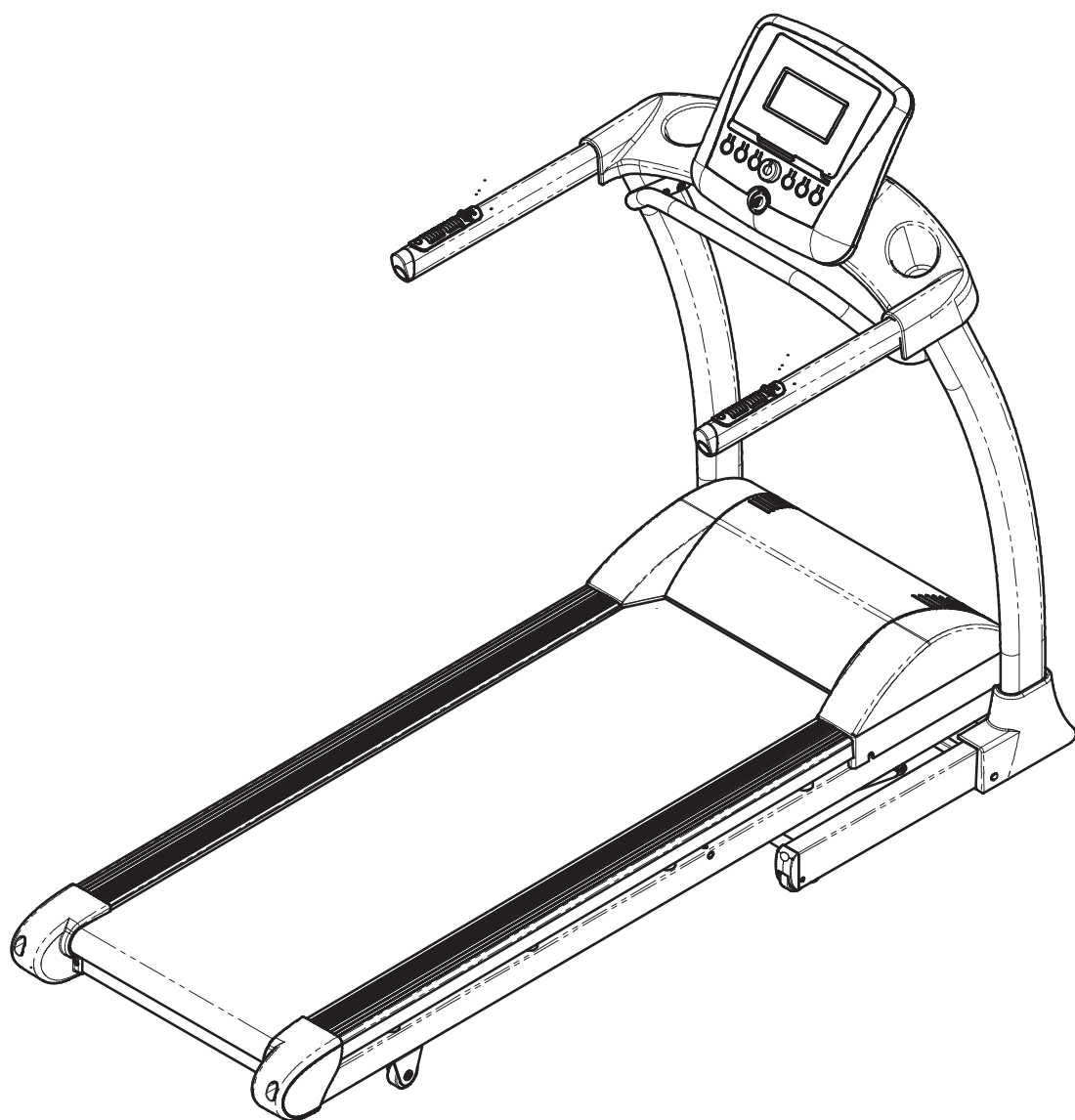


TUNTURI®

T80 Běžecský pás

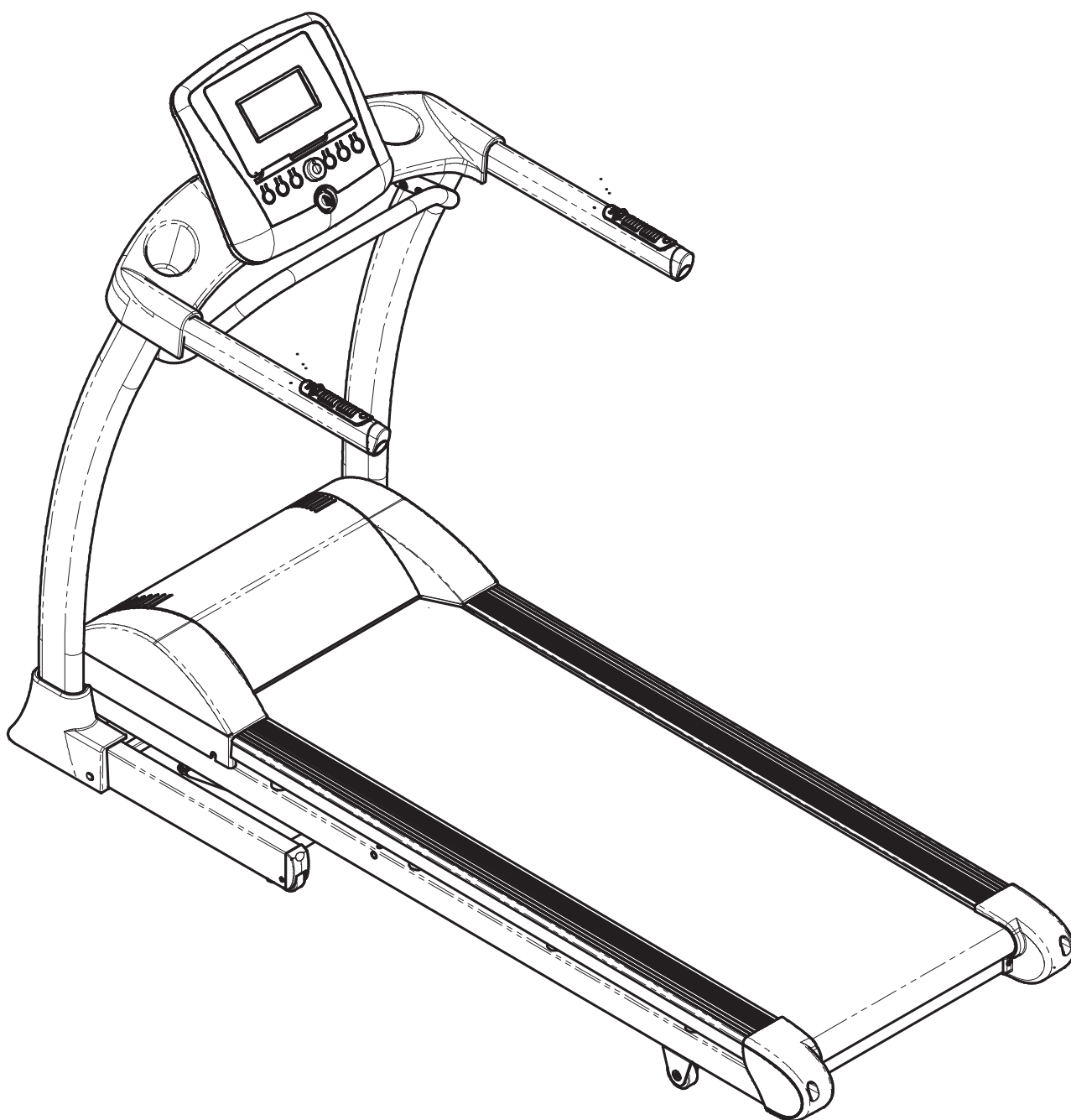
Uživatelský manuál

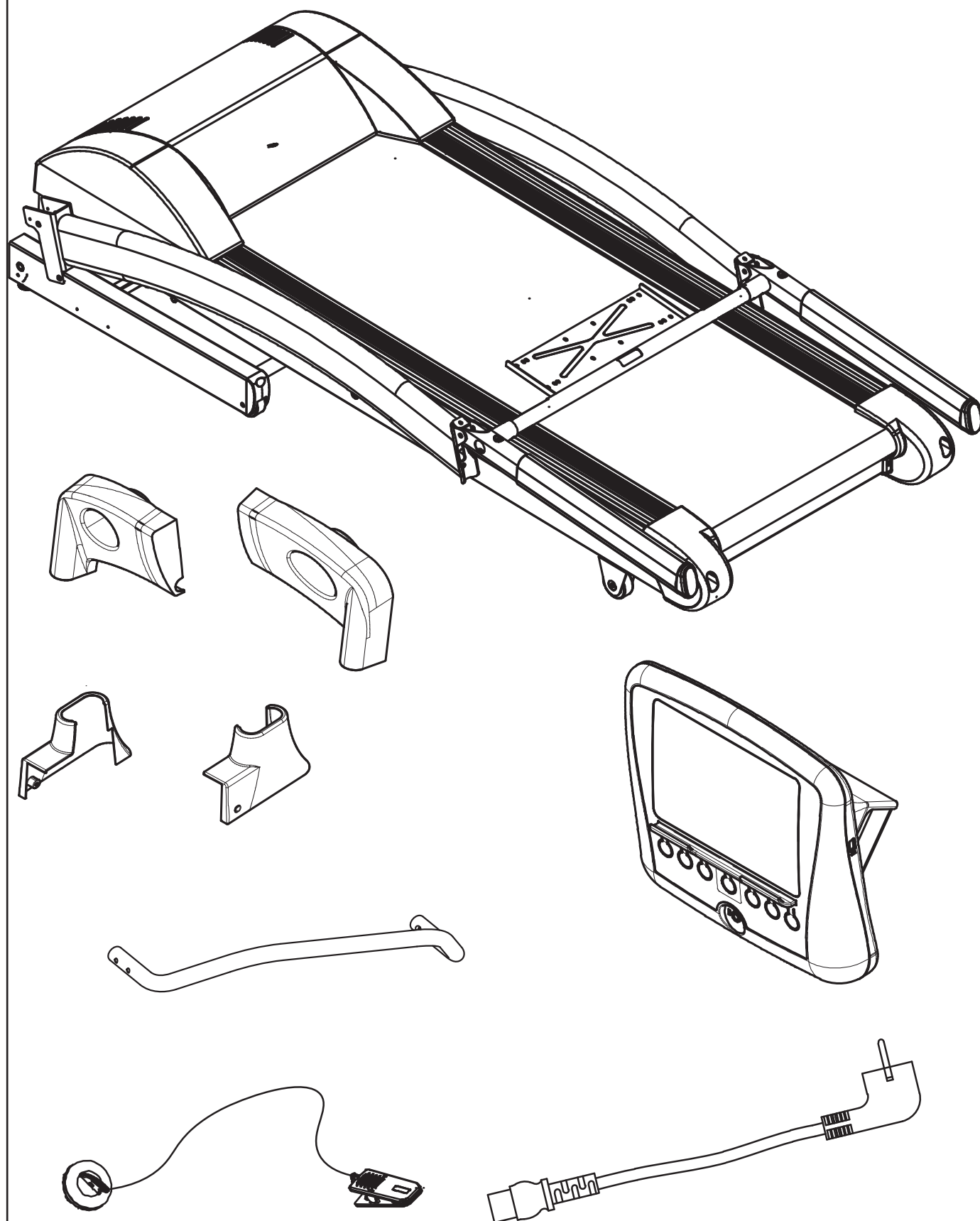


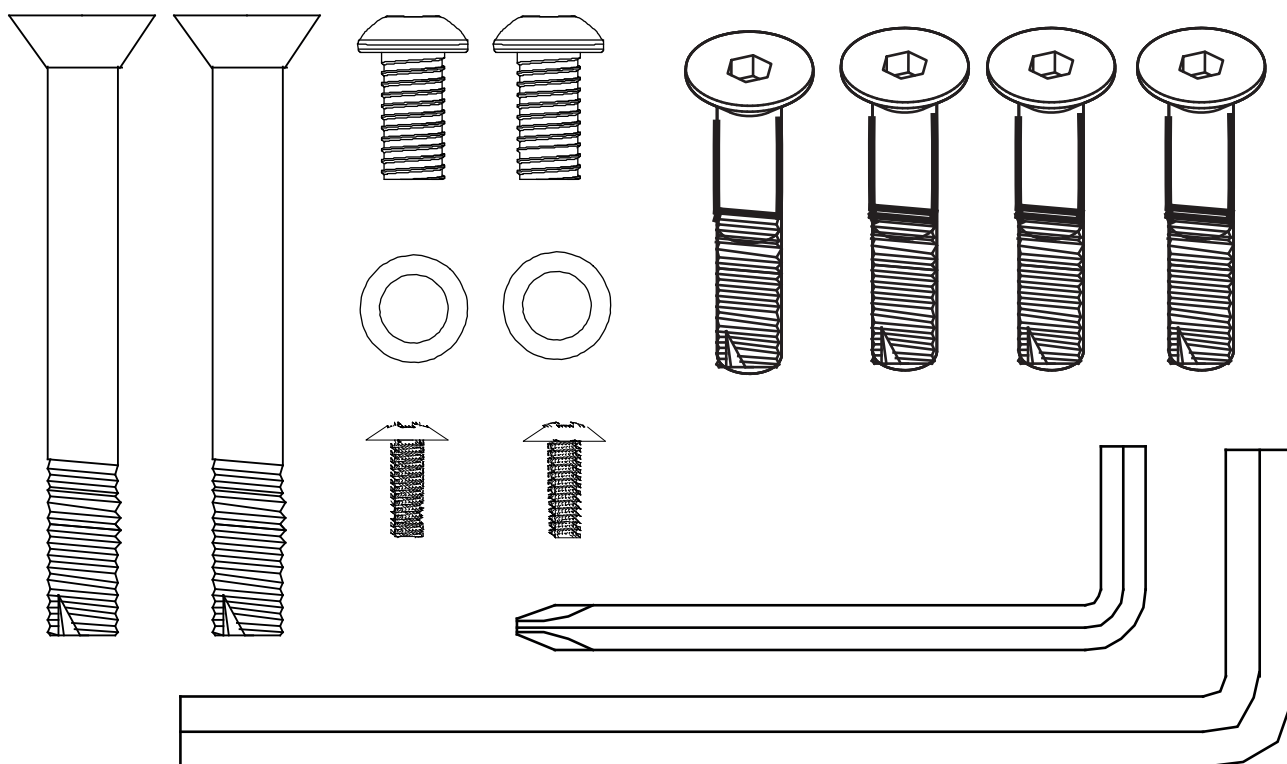
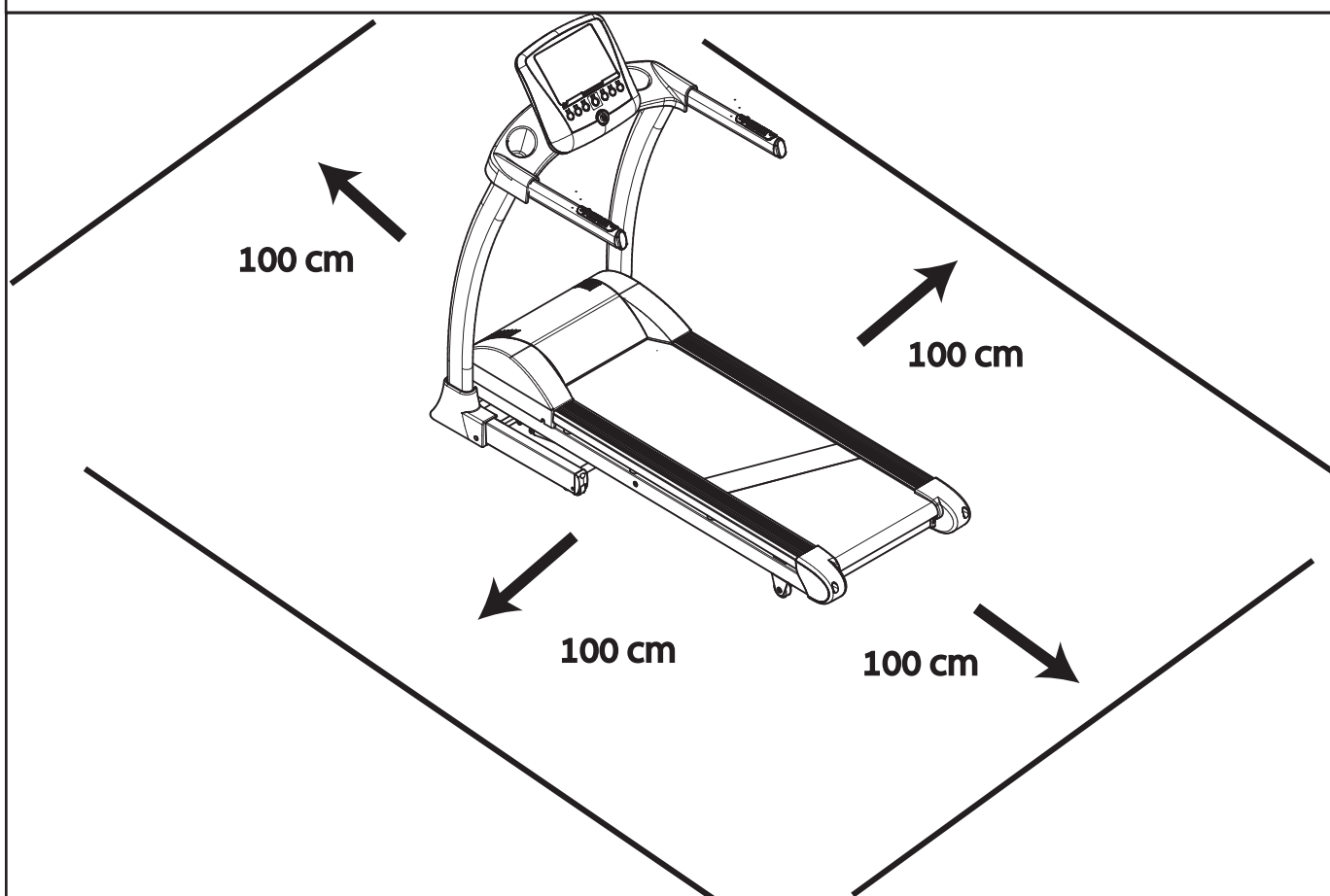
Upozornění

- Pečlivě si přečtěte tento návod před použitím trenažéru

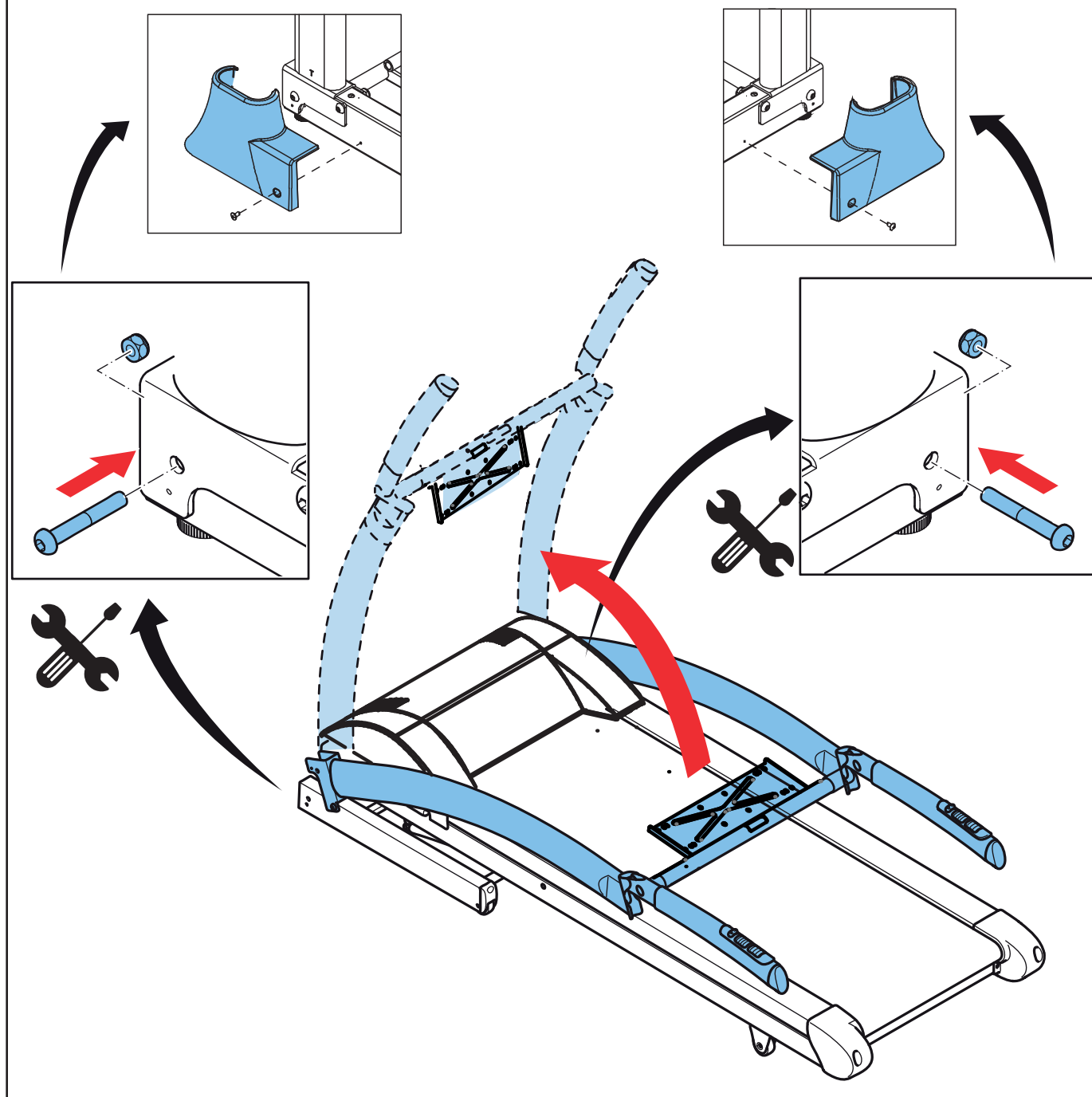
A



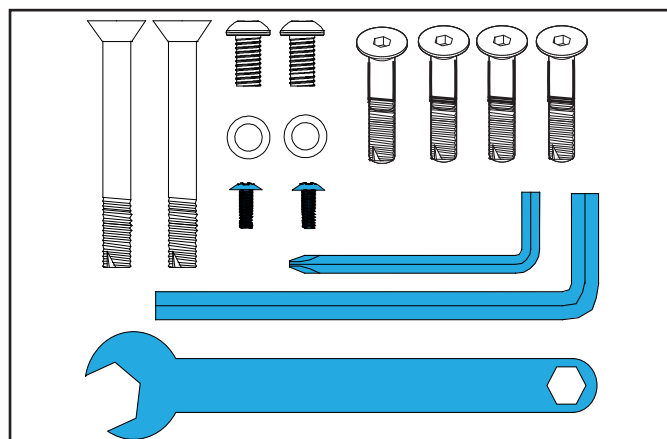
B

C**D-0**

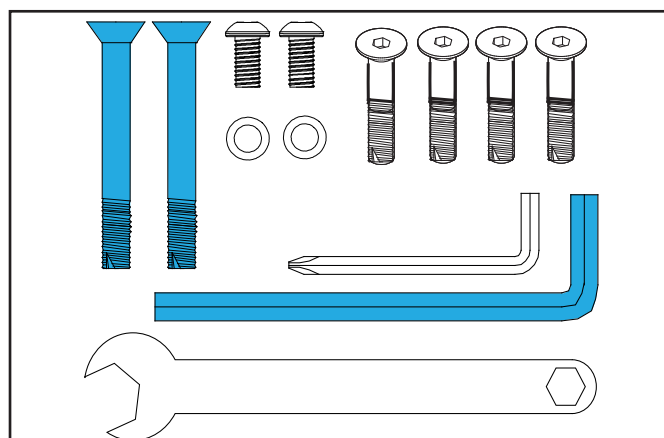
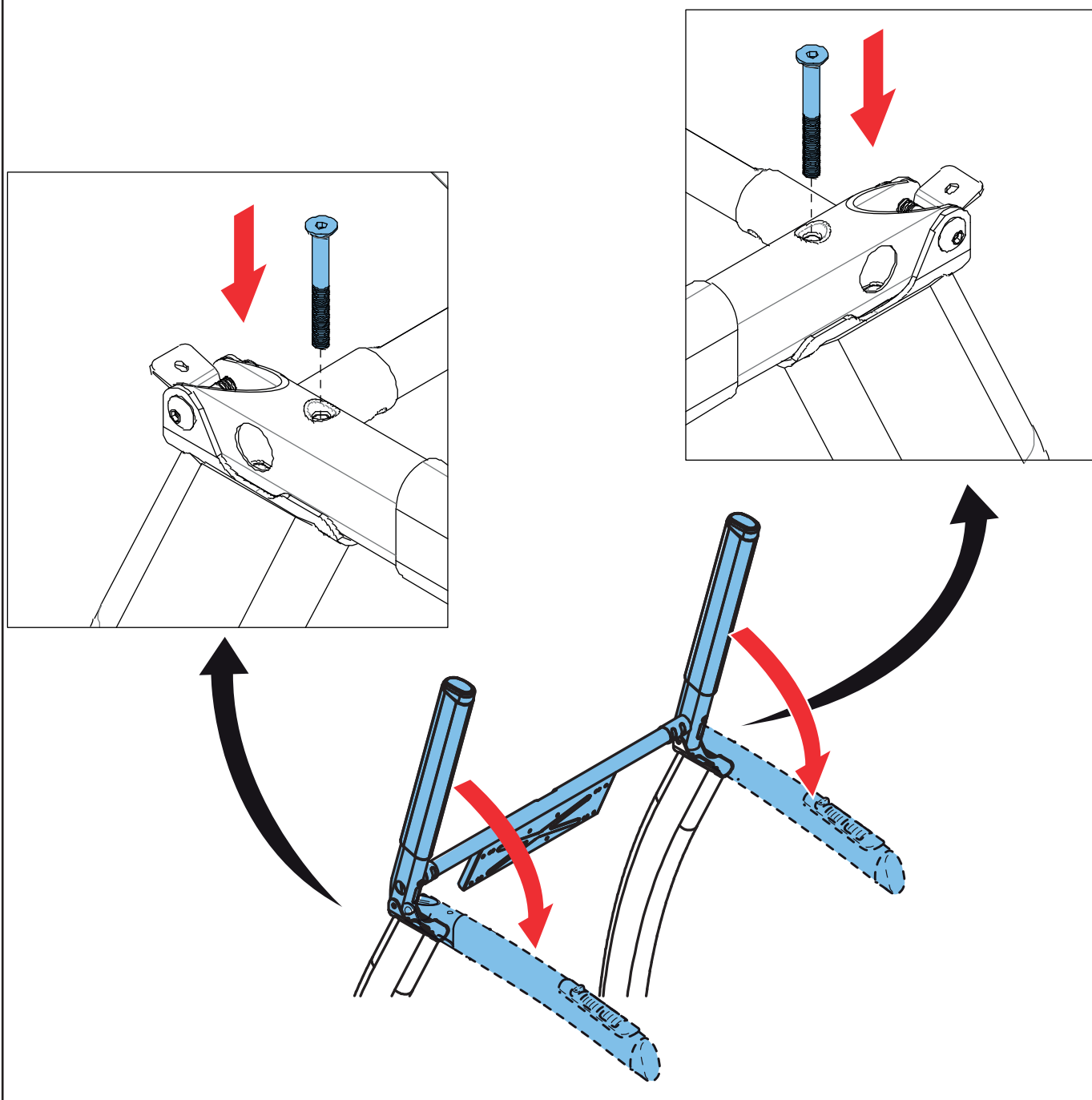
D-1



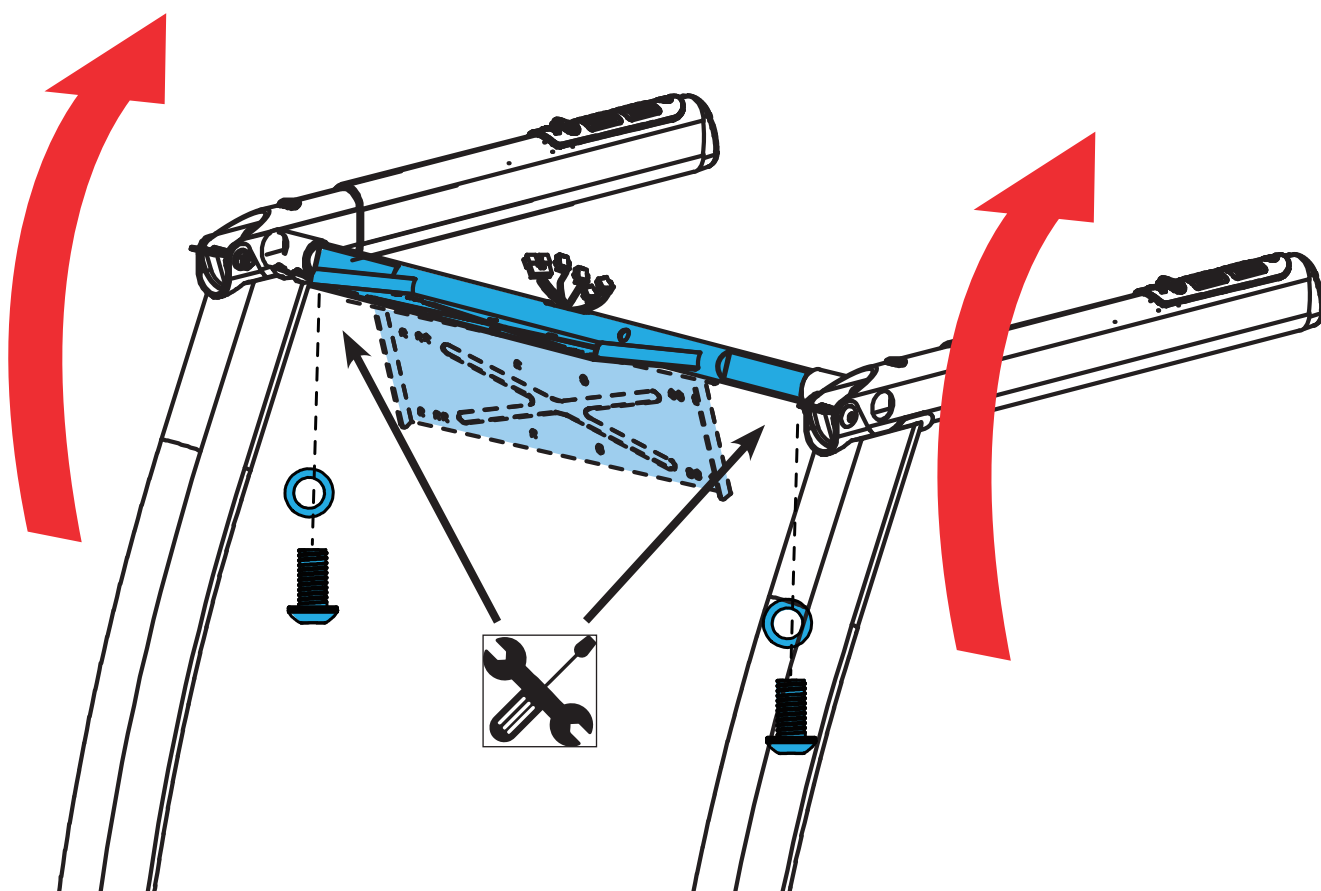
Předmontováno



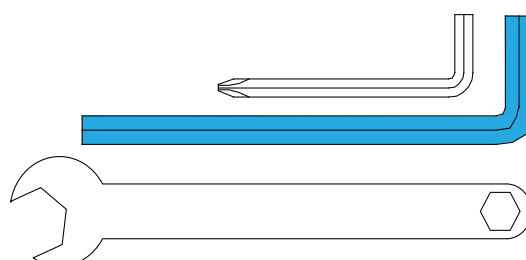
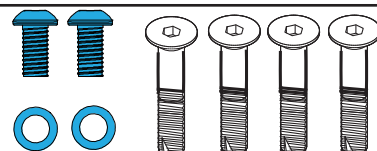
D-2



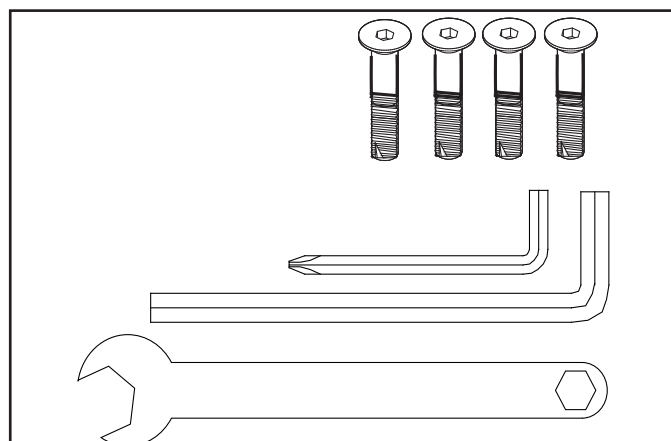
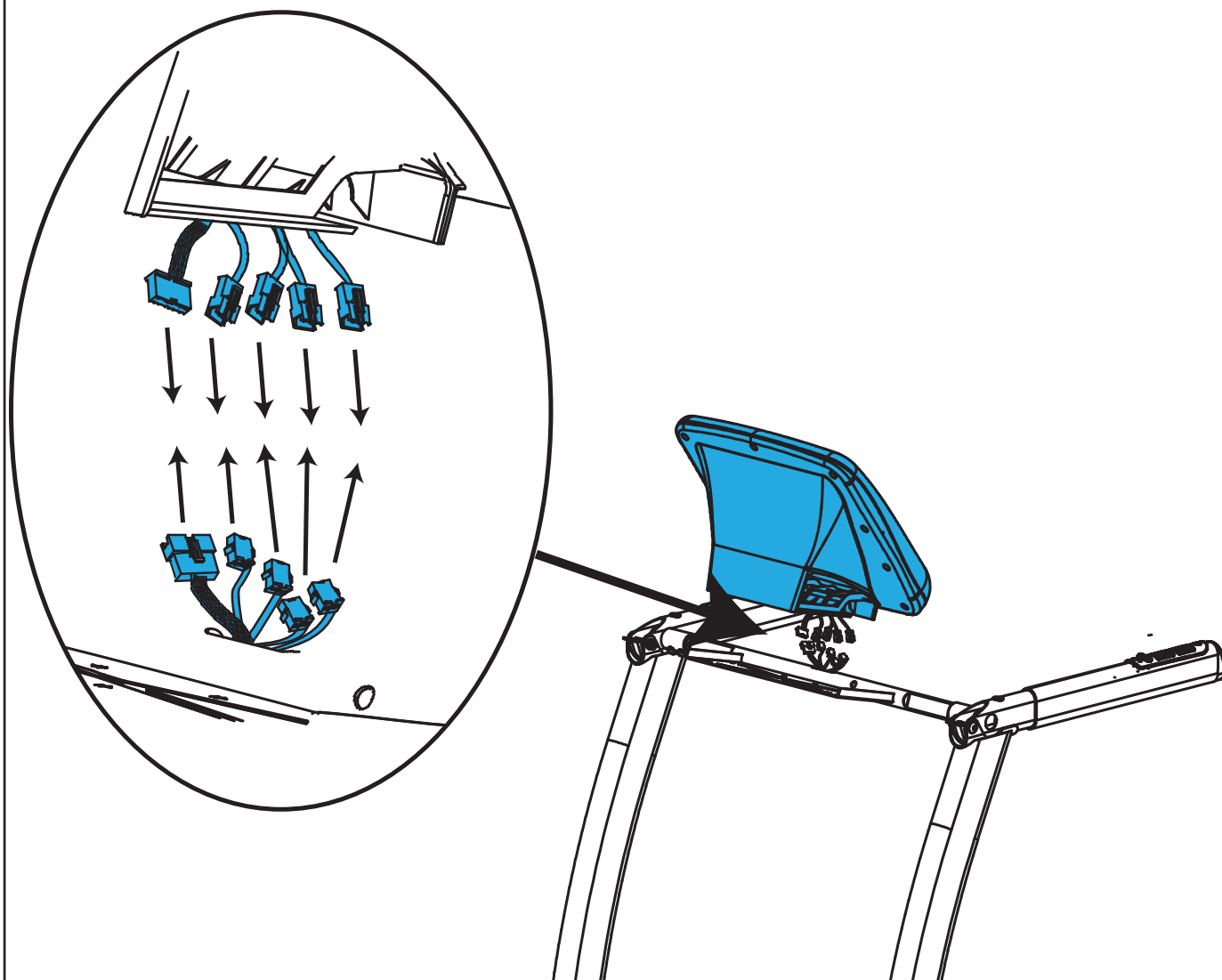
D-3



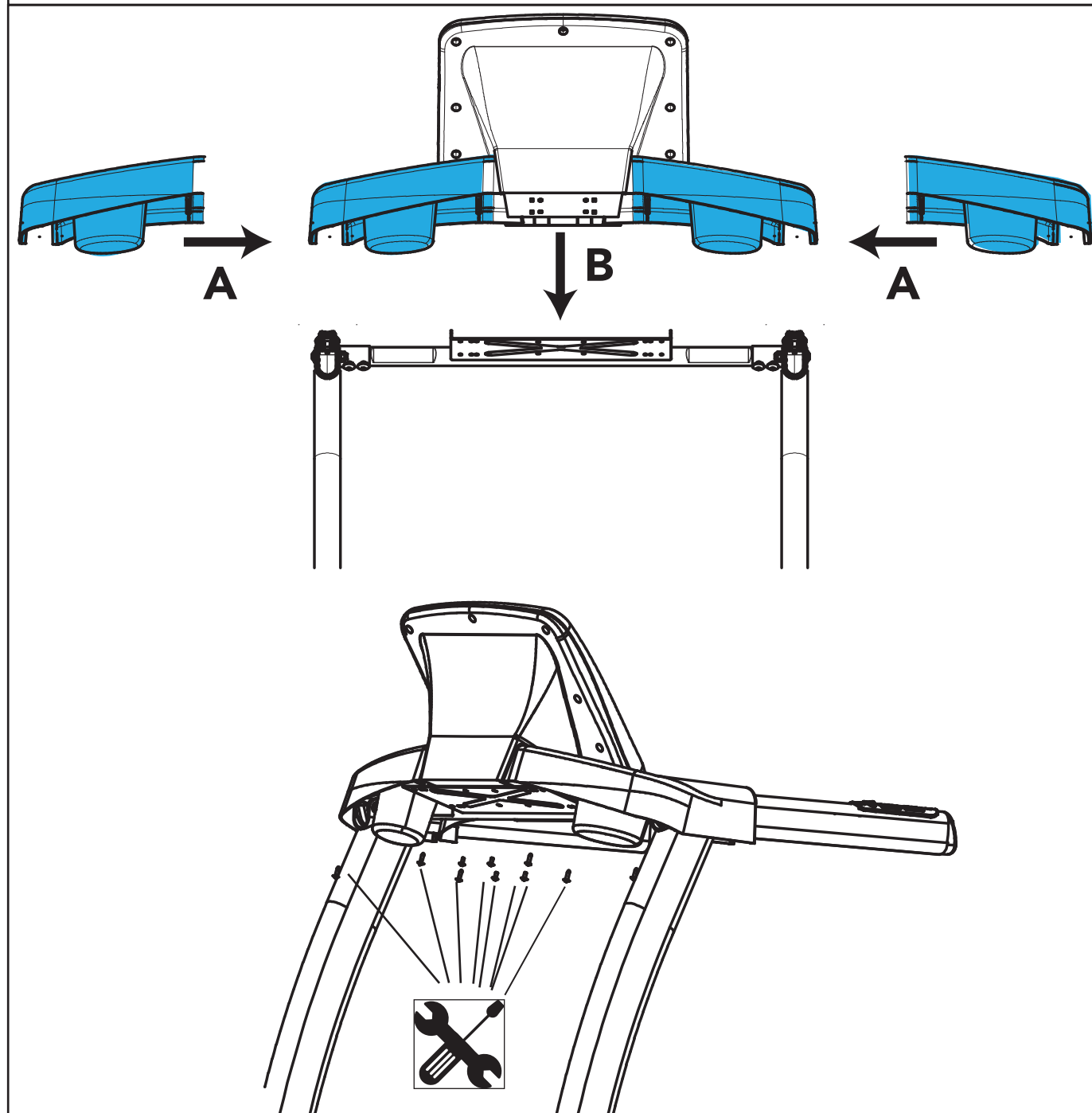
Předmontováno



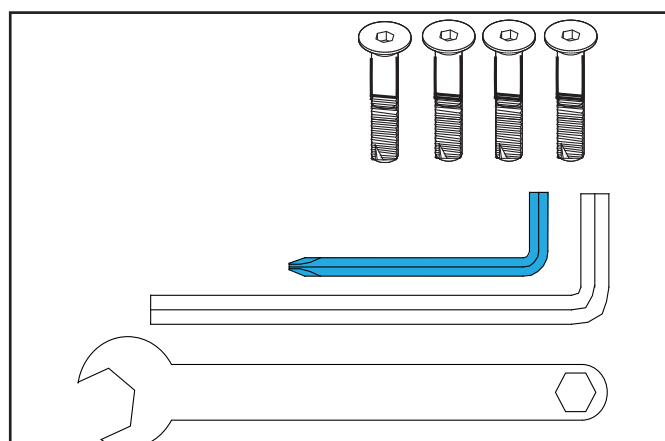
D-4



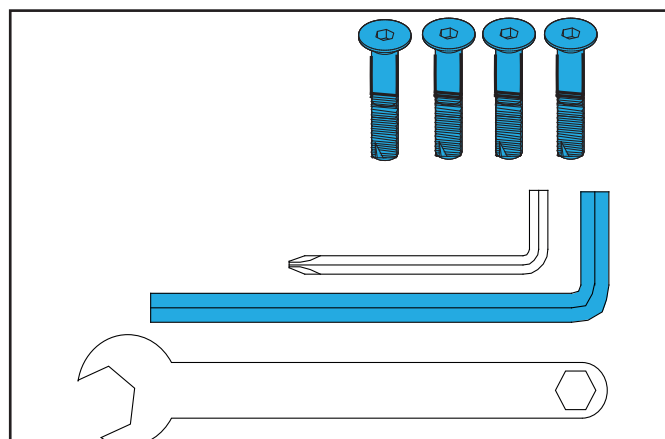
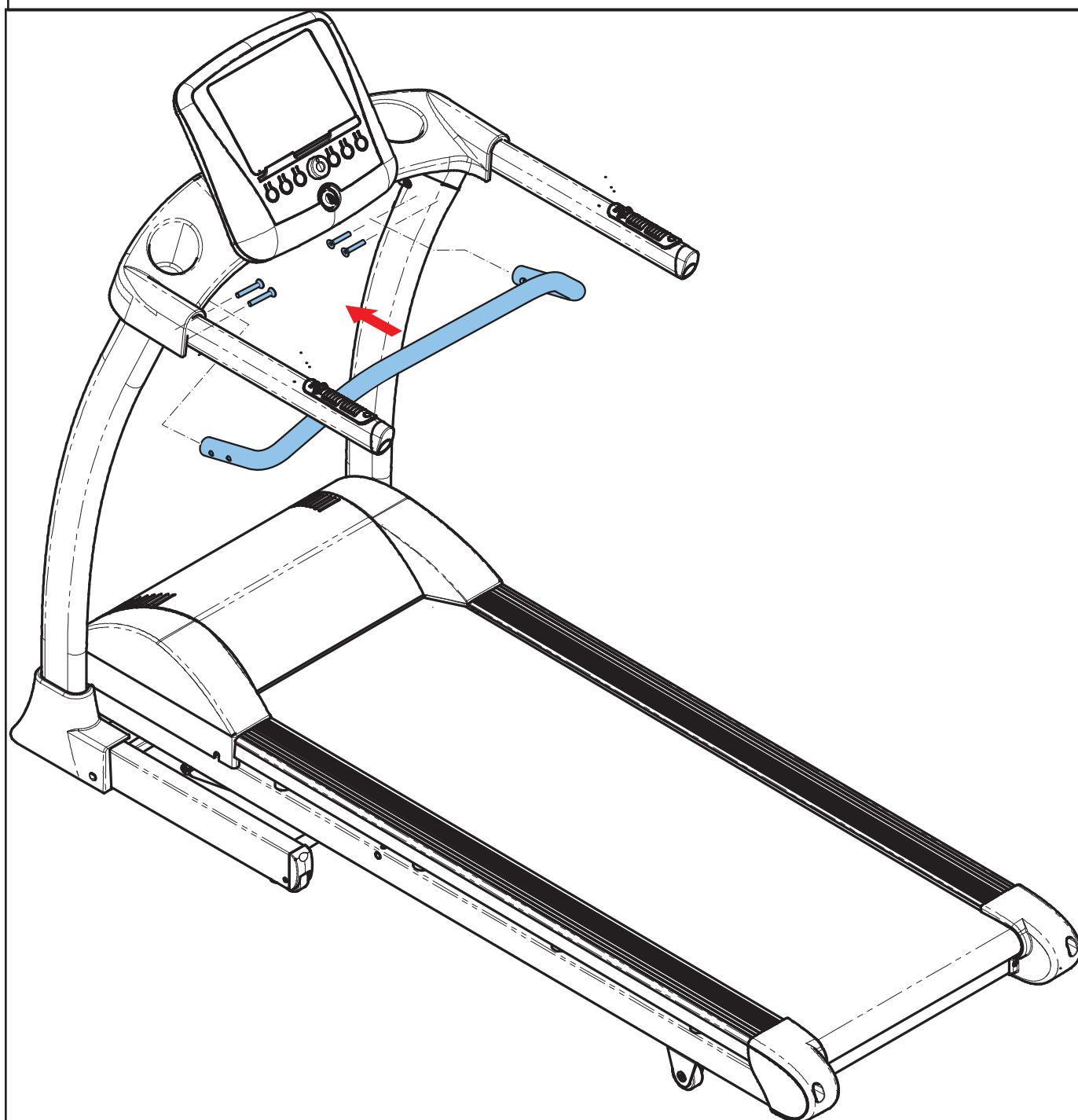
D-5



Předmontováno



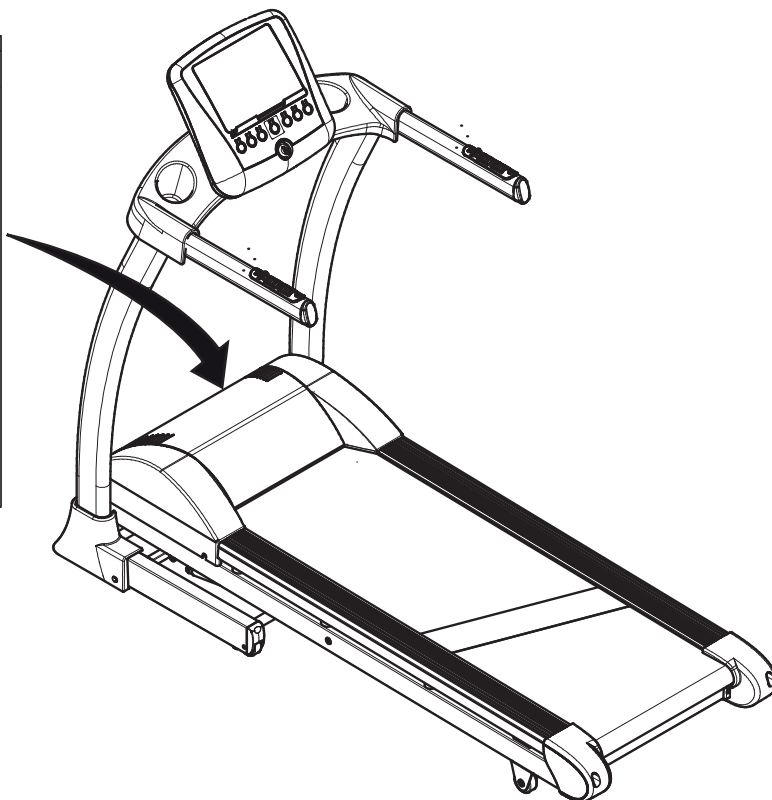
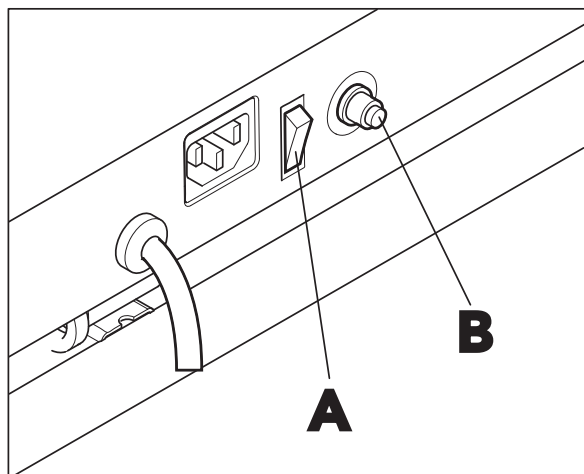
D-6



E-1



E-2



E-03



E-07



E-04



E-08



E-05



E-09



E-06



E-10



E-11



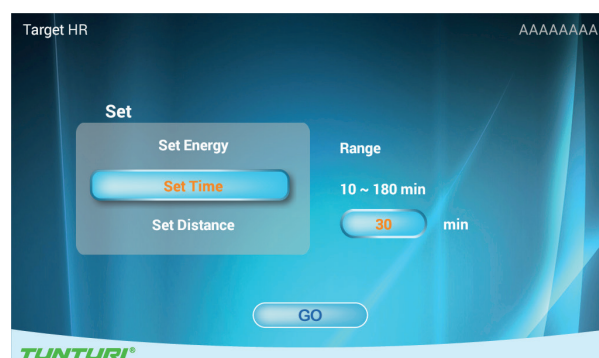
E-15



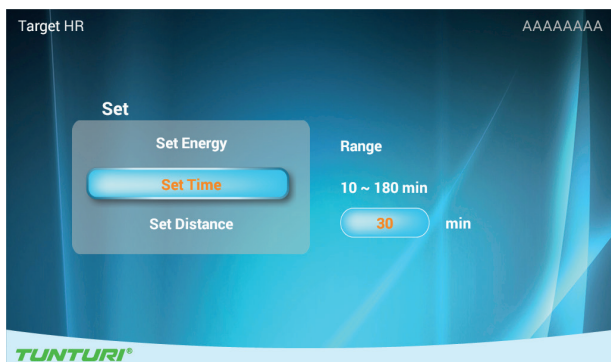
E-12



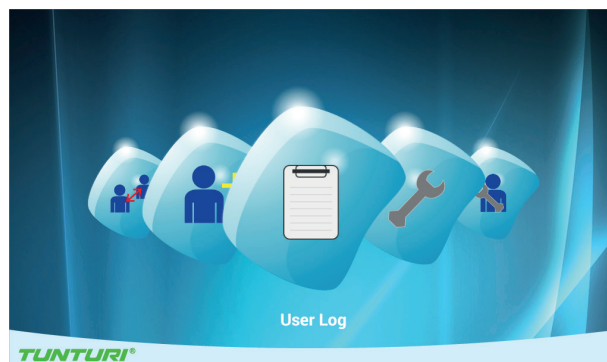
E-16



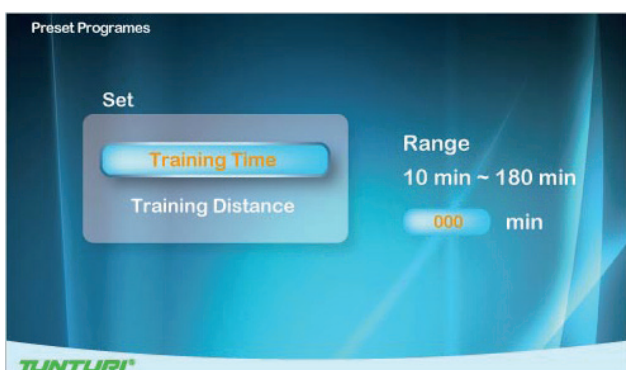
E-13



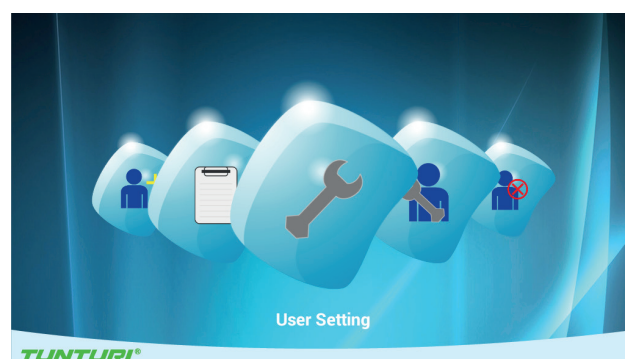
E-17



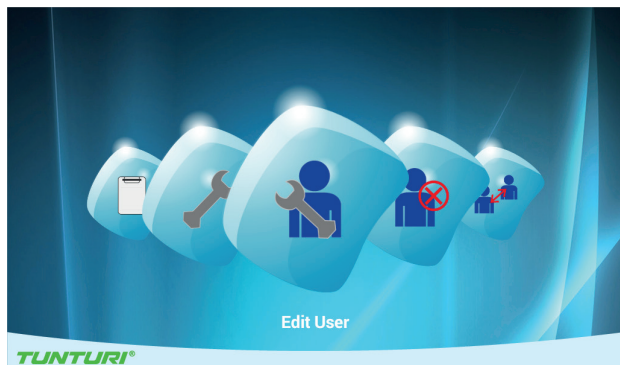
E-14



E-18



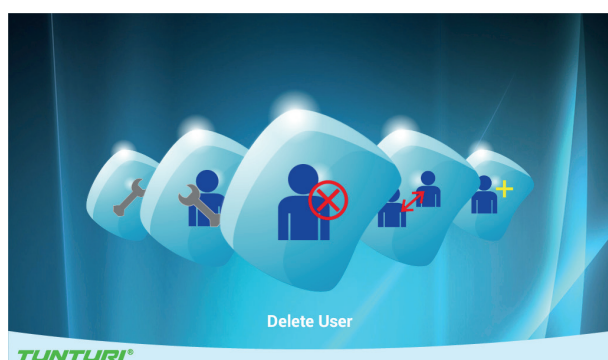
E-19



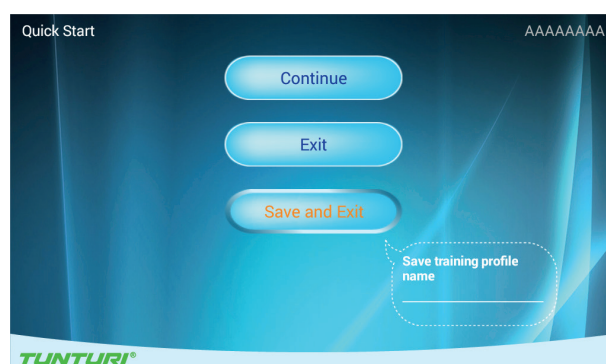
E-23



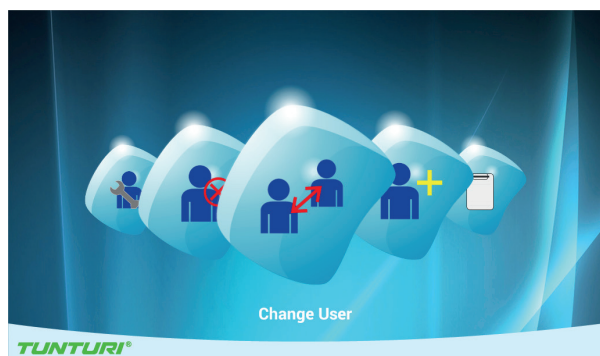
E-20



E-24



E-21



E-25



E-22



E-26



E-27



E-31

Create User

Name: -----

Units: Metric

Display: Count Up

Gender: Male

Age: 40 Years

Height: 175 cm

Weight: 70 kg

Max HR: 180 bpm

Save and Exit

TUNTURI

E-28

Quick Start

AAAAA

Continue

Exit

Save and Exit

TUNTURI

E-32

Create User

User memory full,
Please Delete User.

TUNTURI

E-29



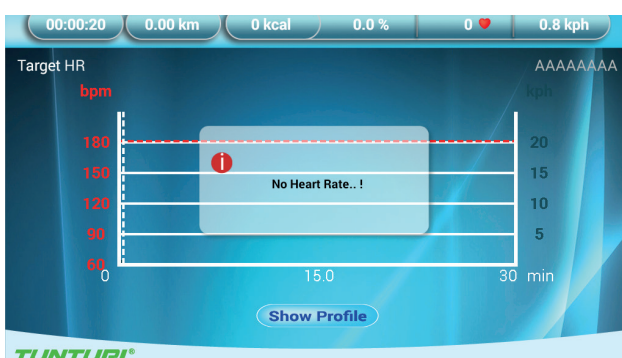
E-33

Edit User

No User Selected
Change User First

TUNTURI

E-30



E-34

Edit User

Name: AAAAAAA

Units: Metric

Display: Count Up

Gender: Male

Age: 40 Years

Height: 175 cm

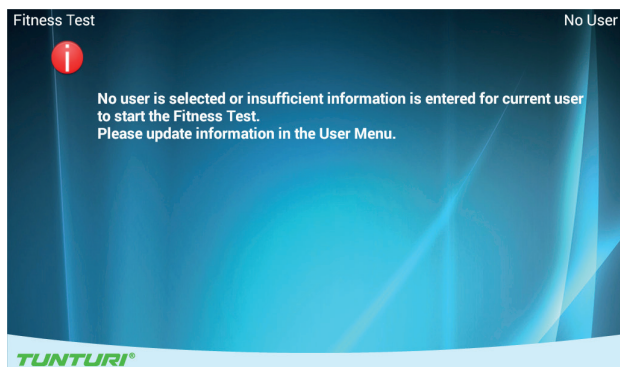
Weight: 70 kg

Max HR: 180 bpm

Save and Exit

TUNTURI

E-35



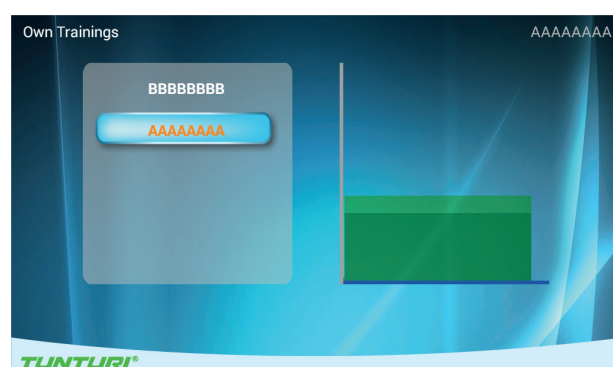
E-39



E-36



E-40



E-37



E-41



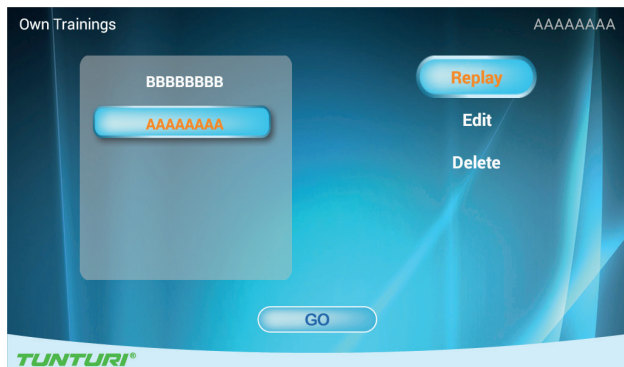
E-38



E-42



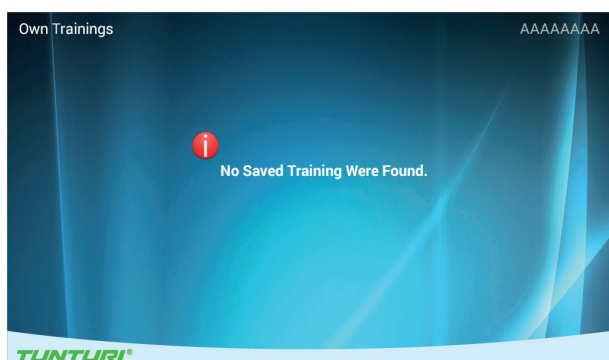
E-43



E-47



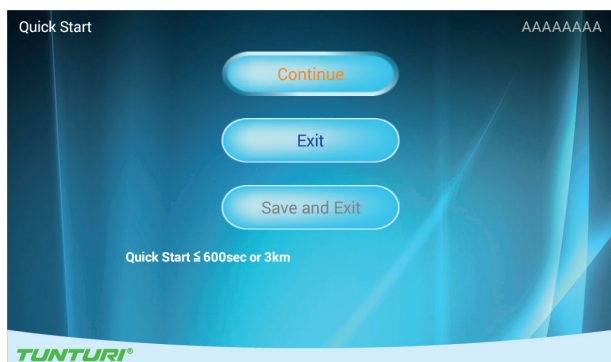
E-44



E-48



E-45



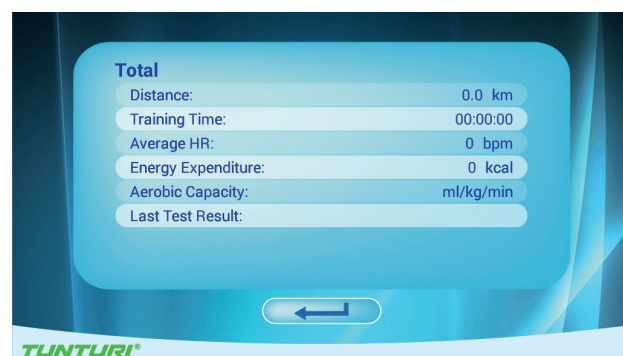
E-49



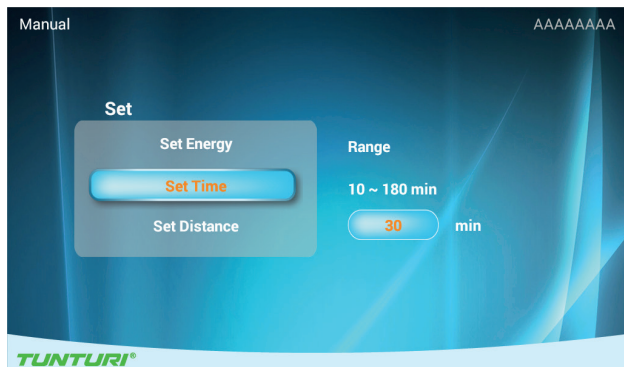
E-46



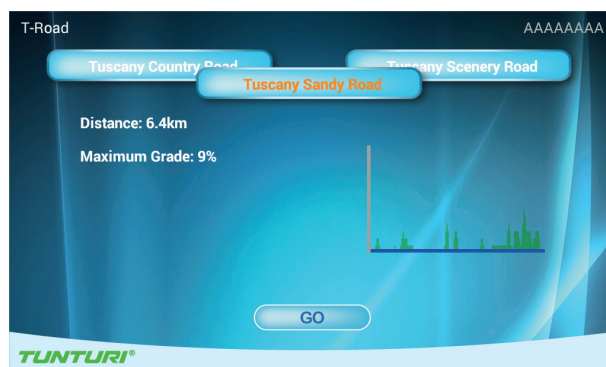
E-50



E-51



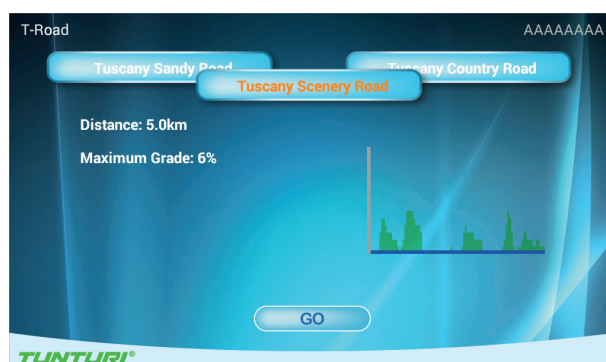
E-55



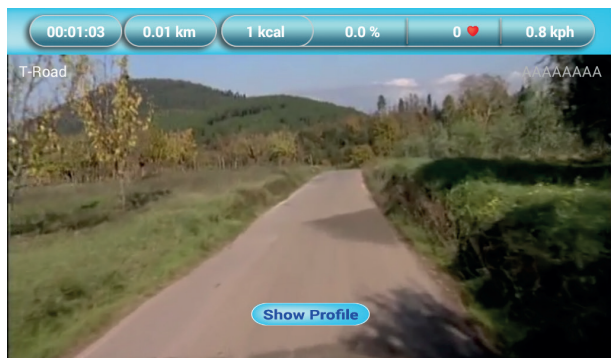
E-52



E-56



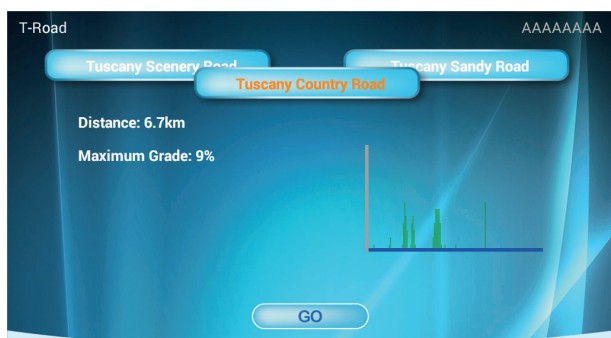
E-53



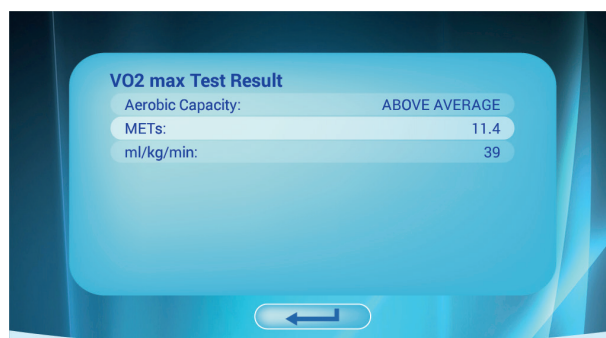
E-57



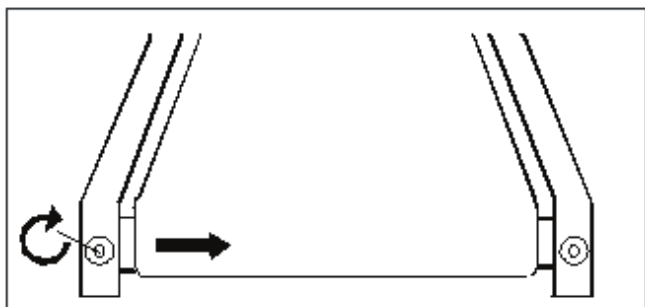
E-54



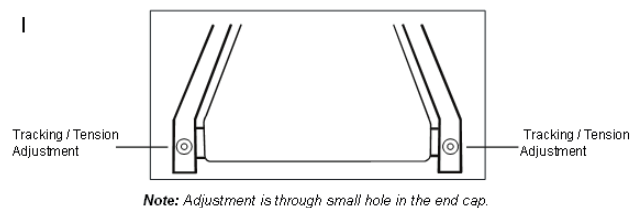
E-58



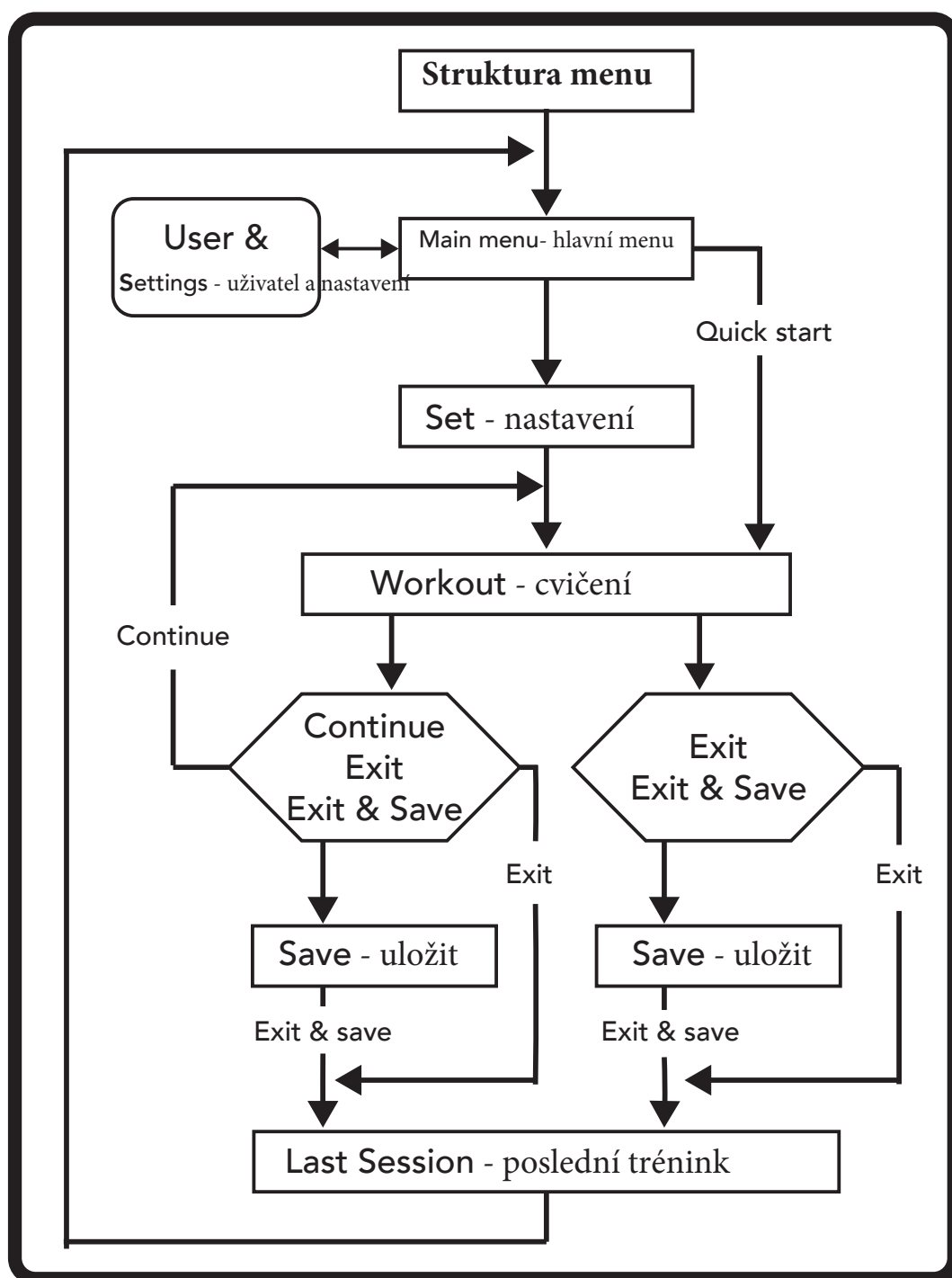
E-59



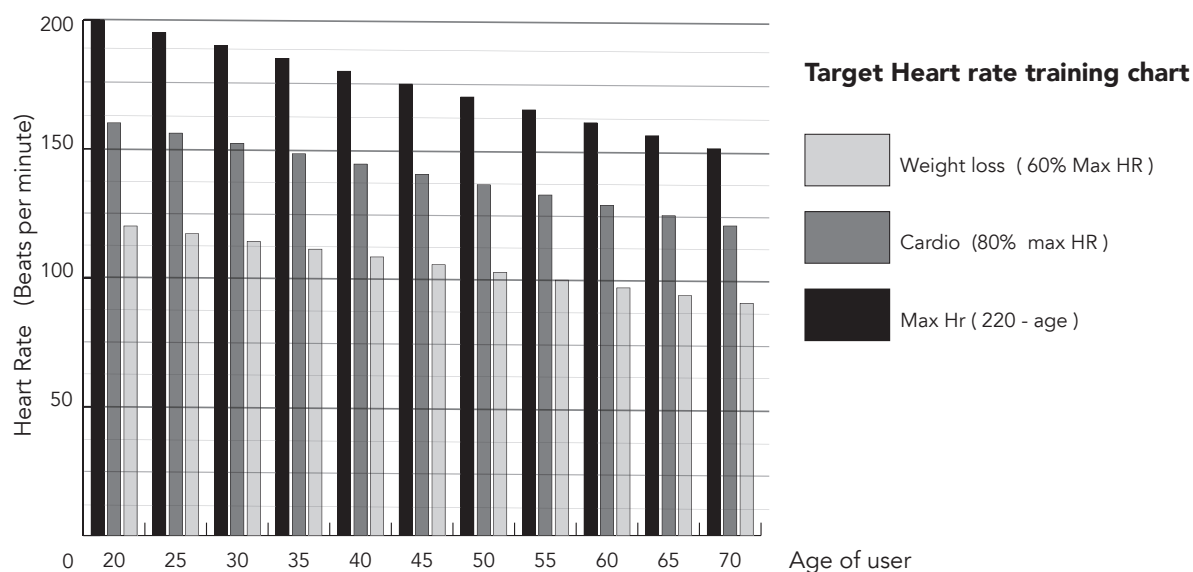
E-60



E-61



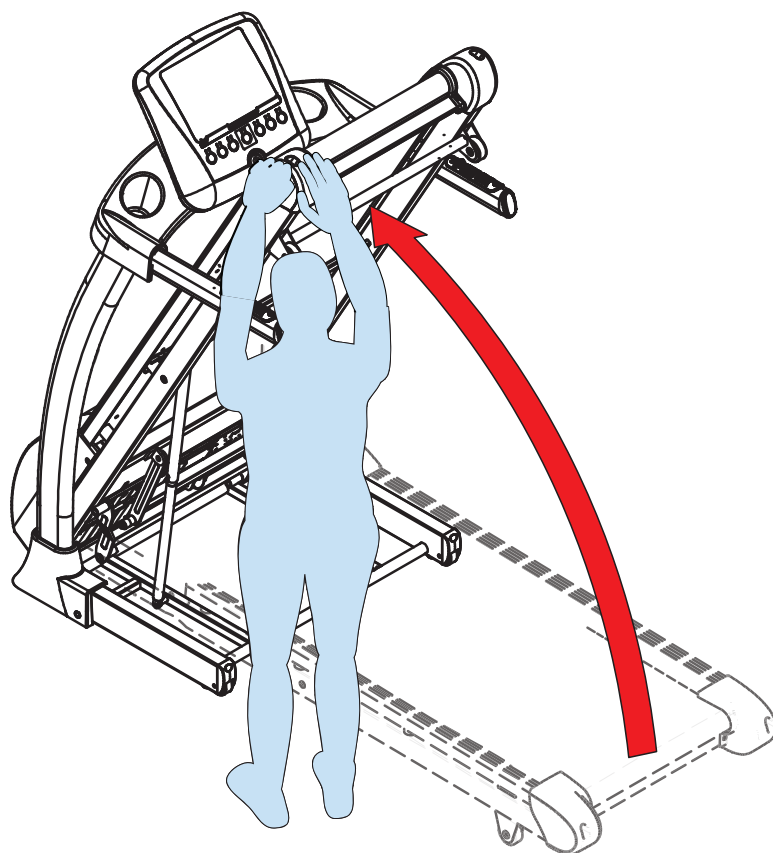
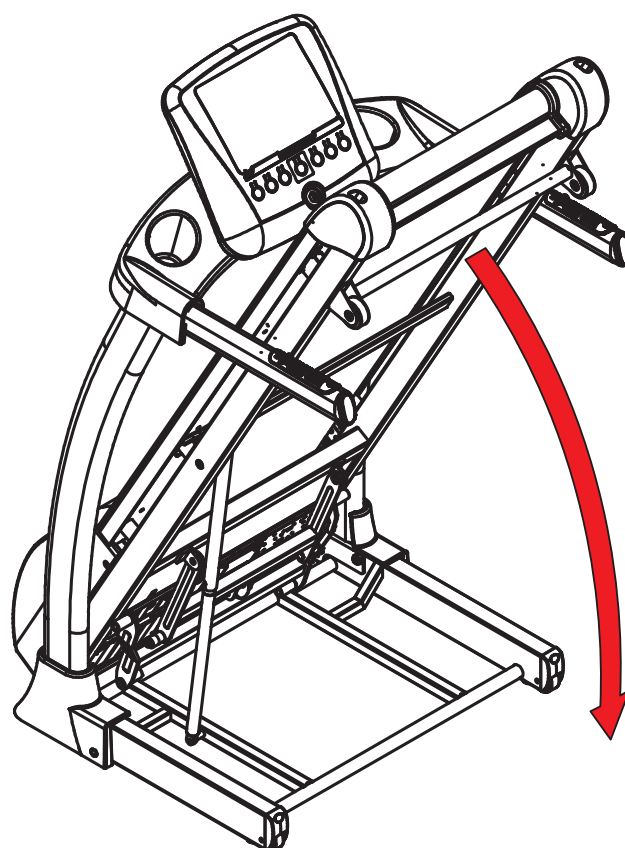
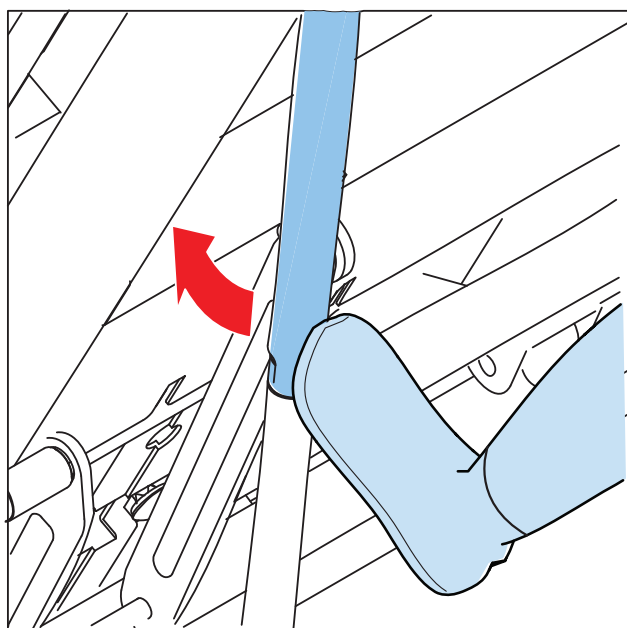
E-62

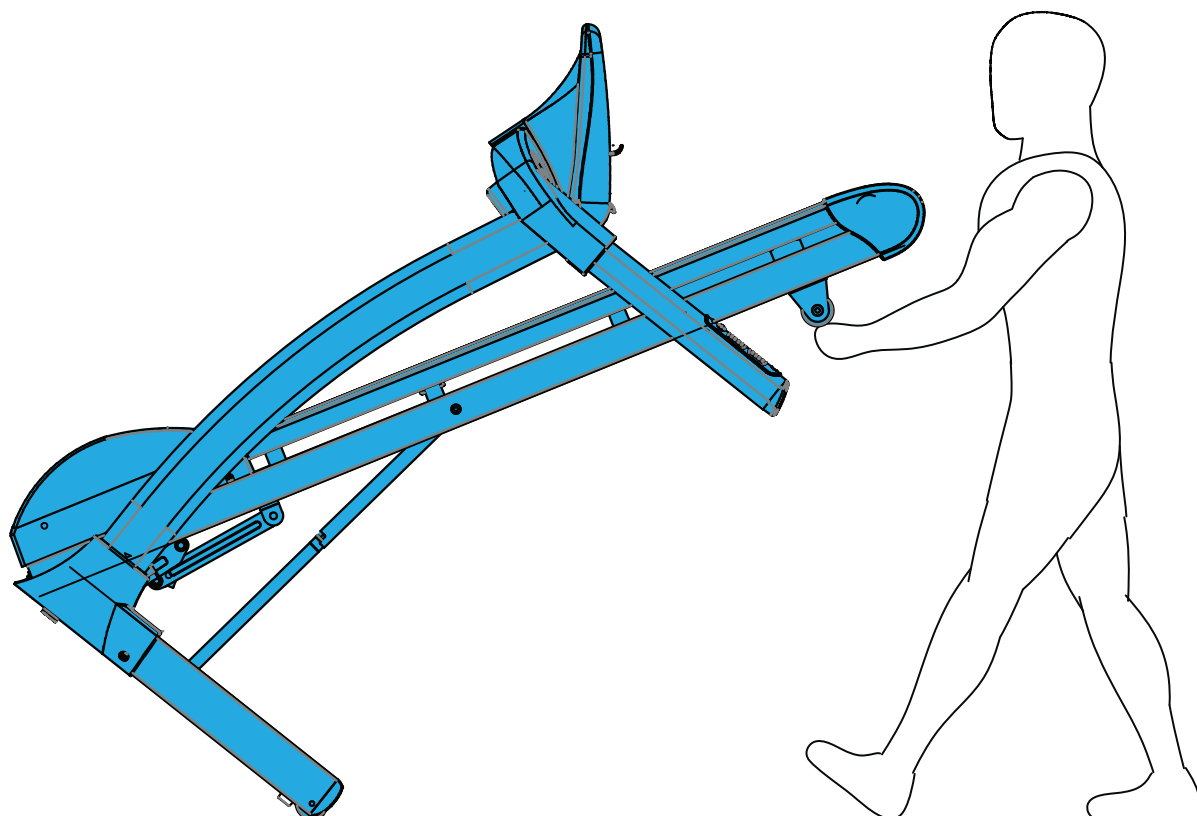
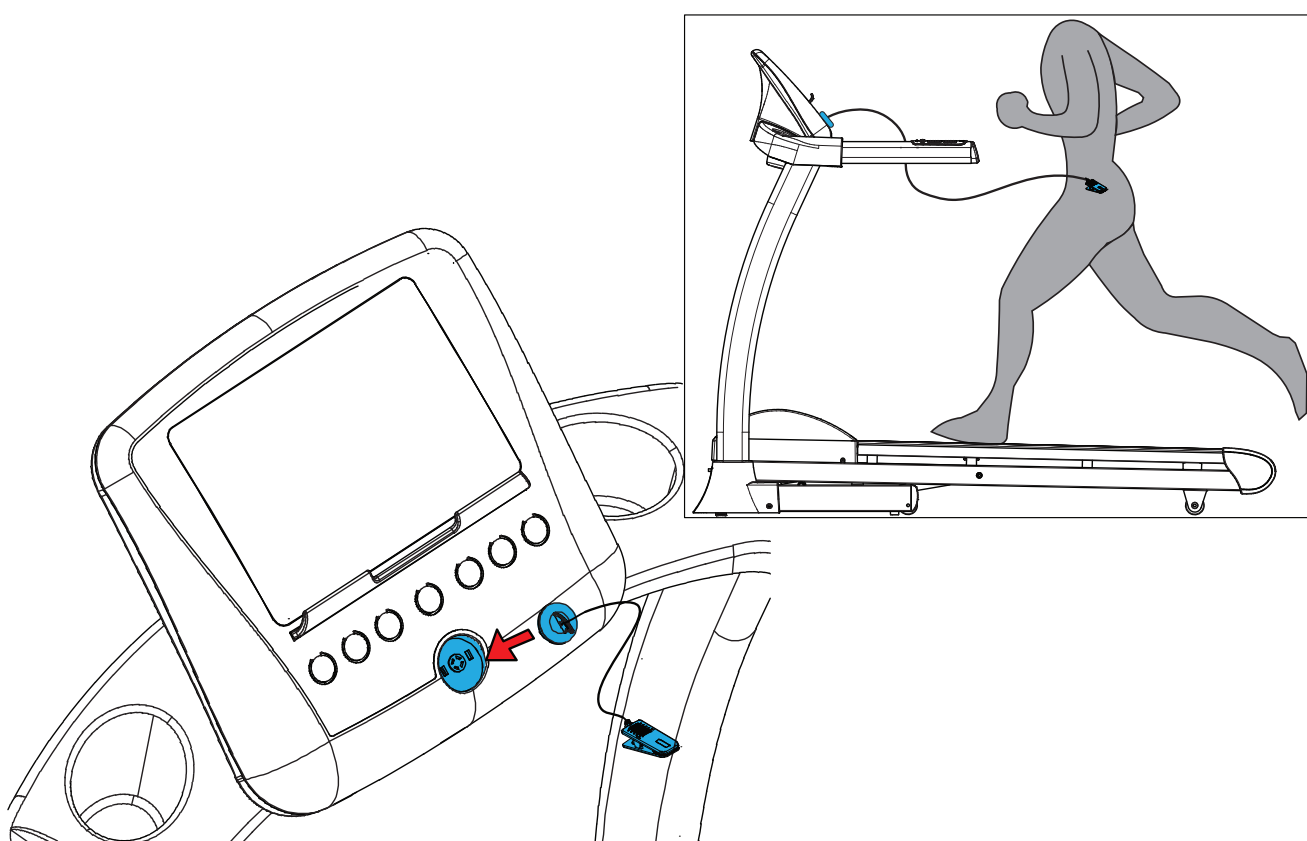


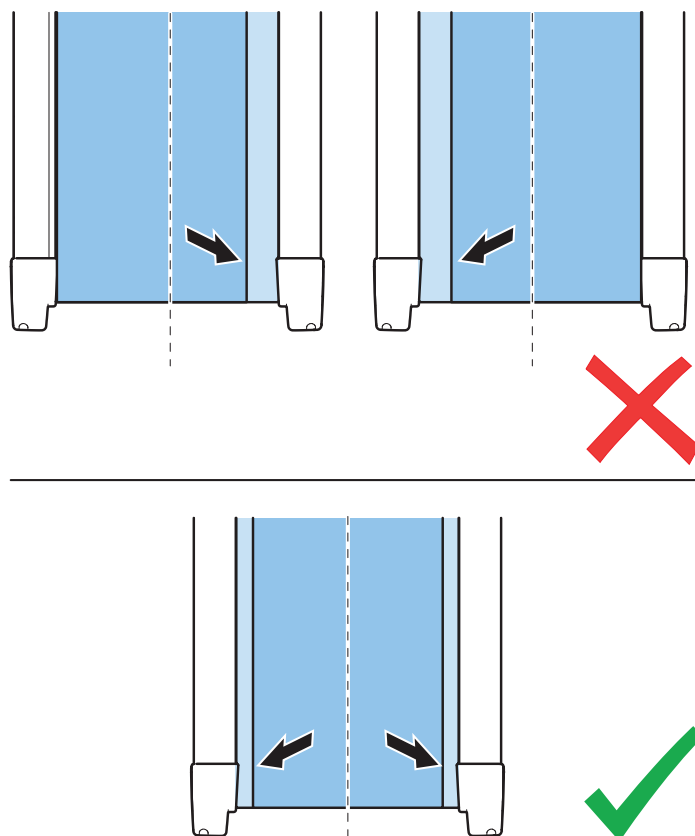
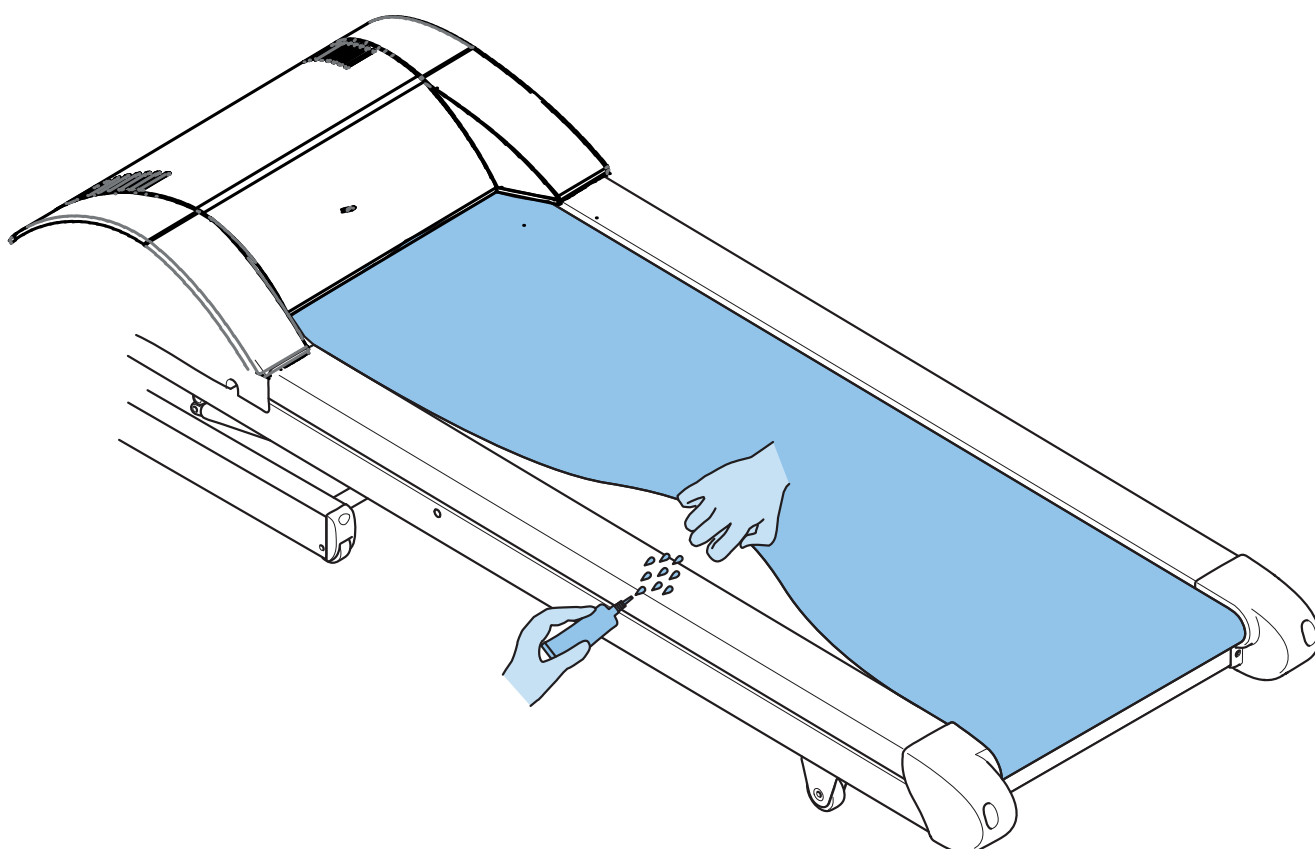
E-63

Muži / OXEYGEN UPTAKE VO2MAX							
1= Velmi špatný 7= Výborný							
Věk	1	2	3	4	5	6	7
18-19	<33	33-38	39-44	45-51	52-57	58-63	>63
20-24	<32	32-37	38-43	44-50	51-56	57-62	>62
25-29	<31	31-35	36-42	43-48	49-53	54-59	>59
30-34	<29	29-34	35-40	41-45	46-51	52-56	>56
35-39	<28	28-32	33-38	39-43	44-48	49-54	>54
40-44	<26	26-31	32-35	36-41	42-46	47-51	>51
45-49	<25	25-29	30-34	35-39	40-43	44-48	>48
50-54	<24	24-27	28-32	33-36	37-41	42-46	>46
55-59	<22	22-26	27-30	31-34	35-39	40-43	>43
60-65	<21	21-24	25-28	29-32	33-36	37-40	>40

Ženy/ OXEYGEN UPTAKE VO2MAX							
1= Velmi špatný 7= Výborný							
AGE	1	2	3	4	5	6	7
18-19	<28	28-32	33-37	38-42	43-47	48-52	>52
20-24	<27	27-31	32-36	37-41	42-46	47-51	>51
25-29	<26	26-30	31-35	36-40	41-44	45-49	>49
30-34	<25	25-29	30-33	34-37	38-42	43-46	>46
35-39	<24	24-27	28-31	32-35	36-40	41-44	>44
40-44	<22	22-25	26-29	30-33	34-37	38-41	>41
45-49	<21	21-23	24-27	28-31	32-35	36-38	>38
50-54	<19	19-22	23-25	26-29	30-32	33-36	>36
55-59	<18	18-20	21-23	24-27	28-30	31-33	>33
60-65	<16	16-18	19-21	22-24	25-27	28-30	>30

F-1**F-2**

F-3**F-4**

F-5**F-6**

Obsah

Běžecký trenažér.....	25
Bezpečnostní instrukce.....	25
Elektrická bezpečnost	26
Popis (obr. A)	26
Obsah balení (obr. B & C)	26
Montáž (obr. D)	27
Cvičení	27
Cvičební instrukce	27
Srdeční puls	27
Použití.....	28
Počítač (obr. F)	29
Tlačítka	29
Bezpečnostní klíč (obr. E-1)	30
Základní obrazovka	30
Obrazovka cvičení	30
Programy.....	30
Rychlý start	30
Ukončení cvičení	30
Cíl srdečního pulsu	30
Manual...	31
Přednastavené programy	31
Vlastní trénink	31
Fitness test	32
T-Road ...	32
Uživatelské nastavení.....	33
Přihlášení uživatele	33
Nastavení uživatele	33
Úprava uživatele	33
Smazání uživatele	34
Změna uživatele	34
Vytvoření uživatele	34
Péče a údržba.....	35
Mazání (obr F-4)	35
Chyby a poruchy.....	36
Transport and storage.....	36
Technické údaje.....	37

Běžecký trenažér

Vážení zákazníci, vítáme Vás ve světě Tunturi! Děkujeme Vám za zakoupení toho fitness produktu, který je určený pro domácí použití.

Vaše volba naznačuje, že skutečně chcete investovat do svého zdraví a kondice; také ukazuje, že si opravdu ceníte vysoké kvality a stylu. S posilovacím strojem Tunturi jste si vybrali za tréninkového partnera vysoce kvalitní, bezpečný a motivující produkt. Ať už jsou vaše tréninkové cíle jakékoli, jsme si jisti, že jich s tímto posilovacím strojem dosáhnete. Informace k používání posilovacího stroje a způsobů účinného tréninku naleznete na internetových stránkách Tunturi

www.tunturi.cz.

Vítejte ve světě cvičení s Tunturi

Bezpečnostní instrukce



Upozornění

Před montáží, používáním a údržbou svého posilovacího stroje si přečtěte pozorně tuto příručku. Prosím uložte příručku na bezpečné místo; poskytne vám nyní i v budoucnu informace, které potřebujete k používání a údržbě svého stroje. Tyto pokyny vždy pečlivě dodržujte.



Upozornění

- Než začnete s dlouhodobějším tréninkem, dejte si svým lékařem vyšetřit zdravotní stav.
- Pokud během cvičení pocítíte nevolnost, závratě nebo jiné nezvyklé příznaky, přerušete okamžitě trénink a vyhledejte lékaře.
- Nadměrné nebo nesprávné cvičení může vést ke zdravotním problémům.
- Abyste předešli bolestem a napětí ve svalch, zahajte každý trénink rozcvičkou zklidňovací fázi (pomalým šlapáním při nízkém odporu). Nezapomeňte se na protáhnout.
- Stroj není určen pro používání venku.
- Postavte stroj na pevný a rovný povrch. Postavte stroj na ochrannou poškození podlahy pod ním.
- Dbejte na to, aby bylo cvičební prostředí dostatečně větrané. Abyste předešli necvičte v průvanu.
- Během tréninku snáší stroj teploty prostředí +10°C až +35°C. Stroj lze C až +45°C. Vlhkost vzduchu při tréninku ani skladování nesmí překročit • Kolem stroje ponechte minimálně 100 cm volného prostoru.
- Pokud mají stroj povoleno používat děti, je zapotřebí zajistit dohled a správné používat, přičemž je třeba mít na zřeteli fyzický a duševní rozvoj. Také dbejte na to, aby byl zajištěn bezpečný odstup domácích zvířat od nebo během jeho používání při tréninku.
- Než začnete používat stroj, přesvědčte se, že funguje ve všech ohledech nepoužívejte.

- Tlačítka mačkejte špičkou prstu; nehty mohou poškodit jejich membránu.
- Nikdy nesundávejte kryty.
- Stroj smí používat vždy pouze jeden člověk.
- Při nasedání na stroj i sesedání z něj se přidržujte řídítek.
- Cvičte ve vhodném oděvu a obuvi.
- Počítač chraňte před přímým sluncem a vždy osušte kapky potu, které na něm ulpí.

Tento produkt je vybaven brzdovým systémem regulovaným na základě rychlosti.

- Další informace o záručních podmínkách naleznete v záruční knížce přiložené k produktu.

Nezapomeňte, prosím, že záruka se nevztahuje na škody v důsledku přepravy nebo nedodržení

pokynů pro seřizování nebo údržbu popsanych v této příručce.

- Stroj nesmí používat osoby s hmotností vyšší než 150 kg.
- Nepokoušejte se o žádné opravy nebo seřizování, které nejsou uvedeny v tomto návodu. Všechno ostatní musíte přenechat osobě znalé údržby elektromechanických zařízení a oprávněné na základě příslušných zákonů provádět práce související s jejich údržbou a opravami.

Elektrická bezpečnost

- Před použitím zkontrolujte voltáž svého přístroje a elektrické zásuvky, musí být shodné
- Nepoužívejte prodlužovací kabel ani rozdvojky
- Přívodní elektrický kabel nesmí být vystaven zvýšené teplotě, přijít do styku s oleji či ostrými předměty
- Nepoužívejte adaptéry
- Nepoužívejte zařízení pokud je přívodní kabel poškozen, kontaktujte svého prodejce
- Kabel musí být plně odmotán, bez smyček
- Kabel nesmí být veden pod žádnými předměty ani uložen pod kobercem
- Kabel nesmí viset přes okraj stolu
- Kabel musí být veden místem, kde není možné o něj zakopnout či jinak se zachytit
- Nikdy nenechávejte zařízení bez dozoru, když je zapojeno do elektrické sítě
- Kabel ze zásuvky vytahujte pouze za jeho zakončení, nikdy netahejte kabel celý
- Vypojte zařízení z elektrické zásuvky pokud jej nepoužíváte, chcete přemísťovat či uskladnit



Upozornění

- Pokud se voltáž zařízení a elektrické zásuvky liší a vy ji přesto použijete, může dojít k poškození stroje, na které se nevztahuje záruka. V případě rozdílné voltáže kontaktujte elektrikáře pro zkušební test.



Upozornění

- Nikdy nepoužívejte adaptér elektrických zásuvek. Zajistěte, aby se přívodní kabel nezachytil do pohyblivých částí stroje.

Instrukce k uzemnění

Tento běžecký trenažér má konec svého přívodního elektrického kabelu vybaven uzemňovacím kolíkem. Používejte jej tedy pouze do v zásuvkách vybavených zdírkou pro uzemnění zařízení.

Upozornění: Pokud byste použili zásuvku, která není uzemněna, mohlo by dojít k poškození a elektrickému šoku.

Popis (obr. A)

Tento trenažér je určený pro domácí použití. Simuluje pohyb reálného šlapání bez zatěžování kloubů.

Obsah balení (obr. B & C)

- Balení obsahuje součástky uvedené na obrázku B
- V balení naleznete šroubky a matice uvedené v obrázku "C"



Poznámka

- Pokud některá součást chybí, kontaktujte svého prodejce

Montáž (obr. D)



Upozornění

- Montáž provádějte v pořadí, jak je uvedeno na obrázcích



Varování

S trenažérem manipulujte vždy jen za pomoci druhé osoby

- Trenažér umísťte vždy jen na rovný a pevný povrch
- Doporučujeme vyžít ochrannou podložku, aby nedošlo k poškození podlahy
- Zajistěte nejméně 100 cm volného prostoru kolem všech stran stroje.
- Při montáži postupujte dle obrázků

Cvičení

Trénink na běžecím trenažéru je skvělé aerobní cvičení, vycházející z principu, že cvičení by mělo být patřičně lehké, ale přitom dlouhodobé. Aerobní cvičení vychází ze zlepšování maximálního tělesného příjmu kyslíku, což naopak vede ke zlepšování vytrvalosti a kondice. Schopnost těla spalovat tuk jako palivo přímo závisí na jeho kapacitě přijímat kyslíku. Aerobní cvičení by mělo být především příjemné. Během tréninku byste se měli zapotit, ale neměli byste lapat po dechu. Cvičit byste měli nejméně třikrát týdně po 30 minutách, abyste dosáhli základní kondiční úrovně. Udržet se na této úrovni vyžaduje několik tréninků týdně. Po dosažení základní kondice je možno ji snadno zlepšovat pouhým zvyšováním počtu tréninků. Cvičení se vždy projeví hmotnostním úbytkem, protože jde o jediný způsob, jak doplňovat energii spalovanou tělem. Právě proto je vždy vhodné kombinovat pravidelné cvičení se zdravou dietou. Člověk držící dietu by měl cvičit denně – zpočátku 30 minut nebo méně a postupně zvyšovat denní tréninkovou dávku až na jednu hodinu. Měli byste začít pomalu a při nízkém odporu, protože náročné cvičení může vystavit srdce a oběhový systém nadměrné zátěži. Se zlepšující se kondicí můžete postupně zvyšovat zátěž a rychlost.

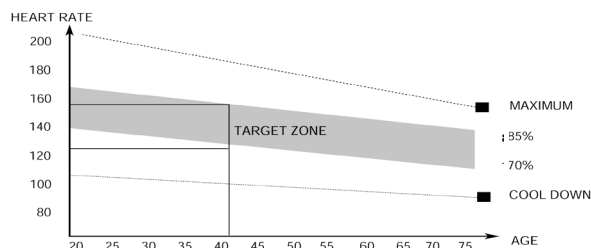
Cvičební instrukce

Rozcvičení a zahřátí

Správné rozcvičení pomůže zrychlit proudění krve ve Vašem těle, zrychlí tep a připraví svaly na vykonání zátěže. Předejdete křečím a svalovému poškození.

Fáze posilování

Fáze, kdy je Vaše tělo nejvíce namáháno a svaly jsou nejpružnější. Během cvičení je důležité udržovat stálé tempo bez výkyvů. Měli byste dosáhnout následujících hodnot srdečního pulsu pro nejefektivnější výkon.



Hodnota správného pulsu závisí také na Vašem věku. V ideální zóně pulsu cvičte 15-20 minut.

Zklidnění a protažení

Fáze, ve které se zklidňuje Váš kardiovaskulární systém a svaly se uvolňují. Zvolněte tempo a pokračujte zvolna 5 minut a poté se protáhněte. Doporučujeme cvičení rozdělit rovnoměrně během týdne a režim dodržovat, necvičte nárazově.

Rýsování svalů

Pokud chcete dosáhnout vyrysování svalů, je potřeba mít nastaven co nejvyšší odpor. Cvičení musí být intenzivní a namáhavé.

Snížení váhy

Důležité je pravidelný cvičební režim. Čím déle a pravidelněji budete cvičit, tím více kalorií spálíte. Dodržujte hodnotu svého ideálního srdečního pulsu během cvičení, při těchto hodnotách je spalování kalorií nejefektivnější.

Srdeční puls

Senzory na rukojetích zaznamenají Váš tep pokud budete mít dlaně položeny na obou senzorech zároveň. Pro správné měření musí být Vaše pokožka lehce vlhká a dlaně položeny na senzorech nepřetržitě. Pokud je Vaše kůže příliš suchá nebo příliš vlhká, může být měření nepřesné.

**Poznámka**

- Nepoužívejte ruční senzory zároveň s hrudním pásem. Když pro své cvičení zvolíte limit maximální hodnoty pulsu a tato hodnota bude přesáhnuta, ozve se alarm.

Měření srdečního pulsu (pomocí hrudního pásu)

Měření pomocí hrudního pásu je nejpřesnějším typem měření. Měření probíhá díky elektrodám umístěným na hrudním pásu, který použijete dle instrukcí uvedených na jeho obalu. Elektrody vysílají zaznamenaný puls do přijímače na počítači a ten hodnoty zobrazí. Pro správné měření musí být Vaše pokožka lehce vlhká a kontakt na senzorech nepřetržitý. Pokud je Vaše kůže příliš suchá nebo příliš vlhká, může být měření nepřesné.

**Upozornění**

- Pokud máte kardiostimulátor, konzultujte použití hrudního pásu se svým lékařem!

**Upozornění**

- Pokud se v místnosti vyskytují další zařízení (hrudní pásy), mohou se jejich signály navzájem rušit, proto dodržujte nejméně 1,5m rozestup mezi jejich užitím. Pokud je aktivní jen jeden přijímač (na počítači) a více vysílačů (pásů), zajistěte, aby pouze jeden vysílač byl v dosahu přijímače.

**Poznámka**

- Nepoužívejte hrudní pás v kombinaci s ručními senzory
- Hrudní pás vždy umísťujte na holou kůži pod oblečení. Pokud byste pás umístili na oblečení, žádný signál by nebyl zaznamenán.
- Pokud nastavíte maximální limit pro měření pulsu, alarm se ozve pokřdé, když tento limit přesáhnete
- Vysílač na hrudním pásu musí být v dosahu 1m od metru od přijímače (počítače) a elektrody dostatečně navlhčeny, aby byl signál správně zachycen
- Některé látky v oblečení (polyester, polyamid atd.) vytváření statickou elektřinu a mohou ovlivnit naměřený výsledek
- Mobilní telefony, televize a jiná elektronická zařízení vytvářejí elektromagnetické pole, které může ovlivnit výsledek měření

Maximální srdeční puls (během tréninku)

Krátké sekvence s vysokou zátěží zvyšují maximální sílu a svalovou hmotu, delší sekvence při nižší zátěži zlepšují postavu a zvyšují vytrvalost. Nejdříve si zjistěte svou maximální tepovou frekvenci, tj. stav, kdy vaše tepová frekvence při zvyšující se zátěži už dál nestoupá.

Pokud neznáte svou maximální tepovou frekvenci, použijte prosím jako vodítko následující vzorec: 220 – věk průměrné hodnoty, maximální hodnota je individuální. Maximální tepová frekvence se s věkem snižuje v průměru o jeden bod za rok. Pokud patříte do některé z rizikových skupin, požádejte lékaře, aby vám změřil maximální tepovou frekvenci

**Upozornění**

- Nikdy svůj maximální tepový limit nepřekračujte!

Definovali jsme tři různé zóny tepové frekvence, abychom vám pomohli s cíleným tréninkem.

ZAČÁTEČNÍK • 50-60 % maximální tepové frekvence.

Vhodné také pro osoby snažící se udržet hmotnost, rekonvalescenty a ty, kteří dlouho necvičili. Doporučují se tři cvičení týdně v délce alespoň půl hodiny. Pravidelným cvičením se značnělepší výkonnost dýchacího a oběhového systému a toto zlepšení rychle pocítíte.

CVIČÍCÍ • 60-70 % maximální tepové frekvence.

Perfektní pro zlepšování a udržování kondice. Už přiměřená zátěž rozvíjí účinně srdce a plíce, pokud trénujete minimálně 30 minut alespoň třikrát týdně. Pro další zlepšování kondice zvyšujte buď frekvenci, nebo zátěž, ale ne obojí současně!

AKTIVNÍ CVIČÍCÍ • 70-80 % maximální tepové frekvence

Cvičení na této úrovni vyhovuje pouze nejzdatnějším jedincům a předpokládá dlouhodobé vytrvalostní tréninky.

Použití

Hlavní vypínač

Trenažér je vybaven hlavním vypínačem viz obrázek originální návod E-2A

Zapnutí trenažéru:

- Vsuňte přívodní kabel do trenažéru.
- Vsuňte konec kabelu do elektrické zásuvky
- Zapněte hlavní vypínač do pozice ON

Vypnutí trenažéru:

- Vypněte hlavní vypínač do pozice OFF
- Vytáhněte přívodní kabel z elektrické zásuvky
- Vytáhněte kabel ze zařízení

Bezpečnostní klíč

Trenažér je vybaven bezpečnostním klíčem, který chrání uživatele v případě nehody či pádu. Vložte bezpečnostní klíč do příslušné zdířky a při užívání trenažéru umístěte jeho druhý konec na své oblečení. V případě pádu se klíč ze zdířky vytrhne a stroj se okamžitě zastaví. Trenažér není možné spustit dokud není klíč znovu ve zdířce. Po ukončení cvičení sejměte konec klíče ze svého oblečení.

Pojistky (obr. E-2B)

Trenažér je vybaven pojistkami, které chrání stroj v případě elektrického přepětí. Pokud dojde k přepětí je nutné pojistku stisknout.

Upozornění: Dříve než stisknete pojistku, ujistěte se, zda je přívodní kabel vypojen z elektrické sítě.

Pokud je trenažér vypnutý, vypojte jej z elektrické sítě, stiskněte pojistky a znovu trenažér zapojte do elektriky.

Pokud dojde k vypnutí pojistek trenažéru, zkontrolujte také vaše domácí pojistky.



Upozornění

Počítač nesmí být vystaven přímému slunci. Pokud počítač přijde do styku s vlhkost či potem, okamžitě jej očistěte suchým hadrem. Na počítač si nelehejte. Pokud není počítač používán, po 4 minutách nečinnosti se automaticky přepne do režimu spánku a zobrazuje pokojovou teplotu.



Poznámka

- Pokud pojistky vypadávají, kontaktuje svého elektrikáře.

Rozložený trenažér je určen k použití (obr. F1) a složen pro přesun a uskladnění (obr. F2).

Podívejte se na příslušné obrázky jak trenažér skládat a rozkládat.



Varování

- Dříve než budete trenažér skládat, ujistěte se, že je sklon nastaven na 0%, pokud by nebyl, mohlo by dojít k poškození trenažéru.

Počítač (obr. F)



Upozornění

- Počítač nesmí být vystaven přímému slunci. Pokud počítač přijde do styku s vlhkost či potem, okamžitě jej očistěte suchým hadrem. Na počítač si nelehejte.



Poznámka

Pokud není počítač používán, po 4 minutách nečinnosti se automaticky přepne do režimu spánku.

Tlačítka

Zpět/ Stop

- Vrátil vás zpět na předchozí obrazovku
- Stop zastaví probíhající trénink

Uživatel (Nastavení):

- Stiskněte tlačítko pr User Setting uživatelské nastavení
- Během cvičení tlačítko není funkční

Rychlost+ (Zajíc)

- Zvyšuje rychlost (0,8~22 km/h).
- Jeden stisk zvyšuje rychlost o 0,1 km/h.
- Dlouhý stisk zvyšuje rychlost rychleji
- Přepíná programy a mění hodnoty

Rychlost - (Želva)

- Snižuje rychlost (0,8~22 km/h).
- Jeden stisk snižuje rychlost o 0,1 km/h
- Dlouhý stisk snižuje rychlost rychleji
- Přepíná programy a mění hodnoty

Skon +

- Zvyšuje sklon (0%~15% ±1%).
- Přepíná programy a mění hodnoty

Skлон -:

- Snižuje sklon (0%~15% ± 1%).
- Přepíná programy a mění hodnoty

Středové kolečko: (obr. E-03)

Otáčecí funkce:

- Vybírá programy z hlavního menu
- Nastavení cvičení nebo uživatele
- Vybírá položky během nastavení
- Snižuje nebo zvyšuje hodnoty nastavení
- Nastavuje cílové hodnoty (plus/minus během cvičení)

Horizontální

Otáčení po směru hodinových ručiček vybírá hodnoty vpravo, v proti směru vlevo.

Vertikální

Otáčení po směru hodinových ručiček vybírá hodnoty nahoru, v proti směru dolů.

Stisknutí:

- Sportovní režim potvrzení
- Potvrzení nastavení uživatele
- Potvrzení položky nastavení
- Potvrzení hodnot
- Přepíná mezi obrazovkami počet tepů za minutu a sklonem
- Přepíná mezi obrazovkami video a profilu T-Road.

Bezpečnostní klíč (obr. E-1)

Trenažér je vybaven bezpečnostním klíčem, který chrání uživatele v případě nehody či pádu. Vložte bezpečnostní klíč do příslušné zdířky a při užívání trenažéru umístěte jeho druhý konec na své oblečení.

V případě pádu se klíč ze zdířky vytrhne a stroj se okamžitě zastaví. Trenažér není možné spustit dokud není klíč znovu ve zdířce. Po ukončení cvičení sejměte konec klíče ze svého oblečení. Stiskněte Stop tlačítko pro zahájení normálního provozu.

Základní obrazovka

Po zapnutí se spustí obrazovka načítání (obr. E-04)

Po pár vteřinách se obrazovka změní na načítání dat a spouštění (obr. E-05)

Po načtení dat se zobrazí hlavní menu (obr. E-06)

Počítač je nyní připraven k použití. Pro zahájení cvičení spusťte rychlý start.

Obrazovka cvičení

(obr. E-26)

Osa X zobrazuje čas v rozmezí 0~30. Cvičení se aktualizuje každých 15 minut.

- Během cvičení stiskněte kolečko pro změnu zobrazení osy Y ze sklonu na počet tepů za minutu.
- Tabulka zobrazuje hodnoty sklonu/rychlosti
- Bílá linie teček zobrazuje vaši aktuální pozici, která se posouvá směrem vpravo v průběhu času. Nejdéle však cvičení po dobu 5-ti hodin..
- Oranžová křivka zobrazuje aktuální srdeční puls

Programy

Rychlý start

(obr. E-06)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Quick start"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a vstupte do obrazovky cvičení

Ukončení cvičení

Obrazovka ukončí cvičení po stisku tlačítka Back/stop, nebo návratem do hlavního menu, nebo pokud bílá linie dosáhne nastavené cílové hodnoty

Obrazovka cvičení (obr. E-28)

Pokračování:

Pro pokračování tréninku stiskněte "Continue"

Exit - Odejít:

Vyberte "Exit" pro návrat na předchozí obrazovku

Save&Exit - Odejít a uložit: (obr. E-24)

Vyberte "Save&Exit" a vyberte políčko jména na spodní části obrazovky: Použijte kolečko pro výběr písmen A~Z nebo číslic 0~9. Uložte název cvičení.



Poznámka

- Při uložení hodnot je třeba mít odcvičeno nejméně 10 minut nebo uběhnuto alespoň 3 km



Poznámka

- Data nelze uložit při využití Fitness testu nebo T-Road módu.

Zobrazení hodnot předchozího tréninku

Obrazovka cvičení (obr. E-25)

Použijte kolečko pro návrat do hlavního menu.

Cíl srdečního pulsu

(obr. E-07)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Target HR"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení výběru

Obrazovka nastavení (1) (obr. E-15)

- Otáčejte kolečkem pro nastavení cílové hodnoty pulsu (Procenta jsou dle tepů za minutu)
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a přesun na obrazovku nastavení 2

Obrazovka nastavení (2) (obr. E-16)

- Otáčejte kolečkem pro výběr položky
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a nastavení položek vpravo
- Otáčejte kolečkem pro nastavení položek
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku cvičení

Obrazovka cvičení (obr. E-29)

- Pokud se na displeji zobrazí "No Heart Rate" znamená to, že nebyl zaznamenán žádný puls

Ukončení cvičení

 "End your workout"
( 30)

Manuální mód

(obr. E-08)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Manual"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a přesun na obrazovku nastavení 1

Obrazovka nastavení (1) (obr. E-13)

- Otáčejte kolečkem pro výběr položky
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a nastavení položek vpravo
- Otáčejte kolečkem pro nastavení položek
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku cvičení

Obrazovka cvičení (obr. E-23)

- Během cvičení stiskněte kolečko pro přepnutí osy Y ze sklonu na počet tepů za minutu
- Bílá linie teček zobrazuje vaši aktuální pozici, která se posouvá směrem vpravo v průběhu času. Nejdéle však cvičení po dobu 5-ti hodin
- Oranžová křivka zobrazuje aktuální srdeční puls

Ukončení cvičení

 "End your workout"
( 30)

Přednastavené programy

(obr. E-09)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Preset Programs"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku nastavení (1).

Obrazovka nastavení (1) (obr. E-47)

- Otáčejte kolečkem a vyberte program
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku nastavení (2)

Obrazovka nastavení (2) (obr. E-14)

- Otáčejte kolečkem pro výběr položky
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a nastavení položek vpravo
- Otáčejte kolečkem pro nastavení položek
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku cvičení

Obrazovka cvičení (Kontrola sklonu) (obr. E-48)**Obrazovka cvičení (Kontrola srdečního pulsu) (obr. E-27)**

Ukončení cvičení

 "End your workout"
( 30)

Vlastní trénink

obr. E-10)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Preset Programs"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku nastavení (1).

**Poznámka**

Pokud nejsou nalezena žádná uložená data, zobrazí se. (obr. E-44)

- Stiskněte kolečko pro návrat do hlavního menu

Obrazovka nastavení (1) (obr. E-40)

Obrazovka nastavení (1) je pro uživatelsky uložená data. Hodnoty vidíte vlevo a vpravo

- Otáčejte kolečkem pro výběr položky
- Stiskněte kolečkem pro výběr okna nastavení

Výběr okna (obr. E-43)

- Otáčejte kolečkem a vyberte položku

Vyberte "Replay"

- Stiskněte kolečko pro potvrzení
Zobrazí se cvičební obrazovka předchozího tréninku

Vyberte "Edit"

- Stiskněte kolečko pro potvrzení
- Vložte a upravte rozmezí nastavení
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a vstup na cvičební obrazovku

Vyberte "Delete"

- Stiskněte kolečko pro výběr položky
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a okno výběru
- Vyberete "Yes" pro vymazání položky nebo "No" pro zachování položky.
- Stiskněte kolečko pro potvrzení

Obrazovka cvičení:

Obrazovka cvičení závisí na výběru módu.

Mód "cíl srdečního pulsu"

Je stejný jako přednastavený program Heart Rate Mode

Fitness test

(obr. E-11)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Fitness test"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku nastavení (1).

**Poznámka**

Pro spuštění test je potřeba zadat uživatelská data, jinak nemůže být Fitness test spuštěn a na displeji se zobrazí následující zpráva (obr. E-35)

Stiskněte kolečko pro návrat do hlavního menu.

Informační okno

Okno zobrazuje:

"Fitness test is Cooper test user walks / runs as far as possible in 12 minutes". Uživatel musí uběhnout co nejdélší vzdálenost během 12-ti minut.

- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku cvičení

Obrazovka cvičení (obr. E-36)**Obrazovka píše:****"Test Failed ! to znamená:**

Cvičení probíhalo příliš krátkou

dobu, test nebyl uskutečněn.

"No Heart Rate detected" se zobrazí pokud není zaznamenán žádný puls.

Stiskem Back/stop nebo Main menu opustíte obrazovku cvičení.

Obrazovka cvičení (obr. E-25)

Stiskněte kolečko pro výběr VO2 Max test výsledkové obrazovky

VO2 Max test tabulka výsledků (obr. E-58)

Stiskněte kolečko pro návrat do hlavního menu

Ukončení cvičení

"End your workout"
(30)

VO2 Max test tabulka výsledků (obr. E-63)**T-Road**

obr. E-12)

- Otáčejte kolečkem a vyberte "T-Trainer"
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a pro přesun na obrazovku nastavení (1).

Obrazovka nastavení (1) (obr. E-54)

Na výběr jsou 3 různé stezky.

Přesněji: Tuscany Sandy Road (Toskánsko písčinná cesta)/ Tuscany Scenrey Road (Toskánsko scénérie)/ Tuscany Country Road (Toskánsko vesnická cesta)

- Otáčejte kolečkem a vyberte stezku - Stiskněte kolečko pro potvrzení a spuštění videa obrazovky (obr. E-53)
- Během cvičení stiskněte kolečko pro přepnutí mezi videem a obrazovkou profilů (obr. E-52).

- Osa X zobrazuje vzdálenost v jednotkách km v metrickém systému nebo v mílích v imperiálním systému

- Osa Y zobrazuje jednotky v m metrickém systému nebo ft v imperiálním systému

- Stiskněte kolečko pro přepínání mezi videem a profilem obrazovky

Obrazovka profilu:

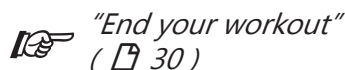
- Bílá linie teček zobrazuje vaši aktuální pozici, která se posouvá směrem vpravo v průběhu času. Nejdéle však cvičení po dobu 5-ti hodin

- Oranžová křivka zobrazuje kolísání srdečního pulsu

Video obrazovka:

- Bílá ikona + 0° vlevo obrazovky zobrazuje sklon a profil sklonu.
- Stiskněte Back/stop, Main menu nebo bílou linií dosáhnete cílových hodnot pro ukončení cvičení

Ukončení cvičení



Uživatelské nastavení

Stiskněte "User/Settings" pro vstup do User/Settings menu nastavení:

- Použijte kolečko pro výběr jedné ze 6-ti položek
- Stiskněte kolečko pro potvrzení vybrané položky

Přihlášení uživatele

(obr. E-17)

Výběrem "User Log" můžete: prohlížet data vybraného uživatele.

Můžete procházet předchozí tréninky nebo shrnutí výsledků všech uživatelů. (obr. E-25)

Opusťte tréninková data stiskem BACK/STOP.

Uživatelské nastavení

(obr. E-18)

Výběrem "User Setting" můžete:

- Nastavit jas (přednastaveno=50%)
- Zkontrolovat celkovou ujetou vzdálenost trenažéru
- Zkontrolovat celkový čas užití trenažéru
- Zkontrolovat firmware a software počítače
- Nastavit jazyk počítače
- Nastavit zvuk vypnuto/zapnuto (yes) /(NO)

Okno nastavení uživatele (obr. E-57)

Jak změnit nastavení

- Otáčejte kolečkem pro výběr položky
- Otáčejte kolečkem pro nastavení položek vlevo a vpravo
- Otáčejte kolečkem pro změnu hodnot

- Stiskněte kolečko pro potvrzení změny
- Otáčejte kolečkem pro potvrzení další položky, stiskem Back/ Stop se vraťte do menu nastavení

Úprava uživatele

Výběrem Edit User můžete: (obr. E-19) Upravit: (obr. E-34))

Název uživatele:

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Name"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Name"
- Otáčejte kolečkem pro výběr písmen
- Stiskněte kolečko pro potvrzení
- Otáčejte kolečkem pro výběr dalšího písmena
- Když je jméno hotovo, stiskněte "√" pro potvrzení a pokračování v nastavení

Jednotky

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Units"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Units"
- Otáčejte kolečkem pro výběr jednotek v Metrickém systému: km/kph/Kcal nebo imperiálním: mile/mpg/kcal
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Displej

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Display"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Display"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení
- Přičítání: přednastavený čas nebo vzdálenost
- Odečítání: přednastavený čas nebo vzdálenost

- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Pohlaví

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Gender"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Gender"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení Male-muž/ Female-žena
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Věk

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Age"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Age"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení věku
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Výška

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Height"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Height"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení výšky v cm v Metrickém systému nebo ve ft/inch v imperiálním systému
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Váha

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Weight"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Weight"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení váhy v kg
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Max HR - Maximum srdečního pulsu

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Max HR"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Max HR"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení max HR :
pro muže : 220- věk
pro ženy : 226- věk
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele

Max Speed - Maximální rychlost

- Otáčejte kolečkem a vyberte "Max Speed"
- Stiskněte kolečko pro vstup do úpravy "Max Speed"
- Otáčejte kolečkem pro nastavení Max speed
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat na úpravu uživatele



Poznámka

Maximální rychlost nemůže překročit maximum trenažéru.

Smazání uživatele

(obr. E-20)

Vyberte "Delete User" pro:

Vymazání uživatele a všech naměřených hodnot

- Otáčejte kolečkem a vyberte uživatele, kterého chcete smazat.
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat do hlavního menu

Zobrazí se "User will be deleted without further prompting" - Uživatel bude smazán bez možnosti návratu

Změna uživatele

(obr. E-21))

Vyberte "Change User" pro:

Výběr přednastaveného uživatele.

- Otáčejte kolečkem a vyberte uživatele, kterého chcete využít.
- Stiskněte kolečko pro potvrzení a návrat do hlavního menu

Vytvoření uživatele

(obr. E-22)

Vyberte "Create User" a vytvořte nový uživatelský profil.

Maximálně 8 uživatelů může být vytvořeno. Po úpravu uživatele se podívejte na kapitolu Edit user

(obr. E-31)

Chyby a poruchy

I přes pravidelnou kontrolu kvality, defektů či funkční poruch, může dojít v individuálních případech k poruše v zařízení. Ve většině případů není nutné opravovat celý stroj, ale pouze jednotlivou část.

- Pokud přístroj nefunguje správně, kontaktujte svého prodejce.

- Poskytněte číslo modelu a sériové číslo stroje svému prodejci. Vysvětlete problém, stav opotřebování a datum nákupu.

Error kódy

Pokud se na displeji zobrazí error kód (označen E/DC a číslo), restartujte přístroj a zkontrolujte, jestli přístroj stále ukazuje chybu. Pokud ano, svého prodejce.

Péče a údržba



Upozornění

- Před zahájením péče a údržby odpojte přístroj z elektrické sítě
- K čištění nepoužívejte ředidlo
- Nezakrývejte ventilační otvory. Udržujte ventilační otvory čisté, bez prachu a špíny či jiných nečistot
- Stroj čistěte hladkou absorpční látkou po každém cvičení
- Viditelné části stroje můžete vyčistit vysavačem nastaveným na nejnižší stupeň sání
- Pravidelně kontrolujte všechny šrouby a matice

Bežecská plošina a pás

Váš běžecský pás je vybaven velmi vysoce účinným těsněním s nízkým třením. Výkon trenažéru se maximalizuje, pokud je běžecská plošina co nejčistší. Použijte měkkou vlhkou utěrku nebo papírovou utěrku, abyste utřeli okraj pásu a oblast mezi okrajem řemene a rámu. Otřete nečistoty také pod okrajem pásu. To by se mělo provádět jednou za měsíc, aby se prodloužila životnost pásu. Používejte pouze vodu - žádné čisticí prostředky ani brusiva. Pomocí vody s mýdlem a nylonovým kartáčem vyčistěte horní část textury pásu. Před použitím nechte pás vysušit.

Mazání (obr. F-4)

Správné mazání pásu musí být kontrolováno nejméně jednou za 2 měsíce při použití 60 minut denně.



Upozornění

- Před promazáváním odpojte přístroj z elektrické sítě



Varování

- Pás promazávejte pouze pokud je to nezbytné. Pokud stroj promazáte příliš moc, může sklouznout následkem nízkého tření
- Na pásu stůjte vzpřímeně.
- Chytněte se předního madla a chodidly posouvejte pás dopředu a dozadu. Pás se musí pohybovat hladce a bez jakýchkoliv zvuků.
- Pokud se pás nepohybuje hladce nebo nepohybuje vůbec, sáhněte prsty pod pás a zkontrolujte promazání.
- Pokud jsou vaše prsty lesklé od mazu, je zde dostatečné množství mazadla
- Pokud jsou vaše prsty suché nebo od prachu, použijte velkou lžici pro aplikaci maziva (15-20 ml). Aplikujte do prostřední části pod pás a poté nechte přístroj běžet rychlostí 5km/h po dobu 5 minut.
- Po promazání stroj neskládejte, dokud neproběhne alespoň 20-ti minutové cvičení v rychlosti 5 km/h. Mazivo se rovnoměrně rozetře po páse.

Srovnání běžecského pásu

Běžecský pás musí být ve středu stroje. Pokud je posunut na stranu, musí být nastaven šrouby v zadní části stroje.

Varování

Ujistěte se, zda je pás v pořádku srovnán, abyste předešli poškození okrajů pásu.

- Vypínač musí být na pozici ON.
- Nastavte rychlost 5 km/h.
- Pokud pás běží v prostřed stroje, je správně srovnán.
- Pokud je více vlevo, otočte levý nastavovací šroubem o ¼ otočky po směru hodinových ručiček a pravým šroubem o ¼ otočky proti směru hodinových ručiček.
- Pokud je více vpravo, otočte pravý nastavovací šroubem o ¼ otočky po směru hodinových ručiček a levým šroubem o ¼ otočky proti směru hodinových ručiček
- Opakujte poslední 2 kroky, dokud nebude pás zcela srovnán.

Nastavení napětí pásu

Pás je třeba napnout, pokud začne prokluzovat na válcích. Při normálnímu použití ale nechávejte pás co nejvolnější! Napnutí pásu se seřizuje otáčením stejnými šrouby jako při vyrovnání běžeckého pásu. Pokud otáčením šroubů napnutí pásu neovlivníte, obraťte se na místního prodejce Tunturi.

Varování

Při nastavení napětí pásu musí být pás srovnaný, aby se nepoškodily jeho okraje.

- Vypínač musí být na pozici ON.
- Nastavte rychlost 5 km/h.
- Otáčejte oběma šrouby ve směru hodinových ručiček o stejné otočky.
- Zpomalte pás, přidržujte se madel a zkuste na pásu chodit.
- Pokud pás sklouzne, otáčejte znovu šrouby a poté zopakujte test.
- Pokud se Vám po několika testech nepodaří pás srovnat, kontaktujte svého prodejce.



Poznámka

- Neodbornou manipulací ztrácí trenažér záruku.

Záruka

Dovozce:

FITNESS STORE s.r.o.

Marešova 643/6

198 00 Praha 9

Výrobce:

Tunturi New Fitness BV

Purmerweg 1

1311 XE Almere

Přesun a uskladnění



Upozornění

- Před zahájením péče a údržby vždy přístroj odpojte z elektrické zásuvky.
- Stroj přemisťujte alespoň ve dvou lidech.
- Ujistěte se, zda nejsou pod strojem žádné předměty nebo osoby.
- Při skládání stroje se vždy ujistěte, že jste slyšeli zaklapnutí zámku, předejte pádu pásu.



Varování

- Před skládáním stroje se ujistěte, zda je sklon na 0%, jinak by mohl být poškozen mechanismus stroje.
- Uchopte přední část stroje a pevně držte za madla. Zvedněte přední část tak, aby zadní část byla na kolečkách a stroj pomalu posunujte a poté položte. Stroj umístěte na ochrannou podložku, abyste předešli poškození podlahy. Na nerovných površích zacházejte se strojem velmi opatrně. Po schodech nahoru a dolů stroj neposunujte po kolečkách, ale přenášejte jej v rukou.
- Stroj skladujte na suchém místě s malými výkyvy teplot.

Technické údaje

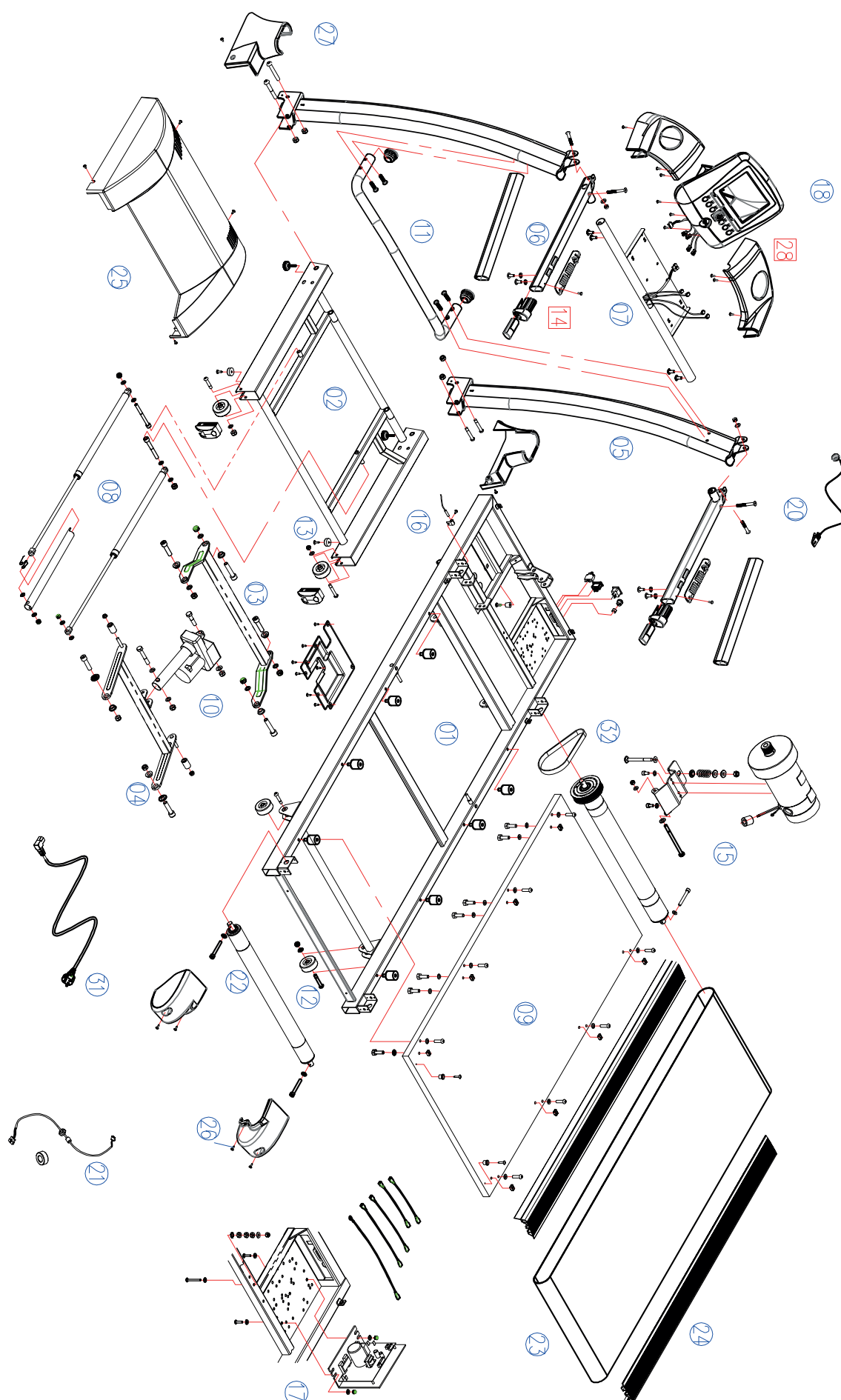
Parametry	Jednotky	Hodnoty
Voltáž	VAC	230
Hlavní frekvence	Hz	50
Motor	HP	5.5
Rychlost	Km/h	0,8~22
Rychlost	Mph	0,5~13,8
Sklon	%	0%~15%
Délka (složeno)	Cm	189 (107)
Délka (složeno)	Inch	74.4 (42.1)
Šířka	Cm	84
Šířka	Inch	33.1
Výška (složeno)	Cm	137 (168)
Výška (složeno)	Inch	53.9 (66.1)
Váha	Kg	96
Váha	Lbs	212
Max. uživatelská hmotnost	Kg	150
Max. uživatelská hmotnost	Lbs	330

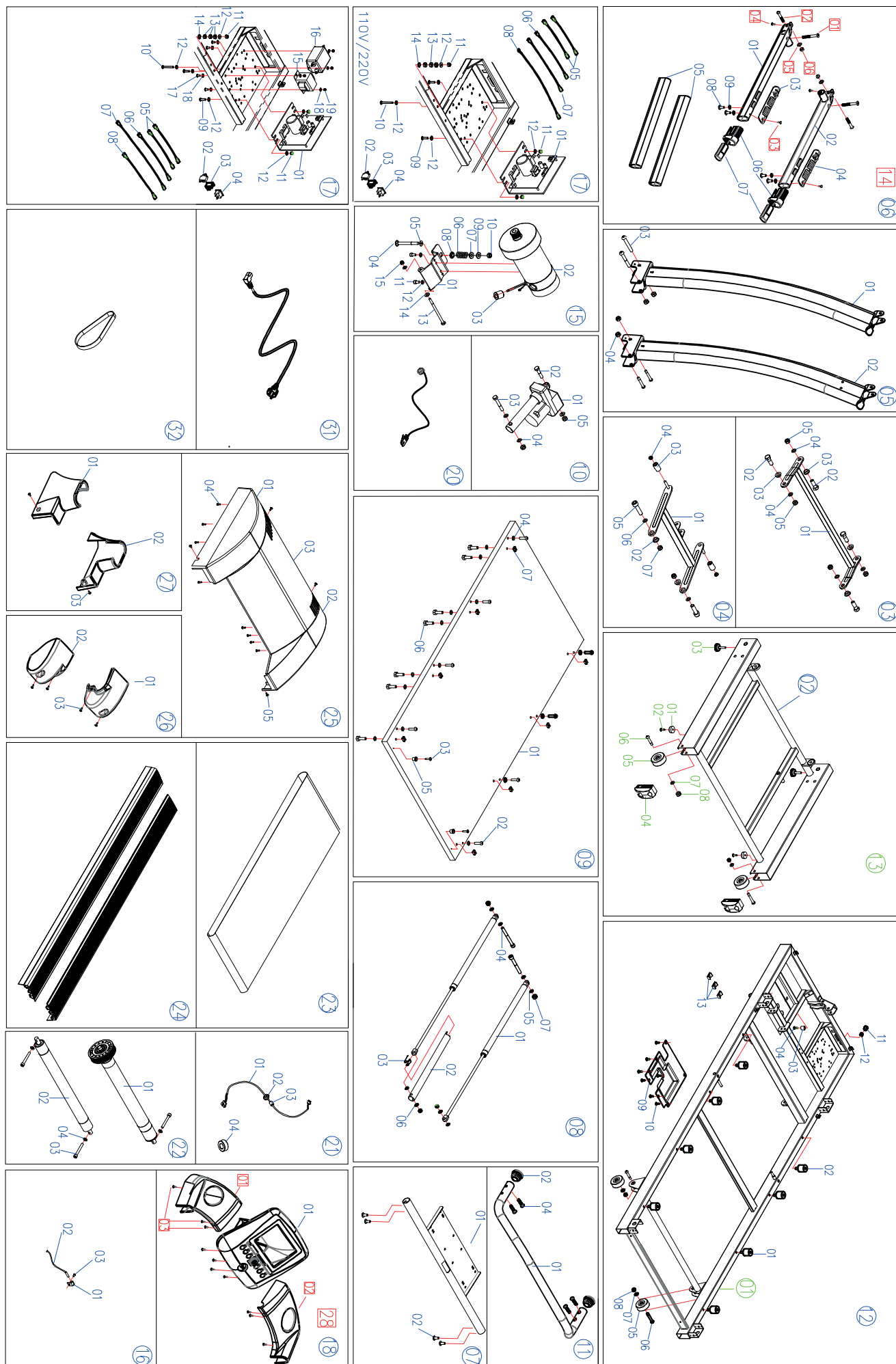
Číslo	Popis	Ks
(01)	Main Frame	1
(02)	Frame Base	1
(03)	Incline Bracket Set	1
	1 Incline Bracket	1
	2 Hexagonal socket screw	4
	3 Sleeve	4
	4 Washer	4
	5 Nylon Nut	4
(04)	Incline base set	1
	1 Incline Base	1
	2 Sleeve	2
	3 Pulley	2
	4 Nut	2
	5 Hexagonal socket screw	2
	6 Washer	2
	7 Nylon Nut	2
(05)	Supporting post set	1
	1 Supporting post-L	1
	2 Supporting post-R	1
	3 Socket Screw	4
	4 Nylon Nut	4
(06)	Handrail set	1
	1 Handrail-Left	1
	2 Handrail-Right	1
	3 Incline Set	1
	4 Speed Set	1
	5 Foam	2
	6 Handrail end cap	2
(07)	Console bracket set	1
	1 Console bracket	1
	3 Wave washer	4
	2 Screw	4
(08)	Folding Shock Set	1
	1 Folding Shock	2
	2 Folding fixed tube	1
	3 Twin Spring	1
	4 Hexagonal socket screw	2
	5 Washer	6
	6 Wave washer	2
	7 Nut	4
(09)		1
	1 Running deck	1
	2 Socket Screw	8
	3 Washer	16
	4 Screw	8

Číslo	Popis	Ks
	5 Nut	8
(10)	Incline motor set	1
	1 Incline Motor-220V	1
	2 Hexagonal cap screw	1
	3 Hexagonal Cap Screw	1
	4 Washer	3
	5 Nylon Nut	2
(12)	Main frame attachment set	1
	1 Rubber Cushion	4
	2 Rubber cushion	4
	3 Space Pad	1
	4 Screw	1
	5 Wheel	2
	6 Screw	2
	7 Washer	2
	8 Nut	2
	9 Incline Lower Cover	1
	10 Socket	7
	11 Power Cord Buckle	1
	12 Wire clipper	1
	13 Separate cover	3
(13)	Base Frame Attachment Set	1
	1 Space Pad	2
	2 Screw	2
	3 Desk base foot, adjustable	2
	4 End Cap	2
	5 Wheel	2
	6 Screw	2
	7 Washer	2
	8 Nut	2
(14)	Side Handrail Attachement Set	1
	1 Socket Screw	2
	2 Screw	2
	3 Screw	2
	4 Screw	2
	5 Washer	2
	6 Nut	2
(15)	Motor Set	1
	1 Motor Bracket	1
	2 Motor-220V	1
	3 Core	1
	4 Carriage Screw	1
	5 Rubber Washer	1
	6 Tension spring	1
	7 Washer	1

Číslo	Popis	Ks
	8 Washer	1
	9 Washer	1
	10 Nylon Nut	1
	11 Hexagonal socket screw	2
	12 Spring Washer	2
	13 Screw	1
	14 Washer	2
	15 Nylon Nut	1
(16)	Sensor Set	1
	1 Speed sensor bracket	1
	2 Sensor	1
	3 Socket	1
(17)	MCB set	1
	1 MCB-220V	1
	2 Overload Switch	1
	3 Switch-AC Power	1
	4 Power socket	1
	5 Black Cable	3
	6 White Cable	1
	7 White Cable	1
	8 Cable-Yellow-Green	1
	9 Screw	2
	10 Flat Head Corss Screw	1
	11 Nylon Nut	3
	12 Flat Washer	6
	13 Nut	3
	14 Washer	1
	15 Choke	1
	16 filter	1
	17 Screw	4
	18 Washer	8
	19 Nylon Nut	4
(18)	Console Set	1
	1 Console Set	1
(19)	Overlay set	1
	1 Overlay	1
	2 Keypad overlay	1
(20)	Safety key	1
	1 Conducting Foil	1
(21)	Cable set	1
	1 Cable-5P	1
	2 Power Cord Buckle	1
	3 Wire clipper	1
	4 Core	1
(22)	Roller Set	1

Číslo	Popis	Ks
	1 Front Roller Set	1
	2 Rear Roller Set	1
	3 Hexagonal socket screw	3
	4 Washer	3
(23)	Running Belt	1
(24)	Side rail set	2
(25)	Motor cover set	1
	1 Motor cover (LH)	1
	2 Motor cover (RH)	1
	3 Motor cover (centre)	1
	4 Screw	8
	5 Screw	4
(26)		1
	1 End Cap-Left	1
	2 End Cap-Right	1
	3 Screw	4
	4 Adhesive tape	2
(27)	Side Cover Set	1
	1 Side Cover-Left	1
	2 Side Cover-Right	1
	3 Screw	4
(29)	Bottle holder set	1
	1 Bottle holder-Left	1
	2 Bottle holder-Right	1
	3 Screw	6
(31)	AC Power Cord	1
(32)	Drive belt	1







Tunturi New Fitness BV

Purmerweg 1 NL - 1311 XE Almere
P.O. Box 60001 NL - 1320 AA Almere
The Netherlands

www.tunturi-fitness.com