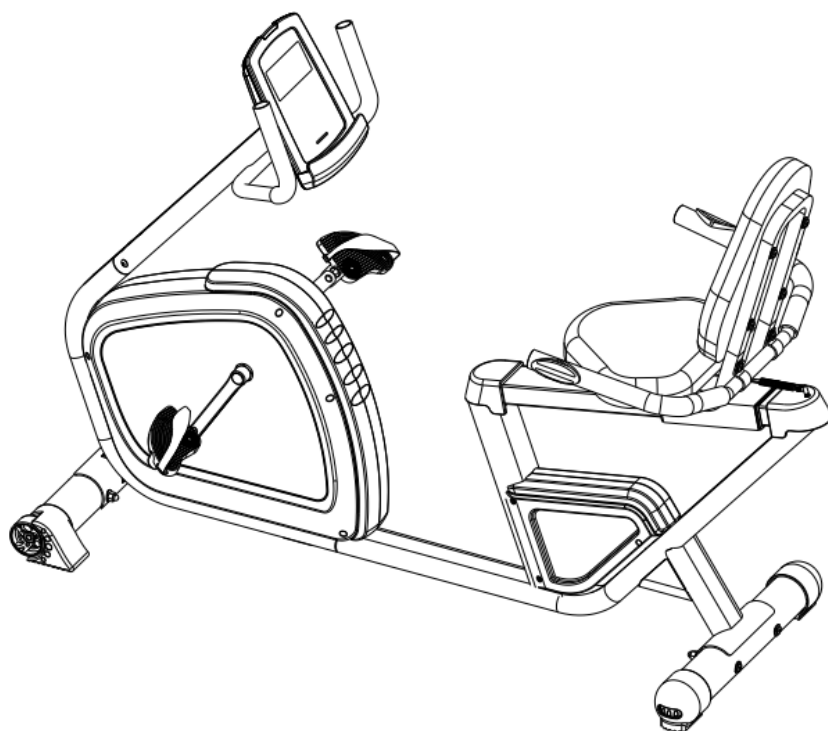




## NAVODILA ZA UPORABO

**Recumbent sobno kolo inSPORTline inCondi R60i IN8721**



## **! OPOZORILO !**

Vadba na napravi lahko v določenih primerih povzroči zdravstvene težave. Posvetujte se z osebnim zdravnikom predno pričnete z uporabo naprave. V kolikor občutite nelagodje, omotico, bolečine v prsih in/ali hrbtu ali druge zdravstvene težave nemudoma prenehajte z vadbo in se pred novo vadbo posvetujte z zdravnikom. V primeru, da naprava ni sestavljena in uporabljena pravilno lahko to povzroči resne poškodbe. V času vadbe naj se v bližini naprave ne zadržujejo druge osebe ali domače živali. Pred vsako uporabo preverite vse vijake in matice. Vedno upoštevajte vsa varnostna navodila v tem priročniku.

## **POZOR:**

**Teža vadečega na napravi ne sme presegati 150 kg.**

## **VARNOSTNA NAVODILA**

**OPOZORILO:** Za zmanjšanje možnosti poškodb preberite pričujoča navodila v celoti predno pričnete uporabljati napravo.

- 1) Predno pričnete s kakršnim koli vadbenim programom ali vadbo se posvetujte z vašim zdravnikom glede potencialnih omejitev ali zdravstvenih zadržkov, ki bi vam lahko povzročili zdravstvene težave ali poškodbe. To je še posebej pomembno v primeru, da ste starejši od 35 let, niste še nikdar resneje vadili, ste noseči ali pa bolehate za kakšno boleznijo.
- 2) Nasvet vašega zdravnika je posebno pomemben v primeru, da jemljete zdravila, ki vplivajo na vaš srčni utrip, krvni pritisk ali nivo holesterola. Odsvetujemo vam uporabo naprave v kolikor se niste predhodno posvetovali z vašim zdravnikom.
- 3) Pri vadbi ustrezno upoštevajte morebitne nevsakdanje občutke vašega telesa. Nepravilna ali pretirana vadba lahko ogrozi vaše zdravje.
- 4) V kolikor občutite nelagodje, omotico, bolečine v prsih in/ali hrbtu ali druge zdravstvene težave nemudoma prenehajte z vadbo in se pred novo vadbo posvetujte z zdravnikom.
- 5) Vedno pričnite vadbo z vajami za ogrevanje.
- 6) Nikoli ne vstavljajte česarkoli v odprtine na tekalni stezi.
- 7) Med vadbo uporabljajte ustrezna športna oblačila in obutev. Ne uporabljajte oblačil, ki bi se med vadbo lahko kakor koli zataknila v napravo. Enako vam priporočamo uporabo ustrezne športne obutve.
- 8) Pred pričetkom vadbe preverite, da so vijaki in matice ustrezno močno pritrjeni.
- 9) Bodite previdni pri pristopu in sestopu iz naprave. Kadarkoli je možno se oprimate opornih ročic.
- 10) Ohlapna oblačila in brisače ne smejo priti v stik s premikajočimi deli.
- 11) Med vadbo se ne izčrpajte pretirano. V kolikor bi občutili bolečino ali nelagodje nemudoma prekinite z vadbo in se posvetujte z vašim zdravnikom.
- 12) Napravo vedno uporabljajte le v namen za katerega je narejena. V primeru, da pri sestavljanju ali kontroli odkrijete počen, okvarjen ali iztrošen del, ali med vadbo zaslišite nevsakdanji hrup nemudoma prenehajte z uporabo naprave. Naprave ne uporabljajte dokler se težave ne odpravi.
- 13) Pred nastavljanjem ali vzdrževanjem naprave po teh navodilih, le-to vedno izključite iz električnega omrežja. Nikdar ne odstranite pokrov motorja v kolikor vam ni bilo tako naročeno s strani distributerja ali uradnega serviserja za napravo. Servisiranje naprave v obsegu, ki ni opisan v tem priročniku lahko izvajajo izključno za to pooblaščen serviserji.
- 14) Za izklop naprave najprej izključite glavno stikalo (pozicija OFF), nato potegnete vtič kabla iz stenske vtičnice.
- 15) Za preprečitev kratkega stika poskrbite, da električne komponente, električni kabel, motor, stikalo in drugi deli ne pridejo v stik z vodo ali drugimi tekočinami. Ne postavljajte ničesar na oporne ročice, trak ali konzolo. Nikdar ne postavite tekočine na kateri koli del naprave.
- 16) Na napravi ne izvajajte ali ne poskušajte izvajati posegov, razen na način za sestavo in vzdrževanje opisan v tem priročniku.
- 17) Hkrati lahko napravo uporablja izključno in samo ena oseba.
- 18) Ne uporabljajte naprave, ki je v okvari ali pa se ugotovljenih poškodb naprave ne da odpraviti.
- 19) V kolikor je poškodovan električni kabel ga mora, v izogib potencialni nevarnostim, zamenjati proizvajalec, zastopnik prodajalca, pooblaščen serviser ali podobno kvalificirane osebe.

## NADZORNA PLOŠČA SM2570 iConsole+



### PODPORTE NAPRAVE

<b>Operacijski sistem iOS:</b> iPod touch (5. generacije) iPod touch (4. generacije) iPod touch (3. generacije) iPhone 5S iPhone 5C iPhone 5 iPhone 4S iPhone 4 iPhone 3GS iPad Air iPad 4 iPad 3 iPad 2 iPad iPad Mini Podpora iOS 5.0 in novejše verzije	<b>Operacijski sistem Android:</b> Android tablica OS 4.0 + višje Android tablica resolucije 1280X800 px Android telefon OS 2.2 + višje Android telefon z resolucijo: 1920 X 1080 px 1280 X 800 pixels 1280 X 760 pixels 800 X 480 pixels
--	---

Izrazi "Narejeno za iPod", "Narejeno za iPhone" in "Narejeno za iPad" pomenijo, da je bila elektronska dodatna oprema razvita posebej za iPod, iPhone oziroma iPad - in je razvijalec zanjo potrdil, da izpolnjuje standarde delovanja družbe Apple. Apple ne odgovarja za delovanje te naprave ali njeno skladnost z varnostnimi in zakonskimi standardi. - Upoštevajte, da lahko uporaba te dodatne opreme s predvajalnikom iPod, telefonom iPhone ali računalnikom iPad vpliva na brezžično delovanje signala v bližini. iPad, iPhone, iPod, iPod classic, iPod nano, iPod shuffle in iPod touch so blagovne znamke podjetja Apple Inc. registrirane v ZDA in drugih državah.

### FUNKCIJE

PRIKAZ	OPIS
TIME	Meritev dolžine časa vadbe v območju: 0:00 - 99:59
SPEED	Prikaz trenutne hitrosti v območju: 0,0 - 99,9
DISTANCE	Prkaz prevožene poti med vadbo v območju: 0,0 - 99,9
CALORIES	Prikaz količine porabljenih kalorij med vadbo v območju: 0 - 999
PULSE	Prikaz trenutnega srčnega utripa (enota BPM = utripov na minuto) Ko utrip preseže vnaprej določeno mejo, vas na to opozori z zvočnim signalom.
RPM	Prikaz trenutne hitrosti (enota: število vrtljajev na minuto) v območju: 0 - 999
WATT	Program za preverjanje učinkovitosti vadbe. Ciljno vrednost je mogoče nastaviti v območju: 0 - 350 (privzeto: 120 WATT)
MANUAL	Ročni program
PROGRAM	Uporabnik ima na izbiro tri načine: Beginner (Začetnik) / Advance (Naprednejši uporabnik) / Sporty (športnik)
CARDIO	Program za nadzor srčnega utripa

## TIPKE

PRIKAZ	OPIS
Up	Povečanje stopnje obremenitve Nastavitev načina: izbira funkcije / prištevanje enot
Down	Zmanjšanje stopnje obremenitve Nastavitev načina: izbira funkcije / odštevanje enot
Mode	Potrditev izbrane funkcije in nastavitve
Reset	držite tipko za 2 sekundi za obnovitev tovarniških nastavitvev na računalniku
Start/Stop	Začetek/zaključek vadbe
Recovery	Vklop preizkusa-testa telesne pripravljenosti
Body Fat	Merjenje telesne maščobe v %, ITM

## DELOVANJE

### VKLOP RAČUNALNIKA

Po prikločitvi napajalnika se računalnik vklopi in na azsloni se za 2 sekundi prikažejo vsi kazalniki. Po štirih minutah nedejavnosti, računalnik samodejno preklopi v stanje mirovanja. S pritiskom na katerokoli tipko, se bo računalnik ponovno zagnal.



### IZBIRA PROGRAMA

Za izbiro programa uporabite tipke UP in DOWN.

Zaporedje programov je naslednje: Manual (ročni), Beginner, Advance, Sporty, Cardio, Watt

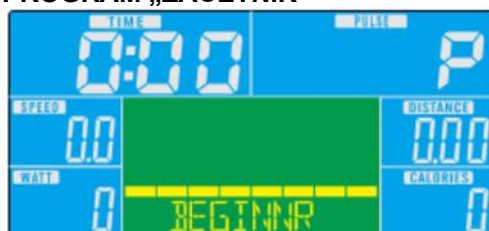
### ROČNI PROGRAM – MANUAL

Če želite zagnati ročni program, v glavnem meniju pritisnite tipko START.



1. S tipkama UP in DOWN izberite program Manual in za vstop v program pritisnite tipko MODE.
2. S tipkama UP in DOWN prilagodite naslednje parametre: TIME/čas, DISTANCE/razdalja, CALORIES/kalorije in PULSE/srčni utrip - prilagojeno vrednost vedno potrdite s pritiskom na tipko MODE.
3. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP. Če želite spremeniti stopnjo obremenitve uporabite tipki UP in DOWN.
4. Za prekinitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni, uporabite tipko RESET.

### PROGRAM „ZAČETNIK“



1. S tipkama UP in DOWN izberite program Začetnik (Beginnr) in za vstop v program pritisnite tipko MODE.

2. S tipkama UP in DOWN nastavite parameter TIME/čas.
3. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP. Če želite spremeniti stopnjo obremenitve uporabite tipki UP in DOWN.
4. Za prekinitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni, uporabite tipko RESET.

### PROGRAM "NAPREDNEJŠI UPORABNIK"



1. S tipkama UP in DOWN izberite program Naprednejši uporabnik (Advance) in za vstop v program pritisnite tipko MODE.
2. S tipkama UP in DOWN nastavite parameter TIME/čas.
3. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP. Če želite spremeniti stopnjo obremenitve uporabite tipki UP in DOWN.
4. Za prekinitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni, uporabite tipko RESET.

### PROGRAM "ŠPORTNIK"



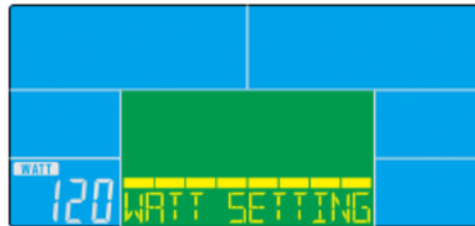
1. S tipkama UP in DOWN izberite program Športnik (Sporty) in za vstop v program pritisnite tipko MODE.
2. S tipkama UP in DOWN nastavite parameter TIME/čas.
3. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP. Če želite spremeniti stopnjo obremenitve uporabite tipki UP in DOWN.
4. Za prekinitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni, uporabite tipko RESET.

### PROGRAM ZA NADZOR SRČNEGA UTRIPA



1. S tipkama UP in DOWN izberite program Cardio in za vstop v program pritisnite tipko MODE.
2. S pomočjo tipk UP in DOWN izberite 55%, 75%, 90% ali TAG / ciljni srčni utrip (privzeta vrednost je 100 utripov/min)
3. S tipkama UP in DOWN nastavite parameter TIME/čas. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP.
4. Za prekinitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni, uporabite tipko RESET.

## PROGRAM WATT



1. S tipkama UP in DOWN izberite program WATT in za vstop v program pritisnite tipko MODE.
2. S tipkama UP in DOWN nastavite ciljno vrednost razmerja parametrov WATT/uspešnost (privzeta vrednost je 120).
3. S tipkama UP in DOWN nastavite parameter TIME/čas. Za začetek vadbe pritisnite tipko START / STOP. Trenutno zmogljivost med vadbo lahko prilagajate s tipkama UP in DOWN.
4. Za prekinitev vadbe pritisnite tipko START / STOP. Za vrnitev v glavni meni, uporabite tipko RESET.

## UPORABA APLIKACIJE iConsole + APP

Na tabličnem računalniku vklopite povezavo Bluetooth. Poiščete razpoložljive naprave in se povežite z nadzorno ploščo. (Geslo: 0000).

Za upravljanje naprave s pomočjo tabličnega računalnika, telefona ipd., odprite aplikacijo iconsole +.



### OPOMBA:

1. Po združenju nadzorne plošče s tabličnim računalnikom prek povezave Bluetooth, se zaslon nadzorne plošče samodejno izklopi.
2. Za vklop zaslona nadzorne plošče, zaprite aplikacijo iConsole+ in prekinite povezavo Bluetooth.