

# Rotoped „Go“

č. výrobku 6145560

## Příručka

*Děkujeme, že jste se rozhodli pro koupi tohoto výrobku. Přečtěte si prosím tuto příručku dříve, než uvedete přístroj do provozu. Příručku dobře uschovejte pro případné budoucí použití.*

**Maximální hmotnost uživatele: 120 kg**

### **Důležité bezpečnostní pokyny**

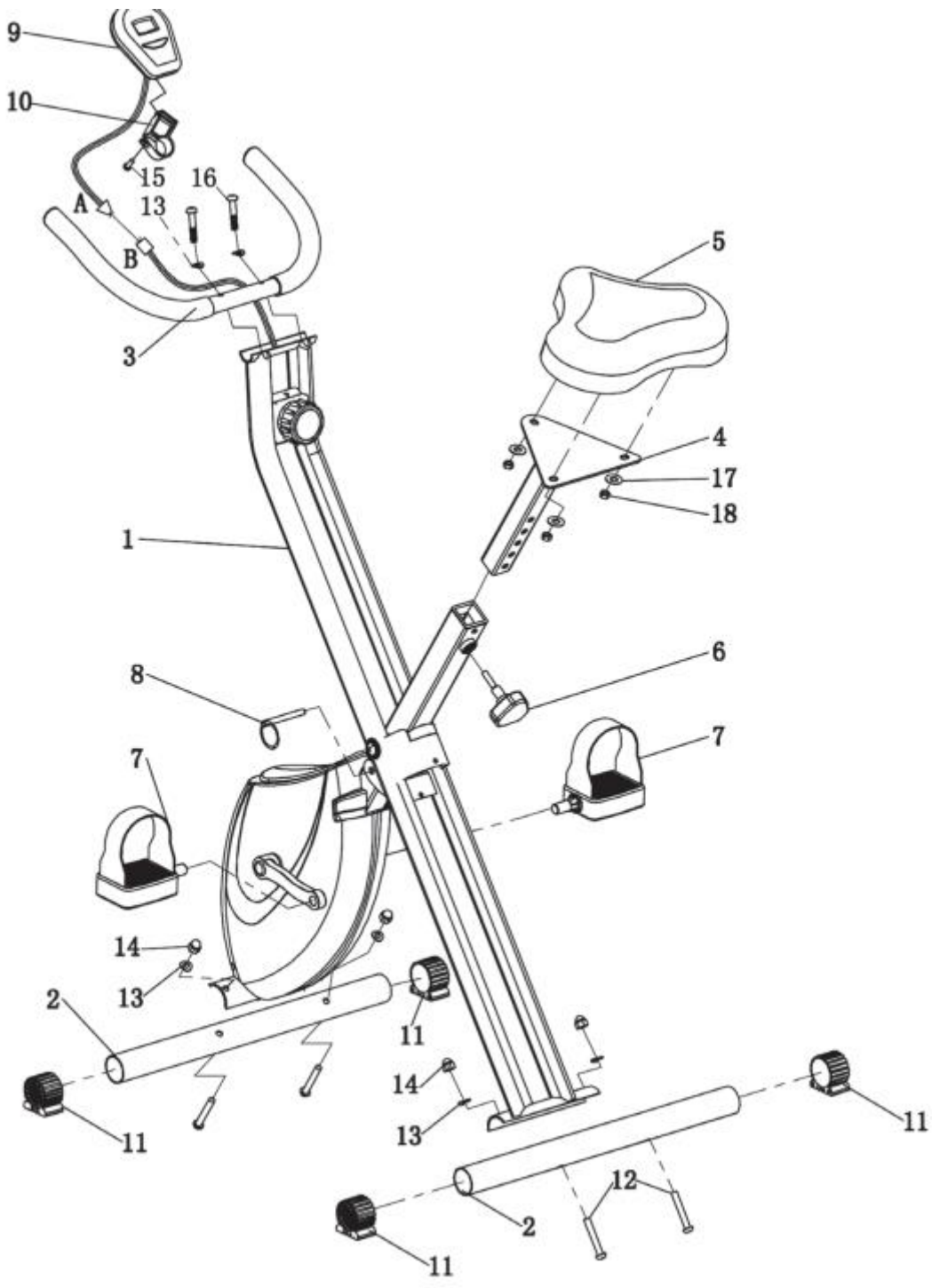
Děkujeme, že jste se rozhodli pro náš výrobek. V zájmu Vaší bezpečnosti a zdraví, používejte tento výrobek vždy vhodně. Je obzvláště důležité přečíst zcela tuto příručku, abyste mohli přístroj správně sestavit, používat a pečovat o něj. Toto bezpečné a efektivní použití lze zaručit pouze tehdy, je-li přístroj správně sestaven, používán a je o něj dobře pečováno. Je odpovědností uživatele informovat všechny osoby, které tento přístroj používají, o všech varováních a bezpečnostních pokynech.

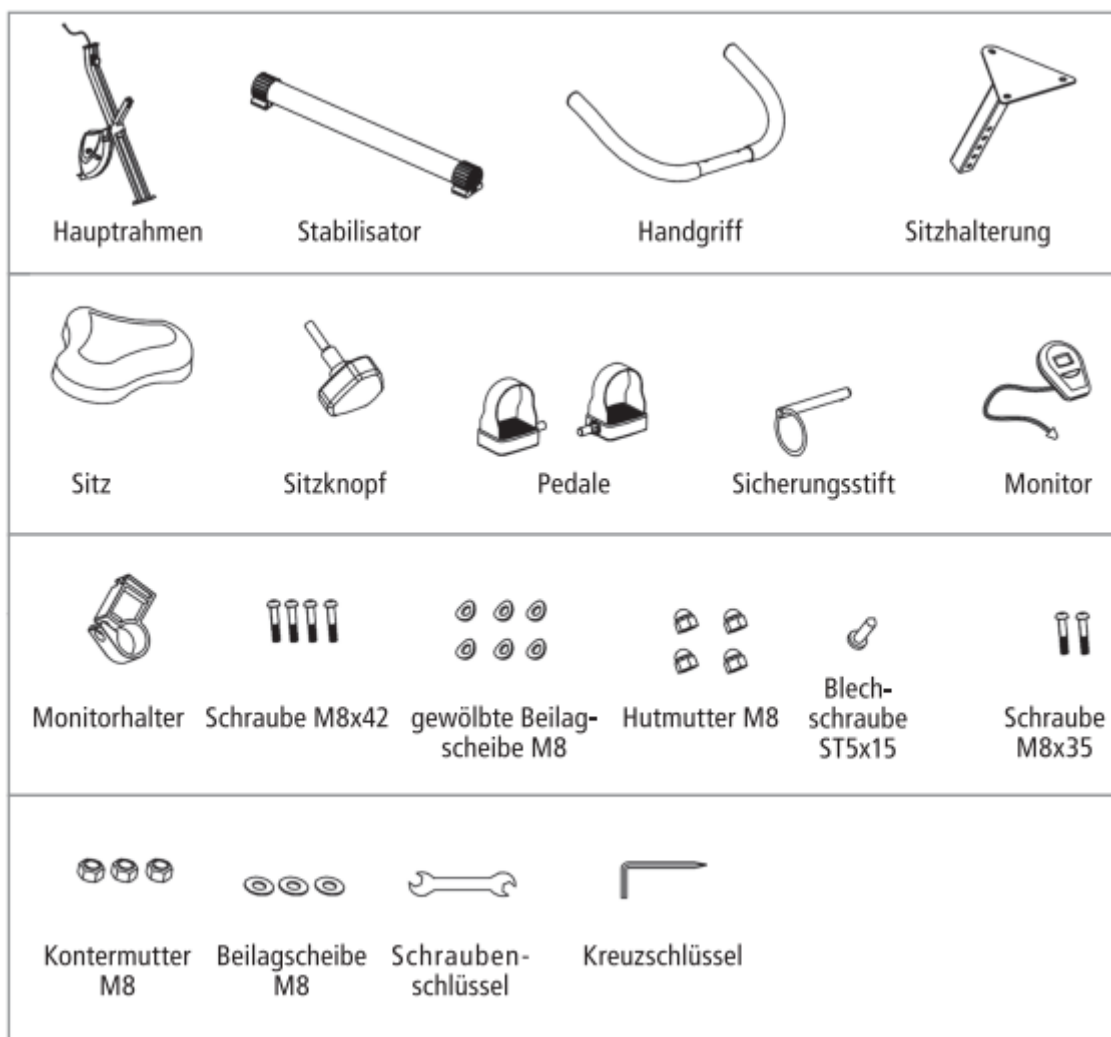
1. Dříve, než začnete s tréninkem, měli byste se poradit se svým lékařem, zda nemáte nějaké potíže, které by mohly ohrozit vaše zdraví nebo bezpečnost nebo zabránit správnému používání přístroje. Rada vašeho lékaře je nutná, pokud užíváte nějaké léky, které ovlivňují tep, tlak nebo cholesterol.
2. Dejte pozor na signály vašeho těla. Špatný nebo nadměrný trénink může poškodit vaše zdraví. Ihned zanechte tréninku, pokud se u Vás vyskytnou následující symptomy: bolest, napětí v oblasti srdce, nepravidelný tep, extrémní dušnost, závratě, malátnost, nevolnost nebo nucení na zvracení. Pokud zaznamenáte tyto stavy, měli byste se před pokračováním v jakémkoli tréninkovém programu poradit se svým lékařem.
3. Děti a zvířata udržujte mimo dosah přístroje. Tento přístroj je vhodný pro použití dospělými osobami.
4. Přístroj umístěte na pevný a rovný povrch. Kvůli ochraně podlahy nebo koberce, položte pod přístroj ochranné krytky. Pro záruku bezpečí byste měli nechat na všech stranách od přístroje prostor alespoň 50 cm.
5. Ujistěte se, zda jsou všechny šrouby a matice dobře utaženy, než uvedete přístroj do provozu. Bezpečnost přístroje lze zachovat pouze tak, když budete pravidelně kontrolovat jeho poškození či opotřebení.
6. Doporučujeme Vám, jednou za měsíc promazat všechny pohyblivé díly.
7. Přístroj používejte výhradně tak, jak je popsáno v této příručce. Pokud při sestavování přístroje nebo při kontrole škod zjistíte chybu nebo během tréninku slyšíte nepříjemné zvuky, ihned zanechte tréninku a přístroj nepoužívejte, dokud nebude problém vyřešen.
8. Na trénink noste vhodné oblečení. Nenoste volné oblečení, které by se mohlo do přístroje zamotat.
9. Mezi pohyblivé části přístroje nepokládejte žádné předměty nebo části těla.
10. Přístroj není vhodný pro terapeutické účely.

11. Při zvedání nebo přemísťování tohoto zařízení buďte opatrní. Použijte vhodnou zvedací techniku, v případě potřeby tak získáte pomoc při zvedání.
12. Přístroj je vhodný pouze pro soukromé domácí použití! Přístroj není vhodný pro komerční účely.

### Jednotlivé díly

číslo	název	počet	číslo	název	počet
1	hlavní rám	1	10	držák monitoru	1
2	stabilizátor	2	11	koncový uzávěr	4
3	rukojeť	1	12	šroub M8x42	4
4	držák sedadla	1	13	zakřivená podložka	6
5	sedlo	1	14	převlečná matice	4
6	pojistka sedla	1	15	šroub do plechu	1
7	pedál	2	16	šroub M8x35	2
8	pojistný čep	1	17	podložka	3
9	monitor	1	18	pojistná matice	3





Popis obrázků:

první řádek zleva – hlavní rám, stabilizátor, rukojeť, držák sedadla

druhý řádek zleva – sedlo, pojistka sedla, pedál, pojistný čep, monitor

třetí řádek zleva – držák monitoru, koncový uzávěr, šroub M8x42, zakřivená podložka, klobouková matice, šroub do plechu, šroub M8x35

čtvrtý řádek zleva – podložka, pojistná matice

## Montáž

### **Pozor:**

Než uvedete přístroj do provozu, přezkoušejte prosím jednotlivé díly a funkce sestaveného rotopedu. Rotoped musí být postaven a provozován na pevném a rovném povrchu.

### **Krok 1**

Hlavní rám (1) vyjměte z obalu. Položte jej na podlahu a dejte pozor na to, aby se otvory pro pojistný čep na obou stranách shodovaly. Poté prostrčte pojistný čep (8) otvory hlavního rámu (1).

### **Krok 2**

Vyrovnejte otvor pro šroub předního a zadního stabilizátoru (2) s otvorem pro šroub na desce hlavního rámu (1). Poté přišroubujte stabilizátor šroubem M8x42 (12), zakřivenou podložkou M8 (13) a převlečnou maticí M8 (14). Převlečnou matici utáhněte pomocí klíče.

### **Krok 3**

Vložte šroub pedálu (7) do otvoru pro šroub klikové hřídele a utáhněte pedál (7) klíčem. Stejným způsobem našroubujte pevně druhý pedál.

### **Krok 4**

Vyrovnejte šrouby sedadla (5) s otvory v držáku sedadla (4) a přišroubujte sedlo každou se 3 podložkami M8 (17) a pojistnými maticemi M8 (18).

### **Krok 5**

Sestavené sedlo (4) nastrčte do hlavního rámu (1) a připevněte sedlo sedlovou pojistkou (6).

### **Nastavení výšky sedu**

Pro nastavení výšky sedu odjistěte pojistku sedla (6) a nastavte sedlo výše nebo níže do Vámi požadované výšky. Poté pojistku sedla (6) opět pevně utáhněte. Poznámka: Pokud nastavujete výšku sedu, nepřekračujte prosím vyznačenou maximální a minimální nastavitelnou výšku sedu. Než přístroj použijete, pojistka sedla (6) musí být zafixována a pevně utažena ve vyrovnávacích otvorech sestaveného sedla (4).

### **Krok 6**

Zarovnejte otvory rukojeti (3) a hlavního rámu (1). Křížovým klíčem přišroubujte rukojeť na hlavní rám dvěma šrouby M8x35 (16) a zakřivenou podložkou (13).

### **Krok 7**

Monitor (9) nasadte do držáku monitoru (10). Držák monitoru nasadte doprostřed rukojeti. Poté přišroubujte držák pevně šrouby do plechu ST5x15. K tomu použijte křížový klíč. Nakonec připojte kabel A a B.

### **Krok 8**

popis obrázku – odporové tlačítko

Rotoped je nyní smontovaný. Odporovým tlačítkem si můžete ve stupních nastavit úroveň výkonu.

**Pro skladování** rotopedu vytáhněte ven pojistný čep (8) a zaklapněte dozadu hlavní rám. Poté pojistný čep znovu zastrčte. Přístroj skladujte a suchém místě. Pro opětovné rozložení postupujte opačným způsobem.

### **Elektronický monitor/počítač**

Vložte 2 baterie AA do prostoru pro baterie na zadní straně monitoru. Dbejte přitom na správnou polaritu +/-, jak je vyznačeno v prostoru pro baterie. Prostor pro baterie zavřete tak, aby dekl zacvakl.

## Funkce/režim

- čas
- rychlost
- vzdálenost
- kalorie
- Reset: Pro navrácení všech funkcí na 0, podržte tlačítko zmáčknuté po dobu 3 sekund.

## Obsluha

- Pro aktivaci všech režimů, stiskněte tlačítko.
- Malá šipka ukazuje na příslušný režim, který je zobrazován na displeji.
- Pokud šipka ukazuje také na režim SCAN (skenování), mění se během tréninku na monitoru postupně všechny ukazatelé jeden po druhém.
- Pokud chcete deaktivovat režim SCAN (skenování), stiskněte tlačítko 2x. Poté ukazuje šipka jen na příslušný režim, který je zobrazován na displeji.
- Pokud není po dobu ca. 4 minut přijmut žádný signál (žádný trénink), počítač se automaticky vypne.
- V případě, že je displej tmavý nebo ukazuje chybnou funkci, vyměňte prosím baterie. Mějte na paměti, že při výměně baterií budou jednotlivá data navracena zpět na 0.

## Trénink s rotopedem

### Nastoupení

Rotoped držte levou rukou za rukojeť a pravou rukou na sedle (nohy ještě nedávejte na pedály). Levou nohou zůstaňte stát a umístěte pravou nohu z levé strany na pravou stranu kola. Poté se posaďte na sedlo a držte se oběma rukama rukojeti. Nyní můžete obě nohy umístit na pedály a můžete začít s tréninkem.

### Sestoupení

Nohama se postavte pevně na podlahu. Oběma rukama držte rukojeť. Chcete-li sestoupit, položte pravou nohu z pravé strany na levou stranu kola.

### **Poznámka:**

Alespoň 1 metr od kola udržujte bezpečnou oblast a neumísťujte do tohoto prostoru žádné předměty.

## Čištění a péče

Pro záruku vašeho zdraví a bezpečí přístroj pravidelně čistěte a ošetřujte. Po každém tréninku otřete čistým a suchým hadříkem pot a prach.

Železné díly lze jednou týdně ošetřit antikoročním sprejem, aby se předešlo korozi. Pokud je potřeba vyměnit jednotlivé díly, jako například monitor, pedály, sedlo, koncový uzávěr, kontaktujte prosím náš zákaznický servis. Tyto díly musí být objednány u výrobce. V případě, že vybledne nebo se úplně ztratí výstražný štítek, kontaktujte prosím náš zákaznický servis.

Kvůli opravám odneste prosím přístroj do kvalifikované odborné dílny.

### **Likvidace starého přístroje**

Tento výrobek nevyhazujte na konci jeho životnosti do běžného domovního odpadu, ale odevzdejte jej na sběrné místo pro recyklaci elektrických a elektronických zařízení. Označuje to symbol přeškrtnuté popelnice na výrobku, v návodu k obsluze nebo na obalu.