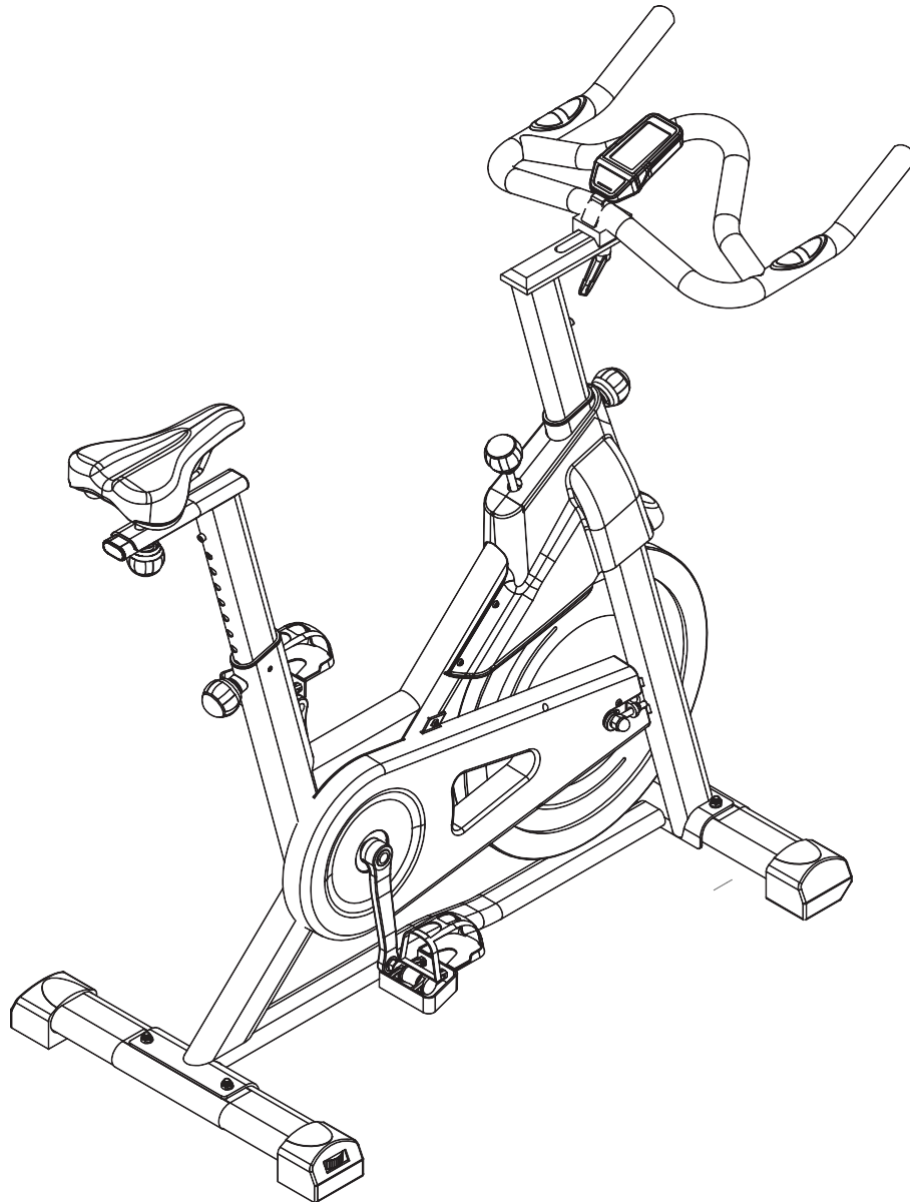


RACER 24



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 (uschovejte 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. Uchovajte 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 150 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: 44 kg.
22. Celkové rozmery zariadenia (d x š x v): 121 x 50 x 113 cm.

BEZPEČNOSTNÉ INŠTRUKCIE

1. Pred zostavením alebo použitím 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 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 používajte 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 použitie v domácnosti a nemalo by sa používať v komerčnom sektore. Zariadenie je v súlade s **normou EN 957-1/5 HC** a nie je vhodné na terapeutické použitie.

ZÁKAZNÍCKY SERVIS: Ak dôjde k akémukoľvek poškodeniu alebo chýbajúcim dielom, kontaktujte naše servisné stredisko a získajte originálne náhradné diely. Medzitým zariadenie nepoužívajte.

BEZPEČNOSTNÉ POKYNY PRE CVIČENIE

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

1. Pred začatím tréningu sa dobre zahrejte.
2. Ak chcete zabrzdiť alebo zastaviť zotrvačník, stlačte tlačidlo stop.
3. Pri cvičení vždy noste vhodné oblečenie, ktoré sa nemôže zachytiť vo výstroji. Nepoužívajte vybavenie naboso, ale vždy s teniskami. Nenoste topánky, ktoré sú rozviazané, s visiacimi šnúrkami alebo s koženou podrážkou.
4. Všetko visiace oblečenie a uteráky držte ďalej od zariadenia. Ak sa zasekne nejaký predmet, okamžite zariadenie vypnite.
5. Nikdy nepoužívajte zariadenie, keď je na ňom iná osoba.
6. Na zariadení sa nehojdajte ani neskáčte.
7. Ak pociťujete nevoľnosť, závraty, bolesť alebo iné nezvyčajné fyzické príznaky, okamžite prestaňte cvičiť a vyhľadajte lekársku pomoc.
8. Osoby so zdravotným postihnutím môžu zariadenie používať iba v prítomnosti kvalifikovaného personálu alebo jeho lekára.
9. Deti by mali zariadenie používať iba v prítomnosti dospelého osoby.
10. Ak sa necítite dobre, pociťujete nevoľnosť, bolesť na hrudníku alebo iné abnormálne príznaky, okamžite prestaňte cvičiť a vyhľadajte lekársku pomoc.

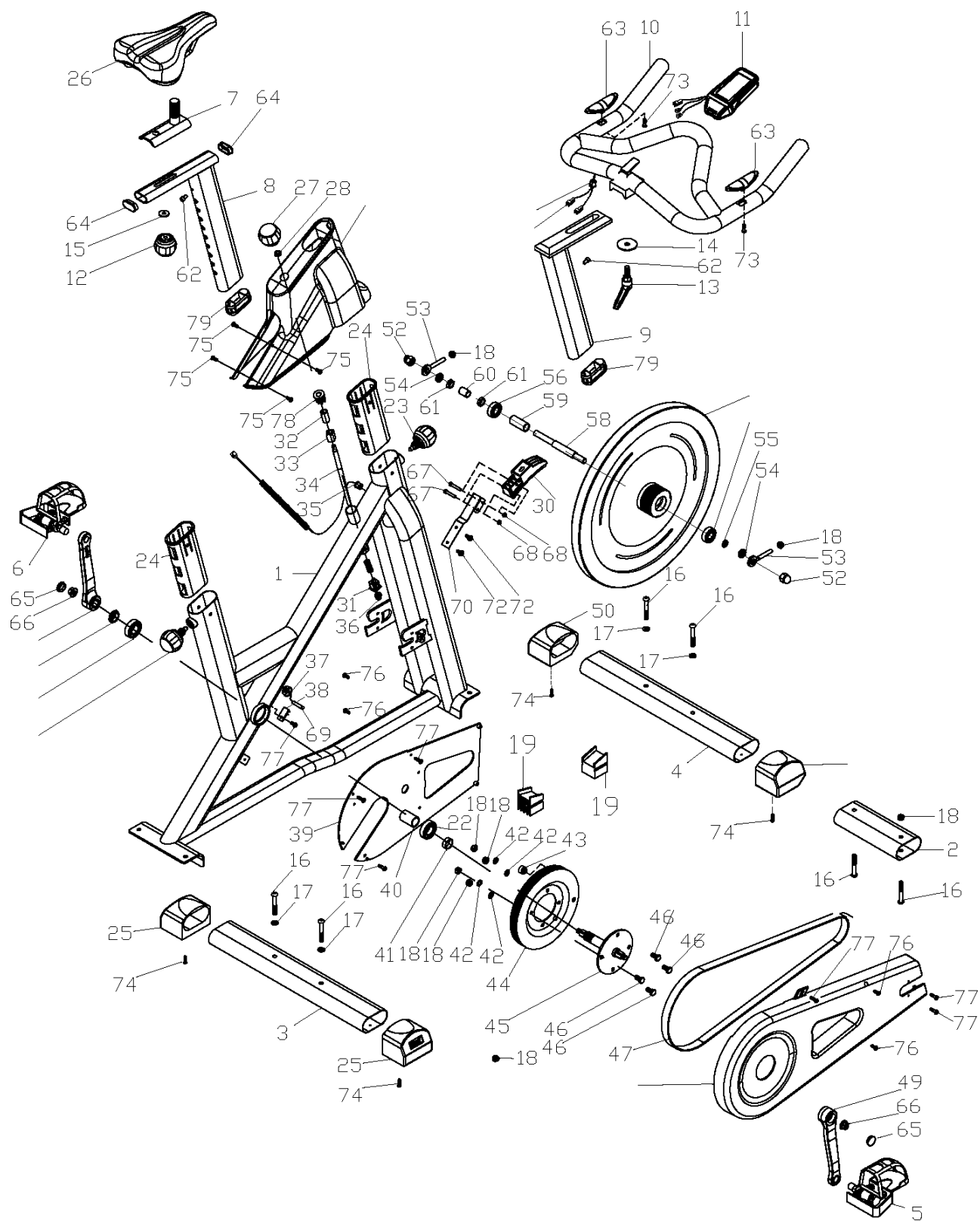
POKYNY NA LIKVIDÁCIU



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 národnej legislatívy použité elektrické zariadenia sa musia 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.

ROZLOŽENÝ NÁKRES A ZOZNAM DIELOV:



ZOZNAM DIELOV

Č.	Popis	Rozmer	Ks
1	HLAVNÝ RÁM		1
2	KOVOVÁ RÚRKA		2
3	ZADNÝ STABILIZÁTOR		1
4	PREDNÝ STABILIZÁTOR		1
5	PEDÁL R		1
6	PEDÁL L		1
7	POSUVNÉ SEDADLO		1
8	VERTIKÁLNA SEDLOVKA		1
9	VERTIKÁLNY DRŽIAK RIADIDIEL		1
10	RIADIDLA		1
11	POČITAČ		1
12	SKRUTKA	M8*Φ60*Φ24	1
13	L-SKRUTKA	M10*25	1
14	PLOCHA PODLOŽKA		1
15	PLOCHA PODLOŽKA	Ø25*Ø8*2	1
16	IMBUSOVÁ SKRUTKA	M8 * 55	4
17	PLOCHA PODLOŽKA	Ø18*Ø8*1,5	4
18	NYLONOVÁ MATICA	M8	10
19	PODPERA	JE1003	2
20	L-SKRUTKA		1
21	ŠESTHRANNÁ MATICA	S27*8	1
22	LOŽISKO	6004Z	2
23	PRUŽINA	M16 * 1,5 * 20/8 * 10	2
24	VLOŽKA SEDADLA	40*70	2
25	ZADNÝ KONCOVÝ UZÁVER		2
26	SEDLO		1
27	SKRUTKA		1
28	MATICA	M8	1
29	KRYTY RIADIDIEL		1
30	PLASTOVÝ RÁM		1
31	KRATKA UPEVNOVACIA RÚRKA	20*20	1
32	RÚRKA	Ø15*Ø10*30L	1
33	MATICA	15 * 15 * M10 * 25	1
34	OZUBENÁ PÁKA	M10*195	1
35	LOŽISKOVÁ VLOŽKA	Ø12	2
36	KOPULOVÁ MATICA	M8	1
37	RÚRKA	20*16	1
38	DRŽIAK SNÍMAČA		1
39	SPODNÝ KRYT REŤAZE	JE401	1
40	LOŽISKOVÁ VLOŽKA	Ø25*Ø20,5*38,6	1
41	DIŠTAČNÍK	Ø25*Ø20,5*9	1
42	PRUŽINOVÁ PODLOŽKA	M8	4
43	MAGNET		1
44	HNACIE KOLESO	200PK	1
45	OS	Ø20*154	1
46	IMBUSOVÁ SKRUTKA	M8*15	4
47	REMEŇ	PK 1308	1
48	PREDNÝ KRYT REŤAZE	JE400	1
49	KĽUKA R		1
50	OCHRANNÝ KRYT L		1
51	OCHRANNÝ KRYT R		1
52	MATICA	M12*1,25	2
53	SKRUTKA	M8*70	2
54	PODLOŽKA	Ø20*Ø12,3*6	2
55	MATICA	M12*1,25	1
56	LOŽISKO	6202	2
57	ZOTRVAČNÍK		1
58	OS	Ø15 * 160	1
59	DIŠTAČNÉ PUZDRO	Ø20*16*45,1	1
60	DIŠTAČNÉ PUZDRO	Ø16*Ø12,3*22,5	1
61	MATICA	M12*1,25	2

62	VALEC	M6*10	2
63	RUČNÝ PULZ		2
64	KONCOVÝ UZÁVER	20*40	2
65	KRYTKA		2
66	PRIRUBOVÁ MATICA	M10*1,25	2
67	MATICA	M5*30	2
68	NYLONOVÁ MATICA	M5	2
69	KÁBEL SNÍMAČA		1
70	PRUŽINOVÁ BRZDA		1
71	RUČNÝ PULZNÝ KABEL		1
72	SAMOREZNÁ SKRUTKA	M4*15	2
73	SAMOREZNÁ SKRUTKA	M4*25	2
74	SKRUTKA	M4*20	4
75	SKRUTKA		4
76	SKRUTKA		4
77	SAMOREZNÉ SKRUTKY	M4*15	7
78	LOŽISKOVÁ VLOŽKA		1
79	KRYTKA	30*70	2

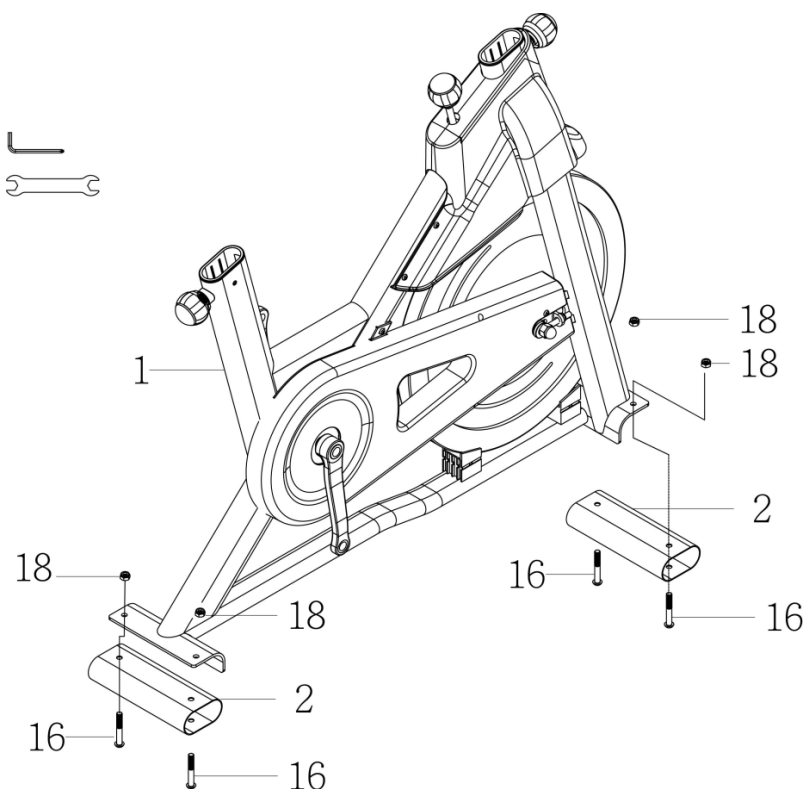
NÁVOD NA MONTÁŽ

PRÍPRAVA:

Pred montážou sa uistite, že máte okolo predmetu dostatok miesta. Na montáž použite dodané nástroje.
Pred montážou skontrolujte, či sú k dispozícii všetky potrebné diely (na začiatku tohto návodu nájdete rozložený náčrt so všetkými jednotlivými dielmi (označenými číslami), z ktorých sa toto zariadenie skladá.

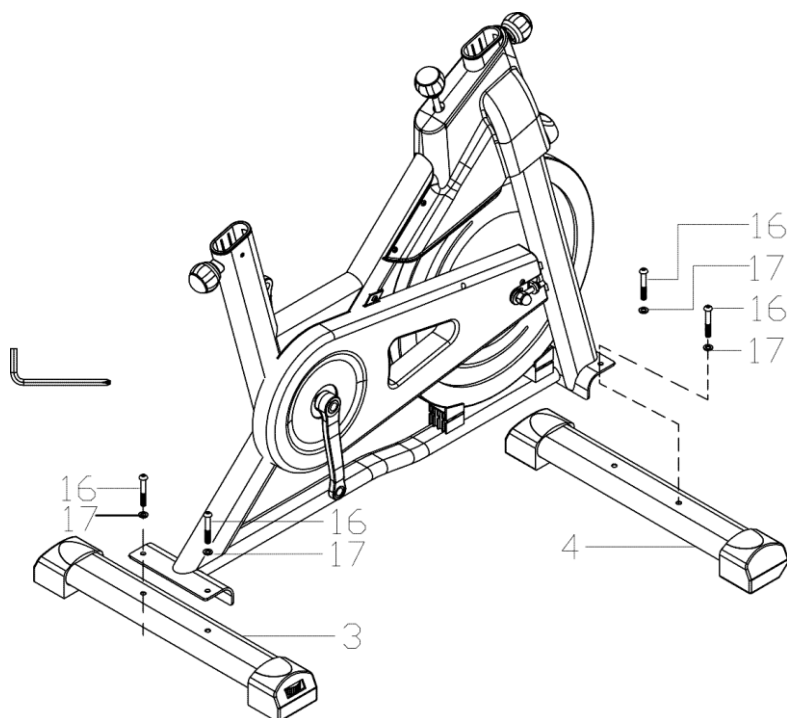
Krok 1

Odstráňte vopred zmontované rúrky (2), skrutky (16) a matice (18) z hlavného rámu (1).



Krok 2

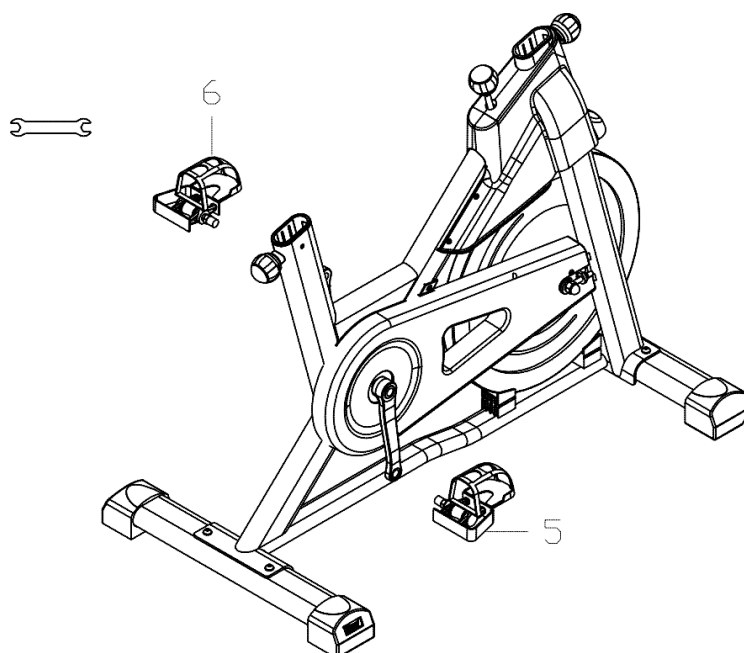
Bezpečne pripevnite predný stabilizátor (3) a zadný stabilizátor (4) k hlavnému rámu (1) a bezpečne ich zaistite 4 skrutkami (16) a podložkami (17).



Krok 3

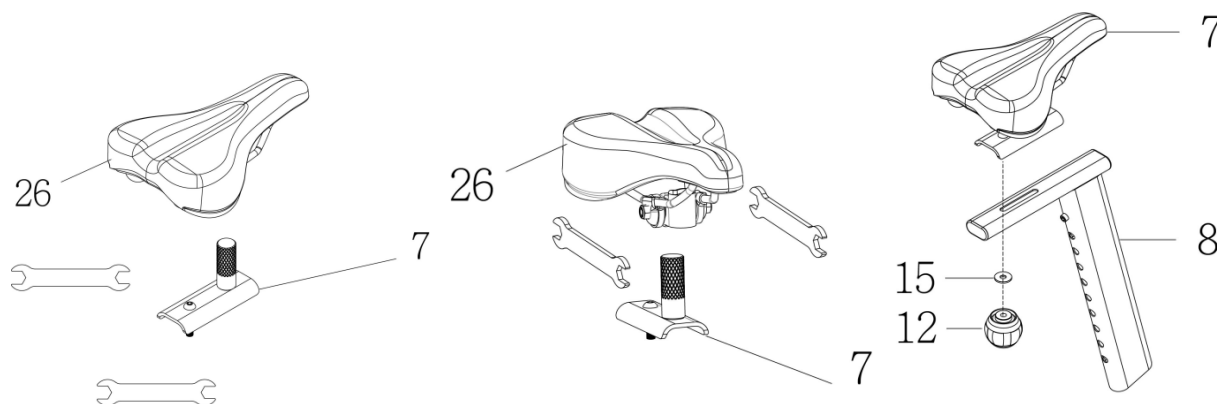
Pedále (6L a 5R) sú označené "L" a "R" - vľavo a vpravo. Pripojte ich k príslušným kľukám. Pravá kľuka je umiestnená na pravej strane cyklotrenažéra, keď na ňom sedíte.

Upozorňujeme, že pravý pedál by mal byť navlečený v smere hodinových ručičiek a ľavý pedál proti smeru hodinových ručičiek.



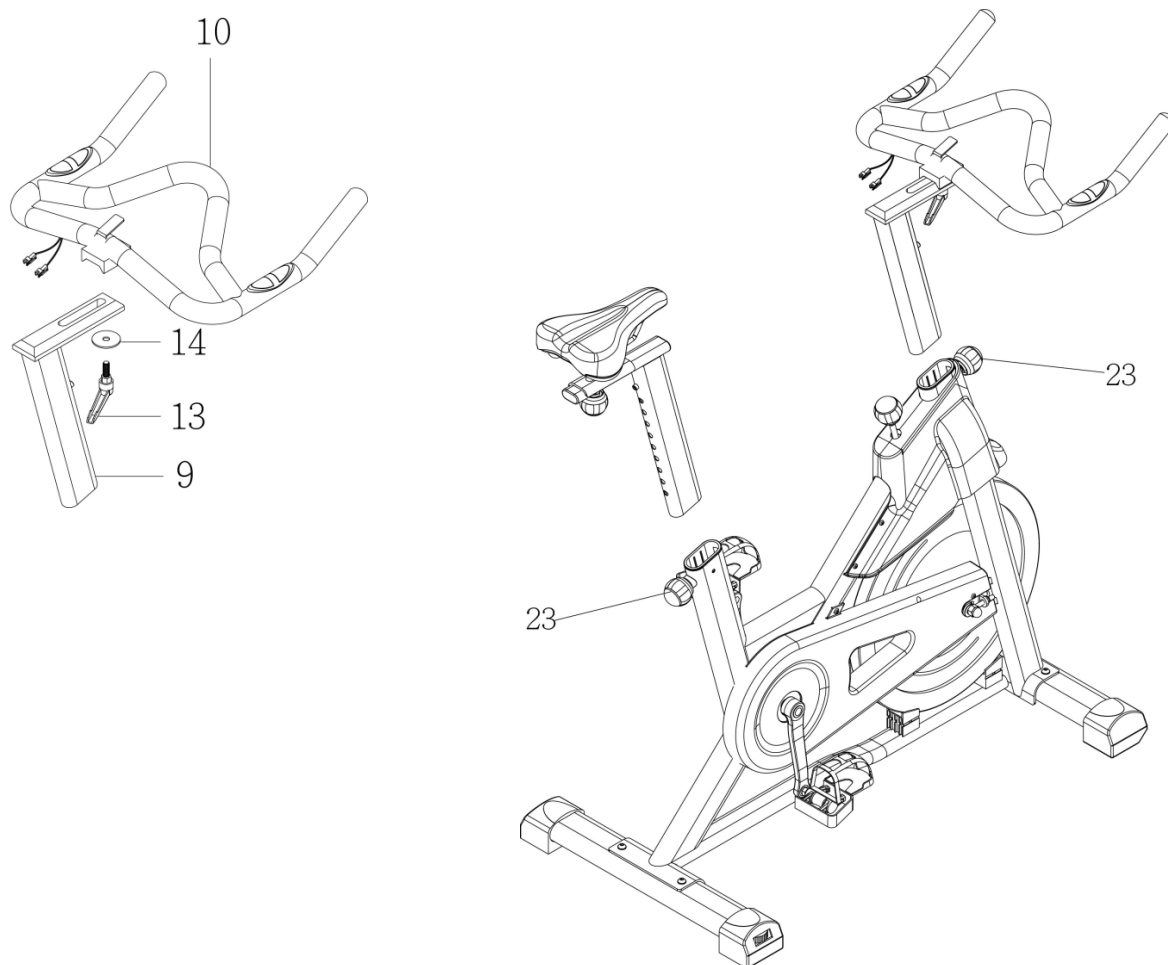
Krok 4

Pomocou kľúča zaistíte sedlo (26), keď sa posuvné sedadlo (7) posúva. Pripevnite posuvné sedadlo (7) k zvislej sedlovke sedadla (8) pomocou podložky (5) a skrutky (12).



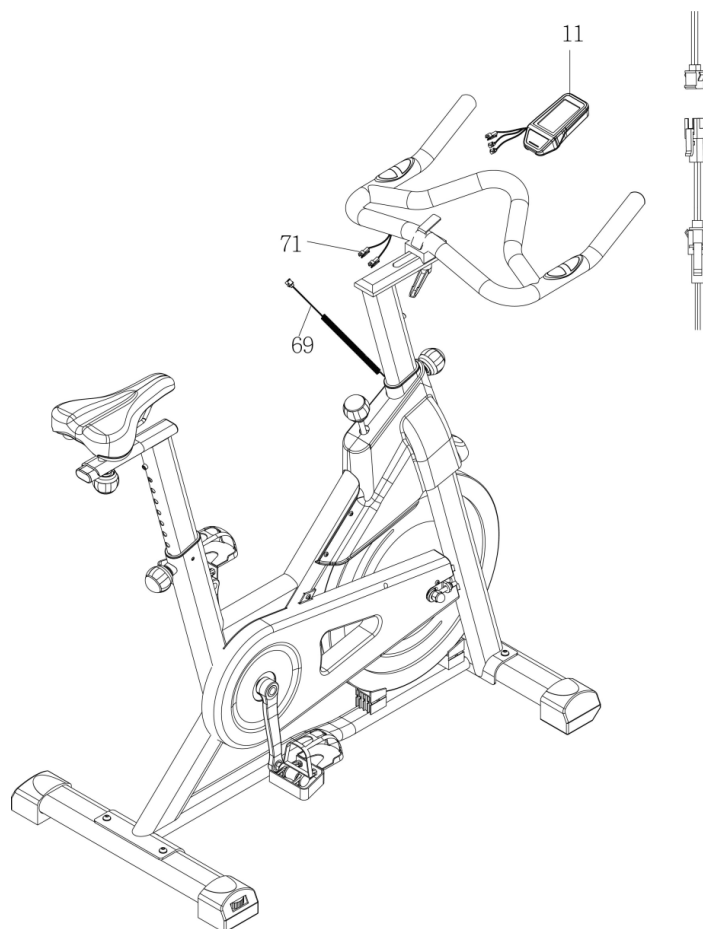
Pripevnite riadidlá (10) k zvislej podpere riadidiel (9) pomocou podložky (14) a L-skrutky (13).

Uvoľnite 2 nastavovacie pružiny (23) na hlavnom ráme (1). Vložte vertikálnu sedlovku (8) a vertikálny držiak riadidiel (9) do hlavného rámu (1) a nastavte ich do správnej polohy. A potom utiahnite skrutkou (8&9) pomocou pružiny (23).



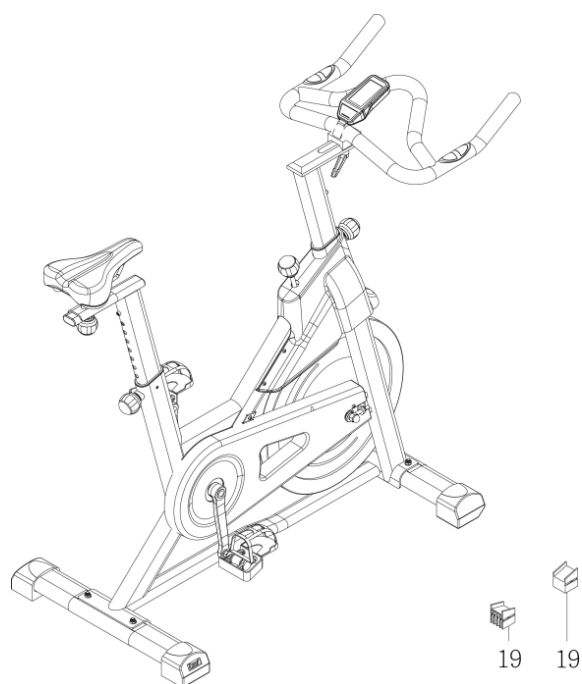
Krok 5

Namontujte počítač (11) na riadidlá(10). Pripojte kábel snímača (69) a vodiče ručných impulzov (71) k počítaču (11).



Krok 6

Odstráňte podperu (19) pod zotrvačníkom. A potom si užívajte jazdu.



POČÍTAČ



KLÁVESOVÉ SKRATKY

MODE- Vyberte požadovanú funkciu.

SET- Nastavenie hodnoty zvolených funkcií TIME-DISTANCE-CALORIES-PULSE (čas, vzdialenosť, kalórie, pulz)

RESET- Stlačením tohto tlačidla resetujete aktuálne hodnoty funkcie.

RECOVER- Stlačením tohto tlačidla vstúpíte do detekcie obnovenia srdcového tepu.

FUNKCIE

ČAS- Stláčajte tlačidlo, kým sa na LCD nezobrazí "TIME", na monitore sa na obrazovke zobrazí funkcia času.

RÝCHLOSŤ- Stláčajte tlačidlo, kým sa na LCD nezobrazí "SPEED", na monitore sa na obrazovke zobrazí funkcia rýchlosti.

DIST- Stláčajte tlačidlo, kým sa na LCD nezobrazí "DIST", na monitore sa na obrazovke zobrazí funkcia vzdialenosti.

ODO- Stláčajte tlačidlo, kým sa na LCD nezobrazí "ODO", na monitore sa na obrazovke zobrazí funkcia počítadla kilometrov.

KALÓRIE- Stláčajte tlačidlo, kým sa na LCD nezobrazí "CAL", na monitore sa na obrazovke zobrazí funkcia kalórií.

PULSE – Stláčajte tlačidlo, kým sa na LCD nezobrazí znak "P" alebo "P", na monitore sa na obrazovke zobrazí funkcia pulzovej frekvencie.

Ak je monitor srdcového tepu v kontakte s uchom, po niekoľkonásobnom trení ušného lalôčika ho pripnite na ušný lalôčik, aby ste pred meraním pulzu zabezpečili maximálny krvný obeh. Ak je monitor srdcového tepu v kontakte s vašou rukou, pred meraním srdcového tepu položte dlane na kontaktné dosky.

Ak je monitor srdcového tepu v kontakte s bezdrôtovým monitorom srdcového tepu, nasadte si ho pred meraním srdcového tepu.

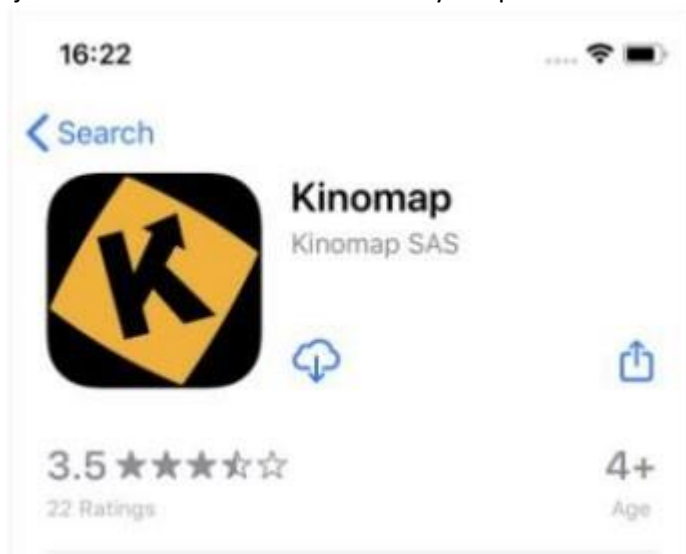
POZNÁMKY

1. Monitor sa automaticky vypne; Ak počas 3 minút nezadáte žiadny signál, uložia sa všetky hodnoty funkcií. Monitor môžete aktivovať stlačením ľubovoľného tlačidla alebo reštartovaním cvičenia.
2. Ak sa na monitore nezobrazujú údaje správne, znova vložte batérie.
3. Špecifikácie batérie: 1,5 V AAA alebo AA (1 ks alebo 2 ks).

POKYNY NA POUŽÍVANIE APLIKÁCIE:

KINOMAPA

1. Vyhľadajte "KINOMAP" v obchode s mobilnými aplikáciami a stiahnite si aplikáciu.



1. Po dokončení sťahovania otvorte aplikáciu a zaznamenajte si svoje osobné údaje. Zapnite Bluetooth mobilného telefónu, aby ste sa uistili, že je vysielateľ zapnutý a je pripravený na pripojenie.
- 2.

A screenshot of the Kinomap app's sign-up screen. At the top is the Kinomap logo (a yellow diamond with a black 'K' and an upward arrow). Below the logo is the text 'Sign up' and 'Sign up now to join the Kinomap community!'. There are five input fields: 'Username', 'Last Name' and 'First Name' (split), 'United States' (with a location pin icon), 'Email' (with an envelope icon), and 'Password' (with a lock icon and an eye icon for toggling visibility). Below the input fields is a line of text: 'By creating this account, you accept our terms. [Learn more.](#)'. At the bottom is a large yellow button with the text 'CREATE MY ACCOUNT'.

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

Podoprite 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.



Vnútoraná 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 slabinám. 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 vašim 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 natáha ako chrbát tak aj nohy. Zostaňte v tejto pozícii ak je to možné po dobu 30 - 40 sekúnd.

