

G6260



Instrucțiuni pentru asamblare și utilizare

Fig.0

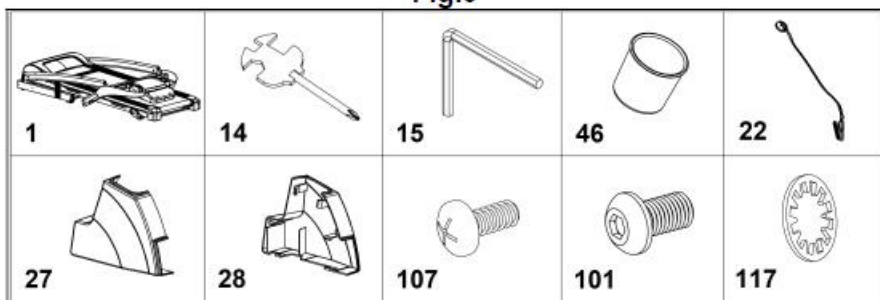


Fig.1

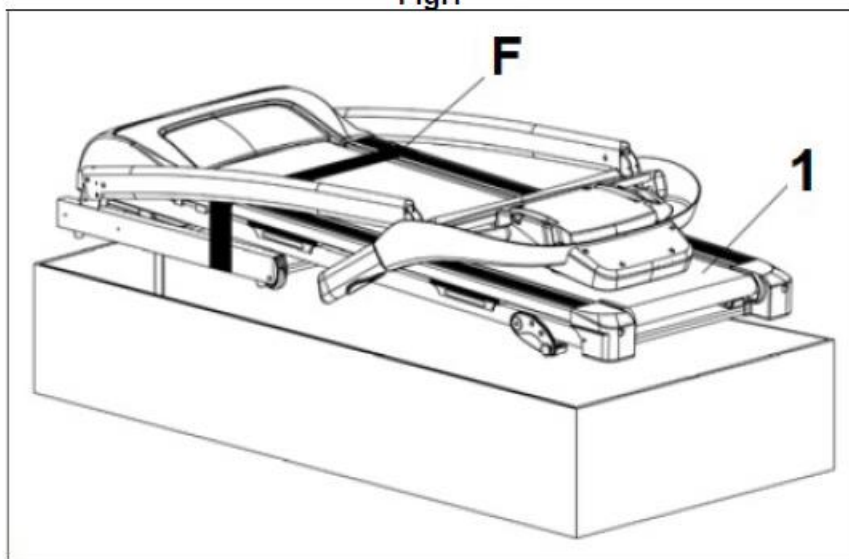


Fig.2

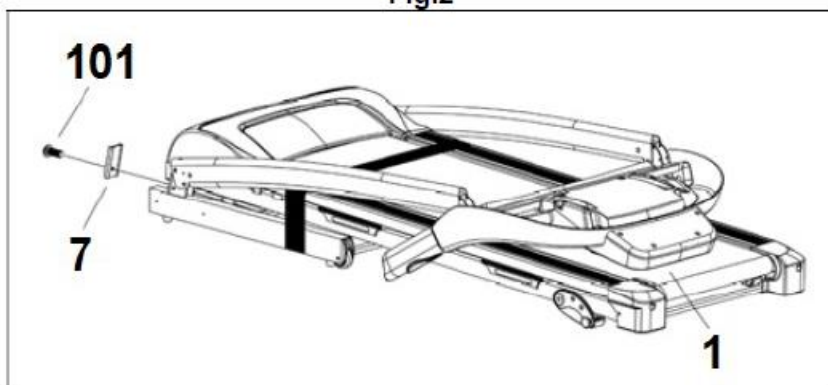


Fig.3

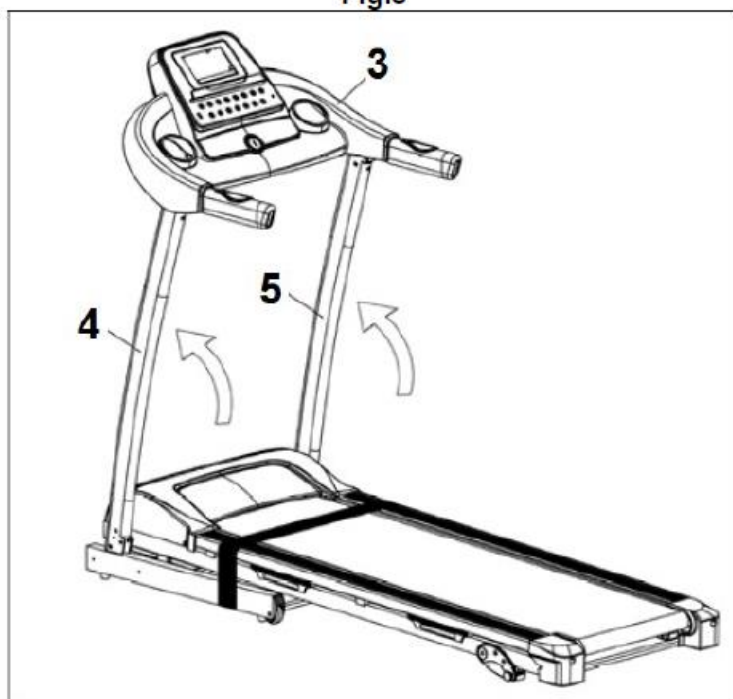


Fig.4

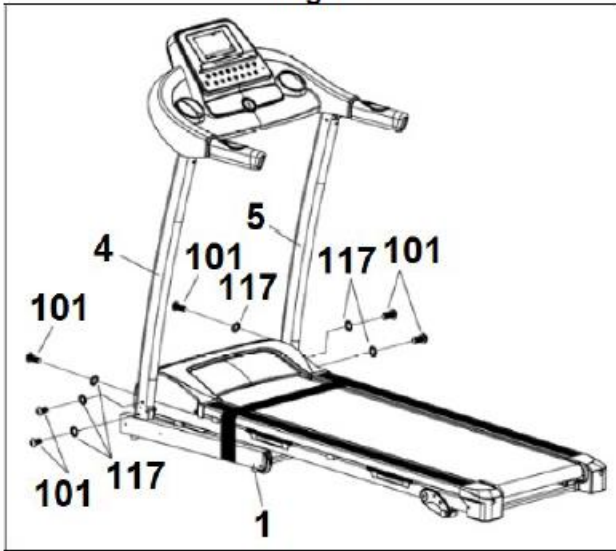


Fig.5

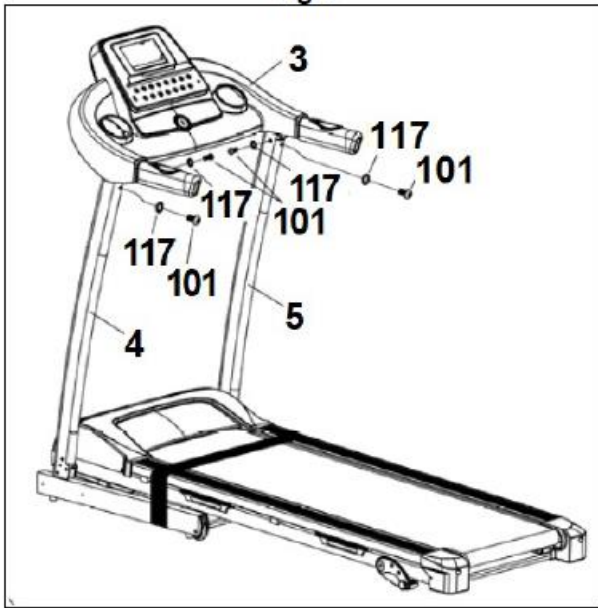


Fig.6

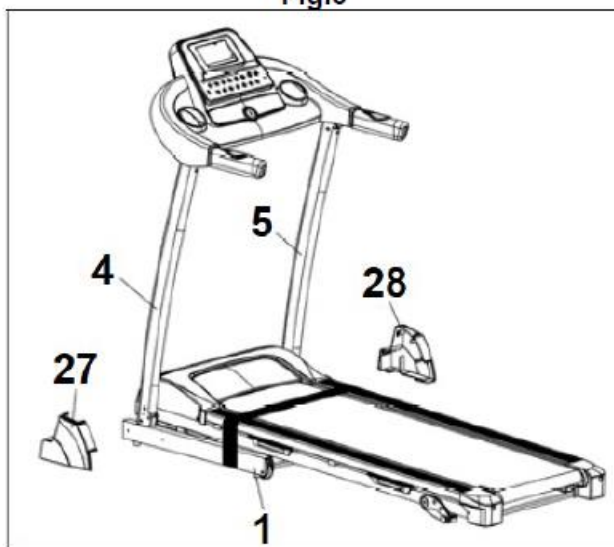


Fig.7

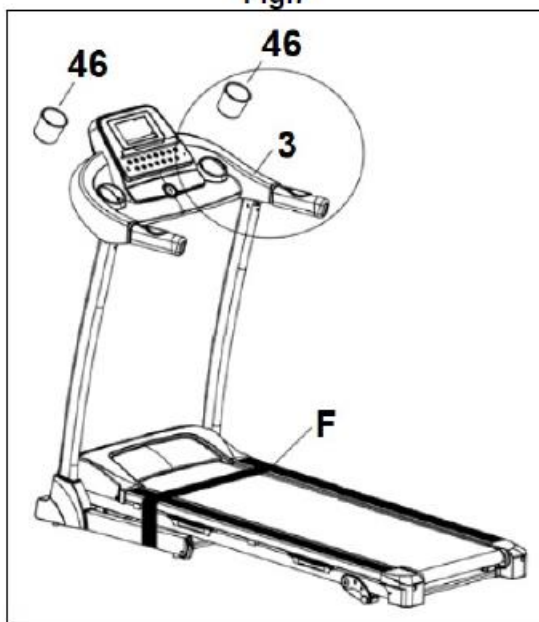


Fig.8

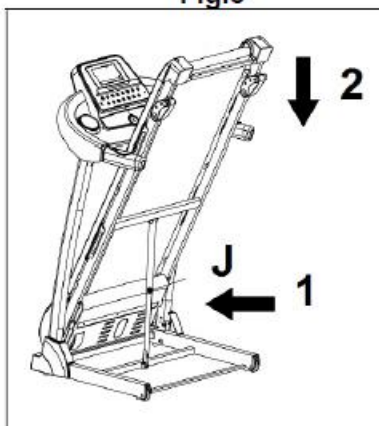


Fig.9

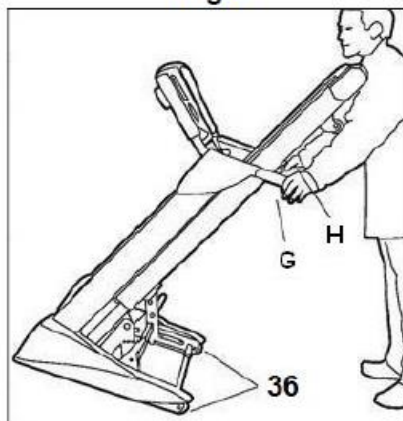


Fig.10

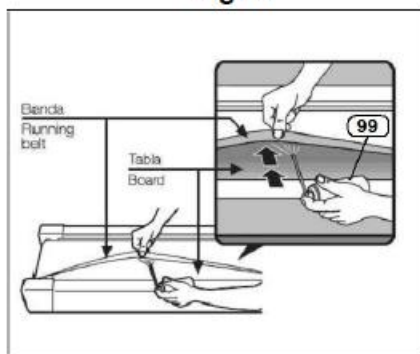
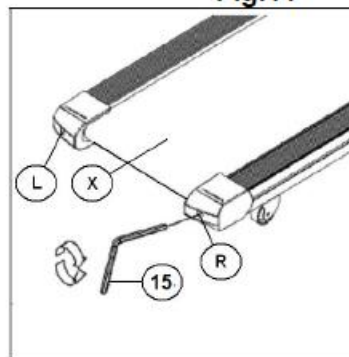


Fig.11



INSTRUCȚIUNI GENERALE.-

Citiți cu atenție instrucțiunile conținute în acest manual. Vă oferă informații importante despre siguranța, utilizarea și întreținerea benzii de alergare.

Trebuie să respectați întotdeauna anumite măsuri de siguranță atunci când utilizați această unitate, inclusiv următoarele:

1 Această unitate a fost proiectată numai pentru uz casnic.

2 Unitatea dvs. poate fi folosită doar de o singură persoană odată. Poate fi folosită doar de persoane care cântăresc 115 kg sau mai puțin.

3 Așezați unitatea pe o suprafață plană, cu cel puțin 2 metri de spațiu liber în spate și 1 m în jur. Nu așezați unitatea pe nicio suprafață care ar putea bloca orificiile de ventilație. Puneți o folie de protecție sub unitatea dvs. pentru a proteja podeaua sau covorul de posibile daune.

4 Unitatea dumneavoastră este echipată cu o cheie de siguranță. Cheia de siguranță trebuie introdusă în carcasă, altfel aparatul nu va funcționa. Când utilizați aparatul, prindeți întotdeauna cablul de pe cheia de siguranță de îmbrăcăminte. Scoateți cheia de siguranță ori de câte ori aparatul nu este utilizat și păstrați-o în siguranță departe de copii și alte persoane.

5 Asigurați-vă că banda de alergare funcționează corect înainte de a încerca să o utilizați. Nu utilizați niciodată un aparat care ar putea fi defect.

6 Proprietarul este responsabil să se asigure că orice persoană care utilizează aparatul este informată în mod corespunzător cu privire la toate măsurile de precauție necesare.

7 Părinții și/sau cei responsabili pentru copii trebuie să fie întotdeauna conștienți de natura lor curioasă și de modul în care aceasta poate duce adesea la situații și comportamente periculoase care ar putea provoca accidente. Acesta este motivul

pentru care ar trebui să fie întotdeauna supravegheați. În niciun caz acest aparat nu trebuie folosit ca jucărie.

8 Nu permiteți copiilor sau persoanelor cu dizabilități să folosească aparatul fără supravegherea strictă a unei persoane calificate.

9 În caz de urgență, așezați picioarele pe șinele laterale și țineți-vă de balustradă până când aparatul se oprește.

10 Utilizați balustrada pentru a vă ajuta să urcați și să coborâți de pe banda de alergare și atunci când schimbați viteza. Nu săriți pe centură în timp ce aceasta este în mișcare.

11 Țineți mâinile departe de oricare dintre părțile în mișcare. Nu puneți mâinile, picioarele sau orice alt obiect sub centura benzii de alergare.

12 Nu stați nemișcat pe centură în timp ce aceasta este în mișcare.

13 Folosiți îmbrăcăminte și încălțăminte adecvate. Asigurați-vă că toate șireturile/șnururile sunt legate corect. Pentru a evita rănirea și uzura inutilă a centurii, asigurați-vă că încălțăminte nu este murdară.

14 Nu folosiți aparatul în aer liber.

15 Nu este recomandabil să păstrați unitatea într-un loc umed pentru perioade lungi, deoarece va fi predispusă la rugină.

16 Asigurați-vă că nu lubrifiați în exces unitatea, deoarece acest lucru ar putea păta podeaua sau mocheta unde se află unitatea.

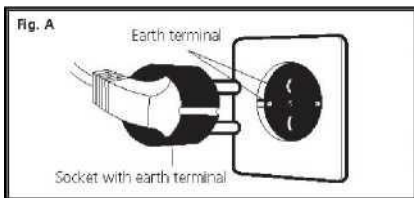
17 Nu utilizați niciodată accesorii nerecomandate de producător.

INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ.-

Acest produs trebuie să aibă o conexiune la pământ. În cazul în care aparatul funcționează defectuos, conexiunea la pământ va redirecționa curentul electric departe de aparat și va reduce riscul unui șoc electric. Acest produs este furnizat cu un cablu de rețea care are un fir de împământare și un ștecher cu un pin de împământare. Ștecherul trebuie utilizat numai cu o priză de perete adecvată, instalată corect și conectată la pământ, în conformitate cu reglementările locale.

PERICOL! Dacă echipamentul nu este împământat corect, există riscul de electrocutare. Dacă aveți îndoieli, solicitați unui electrician sau specialist tehnic să verifice dacă legătura la pământ este corectă. Nu modificați ștecherul furnizat împreună cu echipamentul, dacă nu se potrivește cu priza de perete, atunci cereți unui electrician să instaleze o priză care se potrivește.

Acest produs trebuie utilizat numai pe un circuit de 220-240 volți, cu o priză cu împământare similară cu cea prezentată în Fig. A. Asigurați-vă că aparatul este conectat numai la o priză de perete cu același pini ca ștecherul. Nu utilizați un adaptor cu acest aparat.



Respectați întotdeauna următoarele recomandări atunci când utilizați aparate electrice:

1 Asigurați-vă că tensiunea de alimentare de la rețea corespunde cu cea a mașinii înainte de a o conecta la priză. Tensiunea de alimentare trebuie să fie aceeași cu cea menționată pe plăcuța cu caracteristici, iar

orificiile din priza de perete trebuie să se potrivească cu pinișter ștecherului de pe aparat.

2 Pentru a reduce riscul de electrocutare, puneți mai întâi comutatorul în poziția „0” și apoi deconectați-l de la priza de perete. Deconectați întotdeauna unitatea imediat după utilizare și înainte de a continua cu curățarea.

3 Asigurați-vă că banda de alergare este oprită și deconectată de la priză înainte de a începe orice fel de lucrări de întreținere sau de asamblare asupra acesteia.

4 Nu deconectați banda de alergare trăgând de cablul de alimentare.

5 Nu utilizați aparatul dacă cablul de alimentare este deteriorat sau uzat.

6 Țineți cablul de alimentare departe de suprafețele fierbinți.

ÎNTRERUPĂTOR DE SIGURANȚĂ.-

Acest model este echipat cu un întrerupător electronic pentru a proteja atât circuitele electronice, cât și cele electrice.

Acest dispozitiv de siguranță va fi declanșat automat dacă unitatea este supusă la o forță sau căldură anormale.

Dacă se întâmplă acest lucru:

1 .- Puneți comutatorul (L), situat pe carcasă, în poziția „0” (OFF) Fig. B.

2 .- Apăsați butonul de circuit (C) pentru a reseta unitatea.

3 .- Apoi, setați comutatorul (L) în poziția „I” (ON) și unitatea va fi gata de utilizare din nou.

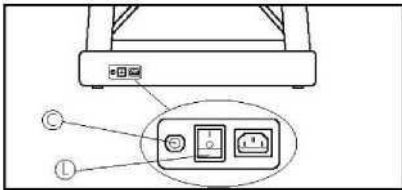
Dacă întrerupătorul se declanșează în mod repetat, cele mai probabile cauze sunt:

- Condiții anormale de lucru,
- Curea pentru banda de alergare necesită lubrifiant,

- Lubrifianții pe bază de solvenți utilizați,
- Cureaua este prea strânsă.

Conectați unitatea la o priză de perete cu un terminal EARTH. Puneți comutatorul (L) în Poziția [1].

Fig. B



INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE.-

Pentru lucrările de asamblare se recomandă asistența unei a doua persoane.

Asigurați-vă că toate piesele sunt prezente, Fig. 0:

(1) Cadru principal; (17) Șurubelniță; (15) cheie Allen; (46) Suport sticlă de apă; (22) Cheie de siguranță; (27) Capac tub vertical stâng; (28) Capac tub vertical dreapta; (107) Șurub M5x12; (101) Șurub M8x15; (117) Șaibă D8.

Urmați instrucțiunile pas cu pas pentru asamblare:

1 Scoateți unitatea din cutie și așezați-o pe podea așa cum se arată în Fig.1.

Vă rugăm să nu tăiați cureaua de ambalare (F) înainte de a termina asamblarea.

2 Slăbiți șurubul (101) de pe cadrul principal (1) și îndepărtați cu blocul de siguranță (7), Fig. 2.

3 Apoi, țineți balustradele și ridicați-le în direcția săgeții, așa cum se arată în Fig. 3. Folosiți șuruburi (101) și șaibe (117) pentru a fixa, Fig.4.

4 Utilizați șuruburile (101) și șaibe (117) pentru a fixa consola (3), Fig.5.

5 Așezați capacele din stânga (27) și din dreapta (28), așa cum se arată în Fig.6.

6 Așezați suporturile pentru sticle (46), Fig. 7. Scoateți cureaua de ambalare (F), Fig. 7.

PLIEREA UNITĂȚII.-

Această bandă de alergare este echipată cu un mecanism de pliere pentru depozitare. Pentru a o utiliza, opriți banda de alergare, coborâți nivelul de înălțime la minim, deconectați cablul de alimentare și ridicați unitatea până când auziți un clic pe pârghia (J), Fig.8. Păstrați unitatea într-un loc uscat, de preferință fără schimbări de temperatură.

DEPLIEREA UNITĂȚII.-

Dacă doriți să utilizați banda de alergare, procedați invers. Folosiți piciorul pentru a apăsa maneta (J) așa cum se arată în Fig. 8 și coborâți încet centura benzii de alergare până la podea.

Când pliați sau depliați banda de alergare, asigurați-vă că nu există copii sau obstacole care ar putea împiedica mișcarea de pliere.

DEPLASARE și DEPOZITARE.-

Unitatea este echipată cu roți (36), Fig. 9, pentru a facilita deplasarea. Asigurați-vă că cablul de alimentare este deconectat de la priza de perete.

Dacă doriți să mutați banda de alergare, primul lucru este să o pliați, să vă puneți mâinile pe balustrade (G & H) și să înclinați banda de alergare, Fig. 9, astfel încât roțile (36) să se sprijine pe podea.

Pentru a preveni accidentele NU mișcați banda de alergare pe podele neuniforme.

ÎNTREȚINERE.-

Folosiți flaconul de lubrifiant pentru a lubrifia interiorul curelei pentru a vă menține unitatea în stare optimă și pentru a vă asigura că frecarea dintre centură și placă Fig.10 este menținută la minimum (datorită stilurilor diferite de alergare, aplicați întotdeauna mai multă lubrifiere în zona în care vă așezați picioarele în timpul exercițiului).

Este indicat să ungeți baza centurii între placă și bandă în funcție de cât de des este folosită.

		Ore pe săptămână	
		<=7	>7
Viteză (km/h)	<6	1 lună	1 lună
	>6	2 luni	1 lună

Notă: Acest program de întreținere preventivă este destinat numai uzului casnic.

În medii agresive, cu dispersie mare de particule sau cu persoane cu greutate mare, frecvența de lubrifiere ar trebui mărită corespunzător.

Dacă cureaua începe să alunece după lubrifiere, atunci verificați tensiunea curelei. Pentru a tensiona cureaua, luați cheia Allen de 6 mm și, cu aparatul setat la 4 km/h, rotiți șuruburile (R & L) o tură în sensul acelor de ceasornic.

FUNCȚIA DE REAMINTIRE A LUBRIFICĂRII.-

Acest aparat are un avertisment de lubrifiere încorporat. După o distanță de 300 km, monitorul va afișa OIL și va emite un bip la fiecare 10 secunde. Aceasta înseamnă că aparatul dumneavoastră are nevoie de lubrifiere. Lubrifiați cureaua așa cum este indicat în secțiunea anterioară și apoi apăsați și mențineți apăsată tasta „STOP” timp de 3

secunde. Aceasta va șterge avertismentul și va reseta distanța până la următoarea lubrifiere.

ATENȚIE: Utilizarea unui lubrifiant care nu este furnizat de BH sau lipsa lubrifierii duce la pierderea garanției.

REGLAREA CURELEI.-

Dacă unitatea dumneavoastră nu este așezată uniform pe cele patru puncte de contact, acest lucru poate determina deplasarea laterală a centurii (X). Controlul riguros al calității reglează și verifică cureaua de rulare. Cu toate acestea, din cauza diferențelor de greutate și a stilurilor individuale de alergare, centura poate fi predispusă să se miște în lateral.

Dacă cureaua se mișcă la stânga sau la dreapta, opriți aparatul.

CUREA DECALATĂ LA DREAPTA.-

Această procedură este foarte importantă. Urmăți acești pași. Pentru a regla centura, puneți unitatea în mișcare la o viteză de 4 km/h. Dacă cureaua s-a deplasat spre dreapta, rotiți șurubul (R) din partea dreaptă a mașinii cu 1/4 de tură în sensul acelor de ceasornic. Observați poziția centurii, dacă după un minut centura nu este complet centrată atunci repetați operațiunea. Dacă observați că centura s-a deplasat prea mult spre stânga, atunci rotiți ușor șurubul din dreapta înapoi în sens invers acelor de ceasornic. Fig.11.

De îndată ce ați reglat centura, puteți începe din nou antrenamentul.

CUREA DECALATĂ LA STÂNGA.-

În cazul în care cureaua s-a deplasat spre stânga, rotiți șurubul (L) din partea stângă a mașinii cu 1/4 de rotație în sensul acelor de ceasornic.

Observați poziția centurii, dacă după un minut centura nu este complet centrată atunci repetați operațiunea. Dacă observați că centura s-a deplasat prea mult spre dreapta, atunci rotiți ușor șurubul din stânga înapoi în sens invers acelor de ceasornic. Fig.11.

Important: Strângerea excesivă a curelei poate duce la pierderea vitezei mașinii și chiar la întinderea curelei în sine. Rețineți că o rotire a șurubului din dreapta (R) în sensul acelor de ceasornic are același efect asupra poziției curelei ca o rotire a șurubului din stânga (L) în sens invers acelor de ceasornic. În consecință, în cazul unei mișcări excesive a centurii, puteți utiliza oricare dintre cele două șuruburi pentru a evita strângerea excesivă a centurii.

INSTRUCTIUNI DE UTILIZARE.- FITNESS.

A fi în formă înseamnă a trăi viața din plin. Societatea modernă suferă foarte mult de stres. Există prea multe calorii și prea multe grăsimi în dieta noastră. Toți medicii sunt de acord că exercițiile fizice regulate sunt o modalitate bună de a ne controla greutatea, de a fi în formă și de a ne ajuta să ne relaxăm.

AVANTAJELE ANTRENAMENTULUI.-

Exercițiile fizice regulate sub un anumit nivel timp de 15/20 de minute devin aerobe. Exercițiul aerobic este, practic, un exercițiu care utilizează oxigen. În mod normal, acesta este un exercițiu continuu, fără pauze. Pe lângă zaharuri și grăsimi, organismul are nevoie și de oxigen. Exercițiile fizice regulate îmbunătățesc capacitatea organismului de a furniza oxigen tuturor mușchilor și, în același timp, îmbunătățesc funcția pulmonară, capacitatea de pompare a inimii și o mai bună circulație a sângelui. Pe scurt, energia produsă în timpul exercițiilor fizice arde kilocaloriile (cunoscute sub

numele de calorii).

EXERCIȚII ȘI CONTROLUL GREUTĂȚII.-

Alimentele pe care le consumăm se transformă, printre altele, în energie (calorii) pentru corpul nostru. Dacă consumăm mai multe calorii decât ardem, atunci rezultatul este o creștere în greutate și invers, dacă ardem mai multe calorii decât consumăm, slăbim. Când se odihnește, organismul arde în jur de 70 de calorii pe oră pentru a ne menține funcțiile vitale active.

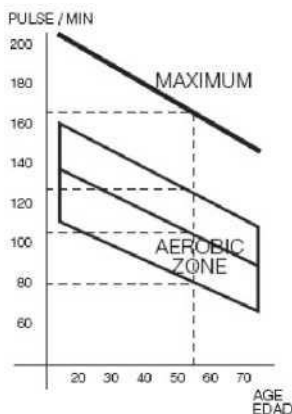
Frecvența de lucru a corpului este reflectată de ritmul bătăilor inimii (pulsaii) care crește pe măsură ce crește ritmul de lucru. Efortul pe banda de alergare depinde de viteză. Dacă creșteți viteza, crește și ritmul de lucru și ritmul cardiac. Dacă ritmul de lucru se menține constant, ritmul cardiac crește până la un punct în care, indiferent cât de mult ar crește efortul, inima nu bate mai repede. Aceasta este cunoscută drept ritmul cardiac maxim și scade odată cu vârsta.

O formulă familiară pentru calcularea acestui ritm cardiac maxim, în care se instalează epuizarea, este 22 minus vârsta.

Exercițiile trebuie efectuate la 65% până la 85% din ritmul cardiac maxim timp de 15-20 de minute și se recomandă să nu depășească 85%.

Exemplu: 50 de ani
220-50=170 puls

Ritmul cardiac	Pulsaii	
Maxim	170	
85%	144	Zona aerobă
75%	127	
65%	112	



PROGRAM DE EXERCIȚII.-

Înainte de a începe orice program de exerciții fizice, ținând cont de faptul că programele de exerciții variază în funcție de vârstă și condiția fizică, este indicat să consultați medicul, deoarece veți obține rezultate mai bune pe baza sfatului sau sugestiilor acestuia. Indiferent dacă scopul este să fiți mai în formă, să controlați greutatea sau pentru fizioterapie, amintiți-vă întotdeauna că antrenamentul ar trebui să fie gradual, planificat, variat și nu prea solicitant. Vă recomandăm să faceți exerciții fizice de 3 până la 5 ori pe săptămână.

Înainte de a începe o sesiune este important să faceți o încălzire timp de 2-3 minute la viteză mică. Acest lucru vă va ajuta să vă protejați mușchii și să vă pregătiți sistemul cardiorespirator.

Următoarea etapă va dura 15-20 de minute la o frecvență a pulsului între 65 și 75%, sau între 75 și 85% pentru cei deja obișnuiți să facă mișcare. Într-o etapă ulterioară, odată ce ați devenit mai în formă, puteți împărți acest timp între ambele niveluri, dar amintindu-vă mereu că pulsul nu trebuie să depășească 85% (zona aerobă) și să nu atingă niciodată limita maximă a ritmului cardiac care corespunde vârstei.

Când ați terminat, este important să relaxați mușchii. Acest lucru se poate face mergând cu viteză mică timp de 2-3 minute până când ritmul cardiac scade sub limita de 65%. Acest lucru va preveni durerile musculare, mai ales după o sesiune intensă. De asemenea, este indicat să terminați programul cu câteva exerciții de relaxare pe podea.

NOTĂ FINALĂ.

Sperăm să vă bucurați de aparatul dvs. Veți observa în curând beneficiile programului de exerciții controlate, vă veți simți mai bine, veți avea mai multă energie și veți suferi mai puțin de stres. Veți vedea singur că merită să fiți în formă.

INSPECȚIE ȘI ÎNTREȚINERE.-

Opriti unitatea și deconectați cablul de alimentare.

Utilizați o cârpă umedă sau un prosop pentru a curăța praful de pe banda de alergare, în special barele laterale și consola electronică. Nu folosiți solvenți.

Utilizați un aspirator pentru a aspira cu atenție componentele vizibile (curea, structură etc.).

De asemenea, puteți aspira partea inferioară a unității, sprijinind-o pe una dintre laturile sale. În mod similar, puteți aspira interiorul carcasei motorului prin îndepărtarea capacului care protejează motorul (aveți grijă la fire).

ATENȚIE:

Verificați periodic dacă toate elementele de fixare sunt strânse corespunzător și conectate corect.

Verificați și strângeți toate piesele de pe unitatea dvs. la fiecare trei luni.

Utilizarea acestui aparat cu piese uzate, de exemplu cureaua de transmisie, cureaua de rulare sau role, poate cauza rănirea utilizatorului.

Vă recomandăm să utilizați piese de schimb originale BH pentru a înlocui orice componente uzate. Utilizarea altor piese de schimb poate provoca răni sau poate afecta performanța mașinii.

Dacă aveți îndoieli cu privire la orice piesă a mașinii, nu ezitați să contactați Serviciul de Asistență Tehnică, sunând la serviciile pentru clienți (a se vedea ultima pagină din manual).

**BH ÎȘI REZERVĂ DREPTUL DE A
MODIFICA SPECIFICAȚIILE
PRODUSELOR FĂRĂ NOTIFICARE
PREALABILĂ.**

GRAFIC DE CONSTATARE A DEFECTELOR

PROBLEMĂ	VERIFICĂRI	SOLUȚII
Monitorul nu pornește.	1) Asigurați-vă că aparatul este conectat la priză, comutatorul ON/OFF în poziția 1 și că este introdusă cheia de siguranță.	1) Conectați aparatul la rețeaua de alimentare. Puneți comutatorul în poziția 1 și introduceți cheia de siguranță.
Monitorul pornește, dar motorul nu pornește.	2) Verificați dacă limitatorul de curent este apăsat.	2) Opriți aparatul și apăsați întrerupătorul. Lubrifiați banda benzii de alergare.
Mișcarea de mers este sacadată pe banda de alergare.	3.a) Verificați dacă cureaua este lubrifiată. 3.b) Verificați tensiunea curelei de alunecare. 3.c) Verificați tensiunea curelei de transmisie.	3.a) Ungeți cureaua de alunecare. 3.b) Reglați tensiunea curelei. 3.c) Reglați tensiunea curelei de transmisie.
Aparatul se oprește (disjunctorul se declanșează).	4) Verificați dacă banda este lubrifiată.	4) Resetați butonul de suprasarcină cu comutatorul Pornit/Oprit la „0” și ungeți banda benzii de alergare.
Șocuri electrice prin balustradă.	5) Verificați dacă aparatul este conectat la o priză cu împământare.	5) Conectați aparatul la o priză cu împământare.
Cureaua benzii de alergare se înclină din centru.	6.a) Verificați dacă aparatul este la nivel pe podea. 6.b) Verificați ca aparatul să nu se miște.	

Pentru a comanda piese de schimb: Precizați codul piesei și cantitatea

Exemplu

G6260018		1
Nr.	Descriere	Cod
4	Tub vertical stânga	G6260004
5	Tub vertical dreapta	G6260005
8	Rolă față	G6260008
9	Rolă spate	G6260009
10	Cilindru	G6260010
12	Bucșă cotită d16xp10,2x16	G6260012
13	Pin fix d10x60.5	G6260013
17	Capac superior consolă	G6260017
18	panou consolă	G6260018
19	Capac inferior consolă	G6260019
21	Bloc de siguranță	G6260021
22	Cheie de siguranță	G6260022
23	Capac superior motor	G6260023
24	Capac inferior motor	G6260024
25	Capac spate stânga	G6260025
26	Capac spate dreapta	G6260026
27	Capac tub vertical stânga	G6260027
28	Capac tub vertical dreapta	G6260028
29	Șină laterală	G6260029
30	Curea de alergare	G6260030
31	Pernă pătrată	G6260031
32	Perna cauciuc	G6260032
33	Spumă	G6260033
35	Curea motor	G6260035
36	Roată de transport	G6260036
37	Capac roată	G6260037
38	Picioare reglabile	G6260038
40	Pad picioare	G6260040
41	Dop cilindric	G6260041
42	Perna albastră	G6260042
45	Pad de cauciuc ajustabil	G6260045
46	Sticlă de apă	G6260046
47	Suport ipad	G6260047
52	Fir de semnal superior	G6260052

53	Fir de semnal mediu	G6260053
54	Fir de semnal inferior	G6260054
55	Puls cu /start&stop	G6260055
56	Puls cu viteză	G6260056
57	Fir puls inferior	G6260057
58	Fir puls superior	G6260058
59	Senzor de viteză	G6260059
64	Motor DC	G6260064
65	Comutator pătrat	G6260065
66	Bandă de alergare	G6260066
67	Protecție supraîncărcare	G6260067
70	Fir de alimentare	G6260070
72	Pad antialunecare	G6260072
73	Inductanță	G6260073
74	Filtru	G6260074
304	Pachet piese metalice	G6260304



Engleză	Prin prezenta, <i>Exercycle SL</i> , declară că acest produs este în conformitate cu cerințele esențiale și cu alte prevederi relevante ale Directivelor 2009/125/CE, 2011/65/CE, 2014/30/CE, 2014/35/CE și 2006/42/CE.
---------	---

BH FITNESS SPAIN

EXERCYCLE,S.L.
(Manufacturer)
P.O.BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Tel.: +34 945 29 02 58
Fax: +34 945 29 00 49
e-mail: sac@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012
e-mail:
asistencia@bhfitness.com

BH FITNESS PORTUGAL

Rua do Caminho Branco Lote 8,
ZI Oiã 3770-068 Oiã
Oliveira do Bairro (PORTUGAL)
Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL

Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH GERMANY GmbH

Grasstrasse 13
45356 ESSEN
GERMANY

Tel: +49 2015 997018
e-mail: kundendienst@
bhgermany.com

BH FITNESS UK

Tel: 02037347554
e-mail: sales.uk@bhfitness.com

AFTER SALES – UK

Tel.: 02074425525
e-mail:
service.uk@bhfitness.com

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 559 423 419
savfrance@bhfitness.com

BH FITNESS ASIA

BH Asia Ltd.
No.80, Jhongshan Rd.,
Daya Dist.,
Taichung City 42841,
Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
E-mail:
info@bhasia.com.tw

BH FITNESS MEXICO

BH Exercycle de México
S.A. de CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosi
S:L:P: MÉXICO
Tel.: +52 (444) 824 00 29
Fax: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

ESESSTNI

SPECIFICAȚIILE POT FI MODIFICATE FĂRĂ NOTIFICARE PREALABILĂ CA URMARE A PROGRAMULUI NOSTRU DE DEZVOLTARE CONTINUĂ A PRODUSULUI.

v3

G6260



MONITOR ELECTRONIC

Fig.1

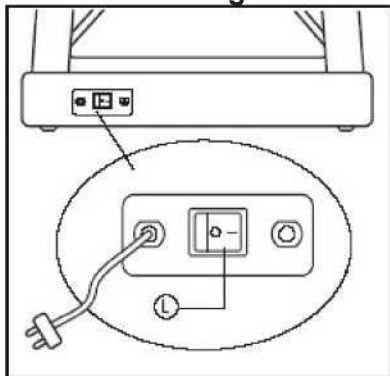


Fig.2

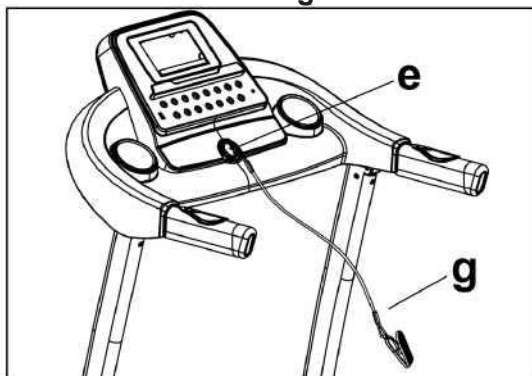
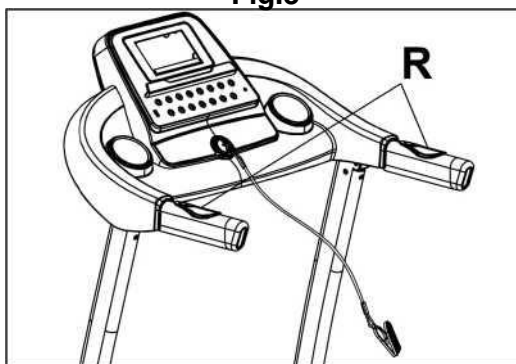


Fig.3





ELEMENTE ALE MONITORULUI.-

A: Acest afișaj oferă o citire simultană a Timpului; Programelor; Vitezei; Distanței; Frecvenței pulsului, Caloriile și Pașii.

B: Tastele funcției de viteză sau butoanele de acces rapid (2 - 4 - 6 - 8 - 10 - 12Km/h).

C: Monitorul electronic are 6 butoane sau taste; PROGRAM; MODE; START; STOP; SPEED Km/h (▲ ▼).

PORNIRE/ OPRIRE.-

Conectați unitatea la o priză de perete cu un terminal EARTH și puneți comutatorul (L) în poziția (1), Fig.1.

Cheia de siguranță (g) trebuie introdusă în slot-ul său (E) Fig.2, altfel mașina nu va funcționa. De îndată ce cheia de siguranță (g) este în poziție, aparatul va emite un semnal sonor și toate afișajele vor afișa o valoare [00:00], indicând că mașina este READY de utilizare.

INSTRUCIUNI DE UTILIZARE.- MOD MANUAL

Acest monitor are program (MANUAL). Pentru programele MANUAL puteți specifica durata exercițiului între (5 și 99) minute, distanța între (0,5 și 99,9) și caloriile între (10 și 999).

Apăsați tasta MODE pentru a intra în setarea Time, Distance, Calories. Apăsați tastele SPEED ▼ ▲ pentru a selecta valoarea dorită.

Apăsați START și aparatul va începe exercițiul.

Puteți crește sau scădea setarea vitezei în modul MANUAL apăsând tastele SPEED ▼ ▲, între 1,0-14 km/h.

Aparatul se va opri dacă apăsați tasta STOP sau dacă scoateți CHEIA DE SIGURANȚĂ.

START RAPID.

Apăsarea tastei START va aprinde MANUAL și mașina va porni în 3 secunde la o viteză de 1,0 km/h.

PROGRAM MODE.-

Acest monitor are 13 programe (P1- P12, BODY-FAT).

Pentru programele P1 la P12 puteți specifica durata exercițiului între (5 și 99) minute.

Programe grafice pentru P1 până la P12.

A se vedea paginile de sfârșit.-

Cu mașina gata, apăsați tasta PROGRAM și pe display va apărea P1, apăsând tasta PROGRAM puteți accesa programele (P1 - P12, BODY-FAT), iar cuvântul TIME va începe să clipească.

Utilizați tastele SPEED ▼ ▲ pentru a specifica durata programului (5 - 99 de minute). Monitorul are o setare implicită de program de 10 minute.

Apăsați tasta START și mașina va începe să funcționeze după 3 secunde.

Puteți modifica setările de viteză în orice moment în timpul exercițiului apăsând tastele SPEED ▼ ▲.

PROGRAMUL BODY FAT.-

Programul BODY-FAT este conceput pentru a calcula procentul de grăsime corporală al utilizatorului. Apăsați tasta program pentru a selecta FAT, apoi apăsați tasta MODE și folosiți tastele ▲ ▼ pentru a selecta SEX (F1 Masculin 01 - Feminin 02), apăsați tasta MODE pentru a confirma, utilizați tastele ▲ ▼ pentru a selecta AGE (F2 10 - 99) apăsați tasta MODE pentru a confirma, utilizați tastele ▲ ▼ pentru a selecta HEIGHT (F2 10 - 99) Tasta MODE pentru a confirma, utilizați tastele ▲ ▼ pentru a selecta WEIGHT (F4 20 - 150Kg), apăsați tasta MODE pentru a confirma.

Puneți mâinile pe senzorii mânerului (R),

Fig. 3, iar după câteva secunde ecranul va afișa rezultatul (F5).

FAT. (Grăsimea corporală).-

Funcția de grăsime corporală vă ajută să calculați procentul de grăsime corporală.

TABEL REF.:

TIP DE CORP

Descriere	Femei	Bărbați
Grăsime esențială	10-13%	2-5%
Sportiv	14-20%	6-13%
Fitness	21-24%	14-17%
Mediu	25-31 %	18-25%
Obez	32+%	25+%

Ecranul principal va afișa tipul de profil pentru tipul dvs. de corp.

Poziționați corect mâinile pe senzorii de puls (R), Fig.3.

OPRIRE DE URGENȚĂ.-

Pentru siguranța maximă a utilizatorului, această unitate este echipată cu o cheie de siguranță (g) și un buton STOP. Cheia de siguranță (g) trebuie introdusă în slot-ul său (E), Fig.2, altfel mașina nu va porni.

Când utilizați mașina, prindeți întotdeauna cablul cheii de siguranță de îmbrăcăminte. Trăgând de cablu, cheia de siguranță va ieși din slot și mașina se va opri imediat. Pentru a reporni mașina, puneți cheia înapoi în slot-ul său.

Scoateți cheia de siguranță (g) ori de câte ori aparatul nu este utilizat și nu o lăsați la îndemâna copiilor.

Apăsarea butonului roșu marcat STOP va opri unitatea imediat.

Pentru a reporni, apăsați din nou butonul marcat START.

MĂSURAREA PULSULUI INSTRUCȚIUNI - UTILIZARE

Mâner PULSE.

La acest model, pulsul se măsoară plasând ambele mâini pe senzorii (R), amplasați pe ghidon, Fig.3.

Când ambele mâini sunt plasate pe senzori, simbolul inimii de pe ecranul PULSE va începe să clipească și după câteva secunde va fi afișată o citire a ritmului cardiac.

Dacă mâinile nu sunt așezate corect, funcția Pulse nu va funcționa.

Dacă pe ecran apare un «P» sau simbolul inimii nu clipește, asigurați-vă că ambele mâini sunt plasate corect pe senzori.

IMPORTANT: Acesta nu este un aparat medical și, prin urmare, frecvența cardiacă afișată este doar pentru scopuri orientative.

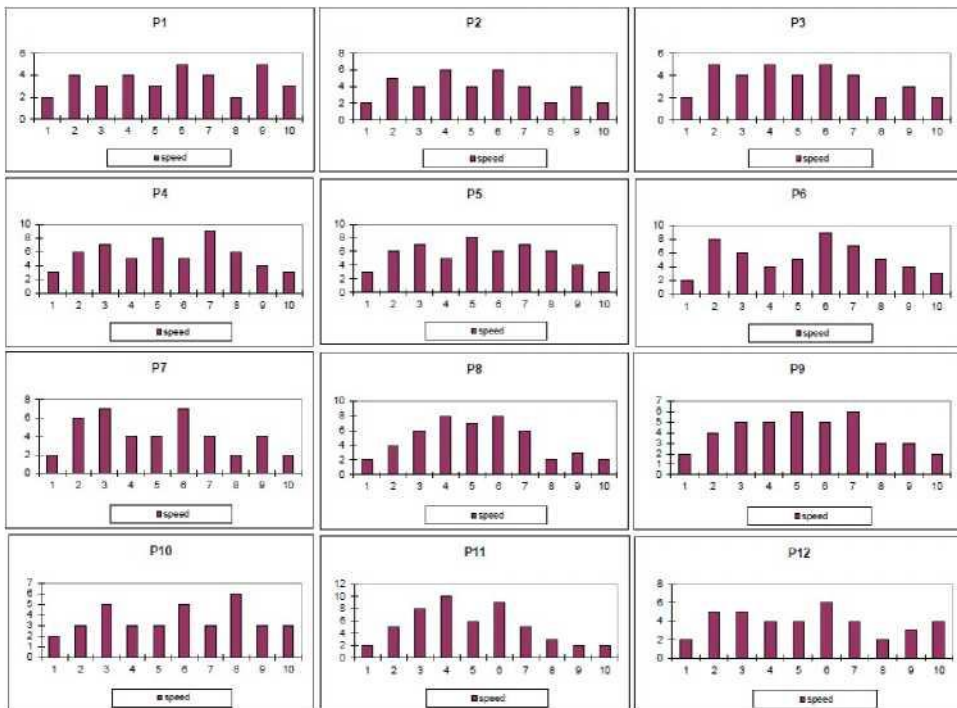
**BH ÎȘI REZERVĂ DREPTUL DE A
MODIFICA SPECIFICAȚIILE
PRODUSELOR FĂRĂ NOTIFICARE
PREALABILĂ.**

CODURI DE EROARE

E01	Posibilă defecțiune a cablului	Conectați bine cablul dintre controlerul de sus și controlerul de jos.
E02	Conflict explozie	a.- Verificați firele motorului. b.- Verificați ca placa de control să nu fie arsă (miros puternic sau fum). c.- Verificați dacă tensiunea este corectă.
E03	Fără semnal senzor de viteză	Verificați poziția sau înlocuiți senzorul de viteză.
E05	Posibilă suprasarcină a motorului	a.- Ungeți cureaua. b.- Verificați ca motorul să nu fie ars. c.- Verificați ca placa de control să nu fie arsă.
E08	Placă de control arsă	Schimbați placa de control.

Nu ezitați să contactați Serviciul de Asistență Tehnică dacă aveți întrebări, apelând la serviciile pentru clienți (a se vedea ultima pagină din manual).

PROFILURI PROGRAME



BH FITNESS SPAIN

EXERCYCLE,S.L.
(Manufacturer)
P.O.BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Tel.: +34 945 29 02 58
Fax: +34 945 29 00 49
e-mail: sac@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012
e-mail:
asistencia@bhfitness.com

BH FITNESS PORTUGAL

Rua do Caminho Branco Lote 8,
ZI Oiã 3770-068 Oiã
Oliveira do Bairro (PORTUGAL)
Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL

Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH GERMANY GmbH

Grasstrasse 13
45356 ESSEN
GERMANY

Tel: +49 2015 997018
e-mail: kundendienst@
bhgermany.com

BH FITNESS UK

Tel: 02037347554
e-mail: sales.uk@bhfitness.com

AFTER SALES – UK

Tel.: 02074425525
e-mail:
service.uk@bhfitness.com

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 559 423 419
savfrance@bhfitness.com

BH FITNESS ASIA

BH Asia Ltd.
No.80, Jhongshan Rd.,
Daya Dist.,
Taichung City 42841,
Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
E-mail:
info@bhasia.com.tw

BH FITNESS MEXICO

BH Exercycle de México
S.A. de CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosí
S:L:P: MÉXICO
Tel.: +52 (444) 824 00 29
Fax: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

ESESSTNI

SPECIFICAȚIILE POT FI MODIFICATE FĂRĂ NOTIFICARE PREALABILĂ CA URMARE A PROGRAMULUI NOSTRU DE DEZVOLTARE CONTINUĂ A PRODUSULUI.