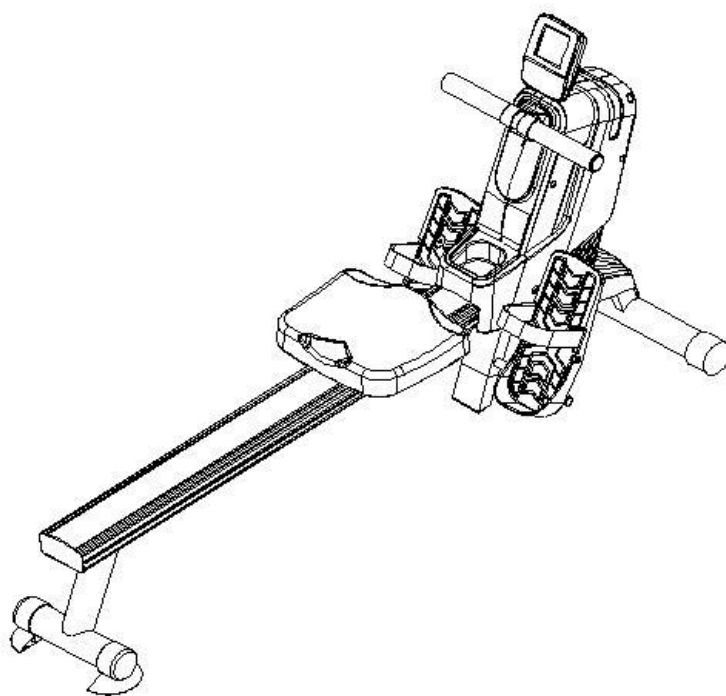




MANUAL DE UTILIZARE
IN 16635 Aparat de vaslit inSPORTline Yukona



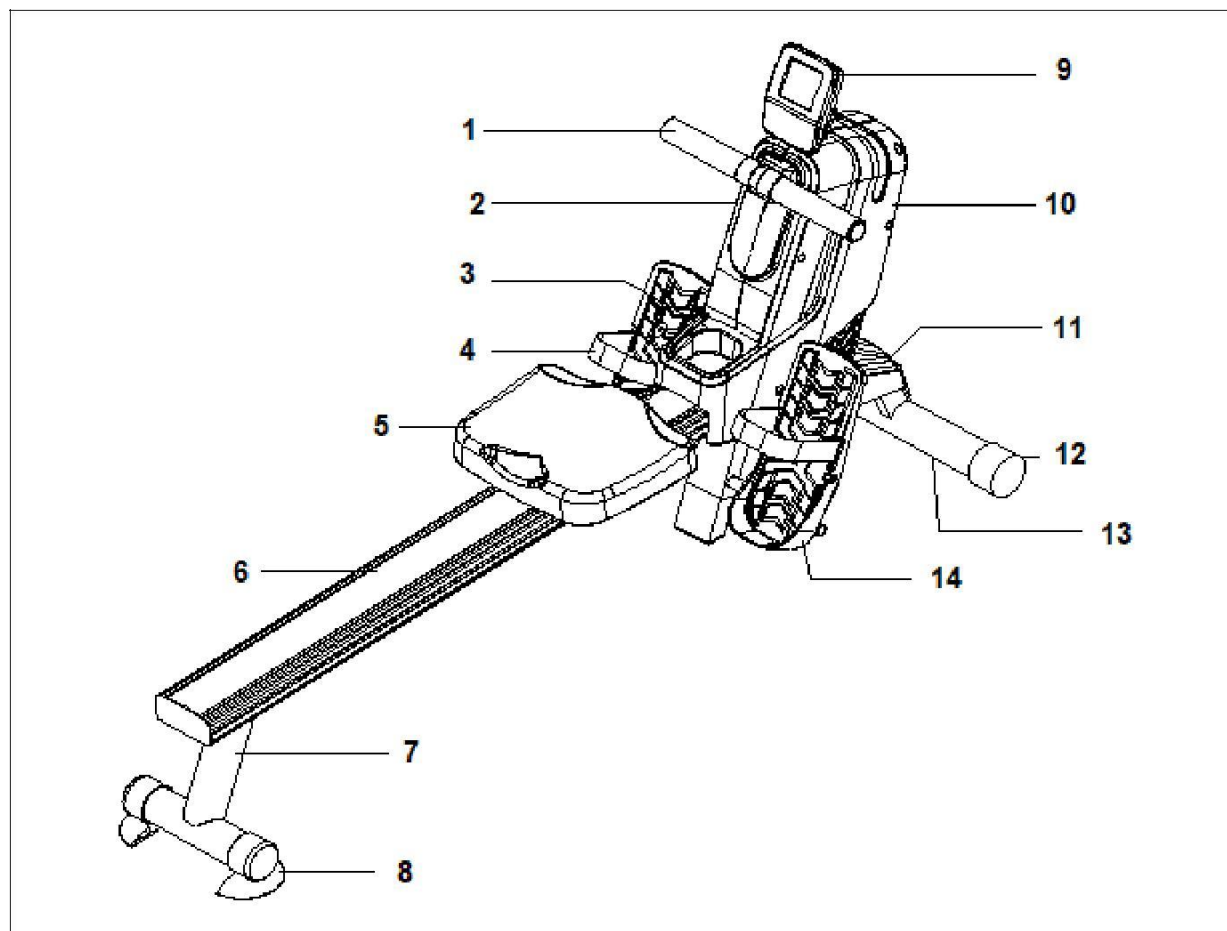
CONTINUT

MASURI DE SIGURANTA	3
DESCRIEREA PRODUSULUI	4
PIESE DE ASAMBLARE	5
PASII DE ASAMBLARE	6
DEPOZITARE	9
INSTRUCTIUNI DE MANEVRARE	9
DESEN DETALIAT	10
LISTA DE PIESE	11
INSTRUCTIUNI DE ECRAN	14
PORNIRE	14
FUNCTIILE BUTOANELOR	14
FUNCTII	15
OPERATIUNI	16
PROGRAM MANUAL	16
PROGRAM DE COMPETITIE (PROGRAM 15)	16
PROGRAMUL P16	17
PROGRAM DE UTILIZATOR (U1-U4)	17

MASURI DE SIGURANTA

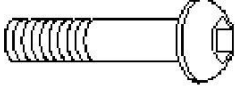

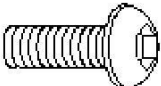






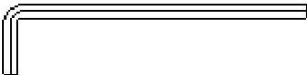
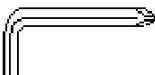
- Cititi acest manual cu atentie inainte de prima utilizare si pastrati-l pentru referinte viitoare.
- Respectati toate avertismentele si precautiile, inclusive pasii de asamblare. Utilizati-l numai pentru scopul dorit.
- Asamblati-l si folositi-l in conformitate cu acest manual pentru a va asigura siguranta. Informati toti ceilalti utilizatori despre utilizarea in siguranta.
- Tineti deoparte de copii si animale de companie. Nu lasati copii nesupravegheati langa acest produs. Numai o persoana adulta poate sa-l asambleze si sa-l foloseasca.
- Inainte de a incepe orice program de exercitii, adresati-va medicului Dvs. pentru recomandari. Este deosebit de necesar daca suferiti de unele probleme de sanatate, sau daca luati unele medicamente care ar putea afecta frecventa cardiaca, presiunea arteriala sau nivelul de colesterol.
- Respectati semnalele corpului. Daca simbititi unele problem (durere, senzatia de stranger in piept, batai neregulate ale inimii, dificultati de respiratie, ameteala sau greata), opriti-va imediat. Exerciitiile necorespunzatoare pot duce la probleme grave de sanatate sau accidentare.
- Puneti-l numai pe o suprafata plana, uscata si curata si pastrati o distanta de siguranta de cel putin 0,6m de alte obiecte pentru o mai mare siguranta. Folositi un covor de protectie pentru a va proteja covorul sau podeaua.
- Purtati haine si incaltaminte adecvate de sport. Evitati imbracamintea prea larga.
- Nu il folositi in aer liber.
- Verificati dispozitivul inainte de fiecare utilizare daca este deteriorat sau uzat. Verificati periodic toate bolturile si piulitele. Ar trebui sa fie bine stranse. Re-strangeti daca este necesar. Pentru a va asigura siguranta, nu utilizati niciodata un dispozitiv deteriorate sau uzat.
- Daca apar margini ascutite, nu mai utilizati.
- Daca auziti sunete stranii din dispozitiv, nu mai utilizati.
- Nicio parte reglabila nu ar trebui sa impiedice miscarile utilizatorului. Numai o singura persoana il poate folosi in acelasi timp.
- Nu este destinat scopurilor terapeutice.
- Acordati atentie ridicarii sau transportului pentru a evita ranirea spatelui. Utilizati numai tehnici adecvate de ridicare sau cereti ajutorul unei persoane.
- Nu efectuati modificari necorespunzatoare ale acestui produs. Daca este necesar, contactati service-ul autorizat.
- **Limita de greutate:** 110 kg
- **Categorie:** HC (in conformitate cu normele EN957) adecvat pentru uz casnic
- **ATENTIE!** Monitorizarea frecventei cardiace poate sa nu fie complet precisa. Suprasolicitarea in timpul antrenamentului poate duce la vatamari grave sau chiar la moarte. Daca incepeti sa va simtiti slab, opriti imediat exercitiul.

DESCRIEREA PRODUSULUI



1)	Ghidon
2)	Carcasa stanga
3)	Suport pentru sticla
4)	Curea de pedalare
5)	Scaun
6)	Sina
7)	Suportul din spate
8)	Capacul din spate
9)	Ecran
10)	Carcasa dreapta
11)	Carcasa din fata
12)	Roti de transport
13)	Suportul din fata
14)	Pedala

PIESE DE ASAMBLARE

Nr.	Poza	Descriere	Buc.
84		Surub M8x40 mm	2
60		Surub M8x15 mm	6
85		Surub M8x20 mm	2
62		Saiba plata M8	8
83		Saiba mare M8	2
64		Saiba plata M6	5
61		Saiba grover M8	4
81		Surub in cruce ST4.2x45	1
63		Surub cu cap plat in cruce M6x15	5
59		Cheie Allen 5 mm	1
69		Surubelnita si cheie	1

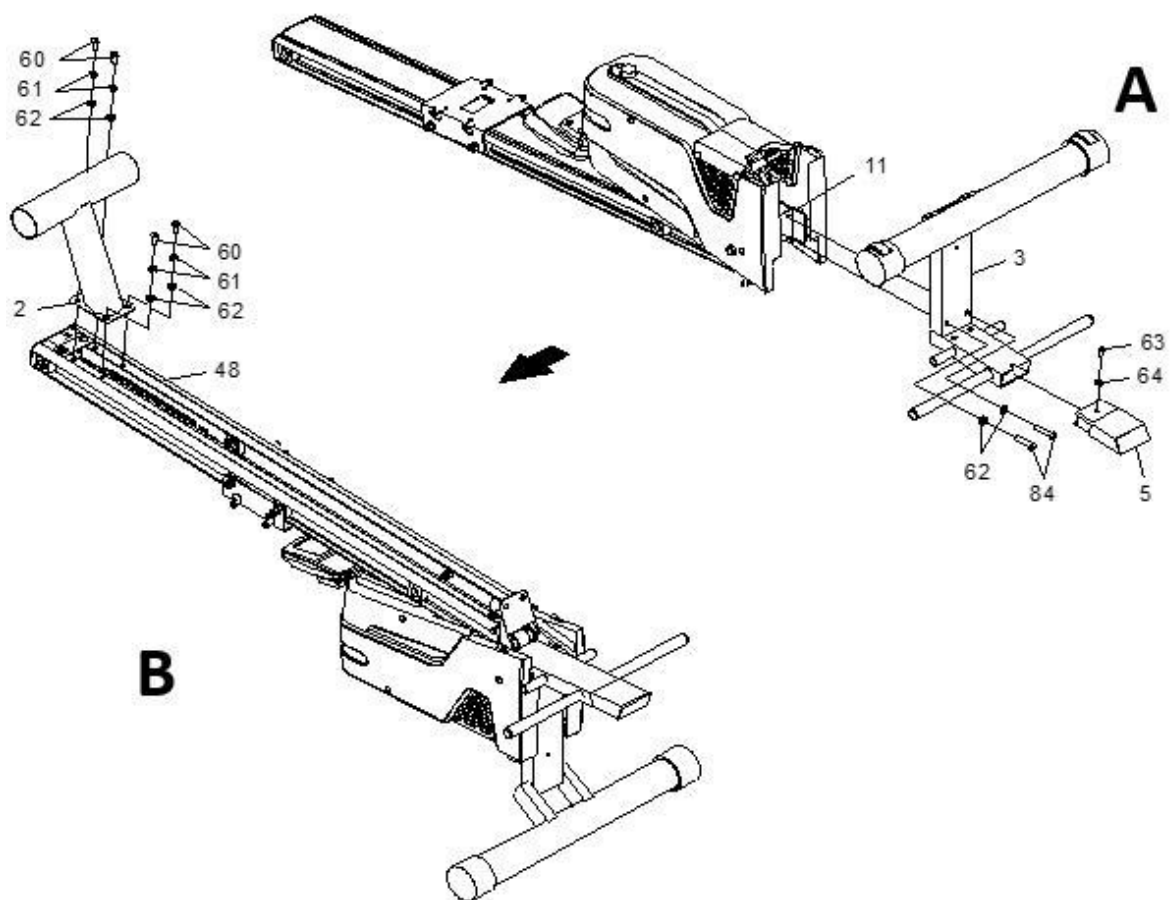
PASII DE ASAMBLARE

PASUL 1

- Pozitionati aparatul de vaslit conform pozei A.
- Inserati suportul din spate (5) in cadrul de baza (3) si blocati cu surubul M6x15 mm (63) si saiba plata M6 (64).
- Atasati cadrul de baza (3) la suportul de conectare (11) cu suruburile M8x40 mm (84) si saibele M8 (62).

PASUL 2

- Urmati ilustratia B. Intoarcati cu susul in jos aparatul de vaslit. Atasati suportul din spate (2) la sina (48) utilizand suruburile M8x15 mm (60), saibele plate M8 (61) si saibele M8 (62).

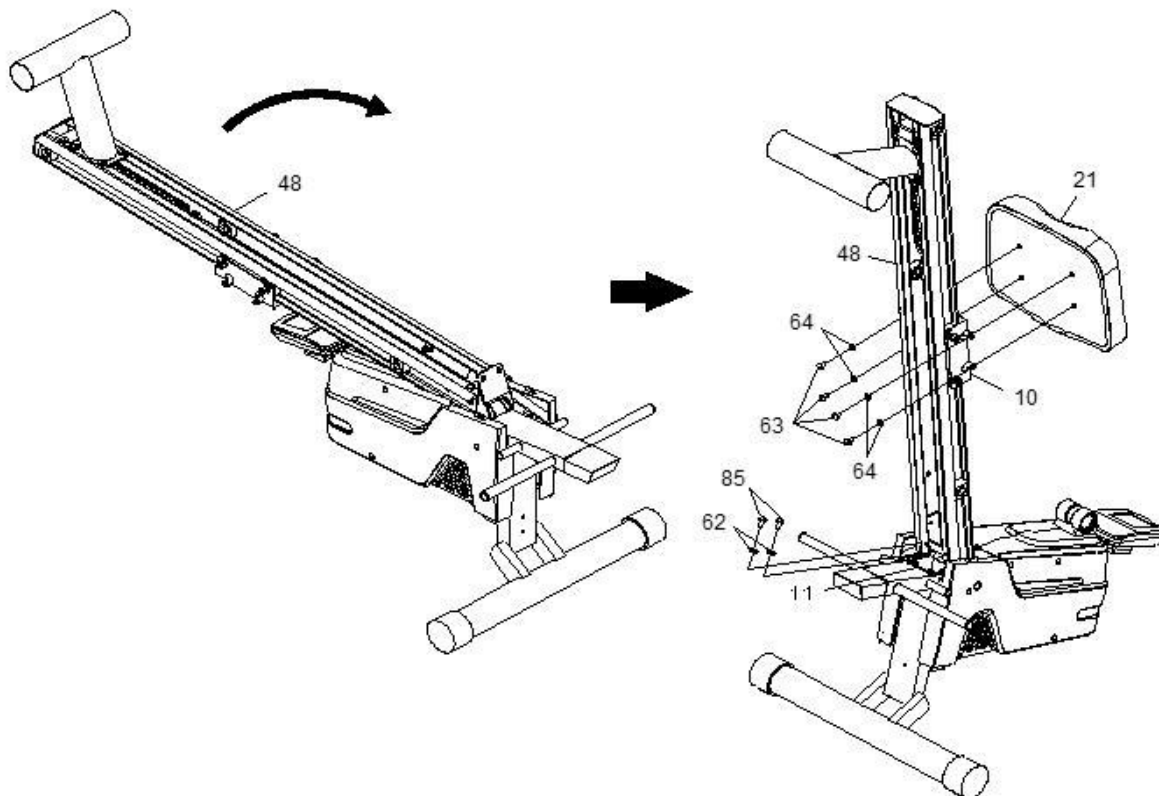


PASUL 3

- Desfaceti sina (48) si dupa atasati suportul de conectare (11) la cadrul de baza (3) utilizand suruburile M8x20 mm (85) si saibele M8 (62).

PASUL 4

- Atasati scaunul (21) in suportul de scaun (10) cu surubul plat in cruce M6x15 mm (63) si saibele M6 (64).



PASUL 5

- Inserati ghidonul (15) prin mansonul ghidonului. (103) Glisati manerul de spuma (22) pe capatul proeminent al ghidonului (15).

NOTA: Lubrifiați ghidonul (15) cu o cantitate mica de sapun lichid sau apa pentru o instalare mai usoara a mansonului. (22).

PASUL 6

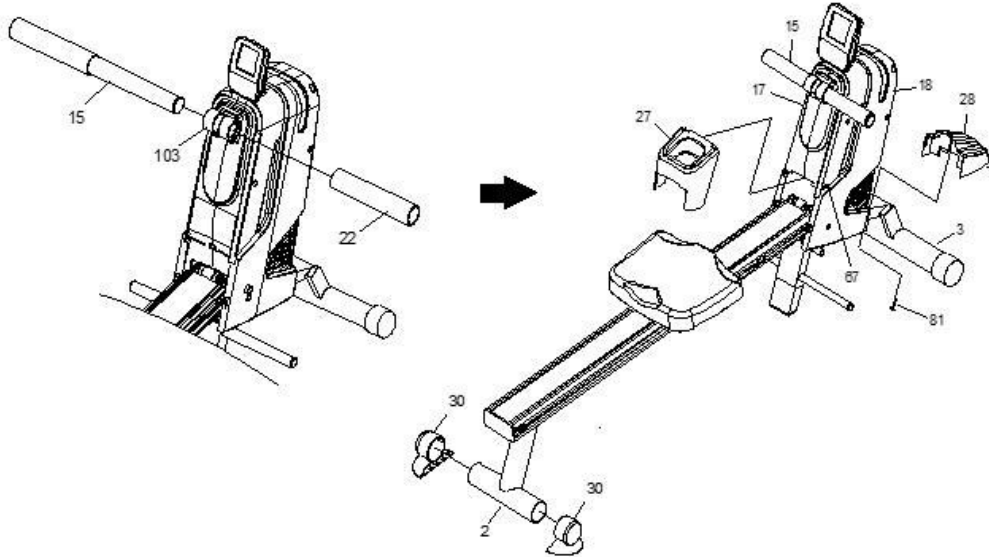
- Puneti capacul din spate (30) in suportul din spate (2).

PASUL 7

- Inchideti carcasa din fata (28) in cadrul de baza (3) cu surubul ST4.2x45 (81).

PASUL 8

- Montati suportul de sticla. (27). Pentru a face acest lucru, slabiti surubul M4.2x16 mm (67) de pe carcasa dreapta (18). Impingeti suportul de sticla (27) in spatial dintre carcasele din partea stanga si dreapta (17 and 18) si strangeti surubul M4.2x16 mm (67) iar.

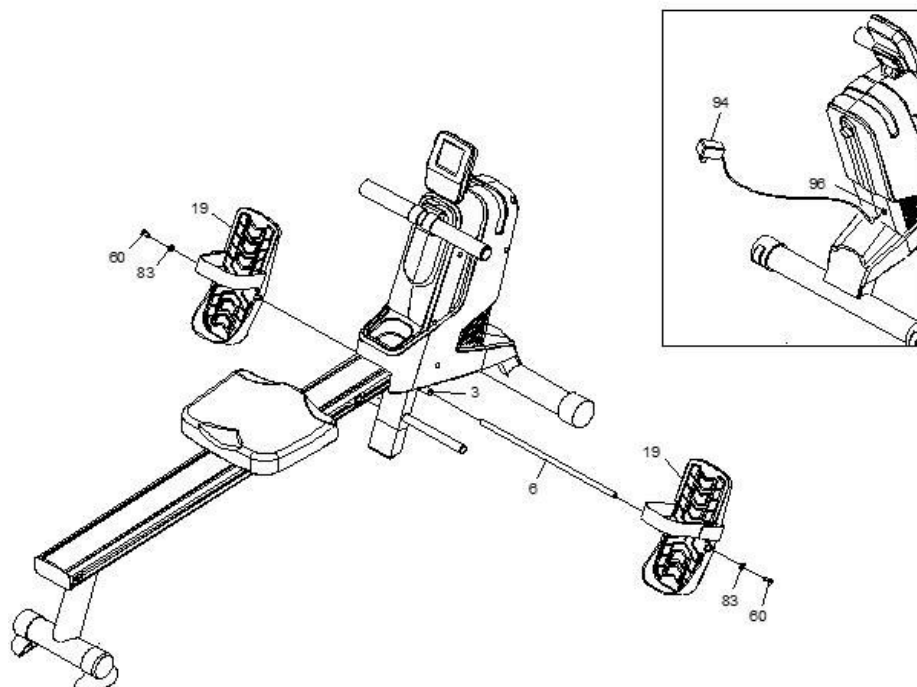


PASUL 9

- Inserati axul pedalei (6) in tubul care este pe cadrul de baza. (3). Glisati capacul pedalelor (19) in fiecare capat al axului pedalei (6). Asigurati capacul pedalei (19) folosind suruburile M8x15 mm (60) si saiba mare M8 (83) pe fiecare capat al axei pedalei (6). Trebuie sa folositi doua chei Allen pentru a strange suruburile M8x15 mm (60) la fiecare capat al axei pedalei (6) in acelasi timp.

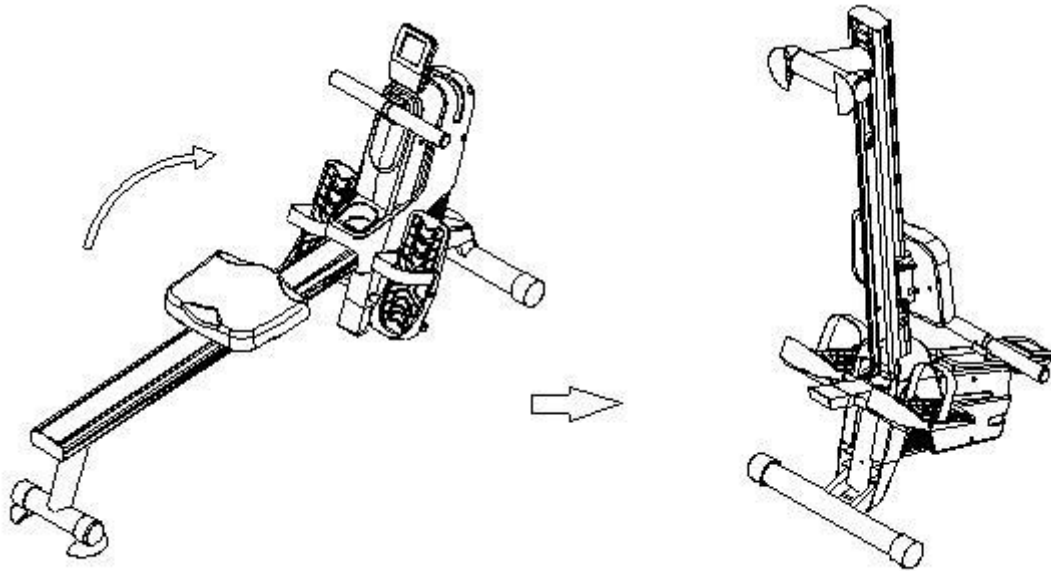
PASUL 10

- Inserati adaptorul (94) in gaura pentru cablul de alimentare DC. (96).



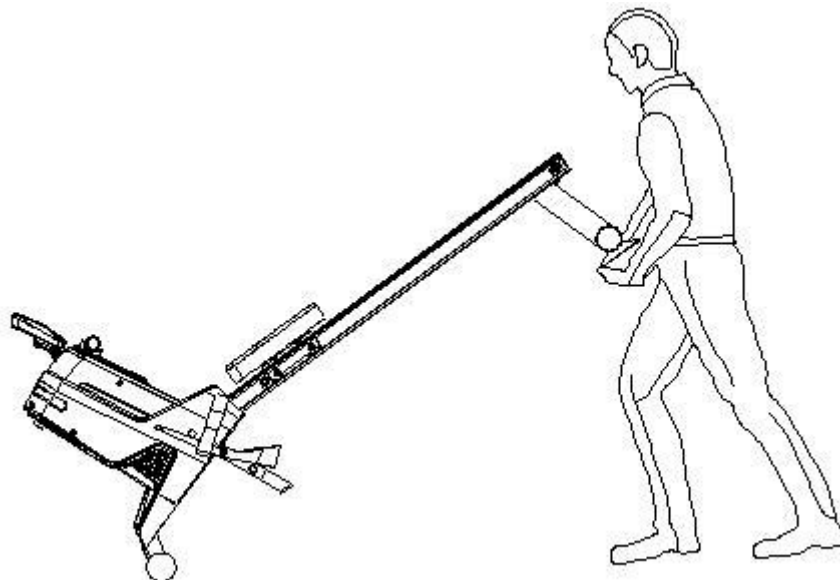
DEPOZITARE

- Depozitati-l numai intr-un loc curat si uscat.
- Mutati acest dispozitiv folosind rotile din partea frontala a cadrului de baza. (3). Ridicati cadrul din spate (2) ca sa-l miscati. Niciodata nu folositi scaunul (21) ca sa-l impingeti sau sa-l trageti. Scaunul s-ar putea misca, suportul de scaun (10) v-ar putea rani sau strivi degetele.
- Vedeti imaginile de mai jos cum sa ridicati aparatul inainte de depozitare.



INSTRUCTIUNI DE MANEVRARE

- Ridicati cadrul din spate, impingeti aparatul de vaslit ca sa-l mutati.



LISTA DE PIESE

Nr.	Obiect	Buc.
1	Cadrul principal	1
2	Stativul din spate	1
3	Cadrul de baza	1
4	Cureaua de picior	1
5	Suportul din spate	1
6	Axul pedalei	1
7	Carlig de arc spate	1
8	Carlig de arc	1
9	Capacul sinei	1
10	Suportul de scaun	1
11	Cureaua de conectare	1
12	Cureaua magnetica	1
13	Distantier ($\varnothing 12.8 \times 38.5$ mm)	1
14	Tija axului ($\varnothing 12.8 \times 58.5$ mm)	1
15	Ghidon	1
16	Auto-drill cu cap rotund (ST4.2x20 mm)	6
17	Carcasa stanga	1
18	Carcasa dreapta	1
19	Capacul pedalei	2
20	Cureaua pedalei	2
21	Scaun	1
22	Maner de spuma	2
23	Dop rotund ($\varnothing 32$ mm)	2
24	Suport ghidon	1
25	Curea (13x1.5x1950 mm)	1
26	Curea verso (9x2x1700 mm)	1
27	Suport de sticla	1
28	Carcasa frontala	1
29	Roti de transportare	2
30	Capac	2
31	Piedica scaun	4
32	Carcasa rulmenti	2
33	Suport cauciuc	1
34	Motor	1
35	Ecran	1

36	Placa ecran	1
37	Suport picior	1
38	Cilindru PU	4
39	Carcasa rulmenti verso	2
40	Ax scripete $\varnothing 10 \times 100$	1
41	Curea scripete	1
42	Rulment (6000RS)	2
43	Rulment (6003zz)	2
44	Scripete $\varnothing 155 \times J3$	1
45	Surub cu cap rotund (M6x25 mm)	1
46	Rulment cu un sens (16003)	1
47	Manson	1
48	Sina	1
49	Volanta magnetica	1
50	Axa volantei	1
51	Curea in V (220 PJ3)	1
52	Cilindru	1
53	Rotita	2
54	Surub M8x20	2
55	Rulment (608zz)	4
56	Conector rotund ($\varnothing 19$ mm)	2
57	Surub cu cap rotund M5x20	4
58	Arc revenire	1
59	Cheie Allen (5 mm)	1
60	Surub M8x15	16
61	Saiba de blocare (M8)	16
62	Saiba (M8)	29
63	Surub cu cap rotund M6x15	5
64	Saiba plata M6	5
65	Surub cu cap hexagonal M8x32	4
66	Piulita din nylon M8	10
67	Surub cu cap transversal ST4.2x16	14
68	Senzor clip	1
69	Cheie Allen (5 mm) cu surubelnita	1
70	Surub cu cap rotund M6x12	6
71	Carcasa de rulment $\varnothing 75 \times \varnothing 31.5 \times 2.0T$	2
72	Saiba M4x10	1
73	Inel in forma de C M17	6



74	Inel de interior in forma de C M35	1
75	Distantier	4
76	Mufa de retinere	1
77	Surub M6	2
78	Bratara de tensiune	2
79	Piulita M10	4
80	Piulita M6	3
81	Surub cu cap rotund ST4.2x45	1
82	Surub in cruce M5x12	4
83	Saiba mare M8	2
84	Bolt M8x40	3
85	Bolt M8x20	6
86	Surub M6x12	4
87	Bolt M8x60	2
88	Bolt M8x80	1
89	Distantier S10	2
90	Piulita subtire M10	2
91	Roata de ghidare	2
92	Senzor magnetic	2
93	Arc	1
94	Adaptor	1
95	Cablu	1
96	Cablu de alimentare DC	1
97	Cablu de sensor 1	1
98	Cablu de sensor 2	1
99	Placa EVA 180x30x1.0T	1
100	Placa EVA 65x12x1.0T	2
101	Cablu de tensiune	1
102	Rulment (6003RS)	4
103	Manson maner	1
104	Suport cauciuc	2
105	Bratare de tensiune	1
106	Surub in cruce M5x8	4
107	Saiba S17	1

INSTRUCTIUNI DE ECRAN

PORNIRE

- Conectati toate cablurile la ecran.
- Dupa pornire, tot LCD-ul se va alumina pentru 2 secunde si CPU va reseta rezistenta la nivelul 1. Monitorul va intra in modul initial.
- Daca cablurile nu sunt instalate correct, monitorul nu va functiona. Inainte sa contactati service-ul: verificati conectarea cablurilor si reporniti ca sa se auda un sunet de beep sau apasati butonul START/STOP. Tineti apasati ca sa reporniti sistemul. Daca nici asa nu functioneaza, contactati service-ul autorizat.

FUNCTIILE BUTOANELOR

START/STOP	<input type="checkbox"/> Pentru a incepe sau pune pe pauza antrenamentul.
FUN/SCAN	<input type="checkbox"/> In modul oprit, apasati sa intrati in setari. <input type="checkbox"/> Confirmati valoarea parametrilor si intrati in urmatoarea setare. <input type="checkbox"/> In modul pornit, apasati pentru a va arata valoarea parametrilor setati. <input type="checkbox"/> Apasati sa se schimbe in functia de scanare automata si afisarea parametrilor.
	<input type="checkbox"/> In setarea parametrilor, apasati ca sa ridicati valoarea. <input type="checkbox"/> In starea de pornire, apasati pentru a mari rezistenta.
	<input type="checkbox"/> In setarea parametrilor, apasati ca sa scadeti valoarea. <input type="checkbox"/> In starea de pornire, apasati pentru a scadea rezistenta.
PROG/RESET	<input type="checkbox"/> In starea de oprit, apasati ca sa selectati modele de miscare necesare. <input type="checkbox"/> In orice stare apasati lung (pentru 5 secunde) si ceasul electronic se va reseta. Toate datele, cu exceptia ODO vor fi resetate.

- Combinatia de butoane: FUN/SCAN si simultan butonul SUS (+) pentru 3 secunde - introspectie de motor.
- Combinatia de butoane: PROGRAM si JOS (-) in acelasi timp pentru 3 secunde – evaluarea valorilor ODO.

FUNCTII

PROGRAM

Selectarea modului de antrenament. Exista in total 21 de programe manuale (P01-P16 and U1-U4).

TIMP

Timpul de exercitii va fi afisat in timpul antrenarii. Daca nu se detecteaza niciun semnal in 256 secunde, acesta intra in modeul repaos. Pentru a trezi computerul, apasati orice buton, dati niste date sau incepeti antrenamentul. Toate valorile vor fi resetate la 0.

Numarare: fara setari de valoare, monitorul va numara pentru intervalul de timp 0:00 – 99:59.

Numaratoare inversa: daca timpul de antrenament a fost setat, sistemul va incepe numaratoarea inversa de la valoarea prestabilita. Dupa atingerea valorii de setare, monitorul emite semnale sonore si se opreste. Apasati tasta START/STOP pentru numaratoare de la 0:00.

DISTANTA

Distanta va fi afisata pe ecran. Monitorul incepe sa calculeze in intervalul 1– 999 m (unitate de masura: 1 m). Dupa ce ajunge la 1 km, unitatea de masura devine 0.1 km (100 m). Monitorul poate afisa de la 1.000 km pana la 9.999 km.

Numarare: fara setarea valorii distantei, monitorul va numara de la 1 m pana la 9.999 km.

Numaratoare inversa: daca distanta a fost setata, sistemul va incepe numaratoarea inversa de la valoarea prestabilita. Dupa atingerea valorii de setare, monitorul emite semnale sonore si se opreste. Apasati tasta START/STOP pentru numaratoare de la 1 m.

CALORII

Numarul de calorii arse vor fi afisate pe ecran. Intervalul este: 0.0-999 kcal.

Numarare: fara setarea valorii calorice, monitorul va numara de 0.0 la 999.

Numaratoare inversa: daca valoarea calorica a fost setata, sistemul va incepe numaratoarea inversa de la valoarea presetata. Pe masura ce atingeti valoarea setata, monitorul emite semnale sonore si se opreste. Apasati tasta START/STOP pentru numaratoare de la 0.0.

NUMARAREA MISCARILOR

Numarul de miscari (vasliri) va fi afisat pe ecran in timpul exercitiului. Daca nu exista semnal in 256 secunde, se va reseta la 0.

Numarare: fara setarea valorii de miscari, monitorul va numara de la 0 pana la 9999.

Numaratoare inversa: daca valoarea vaslirilor a fost setata, sistemul va incepe numaratoarea inversa de la valoarea prestabilita. Dupa atingerea valorii de setare, monitorul va emite semnale sonore si se opreste. Apasati tasta START/STOP pentru numaratoare de la 0.

WATT

Valoarea curentului actual in timpul antrenamentului. Va fi schimbat cu rezistenta sau viteza.

VASLIRI/MIN.

Inseamna miscari (vasliri) pe minut.

OPERATIUNI

Exista in total 21 de programe manuale. Utilizatorul poate seta timpul de antrenament si apoi programul imparte aceasta perioada de antrenament (timp) in 10 parti.

Daca utilizatorul nu seteaza timpul de antrenament, programul va numara fiecare secunda si fiecare parte va dura un minut.

PROGRAM MANUAL

Programe presetate: Programele 01-14

- Apasati tasta PROGRAM pentru a alege programul dorit.
- Apasati tasta FUN/SCAN pentru a intra in program.
- Afisajul de timp va clipi. Apoi apasati tasta SUS (UP) sau JOS (DOWN) pentru a seta timpul dorit de antrenament. Apasati iar FUN/SCAN pentru a confirma valoarea selectata.
- Afisajul de numarare va clipi. Apoi apasati tasta SUS (UP) sau JOS (DOWN) pentru a seta valoarea dorita. Apasati iar FUN/SCAN pentru a confirma valoarea selectata.
- Afisajul de distant va clipi. Apoi apasati tasta SUS (UP) sau JOS (DOWN) pentru a seta valoarea dorita. Apasati iar FUN/SCAN pentru a confirma valoarea selectata.
-
- Afisajul de calorii va clipi. Apoi apasati tasta SUS (UP) sau JOS (DOWN) pentru a seta valoarea dorita. Apasati iar FUN/SCAN pentru a confirma valoarea selectata.
-
- Apasati tasta START/STOP pentru inceperea antrenamentului.

NOTA:

- Apasati butonul FUN/SCAN pentru a trece la urmatoarea functie de setare.
- Daca a fost atinsa valoarea dorita, sistemul va emite un semnal sonor. Daca exista mai multe valori prestabilite (necesare), apasati START/STOP pentru a va continua antrenamentul dupa semnalul sonor si puteti ajunge la urmatoarea.

PROGRAM DE COMPETITIE (PROGRAM 15)

- Apasati tasta PROGRAM si selectati P15.
- Apasati tasta FUN/SCAN pentru a intra in programul de competitie.
- Afisajul de timp va clipi. Apoi apasati tasta SUS (UP) sau JOS (DOWN) pentru a seta timpul dorit al exercitiului. Apasati iar FUN/SCAN pentru a confirma valoarea setata.
- Afisajul de distant va clipi. Apoi apasati tasta SUS sau JOS pentru a seta valoarea dorita. Apasati iar FUN/SCAN pentru a confirma valoarea setata.
- Apasati tasta START/STOP pentru a va incepe antrenamentul.

NOTA:

- Apasati tasta FUN/SCAN pentru a trece la urmatoarea setare.
- Exista doua parti ale afisajului (partea superioara si cea inferioara).

Partea superioara: distant de antrenament, fiecare bara inseamna 1/10 din distant dorita.

Partea inferioara: timpul de antrenament, fiecare bara inseamna 1/10 din timpul dorit.

- Daca utilizatorul ajunge la unitatea de timp de antrenament, si distant este mai mica decat timpul de antrenament, barele de distant vor clipi si inseamna ca utilizatorul nu atinge distant de antrenament necesara. In caz contrar, barele vor creste. Asta inseamna ca antrenamentul este corect.

PROGRAMUL P16

Calculatorul va ajusta nivelul de rezistentă în funcție de valoarea pulsului. Dacă valoarea curentă este mai mică decât valoarea dorită, rezistentă va fi marită. În caz contrar, va fi scăzută.

- Apasați tasta PROGRAM pentru P16.
- Apasați tasta FUN/SCAN pentru a intra în programul de pulsuri.
- Afisajul pulsului va clipi. Apoi apăsați tasta SUS sau JOS pentru a seta valoarea pulsului dorită pe care doriți să o atingeți. Apasați butonul FUN/SCAN pentru a confirma valoarea setată.
- Afisajul timpului va clipi. Apasați butonul SUS sau JOS pentru a stabili timpul de antrenament dorit. Apasați butonul FUN/SCAN pentru a confirma valoarea setată.
- Afisajul de numărare va clipi. Apasați butonul SUS sau JOS pentru a seta valoarea dorită. Apasați butonul FUN/SCAN pentru confirmarea valorii alese.
- Afisajul de distanță va clipi. Apasați butonul SUS sau JOS pentru a seta distanța pe care vreți să o parcurgeți. Apasați butonul FUN/SCAN pentru confirmarea valorii setate.

PROGRAM DE UTILIZATOR (U1-U4)

- Apasați butonul PROGRAM pentru a selecta U1-U4.
- Apasați butonul FUN/SCAN pentru a intra în program.
- Afisajul timpului va clipi. Apoi apăsați butonul SUS sau JOS pentru a seta timpul dorit de antrenament. Apasați iar butonul FUN/SCAN pentru a confirma valoarea aleasă.
- Afisajul de numărare va clipi. Apoi apăsați butonul SUS sau JOS pentru a seta valoarea dorită. Apasați FUN/SCAN încă o dată pentru confirmare.
- Afisajul de distanță va clipi. Apoi apăsați butonul SUS sau JOS pentru a seta valoarea dorită. Apasați FUN/SCAN încă o dată pentru confirmare.
- Afisajul de calorii va clipi. Apoi apăsați butonul SUS sau JOS pentru a seta valoarea dorită. Apasați FUN/SCAN încă o dată pentru confirmare.
- Profilul va clipi. Apoi apăsați butonul SUS sau JOS pentru a seta valoarea de profil dorită. Apasați FUN/SCAN pentru confirmare. Setati în același mod până când toate profilurile vor fi terminate.
- Începeți antrenamentul folosind butonul START/STOP.

NOTA:

- Utilizatorul poate auzi un semnal sonor când valoarea dorită a fost atinsă.
- Dacă există mai multe valori prestabilite, apăsați orice tastă pentru a vă continua antrenamentul după ce semnalul a ajuns la următoarea.