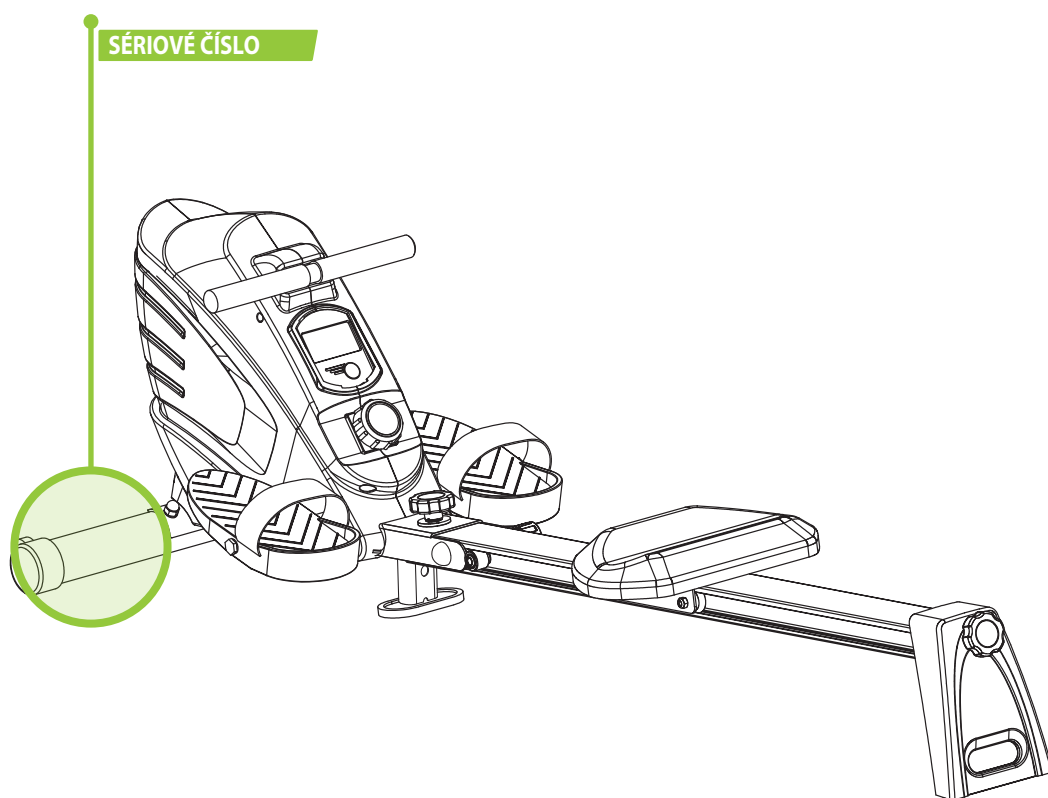


virtufit

ROW 450

VFROW450



JAK
RECYKLOVAT



MONTÁŽNÍ
VIDEO



Instagram icon @virtufit_fitness

YouTube icon VirtuFit

Globe icon www.virtufit.com

UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA

NÁŘADÍ



2



15



12



14



25



70



8



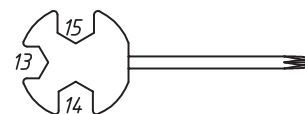
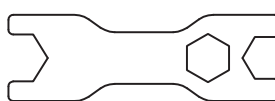
9



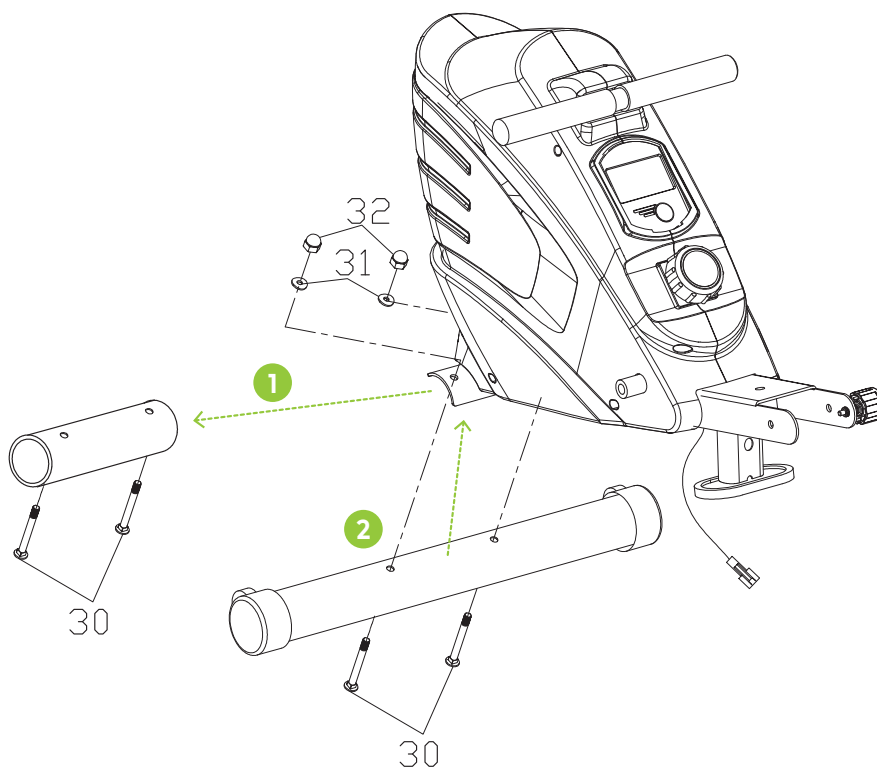
10



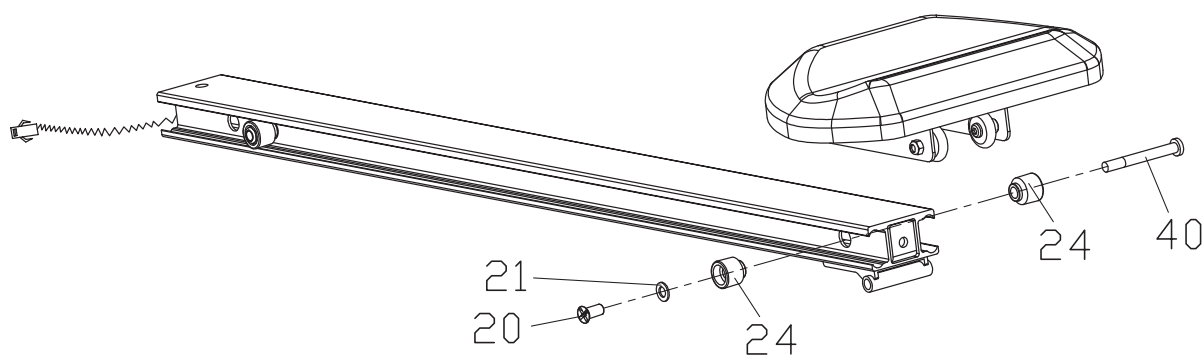
35



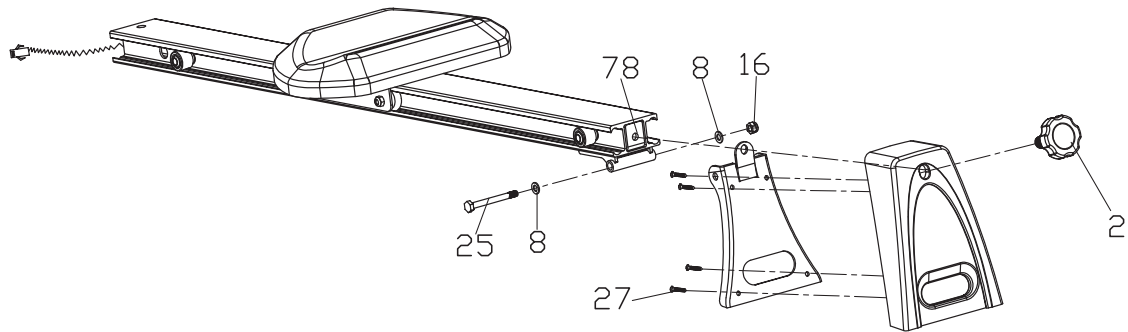
KROK 1



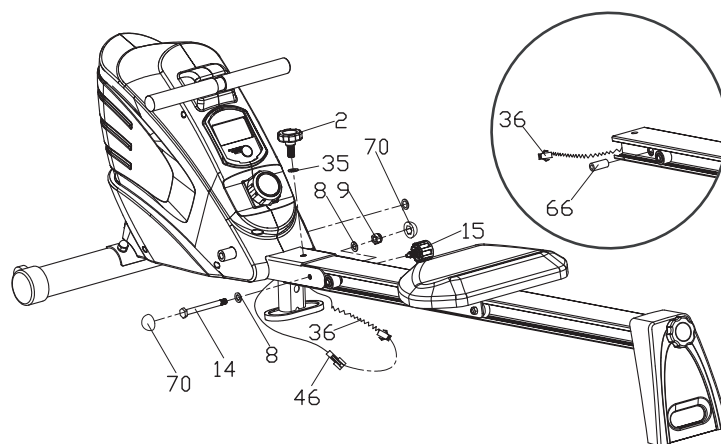
KROK 2



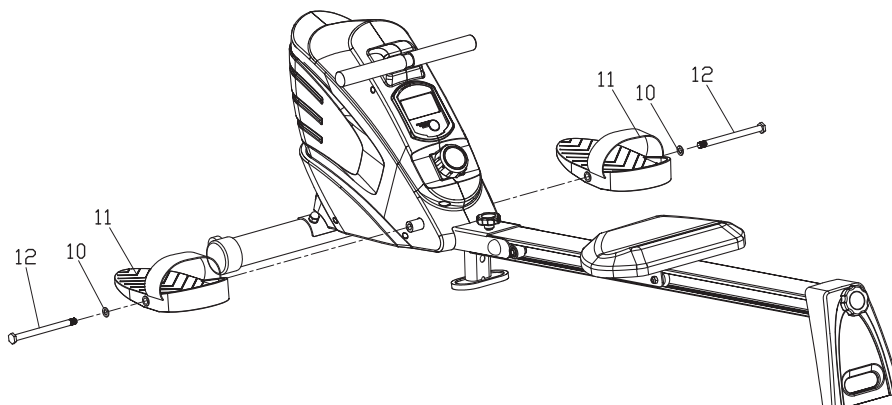
KROK 3



KROK 4



KROK 5



OBR. A



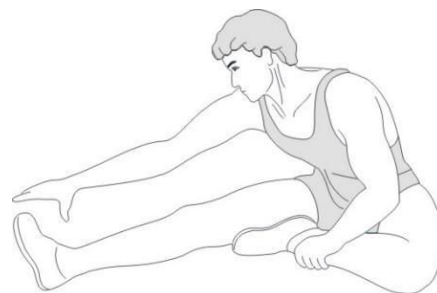
OBR. B



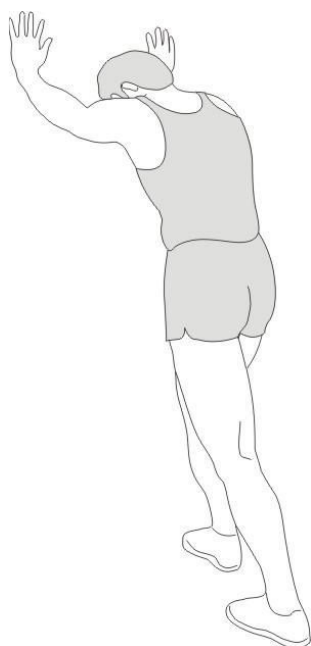
1



2



3



4



5

REJSTŘÍK

Bezpečnostní pokyny	07
Záruka	07
Pokyny pro montáž	07
Pokyny pro skládání	08
Údržba	08
Odstraňování závad	09
Konzole	09
Pokyny pro trénink	09

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

⚠ VAROVÁNÍ

Před zahájením cvičení se poradte se svým lékařem. To je obzvláště důležité pro osoby se zdravotními problémy. Přečtěte si prosím všechny pokyny před použitím tohoto stroje. VirtuFit nepřebírá žádnou odpovědnost za zranění nebo škody na majetku způsobené použitím tohoto zařízení. Před sestavením a/nebo použitím stroje si prosím pečlivě přečtěte tento návod.

- Ujistěte se, že je stroj správně sestaven a všechny matice a šrouby jsou před použitím pevně utaženy.
- Každoročně namažte všechny pohyblivé části vazelinou (bez kyselin) nebo silikonovým sprejem.
- Nenoste volné oblečení, abyste předešli zachycení do pohyblivých částí.
- Instalujte a používejte zařízení na pevném, rovném povrchu.
- Při používání zařízení vždy noste čistou sportovní obuv.
- Děti a domácí mazlíčky držte při používání zařízení mimo dosah.
- Při používání zařízení udržujte rovnováhu.
- Nedávejte prsty ani jiné předměty do pohyblivých částí.
- Před cvičením se poradte se svým lékařem, aby určil vhodnou frekvenci, délku a intenzitu cvičení pro váš věk a fyzický stav.
- Pokud pocítíte nevolnost, dušnost, mdloby, bolest hlavy, bolest na hrudi, tlak nebo jakékoli jiné nepohodlí, okamžitě přestaňte cvičit.
- Při přenášení nedržte stroj za sedadlo.

- Tento stroj by měl používat pouze jeden člověk najednou.
- Tento stroj je určen pro domácí použití a maximální hmotnost uživatele je 130 kg.
- Nechte za strojem volný prostor 1–2 metry, aby se předešlo nehodám.
- Umístěte stroj na čistý, rovný povrch. Nepokládejte jej na silný koberec, protože by to mohlo bránit ventilaci stroje.
- Neumísťujte stroj ven ani do blízkosti vody.
- Úložný prostor udržujte suchý, čistý a rovný, abyste předešli poškození. Nepoužívejte zařízení k jiným účelům než ke cvičení.
- Používejte zařízení pouze v prostředí, kde okolní teplota je mezi 10 °C a 35 °C. Skladujte zařízení pouze v prostředí, kde teplota je mezi 5 °C a 45 °C.

ZÁRUKA

Nárok na záruku bude zamítnut pokud je závada způsobena následujícími:

- Údržba a opravy neprováděné autorizovaným prodejcem.
- Nesprávné použití, nedbalost a/nebo špatná údržba.
- Nedodržení pokynů výrobce pro údržbu zařízení.

POKYNY PRO MONTÁŽ (KROKY 1 - 4)

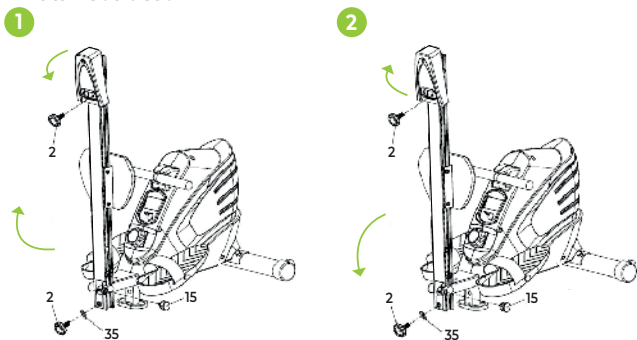
Chybějící díly: Pokud v balení chybí některé díly, pečlivě zkontrolujte polystyrenovou výplň a samotné zařízení. Některé díly (šrouby, matice apod.) jsou již k jednotce připevněny.

Chybové hlášení: Ujistěte se, že všechny kabely jsou pečlivě připojeny. Hliníkové nožky konzole jsou velmi citlivé a musí být udržovány rovně. Pokud konzole po montáži zařízení zobrazuje chybové hlášení, mohou být hliníkové nožky konzole ohnuté. Narovnání hliníkových nožek může chybové hlášení odstranit.

Šrouby s šestihlannou hlavou: Ujistěte se, že je klíč na šrouby s šestihlannou hlavou správně zasunutý do šroubu před použitím síly. Tím zabráníte protočení hlavy šroubu.

POKYNY PRO SKLÁDÁNÍ

POZNÁMKA! Ukládejte stroj v suchu a mimo dosah dětí. Ujistěte se, že je stroj stabilní a bezpečné, aby nemohlo spadnout na zvířata nebo děti.



Skládání (1)

Odšroubujte zajišťovací kolík (33). Vyměňte zajišťovací kolík a plochou podložku (15) a současně složte kolejnici (45). Nasadte znovu zajišťovací kolík (33) s plochou podložkou (15).

Rozkládání (2)

Odšroubujte zajišťovací kolík (33). Vyměňte zajišťovací kolík a plochou podložku (15) a současně rozložte kolejnici (45) směrem k zemi. Nasadte znovu zajišťovací kolík (33) s plochou podložkou (15).

ÚDRŽBA

Bezpečného a efektivního používání může být dosaženo pouze tehdy, pokud je zařízení správně sestaveno a udržováno. Je vaší odpovědností zajistit, aby bylo zařízení pravidelně udržováno. Díly, které byly použity a/nebo poškozené, musí být vyměněny před dalším použitím zařízení. Zařízení by mělo být používáno a skladováno pouze uvnitř. Dlouhodobé vystavení povětrnostním podmínkám a změnám teploty/vlhkosti může mít vážný dopad na elektrické komponenty a pohyblivé části zařízení. Před čištěním nebo servisem vždy odpojte napájecí kabel od zařízení.

Denní údržba

- Čistěte a odstraňte pot a vlhkost po každém použití.
- Zkontrolujte, zda je zařízení zbaveno prachu a nečistot.
- Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky a udržujte zařízení mimo dosah vlhkosti.

Půlroční údržba

- Čistěte a odstraňte pot a vlhkost po každém použití.
- Zkontrolujte, zda je zařízení zbaveno prachu a nečistot.
- Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky a udržujte zařízení mimo dosah vlhkosti.

VAROVÁNÍ! Všechny opravy musí provádět licencovaný technik, pokud dodavatel nebo výrobce nestanoví jinak.

Čištění

- Čištění stroje prodlouží jeho životnost. Udržujte stroj čistý pravidelným utíráním prachu.
- Pravidelná údržba prodlužuje životnost vašeho stroje a zabraňuje nehodám! Pro více informací navštivte <https://www.virtufit.nl/service/faq/>.

VAROVÁNÍ! Noste čistou obuv, abyste snížili riziko znečištění stroje.

Baterie

AA BATERIE

Displej používá AA baterie, které jsou vyměnitelné na zadní straně displeje. Baterie musí být vloženy správně.

Pokud je obrazovka nečitelná nebo fungují pouze části obrazu, postupujte takto:

- Vyměňte baterie a počkejte 15 vteřin.

- Vraťte baterie zpět.

Tipy pro používání

- Odstraňte baterie z obrazovky, když jsou vyčerpané, nebo pokud nebude stroj dlouho používán.
- Nenabíjejte, nerozebírejte ani nevhazujte baterie do ohně.
- Při vkládání baterií věnujte pozornost znaménkům + a -.
- Při výměně baterií se doporučuje vyměnit všechny baterie, nemíchejte staré a nové baterie.
- Doporučuje se používat alkalické baterie, mají delší životnost než běžné baterie.
- Baterie by měly být vyměněny, když displej ztrácí jas nebo přestane zobrazovat.

Výměna baterie

- Pokud displej není přesný, doporučuje se vyměnit baterie.
- K napájení používejte 2 x 1,5 AA baterie.

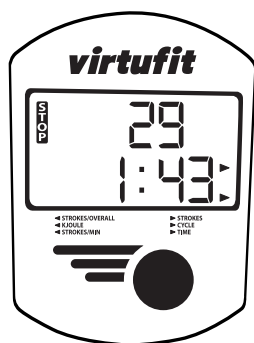
ODSTRAŇOVÁNÍ ZÁVAD

Konzole nefunguje: Pokud se při používání nic nezobrazuje, zkontrolujte, zda je kabel správně připojen.

Konzole nezobrazuje žádné hodnoty: Zkontrolujte, zda jsou senzorový kabel (35) a kabel konzole (36) správně připojeny. Pokud to problém nevyřeší, opatrně ohněte senzor.

Veslovací stroj pípá: Zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice pevně utaženy. Nastříkejte silikonový sprej na kolejnici, kde se pohybují kola sedadla, a zkontrolujte také kola pod sedadlem.

KONZOLE



- **MODE** Stiskněte tlačítko „MODE“ pro přepínání mezi různými funkcemi a hodnotami během tréninku.

Funkce

- **SCAN** Automaticky skenuje každou funkci postupně.
- **TIME** Zobrazuje celkový čas cvičení.
- **COUNT** Zobrazuje počet záběrů provedených během tréninku.
- **TOTAL COUNT** Zobrazuje celkový počet záběrů provedených během tréninku.
- **CALORIES** Zobrazuje celkový počet spálených kalorií během cvičení.
- **COUNT / MIN** Zobrazuje počet záběrů za minutu.
- **AUTO ON/OFF & AUTO START/STOP** Všechny funkce se automaticky zastaví, pokud nedojde k pohybu po dobu 4 minut. Funkce se obnoví, jakmile bude cvičení znovu zahájeno.

VAROVÁNÍ! Konzoli udržujte mimo přímé sluneční světlo. Otřete povrch konzole, pokud je pokryt kapkami potu. Neopírejte se o konzoli. Dotýkejte se obrazovky pouze konečky prstů. Nedovoľte, aby se obrazovky dotýkaly nehty nebo jiné ostré předměty.

POKYNY PRO TRÉNINK (OBR. B, 1 - 5)

Úspěšný tréninkový program zahrnuje rozcvičku, samotný trénink a zklidnění. Provedte celý tréninkový program alespoň dvakrát, nejlépe však třikrát týdně a mezi tréninky si ponechte den odpočinku. Po několika měsících lze zvýšit intenzitu tréninku, například na čtyři nebo pětkrát týdně.

Rozcvička

Účelem rozcvičky je připravit tělo na trénink a snížit riziko zranění. Před zahájením kardio nebo silového tréninku zahřejte tělo po dobu dvou až pěti minut. Provádějte cviky, které zvyšují srdeční frekvenci a zahřívají pracující svaly. Příklady takových aktivit jsou běh, jogging, skákací panák, skákání přes švihadlo a běh na místě.

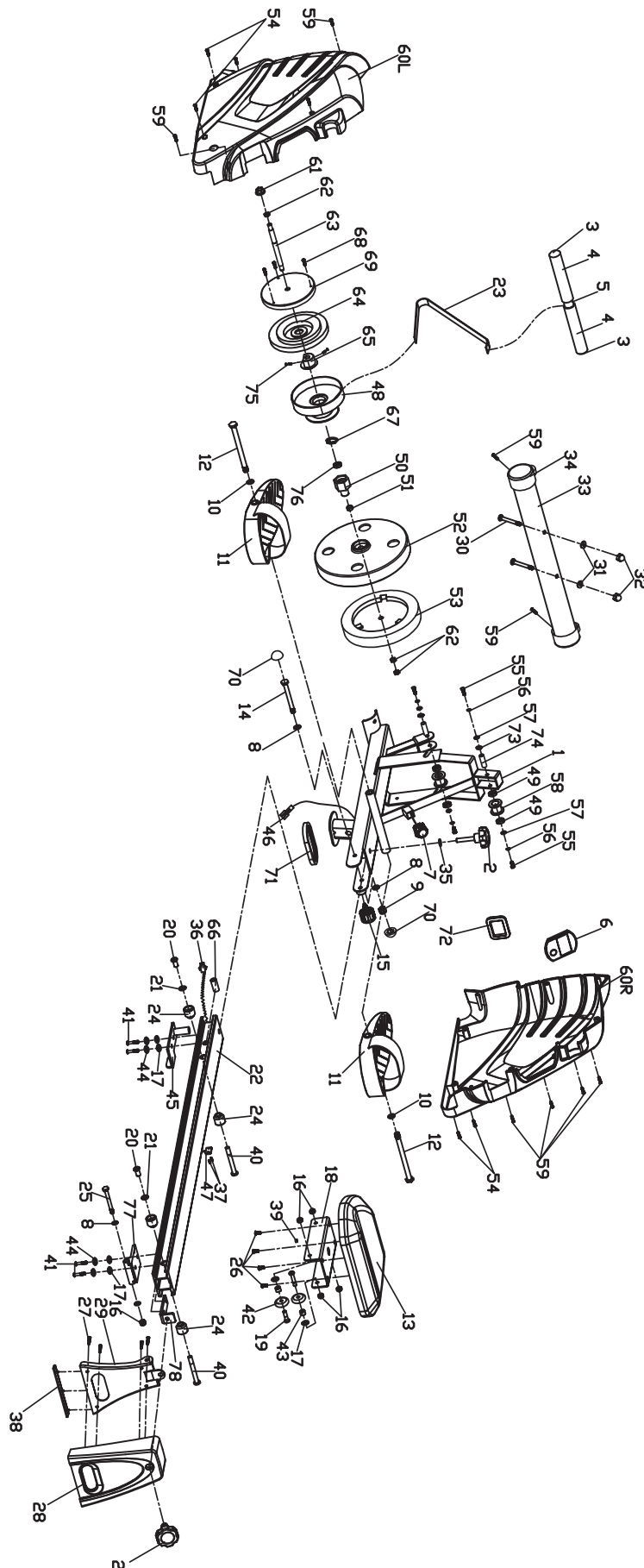
Protahení

Protahování zahřátých svalů je velmi důležité po dobré rozcvičce a zklidnění. Snižuje riziko zranění. Protahovací cviky by měly být drženy po dobu 15–30 sekund. Zde jsou příklady protahovacích cviků:

- Dotyk prstů (Obr. B-1)
- Protahení vnitřní strany stehen (Obr. B-2)
- Protahení hamstringů (Obr. B-3)
- Protahení Achillovy šlachy (Obr. B-4)
- Boční protahení (Obr. B-5)

Zklidnění

Účelem zklidnění je vrátit tělo do (téměř) normálního klidového stavu na konci cvičení. Dobré zklidnění pomalu snižuje srdeční frekvenci a podporuje regeneraci.



#	POPIS	POČET
1	Hlavní rám	1
2	Knoflík M10*25	2
3	Koncovka	2
4	Pěnový kryt madlo	2
5	Madlo	1
6	Počítač	1
7	Regulátor napětí	1
8	Podložka D10*2.0*ø20	4
9	Nylonová matka M10	2
10	Podložka D13*2.0*ø26	2
11	Pedál	2
12	Šroub M12*155*16	2
13	Sedlo	1
14	Šroub M10*100	1
15	Knoflík M16*1.5	1
16	Nylonová matka M8	4
17	Podložka D8*1.5*ø16	8
18	Držák	1
19	Šroub M8*30*L10	4
20	Šroub	2
21	Podložka D6*1.2*ø16	2
22	Kolejnice	1
23	Napínací pás	1
24	Omezovací ventily	4
25	Imbusový šroub M10*95	1
26	Šroub M6*12	4
27	Šroub ST4.2*8	4
28	Plastový kryt	1
29	Podstavec kolejnice	1
30	Šroub M8*73	2
31	Podložka D8*2*ø25*R30.5	2
32	Matka M8	2
33	Přední spodní trubka	1
34	Koncovka	2
35	Podložka	1
36	Spojka senzoru	1
37	Šroub ST3*10	2
38	Gumová podložka	1
39	Magnet	1

#	POPIS	POČET
40	Osa omezovacích ventilů	2
41	Imbusový šroub M8*20	4
42	Váleček	4
43	Vložka válečku	4
44	Pružinová podložka D8	4
45	Spojovací pásek	1
46	Kabel senzoru	1
47	Senzor	1
48	Otočná deska	1
49	Ložisko 6000	4
50	Záslepka	1
51	Vložková matice	1
52	Setrvačnick	1
53	Magnetická deska	1
54	Šroub ST4.2*18	4
55	Imbusový šroub M6*15	4
56	Oblouková podložka D6	4
57	Podložka D6*1.0*ø12	4
58	Kladka	2
59	Šroub ST4.2*18	10
60	Kryt řetězu(L/P)	1/1
61	Šroub M10*1.0	1
62	Imbusový šroub M10*1.0	3
63	Osa setrvačnicku	1
64	Pružina	1
65	Osa	4
66	Stabilizační trubka	3
67	Podložka D12	1
68	Šroub ST3.5*18	10
69	Kryt otočné desky	1
70	Krytka S17	18
71	Gumová podložka	4
72	Rámeček	2
73	Podložka D10	4
74	Úhlový hřídel	1
75	Šroub M8*10	2
76	Ložiska 6001Z	4
77	Podpěra	1
78	Spojovací pásek	1

virtufit

VIRTUFIT

Twekkelerweg 263
7553 LZ Hengelo
The Netherlands
info@virtufit.nl

VIRTUFIT SERVIS

Máte problém se svým fitness zařízením VirtuFit a
chtěli byste zaslat žádost o servis? Poté naskenujte
QR kód vpravo a vyplňte náš servisní formulář.





Dovozce a distributor pro
Českou a Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a,
140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ: CZ05254175