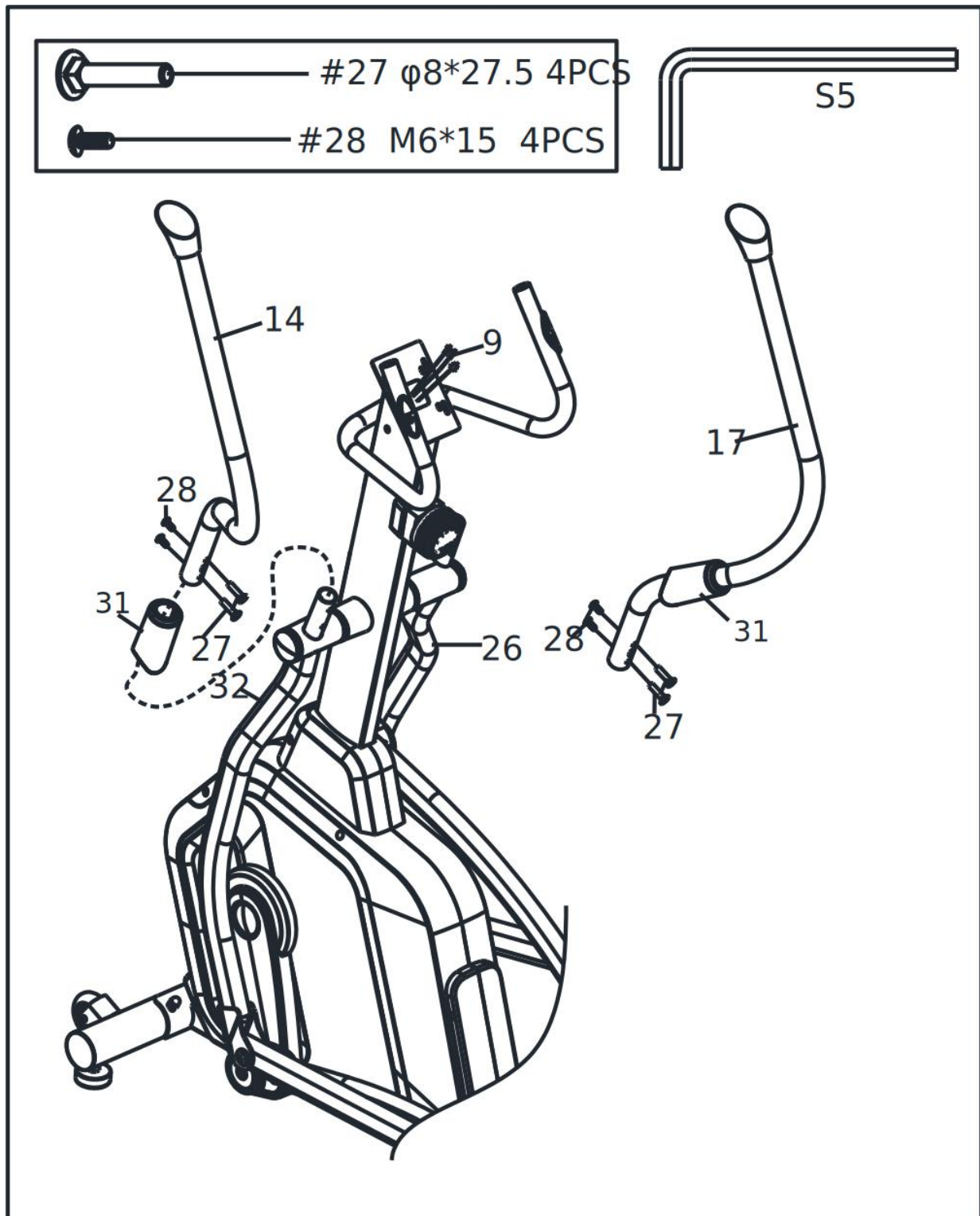
- Закрепете педалите (63) към лявата и дясната педална тръба (44/61) с болтовете (62).

Стъпка 7



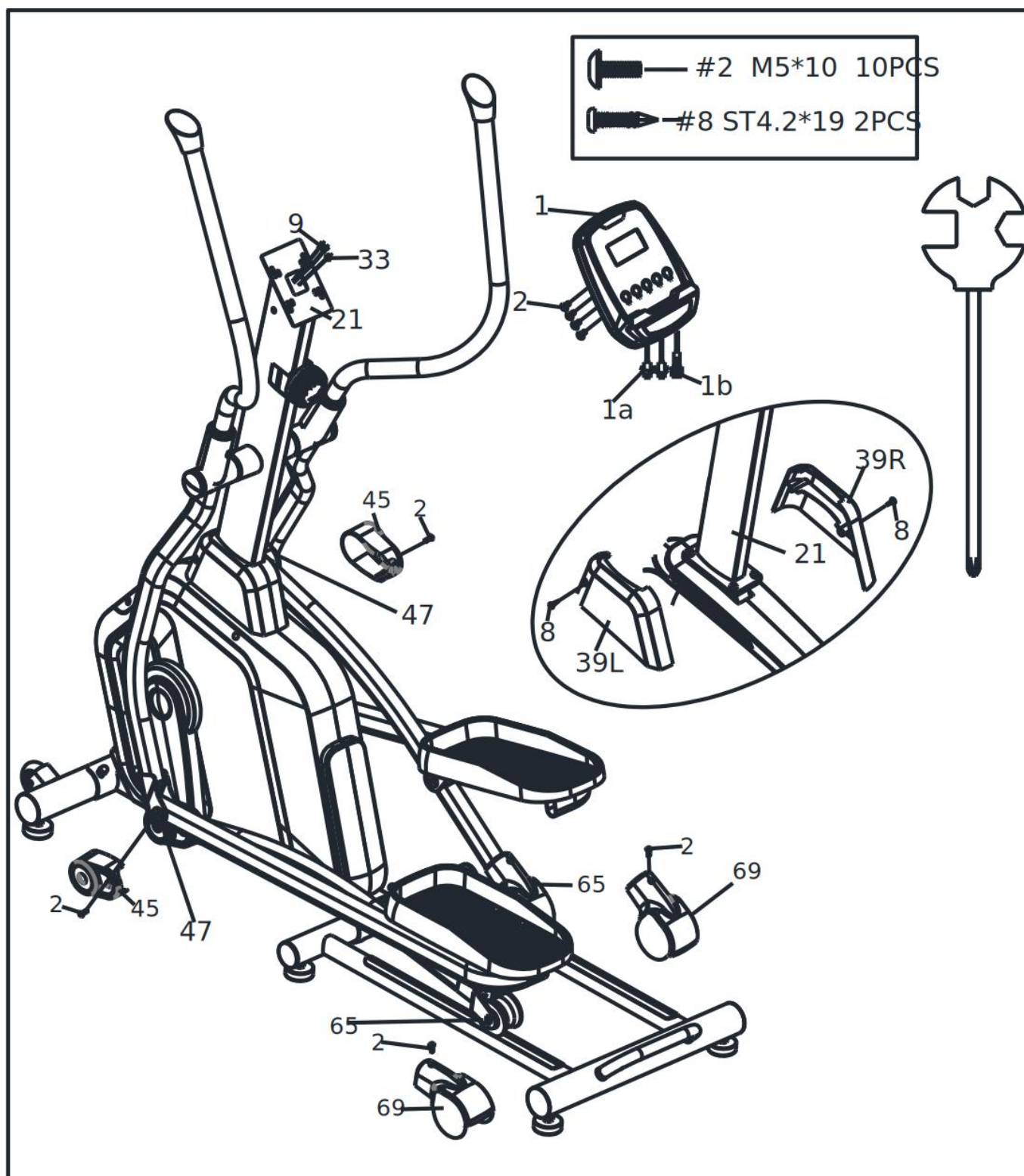
- Прекарайте кабела на кормилото (9) през носещата колона (21), след което закрепете средното кормило (4) към колоната (21) с болтовете (10) и (5), шайбите (12) и гайката (13).

Стъпка 8



- Поставете капците (31) върху лявата (14) и дясната (17) ръкохватка. Закрепете ръкохватките (14/17) към рамената (32/26) с болтовете (27) и винтовете (28).

Стъпка 9



- Поставете предните капаци (39L/R) върху носещата колона (21) и ги затегнете с винтовете (8).
- Свържете кабелите на компютъра (1a/1b) със средния кабел (33) и с пулсовия кабел (9). Закрепете компютъра (1) към конзолната планка на колоната (21) с винтовете (2).
- Закрепете капците (45) към ставите на свързващите пръти (47) с винтовете (2).
- Закрепете капците на ролките (69) към свързващите пръти (65) с винтовете (2).
- Накрая проверете дали всички болтове и гайки са здраво затегнати.

5. УПОТРЕБА НА УРЕДА

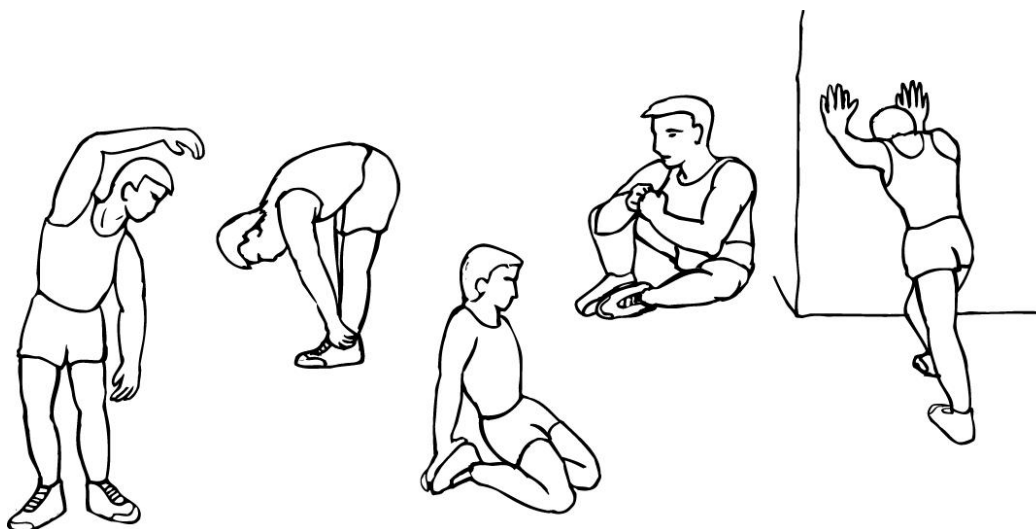
Стъпете на педалите, хванете ръкохватките и започнете равномерно движение. Подвижните ръкохватки натоварват горната част на тялото; неподвижното средно кормило се използва за тренировка само с краката и в него са разположени пулсовите сензори.

Регулаторът (20) променя натоварването на педалите: по-високото натоварване прави въртенето по-трудно, по-ниското — по-леко. Регулирайте натоварването, докато уредът се движи.

6. РЪКОВОДСТВО ЗА ТРЕНИРОВКА

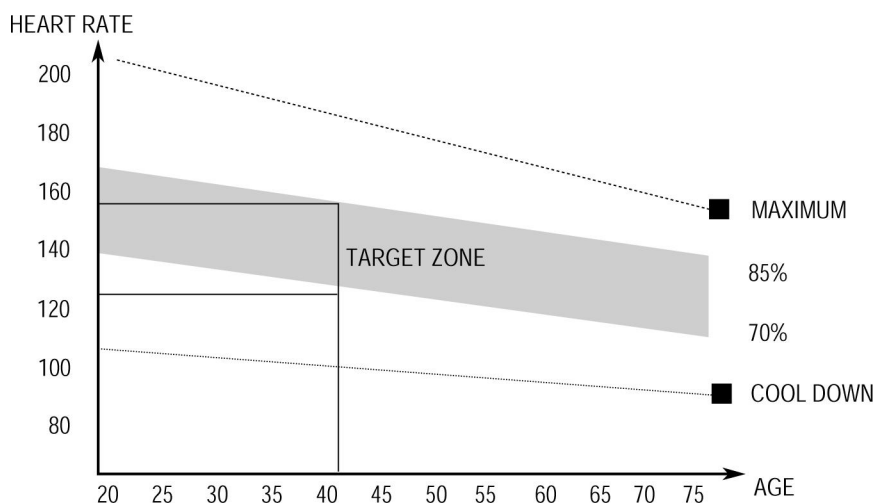
Загряване

Тази фаза раздвижва кръвообращението и подготвя мускулите и намалява риска от схващания и травми. Изпълнете няколко разтягащи упражнения като показаните по-долу, като задържате всяко около 30 секунди. Никога не насилвайте и не дърпайте рязко мускула — ако боли, СПРЕТЕ.



Основна фаза

Това е фазата, в която полагате усилията. Поддържайте равномерно темпо. Натоварването трябва да повишава пулса до целевата зона, показана на графиката. При редовна тренировка мускулите на краката укрепват и издръжливостта се подобрява.



Възстановяване

Тази фаза позволява на сърдечно-съдовата система и мускулите да се успокоят. Намалете темпото и продължете около 5 минути, след което повторете разтягащите упражнения — отново без насилване и резки движения.

Тренирайте поне три пъти седмично, като разпределяте тренировките равномерно през седмицата. С подобряване на формата можете да тренирате по-дълго и с по-голямо натоварване.

7. КОМПЮТЪР

БУТОНИ

1. **MODE** – Натиснете този бутон, за да смените показанието на дисплея или да изберете полето, което трябва да бъде настроено.
2. **RECOVERY** – Когато не се тренира и не се извършва настройка, натиснете този бутон, за да включите или изключите функцията за възстановяване на пулса.
3. **UP** – В режим на настройка завъртете регулатора към UP, за да зададете стойността за време, разстояние и калории.
4. **DOWN** – В режим на настройка завъртете регулатора към DOWN, за да зададете стойността за време, разстояние и калории.
5. **RESET** – В режим на настройка натиснете този бутон, за да нулирате стойността в съответното мигащо поле за TIME, DIST или CAL.
6. **BODY FAT** – Когато не се тренира, хванете сензорите за пулс и натиснете този бутон, за да извършите тест за телесни мазнини.
7. **TOTAL RESET** – Натиснете този бутон във всеки режим, за да изчистите напълно всички данни от дисплея.

ФУНКЦИИ

• След включване задайте данните на потребителя: пол, ръст, тегло и възраст. Натиснете MODE, за да изберете параметъра за настройка. Завъртете регулатора MODE, за да зададете желаната стойност.

1. **SPEED** – Показва моментната скорост. Диапазонът е 0.0–99.9 km/h. Ако мониторът показва M, диапазонът е 0.0–99.9 mile/h.
2. **RPM** – Показва скоростта на въртене по време на движение. Диапазонът е 0–999 оборота в минута.
3. **TIME** – Отчита общото време от началото до края на тренировката. Диапазонът е 0–99 минути и 59 секунди.
4. **DISTANCE** – Отчита общото разстояние от началото до края на тренировката. Диапазонът е 0.00–9.99–99.9 km. Ако мониторът показва M, диапазонът е 0.00–9.99–99.9 mile.
5. **CALORIES** – Отчита общия брой изразходвани калории от началото до края на тренировката. Диапазонът е 0.0–99.9–9999 kcal.
6. **PULSE** – Хванете сензорите за пулс, за да отчетете сърдечната честота в удари в минута. Диапазонът е 40–240 bpm.

РАБОТА

1. **PULSE RECOVERY** – Когато не се извършва настройка и не се тренира, първо измерете пулса си, както е описано по-горе. След това натиснете RECOVERY, за да включите функцията за възстановяване на пулса. Дисплеят ще покаже едноминутно обратно отброяване и стойността на пулса. Дръжте сензорите за пулс, докато отброяването достигне нула. След това ще се покаже нивото на възстановяване от F1 до F6 – от най-бързо до най-бавно. F1 показва най-добрия резултат. Натиснете RECOVERY отново, за да излезете от функцията.
2. **BODY FAT** – Когато не се извършва настройка или тренировка, първо измерете пулса, след което натиснете BODY FAT, за да включите теста за телесни мазнини. Двете ръце трябва да останат върху контактните части. Резултатът ще се покаже след 8 секунди.

СМЯНА НА БАТЕРИИТЕ

Когато дисплеят стане слаб или нечетлив, извадете батериите и ги заменете с батерии тип AAA, UM-4 или R03P.

Всички показвани стойности са приблизителни и не представляват медицински измервания.

ГРИЖА И ПОДДРЪЖКА

- Преди всяка употреба: извършвай пълната проверка по контролния списък.
- След всяка употреба: избърсвай рамата, кормилото, конзолата и седалката. Не оставяй пот върху металните и електронните части.
- Периодично: притягай крепежите, проверявай педалите и курбелите, следи за необичаен шум от задвижването и проверявай дали регулаторите заключват правилно.
- Съхранявай уреда на сухо закрито място. Не поставяй предмети върху конзолата и не я излагай на влага.
- Вътрешните ремонти и смяната на части по задвижването, съпротивлението или електрониката се извършват само от оторизиран сервиз.

БЪРЗА ПРОВЕРКА ПРИ ПРОБЛЕМ

Липсващ или слаб образ: Провери поляритета и състоянието на батериите и връзката на кабела към конзолата.

Липсва показание за пулс: Почисти и задръж стабилно двата сензора; провери връзките на кабелите за пулс.

Липсва сигнал за скорост или разстояние: Провери конекторите на кабела на сензора в предната опорна колона.

Клатене или шум: Прекрати употребата, нивелирай крачетата и притегни видимите крепежи, особено педалите и стабилизаторите.

Съпротивлението не се променя нормално: Прекрати употребата и провери външните връзки на жилото. Не отваряй капаците; свържи се с оторизиран сервиз.

НЕ ПРОДЪЛЖАВАЙ ТРЕНИРОВКАТА ПРИ СЪМНЕНИЕ ЗА НЕИЗПРАВНОСТ.

Изхвърляне

След края на експлоатационния срок на уреда, не го изхвърляй като несортиран битов отпадък. Раздели безопасно металните, пластмасовите, текстилните, пенообразните, картонените части, електронните компоненти (ако има) и ги предай за повторна употреба или рециклиране според местните правила.

ВНОСИТЕЛ И ДИСТРИБУТОР

Sportensklad.bg

(Соларшоп ЕООД)

Адрес: гр. Пазарджик, ул. „Димчо Дебелянов“ 27

www.sportensklad.bg

Резервни части, гаранция и рекламации

При заявка за резервна част посочи модела, art.N:, номера на частта от схемата и CNº от фабричната табелка, която се намира отзад на уреда.

Запази документа за покупката (гаранционния документ), настоящото упътване и оригиналния кашон през целия гаранционен срок. Оригиналната опаковка осигурява по-безопасно транспортиране на уреда при необходимост от сервиз.

Въпроси и рекламации може да пуснете най-лесно през сайта www.sportensklad.bg

Стремим се винаги да получавате най-актуалната информация, но поради чести подобрения от страна на производителя са възможни леки разминавания между упътването и реалния уред.