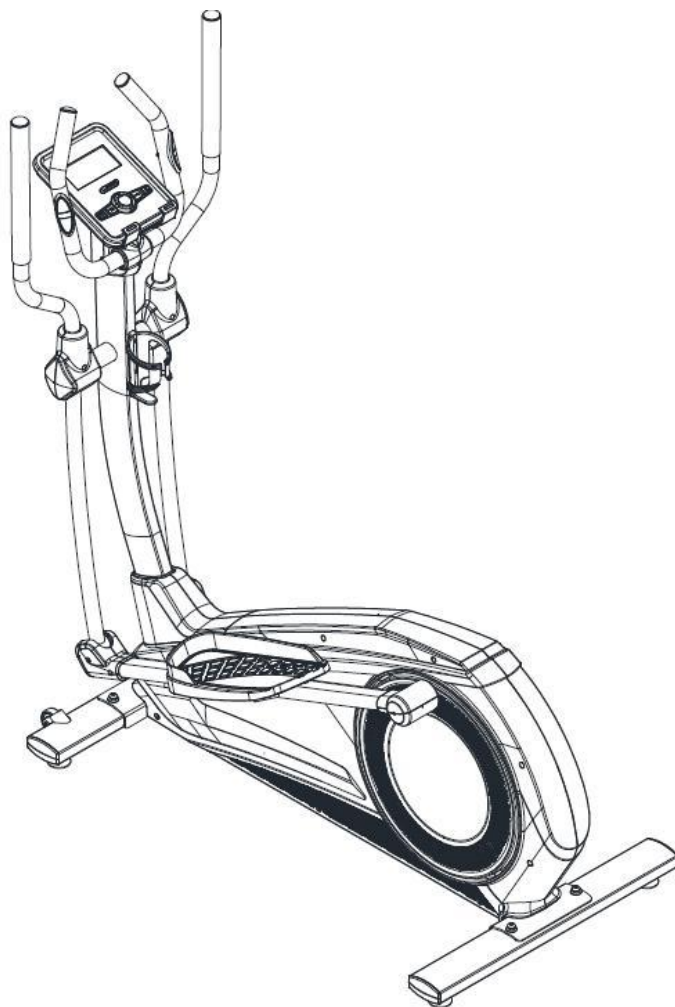




MANUAL DE UTILIZARE

IN 13903 Bicicleta eliptica inSPORTline inCondi ET50i



CUPRINS

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA	3
PIESE.....	4
DESCRIERE PRODUS	6
DATE TEHNICE	7
INSTRUCTIUNI ASAMBLARE	7
SCHEMA ASAMBLARE	12
SCHEMA ASAMBLARE	14
LISTA COMPONENTE.....	16
FUNCTII ECRAN.....	18
FUNCTII BUTOANE	18
OPERARE CONSOLA	19
PORNIRE	19
SELECTARE ANTRENAMENT	19
MOD MANUAL	20
MOD BEGINNER	20
MOD ADVANCE.....	21
MOD SPORTY	21
MOD CARDIO.....	22
MOD WATT	22
RECOVERY	22
BODY FAT	23
APP	24

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA

ATENTIE: Acest produs a fost special conceput pentru a oferi siguranta maxima. Pentru a evita eventualele accidentari, luati in considerare urmatoarele precautii. Cititi intregul manual si pastrati-l pentru referinte ulterioare.

1. Este obligatia proprietarului sa informeze toti utilizatorii acestui produs cu privire la precautii.
2. Copiii si animalele nu trebuie sa se apropie de acest produs. Nu ii lasati nesupravegheati in preajma acestei biciclete.
3. Verificati toate componentele, daca prezinta semne de uzura. Inlocuiti imediat componentele defecte. Nu utilizati o bicicleta defecta.
4. Asezati produsul pe o suprafata curata, dreapta si lasati un spatiu de cel puti 0.6 m in jurul bicicletei. Pentru a proteja podeaua, folositi un covoras sub bicicleta.
5. Bicicleta trebuie folosita doar in interior; feriti-o de praf si umiditate.
6. Indepartati obiectele ascutite din preajma acestui aparat.
7. Nici o componenta mobila nu trebuie sa obstructioneze miscarile utilizatorului.
8. Purtati imbracaminte corespunzatoare atunci cand va antrenati. Nu purtati imbracaminte prea larga, se poate agata de bicicleta. Va recomandam sa purtati pantofi sport pentru a va proteja picioarele.
9. Nu asezati mainile pe componentele mobile.
10. Daca bicicleta nu functioneaza norma, nu o mai folositi.
11. Este interzis ca mai multe persoane sa utilizeze bicicleta in acelasi timp.
12. Consultati medicul inainte de a incepe orice program de exercitii. Nu folositi bicicleta daca aveti ameteli, greata sau alte simptome.
13. Lungime pas: 420x200 mm.
14. **Greutate maxima a utilizatorului: 150 kg.**
15. **Categoria: HA** (EN957) potrivita pentru uz casnic.
16. **ATENTIE!** Monitorizarea frecventei cardiace nu are precizie medicala. Epuizarea in timpul antrenamentului poate duce la accidentari grave. Daca aveti simptome neobisnuite, opriti-va imediat.

ATENTIONARE

Daca aveti simptome precum cele descrise mai jos, nu folositi bicicleta. Daca nu sunteti sigur, consultati medicul.

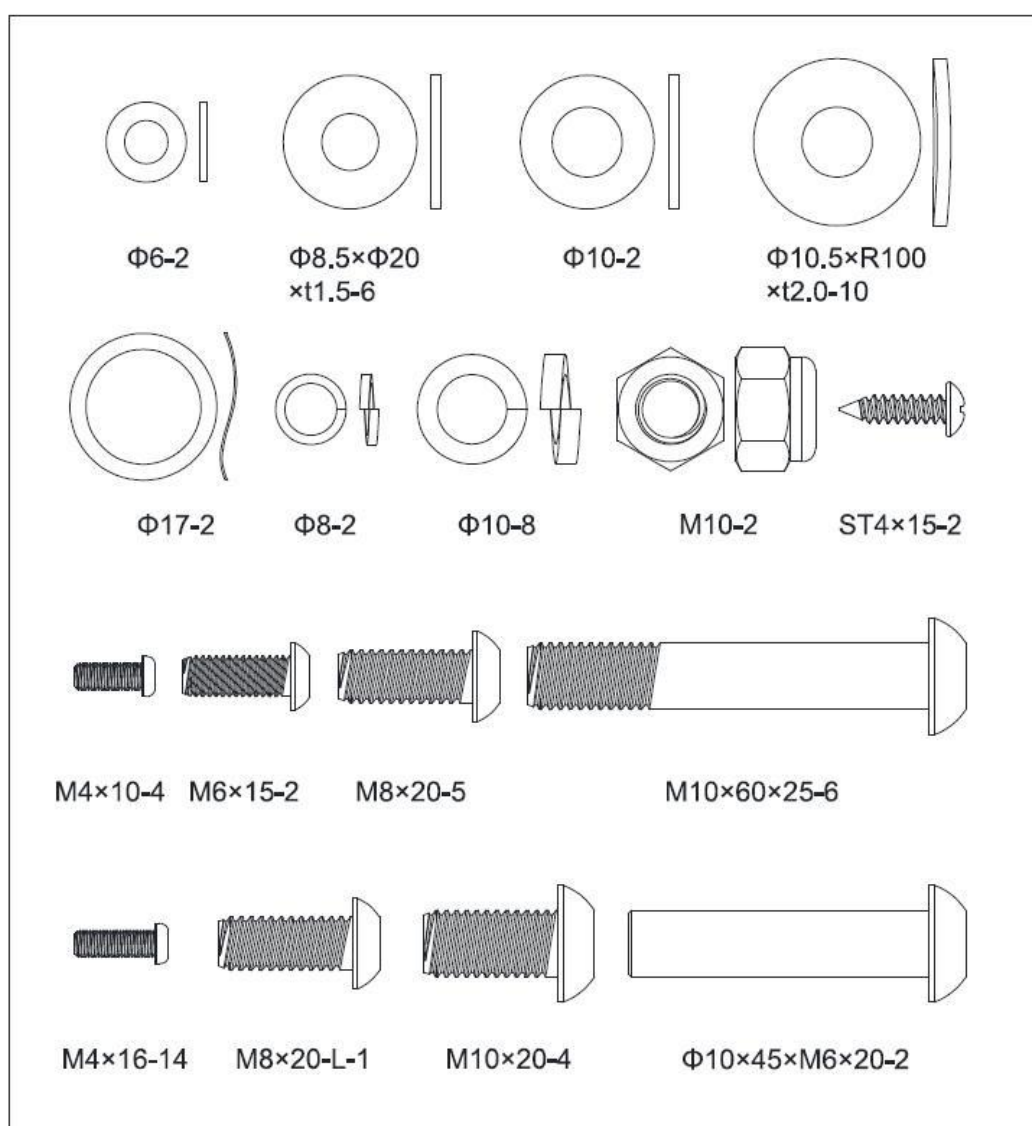
- Probleme cu picioarele, talia (dureri, rani, paralizie).
- Anamorfoza, artrita, reumatism si guta.
- Osteoporoza.
- Boli ale inimii, hipertensiune, probleme de circulatie
- Probleme de respiratie.
- Cancer.
- Tromboza.
- Diabet.

- Boli ale pielii.
- Pozitie anormala a coloanei vertebrale.
- Femei insarcinate sau in timpul ciclului menstrual.

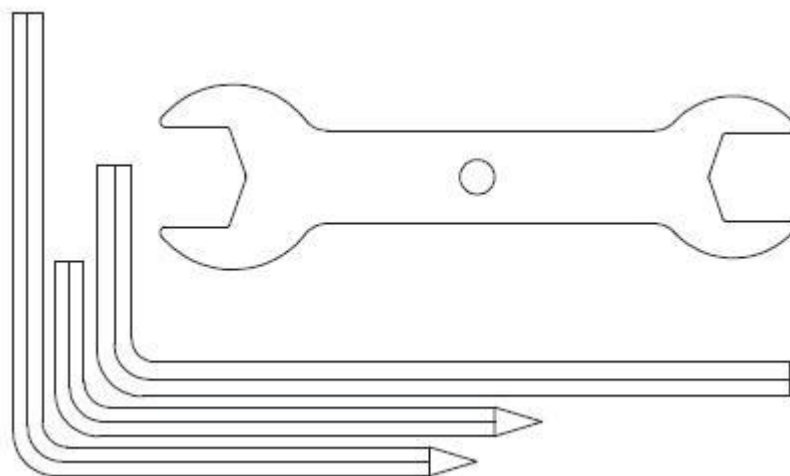
ATENTIE: Inainte de a incepe orice program de exercitii, consultati medicul. Acest lucru este important mai ales daca aveti peste 35 ani sau aveti probleme de sanatate. Pentru a reduce riscul de accidente, cititi toate instructiunile importante din manual inainte de a folosi bicicleta.

PIESE

Verificati daca in cutie se afla toate piesele prezentate in desenul de mai jos, inainte de a va apuca de asamblare. Daca lipsesc piese, contactati furnizorul.



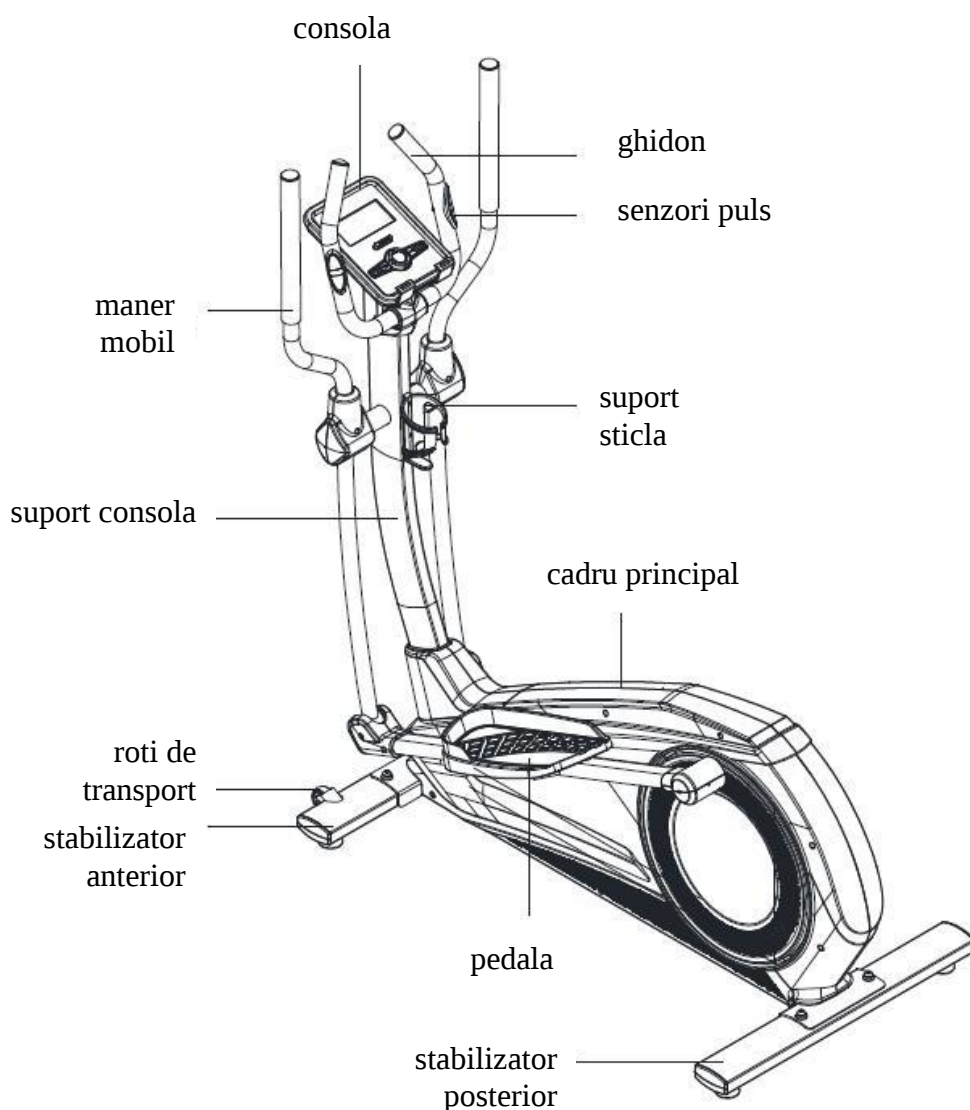
Nr.	Denumire	Specificatii	Cantitate
26	Surub	M10x60x25	6
27	Saiba elastica	Ø10	8
28	Saiba curbata	Ø10.5xR100xt2.0	10
29	Surub	M8x20	5
30	Saiba curbata	Ø8	2
31	Saiba plata	Ø8.5xØ20xt1.5	6
32	Piulita	M10	2
33	Saiba plata	Ø10	2
36	Surub	M4x16	14
37	Surub	M4x10	4
38	Surub	Ø10x45xM6x20	2
39	Saiba plata	Ø6	2
40	Surub	M6x15	2
41	Surub	ST4x16	2
102	Saiba	Ø17	2
104	Surub	M10x20	4
105	Surub (L)	M8x20-L	1



Denumire	Specificatii	Cantitate
Cheie in forma de L	5x80x80S (with a cross)	1
Cheie in forma de L	5x35x85S (with a cross)	1
Cheie in forma de L	6x40x120	1
Cheie	15# a 17#	1

NOTA:

- Asezati la indemana toate uneltele necesare asamblarii.
- Asigurati-va ca exista suficient spatiu pentru asamblare.
- Atentie sa nu va accidentati in timpul asamblarii.
- Asezati produsul pe o suprafata dreapta si solida pentru o utilizare confortabila.
- Verificati toate suruburile si piulitele sa fie bine stranse.
- Urmati pasii de asamblare de mai jos pentru a asambla corect produsul.

DESCRIERE PRODUS

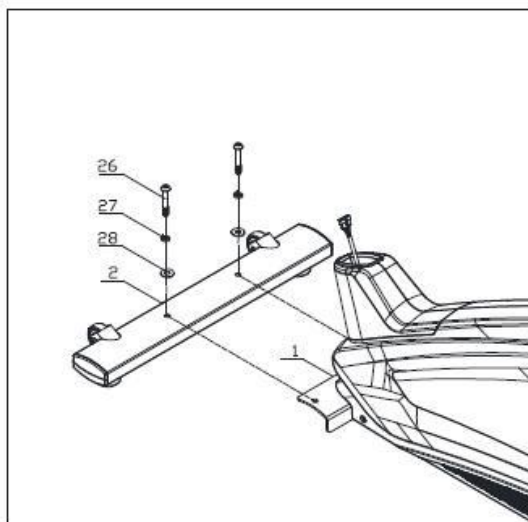
DATE TEHNICE

Dimensiuni	Nepliata: 1660x720x1580 mm
Rata viteza	9
Volanta	Double way, ø280/9 kg
Niveluri rezistentă	1 – 32
Lungime pas	420x200 mm

INSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE

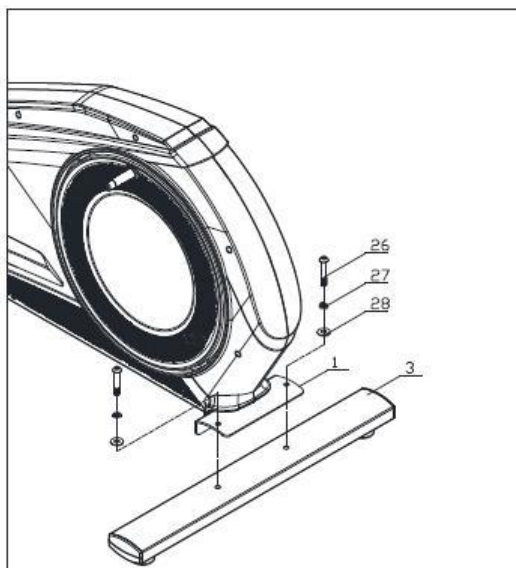
Pas 1

Atașați stabilizatorul anterior (2) la cadrul principal (1) folosind saibe curbate (28), saibe elastice (27) și șuruburi (26).



Pas 2

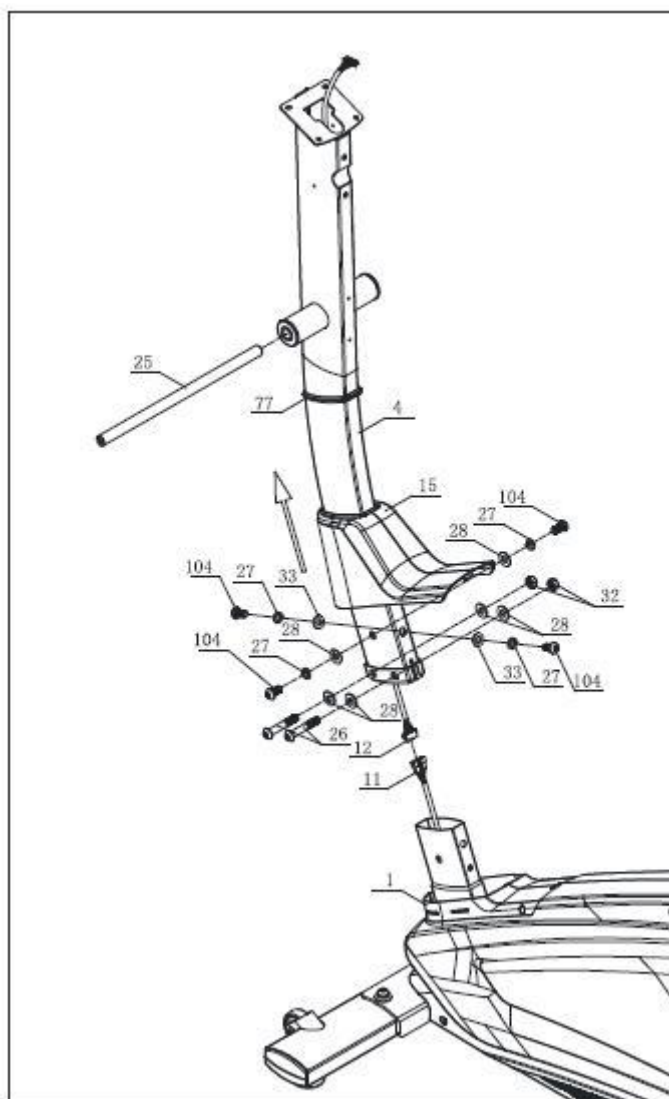
Atașați stabilizatorul posterior (3) la cadrul principal (1) folosind saibe curbate (28), saibe elastice (27) și șuruburi (26).



Pas 3

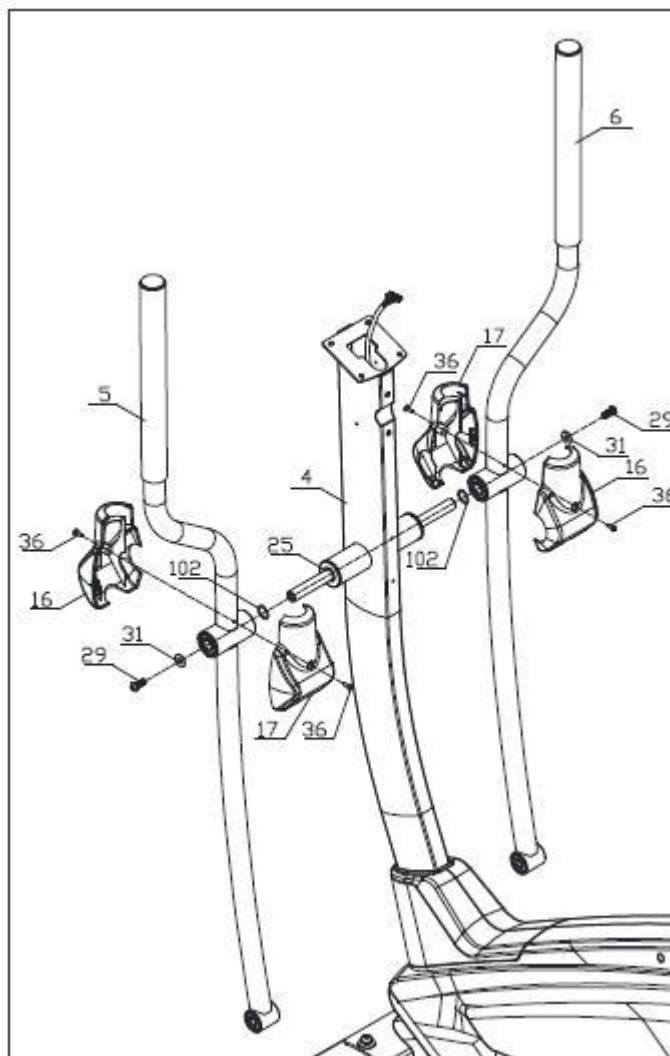
1. Atasati banda decorativa (77) la suportul pentru calculator (4). Scoateti capacul decorativ (15) de la cadrul principal (1) si atasati-l la suportul pentru calculator (4).
2. Conectati cablul de comunicare de la cadrul principal (11) si cablul de comunicare de la consola (12).
3. Atasati suportul pentru calculator (4) la cadrul principal (1) folosind saibe plate (33), saibe elastice (27), suruburi (104) saibe plate (28), saibe elastice (27), suruburi (26), saibe curbate (28), piulite (32).
4. Atasati capacul decorativ (15) si banda decorativa (77) la cadrul principal (1). Apoi asamblati axul (25).

NOTA: Nu strangeti ferm suruburile in acest stadiu. Asigurati-va ca toate suruburile sunt in gaura hexagonala.



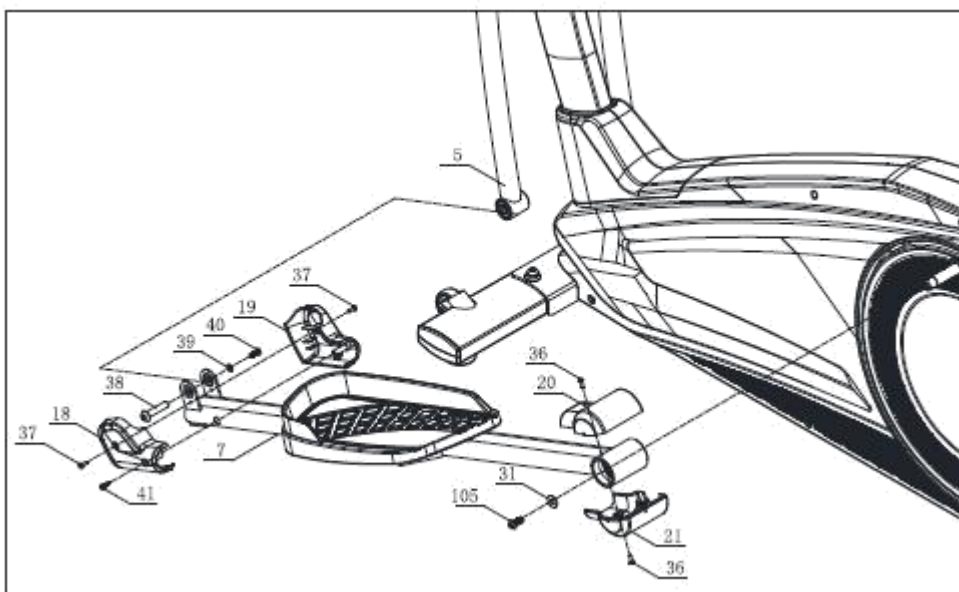
Pas 4

1. Asamblati saibele ondulate (102) la axul stang si drept (25). Apoi atasati manerul stang (5) si manerul drept (6) la axul stang (25) respectiv axul drept (25). Utilizati saibele plate (31) suruburi (29) pentru fixare.
2. Atasati capacele decorative (16/17) la manerul stang (5) cu ajutorul suruburilor (36).
3. Atasati capacele decorative (16/17) la manerul drept (6).



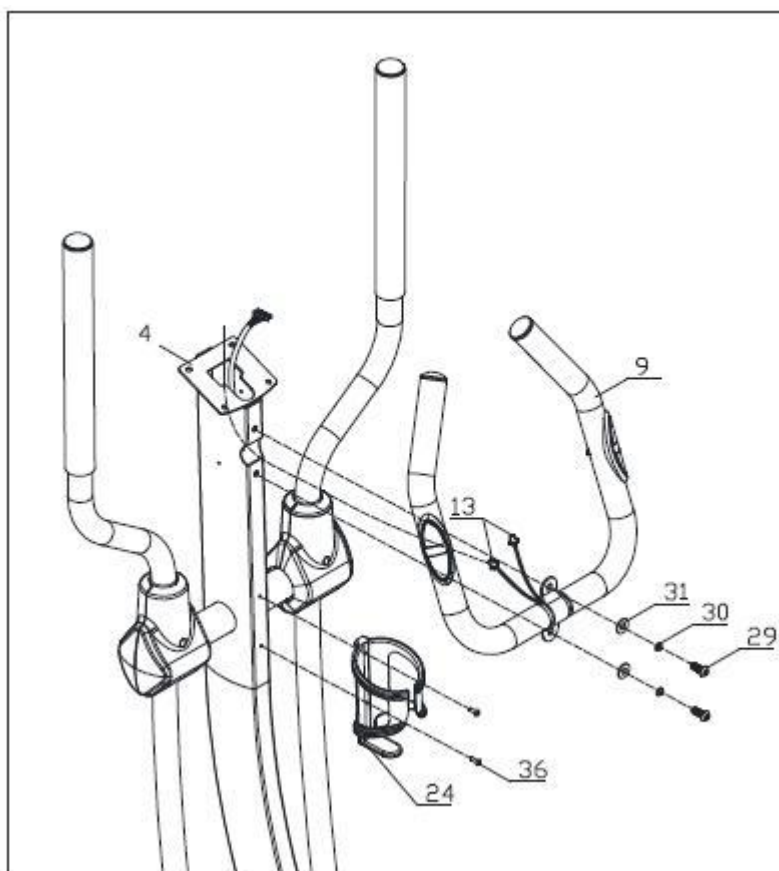
Pas 5

1. Atasati mansionul axului a suportului din spate stang pentru pedala (7) la axul cadrului principal (1). Folositi saibe plate (31) si suruburi (105) pentru fixare.
2. Atasati mansionul axului a suportului din fata stang pentru pedala (7) la manerul stang (5) folosind suruburi (38), saibe platate (39) suruburi (40).
3. Atasati capacele decorative posterioare (20/21) la suportul stang pentru pedala (7) folosind suruburi (36). Atasati capacele decorative anterioare (18/19) la suportul stang pentru pedale (7) folosind suruburi (37) suruburi (41).
4. In acelasi fel conectati suportul drept pentru pedale (R) (8). Introduceti partea din spate a suportului pentru pedale (R) (8) pe axul cadrului principal (1). Folositi saibe plate (31) si suruburi (29) pentru fixare.



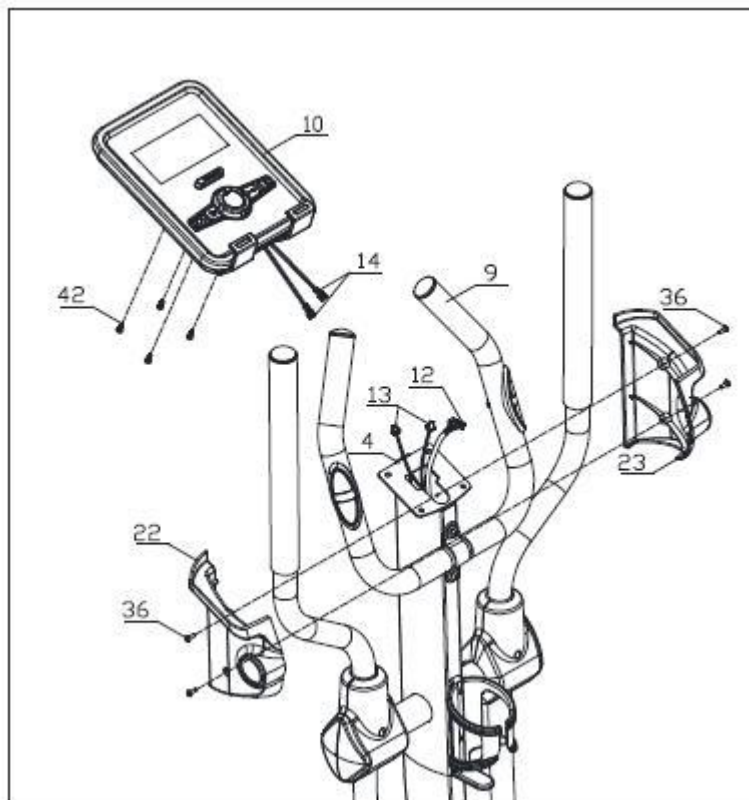
Pas 6

1. Scoateti cablul senzorilor de puls (13) prin partea superioara a tubului de suport pentru calculator (4). Atasati ghidonul (9) la suportul calculatorului (4) folosind saibe plate (31), saibe elastice (30), suruburi (29).
2. Atasati suportul pentru sticla (24) la suportul calculatorului (4) folosind suruburi (36).

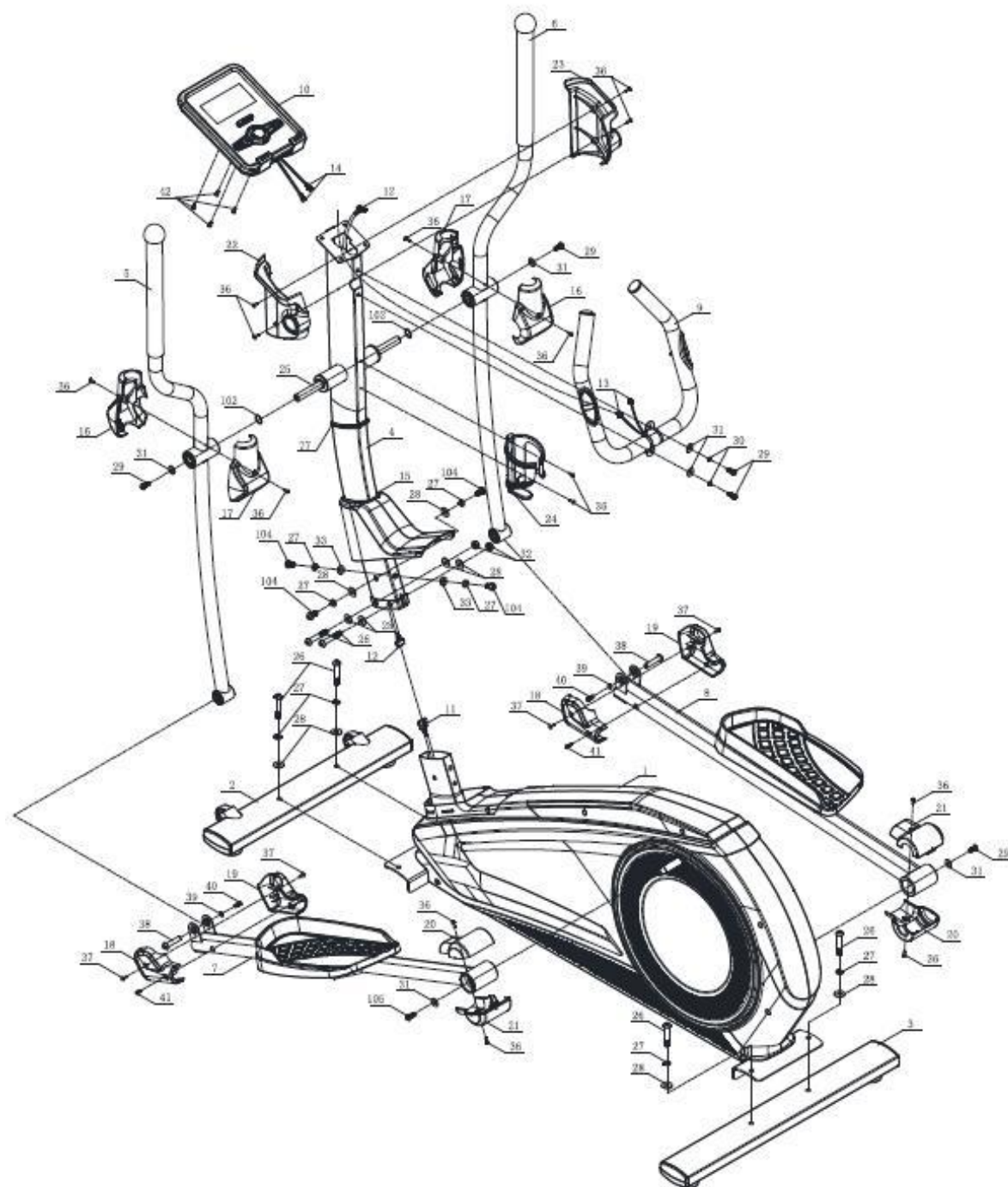


Pas 7

1. Conectati cablul ce provine din suportul consolei (12) la partea posterioara a consolei. Conectati cablurile senzorilor de puls (13) la cablurile din partea posterioara a consolei (14).
2. Atasati consola (10) la suport (4) folosind suruburi (42).
3. Scoateti capacul decorativ stang (22) si capacul decorativ drept (23) de pe ghidon (9). Atasati-le la suportul pentru ghidon (4) folosind suruburi (36).



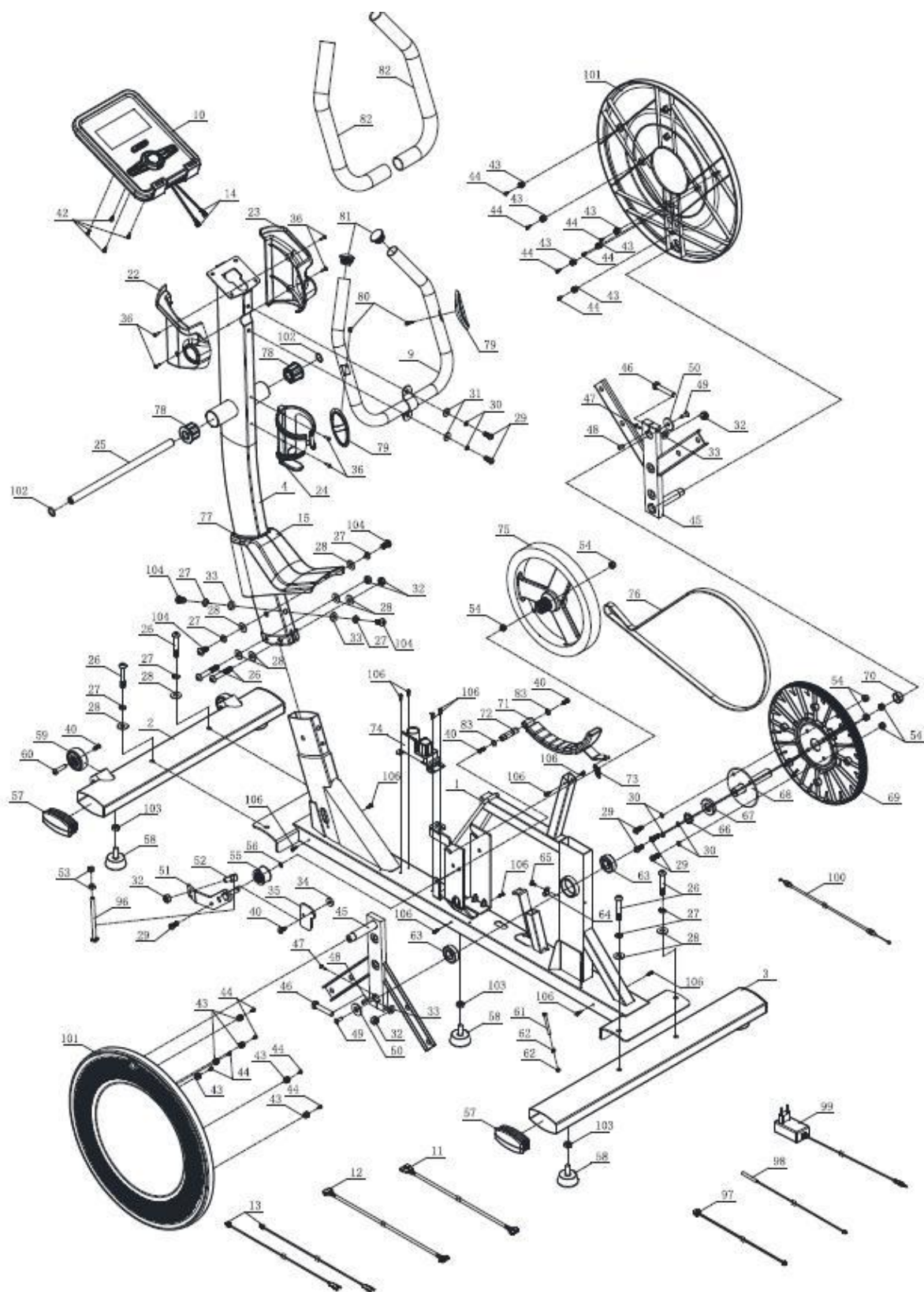
SCHEMA ASAMBLARE

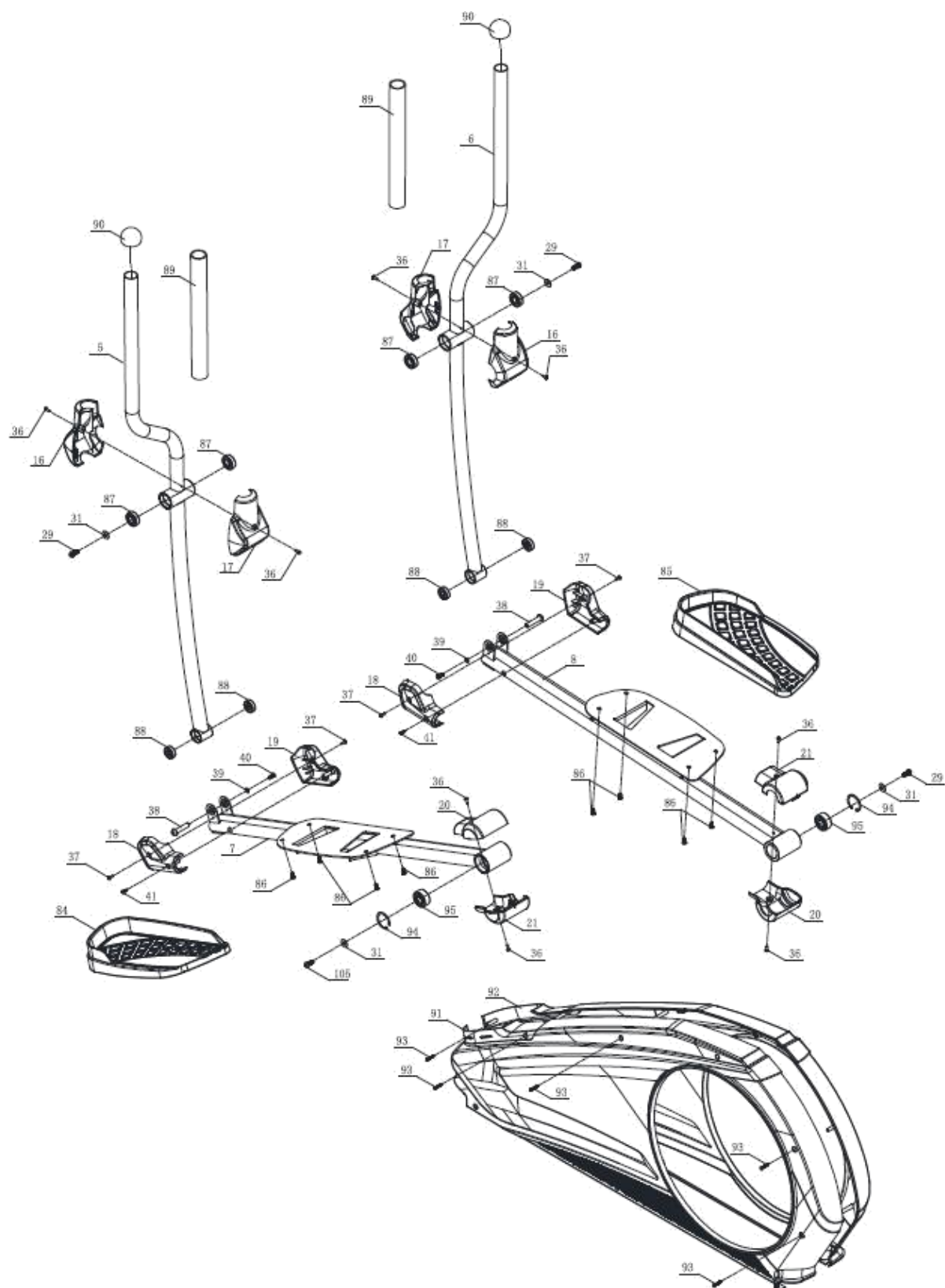


Nr.	Denumire	Specificatii	buc.
1	Cadru principal		1
2	Stabilizator anterior		1
3	Stabilizator posterior		1
4	Suport calculator		1
5	Maner stang L		1
6	Maner drept R		1
7	Suport stang pedala L		1

8	Suport drept pedala R		1
9	Ghidon		1
10	Consola		1
11	Cablu		1
12	Cablu consola		1
13	Cablu senzori puls		2
14	Cabluri consola		2
15	Capac decorativ		1
16	Capace decorative manere		2
17	Capace decorative manere		2
18	Capac decorativ anterior-suport pedala		2
19	Capac decorativ anterior-suport pedala		2
20	Capac decorativ posterior-suport pedala		2
21	Capac decorativ posterior-suport pedala		2
22	Capac decorativ maner stang L		1
23	Capac decorativ maner drept R		1
24	Suport sticla	ø93x150	1
25	Ax	ø17x339.5	1
26	Surub	M10x60x25	6
27	Saiba elastica	ø10	8
28	Saiba ondulata	ø10.5xR100xt2.0	10
29	Surub	M8x20	5
30	Saiba elastica	ø8	2
31	Saiba plata	ø8.5xø20xt1.5	6
32	Piulita	M10	2
33	Saiba plata	ø10	2
36	Surub	M4x16	14
37	Surub	M4x10	4
38	Surub	ø10x45xM6x20	2
39	Saiba plata	ø6	2
40	Surub	M6x15	2
41	Surub	ST4x15	2
42	Surub	M5x10	4
102	Saibe ondulate	ø17	2
104	Suruburi	M10x20	4
105	Suruburi L	M8x20-L	1
77	Banda decorativa		1

SCHEMA ASAMBLARE





LISTA COMPONENTE

NR.	Denumire	Specificatii	Buc.
1	Cadru principal		1
2	Stabilizator anterior		1
3	Stabilizator posterior		1
4	Suport calculator		1
5	Maner stang		1
6	Maner drept		1
7	Suport pedala stang		1
8	Suport pedala dreapta		1
9	Ghidon		1
10	Consola		1
11	Cablu		1
12	Cablu consola		1
13	Cablu senzori puls		2
14	Fire consola		2
15	Capac decorativ		1
16	Capac decorativ 2		2
17	Capac decorativ 1		2
18	Capac decorativ anterior 1-suport pedala		2
19	Capac decorativ anterior 2-suport pedala		2
20	Capac decorativ posterior 1-suport pedala		2
21	Capac decorativ posterior 2-suport pedala		2
22	Capac maner- stang		1
23	Capac maner-drept		1
24	Suport sticla	ø93x150	1
25	Ax	ø17x339.5	1
26	Surub	M10x60x25	6
27	Saiba elastica	ø10	8
28	Sairba curbata	ø10.5xR100xt2.0	10
29	Surub	M8x20	10
30	Saiba elastica	ø8	6
31	Saiba plata	ø8.5xø20xt1.5	6
32	Piulita	M10	5
33	Saiba plata	ø10	4
34	Placuta 1		1
35	Placuta 2		1
36	Surub	M4x16	14
37	Surub	M4x10	4
38	Surub	ø10x45xM6x20	2
39	Saiba plata	ø6	2
40	Surub	M6x15	7
41	Surub	ST4x15	2
42	Surub	M5x10	4
43	Catarama plastic	ø12.4,13	12
44	Surub	ST4x10	12
45	Brat		2
46	Surub	M10x55x20	2
47	Surub	M4x12	2
48	Surub	5x5x15	2
49	Surub	M6x15	2

50	Saiba plata	ø8xø30xt3.0	2
51	Rotita		1
52	Ax	ø15x30	1
53	Piulita	M8	2
54	Piulita	M8	6
55	Scripete	ø38x22	1
56	Ax	ø10	1
57	Capace	45x90xt1.5	4
58	Picioruse		5
59	Roti		2
60	Surub	ø8x33xM6x15	2
61	Surub	M5x60	1
62	Piulita	M5	2
63	Rulmenti	6004-2RS	2
64	Inductie		1
65	Surub	ST4x12	1
66	Manson ax 1		1
67	Manson ax 3		1
68	Ax	ø20x115	1
69	Scripete	ø308x22	1
70	Manson ax 2		1
71	Set magnet		1
72	AX	ø12x50	1
73	Arc		1
74	Magnet		1
75	Volanta dubla	ø280/9kg	1
76	Curea	540PJ6	1
77	Banda decorativa		1
78	Carcasa plastic	ø42.5x30	2
79	Senzori puls		2
80	Surub	ST4x20	2
81	Capace manere	ø28xt1.5	2
82	Spuma	ø32xt3.0x480	2
83	Inel siguranta	ø12	2
84	Pedala stanga	406x187x74	1
85	Pedala dreapta	406x187x74	1
86	Surub	M6x12	8
87	Rulmenti	6003-2RS	4
88	Rulmenti	6200-2RS	4
89	Spuma pentru manere	ø36xt3.0x720	2
90	Capace manere	ø32xt1.5	2
91	Carcasa stanga		1
92	Carasa dreapta		1
93	Surub	ST4x25	5
94	Inel de siguranta	ø40	2
95	Rulment	2203-2RS	2
96	Surub	M8x120	1
97	Cablu		1
98	Senzor magnetic		1
99	Cablu alimentare		1
100	Cablu frana		1
101	Disc		2

102	Saiba	ø17	2
103	Piulita	M10	5
104	Surub	M10x20	4
105	Surub (L)	M8x20-L	1
106	Surub	ST4x16	12

Funcții ecran

Denumire	Descriere
TIMP	Incepe numaratoarea de la 0 atunci cand nu a fost setata o valoare tinta. Intervalul este cuprins intre: 00:00 – 99:59. Numarare inversa – daca valoarea pentru timp a fost presetata Incepe numaratoarea inversa de la valoarea pre-setata pana la 0.
VITEZA	Afiseaza viteza curenta. Viteza maxima este de 99.9 km/h sau ml/h.
RPM	Afiseaza numarul de rotatii pe minut in intervalul: 0~15~999.
DISTANTA	Afiseaza distanta totala de la 0.00 la 99.99 km Utilizatorul poate preseta valoarea tinta folosind butonul UP/DOWN. Fiecare apasare a butonului creste/scade viteza cu 0.1 km
CALORII	Afiseaza consumul de calorii in timpul antrenamentului, de la 0 la 9999 cal. Valorile afisate au caracter orientativ si nu trebuie considerate date medicale.
PULS	Puteti seta valoarea tinta in intervalul: 0---30 pana la 230. Se emite un semnal acustic pentru a va avertiza ca pulsul actual depaseste valoarea tinta.
WATTS	Afiseaza consumul de energie. Intervalul este cuprins intre: 0~999.
MANUAL	Mod manual de antrenament
BEGINNER	Program incepatori
ADVANCE	Program avansati
SPORTY	Program Sporty
CARDIO	Program ritm cardiac tinta
WATT PROGRAM	Program de antrenament WATT

Funcții butoane

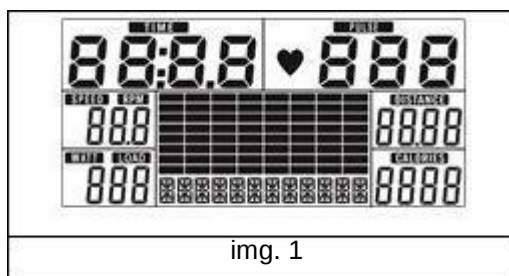
Denumire	Descriere
UP	Cresterea rezistentei. Setare selectie.
DOWN	Scaderea rezistentei. Setare selectie.

Mode/Enter	Confirma setarea setarea sau selectia.
Reset	Tineti apasat butonul timp de 2 secunde. Calculatorul se va restarta. Revenire la meniul principal din modul stop.
Start/Stop	Incepeti sau finalizati antrenamentul.
Recovery	Testeaza statusul de recuperare a pulsului
Body Fat	In modul STOP, apasati pentru masurarea grasimii corporale.

OPERARE CONSOLA

PORNIRE

Asigurati alimentarea cu curent si consola va porni afisand toate segmentele pe ecranul LCD imp de 2 secunde (img. 1).



img. 1

SELECTIE ANTRENAMENT

Folositi butoanele UP sau DOWN pentru a selecta modul de antrenament Manual (img. 2) – Beginner (img. 3) – Advance (img. 4) – Sporty (img. 5) – Cardio (img. 6) – WATT (img. 7).

The LCD display shows '0:00' at the top left, a 'P' at the top right, and 'MANUAL' in the center. Other metrics like speed, distance, and calories are also visible.	The LCD display shows '0:00' at the top left, a 'P' at the top right, and 'BEGINNER' in the center. Other metrics like speed, distance, and calories are also visible.
img. 2	img. 3
The LCD display shows '0:00' at the top left, a 'P' at the top right, and 'ADVANCE' in the center. Other metrics like speed, distance, and calories are also visible.	The LCD display shows '0:00' at the top left, a 'P' at the top right, and 'SPORTY' in the center. Other metrics like speed, distance, and calories are also visible.
img. 4	img. 5
The LCD display shows '0:00' at the top left, a 'P' at the top right, and 'CARDIO' in the center. Other metrics like speed, distance, and calories are also visible.	The LCD display shows '0:00' at the top left, a 'P' at the top right, and 'WATT' in the center. Other metrics like speed, distance, and calories are also visible.
img. 6	img. 7

MOD MANUAL

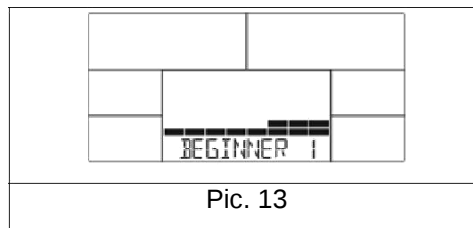
Apasati butonul START din meniul principal pentru a incepe antrenamentul in modul manual.

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta programul de antrenament, alegeti MANUAL apoi apasati MODE/ENTER pentru a confirma.
2. Folositi butoanele UP sau DOWN pentru a seta parametri TIME (img. 8), DISTANCE (img. 9), CALORIES (img. 10), PULSE (img. 11) si apasati MODE/ENTER pentru a confirma.
3. Apasati butoanele START/STOP pentru a incepe/finaliza antrenamentul. Folositi butoanele UP sau DOWN pentru ajustarea nivelului rezistentei. Daca nivelul rezistentei nu va fi ajustat in 3 secunde, consola va trece automat la afisarea WATT (img. 12).
4. Apasati butoanele START/STOP pentru a pauza antrenamentul. Apasati RESET pentru a reveni la meniul principal.

	
img. 8	img. 9
	
img. 10	img. 11
	
img. 12	

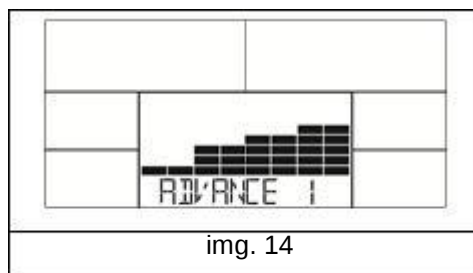
MOD BEGINNER

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta programul de antrenament. Alegeti modul BEGINNER si apasati MODE/ENTER pentru confirmare.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta programul Beginner 1~4 (img. 13) si apasati MODE/ENTER.
3. Apasati UP sau DOWN pentru a seta TIME.
4. Apasati START/STOP pentru a incepe antrenamentul. Apasati UP sau DOWN pentru ajustarea nivelului rezistentei.
5. Apasati START/STOP pentru a pauza antrenamentul. Apasati RESET pentru a reveni la meniul principal.



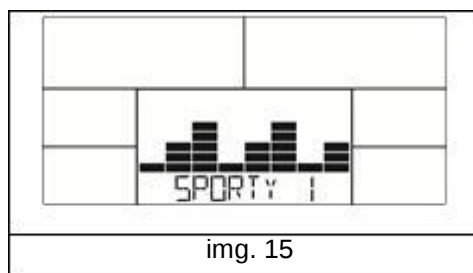
MOD ADVANCE

1. Apasati UP sau DOWN pentru selectarea programului de antrenament. Alegeti modul ADVANCE si apasati MODE/ENTER pentru confirmare.
2. Apasati UP sau DOWN pentru selectarea programului Advance 1~4 (Pic. 14) si apasati MODE/ENTER pentru confirmare.
3. Apasati UP sau DOWN pentru a seta valoare pentru TIME.
4. Apasati START/STOP pentru a incepe antrenamentul. Apasati UP sau DOWN pentru ajustarea nivelului rezistentei.
5. Apasati START/STOP pentru a pauza antrenamentul. Apasati RESET pentru a reveni la meniul principal.



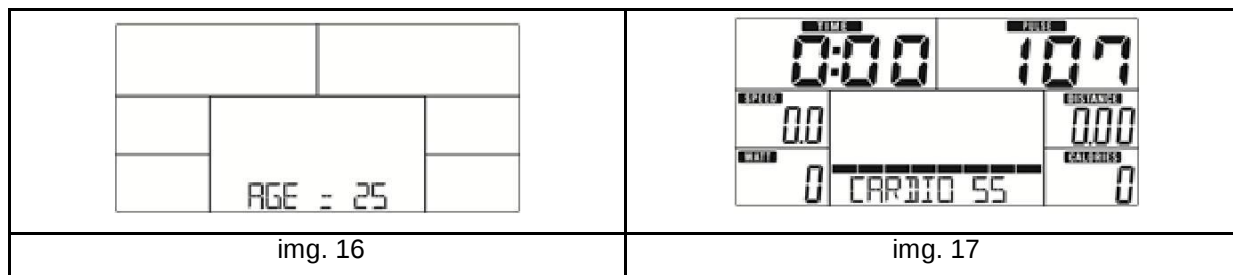
MOD SPORTY

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta programul de antrenament. Alegeti modul SPORTY si apasati MODE/ENTER pentru confirmare.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta programul Sporty 1~4 (img. 15) si apasati MODE/ENTER pentru confirmare.
3. Apasati UP sau DOWN pentru a seta valoarea pentru TIME.
4. Apasati START/STOP pentru a incepe antrenamentul. Folositi UP sau DOWN pentru ajustarea nivelului rezistentei.
5. Apasati START/STOP pentru a pauza antrenamentul. Apasati RESET pentru a reveni la meniul principal.



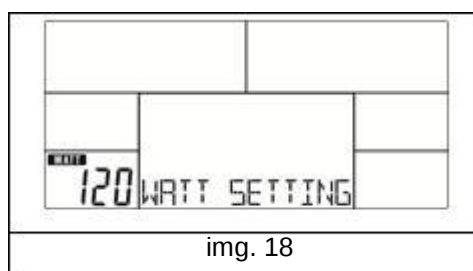
MOD CARDIO

1. Apasati UP sau DOWN pentru selecta programul de antrenament. Apasati H.R.C. apoi MODE/ENTER pentru confirmare.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a seta varsta-AGE (img. 16).
3. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta 55% (img. 17), 75%, 90% sau TAG (target H.R.). Implicit: 100.
4. Apasati UP sau DOWN pentru a seta valoarea pentru TIME.
5. Apasati START/STOP pentru a incepe/opri antrenamentul. Apasati RESET pentru a reveni la meniul principal.



MOD WATT

1. Apasati UP sau DOWN pentru a selecta programul de antrenament. Alegeti WATT si apasati MODE/ENTER pentru confirmare.
2. Apasati UP sau DOWN pentru a seta valoarea tinta WATT (Implicit: 120, img. 18).
3. Apasati UP sau DOWN pentru a seta valoarea pentru TIME.
4. Apasati START/STOP pentru inceperea antrenamentului. Apasati UP sau DOWN pentru ajustarea nivelului WATT.
5. Apasati START/STOP pentru a pauza antrenamentul. Apasati RESET pentru a reveni la meniul principal.



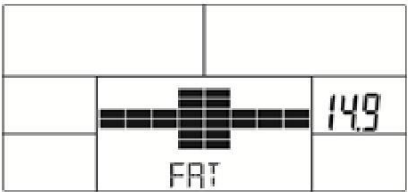
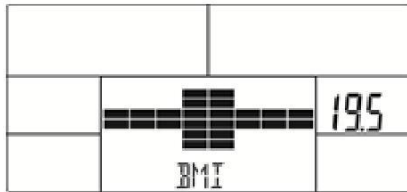
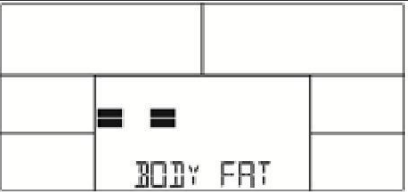
RECOVERY

Dupa cateva minute de antrenament, tineti palmele pe senzorii de puls sau purtati curea pentru piept si apasati butonul RECOVERY. Nu vor mai fi afisate alte functii cu exceptia timpului. Incepe numaratoarea inversa de la 00:60 la 00:00 (img. 19). Ecranul va afisa statusul de recuperare a pulsului cu notatiile F1, F2 ... la F6. F1 este rezultatul cel mai bun, F6 este rezultatul cel mai slab (img. 20).

	
img. 19	img. 20

BODY FAT

1. In STOP mode, apasati butonul BODY FAT pentru a incepe masurarea grasimii corporale.
2. Selectati datele pentru GEN (img. 21), VARSTA, INALTIME, GREUTATE. Apoi incepe masuratoarea.
3. In timpul masuratorii, utilizatorul trebuie sa tina ambele maini pe senzorii de puls. Ecranul LCD va afisa “=” “=” (img. 22) timp de 8 secunde pana ce calculatorul va finaliza masuratoarea.
4. Ecranul LCD afiseaza simbolul BODY FAT advice, procentaj BODY FAT (img. 23), BMI (img. 24) timp de 30 secunde.
5. Mesaj eroare:
 - Ecranul LCD afiseaza “== “=” (img. 25) – palmele nu sunt situate pe senzorii de puls sau cureaua de piept nu este purtata corect.
 - E-1 – Nu este detectat semnalul pentru puls.
 - E-4 – Apare cand FAT% este sub 5 sau depaseste 50 iar rezultatul BMI este sub 5 sau depaseste 50 (img. 26).

	
img. 21	img. 22
	
img. 23	img. 24
	
img. 25	img. 26

NOTA:

1. Dupa 4 minute de inactivitate, consola intra in modul de economisire a energiei. Apasati orice tasta pentru o porni.
2. Cand calculatorul nu functioneaza corespunzator, opriti alimentarea si porniti din nou.

APP

1. Consola se poate conecta la diverse aplicatii prin Bluetooth.
2. Odata ce consola a fost conectata la aplicatie prin bluetooth, consola se va opri.