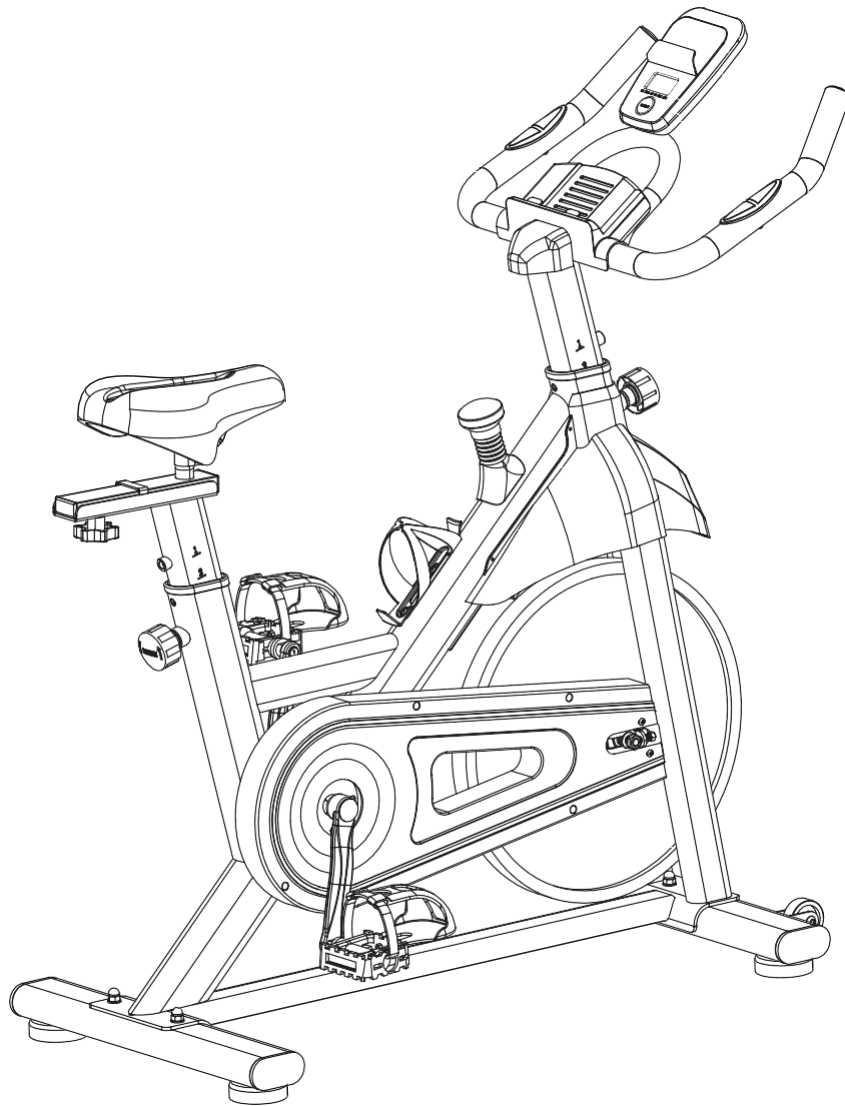


 Bcube

SP600



Vážené zákazníčky, vážení zákazníci

Teší nás, že ste sa rozhodli pre cyklotrenažér Bcube. Pred poskladaním cyklotrenažéra si pozorne prečítajte návod na použitie. Cyklotrenažér používajte iba tak ako je to popísané v tomto návode na použitie.

Váš **DUVLAN** tím

Záruka

Predávajúci poskytuje na tento výrobok 2-ročnú záruku.

Záruka sa nevzťahuje na škody spôsobené nesprávnou montážou, nesprávnou údržbou, mechanickým poškodením, opotrebením dielov pri bežnom používaní, neodvratnou udalosťou, neodbornými zásahmi, nesprávnym zaobchádzaním, či nevhodným umiestnením. V prípade reklamácie nás kontaktujte.

Záručná doba začína plynúť dátumom predaja (uschovajte preto doklad o kúpe).

Zákaznícky servis

Aby sme Vám mohli čo najlepšie pomôcť s prípadnými problémami s Vaším zariadením, poznačte si presný názov výrobku.

Pokyny pre zaobchádzanie so zariadením po vyradení z prevádzky

Zariadenie **Bcube** je recyklovateľné. Prosíme Vás, aby ste Vaše zariadenie po skončení životnosti odovzdali do zberní odpadu (alebo miesta na to určeného).

Kontakt

Duvlan s.r.o.
K Zornici 1990/23
957 01 Bánovce nad Bebravou
e-mail: servis@duvlan.com
web: www.duvlan.com

Pokyny

Tento návod na použitie je len referencia pre zákazníkov. **DUVLAN** nepreberá ručenie za chyby vzniknuté prekladom alebo technickou zmenou produktu.

Dôležité bezpečnostné upozornenie

Ak chcete znížiť riziko vážneho poranenia, prečítajte si nasledujúce bezpečnostné pokyny pred použitím produktu. Dozviete sa dôležité informácie o bezpečnosti, správnom používaní a údržbe zariadenia. Uschovajte tento návod na používanie v prípade neskoršej opravy, údržby alebo objednania náhradných súčiastok.

1. Toto zariadenie nemôže používať osoba, ktorej telesná hmotnosť je väčšia ako 130 kg.
2. Zariadenie je navrhnuté pre tréning dospelých osôb. Nenechávajte deti a domáce zvieratá bez dozoru v miestnosti so strojom.
3. Postavte zariadenie na nekĺzavý povrch. V prípade, že chcete chrániť Vašu podlahu, položte pod zariadenie ochrannú podložku.
4. Zabezpečte dostatočný priestor na bezpečné používanie zariadenia. V blízkosti stroja musí byť voľná plocha min. 0,6 m.
5. Používajte zariadenie vo vnútri a chráňte ho pred vlhkosťou a prachom. Neumiestňujte zariadenie do zastrešenej verandy a v blízkosti vody.
6. Zariadenie je navrhnuté pre domáce používanie. Trieda použitia a účinnosti H (norma STN EN 957-1/5 HC). Pre komerčné využívanie zariadenia sa na zariadenie záruka nevzťahuje, výrobca za zariadenie neručí.
7. Zariadenie nie je vhodné pre terapeutické použitie.
8. Pri zdravotných komplikáciách a obmedzeniach konzultujte Váš tréning s Vaším lekárom. Povie Vám, ktorý tréning je pre Vás vhodný.
9. Nesprávny tréning a precenenie Vašich schopností môže poškodiť Vaše zdravie.
10. Pokiaľ počas tréningu pocítite nevoľnosť, bolesť na hrudi alebo sa Vám bude zle dýchať, okamžite ukončíte tréning a vyhľadajte lekára.
11. S tréningom začnite až potom ako sa presvedčíte, že zariadenie je správne poskladané a nastavené.
12. Pri montáži zariadenia postupujte presne podľa návodu.
13. Používajte len originálne diely Bcube (pozri zoznam).
14. Pevne utiahnite všetky pohyblivé časti, aby ste zabránili ich uvoľneniu počas tréningu.
15. Nepoužívajte zariadenie na boso alebo s voľnou obuvou. Počas tréningu nenoste voľné oblečenie. Pred začatím tréningu odložte všetky šperky. Vlasy si riadne upravte, aby Vám počas cvičenia neprekážali.
16. Poškodené diely môžu ohroziť Vašu bezpečnosť a ovplyvniť životnosť zariadenia.
17. Pravidelne kontrolujte všetky matice a skrutky, či sú dotiahnuté.
18. Akákoľvek montáž/demontáž zariadenia musí byť vykonaná starostlivo.
19. Držte ruky a nohy preč od pohyblivých častí.
20. Buďte zvlášť opatrný pri zdvíhaní alebo presúvaní zariadenia tak, aby nedošlo k zraneniu chrbta. Vždy používajte správne zdvíhacie techniky alebo v prípade potreby požiadajte o pomoc druhú osobu.
21. Hmotnosť zariadenia: 39 kg.
22. Celkové rozmery zariadenia (d x š x v): 108 x 54 x 122,5 cm.

BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE

1. Pred montážou alebo prevádzkou zariadenia si pozorne prečítajte celý návod.
2. Zariadenie používajte iba tak, ako je popísané v pokynoch.
3. Pred použitím zariadenia skontrolujte, či sú všetky skrutky a skrutky správne utiahnuté.
4. Držte ruky mimo pohyblivých častí.
5. Udržujte deti a domáce zvieratá mimo dosahu zariadenia. Nikdy nenechávajte deti samé so zariadením.
6. Pred tréningom skontrolujte, či sú všetky časti zariadenia správne zmontované.
7. Zariadenie môže naraz používať iba jedna osoba.
8. Namontujte a prevádzkujte zariadenie na pevnom a rovnom povrchu. Okolo zariadenia vždy ponechajte voľný priechod jeden meter.
9. Zariadenie nepoužívajte v blízkosti vody alebo vonku.
10. Dbajte na to, aby **sa do zariadenia nikdy nedostala tekutina**.
11. Udržujte ostré predmety mimo dosahu zariadenia.
12. Nikdy nepoužívajte zariadenie, ak nefunguje správne.
13. Nepokúšajte sa opraviť zariadenie sami bez predchádzajúcej konzultácie s naším servisným strediskom.
14. Zariadenie je určené len na domáce použitie a nesmie sa používať v komerčnom sektore. Prístroj spĺňa normu **EN 957-1/5 HC** a nie je vhodný na terapeutické použitie.
15. Zariadenie nie je vhodné pre osoby s telesnou hmotnosťou vyššou ako **130 kg**.

ZÁKAZNÍCKY SERVIS: V prípade poškodenia alebo chýbajúcich dielov kontaktujte naše servisné stredisko pre originálne náhradné diely. Medzitým zariadenie nepoužívajte.

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY PRE TRÉNING

UPOZORNENIE Pred začatím tréningu sa poraďte so svojím lekárom. To je dôležité najmä pre používateľov s existujúcimi zdravotnými problémami.

21. Pred začatím tréningu sa dobre zahrejte.
22. Ak chcete zabrzdiť alebo zastaviť zotrvačník, pevne stlačte tlačidlo stop
23. Pri cvičení vždy noste vhodné oblečenie, ktoré sa nemôže zachytiť vo výstroji. Nepoužívajte vybavenie naboso, vždy noste tenisky. Nenoste rozviazané topánky s visiacimi šnúrkami alebo topánky s koženou podrážkou.
24. Udržujte všetky visiace odevy a uteráky mimo bežeckého pásu. Ak sa nejaký predmet zasekne, okamžite zariadenie vypnite.
25. Nikdy nepoužívajte zariadenie, keď je na ňom niekto.
26. Na bežiacom páse sa nehojdajte ani neskáčte.
27. Ak sa vyskytne nevoľnosť, závraty, bolesť alebo iné nezvyčajné fyzické príznaky, okamžite prerušte cvičenie a vyhľadajte lekársku pomoc.
28. Osoby so zdravotným postihnutím môžu zariadenie používať iba v prítomnosti kvalifikovaného personálu alebo jeho lekára.
29. Deti by mali zariadenie používať iba v prítomnosti dospelého osoby.
30. V prípade malátnosti, nevoľnosti, bolesti na hrudníku alebo iných abnormálnych príznakov okamžite prestaňte trénovať a poraďte sa s lekárom.

POKYNY NA LIKVIDÁCIU

Obalové materiály sú recyklovateľné.

Obal zlikvidujte spôsobom šetrným k životnému prostrediu.



Nevyhadzujte elektrické zariadenia do domového odpadu. Podľa európskej smernice 2002/96/ES o odpade z elektrických a elektronických zariadení a jej implementácie do vnútroštátnych právnych predpisov sa musia

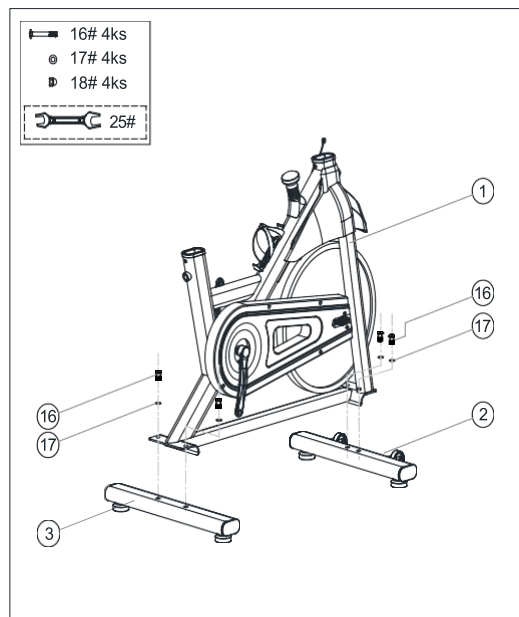
používané elektrické zariadenia zbierať oddelene a recyklovať spôsobom šetrným k životnému prostrediu. Ak výrobky obsahujú batérie alebo nabíjateľné batérie, ktoré nie sú trvalo nainštalované, musia sa pred likvidáciou vybrať a zlikvidovať samostatne ako batérie

NÁVOD NA MONTÁŽ

Pred začatím montáže zariadenia skontrolujte, či sú prítomné všetky špecifikované diely. Niektoré montážne kroky vyžadujú zdvíhanie ťažkých bremien. Odporúča sa, aby vám pri zostavovaní tohto produktu pomohla iná osoba.

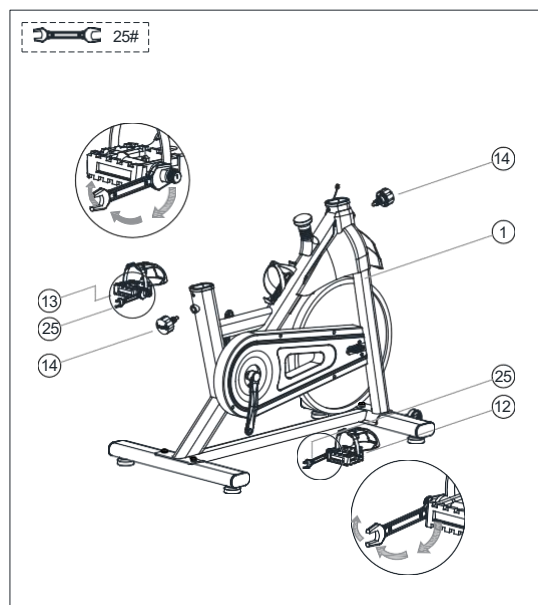
KROK 1: Predná priečna podpera (2) je pripevnená k rámu (1) pomocou skrutiek (16), podložiek (17) a maticových krytiel (18) a upevnená kľúčom (25). *Poznámka:* Transportné kolieska prednej priečnej podpery (2) smerujú dopredu, ako je znázornené. Rovnako je zadná priečna podpera (3) pripevnená k rámu (1) pomocou skrutiek (16), podložiek (17) a maticových krytiel (18) a upevnené kľúčom (25).

Stroj je možné nastaviť na nerovný povrch pomocou nastaviteľných nožičiek na zadnej priečnej podpere (3).



KROK 2: Pripevnite pravý pedál (12) so značkou R na pravý kľuk a upevnite ho kľúčom (25).

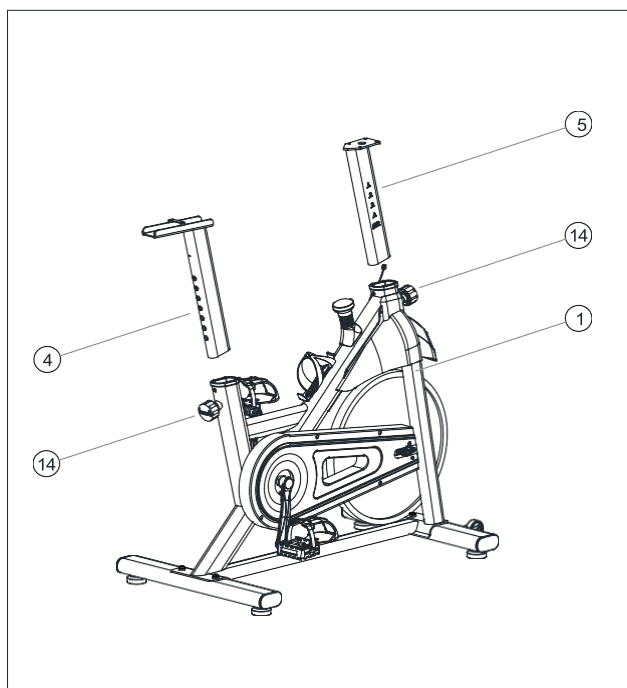
Poznámka: Utiahnite ho v smere hodinových ručičiek. Pripevnite ľavý pedál (13) s označením L k ľavej kľuke a upevnite ho kľúčom. (25). *Poznámka:* utiahnite proti smeru hodinových ručičiek. Pripevnite nastavovacie skrutky (14) na prednú a zadnú časť rámu (1). Upozorňujeme, že v tejto chvíli nie je potrebné ich uťahovať.



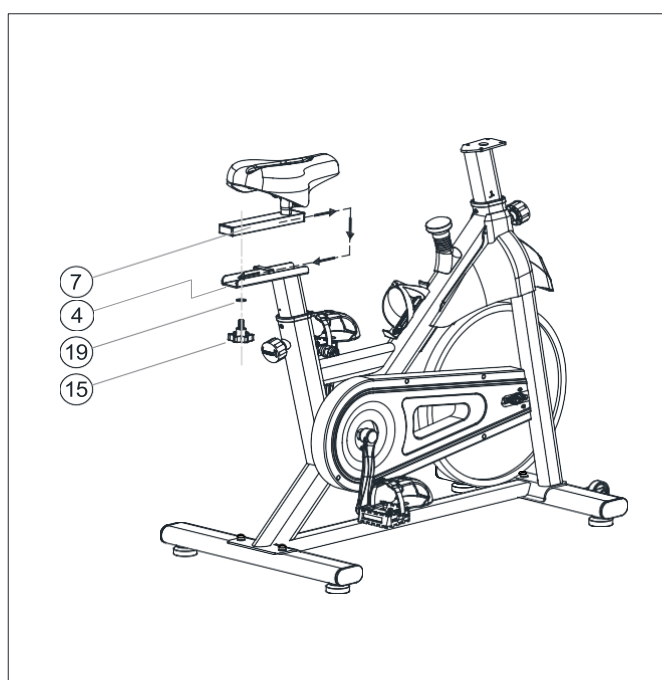
KROK 3: Vložte sedlovku (4) do rámu (1) a vytiahnite nastavovaciu skrutku (14) tak, aby nastavovacia skrutka (14) automaticky zapadla do príslušného otvoru sedlovky (4).

Podobne sa do rámu (1) vloží podpera riadidiel (5) a nastavovacia skrutka (14) sa vytiahne tak, aby nastavovacia skrutka (14) automaticky zapadla do príslušného otvoru v riadidlách (5).

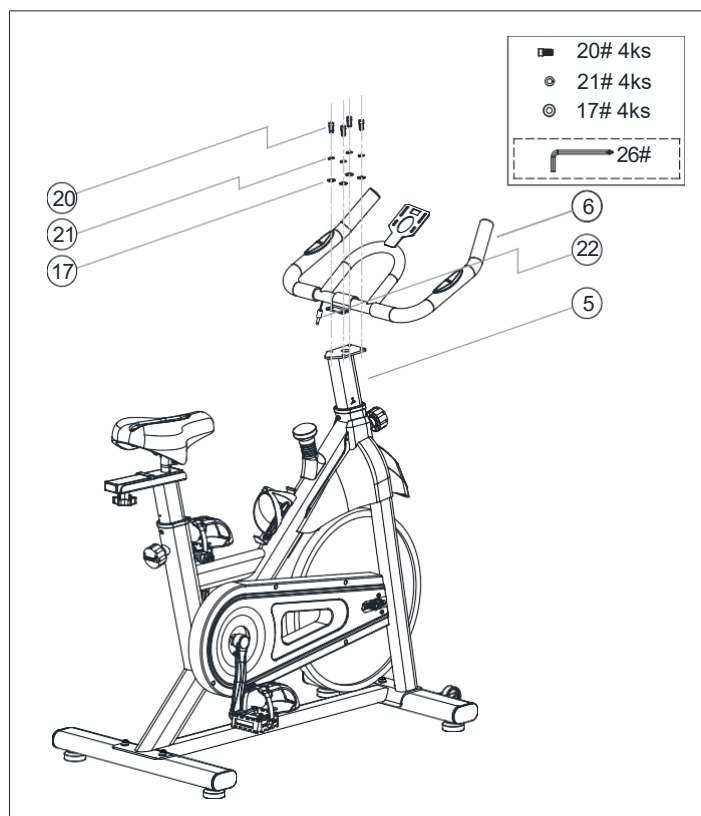
Poznámka: Vytiahnutím nastavovacej skrutky (14) nastavte výšku sedlovky (4) alebo podpery riadidiel (5). Po nastavení musíte nastavovacie skrutky (14) opäť utiahnuť.



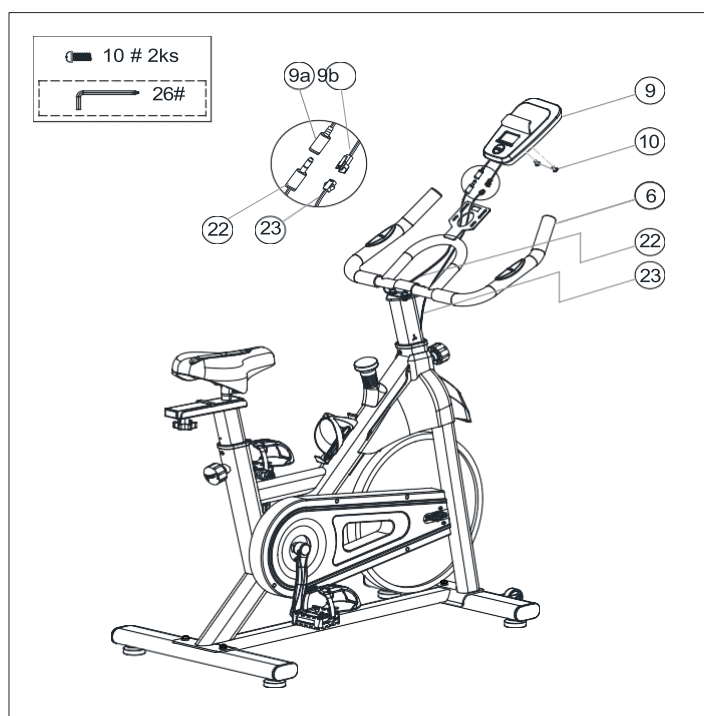
KROK 4: Namontujte horizontálny nastavovač sedla (7) na sedlovku (4) a zaistite ho podložkou (19) a nastavovaciu skrutkou (15). *Poznámka:* Uvoľnite nastavovaciu skrutku (15), aby ste nastavili polohu horizontálneho nastavovača sedla (7) tam a späť do príslušnej polohy. Nastavovaciu skrutku (15) je potrebné pred použitím utiahnuť.



KROK 5: Pripevnite riadidlá (6) k podpere riadidiel (5) pomocou podložiek (17), pružných podložiek (21) a skrutiek (20) a utiahnite pomocou imbusového kľúča (26).



KROK 6: Pripojte kábel (22) ku káblu (#9a) na zadnej strane monitora . Pripojte signálny kábel (23) ku káblu (#9b) na zadnej strane monitora . Dávajte pozor, aby ste nepricvikli žiadne káble, keďže pripojené vodiče dole otvorom a pripevníte monitor (9) k držiakovi na riadidlách (#2). Upevnite ho dvoma skrutkami (10) a utiahnite ich imbusovým kľúčom (26).



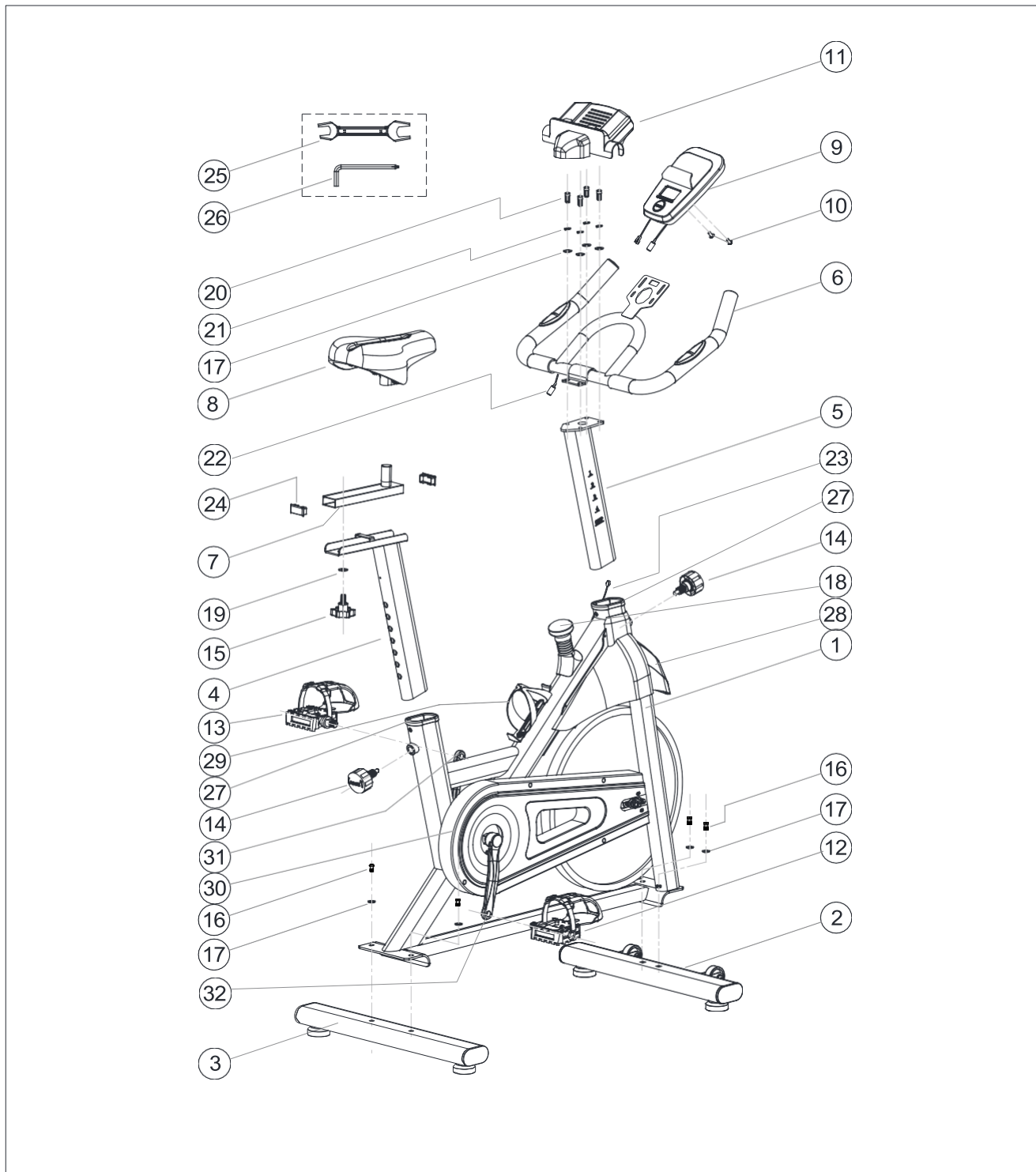
KROK 7: Pripevnite držiak mobilného telefónu (11) na riadidlá (6).



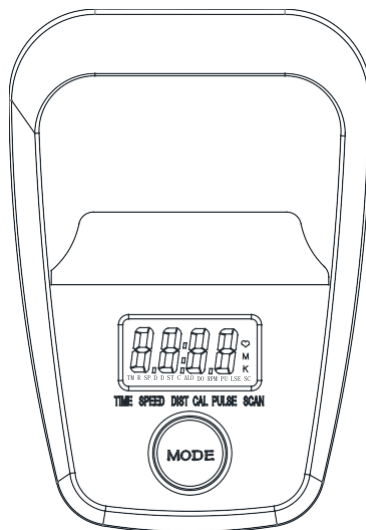
UPOZORNENIE! Pred použitím sa uistite, že sú všetky časti pevne namontované a zariadenie bezpečne stojí na podlahe.

ZOZNAM NÁHRADNÝCH DIELOV

Č.	Popis	Rozmer	Ks	Č.	Popis	Rozmer	Ks
1	Rám		1	17	Podložka	Ø8,5	8
2	Predná priečna podpera		1	18	Maticová krytka	M8	4
3	Zadná priečna podpera		1	19	Podloka	Ø10,5	1
4	Sedlovka		1	20	Skrutka	M8X16	4
5	Podpora riadidiel		1	21	Pružinová podložka	Ø8,5	4
6	Riadidlá		1	22	Horný kábel		1
7	Sedlovka		1	23	Spodný kábel		1
8	Sedlo		1	24	Záslepka štvorcovej trubky	20 x 40	2
9	Monitor		1	25	Kľúč	13-15	1
10	Skrutky	M5	2	26	Imbusový kľúč	6 mm	1
11	Držiak na mobilný telefón	Ø25	1	27	Duté zátky		2
12	Pravý pedál	R	1	28	Kryt zotrvačníka		1
13	Ľavý pedál	L	1	29	Držiak na fľašu		1
14	Nastavovacia skrutka	M16	2	30	Ochranný kryt		1
15	Nastavovacia skrutka	M10	1	31	Ľavá kľuka		1
16	Imbusová skrutka	M8X20	4	32	Pravá kľuka		1

ROZLOŽENÝ NÁKRES


FUNKCIE POČÍTAČA



FUNKCIE TLAČIDIEL

REŽIM: VYBERTE ĽUBOVOĽNÚ FUNKCIU STLAČENÍM TLAČIDLA MODE, V REŽIME SKENOVANIA MÔŽETE AKTUÁLNU FUNKCIU UZAMKNÚŤ STLAČENÍM TLAČIDLA MODE.

STLAČENÍM A PODRŽANÍM TLAČIDLA MODE NA 2 SEKUNDY RESETUJETE VŠETKY FUNKCIE.

FUNKCIE:

- **PORADIE ZOBRAZENIA SKENOVANIA :** TMR→SPD→ DST→CAL→PULSE: V REŽIME SKENOVANIA STLAČENÍM TLAČIDLA MODE VYBERTE INÚ FUNKCIU. KAŽDÝCH 6 SEKÚND JEDNOTLIVÉ REŽIMY AUTOMATICKY PRECHÁDZAJÚ JEDEN PO DRUHEM.
- **ČAS TRÉNINGU** OD 0:00 DO 99:00
- **DIST** AKUMULUJE CELKOVÚ VZDIALENOSŤ OD 0,0 DO 999,9 KM.
- **CAL** AKUMULUJE SPOTREBU KALÓRIÍ POČAS CVIČENIA OD 0,0 CAL DO MAXIMA 999,9 CAL. (TIETO ÚDAJE SÚ HRUBÝM NÁVODOM NA POROVNANIE RÔZNYCH TRÉNINGOV A NEMOŽNO ICH POUŽIŤ NA LEKÁRSKE OŠETRENIE).
- **PULZ** S IMPULZNÝM SIGNÁLOM NA 5 SEKÚND, SA ZOBRAZÍ AKTUÁLNY PULZ. BEZ IMPULZNÉHO SIGNÁLU PO DOBU 5 SEKÚND SA ZOBRAZÍ "P".

OZNÁMENIE:

1. AK SA DO POČÍTAČA PO DOBU 4 MINÚT NEPRENÁŠA ŽIADNY SIGNÁL, POČÍTAČ AUTOMATICKY VYPNE LCD DISPLEJ A ULOŽIA SA VŠETKY FUNKČNÉ HODNOTY
2. ŠPECIFIKÁCIA BATÉRIE MONITORA: 1.5 V UM-4 ALEBO AAA (2 KS)
3. KEĎ DISPLEJ LCD ZOSLABNE, ZNAMENÁ TO, ŽE JE POTREBNÉ VYMENIŤ BATÉRIE.
4. PRI VÝMENE BATÉRIÍ NESTLÁČAJTE TLAČIDLO REŽIMU. AK JE DISPLEJ ABNORMÁLNY, ZNOVA VLOŽTE BATÉRIE.

Rozcvička

Cvičenia krku

Nakloňte hlavu na pravú stranu tak, aby ste pociťovali napnutie vo vašom krku. Pomaly skloňte hlavu smerom k hrudníku v polkruhu a potom otočte hlavu doľava. Budete pociťovať pohodlné napnutie vo vašom krku. Toto cvičenie môžete striedavo opakovať niekoľko krát.



Cvičenia pre oblasť ramien

Nadvihujte ľavé a pravé rameno striedavo, alebo oboma ramenami naraz.



Cvičenia pre paže

Natiahnite striedavo ľavú a pravú pažu smerom k plafónu. Budete pociťovať napnutie na ľavej a pravej strane. Opakujte toto cvičenie niekoľko krát.



Cvičenia pre vrchnú časť

Podprite sa tak, že sa rukou opriete o stenu, potom sa natiahnite smerom za seba a zdvihnite vašu pravú alebo ľavú nohu smerom k zadným partiám čo najviac ako je to možné. Budete pociťovať pohodlné napnutie v prednej časti vašich stehien. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 30 sekúnd a ak je to možné opakujte toto cvičenie 2-krát pre každú nohu.



Vnútrotná časť stehien

Sadnite si na podlahu s nohami tak, aby vaše kolená smerovali von. Potlačte vaše nohy tak blízko ako je to možné k vašim slabínám. Teraz zatlačte vaše kolená smerom dole. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 30-40 sekúnd ak je to možné.



Dotyk na palce

Predkloňte váš trup smerom dolu a pokúste sa dotknúť vašich palcov až pokiaľ to bude možné. Ak sa dá, zostaňte v tejto pozícii po dobu 20-30 sekúnd.



Cvičenie pre kolená

Sadnite si na podlahu a vystrite vašu pravú nohu. Pokročte vašu ľavú nohu a vaše chodidlo položte na vaše pravé stehno. Teraz sa pokúste dosiahnuť vaše pravé chodidlo s vaším pravým ramenom. Zostaňte v tejto pozícii po dobu 30-40 sekúnd ak je to možné.



Cvičenia pre chrbát/Achillovej šľachy

Položte obe ruky na stenu pre získanie opory vášho tela. Posuňte vašu ľavú nohu dozadu a skúste sa ju priložiť k zadným partiám, striedajte ju s vašou pravou nohou. Toto natáhovacie cvičenie natáhuje ako chrbát tak aj nohy. Zostaňte v tejto pozícii ak je to možné po dobu 30 - 40 sekúnd.

