



**INFINITY PRO 2.0**

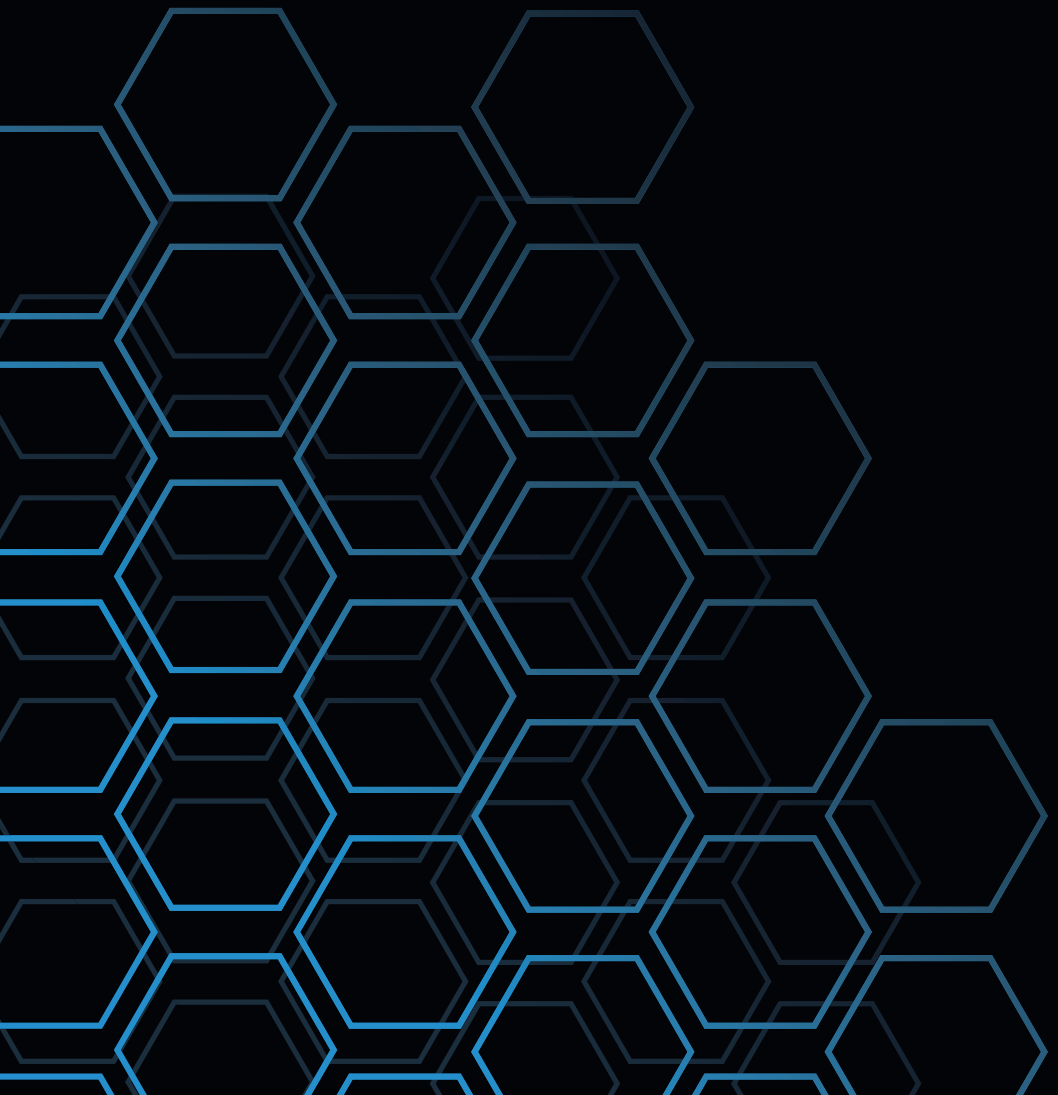
Bežecký pás

10032931  
10032932



**CAPITAL SPORTS**

[www.capitalsports.de](http://www.capitalsports.de)



## Vážený zákazník,

Blahoželáme k nákupu tohto zariadenia. Pozorne si prečítajte príručku a dodržujte nasledujúce rady, aby ste predišli poškodeniu prístroja. Akékoľvek zlyhanie spôsobené ignorovaním uvedených inštrukcií a upozornení uvedených v návode na použitie sa nevzťahuje na našu záruku a akúkoľvek zodpovednosť. Naskenujte QR kód, aby ste získali prístup k najnovšiemu používateľskému manuálu a ďalším informáciám o produkte.



---

## OBSAH

---

Bezpečnostné pokyny	4
Prehľad produktu	6
Montáž	7
Prehľad kardio tréningu	13
Zahrievanie pred cvičením	16
Prehľad konzoly	19
Funkcie a indikátory tlačidiel	20
Indikátory na obrazovke	21
Štart a výber programu	22
Programy	23
Pripojenie k externým zariadeniam	29
Trénovanie prostredníctvom aplikácie KINOMAP	30
Starostlivosť a údržba	42
Skladanie a preprava jednotky	45
Chybové kódy	45
Riešenie problémov	45
Rady pre likvidáciu	45
Vyhlasenie o zhode	45

---

## TECHNICKÉ ÚDAJE

---

Číslo položky	10032931, 10032932
Napájanie	220-240 V ~ 50/60 Hz

---

## BEZPEČNOSTNÉ POKYNY

---

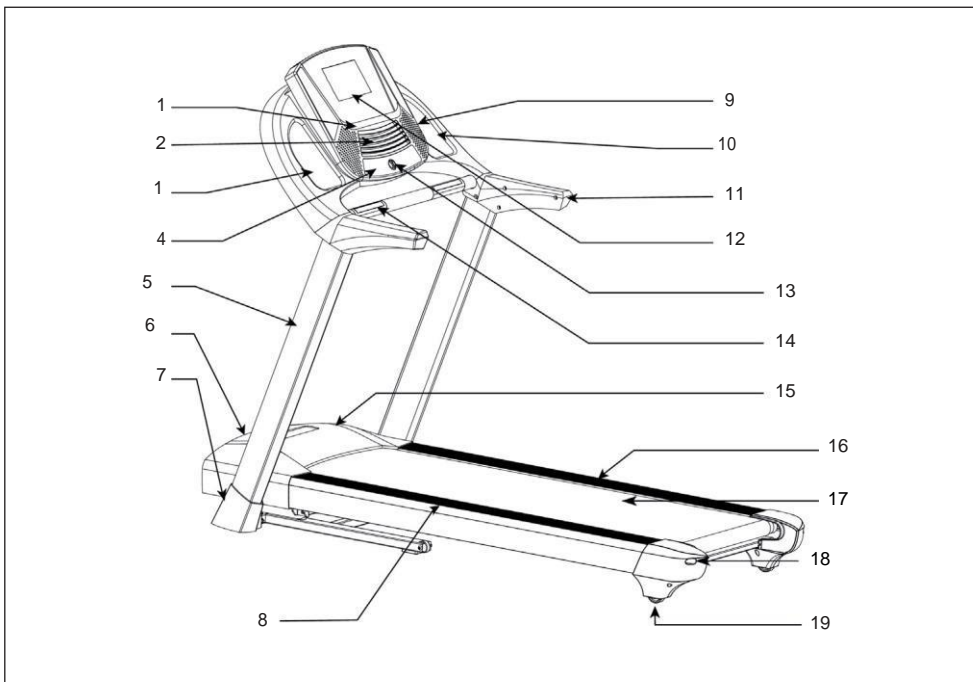
Pred obsluhou zariadenia si pozorne prečítajte túto príručku, aby ste zaistili optimálny výkon a bezpečnosť. Príručka by mala byť k dispozícii aj pre budúce použitie. Pri vylepšení výrobkov spoločnosť si vyhradzuje právo zmeniť dizajn a špecifikáciu kedykoľvek bez predchádzajúceho upozornenia. Obrázky sú len pre referenčné použitie a môžu sa líšiť od skutočného produktu.

- Prosíme, uschovajte túto príručku na bezpečnom mieste pre budúce použitie.
- Nemontujte ani nepoužívajte prístroj, kým si dôkladne a starostlivo neprečítate príručku. Bezpečnosť a účinnosť je možné dosiahnuť len vtedy, keď je zariadenie správne zostavené, udržiavané a používané. Je Vašou povinnosťou zabezpečiť, aby všetci používatelia boli informovaní o všetkých upozorneniach a bezpečnostných opatreniach.
- Pre úplne bezpečné používanie je potrebný stabilný vyrovnaný povrch. Chráňte svoju podlahu pomocou rohože. Zariadenie nepoužívajte vo vlhkých priestoroch, ako je sauna, pri bazéne a pod. Pre bezpečný priestor, zariadenie musí mať okolo seba 0,5 metra voľného priestoru.
- Pred začatím akéhokoľvek cvičebného programu musíte konzultovať Váš zdravotný stav s lekárom, aby ste zistili, či máte akékoľvek fyzické alebo zdravotné problémy, ktoré by mohli ohroziť Vaše zdravie a bezpečnosť alebo ktoré by Vám zabránili pri správnom používaní prístroja. Poradenstvo lekára je nevyhnutné, ak užívate lieky, ktoré ovplyvňujú Vašu srdcovú frekvenciu, krvný tlak alebo hladinu cholesterolu.
- Sledujte signály Vášho tela. Nesprávne alebo nadmerné cvičenie môže poškodiť Vaše zdravie. Okamžite prestaňte cvičiť, ak zaregistrujete niektoré z nasledujúcich príznakov: bolesť, tesnosť na hrudi, nepravidelný srdcový tep, extrémna dýchavičnosť, závraty alebo nevoľnosť. Ak sa u Vás vyskytnú niektoré z týchto príznakov, musíte Váš zdravotný stav konzultovať s lekárom pred tým, než budete pokračovať v cvičebnom programe.
- Necvičte bezprostredne po jedle.
- Držte deti a domáce zvieratá mimo zariadenia, zariadenie musí byť zostavené a používané len dospelými.
- Zariadenie je určené len na domáce použitie

**Poznámka:** Maximálna hmotnosť používateľa môže byť 135 kg.

- Zariadenie nie je vhodné na terapeutické účely, smie sa používať len na cvičenie uvedené v návode na tréning.
- Používajte vhodné oblečenie a športové obuv pri používaní prístroja. Vyhnite sa noseniu voľného oblečenia, ktoré sa môže zachytiť v zariadení alebo ktoré môžu obmedziť alebo zabrániť pohybu.
- Chrbát držte rovno pri cvičení.
- Pred používaním zariadenia skontrolujte či je rukoväť, sedlo, matice a skrutky pevne utiahnuté.
- Pre nastaviteľné časti prístroja majte na pamäti maximálnu pozíciu, neprekračujte značku "STOP", inak by to spôsobilo riziko.
- Vždy používajte zariadenie, ako je uvedené. Ak počas inštalácie alebo kontroly zariadenia zistíte nejaké poškodené súčasti, alebo ak počas používania počujete nezvyčajné zvuky, ktoré prichádzajú zo zariadenia, ihneď ho zastavte. Nepoužívajte zariadenie, kým sa problém nevyrieši.
- Pri zdvíhaní alebo premiestňovaní zariadenia je potrebné dbať na to, aby ste nepoškodili chrbát. Vždy používajte správne zdvíhacie techniky a / alebo vyhľadajte pomoc, ak je to potrebné.
- Všetky pohyblivé príslušenstvá (napr. pedál, riadidlá, sedlo, a pod.) vyžadujú týždennú údržbu. Pred každým použitím ich skontrolujte. Ak niečo je zlomené alebo voľné, ihneď ich opravte. Môžete ich používať až po oprave/ návrate do dobrých podmienok.
- Venujte pozornosť absencii systému voľných kolies, ktorý spôsobí vážne riziko.
- Chráňte prírodný kábel pred zdrojmi tepla.
- Nevkladajte žiadny predmet do otvoru prístroja.
- Pred premiestnením alebo čistením odpojte bicykel. Ak chcete vyčistiť zariadenie, utrite povrch jemnými čistiacimi prostriedkami a mierne navlhčenou handrou; nikdy nepoužívajte rozpúšťadlá.
- Nepoužívajte bicykel na žiadnom mieste, ktoré nemá regulovanú teplotu, ako napr. garáže, verandy, bazény, kúpeľne, parkovacie domy alebo vonku.
- Používajte bicykel len tak, ako je to popísané v tejto príručke.
- Nesprávne opravy a zmeny konštrukcie (napr. odstránenie alebo výmena originálnych častí) môžu ohroziť bezpečnosť používateľa.
- Otočný zotrvačnik disku sa počas prevádzky zahrieva.
- Keď nepoužívate zariadenie, zamknite ho.

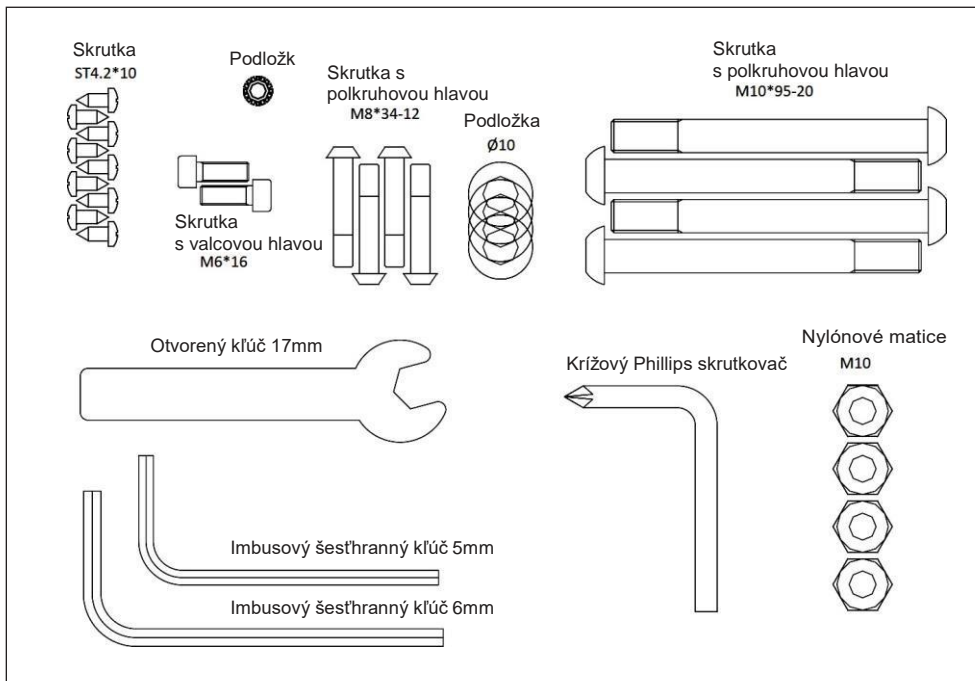
## PREHĽAD VÝROBKU



- 1 Stojan
- 2 Ventilátor
- 4 Rýchle klávesy
- 5 Stĺpik
- 6 Sieťový vypínač / napájací kábel
- 7 Kryt
- 8 Hydraulický zdvíhací systém
- 9 Reproduktory
- 10 Držiak fľašky
- 11 Ručné zábradlie
- 12 Konzola
- 13 Bezpečnostný kľúč
- 14 Snímač srdcovej frekvencie
- 15 Kryt motora
- 16 Bočná lišta
- 17 Pás
- 18 Nastavovacia skrutka
- 19 Kolesko

# MONTÁŽ

## Hardvér (súčasť dodávky)



### Dôležité pokyny týkajúce sa montáže

- Uistite sa počas montáže, že všetky matice, skrutky a časti sú tesné a pred ďalším krokom sú mierne utiahnuté. Po dokončení montáže skontrolujte, či sú všetky skrutky utiahnuté.
- Niektoré časti sú pred dodaním namazané, aby sa uľahčila montáž. Neotrite mazivo. Počas zostavovania však môžete použiť dodatočné mazivo na namontovanie častí, ktoré sú trochu tuhé.

## Zostava



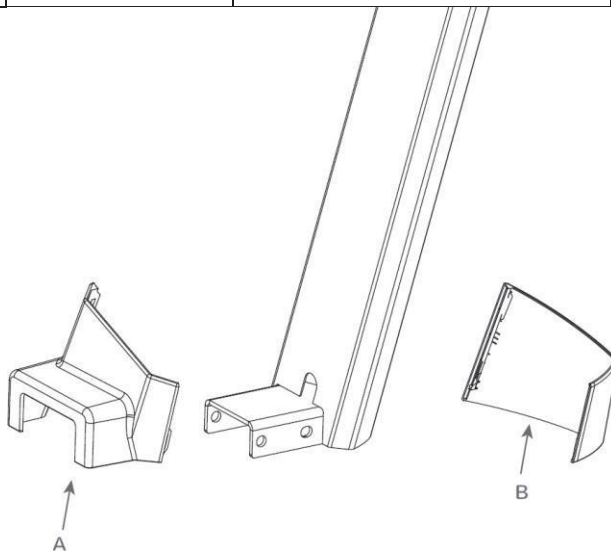
### UPOZORNENIE

Nebezpečenstvo poranenia! Niektoré časti sú veľmi ťažké. Nemontujte bežecký pás sám, požiadajte o pomoc. Ťažké časti môžu počas montáže vypadnúť a spôsobiť zranenie osôb

#### Krok I

##### Požadovaný hardvér

	Typ	Ilustrácia	ks.
A	Kryt	Ľavý a pravý vnútorný kryt	2
B	Kryt	Ľavý a pravý vnútorný kryt	2



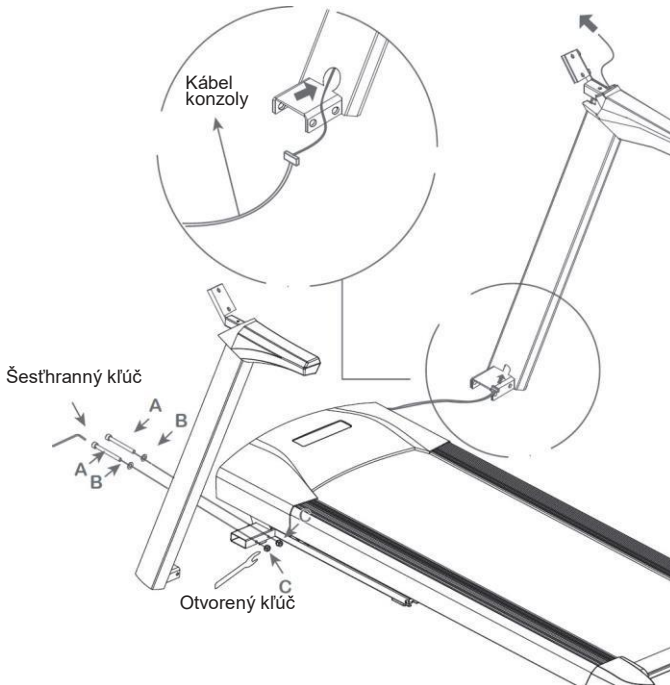
Vyberte stípy z krabice. Rozoberte vonkajší a vnútorný kryt stípu



## Krok 2

### Požadovaný hardvér

	Typ	Ilustrácia	ks.
A	Skrutka	Skrutka s polkruhovou hlavou	4
B	Podložka	Plochá podložka (Ø10)	4
C	Matice	Nylonové matice (M10)	4



Pripojte káble konzoly: Pretiahnite kábel pravým stojanom stĺpika. Vytiahnite kábel z pravého stojana a pripevnite ho k hornej časti stojana. Potom odpojte pomocný vodič. Umiestnite pravý stĺpik na rám.

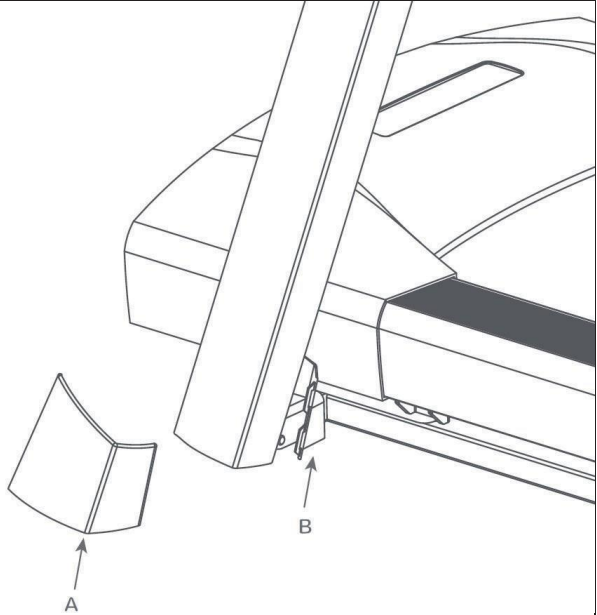
Pripevnite stĺpik k rámu s časťou A, B a C (vždy 2 kusy). Uistite sa, že všetky skrutky a podložky sú na mieste a ľahko ich utiahnite. Opakujte kroky pre ľavý stĺpik

**Upozornenie: Skrutky dotiahnite až po namontovaní predného snímača impulzov. Počas montáže dávajte pozor, aby ste nepoškodili káble snímačov**

### Krok 3

#### Požadovaný hardvér

	Typ	Ilustrácia	ks.
A	Kryt	Ľavý a pravý vnútorný kryt	2
B	Kryt	Ľavý a pravý vnútorný kryt	2

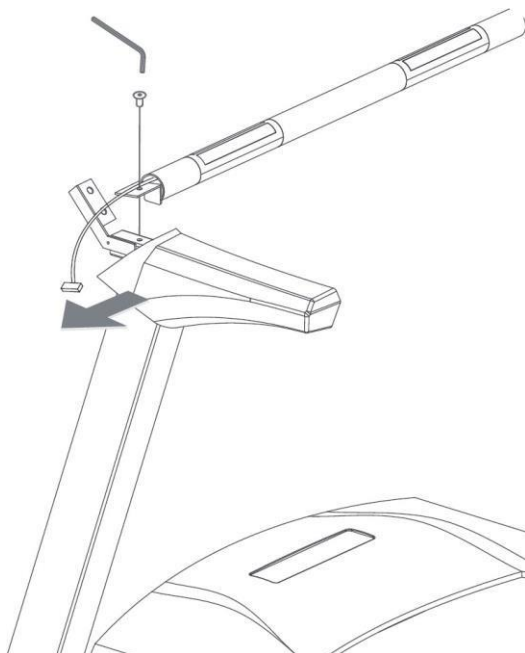


Vymeňte kryty na stĺpkoch. Stlačte vnútorné a ľavé vonkajšie kryty pevne dohromady.

#### Krok 4

##### Požadovaný hardvér

	Typ	Ilustrácia	ks.
<b>A</b>	Skrutka	Skrutka s valcovou hlavou	2

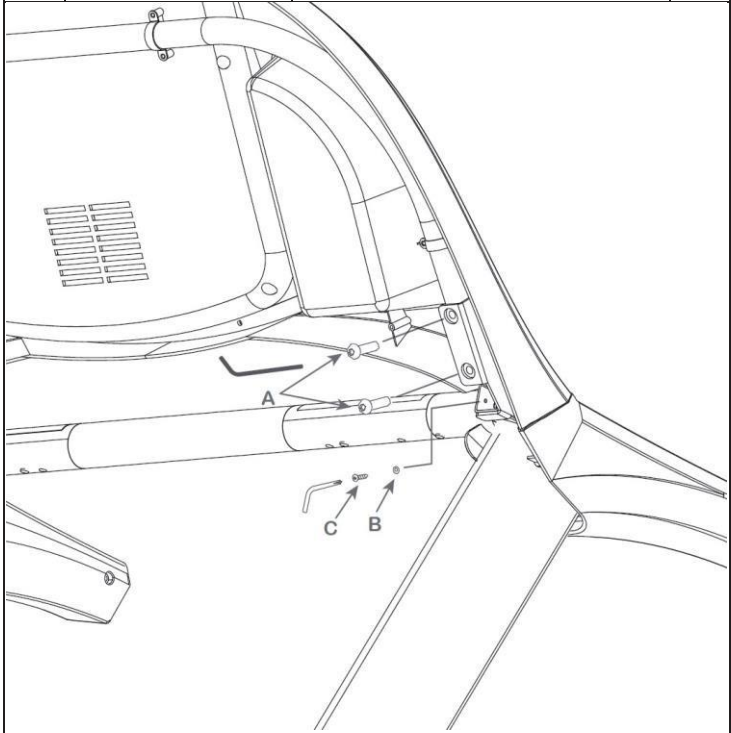


Vyberte prúžok snímača impulzov z obalu. Skrutky opatrne zasuňte cez prístroj na pás a na stĺp. Uistite sa, že skrutky sú dobre uchytené a mierne utiahnuté. Opakujte kroky, aby ste pripevnili aj pravú stranu.

**Poznámka:** Pred inštaláciou mierne zatlačte obidve stĺpiky smerom von. Počas montáže dávajte pozor, aby ste nepoškodili káble snímačov.

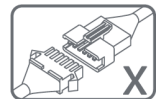
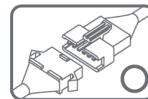
**Krok 5****Požadovaný hardvér**

	Typ	Ilustrácia	ks.
A	Skrutka	Skrutka s polkruhovou hlavou	4
B	Podložka	Ozubená podložka (Ø10)	1
C	Skrutka	Phillips skrutka	1



Odstráňte konzolu z jej obalu. Vložte 2 skrutky cez otvory na ľavej lište snímača impulzov a držiaku konzoly. Uistite sa, že skrutky a podložky sú dobre uchytené a mierne utiahnuté. Opakujte krok na pripevnenie pravého okraja konzoly. Odstráňte ľavý uzemňovací drôt z držiaka a pripevnite ho časťami B, C k nepotiahnutým štvorcovým otvorom štvorcovej trubice.

Pripojte kábel snímača ku konzole na oboch stranách snímača impulzov. Pripojte kábel k pripojovaciemu káblu na konzole.



---

# PREHĽAD KARDIO TRÉNINGU

---

Pravidelné kardiologické tréningy stimulujú kardiovaskulárny systém (srdce a krvné cievy) a dýchací systém. Zlepšuje Vaše celkové zdravie a pomáha spáliť tuk. Je to odporúčané cvičenie, ak chcete schudnúť. Pri cvičení sa najprv spáli glukóza, potom tuk uložený v tele.

Intenzívny kardiologický tréning (napr. okruhový tréning, tréning s vysokým odporom a dlhodobý tréning) si vyžaduje väčšie úsilie a tiež trénuje svalový systém a vytrvalosť. Pravidlom je, že čím pravidelnejšie trénujete, tým efektívnejší je tréning (aj pri krátkych tréningových cvičeniach 20 minút).

## Počas tréningu

Úroveň odporu použitá počas tréningu určuje intenzitu tréningu a súvisiace výsledky.

Optimálna tréningová časť zahŕňa (1) fázu zahrievania, (2) intenzívnu kardio-tréningovú fázu a nakoniec (3) fázu ukľudnenia. Ak chcete pokročiť alebo spáliť kalórie, mali by ste prechádzať cez tieto 3 fázy, rovnako ako cvičenie na najmenej 20-30 minút na trenažéri.

### 1. Fáza rozcvičenia

Vždy začnite tréning s nízkou úrovňou odporu. Doba rozcvičenia 5-10 minút je dôležitá, pretože Vaše svaly sa musia zahriať. Počas fázy zahrievania by ste mali dať svojmu obehovému systému a svalom čas pripraviť sa na následné tréningy. Ako začiatočník môžete trénovať prvé 3 minúty na najľahšej úrovni a potom postupne zvyšovať úroveň, kde sa cítite najpohodľnejšie.

### 2. Kardio-tréningová fáza

Po približne 10 minútach môžete začať fázu kardio-tréningu. Pri používaní interného tréningového programu počítač riadi odpor v závislosti od zvoleného typu intervalu a tým simuluje meniace sa intenzity.

Kardio-tréningová fáza sa považuje za aeróbny alebo anaeróbny tréning v závislosti od výdaju energie. Tieto dva typy tréningov sú definované takto:

### **AEROBIC TRAINING ZONE - Zóna aeróbného tréningu**

Počas cvičenia v tejto zóne, zdokonaľujete svoj kardiovaskulárny systém a spaľujete tuk.

Napriek zvýšenej srdcovej frekvencii, hlbšiemu dýchaniu a ľahkému poteniu, telo nie je vo veľmi stresovom stave, dýchanie nie je výrazne zrýchlené - stále by ste sa mohli rozprávať s niekým bez toho, aby ste nemohli dýchať - a máte pocit, že môžete vydržať fyzickú námahu na dlhú dobu. Je to podobné, ako keď rýchlo kráčate hore do kopca.

Svaly a srdce pracujú intenzívnejšie, než keď je telo v kľude a väčšinu svojich energetických potrieb dokáže dosiahnuť prostredníctvom výroby aeróbnej energie, ktorá využíva kyslík na uľahčenie výroby energie. Súčasne je aktívna aj anaeróbna výroba energie, ale len v malej miere. Kyselina mliečna produkovaná v tomto procese môže byť rozdelená na výrobu energie. Väčšina Vášho tréningu by mal byť aeróbny tréning.

Ak budete naďalej zvyšovať intenzitu, nakoniec dosiahnete prah, kde produkcia aeróbnej energie už nebude schopná zvýšiť svoju produkciu. V tomto bode dochádza k posunu používaniu výroby anaeróbnej energie. Teraz robíte anaeróbny tréning.

### **ANEROBIC TRAINING - Anaeróbné tréningy**

Keď trénujete v tejto zóne, zlepšujete svoj výkon a rýchlosť. Keď zvyšujete intenzitu v tejto zóne, tréning sa stáva oveľa namáhavejším, kvôli rastúcej hladine laktátu v tele; začnete sa viac potiť; budete rýchlejšie dýchať; a po určitom čase v závislosti od Vašej úrovne kondície sa Vaše svaly unavia a Vy sa budete cítiť úplne vyčerpane, že už nemôžete pokračovať na tejto úrovni intenzity.

### 3. Fáza ukludnenia

Na konci kardio-tréningovej fázy začnete fázu ukludnenia, ktorá by mala trvať najmenej 5 minút. Tu používate nízku úroveň odolnosti. Fáza obnovy alebo ukludnenia je tiež užitočná z hľadiska prevencie možnej bolesti svalov. Odporúča sa aktívne zotavenie po intenzívnom tréningu, ako je horúci kúpeľ, sauna alebo masáž.

#### Proces tréningu

Každý mesiac môžete zlepšiť tréning tým, že predĺžite trvanie kardio-tréningovej fázy pomocou vyššej úrovne rezistencie v rámci tejto fázy alebo vykonaním náročnejšieho intervalového tréningu.

#### Jedlo a pitie

- Pite pred, počas a po tréningu.
- Počas tréningu pite každých 10 až 15 minút aspoň malé množstvo vody (10 až 20 cl).
- Ak Vaše cvičenie trvá dlhšie ako 1 hodinu, mali by ste počas tréningu piť športový nápoj na ochranu tela pred dehydratáciou.
- Pre optimálne kardiologické tréningy je veľmi dôležitá vhodná výživa pred a po každej fyzickej aktivite.

Pred tréningom je najlepšie konzumovať uhľohydráty, ako sú tie, ktoré sa nachádzajú v ryži a cestovinách, pretože poskytujú telu dôležitý zdroj energie.

Po tréningu musíte doplniť bielkoviny, ktoré sa nachádzajú vo vajciach, jogurte a sušenom ovocí. Dokonca aj keď chcete schudnúť, je absolútne nevyhnutné jesť po tréningu, aby Vaše telo sa zotavilo.

---

## ZAHRIEVANIE PRED CVIČENÍM

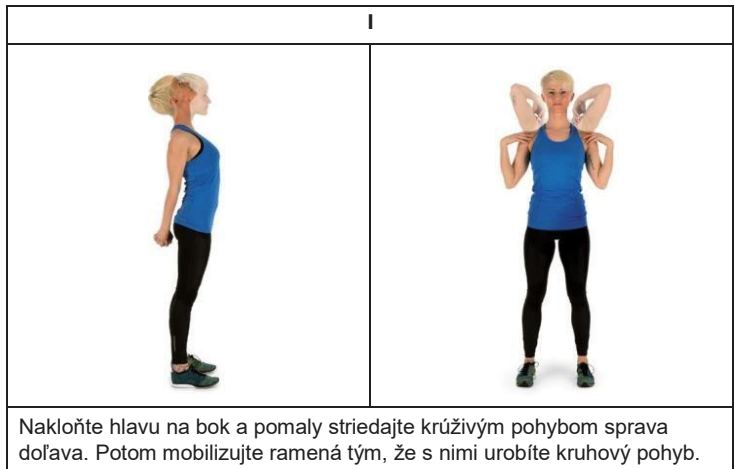
---

Vykonajte tieto pohyby pred každým tréningom, aby ste mobilizovali kĺby a aktivovali svaly.

Ak je pohyb nepríjemný alebo bolestivý, preskočte daný pohyb a poraďte sa so svojím lekárom alebo inštruktorom o vhodných zahrievacích pohyboch.



Každý pohyb by sa mal zopakovať (vpravo a vľavo), aby ste mohli začať s kardio tréningom uvoľnene



**Nechajte si cca 5 minút na vykonanie nasledujúcej tréningovej činnosti CAPITAL SPORTS:**





2	3
	
<p>Roztiahnite ruky a otáčajte sa do strán bokmi. Nohy nie sú pevne pripevnené k zemi (členky sa riadia otáčaním tela).</p>	<p>Zdvihnite jednu ruku rovno hore a natiahnite sa horným telom na opačnú stranu. Zostaňte v tejto polohe na niekoľkých sekundách na každej strane</p>

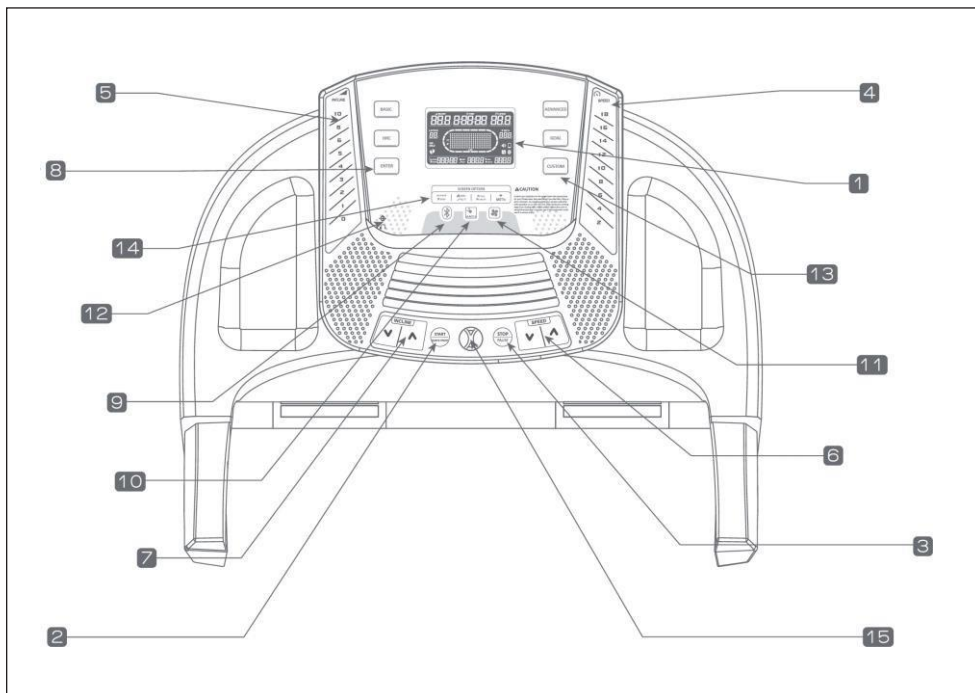
4	
	
<p>Postavte sa na jednu nohu a držte druhú nohu rukou. Mobilizujte ju tak, aby ste cez členok ľahko pretiahli stehenné svaly. Ak je to potrebné, držte sa niečoho, aby ste udržali rovnováhu. Stojte na jednej nohe a robte kruhový pohyb s druhou nohou vo vzduchu v oboch smeroch (proti smeru hodinových ručičiek a v smere hodinových ručičiek).</p>	

5	6
	
<p>Pri dreпоч položite nohy o šírku ramien a znížte boky a udržujte ruky rovno. Pokúste sa tiež udržať chrbát rovno.</p>	<p>Posadte sa s ohnutými nohami tak, aby sa dotýkali chodidlá Vašich nôh. Kĺby mierne natiahnite pohybom kolien hore a dole, pričom nohy zostanú na podlahe. Držte si členky a udržujte chrbát rovno.</p>

7

<p>Počas sedenia, natiahnite sa smerom k prstom na nohách. Pokúste sa udržať nohy a chrbát rovno a dostať sa ku špičkám prstov.</p>

## PREHLAD KONZOLY



1	Obrazovka	9	BT párovanie, indikátor BT
2	Štart/ Rýchli štart	10	ANT + Párovanie, indikátor ANT +
3	Stop/ Pozastaviť	11	Zapnutie / vypnutie ventilátora
4	Rýchle ovládanie rýchlosti	12	3,5 mm audio konektor
5	Rýchle ovládanie sklonu	13	Cvičebné programy
6	Rýchlosť +/-	14	Údaje o cvičení
7	Sklon +/-	15	Bezpečnostný kľúč
8	ENTER- Zadať		

---

## FUNKCIE A INDIKÁTORY TLAČÍDIEL

---

Obrazovka: zobrazuje informácie ako čas tréningu, vzdialenosť, kalórie, srdcová frekvencia, kroky, sklon a rýchlosť.

START: Stlačením tohto tlačidla spustíte cvičenie alebo začnete cvičenie po výbere programu. Stlačením tlačidla znovu spustíte cvičenie po pauze.

STOP: Stlačením tohto tlačidla zastavíte cvičenie a dostanete údaje o cvičení. Stlačením tohto tlačidla sa vrátite k predchádzajúcemu programu, keď nastavíte hodnotu programu.

Rýchle ovládanie a rýchlosti: rýchle prepínanie medzi rôznymi predvolenými rýchlosťami.

Rýchle ovládanie sklonu: rýchle prepínanie medzi rôznymi prednastavenými uhlami sklonu.

Rýchlosť +/-: Nastavte rýchlosť.

Sklon +/-: Zvýšenie alebo zníženie sklonu krok za krokom.

ENTER: Stlačením tohto tlačidla potvrdíte záznam a pokračujte v zadávaní ďalších údajov.

BT párovanie/ indikátor: Krátko stlačte tlačidlo pre zmenu hodnoty srdcovej frekvencie spárovaného zariadenia a prepojenie so zariadeniami APP. Stlačením a podržaním spárujete s prenosnými zariadeniami.

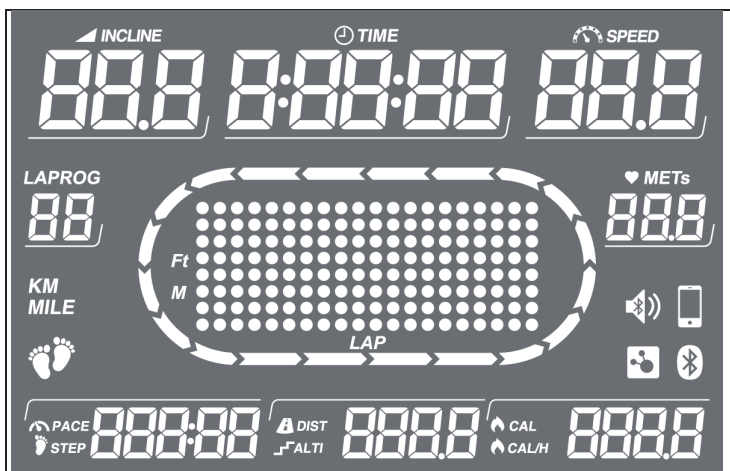
ANT párovanie/ indikátor: Kliknutím na toto tlačidlo zmeníte srdcovú frekvenciu spárovaného zariadenia. Stlačením a podržaním spárujete s prenosnými zariadeniami.

Ventilátor: Zapnutie / vypnutie ventilátora.






Audio vstup: Pripojte externé zariadenie k bežiacemu pásu cez 3,5 mm audio konektor (AUX IN).

BACIS (Základné)- ADVANCED (Pokročilé) INTERVAL (Intervalové)- HRC-GOAL (Cieľ)- CUSTOM (Vlastné): Športové tlačidlá, ktoré umožňujú priamu výber požadovaného tréningového režimu.

## INDIKÁTORY NA OBRAZOVKE



<b>TIME</b>	TIME- Čas: zobrazenie vo formáte HH: MM: SS. Zobrazte čas tréningu alebo nepretržitý čas tréningu.
<b>INCLINE</b>	INCLINE- Sklon: zobrazenie sklonu. Zobrazte sklon, keď počas rýchlej chôdze alebo behu na bežiacom páse.
<b>SPEED</b>	SPEED- Rýchlosť: Zobrazuje rýchlosť v km / h alebo mph pri rýchlej chôdzi alebo behu na bežiacom páse.
<b>LAPROG</b>	LAPROG- Okruh alebo Program: Zobrazenie výberu okruhu alebo programu.
<b>KM MILE</b>	KM MILE- Kilometre alebo Mile: Zobrazuje vzdialenosť v kilometroch alebo míľach.
	STEP- Krok: zobrazenie kroku zisteného pri behu v ľavej a pravej nohe.
<b>PACE STEP</b>	PACE STEP- Tempo a krok: môžete prepínať medzi zobrazením aktuálneho tempa, krokov (krok 1), krokovej frekvencie (krok 2) a aktuálnej dĺžky (krok 3).
<b>DIST ALTI</b>	DIST-ALTI-Vzdialenosť a sklon: môžete prepínať medzi zobrazením celkovej vzdialenosti alebo celkového nahromadeného sklonu tréningu.
<b>CAL CAL/H</b>	CAL, CAL/H- Celkové kalórie a kalórie za hodinu: môžete prepínať zobrazenie aktuálnych celkových spálených kalórií alebo spálených kalórií za hodinu.

 <b>METs</b>	MET- Metabolická frekvencia srdcovej frekvencie a cvičenia: môžete zmeniť zobrazenie aktuálnej srdcovej frekvencie alebo zmeniť srdcovú frekvenciu na frekvenciu metabolizmu, aby sa zobrazila intenzita tréningu.
	Pripojenie Bluetooth: ak je tento indikátor zapnutý, srdcová frekvencia je hodnota zistená funkciou Bluetooth na pripojenom nositeľnom zariadení.
	Pripojenie ANT +: ak je tento indikátor zapnutý, srdcová frekvencia je hodnota zistená ANT + na pripojenom nositeľnom zariadení.
	Pripojenie inteligentného zariadenia: ak je tento indikátor zapnutý, znamená to, že inteligentné zariadenie je pripojené k bežiacemu pásu cez Bluetooth.
	Pripojenie Bluetooth reproduktorov: keď je tento indikátor zapnutý, znamená to, že reproduktor je pripojený k bežiacemu pásu cez Bluetooth.

## ŠTART A VÝBER PROGRAMU

- Skontrolujte bežiaci pás a uistite sa, že na páse nie sú žiadne predmety, ktoré by mohli narušiť prevádzku stroja.
- Zasuňte zástrčku do zásuvky a zapnite bežiaci pás. Najskôr stojte na bočnom paneli.
- Pripevnite bezpečnostný klip k oblečeniu. Uistite sa, že klip je bezpečne pripavený a počas tréningu nespadne. Vložte bezpečnostný kľúč do otvoru v konzole.

### Rýchle spustenie

- Stlačte tlačidlo START a začnite tréning.
- Zvoľte jeden z nasledujúcich programov pomocou rýchlych tlačidiel: BACIS (Základné)- ADVANCED (Pokročilé) INTERVAL (Intervalové)- HRC- GOAL (Cieľ)- CUSTOM (Vlastné).

**Poznámka:** Pred použitím pripojte nositeľné a inteligentné zariadenia k bežiacemu pásu, aby ste sa uistili, že srdcová frekvencia je správne zobrazená a zaznamenaná.




### Výber programu





- Stlačením tlačidla BACIS (Základné)- ADVANCED (Pokročilé) INTERVAL (Intervalové)- HRC- GOAL (Cieľ)- CUSTOM (Vlastné) zvolíte režim cvičenia. Stlačte tlačidlo ENTER na prístup k nastaveniam.
- Ďalej zadajte svoje osobné parametre v nasledujúcom poradí: Vek (10 ~ 99) > Hmotnosť (40 ~ 200 kg).
- Pomocou klávesnice alebo šípky nahor / nadol zadajte požadovanú hodnotu. Stlačením tlačidla ENTER potvrdíte a presuňte sa na ďalšiu položku. Stlačením tlačidla STOP sa vrátite na predchádzajúcu položku alebo CLEAR (Vymazať) na opravu zadanej hodnoty.

---





## PROGRAMY





---





	<p><b>P01 - Manuálny režim:</b> V určenom čase môžete kedykoľvek nastaviť rýchlosť a sklon podľa Vášho fyzického stavu, aby ste trénovali svaly, silu a vytrvalosť.</p>
	<p><b>P02 - Náhodný režim:</b> Počas náhodného tréningu sa sklon trenažéra mení náhodne. Keď sa musíte prispôsobiť meniacim sa požiadavkám, telo má tendenciu spaľovať viac kalórií.</p>
	<p><b>P03 - Krajina:</b> Tento program zlepšuje Vašu svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním rýchlosti počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. S rovnakým programom môže stroj simulovať horolezeckú cestu zmenou sklonu a tým zvyšuje intenzitu tréningu.</p>





	<p><b>P04 - Strata hmotnosti:</b> Tento program spaľuje Váš tuk a vedie k úbytku hmotnosti tým, že zvyšuje a znižuje rýchlosť počas tréningu. Čas tréningu tohto programu je nastavený na 28 minút. Vaša srdcová frekvencia by mala byť medzi 55% a 70%, čo je maximálna aeróbná srdcová frekvencia, aby sa znížila váha.</p>
	<p><b>P05 - Interval 1-1:</b> Tento program zvyšuje svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním rýchlosti počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. Intenzívny tréning v rôznych rýchlostiach je k dispozícii v rámci toho istého programu.</p>
	<p><b>P06 - Interval 2-1:</b> Tento program zvyšuje svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním rýchlosti počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. Intenzívny výcvik v rôznych rýchlostiach je k dispozícii v rámci toho istého programu.</p>
	<p><b>P07 – Program horská cesta:</b> Ideálny program na zníženie hmotnosti a posilnenie svalov nôh. Režim horolezectva posilňuje svaly nohy s funkciou výstupu Vášho bežiaceho pásu. Bežte až do konca konštantnou rýchlosťou. Sklon môžete nastaviť kedykoľvek, kým nedosiahne požadovanú úroveň. Znížte sklon na konci cvičenia.</p>



	<p><b>P08 – Cieľová srdcová frekvencia:</b> Cieľovú srdcovú frekvenciu môžete nastaviť manuálne. Intenzita tréningu je určená detekciou srdcovej frekvencie počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa požadovanej intenzity tréningu. S rovnakým programom môže zariadenie simulovať horskú cestu zmenou sklonu a zintenzívnením tréningu.</p>
	<p><b>P09 -Spaľovanie tukov:</b> Vypočítajte svoju srdcovú frekvenciu na základe Vášho veku a váhy. Určite intenzitu tréningu udržiavaním srdcovej frekvencie v rozsahu 60-72% nad cieľovou hodnotou. Môžete zmeniť rýchlosť a sklon podľa srdcovej frekvencie. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v rovnakom režime tréningu zmenou rýchlosti a sklonu.</p>
	<p><b>P10 - Kardiovaskulárny tréning:</b> Vypočítajte svoju srdcovú frekvenciu na základe Vášho veku a váhy. Určte intenzitu tréningu tým, že udržíte srdcovú frekvenciu v rozmedzí 72-85% nad cieľovou hodnotou. Môžete zmeniť rýchlosť a sklon podľa srdcovej frekvencie. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v rovnakom režime tréningu zmenou rýchlosti a sklonu.</p>
	<p><b>P11 - Srdcová frekvencia:</b> Môžete nastaviť cieľovú srdcovú frekvenciu a nechať systém stanoviť intenzitu tréningu určením srdcovej frekvencie na 65% / 75% / 80% cieľovej srdcovej frekvencie. Môžete zmeniť rýchlosť a sklon podľa cieľovej srdcovej frekvencie. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v rovnakom režime tréningu zmenou rýchlosti a sklonu.</p>

	<p><b>P12 - Interval srdcovej frekvencie:</b> Môžete nastaviť cieľovú srdcovú frekvenciu a nechať systém stanoviť intenzitu tréningu stanovením srdcovej frekvencie pri 80% / 65% cieľovej srdcovej frekvencie. Rýchlosť a sklon môžete meniť podľa cieľovej frekvencie pulzu. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v rovnakom režime tréningu zmenou rýchlosti a sklonu.</p>
	<p><b>P13 - Extrémna srdcová frekvencia:</b> Môžete nastaviť cieľovú srdcovú frekvenciu a nechať systém stanoviť intenzitu tréningu určením srdcovej frekvencie pri 85% cieľovej srdcovej frekvencie. Môžete zmeniť rýchlosť a sklon podľa cieľovej srdcovej frekvencie. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v rovnakom režime tréningu zmenou rýchlosti a sklonu.</p>
	<p><b>P14 - Horolezectvo:</b> Tento program zvyšuje svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním svahu počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. S rovnakým programom môže zariadenie simulovať horskú cestu zmenou sklonu a zvýšením intenzity tréningu.</p>
	<p><b>P15 - Aerobic:</b> Tento program zvyšuje svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním svahu počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v rovnakom režime tréningu zmenou rýchlosti a sklonu.</p>

	<p><b>P16 - Interval 1-4:</b> Tento program zvyšuje svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním rýchlosti počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. Silový tréning je k dispozícii v rôznych rýchlostiach v rámci toho istého programu.</p>
	<p><b>P17 - Interval 1-2:</b> Tento program zvyšuje svalovú hmotu, silu a vytrvalosť a trénuje Vaše srdce a ostatné periférne svaly zvyšovaním a znižovaním rýchlosti počas tréningu. Rýchlosť môžete meniť podľa osobnej intenzity tréningu a stroj vypočíta príslušnú zmenu rýchlosti. Silový tréning je k dispozícii v rôznych rýchlostiach v rámci toho istého programu.</p>
	<p><b>P18 - Stúpanie:</b> Môžete nastaviť celkové stúpanie na zvýšenie stúpania počas 70% času tréningu z 0% na konkrétnu cieľovú hodnotu. Stúpanie môžete kedykoľvek zmeniť. Zvýšte úroveň tréningu a výzvy v tom istom tréningovom režime, aby ste dosiahli požadovanú intenzitu tréningu.</p>
	<p><b>P19 - Maratón:</b> Počas tréningu môžete kedykoľvek upraviť rýchlosť a sklon podľa Vášho fyzického stavu, aby ste trénovali svalové napätie, silu a vytrvalosť.</p>

	<p><b>P20 - Cieľové kalórie:</b> Môžete zadať cieľovú hodnotu kalórií a systém vypočíta kalórie spálené počas celého tréningu. Výpočet je založený na Vašom veku a srdcovej frekvencii.</p>
	<p><b>P21 - Cieľová vzdialenosť 1,6 km:</b> Bežecký pás beží do vzdialenosti 1,6 km. Rýchlosť a stúpanie je možné variabilne nastaviť v priebehu tejto vzdialenosti, v závislosti od intenzity tréningu.</p>
	<p><b>P22 - Cieľová vzdialenosť 5 km:</b> Bežecký pás beží až do vzdialenosti 5 km. Rýchlosť a stúpanie je možné variabilne nastaviť v priebehu tejto vzdialenosti, v závislosti od intenzity tréningu.</p>
	<p><b>P23 - Cieľová vzdialenosť 10 km:</b> Bežecký pás beží do vzdialenosti 10 km. Rýchlosť a stúpanie je možné variabilne nastaviť v priebehu tejto vzdialenosti, v závislosti od intenzity tréningu.</p>

**P24 - Osobný režim 1:** Môžete upraviť nastavenie tréningu a oddychu a nechať systém simulovať tréning pred uložením nastavení v systéme. Vyberte režim vlastného cvičenia podľa Vašich tréningových preferencií.

**P25 - Osobný režim 2:** Môžete upraviť nastavenie tréningu a oddychu a nechať systém simulovať tréning pred uložením nastavení v systéme. Vyberte režim vlastného cvičenia podľa Vašich tréningových preferencií.

---

## PRIPOJENIE K EXTERNÝM ZARIADENIAM

---

### Vytvoriť spojenie k BT / ANT +

- Na 3 sekundy stlačte tlačidlo BT / ANT + na ovládacom paneli, kým nezaznie akustický signál.
- Párovanie trvá 40-60 sekúnd. BT / ANT + indikátor bliká pri párovaní. Po pripojení zariadení môžete zobrazit' Vašu srdcovú frekvenciu na obrazovke konzoly.
- Súčasne môžete pripojiť zariadenia BT a ANT +.
- Opätovným stlačením tlačidla BT / ANT + odpojte zariadenia.
- Ak chcete zariadenie znovu pripojiť, stlačte opäť tlačidlo BT / ANT +.

**Poznámka:** Ak spojenie trvá príliš dlho, deaktivujte BT na externom zariadení, znovu aktivujte BT a spustíte nový pokus o pripojenie.

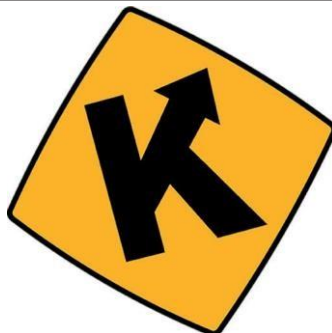
### Pripojenie 5 kHz

Ak Vaše nositeľné zariadenie prináša signál s frekvenciou 5 kHz, uvidíte Vašu srdcovú frekvenciu keď stojíte v blízkosti bežiaceho pásu po dobu 5 až 10 sekúnd.

**Poznámka:** Funkcia BT / ANT + sa musí deaktivovať, aby sa zobrazila srdcová frekvencia nositeľného zariadenia.

# TRÉNING PROSTREDNÍCTVOM APLIKÁCIE KINOMAP

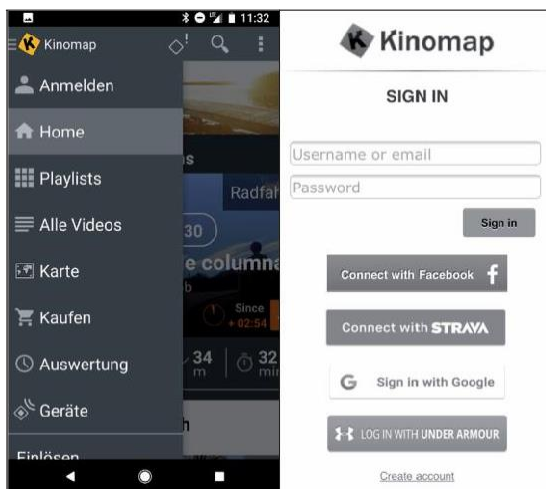
Pomocou aplikácie KINOMAP môžete behať, riadiť alebo veslovať viac ako 100 000 km po celom svete pomocou reálnych videí, ktoré denne aktualizujú samotní používatelia. Snažte sa sledovať ich tempo za rovnakých podmienok ako vo videu. Použite portál KINOMAP a vyberte si vlastné video na tréning. Zlepšite svoju kondíciu pomocou vlastného intervalu v odpore alebo v silovom režime.



Môžete priamo pripojiť svoje kompatibilné zariadenia. Prípadne môžete použiť fotoaparát, ktorý Vám poskytuje optický pedál, krok alebo snímač zdvihu. Zapojte sa do našich tréningov pre viacerých používateľov a pokúste sa byť prvým, kto skončí.

## Vytvorenie účtu

Ak chcete používať službu KINOMAP, musíte sa najprv pripojiť k Vášmu KINOMAP účtu. Ak ste sa úspešne zaregistrovali, môžete začať s tréningom. Ak sa neodhlásite, budete pri ďalšom spustení aplikácie prihlásený. Ak ešte nemáte KINOMAP účet, prihláste sa a získajte bezplatný účet.



## Aktivačný kód

- Štandardná verzia je bezplatná a poskytuje prístup k množstvu bezplatných videí a intervalových tréningov (v súčasnosti nie je k dispozícii na všetkých zariadeniach).
- Neskôr sa vyžaduje predplatné na získanie prístupu ku všetkým oprávneným obsahom vrátane tisícok videí, režimu pre viacerých používateľov a ďalších.
- Po prvom prihlásení Vás aplikácia požiada o aktivačný kód. Ak máte kód, zadajte ho, aby ste aktivovali predplatné aplikácie.
- Môžete tiež prejsť na "ADD ACTIVATION CODE" (Zadať aktivačný kód) neskôr.

## Zadajte aktivačný kód

**Poznámka:** Môžete sa prihlásiť na odber služby mesačným alebo ročným predplatením, ktorý Vám poskytne prístup k pokročilým funkciám. Prejdite do časti "SUBSCRIBE SETTINGS" (Odberateľské nastavenia).

Po aktivácii sa Vaše predplatné zobrazí v časti "MY SUBSCRIPTION" (Môj odber):

### Pripojenie k tréningovému prístroju

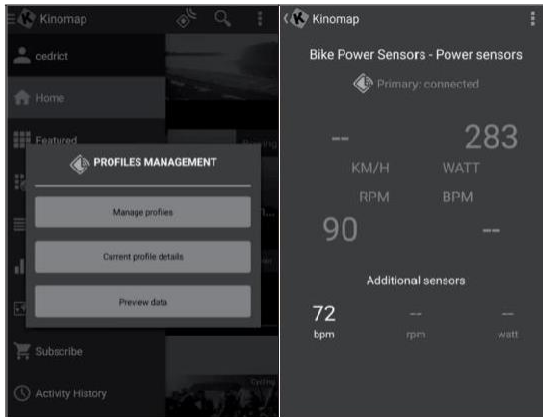
Ako pripojiť zariadenie k aplikácii KINOMAP:

- 1 Prejdite do ponuky "EQUIPMENT" (Zariadenie).
- 2 Pridajte nové zariadenia pomocou tlačidla +.
- 3 Zvoľte typ Vášho prístroja zo zoznamu (ERGOMETER FOR CAPITAL SPORTS INFINITY PRO 2.0).
- 4 Vyberte značku **CapitalSports**.
- 5 Vyberte model **INFINITY PRO 2.0**.
- 6 Ak bolo zariadenie nájdené, dotknite sa okna na potvrdenie.
- 7 Teraz stlačte tlačidlo SAVE (Uložiť). Vaše zariadenie bolo pridané.

**Poznámka:** Aj v prípade, že Vaše fitness zariadenie nemá pripojenie BT, stále môžete trénovať s aplikáciou Kinomap

## Ukážka údajov

Funkcia "DATA PREVIEW" (Ukážka údajov) Vám umožňuje okamžite zobraziť údaje odoslané zariadením. Táto funkcia je obzvlášť užitočná, ak máte problémy pri spúšťaní novej aktivity. V závislosti od konfigurácie aplikácia dostane niektoré hodnoty.

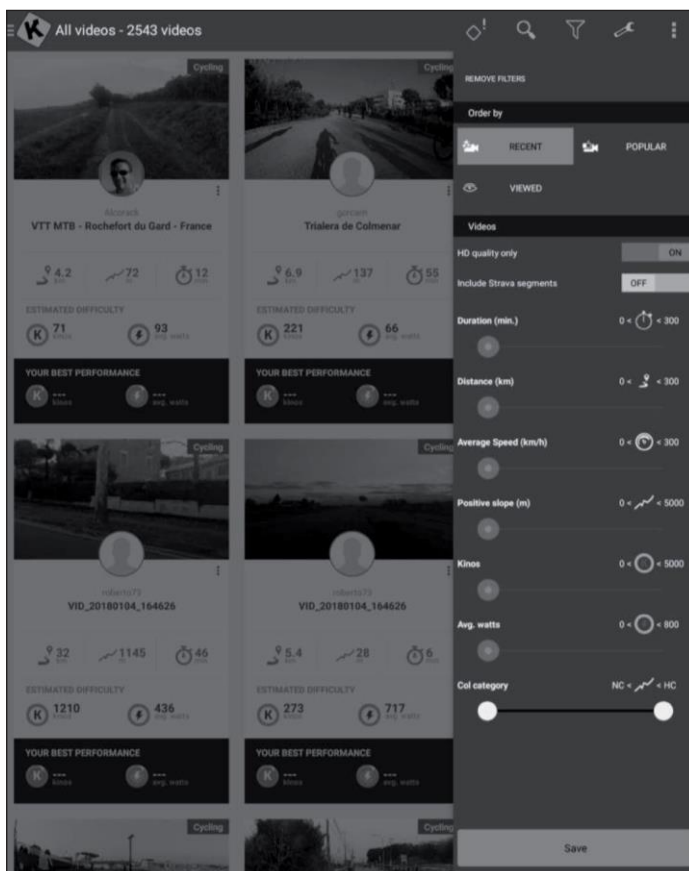




## Tréning

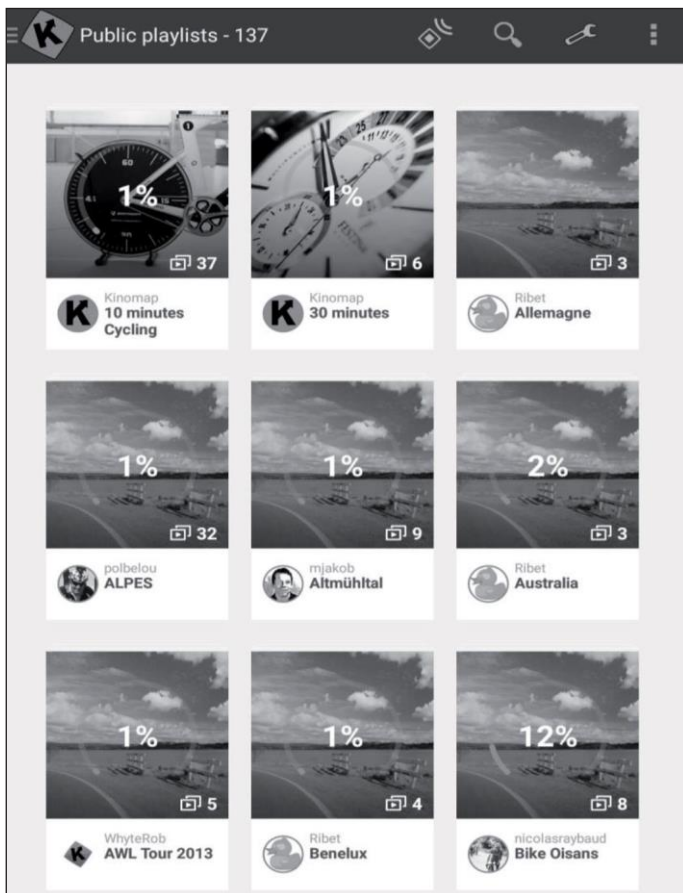
### Výber videa

- Existuje niekoľko zoznamov videí, z ktorých môžete vybrať požadované video.
- Existuje funkcia filtrovania, ktorá Vám pomôže nájsť videá, ktoré chcete trénovať (odporúčané, najobľúbenejšie, najviac zobrazené, najnovšie, trvanie, vzdialenosť, sklon, iné).
- Pre každé video sú k dispozícii nasledujúce relevantné informácie: meno, prispievateľ (ktorý uverejnil video), krajina, trvanie, vzdialenosť, priemer kladného sklonu a priemerná rýchlosť.

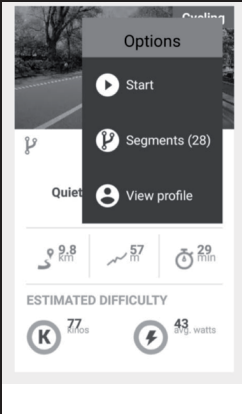
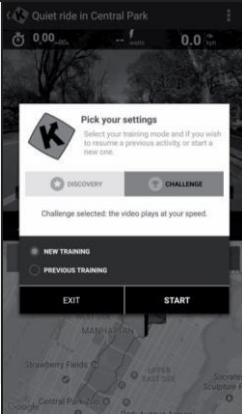



## Playlists

- KINOMAP alebo samotní používatelia aplikácie vytvárajú mnohé zoznamy skladieb.
- Každý zoznam má konkrétnu tému, napríklad 30-minútová tréningová lekcia alebo návšteva krajiny.
- Svoj postup môžete sledovať v akomkoľvek zozname skladieb a akomkoľvek videu.
- V súčasnosti nemôžete spravovať svoje zoznamy videí priamo v aplikácii.




## Začiatok tréningu

		
<p>Vyberte video, na ktoré chcete trénovať.</p>	<p>Vyberte režim, v ktorom chcete trénovať.</p>	<p>Stačí začať hýbať pedálom, aby ste začali tréningový program.</p>

## Režim vyhľadávania a výzvy

**Režim výzvy - CHALLENGE:** Video bude prehrávané rýchlosťou, aby ste dosiahli rovnakú výkonnosť ako výrobca videa. Ak nie ste tak rýchly, video spomaľuje rýchlosť snímok. Ak budete mať lepšie výsledky, frekvencia snímania sa môže zvýšiť na dvojnásobok pôvodnej rýchlosti. Použite tento režim, aby ste sa podieľali na výzvach, ako sú vnútorné výzvy, a exportujte mapu kompletnú so súradnicami Vašej virtuálnej jazdy na stránky tretích strán, ako napríklad STRAVA.

**Režim vyhľadávania- DISCOVERY:** Video sa prehrá pri pôvodnej rýchlosti a pozastaví sa, keď Vaša rýchlosť dosiahne 0. Bez ohľadu na Váš výkon, frekvencia snímok sa nezmení. Stále však uvidíte, či máte dobrý výkon ak si skontrolujete údaje o energetickej výkonnosti. Upozorňujeme, že údaje, ktoré sa dajú exportovať na stránky tretích strán, ako napríklad STRAVA, sú obmedzené na wattly a ďalšie údaje, ako je spád a srdcová frekvencia. Súradnice a mapa však nie sú zahrnuté.



### Pick your settings

Select your training mode and if you wish to resume a previous activity, or start a new one.

DISCOVERY  CHALLENGE

Challenge selected: the video plays at your speed.

NEW TRAINING  PREVIOUS TRAINING

EXIT START

## Zobrazenie tréningu

V hornej časti obrazovky sa zobrazujú nasledujúce relevantné informácie:

- Trvanie
- Momentálna produkovaná energia
- Aktuálna rýchlosť
- Vaša srdcová frekvencia (len ak pridáte extra pás pre sledovanie srdcového tepu alebo ak má Vaše zariadenie už jeden integrovaný)
- Momentálna frekvencia pedálov
- Vzdialenosť
- Vaša pozícia na mape je synchronizovaná s videom.



Záložka RANKING LIST (Zoznam poradia) je k dispozícii iba v režime pre viacerých používateľov.

- **ABSCISSA** (Horizontálna os): výška v metroch
- **ORDINATE** (Zvislá os): vzdialenosť v KM v režime výzvy.
- **DURATION** (Trvanie): v sekundách v režime vyhľadávania.

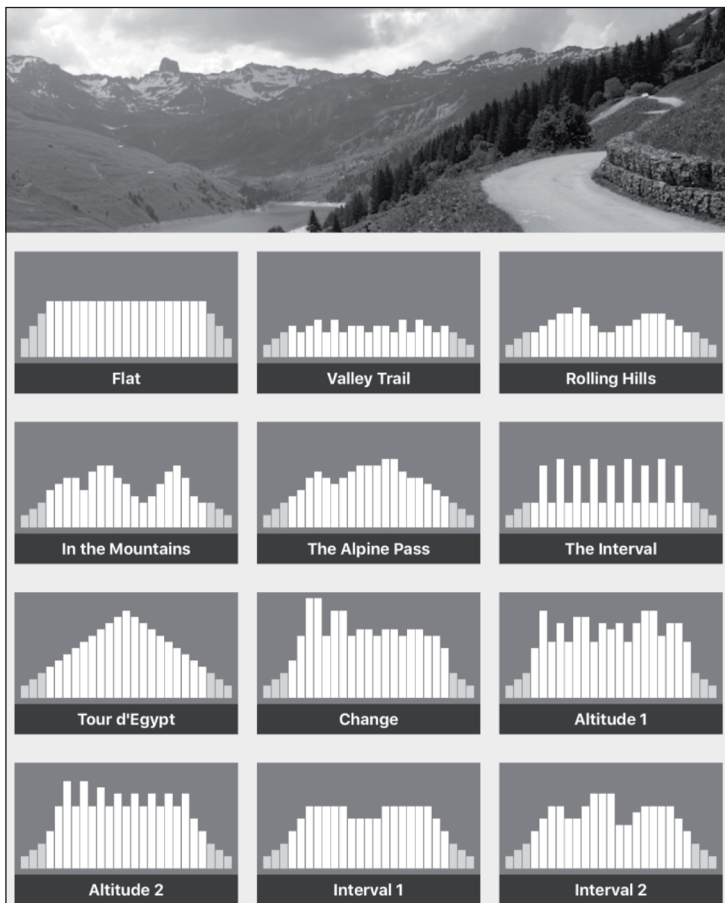
### Nastavenie odporu / prevodových stupňov

Na obrazovke nájdete pokyny na nastavenie odporu podľa profilu nadmorskej výšky pri používaní snímača rýchlosti / spádu alebo optického snímača.

## Koniec tréningu

Ak chcete prerušiť alebo zastaviť cvičenie, stačí prestať šliapať na pedál alebo použiť tlačidlo PAUSE (Pozastaviť) pre pozastavenie v rohu. Kliknutím na tlačidlo "RESUME SESSION" (Pokračovať v tréningu) pokračujte ďalej v tréningu. Ak chcete úplne zastaviť tréning, jednoducho potvrdíte klepnutím na "SAVE AND EXIT" (Uložiť a ukončiť).

## Profilový tréning

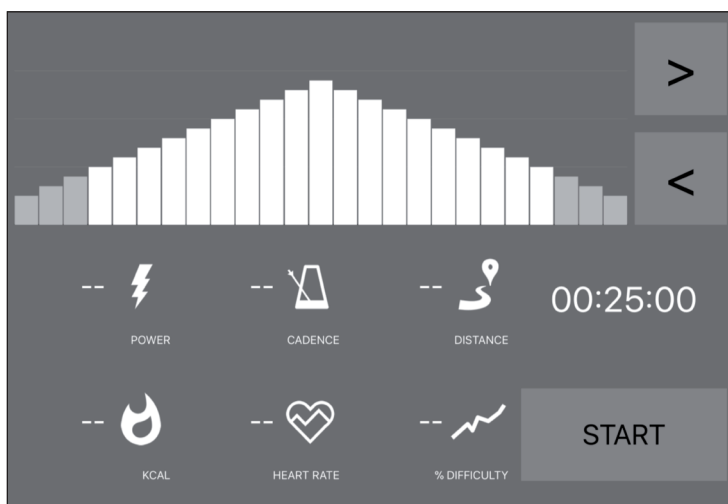


Profilový tréning je formou cvičenia, ktoré zahŕňa sériu tréningov s nízkou až vysokou intenzitou s dobami odpočinku alebo úľavou. Rôzne intenzity trénujú srdcový sval, poskytujú kardiovaskulárny tréning a zlepšujú aeróbnú kapacitu a vytrvalosť.

Profilový tréning zatiaľ nie je k dispozícii pre všetky zariadenia. V hlavnom menu môžete ľahko skontrolovať: Ak vidíte ponuku PROFILE TRAINING, znamená to, že táto funkcia je k dispozícii pre Vaše zariadenie. V závislosti od vášho zariadenia si môžete vybrať medzi dvoma režimami.

**RESISTANCE- Odpor:** Definujete úroveň odporu a túto informáciu odošleme na bicykel na cvičenie bez ohľadu na vyprodukovanú energiu.

**TARGET POWER- Cieľový výkon:** Definujete cieľovú silu a odpor sa automaticky zmení na generovanie.



- Ak vidíte oranžovú čiaru, znamená to, že ste blízko Vášho cieľa.
- Na druhej strane, oranžová čiara znamená, že sa pohybujete od cieľa. (zvýšenie alebo spomalenie cieľového výkonu)
- Stačí si vybrať čas (< >) pre odpočítavanie a potom začať tréning.
- Po spustení cvičebného programu môžete zvýšiť alebo znížiť cieľový výkon alebo odpor v závislosti od zvoleného režimu.

## Hodnotenie

### História činností

- Otvorte hlavnú ponuku na ľavej strane a nájdite položku "ACTIVITY HISTORY" (História činností).
- Uvidíte históriu predchádzajúcich tréningov, vrátane názvu videí, ktoré ste absolvovali, dátumu tréningu, trvania a vzdialenosti.
- Ak chcete zobraziť všetky informácie, kliknite na konkrétny tréning.
- Môžete tiež navštíviť stránku <http://www.kinomap.com/myactivities>.
- História aktivít obsahuje mapu, súhrn a súbor podrobných grafov, ktoré zobrazujú Vašu aktuálnu rýchlosť, výkon, spád a srdcovú frekvenciu. Upozorňujeme, že históriu činností je možné automaticky exportovať na rôzne platformy, napríklad RunKeeper, Strava alebo Under Armor.



Activity Name	Date & Time	Duration	Distance	Sessions	Calories	Challenge	Rating
Profile Training	01/03/2018 at 11:05 a.m.	00:00:32	93 m	1 sessions	3.5 kJ	Challenge	1
Profile Training	01/03/2018 at 11:00 a.m.	00:00:37	132 m	1 sessions	2.2 kJ	Challenge	2
Quiet ride in Central Park	28/02/2018 at 2:49 p.m.	00:00:24	71 m	1 sessions	Challenge	Challenge	1
Semi Marathon Meaux 2014 - Allure 4mn/KM	28/02/2018 at 11:26 a.m.	00:01:31	392 m	1 sessions	Challenge	Challenge	36
Rocheserviere => Saint Fulgent	26/02/2018 at 10:48 a.m.	01:14:21	48.832 KM	1 sessions	Challenge	Challenge	1754
Profile Training	23/02/2018 at 12:46 p.m.	00:01:25	143 m	1 sessions	0.6 kJ	Challenge	0



## **Vyhľadávanie- SEARCH**

Tlačidlo SEARCH (Vyhľadávanie) je vždy k dispozícii v pravom hornom rohu bez ohľadu na to, v ktorej ponuke ste, pre vyhľadanie dostupných videí.

Existuje niekoľko spôsobov, ako nájsť požadované video:

- Môžete vyhľadávať kliknutím na tlačidlo SEARCH (Vyhľadávanie). Po zadaní minimálne 3 znakov sa uskutoční automatické vyhľadávanie.
- Môžete tiež vykonať geografické vyhľadávanie. Zvoľte "MAP" (Mapa) v hlavnej ponuke.
- Všetky dostupné videá môžete preskúmať kliknutím na položku "PUBLIC PLAYLIST" (Verejné zoznamy skladieb) alebo "ALL VIDEOS" (Všetky videá).

## **Nastavenie**

### Nastavenia používateľa

- Prejdite do ponuky SETTINGS (Nastavenie) a zadajte údaje o používateľovi vrátane výšky, váhy, narodenín a pohlavia.
- Tieto informácie ovplyvňujú výpočet rýchlosti.

## **Externý displej**

Postupujte podľa pokynov, ak chcete zobrazit' prehrávanie na televízore pomocou zariadenia Chromecast alebo Apple TV.

---

## STAROSTLIVOSŤ A ÚDRŽBA

---

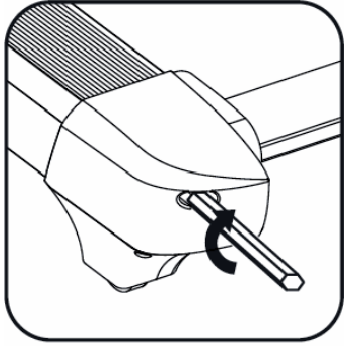
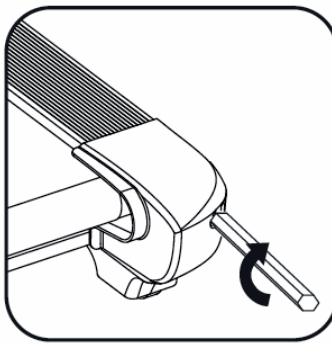
**Poznámka:** Rovnako ako u všetkých tréningových strojov s mechanickými pohyblivými komponentmi, skrutky sa môžu uvoľniť kvôli častému používaniu. Preto Vám odporúčame, aby ste ich pravidelne kontrolovali, a ak je to potrebné, opätovne ich stiahnite vhodným kľúčom. Pravidelne čistíte tréningové zariadenie vlhkou handrou na čistenie povrchov od potu a prachu

- Ak nepoužívate prístroj dlhšiu dobu, vyťahnite batériu konzoly, aby nedošlo k vybitiu batérie.
- Pravidelne vyčistíte cvičný bicykel čistou textíliou, aby ste udržali čistý vzhľad.
- Bezpečnostná úroveň zariadenia sa môže udržiavať iba vtedy, ak sa pravidelne kontroluje jeho poškodenie a / alebo opotrebovanie (napr. rukoväť, pedále, sedadlo a pod.). Je nevyhnutné, aby boli všetky poškodené diely nahradené. Kým sa nedokončia všetky opravy, zariadenie sa nemôže používať.
- Pravidelne kontrolujte, či sú prvky upevnené maticami a skrutkami správne utiahnuté.
- Dbajte na to, aby ste pravidelne mazali pohyblivé časti prístroja.
- Osobitná pozornosť je potrebná na jednotlivé komponenty, väčšina z nich je náchylná na opotrebovanie, ako brzdový systém, podložka atď.
- Keďže pot je veľmi žieravé, nedovoľte, aby sa dostal do styku so smaltovanými alebo chrómovanými časťami zariadenia, najmä s počítačom. Po použití ihneď utrite príslušenstvo. Smaltované časti je možné čistiť vlhkou hubkou. Vyhnite sa všetkým agresívnym alebo korozívnym výrobkom.
- Uchovávajte zariadenie v čistom a suchom prostredí mimo dosahu detí.

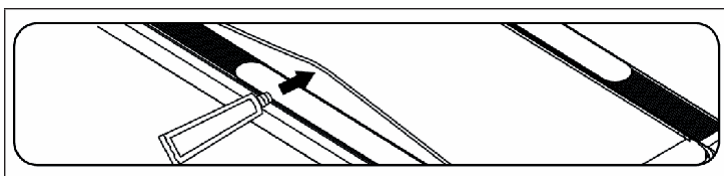
### Úprava pásu

Pozícia pásu je upravená pred odoslaním. Avšak niekedy sa pás môže počas prepravy posunúť zo stredu. Ak chcete nastaviť bežecký pás, použite priložený šesťhranný kľúč. Otočte skrutky na zadnej strane (na oboch stranách) doprava o 90 stupňov, kým ku žiadnemu skĺznutiu nedôjde. Počas nastavovania skrutky sa uistite, že sa pás nehýbe.

## Centrovanie pásu

Pás sa posúva doľava	Pás sa posúva doprava
	
<p>Keď sa pás posúva doľava, jemne doladzte ľavú zadnú skrutku v smere hodinových ručičiek doprava v režime vysokej rýchlosti (10 km / h). Ak sa pás bude po 30 až 60 sekundách pri vysokej rýchlosti stále posúvať, opakujte vyššie uvedené kroky, až kým sa pás nebude vracat' späť do stredu</p>	<p>Keď sa pás posúva doprava, jemne doladzte pravú zadnú skrutku v smere hodinových ručičiek doprava v režime vysokej rýchlosti (10 km / h). Ak sa pás bude po 30 až 60 sekundách pri vysokej rýchlosti stále posúvať, opakujte vyššie uvedené kroky, až kým sa pás nebude vracat' späť do stredu.</p>

## Mazanie pásky

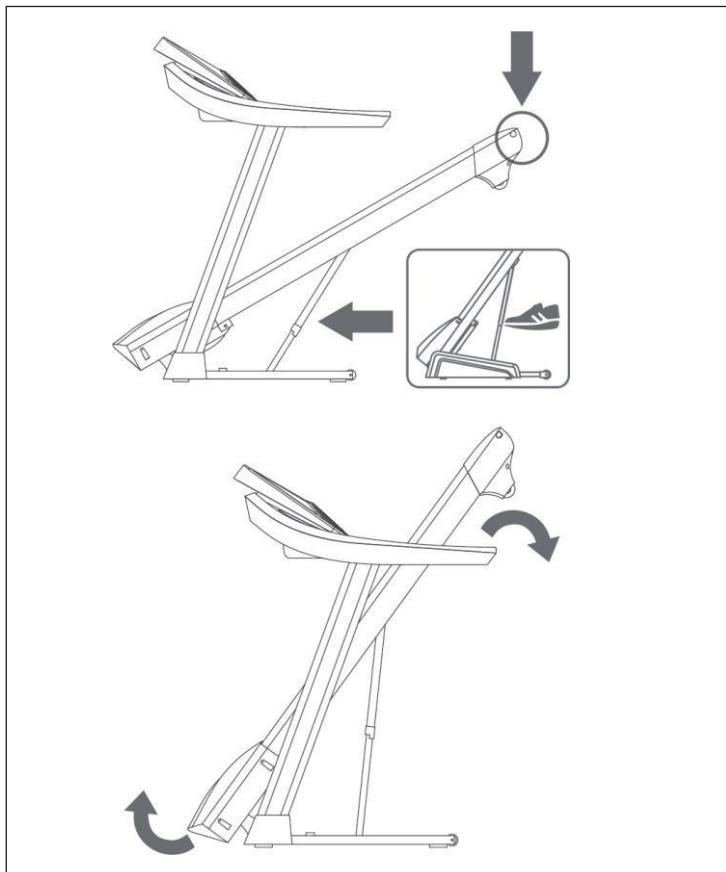


- Po 100 prevádzkových hodinách alebo celkovej vzdialenosti 1000 km sa zobrazí na obrazovke nápis [LUBE], aby Vám pripomenul údržbu pásu.
- Stlačte tlačidlo STOP alebo vyberte bezpečnostný vypínač a prepnite ho do pohotovostného režimu. Po dokončení údržby stlačte súčasne START / SPEED + / SPEED - na vymazanie uložených hodín / kilometrov. Použite silikónový olej (celú fľašu) na vnútornú stranu pásy, aby ste ho namazali. Potom, ako bol olej úplne nanesený na pás, nechajte zariadenie bežať 10 km / h počas 10 minút na rovnomerné rozdelenie oleja cez pás.

## SKLADANIE A PREPRAVA JEDNOTKY

### Ako zložiť zariadenie

Držte rám na zadnej strane stroja alebo pod zadným valčekom bezpečne a zdvihnite, až kým nezapadne kolík hydraulického zdvíhu. Opatrne odložte jednotku a uistite sa, že sa nerozpadá. Ak chcete odomknúť fixáciu, držte rám na zadnej strane stroja alebo pod zadným valcom bezpečne a ľahko odpojte oranžový kolík hydraulického zdvíhu a mierne ho zatlačte. Opatrne odložte jednotku na podlahu.



## Ako hýbať so zariadením

Bežecký pás je dodávaný s dvoma súpravami koliesok. Prosím, sklopte bežiaci pás a presvedčte sa, či je palubná doska pevná pred jej premiestnením. Držte zábradlia tesne, zatlačte stroj dozadu a presuňte ho.

**Poznámka:** Pokus o pohyb alebo prepravu bežiaceho pásu bez zloženej a pevnej paluby môže spôsobiť zranenie osôb alebo poškodenie stroja.

## Ako prepravovať zariadenie

Bežecký pás je dodávaný s dvoma súpravami koliesok. Prosím, sklopte bežiaci pás a presvedčte sa, či je palubná doska pevná pred jej premiestnením. Držte zábradlia tesne, zatlačte stroj dozadu a presuňte ho. Bežecký pás je veľmi ťažký. **NEHÝBTE** ním svojvoľne, ak to nie je potrebné.

## CHYBOVÉ KÓDY

E00	Žiadny signál v regulátore motora	E04	Výpadok napájacieho kábla motora
E01	Chyba signálu rýchlosti	E05	Chyba zrýchlenia motora
E02	Chyba napätia motora	E09	Chyba regulátora motora
E03	Chyba prúdu motora		

## RIEŠENIE PROBLÉMOV

Problém	Možná príčina
Obrazovka konzoly nie je „ON“ (Zapnutá)	Skontrolujte, či je zásuvka má napájanie, či je napájací kábel pripojený k zásuvke a či je zapnutý bežiaci pás.
	Uistite sa, či je pripojovacia linka v konzole obrazovky správne pripojená a či počas montáže nedošlo k žiadnemu potenciálnemu poškodeniu spôsobeným tlakom na konzolu obrazovky.
Prúdový vypínač sa aktivuje, keď je zariadenie v prevádzke	Pripojte zariadenie len do zásuviek, ku ktorým nie sú pripojené žiadne iné zariadenia.

Problém	Možná příčina
Napájanie zhasne, keď je bežecý pás naklonený alebo zdvihnutý	Uistite sa, že napájací kábel nie je vytiahnutý, keď je bežecý pás naklonený alebo zdvihnutý.
Pri prevádzke pás nemôže zostať v strede	Uistite sa, že pás nie je voľný. Prosím, nastavte pás na príslušnú tesnosť, ak je voľný.
Vyskytuje sa hluk na prednej strane stroja počas fungovania	Bežecý pás nie je umiestnený na rovnom mieste a stráca rovnováhu.
	Skontrolujte, či je stroj rovný.
Napájanie zhasne, keď je bežecý pás naklonený alebo zdvihnutý	Uistite sa, že napájací kábel nie je vytiahnutý, keď je bežecý pás naklonený alebo zdvihnutý.

## RADY PRE LIKVIDÁCIU



Podľa Európskeho nariadenia odpadu 2012/19/ EÚ tento symbol na výrobku alebo na jeho obale znamená, že výrobok nepatrí do domáceho odpadu. Na základe smernice by sa mal prístroj odovzdať na príslušnom zbernom mieste pre recykláciu elektrických a elektronických zariadení. Zabezpečením správnej likvidácie výrobku pomôžete zabrániť možným negatívnym dopadom na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by inak mohol byť dôsledok nesprávnej likvidácie výrobku. Pre detailnejšie informácie o recyklácii tohto výrobku sa obráťte na svoj Miestny úrad alebo na odpadovú a likvidačnú službu Vašej domácnosti.

## VYHLÁSENIE O ZHODE

### Výrobca:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland.



### Výrobok spĺňa nasledujúce európske smernice:

2014/35/EU (LVD)  
2011/65/EU (RoHS)  
2014/53/EU (RED)

