



MoVeS



OXYCYCLE 3

Uživatelská příručka



..... Čeština 2

Specifikace tohoto produktu se mohou lišit od této fotografie a mohou se změnit bez předchozího upozornění.

ARQv1
CE



Obsah

Bezpečnostní opatření.....	2
Přehledový výkres.....	4
Seznam dílů.....	4
Návod k montáži.....	5
Ovládání počítače s digitálním displejem.....	6
Cvičení.....	6

Bezpečnostní opatření

Před použitím si pečlivě přečtěte všechny pokyny. Uchovejte si tento návod k obsluze a pro budoucí použití si ponechte všechny originální doklady o transakci.

- Před zahájením cvičebního programu se poraďte se svým lékařem.
- Pokud se u vás vyskytnou jakékoli nepravidelné fyzické potíže, jako jsou závratě, silné bolesti svalů nebo kloubů nebo bolesti na hrudi, přestaňte cvičit a okamžitě se poraďte se svým lékařem.
- Během používání udržujte děti a domácí zvířata mimo dosah stroje.
- Při cvičení nenoste volné oblečení.
- Během provozu dodržujte minimální bezpečnostní vzdálenost.
- Nepoužívejte cvičební zařízení, pokud je poškozené.
- Nastavte pedálový trenažér podle pokynů v návodu k montáži a umístěte jej na rovný, stabilní, neklouzavý povrch.
- Před zahájením cvičení proveďte 3 až 5 minut rozcvičení a protažení.
- Každé cvičení by mělo být prováděno kontrolovaně. Cvičení vždy začínejte pomalu.
- Nikdy necvičte do vyčerpání.
- Na rotopedu nestůjte.
- Pedálový trenažér je určen pro domácí cvičení.
- Uživatelé musí mít pro ovládání této jednotky plnou kontrolu nad svými svaly. Nemusí být vhodný pro osoby s kvadruplegií nebo paraplegií. Poraďte se prosím se svým lékařem nebo ošetřujícím lékařem.
- Cvičební zařízení je třeba pravidelně kontrolovat z hlediska údržby, zda nejsou uvolněné nebo rozbité části.
- Nechte přístroj opravit kvalifikovaným servisním technikem. Nepokoušejte se provádět servis sami.

Opatření pro skladování:

Neskladujte přístroj na místě, kde by byl vystaven vysokým nebo nízkým teplotám. Nevystavujte přístroj delší dobu přímému slunečnímu záření. Neskladujte přístroj na vlhkém nebo prašném místě.



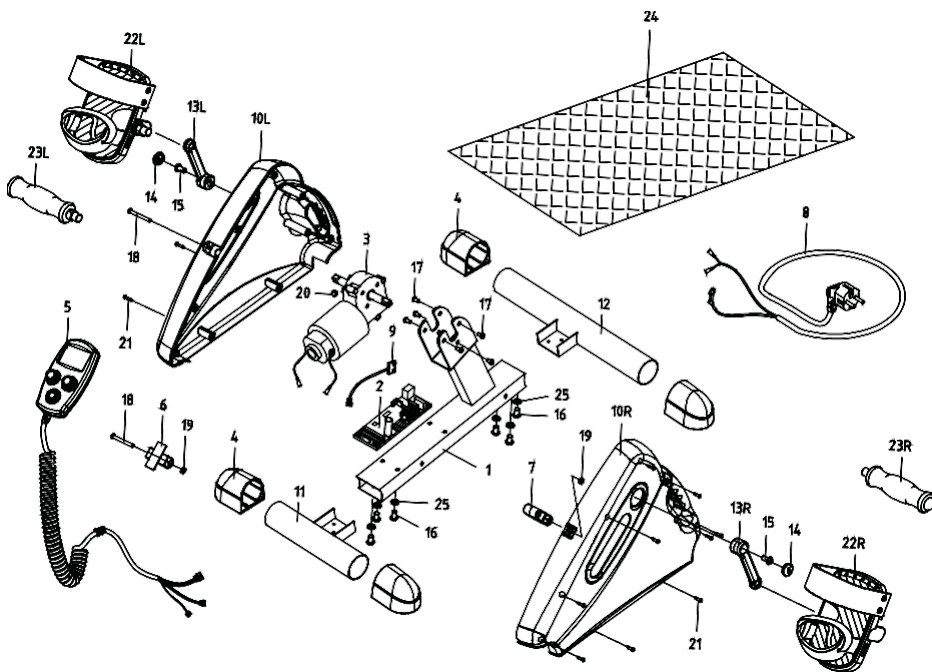
Při používání elektrického spotřebiče je třeba vždy dodržovat základní bezpečnostní opatření, včetně následujících:

Před použitím tohoto přístroje si přečtěte všechny pokyny.

VAROVÁNÍ - Snižte riziko popálení, požáru, úrazu elektrickým proudem nebo zranění osob:

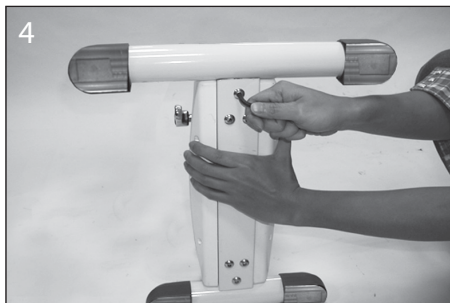
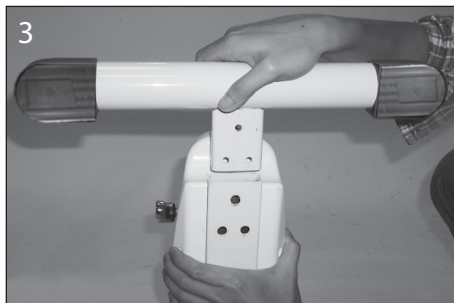
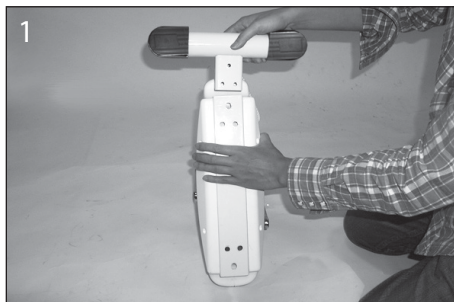
- Spotřebič by nikdy neměl zůstat bez dozoru, pokud je zapojen do sítě. Odpojte zástrčku ze zásuvky, pokud se nepoužívá, a před nasazením nebo sejmutím dílů.
- Nepoužívejte pod příkrývkou nebo polštářem. Mohlo by dojít k nadměrnému zahřátí a způsobit požár, úraz elektrickým proudem nebo zranění osob.
- Pokud tento přístroj používají děti, tělesně postižené nebo zdravotně postižené osoby nebo je používán v jejich blízkosti, je nutný přísný dohled.
- Tento přístroj používejte pouze k určenému účelu, jak je popsáno v této příručce. Nepoužívejte přídatná zařízení, která nejsou doporučena výrobcem.
- Nikdy nepoužívejte tento přístroj, pokud má poškozený kabel nebo zástrčku, pokud nefunguje správně, pokud byl upuštěn, poškozen nebo spadl do vody. Spotřebič odevzdejte do servisního střediska k přezkoumání a opravě.
- Nepřenášejte tento spotřebič za přívodní kabel ani nepoužívejte kabel jako rukojeť.
- Šňůru udržujte mimo zahřátý povrch.
- Nikdy nepoužívejte přístroj se zablokovanými otvory pro přívod vzduchu; udržujte otvory pro přívod vzduchu bez žmolků.
- Do otvorů nikdy nevhazujte ani nevkládejte žádné předměty.
- Nepoužívejte ve venkovním prostředí.
- Nepracujte tam, kde se používají aerosolové (sprejové) přípravky nebo kde se podává kyslík.
- Chcete-li přístroj odpojit, otočte knoflíky rychlosti a odporu do polohy vypnuto a vytáhněte zástrčku ze zásuvky.
- Po použití a před čištěním spotřebiče jej vždy ihned odpojte od elektrické zásuvky.
- Pouze pro použití v domácnosti.
- Požadavek na napájení: 220 V AC

Přehledový výkres a seznam dílů



Část č.	Popis	Množství	Část č.	Popis	Množství
1	Hlavní rám	1	14	Plastový uzávěr	2
2	Řídicí deska napájení	1	15	Šroub M8x20mm	2
3	Motor	1	16	Šroub M8x15mm	6
4	Koncový uzávěr	4	17	Šroub M6x12mm	6
5	Řídicí jednotka	1	18	Šroub M6x40mm	2
6	Držák ovladače A	1	19	Matice M6	2
7	Držák ovladače B	1	20	Kulatý magnet	1
8	Napájecí kabel AC	1	21	Šroub M4x20mm	11
9	Čtvercový senzor	1	22R	Pravý pedál	1
10R	Pravý kryt	1	22L	Levý pedál	1
10L	Levý kryt	1	23R	Pravá rukojeť	1
11	Přední stabilizátor	1	23L	Levá rukojeť	1
12	Zadní stabilizátor	1	24	Protiskluzová podložka	1
13R	Pravá klika	1	25	Podložka Ø18xØ8x1,5T	6
13L	Levá klika	1			

Návod k montáži



1. Držte přístroj ve vzpřímené poloze. Strana s řídicí jednotkou směřuje nahoru a strana s napájecím kabelem směřuje dolů. Zasuňte přední stabilizátor (11) do hlavního rámu (1).
2. Připevněte přední stabilizátor (11) k hlavnímu rámu (1) pomocí tří šroubů (16) a tří pružných podložek (25).
3. Vložte zadní stabilizátor (12) do hlavního rámu (1).
4. Připevněte zadní stabilizátor (12) k hlavnímu rámu (1) pomocí tří šroubů (16) a tří pružných podložek (25).
5. Připojte levý nožní pedál (22L) k levé klice (13L). Pomocí přiloženého nástroje jej navlékněte do sestavy kliky proti směru hodinových ručiček. (Viz obrázky 5 a 6). Připojte pravý nožní pedál (22R) k sestavě pravé kliky (13R) tak, že jej navléknete ve směru hodinových ručiček.
Poznámka: Levé/pravé pedály a levá/pravá klika jsou označeny písmeny "L" a "R" (levá a pravá).

Ovládání ovladače



Tlačítko MODE

Stisknutím tlačítka MODE vyberte zobrazení funkce.

Ovládací knoflík SPEED - PASSIVE

Otáčením knoflíku ve směru hodinových ručiček zvýšíte rychlost. Před otočením knoflíku pro regulaci odporu se ujistěte, že je knoflík pro regulaci otáček nastaven do polohy vypnuto.

Ovládací knoflík RESISTANCE - ACTIVE

Otočením knoflíku ve směru hodinových ručiček zvýšíte odpor. Před otočením knoflíku pro regulaci rychlosti se ujistěte, že je knoflík pro regulaci odporu nastaven do polohy vypnuto (úroveň 0).

STUPEŇ	OTÁČKY
0	0(STOP)
1	25 ~ 30
2	35 ~ 40
3	45 ~ 50
4	55 ~ 60
5	65 ~ 70

FUNKCE ZOBRAZENÍ:

SCAN: Zobrazí každou funkci na 6 sekund.

ČAS: Zobrazuje zbývající nebo uplynulý čas tréninku. Můžete také nastavit čas cvičení pro váš trénink. Stisknutím tlačítka MODE vyberte funkci TIME a poté stiskněte a podržte tlačítko MODE po dobu 2 sekund, TIME bude blikat pro nastavení času cvičení. Stiskněte tlačítko MODE pro nastavení času cvičení. Každý přírůstek je 1 minuta. Rozsah nastavené doby cvičení je od 5:00 do 30:00 minut. Jakmile nastavíte dobu cvičení a poté začnete cvičit s asistencí motoru, čas se začne odpočítávat od nastavené doby cvičení do 0:00 za 1 sekundu zpět. Jakmile dosáhnete nastavené hodnoty, ovladač na 5 sekund upozorní a pedály se přestanou automaticky otáčet. Na displeji ovladače se objeví a začne blikat nápis STOP.

Stiskněte jednu tlačítko MODE, nápis STOP přestane blikat a poté můžete znovu začít šlapat do pedálů.

OTÁČKY: Zobrazuje aktuální počet otáček pedálu za minutu.

COUNT: Pro každou otáčku pedálu se započítá jeden počet.

KALORIE: Odhadované množství kalorií spálených během cvičení.

ODPOR: Při používání pedálového trenažéru OxyCycle 3 v aktivním režimu lze velikost odporu nastavit otáčením knoflíku pro ovládání odporu na ovladači. Úrovně odporu se pohybují od úrovně 0 do 5.

Cvičení

Jak používat pedálový trenažér OxyCycle 3

Pedálový trenažér OxyCycle 3 lze používat pouze po zapojení napájecího kabelu do elektrické zásuvky. Pedálový trenažér OxyCycle 3 NEPOUŽÍVEJTE bez zapojení napájecího kabelu, protože by došlo k poškození zařízení.

Pokud používáte pedálový trenažér OxyCycle 3 v aktivním režimu, můžete začít cvičit po nastavení požadované úrovně odporu pomocí knoflíku pro ovládání odporu. Před otočením knoflíku pro regulaci rychlosti se ujistěte, že je úroveň odporu nastavena na 0.

Při používání pedálového trenažéru OxyCycle 3 v pasivním režimu (s asistencí motoru) byste měli nastavit požadovanou rychlost pomocí knoflíku pro regulaci rychlosti. Dodržováním této rychlosti dosáhnete nejlepších výsledků.

Při šlapání nadměrnou rychlostí nebo při použití nadměrné síly se aktivuje ochranný obvod proti přetížení, který zastaví motor a umožní uživateli zasunout nohy/ruce. Motor se na 2-3 sekundy vypne a poté se automaticky zapne. Pokud situace přetížení motoru přetrvává (motor se vypne a poté zapne) 10krát, motor přestane pracovat úplně, což může způsobit jeho poškození. Na řídicí jednotce bude blikat nápis STOP a po dobu 8 sekund bude alarmovat. Vypněte knoflík pro nastavení otáček. Po jeho opětovném zapnutí se opět rozběhne. Před otočením knoflíku odporu se ujistěte, že je knoflík rychlosti vypnutý. Pokud se opět nerozběhne, nastavte knoflík SPEED a RESISTANCE na "nulu" a odpojte napájecí kabel. Před jeho zapojením počkejte alespoň 30 sekund.

Cvičení

Cvičení nohou

Pedálový treňažér položte na protiskluzovou podložku a pohodlně se posadte na židli, přístroj přímo před sebe. Kolenní kloub by neměl být ohnutý méně než 90 stupňů. Noste obuv s gumovou podrážkou a nastavte řemínky na pedály na správnou délku. Používání zařízení OxyCycle naboso se nedoporučuje.

VAROVÁNÍ

Při cvičení na jednotce nestůjte. Cvičte pouze vsedě. Ujistěte se, že se sedadlo nepohybuje ani neotáčí. Nesedejte si na židli s kolečky.

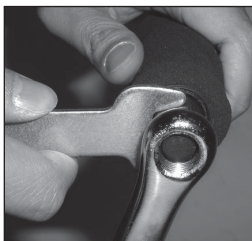


POZNÁMKA: Pro cvičení nohou použijte nožní pedály.



Cvičení paží

Umístěte přístroj přímo před sebe na desku stolu (na přiloženou protiskluzovou podložku). Pro cvičení paží používejte rukojeti.



WWW.MOVES-YOU.COM



MVS In Motion
Westdijk 150
2830 Tisselt (Willebroek)
Belgie
www.mvs-in-motion.com

© 2021, MVS In Motion. Všechna práva vyhrazena.