



T101

UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA



Před použitím této UŽIVATELSKÉ PŘÍRUČKY si přečtěte NÁVOD K POUŽITÍ BĚŽECKÉHO PÁSU.



DŮLEŽITÁ OPATŘENÍ



TYTO POKYNY USCHOVEJTE

Při používání produktu na elektrický proud je vždy nutno přijmout základní opatření včetně následujících: Před používáním tohoto běžeckého pásu si přečtěte veškeré pokyny. Majitel odpovídá za to, že všichni uživatelé tohoto běžeckého pásu budou odpovídajícím způsobem informováni o veškerých upozorněních a opatřeních. Pokud budete mít po přečtení této příručky jakékoli dotazy, obraťte se na Technickou zákaznickou podporu na čísle uvedeném na zadní stránce uživatelské příručky.

Tento běžecký pás je určen výhradně pro domácí používání. Nepoužívejte tento běžecký pás v jakémkoli komerčním, školním či institucionálním prostředí ani v prostředí, kde by se pronajímал. Nedodržení těchto požadavků bude mít za následek zrušení záruky.



NEBEZPEČÍ

Z DŮVODU SNÍŽENÍ RIZIKA ÚRAZU ELEKTRICKÝM PROUDEM:

Vždy okamžitě po používání, před čištěním, prováděním údržby a montáží či demontáží součástí odpojte běžkový pás od napájení z elektrické sítě (ze zásuvky).

UPOZORNĚNÍ

Z DŮVODU SNÍŽENÍ RIZIKA POPÁLENIN, VZNIKU POŽÁRU, ÚRAZU ELEKTRICKÝM PROUDEM NEBO ZRANĚNÍ OSOB:

- Zařízení musí být nainstalováno na stabilní a vyrovnané základně.
- Nikdy nepoužívejte běžkový pás bez připnutí spony bezpečnostního klíče na oděv. Nejprve za sponu bezpečnostního klíče zatáhněte, aby bylo jisté ze se z oděvu snadno neodepne.
- Systémy sledování tepové frekvence mohou být nepřesné a slouží pouze k informačním účelům. Nadměrné cvičení může mít za následek vážné zranění nebo smrt. Pokud pocítíte slabost nebo mdloby, okamžitě přestaňte cvičit.
- Při cvičení vždy udržujte pohodlné tempo.
- Nepoužívejte oděv, který by se mohl zachytit za libovolnou část běžkového pásu.
- Při používání tohoto zařízení vždy používejte sportovní obuv.
- Neskákejte na běžkovém pásu.
- Na běžkovém pásu v provozu nesmí být v žádném okamžiku více než jedna osoba.
- Tento běžkový pás nesmějí používat osoby s vyšší hmotností, než je uvedena v ODDÍLE ZÁRUKY UŽIVATELSKÉ PŘÍRUČKA. Nedodržení těchto pokynů bude mít za následek zrušení záruky.
- Při spouštění běžkové desky k zemi vždy počkejte, než budou zadní nohy zařízení pevně na podlaze, a teprve poté vstupte na desku.
- Před prováděním servisu nebo přesunem zařízení ho odpojte od veškerého napájení. Při čištění otírejte povrchy výhradně hadříkem navlhčeným v mýdlové vodě / vodě se saponátem. Nikdy nepoužívejte rozpouštědla. (Viz oddíl ÚDRŽBA)
- Při připojení k napájení nesmí být běžkový pás nikdy ponechán bez dozoru. Pokud se běžkový pás nepoužívá a před montáží demontáží jakýchkoli částí, ho odpojte od napájení.

- Neprovazujte ho pod příkrývkou nebo polštářem. Mohlo by dojít k nadměrnému zahřátí, což by mohlo mít za následek vznik požáru, úraz elektrickým proudem nebo zranění osob.
- Toto zařízení pro cvičení zapojte výhradně do řádně uzemněné elektrické zásuvky.
- Máte-li jakýkoli pocit bolesti, včetně, kromě jiného, bolesti na hrudi, nevolnosti, závratí nebo dušnosti, okamžitě přestaňte cvičit a před pokračováním se obraťte na praktického lékaře. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může mít za následek poškození vašeho zdraví.
- Pokud k tomu nedostanete pokyn od místního prodejce nebo kvalifikovaného technika, neodstraňujte ochranné kryty. Servis smí provádět výhradně povolaný servisní technik.
- Z důvodu zamezení nekontrolovaného používání zařízení třetími stranami odpojte bezpečnostní klíč.
- Během cvičení běhejte v oblasti, kde je na pásu vytištěné logo, aby se zabránilo možnému zranění.
- Běžecský pás vydává zvuk o intenzitě nižší než 70 dB, pokud na zařízení není žádný uživatel, a vyšší než 70 dB během používání. Pokud vám zvuk vycházející z běžecského pásu způsobuje nepohodlí, přestaňte cvičit a odpočiňte si. Hlukové emise jsou vyšší se zátěží než bez ní.
- Před skládáním běžecského pásu počkejte, až se zcela zastaví. Neprovazujte běžecský pás ve složeném stavu.
- Dovolujeme si upozornit, že plastové součásti, např. koncovky, podléhají opotřebení. Náležitou úroveň bezpečnosti běžecského pásu lze udržovat pouze v případě, že jsou prováděny pravidelné kontroly na poškození a opotřebení.
- Ujistěte se, že okraj pásu je rovnoběžný s postranní kolejnici v boční poloze a neprověšuje se pod úroveň postranní kolejnice. Pokud zjistíte, že pás není vycentrovaný, vždy ho náležitě přenastavte.





! UPOZORNĚNÍ

Z DŮVODU SNÍŽENÍ RIZIKA POPÁLENIN, VZNIKU POŽÁRU, ÚRAZU ELEKTRICKÝM PROUDEM NEBO ZRANĚNÍ OSOB:

- NIKDY nesmějí být domácí zvířata a děti mladší 13 let blíž k běžeckému pásu než ve vzdálenosti 3 m (10 stop).
- NIKDY nesmějí běžecký pás používat děti mladší 13 let.
- Děti starší 13 let a handicapované osoby smějí běžecký pás používat pouze pod dohledem dospělé osoby.
- Používejte běžecký pás pouze k zamýšlenému účelu, který je popsán v návodu k použití a uživatelské příručce.
- Nepoužívejte další doplňky, které nejsou doporučeny výrobcem. Doplňky mohou způsobit zranění.
- Nikdy nepoužívejte běžecký pás, pokud zjistíte, že jeho napájecí kabel nebo zástrčka jeví známky poškození, pokud nefunguje správným způsobem nebo pokud došlo z jeho pádu nebo poškození, případně ponoření do vody. Dopravte běžecký pás do servisního centra k prohlídce a opravě.
- Napájecí kabel musí být vždy mimo horké/vyhřívané povrchy. Nepřenášejte tuto jednotku za napájecí kabel ani tento kabel nepoužívejte jako rukojeť.
- Nikdy nepoužívejte běžecký pás, pokud je zablokovaný odvětrávací otvor. Udržujte odvětrávací otvor čistý, bez chomáčů textilních vláken, vlasů apod.
- Z důvodů předcházení úrazu elektrickým proudem nikdy do otvoru nevhazujte ani nevsunujte žádné předměty.
- Nikdy nepoužívejte na místech, kde se používají aerosolové produkty (spreje) nebo kde se podává/distribuuje kyslík.
- Před odpojením od napájení přepněte všechny ovládací prvky do vypnuté polohy. Poté odpojte zástrčku ze zásuvky.
- Nepoužívejte běžecký pás na jakýchkoli místech bez regulace teploty, např. kromě jiných, v garážích, na verandách, v koupelnách, prostorách s bazénem, přístřešcích pro automobily nebo ve venkovním prostředí. Nedodržení těchto požadavků bude mít za následek zrušení záruky.
- Tento běžecký pás je určen výhradně pro domácí používání. Nepoužívejte tento běžecký pás v jakémkoli komerční, školním či institucionálním prostředí ani v prostředí, kde by se pronajímал. Nedodržení těchto pokynů bude mít za následek zrušení záruky.
- Nedomontujte kryty konzole, pokud vám k tomu nedala pokyn Technická zákaznická podpora. Servis smí provádět výhradně

Je zásadně důležité, aby váš běžecký pás měl certifikát EN TŘÍDY HB a používal se pouze v interiéru, v klimatizované místnosti. Pokud dojde k vystavení běžeckého pásu nižším teplotám nebo prostředí s vysokou vlhkostí, důrazně doporučujeme jeho ohřátí na pokojovou teplotu, než ho poprvé použijete. Nedodržení tohoto postupu může mít za následek předčasné selhání elektroniky.

- Umístěte běžecký pás na stabilní a vyrovnanou základnu. Před běžeckým pásem jen nutno ponechat prostor 30 cm (1 stopu) na napájecí kabel. Ponechte volný prostor za běžeckým pásem, a to nejméně v šířce běžeckého pásu a délce 2 metrů (79"). V této zóně nesmějí být žádné překážky a musí uživatel poskytovat nerušenou a bezpečnou cestu pro odchod od stroje. V případě nouze položte obě ruce na postranní madla, abyste se udržel/a ve vzpřímené poloze, a postavte se na postranní kolejnice. Z důvodu usnadnění přístupu by měl být ideálně po obou stranách běžeckého pásu prostor odpovídající 0,6 m (2 stopám), aby uživatel mohl přistupovat k běžeckému pásu z libovolné strany. Neumísťujte běžecký pás do prostoru, kde by docházelo zablokování jakýchkoli ventilačních či odvětrávacích otvorů. Běžecký pás se nesmí umísťovat do garáže, na krytou verandu, do blízkosti





POKYNY OHLEDNĚ UZEMNĚNÍ

Produkt musí být uzemněný. Za účelem snížení rizika úrazu elektrickým proudem poskytuje v případě nesprávné funkce nebo poruchy běžícího pásu uzemnění cestu nejmenšího odporu pro elektrický proud. Tento produkt je vybaven kabelem se zemnicím vodičem pro zařízení s zemnicí zástrčkou. Tuto zástrčku je nutno zapojit do odpovídající elektrické zásuvky, která je správně nainstalovaná a uzemněná v souladu s místními vyhláškami a nařízeními.



NEBEZPEČÍ

Nesprávné zapojení zemnicího vodičem pro zařízení může mít za následek riziko úrazu elektrickým proudem. V případě nejistoty, zda je produkt řádně uzemněn, se obraťte s žádostí o radu na kvalifikovaného elektrikáře nebo poskytovatele služeb. Neupravujte zástrčku, která je součástí balení produktu. Pokud není vhodná pro danou zásuvku, požádejte kvalifikovaného elektrikáře o instalaci správné zásuvky.

Tento produkt je určen k používání v okruhu se jmenovitým napětím, které je v místě běžné, a je vybaven zemnicí zástrčkou. S tímto produktem se nesmí používat žádný adaptér.

Tento produkt je nutno používat ve vyhrazeném okruhu. Za účelem určení, zda jste ve vyhrazeném okruhu, vypněte napájení tohoto okruhu a zkontrolujte, zda se přerušilo napájení i některých dalších zařízení. Pokud tomu tak je, přesuňte tato zařízení do jiného okruhu. Poznámka: V jednom okruhu je obvykle větší počet zásuvek.



UPOZORNĚNÍ

Toto zařízení pro cvičení zapojujte výhradně do řádně uzemněné elektrické zásuvky.

Nikdy neprovozujte produkt s poškozeným kabelem nebo zástrčkou, i když jinak funguje správně. Nikdy neprovozujte žádný produkt, pokud se zdá poškozený nebo byl ponořený do vody. S žádostí o výměnu nebo opravu se obraťte na Technickou zákaznickou podporu.

MONTÁŽ



⚠ UPOZORNĚNÍ

Během procesu montáže je nutno věnovat obzvláštní pozornost několika oblastem. Je velmi důležité postupovat správně podle pokynů k montáži a ujistit se, že všechny součásti jsou pevně utažené. V případě nedodržení pokynů k montáži mohou určité součásti běžeckého pásu zůstat neutažené, případně se budou zdát povolené. Tyto součásti mohou způsobovat nepříjemné zvuky. Z důvodu předejití poškození běžeckého pásu je nutno překontrolovat pokyny k montáži a přijmout nápravná opatření.

Před pokračováním najdete sériové číslo svého běžeckého pásu, které se nachází na bílé nálepce s čárovým kódem v blízkosti hlavního vypínače a napájecího kabelu a zadejte ho do níže ponechaného místa.

ZADEJTE SÉRIOVÉ ČÍSLO A NÁZEV MODELU DO NÍŽE UVEDENÝCH POLÍ:

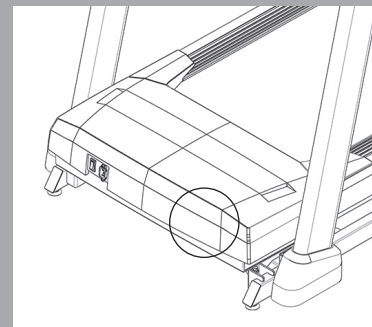
SÉRIOVÉ ČÍSLO:

TM

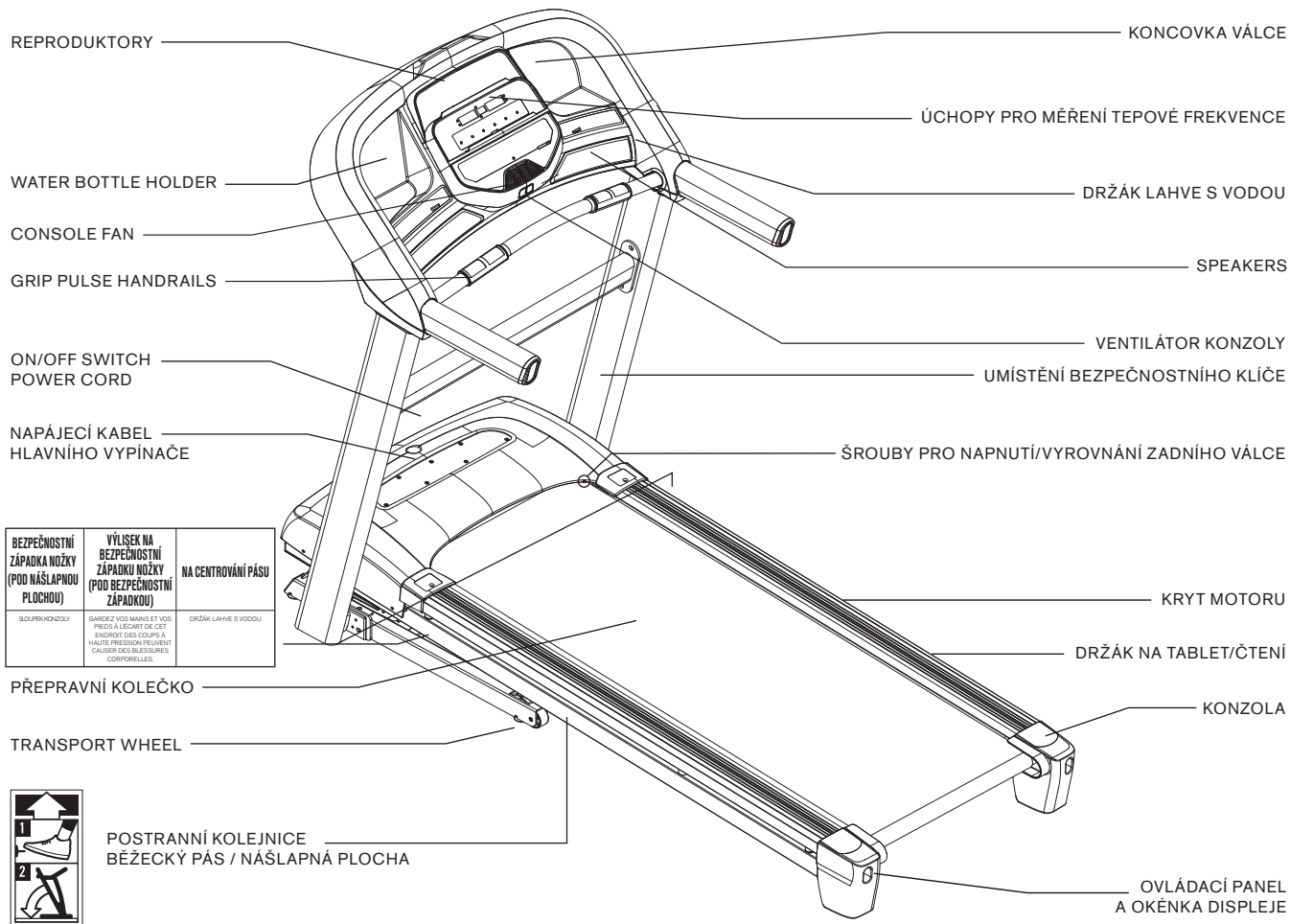
NÁZEV MODELU: **HORIZON**

BĚŽECKÝ PÁS

UMÍSTĚNÍ SÉRIOVÉHO ČÍSLA



» Když voláte s požadavkem na servis, uvádějte SÉRIOVÉ ČÍSLO a NÁZEV MODELU.



BEZPEČNOSTNÍ ZÁPADKA NOŽKY (POD NÁŠLAPNOU PLOCHOU)	VYLÍSEK NA BEZPEČNOSTNÍ ZÁPADKU NOŽKY (POD BEZPEČNOSTNÍ ZÁPADKOU)	NA CENTROVÁNÍ PÁSU
SOUPEŘEKNOŽKY	GARDEZ VOS MANS ET VOS PIEDS A L'EGARTYSE COT ENDRIT DES COUPS A HAUTE PRESSION PEUVENT CAUSER DES BLESURES CORPORAELLES.	DRŽÁK LAHVE S VODOU



NÁSTROJE, KTERÉ JSOU SOUČÁSTÍ DODÁVKY:

- 6 mm T kloubový nástrčný klíč
- 5 mm L kloubový nástrčný klíč
- 4 mm T kloubový nástrčný klíč
- Křížový šroubovák

SOUČÁSTI, KTERÉ JSOU SOUČÁSTÍ DODÁVKY:

- 1 sestava konzoly
- 2 sloupky konzoly
- 1 sada nářadí
- 1 bezpečnostní klíč
- 1 kabel audio adaptéru
- 1 lahvička silikonového maziva (na 2 použití)
- 2 krytky sloupků konzoly
- 1 napájecí kabel



POTŘEBUJETE POMOC?

V případě jakýchkoli dotazů nebo chybějících součástí se obraťte na Technickou zákaznickou podporu.

PŘED MONTÁŽÍ

VYBALENÍ

Umístěte kartonovou krabici s běžeckým pásem na rovnou plochu. Doporučuje se položit na podlahu ochrannou vrstvu. Při přepravě této jednotky a manipulaci s ní postupujte OPATRNĚ. Nikdy neotevírejte krabici, když leží na boku. Po odstranění popruhů jednotku nezdvihejte ani ji nepřemísťujte, dokud nebude zcela sestavena a ve vzpřímené poloze. Zároveň musí být v zabezpečené poloze bezpečnostní západka. Vybalte jednotku a sestavte ji na místě, kde se bude používat. Dotčený běžecký pás je vybaven vysokotlakými pružinami a v případě nesprávné manipulace se může otevřít. Nikdy neuchopujte žádnou část nakloněného rámu a nepokoušejte se o zvedání nebo přesouvání běžeckého pásu.

UPOZORNĚNÍ

NEPOKOUŠEJTE SE BĚŽECKÝ PÁS ZVEDAT! Nezdvihejte bezpečnostní pás ani ho nepřesunujte z obalového materiálu, pokud v pokynech k montáži není tento krok uveden. Můžete odstranit plastové obaly ze sloupků konzoly.

UPOZORNĚNÍ

NEDODRŽENÍ TĚCHTO POKYNŮ MŮŽE MÍT ZA NÁSLEDEK ZRANĚNÍ!

POZNÁMKA: Během každého kroku montáže se ujistěte, že VŠECHNY šrouby a matice jsou na správných místech a částečně zašroubované. Teprve poté můžete JAKÝKOLI šroub pevně utáhnout.

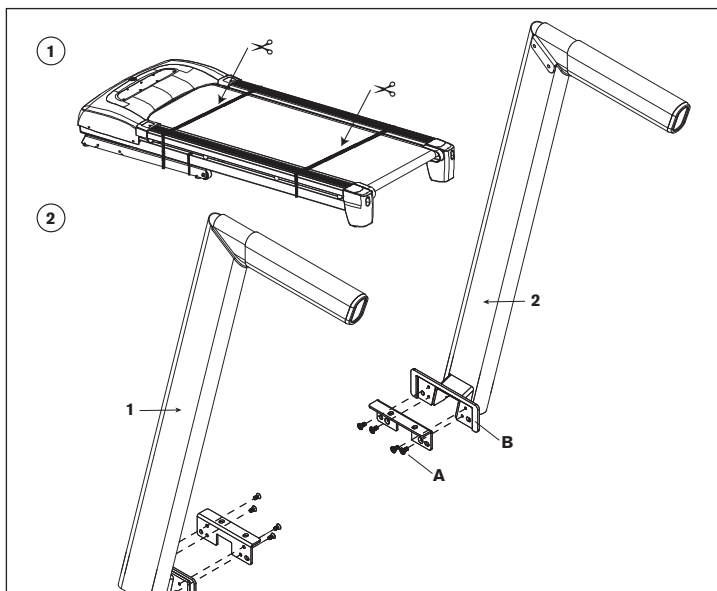
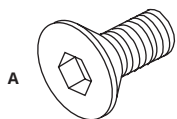
POZNÁMKA: Nanesení tenké vrstvy maziva ulehčí instalaci. Doporučuje se libovolné mazivo, např. lithiová vazelína na kola.





MONTÁŽ, KROK 1

MATERIÁL PRO KROK 1			
DÍL	TYP	POPIS	MNOŽSTVÍ
A	ŠROUB	M6 × 1,0P × 10L	8

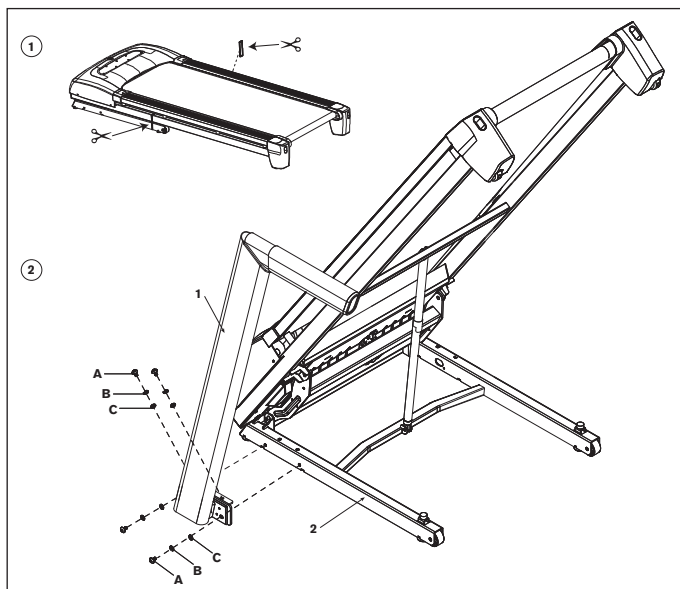


- A Přeřízněte žluté popruhy a zdvihněte nášlapnou plochu od zadní strany směrem nahoru, aby bylo možno vyjmout veškerý obsah, který se pod nášlapnou plochou nachází.
- B Otevřete **SOUČÁSTI PRO KROK 1**.
- C Připojte **OBJÍMKY SLOUPKŮ KOZOLY (B)** ke **SLOUPKŮM KONZOLY (1 & 2)** pomocí **8 ŠROUBŮ (A)**.

POZNÁMKA: Neutahujte je zcela až do **KROKU 5**.

MONTÁŽ, KROK 2

MATERIÁL PRO KROK 2			
DÍL	TYP	POPIS	MNOŽSTVÍ
A	ŠROUB	M8 × 1,25P × 20L	4
B	PRUŽINOVÁ PODLOŽKA	8,2 × 15,4 × 2T	4
C	PLOCHÁ PODLOŽKA	8,4 × 15,5 × 6T	4



- A Otevřete **SOUČÁSTI PRO KROK 2**.
- B S **NÁŠLAPNOU PLOCHOU** ve vzpřímené poloze připevněte **LEVÝ SLOUPEK KONZOLY (1)** k **RÁMU ZÁKLADNY (2)** s použitím **4 ŠROUBŮ (A)**, **4 PRUŽINOVÝCH PODLOŽEK (B)** a **4 PLOCHÝCH PODLOŽEK (C)**.

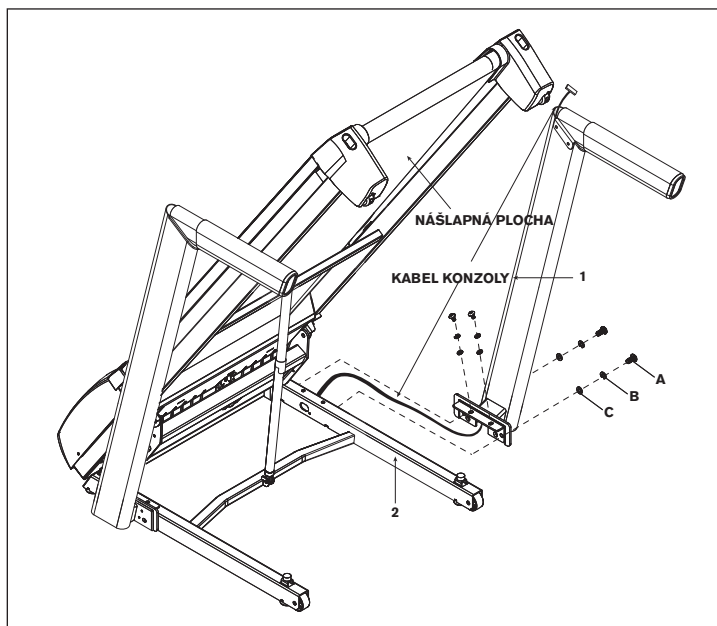
POZNÁMKA: Neutahujte je zcela až do **KROKU 5**.



MONTÁŽ, KROK 3

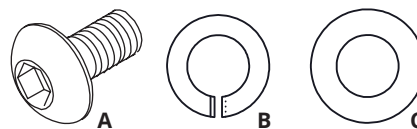


MATERIÁL PRO KROK 3			
DÍL	TYP	POPIS	MNOŽSTVÍ
A	ŠROUB	M8 × 1,25P × 20L	4
B	PRUŽINOVÁ PODLOŽKA	8,2 × 15,4 × 2T	4
C	PLOCHÁ PODLOŽKA	8,4 × 15,5 × 6T	4



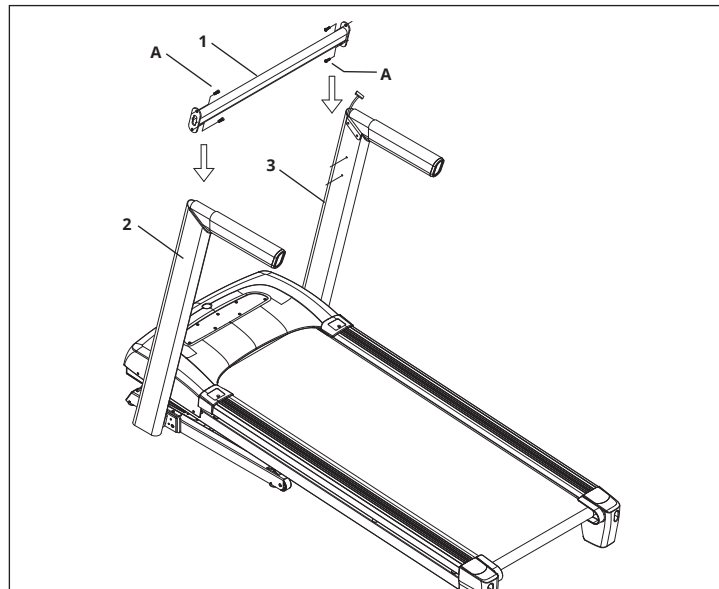
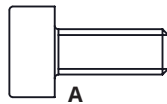
- A Otevřete **SOUČÁSTI PRO KROK 3**.
- B Připevněte **VODICÍ LANKO** ke spodní části **KABELU KONZOLY**. Protáhněte **VODICÍ LANKO PRAVÝM SLOUPKEM KONZOLY (1)**. Po protažení vodicího lanka sloupkem by horní část **KABELU KONZOLY** měla být na horní části sloupku.
- C S **NÁŠLAPNOU PLOCHOU** ve vzpřímené poloze připevněte **PRAVÝ SLOUPEK KONZOLY (1)** k **RÁMU ZÁKLADNY (2)** s použitím **4 ŠROUBŮ (A)**, **4 PRUŽINOVÝCH PODLOŽEK (B)** a **4 PLOCHÝCH PODLOŽEK (C)**.

POZNÁMKA: Šrouby neutahujte zcela až do dokončení montáže celé konzoly.



MONTÁŽ, KROK 4

MATERIÁL PRO KROK 4			
DÍL	TYP	POPIS	MNOŽSTVÍ
A	INBUSOVÝ ŠROUB	M6 × 1,0P × 15L	4



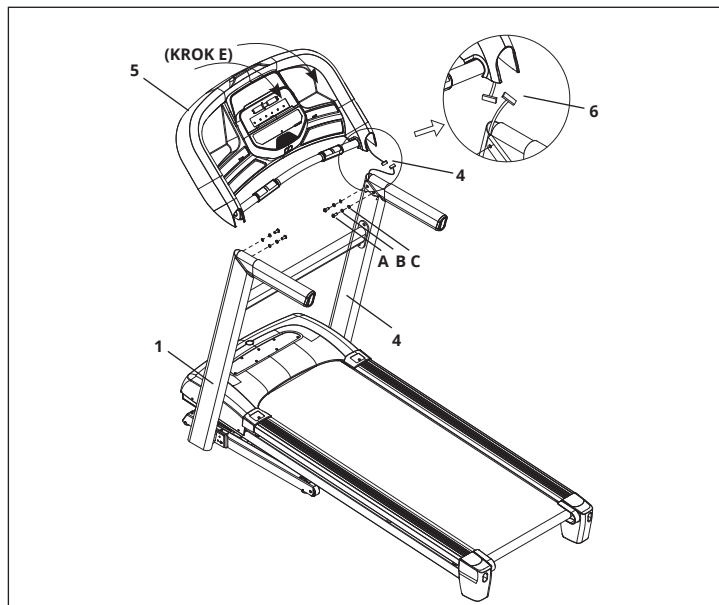
- A Otevřete **SOUČÁSTI PRO KROK 4**.
- B Připevňte **LEVOU STRANU PŘÍČKY (1)** volně ke **SVISLÉMU SLOUPKU (2)** s použitím **2 ŠROUBŮ (A)**.
- C Připevňte **PRAVOU STRANU PŘÍČKY (1)** volně ke **SVISLÉMU SLOUPKU (3)** s použitím **2 ŠROUBŮ (A)**.

POZNÁMKA: Šrouby neutahujte zcela až do dokončení montáže celé konzoly.



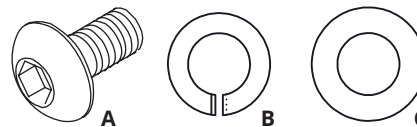
MONTÁŽ, KROK 5

MATERIÁL PRO KROK 5			
DÍL	TYP	POPIS	MNOŽSTVÍ
A	ŠROUB	M8 × 1,25P × 15L	4
B	PRUŽINOVÁ PODLOŽKA	8,2 × 15,4 × 2,0T	4
C	PLOCHÁ PODLOŽKA	8,4 × 15,5 × 1,6T	4



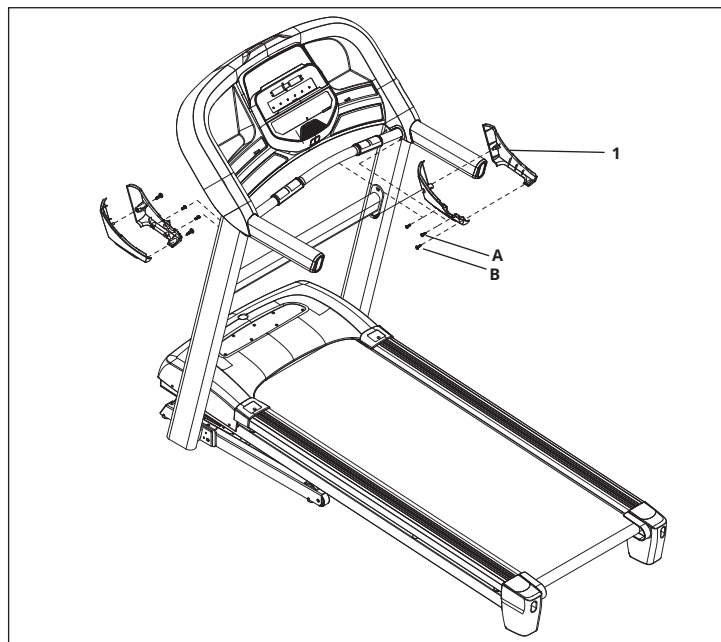
POZNÁMKA: Při montáži konzoly postupujte opatrně, aby nedošlo k přešlápnutí jakýchkoli vodičů či kabelů.

- Otevřete **SOUČÁSTI PRO KROK 5**.
- Opatrně umístěte **KONZOLU (5)** na **SLOUPKY KONZOLY (1&4)**. Nejdříve připevněte její **LEVOU ČÁST** s použitím **2 ŠROUBŮ (A)**, **2 PRUŽINOVÝCH PODLOŽEK (B)** a **2 PLOCHÝCH PODLOŽEK (C)**.
- KABEL KONZOLY (6)** jsou vsunuty do **SLOUPKU KONZOLY (4)**. S použitím vodičích lank opatrně vytáhněte **KABEL KONZOLY (6)** ze **SLOUPKU KONZOLY (4)**. **VODICÍ LANKO** odpojte a zlikvidujte. Zapojte **KABELY KONZOLY (6)** a opatrně vsuňte vodiče do sloupků, aby nedošlo k jejich poškození.
- Připevněte **PRAVOU ČÁST KONZOLY (5)** s použitím **2 ŠROUBŮ (A)**, **2 PRUŽINOVÝCH PODLOŽEK (B)** a **2 PLOCHÝCH PODLOŽEK (C)**.
- Přitáhněte horní část **KONZOLY (5)** směrem k zadní části běžeckého pásu a **DRŽTE** ji, zatímco budete

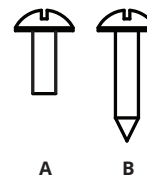


MONTÁŽ, KROK 6

MATERIÁL PRO KROK 6			
DÍL	TYP	POPIS	MNOŽSTVÍ
A	ŠROUB	4 × 10L	4
B	ŠROUB	4 × 15L	4

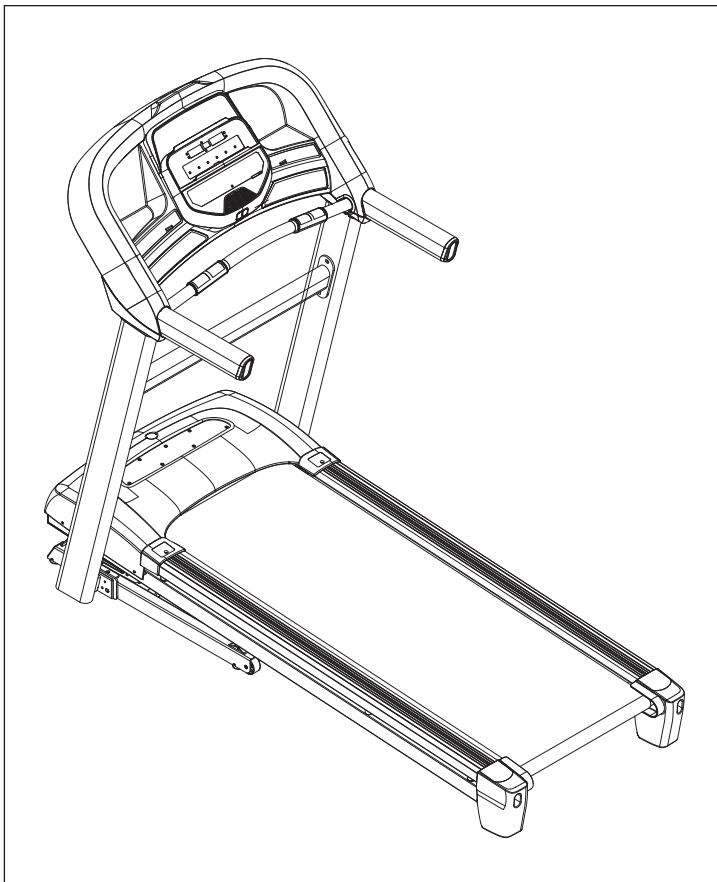


- A Otevřete **SOUČÁSTI PRO KROK 6**.
- B Připevněte **KRYTY SPOJŮ KONZOLY NA PRAVÉ A LEVÉ STRANĚ (1)** pomocí **8 ŠROUBŮ (A & B)**.
- C **NEZAPOMEŇTE** nyní, po dokončení montáže,





MONTÁŽ, KROK 7



T101

Prostor pro běhání: 140 × 51 cm / 55" × 20"

Hmotnost produktu: 83 kg / 183 lbs.

Max. hmotnost uživatele: 124 kg / 275 lbs.

Rozměry (D × Š × V): 180 × 85 × 148 cm / 71" × 33" × 58"

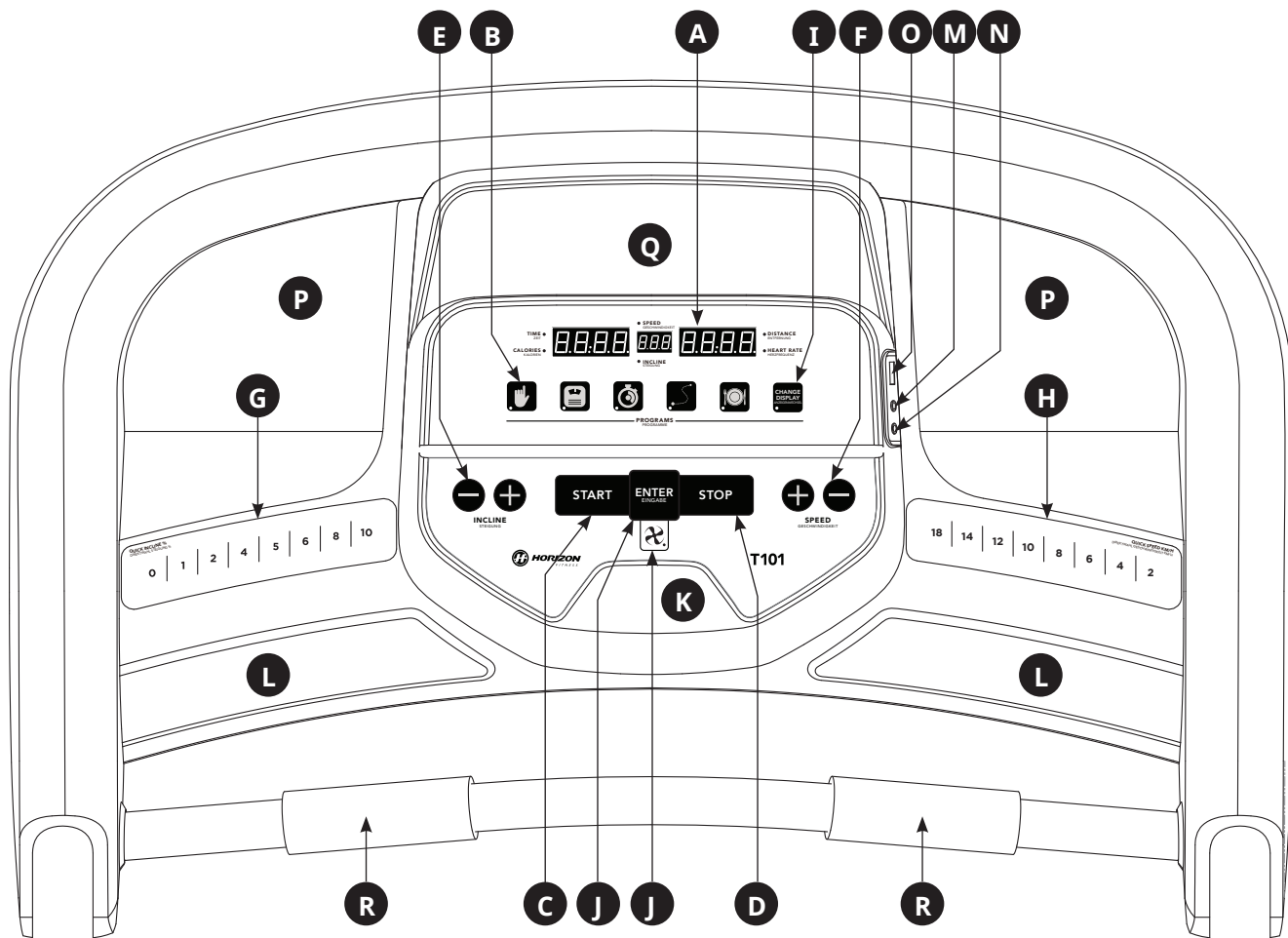
PROVOZ BĚŽECKÉHO PÁSU



Tento oddíl vysvětluje způsob používání konzoly běžeckého pásu a programování.

Oddíl **ZÁKLADNÍ PROVOZ** v **NÁVODU K POUŽITÍ BĚŽECKÉHO PÁSU** obsahuje pokyny o následujících záležitostech:

- **UMÍSTĚNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU**
- **POUŽÍVÁNÍ BEZPEČNOSTNÍHO KLÍČE**
- **SKLÁDÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU**
- **PŘESOUVÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU**
- **VYROVNÁVÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU**
- **NAPNUTÍ BĚŽECKÉHO PÁSU**
- **VYCENTROVÁNÍ BĚŽECKÉHO PÁSU**

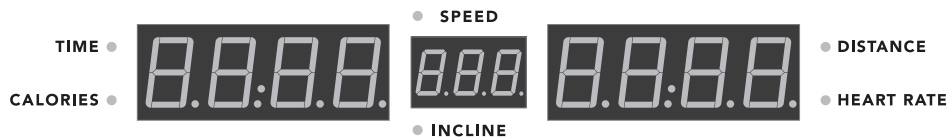


PROVOZ A POUŽÍVÁNÍ KONZOLY

Poznámka: Před konzolu je průhledný plastový ochranný kryt, který je před použitím nutno odstranit.

- A) **LED DISPLEJ:** Sklon, Rychlost, Čas, Vzdálenost, Kalorie, Tepová frekvence.
- B) **RYCHLÉ KLÁVESY PRO CVIČENÍ:** stiskněte pro výběr typu cvičení.
- C) **START:** stiskněte, chcete začít cvičit, zahájit trénink nebo znovu začít cvičit po přestávce.
- D) **STOP:** stiskněte, když chcete přerušit/ukončit cvičení. Pokud tlačítko podržíte 3 sekundy, konzola se resetuje.
- E) **KLÁVESY +/- PRO SKLON:** používají se k úpravě náklonu po malých přírůstcích (přírůstky po 0,5 %).
- F) **KLÁVESY +/- PRO RYCHLOST:** používají se k úpravě rychlosti po malých přírůstcích (přírůstky po 0,1 km/h).
- G) **RYCHLÉ KLÁVESY PRO SKLON:** používají se k rychlejšímu dosažení požadovaného náklonu.
- H) **RYCHLÉ KLÁVESY PRO RYCHLOST:** používají se k rychlejšímu dosažení požadované rychlosti.
- I) **ZMĚNA ZOBRAZENÍ:** stiskněte pro změnu zpětné vazby displeje během cvičení.
- J) **KLÁVESY VENTILÁTOR:** stiskněte, pokud chcete zapnout nebo vypnout ventilátor.
- K) **VENTILÁTOR:** osobní ventilátor používaný během cvičení.
- L) **REPRODUKTORY:** z reproduktorů hraje hudba, když je ke konzole připojen přehrávač CD/MP3.
- M) **VSTUPNÍ AUDIO KONEKTOR:** připojte přehrávač CD / MP3 ke konzole s použitím kabelu audio adaptéru, který je součástí dodávky.
- N) **VÝSTUPNÍ AUDIO KONEKTOR / KONEKTOR PRO SLUCHÁTKA:** zapojte sluchátka do tohoto konektoru a poslouchejte hudbu ve sluchátkách. Poznámka: když jsou sluchátka zapojena do konektoru pro sluchátka, zvuk již nebude vycházet z reproduktorů.
- O) **VSTUP USB:** USB výstup napájení 1 A / 5 V.
- P) **KAPKY NA LAHVE S VODOU:** slouží pro uložení osobních prostředků pro cvičení.
- Q) **DRŽÁK NA TABLET/ČTENÍ:** drží tablet nebo materiál ke čtení.





OKÉNKA DISPLEJE

- **TIME (ČAS):** Zobrazuje se v minutách : sekundách. Lze zobrazit zbývající, či uběhlý čas cvičení.
- **DISTANCE (VZDÁLENOST):** Zobrazuje se v kilometrech. Udává uběhnutou, nebo zbývající vzdálenost během cvičení.
- **SPEED (RYCHLOST):** Zobrazuje se v km/h. Udává rychlost, jakou se pohybuje povrch pro chůzi nebo běh.
- **INCLINE (SKLON):** Zobrazuje se v procentech. Zobrazuje sklon povrchu pro chůzi nebo běh.
- **CALORIES (KALORIE):** Celkové spálené kalorie, nebo kalorie, které během cvičení zbývá spálit.
- **HEART RATE (TEPOVÁ FREKVENCE):** Zobrazuje se v BPM (počet tepů za minutu). Používá se ke sledování tepové frekvence (zobrazuje se v případě kontaktu s oběma úchopy pro měření tepové frekvence).

ZAČÍNÁME

- 1) Ověřte, že na pásu se nenacházejí žádné předměty, které by překážely běžeckému pásu v pohybu.
- 2) Zapojte napájecí kabel do zásuvky a ZAPNĚTE běžecký pás. (Hlavní vypínač se nachází vedle napájecího kabelu.)
- 3) Postavte se na postranní kolejnice běžeckého pásu.
- 4) Připněte sponu bezpečnostního klíče na část svého oděvu – ujistěte se, že je bezpečně připnutá a během provozu se neodepne.
- 5) Zasuňte bezpečnostní klíč do bezpečnostního otvoru v konzole.
- 6) Cvičení můžete zahájit dvěma způsoby:

A) RYCHLÉ SPUŠTĚNÍ

Jednoduše stiskněte klávesu START a můžete začít cvičit.
Čas, vzdálenost a kalorie se budou počítat od nuly. NEBO...

B) VOLBA TYPU CVIČENÍ NEBO CÍLE

- 1) Pomocí tlačítek +/- zvolte PROGRAM. Když se požadovaný PROGRAM zobrazí, stiskněte klávesu ENTER.
- 2) Pomocí tlačítek +/- upravte NASTAVENÍ. Když se požadované NASTAVENÍ zobrazí, stiskněte klávesu ENTER.
- 3) Začněte stisknutím klávesy START.





PROFILY CVIČENÍ



1) **RUČNÍ:** Upravujte rychlost a sklon během cvičení ručně.



2) **INTERVALY:** Zlepšuje vaši sílu, rychlost a výdrž díky zvyšování a snižování rychlosti během cvičení, čímž zapojuje do činnosti srdce i další svaly. Zahrnuje 10 úrovní.

Změny rychlost a segmentů probíhají po 90 a 30 sekundách.

(km/h)

Segment	Zahřívací část		1	2	Odpočinková část	
Time (Čas)	4:00 min.		90 s	30 s	4:00 min.	
Level 1 (Úroveň 1)	0,8	2,4	3,2	6,4	2,4	1,6
Level 2 (Úroveň 2)	0,8	2,4	3,2	7,2	2,4	1,6
Level 3 (Úroveň 3)	0,8	3,0	4,0	8,0	3,0	2,1
Level 4 (Úroveň 4)	1,6	3,0	4,0	8,8	3,0	2,1
Level 5 (Úroveň 5)	1,6	3,7	4,8	9,6	3,7	2,4
Level 6 (Úroveň 6)	1,6	3,7	4,8	10,4	3,7	2,4
Level 7 (Úroveň 7)	2,2	4,2	5,6	11,2	4,2	2,9
Level 8 (Úroveň 8)	2,2	4,2	5,6	12,0	4,2	2,9
Level 9 (Úroveň 9)	2,2	4,8	6,4	12,8	4,8	3,2
Level 10 (Úroveň 10)	2,2	4,8	6,4	13,6	4,8	3,2



3) **WEIGHT LOSS (ZTRÁTA HMOTNOSTI):** Cvičení zaměřené specificky na spalování tuků. Podporuje ztrátu hmotnosti díky zvyšování a snižování rychlosti a sklonu, čímž vás udržuje v zóně, v níž dochází ke spalování tuků. Zahrnuje 10 úrovní.

Rychlost a sklon se mění, segmenty se opakují každých 30 sekund.



(km/h)

Segment		Zahřívací část		Každý segment trvá 30 sekund								Odpočinková část	
Time (Čas)		4:00 min.		1	2	3	4	5	6	7	8	4:00 min.	
Level 1 (Úroveň 1)	Incline (Sklon)	0	0,5	1,5	1,5	1	0,5	0,5	0,5	1	1,5	0,5	0
	Speed (Rychlost)	0,8	2,4	3,2	4,0	4,8	5,6	6,4	5,6	4,8	4,0	3,7	2,4
Level 2 (Úroveň 2)	Incline (Sklon)	0	0,5	1,5	1,5	1	0,5	1	0,5	1	1,5	0,5	0
	Speed (Rychlost)	0,8	3,0	4,0	4,8	5,6	6,4	7,2	6,4	5,6	4,8	4,2	2,9
Level 3 (Úroveň 3)	Incline (Sklon)	0,5	1	2	2	1,5	1	1	1	1,5	2	1	0,5
	Speed (Rychlost)	0,8	3,7	4,8	5,6	6,4	7,2	8,0	7,2	6,4	5,6	4,8	3,2
Level 4 (Úroveň 4)	Incline (Sklon)	0,5	1	2	2	1,5	1	1	1	1,5	2	1	0,5
	Speed (Rychlost)	1,6	4,2	5,6	6,4	7,2	8,0	8,8	8,0	7,2	6,4	5,4	3,7
Level 5 (Úroveň 5)	Incline (Sklon)	1	1,5	2,5	2,5	2	1,5	1,5	1,5	2	2,5	1,5	1
	Speed (Rychlost)	1,6	4,8	6,4	7,2	8,0	8,8	9,6	8,8	8,0	7,2	6,1	4,0
Level 6 (Úroveň 6)	Incline (Sklon)	1	1,5	2,5	2,5	2	1,5	1,5	1,5	2	2,5	1,5	1
	Speed (Rychlost)	1,6	5,4	7,2	8,0	8,8	9,6	10,4	9,6	8,8	8,0	6,6	4,5
Level 7 (Úroveň 7)	Incline (Sklon)	1,5	2	3	3	2,5	2	2	2	2,5	3	2	1,5
	Speed (Rychlost)	2,2	6,1	8,0	8,8	9,6	10,4	11,2	10,4	9,6	8,8	7,2	4,8
Level 8 (Úroveň 8)	Incline (Sklon)	1,5	2	3	3	2,5	2	2	2	2,5	3	2	1,5
	Speed (Rychlost)	2,2	6,6	8,8	9,6	10,4	11,2	12,0	11,2	10,4	9,6	7,8	5,3
Level 9 (Úroveň 9)	Incline (Sklon)	2	2,5	3,5	3,5	3	2,5	2,5	2,5	3	3,5	2,5	2
	Speed (Rychlost)	2,2	7,2	9,6	10,4	11,2	12,0	12,8	12,0	11,2	10,4	8,5	5,6
Level 10 (Úroveň 10)	Incline (Sklon)	2	2,5	3,5	3,5	3	2,5	2,5	2,5	3	3,5	2,5	2
	Speed (Rychlost)	2,2	7,8	10,4	11,2	12,0	12,8	13,6	12,8	12,0	11,2	9,0	6,1

CÍLOVÉ PROFILY



- 1) **DISTANCE (VZDÁLENOST):** Během tréninku můžete napnout síly s výběr ze 13 možných vzdáleností vám umožní stále se zlepšovat. Můžete si vybrat z CÍLŮ: 1K, 3K, 5K, 8K, 10K, 13K, 15K, 16K, 20K, HALF MARATHON (PŮLMARATON), 24K, 32K a MARATHON (přičemž písmeno K vždy označuje 1 000 metrů).



- 2) **CALORIES (KALORIE):** Nastavte cíle pro pálení kalorií. Spálené kalorie se vypočítávají na základě vzdálenosti a rychlosti.



POSTUP RESETOVÁNÍ KONZOLY

Podržte klávesu STOP po dobu 3 sekund.

SKONČENÍ CVIČENÍ

Po skončení naplánovaného cvičení jednotka pípne. Informace o vašem cvičení se budou

POUŽÍVÁNÍ PŘEHRÁVAČE CD/MP3 / BLUETOOTH REPRODUKTORŮ



- 1) Zapojte dodaný KABEL AUDIO ADAPTÉRU do VSTUPNÍHO AUDIO KONEKTORU v pravé horní části konzoly a konektor pro sluchátka do přehrávače CD/MP3.
- 2) Nastavení písni můžete upravit s použitím tlačítek na přehrávači CD/MP3.
- 3) Když se KABEL AUDIO ADAPTÉRU nepoužívá, odpojte ho.



- 4) Nechcete-li používat REPRODUKTORY, můžete zapojit sluchátka do VÝSTUPNÍHO AUDIO KONEKTORU na pravé straně konzoly.
- 5) Chcete-li připojit Bluetooth reproduktory, otevřete nastavení Bluetooth, zapněte Bluetooth, vyhledejte nová zařízení, najděte Horizon T101 a zvolte možnost Connect (Připojit).

Eng: Waste Disposal

VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness products are recyclable. At the end of its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

Ger: Entsorgungshinweis

Die Produkte VISION Fitness/HORIZON Fitness/TEMPO Fitness/TREO Fitness sind recycelbar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

Dut: Verwijderingsaanwijzing

VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness producten zijn recyclebaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur naar een in recycling gespecialiseerd bedrijf (plaatselijk verzamelpunt).

Fre: Remarque relative à la gestion des déchets

Les produits VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness sont recyclables. Lorsque cet appareil arrive en fin de vie, veuillez l'éliminer de manière correcte et en toute sécurité en le déposant dans une déchetterie communale.

CZ: Likvidace odpadů

Produkty VISION Fitness / HORIZON Fitness / TEMPO Fitness / TREO Fitness jsou recyklovatelné. Na konci životnosti zlikvidujte toto zařízení správným a bezpečným způsobem (místní skládka či recyklační zařízení).



