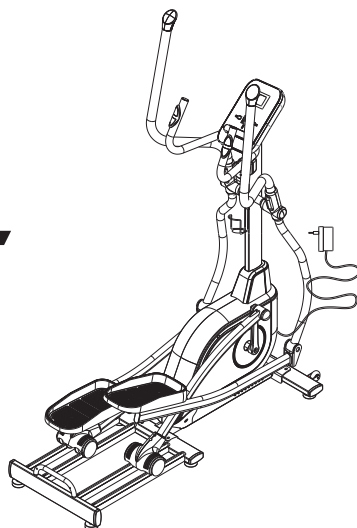


# **TREX SPORT**

WWW.TREXSPORT.COM

## ***TX-900ECT ARGON***



---

|           |                          |
|-----------|--------------------------|
| <b>CZ</b> | ELIPTICKÝ TRENAŽÉR       |
| <b>DE</b> | CROSSTRAINER             |
| <b>EN</b> | CROSS TRAINER            |
| <b>FR</b> | VÉLO ELLIPTIQUE          |
| <b>PL</b> | TRENAŻER ELIPTYCZNY      |
| <b>SK</b> | ELIPTICKÝ TRENAŽÉR       |
| <b>UA</b> | ЕЛІПТИЧНИЙ КРОС-ТРЕНАЖЕР |



|           |                                                                                                                                                       |    |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>CZ</b> | <b>UPOZORNĚNÍ</b>                                                                                                                                     | 01 |
| <b>DE</b> | <b>WARNUNGEN</b>                                                                                                                                      | 02 |
| <b>EN</b> | <b>WARNINGS</b>                                                                                                                                       | 03 |
| <b>FR</b> | <b>AVERTISSEMENTS</b>                                                                                                                                 | 04 |
| <b>PL</b> | <b>OSTRZEŻENIA</b>                                                                                                                                    | 05 |
| <b>SK</b> | <b>UPOZORNENIE</b>                                                                                                                                    | 06 |
| <b>UA</b> | <b>ЗАСТЕРЕЖЕННЯ</b>                                                                                                                                   | 07 |
|           | <b>ROZLOŽENÝ POHLED / EXPLOSIONSZEICHNUNG /<br/>EXPLODED VIEW / SCHÉMA DÉMONTÉ /<br/>WIDOK ROZSTRZELONY / ROZLOŽENÝ POHĽAD /<br/>РОЗКЛАДЕНИЙ СТАН</b> | 08 |
|           | <b>SEZNAM DÍLŮ / STÜCKLISTE / PARTS LIST / LISTE<br/>DE PIÈCES / LISTA CZĘŚCI / ZOZNAM DIELOV /<br/>СПИСОК ДЕТАЛЕЙ</b>                                | 10 |
|           | <b>MONTÁŽ / MONTAGE / ASSEMBLY /<br/>INSTALLATION / MONTAŽ / MONTÁŽ / УСТАНОВКА</b>                                                                   | 11 |
| <b>CZ</b> | <b>NÁVOD K POUŽITÍ</b>                                                                                                                                | 24 |
| <b>DE</b> | <b>BEDIENUNGSANLEITUNG</b>                                                                                                                            | 35 |
| <b>EN</b> | <b>INSTRUCTION</b>                                                                                                                                    | 46 |
| <b>FR</b> | <b>INSTRUCTIONS D'UTILISATION</b>                                                                                                                     | 57 |
| <b>PL</b> | <b>INSTRUKCJA OBSŁUGI</b>                                                                                                                             | 68 |
| <b>SK</b> | <b>NÁVOD NA POUŽITIE</b>                                                                                                                              | 79 |
| <b>UA</b> | <b>ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ</b>                                                                                                                      | 90 |



**PŘED POUŽITÍM ZAŘÍZENÍ SI POZORNĚ PŘEČTĚTE VŠECHNY POKYNY. USCHOVEJTE SI TYTO POKYNY PRO BUDOUCÍ POUŽITÍ.**

1. Plnou bezpečnost a účinnost použití je možné dosáhnout za předpokladu, že zařízení je smontováno a používáno v souladu s těmito pokyny. Nezapomeňte informovat všechny uživatele zařízení o omezeních, varováních a bezpečnostních opatřeních. Nejsme zodpovědní za problémy nebo zranění způsobené jednáním v rozporu s pravidly stanovenými v této příručce.
2. Výrobek se může používat pouze pro určený účel.
3. Zařízení je určeno pouze pro použití v domácnosti dospělými osobami. Nenechávejte zařízení na místě přístupném dětem. Během tréninky by děti měly být pod dohledem dospělých.
4. Přístroj by měl být skladován na suchém a teplém místě mimo přímého slunečního záření.
5. Vyvarujte se kontaktu počítače s vodou, protože voda by ho mohla poškodit nebo způsobit zkrat.
6. Zařízení není vhodné pro rehabilitační účely.
7. Zařízení může používat najednou jedna osoba.
8. Zařízení umístěte na rovný, stabilní a čistý povrch.
9. K ochraně podlahy pod zařízením se doporučuje použít koberec, podložku nebo jiný podklad.
10. Pod strojem v oblasti montáže položte vhodnou základnu (např. gumovou podložku, dřevěnou základnu atd.), aby nedošlo ke znečištění.
11. Před zahájením tréninku zkontrolujte, zda je zařízení kompletní a zda jsou všechny části na svém místě.
12. Pokud máte jakékoliv zdravotní problémy / chronická onemocnění nebo jde-li o váš první trénink na tomto typu vybavení, před zahájením cvičení se poraďte se svým lékařem. Nesprávný nebo nadměrný trénink může způsobit zranění.
13. Před použitím zařízení se zahřejte.
14. Pokud během cvičení na přístroji pociťujete bolest, nepravidelný srdeční rytmus, dušnost, závratě nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit. Před pokračováním v cvičení byste měli vyhledat lékařskou pomoc.
15. Nenoste dlouhé, volné oblečení, které by se mohlo zachytit v pohyblivých částech.
16. Zařízení používejte pouze tehdy, když je v pořádku z technické stránky. Pokud během používání zjistíte poškození některých komponentů nebo uslyšíte rušivý zvuk ze zařízení, přestaňte cvičit. Nepoužívejte zařízení, dokud se problém nevyřeší.
17. Neprovádějte žádné opravy zařízení kromě těch, které jsou popsány v této příručce. V případě jakýchkoliv problémů kontaktujte servis (kontaktní údaje jsou uvedeny dále v příručce).
18. Minimální volný prostor potřebný pro bezpečný provoz zařízení činí ne méně než dva metry.
19. Maximální povolená hmotnost uživatele je 135 kg.
20. Zařízení bylo vyrobeno v souladu s normou EN ISO 20957-9:2017-03.

**VOR DEM GEBRAUCH LESEN SIE DIE GESAMTE BEDINGUNGSANLEITUNG AUFMERKSAM DURCH. BEWAHREN SIE DIE ANLEITUNG ZUM SPÄTEREN NACHSCHLAGEN AUF.**

1. Die volle Sicherheit und Wirksamkeit bei Gebrauch kann erreicht werden, wenn das Gerät gemäß den Anweisungen zusammengebaut und verwendet wird. Denken Sie daran, die Benutzer des Geräts über alle Einschränkungen, Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen zu informieren. Wir sind nicht verantwortlich für Probleme oder Verletzungen, die durch einen Verstoß gegen die in diesem Handbuch festgelegten Regeln verursacht werden.
2. Das Produkt darf nur für seine Bestimmung verwendet werden.
3. Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch durch Erwachsene bestimmt. Lassen Sie das Gerät nicht an einem für Kinder zugänglichen Ort. Während des Trainings sollten Minderjährige unter Aufsicht von Erwachsenen sein.
4. Das Gerät sollte an einem trockenen und warmen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung gelagert werden.
5. Vermeiden Sie, dass der Computer mit Wasser in Kontakt kommt, da dies Beschädigungen oder einen Kurzschluss verursachen kann.
6. Das Gerät ist nicht für Rehabilitationszwecke geeignet.
7. Jeweils eine Person kann das Gerät benutzen.
8. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, stabile, saubere und freie Oberfläche.
9. Es wird empfohlen, einen Teppich, eine Matte oder eine andere Unterlage zu verwenden, um den Boden unter dem Gerät zu schützen.
10. Legen Sie im Montagebereich eine geeignete Unterlage (z. B. eine Gummimatte, eine Holzunterlage usw.) unter das Gerät, um Verschmutzungen zu vermeiden.
11. Bevor Sie mit dem Training beginnen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig und alle Teile vorhanden sind.
12. Wenn Sie gesundheitliche Probleme / chronische Krankheiten haben oder zum ersten Mal mit dieser Art von Gerät trainieren, konsultieren Sie vor dem Training einen Arzt oder Spezialisten. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen.
13. Wärmen Sie sich auf, bevor Sie das Gerät benutzen.
14. Wenn Sie während des Trainings Schmerzen, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot, Schwindel oder Übelkeit verspüren, brechen Sie das Training sofort ab. Bevor Sie das Trainingsprogramm fortsetzen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.
15. Tragen Sie keine langen, losen Kleidungsstücke, die sich in beweglichen Teilen verfangen könnten.
16. Verwenden Sie das Gerät nur, wenn es technisch einwandfrei ist. Wenn Sie während des Gebrauchs fehlerhafte Komponenten finden oder störende Geräusche vom Gerät hören, unterbrechen Sie das Training. Benutzen Sie das Gerät erst, wenn das Problem behoben ist.
17. Nehmen Sie nur die beschriebenen Einstellungen oder Änderungen am Gerät vor, die in diesem Handbuch beschrieben sind. Bei Problemen wenden Sie sich bitte an den Service (Die Kontaktdaten finden Sie später im Handbuch).
18. Der für den sicheren Betrieb des Geräts erforderliche Mindestfreiraum beträgt mindestens zwei Meter.
19. Das maximal zulässige Benutzergewicht beträgt 135 kg.
20. Das Gerät wurde gemäß der Norm EN ISO 20957-9:2017-03 hergestellt.

**BEFORE USING THE EQUIPMENT, READ THE INSTRUCTIONS CAREFULLY AND KEEP THEM FOR FUTURE USE.**

1. Full safety and effectiveness of use can be achieved by following the instructions for assembly and use of the equipment. Please, remember to inform all potential users of the equipment about restrictions and precautions. We don't take any responsibility for injuries of any kind caused by improper use of our equipment.
2. The equipment must be used only in accordance to the intended use.
3. Our products are designed for adult users and intended for home use only. Don't leave the equipment unattended if there are children nearby. Underage kids should only use the equipment under adult supervision.
4. The device should be stored in a dry and warm place away from direct sunlight.
5. Avoid contact of the electric devices with water as it may cause damage or short circuit.
6. Our equipment is not suitable for rehabilitation purposes.
7. The equipment should be used by only one person at a time.
8. Place your device on the horizontal and even surface. Make sure the location you choose is stable, clean and free of other items.
9. It is recommended to use carpet, mat or other pad under the device to protect the floor.
10. Put the proper base (e.g. rubber mat, wooden base etc.) under the device in assembly area to avoid mess.
11. Before training, check that the equipment is complete and that all parts are in the right places.
12. If you have any medical conditions or chronic illnesses, or if you are using this type of equipment for the first time, we recommend consulting a doctor or specialist. Incorrect or excessive training can damage your health.
13. Warm-up before using the device.
14. If you experience pain, an irregular heartbeat, shortness of breath, dizziness or nausea while using the device, stop training immediately. Seek medical advice before continuing using the device.
15. Avoid wearing long, loose clothing while using the device, as it can get caught in the moving elements of the equipment.
16. Use the device only when it's well-functioning. If you find faulty components or hear disturbing sound from the device during use, stop exercising. Do not use the device until the problem is resolved.
17. Do not make any adjustments or modifications to the device other than those described in these instructions. In case of any problems please contact the service provider (contact details are provided below).
18. The minimum space required for safe use of the device is no less than two meters.
19. The maximum permissible user weight is 135 kg.
20. The device was made in accordance with the EN ISO 20957-9:2017-03 standard.

**AVANT D'UTILISER L'APPAREIL, LISEZ ATTENTIVEMENT LES INSTRUCTIONS. CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT.**

1. Une sécurité et une efficacité d'utilisation maximales peuvent être obtenues, à condition que l'équipement soit assemblé et utilisé conformément aux instructions. N'oubliez pas d'informer les utilisateurs de l'équipement de toutes les restrictions, avertissements et précautions. Nous ne sommes pas responsables des problèmes ou blessures causés par une procédure contraire aux règles énoncées dans ce manuel.
2. Le produit ne peut être utilisé que pour l'usage auquel il est destiné.
3. L'appareil est destiné à un usage domestique uniquement, par des adultes. Ne laissez pas l'appareil dans un endroit accessible aux enfants. Pendant la formation, les mineurs doivent être sous la surveillance d'un adulte.
4. L'appareil doit être stocké dans un endroit sec et chaud à l'abri de la lumière directe du soleil.
5. Évitez de mettre votre ordinateur en contact avec de l'eau, car cela pourrait l'endommager ou créer un court-circuit.
6. L'équipement n'est pas adapté à des fins de réhabilitation.
7. Une personne peut utiliser l'équipement à la fois.
8. Placez l'équipement sur une surface horizontale, stable, plane, propre et libre.
9. Il est recommandé d'utiliser un tapis ou une autre base pour protéger le sol sous l'équipement.
10. Placez une base appropriée (par exemple un tapis en caoutchouc, une base en bois, etc.) sous l'appareil dans la zone de montage pour éviter les salissures.
11. Avant la formation, vérifiez que l'appareil est complet et que toutes les pièces sont en place.
12. Si vous souffrez de problèmes de santé / maladies chroniques, ou s'il s'agit de la première formation sur ce type d'équipement, avant de commencer la formation, consultez un médecin ou un spécialiste. Une formation incorrecte ou excessive peut provoquer des blessures.
13. Réchauffez-vous avant d'utiliser l'appareil.
14. Si vous ressentez de la douleur, un rythme cardiaque irrégulier, une respiration superficielle, des étourdissements ou des nausées pendant l'exercice sur l'appareil, arrêtez immédiatement l'exercice. Avant de continuer l'exercice, vous devriez consulter un médecin.
15. Ne portez pas de vêtements longs et amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles.
16. N'utilisez l'appareil que lorsqu'il est techniquement solide. Si vous trouvez des composants défectueux ou entendez un son dérangeant provenant de l'appareil pendant l'utilisation, arrêtez de vous entraîner. N'utilisez pas l'appareil tant que le problème n'est pas résolu.
17. N'effectuez aucun réglage ou modification de l'appareil autre que ceux décrits dans ce manuel. En cas de problème, veuillez contacter le service (les coordonnées sont fournies plus loin dans le manuel).
18. L'espace libre minimum requis pour un fonctionnement sûr de l'appareil n'est pas inférieur que deux mètres.
19. Le poids maximum autorisé de l'utilisateur est 135 kg.
20. L'appareil a été fabriqué conformément à la norme EN ISO 20957-9:2017-03.



**PRZED UŻYCIEM URZĄDZENIA, PRZECZYTAJ UWAŻNIE CAŁĄ INSTRUKCJĘ. ZACHOWAJ INSTRUKCJĘ OBSŁUGI NA PRZYSZŁOŚĆ.**

1. Pełne bezpieczeństwo i skuteczność użytkowania, może zostać osiągnięte, pod warunkiem złożenia i użytkowania sprzętu zgodnie z instrukcją. Pamiętaj, aby użytkownicy sprzętu zostali poinformowani o wszystkich ograniczeniach, ostrzeżeniach i środkach ostrożności. Nie ponosimy odpowiedzialności za problemy lub obrażenia spowodowane postępowaniem niezgodnym z zasadami określonymi w niniejszej instrukcji.
2. Produkt wolno stosować wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.
3. Urządzenie przeznaczone tylko do użytku domowego, przez osoby dorosłe. Nie pozostawiaj urządzenia w miejscu dostępnym dla dzieci. Podczas treningu niepełnoletni powinni przebywać pod nadzorem dorosłych.
4. Urządzenie należy przechowywać w suchym i ciepłym miejscu, z dala od bezpośredniego promieniowania słonecznego.
5. Należy unikać kontaktu komputera z wodą, gdyż może spowodować jego uszkodzenie lub powstanie ściecia elektrycznego.
6. Sprzęt nie jest odpowiedni do celów rehabilitacyjnych.
7. Ze sprzętu jednocześnie może korzystać jedna osoba.
8. Ustaw sprzęt na poziomej, stabilnej, równej, czystej i wolnej od innych przedmiotów powierzchni.
9. Zaleca się stosowanie pod sprzęt dywanu, maty lub innego podkładu ochraniającego na podłogę.
10. Umieść odpowiednią podstawę (np. gumową matę, drewnianą podstawę itp.) pod urządzeniem w obszarze montażu, aby uniknąć zabrudzenia.
11. Przed rozpoczęciem treningu, sprawdź, czy urządzenie jest kompletne oraz czy wszystkie jego części znajdują się na swoich miejscach.
12. Jeśli cierpisz na jakiegokolwiek dolegliwości zdrowotne/choroby przewlekłe, albo jeśli jest to pierwszy trening na tego typu sprzęcie, przed rozpoczęciem treningów, skonsultuj się z lekarzem lub specjalistą. Niewłaściwy lub nadmierny trening może spowodować uszczerbek na zdrowiu.
13. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia, wykonaj rozgrzewkę.
14. Jeżeli podczas wykonywania ćwiczeń na urządzeniu odczuwasz ból, nieregularne bicie serca, płytkość oddechu, zawroty głowy lub mdłości, natychmiast przestań ćwiczyć. Przed kontynuowaniem ćwiczeń, powinieneś zasięgnąć porady lekarza.
15. Nie zakładaj długich, luźnych ubrań, które mogłyby zostać wciągnięte przez ruchome elementy urządzenia.
16. Używaj urządzenia wyłącznie, gdy jest sprawne technicznie. Jeżeli znajdziesz wadliwe komponenty lub usłyszysz niepokojący dźwięk, dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, przestań ćwiczyć. Nie używaj urządzenia, dopóki problem nie zostanie usunięty.
17. Nie dokonuj żadnych regulacji ani modyfikacji urządzenia, oprócz opisanych w niniejszej instrukcji. W razie problemów skontaktuj się z serwisem (dane kontaktowe podane są w dalszej części instrukcji).
18. Minimalna wolna przestrzeń wymagana do bezpiecznej pracy urządzenia wynosi nie mniej niż dwa metry.
19. Maksymalna dopuszczalna waga użytkownika wynosi 135 kg.
20. Urządzenie zostało wykonane zgodnie z normą EN ISO 20957-9:2017-03.

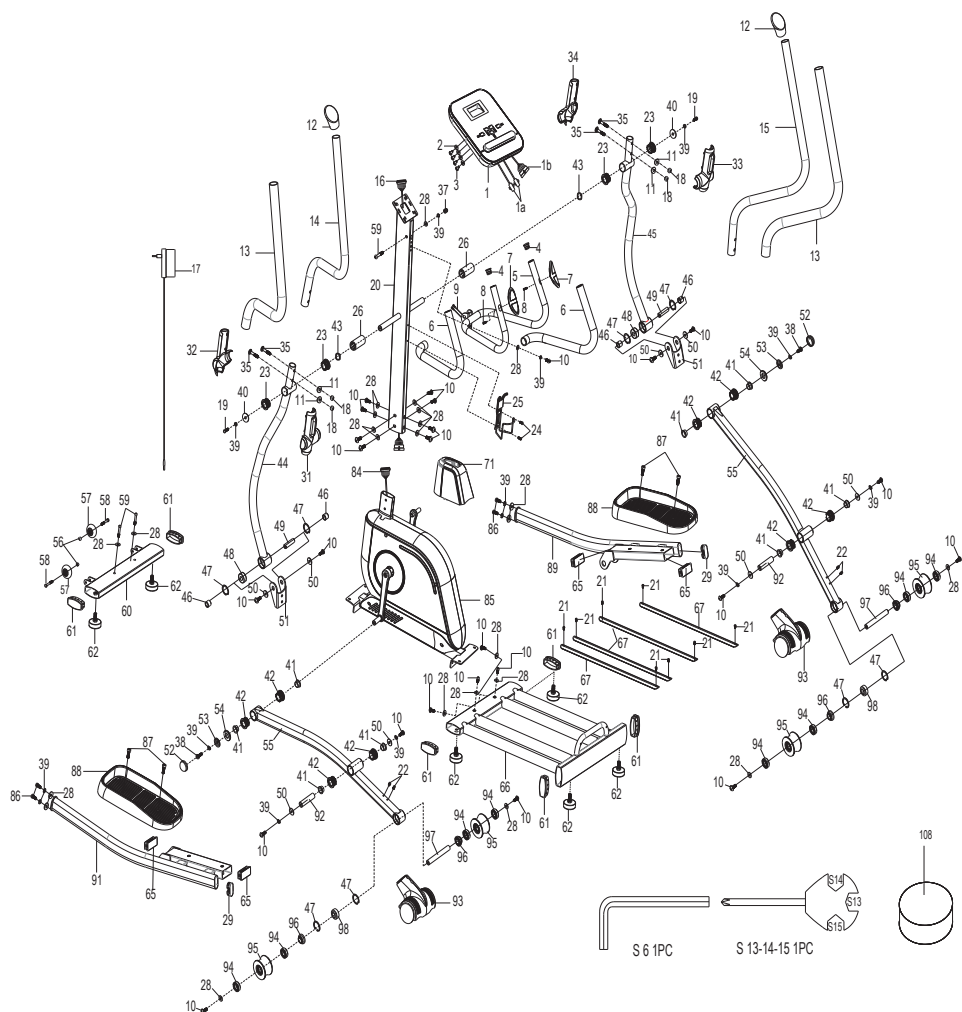
**PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY. USCHOVAJTE SI TIETO POKYNY PRE BUDÚCE POUŽITIE.**

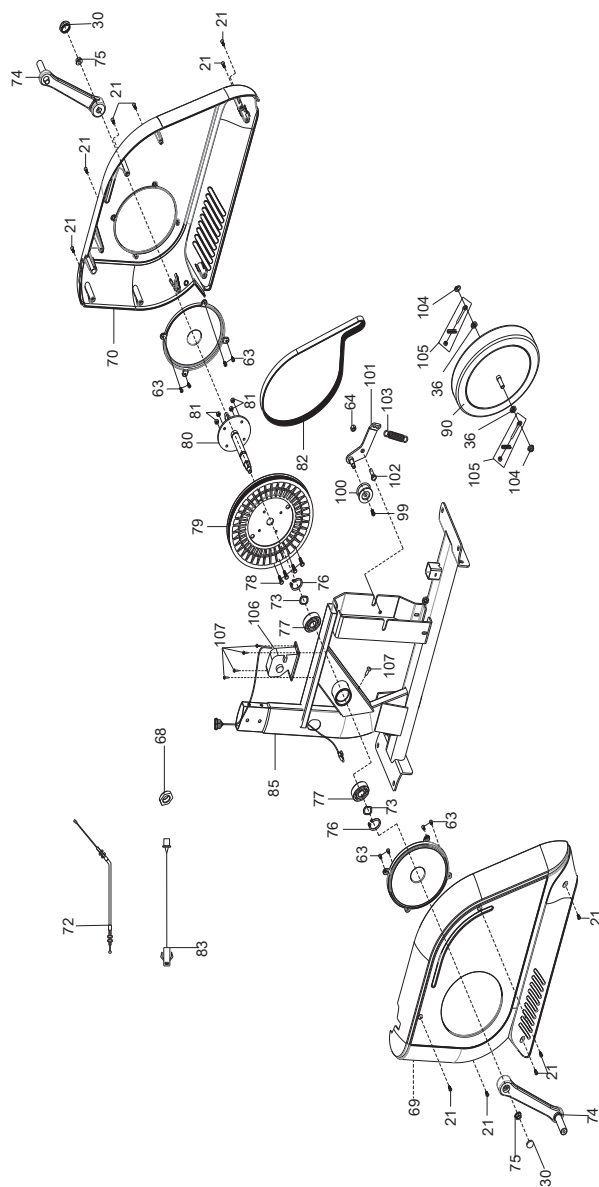
1. Plnú bezpečnosť a účinnosť použitia je možné dosiahnuť za predpokladu, že zariadenie je zmontované a používané v súlade s týmito pokynmi. Nezabudnite informovať všetkých používateľov zariadenia o všetkých obmedzeniach, varovaniach a bezpečnostných opatreniach. Nie sme zodpovední za problémy alebo zranenia spôsobené konaním v rozpore s pravidlami stanovenými v tejto príručke.
2. Výrobok sa môže používať iba na určený účel.
3. Zariadenie je určené iba na použitie v domácnosti dospelými osobami. Nenechávajte zariadenie na mieste prístupnom deťom. Počas tréningu by deti mali byť pod dohľadom dospelých.
4. Prístroj by mal byť skladovaný na suchom a teplom mieste mimo priameho slnečného žiarenia.
5. Vyvarujte sa kontaktu počítača s vodou, pretože voda by ho mohla poškodiť alebo spôsobiť skrat.
6. Zariadenie nie je vhodné na rehabilitačné účely.
7. Zariadenie môže používať naraz jedna osoba.
8. Zariadenie umiestnite na rovný, stabilný a čistý povrch.
9. Pre ochranu podlahy pod zariadením odporúčame umiestniť koberec, rohož alebo inú podložku.
10. Aby ste zabránili znečisteniu v montážnej oblasti použite pod zariadením zodpovednú podložku (gumovú, drevenú a pod).
11. Pred začatím tréningu sa uistite, či je zariadenie kompletné a či sú všetky časti na svojom mieste.
12. Ak máte akékoľvek zdravotné problémy / chronické ochorenia alebo ak ide o váš prvý tréning na tomto type vybavenia, pred začatím cvičenia sa poraďte so svojim lekárom. Nesprávny alebo nadmerný tréning môže spôsobiť zranenie.
13. Pred použitím zariadenia sa zahrejte.
14. Ak počas cvičenia na prístroji pociťujete bolesť, nepravidelný pulz, dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť, okamžite prestaňte cvičiť. Pred pokračovaním v cvičení by ste mali vyhľadať lekársku pomoc.
15. Nenoste dlhé, voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo zachytiť v pohyblivých častiach.
16. Zariadenie používajte iba vtedy, keď je v poriadku z technickej stránky. Ak počas používania zistíte poškodenie niektorých komponentov alebo budete počuť rušivý zvuk zo zariadenia, prestaňte cvičiť. Nepoužívajte zariadenie, kým sa problém nevyrieši.
17. Nevykonávajte žiadne opravy zariadenia okrem tých, ktoré sú popísané v tejto príručke. V prípade akýchkoľvek problémov kontaktujte servis (kontaktné údaje sú uvedené ďalej v príručke).
18. Minimálny voľný priestor potrebný na bezpečnú prevádzku zariadenia nie je menší ako dva metre.
19. Maximálna povolená hmotnosť používateľa je 135 kg.
20. Zariadenie bolo vyrobené v súlade s normou EN ISO 20957-9:2017-03.

**ПЕРЕД ВИКОРИСТАННЯМ УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ВСЮ ІНСТРУКЦІЮ. ЗБЕРІГАЙТЕ ПОСІБНИК ДЛЯ ПОДАЛЬШОГО ВИКОРИСТАННЯ.**

1. Повна безпека та ефективність використання можуть бути досягнуті за умови збірки обладнання та його використання відповідно до інструкцій. Не забудьте повідомити користувачів обладнання про всі обмеження, застереження та запобіжні заходи. Ми не несемо відповідальності за проблеми або травми, спричинені порушенням правил, викладених у даній інструкції.
2. Виріб можна використовувати лише за призначенням.
3. Пристрій призначений тільки для домашнього використання дорослими. Не залишайте пристрій у місці, доступному для дітей. Під час навчання неповнолітні повинні перебувати під наглядом дорослих.
4. Пристрій слід зберігати в сухому і теплому місці, подалі від прямих сонячних променів.
5. Уникайте контакту комп'ютера з водою, оскільки це може пошкодити його або спровокувати коротке замикання.
6. Обладнання не підходить для реабілітаційних цілей.
7. Користуватися обладнанням одночасно може лише одна людина.
8. Поставте обладнання на рівну, стійку, пряму, чисту і вільну поверхню.
9. Рекомендуємо ставити обладнання на килимок або будь-яке інше захисне покриття, щоб не пошкодити підлогу.
10. Покладіть відповідне покриття (наприклад, гумовий килимок, дерев'яне покриття тощо) під пристрій у зоні кріплення, щоб уникнути забруднення.
11. Перш ніж розпочати тренування, переконайтесь, що пристрій готовий, а всі деталі на своєму місці.
12. Якщо у вас є якісь проблеми зі здоров'ям / хронічні захворювання або якщо це ваш перший досвід роботи з даним обладнанням, перед початком тренувань проконсультуйтеся з лікарем або фахівцем. Неправильне або надмірне навантаження може спричинити травму.
13. Зробіть розминку перед тренуванням.
14. Якщо під час занять на обладнанні ви відчуваєте біль, нерегулярне серцебиття, задишку, запаморочення або нудоту, негайно припиніть тренування. Перш ніж продовжувати програму тренувань, слід звернутися до лікаря.
15. Не підбирайте для тренувань довгий вільний одяг, який може потрапити в рухомі частини.
16. Використовуйте пристрій лише тоді, коли він технічно справний. Якщо під час використання ви виявили несправні компоненти або чуєте тривожний звук від пристрою, припиніть заняття. Не використовуйте пристрій, поки проблема не буде вирішена.
17. Не вносити жодних налаштувань чи модифікацій пристрою, за винятком описаних вище у даній інструкції. У разі виникнення проблем зверніться до сервісної служби (контактні дані надаються нижче в інструкції).
18. Щоб використання обладнання було безпечним, ви маєте мати вільний простір мінімум не менше двох метрів.
19. Максимально допустима вага користувача – 135 кг.
20. Обладнання виготовлено відповідно до стандарту EN ISO 20957-9:2017-03.

# ROZLOŽENÝ POHLED / EXPLOSIONSZEICHNUNG / EXPLODED VIEW / SCHÉMA DÉMONTÉ / WIDOK ROZSTRZELONY / ROZLOŽENÝ POHĽAD / РОЗКЛАДЕНИЙ СТАН



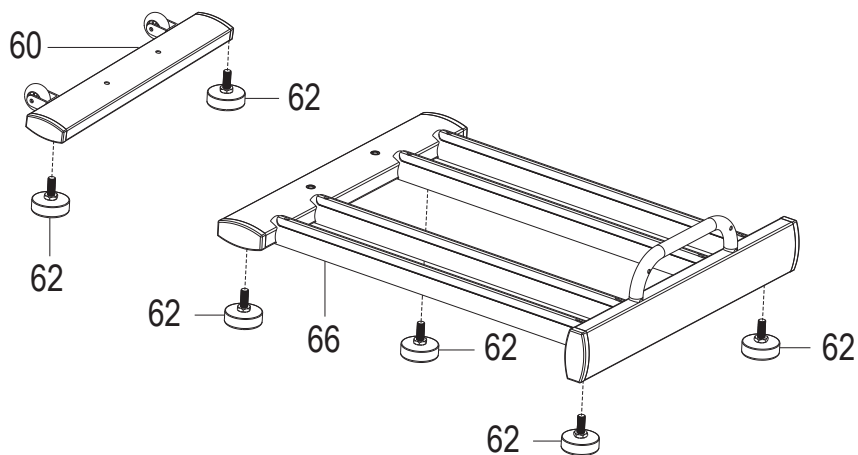


**SEZNAM DÍLŮ / STÜCKLISTE / LIST OF PARTS / LISTE DE PIÈCES /  
LISTA CZĘŚCI / ZOZNAM DIELOV / СПИСОК ДЕТАЛЕЙ**

| Č. / Teil-Nr. / No. / N° /<br>Nr / Č. / Hi. | Ks. / Stk. / Pcs. / Pcs. /<br>Szt. / Ks. / Шт. |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1                                           | ×1                                             |
| 2                                           | ×4                                             |
| 3                                           | ×4                                             |
| 5                                           | ×1                                             |
| 9                                           | ×2                                             |
| 10                                          | ×13                                            |
| 11                                          | ×4                                             |
| 14                                          | ×1                                             |
| 15                                          | ×1                                             |
| 16                                          | ×1                                             |
| 18                                          | ×4                                             |
| 19                                          | ×2                                             |
| 20                                          | ×1                                             |
| 22                                          | ×4                                             |
| 24                                          | ×2                                             |
| 25                                          | ×1                                             |
| 28                                          | ×20                                            |
| 31                                          | ×1                                             |
| 32                                          | ×1                                             |
| 33                                          | ×1                                             |
| 34                                          | ×1                                             |
| 35                                          | ×4                                             |

| Č. / Teil-Nr. / No. / N° /<br>Nr / Č. / Hi. | Ks. / Stk. / Pcs. / Pcs. /<br>Szt. / Ks. / Шт. |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 37                                          | ×1                                             |
| 38                                          | ×2                                             |
| 39                                          | ×10                                            |
| 40                                          | ×2                                             |
| 43                                          | ×2                                             |
| 44                                          | ×1                                             |
| 45                                          | ×1                                             |
| 51                                          | ×2                                             |
| 52                                          | ×2                                             |
| 53                                          | ×2                                             |
| 54                                          | ×2                                             |
| 55                                          | ×2                                             |
| 59                                          | ×3                                             |
| 60                                          | ×1                                             |
| 62                                          | ×6                                             |
| 66                                          | ×1                                             |
| 71                                          | ×1                                             |
| 74                                          | ×2                                             |
| 84                                          | ×1                                             |
| 85                                          | ×1                                             |
| 86                                          | ×4                                             |

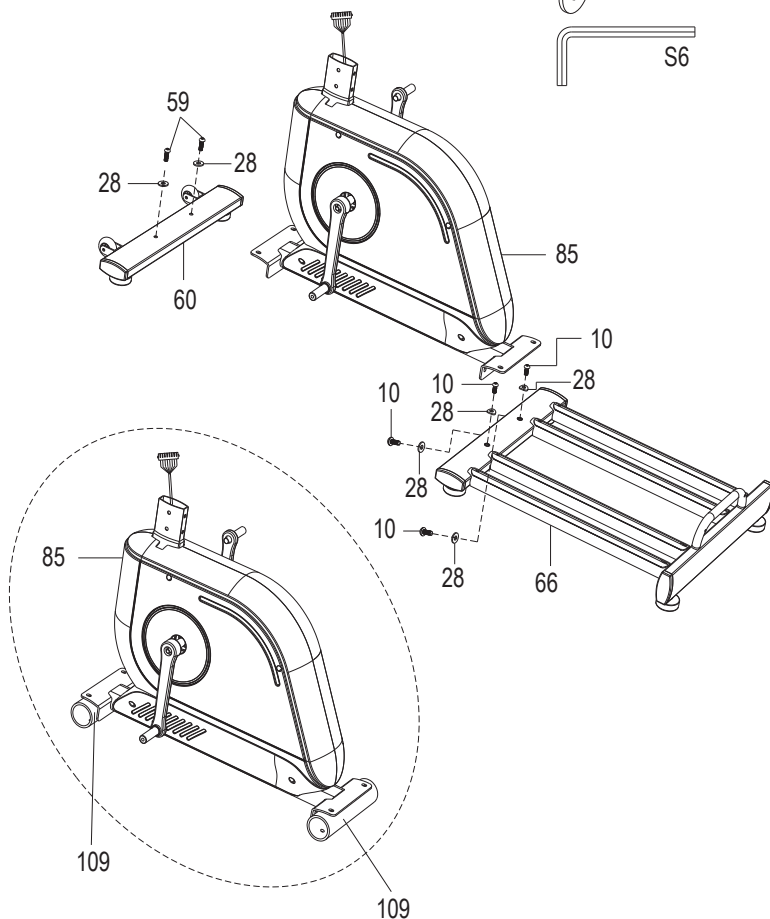
**1**



**2**

- CZ** Odstraňte podpěry (109) z hlavního rámu (85).  
**DE** Entfernen Sie die Stützen (109) vom Hauptrahmen (85).  
**EN** Remove the supports (109) from the main frame (85).  
**FR** Retirez les supports (109) du châssis principal (85).  
**PL** Usuń podpory (109) z ramy głównej (85).  
**SK** Odstráňte podpory (109) z hlavného rámu (85).  
**UA** Зніміть опори (109) з основної рами (85).

- 10  M8×16 ×4  
 59  M8×50 ×2  
 28  d8×Φ20×1.5 ×6  
 S6

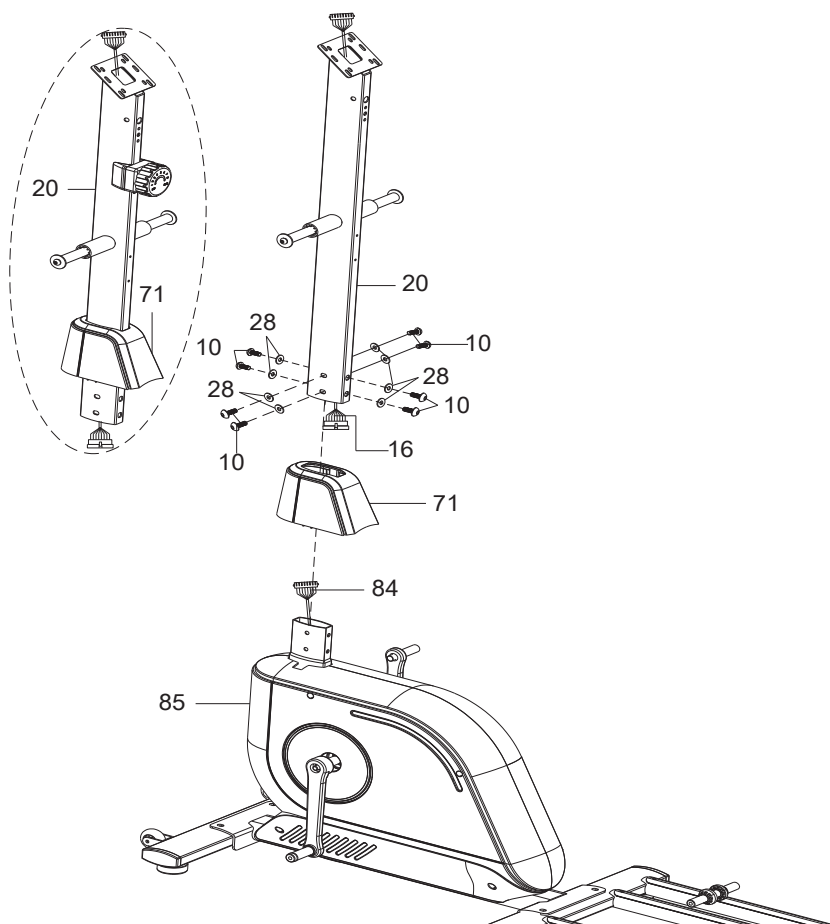




# 3

28  d8×Φ20×1.5 ×8

10  M10×16 ×8



**4**

**CZ** Upozornění: Montážní prvky jsou předmontované.

**DE** Achtung: Die Montageelemente sind vormontiert.

**EN** Caution: The assembly components are pre-assembled.

**FR** Attention : Les éléments de montage sont préassemblés.

**PL** Uwaga: Elementy montażowe są wstępnie zmontowane.

**SK** Upozornenie: Montážne prvky sú predmontované.

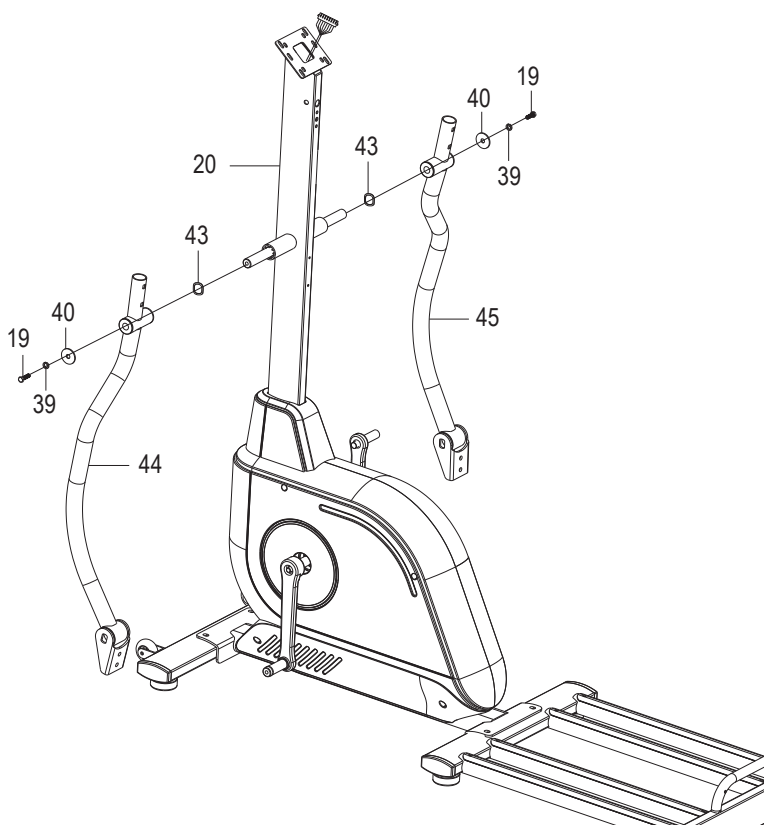
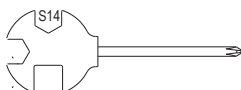
**UA** Увага: Монтажні елементи попередньо зібрані.

43  d19×Φ25×0.3 ×2

39  d8 ×2

40  d8×Φ32×2 ×2

19  M8×16 ×2



# 5

54  d19×Φ38×3 ×2

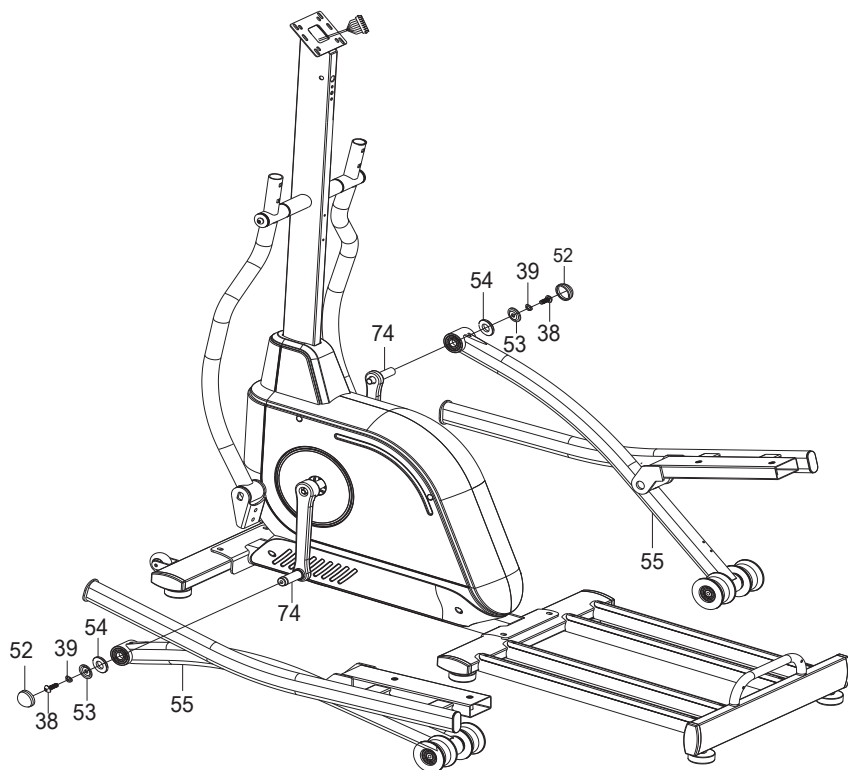
38  M8×20 ×2

52  ×2

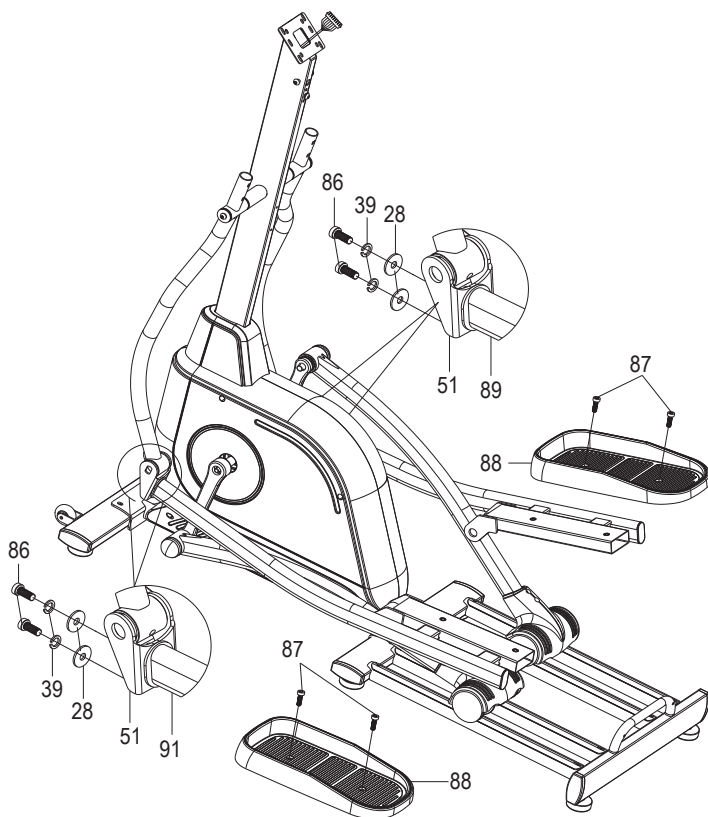
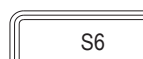
53  d8.5×Φ33×4.5 ×2

39  d8 ×2

 S6



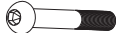
- 28  d8×Φ20×1.5 x4



# 7

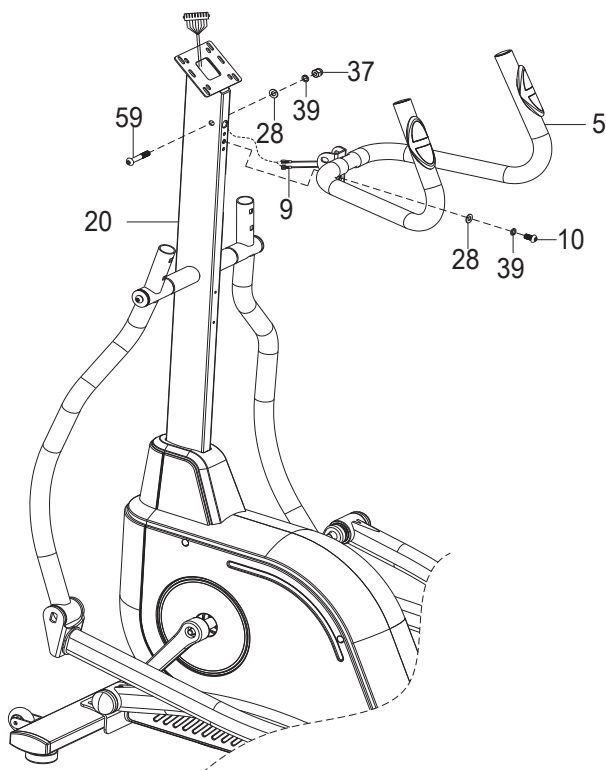
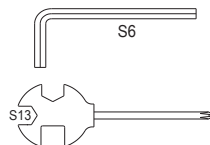
28  d8×Φ20×1.5 ×2

10  M8×16 ×1

59  M8×50 ×1

37  M8 ×1

39  d8 ×2

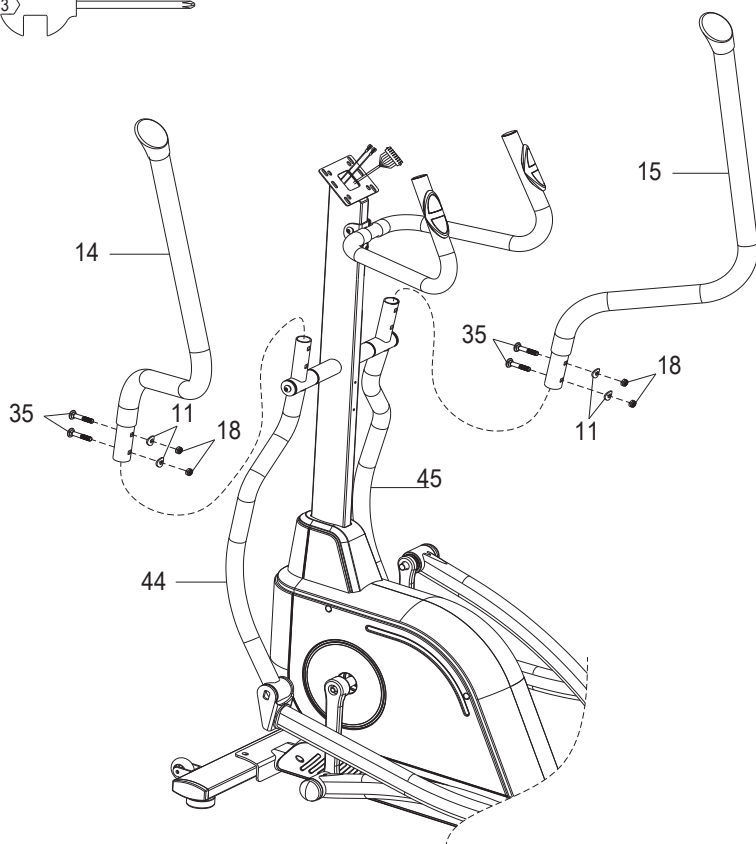
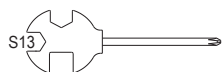


## 8

35  M8×40 ×4

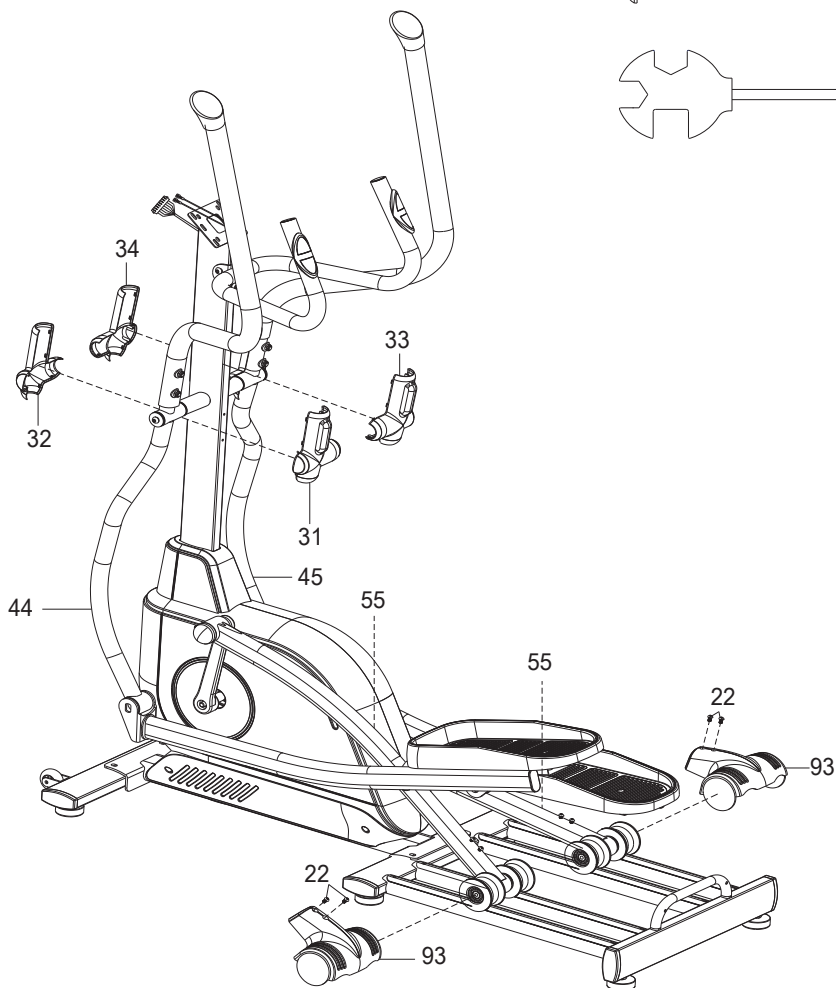
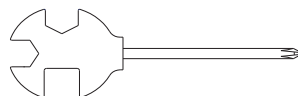
11  d8×Φ20×1.5×r16 ×4

18  M8 ×4

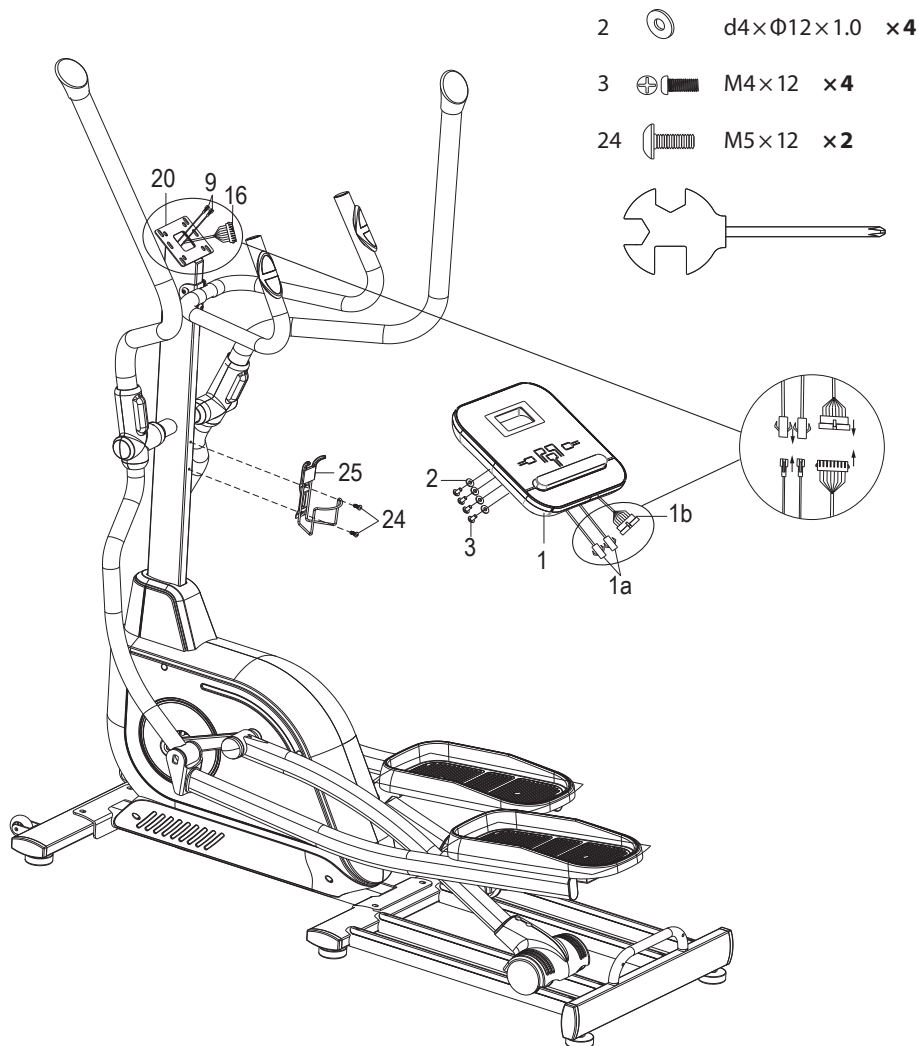


**9**

22  M5×10 ×4

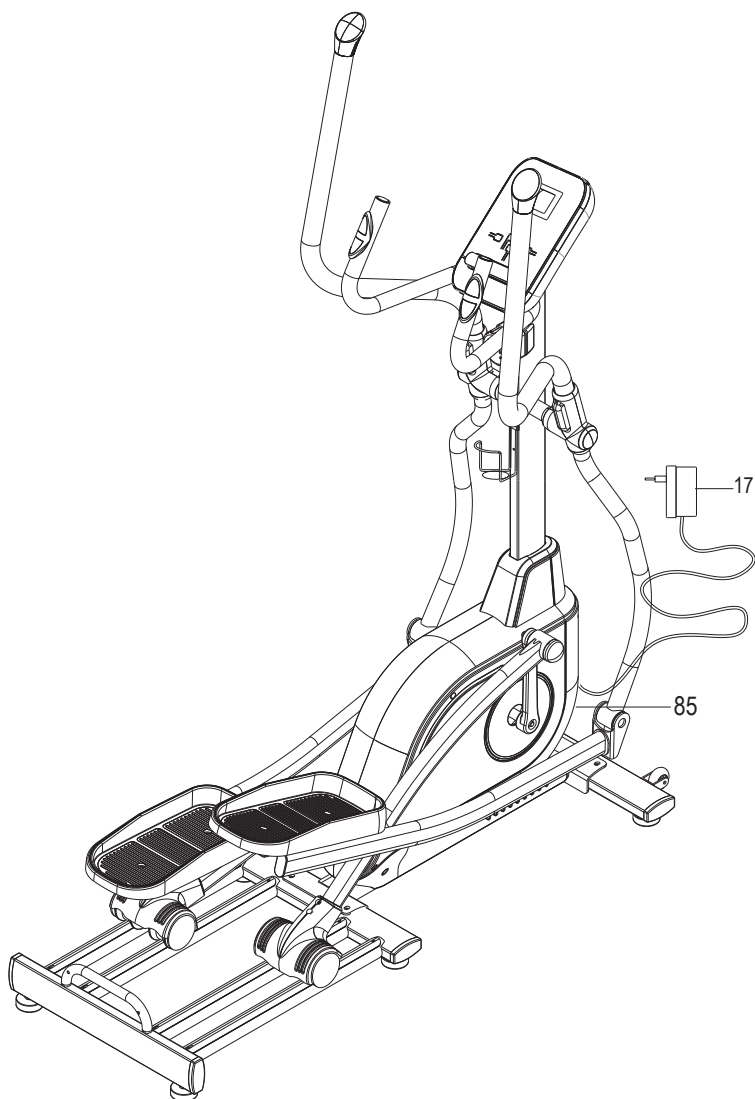


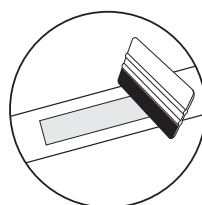
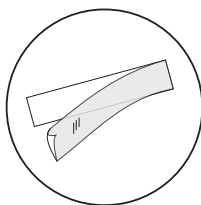
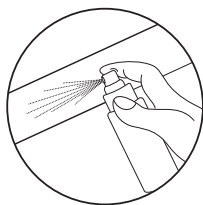
# 10





# 11





## **CZ PŘILEPENÍ NÁLEPKY\***

1. Pre správnu aplikáciu očistite povrch, na ktorý má byť nálepka umiestnená. Použite na to jemný čistiaci prostriedok, vodu alebo špeciálny odmasťovač. Povrch osušte čistou suchou handričkou.
2. Odstráňte ochrannú vrstvu z nálepky. Umiestnite nálepku na predtým pripravený povrch. Pomocou stierky zarovnajte nálepku a odstráňte všetky vzduchové bubliny.
3. Na trvalé odstránenie nálepky použite špeciálny odstraňovač nálepiek.

## **DE ANBRINGUNG DES AUFKLEBERS\***

1. Für eine korrekte Anbringung muss die Oberfläche, auf der der Aufkleber angebracht werden soll, gereinigt werden. Verwenden Sie dazu ein mildes Reinigungsmittel, Wasser oder ein spezielles Entfettungsmittel. Trocknen Sie die Oberfläche mit einem sauberen, trockenen Tuch ab.
2. Entfernen Sie die Schutzschicht von dem Aufkleber. Legen Sie den Aufkleber auf die vorbereitete Oberfläche. Verwenden Sie einen Rakel, um den Aufkleber auszurichten und eventuelle Luftblasen zu entfernen.
3. Um den Aufkleber dauerhaft zu entfernen, verwenden Sie einen speziellen Aufkleberentferner.

## **EN APPLYING A STICKER\***

1. For proper application, clean surface where sticker should be placed. Use soft detergent, water, or special degreasing agent. Dry the surface with clean, dry cloth.
2. Remove the protective layer from the sticker. Place sticker on prepared surface. Use squeegee to align the sticker and to remove any air bubbles. .
3. To remove the sticker, use a special sticker agent remover.

## **FR APPLICATION D'AUTOCOLLANT\***

1. Pour une application correcte, nettoyez la surface où l'autocollant doit être placé. Utilisez pour cela un détergent doux, de l'eau ou un dégraissant spécial. Séchez la surface avec un chiffon propre et sec.
2. Retirez la couche protectrice de l'autocollant. Placez l'autocollant sur la surface préalablement préparée. Utilisez la raclette pour aligner l'autocollant et éliminer les éventuelles bulles d'air.
3. Pour retirer définitivement l'autocollant, utilisez un dissolvant d'autocollant spécial.

## **PL APLIKACJA NAKLEJKI\***

1. W celu prawidłowej aplikacji, wyczyść powierzchnię, na której ma być umieszczona naklejka. Użyj do tego łagodnego detergentu, wody lub specjalnego środka do odfłuszczenia. Osusz powierzchnię czystą, suchą szmatką.
2. Usuń z naklejki warstwę ochronną. Umieść naklejkę na przygotowanej wcześniej powierzchni. Użyj rakli do wyrównania naklejki i usunięcia ewentualnych pęcherzyków powietrza.
3. Aby trwale usunąć naklejkę, użyj specjalnego preparatu do usuwania naklejek.

## **SK PRILEPENIE NÁLEPKY\***

1. Pre správnu aplikáciu očistite povrch, na ktorý má byť nálepka umiestnená. Použite na to jemný čistiaci prostriedok, vodu alebo špeciálny odmasťovač. Povrch osušte čistou suchou handričkou.
2. Odstráňte ochrannú vrstvu z nálepky. Umiestnite nálepku na predtým pripravený povrch. Pomocou stierky zároveň nálepku a odstráňte všetky vzduchové bubliny
3. Na trvalé odstránenie nálepky použite špeciálny odstraňovač nálepiek.

## **UA ІНСТРУКЦІЯ НАКЛЕЮВАННЯ НАЛІПКИ\***

1. Для правильного нанесення очистіть поверхню, де буде розміщена наклейка. Для цього використовуйте м'який миючий засіб, воду або спеціальний знежирювач. Витріть поверхню чистою сухою тканиною.
2. Зніміть захисний шар з наклейки. Розмістіть наклейку на попередньо підготовлену поверхню. За допомогою ракеля вирівняйте наклейку та видаліть бульбашки повітря.
3. Щоб видалити наклейку назавжди, скористайтеся спеціальним засобом для зняття наклейок.

\*týka sa produktov s nálepkami v súprave

\*gilt für Produkte mit Aufklebern im Set

\*applies to products with stickers in the set

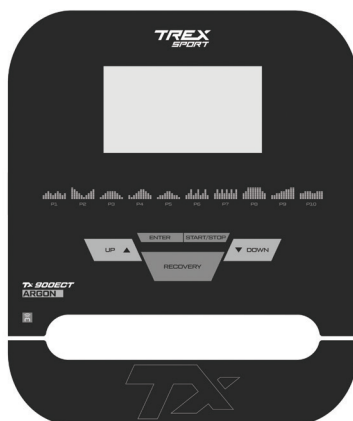
\*concerne les produits avec des autocollants dans l'ensemble

\*dotyczy produktów z naklejkami w zestawie

\*týka sa produktov s nálepkami v súprave

\*стосується продуктів з наклейками у комплекті

## 1. DISPLEJ



## 2. ÚDAJE ZOBRAZENÉ NA DISPLEJI

|                |                                                                                                                                                                                         |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Zobrazuje aktuální rychlost během cvičení. Rozsah: 0.0–99.9 km/h.                                                                                                                       |
| <b>RPM</b>     | RPM – otáčky za minutu. Rozsah: 0–999.                                                                                                                                                  |
| <b>TIME</b>    | Zobrazuje dobu cvičení. Rozsah: 0:00–99:59.                                                                                                                                             |
| <b>DIST</b>    | Zobrazuje ujetou vzdálenost během cvičení. Rozsah: 0.0–99.9–999 km. Přednastavený rozsah vzdálenosti: 1.0–99.0–999. Když vzdálenost dosáhne 0, program se zastaví a počítač vydá alarm. |
| <b>ODO</b>     | Zobrazuje celkovou ujetou vzdálenost uživatelem. Rozsah: 0.0–999.9 km.                                                                                                                  |
| <b>CALORIE</b> | Zobrazuje spálené kalorie během cvičení. Rozsah: 0–999.                                                                                                                                 |
| <b>PULSE</b>   | Zobrazuje měřenou tepovou frekvenci během cvičení. Rozsah: 6–240 bpm.                                                                                                                   |
| <b>WATT</b>    | Zobrazuje spotřebu energie během cvičení. Rozsah: 10–300.                                                                                                                               |

**Pozor:** Výsledky měření pulsu nelze považovat za lékařská data a nelze je použít pro diagnostické účely.

### 3. FUNKCE TLAČÍTEK

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V režimu „stop“ stiskněte tlačítko ENTER pro přechod k výběru programu a nastavení hodnot, které blikají v příslušném okně.</li> <li>A: Po výběru programu stiskněte ENTER pro potvrzení svého výběru.</li> <li>B: Při nastavování stiskněte ENTER pro potvrzení hodnoty, kterou chcete přednastavit.</li> <li>• V režimu start stiskněte ENTER pro výběr zobrazení rychlosti nebo RPM, nebo pro automatické přepínání.</li> </ul>                                                                        |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stiskněte tlačítko START/STOP pro spuštění nebo zastavení programů.</li> <li>• V libovolném režimu podržte toto tlačítko po dobu 2 sekund, aby se počítač úplně resetoval.</li> <li>• V libovolném režimu podržte tlačítka ENTER a START/STOP po dobu 2 sekund, aby se počítač a počítadlo ODO úplně resetovaly.</li> </ul>                                                                                                                                                                               |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V režimu stop, když bliká ikona na displeji, stiskněte toto tlačítko pro výběr vyššího programu. Pokud bliká hodnota v příslušném okně, stiskněte toto tlačítko pro zvýšení hodnoty.</li> <li>• V režimu start stiskněte toto tlačítko pro zvýšení tréninkového odporu.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V režimu stop, když bliká ikona na displeji, stiskněte toto tlačítko pro výběr nižšího programu. Pokud bliká hodnota v příslušném okně, stiskněte toto tlačítko pro snížení hodnoty.</li> <li>• V režimu start stiskněte toto tlačítko pro snížení tréninkového odporu.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nejprve zkontrolujte svůj aktuální srdeční tep a zobrazte jeho hodnotu, poté stiskněte toto tlačítko pro přechod do režimu testu regenerace tepu.</li> <li>• V režimu testu regenerace tepu stiskněte toto tlačítko pro ukončení.</li> </ul> <p><b>POZNÁMKA:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stisknutí tlačítek UP nebo DOWN by mělo odpovídat různým režimům.</li> <li>2. Doporučuje se umístit prst do vyznačené oblasti pro výběr funkcí a zabránění nesprávným operacím.</li> </ol> |

### 4. HLAVNÍ FUNKCE POČÍTAČE

#### 4.1. SPUŠTĚNÍ POČÍTAČE

Připojte jeden konec napájecího kabelu do zdroje napájení a druhý konec k zařízení.

Počítač vydá zvukový signál a přejde do počátečního režimu.

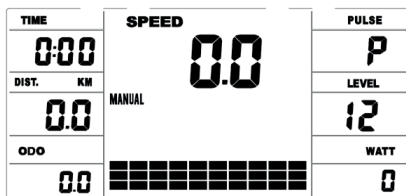
Počítač se automaticky vypne, pokud není po dobu více než 4 minut zjištěna žádná činnost. Během této doby uloží data z aktuálního tréninku a sníží odpor na minimum. Po stisknutí jakéhokoli tlačítka nebo zahájení pohybu se počítač automaticky zapne.

#### 4.2. VÝBĚR PROGRAMU

Manuální program (Manual) → Přednastavené programy (P1–P10) → Uživatelské programy (P11–P15) → Režim Watt (P16) → H.R.C. režim (P17–P20) → Test tělesného tuku (BODY FAT) (P21).

### 4.3. MANUÁLNÍ REŽIM (MANUAL) A PŘEDNASTAVENÉ PROGRAMY (P1-P10)

- A. Stiskněte tlačítko UP/DOWN pro zahájení tréninku v manuálním režimu (Obr. 1) nebo v jednom z přednastavených programů:
- P1 – Rolování (Obr. 2)
  - P2 – Údolí (Obr. 3)
  - P3 – Spalování tuku (Obr. 4)
  - P4 – Stoupání (Obr. 5)
  - P5 – Hora (Obr. 6)
  - P6 – Interval (Obr. 7)
  - P7 – Kardio (Obr. 8)
  - P8 – Vytrvalost (Obr. 9)
  - P9 – Sklon (Obr. 10)
  - P10 – Rallye (Obr. 11)
- B. Stiskněte tlačítko ENTER pro potvrzení zvoleného programu a přechod do okna nastavení funkcí.
- C. Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte hodnoty následujících funkcí: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- D. Stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení.



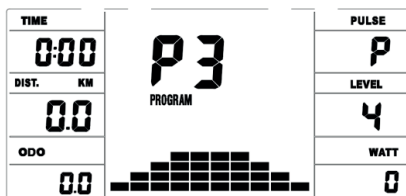
Obrázek 1



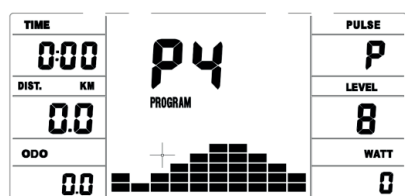
Obrázek 2



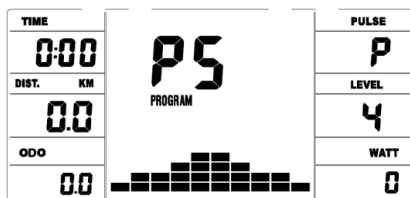
Obrázek 3



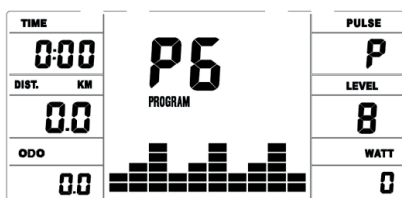
Obrázek 4



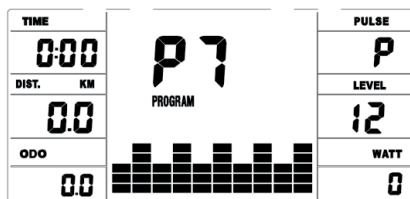
Obrázek 5



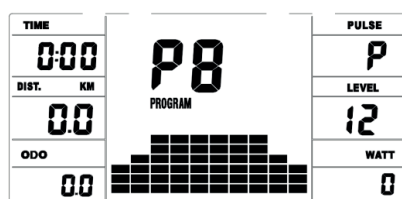
Obrázek 6



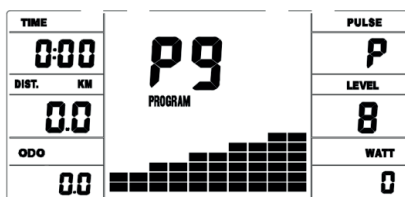
Obrázek 7



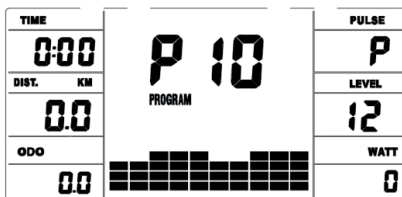
Obrázek 8



Obrázek 9



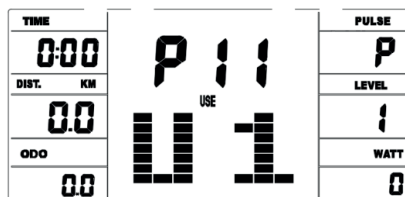
Obrázek 10



Obrázek 11

#### 4.4. UŽIVATELSKÝ PROGRAM (P11–P15)

- A. Stiskněte tlačítko UP/DOWN pro výběr uživatelského programu: P11 (Obr. 12), P12 (Obr. 13), P13 (Obr. 14), P14 (Obr. 15), P15 (Obr. 16).
- B. Stiskněte ENTER pro potvrzení volby a přechod do okna nastavení funkcí.
- C. Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte hodnoty následujících funkcí: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- D. Pomocí tlačítek UP/DOWN vytvořte uživatelský profil. Nastavte úroveň odporu v každém ze 10 sloupců uživatelského programu. Stiskněte ENTER pro potvrzení.



Obrázek 12



Obrázek 13

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |
| PULSE    | P 13 |
| LEVEL    | 1    |
| WATT     | 0    |

Obrázek 14

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |
| PULSE    | P 14 |
| LEVEL    | 1    |
| WATT     | 0    |

Obrázek 15

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |
| PULSE    | P 15 |
| LEVEL    | 1    |
| WATT     | 0    |

Obrázek 16

#### 4.5. PROGRAM WATT (P16)

- Stiskněte tlačítko UP/DOWN pro výběr programu WATT (Obr. 17).
- Stiskněte ENTER pro potvrzení volby a přechod do okna nastavení funkcí.
- Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte hodnoty následujících funkcí: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte cílovou hodnotu WATT. Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- Stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení.

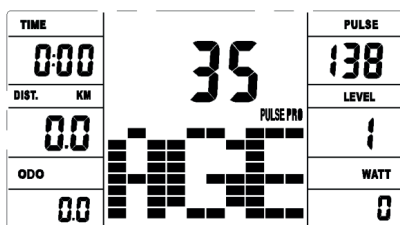
|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |
| PULSE    | P 16 |
| LEVEL    | 8    |
| WATT     | 100  |

Obrázek 17

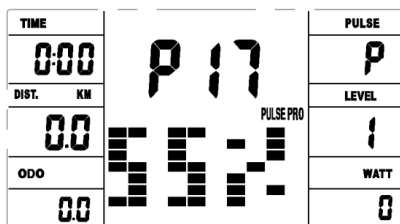


#### 4.6. REŽIM H.R.C. (P17–P19)

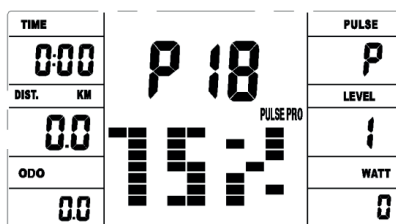
- A. Stiskněte tlačítko UP/DOWN pro výběr programu sledování srdeční frekvence: 55% (Obr. 19), 75% (Obr. 20) nebo 95% (Obr. 21). Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- B. Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte věk uživatele (Obr. 18). Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- C. Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte hodnoty následujících funkcí: TIME, DIST, CALORIE. Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- D. Po výběru programu sledování cílové srdeční frekvence počítač zobrazí cílovou hodnotu na základě zadaného věku.
- E. Stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení.



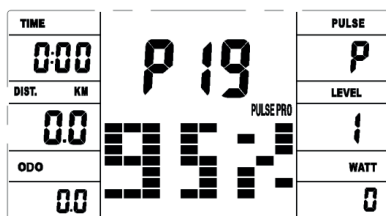
Obrázek 18



Obrázek 19



Obrázek 20



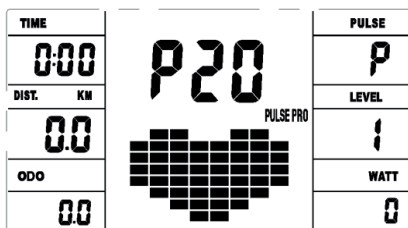
Obrázek 21

#### 4.7. REŽIM TARGET H.R.C. (P20)

Uživatel si může nastavit libovolnou cílovou srdeční frekvenci pro cvičení.

- A. Stiskněte tlačítko UP/DOWN pro výběr cílové srdeční frekvence - TARGET H.R.C. (Obr. 22). Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- B. Pomocí tlačítek UP/DOWN nastavte hodnoty následujících funkcí: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Stiskněte ENTER pro potvrzení.
- C. Stiskněte START/STOP pro zahájení cvičení.

**POZNÁMKA:** Během cvičení závisí srdeční frekvence uživatele na úrovni odporu a rychlosti. Program kontroly srdeční frekvence zajišťuje, že vaše srdeční frekvence zůstává v nastavené hodnotě. Když počítač zjistí, že vaše srdeční frekvence je vyšší než nastavená hodnota, automaticky sníží úroveň odporu nebo můžete zpomalit. Pokud je vaše srdeční frekvence nižší než nastavená hodnota, odpor se zvýší nebo můžete zrychlit.

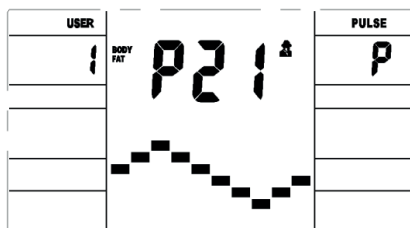


Obrázek 22

#### 4.8. TEST TĚLESNÉHO TUKU (P21)

V režimu bez cvičení stiskněte ENTER pro přechod do nastavení parametrů programu pro tělesný tuk (Obr. 23). Můžete nastavit následující parametry v pořadí: číslo cvičícího (1-8), výška (cm), pohlaví, věk (roky) a hmotnost (kg). Stiskněte ENTER pro přechod na další parametr. Stiskněte UP pro zvýšení hodnoty a DOWN pro snížení hodnoty. Poté podržte snímač srdeční frekvence a stiskněte START/STOP. Na displeji se během 10 sekund zobrazí procentuální obsah tělesného tuku.

Stiskněte znovu START/STOP pro ukončení testu měření tělesného tuku.



Obrázek 23

## TABULKA VÝSLEDKŮ BODY FAT

| Pohlaví/Věk | Podváha | Správná váha | Mírná nadváha | Nadváha   | Obezita |
|-------------|---------|--------------|---------------|-----------|---------|
| Muž/ ≤ 30   | < 14%   | 14%~20%      | 20.1%~25%     | 25.1%~35% | > 35%   |
| Muž/ > 30   | < 17%   | 17%~23%      | 23.1%~28%     | 28.1%~38% | > 38%   |
| Žena/ ≤ 30  | < 17%   | 17%~24%      | 24.1%~30%     | 30.1%~40% | > 40%   |
| Žena > 30   | < 20%   | 20%~27%      | 27.1%~33%     | 33.1%~43% | > 43%   |

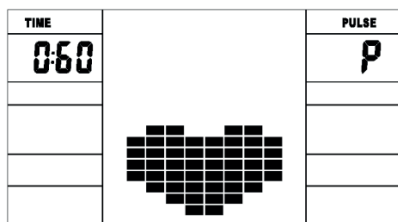
## Poznámky:

1. Během testu měření tělesného tuku se na displeji zobrazí „Er.2“, pokud do 10 sekund nebude detekován žádný testovaný objekt.
2. Po zobrazení výsledku testu, pokud během 10 sekund nebude provedena žádná operace nebo nebude stisknuto žádné tlačítko, systém automaticky přejde do doporučeného programu zlepšení kondice.

## 4.9. TEST RECOVERY

Test regenerace srdečního tepu porovnává srdeční frekvenci před a po cvičení. Je navržen k určení vytrvalosti kardiovaskulárního systému pomocí měření. Postupujte podle následujících kroků:

- A. Položte obě ruce na snímače pulsu; počítač zobrazí aktuální hodnotu srdečního tepu.
- B. Stiskněte tlačítko RECOVERY pro zahájení testu regenerace srdečního tepu a počítač přejde do režimu stop (Obr. 24).



Obrázek 24

- C. Držte ruce na senzorech pulsu, začne odpočet celé minuty (od 00:60 do 00:00).
- D. Obrazovka zobrazí výsledek testu: F1, F2, ... až po F6, přičemž F1 je nejlepší výsledek a F6 je nejslabší.
- E. Pokud počítač nezjistí srdeční tep, stisknutím tlačítka RECOVERY nebude možné spustit test regenerace srdečního tepu. Během testu stiskněte tlačítko RECOVERY pro ukončení a návrat na hlavní obrazovku.

#### **4.10. MĚŘENÍ PULSU**

Položte obě ruce na snímače pulsu a počítač zobrazí vaši aktuální srdeční frekvenci v úderech za minutu (BPM) po 3–4 sekundách. Během měření bude ikona srdce blikat s simulovaným zobrazením EKG.

**Poznámky:** Během měření srdečního tepu, kvůli možným rušením, může být počáteční odečet nestabilní, ale brzy se stabilizuje. Naměřené hodnoty by neměly být použity jako základ pro lékařskou léčbu.

#### **4.11. PŘIPOJENÍ PŘES BLUETOOTH / TRÉNINK S APLIKACÍ KINOMAP**

Konzola se může připojit k aplikaci na vašem mobilním zařízení přes Bluetooth, což vám umožní sledovat parametry tréninku na telefonu. Aby bylo možné tuto funkci využít, stáhněte si dedikovanou aplikaci Kinomap. Aktuální verze jsou k dispozici v App Store (iOS) a Google Play Store (Android).

1. Zařízení vyžaduje pravidelnou údržbu. Měla by být provedena nejméně každých 20 hodin provozu zařízení.
2. Údržba zahrnuje kontrolu:
  - pohyblivé části zařízení, tj. kontrola, zda jsou správně namazané. Pokud ne, namažte je. Doporučuje se používat speciální maziva pro ložiska kol nebo pro fitness zařízení.
  - všechny části zařízení, tj. dotažení šroubů a matic,
  - napájecí kabely (pokud jsou v přístroji) kvůli poškození.
3. K čištění zařízení použijte měkký hadřík mírně navlhčený vodou nebo případně vodou s mýdlem. Nepoužívejte žádné silné čisticí prostředky a ani materiály, které mohou zařízení poškodit. Zvláštní pozornost je třeba věnovat plastovým komponentům.
4. Po každém použití odstraňte ze zařízení všechny stopy potu a nečistot.

---

**CZ ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ**

---

| Problém                                                      | Řešení                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Počítač nezobrazuje údaje</b>                             | 1. Demontujte počítač a zkontrolujte, zda jsou kabely správně připojeny a zda nejsou poškozeny.                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Zařízení vydává rušivé zvuky během používání.</b>         | Zkontrolujte, zda jsou všechny části zařízení správně namontovány. Utáhněte šrouby.                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Neukazují se hodnoty pulsu, nebo hodnoty jsou špatné.</b> | 1. Ujistěte se, že převody měření pulsu jsou správně připevněny.<br>2. Aby jste zajistili správné měření pulsu držte obě dlaně na senzorech. Pamatujte, že systém měření pulsu nemusí být zcela přesný.<br>3. Příliš pevné uchopení senzorů pulsu. Držte dlaně na senzorech pulsu a nesvírejte dlaně příliš pevně. |
| <b>Zařízení není stabilní.</b>                               | Nastavte koncovku zadního stabilizátoru tak, aby jste dali stroj do roviny.                                                                                                                                                                                                                                        |

1. Zákazník má následující možnosti uplatnění reklamace:

- prostřednictvím kroků na webové stránce: <https://trexsport.com/pl/serwis/>
- e-mailem: [support@trexsport.com](mailto:support@trexsport.com)
- písemně na adresu:

**TREX S.A.**  
**ul. Długa 24/13**  
**31-146 Kraków**  
**Polsko**

2. Reklamáce včetně odstranění vady musí být vyřízena a kupující o tom musí být informován nejpozději do třiceti (30) dnů ode dne uplatnění reklamace, pokud se prodávající s kupujícím nedohodne na delší lhůtě. Pokud je třeba poslat produkt na opravu do zahraničí nebo dovézt náhradní díly ze zahraničí, oprava může trvat déle.
3. Použije se právo země, do které bylo zboží dodáno, včetně záručních ustanovení. Neplatí Úmluva OSN o smlouvách o mezinárodní koupi zboží.
4. Záruka se nevztahuje na poškození způsobená nesprávným používáním.

---

**CZ OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ**

---

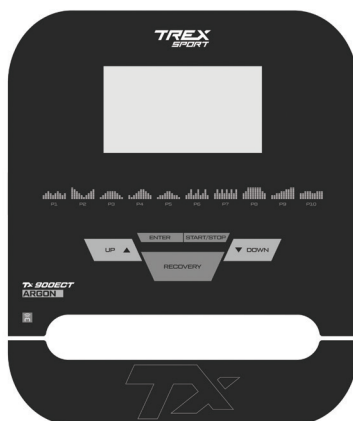


Tento výrobek je dodáván v obalu, aby byl chráněn před možným poškozením během přepravy. Obaly jsou vyrobené ze surovin, které lze recyklovat. Tyto materiály vyhazujte podle jejich typu.



Opatřebovaná elektrická zařízení (včetně počítačů) jsou druhotné suroviny – nesmí se vyhazovat do kontejnerů na domovní odpady, protože mohou obsahovat látky nebezpečné pro lidské zdraví a životní prostředí! Prosíme o aktivní podporu efektivního hospodaření s přírodními zdroji a ochranu životního prostředí, použité zařízení odevzdejte do sběrný pro skladování druhotných surovin – použitých elektrických zařízení.

## 1. DISPLAY



## 2. COMPUTER ANZEIGE

|                |                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit während des Trainings an. Bereich: 0.0–99.9 km/h.                                                                                                                                                    |
| <b>RPM</b>     | RPM - Umdrehungen pro Minute. Bereich: 0–999.                                                                                                                                                                                           |
| <b>TIME</b>    | Zeigt die Trainingszeit an. Bereich: 0:00–99:59.                                                                                                                                                                                        |
| <b>DIST</b>    | Zeigt die während des Trainings zurückgelegte Strecke an. Bereich: 0.0–99.9–999 km. Vorab eingestellter Entfernungsbereich: 1.0–99.0–999. Wenn die Entfernung 0 erreicht, stoppt das Programm und der Computer gibt ein Warnsignal aus. |
| <b>ODO</b>     | Zeigt die vom Benutzer insgesamt zurückgelegte Strecke an. Bereich: 0.0–999.9 km.                                                                                                                                                       |
| <b>CALORIE</b> | Zeigt die während des Trainings verbrannten Kalorien an. Bereich: 0–999.                                                                                                                                                                |
| <b>PULSE</b>   | Zeigt den während des Trainings gemessenen Puls an. Bereich: 6–240 bpm.                                                                                                                                                                 |
| <b>WATT</b>    | Zeigt den Energieverbrauch während des Trainings an. Bereich: 10–300.                                                                                                                                                                   |

**Hinweis:** Pulsmessergebnisse können nicht als medizinische Daten behandelt und für diagnostische Zwecke verwendet werden.

### 3. TASTEN

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Im „Stop“-Modus drücken Sie die ENTER-Taste, um das Programm auszuwählen und die Werte einzustellen, die im entsprechenden Fenster blinken.<br/>A: Wenn Sie ein Programm auswählen, drücken Sie ENTER, um Ihre Auswahl zu bestätigen.</li> <li>• B: Während der Einstellung drücken Sie ENTER, um den Wert zu bestätigen, den Sie voreinstellen möchten.</li> <li>• Im „Start“-Modus drücken Sie ENTER, um die Anzeige der Geschwindigkeit oder der RPM auszuwählen oder automatisch umzuschalten.</li> </ul>                                                                                       |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Drücken Sie die START/STOP-Taste, um Programme zu starten oder zu stoppen.</li> <li>• Halten Sie diese Taste in jedem Modus 2 Sekunden lang gedrückt, um den Computer vollständig zurückzusetzen.</li> <li>• Halten Sie in jedem Modus die Tasten ENTER und START/STOP 2 Sekunden lang gedrückt, um den Computer und den ODO-Zähler vollständig zurückzusetzen.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Im „Stop“-Modus, wenn ein Zeichen in der Punktmatrix blinkt, drücken Sie diese Taste, um ein höheres Programm auszuwählen. Wenn ein Wert im entsprechenden Fenster blinkt, drücken Sie diese Taste, um den Wert zu erhöhen.</li> <li>• Im „Start“-Modus drücken Sie diese Taste, um den Trainingswiderstand zu erhöhen.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Im „Stop“-Modus, wenn ein Zeichen in der Punktmatrix blinkt, drücken Sie diese Taste, um ein niedrigeres Programm auszuwählen. Wenn ein Wert im entsprechenden Fenster blinkt, drücken Sie diese Taste, um den Wert zu verringern.</li> <li>• Im „Start“-Modus drücken Sie diese Taste, um den Trainingswiderstand zu verringern.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfen Sie zuerst Ihre aktuelle Herzfrequenz und zeigen Sie den Wert an. Drücken Sie diese Taste, um zum Herzfrequenz-Erholungstest zu wechseln.</li> <li>• Wenn Sie sich im Herzfrequenz-Erholungstest befinden, drücken Sie diese Taste, um den Test zu beenden.</li> </ul> <p><b>HINWEIS:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Das Drücken oder Drehen der UP- oder DOWN-Taste sollte den verschiedenen Modi entsprechen.</li> <li>2. Es wird empfohlen, den Finger im angegebenen Bereich zu platzieren, um Funktionen auszuwählen und Fehlfunktionen zu vermeiden.</li> </ol> |

### 4. HAUPTFUNKTIONEN DES COMPUTERS

#### 4.1. START DES COMPUTERS

Schließen Sie ein Ende des Netzkabels an die Stromquelle und das andere Ende an das Gerät an.

Der Computer gibt einen Signalton ab und wechselt in den Startmodus.

Der Computer schaltet sich automatisch aus, wenn länger als 4 Minuten keine Aktivität erkannt wird. In dieser Zeit werden die Daten des aktuellen Trainings gespeichert und der Widerstand auf das Minimum reduziert. Durch Drücken einer beliebigen Taste oder Starten einer Bewegung wird der Computer automatisch eingeschaltet.

#### 4.2. PROGRAMMAUSWAHL

Drücken Sie die Taste UP/DOWN, um ein Programm auszuwählen.

Manueller Modus (Manual) → Vorgefertigte Programme (P1–P10) → Benutzerprogramme (P11–P15) → Watt-Modus (P16) → H.R.C.-Modus (P17–P20) → Körperfett-Test (BODY FAT) (P21).



### 4.3. MANUELLER MODUS (MANUAL) UND VORGEFERTIGTE PROGRAMME (P1-P10)

- A. Drücken Sie die Taste UP/DOWN, um das Training im manuellen Modus (Bild 1) oder in einem der vorgefertigten Programme zu starten:

P1 – Rollen (Bild 2)

P2 – Tal (Bild 3)

P3 – Fettverbrennung (Bild 4)

P4 – Steigung (Bild 5)

P5 – Berg (Bild 6)

P6 – Intervall (Bild 7)

P7 – Cardio (Bild 8)

P8 – Ausdauer (Bild 9)

P9 – Neigung (Bild 10)

P10 – Rallye (Bild 11)

- B. Drücken Sie die Taste ENTER, um das ausgewählte Programm zu bestätigen und zum Einstellfenster für die Funktionen zu gelangen.

- C. Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um die Werte der folgenden Funktionen einzustellen: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.

- D. Drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.

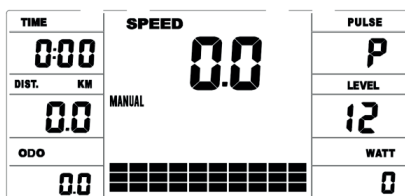


Bild 1



Bild 2



Bild 3

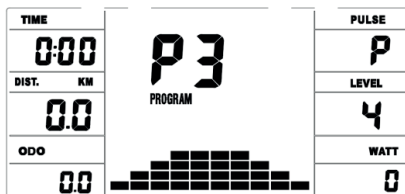


Bild 4

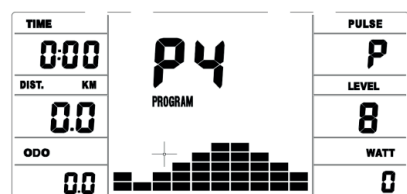


Bild 5

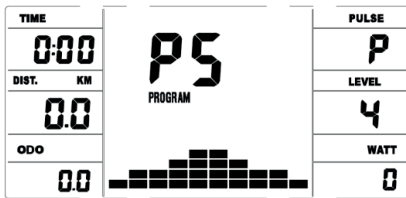


Bild 6

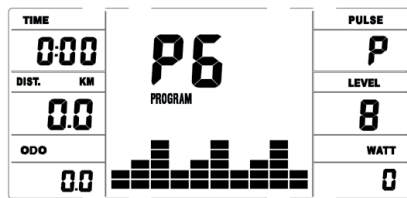


Bild 7

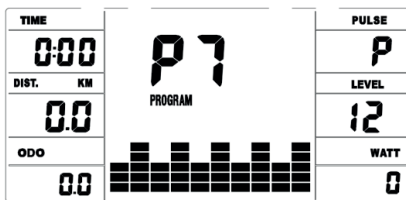


Bild 8

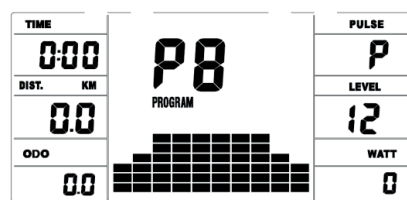


Bild 9

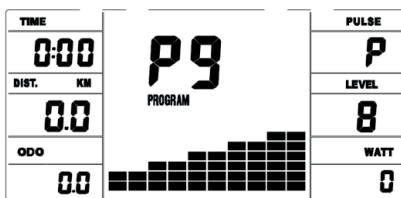


Bild 10

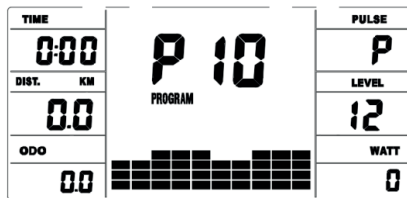


Bild 11

#### 4.4. BENUTZERPROGRAMM-MODUS (P11-P15)

- Drücken Sie die Taste UP/DOWN, um das Benutzerprogramm auszuwählen: P11 (Bild 12), P12 (Bild 13), P13 (Bild 14), P14 (Bild 15), P15 (Bild 16).
- Drücken Sie ENTER, um Ihre Auswahl zu bestätigen und zum Einstellfenster für die Funktionen zu gelangen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um die Werte der folgenden Funktionen einzustellen: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um ein Benutzerprofil zu erstellen. Passen Sie das Widerstandsniveau in jeder der 10 Spalten des Benutzerprogramms an. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.

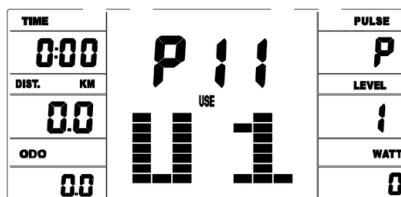


Bild 12



Bild 13

|                 |      |            |                 |      |            |
|-----------------|------|------------|-----------------|------|------------|
| TIME<br>0:00    | P 13 | PULSE<br>P | TIME<br>0:00    | P 14 | PULSE<br>P |
| DIST. KM<br>0.0 | USE  | LEVEL<br>1 | DIST. KM<br>0.0 | USE  | LEVEL<br>1 |
| ODO<br>0.0      | U 3  | WATT<br>0  | ODO<br>0.0      | U 4  | WATT<br>0  |

Bild 14

Bild 15

|                 |      |            |
|-----------------|------|------------|
| TIME<br>0:00    | P 15 | PULSE<br>P |
| DIST. KM<br>0.0 | USE  | LEVEL<br>1 |
| ODO<br>0.0      | U 5  | WATT<br>0  |

Bild 16

#### 4.5. WATT-PROGRAMM (P16)

- Drücken Sie die Taste UP/DOWN, um das Watt-Programm auszuwählen (Bild 17).
- Drücken Sie ENTER, um die Auswahl zu bestätigen und zum Einstellfenster für die Funktionen zu gelangen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um die Werte der folgenden Funktionen einzustellen: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um den Zielwert für WATT einzustellen. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.

|                 |          |             |
|-----------------|----------|-------------|
| TIME<br>0:00    | P 16     | PULSE<br>P  |
| DIST. KM<br>0.0 | WATT PRO | LEVEL<br>8  |
| ODO<br>0.0      | U 100    | WATT<br>100 |

Bild 17

#### 4.6. H.R.C.-MODUS (P17-P19)

- Drücken Sie die Taste UP/DOWN, um das Herzfrequenz-Kontrollprogramm auszuwählen: 55% (Bild 19), 75% (Bild 20) oder 95% (Bild 21). Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um das Alter des Benutzers einzustellen (Bild 18). Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um die Werte der folgenden Funktionen einzustellen: TIME, DIST, CALORIE. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Nach der Auswahl des Programms zur Herzfrequenz-Kontrolle zeigt der Computer den Zielwert basierend auf dem eingegebenen Alter an.
- Drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.

|          |      |       |     |
|----------|------|-------|-----|
| TIME     | 0:00 | PULSE | 138 |
| DIST. KM | 0.0  | LEVEL | 1   |
| ODO      | 00   | WATT  | 0   |

Bild 18

|          |      |       |   |
|----------|------|-------|---|
| TIME     | 0:00 | PULSE | P |
| DIST. KM | 0.0  | LEVEL | 1 |
| ODO      | 00   | WATT  | 0 |

Bild 19

|          |      |       |   |
|----------|------|-------|---|
| TIME     | 0:00 | PULSE | P |
| DIST. KM | 0.0  | LEVEL | 1 |
| ODO      | 00   | WATT  | 0 |

Bild 20

|          |      |       |   |
|----------|------|-------|---|
| TIME     | 0:00 | PULSE | P |
| DIST. KM | 0.0  | LEVEL | 1 |
| ODO      | 00   | WATT  | 0 |

Bild 21

#### 4.7. TARGET H.R.C.-MODUS (P20)

Der Benutzer kann eine beliebige Zielherzfrequenz für das Training einstellen.

- Drücken Sie die Taste UP/DOWN, um die Zielherzfrequenz - TARGET H.R.C. (Bild 22) - auszuwählen. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Verwenden Sie die Tasten UP/DOWN, um die Werte der folgenden Funktionen einzustellen: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Drücken Sie ENTER, um zu bestätigen.
- Drücken Sie START/STOP, um das Training zu beginnen.

**HINWEIS:** Während des Trainings hängt die Herzfrequenz des Benutzers von der Widerstandsstufe und der Geschwindigkeit ab. Das Herzfrequenz-Kontrollprogramm stellt sicher, dass Ihre Herzfrequenz im eingestellten Bereich bleibt. Wenn der Computer erkennt, dass Ihre Herzfrequenz höher als der eingestellte Wert ist, verringert sich der Widerstand automatisch oder Sie können das Tempo verlangsamen. Wenn Ihre Herzfrequenz niedriger ist als der eingestellte Wert, erhöht sich der Widerstand oder Sie können das Tempo beschleunigen.

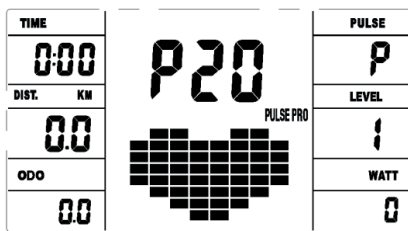


Bild 22

#### 4.8. KÖRPERFETT-TEST BODY FAT (P21)

Im Modus ohne Übung drücken Sie ENTER, um in die Einstellungen des Körperfett-Testprogramms (Bild 23) zu gelangen. Sie können die folgenden Parameter in der Reihenfolge einstellen: Trainierendenummer (1–8), Körpergröße (cm), Geschlecht, Alter (Jahre) und Gewicht (kg). Drücken Sie ENTER, um zum nächsten Parameter zu wechseln. Drücken Sie UP, um den Wert zu erhöhen, und DOWN, um ihn zu verringern.

Halten Sie dann den Pulssensor und drücken Sie START/STOP. Auf dem Display wird innerhalb von 10 Sekunden der Körperfettanteil in Prozent angezeigt.

Drücken Sie erneut START/STOP, um den Körperfett-Test zu beenden.

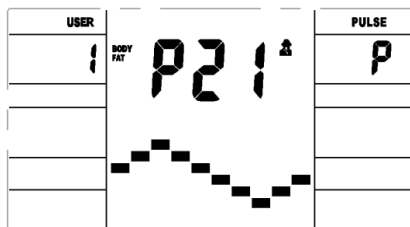


Bild 23

## ERGEBNISTABELLE BODY FAT

| Geschlecht/<br>Alter | Untergewicht | Normalgewicht | Leichtes<br>Übergewicht | Übergewicht | Fettleibigkeit |
|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|----------------|
| Mann/ ≤ 30           | < 14%        | 14%~20%       | 20.1%~25%               | 25.1%~35%   | > 35%          |
| Mann/ > 30           | < 17%        | 17%~23%       | 23.1%~28%               | 28.1%~38%   | > 38%          |
| Frau/ ≤ 30           | < 17%        | 17%~24%       | 24.1%~30%               | 30.1%~40%   | > 40%          |
| Frau/ > 30           | < 20%        | 20%~27%       | 27.1%~33%               | 33.1%~43%   | > 43%          |

### Hinweise:

1. Während des Körperfettmessungstests wird „Er.2“ auf dem Display angezeigt, wenn innerhalb von 10 Sekunden kein Testobjekt erkannt wird.
2. Nach der Anzeige des Testergebnisses wechselt das System automatisch in das empfohlene Fitnessprogramm, wenn innerhalb von 10 Sekunden keine Aktion ausgeführt oder keine Taste gedrückt wird.

## 4.9. RECOVERY-TEST

Der Erholungstest des Herzschlags vergleicht die Herzfrequenz vor und nach dem Training. Er ist so konzipiert, dass er die Ausdauer des Herz-Kreislauf-Systems durch Messung bestimmt. Bitte befolgen Sie die folgenden Schritte:

- A. Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren; der Computer zeigt den aktuellen Pulswert an.
- B. Drücken Sie die RECOVERY-Taste, um den Erholungstest des Herzschlags zu starten, und der Computer wechselt in den Stopp-Modus (Bild 24).

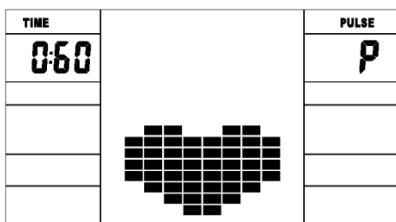


Bild 24

- C. Halten Sie die Hände auf den Pulssensoren, und ein vollständiger Countdown von einer Minute (von 00:60 bis 00:00) beginnt.
- D. Der Bildschirm zeigt das Testergebnis an: F1, F2, ... bis F6, wobei F1 das beste Ergebnis ist und F6 das schlechteste.
- E. Wenn der Computer keine Herzfrequenz erkennt, startet der Erholungstest des Herzschlags nicht, wenn Sie die RECOVERY-Taste drücken. Drücken Sie während des Tests die RECOVERY-Taste, um zu beenden und zum Hauptbildschirm zurückzukehren.

### 4.10. ULSMESSUNG

Legen Sie beide Hände auf die Pulssensoren, und der Computer zeigt nach 3-4 Sekunden Ihre aktuelle Herzfrequenz in Schlägen pro Minute (BPM) an. Während der Messung blinkt das Herzsymbol im Einklang mit einer simulierten EKG-Anzeige.

**Hinweis:** Während der Herzfrequenzmessung kann der Wert aufgrund von Störungen anfangs instabil sein, stabilisiert sich jedoch schnell. Die Messwerte sollten nicht als Grundlage für medizinische Behandlungen verwendet werden.

### 4.11. VERBINDUNG ÜBER BLUETOOTH / TRAINING MIT DER KINOMAP-APP

Die Konsole kann sich über Bluetooth mit der App auf Ihrem Mobilgerät verbinden, sodass Sie die Trainingsparameter auf Ihrem Telefon überwachen können. Um diese Funktion zu nutzen, laden Sie die dedizierte Kinomap-App herunter. Aktuelle Versionen sind im App Store (iOS) und im Google Play Store (Android) verfügbar.

1. Warten Sie das Gerät regelmäßig. Dies sollte mindestens alle 20 Betriebsstunden durchgeführt werden.
2. Die Instandhaltung umfasst die Kontrolle von:
  - bewegliche Teile des Gerätes, d.H. auf ordnungsgemäße Schmierung achten. Falls diese nicht richtig vorhanden ist, fetten Sie sie ein. Es wird empfohlen, spezielle Schmiermittel für Fahrradlager oder für Fitnessgeräte zu verwenden.
  - das Anziehen von Schrauben und Muttern,
  - Netzkabel (falls im Gerät vorhanden) auf Beschädigungen prüfen.
3. Verwenden Sie zum Reinigen des Geräts ein weiches Tuch, das Sie leicht mit Wasser oder mit Seife und Wasser angefeuchtet haben. Verwenden Sie keine starken Substanzen oder scharfen Reinigungsmittel, die das Gerät beschädigen können. Besondere Vorsicht ist bei Kunststoffteilen geboten.
4. Entfernen Sie nach jedem Gebrauch alle Schweiß- und Schmutzspuren vom Gerät.

## DE FEHLERBEHEBUNG

---

| Problem                                                                                             | Lösungsvorschlag                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Der Computer zeigt keine Daten an.</b>                                                           | 1. Bauen Sie den Computer auseinander und prüfen Sie, ob die Kabel richtig angeschlossen und nicht beschädigt sind.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Das Gerät macht während des Gebrauchs störende Geräusche.</b>                                    | Überprüfen Sie, ob alle Teile des Geräts korrekt installiert sind. Ziehen Sie die Schrauben an.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Die Herzfrequenz wird nicht angezeigt oder die Herzfrequenzanzeige zeigt Unregelmäßigkeiten.</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Überprüfen Sie, ob die Verbindungen des Sensorkabels und des Computers richtig angeschlossen sind.</li><li>2. Um eine korrekte Pulsmessung zu erhalten, müssen Sie beide Hände auf die Sensoren auflegen. Denken Sie daran, dass die Messungen des Herzfrequenzüberwachungssystems möglicherweise ungenau sein können.</li><li>3. Halten Sie die Sensoren nicht zu fest umgriffen. Dies kann zu Messfehlern führen.</li></ol> |
| <b>Das Gerät wackelt.</b>                                                                           | Drehene Sie die Endkappe am hinteren Fußrohr, um das Gerät auszurichten.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |



1. Sie haben folgende Möglichkeiten, um Ihre Reklamation zu melden:

- via Reklamationsformular auf der Internetseite: <https://trexsport.com/de/reklamation/>
- via E-Mail: [support@trexsport.com](mailto:support@trexsport.com)
- schriftlich an folgende Adresse:

**Grosner Sport GmbH**  
**Prenzlauer Str. 3D**  
**17321 Löcknitz**  
**Deutschland**

2. Mängel, die innerhalb der Gewährleistungsfrist auftreten, werden im Regelfall innerhalb von 14 Werktagen ab dem Zustelldatum des mangelhaften Artikels kostenlos beseitigt. Falls das Gerät zur Reparatur ins Ausland geschickt oder Ersatzteile aus dem Ausland beschafft werden müssen, kann die Reparatur länger dauern.
3. Es gilt das Recht des Landes, einschließlich der Gewährleistungsbestimmungen, in das die Ware geliefert wird. UN-Kaufrecht gilt nicht.
4. Die Gewährleistung gilt nicht für Schäden, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstanden sind.

## DE UMWELTSCHUTZ

---

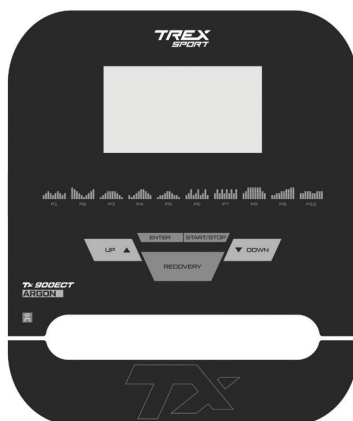


Dieses Produkt wird in einer Verpackung geliefert, um es vor möglichen Transportschäden zu schützen. Die Verpackung ist unverarbeitetes Rohmaterial und kann recycelt werden. Entsorgen Sie diese nach den geltenden Vorschriften der örtlichen Abfallentsorgung.



Gebrauchte elektrische Geräte (einschließlich eines Computers ) sind recycelbare Materialien – sie dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden, da sie Substanzen enthalten können, die für die menschliche Gesundheit und die Umwelt gefährlich sein können! Bitte helfen Sie aktiv beim wirtschaftlichen Umgang mit natürlichen Ressourcen und beim Umweltschutz, indem Sie dieses Gerät bei der entsprechenden Rücknahmestelle abgeben.

## 1. DISPLAY VIEW



## 2. SYMBOLS ON THE DISPLAY

|                |                                                                                                                                                                                                       |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Displays the current speed during exercise. Range: 0.0–99.9 km/h.                                                                                                                                     |
| <b>RPM</b>     | RPM - revolutions per minute. Range: 0–999.                                                                                                                                                           |
| <b>TIME</b>    | Displays the training time. Range: 0:00–99:59.                                                                                                                                                        |
| <b>DIST</b>    | Displays the distance covered during exercise. Range: 0.0–99.9–999 km. Pre-set distance range: 1.0–99.0–999. When the distance reaches 0, the program will stop, and the computer will emit an alarm. |
| <b>ODO</b>     | Displays the total distance covered by the user. Range: 0.0–999.9 km.                                                                                                                                 |
| <b>CALORIE</b> | Displays the calories burned during exercise. Range: 0–999.                                                                                                                                           |
| <b>PULSE</b>   | Displays the pulse measured during exercise. Range: 6–240 bpm.                                                                                                                                        |
| <b>WATT</b>    | Displays energy consumption during exercise. Range: 10–300.                                                                                                                                           |

**NOTE:** Pulse measurement results cannot be treated as medical data and used for diagnostic purposes.

### 3. BUTTONS FEATURES

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• In the „stop“ mode, press the ENTER button to go to program selection and setting values that are flashing in the appropriate window.</li> <li>A: When you select a program, press ENTER to confirm your choice.</li> <li>B: During the setting, press ENTER to confirm the value you want to preset.</li> <li>• In the start mode, press ENTER to select speed or RPM display, or switch automatically.</li> </ul>                                                                                    |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Press the START/STOP button to start or stop the programs.</li> <li>• In any mode, hold this button for 2 seconds to completely reset the computer.</li> <li>• In any mode, hold down the ENTER and START/STOP buttons for 2 seconds to completely reset the computer and the ODO counter.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                  |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• In stop mode, when a symbol flashes on the display, press this button to select a higher program. If a value flashes in the appropriate window, press this button to increase the value.</li> <li>• In start mode, press this button to increase the workout resistance.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• In stop mode, when a symbol flashes on the display, press this button to select a lower program. If a value flashes in the appropriate window, press this button to decrease the value.</li> <li>• In start mode, press this button to decrease the workout resistance.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• First, check your current heart rate and display its value, press this button to enter the heart rate recovery test.</li> <li>• When you are in the heart rate recovery test mode, press this button to exit.</li> </ul> <p><b>NOTICE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pressing the UP or DOWN button should correspond to different modes.</li> <li>2. It is recommended to place your finger in the designated area to select functions and avoid incorrect operations.</li> </ol> |

## 4. MAIN FUNCTIONS OF THE COMPUTER

### 4.1. STARTING THE COMPUTER

Connect one end of the power cord to the power source and the other to the device.

The computer will emit a sound and enter the initial mode.

The computer will automatically turn off if no operation is detected for more than 4 minutes. During this time, it will save the data from the current workout and reduce resistance to the minimum. After pressing any button or starting movement, the computer will turn on automatically.

### 4.2. SELECTING A PROGRAM

Press the UP/DOWN button to select a program.

Manual program → Preset program mode (P1–P10) → User program mode (P11–P15) → Watt mode (P16) → H.R.C. mode (P17–P20) → BODY FAT test (P21).

### 4.3. MANUAL PROGRAM AND PRESET PROGRAMS (P1-P10)

- A. Press the UP/DOWN button to start training in manual mode (Fig. 1) or in one of the preset programs:
  - P1 – Rolling (Fig. 2)
  - P2 – Valley (Fig. 3)
  - P3 – Fat Burning (Fig. 4)
  - P4 – Climb (Fig. 5)
  - P5 – Hill (Fig. 6)
  - P6 – Interval (Fig. 7)
  - P7 – Cardio (Fig. 8)
  - P8 – Endurance (Fig. 9)
  - P9 – Incline (Fig. 10)
  - P10 – Rally (Fig. 11)
- B. Press the ENTER button to confirm the selected program and go to the function setting window.
- C. Use the UP/DOWN buttons to set the value for the following functions: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Press ENTER to confirm.
- D. Press START/STOP to begin the exercise.

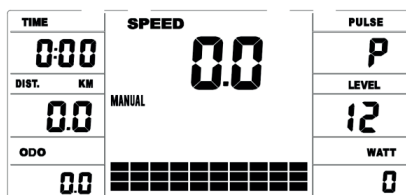


Figure 1

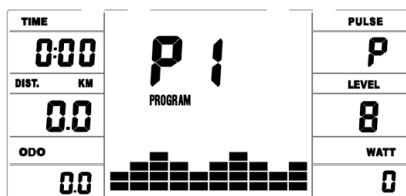


Figure 2



Figure 3

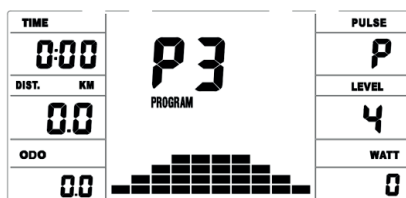


Figure 4

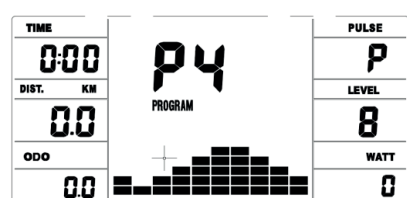


Figure 5



Figure 6



Figure 7



Figure 8

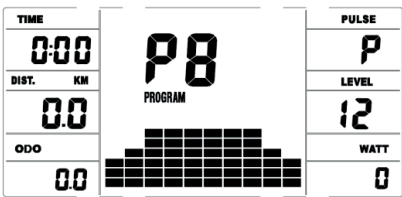


Figure 9

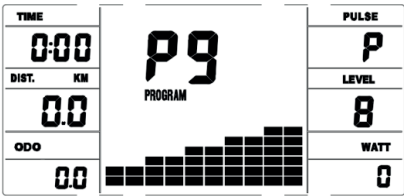


Figure 10



Figure 11

**4.4. USER PROGRAM MODE (P11-P15)**

- A. Press the UP/DOWN button to select a user program: P11 (Fig. 12), P12 (Fig. 13), P13 (Fig. 14), P14 (Fig. 15), P15 (Fig. 16).
- B. Press ENTER to confirm your choice and go to the function setting window.
- C. Use the UP/DOWN buttons to set the value for the following functions: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Press ENTER to confirm.
- D. Use the UP/DOWN buttons to create the user profile. Adjust the resistance level in each of the 10 columns of the user program. Press ENTER to confirm.

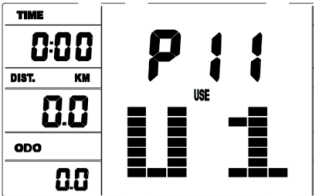


Figure 12



Figure 13

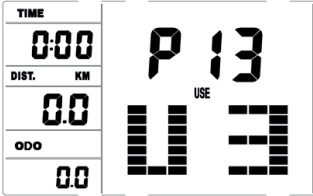


Figure 14

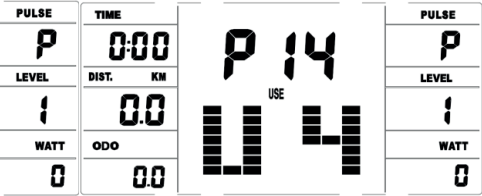


Figure 15



Figure 16

**4.5. WATT PROGRAM (P16)**

- A. Press the UP/DOWN button to select the WATT program (Fig. 17).
- B. Press ENTER to confirm the selection and go to the function setting window.
- C. Use the UP/DOWN buttons to set the value for the following functions: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Press ENTER to confirm.
- D. Use the UP/DOWN buttons to set the target WATT value. Press ENTER to confirm.
- E. Press START/STOP to begin the exercise.



Figure 17

4.6. H.R.C. MODE (P17-P19)

- A. Press the UP/DOWN button to select a heart rate control program: 55% (Fig. 19), 75% (Fig. 20), or 95% (Fig. 21). Press ENTER to confirm.
- B. Use the UP/DOWN buttons to set the user's age (Fig. 18). Press ENTER to confirm.
- C. Use the UP/DOWN buttons to set the value for the following functions: TIME, DIST, CALORIE. Press ENTER to confirm.
- D. After selecting the target heart rate control program, the computer will display the target value based on the entered age.
- E. Press START/STOP to begin the exercise.

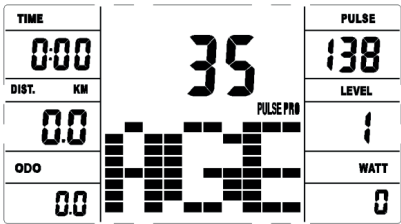


Figure 18

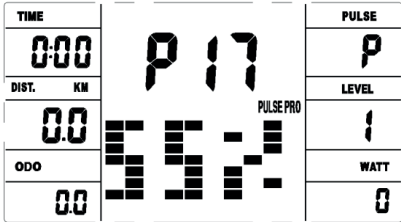


Figure 19

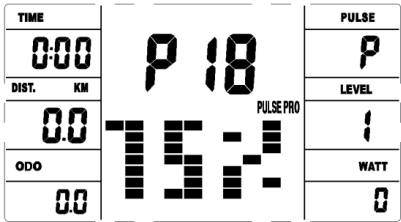


Figure 20

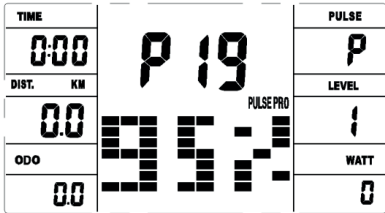


Figure 21

4.7. TARGET H.R.C. (P20)

The user can set any target heart rate for exercise.

- A. Press the UP/DOWN button to select the target heart rate value - TARGET H.R.C. (Fig. 22). Press ENTER to confirm.
- B. Use the UP/DOWN buttons to set the value for the following functions: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Press ENTER to confirm.
- C. Press START/STOP to begin the exercise.

**NOTE:** During exercise, the user's heart rate depends on the level of resistance and speed. The heart rate control program ensures that your heart rate stays within the set value. When the computer detects that your heart rate is higher than the set value, it will automatically reduce the resistance level, or you can slow down. If your heart rate is lower than the set value, the resistance will increase, or you can speed up.

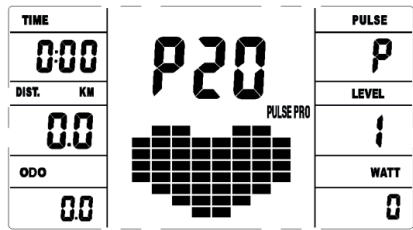


Figure 22

4.8. BODY FAT TEST (P21)

In non-exercise mode, press ENTER to go to the body fat test program settings (Fig. 23). You can set the following parameters in sequence: user number (1-8), height (cm), gender, age (years), and weight (kg). Press ENTER to move to the next parameter. Press UP to increase the value and DOWN to decrease it. Then, hold the pulse sensor and press START/STOP. The body fat percentage will appear on the display within 10 seconds. Press START/STOP again to end the body fat test.

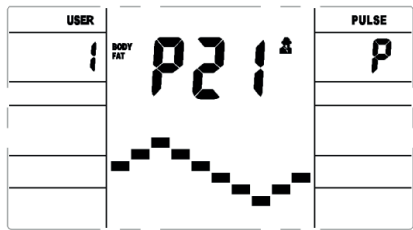


Figure 23



RESULTS TABLE BODY FAT

| Gender/Age   | Underweight | Normal weight | Slightly overweight | Overweight | Obesity |
|--------------|-------------|---------------|---------------------|------------|---------|
| Male/ ≤ 30   | < 14%       | 14%~20%       | 20.1%~25%           | 25.1%~35%  | > 35%   |
| Male/ > 30   | < 17%       | 17%~23%       | 23.1%~28%           | 28.1%~38%  | > 38%   |
| Female/ ≤ 30 | < 17%       | 17%~24%       | 24.1%~30%           | 30.1%~40%  | > 40%   |
| Female/ > 30 | < 20%       | 20%~27%       | 27.1%~33%           | 33.1%~43%  | > 43%   |

Notes:

- 1. During the body fat measurement test, the display will show "Er.2" if no test object is detected within 10 seconds.
- 2. After displaying the test result, if no operation is performed or no button is pressed within 10 seconds, the system will automatically switch to the recommended fitness improvement program.

4.9. RECOVERY TEST

The heart rate recovery test compares the heart rate before and after exercise. It is designed to assess cardiovascular endurance through measurement. Please follow the steps below:

- A. Place both hands on the pulse sensors; the computer will display the current heart rate value.
- B. Press the RECOVERY button to start the heart rate recovery test, and the computer will enter stop mode (Fig. 24).

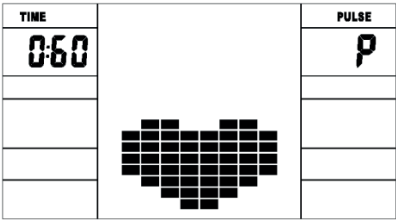


Figure 24

- C. Keep your hands on the pulse sensors; a full-minute countdown will begin (from 00:60 to 00:00).
- D. The screen will display the test result: F1, F2, ... up to F6, with F1 being the best result and F6 being the weakest.
- E. If the computer does not detect a heart rate, pressing the RECOVERY button will not start the heart rate recovery test. During the test, press RECOVERY to exit and return to the main screen.

#### **4.10. HEART RATE MEASUREMENT**

Place both hands on the pulse sensors, and the computer will display your current heart rate in beats per minute (BPM) after 3–4 seconds. During the measurement, the heart icon will flash along with the simulated ECG reading.

**Notes:** During heart rate measurement, due to possible interference, the reading may initially be unstable but will soon stabilize. The measurement value should not be used as a basis for medical treatment.

#### **4.11. BLUETOOTH CONNECTION / TRAINING WITH THE KINOMAP APP**

The console can connect to the app on your mobile device via Bluetooth, allowing you to monitor training parameters on your phone. To use this feature, download the dedicated Kinomap app. Current versions are available in the App Store (iOS) and Google Play Store (Android).

1. Regular maintenance of the device should be considered. It should be carried out at least every 20 hours of operation of the device.
2. Maintenance includes:
  - checking on moving parts of the equipment and keeping them greased. It is recommended to use bicycle bearing greases or multi-component greases for fitness equipment.
  - taking care of other parts of the device, i.e. tightening bolts and nuts,
  - checking power cords (if present in the device) for damage.
3. To clean the equipment it's recommended to use a soft cloth slightly moistened with water or possibly with soap and water. Do not use strong substances or sharp cleaning materials that can damage the equipment. Particular care should be taken with plastic components.
4. After each use, remove all traces of sweat and dirt from the device.

## EN TROUBLESHOOTING

---

| Problem                                                                        | Possible solution                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>The computer doesn't display data.</b>                                      | 1. Disassemble the computer and check if the cables are correctly connected and are not damaged.                                                                                                                                                                                                     |
| <b>The device makes disturbing sounds during use.</b>                          | Check if all parts of the device are installed correctly. Tighten the screws.                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>The computer doesn't display the heartbeat or the values are incorrect.</b> | 1. Make sure that the pulse sensor and computer cables are properly connected.<br>2. To ensure correct pulse reading, hold both hands on the sensors. Remember that the measurements may be slightly inaccurate. Do not clamp your hands on the sensors too much as it may cause measurement errors. |
| <b>The equipment is unstable.</b>                                              | Turn the end of the rear stabilizer to level the device.                                                                                                                                                                                                                                             |

1. Customer has the following options for submitting a complaint:
  - by filling the form on website: <https://trexsport.com/pl/serwis/>
  - by an email: [support@trexsport.com](mailto:support@trexsport.com)
  - in writing to the correspondence address:  
**TREX S.A.**  
**ul. Długa 24/13**  
**31-146 Kraków**  
**Poland**
2. Defects revealed during the warranty period will be removed free of charge within 14 working days from the date of delivery of device. If it is necessary to send product for repair abroad or to import spare parts from abroad, the repair period may be extended.
3. The law of the country to which the goods were delivered shall apply, including warranty rules. CISG does not apply.
4. The warranty does not cover damage caused by improper use.

## EN ENVIRONMENTAL PROTECTION

---



This item has been packaged to protect it from potential damage during shipping. The packaging can be recycled. Discard these materials according to their type.



Used electrical devices (including the computer in this item) are recyclable materials-you must not discard them to your household waste as they may contain dangerous substances for human health and environment! We kindly ask you for your active help in economical management of natural resources and environmental protection by handing over the used electrical devices to the right recycling facility.

## 1. AFFICHAGE



## 2. MARQUES SUR L’AFFICHAGE

|                |                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Affiche la vitesse actuelle pendant l'exercice. Plage : 0.0–99.9 km/h.                                                                                                                                                |
| <b>RPM</b>     | RPM - tours par minute. Plage : 0–999.                                                                                                                                                                                |
| <b>TIME</b>    | Affiche le temps d'entraînement. Plage : 0.00–99.59.                                                                                                                                                                  |
| <b>DIST</b>    | Affiche la distance parcourue pendant l'exercice. Plage : 0.0–99.9–999 km. Plage de distance prédéfinie : 1.0–99.0–999. Lorsque la distance atteint 0, le programme s'arrête et l'ordinateur émet un signal d'alarme. |
| <b>ODO</b>     | Affiche la distance totale parcourue par l'utilisateur. Plage : 0.0–999.9 km.                                                                                                                                         |
| <b>CALORIE</b> | Affiche les calories brûlées pendant l'exercice. Plage : 0–999.                                                                                                                                                       |
| <b>PULSE</b>   | Affiche la fréquence cardiaque mesurée pendant l'exercice. Plage : 6–240 bpm.                                                                                                                                         |
| <b>WATT</b>    | Affiche la consommation d'énergie pendant l'exercice. Plage : 10–300.                                                                                                                                                 |

**Remarque :** les résultats de mesure du pouls ne peuvent pas être traités comme des données médicales et ne peuvent pas être utilisés à des fins de diagnostic.

### 3. FONCTIONS DES BOUTONS

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• En mode „arrêt“, appuyez sur le bouton ENTER pour accéder à la sélection du programme et au réglage des valeurs qui clignotent dans la fenêtre correspondante.</li> <li>A: Lorsque vous sélectionnez un programme, appuyez sur ENTER pour confirmer votre choix.</li> <li>B: Lors du réglage, appuyez sur ENTER pour confirmer la valeur que vous souhaitez prédéfinir.</li> <li>• En mode démarrage, appuyez sur ENTER pour sélectionner l'affichage de la vitesse ou des RPM, ou pour passer automatiquement d'un mode à l'autre.</li> </ul>                                                          |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Appuyez sur le bouton START/STOP pour démarrer ou arrêter les programmes.</li> <li>• En mode quelconque, maintenez ce bouton enfoncé pendant 2 secondes pour réinitialiser complètement l'ordinateur.</li> <li>• En mode quelconque, maintenez les boutons ENTER et START/STOP enfoncés pendant 2 secondes pour réinitialiser complètement l'ordinateur et le comp-<br/>teur ODO.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• En mode arrêt, lorsque le symbole clignote sur l'écran, appuyez sur ce bouton pour sélectionner un programme supérieur. Si une valeur clignote dans la fenêtre correspondante, appuyez sur ce bouton pour augmenter la valeur.</li> <li>• En mode démarrage, appuyez sur ce bouton pour augmenter la résistance de l'entraînement.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• En mode arrêt, lorsque le symbole clignote sur l'écran, appuyez sur ce bouton pour sélectionner un programme inférieur. Si une valeur clignote dans la fenêtre correspondante, appuyez sur ce bouton pour diminuer la valeur.</li> <li>• En mode démarrage, appuyez sur ce bouton pour diminuer la résistance de l'entraînement.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vérifiez d'abord votre fréquence cardiaque actuelle et affichez sa valeur, appuyez sur ce bouton pour passer au test de récupération de la fréquence cardiaque.</li> <li>• Lorsque vous êtes en mode test de récupération de la fréquence cardiaque, appuyez sur ce bouton pour quitter.</li> </ul> <p><b>REMARQUE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Appuyer sur le bouton UP ou DOWN doit être conforme aux différents modes.</li> <li>2. Il est recommandé de placer votre doigt dans la zone désignée pour sélectionner les fonctions et éviter les actions incorrectes.</li> </ol> |

### 4. PRINCIPALES FONCTIONS DE L'ORDINATEUR

#### 4.1. DÉMARRAGE DE L'ORDINATEUR

Branchez une extrémité du câble d'alimentation à la source d'alimentation et l'autre à l'appareil.

L'ordinateur émettra un bip et passera en mode de démarrage.

L'ordinateur s'éteindra automatiquement s'il ne détecte aucune activité pendant plus de 4 minutes. Pendant ce temps, il enregistrera les données de l'entraînement en cours et réduira la résistance au minimum. Après avoir appuyé sur n'importe quel bouton ou commencé à bouger, l'ordinateur se rallumera automatiquement.

#### 4.2. SÉLECTION DU PROGRAMME

Appuyez sur les boutons UP/DOWN pour sélectionner un programme.

Programme manuel (Manual) → Mode Programmes prédéfinis (P1–P10) → Mode Programme utilisateur (P11–P15) → Mode Watt (P16) → Mode H.R.C. (P17–P20) → Test BODY FAT (P21).

### 4.3. PROGRAMME MANUEL (MANUAL) ET MODE PROGRAMMES PRÉDÉFINIS (P1-P10)

- A.** Appuyez sur les boutons UP/DOWN pour commencer l'entraînement en mode manuel (Fig. 1) ou dans l'un des programmes prédéfinis :
- P1 – Roulement (Fig. 2)
  - P2 – Vallée (Fig. 3)
  - P3 – Brûlage des graisses (Fig. 4)
  - P4 – Montée (Fig. 5)
  - P5 – Montagne (Fig. 6)
  - P6 – Intervalle (Fig. 7)
  - P7 – Cardio (Fig. 8)
  - P8 – Endurance (Fig. 9)
  - P9 – Inclinaison (Fig. 10)
  - P10 – Rallye (Fig. 11)
- B.** Appuyez sur le bouton ENTER pour confirmer le programme sélectionné et accéder à la fenêtre de réglage des fonctions.
- C.** Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir les valeurs des fonctions suivantes : TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- D.** Appuyez sur START/STOP pour commencer l'exercice.

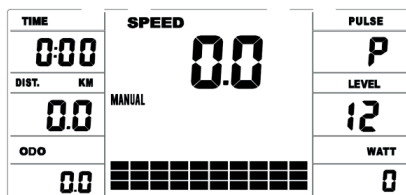


Figure 1



Figure 2



Figure 3

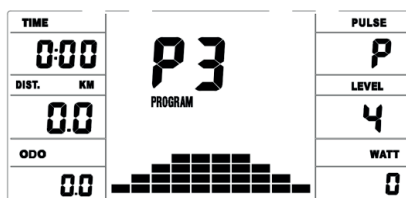


Figure 4

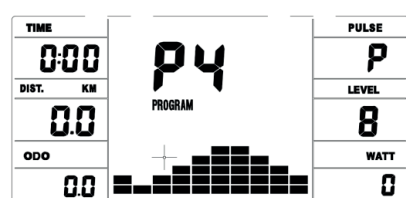


Figure 5

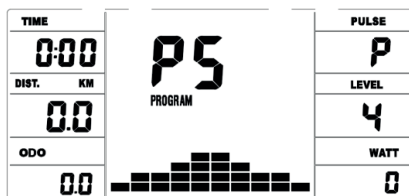


Figure 6

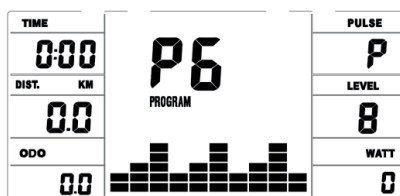


Figure 7

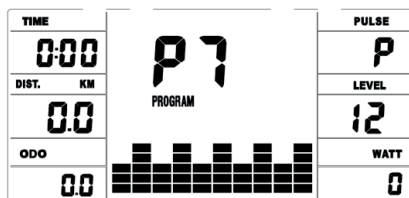


Figure 8

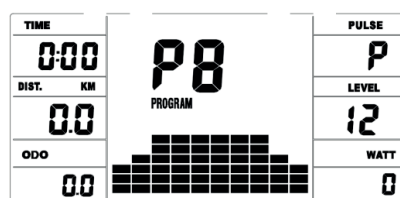


Figure 9

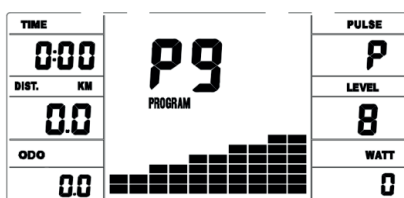


Figure 10

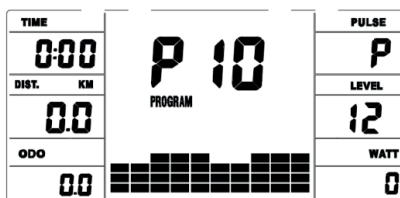


Figure 11

#### 4.4. MODE PROGRAMME UTILISATEUR (P11-P15)

- A. Appuyez sur les boutons UP/DOWN pour choisir un programme utilisateur : P11 (Fig. 12), P12 (Fig. 13), P13 (Fig. 14), P14 (Fig. 15), P15 (Fig. 16).
- B. Appuyez sur ENTER pour confirmer votre sélection et accéder à la fenêtre de réglage des fonctions.
- C. Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir les valeurs des fonctions suivantes : TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- D. Utilisez les boutons UP/DOWN pour créer le profil utilisateur. Ajustez le niveau de résistance dans chacune des 10 colonnes du programme utilisateur. Appuyez sur ENTER pour confirmer.

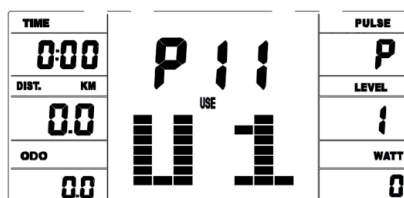


Figure 12

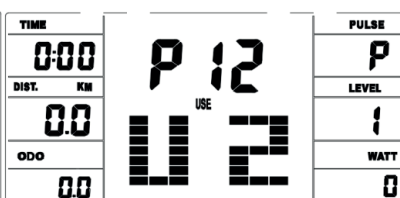


Figure 13



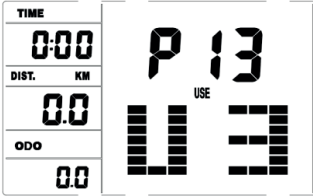


Figure 14

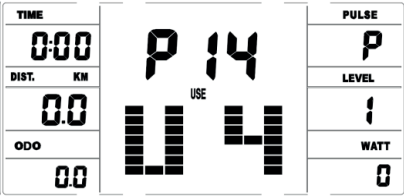


Figure 15



Figure 16

**4.5. PROGRAMME WATT (P16)**

- A. Appuyez sur les boutons UP/DOWN pour sélectionner le programme WATT (Fig. 17).
- B. Appuyez sur ENTER pour confirmer la sélection et accéder à la fenêtre de réglage des fonctions.
- C. Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir les valeurs des fonctions suivantes : TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- D. Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir la valeur cible de WATT. Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- E. Appuyez sur START/STOP pour commencer l'exercice.



Figure 17

#### 4.6. MODE H.R.C. (P17-P19)

- A. Appuyez sur les boutons UP/DOWN pour sélectionner le programme de contrôle du pouls : 55 % (Fig. 19), 75 % (Fig. 20) ou 95 % (Fig. 21). Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- B. Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir l'âge de l'utilisateur (Fig. 18). Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- C. Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir les valeurs des fonctions suivantes : TIME, DIST, CALORIE. Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- D. Après avoir sélectionné le programme de contrôle du pouls cible, l'ordinateur affichera la valeur cible en fonction de l'âge saisi.
- E. Appuyez sur START/STOP pour commencer l'exercice.

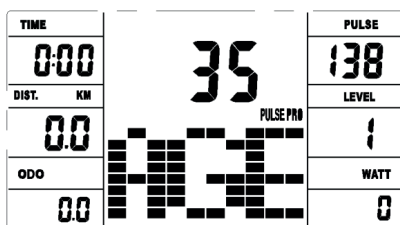


Figure 18

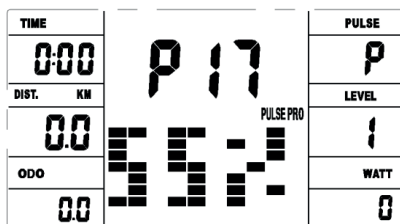


Figure 19

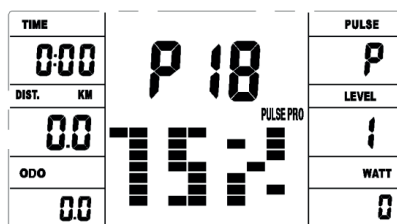


Figure 20

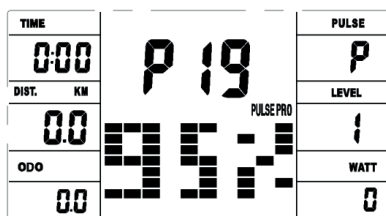


Figure 21

#### 4.7. MODE TARGET H.R.C. (P20)

L'utilisateur peut définir un rythme cardiaque cible pour l'exercice.

- A. Appuyez sur les boutons UP/DOWN pour choisir la valeur cible du pouls - TARGET H.R.C. (Fig. 22). Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- B. Utilisez les boutons UP/DOWN pour définir les valeurs des fonctions suivantes : TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Appuyez sur ENTER pour confirmer.
- C. Appuyez sur START/STOP pour commencer l'exercice.

**REMARQUE :** Pendant l'exercice, le rythme cardiaque de l'utilisateur dépend du niveau de résistance et de la vitesse. Le programme de contrôle du pouls garantit que votre rythme cardiaque reste dans la plage définie. Lorsque l'ordinateur détecte que votre rythme cardiaque est supérieur à la valeur définie, il réduit automatiquement le niveau de résistance ou vous pouvez ralentir. Si votre rythme cardiaque est inférieur à la valeur définie, la résistance augmente ou vous pouvez accélérer.

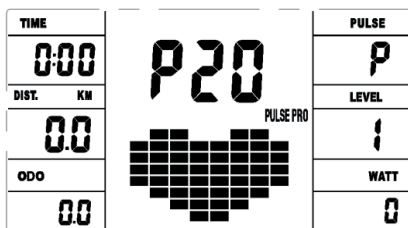


Figure 22

#### 4.8. TEST BODY FAT (P21)

En mode hors exercice, appuyez sur ENTER pour accéder aux paramètres du programme de graisse corporelle (Fig. 23). Vous pouvez définir les paramètres suivants dans cet ordre : numéro d'utilisateur (1-8), taille (cm), sexe, âge (années) et poids (kg). Appuyez sur ENTER pour passer au paramètre suivant. Appuyez sur UP pour augmenter la valeur et sur DOWN pour la diminuer.

Ensuite, tenez le capteur de pouls et appuyez sur START/STOP. Le pourcentage de graisse corporelle s'affichera dans les 10 secondes.

Appuyez de nouveau sur START/STOP pour terminer le test de mesure de la graisse corporelle.

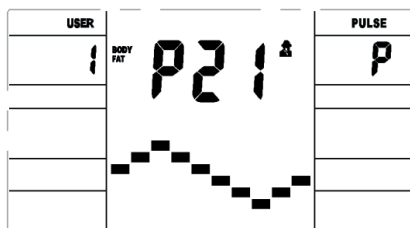


Figure 23

## TABLEAU DES RÉSULTATS BODY FAT

| Sexe/Âge     | insuffisance pondérale | Poids normal | Surpoids léger | Surpoids  | Obésité |
|--------------|------------------------|--------------|----------------|-----------|---------|
| Homme / ≤ 30 | < 14%                  | 14%~20%      | 20.1%~25%      | 25.1%~35% | > 35%   |
| Homme / > 30 | < 17%                  | 17%~23%      | 23.1%~28%      | 28.1%~38% | > 38%   |
| Femme / ≤ 30 | < 17%                  | 17%~24%      | 24.1%~30%      | 30.1%~40% | > 40%   |
| Femme / > 30 | < 20%                  | 20%~27%      | 27.1%~33%      | 33.1%~43% | > 43%   |

## Remarques :

1. Pendant le test de mesure de la graisse corporelle, l'écran affichera « Er.2 » si aucun objet de test n'est détecté dans les 10 secondes.
2. Après l'affichage du résultat du test, si aucune opération n'est effectuée ou si aucun bouton n'est pressé dans les 10 secondes, le système passera automatiquement au programme recommandé pour améliorer la condition physique.

## 4.9. TEST DE RECOVERY

Le test de récupération du rythme cardiaque compare le pouls avant et après l'exercice. Il est conçu pour évaluer l'endurance cardiovasculaire en mesurant les variations du rythme cardiaque. Veuillez suivre les étapes ci-dessous :

- A. Placez vos deux mains sur les capteurs de pouls ; l'ordinateur affichera la valeur actuelle de votre rythme cardiaque.
- B. Appuyez sur le bouton RECOVERY pour commencer le test de récupération du rythme cardiaque et l'ordinateur passera en mode arrêt (Fig. 24).

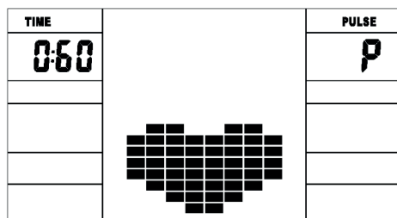


Figure 24

- C. Gardez vos mains sur les capteurs de pouls, un compte à rebours complet d'une minute commencera (de 00:60 à 00:00).
- D. L'écran affichera le résultat du test : F1, F2, ... jusqu'à F6. F1 étant le meilleur résultat, F6 étant le moins bon.
- E. Si l'ordinateur ne détecte pas de rythme cardiaque, appuyer sur le bouton RECOVERY ne déclenchera pas le test de récupération du rythme cardiaque. Pendant le test, appuyez sur RECOVERY pour quitter et revenir à l'écran principal.

#### **4.10. MESURE DU RYTHME CARDIAQUE**

Placez vos deux mains sur les capteurs de pouls et l'ordinateur affichera votre rythme cardiaque actuel en battements par minute (BPM) après 3 à 4 secondes. Pendant la mesure, l'icône du cœur clignotera en synchronisation avec une lecture simulée de l'ECG.

**Remarques :** Pendant la mesure du rythme cardiaque, en raison d'éventuelles interférences, la lecture peut être instable au début, mais elle se stabilisera rapidement. La valeur de la mesure ne doit pas être utilisée comme base pour un traitement médical.

#### **4.11. CONNEXION BLUETOOTH / ENTRAÎNEMENT AVEC L'APPLICATION KINOMAP**

La console peut se connecter à l'application sur votre appareil mobile via Bluetooth, vous permettant de suivre les paramètres de l'entraînement sur votre téléphone. Pour utiliser cette fonctionnalité, téléchargez l'application dédiée Kinomap. Les versions actuelles sont disponibles sur l'App Store (iOS) et Google Play Store (Android).

1. Entretenez régulièrement l'appareil. Il doit être effectué au moins toutes les 20 heures de fonctionnement de l'équipement.
2. La maintenance comprend le contrôle:
  - les pièces mobiles de l'appareil, c'est-à-dire vérifier qu'elles sont correctement lubrifiées. Sinon, graissez-les. Il est recommandé d'utiliser des lubrifiants spéciaux pour les roulements de vélo ou pour les appareils de fitness.
  - toutes les pièces de l'appareil, c'est-à-dire les vis et les écrous de serrage,
  - cordons d'alimentation (s'ils sont présents dans l'appareil) pour tout dommage.
3. Pour nettoyer l'équipement, utilisez un chiffon doux et légèrement humidifié avec de l'eau ou éventuellement avec de l'eau et du savon. N'utilisez pas de substances fortes ou de produits de nettoyage agressifs pouvant endommager l'équipement. Un soin particulier doit être apporté aux composants en plastique.
4. Après chaque utilisation, retirez toute trace de sueur et de saleté de l'appareil.

---

## FR LA RÉOLUTION DES PROBLÈMES

---

| Problème                                                                            | Résolution                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>L'ordinateur n'affiche pas de données.</b>                                       | 1. Démontez l'ordinateur et vérifiez que les câbles sont correctement connectés et ne sont pas endommagés.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>L'appareil émet des sons dérangeants pendant l'utilisation.</b>                  | Vérifiez que toutes les pièces de l'appareil sont correctement installées. Serrez les vis.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>L'ordinateur n'affiche pas les pulsations ou contient des valeurs couvertes.</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Assurez-vous que le capteur cardiaque et les câbles de l'ordinateur sont correctement connectés.</li><li>2. Pour assurer une lecture correcte du pouls, tenez les deux mains sur les capteurs. N'oubliez pas que les mesures du système de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexactes.</li><li>3. Ne serrez pas trop les mains sur les capteurs. Cela peut provoquer des erreurs de mesure.</li></ol> |
| <b>L'appareil n'est pas stable.</b>                                                 | Tourner la pointe du stabilisateur arrière pour niveler le vélo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

1. Le client a les possibilités suivantes pour signaler une réclamation:

- via le formulaire de réclamation sur le site web : <https://trexsport.com/fr/reclamation/>
- par e-mail: [support@trexsport.com](mailto:support@trexsport.com)
- par écrit à l'adresse suivante:

**Grosner Sport GmbH**  
**Prenzlauer Str. 3D**  
**17321 Löcknitz**  
**Allemagne**

2. Les défauts survenus pendant la période de garantie seront généralement réparés gratuitement dans un délai de 14 jours ouvrables à compter de la date de livraison du produit défectueux. Si l'envoi de l'appareil pour réparation à l'étranger ou l'importation de pièces de rechange de l'étranger est nécessaire, la réparation peut prendre plus de temps.
3. La loi du pays de livraison des marchandises s'applique, y compris les dispositions relatives à la garantie. La Convention des Nations unies sur les contrats de vente internationale de marchandises ne s'applique pas.
4. La garantie ne couvre pas les dommages causés par une utilisation incorrecte.

---

**FR PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT**

---

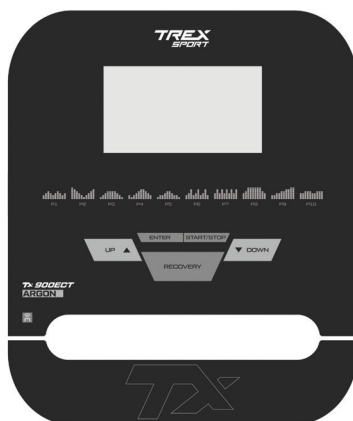


Ce produit est fourni dans un emballage pour le protéger de tout dommage pendant le transport. L'emballage est une matière première non transformée et peut être recyclé. Jeter ces matériaux selon leur type.



Les appareils électriques usagés (y compris un ordinateur dans cet appareil) sont des matériaux recyclables – ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères, car ils peuvent contenir des substances dangereuses pour la santé humaine et l'environnement! Veuillez aider activement à la gestion économique des ressources naturelles et à la protection de l'environnement en remettant l'appareil utilisé au point de stockage des matériaux recyclables – appareils électriques usagés.

## 1. WIDOK WYŚWIETLACZA



## 2. OZNACZENIA NA WYŚWIETLACZU

|                |                                                                                                                                                                                                  |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Wyświetla aktualną prędkość podczas ćwiczeń. Zakres: 0.0–99.9 km/h.                                                                                                                              |
| <b>RPM</b>     | RPM - obroty na minutę. Zakres: 0–999.                                                                                                                                                           |
| <b>TIME</b>    | Wyświetla czas treningu. Zakres: 0:00–99:59.                                                                                                                                                     |
| <b>DIST</b>    | Wyświetla pokonany dystans podczas ćwiczeń. Zakres: 0.0–99.9–999 km. Wstępnie ustawiony zakres dystansu: 1.0–99.0–999. Gdy dystans osiągnie 0, program zatrzyma się, a komputer wyemituje alarm. |
| <b>ODO</b>     | Wyświetla całkowity pokonany dystans przez użytkownika. Zakres: 0.0–999.9 km.                                                                                                                    |
| <b>CALORIE</b> | Wyświetla spalone kalorie podczas treningu. Zakres: 0–999.                                                                                                                                       |
| <b>PULSE</b>   | Wyświetla mierzony puls podczas ćwiczeń. Zakres: 6–240 bpm.                                                                                                                                      |
| <b>WATT</b>    | Wyświetla zużycie energii podczas ćwiczeń. Zakres: 10–300.                                                                                                                                       |

**Uwaga:** Wyniki pomiaru pulsu nie mogą być traktowane jako dane medyczne i wykorzystywane w celach diagnostycznych.



### 3. FUNKCJE PRZYCISKÓW

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• W trybie „stop”, naciśnij przycisk ENTER, aby przejść do wyboru programu i ustawienia wartości, które migają w odpowiednim oknie.</li> <li>A: Gdy wybierzesz program, naciśnij ENTER, aby potwierdzić swój wybór.</li> <li>B: Podczas ustawiania naciśnij ENTER, aby potwierdzić wartość, którą chcesz wstępnie ustawić.</li> <li>• W trybie start, naciśnij ENTER, aby wybrać wyświetlanie prędkości lub RPM, albo przełączać się automatycznie.</li> </ul>                                             |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Naciśnij przycisk START/STOP, aby uruchomić lub zatrzymać programy.</li> <li>• W dowolnym trybie przytrzymaj ten przycisk przez 2 sekundy, aby całkowicie zresetować komputer.</li> <li>• W dowolnym trybie przytrzymaj przyciski ENTER i START/STOP przez 2 sekundy, aby całkowicie zresetować komputer oraz licznik ODO.</li> </ul>                                                                                                                                                                    |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• W trybie stop, gdy miga znak na wyświetlaczu, naciśnij ten przycisk, aby wybrać wyższy program. Jeśli miga wartość w odpowiednim oknie, naciśnij ten przycisk, aby zwiększyć wartość.</li> <li>• W trybie start, naciśnij ten przycisk, aby zwiększyć opór treningowy.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• W trybie stop, gdy miga znak na wyświetlaczu, naciśnij ten przycisk, aby wybrać niższy program. Jeśli miga wartość w odpowiednim oknie, naciśnij ten przycisk, aby zmniejszyć wartość.</li> <li>• W trybie start, naciśnij ten przycisk, aby zmniejszyć opór treningowy.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Najpierw sprawdź swoje aktualne tętno i wyświetl jego wartość, naciśnij ten przycisk, aby przejść do testu regeneracji tętna.</li> <li>• Gdy jesteś w trybie testu regeneracji tętna, naciśnij ten przycisk, aby wyjść.</li> </ul> <p><b>UWAGA:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Naciśnięcie przycisku UP lub DOWN powinny być zgodne z różnymi trybami.</li> <li>2. Zaleca się umieścić palec w wyznaczonym obszarze, aby wybrać funkcje i uniknąć nieprawidłowych działań.</li> </ol> |

### 4. GŁÓWNE FUNKCJE KOMPUTERA

#### 4.1. URUCHAMIANIE KOMPUTERA

Podłącz jeden koniec przewodu zasilającego do źródła zasilania, a drugi do urządzenia.

Komputer wyda sygnał dźwiękowy i przejdzie w tryb początkowy.

Komputer wyłączy się automatycznie, jeśli przez ponad 4 minuty nie zostanie wykryta żadna operacja. W tym czasie zapisze dane z bieżącego treningu i zmniejszy opór do minimum. Po naciśnięciu dowolnego przycisku lub rozpoczęciu ruchu, komputer włączy się automatycznie.

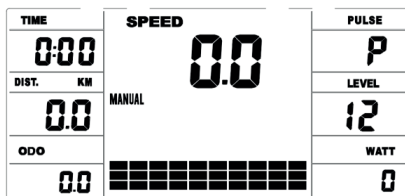
#### 4.2. WYBÓR PROGRAMU

Naciśnij przycisk UP/DOWN, aby wybrać program.

Program manualny (Manual) → Tryb gotowych programów (P1–P10) → Tryb Program użytkownika (P11–P15) → Tryb Watt (P16) → Tryb H.R.C. (P17–P20) → Test BODY FAT (BODY FAT) (P21).

#### 4.3. PROGRAM MANUALNY (MANUAL) I TRYB GOTOWYCH PROGRAMÓW (P1-P10)

- A.** Naciśnij przycisk UP/ DOWN, aby rozpocząć trening w trybie manualnym (Rys. 1) lub w jednym z gotowych programów:
- P1 – Toczenie (Rys. 2)
  - P2 – Dolina (Rys. 3)
  - P3 – Spalanie tłuszczu (Rys. 4)
  - P4 – Wzniesienie (Rys. 5)
  - P5 – Góra (Rys. 6)
  - P6 – Interwał (Rys. 7)
  - P7 – Kardio (Rys. 8)
  - P8 – Wytrzymałość (Rys. 9)
  - P9 – Nachylenie (Rys. 10)
  - P10 – Rajd (Rys. 11)
- B.** Naciśnij przycisk ENTER, aby potwierdzić wybrany program i przejść do okna ustawień funkcji.
- C.** Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić wartość następujących funkcji: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- D.** Naciśnij START/STOP, aby rozpocząć ćwiczenie.



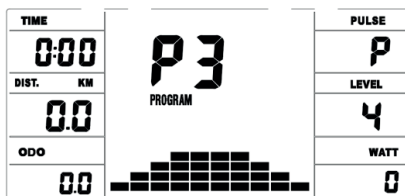
Rysunek 1



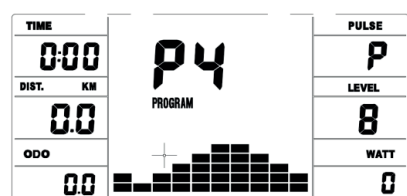
Rysunek 2



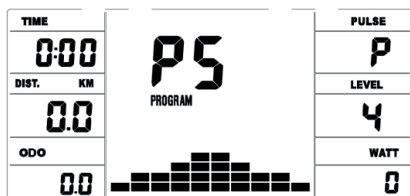
Rysunek 3



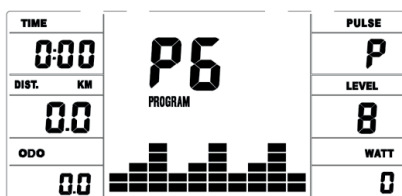
Rysunek 4



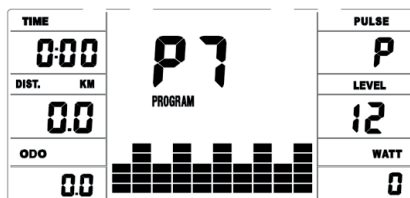
Rysunek 5



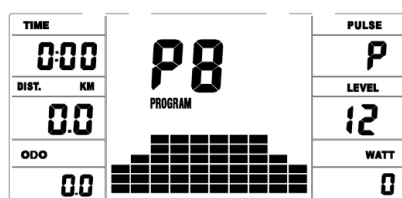
Rysunek 6



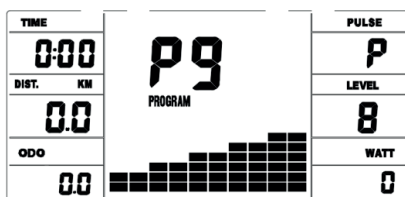
Rysunek 7



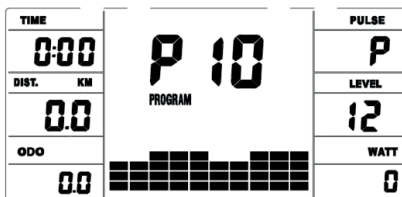
Rysunek 8



Rysunek 9



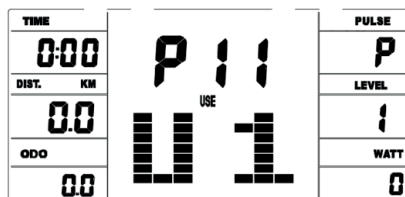
Rysunek 10



Rysunek 11

#### 4.4. TRYB PROGRAMU UŻYTKOWNIKA (P11-P15)

- A. Naciśnij przycisk UP/ DOWN, aby wybrać program użytkownika: P11 (Rys. 12), P12 (Rys. 13), P13 (Rys. 14), P14 (Rys. 15), P15 (Rys. 16).
- B. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić swój wybór i przejść do okna ustawień funkcji.
- C. Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić wartość następujących funkcji: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- D. Użyj przycisków UP/ DOWN, aby stworzyć profil użytkownika. Dostosuj poziom oporu w każdej z 10 kolumn programu użytkownika. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.



Rysunek 12



Rysunek 13

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |

|      |
|------|
| P 13 |
| USE  |
| U 3  |

Rysunek 14

|       |   |
|-------|---|
| PULSE | P |
| LEVEL | 1 |
| WATT  | 0 |

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |

|      |
|------|
| P 14 |
| USE  |
| U 4  |

|       |   |
|-------|---|
| PULSE | P |
| LEVEL | 1 |
| WATT  | 0 |

Rysunek 15

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |

|      |
|------|
| P 15 |
| USE  |
| U 5  |

|       |   |
|-------|---|
| PULSE | P |
| LEVEL | 1 |
| WATT  | 0 |

Rysunek 16

#### 4.5. PROGRAM WATT (P16)

- Naciśnij przycisk UP/DOWN, aby wybrać program WATT (Rys. 17).
- Naciśnij ENTER, aby potwierdzić wybór i przejść do okna ustawień funkcji.
- Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić wartość następujących funkcji: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić docelową wartość WATT. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- Naciśnij START/STOP, aby rozpocząć ćwiczenie.

|          |      |
|----------|------|
| TIME     | 0:00 |
| DIST. KM | 0.0  |
| ODO      | 0.0  |

|          |
|----------|
| P 16     |
| WATT PRO |
| U 100    |

|       |     |
|-------|-----|
| PULSE | P   |
| LEVEL | 8   |
| WATT  | 100 |

Rysunek 17

#### 4.6. TRYB H.R.C. MODE (P17-P19)

- A. Naciśnij przycisk UP/ DOWN, aby wybrać program kontroli tętna: 55% (Rys. 19), 75% (Rys. 20) lub 95% (Rys. 21). Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- B. Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić wiek użytkownika (Rys. 18). Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- C. Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić wartość następujących funkcji: TIME, DIST, CALORIE. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- D. Po wybraniu programu kontroli docelowego tętna, komputer wyświetli docelową wartość, na podstawie wprowadzonego wieku.
- E. Naciśnij START/STOP, aby rozpocząć ćwiczenie.

|                                                                |      |       |     |
|----------------------------------------------------------------|------|-------|-----|
| TIME                                                           | 0:00 | PULSE | 138 |
| DIST. KM                                                       | 0.0  | LEVEL | 1   |
| ODO                                                            | 00   | WATT  | 0   |
| <div> <div>35</div> <div>PULSE PRO</div> <div>HRC</div> </div> |      |       |     |

Rysunek 18

|                                                                  |      |       |   |
|------------------------------------------------------------------|------|-------|---|
| TIME                                                             | 0:00 | PULSE | P |
| DIST. KM                                                         | 0.0  | LEVEL | 1 |
| ODO                                                              | 00   | WATT  | 0 |
| <div> <div>P 17</div> <div>PULSE PRO</div> <div>55%</div> </div> |      |       |   |

Rysunek 19

|                                                                  |      |       |   |
|------------------------------------------------------------------|------|-------|---|
| TIME                                                             | 0:00 | PULSE | P |
| DIST. KM                                                         | 0.0  | LEVEL | 1 |
| ODO                                                              | 00   | WATT  | 0 |
| <div> <div>P 18</div> <div>PULSE PRO</div> <div>75%</div> </div> |      |       |   |

Rysunek 20

|                                                                  |      |       |   |
|------------------------------------------------------------------|------|-------|---|
| TIME                                                             | 0:00 | PULSE | P |
| DIST. KM                                                         | 0.0  | LEVEL | 1 |
| ODO                                                              | 00   | WATT  | 0 |
| <div> <div>P 19</div> <div>PULSE PRO</div> <div>95%</div> </div> |      |       |   |

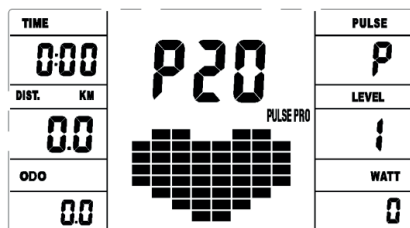
Rysunek 21

#### 4.7. TRYB TARGET H.R.C. (P20)

Użytkownik może ustawić dowolne docelowe tętno do ćwiczeń.

- A. Naciśnij przycisk UP/DOWN, aby wybrać wartość docelową tętna - TARGET H.R.C. (Rys. 22). Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- B. Użyj przycisków UP/ DOWN, aby ustawić wartość następujących funkcji: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Naciśnij ENTER, aby potwierdzić.
- C. Naciśnij START/STOP, aby rozpocząć ćwiczenie.

**UWAGA:** Podczas ćwiczeń tętno użytkownika zależy od poziomu oporu i prędkości. Program kontroli tętna zapewnia, że Twoje tętno pozostaje w ramach ustawionej wartości. Gdy komputer wykryje, że Twoje tętno jest wyższe niż ustawiona wartość, automatycznie zmniejszy poziom oporu lub możesz zwolnić tempo. Jeśli Twoje tętno jest niższe niż ustawiona wartość, opór zostanie zwiększony lub możesz przyspieszyć.



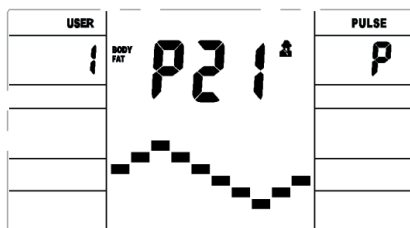
Rysunek 22

#### 4.8. BODY FAT TEST (P21)

W trybie bez ćwiczeń naciśnij ENTER, aby przejść do ustawień parametrów programu tkanki tłuszczowej (Rys. 23). Możesz ustawić następujące parametry w kolejności: numer ćwiczącego (1-8), wzrost (cm), płeć, wiek (lata) oraz wagę (kg). Naciśnij ENTER, aby przejść do kolejnego parametru. Naciśnij UP, aby zwiększyć wartość oraz DOWN, aby ją zmniejszyć.

Następnie przytrzymaj sensor tętna i naciśnij START/STOP. Na wyświetlaczu pojawi się procentowa zawartość tkanki tłuszczowej w ciągu 10 sekund.

Naciśnij ponownie START/STOP, aby zakończyć test pomiaru tkanki tłuszczowej.



Rysunek 23

**TABELA WYNIKÓW BODY FAT**

| <b>Płeć/Wiek</b> | <b>Niedowaga</b> | <b>Poprawna waga</b> | <b>Lekka nadwaga</b> | <b>Nadwaga</b> | <b>Otyłość</b> |
|------------------|------------------|----------------------|----------------------|----------------|----------------|
| Mężczyzna/ ≤ 30  | < 14%            | 14%~20%              | 20.1%~25%            | 25.1%~35%      | > 35%          |
| Mężczyzna/ > 30  | < 17%            | 17%~23%              | 23.1%~28%            | 28.1%~38%      | > 38%          |
| Kobieta/ ≤ 30    | < 17%            | 17%~24%              | 24.1%~30%            | 30.1%~40%      | > 40%          |
| Kobieta/ > 30    | < 20%            | 20%~27%              | 27.1%~33%            | 33.1%~43%      | > 43%          |

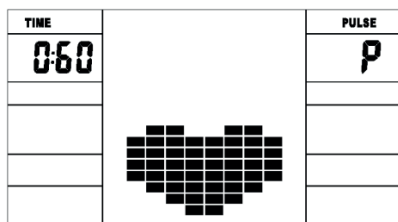
**Uwagi:**

1. Podczas testu pomiaru tkanki tłuszczowej na wyświetlaczu pojawi się „Er.2”, jeśli w ciągu 10 sekund nie zostanie wykryty żaden obiekt testowy.
2. Po wyświetleniu wyniku testu, jeśli w ciągu 10 sekund nie zostanie wykonana żadna operacja lub nie zostanie naciśnięty żaden przycisk, system automatycznie przejdzie do zalecanego programu poprawy kondycji.

**4.9. TEST RECOVERY**

Test regeneracji tętna porównuje tętno przed i po ćwiczeniach. Jest zaprojektowany, aby określić wytrzymałość układu sercowo-naczyniowego poprzez pomiar. Proszę postępować zgodnie z poniższymi krokami:

- A. Umieść obie dłonie na sensorach pulsu; komputer wyświetli aktualną wartość tętna.
- B. Naciśnij przycisk RECOVERY, aby rozpocząć test regeneracji tętna, a komputer przejdzie w tryb stop (Rys. 24).



Rysunek 24

- C. Trzymaj dłonie na sensorach pulsu, rozpocznie się odliczanie pełnej minuty (od 00:60 do 00:00).
- D. Ekran wyświetli wynik testu: F1, F2, ... do F6. Przy czym, F1 jest najlepszym wynikiem, F6 jest najsłabszym.
- E. Jeśli komputer nie wykryje tętna, naciśnięcie przycisku RECOVERY nie rozpocznie testu regeneracji tętna. Podczas testu naciśnij RECOVERY, aby wyjść i powrócić do głównego ekranu.

#### **4.10. POMIAR PULSU**

Położ obie dłonie na sensorach pulsu a komputer wyświetli Twoje aktualne tętno w uderzeniach na minutę (BPM) po 3-4 sekundach. Podczas pomiaru ikona serca będzie migać wraz z symulowanym odczytem EKG.

**Uwagi:** Podczas pomiaru tętna, z powodu możliwych zakłóceń, odczyt może być początkowo niestabilny, ale wkrótce się ustabilizuje. Wartość pomiaru nie powinna być używana jako podstawa do leczenia medycznego.

#### **4.11. ŁĄCZENIE PRZEZ BLUETOOTH / TRENING Z APLIKACJĄ KINOMAP**

Konsola może łączyć się z aplikacją na Twoim urządzeniu mobilnym przez Bluetooth, co pozwala monitorować parametry treningu na telefonie. Aby skorzystać z tej funkcji, pobierz dedykowaną aplikację Kinomap. Obecne wersje są dostępne w App Store (iOS) oraz Google Play Store (Android).



1. Należy regularnie dokonywać konserwacji urządzenia. Powinna być ona przeprowadzana nie rzadziej niż co 20 godzin pracy sprzętu.
2. Konserwacja obejmuje kontrolę:
  - ruchomych części urządzenia, tj. sprawdzenie, czy są one odpowiednio nasmarowane. Jeżeli nie, należy je nasmarować. Zaleca się stosowanie specjalnych smarów do łożysk rowerowych lub smarów przeznaczonych do sprzętów fitness.
  - pozostałych części urządzenia, tj. dokręcenie śrub i nakrętek,
  - przewodów zasilających (jeżeli występują w urządzeniu), pod kątem ewentualnych uszkodzeń.
3. Do czyszczenia sprzętu należy używać miękkiej ściereczki, delikatnie zwilżonej wodą lub ewentualnie wodą z mydłem. Nie należy używać silnych środków ani ostrych materiałów czyszczących, które mogą uszkodzić sprzęt. Szczególną ostrożność należy zachować przy elementach z tworzywa sztucznego.
4. Po każdym użytkowaniu należy usunąć z urządzenia wszelkie ślady potu i zanieczyszczeń.

---

**PL ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW**

---

| Problem                                                                        | Możliwe rozwiązanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Komputer nie wyświetla danych.</b>                                          | 1. Zdemontuj komputer i sprawdź, czy przewody są prawidłowo połączone i czy nie są uszkodzone.                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Urządzenie w trakcie użytkowania wydaje niepokojące dźwięki.</b>            | Sprawdź, czy wszystkie części urządzenia są prawidłowo zamontowane. Dokręć śruby.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Komputer nie wyświetla pulsu lub wyświetlane wartości są nieprawidłowe.</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Upewnij się, czy przewody sensora pulsu i komputera są prawidłowo połączone.</li><li>2. By zapewnić prawidłowy odczyt pulsu, przytrzymaj obie dłonie na sensorach. Pamiętaj, że pomiary systemu monitorowania tętna mogą być niedokładne.</li><li>3. Nie zaciskaj dłoni na sensorach zbyt mocno. Może to powodować błędy w pomiarach.</li></ol> |
| <b>Sprzęt jest niestabilny.</b>                                                | Przekręć kocówkę tylnego stabilizatora, by wypoziomować urządzenie.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

1. Klient ma następujące możliwości zgłoszenia reklamacji:

- za pośrednictwem formularza reklamacyjnego na stronie internetowej: <https://trexsport.com/pl/serwis/>
- pocztą elektroniczną: **support@trexsport.com**
- pisemnie na adres korespondencyjny:

**TREX S.A.**

**ul. Długa 24/13**

**31-146 Kraków**

**Polska**

2. Wady powstałe w okresie gwarancyjnym będą zazwyczaj usuwane bezpłatnie w ciągu 14 dni roboczych od daty dostarczenia wadliwego produktu. W przypadku konieczności wysłania produktu do naprawy za granicę lub sprowadzenia części zamiennych z zagranicy, naprawa może potrwać dłużej.
3. Zastosowanie ma prawo kraju, do którego dostarczono towar, w tym przepisy dotyczące gwarancji. Konwencja CISG nie ma zastosowania.
4. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych niewłaściwym użytkowaniem.

---

**PL OCHRONA ŚRODOWISKA**

---

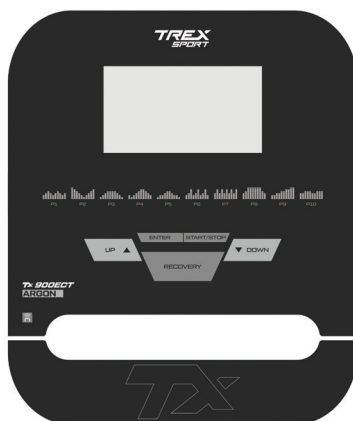


Ten produkt jest dostarczany w opakowaniu, by uchronić go od ewentualnych uszkodzeń podczas transportu. Opakowania są surowcami nieprzetworzonymi i mogą być recyklowane. Wyrzucaj te materiały według ich rodzaju.



Zużyte urządzenia elektryczne (w tym urządzeniu komputer) są surowcami wtórnymi – nie wolno wyrzucać ich do pojemników na odpady domowe, ponieważ mogą zawierać substancje niebezpieczne dla zdrowia ludzkiego i środowiska! Prosimy o aktywną pomoc w oszczędnym gospodarowaniu zasobami naturalnymi i ochronie środowiska naturalnego przez przekazanie zużytego urządzenia do punktu składowania surowców wtórnych – zużytych urządzeń elektrycznych.

## 1. DISPLEJ



## 2. ÚDAJE ZOBRAZENÉ NA DISPLEJI

|                |                                                                                                                                                                                               |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Zobrazuje aktuálnu rýchlosť počas cvičenia. Rozsah: 0.0–99.9 km/h.                                                                                                                            |
| <b>RPM</b>     | RPM - otáčky za minútu. Rozsah: 0–999.                                                                                                                                                        |
| <b>TIME</b>    | Zobrazuje čas tréningu. Rozsah: 0:00–99:59.                                                                                                                                                   |
| <b>DIST</b>    | Zobrazuje prejdenu vzdialenosť počas cvičenia. Rozsah: 0.0–99.9–999 km. Prednastavený rozsah vzdialenosti: 1.0–99.0–999. Keď vzdialenosť dosiahne 0, program sa zastaví a počítač vydá alarm. |
| <b>ODO</b>     | Zobrazuje celkovú prejdenu vzdialenosť používateľa. Rozsah: 0.0–999.9 km.                                                                                                                     |
| <b>CALORIE</b> | Zobrazuje spaľené kalórie počas tréningu. Rozsah: 0–999.                                                                                                                                      |
| <b>PULSE</b>   | Zobrazuje nameraný pulz počas cvičenia. Rozsah: 6–240 bpm.                                                                                                                                    |
| <b>WATT</b>    | Zobrazuje spotrebu energie počas cvičenia. Rozsah: 10–300.                                                                                                                                    |

**Pozor:** Výsledky merania pulzu nemožno považovať za lekárske údaje a nemožno ich použiť na diagnostické účely.

### 3. FUNKCIE TLAČIDIEL

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V režime „stop“ stlačte tlačidlo ENTER, aby ste prešli k výberu programu a nastaveniu hodnôt, ktoré blikajú v príslušnom okne.</li> <li>A: Keď vyberiete program, stlačte ENTER, aby ste potvrdili svoj výber.</li> <li>B: Počas nastavovania stlačte ENTER, aby ste potvrdili hodnotu, ktorú chcete prednastaviť.</li> <li>• V režime „start“ stlačte ENTER, aby ste vybrali zobrazenie rýchlosti alebo RPM, alebo aby sa prepínali automaticky.</li> </ul>                                                 |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stlačte tlačidlo START/STOP, aby ste spustili alebo zastavili programy.</li> <li>• V akomkoľvek režime podržte toto tlačidlo na 2 sekundy, aby ste úplne resetovali počítač.</li> <li>• V akomkoľvek režime podržte tlačidlá ENTER a START/STOP na 2 sekundy, aby ste úplne resetovali počítač a počítadlo ODO.</li> </ul>                                                                                                                                                                                   |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V režime „stop“, keď bliká symbol na displeji, stlačte toto tlačidlo, aby ste vybrali vyšší program. Ak bliká hodnota v príslušnom okne, stlačte toto tlačidlo, aby ste zvýšili hodnotu.</li> <li>• V režime „start“ stlačte toto tlačidlo, aby ste zvýšili tréningový odpor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V režime „stop“, keď bliká symbol na displeji, stlačte toto tlačidlo, aby ste vybrali nižší program. Ak bliká hodnota v príslušnom okne, stlačte toto tlačidlo, aby ste znížili hodnotu.</li> <li>• V režime „start“ stlačte toto tlačidlo, aby ste znížili tréningový odpor.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Najprv skontrolujte svoj aktuálny pulz a zobrazte jeho hodnotu, stlačte toto tlačidlo, aby ste prešli na test regenerácie pulzu.</li> <li>• Keď ste v režime testu regenerácie pulzu, stlačte toto tlačidlo, aby ste odišli.</li> </ul> <p><b>POZNÁMKA:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stlačenie tlačidla UP alebo DOWN by malo zodpovedať rôznym režimom.</li> <li>2. Odporúča sa položiť prst do vyznačenej oblasti, aby ste vybrali funkcie a predišli nesprávnej činnosti.</li> </ol> |

### 4. HLAVNÉ FUNKCIE POČÍTAČA

#### 4.1. SPUSTENIE POČÍTAČA

Pripojte jeden koniec napájacieho kábla k zdroju napájania a druhý k zariadeniu.

Počítač vydá zvukový signál a prejde do počiatočného režimu.

Počítač sa automaticky vypne, ak sa po dobu viac ako 4 minút nezaznamená žiadna operácia. Počas tejto doby uloží údaje z aktuálneho tréningu a zníži odpor na minimum. Po stlačení akéhokoľvek tlačidla alebo začatí pohybu sa počítač automaticky zapne.

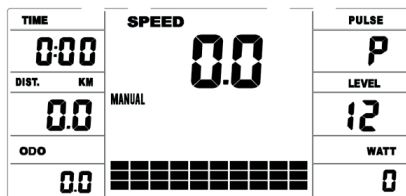
#### 4.2. VÝBER PROGRAMU

Stlačte tlačidlo UP/DOWN na výber programu.

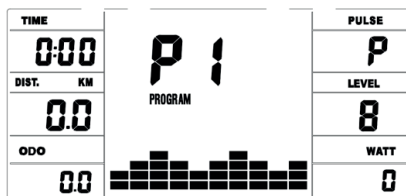
Manuálny program (Manual) → Režim prednastavených programov (P1–P10) → Režim používateľského programu (P11–P15) → Watt režim (P16) → H.R.C. režim (P17–P20) → Test BODY FAT (P21).

### 4.3. MANUÁLNY PROGRAM A REŽIM PREDNASTAVENÝCH PROGRAMOV (P1-P10)

- A.** Stlačte tlačidlo UP/DOWN na začatie tréningu v manuálnom režime (Obr. 1) alebo v jednom z prednastavených programov:
- P1 – Rolovanie (Obr. 2)
  - P2 – Údolie (Obr. 3)
  - P3 – Spaľovanie tuku (Obr. 4)
  - P4 – Stúpanie (Obr. 5)
  - P5 – Hora (Obr. 6)
  - P6 – Interval (Obr. 7)
  - P7 – Kardio (Obr. 8)
  - P8 – Výdrž (Obr. 9)
  - P9 – Sklon (Obr. 10)
  - P10 – Rally (Obr. 11)
- B.** Stlačte tlačidlo ENTER na potvrdenie vybraného programu a prejdite do okna nastavenia funkcií.
- C.** Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie hodnoty nasledujúcich funkcií: TIME, DIST, CALORIE, PULSE, Stlačte ENTER na potvrdenie.
- D.** Stlačte START/STOP na začatie cvičenia.



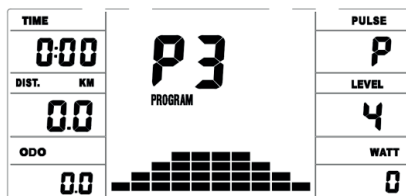
Obrázok 1



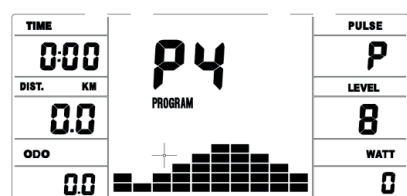
Obrázok 2



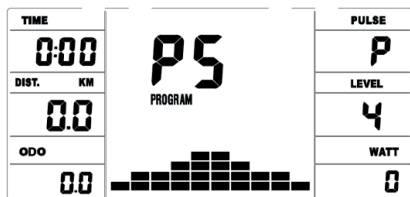
Obrázok 3



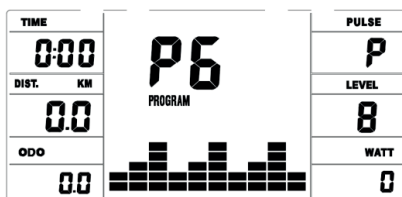
Obrázok 4



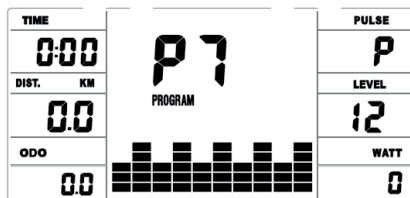
Obrázok 5



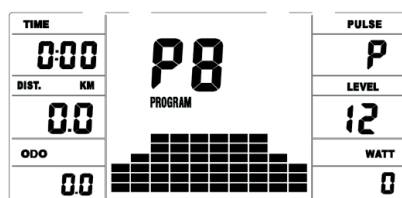
Obrázok 6



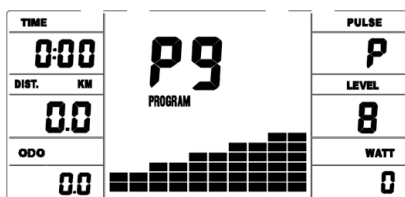
Obrázok 7



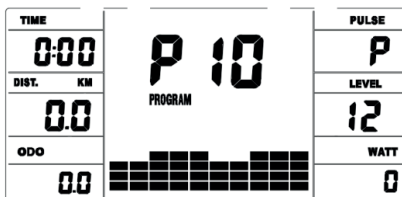
Obrázok 8



Obrázok 9



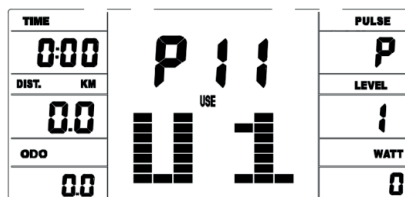
Obrázok 10



Obrázok 11

#### 4.4. REŽIM POUŽÍVATEĽSKÉHO PROGRAMU (P11-P15)

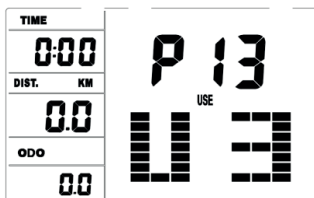
- A. Stlačte tlačidlo UP/DOWN na výber používateľského programu: P11 (Obr. 12), P12 (Obr. 13), P13 (Obr. 14), P14 (Obr. 15), P15 (Obr. 16).
- B. Stlačte ENTER na potvrdenie výberu a prejdite do okna nastavenia funkcií.
- C. Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie hodnoty nasledujúcich funkcií: ČAS, VZDIALENOSŤ, KALÓRIE, PULZ. Stlačte ENTER na potvrdenie.
- D. Použite tlačidlá UP/DOWN na vytvorenie profilu používateľa. Nastavte úroveň odporu v každom zo 10 stĺpcov používateľského programu. Stlačte ENTER na potvrdenie.



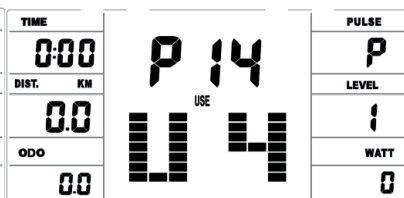
Obrázok 12



Obrázok 13



Obrázok 14



Obrázok 15



Obrázok 16

#### 4.5. PROGRAM WATT (P16)

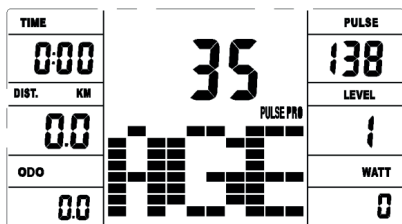
- A. Stlačte tlačidlo UP/DOWN na výber programu WATT (Obr. 17).
- B. Stlačte ENTER na potvrdenie výberu a prejdite do okna nastavenia funkcií.
- C. Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie hodnoty nasledujúcich funkcií: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Stlačte ENTER na potvrdenie.
- D. Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie cieľovej hodnoty WATT. Stlačte ENTER na potvrdenie.
- E. Stlačte START/STOP na začatie cvičenia.



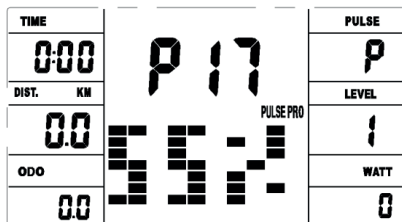
Obrázok 17

#### 4.6. H.R.C. REŽIM (P17-P19)

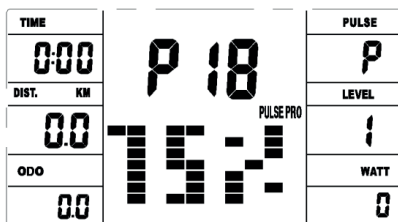
- A. Stlačte tlačidlo UP/DOWN na výber programu kontroly pulzu: 55 % (Obr. 19), 75 % (Obr. 20) alebo 95% (Obr. 21). Stlačte ENTER na potvrdenie.
- B. Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie veku používateľa (Obr. 18). Stlačte ENTER na potvrdenie.
- C. Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie hodnoty nasledujúcich funkcií: TIME, DIST, CALORIE. Stlačte ENTER na potvrdenie.
- D. Po výbere programu kontroly cieľového pulzu počítač zobrazí cieľovú hodnotu na základe zadaného veku.
- E. Stlačte START/STOP na začatie cvičenia.



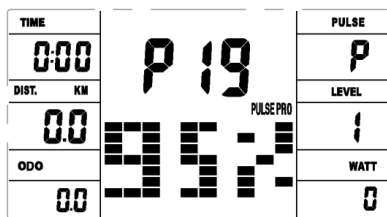
Obrázok 18



Obrázok 19



Obrázok 20



Obrázok 21

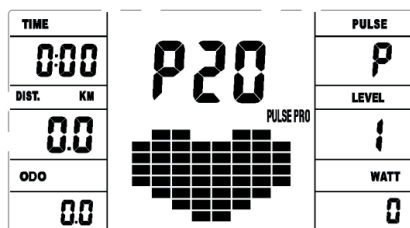


# 4.7. REŽIM TARGET H.R.C. (P20)

Používateľ môže nastaviť akúkoľvek cieľovú hodnotu pulzu pre cvičenie.

- Stlačte tlačidlo UP/DOWN na výber cieľovej hodnoty pulzu - TARGET H.R.C. (Obr. 22). Stlačte ENTER na potvrdenie.
- Použite tlačidlá UP/DOWN na nastavenie hodnoty nasledujúcich funkcií: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Stlačte ENTER na potvrdenie.
- Stlačte START/STOP na začatie cvičenia.

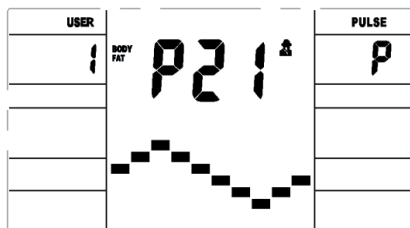
**POZNÁMKA:** Počas cvičenia závisí pulz používateľa od úrovne odporu a rýchlosti. Program kontroly pulzu zaisťuje, že váš pulz zostáva v rámci nastavenej hodnoty. Keď počítač zistí, že váš pulz je vyšší ako nastavená hodnota, automaticky zníži úroveň odporu alebo môžete spomaliť. Ak je váš pulz nižší ako nastavená hodnota, odpor sa zvýši alebo môžete zrýchliť.



Obrázok 22

# 4.8. TEST BODY FAT (P21)

V režime mimo cvičenia stlačte ENTER na prechod do nastavení programu testu telesného tuku (Obr. 23). Môžete nastaviť nasledujúce parametre v poradí: číslo cvičenca (1-8), výška (cm), pohlavie, vek (roky) a hmotnosť (kg). Stlačte ENTER na prechod na ďalší parameter. Stlačte UP na zvýšenie hodnoty a DOWN na jej zníženie. Potom uchopte snímač pulzu a stlačte START/STOP. Na displeji sa do 10 sekúnd zobrazí percento telesného tuku. Znova stlačte START/STOP na ukončenie testu merania telesného tuku.



Obrázok 23

## TABUĽKA VÝSLEDKOV BODY FAT

| Pohlavie/Vek | Podváha | Normálna váha | Mierna nadváha | Nadváha   | Obezita |
|--------------|---------|---------------|----------------|-----------|---------|
| Muž / ≤ 30   | < 14%   | 14%~20%       | 20.1%~25%      | 25.1%~35% | > 35%   |
| Muž / > 30   | < 17%   | 17%~23%       | 23.1%~28%      | 28.1%~38% | > 38%   |
| Žena / ≤ 30  | < 17%   | 17%~24%       | 24.1%~30%      | 30.1%~40% | > 40%   |
| Žena / > 30  | < 20%   | 20%~27%       | 27.1%~33%      | 33.1%~43% | > 43%   |

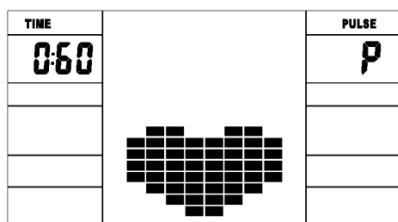
## Poznámky:

- Počas testu merania telesného tuku sa na displeji zobrazí „Er.2“, ak sa do 10 sekúnd nezistí žiadny testovaný objekt.
- Po zobrazení výsledku testu, ak sa do 10 sekúnd nevykoná žiadna operácia alebo sa nestlačí žiadne tlačidlo, systém automaticky prejde do odporúčaného programu na zlepšenie kondície.

## 4.9. TEST RECOVERY (OBNOVA)

Test regenerácie srdcovej frekvencie porovnáva srdcovú frekvenciu pred a po cvičení. Je navrhnutý tak, aby hodnotil vytrvalosť kardiovaskulárneho systému prostredníctvom merania. Prosím, postupujte podľa nasledujúcich krokov:

- Položte obe ruky na snímače pulzu; počítač zobrazí aktuálnu hodnotu vášho pulzu.
- Stlačte tlačidlo RECOVERY, aby ste spustili test regenerácie srdcovej frekvencie a počítač prejde do režimu stop (Obr. 24).



Obrázok 24

- Držte ruky na snímačoch pulzu; začne sa odpočítavanie celej minúty (od 00:60 do 00:00).
- Displej zobrazí výsledok testu: F1, F2, ... až po F6, pričom F1 je najlepší výsledok a F6 je najslabší.
- Ak počítač nezistí srdcovú frekvenciu, stlačenie tlačidla RECOVERY nespustí test regenerácie. Počas testu stlačte RECOVERY, aby ste odišli a vrátili sa na hlavnú obrazovku.

#### **4.10. MERANIE PULZU**

Položte obe ruky na snímače pulzu a počítač zobrazí vašu aktuálnu srdcovú frekvenciu v úderoch za minútu (BPM) po 3-4 sekundách. Počas merania bude ikona srdca blikat spolu so simulovaným EKG odpočtom.

**Poznámky:** Počas merania srdcovej frekvencie, kvôli možnému rušeniu, môže byť odčítanie spočiatku nestabilné, ale čoskoro sa stabilizuje. Hodnota merania by sa nemala používať ako základ pre lekársku liečbu.

#### **4.11. PRIPOJENIE CEZ BLUETOOTH / TRÉNING S APLIKÁCIOU KINOMAP**

Konzola sa môže pripojiť k aplikácii vo vašom mobilnom zariadení cez Bluetooth, čo vám umožňuje monitorovať parametre tréningu na telefóne. Ak chcete túto funkciu používať, stiahnite si špeciálnu aplikáciu Kinomap. Aktuálne verzie sú dostupné v App Store (iOS) a Google Play Store (Android).

1. Zariadenie si vyžaduje pravidelnú údržbu. Mala by byť vykonaná najmenej každých 20 hodín prevádzky zariadenia.
2. Údržba zahŕňa kontrolu:
  - pohyblivé časti zariadenia, tzn. kontrola, či sú správne namazané. Ak nie, namažte ich. Odporúča sa používať špeciálne mazivá pre ložiská bicyklov alebo pre fitness zariadenia.
  - všetky časti zariadenia, tzn. dotiahnutie skrutiek a matíc,
  - napájacie káble (ak sú v prístroji) kvôli poškodeniu.
3. Na čistenie zariadenia používajte mäkkú handričku mierne navlhčenú vodou alebo prípadne vodou s mydlom. Nepoužívajte žiadne silné čistiace prostriedky a ani materiály, ktoré môžu zariadenie poškodiť. Osobitnú pozornosť treba venovať plastovým komponentom.
4. Po každom použití odstráňte zo zariadenia všetky stopy potu a nečistôt.

---

**SK TROUBLESHOOTING**

---

| Problém                                           | Možné riešenia                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Počítač nezobrazuje údaje                         | 1. Demontujte počítač a skontrolujte, či sú káble správne pripojené a či nie sú poškodené.                                                                                                                                                                                                                      |
| Zariadenie vydáva rušivé zvuky počas používania.  | Skontrolujte, či sú všetky časti zariadenia správne namontované. Uťahnite skrutky.                                                                                                                                                                                                                              |
| Neukazujú sa hodnoty pulzu, alebo hodnoty sú zlé. | 1. Uistite sa, že prevody senzoru sú správne pripevnené.<br>2. Aby ste zaistili správne marenia pulzu držte obe dlane na senzorocho. Pamätajte, že systém merania pulzu nemusí byť úplne presný.<br>3. Príliš pevné uchopenie senzorov pulzu. Držte dlane na senzorocho pulzu a nestláčajte dlane príliš silno. |
| Zariadenie nie je stabilné.                       | Nastavte koncovku zadného stabilizátora tak, aby ste dali stroj do roviny.                                                                                                                                                                                                                                      |

1. Zákazník má nasledujúce možnosti uplatnenia reklamácie:

- prostredníctvom krokov na webovej stránke: <https://trexsport.com/pl/serwis/>
- e-mailom: [support@trexsport.com](mailto:support@trexsport.com)
- písomne na adresu:

**TREX S.A.**  
**ul. Długa 24/13**  
**31-146 Kraków**  
**Poľsko**

2. Reklamácia vrátane odstránenia vady musí byť vybavená a kupujúci o tom musí byť informovaný najneskôr do tridsiatich (30) dní odo dňa uplatnenia reklamácie, pokiaľ sa predávajúci s kupujúcim nedohodne na dlhšej lehote. Ak je potrebné poslať produkt na opravu do zahraničia alebo doviesť náhradné diely zo zahraničia, oprava môže trvať dlhšie.
3. Použije sa právo krajiny, do ktorej bol tovar dodaný, vrátane záručných ustanovení. Neplatí Dohovor OSN o zmluvách o medzinárodnej kúpe tovaru.
4. Záruka sa nevzťahuje na poškodenia spôsobené nesprávnym používaním.

---

**SK OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA**

---

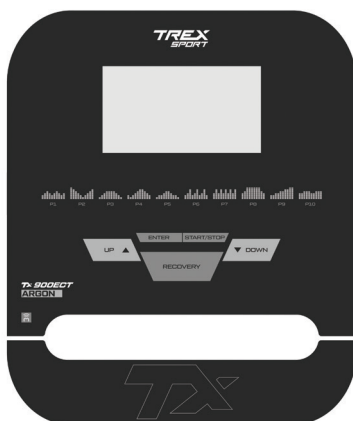


Tento produkt sa dodáva v obale, ktorý ho chráni pred možným poškodením počas prepravy. Obal je vyrobený zo surovín, ktoré je možné recyklovať. Tieto obaly vyhadzujte a triedte podľa ich typu.



Opatrebované elektrické zariadenia (vrátane počítača) sú druhotné suroviny a nesmú sa vyhadzovať do košov a kontajnerov na domový odpad, pretože môžu obsahovať látky nebezpečné pre ľudské zdravie a životné prostredie! Prosíme o aktívnu podporu efektívneho riadenia prírodných zdrojov a ochranu životného prostredia. Použité zariadenie odovzdajte do zberne pre skladovanie druhotných surovín – použitých elektrických zariadení.

## 1. ДИСПЛЕЙ



## 2. ВІДОБРАЖЕННЯ ДИСПЛЕЯ

|                |                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>SPEED</b>   | Відображає поточну швидкість під час вправ. Діапазон: 0.0–99.9 км/год.                                                                                                                                            |
| <b>RPM</b>     | RPM - оберти за хвилину. Діапазон: 0–999.                                                                                                                                                                         |
| <b>TIME</b>    | Відображає час тренування. Діапазон: 0:00–99:59.                                                                                                                                                                  |
| <b>DIST</b>    | Відображає пройдений відстань під час вправ. Діапазон: 0.0–99.9–999 км. Попередньо встановлений діапазон відстані: 1.0–99.0–999. Коли відстань досягає 0, програма зупиняється, а комп'ютер видає сигнал тривоги. |
| <b>ODO</b>     | Відображає загальну пройдену відстань користувача. Діапазон: 0.0–999.9 км.                                                                                                                                        |
| <b>CALORIE</b> | Відображає спалені калорії під час тренування. Діапазон: 0–999.                                                                                                                                                   |
| <b>PULSE</b>   | Відображає виміряний пульс під час вправ. Діапазон: 6–240 уд/хв.                                                                                                                                                  |
| <b>WATT</b>    | Відображає споживання енергії під час вправ. Діапазон: 10–300.                                                                                                                                                    |

**Увага:** Результати вимірювання пульсу не можна розглядати як медичні дані та використовувати в діагностичних цілях.

### 3. ФУНКЦІЇ КНОПКИ

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ENTER</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>У режимі „стоп” натисніть кнопку ENTER, щоб перейти до вибору програми та налаштування значень, які блимають у відповідному вікні.</li> <li>А: Коли виберете програму, натисніть ENTER, щоб підтвердити свій вибір.</li> <li>В: Під час налаштування натисніть ENTER, щоб підтвердити значення, яке хочете попередньо встановити.</li> <li>У режимі старт натисніть ENTER, щоб вибрати відображення швидкості або RPM, або перемикатися автоматично.</li> </ul>                                       |
| <b>START/STOP</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Натисніть кнопку START/STOP, щоб запустити або зупинити програми.</li> <li>У будь-якому режимі утримуйте цю кнопку протягом 2 секунд, щоб повністю скинути комп'ютер.</li> <li>У будь-якому режимі утримуйте кнопки ENTER і START/STOP протягом 2 секунд, щоб повністю скинути комп'ютер і лічильник ODO.</li> </ul>                                                                                                                                                                                  |
| <b>UP ▲</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>У режимі стоп, коли знак на дисплеї блимає, натисніть цю кнопку, щоб вибрати вищу програму. Якщо значення блимає у відповідному вікні, натисніть цю кнопку, щоб збільшити значення.</li> <li>У режимі старт натисніть цю кнопку, щоб збільшити опір тренування.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>DOWN ▼</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>У режимі стоп, коли знак на дисплеї блимає, натисніть цю кнопку, щоб вибрати нижчу програму. Якщо значення блимає у відповідному вікні, натисніть цю кнопку, щоб зменшити значення.</li> <li>У режимі старт натисніть цю кнопку, щоб зменшити опір тренування.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>RECOVERY</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Спочатку перевірте свій поточний пульс і відобразіть його значення, натисніть цю кнопку, щоб перейти до тесту відновлення пульсу.</li> <li>Коли ви перебуваєте в режимі тесту відновлення пульсу, натисніть цю кнопку, щоб вийти.</li> </ul> <p><b>УВАГА:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Натискання кнопки UP або DOWN повинно відповідати різним режимам.</li> <li>Рекомендується розміщувати палець у визначеній зоні, щоб вибрати функції та уникнути неправильних дій.</li> </ol> |

### 4. ОСНОВНІ ФУНКЦІЇ КОМП'ЮТЕРА

#### 4.1. ЗАПУСК КОМП'ЮТЕРА

Підключіть один кінець живильного кабелю до джерела живлення, а інший до пристрою.

Комп'ютер видасть звуковий сигнал і перейде в початковий режим.

Комп'ютер автоматично вимкнеться, якщо більше ніж 4 хвилини не буде зафіксовано жодної операції.

У цей час будуть збережені дані поточного тренування, а опір зменшиться до мінімуму. Після натискання будь-якої кнопки або початку руху комп'ютер автоматично увімкнеться.

#### 4.2. ВИБІР ПРОГРАМИ

Натисніть кнопку UP/DOWN, щоб вибрати програму.

Програма MANUAL → Режим готових програм (P1–P10) → Режим користувацької програми (P11–P15) → Режим WATT (P16) → Режим H.R.C. (P17–P20) → Тест BODY FAT (P21).

### 4.3. ПРОГРАМА MANUAL ТА РЕЖИМ ГОТОВИХ ПРОГРАМ (P1-P10)

- A.** Натисніть кнопку UP/DOWN, щоб розпочати тренування в режимі MANUAL (Рис. 1) або в одній із готових програм:
- P1 – Роллінг (Рис. 2)
  - P2 – Долина (Рис. 3)
  - P3 – Спалювання жиру (Рис. 4)
  - P4 – Підйом (Рис. 5)
  - P5 – Гора (Рис. 6)
  - P6 – Інтервал (Рис. 7)
  - P7 – Кардіо (Рис. 8)
  - P8 – Витривалість (Рис. 9)
  - P9 – Нахил (Рис. 10)
  - P10 – Ралі (Рис. 11)
- B.** Натисніть кнопку ENTER, щоб підтвердити вибрану програму та перейти до вікна налаштувань функцій.
- C.** Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування значень наступних функцій: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Натисніть ENTER для підтвердження.
- D.** Натисніть START/STOP, щоб розпочати тренування.

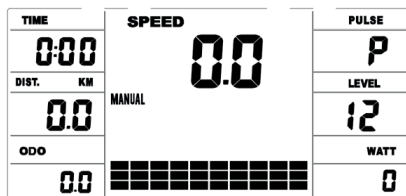


Рисунок 1

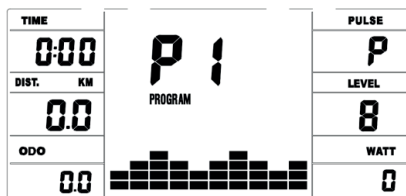


Рисунок 2



Рисунок 3

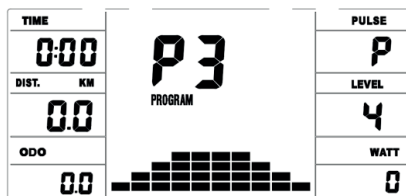


Рисунок 4

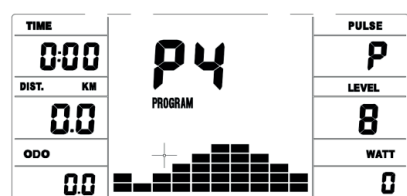


Рисунок 5



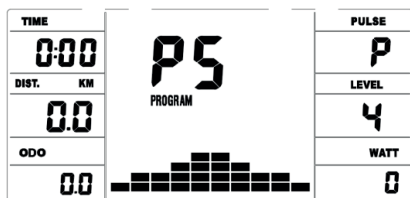


Рисунок 6

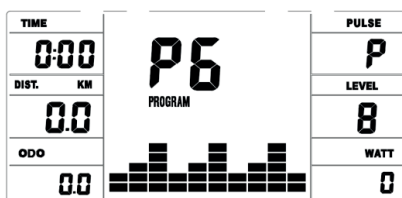


Рисунок 7

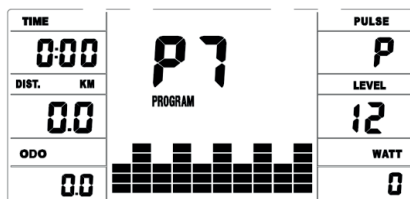


Рисунок 8

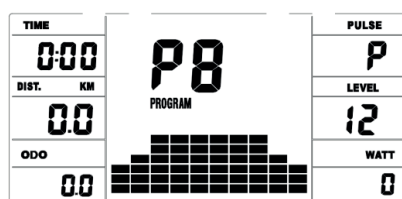


Рисунок 9

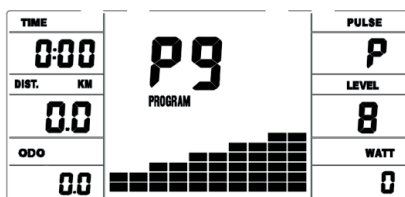


Рисунок 10

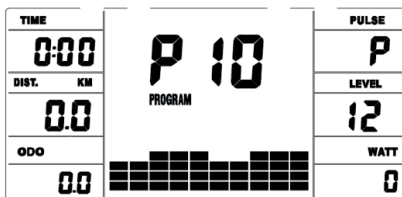


Рисунок 11

#### 4.4. РЕЖИМ КОРИСТУВАЦЬКОЇ ПРОГРАМИ (P11–P15)

- A. Натисніть кнопку UP/DOWN, щоб вибрати користувацьку програму: P11 (Рис. 12), P12 (Рис. 13), P13 (Рис. 14), P14 (Рис. 15), P15 (Рис. 16).
- B. Натисніть ENTER для підтвердження вибору та переходу до вікна налаштувань функцій.
- C. Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування значень наступних функцій: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Натисніть ENTER для підтвердження.
- D. Використовуйте кнопки UP/DOWN для створення профілю користувача. Налаштуйте рівень опору в кожному з 10 стовпців користувацької програми. Натисніть ENTER для підтвердження.

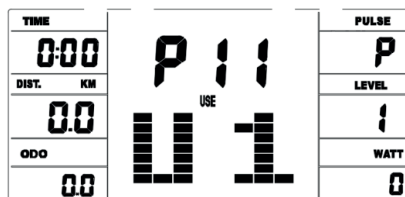


Рисунок 12



Рисунок 13

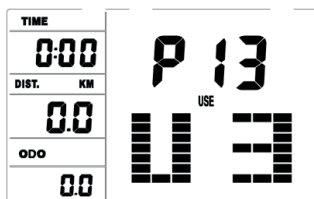


Рисунок 14

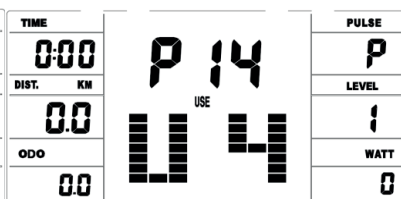


Рисунок 15



Рисунок 16

#### 4.5. ПРОГРАМА WATT (P16)

- A. Натисніть кнопку UP/DOWN, щоб вибрати програму WATT (Рис. 17).
- B. Натисніть ENTER для підтвердження вибору та переходу до вікна налаштувань функцій.
- C. Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування значень наступних функцій: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Натисніть ENTER для підтвердження.
- D. Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування цільового значення WATT. Натисніть ENTER для підтвердження.
- E. Натисніть START/STOP, щоб розпочати тренування.



Рисунок 17

#### 4.6. РЕЖИМ H.R.C. (P17-P19)

- A. Натисніть кнопку UP/DOWN, щоб вибрати програму контролю пульсу: 55% (Рис. 19), 75% (Рис. 20) або 95% (Рис. 21). Натисніть ENTER для підтвердження.
- B. Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування віку користувача (Рис. 18). Натисніть ENTER для підтвердження.
- C. Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування значень наступних функцій: TIME, DIST, CALORIE. Натисніть ENTER для підтвердження.
- D. Після вибору програми контролю цільової частоти пульсу комп'ютер відобразить цільове значення на основі введеного віку.
- E. Натисніть START/STOP, щоб розпочати тренування.

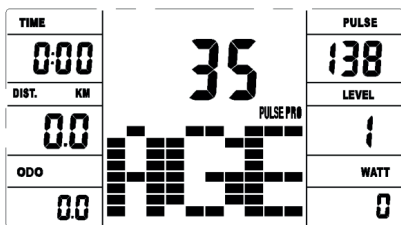


Рисунок 18

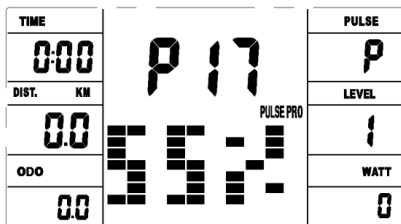


Рисунок 19

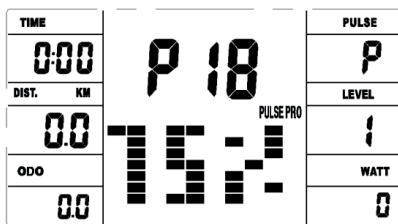


Рисунок 20

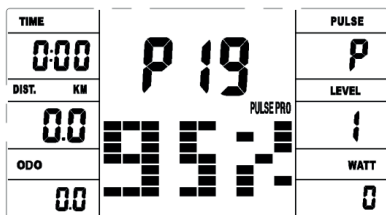


Рисунок 21

#### 4.7. РЕЖИМ TARGET H.R.C. (P20)

Користувач може встановити будь-яке цільове значення пульсу для тренувань.

- A.** Натисніть кнопку UP/DOWN, щоб вибрати цільове значення пульсу - TARGET H.R.C. (Рис. 22). Натисніть ENTER для підтвердження.
- B.** Використовуйте кнопки UP/DOWN для налаштування значень наступних функцій: TIME, DIST, CALORIE, PULSE. Натисніть ENTER для підтвердження.
- C.** Натисніть START/STOP, щоб розпочати тренування.

**УВАГА:** Під час тренувань пульс користувача залежить від рівня опору та швидкості. Програма контролю пульсу забезпечує підтримку вашого пульсу в межах встановленого значення. Коли комп'ютер виявляє, що ваш пульс перевищує встановлене значення, опір автоматично зменшується, або ви можете уповільнити темп. Якщо пульс нижче встановленого значення, опір збільшиться, або ви можете прискоритися.

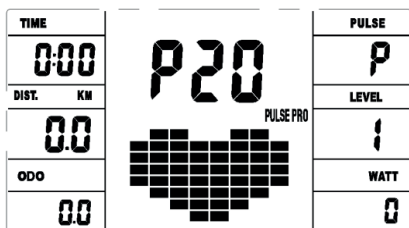


Рисунок 22

#### 4.8. TEST BODY FAT (P21)

У режимі без тренувань натисніть ENTER, щоб перейти до налаштувань програми тесту вимірювання жиру в організмі (Рис. 23). Ви можете налаштувати наступні параметри в такій послідовності: номер користувача (1-8), зріст (см), стать, вік (роки) і вага (кг). Натисніть ENTER, щоб перейти до наступного параметра. Натисніть UP для збільшення значення і DOWN для його зменшення.

Потім утримуйте сенсор пульсу і натисніть START/STOP. На екрані з'явиться відсотковий вміст жиру в організмі протягом 10 секунд.

Знову натисніть START/STOP, щоб завершити тест вимірювання жиру в організмі.

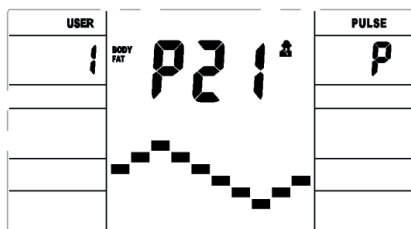


Рисунок 23

**ТАБЛИЦЯ РЕЗУЛЬТАТІВ BODY FAT**

| Стать/Вік     | Недостатня вага | Нормальна вага | Невелика надмірна вага | Надмірна вага | Ожиріння |
|---------------|-----------------|----------------|------------------------|---------------|----------|
| Чоловік/ ≤ 30 | < 14%           | 14%~20%        | 20.1%~25%              | 25.1%~35%     | > 35%    |
| Чоловік/ > 30 | < 17%           | 17%~23%        | 23.1%~28%              | 28.1%~38%     | > 38%    |
| Жінка/ ≤ 30   | < 17%           | 17%~24%        | 24.1%~30%              | 30.1%~40%     | > 40%    |
| Жінка/ > 30   | < 20%           | 20%~27%        | 27.1%~33%              | 33.1%~43%     | > 43%    |

**Примітки:**

1. Під час тесту вимірювання жирової тканини на дисплеї з'явиться «Er.2», якщо протягом 10 секунд не буде виявлено об'єкт тестування.
2. Після відображення результату тесту, якщо протягом 10 секунд не буде виконано жодної операції або не буде натиснута жодна кнопка, система автоматично перейде до рекомендованої програми покращення фізичної форми.

**4.9. TEST RECOVERY (ВІДНОВЛЕННЯ)**

Тест відновлення пульсу порівнює пульс до і після вправ. Він розроблений для визначення витривалості серцево-судинної системи за допомогою вимірювання. Будь ласка, виконуйте наступні кроки:

- A.** Помістіть обидві руки на сенсори пульсу; комп'ютер відобразить поточне значення пульсу.
- B.** Натисніть кнопку RECOVERY, щоб розпочати тест відновлення пульсу, і комп'ютер перейде в режим стоп (Рис. 24).

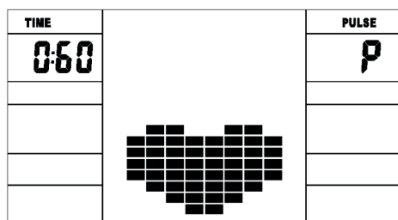


Рисунок 24

- C.** Тримайте руки на сенсорах пульсу, почнеться відлік часу на повну хвилину (від 00:60 до 00:00).
- D.** Екран відобразить результат тесту: F1, F2, ... до F6. При цьому F1 — найкращий результат, а F6 — найгірший.
- E.** Якщо комп'ютер не виявить пульс, натискання кнопки RECOVERY не запустить тест відновлення пульсу. Під час тесту натисніть RECOVERY, щоб вийти та повернутися до головного екрана.

#### **4.10. ВИМІРЮВАННЯ ПУЛЬСУ**

Покладіть обидві руки на сенсори пульсу, і комп'ютер відобразить ваш поточний пульс у ударах на хвилину (BPM) через 3-4 секунди. Під час вимірювання значок серця буде блимати разом із симульованим показом ЕКГ.

**Примітки:** Під час вимірювання пульсу через можливі перешкоди початкові показання можуть бути нестабільними, але незабаром стабілізуються. Показник вимірювання не повинен використовуватися як основа для медичного лікування.

#### **4.11. ПІДКЛЮЧЕННЯ ЧЕРЕЗ BLUETOOTH / ТРЕНУВАННЯ З ДОДАТКОМ KINOMAP**

Консоль може підключатися до додатку на вашому мобільному пристрої через Bluetooth, що дозволяє відстежувати параметри тренування на телефоні. Щоб скористатися цією функцією, завантажте спеціальний додаток Kinomap. Поточні версії доступні в App Store (iOS) і Google Play Store (Android).

1. Регулярно перевіряйте пристрій. Це слід робити щонайменше кожні 20 годин роботи обладнання.
2. Технічне обслуговування повинно включати контроль за:
  - рухомими частинами пристрою, тобто перевірка їх належного змащення. Якщо є не змащені ділянки, змастіть їх. Рекомендується використовувати спеціальні мастила для підшипників велосипедів або для фітнес-обладнання.
  - всі запчастини обладнання, такі як затягуючі гвинти та гайки,
  - шнури живлення (якщо вони є в пристрої) на будь-які пошкодження.
3. Для очищення обладнання використовуйте м'яку тканину, трохи змочену водою або водою з милом. Не використовуйте сильні речовини чи агресивні чистячі засоби, які можуть пошкодити обладнання. Особливо обережно слід поводитися із пластиковими компонентами.
4. Після кожного використання очищуйте пристрій від часток поту чи бруду.

---

**УА ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ**

---

| Проблема                                                                | Можливе рішення                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Комп'ютер не відображає дані</b>                                     | 1. Перевірте підключення комп'ютера і переконайтеся, що кабелі підключені правильно та що вони не пошкоджені.                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Пристрій видає тривожні звуки під час використання.</b>              | Перевірте, чи всі частини пристрою встановлені правильно.<br>Затягніть гвинти.                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Комп'ютер не показує пульс або відображає не правильне значення.</b> | 1. Переконайтеся, що кабель датчиків і комп'ютера з'єднані правильно.<br>2. Щоб забезпечити належне читання пульсу, тримайте обидві руки на датчиках. Пам'ятайте, що вимірювання частоти серцевих скорочень може мати похибку.<br>3. Не тримайтеся за датчики пульсу надто міцно. Намагайтеся тримати руки на датчиках, не притискаючи їх занадто сильно. |
| <b>Обладнання у нестійкому положенні.</b>                               | Поверніть край заднього стабілізатора, щоб вирівняти положення.                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

1. Покупець має наступні варіанти подання скарги:

- через форму заповнення рекламацийного формуляру на сайті: <https://trexsport.com/pl/serwis/>
- електронною поштою: [support@trexsport.com](mailto:support@trexsport.com)
- письмово на поштову адресу:

**TREX S.A.**  
**ul. Długa 24/13**  
**31-146 Kraków**  
**Польща**

2. Дефекти або пошкодження товару, виявлені протягом гарантійного періоду, будуть усунені безкоштовно протягом 14 робочих днів з дати доставки товару до сервісу. Якщо потрібно привезти деталі з-за кордону, термін ремонту може бути продовжений.
3. Всі гарантійні умови виконуються за законодавством країни, куди було доставлено товар, включаючи гарантійні положення. Конвенція ООН про договори міжнародної купівлі-продажу товарів не застосовується.
4. Гарантія не поширюється на пошкодження, що виникли внаслідок неналежного використання.

---

**UA ОХОРОНА НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

---



Цей виріб поставляється в упаковці, для захисту від можливих пошкоджень під час транспортування. Упаковка є необробленою сировиною і може бути перероблена. Позбудьтеся цих матеріалів відповідно до їх типу.



Використані електричні пристрої (зокрема комп'ютер) – це матеріали, що підлягають вторинній переробці – їх не слід утилізувати з побутовими відходами, оскільки вони можуть містити речовини, небезпечні для здоров'я людини та навколишнього середовища! Будь ласка, активно допомагайте в економному управлінні природними ресурсами та охороні навколишнього середовища, передаючи використаний пристрій до пункту прийому вторинних матеріалів – використаних електричних пристроїв.







[WWW.TREXSPORT.COM](http://WWW.TREXSPORT.COM)

## **D I S T R I B U T I O N**

**TREX S.A.**  
**Długa 24/13**  
**31-146 Kraków**  
**Poland**

**Grosner Sport GmbH**  
**Prenzlauer Str. 3D**  
**17321 Löcknitz**  
**Germany**

## **I M P O R T E R**

**Hegen Europe Sp. z o.o.**  
**Sportowa 3A**  
**32-080 Zabierzów**  
**Poland**

**MADE IN CHINA**