

YV 50 Combo One Felhasználói Kézikönyv



Köszönjük hogy termékünket választotta! Bár minden termékünk esetében maximálisan figyelünk a kiváló minőségre, alkalmanként mégis előfordulhatnak hibák, hiányosságok. Ha bármilyen hibát észlel vagy valamilyen alkatrész hiányzik a vibrációs edzőgépből, lépjen kapcsolatba a termék forgalmazójával! Kérjük körültekintően olvassa el a kézikönyv utasításait! Hasznos információkat tartalmaz az edzőgép biztonságos használatával és karbantartásával kapcsolatban.

Általános instrukciók

A biztonság érdekében az edzőgép körül 0.5m szabad területet kell hagyni! Elektromos készülékek használata esetén mindig vegye figyelembe a következő óvintézkedéseket!

- 1 Az áramütés kockázatának csökkentése érdekében használat után mindig húzza ki a hálózati kábelt a fali aljzattól!
- 2 Az edzőgépet csak olyan hálózati feszültségről szabad csak üzemeltetni, mely megfelel annak működtetéséhez szükséges feszültség értékkel! A hálózati kábel dugójának teljesen kompatibilisnek kell lenni a fali aljzattal! Ha ez nem így lenne, vegye igénybe szakember segítségét! Ne használjon adaptert az edzőgéphez!
- 3 Az edzőgépet kizárólag otthoni használatra tervezték!
- 4 Bekapcsolt edzőgépet ne hagyjon felügyelet nélkül! Amikor nem használja a vibrációs edzőgépet, mindig kapcsolja azt ki!
- 5 Ne helyezze az edzőgépet olyan helyre ahol az légnyílást zárhat el! Helyezzen az edzőgép alá szőnyeget a padló védelme érdekében!
- 6 Az edzőgép nem játékszer! Mindig fokozott felügyelet szükséges, ha kiskorú gyermek vagy sérült személy közelíti meg azt!
- 7 A vibrációs edzőgépet 100 kg-nál nehezebb személy ne használja!
- 8 Kezeit tartsa távol az edzőgép mozgó részeitől!
- 9 Edzéséhez megfelelő sportöltözéket és tiszta edzőcipőt viseljen!
- 10 Az edzőgépet hosszabb ideig ne tárolja nedves környezetben, mert megrozsdásodhat!

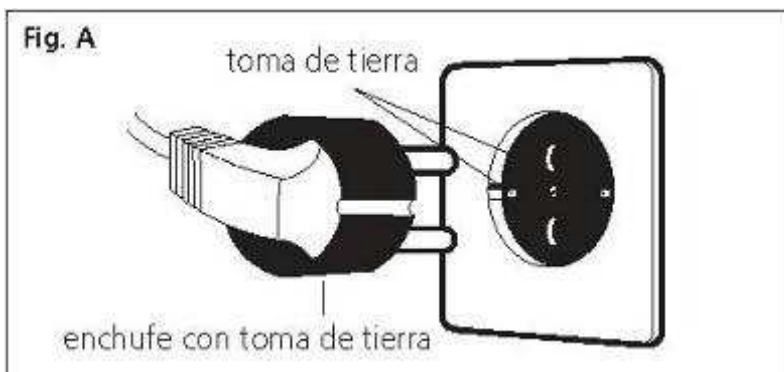
Figyelem! Mielőtt az edzőgépet használtba venné, kérje ki szakorvos tanácsát, különösen akkor, ha korábban egészségügyi problémái voltak!

Biztonsági instrukciók

A terméket gondosan le kell földelni! Hiba esetén a földelés megakadályozza az áramütés lehetőségét. A vibrációs edzőgép földelt hálózati kábellel és dugóval rendelkezik.

Vigyázat! Ha a termék nincs megfelelően földelve, az áramütés lehetősége fennáll. Ha ezzel kapcsolatban kétsége merül fel, kérje meg villanyszerelő vagy szakképzett szerelő segítségét a földeléssel kapcsolatban! Ne módosítsa a hálózati kábel dugóját, ha az nem passzol bele a földelt fali aljzatba! Ilyen esetben olyan földelt konnektorba dugja bele, amivel kompatibilis!

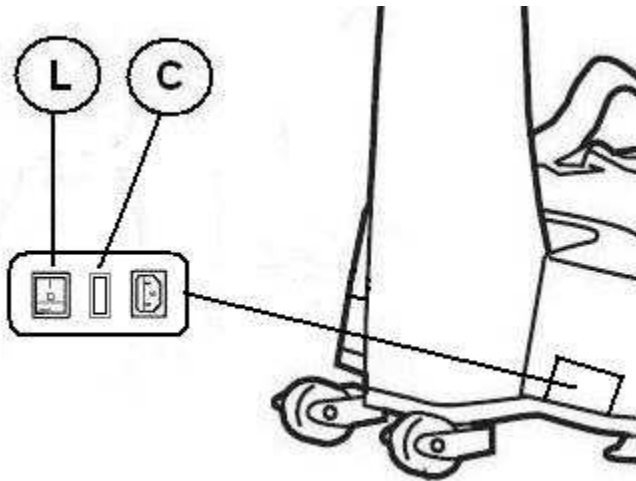
Az edzőgépet 220-240V-os hálózatról szabad csak üzemeltetni! A földelt hálózati kábel dugóját csak földelt fali aljzatba szabad bedugni az A ábra szerint! Figyeljen arra, hogy a dugó teljesen kompatibilis legyen a fali aljzattal! Az edzőgéphez adaptert ne használjon!



Elektromos készülékek használata esetén mindig vegye figyelembe a következő óvintézkedéseket!

- 1 Ne használjon olyan kiegészítőket az edzőgéphez, amelyeket annak gyártója nem javasol!
- 2 Ne használja az edzőgépet meghibásodott vagy elhasznált hálózati kábellel!
- 3 Az edzőgép hálózati kábelét hőforrás közelébe ne helyezze!
- 4 Az edzőgépet szabadban ne használja!
- 5 Az edzőgép használata után először a főkapcsolót a „0” pozícióba kapcsolja, majd kihúzza a hálózati kábelt a fali aljzattól!

Áramköri megszakító



Az edzőgép áramköri megszakítóval van ellátva, hogy védje annak áramköreit és elektromos alkatrészeit.

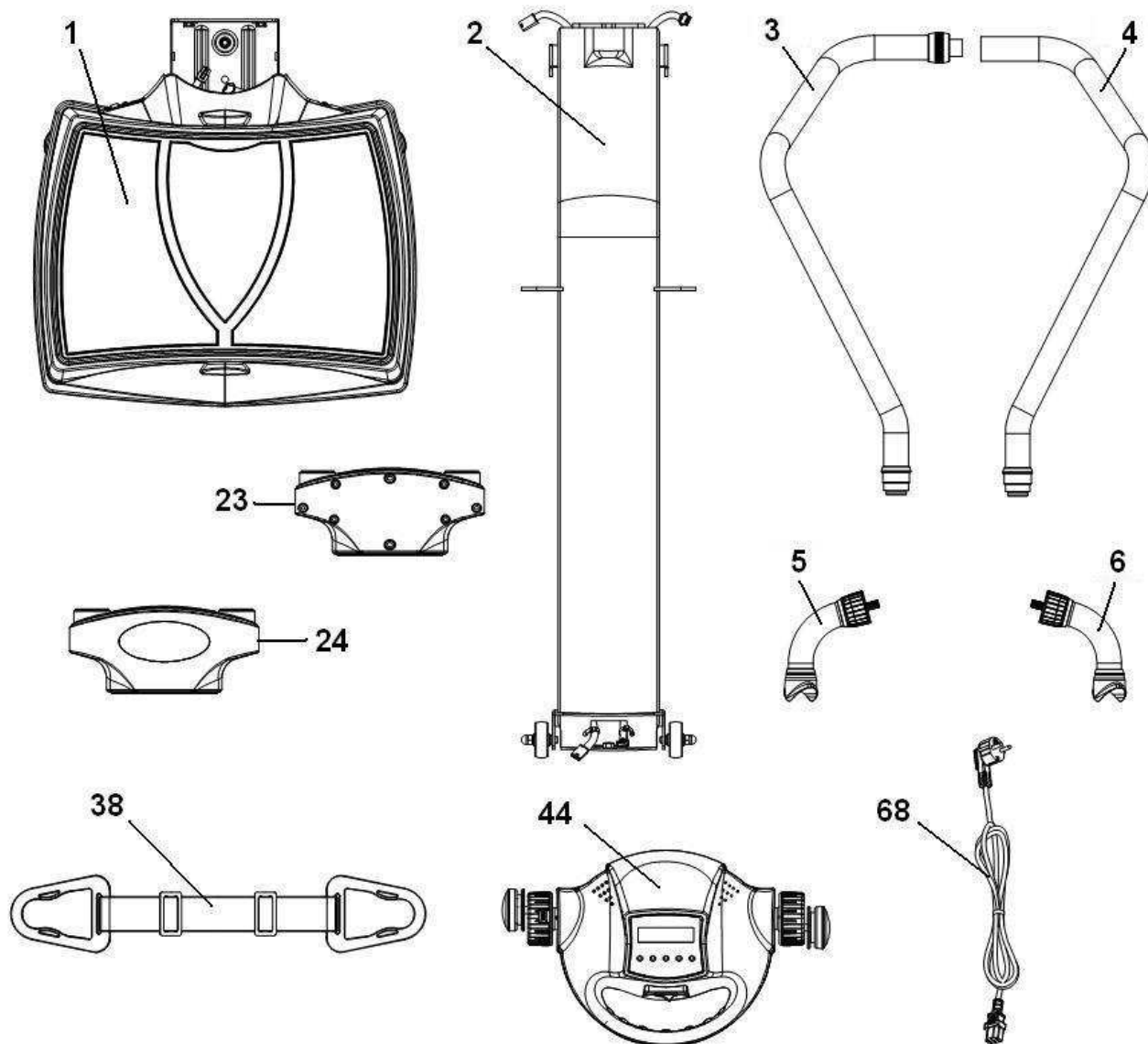
Ez a biztonsági kapcsoló azonnal aktív lesz, ha a készülék abnormális terhelést kap vagy nagyon felforrósodik. Ha ez történne a következőket kell tenni.

- 1 Állítsa a B árán látható kapcsolót (L) az 0 (OFF) pozícióba!
- 2 Nyomja meg az áramköri megszakító gombját (C) az edzőgép újra üzembe állításához!
- 3 Ezután kapcsolja a kapcsolót (L) az 1 (ON) pozícióba és a futópád újra működni fog.

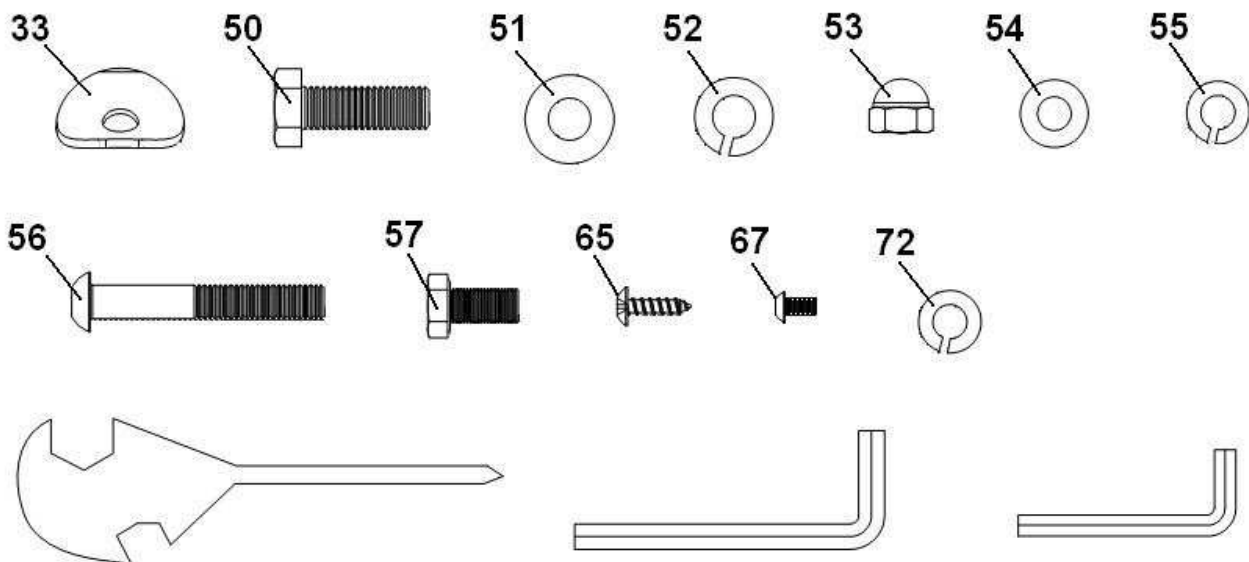
Összeszerelési instrukciók

Vegye ki a vibrációs edzőgép alkatrészeit a kartondobozból és ellenőrizze, hogy az alábbi listában szereplő elemek hiány nélkül, kifogástalan állapotban megvannak.

Az összeszereléshez egy második személy segítsége is szükséges!



1	Platform	2	Tartóoszlop
3	Bal kar	4	Jobb kar
5	Bal tartóváz	6	Jobb tartóváz
23	Elülső tartóoszlop burkolat	24	Hátsó tartóoszlop burkolat
38	Masszázsszalag	44	Vibrációs fej
68	Hálózati kábel		



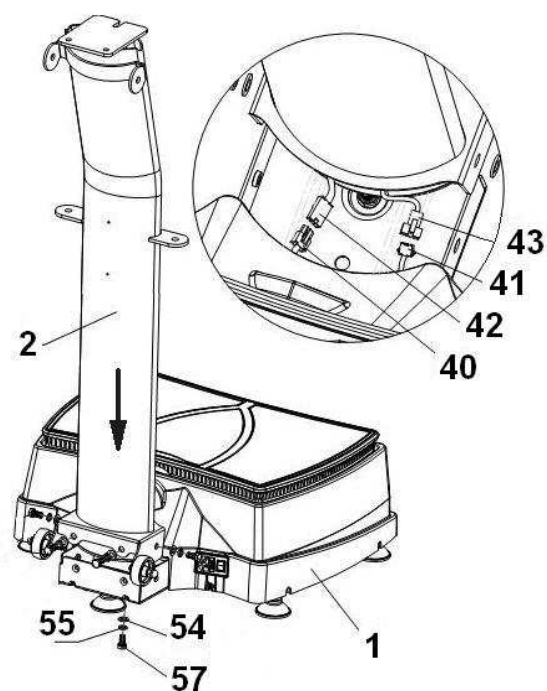
33	M8 hullámos alátét		50	M10 x 30mm csavar
51	M10 lapos alátét		52	M10 biztonsági alátét
53	M10 önmenetes anya		54	M8 lapos alátét
55	M8 biztonsági alátét		56	M8 x 55mm csavar
57	M8 x 15mm csavar		65	ST 4 x 15mm önmenetes csavar
67	M4 x 10mm csavar		72	M8 biztonsági alátét
-	Csőkulcs		-	5 mm imbuszkulcs
-	6 mm imbuszkulcs			

Az összeszereléshez kövesse a következő lépéseket!

1. lépés

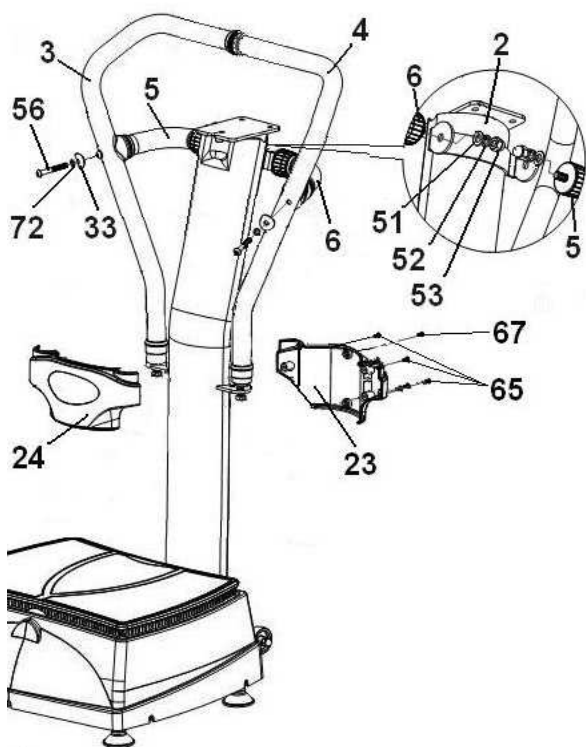
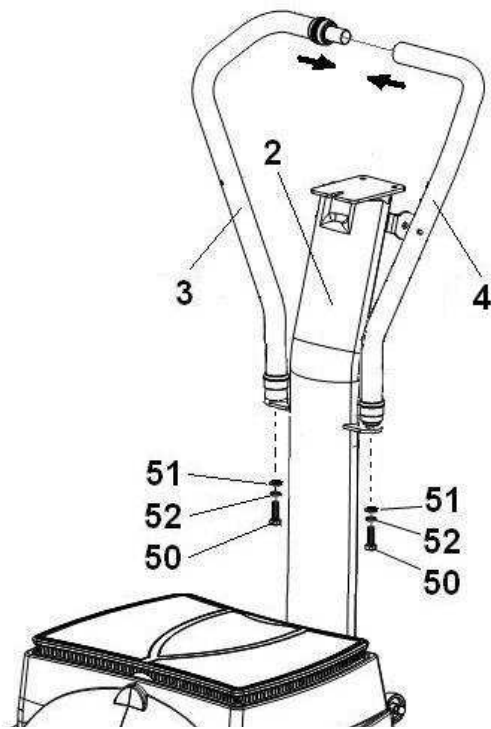
Ennél a lépésnél két személy együttes munkája szükséges. Míg az egyikük tartja a tartóoszlopot (2) addig a másik személy végzi az összeszerelési műveleteket! Ezzel megelőzhető az esetleges baleset.

Tartsa a tartóoszlopot (2) az ábrán látható módon, csatlakoztassa a tartóoszlopból kilógó vezeték (42) a platformból (1) kilógó vezetékkel (40)! Ezután kösse össze a tartóoszlopból kilógó vezeték (43) a platformból kilógó vezetékkel (41)! Miután a vezetékeket csatlakoztatta, tolja helyezze az ábra szerint a tartóoszlopot a platformra úgy, hogy ne sértse meg a vezetékeket és a furatok egy lefedjék egymást! Ezután rögzítse a tartóoszlopot csavarral (57), biztonsági alátéttel (55) és lapos alátéttel (54)!



2. lépés

Fogja meg a bal kart (3) és helyezze úgy azt a tartóoszlopra, hogy a furatok lefedjék egymást! Ezután rögzítse a kart a tartóoszlopra csavar (50), biztonsági alátét (52) és lapos alátét (51) segítségével! Ezután fogja meg a jobb kart (4) és helyezze úgy azt a tartóoszlopra, hogy a furatok lefedjék egymást! Ezután rögzítse a kart a tartóoszlopra csavar (50), biztonsági alátét (52) és lapos alátét (51) segítségével!



3. lépés

Helyezze a bal tartóvázat (5) a bal karra (3) az ábra szerint úgy, hogy a furatok lefedjék egymást, majd rögzítse azt csavarral (56), biztonsági alátéttel (72) és lapos alátéttel (33)! Helyezze fel a csavart (53), a biztonsági alátétet (52) és az alátét, majd húzza meg azt jól! Helyezze a jobb tartóvázat (6) a jobb karra (4) az ábra szerint úgy, hogy a furatok lefedjék egymást, majd rögzítse azt csavarral (56), biztonsági alátéttel (72) és lapos alátéttel (33)! Helyezze fel a csavart (53), a biztonsági alátétet (52) és az alátét, majd húzza meg azt jól!

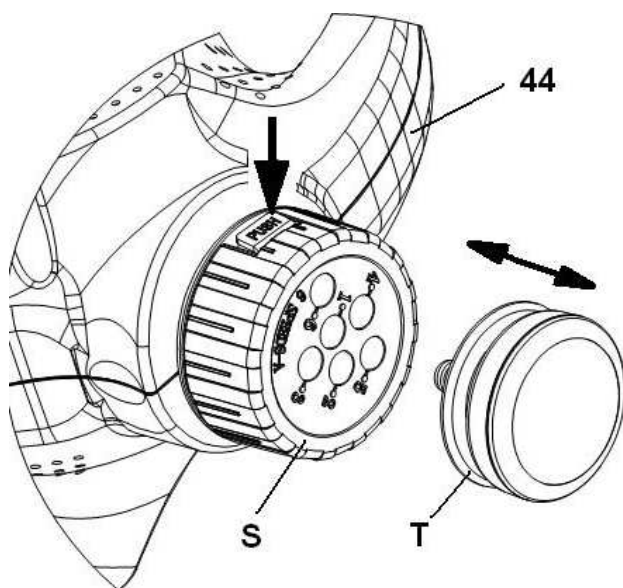
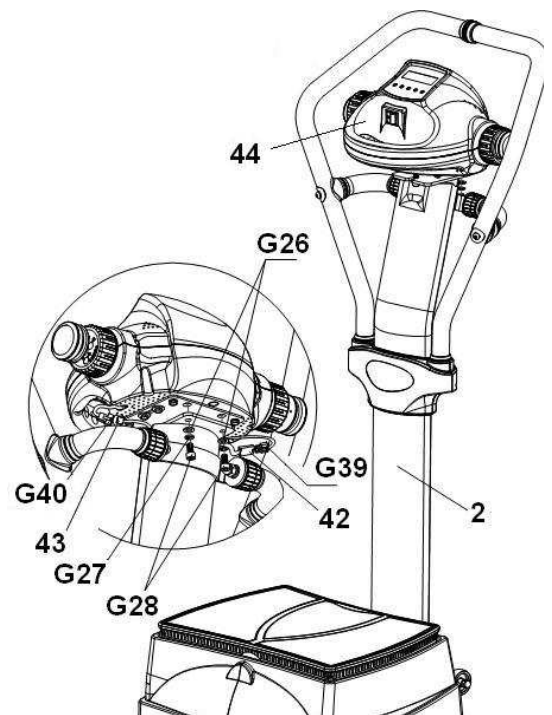
4. lépés

Fogja meg az elülső és a hátsó tartóoszlop burkolatokat (23 és 24) és helyezze fel azokat a tartóoszlopra a fenti ábra szerint! Ezután csavarokkal (65) csavarozza őket egymáshoz és csavarokkal (67) rögzítse a burkolatokat a tartóoszlopra!

5. lépés

Az ábra szerint helyezze a vibrációs fejet (44) a tartóoszlop (2) tetejére! Ezután kösse össze a vibrációs fejből kilógó vezetéket (G39) a tartóoszlopból kilógó vezetékkel (42)! Ezután kösse össze a vibrációs fejből kilógó másik vezetéket (G40) a tartóoszlopból kilógó másik vezetékkel (43)!

Ezután rögzítse a fejet a tartóoszlopra csavarral (G28), biztonsági alátéttel (G27) és alátéttel (G26)!



6. lépés

Az ábra szerint helyezze fel a körtárcsákat (T) az oldalsó tárcsatartókra (S) és rögzítse azokat az ábrán nyíllal jelölt gomb megnyomásával!

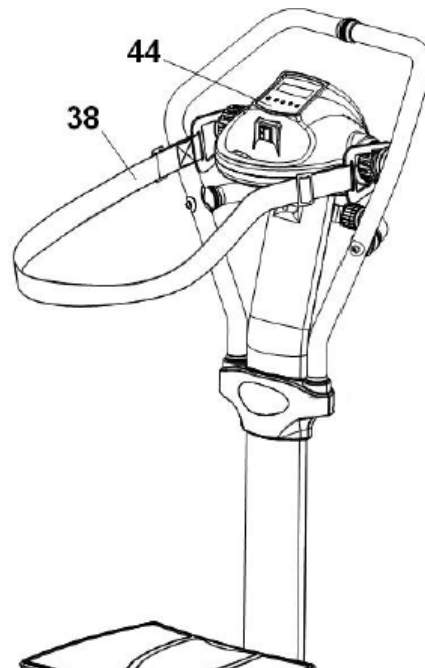
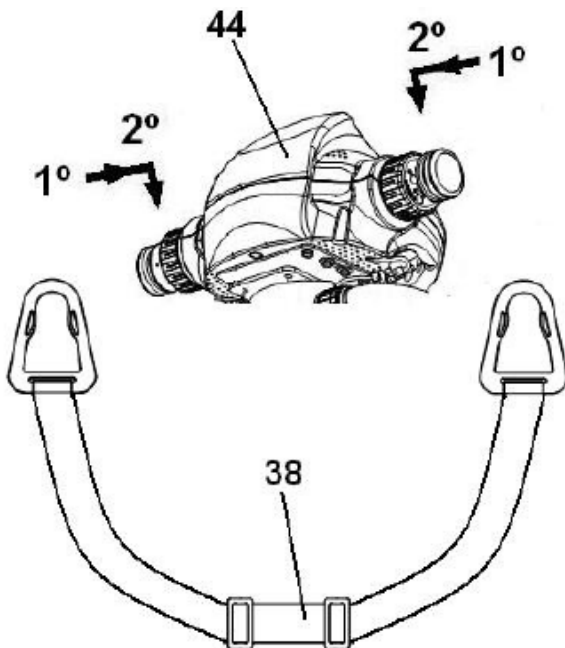
Figyelem! Nagyon fontos az, hogy mindkét oldalon a körtárcsákat azonos furat pozícióba helyezzük!

7. lépés

Fogja meg az egyik masszázsszalagot és az ábra szerint helyezze fel a körtárcsára (T)!

8. lépés

Először a masszázsszalag végét helyezze fel a körtárcsára, majd engedje le a szalagot!

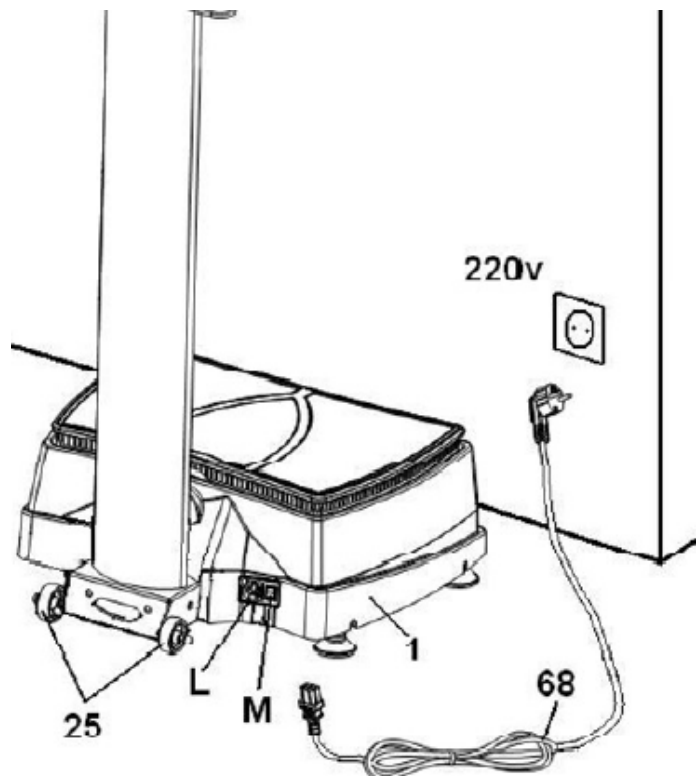


Beüzemelés

A hálózati kábel (68) egyik végét dugja be a tartóoszlopon található aljzatba (M), a másik végét pedig dugja be a földelt fali aljzatba! A főkapcsolót (L) állítsa az „1” pozícióba!

Mozgatás és tárolás

Az edzőgép kerekkel (25) van ellátva (lásd a fenti ábrát), hogy az könnyen mozgatható legyen. A mozgatás előtt győződjön meg arról, hogy az edzőgép hálózati kábele ki van húzva a fali aljzatból. A balesetek megelőzése érdekében a vibrációs edzőgépet csak kemény, sík felületeken mozgassa!



Megfigyelés és karbantartás

Kapcsolja ki az edzőgépet és a hálózati kábelt húzza ki a fali aljzatból! Nedves ronggyal vagy törölközővel gondosan takarítsa le a vibrációs edzőgépet, különös figyelemmel a tartóoszlopokra és a konzolra! Ne használjon tisztítószer!

Figyelem! Rendszeren ellenőrizze az edzőgép állapotát, minden meglazult elemet húzzon meg, minden hibásat azonnal cseréljen ki! Az edzőgépen 3 havonta minden meglazulni képes elemet húzzon meg jól! Ha az edzőgépet hibás elemekkel használja az személyi sérüléshez is vezethet! Ha bármilyen alkatrész cseréje szorulna, lépjen kapcsolatba a Vevőszolgálatunkkal – elérhetőségünk a kézikönyv utolsó oldalán található. Alkatrész cserénél csak a forgalmazó vagy a gyártó által ajánlott alkatrészt használja! Más alkatrészek használata rossz hatással lehet a vibrációs edzőgép működésére!

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

Technikai specifikációk

Model	COMBO YV50
Teljesítmény	Motor: 1 x 550W Motor: 1 x 80W
Feszültség	220/240V 50/60 Hz
Vibrációs frekvencia	0-18 fordulat/másodperc
Vibráció jellege	Egyenletes (a függőleges tengely mentén)
Anyag	ABS
Méret	Hosszúság: 77 cm, Szélesség: 60 cm, Magasság:125 cm
Önsúly	39 kg
Maximális terhelhetőség	100 kg
Áramköri megszakító	3.15 A biztosíték



YV 50 Combo One Konzul használati utasítás

A használt elektromos berendezések leselejtezése, kidobása

1.

Ha egy terméken a fenti ábrát látja, akkor arra a 2002/96/EC európai direktívák érvényesek.

2.

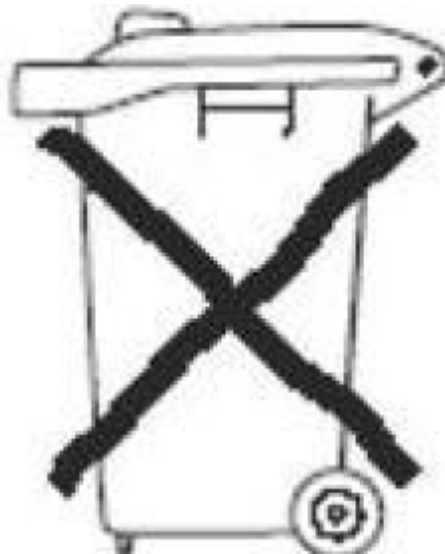
Minden elektromos hulladékot külön kell választani a háztartási szeméttől és szállításáról a helyi törvények és rendelkezések szerint kell eljárni!

3.

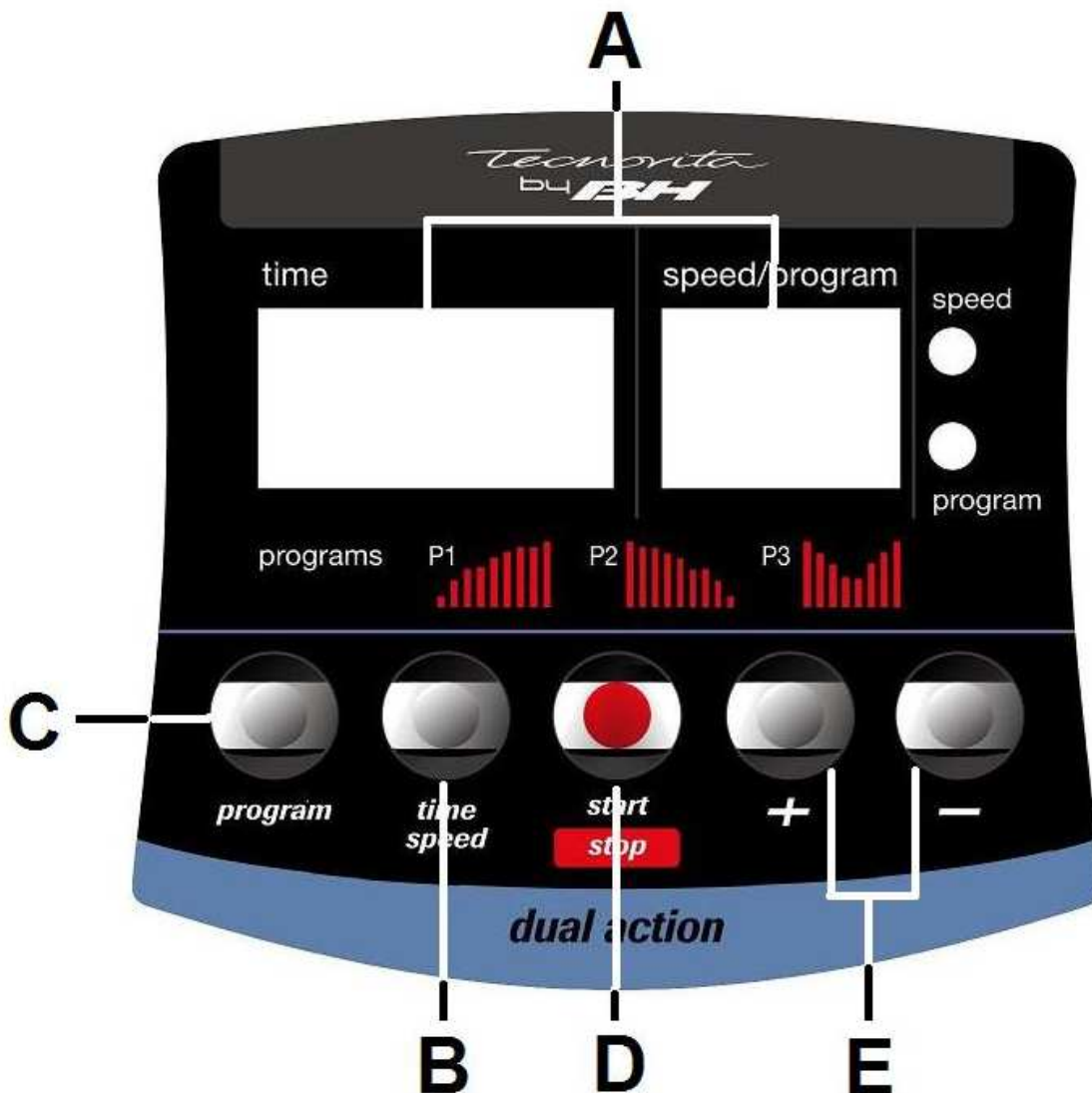
Az ilyen hulladékok helyes kezelése és elszállítása védi a környezetet és az emberi egészséget a lehetséges negatív hatásoktól.

4.

Az elektromos hulladékok tárolásáról és elszállításáról bővebb információt a városházán, a hulladékszállító vállalattól vagy a termék forgalmazójától kaphat.



A konzol részei

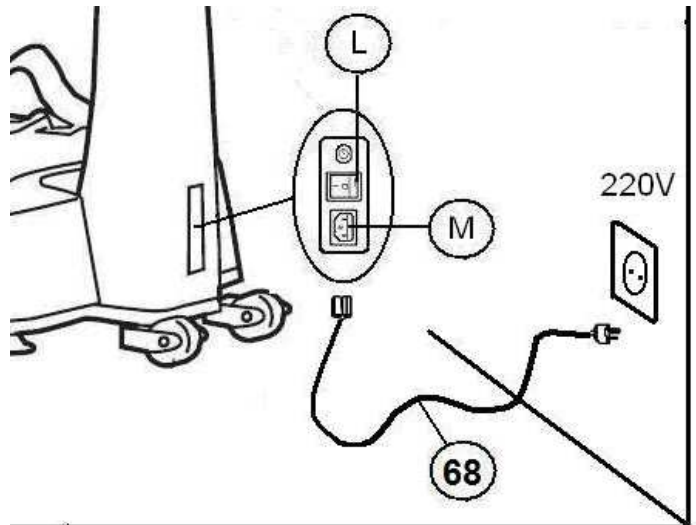


A	Ebben a két ablakban az edzésidő és a rezgés frekvenciája látható.
B	TIME/SPEED Az idő/frekvencia beállításokra szolgál
C	PROGRAM Manuális és beállított program között lehet választani
D	START/STOP Az edzőgép be és kikapcsolása
E	(+) / (-) Paraméter növelő/csökkentő gombok.

Beüzemelés

1. lépés

A hálózati kábel (68) egyik végét dugja be a tartóoszlop aljzatába (M) az ábra szerint! A kábel másik földelt végét pedig dugja a földelt fali aljzatba, majd kapcsolja a főkapcsolót (L) az „1” pozícióba!



2. lépés

Nyomja meg az ON/OFF gombot, majd adja meg az edzés idejét és a frekvenciát! Ezután nyomja meg a START/STOP gombot és az edzőgép működni kezd.

3. lépés

Az edzésprogramot bármikor leállíthatja a START/STOP gomb megnyomásával. A vibrációs edzőgép el van látva áramköri megszakítóval, ez azonnal működésbe lép, ha az edzőgép túl nagy feszültséget vagy terhelést kap.

Manuális program

A PROGRAM gomb segítségével válassza ki a manuális programot, adja meg az edzésidőt és nyomja meg a START/STOP gombot! A programban a vibrációs frekvenciát a +/- gombok segítségével tudja állítani.

Előre beállított programok

A konzolba 3 előre beállított program lett beépítve, így semmilyen beállítást nem kell tenni az edzés alatt, amíg ezeket a programokat használja. Nyomja meg a PROGRAM gombot, és válasszon ki egy előre beállított programot, ezután nyomja meg a START/STOP gombot!

A kézikönyv utolsó oldalán találja meg az előre beállított programok diagramjait.

Edzés

Az edzést 3 dolog határozza meg:

Idő: az edzés időtartama percekben mérve.

Frekvencia (intenzitás): A másodpercenkénti rezgések száma Herz-ben mérve. Ezt az értéket 20 szinten lehet állítani 20Hz és 45Hz között.

Amplitúdó: A vibrációs ciklus magassága, mm értékben mérve.

Az edzés alappozíciója a következő:

- Kezek vállszélességben a konzolkarokon.
- Egyenes hát
- Hajlított térd, a térd a háttal 120° szöget zár be.
- Fogja és ne szorítsa a konzolkarokat, csak annyira hogy az egyensúlyát megtartsa!
- Ne helyezze az egész testsúlyát a sarkaira!



Ez egy kényelmes edzéspozíció.

Ha a tréning közben kényelmetlenül érzi magát (erősen rázódik a feje, a látás szétesik, stb) akkor a testtömeg eloszlásán változtatni kell úgy, hogy a sarkait megemeli, amíg az edzés ismét kényelmes nem lesz. Ha a tünetek továbbra is fennállnak, csökkenteni kell az edzésidőt és/vagy a frekvenciát.

Sok más edzési pozíció van csak egy speciális testrész megmozgatására, ezekről majd később lesz szó.

Nagyon fontos dolog az, hogy az edzései fokozatosan legyenek intenzívebbek, így a szervezet képes lesz alkalmazkodni a vibrációs edzéshez.

Javasoljuk, hogy az első edzés mindössze 1 perc legyen alacsony frekvencián!

1. Manuális tréning

Kezdetben érdemes az edzőgépet ebben a módban használni, mivel az előre beállított tréningek intenzitása magas lehet először. Kövesse az általunk előírt edzéstervet, így majd a teste fokozatosan hozzászokik a vibrációs terheléshez és minimális lesz a kellemetlen érzés.

1 – 3 hét			
Idő: 1 perc, Intenzitás: 1-5			
8 x 1 perces sorozatok 1 perces pihenőkkel és 4 perc pihenő a 4. sorozat után. Az edzés intenzitása 1-5 fokozatosan emelve.			
Sorozat	Perc	Sorozat	Perc
1. sorozat	1	5. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
2. sorozat	1	6. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
3. sorozat	1	7. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
4. sorozat	1	8. sorozat	1
Pihenés félidőben: 4-5 perc			

4 – 9 hét			
Idő: 1 perc, Intenzitás: 6-15			
10 x 1 perces sorozatok 30 másodperces pihenőkkel és 5 perc pihenő az 5. sorozat után. Az edzés intenzitása 6-15 fokozatosan emelve.			
Sorozat	Perc	Sorozat	Perc
1. sorozat	1	6. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
2. sorozat	1	7. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
3. sorozat	1	8. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
4. sorozat	1	9. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
5. Sorozat	1	10. sorozat	1
Pihenés félidőben: 4-5 perc			

10 – 19 hét			
Idő: 1 perc, Intenzitás: 16-20			
10 x 1 perces sorozatok 1 perces pihenőkkel és 5 perc pihenő az 5. sorozat után. Az edzés intenzitása 16-20 fokozatosan emelve.			
Sorozat	Perc	Sorozat	Perc
1. sorozat	1	6. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
2. sorozat	1	7. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
3. sorozat	1	8. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
4. sorozat	1	9. sorozat	1
Pihenő	1	Pihenő	1
5. Sorozat	1	10. sorozat	1
Pihenés félidőben: 4-5 perc			

Ha szeretne közepes intenzitási szintet elérni, mint például az 1-2 szint, akkor az 5. sorozat után nyomja meg a START gombot és amikor az edzőgép elkezd rezegni, a +/- gombokkal állítson a frekvencián!

Soha ne végezzen formázó vagy nyújtó gyakorlatot 1 percnél tovább pihenő nélkül! A 3,5 és 10 perces edzésidőket is csak relaxáló edzésekhez állítsa be!

A 16-os intenzitási szintnél magasabbat csak 90 kg feletti felhasználóknak, vagy extrém fitt személyeknek ajánljuk!

Előre beállított programok

Ezek a programok elsősorban azért készülnek, hogy szabályozva legyen a sorozatok száma és az edzésidő, így a felhasználónak nem kell semmilyen beállítást végrehajtani a tréning közben.

Függetlenül a kapott tanácsoktól, olyan programot válasszon, amelyik megfelel az Ön igényeinek és kellemesen érzi magát benne. (legfontosabb, hogy az edzés egész ideje alatt jó legyen a közérzete, ha kellemetlenül érzi magát, azonnal hagyja abba a tréninget és folytassa később!)

Egy intenzív edzés 2-3 eltérő pozícióból is állhat, a kézikönyv végén találja az erre vonatkozó szemléltető ábrákat.

Az alábbiakban rövid ismertetőt olvashat a programokról:

1. Bemelegítő program

A P1 és P3 programok bemelegítő gyakorlatok. Akkor érdemes őket használni, ha később még edzeni fogunk (súlyzós edzés, jogging, aerobik előtt, stb). Ezek a programok alkalmasak egyszerű formázó edzésekre is azért, hogy több különböző pozitúrát veszünk fel edzés közben, függően attól, hogy milyen izomcsoportokat szeretnénk megdolgoztatni. A gyakorlati pozíciókat a poszter vagy a kézikönyv végén található ábrák mutatják.

2. Levezető program

A P2 program egy levezető program, melyet más edzések után érdemes elvégezni. Mivel ennek a programnak az intenzitási szintje magas, nem ajánlott közvetlenül pihenés vagy felkelés után alkalmazni. Érdemes még izomformálásra is felhasználni ezt a programot, így az egész edzés közben csak 1-2 gyakorlatot végzünk. A gyakorlati pozíciókat a poszter vagy a kézikönyv végén lévő ábrásorozat mutatja.

3. Edzés idősebb korban

Vegye fel az alappozíciót (álljon, a térd hajlítva, enyhén guggoló állásban) Az edzőgépen való edzés egy intenzív tréning, anélkül hogy az izmokat vagy ízületeket túlterhelné. Javasoljuk, hogy hetente 3 alkalommal tréningezzen és legyen 2 nap szünet az edzések között!

Bevezető tréning (legalább 3 héten keresztül)

Frekvencia szintek 1-7

8 x 1 perces sorozatok, köztük legalább 90 másodperc pihenő. A negyedik sorozat után tartson 4 perc szünetet! Fokozatosan emelje az edzés intenzitását 1-től 7-ig az edzések előrehaladtával!

Sorozat	Perc	Sorozat	Perc
1. sorozat	1	5. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
2. sorozat	1	6. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
3. sorozat	1	7. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
4. sorozat	1	8. sorozat	1
Pihenés félidőben: 4-5 perc			

Haladó tréning

Frekvencia szinte 8-12

10 x 1 perces sorozatok, köztük legalább 90 másodperc pihenő. Az ötödik sorozat után tartson 5 perc szünetet! Fokozatosan emelje az edzés intenzitását 8-tól 12-ig az edzések előrehaladtával!

Sorozat	Perc	Sorozat	Perc
1. sorozat	1	6. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
2. sorozat	1	7. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
3. sorozat	1	8. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
4. sorozat	1	9. sorozat	1
Pihenő	90 másodperc	Pihenő	90 másodperc
5. Sorozat	1	10. sorozat	1
Pihenés félidőben: 4-5 perc			

Vibrációs masszírozógép

Helyezze a masszázsszalagot azon testrészére amit kezelni szeretne és enyhén nyomja neki a testét! Nyomja meg az ON/OFF gombot középen és a kezelés elindul.

A vibrációs fejen van 2 csatlakozó a szalagok számára. Ezek a csatlakozók 1 és 5 között vannak számozva, mely a masszázs intenzitására utalnak (1 enyhe, 5 intenzív). Győződjön meg arról, hogy mindkét oldalon a szalag ugyanabba a pozícióba van állítva!

A vibrációs masszázs 5-10 percig szabad használni és két kezelés között teljen el legalább 2 óra! Minden nap lehet használni, annak ellenére hogy a vibrációs tréninget csak heti 3 alkalommal javasoljuk 2 napos szünetekkel az edzések között.

Ha az elsődleges cél a narancsbőr csökkentése, kövesse a következő tanácsokat! Masszíroztassa magát 5-10 percig a masszázsszalaggal, majd utána végezzen el egy vibrációs edzést a lábain!

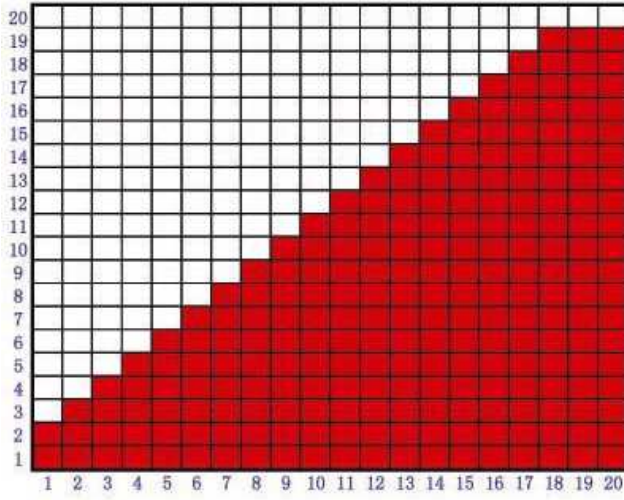
Ha a vibrációs edzőgép nem lett helyesen kikapcsolva a piros gombbal a tartóoszlop hátsó részénél, akkor E00 hibaüzenet látható a kijelzőn. Ilyenkor kapcsolja ki az edzőgépet majd nem sokkal később kapcsolja azt újra be! Kövesse a Gyakorlati Kézikönyv utasításait a korrekt edzések kivitelezéséhez!

Ha bármilyen kérdése van, vegye fel a kapcsolatot a Vevőszolgálatunkkal!

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

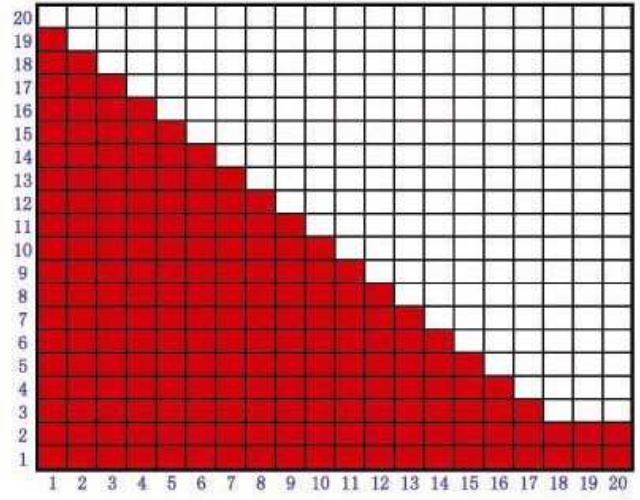
INTENSITY

P-1



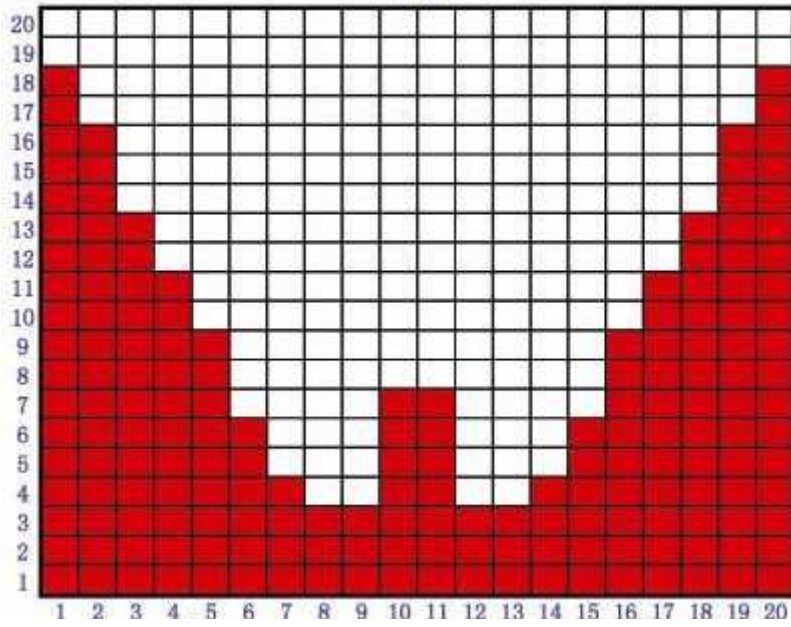
INTENSITY

P-2

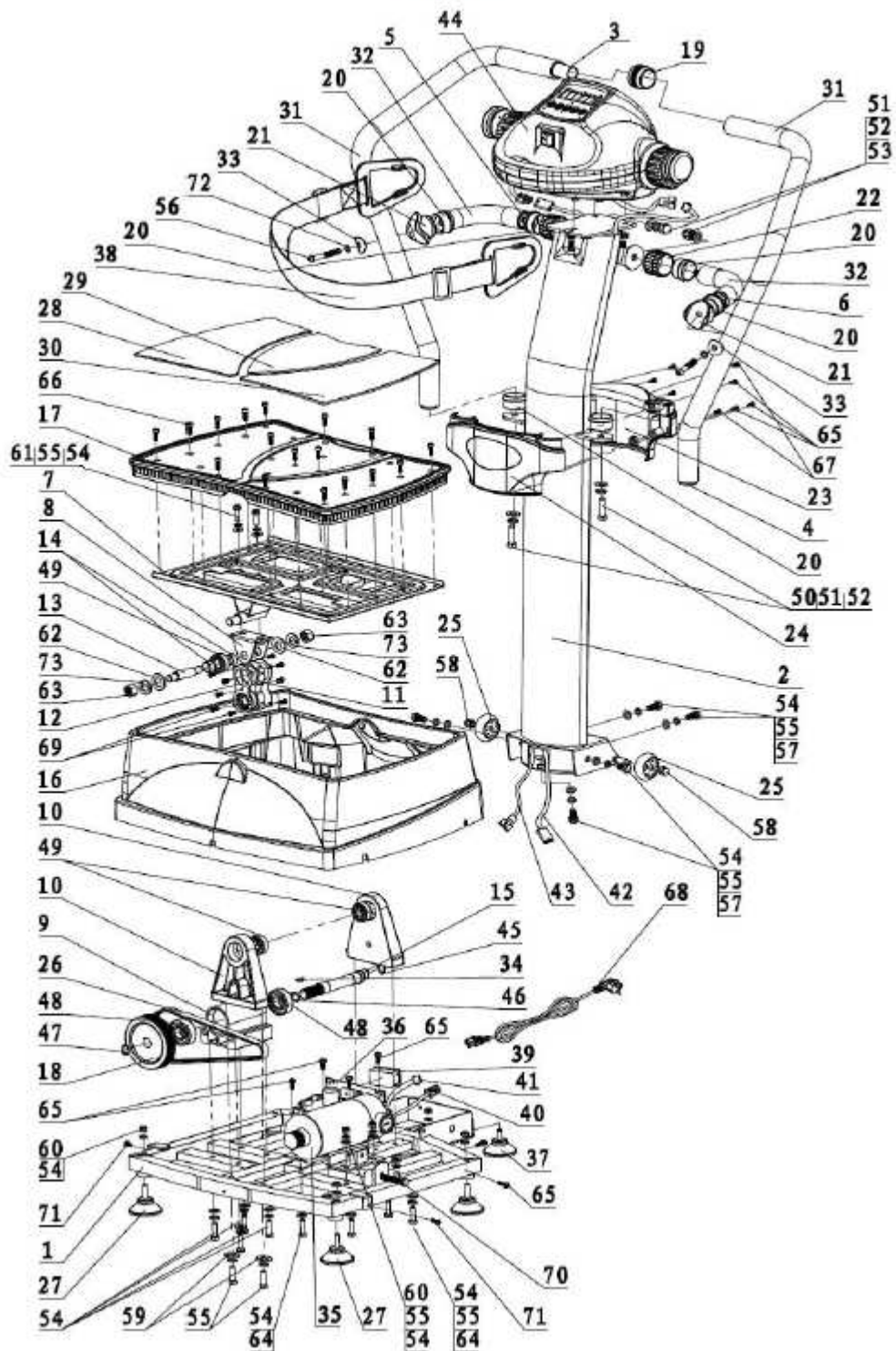


INTENSITY

P-3



YV50



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/>
<http://www.iconceptbybhfitness.com/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 Ageda
(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