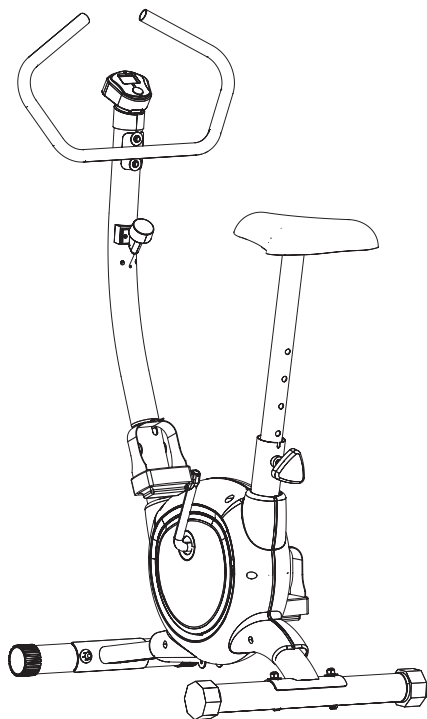


# SPOKEY

**ARON 944161, 944163**

5905339441614, 5905339441638



- EN** Exercise bike for home use
- PL** Rower treningowy do użytku domowego
- CZ** Rotoped pro domácí použití
- SK** Rotoped pre domáce použitie
- DE** Heimtrainer für den Hausgebrauch
- LT** Dviratis namų treniruočių naudojimui
- LV** Velotrenažieris mājas lietošanai
- EE** Kodune treeningratas

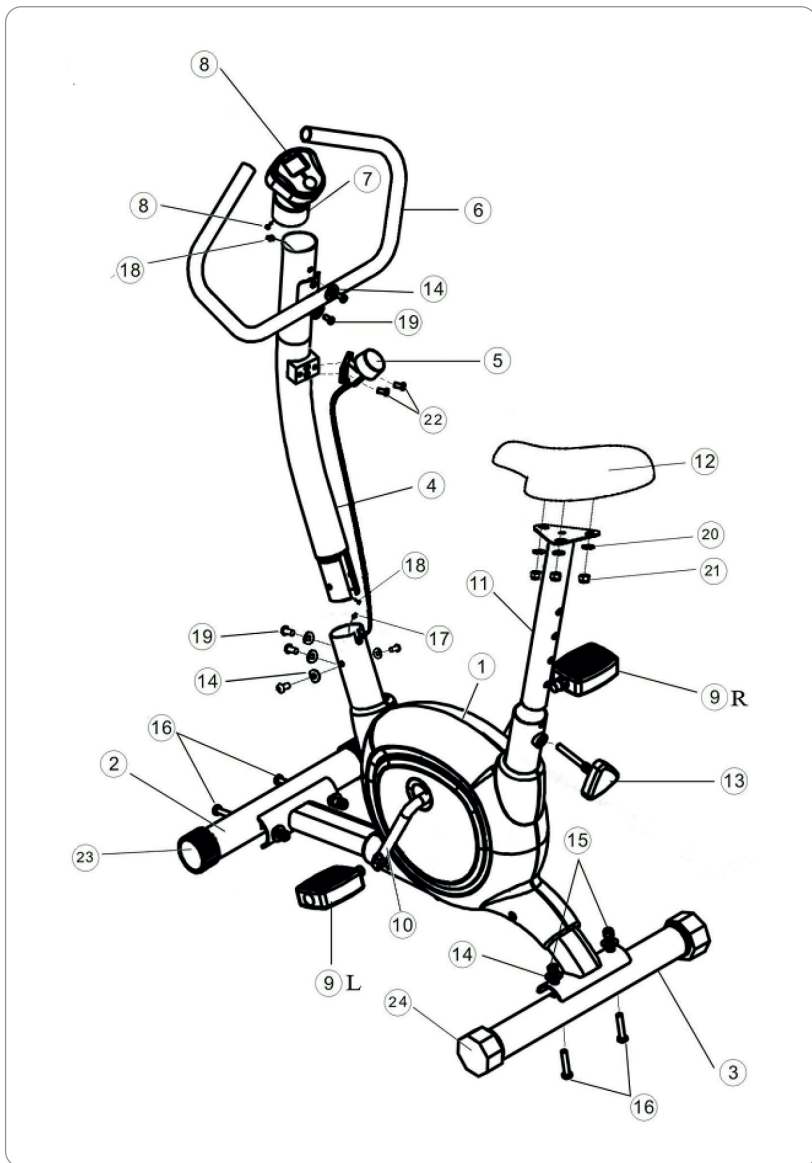
[www.spokey.com](http://www.spokey.com)





**CAUTION:** Before starting any exercise program, consult with your physician or other health care professional.

**IMPORTANT:** Read all instructions carefully before using this product. Retain this owner's manual for the future reference.



## PARTS LIST

Before starting to use, check whether all the listed elements are included in the packaging.

No.	DESCRIPTION	qty.	No.	DESCRIPTION	qty.
1.	Main frame	1	13.	Knob	1
2.	Front stabilizer	1	14.	Arc washer	10
3.	Rear stabilizer	1	15.	Cap nut	4
4.	Handlebar post	1	16.	Carriage bolt	4
5..	Resistance adjustment knob	1	17.	Sensor wire	1
6.	Handlebar	1	18.	Connective wire	1
7.	Computer holder	1	19.	Allen bolt	6
8.	Computer	1	20.	Flat washer D8	3
9.	Pedal	1L,1R	21.	Nylon nut D8	3
10.	Crank	1	22.	Screw M5 x 12	2
11.	Saddle post	1	23.	Front stabilizer end cap	2
12.	Saddle	1	24.	Rear stabilizer end cap	2

## USER MANUAL

### INTRODUCTION:

Thank you for purchasing our product. To ensure safety and proper use, read the instructions before using the product for the first time and keep it, as it contains important information.

### IMPORTANT PRECAUTIONS AND RECOMMENDATIONS FOR USE:

Please read the user manual carefully before use and strictly follow its instructions when using the product. Please keep the user manual as it contains important information.

1. Safe and effective use of the device can only be ensured if it is assembled, maintained and used in the proper manner as described in the instructions.  
2. Consult your doctor or other health care professional before beginning any exercise program. It can help you adjust your exercise frequency and intensity (target heart rate) and duration to suit your age and physical condition.

**3. ATTENTION!** If you experience pain or pressure in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, feel weak or uncomfortable during exercise, **STOP**

**TRAINING IMMEDIATELY!** Consult your doctor before proceeding.

4. This device is not intended for persons (including children) with reduced physical fitness, physical or mental disabilities, or for persons who do not have experience in exercising on a similar device or do not have sufficient information and have not read the treadmill user manual. These people may only exercise on the device under the strict supervision of an authorized person who is directly responsible for their safety. Under no circumstances should children play with the device.

5. Keep children and pets away from the equipment while exercising. This device is intended for adults only.

6. Place the equipment on a solid, flat surface, using a special protective mat for this type of equipment. The mat provides additional protection for the floor and the stability of the bike.

7. For safety reasons, the equipment should have at least 2 meters of free space around it.

8. Do not throw any objects into any openings in the device.

9. Do not touch the moving parts of the device.

10. Always use equipment as directed. If you find any

defective components when assembling or inspecting the equipment, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop exercising and contact your dealer. Do not use the equipment until the problem is resolved!

11. Before using the device, check that nuts and bolts are securely tightened. Some parts such as pedals etc. can come loose easily. Regularly checking the equipment will increase safety of use.

12. Wear appropriate clothing and shoes when exercising. Do not wear long, loose clothing that may get stuck in the device. Remember to adjust the pedal straps.

13. Set a slow pace at first. During the exercise, hold on to the handles and do not get off the saddle.

14. Don't exercise immediately after eating.

15. Repairs should be performed by a qualified service employee.



**NOTE:**

If the instructions in this manual are not followed, we are not responsible for any problems or injuries.

## TECHNICAL SPECIFICATIONS

Size	72 x 46,5 x 113 cm	Number of resistance adjustment levels	8, manual adjustment
Batteries	2xAAA		
Net weight	10 kg	Max. user weight	100 kg
Display	TIME, SPEED, DISTANCE AND CALORIES		

## ASSEMBLY INSTRUCTION



**NOTE:**

To assemble the exercise bike, please follow the assembly instructions below. Failure to follow the instructions may result in damage to the device.

### STEP 1

- Take the device out of the packaging with the help of another person and place it on a flat surface, then arrange the necessary parts next to the bike.
- To identify the parts used in assembly, please refer to the drawings in the image.
- Do not throw away the packaging until assembly is completed.

### STEP 2

#### INSTALLATION OF THE FRONT AND REAR STABILIZERS

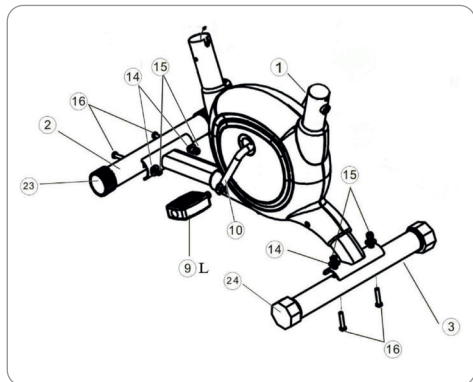
Attach the front stabilizer (2) and rear stabilizer (3) to the main frame (1) with the carriage bolt (16), arc washer (14) and cap nut (15).

### STEP 3

#### INSTALLATION OF THE RIGHT AND LEFT PEDALS

Attach the right and left pedals (9 L/R) to the crank (10) appropriately. Turn the right pedal (9R) clockwise. Turn the left pedal (9L) counterclockwise.

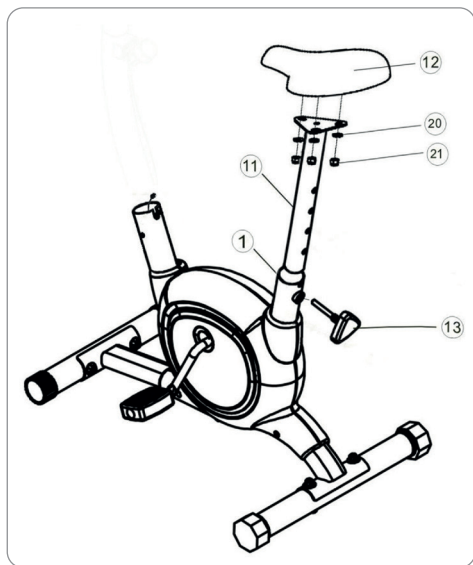
**NOTE:** The right and left pedals (9 L/R) are marked with the letter „R“ for the right and „L“ for the left.



#### STEP 4 INSTALLING THE SADDLE POST

Attach the saddle (12) to the saddle post (11) using a flat washer (20) and a nylon nut (21), insert the saddle post (11) into the main frame (1), tighten with the knob (13).

**Note:** When adjusting the saddle post height, the maximum insertion depth mark line cannot be higher than the edge of the main frame tube.



#### STEP 5 INSTALLATION OF THE HANDLEBAR POST, HANDLEBAR AND COMPUTER

Connect the sensor wire (17) from the main frame (1) to the connective wire (18) from the handlebar post (4).

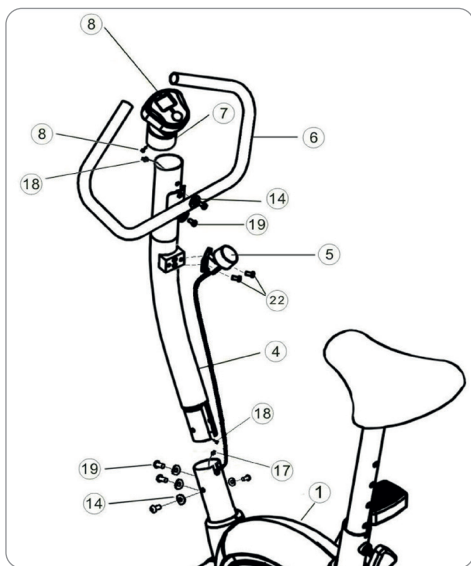
Insert the handlebar post (4) into the main frame (1) and secure using the Allen bolt (19) and arc washer (14).

Attach the resistance adjustment knob (5) to the handlebar post (4) with the screw (22).

Attach the handlebar (6) to the handlebar post (4) using the Allen screw (19) and arc washer (14).

Through the handlebar post (4), connect the connective wire (18) to the computer sensor cable (8), then connect the computer holder (7) to the handlebar post (4) and attach the computer (8) to the computer holder (7).

**NOTE:** If the meter does not work properly, please make sure that all wires are well connected, especially the upper wire with the meter.



## CARRYING AND STORING THE BIKE

Be especially careful when lifting and moving the device.

Never expose the bike to moisture or rain. The bike is not intended for outdoor use. It should not

be used near a swimming pool or other high humidity environment. The bike should be stored in a clean and dry place.

## MAINTENANCE INSTRUCTION

1. Before each use of the device, make sure that all screws, nuts and knobs are tightened and secure.

2. Do not use aggressive cleaning products to clean the device. Use a soft, damp cloth to remove dirt and dust. Remove traces of sweat as the acidic reaction may damage the saddle. The meter should only be cleaned with a dry cloth.

3. If damaged, the device should not be used. Never

repair the device yourself. Repairs should be performed by a qualified service technician.

**4. Do not use paper towels for cleaning - they are rough and may damage the cleaned surfaces.**









## TROUBLESHOOTING

PROBLEM:	SOLUTION:
Display does not work.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Unscrew the meter and check that all wires are properly connected.</li><li>2. Check that the batteries are inserted correctly.</li><li>3. The batteries may be worn out. Try to use new batteries.</li></ol>
There is a squeaking or creaking noise during the exercise.	The screws may be loose. Check all screws carefully and, if necessary, tighten them using the wrenches included in the kit.



**The manufacturer is not responsible for improper use of the treadmill, in particular:**

- product damage as a result of improper maintenance and improper installation,
- mechanical damage,
- wear of parts during normal use,
- for repairs that were not made by a professional service,
- improper handling or storage, exposure to water.

	<p>This symbol means that the product must not be disposed of with other household waste. Polish law prohibits the mixing of used electrical and electronic equipment with other waste under penalty of a fine.</p> <p>Potential negative effects on the environment and human health that could result from improper waste handling arising from waste electronic equipment can be prevented if the product is disposed of in an appropriate manner.</p>
	<p>The packaging is recyclable. Suitable for segregation.</p>
	<p>The packaging includes an operating manual which should be read before use.</p>
	<p>Do not litter! Throw the packaging into the trash.</p>
	<p>Protect against falling and dropping. Do not throw.</p>
	<p>Fragile - handle with care.</p>
	<p>Protect against moisture and getting wet.</p>
	<p>Do not use a crane.</p>

The manual can be downloaded from  
[www.spokey.pl](http://www.spokey.pl)



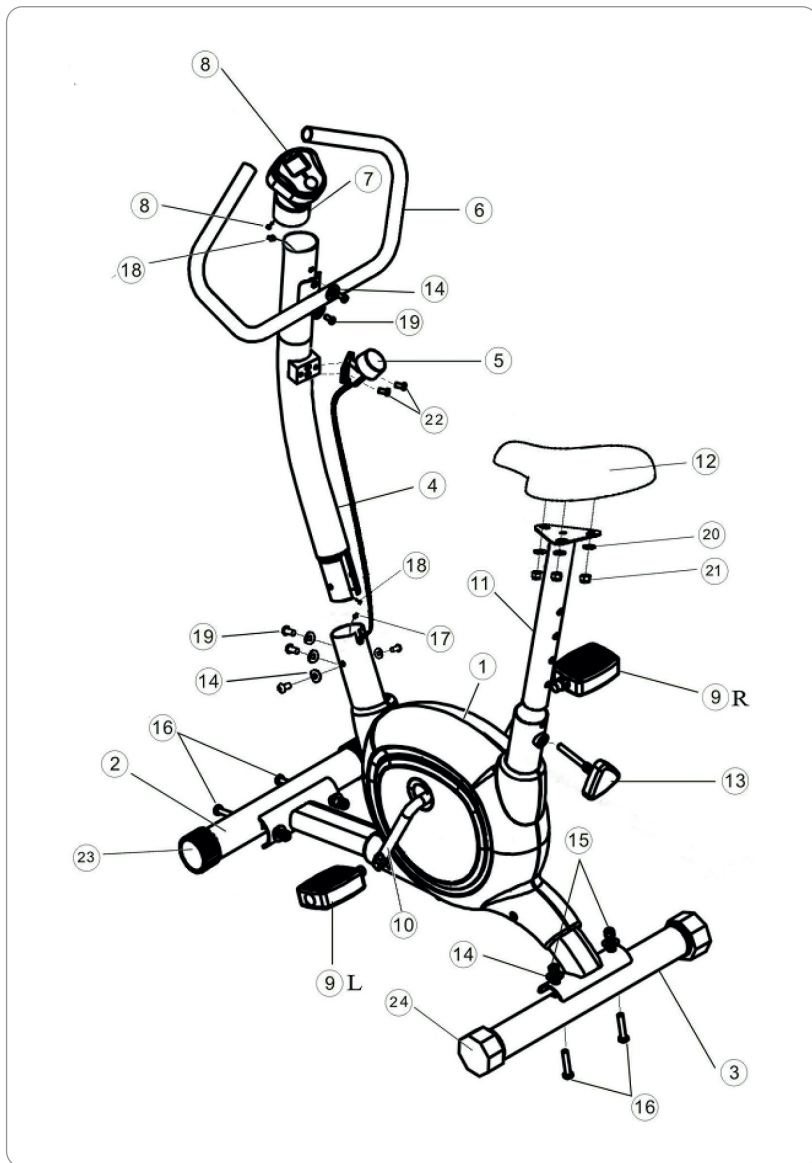


## INSTRUKCJA TŁUMACZONA Z ORYGINAŁU



**UWAGA:** Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń skonsultuj się ze swoim lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia.

**WAŻNE:** Przed użyciem tego produktu przeczytaj uważnie wszystkie zalecenia. Zachowaj niniejszą instrukcję obsługi do wykorzystania w przyszłości.



## LISTA CZĘŚCI

Przed rozpoczęciem użytkowania, sprawdź czy wszystkie wymienione elementy znajdują się w opakowaniu.

Nr.	NAZWA	szt.	Nr.	NAZWA	szt.
1.	Rama główna	1	13.	Gałka	1
2.	Stabilizator przedni	1	14.	Podkładka łukowa	10
3.	Stabilizator tylny	1	15.	Nakrętka kołpakowa	4
4.	Słupek kierownicy	1	16.	Śruba zamkowa	4
5.	Pokrętło regulacji oporu	1	17.	Przewód czujnika	1
6.	Kierownica	1	18.	Przewód łączący	1
7.	Uchwyt komputera	1	19.	Śruba imbusowa	6
8.	Komputer	1	20.	Podkładka płaska D8	3
9.	Pedał	1 L, 1 P	21.	Nakrętka nylonowa D8	3
10.	Korba	1	22.	Śruba M5 x 12	2
11.	Szytca siodełka	1	23.	Zaślepka przedniego stabilizatora	2
12.	Siodełko	1	24.	Zaślepka tylnego stabilizatora	2

## INSTRUKCJA OBSŁUGI

### WPROWADZENIE:

Dziękujemy za zakup naszego produktu. W celu zapewnienia bezpieczeństwa i prawidłowego stosowania, przed pierwszym użyciem produktu zapoznaj się z instrukcją oraz zachowaj ją, gdyż zawiera ważne informacje.

### WAŻNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI I ZALECENIA UŻYTKOWANIA:

Należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi przed rozpoczęciem użytkowania i ściśle przestrzegać zawartych w niej poleceń podczas korzystania z produktu. Proszę zachować instrukcję obsługi, gdyż zawiera ona ważne informacje.

1. Bezpieczne i efektywne użytkowanie urządzenia może być zapewnione jedynie wtedy, gdy zostanie ono złożone, konserwowane i używane we właściwy, opisany w instrukcji sposób.
2. Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń skonsultuj się ze swoim lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia. Może on pomóc w dostosowaniu częstotliwości i intensywności ćwiczeń (docelowy poziom tętna) oraz czasu odpoczynku dla Twojego wieku i kondycji fizycznej.

3. **UWAGA!** Jeśli odczuwasz ból lub ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, duszność, czujesz się słabo lub odczuwasz dyskomfort podczas ćwiczeń, **NATYCHMIAST PRZERWIJ TRENING!** Przed kontynuowaniem skonsultuj się z lekarzem.

4. To urządzenie nie jest przeznaczone dla osób (w tym dzieci) o obniżonej sprawności fizycznej, z niepełnosprawnością fizyczną lub umysłową, ani dla osób, które nie mają doświadczenia w ćwiczeniach na podobnym urządzeniu lub nie mają wystarczających informacji i nie zapoznały się z instrukcją obsługi rowerka. Osoby te mogą ćwiczyć na urządzeniu wyłącznie pod ścisłym nadzorem upoważnionej osoby, która jest bezpośrednio odpowiedzialna za ich bezpieczeństwo. W żadnym wypadku nie należy pozwalać dzieciom bawić się urządzeniem.

5. Podczas ćwiczeń trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od sprzętu. To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie dla osób dorosłych.

6. Ustaw sprzęt na solidnej, płaskiej powierzchni, używając specjalnej maty ochronnej dla tego typu urządzeń. Mata stanowi dodatkowe zabezpieczenie dla podłogi oraz stabilności rowerka.

7. Ze względów bezpieczeństwa sprzęt powinien mieć wokół siebie co najmniej 2 metry wolnej przestrzeni.

8. Nie wrzucaj żadnych przedmiotów do otworów w urządzeniu.

9. Nie dotykaj ruchomych części urządzenia.

10. Zawsze używaj sprzętu zgodnie ze wskazaniem. Jeśli znajdziesz jakieś wadliwe elementy podczas montażu lub kontroli sprzętu lub jeśli usłyszysz nietypowy hałas dochodzący z urządzenia podczas użytkowania, zaprzestań ćwiczeń i skontaktuj się ze sprzedawcą. Nie używaj sprzętu, dopóki problem nie zostanie rozwiązany!

11. Przed użyciem urządzenia sprawdź, czy nakrętki i śruby są dobrze dokręcone. Niektóre części, takie jak pedały itp. łatwo mogą się poluzować. Regularne sprawdzanie sprzętu, zwiększy bezpieczeństwo użytkownika.

12. Podczas ćwiczeń noś odpowiednią odzież i buty.

Nie zakładaj długiej, luźnej odzieży, która może utknąć w urządzeniu. Pamiętaj o dopasowaniu pasków przy pedałach.

13. Na początku należy ustawić wolne tempo. Podczas ćwiczenia należy trzymać się uchwytów i nie schodzić z siodełka.

14. Nie ćwicz bezpośrednio po jedzeniu.

15. Naprawy powinien dokonać wykwalifikowany pracownik serwisu.



#### UWAGA:

Jeżeli zalecenia zawarte w niniejszej instrukcji nie będą przestrzegane, nie ponosimy odpowiedzialności za jakiegokolwiek problemy lub obrażenia.

## SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Rozmiar	72 x 46,5 x 113 cm	Ilość stopni regulacji oporu	8, regulacja ręczna
Baterie	2xAAA		
Waga netto	10 kg	Max. waga użytkownika	100 kg
Wyświetlacz	PRĘDKOŚĆ, CZAS, KALORIE, DYSTANS		

## INSTRUKCJA MONTAŻU



#### UWAGA:

Aby złożyć rower treningowy, postępuj zgodnie z poniższymi instrukcjami montażu. Nieprzestrzeganie wskazówek może skutkować uszkodzeniem urządzenia.

#### KROK 1

- Wyciągnij urządzenie z opakowania z pomocą drugiej osoby i ułóż je na płaskiej powierzchni, a następnie ułóż potrzebne części obok rowerka.
- Aby zidentyfikować części użyte w montażu, zapoznaj się z rysunkami na obrazku.
- Nie wyrzucaj opakowania do czasu zakończenia montażu.

#### KROK 2

#### MONTAŻ PRZEDNIEGO I TYLNEGO STABILIZATORA

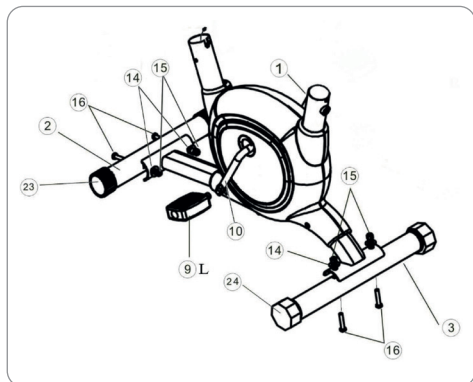
Przymocuj przedni stabilizator (2) oraz tylny stabilizator (3) do ramy głównej (1) przy pomocy śruby zamkowej (16), podkładki łukowej (14) i nakrętki kołpakowej (15).

#### KROK 3

#### MONTAŻ PRAWEGO I LEWEGO PEDAŁU

Przytwierdź prawy i lewy pedał (9 L/P) do korby (10) w odpowiedni sposób. Pedał prawy (9R) należy przekręcić zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Lewy pedał (9L) należy przekręcić w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara.

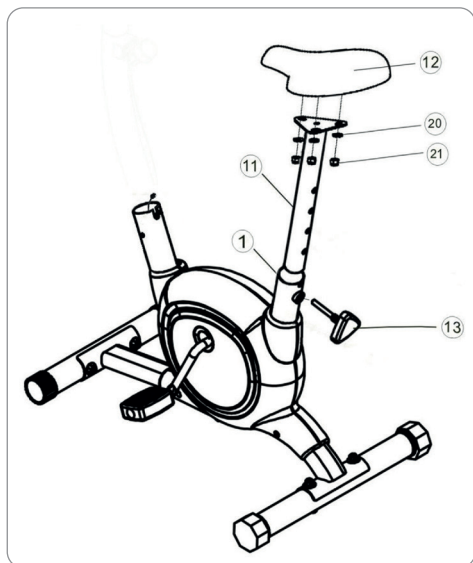
**UWAGA:** Pedale prawy i lewy (9 L/P) zostały oznaczone literką „P” dla prawego i „L” dla lewego.



#### KROK 4 MONTAŻ SZTYCY SIODEŁKA

Przymocuj siodełko (12) do sztycy (11) za pomocą płaskiej podkładki (20) oraz nakrętki nylonowej (21), włóż sztycę (11) do ramy głównej (1), dokręć gałką (13).

**Uwaga:** Podczas regulacji wysokości sztycy siodełka linia znaku maksymalnej głębokości jej włożenia nie może znajdować się wyżej niż krawędź rury ramy głównej.



#### KROK 5 MONTAŻ SŁUPKA KIEROWNICY, KIEROWNICY I KOMPUTERA

Podłącz przewód czujnika (17) z ramy głównej (1) do przewodu łączącego (18) ze słupka kierownicy (4).

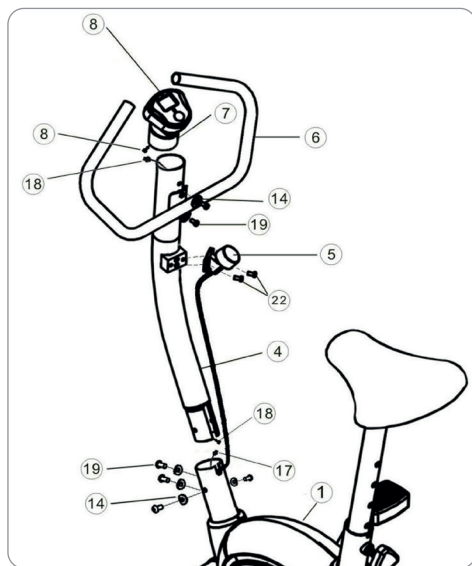
Włóż słupkę kierownicy (4) do ramy głównej (1) i przymocuj, używając śruby imbusowej (19) oraz podkładki łukowej (14).

Przymocuj pokrętko regulacji oporu (5) do słupka kierownicy (4) za pomocą śruby (22).

Przymocuj kierownicę (6) do słupka kierownicy (4) przy pomocy śruby imbusowej (19) oraz podkładki łukowej (14).

Poprzez słupkę kierownicy (4) podłącz przewód łączący (18) do przewodu czujnika komputera (8), a następnie podłącz uchwyt komputera (7) do słupka kierownicy (4) i przymocuj komputer (8) do uchwyty komputera (7).

**UWAGA:** Jeżeli licznik nie działa poprawnie proszę upewnić się czy wszystkie przewody są dobrze połączone, w szczególności górny przewód z licznikiem.



## PRZENOSZENIE I PRZECHOWYWANIE ROWERKA

Należy zachować szczególną ostrożność podczas podnoszenia i przenoszenia urządzenia.

Nigdy nie wystawiaj rowerka na działanie wilgoci lub deszczu. Rowerek nie jest przeznaczony do użytku

na zewnątrz. Nie należy go używać w pobliżu basenu lub innego środowiska o dużej wilgotności powietrza.

Rowerek należy przechowywać w czystym i suchym miejscu.

## WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE KONSERWACJI

1. Przed każdym użyciem urządzenia, należy upewnić się że wszystkie śruby, nakrętki i pokręta są dokręcone i dobrze przymocowane.

2. Do czyszczenia urządzenia nie należy używać agresywnych środków czyszczących. Używaj miękkiej, wilgotnej ściereczki do usuwania zabrudzeń i kurzu. Usuwać ślady potu gdyż kwasowy odczyn może uszkodzić siodełko. Licznik należy czyścić wyłącznie

suchą ściereczką.

3. W przypadku uszkodzenia, urządzenie nie powinno być używane. Nigdy nie naprawiaj urządzenia na własną rękę. Naprawy powinien dokonać wykwalifikowany pracownik serwisu.

4. Do czyszczenia **nie używaj ręczników papierowych - są szorstkie i mogą uszkodzić czyszczone powierzchnie.**









## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

PROBLEM:	ROZWIĄZANIE:
Wyświetlacz nie działa.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Odkręć licznik i sprawdź, czy wszystkie przewody są odpowiednio podłączone.</li><li>2. Sprawdź, czy baterie zostały prawidłowo włożone.</li><li>3. Baterie mogą być zużyte. Spróbuj użyć nowych baterii.</li></ol>
Podczas wykonywania ćwiczenia słychać pisk lub skrzypienie.	Śruby mogą być poluzowane. Sprawdź dokładnie wszystkie śruby oraz, jeśli to konieczne, dokręć je używając kluczy dołączonych do zestawu.



**Producent nie ponosi odpowiedzialności za niewłaściwe użytkowanie rowerka, w szczególności:**

- uszkodzenia produktu w wyniku niewłaściwej konserwacji i niewłaściwego montażu,
- uszkodzenia mechaniczne,
- zużycie części podczas normalnego użytkowania,
- za naprawy, które nie zostały dokonane przez profesjonalny serwis,
- niewłaściwa obsługa lub niewłaściwe przechowywanie, narażenie na działanie wody.

	<p>Ten symbol oznacza, że produktu nie wolno wyrzucać razem z innymi odpadami z gospodarstw domowych. Polskie prawo zabrania pod karą grzywny łączenia zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami.</p> <p>Można zapobiec potencjalnym negatywnym skutkom dla środowiska naturalnego i zdrowia ludzkiego, jakie mogłyby wyniknąć z niewłaściwego postępowania z odpadami powstałymi ze zużytego sprzętu elektronicznego, jeśli produkt zostanie zutylizowany w należyty sposób.</p>
	<p>Opakowanie nadaje się do recyklingu. Nadaje się do segregacji.</p>
	<p>W opakowaniu znajduje się instrukcja obsługi, z którą należy się zapoznać przed rozpoczęciem użytkowania.</p>
	<p>Nie śmieć! Wyrzuć opakowanie do kosza.</p>
	<p>Chronić przed upadkiem i upuszczeniem. Nie rzucać.</p>
	<p>Delikatne — obchodzić się ostrożnie.</p>
	<p>Chronić przed wilgocią i zamoknięciem.</p>
	<p>Nie używać dźwigu.</p>

Instrukcję można pobrać ze strony  
[www.spokey.pl](http://www.spokey.pl)

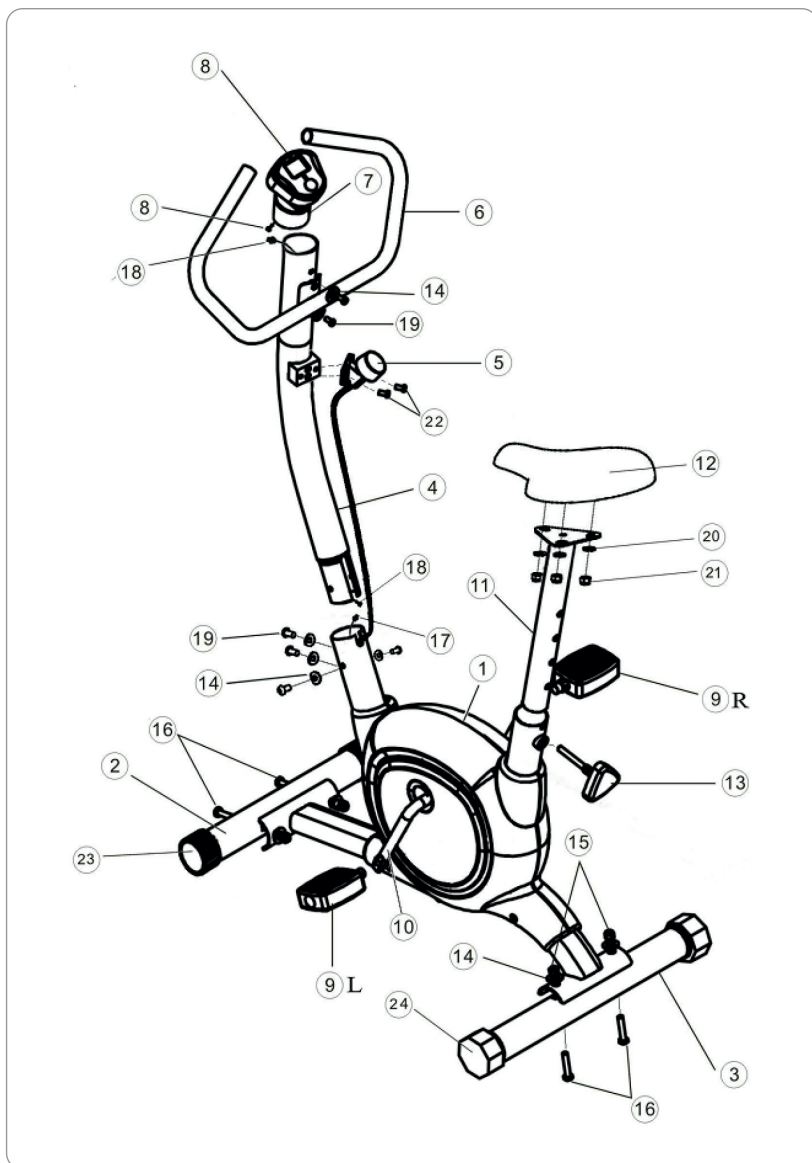


## NÁVOD K POUŽITÍ PŘELOŽEN Z ORIGINÁLU



**UPOZORNĚNÍ:** Před zahájením jakéhokoli cvičebního programu se poradte se svým lékařem nebo jiným zdravotním odborníkem.

**DŮLEŽITÉ:** Před použitím tohoto výrobku si pečlivě a pozorně přečtěte všechny pokyny. Ušchovejte si tento návod k obsluze pro budoucí použití.



## SEZNAM DÍLŮ

Před zahájením používání zkontrolujte, zda jsou všechny uvedené položky součástí balení.

č.	NÁZEV	ks	č.	NÁZEV	ks.
1.	Hlavní rám	1	13.	Regulační knoflík	1
2.	Přední stabilizátor	1	14.	Oblouková podložka	10
3.	Zadní stabilizátor	1	15.	Klobouková matice	4
4.	Sloupek řídítek	1	16.	Pojistný šroub	4
5..	Regulační kolečko odporu	1	17.	Kabel snímače	1
6.	Řídítka	1	18.	Propojovací kabel	1
7.	Držák počítače	1	19.	Imbusový šroub	6
8.	Počítač	1	20.	Plochá podložka D8	3
9.	Pedál	1L,1P	21.	Nylonová matice D8	3
10.	Klika	1	22.	Šroub M5 x 12	2
11.	Sedlovka	1	23.	Kryt předního stabilizátoru	2
12.	Sedlo	1	24.	Kryt zadního stabilizátoru	2

## NÁVOD K OBSLUZE

### ÚVOD:

Děkujeme, že jste si zakoupili náš výrobek. Pro zajištění bezpečnosti a správného používání si před prvním použitím výrobku přečtete návod k obsluze a uschovejte si jej pro pozdější použití, protože obsahuje důležité informace.

### DŮLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

#### A DOPORUČENÍ PRO POUŽÍVÁNÍ:

Před použitím si pečlivě a pozorně přečtete návod k obsluze a při používání výrobku důsledně dodržujte pokyny v něm uvedené. Návod k použití si uschovejte, protože obsahuje důležité informace.

1. Bezpečné a efektivní používání zařízení lze zajistit pouze tehdy, je-li sestaveno, udržováno a používáno správným způsobem popsáním v návodu.

2. Předtím, než začnete s tréninkem na rotopedu, poraďte se se svým lékařem. Lékař vám pomůže stanovit tepovou frekvenci a intenzitu cvičení, a rovněž dobu tréninku vhodnou pro váš věk a fyzickou kondici.

**3. VAROVÁNÍ:** Pokud během cvičení pocítíte bolest nebo tlak na hrudi, nepravidelný srdeční tep, dušnost, cítíte se slabí nebo pociťujete nepříjemné pocity,

**OKAMŽITĚ PŘESTAŇTE CVIČIT!** Před pokračováním se poraďte se svým lékařem.

4. Tento přístroj není určen pro osoby (včetně dětí) se sníženou fyzickou zdatností, tělesným nebo mentálním postižením, ani pro osoby, které nemají s cvičením na podobném zařízení žádné zkušenosti nebo které nemají dostatek informací a nepřečetly si návod k použití. Tyto osoby mohou na trenažéru cvičit pouze pod přísným dohledem pověřené osoby, která je přímo zodpovědná za jejich bezpečnost. Za žádných okolností by si se zařízením neměly hrát děti.

5. Při cvičení udržujte děti a domácí zvířata mimo dosah zařízení. Tyto zařízení je určeno pouze pro dospělé.

6. Zařízení umístěte na pevný, rovný povrch a použijte speciální ochrannou podložku pro tento typ zařízení. Podložka poskytuje dodatečnou ochranu podlahy a stabilitu rotopedu.

7. Z bezpečnostních důvodů by kolem zařízení měly být alespoň 2 metry volného prostoru.

8. Nevhazujte do otvorů zařízení žádné předměty.

9. Nedotýkejte se pohyblivých částí zařízení.

10. Zařízení používejte vždy podle pokynů. Pokud při sestavování nebo kontrole zařízení objevíte jakéko-



li vadné součásti nebo pokud během používání uslyšíte ze zařízení neobvyklý hluk, přestaňte zařízení používat a kontaktujte svého prodejce. Zařízení nepoužívejte, dokud nebude problém vyřešen!

11. Před použitím zařízení zkontrolujte, zda jsou matice a šrouby utaženy. Některé části, jako jsou pedály apod., se mohou snadno uvolnit. Pravidelná kontrola zařízení, zvýší bezpečnost používání.

12. Při cvičení noste vhodné oblečení a obuv. Nenoste dlouhý volný oděv, který by se mohl ve vybavení zaseknout. Nezapomeňte si nastavit popruhy u pedálů.

13. Na začátku nastavte pomalé tempo. Při cvičení se držte rukojetí a nesesedejte ze sedla.

14. Necvičte bezprostředně po jídle.

15. Opravy by měl provádět pouze kvalifikovaný servisní technik.



#### VAROVÁNÍ:

Při nedodržení doporučení uvedených v tomto manuálu neneseme za případné problémy či zranění žádnou odpovědnost.

## TECHNICKÉ SPECIFIKACE

Rozměr	72 x 46,5 x 113 cm	počet stupňů zátěže	8, manuální regulace
Baterie	2xAAA		
Hmotnost netto	10 kg	Max. hmotnost uživatele	100 kg
Displej	ČAS, RYCHLOST, VZDÁLENOST A KALORIE		

## MONTÁŽNÍ POKYNY



#### UPOZORNĚNÍ:

Při sestavování rotopedu postupujte podle níže uvedených pokynů. Nedodržení pokynů může mít za následek poškození zařízení.

#### KROK 1

- S pomocí další osoby vyjměte zařízení z obalu a položte jej na rovný povrch, poté vedle rotopedu rozmístěte potřebné díly.
- Pro identifikaci dílů použitých při montáži se řiďte schémata na obrázku.
- Nevhazujte obal, dokud není montáž dokončena.

#### KROK 2

#### MONTÁŽ PŘEDNÍHO A ZADNÍHO STABILIZÁTORU

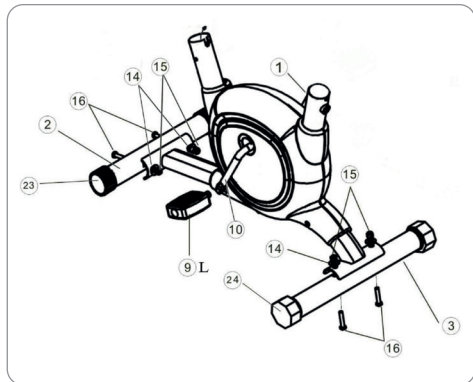
Přípevněte přední stabilizátor (2) a zadní stabilizátor (3) k hlavnímu rámu (1) pomocí pojistného šroubu (16), obloukové podložky (14) a kloboukové matice (15).

#### KROK 3

#### MONTÁŽ PRAVÉHO A LEVÉHO PEDÁLU

Přípevněte pravý a levý pedál (9 L/P) odpovídajícím způsobem ke klice (10). Otáčejte pravým pedálem (9R) ve směru hodinových ručiček. Levý pedál (9L) otáčejte proti směru hodinových ručiček.

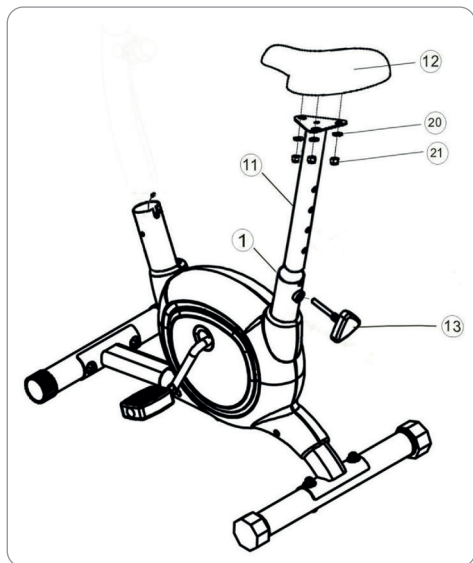
**POZNÁMKA:** Právý a levý pedál (9 L/P) jsou označeny písmenem „P“ pro pravý a „L“ pro levý pedál.



#### KROK 4 MONTÁŽ SEDLOVKY

Připevněte sedlo (12) k sedlovce (11) pomocí ploché podložky (20) a nylonové matice (21), vložte sedlovku (11) do hlavního rámu (1), utáhněte regulačním knoflíkem (13).

**Pozor:** Při nastavování výšky sedlovky nesmí být ryska maximální hloubky zasunutí výše než okraj hlavní rámové trubky.



#### KROK 5 MONTÁŽ SLOUPKU ŘÍZENÍ, ŘÍDÍTEK A POČÍTAČE

Propojte kabel snímače (17) z hlavního rámu (1) s propojovacím kabelem (18) ze sloupky řídicí (4).

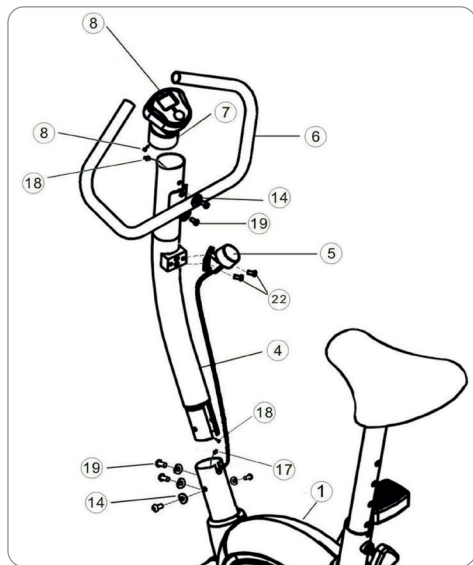
Vložte sloupek řídicí (4) do hlavního rámu (1) a upevněte jej pomocí imbusového šroubu (19) a obloukové podložky (14).

Připevněte regulační kolečko pro nastavení odporu (5) ke sloupku řídicí (4) pomocí šroubu (22).

Připevněte říditka (6) ke sloupku řídicí (4) pomocí imbusového šroubu (19) a obloukové podložky (14).

Přes sloupek řídicí (4) připojte propojovací kabel (18) ke kabelu snímače počítače (8), poté připojte držák počítače (7) ke sloupku řídicí (4) a připevněte počítač (8) k držáku počítače (7).

**POZOR:** Pokud počítač nefunguje správně, ujistěte se, že jsou všechny kabely správně připojeny, zejména horní kabel k počítači.



## PŘENÁŠENÍ A SKLADOVÁNÍ ROTOPEDU

Při zvedání a přenášení přístroje dbejte zvýšené opatrnosti.

Nikdy nevystavujte rotoped vlhkosti nebo dešti. Rotoped není určen pro venkovní použití. Nepo-

užívejte jej v blízkosti bazény nebo jiného prostředí s vysokou vlhkostí. Rotoped skladujte na čistém a suchém místě.

## POKYNY PRO ÚDRŽBU

1. Před každým použitím zařízení zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby, matice a otočné knoflíky utaženy a bezpečně zajištěny.

2. K čištění zařízení nepoužívejte agresivní čisticí prostředky. K odstranění nečistot a prachu použijte měkký, vlhký hadřík. Odstraňte stopy potu, protože kyselá reakce může poškodit sedlo. Počítač čistěte pouze suchým hadříkem.

3. Pokud je zařízení poškozeno, nemělo by se používat. Nikdy neopravujte zařízení sami. Opravy by měl provádět pouze kvalifikovaný servisní technik.

4. K čištění **nepoužívejte papírové utěrky - jsou drsné a mohou poškodit čištěné povrchy.**









## ODSTRAŇOVÁNÍ PROBLÉMŮ

PROBLÉM:	ŘEŠENÍ:
Displej nefunguje.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Odšroubujte počítač a zkontrolujte, zda jsou všechny kabely správně připojeny.</li><li>2. Zkontrolujte, zda jsou správně vloženy baterie.</li><li>3. Baterie mohou být vybité. Zkuste použít nové baterie.</li></ol>
Během cvičení je slyšet vrzání nebo skřípání.	Šrouby mohou být uvolněné. Pečlivě zkontrolujte všechny šrouby a v případě potřeby je dotáhněte pomocí dodaných klíčů.



**Výrobce nenese odpovědnost za nesprávné použití rotopedu, a to zejména v případě:**

- poškození výrobku v důsledku nesprávné údržby a nesprávné montáže,
- mechanického poškození,
- opotřebení dílů při běžném používání,
- za opravy, které nebyly provedeny odborným servisem,
- nesprávné manipulace nebo nesprávného skladování, vystavení vodě či vlhkosti.

	<p>Tento symbol znamená, že výrobek nesmí být likvidován se směsným odpadem ani do kontejnerů na tříděný odpad, ale musí být odevzdán na místa k tomu určená, aby byla zajištěná jejich ekologická recyklace.</p> <p>Potenciálním negativním účinkům na životní prostředí a lidské zdraví, které by mohly být důsledkem nesprávné manipulace s odpadem z použitých elektronických zařízení, lze předejít, pokud je výrobek zlikvidován správným způsobem.</p>
	<p>Obal je recyklovatelný. Vhodný pro třídění.</p>
	<p>Balení obsahuje návod k použití, který je nutno si před použitím přečíst.</p>
	<p>Odhazujte prosím odpady do koše.</p>
	<p>Zacházejte s výrobkem s opatrností - chraňte před pádem a upuštěním. Neházet!</p>
	<p>Křehké - s tímto výrobkem je nutno zacházet opatrně.</p>
	<p>Chraňte před vlhkostí a mokrem.</p>
	<p>Nepoužívat zvedák.</p>

Návod k obsluze si můžete stáhnout  
i z našich stránek [www.spokey.cz](http://www.spokey.cz)

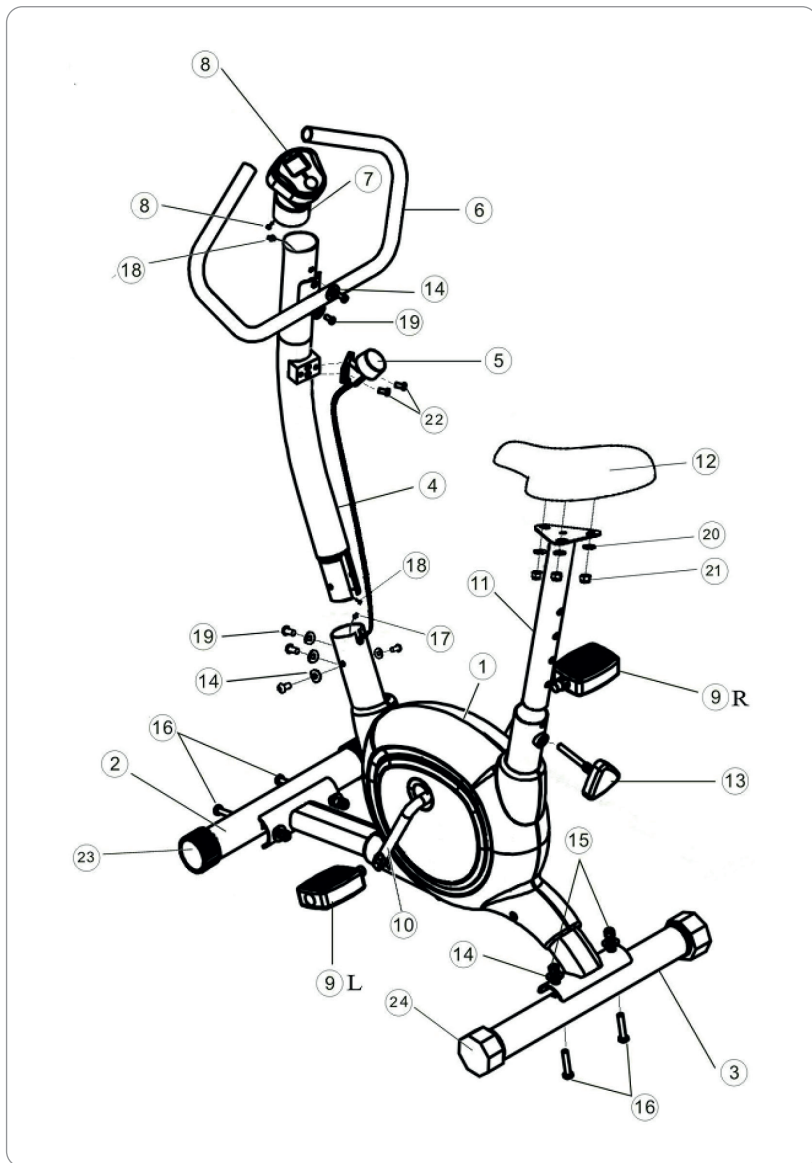


## NÁVOD NA POUŽITIE PRELOŽENÝ Z ORIGINÁLU



**UPOZORNENIE:** Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte so svojím lekárom alebo iným zdravotným odborníkom.

**DÔLEŽITÉ:** Pred použitím tohto výrobku si starostlivo a pozorne prečítajte všetky pokyny. Uchovajte si tento návod na obsluhu pre budúce použitie.



## ZOZNAM DIELOV

Pred začatím používania skontrolujte, či sú všetky uvedené položky súčasťou balenia.

č.	NÁZOV	ks	č.	NÁZOV	ks
1.	Hlavný rám	1	13.	Regulačný gombík	1
2.	Predný stabilizátor	1	14.	Oblúková podložka	10
3.	Zadný stabilizátor	1	15.	Klobúková matica	4
4.	Stĺpik riadiel	1	16.	Poistná skrutka	4
5..	Regulačné koliesko odporu	1	17.	Kábel snímača	1
6.	Riadiidlá	1	18.	Prepojovací kábel	1
7.	Držiak počítača	1	19.	Imbusová skrutka	6
8.	Počítač	1	20.	Plochá podložka D8	3
9.	Pedál	1L,1P	21.	Nylónová matica D8	3
10.	Kľučka	1	22.	Skrutka M5 x 12	2
11.	Sedlovka	1	23.	Kryt predného stabilizátora	2
12.	Sedlo	1	24.	Kryt zadného stabilizátora	2

## NÁVOD NA OBSLUHU

### ÚVOD:

Ďakujeme, že ste si zakúpili náš výrobok. Pre zaistenie bezpečnosti a správneho používania si pred prvým použitím výrobku prečítajte návod na obsluhu a uschovajte si ho pre neskoršie použitie, pretože obsahuje dôležité informácie.

### DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ POKYNY A ODPORÚČANIA NA POUŽÍVANIE:

Pred použitím si starostlivo a pozorne prečítajte návod na obsluhu a pri používaní výrobku dôsledne dodržujte pokyny v ňom uvedené. Návod na použitie si uschovajte, pretože obsahuje dôležité informácie.

1. Bezpečne a efektívne používanie zariadenia je možné zaistiť iba vtedy, ak je zostavené, udržiavané a používané správnym spôsobom popísaným v návode.  
2. Predtým, než začnete s tréningom na rotopede, poraďte sa so svojím lekárom. Lekár vám pomôže stanoviť tepovú frekvenciu a intenzitu cvičenia, ako aj dobu tréningu vhodnú pre váš vek a fyzickú kondíciu.

**3. VAROVANIE:** Ak počas cvičenia pociťte bolesť alebo tlak na hrudi, nepravidelný srdcový tep, dýchavičnosť, cítite sa slabí alebo pociťujete neprí-

jemné pocity, **OKAMŽITE PRESTAŇTE CVIČIŤ!** Pred pokračovaním sa poraďte so svojím lekárom.

4. Tento prístroj nie je určený pre osoby (vrátane detí) so zníženou fyzickou zdatnosťou, telesným alebo mentálnym postihnutím, ani pre osoby, ktoré nemajú s cvičením na podobnom zariadení žiadne skúsenosti alebo ktoré nemajú dostatok informácií a neprečítali si návod na použitie. Tieto osoby môžu na trénažeri cvičiť iba pod prísny dohľadom poverenej osoby, ktorá je priamo zodpovedná za ich bezpečnosť. Za žiadnych okolností by sa so zariadením nemali hrať deti.

5. Pri cvičení udrzte deti a domáce zvieratá mimo dosahu zariadenia. Toto zariadenie je určené iba pre dospelých.

6. Zariadenie umiestnite na pevný, rovný povrch a použite špeciálnu ochrannú podložku pre tento typ zariadenia. Podložka poskytuje dodatočnú ochranu podlahy a stabilitu rotopedu.

7. Z bezpečnostných dôvodov by okolo zariadenia mali byť aspoň 2 metre voľného priestoru.

8. Nevhadzujte do otvorov zariadenia žiadne predmety.

9. Nedotýkajte sa pohyblivých častí zariadenia.

10. Zariadenie používajte vždy podľa pokynov.

Ak pri zostavovaní alebo kontrole zariadenia objavíte akékoľvek chybné súčasti alebo ak počas používania budete počuť zo zariadenia neobvyklý hluk, prestaňte zariadenie používať a kontaktujte svojho predajcu. Zariadenie nepoužívajte, kým nebude problém vyriešený!

11. Pred použitím zariadenia skontrolujte, či sú matice a skrutky utiahnuté. Niektoré časti, ako sú pedále a pod., sa môžu ľahko uvoľniť. Pravidelná kontrola zariadenia, zvýši bezpečnosť používania.

12. Pri cvičení noste vhodné oblečenie a obuv. Nenoste dlhý voľný odev, ktorý by sa mohol vo vybavení zaseknúť. Nezabudnite si nastaviť popruhy u pedálov.

13. Na začiatku nastavte pomalé tempo. Pri cvičení sa držte rukoväťou a nezosedajte zo sedla.

14. Necvičte bezprostredne po jedle.

15. Opravy by mal vykonávať iba kvalifikovaný servisný technik.



#### VAROVANIE:

Pri nedodržaní odporúčaní uvedených v tomto manuáli nenesieme za prípadné problémy či zranenia žiadnu zodpovednosť.

## TECHNICKÉ ŠPECIFIKÁCIE

Rozmer	72 x 46,5 x 113 cm	počet stupňov záťaže	8, manuálna regulácia
Batérie	2xAAA		
Hmotnosť netto	10 kg	Max. hmotnosť užívateľa	100 kg
Displej	ČAS, RÝCHLOSŤ, VZDIALENOSŤ A KALÓRIE		

## MONTÁŽNE POKYNY



#### UPOZORNENIE:

Pri zostavovaní rotopedu postupujte podľa nižšie uvedených pokynov. Nedodržanie pokynov môže mať za následok poškodenie zariadenia.

#### KROK 1

- S pomocou ďalšej osoby vyberte zariadenie z obalu a položte ho na rovný povrch, potom vedľa rotopedu rozmiestnite potrebné diely.
- Pre identifikáciu dielov použitých pri montáži sa riadte schémami na obrázku.
- Nevyhadzujte obal, kým nie je montáž dokončená.

#### KROK 2

#### MONTÁŽ PREDNÉHO A ZADNÉHO STABILIZÁTORA

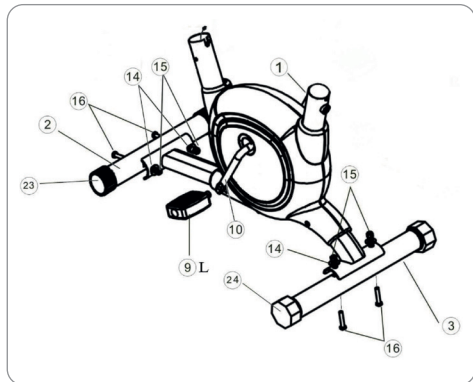
Pripevnite predný stabilizátor (2) a zadný stabilizátor (3) k hlavnému rámu (1) pomocou poistnej skrutky (16), oblúkovej podložky (14) a klobúkovej matice (15).

#### KROK 3

#### MONTÁŽ PRAVÉHO A ĽAVÉHO PEDÁLA

Pripevnite pravý a ľavý pedál (9 L/P) zodpovedajúcim spôsobom ku kľučke (10). Otáčajte pravým pedálom (9R) v smere hodinových ručičiek. Ľavý pedál (9L) otáčajte proti smeru hodinových ručičiek.

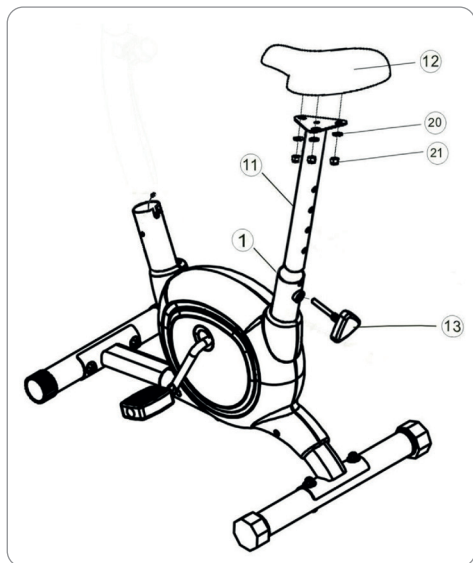
**POZNÁMKA:** Právý a ľavý pedál (9 L/P) sú označené písmenom „P“ pre pravý a „L“ pre ľavý pedál.



#### KROK 4 MONTÁŽ SEDLOVKY

Pripevnite sedlo (12) k sedlovke (11) pomocou plochej podložky (20) a nylonovej matice (21), vložte sedlovku (11) do hlavného rámu (1), utiahnite regulačným gombíkom (13).

**Pozor:** Pri nastavovaní výšky sedlovky nesmie byť ryska maximálnej hĺbky zasunutia vyššie ako okraj hlavnej rámovej rúrky.



#### KROK 5 MONTÁŽ STĽÍPIKA RIADIDIEL, RIADIDIEL A POČÍTAČA

Prepojte kábel snímača (17) z hlavného rámu (1) s prepojovacím káblom (18) zo stĺpika riadidiel (4).

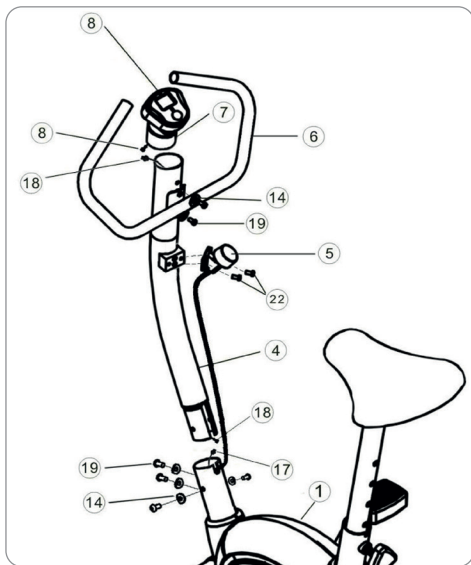
Vložte stĺpik riadidiel (4) do hlavného rámu (1) a upevnite ho pomocou imbusovej skrutky (19) a oblúčkovej podložky (14).

Pripevnite regulačné koliesko pre nastavenie odporu (5) k stĺpiku riadidiel (4) pomocou skrutky (22).

Pripevnite riadidlá (6) k stĺpiku riadidiel (4) pomocou imbusovej skrutky (19) a oblúčkovej podložky (14).

Cez stĺpik riadidiel (4) pripojte prepojovací kábel (18) ku káblu snímača počítača (8), potom pripojte držiak počítača (7) k stĺpiku riadidiel (4) a pripevnite počítač (8) k držiaku počítača (7).

**POZOR:** Ak počítač nefunguje správne, uistite sa, že sú všetky káble správne pripojené, najmä horný kábel k počítaču.





## PRENÁŠANIE A SKLADOVANIE ROTOPEDU

Pri zdvíhaní a prenášaní prístroja dbajte na zvýšenú opatrnosť.

Nikdy nevystavujte rotoped vlhkosti alebo dažďu. Rotoped nie je určený na vonkajšie použitie. Nepo-

užívajte ho v blízkosti bazéna alebo iného prostredia s vysokou vlhkosťou. Rotoped skladujte na čistom a suchom mieste.

## POKYNY PRE ÚDRŽBU

1. Pred každým použitím zariadenia skontrolujte, či sú všetky skrutky, matice a otočné gombíky utiahnuté a bezpečne zaistené.

2. Na čistenie zariadenia nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky. Na odstránenie nečistôt a prachu použite mäkkú, vlhkú handričku. Odstráňte stopy potu, pretože kyslá reakcia môže poškodiť sedlo. Počítač čistite iba suchou handričkou.

3. Ak je zariadenie poškodené, nemalo by sa používať. Nikdy neopravujte zariadenie sami. Opravy by mal vykonávať iba kvalifikovaný servisný technik.

4. Na čistenie **nepoužívajte papierové utierky - sú drsné a môžu poškodiť čistené povrchy.**









## ODSTRÁŇOVANIE PROBLÉMOV

PROBLÉM:	RIEŠENIE:
Displej nefunguje.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Odskrutkujte počítač a skontrolujte, či sú všetky káble správne pripojené.</li><li>2. Skontrolujte, či sú správne vložené batérie.</li><li>3. Batérie môžu byť vybité. Skúste použiť nové batérie.</li></ol>
Počas cvičenia je počuť vízganie alebo škripanie.	Skrutky môžu byť uvoľnené. Starostlivo skontrolujte všetky skrutky a v prípade potreby ich dotiahnite pomocou dodaných kľúčov.



**Výrobca nenesie zodpovednosť za nesprávne použitie rotopedu, a to najmä v prípade:**

- poškodenia výrobku v dôsledku nesprávnej údržby a nesprávnej montáže,
- mechanického poškodenia,
- opotrebenie dielov pri bežnom používaní,
- za opravy, ktoré neboli vykonané odborným servisom,
- nesprávne manipulácie alebo nesprávneho skladovania, vystavenie vode či vlhkosti.

	<p>Tento symbol znamená, že výrobok nesmie byť likvidovaný so zmiešaným odpadom ani do kontajnerov na triedený odpad, ale musí byť odovzdaný na miesta na to určené, aby bola zaistená ich ekologická recyklácia.</p> <p>Potenciálnym negatívnym účinkom na životné prostredie a ľudské zdravie, ktoré by mohli byť dôsledkom nesprávnej manipulácie s odpadom z použitých elektronických zariadení, možno predísť, ak je výrobok zlikvidovaný správnym spôsobom.</p>
	<p>Obal je recyklovateľný. Vhodný na triedenie.</p>
	<p>Balenie obsahuje návod na použitie, ktorý je nutné si pred použitím prečítať.</p>
	<p>Odhadzujte prosím odpadky do koša.</p>
	<p>Zaobchádzajte s výrobkom s opatrnosťou - chráňte pred pádom a upustením. Nehádzať!</p>
	<p>Krehké - s týmto výrobkom je nutné zaobchádzať opatrne.</p>
	<p>Chráňte pred vlhkosťou a mokrom.</p>
	<p>Nepoužívať zdvihák.</p>

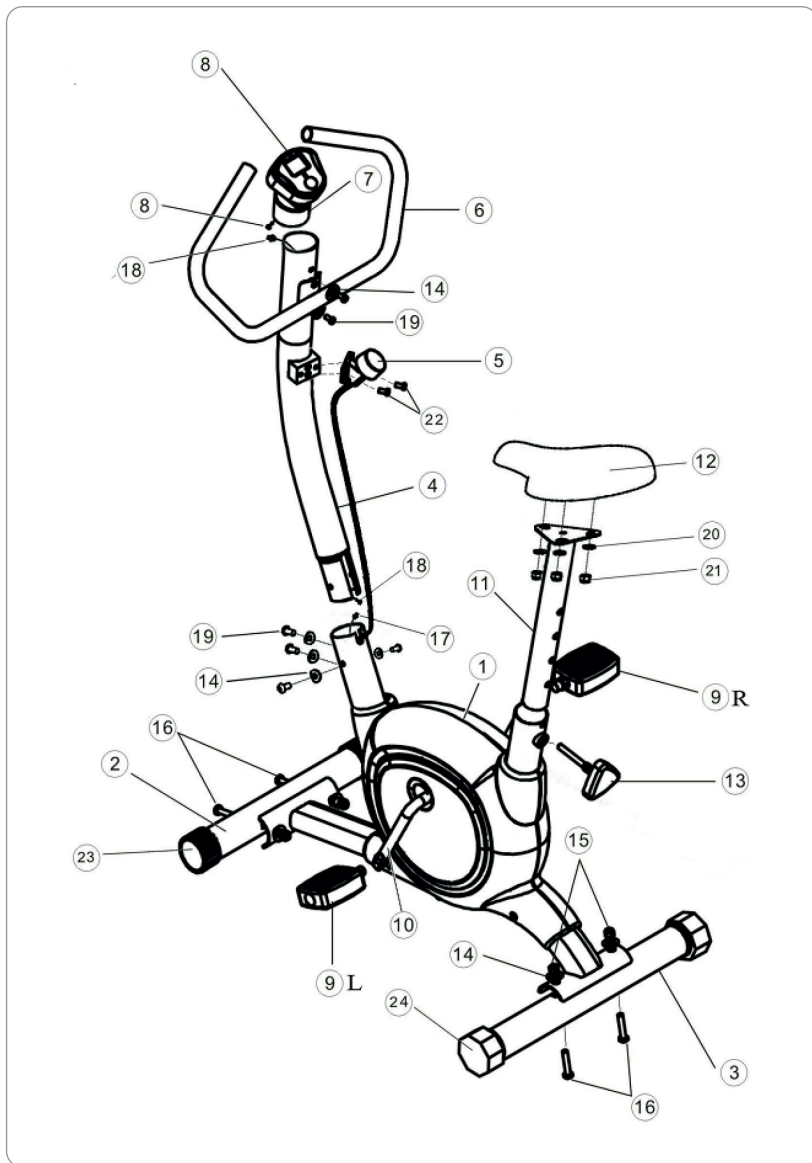
Návod na obsluhu si môžete stiahnuť aj z našich stránok [www.spokey.cz](http://www.spokey.cz)





**HINWEIS:** Konsultieren Sie Ihren Arzt oder eine andere medizinische Fachkraft, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen.

**WICHTIG:** Lesen Sie alle Empfehlungen sorgfältig durch, bevor Sie dieses Produkt verwenden. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung zum späteren Nachschlagen auf.



## LISTE DER TEILE

Vergewissern Sie sich vor dem Gebrauch, dass alle folgenden Teile in der Verpackung enthalten sind.

Nr.	BEZEICHNUNG	Stück	Nr.	BEZEICHNUNG	Stück
1.	Hauptrahmen	1	13.	Knopf	1
2.	Vorderer Stabilisator	1	14.	Bogenscheibe	10
3.	Hinterer Stabilisator	1	15.	Hutmutter	4
4.	Lenkersäule	1	16.	Kronenschraube	4
5..	Widerstandseinstellknopf	1	17.	Sensorkabel	1
6.	Lenker	1	18.	Verbindungskabel	1
7.	Computerhalter	1	19.	Inbusschraube	6
8.	Computer	1	20.	Unterlegscheibe D8	3
9.	Pedal	1L,1P	21.	Nylon-Mutter D8	3
10.	Kurbel	1	22.	Schraube M5 x 12	2
11.	Sattelstütze	1	23.	Kappe des vorderen Stabilisators	2
12.	Sattel	1	24.	Kappe des hinteren Stabilisators	2

## BEDIENUNGSANLEITUNG

### EINLEITUNG:

Vielen Dank, dass Sie unser Produkt gekauft haben. Um die Sicherheit und den korrekten Gebrauch zu gewährleisten, lesen Sie bitte die Einleitung vor der ersten Verwendung des Produkts und bewahren Sie sie auf, da sie wichtige Informationen enthält.

### WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN UND EMPFEHLUNGEN FÜR DIE VERWENDUNG:

Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung vor der Benutzung sorgfältig durch und befolgen Sie die darin enthaltenen Anweisungen bei der Benutzung des Produkts genau. Bitte bewahren Sie die Bedienungsanleitung auf, da sie wichtige Informationen enthält.

1. Eine sichere und effiziente Nutzung des Geräts kann nur dann gewährleistet werden, wenn es wie in der Anleitung beschrieben montiert, gewartet und benutzt wird.
2. Konsultieren Sie Ihren Arzt oder eine andere medizinische Fachkraft, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen. Sie können Ihnen dabei helfen, die Häufigkeit und Intensität des Trainings (Zielherzfrequenz) und den Zeitplan an Ihr Alter und Ihre körperliche Verfassung anzupassen.

**3. ACHTUNG!** Wenn Sie während des Trainings Schmerzen oder ein Engegefühl in der Brust, einen unregelmäßigen Herzschlag, Kurzatmigkeit, Schwächegefühl oder Unwohlsein verspüren, **STELLEN SIE SOFORT DAS TRAINING EIN!** Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie weitermachen.

4. Dieses Gerät ist nicht für Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkter körperlicher Leistungsfähigkeit, körperlichen oder geistigen Behinderungen oder für Personen bestimmt, die keine Erfahrung mit dem Training auf ähnlichen Geräten haben oder die unzureichend informiert sind und die Bedienungsanleitung des Laufbands nicht gelesen haben. Diese Personen dürfen nur unter enger Aufsicht einer befugten Person, die unmittelbar für ihre Sicherheit verantwortlich ist, auf dem Gerät trainieren. Kinder dürfen unter keinen Umständen mit dem Gerät spielen.

5. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern, wenn Sie trainieren. Dieses Gerät ist nur für Erwachsene bestimmt.

6. Stellen Sie das Gerät auf einen festen, ebenen Untergrund und verwenden Sie eine spezielle Schutzmatte für diesen Gerätetyp. Die Matte bietet zusätzlichen Schutz für den Boden und die Stabi-

lität des Heimtrainers.

7. Aus Sicherheitsgründen sollte um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 2 Metern vorhanden sein.

8. Lassen Sie keine Gegenstände in die Öffnungen des Geräts fallen.

9. Berühren Sie keine beweglichen Teile des Geräts.

10. Verwenden Sie das Gerät immer gemäß den Anweisungen. Wenn Sie bei der Montage oder Inspektion des Geräts fehlerhafte Komponenten feststellen oder wenn Sie während des Gebrauchs ungewöhnliche Geräusche hören, unterbrechen Sie das Training und wenden Sie sich an Ihren Händler. Benutzen Sie das Gerät nicht, bis das Problem behoben ist!

11. Prüfen Sie, ob die Schrauben und Muttern fest angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen. Einige Teile wie Pedale usw. können sich leicht lösen. Eine regelmäßige Überprüfung des Geräts erhöht die Sicherheit bei der Benutzung.

12. Tragen Sie beim Training geeignete Kleidung und Schuhe. Tragen Sie keine langen, weiten Kleidungsstücke, die sich im Gerät verfangen könnten. Denken Sie daran, die Riemen an den Pedalen einzustellen.

13. Legen Sie zu Beginn ein langsames Tempo vor. Halten Sie sich während der Übung an den Griffen fest und steigen Sie nicht aus dem Sattel.

14. Trainieren Sie nicht unmittelbar nach dem Essen.

15. Reparaturen sollten von einem qualifizierten Servicetechniker durchgeführt werden.



#### ACHTUNG:

Wenn die Empfehlungen in dieser Bedienungsanleitung nicht befolgt werden, können wir nicht für Probleme oder Verletzungen verantwortlich gemacht werden.

## TECHNISCHE DATEN

Größe	72 x 46,5 x 113 cm	Anzahl der Stufen der Widerstandseinstellung	8, Manuelle Einstellung
Batterie	2xAAA		
Nettogewicht	10 kg	Max. Gewicht bei Verwendung	100 kg
Anzeige	ZEIT, GESCHWINDIGKEIT, DISTANZ UND KALORIEN		

## MONTAGEANLEITUNG



#### ACHTUNG:

Befolgen Sie die nachstehenden Montageanweisungen, um den Heimtrainer zusammenzubauen. Die Nichtbeachtung der Anweisungen kann zu Schäden am Gerät führen.

#### SCHRITT 1

- Nehmen Sie das Gerät mit Hilfe einer anderen Person aus der Verpackung und legen Sie es auf eine ebene Fläche, dann legen Sie die notwendigen Teile neben den Heimtrainer.
- Zur Identifizierung der Teile, die bei der Montage verwendet werden, sehen Sie sich die Zeichnungen in der Abbildung an.
- Entsorgen Sie die Verpackung erst nach erfolgter Montage.

#### SCHRITT 2

#### MONTAGE DES VORDEREN UND HINTEREN STABILISATORS

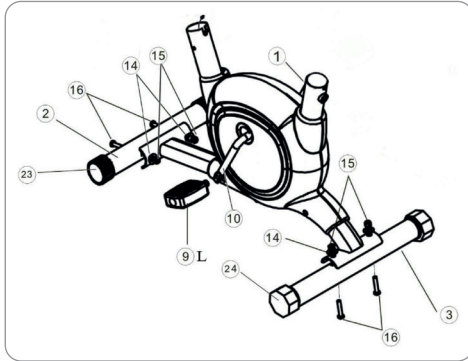
Befestigen Sie den vorderen Stabilisator (2) und den hinteren Stabilisator (3) mit der Kronenschraube (16), der Bogenscheibe (14) und der Hutmutter (15) am Hauptrahmen (1).

#### SCHRITT 3

#### MONTAGE DER RECHTEN UND LINKEN PEDALE

Befestigen Sie das rechte und linke Pedal (9 L/P) in geeigneter Weise an der Kurbel (10). Drehen Sie das rechte Pedal (9R) im Uhrzeigersinn. Drehen Sie das linke Pedal (9L) gegen den Uhrzeigersinn.

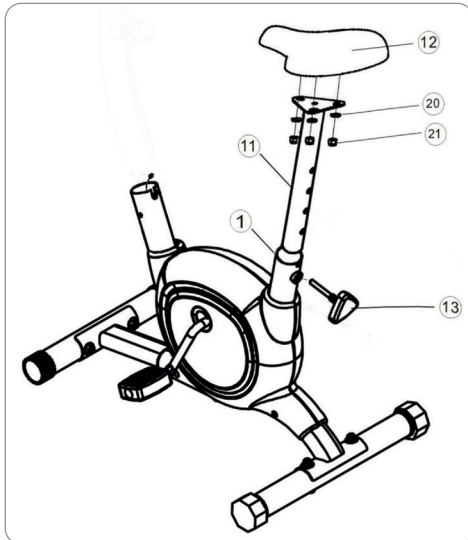
**HINWEIS:** Das rechte und das linke Pedal (9 L/P) sind mit einem „P“ für das rechte und einem „L“ für das linke Pedal gekennzeichnet.



#### SCHRITT 4 MONTAGE DER SATTELSTÜTZE

Befestigen Sie die Sattelstütze (12) mit einer Unterscheibe (20) und einer Nylonmutter (21), setzen Sie die Sattelstütze (11) in den Haupttrahmen (1) ein und ziehen Sie sie mit dem Drehknopf (13) fest.

**Hinweis:** Beim Einstellen der Höhe der Sattelstütze darf die Linie der Markierung für die maximale Einstecktiefe nicht höher sein als die Kante des Haupttrahmenrohrs.



#### SCHRITT 5 MONTAGE VON LENKSÄULE, LENKRAD UND COMPUTER

Verbinden Sie das Sensorkabel (17) vom Haupttrahmen (1) mit dem Verbindungskabel (18) von der Lenkersäule (4).

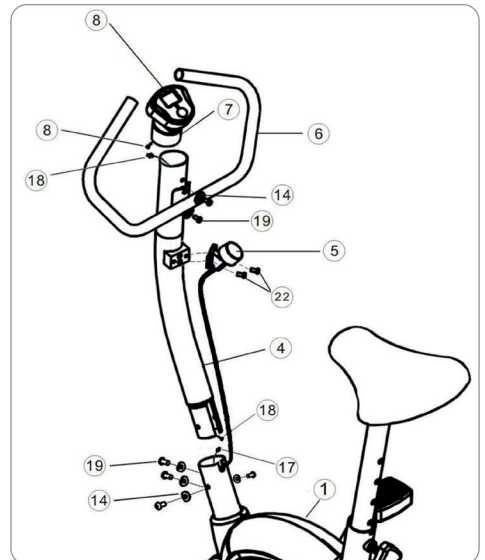
Setzen Sie die Lenkersäule (4) in den Haupttrahmen (1) ein und befestigen Sie sie mit der Inbusschraube (19) und der Bogenscheibe (14).

Befestigen Sie den Widerstandseinstellknopf (5) mit der Schraube (22) an der Lenkersäule (4).

Befestigen Sie den Lenker (6) mit einer Inbusschraube (19) und einer Bogenscheibe (14) an der Lenkersäule (4).

Schließen Sie das Verbindungskabel (18) durch die Lenkersäule (4) an das Sensorkabel des Computers (8) an, verbinden Sie dann den Computerhalter (7) mit der Lenkersäule (4) und befestigen Sie den Computer (8) am Computerhalter (7).

**HINWEIS:** Wenn das Messgerät nicht richtig funktioniert, vergewissern Sie sich, dass alle Kabel gut angeschlossen sind, insbesondere das obere Kabel zum Messgerät.



## BEWEGEN UND LAGERUNG DES HEIMTRAINERS

Beim Anheben und Bewegen des Geräts ist besondere Vorsicht geboten.

Setzen Sie den Heimtrainer niemals Feuchtigkeit oder Regen aus. Der Heimtrainer ist nicht für den Gebrauch

im Freien bestimmt. Benutzen Sie ihn nicht in der Nähe eines Schwimmbads oder einer anderen Umgebung mit hoher Luftfeuchtigkeit. Lagern Sie den Heimtrainer an einem sauberen und trockenen Ort.

## WARTUNGSHINWEISE

1. Vergewissern Sie sich vor jeder Benutzung des Geräts, dass alle Schrauben, Muttern und Knöpfe fest angezogen und sicher befestigt sind.

2. Verwenden Sie zur Reinigung des Geräts keine aggressiven Reinigungsmittel. Verwenden Sie ein weiches, feuchtes Tuch, um Schmutz und Staub zu entfernen. Entfernen Sie Spuren von Schweiß, da die säurehaltige Reaktion den Sattel beschädigen kann. Reinigen Sie das Messgerät nur mit einem trockenen Tuch.

3. Wenn das Gerät beschädigt ist, darf es nicht verwendet werden. Reparieren Sie das Gerät niemals selbst. Reparaturen sollten von einem qualifizierten Servicetechniker durchgeführt werden.

4. **Verwenden Sie zur Reinigung keine Papiertücher - sie sind rau und können die zu reinigenden Oberflächen beschädigen.**









## PROBLEMLÖSUNG

DAS PROBLEM:	LÖSUNG:
Das Display funktioniert nicht.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Schrauben Sie das Messgerät ab und prüfen Sie, ob alle Leitungen richtig angeschlossen sind.</li><li>2. Prüfen Sie, ob die Batterien richtig eingelegt sind.</li><li>3. Die Batterien sind möglicherweise verbraucht. Versuchen Sie neue Batterien einzulegen.</li></ol>
Bei der Durchführung der Übung ist ein Quietschen oder Knarren zu hören.	Die Schrauben können locker sein. Prüfen Sie alle Schrauben sorgfältig und ziehen Sie sie ggf. mit den mitgelieferten Schraubenschlüsseln fest.



**Der Hersteller haftet nicht für unsachgemäßen Gebrauch des Heimtrainers, insbesondere nicht für:**

- Schäden am Produkt infolge unsachgemäßer Wartung und Montage,
- mechanische Beschädigungen,
- Verschleiß von Teilen bei normalem Gebrauch,
- Reparaturen, die nicht von einem professionellen Service durchgeführt werden,
- unsachgemäße Bedienung oder unsachgemäße Lagerung, Aussetzung an Wasser.

	<p>Dieses Symbol weist darauf hin, dass das Produkt nicht zusammen mit anderem Hausmüll entsorgt werden darf. Nach polnischem Recht ist es unter Androhung einer Geldstrafe verboten, gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte mit anderem Abfall zusammenzuwerfen. Mögliche negative Folgen für die Umwelt und die menschliche Gesundheit, die sich aus dem unsachgemäßen Umgang mit dem Abfall gebrauchter elektronischer Geräte ergeben könnten, können vermieden werden, wenn das Produkt ordnungsgemäß entsorgt wird.</p>
	<p>Die Verpackung kann recycelt werden. Geeignet für Mülltrennung.</p>
	<p>Die Verpackung enthält eine Bedienungsanleitung, die vor dem Gebrauch gelesen werden sollte.</p>
	<p>Dieses Symbol bedeutet, dass die verbrauchte Verpackung entsorgt werden muss.</p>
	<p>Dieses Symbol bedeutet, dass das Paket vor dem Sturz besonders geschützt werden soll.</p>
	<p>Dieses Symbol bedeutet, dass das Paket zerbrechliche bzw. empfindliche Gegenstände enthält.</p>
	<p>Dieses Symbol bedeutet, dass die Verpackung vor Feuchtigkeit geschützt werden soll.</p>
	<p>Aufzug nicht benutzen.</p>

Die Bedienungsanleitung kann unter [www.spokey.pl](http://www.spokey.pl) heruntergeladen werden

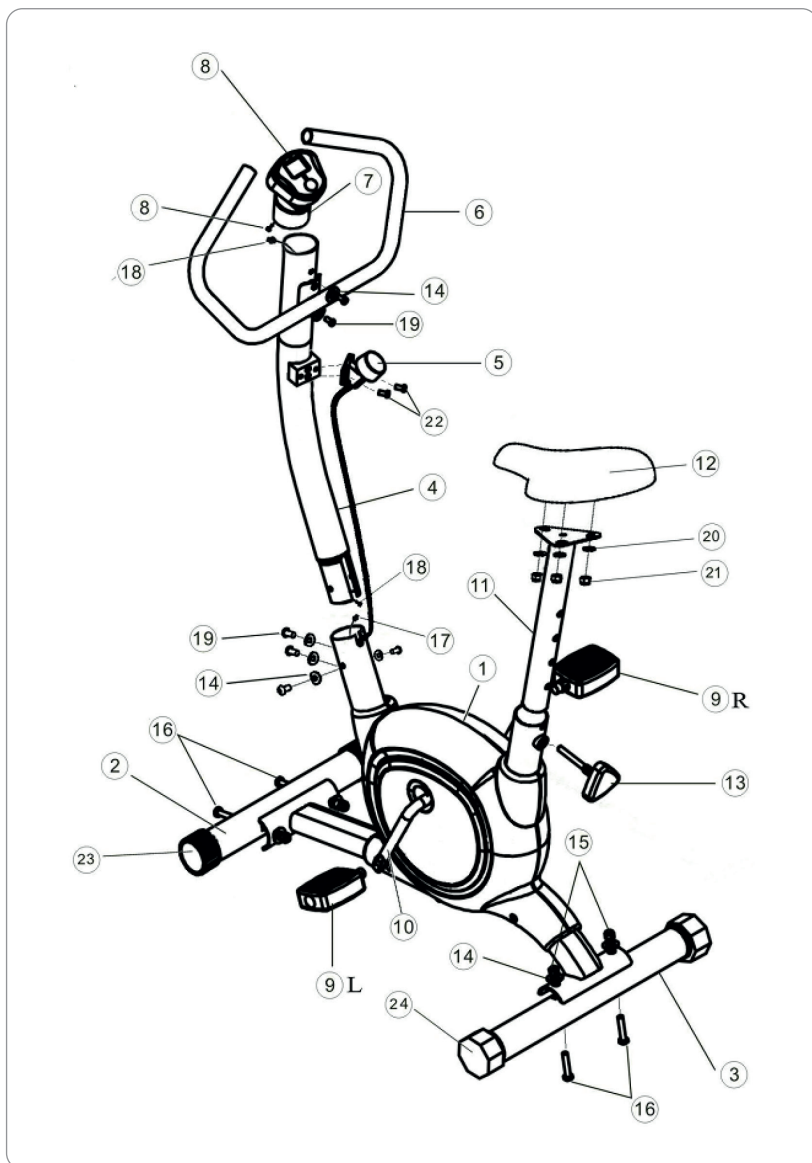






**DĖMESIO:** Prieš pradėdami bet kokią treniruočių programą, pasitarkite su savo gydytoju ar kitu sveikatos priežiūros specialistu.

**SVARBU:** Prieš naudojant šį produktą, atidžiai perskaitykite visas rekomendacijas. Saugokite šias naudojimo instrukcijas ateities naudojimui.



## DALIŲ SĄRAŠAS

Prieš pradėdami naudoti, patikrinkite, ar pakuotėje yra visi nurodyti elementai.

Nr.	PAVADINIMAS	vnt.	Nr.	PAVADINIMAS	vnt.
1.	Pagrindinė rėmo dalis	1	13.	Rankenėlė	1
2.	Priekinis stabilizatorius	1	14.	Lankstus tarpiklis	10
3.	Galinis stabilizatorius	1	15.	Dangtelio veržlė	4
4.	Vairo stulpas	1	16.	Užrakinimo varžtas	4
5..	Pasipriešinimo reguliavimo rankenėlė	1	17.	Jutiklio laidas	1
6.	Vairas	1	18.	Jungiamasis laidas	1
7.	Kompiuterio laikiklis	1	19.	Imbuso varžtas	6
8.	Kompiuteris	1	20.	Plokščias tarpiklis D8	3
9.	Pedalas	1L,1P	21.	Nailono veržlė D8	3
10.	Žvaigždė	1	22.	Varžtas M5 x 12	2
11.	Balnelio vamzdis	1	23.	Priekinio stabilizatoriaus kamštelis	2
12.	Balnelis	1	24.	Galinio stabilizatoriaus kamštelis	2

## NAUDOJIMO INSTRUKCIJA

### ĮVADAS:

Dėkojame, kad įsigijote mūsų produktą. Siekiant užtikrinti saugumą ir tinkamą naudojimą, prieš pirmąjį produkto naudojimą atidžiai perskaitykite instrukcijas ir jas išsaugokite, nes jose yra svarbių informacijų.

### SVARBIOS ATSARGUMO PRIEMONĖS IR NAUDOJIMO REKOMENDACIJOS:

Būtina atidžiai perskaityti naudojimo instrukcijas prieš pradėdami naudoti ir griežtai laikytis jose pateiktų nurodymų naudojant produktą. Prašome išsaugoti naudojimo instrukcijas, nes jose pateikta svarbi informacija.

1. Saugus ir efektyvus įrenginio naudojimas užtikrinamas tik tada, kai jis yra surinktas, prižiūrimas ir naudojamas tinkamai, kaip aprašyta instrukcijoje.

2. Prieš pradėdami bet kokią treniruočių programą, pasitarkite su savo gydytoju ar kitu sveikatos priežiūros specialistu. Jis gali padėti pritaikyti treniruočių dažnumą ir intensyvumą (tikslinė širdies plakimo dažnis) ir trukmę, atsižvelgiant į jūsų amžių ir fizinę būklę.

3. **DĖMESIO!** Jei jaučiate skausmą ar spaudimą krūtinėje, nereguliarų širdies plakimą, dusulį, silpnu-

mą ar diskomfortą treniruočių metu, **NEDVĖSDAMI NUTRAUKITE TRENIRUOTE!** Prieš tęsdami pasitarkite su gydytoju.

4. Šis įrenginys nėra skirtas asmenims (įskaitant vaikus), kurių fizinė veikla yra ribota, turintiems fizinę ar protinę negalią, ar asmenims, neturintiems patirties naudojantis panašiais treniruokliais ar nepažįstantiems naudojimo instrukcijų. Tokios asmenys gali naudotis įrenginiu tik griežtai atsakingo asmens priežiūra, kuris tiesiogiai atsakingas už jų saugumą. Vaikams draudžiama žaisti su įrenginiu.

5. Treniruočių metu laikykite vaikus ir gyvūnus toli nuo įrangos. Šis įrenginys skirtas tik suaugusiems.

6. Įrangą pastatykite ant tvirto, lygaus paviršiaus, naudodami specialią apsauginę kilimėlį. Kilimėlis suteikia papildomą apsaugą grindims ir stabilumą treniruokliui.

7. Dėl saugumo įranga turėtų būti apsupta bent 2 metrų laisvos erdvės.

8. Neįmeskite jokių daiktų į įrenginio angas.

9. Nelieskite judančių įrenginio dalių.

10. Visada naudokite įrangą pagal nurodymus. Jei montavimo ar įrangos patikrinimo metu pastebėsite bet kokius brokuotus elementus ar girdėsite neįprastą triukšmą naudojant įrenginį, nedelsda-

mi nutraukite pratimus ir susisiekite su pardavėju. Nenaudokite įrangos, kol problema neišspręsta!

11. Prieš naudojantis įrenginiu patikrinkite, ar varžlės ir varžtai gerai priveržti. Kai kurios dalys, tokios kaip pedalai ir kt., gali lengvai atsipalaiduoti. Reguliarus įrangos tikrinimas padidins saugumą naudojant.

12. Sportuodami dėvėkite tinkamus drabužius ir avalynę. Nedėvėkite ilgų, laisvų drabužių, kurie gali įstrigti prietaise. Nepamirškite sureguliuoti pedalo dirželių.

13. Pradėkite nuo lėto tempo. Treniruočių metu laiky-

kitės už rankenų ir nelipti nuo balnelio.

14. Nevarykite treniruotės iškart po valgio.

15. Remontą turėtų atlikti kvalifikuotas serviso darbuotojas.



#### DĖMESIO:

Jei šioje instrukcijoje pateiktų nurodymų nebus laikomasi, mes neprisiimame atsakomybės už jokiais problemas ar sužalojimus.

## TECHNINĖ SPECIFIKACIJA

Matmenys	72 x 46,5 x 113 cm	Atsparumo reguliavimo lygių skaičius	8, rankinis reguliavimas
Baterijos	2xAAA		
Neto svoris	10 kg	Maks. naudotojo svoris	100 kg
Ekranas	LAIKAS, GREITIS, ATSTUMAS IR KALORIJS		

## SURINKIMO INSTRUKCIJA



#### DĖMESIO:

Surinkdami treniruočių dviratį, vadovaukitės žemiau pateiktomis montavimo instrukcijomis. Nurodymų nesilaikymas gali sukelti įrenginio pažeidimą.

#### ŽINGSNIS 1

- Ištraukite įrenginį iš pakuotės su kitu asmeniu ir padėkite jį ant lygaus paviršiaus, o šalia susidėkite reikalingas dalis.
- Norėdami identifikuoti montavime naudojamas dalis, susipažinkite su piešiniais paveikslėlyje.
- Nepametę pakuotės iki montavimo pabaigos.

#### ŽINGSNIS 2

##### PRIEKINIO IR GALINIO STABILIZATORIŲ MONTAVIMAS

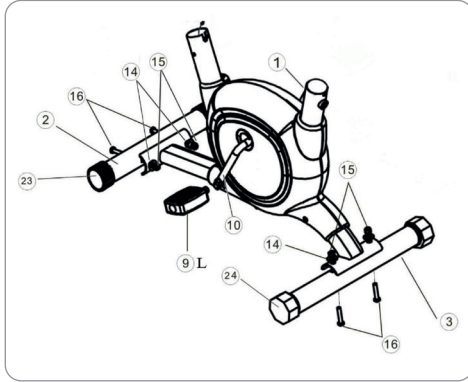
Pritvirtinkite priekinį stabilizatorių (2) ir galinį stabilizatorių (3) prie pagrindinio rėmo (1) naudodami užrakinimo varžtą (16), lankstų tarpiklį (14) ir dangtelio varžlę (15).

#### ŽINGSNIS 3

##### DEŠINIOJO IR KAIRIOJO PEDALO MONTAVIMAS

Tinkamai pritvirtinkite dešinįjį ir kairįjį pedlą (9 L/P) prie žvaigždės (10). Dešinį pedlą (9R) sukirkite pagal laikrodžio rodyklę. Kairį pedlą (9L) sukirkite prieš laikrodžio rodyklų judėjimo kryptį.

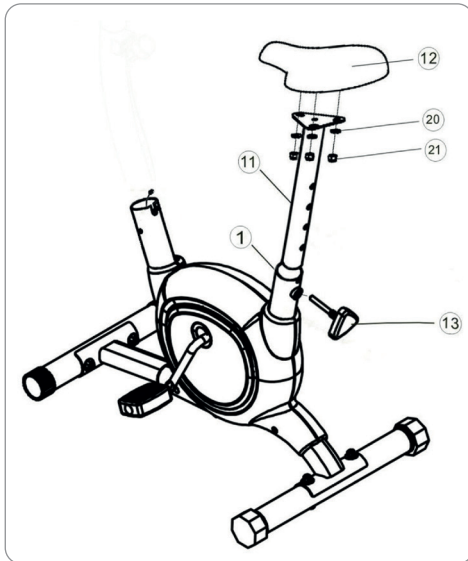
**DĖMESIO:** Dešinysis ir kairysis pedalai (9 L/P) pažymėti raidėmis „P“ dešiniam ir „L“ kairiam.



#### ŽINGSNIS 4 BALNELIO VAMZDŽIO MONTAVIMAS

Pritvirtinkite balnelį (12) prie vamzdžio (11) naudojant plokščią tarpiklį (20) ir nailono veržlę (21), įstatykite vamzdį (11) į pagrindinį rėmą (1) ir priveržkite rankenėle (13).

**Dėmesio:** Reguluojant balnelio vamzdžio aukštį, maksimalaus įterpimo žymėjimo linija neturi būti aukščiau pagrindinio rėmo vamzdžio krašto.



#### ŽINGSNIS 5 VAIRO STULPO, VAIRO IR KOMPIUTERIO MONTAVIMAS

Prijunkite jutiklio laidą (17) iš pagrindinio rėmo (1) prie jungiamojo laido (18) iš vairo stulpo (4).

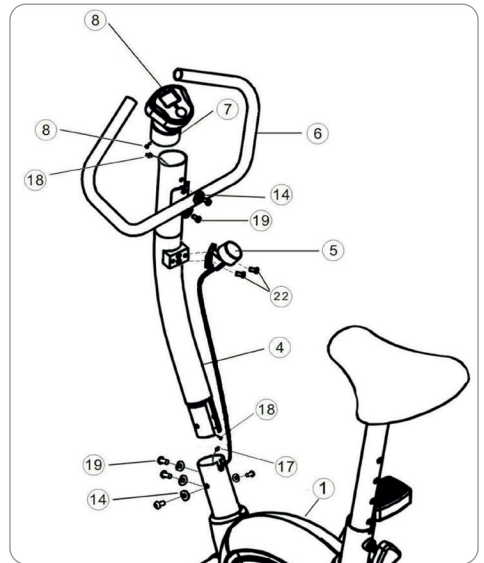
Įdėkite vairo stulpą (4) į pagrindinį rėmą (1) ir pritvirtinkite, naudodami imbuso varžtą (19) ir lankstų tarpiklį (14).

Pritvirtinkite pasipriešinimo reguliavimo rankenėlę (5) prie vairo stulpo (4) naudodami varžtą (22).

Pritvirtinkite vairą (6) prie vairo stulpo (4) naudodami imbuso varžtą (19) ir lankstų tarpiklį (14).

Per vairo stulpą (4) prijunkite jungiamąjį laidą (18) prie kompiuterio jutiklio laido (8), tada prijunkite kompiuterio laikiklį (7) prie vairo stulpo (4) ir pritvirtinkite kompiuterį (8) prie kompiuterio laikiklio (7).

**DĖMESIO:** Jei skaitiklis neveikia tinkamai, įsitikinkite, kad visi laidai yra tinkamai sujungti, ypač viršutinis laidas su skaitikliu.



## DVIRAČIO PERNEŠIMAS IR LAIKYMAS

Būkite itin atsargūs keliant ir pernešant įrenginį. Niekada nenaudokite dviračio drėgnoje ar lietingoje aplinkoje. Dviratis nėra skirtas naudojimui lauke. Jo neturėtų būti naudojama šalia baseino ar kitose

didelės oro drėgmės vietose. Dviratį reikėtų laikyti švarioje ir sausoje vietoje.

## PRIEŽIŪROS PATARIMAI

1. Prieš kiekvieną naudojimą įsitikinkite, kad visi varžtai, veržlės ir rankenėlės yra gerai priveržti ir tvirtai pritvirtinti.

2. Valant įrenginį nenaudokite agresyvių valymo priemonių. Naudokite minkštą, drėgną šluostę norėdami pašalinti purvą ir dulkes. Nuvalykite prakaito dėmes, nes rūgštinė reakcija gali sugadinti balnelį. Skaitiklį valykite tik sausa šluoste.

3. Jei įrenginys sugadintas, jo nenaudokite. Niekomet nereikėtų remontuoti įrenginio savarankiškai. Remontą turėtų atlikti kvalifikuotas serviso darbuotojas.

4. Valant nenaudokite popierinių rankšluosčių - **jos yra šiurkščios ir gali pažeisti valomas paviršius.**









## GEDIMŲ ŠALINIMAS

PROBLEMA:	SPRENDIMAS:
Ekranas neveikia.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Atsukite skaitiklį ir patikrinkite, ar visi laidai tinkamai prijungti.</li><li>2. Patikrinkite, ar baterijos įdėtos teisingai.</li><li>3. Baterijos gali būti išsekusios. Pabandykite naudoti naujas baterijas.</li></ol>
Treniruočių metu girdimas cypimas ar girgždėjimas.	Varžtai gali būti atsipalaidavę. Tikrinkite visus varžtus ir, jei reikia, priveržkite juos pridėdama raktelius.



### Gamintojas neprisima atsakomybės už dviračio netinkamą naudojimą, ypač:

- produkto pažeidimą dėl netinkamos priežiūros ar netinkamo surinkimo,
- mechaninius pažeidimus,
- dalių dėvėjimą normalaus naudojimo metu,
- remontus, kuriuos neatliko profesionalus servisas,
- netinkamą valdymą ar netinkamą laikymą, veikimą vandens.

	<p>Šis simbolis reiškia, kad produkto negalima išmesti kartu su kitomis namų ūkio atliekomis. Lenkijos įstatymai draudžia baudžiamojo poveikio grėsmės pagrindu sujungti panaudotą elektros ir elektronikos įrangą su kitomis atliekomis.</p> <p>Galima išvengti galimai neigiamų pasekmių aplinkai ir žmonių sveikatai, kurios gali kilti dėl netinkamo elgesio su atliekomis, susidariusiomis iš panaudotos elektroninės įrangos, jei produktas bus tinkamai utilizuotas.</p>
	<p>Pakuotė tinkama perdirbimui. Tinka atskirti.</p>
	<p>Pakuotėje yra naudojimo instrukcija, su kuria būtina susipažinti prieš pradėdant naudoti</p>
	<p>Simbolis reiškia, kad reikia atsiminti išmesti naudotą pakuotę į šiukšles.</p>
	<p>Simbolis reiškia, kad siuntinys turi būti ypač apsaugotas nuo kritimo.</p>
	<p>Simbolis reiškia, kad siuntinyje yra trapūs arba švelnūs elementai.</p>
	<p>Simbolis reiškia, kad reikia apsaugoti pakuotę nuo drėgmės.</p>
	<p>Nenaudokite kraną.</p>

Instrukcijas galima atsisiųsti iš svetainės  
[www.spokey.pl](http://www.spokey.pl)

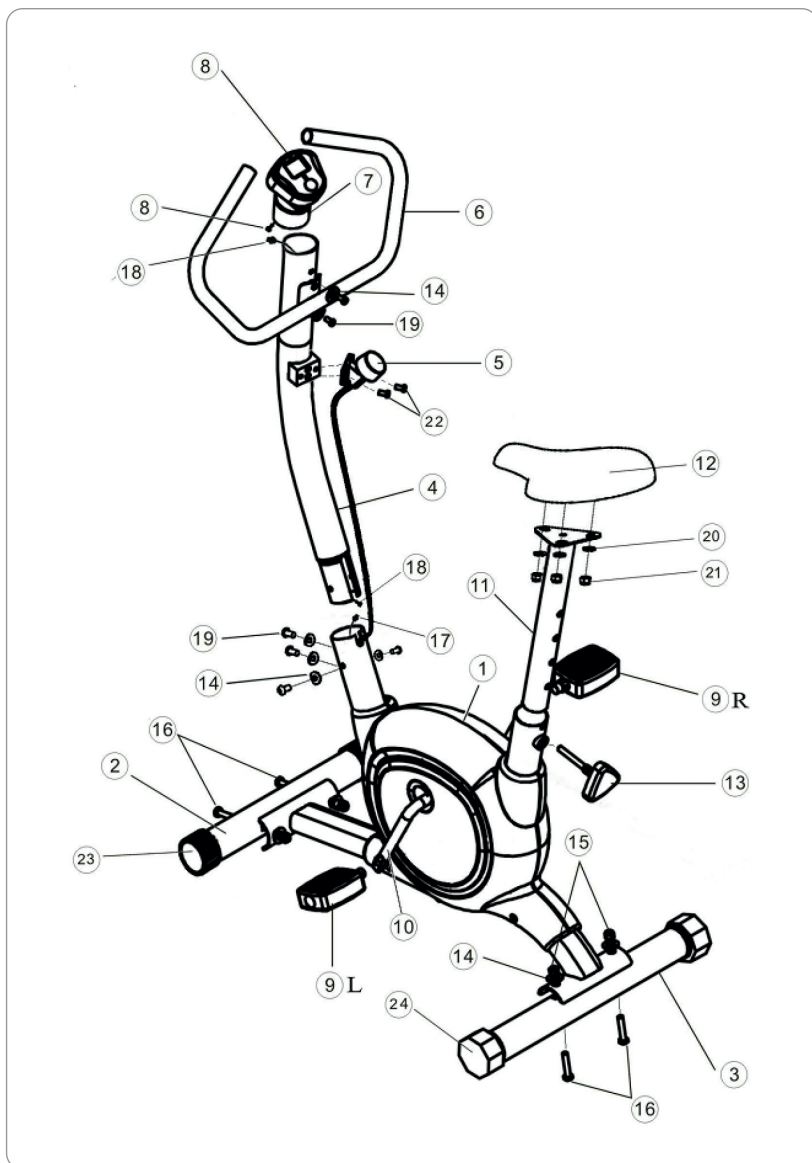


## INSTRUKCIJA TULKOTA NO ORIGINĀLA



**UZMANĪBU:** Pirms jebkādu vingrojumu programmas uzsākšanas konsultējieties ar savu ārstu vai citu veselības aprūpes speciālistu.

**SVARĪGI:** Pirms šī produkta lietošanas rūpīgi izlasiet visas instrukcijas. Saglabājiet šo lietošanas instrukciju nākotnes vajadzībām.



## SARAKSTS AR DAĻĀM

Pirms lietošanas uzsākšanas pārbaudiet, vai visi uzskaitītie elementi atrodas iepakojumā.

Nr.	NOSAUKUMS	gab.	Nr.	NOSAUKUMS	gab.
1.	Galvenais rāmis	1	13.	Rokturis	1
2.	Priekšējais stabilizators	1	14.	Lokveida starpliķa	10
3.	Aizmugurējais stabilizators	1	15.	Vāciņskrūve	4
4.	Stūres stabs	1	16.	Bloķējošā skrūve	4
5..	Pretestības regulēšanas rokturis	1	17.	Sensora vads	1
6.	Stūre	1	18.	Savienojošais vads	1
7.	Datora turētājs	1	19.	Seštūra skrūve	6
8.	Dators	1	20.	Plakana starpliķa D8	3
9.	Pedālis	1L,1P	21.	Nailona uzgrieznis D8	3
10.	Kloķvārpsta	1	22.	Skrūve M5 x 12	2
11.	Sēdekļa staba	1	23.	Priekšējā stabilizatora aizbāznis	2
12.	Sēdeklis	1	24.	Aizmugurējā stabilizatora aizbāznis	2

## LIETOŠANAS INSTRUKCIJA

### IEVADS:

Dēkojame, kad īsgijote mūsu produktu. Siekiant uztikrinti saugumā ir tinkamā naudojimā, prieš pirmajū produkto naudojimā atidžiai perskaitykite instrukcijas ir jas īssaugokite, nes juse yra svarbiū informacijū.

### SVARĪGI DROŠĪBAS PASĀKUMI UN LIETOŠANAS IETEIKUMI:

Pirms lietošanas uzsākšanas rūpīgi izlasiet lietošanas instrukciju un stingri ievērojiet tajā sniegtos norādījumus produkta lietošanas laikā. Lūdzu, saglabājiet lietošanas instrukciju, jo tajā ir svarīga informācija.

1. Drošu un efektīvu ierīces izmantošanu var nodrošināt tikai tad, ja tā ir pareizi montēta, apkopta un lietota atbilstoši instrukcijā aprakstītajam veidam.

2. Pirms jebkādu vingrojumu programmas uzsākšanas konsultējieties ar savu ārstu vai citu veselības aprūpes speciālistu. Tas var palīdzēt pielāgot vingrojumu biežumu un intensitāti (mērķa pulss) un laiku, kas atbilstošs jūsu vecumam un fiziskajai kondīcijai.

**3. UZMANĪBU!** Ja jūtat sāpes vai spiedienu krūtīs, neregulāru sirdsdarbību, elpas trūkumu, vājumu vai diskomfortu vingrojot, **NEKAVĒJOTIES PĀRTRAUCIET TREĒĒĒNU!** Pirms treniņu turpināšanas

konsultējieties ar ārstu.

4. Šī ierīce nav paredzēta personām (ieskaitot bērnus), kuru fiziskā spēja ir samazināta, kuriem ir fiziska vai garīga invaliditāte, vai personām, kas nav pieredzējušas vingrošanā ar līdzīgām ierīcēm vai nav iepazinušas ar lietošanas instrukciju. Šīs personas var vingrot ar ierīci tikai stingrā autorizētas personas uzraudzībā, kas tieši atbild par viņu drošību. Bērniem nekad nedrīkst atļaut spēlēt ar ierīci.

5. Vingrojot, turiet bērnus un dzīvniekus prom no aprikojuma. Šī ierīce ir paredzēta tikai pieaugušajiem.

6. Ierīci uzstādiēt uz cieta, līdzena pamata, izmantojot speciālu aizsargmatu šāda veida ierīcēm. Mata nodrošina papildu aizsardzību grīdai un ierīces stabilitāti.

7. Drošības apsvērumu dēļ ap ierīci jābūt vismaz 2 metru brīvai telpai.

8. Nelieciet nekādus priekšmetus ierīces atverēs.

9. Neaiztiekiēt kustīgās ierīces daļas.

10. Vienmēr izmantojiet ierīci saskaņā ar norādījumiem. Ja montāžas laikā vai pārbaudes laikā atrodāt kādu bojātu daļu vai dzirdat neparastu troksni, izmantojot ierīci, pārtrauciet vingrošanu un sazinieties ar pārdevēju. Nelietojiet ierīci, kamēr problēma nav atrisināta!



11. Pirms ierīces lietošanas pārbaudiet, vai uzgriežņi un skrūves ir cieši pievilkti. Dažas daļas, piemēram, pedāļi utt., var viegli atbrīvoties. Regulāra aprikojuma pārbaude palielinās drošību.
12. Vingrojot, nēsājiet atbilstošu apģērbu un apavus. Nevelciet garu, vaļēju apģērbu, kas var iesprūst ierīcē. Neaizmirstiet piestiprināt siksnas pie pedāļiem.
13. Sākumā jāuzstāda lēns temps. Vingrojot, turieties pie rokturiem un nepametiet sēdekli.

14. Nevingrojiet uzreiz pēc ēšanas.
15. Remontus jāveic kvalificētam servisa darbiniekam.



#### UZMANĪBU:

Ja šīs instrukcijas netiks ievērotas, mēs neuzņemamies atbildību par jebkādam problēmām vai traumām.

## TECHNINĒ SPECIFIKACIJA

Izmērs	72 x 46,5 x 113 cm	Iestatījumu skaits	8, manuāla regulēšana
Baterijas	2xAAA		
Neto svars	10 kg	Maks. lietotāja svars	100 kg
Displejs	LAIKS, ĀTRUMS, ATTĀLUMS UN KALORIJAS		

## MONTĀŽAS INSTRUKCIJA



#### UZMANĪBU:

Lai montētu treniņa velosipēdu, rīkojieties saskaņā ar šīm montāžas instrukcijām. Instrukciju neievērošana var izraisīt ierīces bojājumu.

#### SOLIS 1

- Izņemiet ierīci no iepakojuma ar otra personas palīdzību un novietojiet to uz līdzenas virsmas, blakus novietojot nepieciešamās daļas.
- Lai identificētu montāžā izmantotās daļas, iepazīstieties ar zīmējumiem attēlā.
- Neizmetiet iepakojumu līdz montāžas beigām.

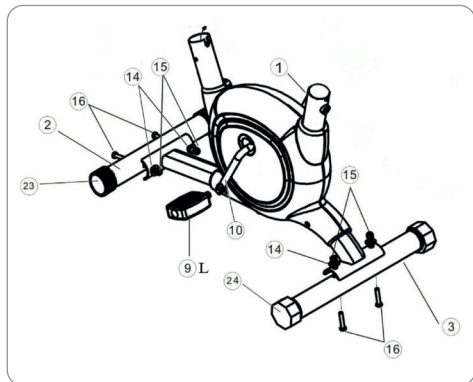
#### SOLIS 2 PRIEKŠĒJĀ UN AIZMUGURĒJĀ STABILIZATORA MONTĀŽA

Pievienojiet priekšējo stabilizatoru (2) un aizmugurējo stabilizatoru (3) pie galvenā rāmja (1), izmantojot bloķējošo skrūvi (16), lokveida starplikus (14) un vāciņskrūvi (15).

#### SOLIS 3 LABĀ UN KREISĀ PEDĀĻA MONTĀŽA

Piestipriniet labo un kreiso pedāli (9 L/P) pie kloķvārpstas (10) pareizā veidā. Labo pedāli (9R) jāpagriež pulksteņrādītāja virzienā. Kreiso pedāli (9L) jāpagriež pretēji pulksteņrādītāja virzienā.

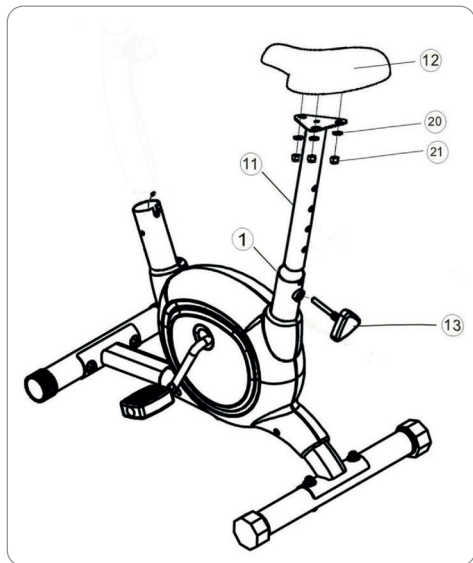
**UZMANĪBU:** Labais un kreisais pedāļi (9 L/P) ir marķēti ar burtu „P” labajam un „L” kreisajam



#### SOLIS 4 SĒDEKĻA STABAS MONTĀŽA

Piestipriniet sēdekli (12) pie stabas (11), izmantojot plakanu starpliku (20) un nailona uzgriezni (21), ievietojiet stabu (11) galvenajā rāmī (1) un pievelciet to ar rokturi (13).

**Uzmanību:** Regulējot sēdekļa stabas augstumu, zīme, kas norāda maksimālo ievietošanas dziļumu, nedrīkst būt augstāka par galvenā rāmja caurules malu.



#### SOLIS 5 STŪRES STABAS, STŪRES UN DATORA MONTĀŽA

Pieslēdziet sensora vadu (17) no galvenā rāmja (1) pie savienojošā vada (18) no stūres staba (4).

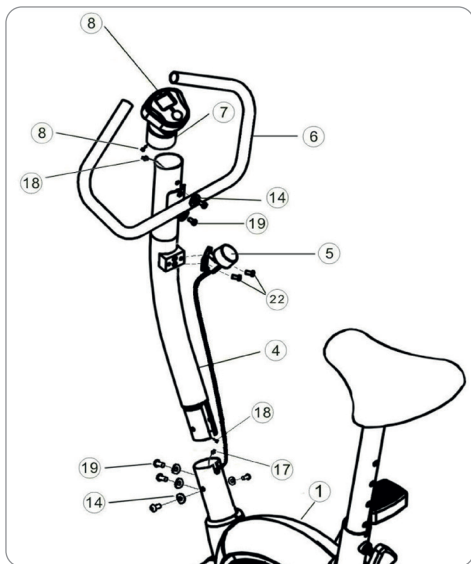
Ievietojiet stūres stabu (4) galvenajā rāmī (1) un piestipriniet, izmantojot sešstūra skrūvi (19) un lokveida starpliku (14).

Piestipriniet pretstības regulēšanas rokturi (5) pie stūres staba (4), izmantojot skrūvi (22).

Piestipriniet stūri (6) pie stūres staba (4), izmantojot sešstūra skrūvi (19) un lokveida starpliku (14).

Caur stūres stabu (4) pieslēdziet savienojošo vadu (18) pie datora sensora vada (8), pēc tam pieslēdziet datora turētāju (7) pie stūres staba (4) un piestipriniet datoru (8) pie datora turētāja (7).

**UZMANĪBU:** Ja skaitītājs nedarbojas pareizi, lūdzu, pārliedzinieties, vai visi vadi ir pareizi savienoti, īpaši augšējais vads ar skaitītāju.



## PĀRVIETOŠANA UN UZGLABĀŠANA

Ir jāievēro īpaša piesardzība, pacelot un pārvietojot ierīci.

Nekad nelieciet velotrenažieri tiešā mitruma vai lietus iedarbībā. Velotrenažieris nav paredzēts lietošanai

ārpus telpām. To nedrīkst lietot pie baseina vai citā augstas gaisa mitruma vidē. Velotrenažieri jāuzglabā tīrā un sausā vietā.

## APKOPES NORĀDĪJUMI

1. Pirms katras ierīces lietošanas jāpārlicinās, ka visas skrūves, uzgriežņi un rokturi ir cieši pievilkti un labi nostiprināti.

2. Ierīces tīrīšanai nevajadzētu izmantot agresīvus tīrīšanas līdzekļus. Lai noņemtu netīrumus un putekļus, izmantojiet mīkstu, mitru drāniņu. Noņemiet sviedru pēdas, jo skābais pH var bojāt sēdekli. Skaitītāju tīriet tikai ar sausu drāniņu.

3. Ja ierīce ir bojāta, to nedrīkst lietot. Nekad neveiciet ierīces remontu pašrocīgi. Remontus jāveic kvalificētam servisa darbiniekam.

4. Tīrīšanai neizmantojiet papīra dvieļus - **tie ir rupji un var bojāt tīrītās virsmas.**









## PROBLĒMU RISINĀŠANA

PROBLĒMA:	RISINĀJUMS:
Displejs nedarbojas.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Atskrūvējiet skaitītāju un pārbaudiet, vai visi vadi ir pareizi pieslēgti.</li><li>2. Pārbaudiet, vai baterijas ir pareizi ievietotas.</li><li>3. Baterijas var būt izlietotas. Izmēģiniet jaunas baterijas.</li></ol>
Vingrojot dzirdams svilpošana vai čīkstēšana.	Skrūves var būt atbrīvojušās. Rūpīgi pārbaudiet visas skrūves un, ja nepieciešams, pievelciet tās, izmantojot komplektā iekļautos atslēga.



### Ražotājs neuzņemas atbildību par velotrenažiera nepareizu izmantošanu, īpaši:

- produkta bojājumiem, kas radušies nepareizas apkopes vai montāžas rezultātā,
- mehāniskiem bojājumiem,
- daļu nodilumu normālas lietošanas laikā,
- par remontiem, kas nav veikti profesionālā servisā,
- nepareizu apstrādi vai nepareizu uzglabāšanu, iedarbību uz ūdeni.

	<p>Šis simbols nozīmē, ka produktu nedrīkst izmest kopā ar citiem mājsaimniecības atkritumiem. Polijas likumi sodīšanas kārtībā aizliedz izlietotu elektrotehnikas un elektronikas iekārtu apvienošanu ar citiem atkritumiem.</p> <p>Var novērst iespējamās negatīvās ietekmes uz vidi un cilvēku veselību, kas varētu rasties, ja izlietotā elektronikas iekārta netiktu pienācīgi iznīcināta.</p>
	<p>Iepakojums ir atkārtoti pārstrādājams. Piemērots šķirošanai.</p>
	<p>Iepakojumā ir lietošanas instrukcija, ar kuru jāiepazīstas pirms lietošanas uzsākšanas.</p>
	<p>Simbols nozīmē, ka jāatceras izmest izlietoto iepakojumu atkritumos.</p>
	<p>Simbols nozīmē, ka šai pakai īpaši jāaizsargā pret krišanu.</p>
	<p>Simbols norāda, ka pakā ir trauslas vai delikātas detaļas.</p>
	<p>Simbols nozīmē, ka jāaizsargā iepakojums no mitruma.</p>
	<p>Nelietojiet krānu.</p>

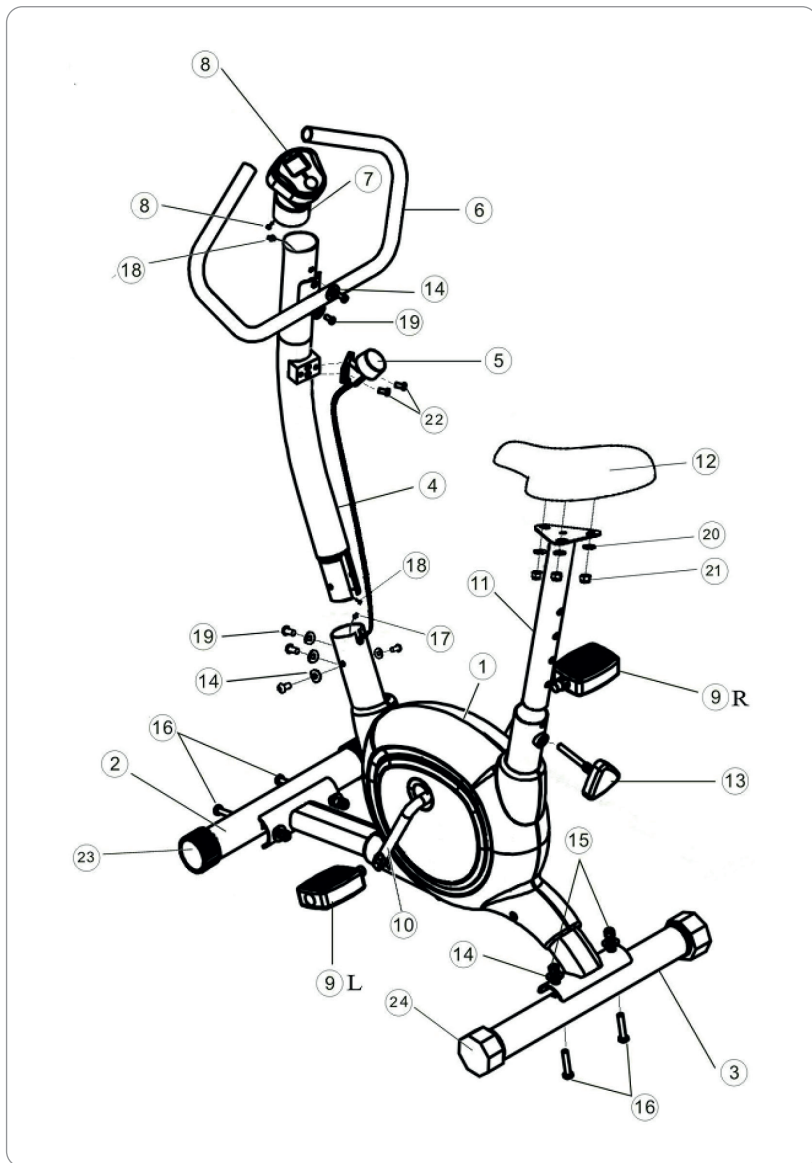
Instrukcijas var lejupielādēt no vietnes  
[www.spokey.pl](http://www.spokey.pl)





**TÄHELEPANU:** Enne mis tahes treeningprogrammi alustamist konsulteerige oma arsti või muu tervishoiutöötajaga.

**OLULINE:** Enne selle toote kasutamist lugege hoolikalt läbi kõik juhised. Säilitage see kasutusjuhend tulevikuks.



## OSADE LOETELU

Enne kasutamist kontrollige, kas kõik loetletud osad on pakendis.

Nr.	NIMETUS	tk.	Nr.	NIMETUS	tk.
1.	Peamine raam	1	13.	Nupp	1
2.	Eesmine stabilisaator	1	14.	Kaarne alusplaat	10
3.	Tagumine stabilisaator	1	15.	Kuplina mutter	4
4.	Rooliposti	1	16.	Lukukruvi	4
5..	Vastupanu reguleerimise nupp	1	17.	Andurijuhe	1
6.	Rool	1	18.	Ühenduskaabel	1
7.	Arvuti hoidik	1	19.	Kuusantkruvi	6
8.	Arvuti	1	20.	Lame aluspesu D8	3
9.	Pedaal	1L,1P	21.	Nailonist mutter D8	3
10.	Vända	1	22.	Kruvi M5 x 12	2
11.	Sadulapost	1	23.	Eesmise stabilisaatori kork	2
12.	Sadul	1	24.	Tagumise stabilisaatori kork	2

## KASUTUSJUHEND

### SISSEJUHATUS:

Täname teid meie toote ostmise eest. Ohutuse ja nõuetekohase kasutamise tagamiseks tutvuge enne toote esmakordset kasutamist juhistega ja säilitage need, kuna need sisaldavad olulist teavet.

### TÄHTSAD ETTEVAATUSABINÕUD JA KASUTUSJUHISED:

Enne kasutamist lugege hoolikalt läbi kasutusjuhend ja järgige toote kasutamisel juhendis toodud juhiseid rangelt. Palun säilitage kasutusjuhend, kuna see sisaldab olulist teavet.

1. Seadme ohutu ja tõhus kasutamine on tagatud ainult siis, kui see on kokku pandud, hooldatud ja kasutatud juhendis kirjeldatud viisil.

2. Enne mis tahes treeningprogrammi alustamist konsulteerige oma arsti või muu tervishoiutöötajaga. Ta võib aidada kohandada treeningute sagedust ja intensiivsust (sihtpulss) ning aega, mis on sobiv teie vanusele ja füüsilisele seisundile.

**3. TÄHELEPANU!** Kui tunnete rinnus valu või survet, ebaregulaarset südamelööki, õhupuudust, tunnete end nõrgana või koged treeningu ajal ebamugavust, **KATKESTAGE TRENN KOHE!** Enne jätkamist konsul-

teerige arstiga.

4. See seade ei ole mõeldud kasutamiseks isikutele (kaasa arvatud lastele), kelle füüsiline võimekus on vähenenud, kes on füüsilise või vaimse puudega, või isikutele, kes ei ole harjunud sarnase seadmega treenima või kes ei ole tutvunud kasutusjuhendiga. Sellised isikud võivad seadet kasutada ainult volitatud isiku range järelevalve all, kes vastutab otseselt nende ohutuse eest. Lastel ei tohi lasta seadmega mängida mingil juhul.

5. Hoidke treeningu ajal lapsed ja loomad seadmest eemal. See seade on mõeldud ainult täiskasvanutele.

6. Paigutage seade kindlale, tasasele pinnale, kasutades selle tüüpi seadmetele mõeldud spetsiaalset kaitsematti. Matt tagab lisakaitse põrandale ja seadme stabiilsuse.

7. Ohutuse huvides peaks seadme ümber olema vähemalt 2 meetrit vaba ruumi.

8. Ärge pange seadme avadesse mingeid esemeid.

9. Nie dotykaj ruchomych części urządzenia.

10. Kasutage seadet alati vastavalt juhistele. Kui leiate montaaži või kontrolli ajal mingeid defekteid osi või kuulete seadmest kasutamise ajal ebatavalist müra, lõpetage treening ja võtke ühendust müüjaga. Ärge kasutage seadet, enne kui probleem on lahendatud!

11. Enne seadme kasutamist kontrollige, kas mutrid ja poldid on korralikult kinni keeratud. Mõned osad, nagu pedaalid jms, võivad kergesti lõdveneda. Seadme regulaarne kontrollimine suurendab kasutamise turvalisust.

12. Treeningu ajal kandke sobivat riietust ja jalatseid. Ärge kandke pikka, lahtist riietust, mis võib seadmesse kinni jääda. Veenduge, et pedaalide rihmad oleksid kohandatud.

13. Alguses tuleks seada aeglane tempo. Treeningu ajal hoidke käepidemetest kinni ja ärge maha tulge sadulast.

14. Ärge treenige kohe pärast söömist.

15. Remonti peaks läbi viima kvalifitseeritud hooldustöötaja.



#### TÄHELEPANU:

Kui te ei järgi käesolevas juhendis toodud soovitusi, ei vastuta me mingite probleemide või vigastuste ees.

## TEHNILINE SPETSIFIKATSIOON

Suurus	72 x 46,5 x 113 cm	Vastupanu reguleerimise astmed	8, käsitsi reguleerimine
Patareid	2xAAA		
Netokaal	10 kg	Maks. kasutaja kaal	100 kg
Ekraan	AEG, KIIRUS, KAUGUS JA KALORID		

## MONTAÄJUHEND



#### TÄHELEPANU:

Järgige treeningratta kokkupanemiseks allpool toodud montaažijuhiseid. Juhiste eiramisel võib seade kahjustuda.

#### SAMM 1

- Võtke seade pakendist välja teise isiku abiga ja asetage see tasasele pinnale, seejärel asetage vajalikud osad rattale kõrvale.
- Osade tuvastamiseks montaažis tutvuge pildidel olevate joonistega.
- Ärge visake pakendit ära enne montaaži lõpetamist.

#### SAMM 2

#### EESMISE JA TAGUMISE STABILISAATORI MONTAÄŽ

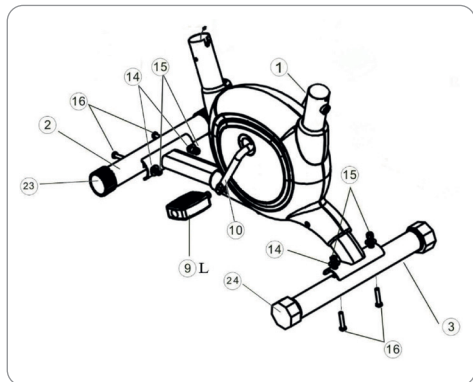
Kinnitage eesmine stabilisaator (2) ja tagumine stabilisaator (3) pearaamile (1) kasutades lukukruvi (16), kaarne alusplaat (14) ja kuplina mutter (15).

#### SAMM 3

#### PAREMA JA VASAKU PEDAALI MONTAÄŽ

Kinnitage parem ja vasak pedaal (9 L/P) korrektselt vända (10) külge. Parem pedaal (9R) keeratakse päripäeva. Vasak pedaal (9L) keeratakse vastupäeva.

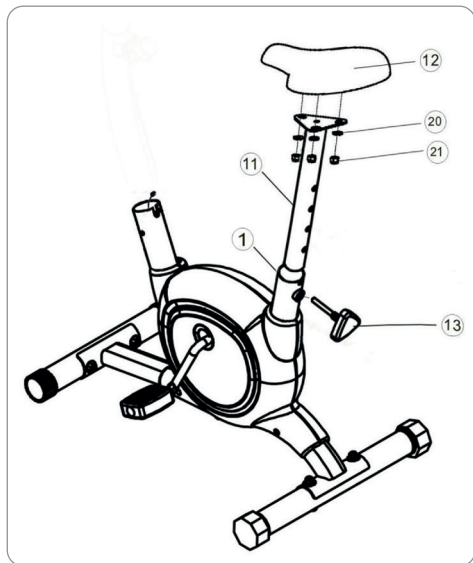
**TÄHELEPANU:** Paremät ja vasakut pedaali (9 L/P) on tähistatud tähega „P” paremale ja „L” vasakule.



#### SAMM 4 SADULAPOSTI PAIGALDAMINE

Kinnitage sadul (12) sadulaposti (11) külge kasutades lamealusplaati (20) ja nailonist mutrit (21), sisestage sadulapost (11) pearaami (1) sisse, keerake nupp (13) kinni.

**Tähelepanu:** Sadulaposti kõrgust reguleerides ei tohi maksimaalse sügavuse märgise joon asuda kõrgemal kui pearaami toru serv.



#### SAMM 5 ROOLIPOSTI, ROOLI JA ARVUTI PAIGALDAMINE

Ühendage andurijuhe (17) pearaamist (1) rooliposti (4) ühenduskaabliga (18).

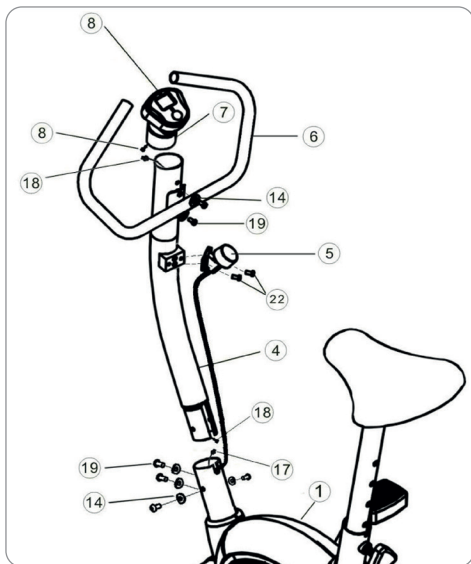
Sisestage roolipost (4) pearaami (1) sisse ja kinnitage, kasutades kuuskantkrugi (19) ja kaarne alusplaati (14).

Kinnitage vastupanu reguleerimise nupp (5) rooliposti (4) külge kasutades kruvi (22).

Kinnitage rool (6) rooliposti (4) külge kasutades kuuskantkrugi (19) ja kaarne alusplaati (14).

Rooliposti (4) kaudu ühendage ühenduskaabel (18) arvuti andurijuhtmega (8), seejärel ühendage arvuti hoidik (7) roolipostiga (4) ja kinnitage arvuti (8) arvuti hoidikule (7).

**TÄHELEPANU:** Kui arvesti ei tööta korralikult, palun kontrollige, kas kõik juhtmed on korrektselt ühendatud, eriti ülemine juhe arvestiga.





## RATTA TRANSPORDI JA HOIDMINE

Seadme töstmisel ja transportimisel tuleb olla eriti ettevaatlik.

Ärge kunagi jätke ratas niiskuse või vihma kätte. Ratas ei ole mõeldud kasutamiseks välitingimustes.

Seda ei tohi kasutada basseini läheduses või muus kõrge õhuniiskusega keskkonnas. Ratast tuleb hoida puhtas ja kuivas kohas.

## HOOLDUSJUHISED

1. Enne seadme iga kasutamist veenduge, et kõik kruvid, mutrid ja nupud on kinni keeratud ja korralikult kinnitatud.

2. Seadme puhastamiseks ei tohi kasutada agressiivseid puhastusvahendeid. Kasutage mustuse ja tolmu eemaldamiseks pehmet, niisket lappi. Eemaldage higijäljed, kuna happe reaktsioon võib kahjustada sadulat. Arvestit tuleb puhastada ainult kuiva lapiga.

3. Kui seade on kahjustatud, ei tohi seda kasutada. Ärge kunagi parandage seadet ise. Parandused peaks läbi viima kvalifitseeritud hooldustöötaja.

4. Puhastamiseks ärge **kasutage paberrätikuid - need on karedad ja võivad puhastatavaid pindu kahjustada.**









## TÖRKEOTSING

PROBLEEM:	LAHENDUS:
Ekraan ei tööta.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Keerake arvesti lahti ja kontrollige, kas kõik juhtmed on korrektselt ühendatud.</li><li>2. Kontrollige, kas patareid on õigesti sisestatud.</li><li>3. Patareid võivad olla tühjad. Proovige kasutada uusi patareid.</li></ol>
Treeningu ajal on kuulda vilistamist või kriginat.	Kruvid võivad olla lödvad. Kontrollige kõiki kruvisid hoolikalt ja vajadusel keerake need kaasasolevate võtmetega kinni.



### Tootja ei vastuta ratta ebaõige kasutamise eest, eriti:

- toote kahjustumine vale hoolduse ja ebaõige paigaldamise tagajärjel,
- mehaanilised kahjustused,
- osade kulumine normaalse kasutuse käigus,
- remondid, mida ei ole teinud professionaalne teenindus,
- vale käsitlemine või vale hooldamine, veega kokkupuutumine.

	See sümbol tähendab, et toodet ei tohi koos teiste kodumajapidamiste jäätmetega ära visata. Poola seadus keelab trahvi ähvardusel elektroonika- ja elektroonikaseadmete jäätmete segamise teiste jäätmetega. Potentsiaalselt negatiivsete mõjude vältimiseks looduskeskkonnale ja inimeste tervisele, mis võivad tuleneda elektroonikaseadmete jäätmete väärkäitlusest, tuleks toode korrektselt utiliseerida.
	Pakend sobib taaskasutamiseks. Sobib sorteerimiseks.
	Pakendis sisaldab kasutusjuhendit, millega tuleb enne kasutamist tutvuda.
	Sümbol tähendab, et tuleb meeles pidada kasutatud pakendi prügisse viskamist.
	Sümbol tähendab, et antud pakend tuleb eriti kaitsta kukkumise eest.
	Sümbol tähendab, et pakend sisaldab hapraid või õrnu elemente.
	Sümbol tähendab, et pakendit tuleb kaitsta niiskuse eest.
	Ärge kasutage kraanat.

Juhendeid saab alla laadida veebilehelt  
[www.spokey.pl](http://www.spokey.pl)





**Poland**

Spokey Sp. z o.o.  
al. Roździeńskiego 188C, 40-203 Katowice  
tel.: +48 32 317 20 00  
[www.spokey.pl](http://www.spokey.pl) / [www.spokey.com](http://www.spokey.com)  
[biuro@spokey.pl](mailto:biuro@spokey.pl) / [office@spokey.eu](mailto:office@spokey.eu)

Distributor:

**Czech Republic**

Spokey s.r.o.  
Sadová 618, 738 01 Frýdek-Místek  
tel.: +420 731 157 912  
[www.spokey.cz](http://www.spokey.cz)  
[spokey@spokey.cz](mailto:spokey@spokey.cz)