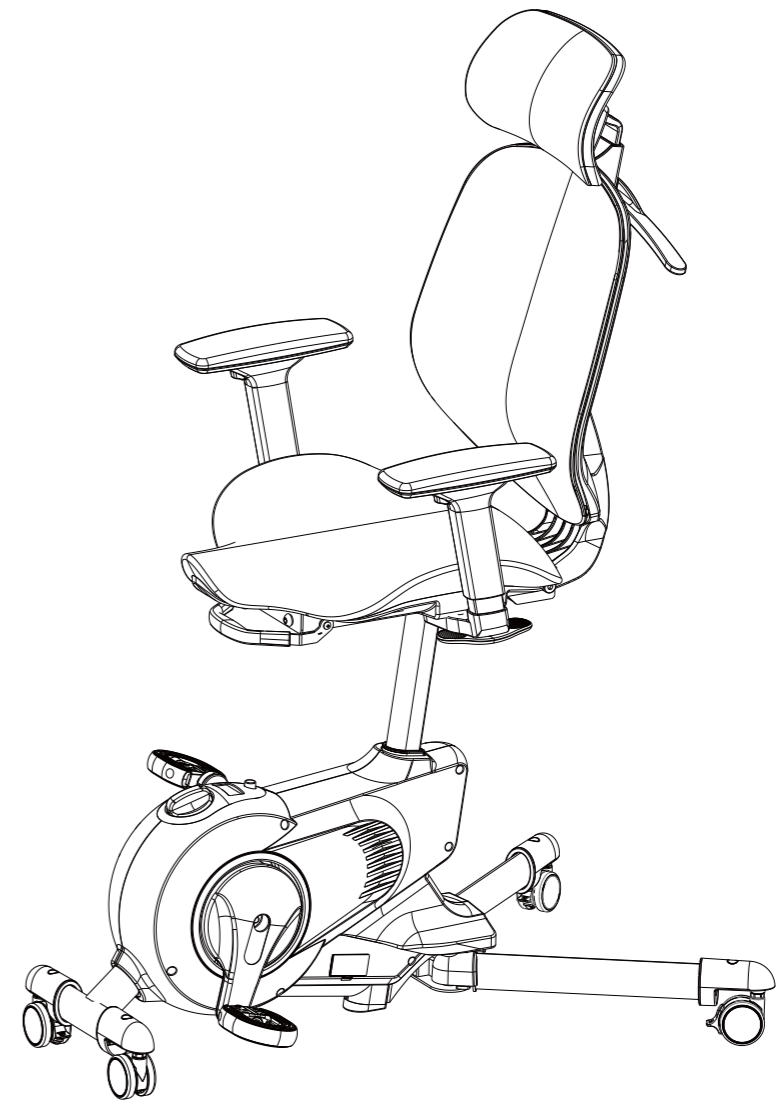




FITNESS CHAIR F2216DBU

Instrukcja Monta u



Awaria elektronicznej listwy oświetleniowej

Otwórz pokrywę pojemnika na baterie i sprawdź, czy bateria nie jest zainstalowana odwrotnie lub nieprawidłowo..

Nie moć nacisnąć poduszki

Biorąc pod uwagę, że sprężyna gazowa ma ruchomy opór. W przypadku nastolatków i dzieci należy naciskać w asyście rodziców.

Specyfikacja produktu

System oporu	System oporności magnetycznej
System przesyłowy	Napęd paskowy
Ograniczenie wysokości	150-185cm
Maks. udźwig	100KG
Waga netto	30.5KG
Masa brutto	37.5KG
Wymiar produktu	918mmx626mmx1410mm

1. W trosce o zdrowie i bezpieczeństwo swoje i swojej rodziny, przed przystąpieniem do ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem w celu ustalenia odpowiedniego obciążenia treningowego; przed użyciem należy zapoznać się z powyższymi instrukcjami i rodzkami ostrzeżeń, aby czerpać z nich przyjemność z ćwiczeń; rozpoczynając korzystanie z roweru stacjonarnego F216DBU, domyślnie należy przeczytać niniejszą instrukcję.
2. Przedstawione tutaj rodzki ostrzeżeń i instrukcje użytkowania służyć bezpiecznemu i prawidłowemu użytkowaniu tego produktu; aby wyjątkowo, nie należy używać do użytkowania, które spowoduje ogromne szkody, podzieliłoby się na "ostrzeżenia" i "uwagi"; ponieważ każdy element jest związany z bezpieczeństwem, należy go przestrzegać; osoby, które nie przestrzegają wymagań instrukcji, muszą wziąć na siebie odpowiedzialność za wszelkie konsekwencje.
3. Po zapoznaniu się z instrukcją należy przechowywać ją w widocznym miejscu.

Ostrzeżenia

Skonsultuj się z lekarzem, jeżeli cierpisz na schorzenia!

Następujące osoby powinny skonsultować się z lekarzem lub instruktorem sportowym przed rozpoczęciem ćwiczeń:

Osoby z chorobami serca (dławica piersiowa, zawał mięśnia sercowego itp.), osoby z cukrzycą, osoby z chorobami układu oddechowego (astma, przewlekłe zapalenie oskrzeli, rozedma płuc itp.), osoby z deformacją, takim jak zapalenie stawów, reumatyzmem, podagrą oraz osoby z nietypowymi lub niestabilnymi objawami fizycznymi.

Osoby starsze i osoby, które zwykle nie ćwiczą, ze względu na bezpieczeństwo powinny wykonać badanie fizykalne (diagnozę, czy ćwiczenia utrudniają zdrowie) po konsultacji z profesjonalnym lekarzem lub trenerem sportowym.

Nietypowe zjawiska podczas lub po ćwiczeniach:

W przypadku wystąpienia zawrotów głowy, nudności lub innych nietypowych reakcji w trakcie lub po zakończeniu ćwiczeń należy natychmiast przerwać ćwiczenia i skonsultować się z lekarzem lub trenerem sportowym.

Uwaga

- Nie rozpoczynaj ćwiczeń bezpośrednio po posiłku;
- Jeżeli to możliwe, określ swój trening na podstawie tętna;
- Rozgrzej się, wykonuj ćwiczenia relaksacyjne lub rozciągaj je przed rozpoczęciem treningu;
- Wykonaj kilka ćwiczeń rozciągających na koniec treningu.
- Ponieważ istnieją osoby o wysokim i niskim tętnie, ich indywidualne optymalne strefy tętna mogą różnić się od ogólnego społeczeństwa, w którym to przypadku trening będzie musiał być ustawiony zgodnie z osobistym doświadczeniem. Jeżeli poczujesz napotkanie takiej sytuacji, powinien najpierw skonsultować się z lekarzem w sprawie możliwości wykonywania zdrowych ćwiczeń. Ogólnie rzecz biorąc, zalecamy, aby każdy skonsultował się z lekarzem przed rozpoczęciem jakichkolwiek ćwiczeń.

Wskazówki dotyczącej bezpieczeństwa

Przed rozpoczęciem wycieczki należy skonsultować się z lekarzem, aby upewnić się, że można skorzystać z urządzenia. Należy postępować zgodnie z zaleceniami lekarza, aby wybrać odpowiedni dla siebie program wycieczki, ponieważ nieprawidłowe lub nadmierne wycieczki mogą spowodować uszkodzenia na zdrowiu.

Sprężak powinien być używany wyłącznie do funkcji, do której został zaprojektowany, takich jak wycieczki fizyczne dla dorosłych; Niewłaściwe użytkowanie sprężaka jest zabronione. Niewłaściwe użytkowanie sprężaka może spowodować niebezpieczeństwo, a producent nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek obrażenia spowodowane niewłaściwym użytkowaniem sprężaka. Sprężak został zaprojektowany zgodnie z najnowszymi standardami bezpieczeństwa. Należy unikać wszelkich obrażeń ciała spowodowanych kształtem konstrukcji, w miarę możliwości w celu ochrony bezpieczeństwa użytkowników. Nieprawidłowe naprawy i modyfikacje konstrukcyjne, tj. usunięcie lub wymiana oryginalnych części, mogą zagrażać bezpieczeństwu użytkownika. Uszkodzone części mogą zagrażać bezpieczeństwu użytkownika lub skrócić żywotność sprężaka, dlatego starsze części lub uszkodzone części należy natychmiast wymienić, a korzystanie ze sprężaka należy natychmiast przerwać przed wymianą części, a do wymiany części można używać wyłącznie oryginalnych części producenta;

W przypadku normalnego korzystania ze sprężaka zaleca się dokładne sprawdzanie wszystkich części co 1-2 miesiące i zwracanie szczególnej uwagi na dokręcanie rur i nakrętek, aby uniknąć poluzowania i rozpadu sprężaka;

W celu zapewnienia, że sprężak zawsze utrzymuje wysoki poziom bezpieczeństwa, zaleca się regularną konserwację sprężaka przez profesjonalnego sprzedawcę (raz w roku) zgodnie z konstrukcją produktu;

Wszelkie możliwe zagrożenia podczas wycieczki należy wyjaśnić osobom korzystającym ze sprężaka (zwłaszcza dzieciom), aby uniknąć niepotrzebnych obrażeń;

Wszelkie połączenia części produktu, które nie zostały opisane w instrukcji, mogą uszkodzić sprężak lub stanowić zagrożenie dla użytkownika, a te powolne naprawy powinny być wykonywane wyłącznie przez profesjonalnego sprzedawcę lub wykwalifikowany personel przeszkolony przez producenta;

Należy nadzorować rower stacjonarny, aby uniknąć obrażeń u dzieci;

Nie używaj roweru, jeśli jest on umieszczony na mokrej powierzchni lub jeśli nie ma gwarancji, że rower działa normalnie.

Należy zwrócić uwagę na odległość między rowerem stacjonarnym a źródłem ciepła;

W razie jakiegokolwiek pytania należy skonsultować się ze sprzedawcą.



Wskazówki dotyczące instalacji

Sprawdź najpierw, czy części są kompletne i czy wszystkie części (patrz lista) są nienaruszone, jeśli masz jakiegokolwiek pytania podczas procesu instalacji, skontaktuj się z dealerami; Umieść wszystkie poszczególne części w kolejno ci na podłodze. Aby uniknąć zarysowania części lub podłogi, umieść te części na kartonie lub na wykładzinie;

Ram główny (do późniejszej instalacji i użytkowania) należy umieścić na płaskiej powierzchni;

Przed instalacją urządzenia należy uważnie przeczytać procedurę instalacji i postępować zgodnie ze schematem instalacji. Sprężak musi być instalowany przez osobę dorosłą. Jeśli potrzebna jest pomoc innych osób, należy znaleźć kogoś, kto posiada odpowiednie kompetencje techniczne; Urządzenie należy instalować ostrożnie i zwracać uwagę na swoje bezpieczeństwo, aby uniknąć obrażeń spowodowanych nieostrożnym użyciem narzędzi lub obsługą ręczną;

Należy upewnić się, że środowisko pracy jest wolne od wszelkich niebezpiecznych czynników, takich jak pozostawianie narzędzi leżących w pobliżu i ostrożne obchodzenie się z materiałami opakowaniowymi, aby uniknąć różnych możliwych zagrożeń, takich jak dzieci bawiące się plastikowymi torbami, które mogą spowodować ryzyko zadławienia!

Elementy zewnętrzne wymagane w procedurze instalacji są oznaczone na ilustracjach, należy ściśle przestrzegać instrukcji, aby użyć elementów zewnętrznych;

Najpierw zamocuj wszystkie części, ale nie dokręcaj ich, a następnie sprawdź, czy są prawidłowo zainstalowane;

Na koniec należy całkowicie dokręcić wszystkie rury kluczem imbusowym i sprawdzić, czy wszystkie połączenia rubrowe są dokręcone; Ze względu na różnorodność technicznych zastrzegamy sobie prawo do wykonania wstępnych prac instalacyjnych;

W razie potrzeby należy zachować oryginalne opakowanie urządzenia na potrzeby przyszłego transportu.

Sprężak roboczy

Przed użyciem sprężaka do wycieczki należy dokładnie sprawdzić, czy został on całkowicie i prawidłowo zainstalowany;

Przed pierwszym użyciem urządzenia należy zapoznać się ze wszystkimi jego funkcjami i ustawieniami programowymi;

Zaleca się, aby nie używać ani nie przechowywać urządzenia w wilgotnym pomieszczeniu, aby uniknąć rdzewienia;

Urządzenie jest przeznaczone do użytku przez osoby dorosłe;

Maksymalna waga użytkownika wynosi 100 kg;

Zaleca się, aby minimalna bezpieczna odległość wokół korbki roweru treningowego wynosiła 500 mm;

Należy upewnić się, że pedał lub inne płyny nie dostaną się do urządzenia;

Sprężak nie nadaje się do uprawiania sportów wymagających wysokiej precyzji przy użyciu sprężaka korbki klasy C;

Niewielki hałas paska wielotrybowego lub układu hamulcowego spowodowany konstrukcją nie będzie miał żadnego wpływu na

użytkowanie sprężaka;

Zabrania się używania materiałów rękawic lub ściernych do czyszczenia sprężaka, należy używać rodków czyszczących, które nie

zanieczyszczają środowiska;

Podczas korzystania z urządzenia należy nosić odpowiednie obuwie i odzież;

Przed użyciem należy sprawdzić, czy wszystkie rury są prawidłowo zamontowane;

Nie należy umieszczać urządzeń intensywnie emitujących promieniowanie (takich jak telefony komórkowe) bezpośrednio obok miernika

elektronicznego lub elektronicznego systemu sterowania podczas pracy urządzenia, ponieważ może to wpłynąć na dokładność

wyświetlanych wartości;

Upewnij się, że nikt nie porusza się wokół urządzenia, aby uniknąć obrażeń spowodowanych przez ruchome części.

W zestawie:

Lista części

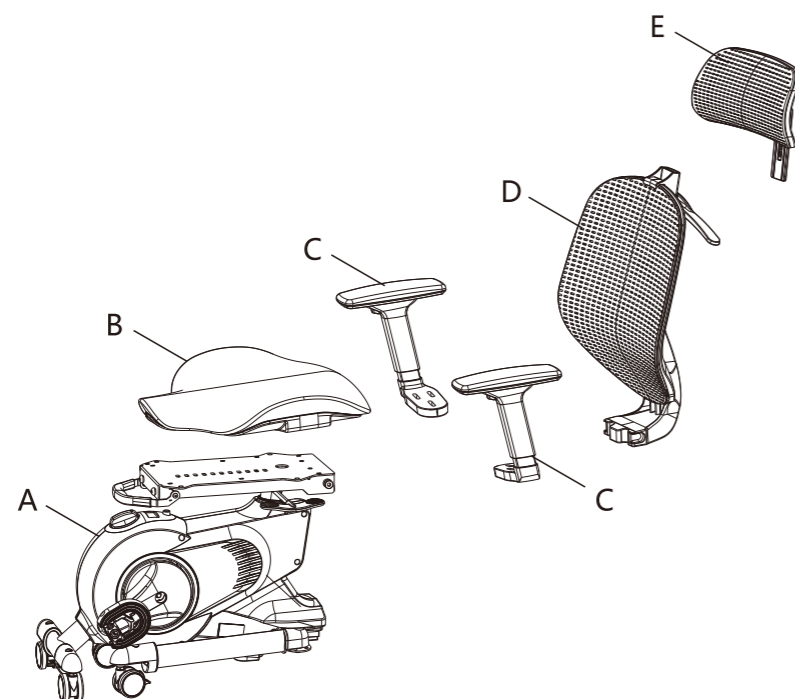
Uwaga: Poniższe rysunki mają jedynie charakter poglądowy i mogą nieznacznie różnić się od otrzymanego produktu i sprzętu. W razie jakichkolwiek pytań prosimy o kontakt z naszym działem obsługi klienta.

No.	Accessory	Spec	Qty
1		M6x35	2
2		M6x45	4
3		M6x25	4
4		Podkładka 6-φ6.5xφ22x2	4
5		M8x16	3
6		5x5 Klucz imbusowy	1

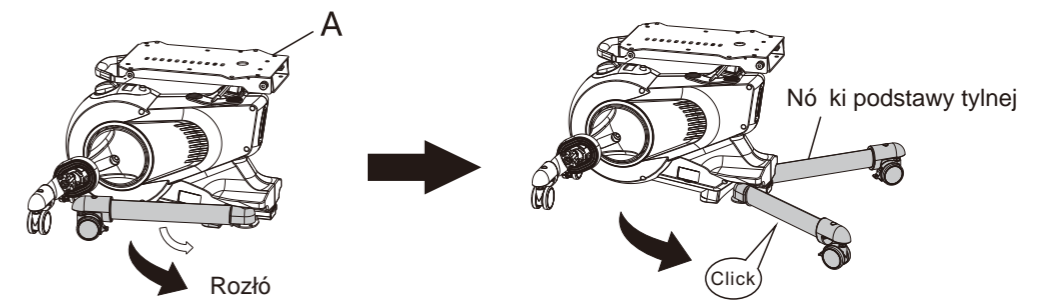
Lista komponentów

Nr.	Part	Ilo	Nr.	Part	Ilo	Nr.	Part	Ilo
A		1	B		1	C		1
D		1	E		1			

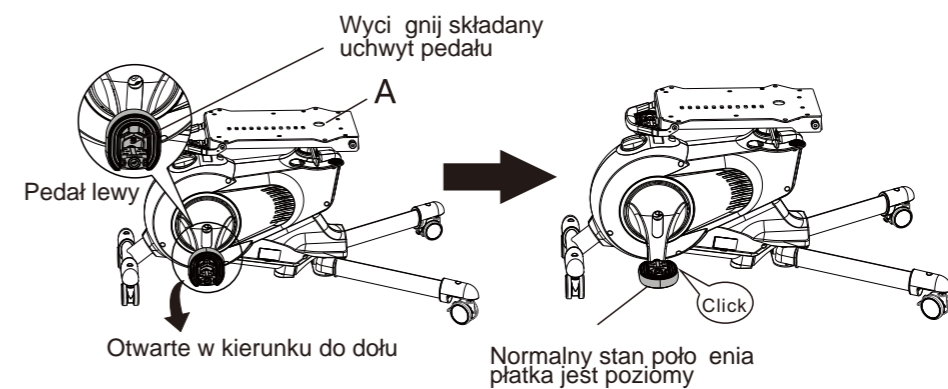
Schemat montażu



Monta krok 1

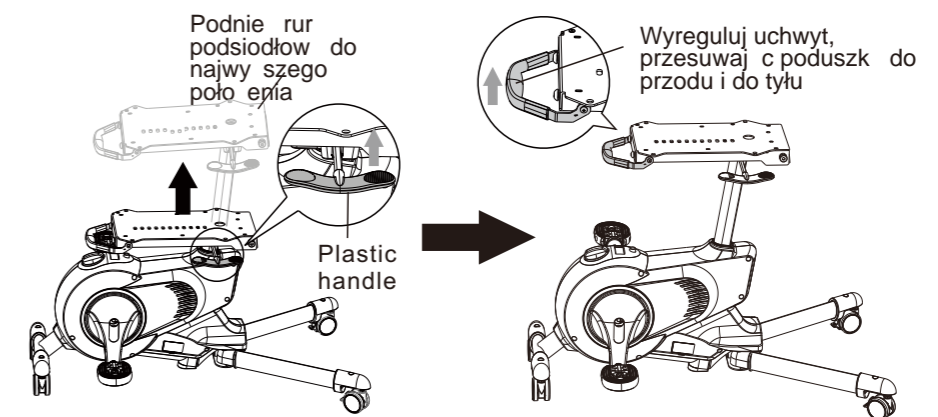


Monta krok 2



Uwaga: Jeśli chcesz go schować, przytrzymaj składany uchwyt pedału do wewnątrz i złóż pedał do góry, aby zapobiec przechowywaniu części pedału.

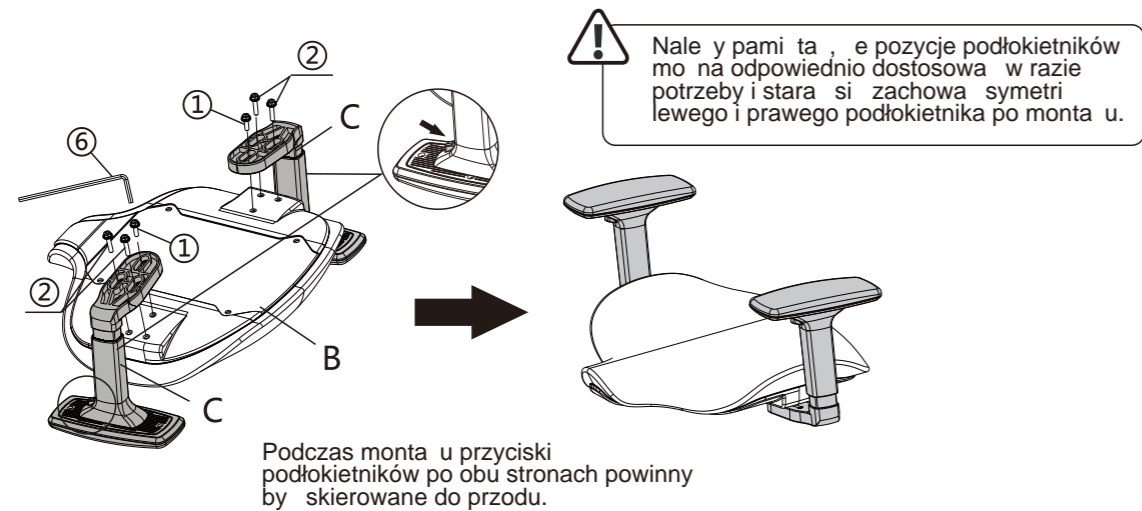
Monta krok 4



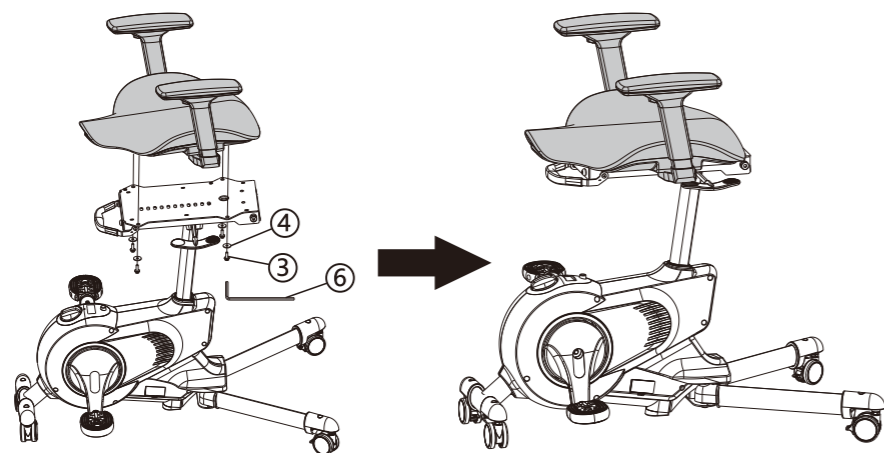
Pociągnij plastikowy uchwyt, aby podnieść rurkę podsiadłową do najwyższej pozycji.

Najpierw podnieś poduszkę i wyreguluj uchwyt z przodu i z tyłu, a następnie przesuń poduszkę do rodka, zwolnij uchwyt, aby ją zamocować.

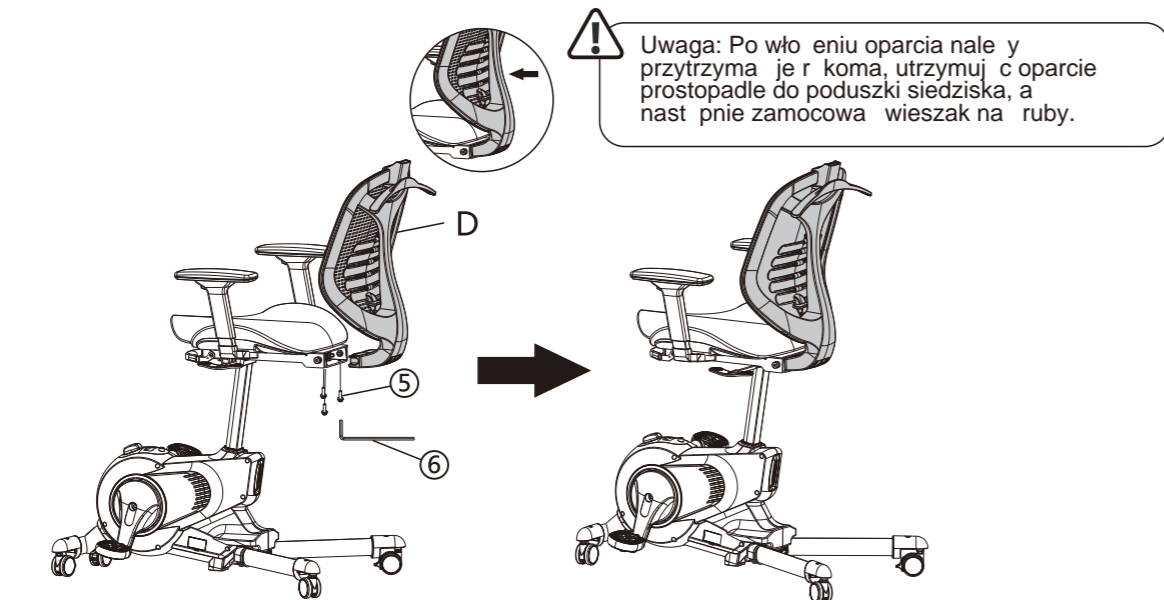
Monta krok 4



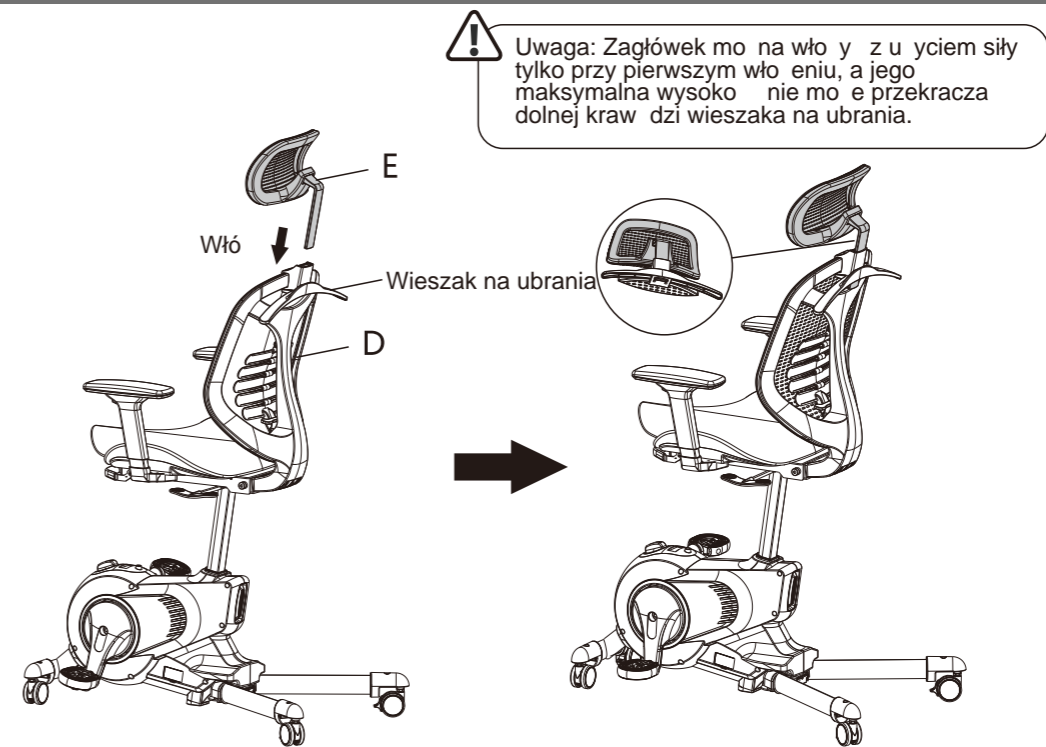
Monta krok 5



Monta krok 6

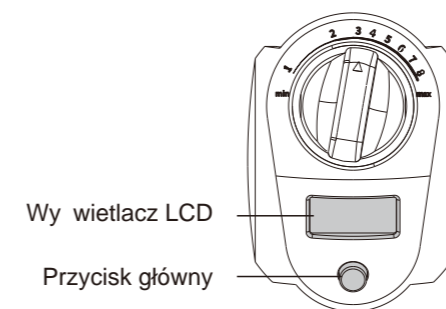


Monta krok 7

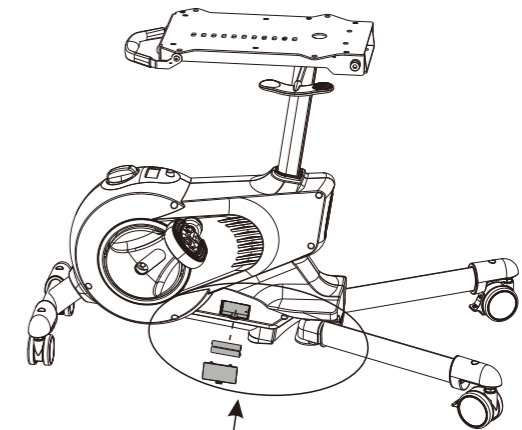


Instrukcja obsługi

Obsługa panelu elektronicznego i opis funkcji przycisków

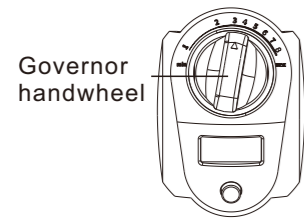


- Naciśnij główny przycisk pod wyświetlaczem LCD, aby przełączyć parametry, takie jak czas ćwiczenia, prędkość, dystans, kalorie, całkowity dystans, prędkość obrotowa itp.
- Jeśli przerwiesz ćwiczenie na dłużej niż 4 minuty, wyświetlacz LCD wyłączy się automatycznie.
- Naciśnij główny przycisk lub naciśnij pedały roweru, aby ponownie włączyć wyświetlacz LCD.



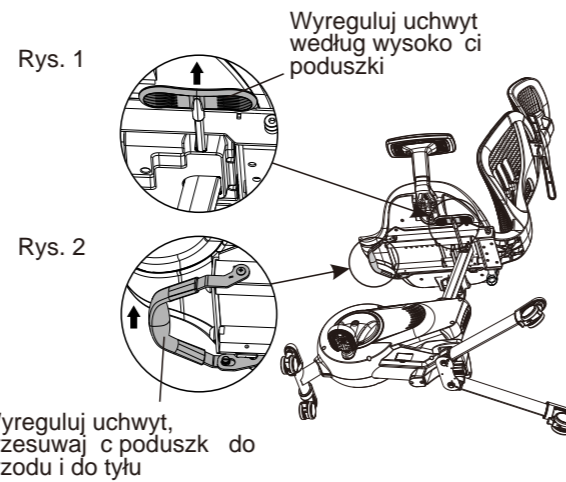
! Bateria AA (nr 5) 1,5 V, 2 sekcje do miernika elektronicznego

Instrukcja nr 1



Governor handwheel

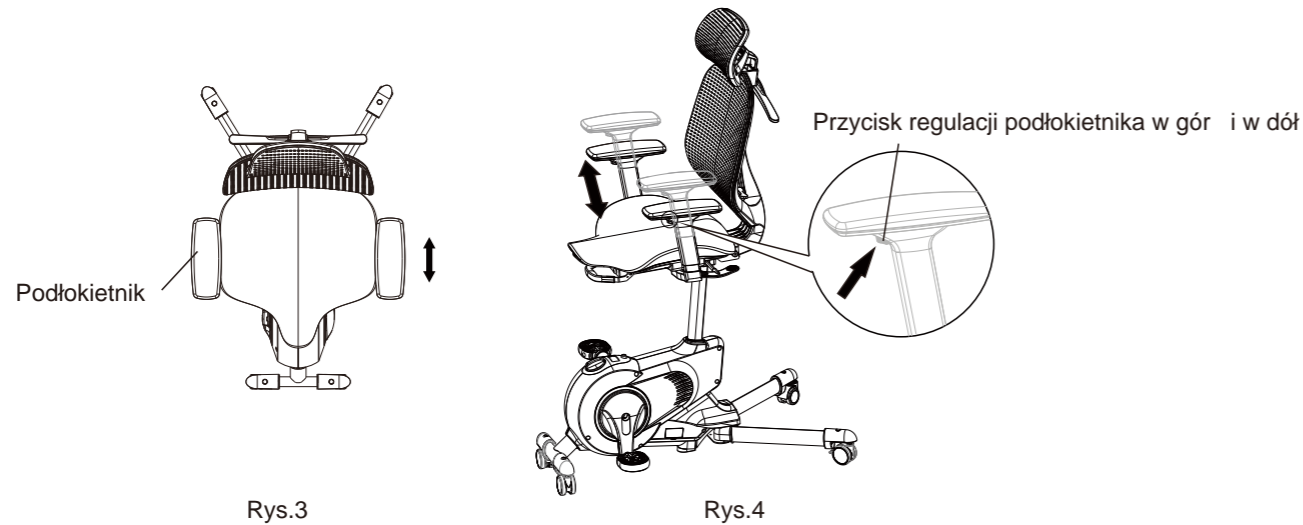
Instrukcja nr 2



Wyreguluj uchwyty, przesuwaj c poduszk do przodu i do tyłu

1. Tryb regulacji oporu: obró pokr tło regulatora w kierunku "max", aby zwi ksz y opór; w kierunku "min", aby zmniejszy opór.
2. Tryb regulacji wysoko ci poduszki w gór i w dół: lekko unie biodra, poci gnij uchwyty poduszki w gór , aby wyregulowa wysoko (pokazano na rysunku 1). Gdy poduszka podniesie si , zwolnij uchwyty, aby zablokowa bie c pozycj poduszki; Poci gnij w gór uchwyty regulacji wysoko ci poduszki siedziska i polegaj na własnym ci arze ciała, aby obni y wysoko poduszki. Bie ca pozycja poduszki zostanie zablokowana po zwolnieniu uchwyty. Zgodnie z powy szym sposobem, poduszk mo na dostosowa do najwygodniejszej pozycji ludzkiego ciała.
Metoda regulacji przesuwania poduszki do przodu i do tyłu: jak na rysunku 2, uchwyty zostaną poci gnij ty do góry do najwy szej pozycji, mo na popycha i ci gn poduszk do przodu i do tyłu, a poduszka zostanie ustawiona w odpowiedniej pozycji, zwolni uchwyty i lekko przesun biodra do przodu i do tyłu, tak aby kołek ograniczaj cy pod poduszk mógł płynnie wej w otwór ograniczaj cy, aby ustali pozycj poduszki.

Instrukcja nr 3

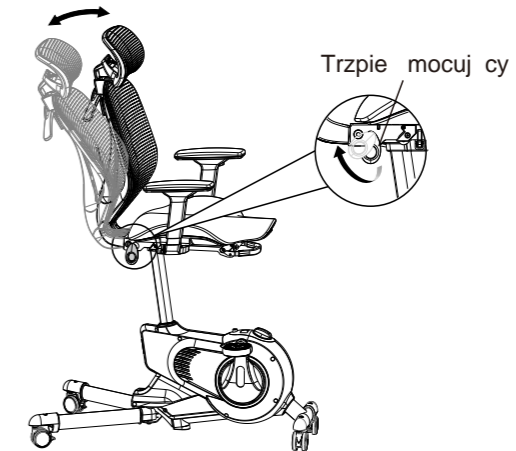


Rys.3

Rys.4

3. Regulacja w lewo i w prawo: obró w kierunku wskazanym strzałk na rysunku 3, aby wyregulowa k t podłokietnika w lewo i w prawo. Regulacja kierunku do przodu i do tyłu: pchnij w kierunku wskazanym strzałk na rysunku 3, aby wyregulowa poło enie podłokietnika do przodu i do tyłu.
Regulacja w gór i w dół: Jak na rysunku 4, uruchom przycisk regulacji podłokietnika w gór i w dół, mo esz podnie podłokietnik w gór lub w dół; Ustaw odpowiedni wysoko , a nast pnie zwolnij przycisk, podłokietnik mo na zamocowa w bie cej pozycji.

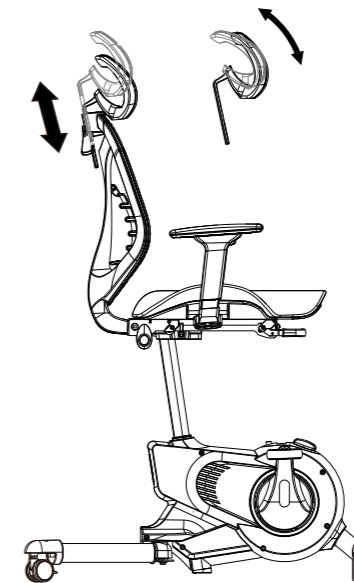
Instrukcja nr 4



Rys.5

4. Regulacja k ta nachylenia oparcia z przodu i z tyłu: wymieni trzpie ustalaj cy i przesun d wigni regulacji oparcia do tyłu. W tym momencie nale y polega na grawitacji pleców, aby odchyli si do tyłu, a oparcie ma swobodny k t 0°-12°; przesun uchwyty regulacji oparcia do przodu, a w tym momencie oparcie zostanie zresetowane i zablokowane pod k tem pionowym.

Instrukcja nr 5

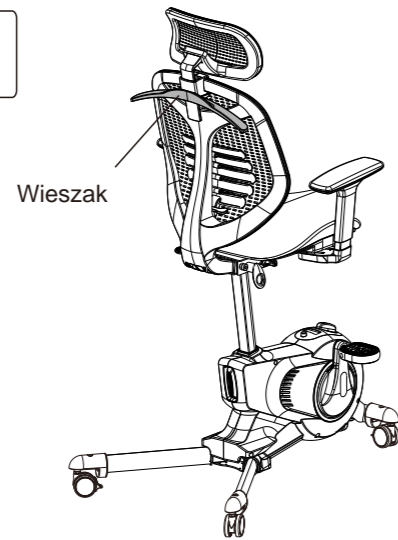


Rys.6

5. Regulacja wysoko ci zagłówka fotela w gór i w dół: Wysoko zagłówka mo na regulowa w gór i w dół do odpowiedniej pozycji, popychaj c i ci gn c pr t mocuj cy zagłówek w gór i w dół.
Regulacja k ta zagłówka fotela: K t zagłówka mo na ustawi w odpowiedniej pozycji r cznie lub pod wpływem siły nacisku głowy na zagłówek.

Instrukcja nr 6

! Uwaga: Surowo zabrania się wieszania ciężkich przedmiotów, aby zapobiec uszkodzeniu wieszaka na płaszczce!

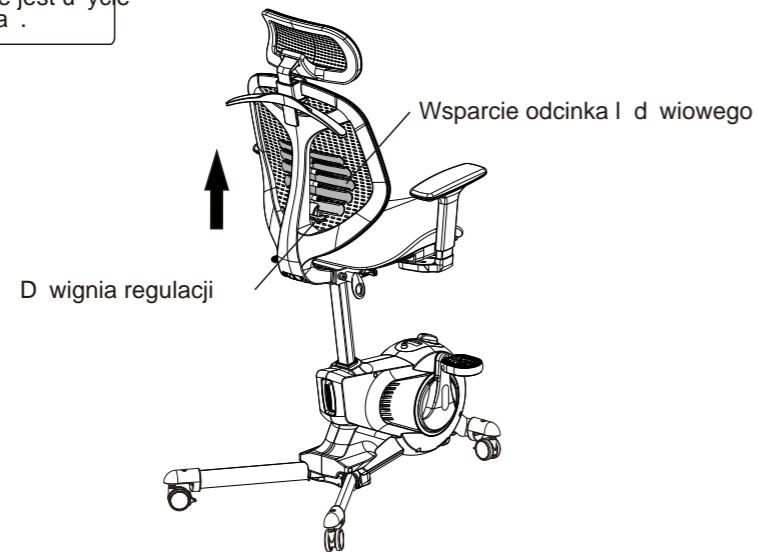


Rys.7

6. Wieszak na ubrania: wygodny do wieszania ubrań, czapek itp.

Instrukcja nr 7

! Uwaga: Podczas ustawiania najwyższego biegu konieczne jest uchylenie siły w górę, aby go zresetować.

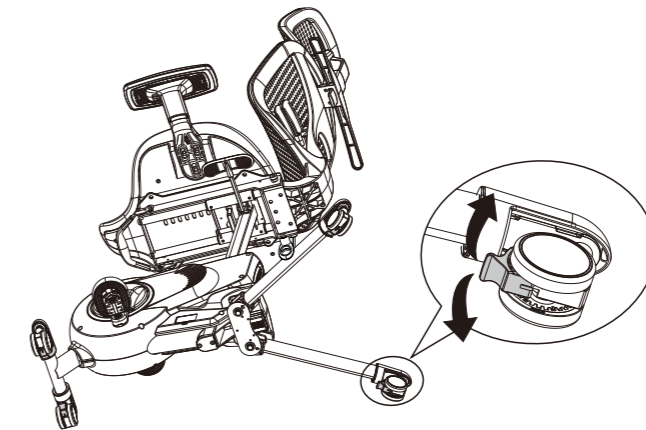


Rys.8

7. Metoda regulacji podparcia lędźwiowego: Usiada na siedzeniu i pociągnij uchwyt obiema rękami do góry, aby element podparcia lędźwiowego był bardziej dopasowany do konturu ludzkiej talii, a następnie zostanie dostosowany do wygodnej pozycji dla talii, pułpując uchwyt regulacyjny; Reset uchwytu regulacyjnego: gdy uchwyt regulacyjny zostanie pociągnięty do góry, zwolnij uchwyt regulacyjny, a uchwyt regulacyjny automatycznie zresetuje się do dolnej pozycji.

Instrukcja nr 8

! Należy pamiętać, że cztery koła muszą być zablokowane podczas pedałowania i zaleca się zwolnienie kół podczas przenoszenia produktu.

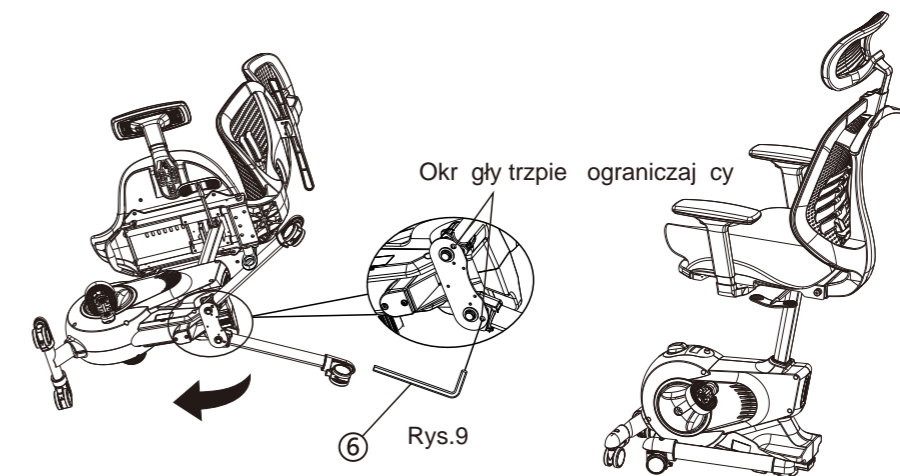


Rys.9

8. Funkcja koła hamulca: przesuń klucz koła hamulca w dół, aby zablokować koło, a w górę, aby je poluzować (jak pokazano na rysunku 9).

Instrukcja nr 9

! Należy pamiętać, że to zachowanie jest zalecane tylko przed zwrotem lub wymianą towarów.



Rys.9

9. Funkcja składania tylnych nóg do wewnątrz: odpowiednio przechyl produkt, wpuść okręty kołek ograniczający do otworu za pomocą klucza imbusowego (6) (pokazanego na Rysunku 10) i jednocześnie przesuń tylną nogę do wewnątrz w kierunku wskazanym strzałką do dołu.