

Dual



BH

Spada Dual (H930U)

Felhasználói kézikönyv

Made for



iPod



iPhone



iPad

Fontos biztonsági tanácsok, óvintézkedések

Az edzőkerékpárt a maximális biztonság jegyében terveztük és készítettük el. Ettől függetlenül bizonyos biztonsági óvintézkedéseket mindig figyelembe kell venni a használata során. Az edzőkerékpár összeszerelése és használata előtt gondosan olvassa el ezt a kézikönyvet, így fontos információkat szerezhet az edzőgép helyes összeszereléséről és biztonságos használatáról. Különös figyelemmel olvassa el az alábbi óvintézkedéseket!

- 1 Kiskorú gyermekét mindig tartsa távol az edzőgéptől és ne hagyja az a helyet felügyelet nélkül ahol az edzőgépet elhelyezi.
- 2 Az edzőgépet egyszerre csak egy személy használhatja!
- 3 Ha edzés közben szédülést, hányingert, fejfájást, légzési nehézséget vagy bármilyen fájdalmat érez, azonnal hagyja abba a tréninget és forduljon orvoshoz!
- 4 Az edzőgépet helyezze kemény sík felületre, ne vigye ki azt a szabadba vagy víz közelébe!
- 5 Kezeit tartsa távol az edzőgép mozgó részeitől!
- 6 Edzéséhez megfelelő edzőcipőt és sportöltözéket viseljen!
- 7 Az edzőgépet csak a kézikönyvben leírtak szerint szabad használni és ne használjon olyan kiegészítőket amelyeket a termék gyártója nem javasol!
- 8 Az edzőgép közelébe éles, hegyes tárgyakat ne helyezzen!
- 9 Mozgás vagy szellemi sérült személy az edzőgépet csak szakképzett felügyelő jelenlétében használhatja!
- 10 Végezzen bemelegítő, nyújtó gyakorlatokat az edzőgép használata előtt!
- 11 Ne használja az edzőgépet ha az nem működik tökéletesen!

Figyelem! Az edzőgép használata előtt konzultáljon szakorvossal! Különösen fontos ez, ha már betöltötte a 35. életévét és/vagy korábban egészségügyi problémái voltak!

Őrizze meg a kézikönyvet!

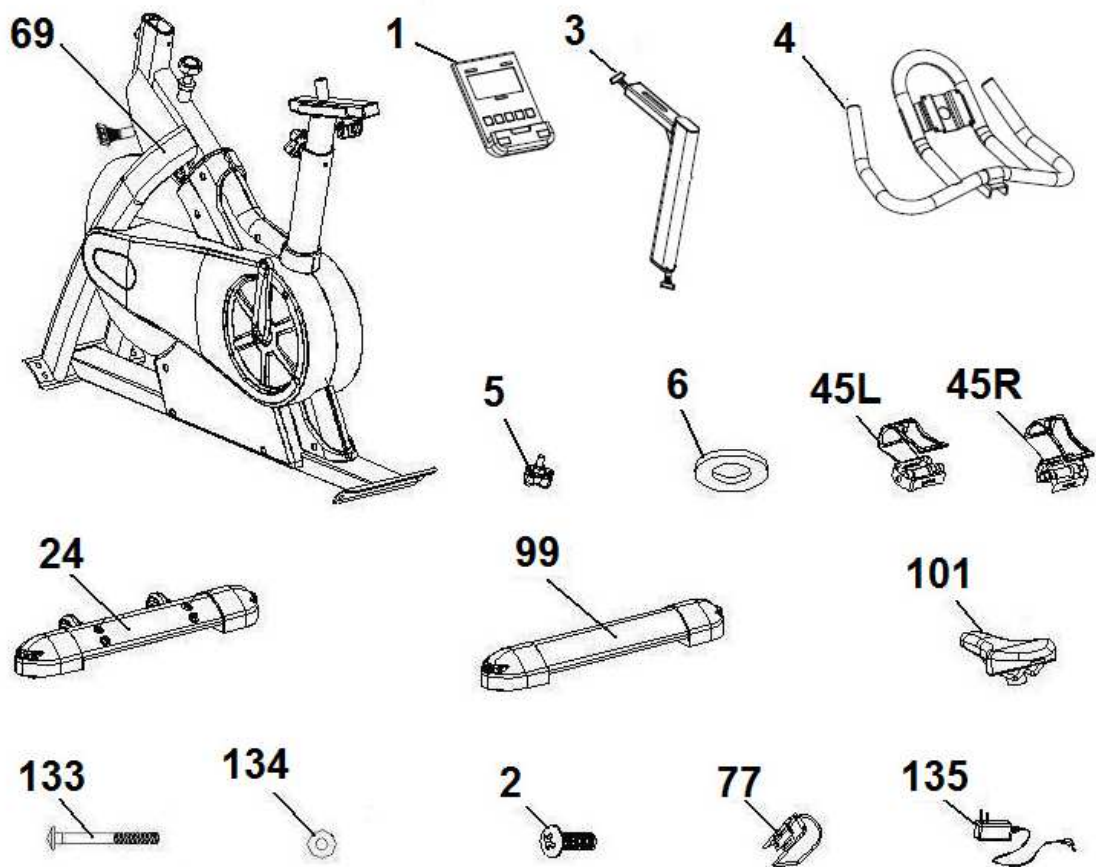
Általános instrukciók

- 1 Az edzőgépet otthoni használatra tervezték, az edzőkerékpárt 130 kg-nál nehezebb személy ne használja!
- 2 Az edzőgép nem játékszer! A szülőknek ezzel mindig tisztában kell lenni, ha kiskorú gyermeket enged annak közelébe!
- 3 A tulajdonos felelőssége az, hogy az edzőgép minden lehetséges felhasználója kellőképpen informálva legyen annak biztonságos használatáról!

Összeszerelési instrukciók

Az edzőgép összeszereléséhez egy másik személy segítsége is szükséges!

Vegye ki az edzőgép alkatrészeit a kartondobozból és helyezze azokat a padlóra! Vesse össze az alkatrészeket az alábbi listával!



- | | | | |
|-----|-----------------------|-----|-----------------------------|
| 1 | Konzol | 2 | Konzolcsavarok |
| 3 | Kormánycső / Ülécscső | 4 | Kormánykar |
| 5 | Kormány állítócsavar | 6 | Lapos alátét |
| 24 | Elülső talp + kerekek | 45L | Bal pedál |
| 45R | Jobb pedál | 69 | Főváz |
| 77 | Kulacstartó | 99 | Hátsó talp + szintező lábak |
| 101 | Nyereg | 133 | M10 csavar |
| 134 | M10 alátét | 135 | Adapter |

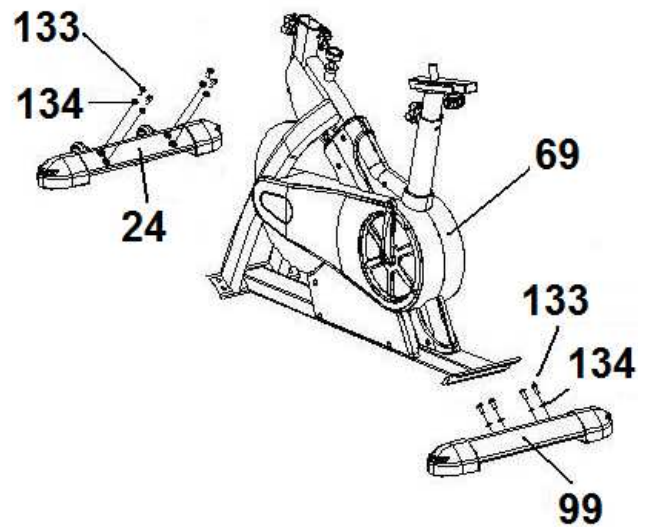
Talpak felszerelése

1. lépés

Helyezze a szintező lábakkal ellátott hátsó talpat (99) az edzőgép hátsó részéhez és rögzítse azt csavarokkal (133) és lapos alátétekkel (134)! Húzza meg jól a csavarokat!

2. lépés

Helyezze a szállítókerekekkel ellátott elülső talpat (24) az edzőgép elülső részéhez és rögzítse azt csavarokkal (133) és lapos alátétekkel (134)! Húzza meg jól a csavarokat! Ügyeljen arra, hogy a szállítókerekek előre nézzenek!



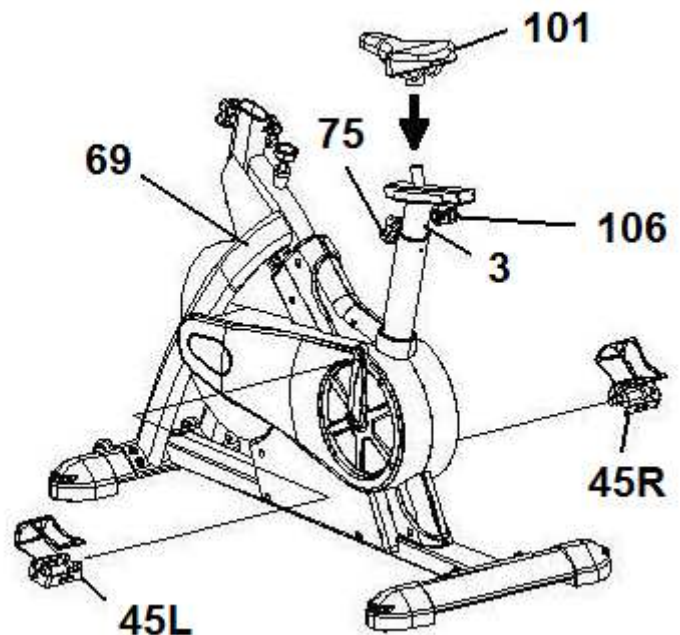
A pedálok felhelyezése

3. lépés

A következő utasításokat nagyon pontosan be kell tartani, különben a pedál menete vagy a hajtókar menete könnyen megsérülhet! A bal és jobb oldal a felhasználóra értendő amikor az edzőgépet használja.

A jobb oldali pedált (45R) csavarozza rá az „R” jelzésű pedáltengelyre az óra járásával egyező irányba, húzza meg jól a pedált!

A bal oldali pedált (45L) csavarozza rá az „L” jelzésű pedáltengelyre az óra járásával ellentétes irányba, húzza meg jól a pedált!



A nyereg rögzítése

4. lépés

Helyezze a nyeret (101) az ülőcsőre (3) az előbbi ábrán látható módon és rögzítse azt csavarral, húzza meg jól a csavart!

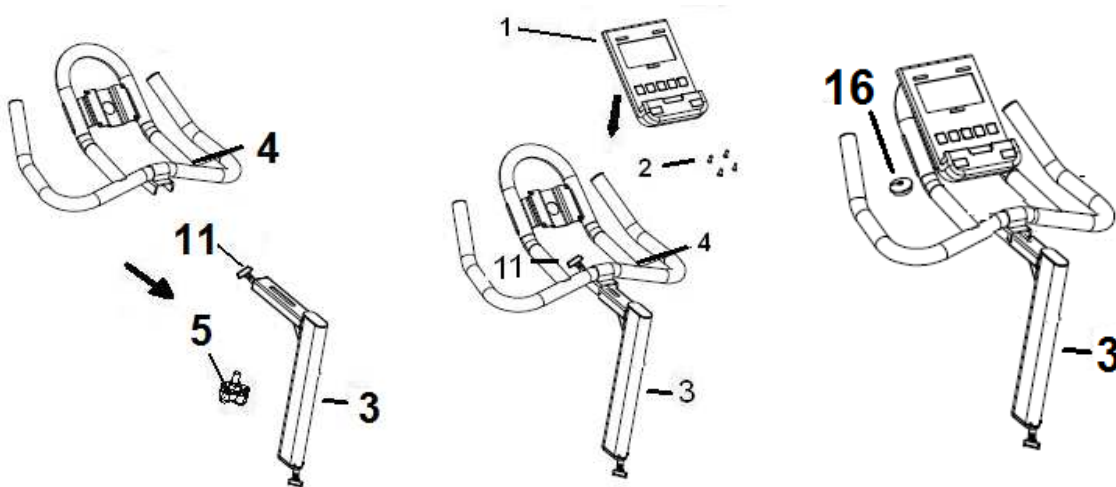
Az ülés magasság állítása

A fenti ábrán látható állítócsavart (75) lazítsa ki úgy, hogy azt az óra járásával ellentétes irányba, állítsa az ülés magasságát a kényelmes pozícióba, majd az állítócsavarral rögzítse a pozíciót úgy, hogy azt az óra járásával egyező irányba tekeri! Húzza meg jól az állítócsavart!

Az ülés vízszintes állítása

A fenti ábrán látható állítócsavart (106) lazítsa ki úgy, hogy azt az óra járásával ellentétes irányba, állítsa az ülést a kényelmes pozícióba, majd az állítócsavarral rögzítse a pozíciót úgy, hogy azt az óra járásával egyező irányba tekeri! Húzza meg jól az állítócsavart!

A konzol felhelyezése



5. lépés

A bal oldali ábrán (4. ábra) látható módon helyezze a kormánykart (4) a kormánycsőre (3) és rögzítse a kormánykart az állítócsavarral (5)!

6. lépés

Távolítsa el a konzolból (1) a konzolcsavarokat (2) a középső ábra szerint és csúsztassa rá a konzolt a kormánykarra (4) a nyíl irányában!

7. lépés

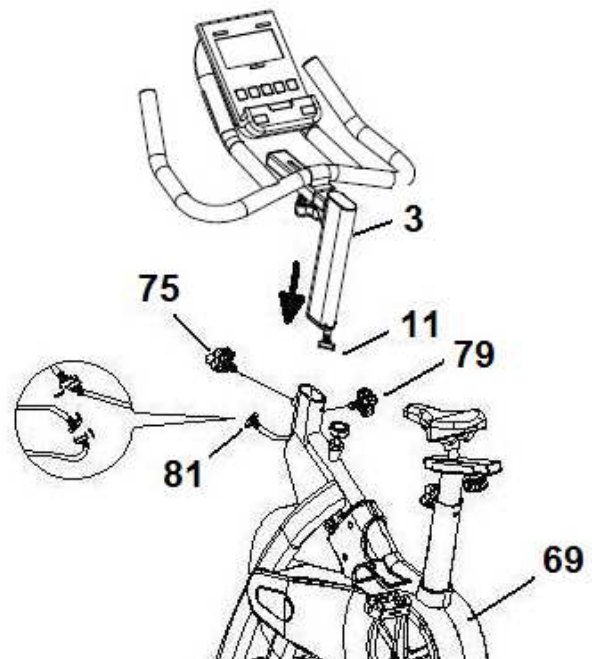
A kormánykaron lévő kábelt (11) csatlakoztassa a konzol (1) hátsó részébe és a korábban eltávolított csavarok (2) segítségével rögzítse a konzolt a kormánykarra!

A konzol rögzítése után helyezze fel a burkolatot (16) a jobb oldali ábra szerint!

A kormánykar felhelyezése

8. lépés

Helyezze a kormánycsövet (3) a főváz (69) elülső furatába és rögzítse a kormánycsövet a rögzítőcsavarokkal (75 és 79)! Csatlakoztassa a kormánycsőből kilógó vezetékét (11) a fővázból kilógó vezetékkel (81)!



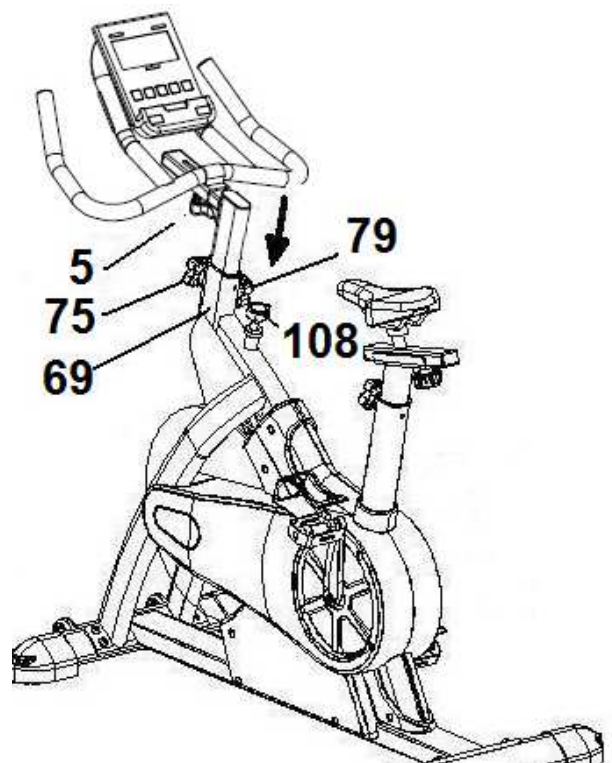
A kormánykar vízszintes állítása

Lazítsa ki az állítócsavart (5) és helyezze a kormánykart az edzéshez kényelmes pozícióba, úgy hogy ne menjen túl a „MIN INSERT” jelzésen! Ezután húzza meg az állítócsavart!

A kormánykar magasságának állítása

Lazítsa ki az állítócsavarokat (75 és 79) és helyezze a kormánykart az edzéshez kényelmes magasság pozícióba, úgy hogy ne menjen túl a „MIN INSERT” jelzésen! Ezután húzza meg az állítócsavarokat a fenti ábra szerint!

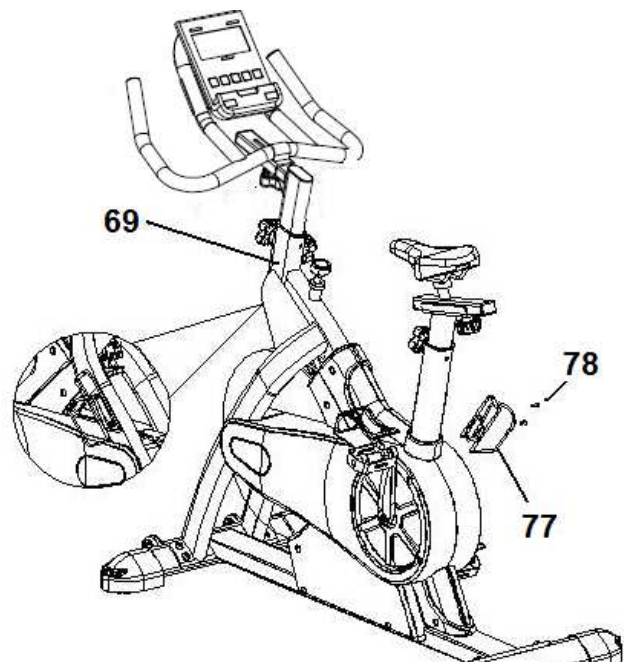
Fontos: az edzőkerékpár vészfékkal (108) van ellátva, így azt ha a fenti ábra szerinti nyíl irányába erővel lenyomja erősebb félhatás érvényesül.



A kulacstartó felhelyezése

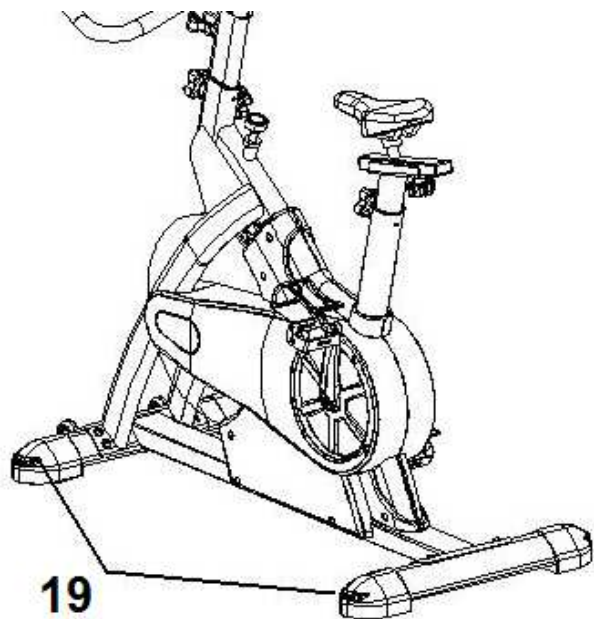
9. lépés

Az ábra szerint helyezze fel a kulacstartót (77) a fővázra (69) és rögzítse azt csavarokkal! Húzza meg jól a csavarokat (78)!



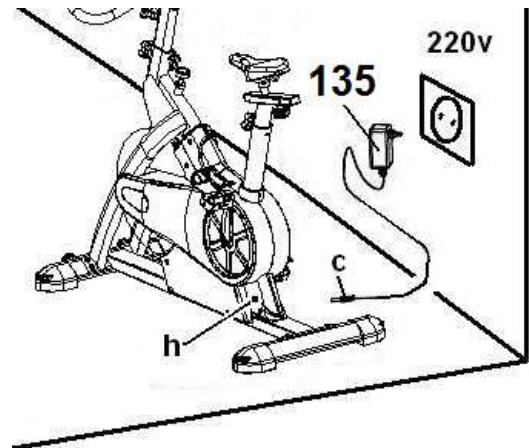
Az edzőgép színtezése

Miután az edzőgép a végső helyére került győződjön meg arról, hogy az alatta lévő padló kemény és sík felületű! Ha az edzőgép mégis billegne, akkor ezen a fenti ábrán látható szintező lábak (19) fel vagy lefelé történő mozgásával lehet segíteni.



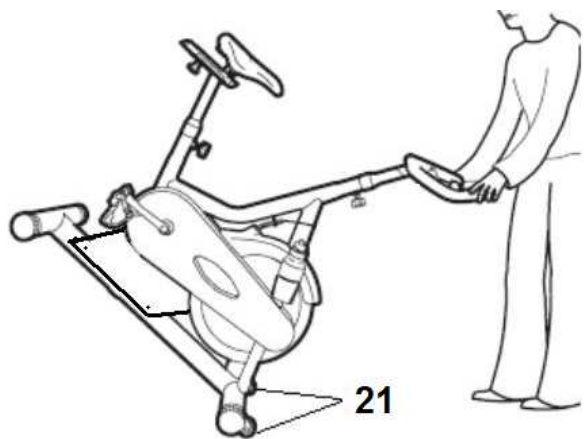
Az adapter csatlakoztatása

Az adapter (135) csatlakozóját (c) dugja be a főváz alsó hátsó részén lévő aljzatba, (h) az adapter másik végét dugja be a 220V-os fali aljzatba a fenti ábra szerint!



Mozgatás és Tárolás

Az edzőgép szállítókerekekkel (21) van ellátva a könnyebb mozgathatóság érdekében. Az edzőgép mozgatásához emelje meg azt a hátsó részénél addig, amíg az nem képes a saját kerekein gördülni! Az edzőgépet száraz helyen tárolja, ahol az nincs kitéve jelentős hőmérséklet ingadozásnak!



Az edzőgép karbantartása

Egészségügyi okokból minden használat után tisztítsa meg fertőtlenítő spray segítségével az edzőgép ülését és kormánykarjait! Az edzőgép vázára került izzadtságot szintén hasonló módon kell eltávolítani!

A rögzítőcsavarok ellenőrzése

A rögzítőcsavarokat rendszeresen ki kell lazítani majd kenőanyaggal kezelni hogy azok mindig tökéletes állapotban legyenek!

A BH fenntartja azon jogát, hogy a termék specifikációját minden előzetes figyelmeztetés nélkül megváltoztathassa!

BH FITNESS SPAIN

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

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012 /
902 170 258
Fax: +34 945 56 05 27
e-mail: sat@bhfitness.es

BH FITNESS HUNGARY

Fehérvári út 168-178
1116 Budapest
Tel: + 36 1 877 - 4841
Fax: +36 1 877 - 4865
e-mail: info@sport8.hu
<http://www.sport8.hu>
<http://www.bhfitness.hu/>

BH FITNESS NORTH AMERICA

20155 Ellipse
Foothill Ranch
CA 92610
Tel: + 1 949 206 0330
Toll free: +1 866 325 2339
Fax: +1 949 206 0013
e-mail:
fitness@bhnorthamerica.com
www.bhnorthamerica.com

BH FITNESS ASIA

No.139, Jhongshan Rd.
Daya Township
Taichung 428, Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
e-mail: info@bhasia.com.tw

BH FITNESS PORTUGAL

MAQUINASPORT, S.A.
Zona Industrial Giesteira
Terreirinho 3750-325 Agueda
(PORTUGAL)
Tel.: +351 234 729 510
Fax: +351 234 729 519
e-mail: info@bhfitness.pt
BH SERVICE PORTUGAL
Tel.: +351 707 22 55 24
Fax: +351 234 729 519
e-mail: info@bhfitness.pt

BH FITNESS MEXICO

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

BH FITNESS CHINA

BH China Co., Ltd.
Block A, NO.68, Branch Lane
455, Lane 822,
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan,
Putuo, Shanghai 200331, P.R.C.
Tel: +86-021-5284 6694
Fax: +86-021-5284 6814
e-mail: info@i-bh.cn

BH FITNESS FRANCE

27 bis, Route de Pitoys
64600 ANGLET
Tél.: +33 05 59 42 04 71
Fax: +33 05 59 50 10 83
e-mail:
bhfrance@bhfitness.com
SAV FRANCE
Tél: +33 0810 000 301
Fax: +33 0810 00 290
e-mail:
savfrance@bhfitness.com

BH FITNESS UK

Halliards, Terrington Drive
Newcastle-under-Lyme
Staffordshire ST5 4NB
United Kingdom
Tel.: +44 (0)844 335 3988
e-mail: sales@bh-uk.co.uk
AFTER SALES - UK
e-mail: service@bh-uk.co.uk

EXERCYCLE GMBH

Schumannstraße 27 60325
Frankfurt/Main
Tel. 069-17554247-0
Fax. 069-17554247-9
email: info@bhfitness.com
www.bhfitness.com