

NÁVOD NA POUŽÍVÁNIE

Ďakujeme Vám za zakúpenie tohto výrobku.

Prosíme, pozorne si prečítajte tento návod na používanie. Návod uschovajte aj k neskoršiemu nahliadnutiu.

DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

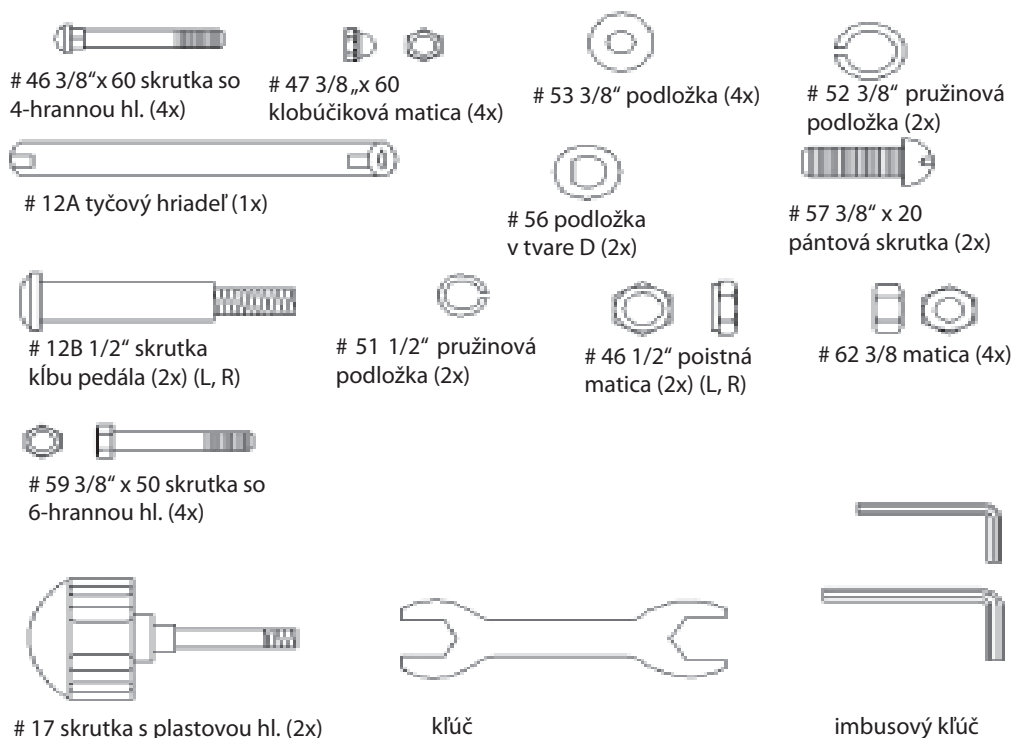
Vždy dbajte na to, aby cvičenie bolo bezpečné. Prosím, prečítajte si nasledujúce inštrukcie a vždy ich majte na pamäti. Oboznámte s týmito inštrukciami aj všetky osoby, ktoré budú bežecský trénažér používať. Prajeme Vám radosť z pohybu.

1. Maximálne zaťaženie je 112 kg. Osoby s väčšou hmotnosťou NESMÚ tento cvičebný stroj používať.
2. Zvýšte opatrnosť, pokiaľ sa v okolí cvičebného stroja pohybujú deti alebo domáce zvieratá. Nenechávajte deti bez dozoru dospelé osoby v miestnosti, kde máte tento cvičebný stroj.
3. Pokiaľ počas cvičenia pocítite nevoľnosť, závrat, nutkanie na zvracanie, bolesť na hrudi alebo akýkoľvek iný abnormálny syndróm, ďalej necvičte. Svoj stav ihneď konzultujte s lekárom.
4. ORBITREK umiestnite na rovnú a pevnú plochu. Odporúčame povrch podlahy ochrániť podložkou, stroj tak bude zároveň stabilnejší.
5. Vždy si na cvičenie oblečte vhodný cvičebný odev a obuv. Vhodná je bežecká obuv alebo obuv na aerobic.
6. V okolí stroja neumiestňujte žiadne ostré alebo inak nebezpečné predmety.
7. Pred cvičením na ORBITREKU sa vždy najskôr rozcvičte.
8. Stroj nikdy nepoužívajte, pokiaľ je akokoľvek poškodený, nefunguje správne.
9. Pravidelne kontrolujte dotiahnutie všetkých skrutiek a matíc.
10. Pokiaľ Vám lekár nariadi dodržiavať určité pokyny počas cvičenia, vždy ich majte na pamäti a dôsledne ich dodržiajte.

MONTÁŽ

Skôr, než začnete

1. ORBITREK montujte v miestnosti, kde budete mať dostatok priestoru a vhodné osvetlenie. Pretože zmontovaný ORBITREK je prenosný, montáž nemusíte vykonávať na mieste, kde chcete na stroji cvičiť.
2. Niektoré komponenty môžu byť od výroby naolejované, odporúčame ich klást' na noviny, kartón a pod.



Krok 1: Montáž predného a zadného stabilizátora

Namontujte prednú a zadnú trubicu k hlavnému rámu:

(# 2) FRONT = predná trubica

(# 3) REAR = zadná trubica

Použite:

4 - 3/8" x 60 skrutky (# 46)

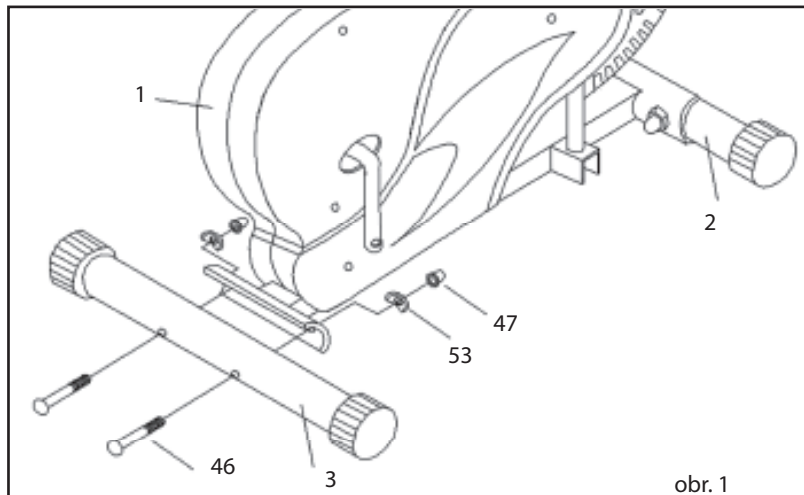
4 - 3/8" podložky (# 53)

4 - 3/8" x 60 klobúčikové matice (# 47).

Umiestnite prednú trubicu (# 2) proti hlavnému rámu tak, aby diery smerovali nahor. Vezmite si 2 skrutky (# 46) a z vonkajšej strany ich pretiahnite dierami, na druhej strane zaistíte podložkami (#53) a klobúčikovými maticami (# 47). Matice dotiahnite pomocou kľúča.

Poznámka:

Predná trubica (# 2) má rotujúce koncovky, ktoré pri premiestnení fungujú ako kolieska. Rovnakým postupom vykonajte montáž zadnej trubice.



obr. 1

Krok 2: Montáž pedálov

Namontujte pedále k príslušnej strane tyče pedálov (pravý pedál k pravej tyči, ľavý pedál k ľavej tyči).

11 L = ĽAVÝ PEDÁL

11 R = PRAVÝ PEDÁL

11 L = ĽAVÁ TYČ

11 R = PRAVÁ TYČ

Použite:

4 - 3/8" x 50 skrutky (# 59)

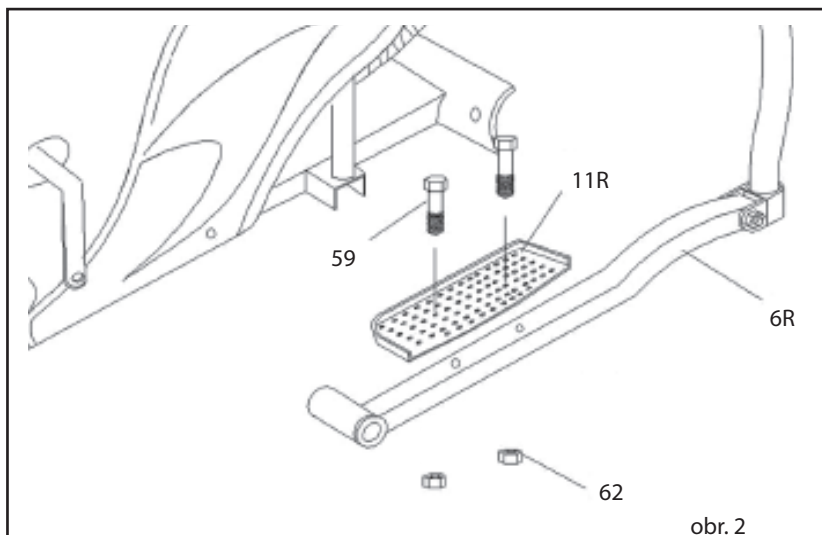
4 - 3/8" matice (# 62).

Zrovnajte diery na pedáloch s dierami na tyči.

Skrutky (# 59) pretiahnite z vrchu cez diery. Matice (# 62) nasadíte na skrutky (# 59) a dotiahnete pomocou kľúča.

Poznámka:

Pedále sú upevnené správne, pokiaľ vyvýšený okraj smeruje dopredu a k hlavnému rámu. Pokiaľ pedál namontujete naopak, nebudete môcť namontovať pedálovú tyč na kľukový hriadeľ (# 27).



obr. 2

Krok 3: Montáž tyčového hriadeľa

Namontujte tyčový hriadeľ (# 12A) k hlavnému rámu (# 1), potom upevnite pravú a ľavú spojovaciu tyč (# 4 a # 5) k tyčovému hriadeľu (# 12A).

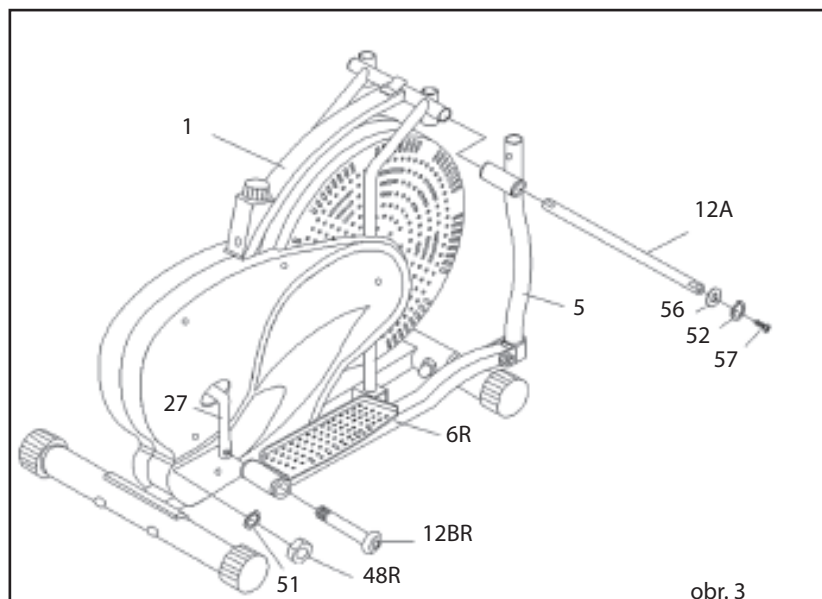
Použite:

2 - „D“ tvarované podložky (# 56)

2 - 3/8" pružinové podložky (# 52)

2 - 3/8" x 20 pántové skrutky (# 57)

Skrutky kĺbu pedála (# 12BL a # 12BR) pretiahnite cez otvor pedálovej tyče (# 6R a # 6L). Dotiahnite skrutky pomocou imbusového kľúča (# 27). Nasadte pružinové podložky (# 51) a zaistíte maticami (# 48L = ľavá, #48R = pravá) k skrutkám kĺbu pedála (# 12BL = ľavý a # 12BR), použijete kľúč a imbusový kľúč.



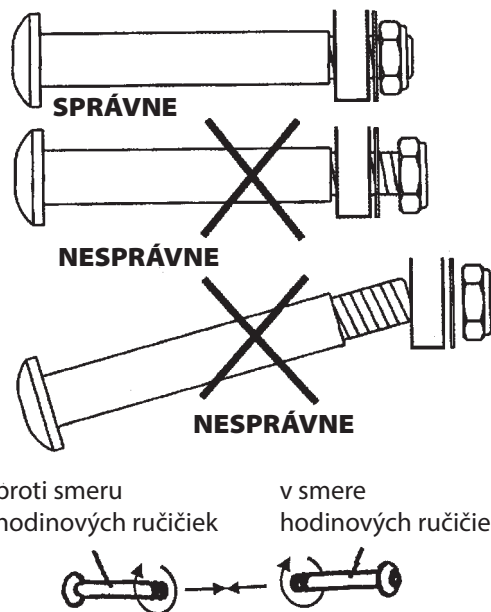
obr. 3

DÔLEŽITÉ!

Skrutky kĺbu pedála (# 12BL a # 12BR) musia úplne prejsť cez nylonový krúžok vnútri pružinovej podložky (# 66R a # 66L). Týmto sa zvýši stabilita a životnosť Vášho ORBITREKU.

Aby ste namontovali skrutku správne, musí byť umiestnená dokonale rovno v otvore pedála a kľuke pedála. Pokiaľ by ste ju nasadili nakrivo alebo maticu dobre nedotiahli, stroj by sa mohol poškodiť..

Nylonový krúžok môžete vidieť na okraji vnútornej časti pružinovej podložky. Skrutka kĺbu pedála musí prejsť úplne cez tento nylonový krúžok.



Krok 4: Montáž madiel

REŽIM POHYBUJÚCICH SA MADIEL

Nasadte tyče madiel (# 7L = ľavé a # 7R = pravé) na tyče hlavného rámu (# 4 a # 5). Výšku madiel upravte tak, aby cvičenie bolo pre užívateľa pohodlné. Každé madlo zaistite pomocou skrutky s plastovou hlavou (# 17).

REŽIM ZAFIXOVANÝCH MADIEL

Pokiaľ chcete, aby sa madlá pri cvičení nepohybovali, nasadte ich do púzdiel (# 16). Rovnako ako v predošlom prípade upravte výšku madiel a každé madlo zaistite pomocou skrutky s plastovou hlavou (# 17).

Teraz je montáž kompletná.

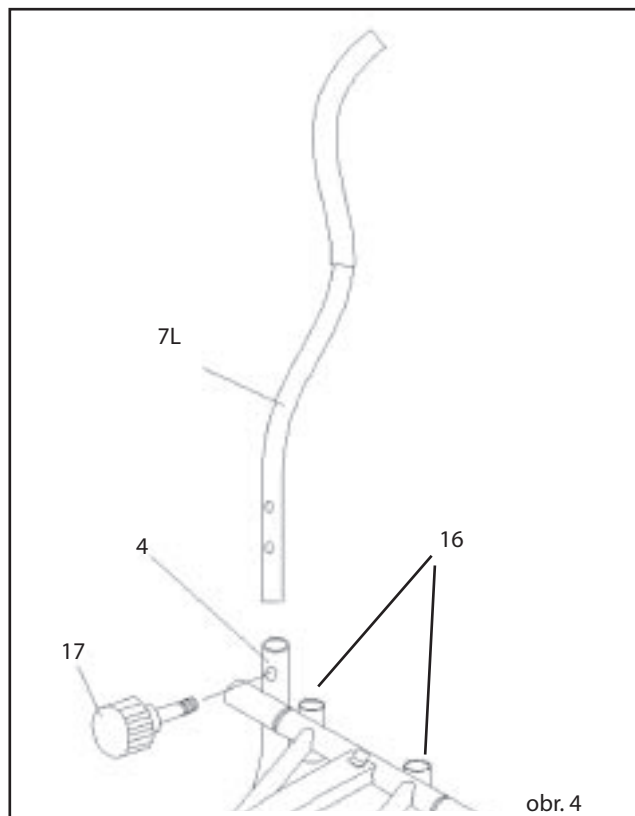
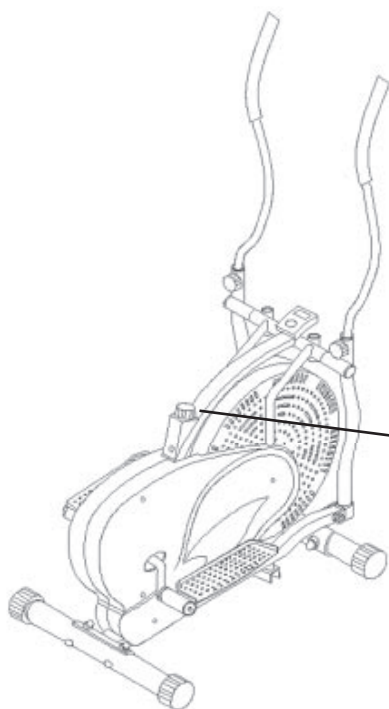
NASTAVENIE ZÁŤAŽE

Keď si prístroj po prvý krát vyskúšate, uvidíte, či Vám nastavená záťaž vyhovuje. Pokiaľ si ju prajete upraviť: zvýšenie záťaž - otočte kolieskom na nastavení záťaž doprava, zníženie záťaž - otočte kolieskom na nastavenie záťaž doľava.

SPÄTNÝ POHYB

Pamätajte si, Váš **ORBITREK MÁ MOŽNOSŤ SPÄTNÉHO POHYBU!**

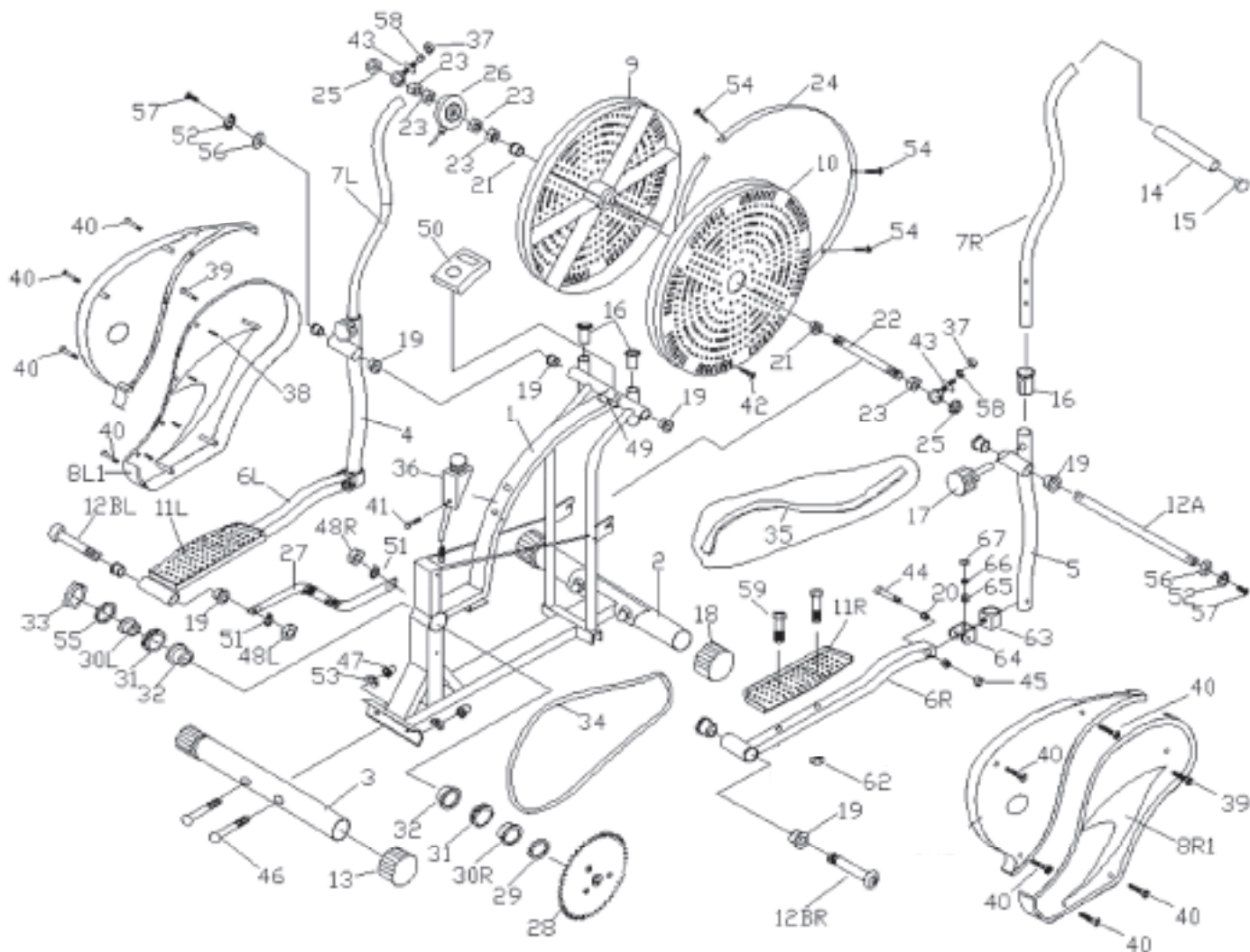
Vďaka tejto vlastnosti môžete zdokonaľiť svoj tréning. Pohyb dopredu posilňuje najmä quadricepsové svaly (predná časť stehien), zatiaľ čo pohyb dozadu posilňuje najmä podkolenné šľachy (zadná časť stehien).



obr. 4

koliesko na
nastavenie záťaž

DETAILNÝ POPIS ČASTÍ STROJA



Kompletný zoznam dielov.

Väčšina dielov je zmontovaná pri výrobe. Tento zoznam neslúži ako inštrukcia k montáži.

DIEL Č.	POPIS	ŠPECIFIKÁCIA	KS
1	Hlavný rám		1
2	Predná dolná trubica		1
3	Zadná dolná trubica		1
4	Pravá pohyblivá tyč		1
5	Ľavá pohyblivá tyč		1
6L	Ľavá pedálová tyč		1
6R	Pravá pedálová tyč		1
7L	Ľavá tyč madla		1
7R	Pravá tyč madla		1
8L1	Ľavý dolný kryt reťaze		1
8R1	Pravý dolný kryt reťaze		1
9	Ľavé koleso ventilátora		1
10	Pravé koleso ventilátora		1
11L	Ľavý pedál		1
11R	Pravý pedál		1
12A	Tyčový hriadeľ		1
12BL	Skrutka kĺbu pedála - ľavý	1/2"	1

12BR	Skrutka kľbu pedála - pravý	1/2"	1
13	Guľatá koncovka		2
14	Penový úchyt		2
15	Guľatá koncovka		2
16	Plastové puzdro		4
17	Skrutka s gombíkovou hlavickou		2
18	Plastový valček		2
19	Vložka 3		10
20	Vložka 1		4
21	Vložka 2		2
22	Nosný hriadeľ ventilátora		1
23	Skrutka		5
24	Hliníkový prúžok		1
25	Skrutka		2
26	Snímač		1
27	Hriadeľ		1
28	Rozeta hriadeľa stredy		1
29	Podložka 2		1
30L	Nákrúžok tyče 1		1
30R	Nákrúžok tyče 2		1
31	Ložisko nákrúžku tyče		2
32	Výstuž nákrúžku tyče		2
33	Matica		1
34	Reťaz		1
35	Brzdny pás		1
36	Gombík nastavenia záťaže		1
37	Poistná matica	M6	2
38	Skrutka	ST4.2*10F	8
39	Skrutka	ST4.8*15	2
40	Skrutka	ST4.8*25	9
41	Skrutka	M5*18	1
42	Skrutka	ST4.2*25	16
43	Skrutka	M6	2
44	Skrutka so 6-hrannou hl.	3/8*55	2
45	Poistná matica	3/8"	2
46	Pántová skrutka	3/8"*60	4
47	Uzavretá matica	3/8"	4
48L	Poistná matica - ľavá	1/2"	1
48R	Poistná matica - pravá	1/2"	1
49	Držiak počítača		1
50	Počítač		1
51	Pružinová podložka	1/2"	2
52	Pružinová podložka	3/8"	2
53	Oblúková podložka	3/8"	4
54	Skrutka	ST4.2*15	4
55	Podložka 1	7/8"	1
56	Podložka v tvare D		2
57	Skrutka kľbu	3/8"*20	2

58	Pružinová podložka	6	2
59	Skrutka so 6-hrannou hl.	3/8"*50	4
62	Matica	3/8"	4
63	Plastové puzdro		2
64	Držiak v tvare "U"		2
65	Plastová podložka		2
66	Veľká podložka	10	2
67	Poistná matica	M10*1	2

ELEKTRONICKÝ MONITOR HR-1510



Návod na používanie

Popis

Tréningový čas / TIME	00:00 - 59:59
Aktuálna rýchlosť / SPEED	0.00 - 99.99 km/h
Ubehnutá vzdialenosť / DISTANCE	0.000 - 9.999 km
Spotreba energie / CALORIE	0.00 - 99.99 kcal

Funkcie tlačidiel

Mode: Pomocou tohto tlačidla môžete nastaviť zobrazovanie údajov, ktoré potrebujete.

Ovládanie monitora

AUTO ON/OFF

Akonáhle začnete cvičiť, monitor sa automaticky zapne. Vypne sa automaticky 4-5 minút po skončení cvičenia.

FUNKCIE

- **TIME** - Stlačením tlačidla MODE nastavte zobrazenie tréningového času. Akonáhle začnete cvičiť, začne počítať čas cvičenia.
- **SPEED** - Ukazuje aktuálnu rýchlosť behu.
- **DISTANCE** - Stlačením tlačidla MODE nastavte zobrazenie ubehnutej vzdialenosti. Akonáhle začnete cvičiť, začne počítať ubehnutú vzdialenosť.
- **CALORIES** - Stlačením tlačidla MODE nastavte zobrazenie spotreby energie. Akonáhle začnete cvičiť, začne počítať spálené kalórie.
- **SCAN** - Ukazuje všetky vyššie uvedené údaje v pravidelných intervaloch. TIME-CALORIE - DISTANCE (RESET)

BATÉRIE

Ak displej ukazuje hodnoty (čísla) iba čiastočne, je potrebné batérie vymeniť. Po výmene batérií sa vynulujú údaje na počítači na hodnotu 00.

Výmena batérií

Na zadnej strane počítača je kryt. Tento kryt zložte a vložte dve 1,5V AA batérie. Dbajte na správnu polaritu. Kryt dajte späť na zadnú stranu počítača.

ELEKTRONICKÝ MONITOR JS1532 Pre model: Orbitrek Platinum

Funkcie tlačidiel

Akonáhle začnete cvičiť, monitor sa automaticky zapne. Monitor sa automaticky vypne, pokiaľ stroj kratšiu dobu nepoužívate.

Ovládanie monitora

Mode: Pomocou tohto tlačidla môžete nastaviť zobrazovanie údajov, ktoré požadujete.

TM: Stlačením tlačidla MODE nastavte zobrazenie tréningového času. Keď začnete

cvičiť, začne sa počítať čas cvičenia. **SPD:** Zobrazuje aktuálnu rýchlosť, akou bežíte.

DST: Stlačením tlačidla MODE nastavte zobrazenie ubehnutej vzdialenosti. Keď začnete cvičiť, počítač začne počítať ubehnutú vzdialenosť. **CAL:** Stlačením tlačidla MODE nastavte zobrazenie spotreby energie. Keď začnete cvičiť, začne počítač počítať spálené kalórie. **SCAN:** Ukazuje všetky hore uvedené hodnoty v pravidelných intervaloch.

Vynulovanie hodnôt (Reset): Stlačte a podržte tlačidlo MODE cca. 3-4 sekundy.

Výmena batérií

Na zadnej strane počítača je kryt. Tento kryt otvorte a vložte 2ks 1,5V batérií typu AA. Dbajte na správnu polaritu batérií (+/-). Kryt nasadte späť. Používajte len kvalitné alkalické batérie. (Niektoré vyhotovenia týchto prístrojov používajú na napájanie len 1 ks batérie 1,5 V typu AA.)

Montáž monitora

Monitor upevnite na držiak na hlavnom ráme. Prepojte konektory.

POČÍTAČ JS 171 S FUNKCIOU MERENÍ PULZU

Pre model: Orbitrek Platinum

Funkcie tlačidiel

Keď začnete cvičiť, monitor sa automaticky zapne. Monitor sa automaticky vypne, pokiaľ stroj kratšiu dobu nepoužívate.

(Pokiaľ bliká **SCAN**, zobrazenie nameraných údajov je postupné. Na prepínanie zobrazení jednotlivých údajov stlačte tlačidlo **MODE** - platí pre novší model.)

TIME: Keď začnete cvičiť, začne sa počítať čas cvičenia. **SPEED:** Zobrazuje aktuálnu rýchlosť, akou bežíte. **DIS (DISTANCE):** Keď začnete cvičiť, počítač začne počítať ubehnutú vzdialenosť. **CAL (CALORIES):** Keď začnete cvičiť, začne počítač počítať spálené kalórie. **PULSE:** Zobrazenie pulzu – tepovej frekvencie. Počas cvičenia uchopíte rukoväť za kovové snímače, počítač bude počas cvičenia monitorovať Vašu tepovú frekvenciu.

Možnosť nastavenia hodnôt pre tréning – nastavené hodnoty sa budú odpočítavať

Tlačidlo **Mode:** Prepínanie medzi jednotlivými údajmi – čas (**TIME**), vzdialenosť (**DIS**) a kalórie (**CAL**). Zvolenú hodnotu spoznáte tak, že pri nápise bliká „**SET**“.

Tlačidlo **Set:** zadanie hodnôt na odpočítavanie času (**TIME**), vzdialenosti (**DIS**) alebo kalórií (**CAL**). Tlačidlo **Reset:** Tlačidlo na vynulovanie hodnôt.

Výmena batérií

Na zadnej strane počítača je kryt. Tento kryt otvorte a vložte 2 ks 1,5V batérií typu AA. Dbajte na správnu polaritu batérií (+/-).

Kryt nasadte späť. Používajte len kvalitné alkalické batérie.

Montáž monitora

Monitor upevnite na držiak na hlavnom ráme. Prepojte konektory.

NEPOUŽÍVAJTE ELEKTRONICKÝ MONITOR JS 171 V NASLEDUJÚCICH PRÍPADOCH:

- pokiaľ Vám bol voperovaný kardiostimulátor (peacemaker) alebo iný lekárske elektronický implantát
- máte srdcové problémy alebo trpíte onemocnením srdca
- počas tehotenstva
- pokiaľ chodíte na dialýzu
- máte horúčku
- trpíte osteoporózou
- máte edém, otok
- trpíte akýmkoľvek onemocnením, o vhodnosti cvičenia sa poraďte s lekárom.



Model JS 1532



Model JS 171



Novší model

BATÉRIE – UPOZORNENIE!

Pri vkladaní batérií dbajte na správnu polaritu.

Používajte len kvalitné alkalické batérie rovnakého typu.

Pri použití batérií nekombinujte rôzne typy batérií ani nekombinujte použitie starých a nových batérií rovnakého typu.

Nikdy nenabíjajte obyčajné ani alkalické batérie! Batérie by mohli vytiecť alebo explodovať.

Nabíjajte len Ni-Cd batérie.

Batérie nevystavujte pôsobeniu tepla, slnečného žiarenia, ani iných zdrojov tepla!

Batérie nevhadzujte do ohňa!

Batérie udržiavajte mimo dosahu detí.

Pokiaľ prístroj dlhšiu dobu nepoužívate, vyberte z neho batérie.

Alkalické batérie

Pokiaľ z batérie vytečie elektrolyt - chráňte oči pred kontaktom s elektrolytom! V prípade akéhokoľvek kontaktu elektrolytu batérií s očami sa ihneď riadte nasledujúcimi pokynmi:

* Pri zasiahnutí očí okamžite dôkladne vypláchnite vodou a vyhľadajte lekársku pomoc!



Ochrana životného prostredia:

Informácie k likvidácii elektrických a elektronických zariadení

Po uplynutí doby životnosti prístroja alebo v okamihu, kedy by oprava bola neekonomická, prístroj nevhadzujte do komunálneho odpadu. Za účelom správnej likvidácie výrobok odovzdajte na určených zberných miestach, kde bude prijatý zadarmo.

■ Správnu likvidáciu pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta. Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty.

Batérie nevhadzujte do komunálneho odpadu, ale odovzdajte na miesta zaistujúce recykláciu batérií.

Servis

V prípade, že po zakúpení výrobku zistíte akúkoľvek chybu, kontaktujte servisné oddelenie. Pri použití výrobku sa riadte pokynmi uvedenými v priloženom návode na používanie. Reklamácia nebude uznaná, pokiaľ ste výrobok pozmenili, alebo ste sa neriadili pokynmi uvedenými v návode na používanie.

Záruka sa nevzťahuje

- na prirodzené opotrebovanie funkčných častí prístroja v dôsledku používania
- na servisné zásahy súvisiace so štandardnou údržbou výrobku (napr. čistenie, výmena dielov podliehajúcich bežnému opotrebovaniu ...)
- na závady spôsobené vonkajšími vplyvmi (napr. klimatickými podmienkami, prašnosťou, nevhodným používaním a pod.)
- na mechanické poškodenie v dôsledku pádu výrobku, nárazu, úderu a pod.
- na škody vzniknuté neodborným zaobchádzaním, preťažením, použitím nesprávnych dielov, nevhodného príslušenstva alebo nástrojov a pod.

U reklamovaných výrobkov, ktoré neboli správne zabezpečené proti mechanickému poškodeniu pri preprave nesie riziko prípadnej škody výhradne majiteľ.

Dodávateľ si vyhradzuje právo na prípadné zmeny v návode na používanie a neručí za možné tlačové chyby. Vyobrazenie a popis sa môžu líšiť od skutočnosti v závislosti od modelu.

UPOZORNENIE

Pred použitím prístroj riadne zostavte podľa pokynov uvedených v návode na použitie a vždy pred cvičením prekontrolujte upevnenie kolíkov / utiahnutie skrutiek.