

**TOORX**  
FITNESS IN MOTION

# INSTRUCTION



# BRX35



Cod: GRLDTOORXBRX35

Rev :00

Ed : 09/18



## TARTALOMJEGYZÉK

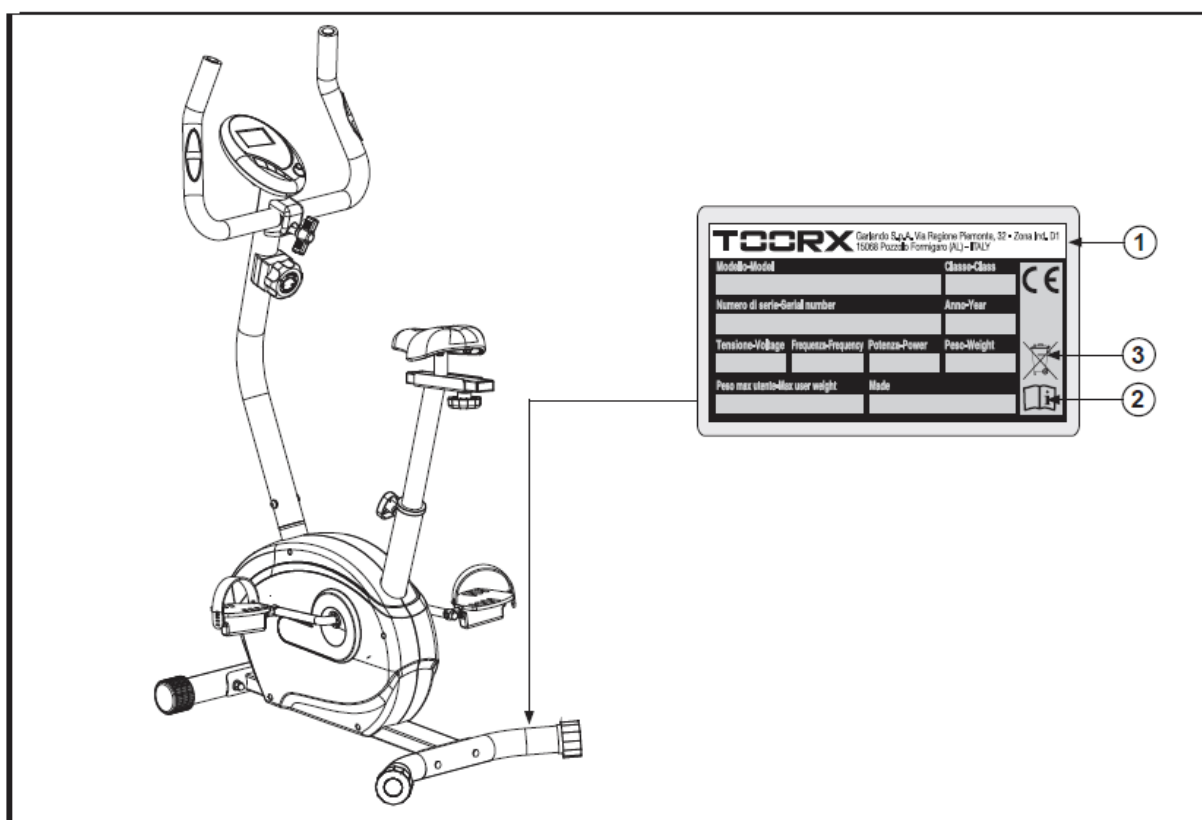
FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK .....	3
MŰSZAKI JELLEMZŐK .....	4
ALKATRÉSZ AZONOSÍTÓ TÁBLÁZAT .....	5
ÖSSZESZERELÉS .....	6
EDZŐKERÉKPÁR SZINTEZÉSE .....	12
EDZŐKERÉKPÁR MOZGATÁSA .....	12
EDZŐKERÉKPÁR HASZNÁLATA .....	13
KIJELZŐ és GOMB FUNKCIÓK .....	14
AKKUMULÁTOR CSERÉJE .....	15
EDZŐKERÉKPÁR KARBANTARTÁSA .....	15
ÚJRAHASZNOSÍTÁSI INFORMÁCIÓ .....	15
ROBBANTOTT ÁBRA .....	16
HÁTLAG, FORGALMAZÓ .....	17

## FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK

1. Súlyos balesetek elkerülése érdekében olvassa el az alábbi biztonsági óvintézkedéseket, mielőtt használatba venné az edzőgépet.
  2. A tulajdonos felelőssége, hogy biztosítsa az edzőgép összes felhasználója számára a megfelelő óvintézkedéseket és figyelmeztesse őket a lehetséges veszélyekre.
  3. Kizárólag a használati útmutatóban leírtaknak megfelelően használja az edzőgépet.
  4. Helyezze az edzőgépet sima felületre és a padló védelme érdekében helyezzen alá szőnyeget. Ügyeljen arra is, hogy elegendő szabad terület legyen az edzőgép biztonságos használatához, oldalanként – 0,6m.
  5. Viseljen megfelelő sportruházatot az edzőgép használatakor. Atlétikai ruházatot egyaránt ajánljuk nőknek és férfiaknak. Lábai védelme érdekében, edzéshez mindig viseljen tiszta edzőcipőt.
  6. Rendszeresen ellenőrizze és rögzítse megfelelően a berendezés tartozékait.
  7. 16 évnél fiatalabb gyerekeket, ill. háziállatokat ne engedjen az edzőgéphez.
  8. Legyen mindig óvatos az edzőgépre történő le- és felszálláskor.
  9. A túledzés komoly egészségügyi problémákat okozhat vagy halált. Ha bármilyen fájdalmat érez edzése közben, álljon meg, pihenjen és hűtse le magát.
- NE használja az edzőgépet edzőteremben, intézményes keretek között és ne adja azt bérbe. Az edzőgépet kizárólag otthoni használatra tervezték.
  - NE helyezze az edzőgépet garázsba, udvarba, nyitott teraszra vagy víz közelébe. Tartsa az edzőgépet szobai körülmények között, fedett, zárt térben, portól és nedvességtől távol. NE helyezze az edzőgépet olyan helyre, ahol ki van téve nyílt légköri viszonyoknak (eső, direkt napsütés, szél stb).
  - NE működtesse az edzőgépet olyan térben, ahol aeroszolos termékeket használnak, vagy ahol irányított a légmozgás.
  - NE működtesse az edzőgépet, ha sérült vagy nem megfelelően működik.
  - NE tegyen soha semmilyen tárgyat a berendezés nyílásaiba.
  - NE viseljen laza, lógó öltözetet, amit becsíphet a szerkezet.
  - NE viseljen szintetikus anyagból készült ruhát edzésekor. A nem megfelelő ruházat elektrosztatikus töltések kialakulásának lehetőségét is okozhatja.
  - NE permetezzen semmilyen folyadékot közvetlenül az edzőgépre. Tisztításhoz használjon enyhe mosószeres, puha, nem karcoló rongyot.
  - NE helyezzen italokat tartalmazó palackokat az edzőgépre vagy annak közelébe.
  - NEM használhatják az edzőgépet azok a személyek, akik csökkent fizikai, érzékszervi vagy mentális képességgel, ill. kevés tapasztalattal és tudással rendelkeznek, kivéve, ha Ön felügyeli és betartatja az edzőgép használatára vonatkozó óvintézkedéseket, és felel a felügyelete alatt lévő személy testi épségéért és biztonságáért.

## MŰSZAKI JELLEMZŐK

Fékrendszer	Mágnesfék
Terhelésállítás	8 fokozat, manuális beállítás
Kijelző adatmegjelenítés	Idő, távolság, kalória, sebesség, pulzus,
Lendkerék	5 kg
Összeszerelt méret	785 x 510 x 1265 mm
Nettó súly	22 kg
Bruttó súly	25 kg
Felhasználói testsúly	100 kg (max)
Pulzusz mérés	Markolati pulzus-érzékelő a kormányon
Ülés pozicionálás	Függőleges és vízszintes, manuális beállítás
Üzemeltetési hőmérséklet	5 - 32 ° C
Tápellátás	2 db 1,5 Vdc AAA típusú alkáli elem
Megfelelőségi szabvány	EN ISO 20957-1-5 (HC osztály)
Írányelvek	2001/95 / EK - 2014/30 / UE - 2011/65 / UE



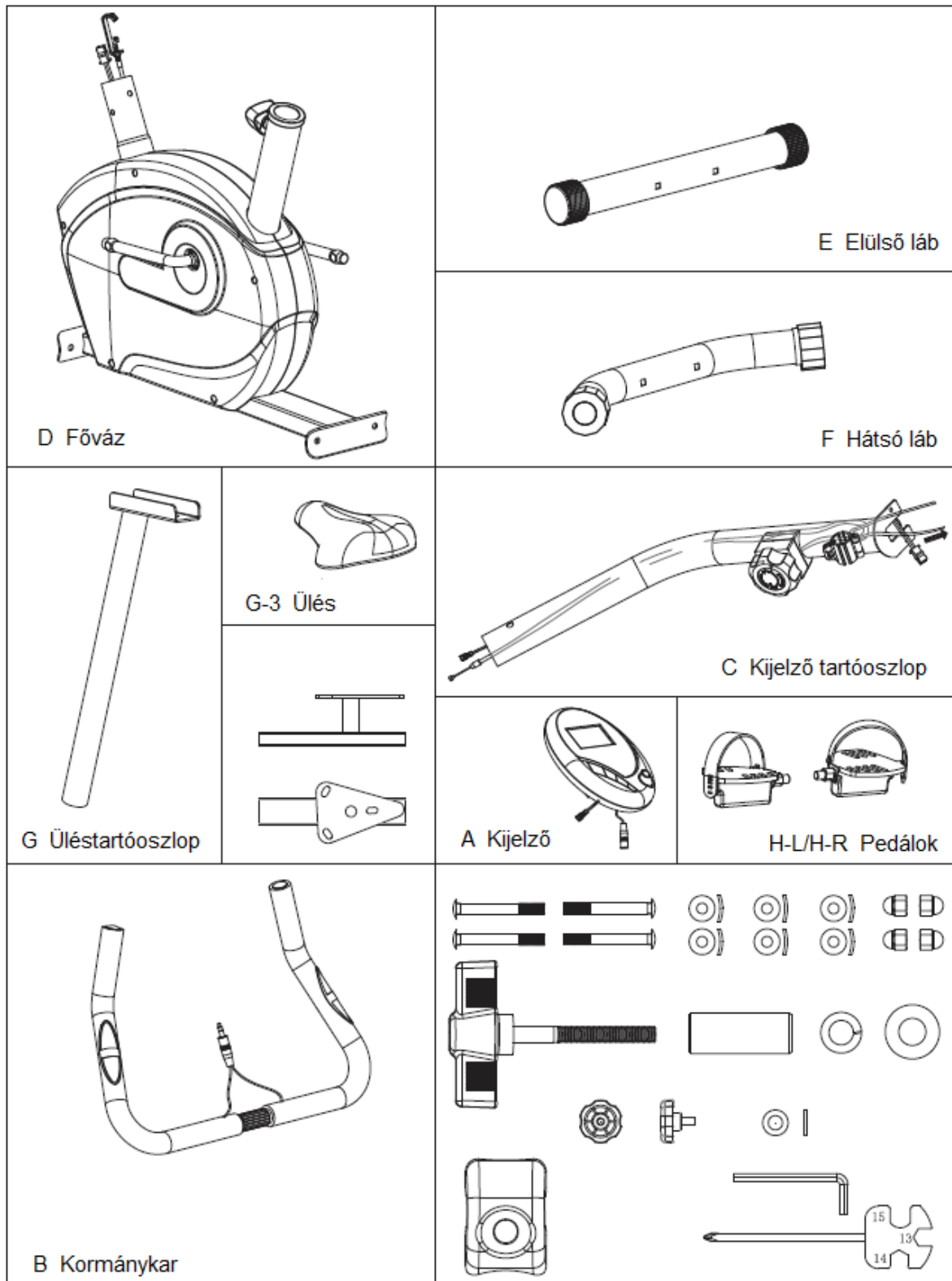
1. Termékazonosító tábla: főbb műszaki adatok és a sorozatszám látható.
2. Használati útmutató elolvasására vonatkozó kötelezettség szimbóluma, mielőtt bármilyen összeszerelési vagy karbantartási műveletet végezne a terméken.
3. Szimbólumok, amelyek azt jelzik, hogy a termék megfelel az elektromos és elektronikus berendezésekben található veszélyes anyagok kezelésére és ártalmatlanítására vonatkozó közösségi irányelveknek.

A termékazonosító táblát eltávolítani vagy megváltoztatni tilos, alkatrész igényléskor mindig fel kell tüntetni a termék típuskódját és a sorozatszámot.

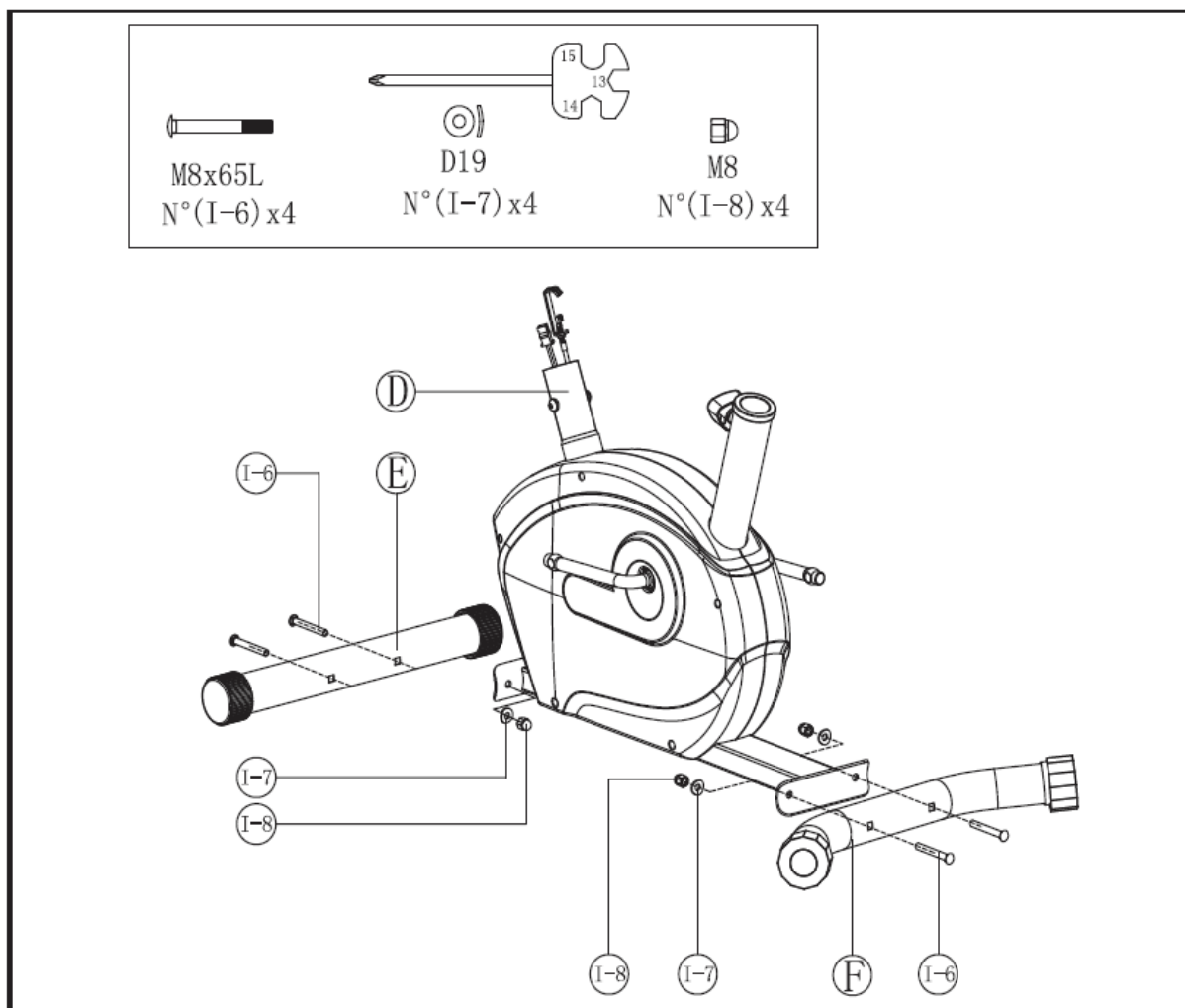
## ALKATRÉSZ AZANOSÍTÓ TÁBLÁZAT

Mielőtt hozzáfogna az összeszereléshez, előtte helyezze a berendezés tartozékait sima talajra. Távolítsa el a csomagolóanyagot.

Az összeszereléshez szükséges alkatrészkészlet egy csomagban van.



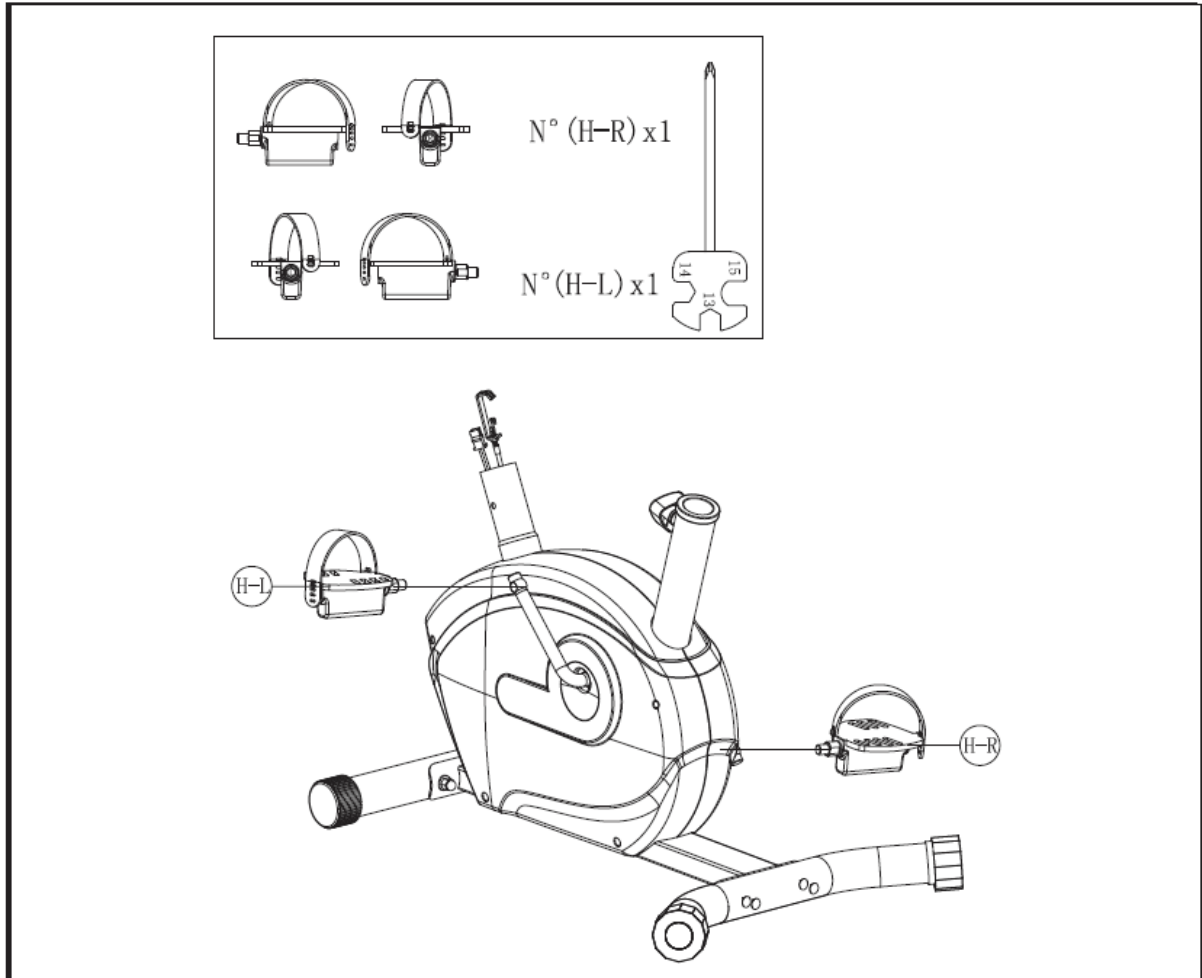
## ÖSSZESZERELÉS



### 1. LÉPÉS

#### Lábak felszerelése

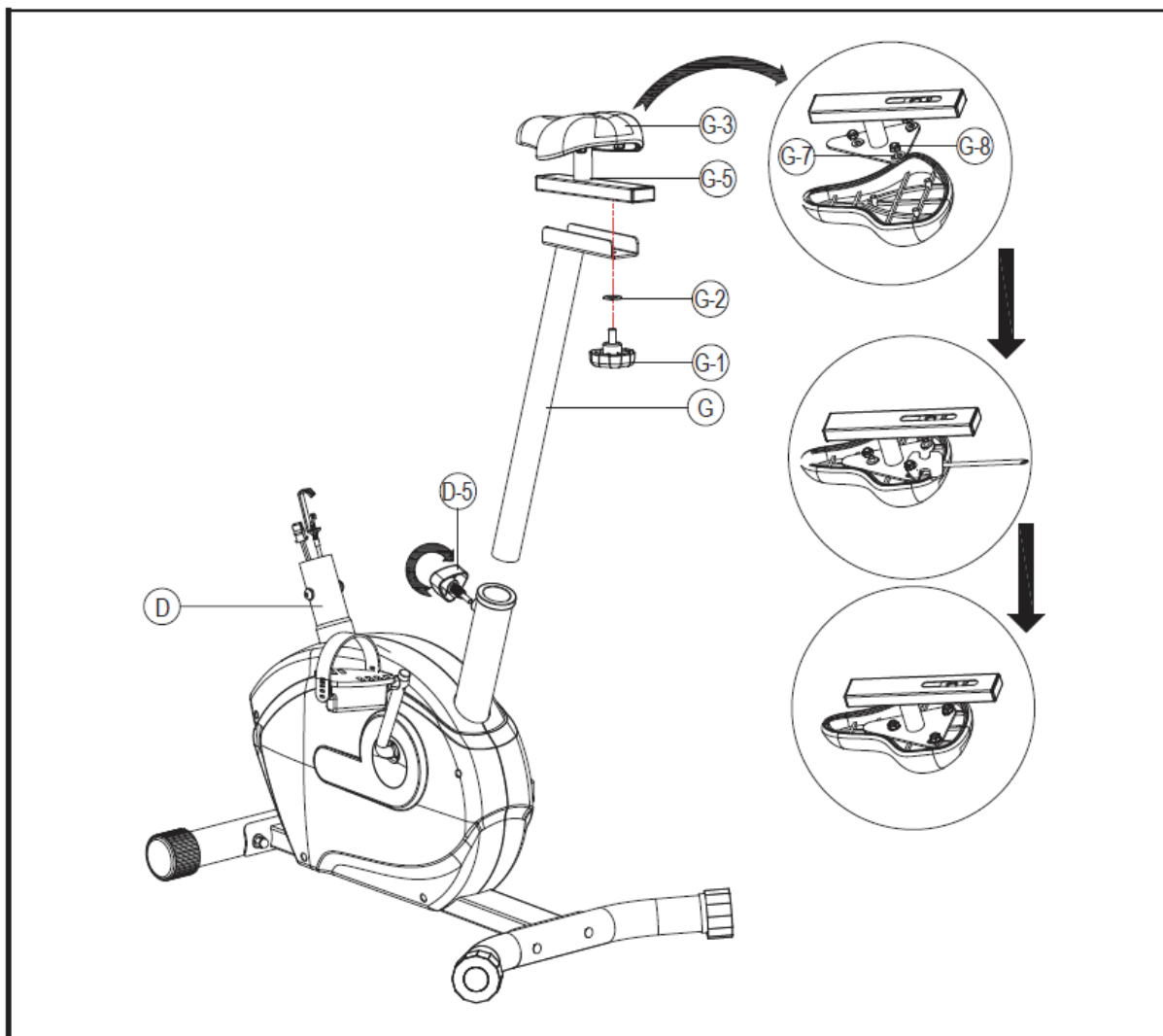
- Rögzítse az elülső lábat (E) a fővázhoz (1D) két I-6 [M8x65 mm] süllyesztett csavarral, két I-7 [Ø19 mm] hullám alátéttel és két I-8 [M8] zárt anyacsavarral, a rajzon jelzett módon.
- Rögzítse a hátsó lábat (F) a fővázhoz (D) két I-6 [M8x65 mm] süllyesztett csavarral, két I-7 [Ø19 mm] hullám alátéttel és két I-8 [M8] zárt anyacsavarral, a rajzon jelzett módon.



## 2. LÉPÉS

### Pedálok felszerelése

- Illessze a baloldali pedált (L) a baloldali hajtókarra (H-L), majd rögzítse a csavarkulccsal, *tekerje az óramutató járásával ellentétes irányba*. Majd szerelje fel a jobboldali pedált (R) a jobboldali hajtókarra (H-R), rögzítse a csavarkulccsal, *tekerje az óramutató járásával megegyező irányba*.



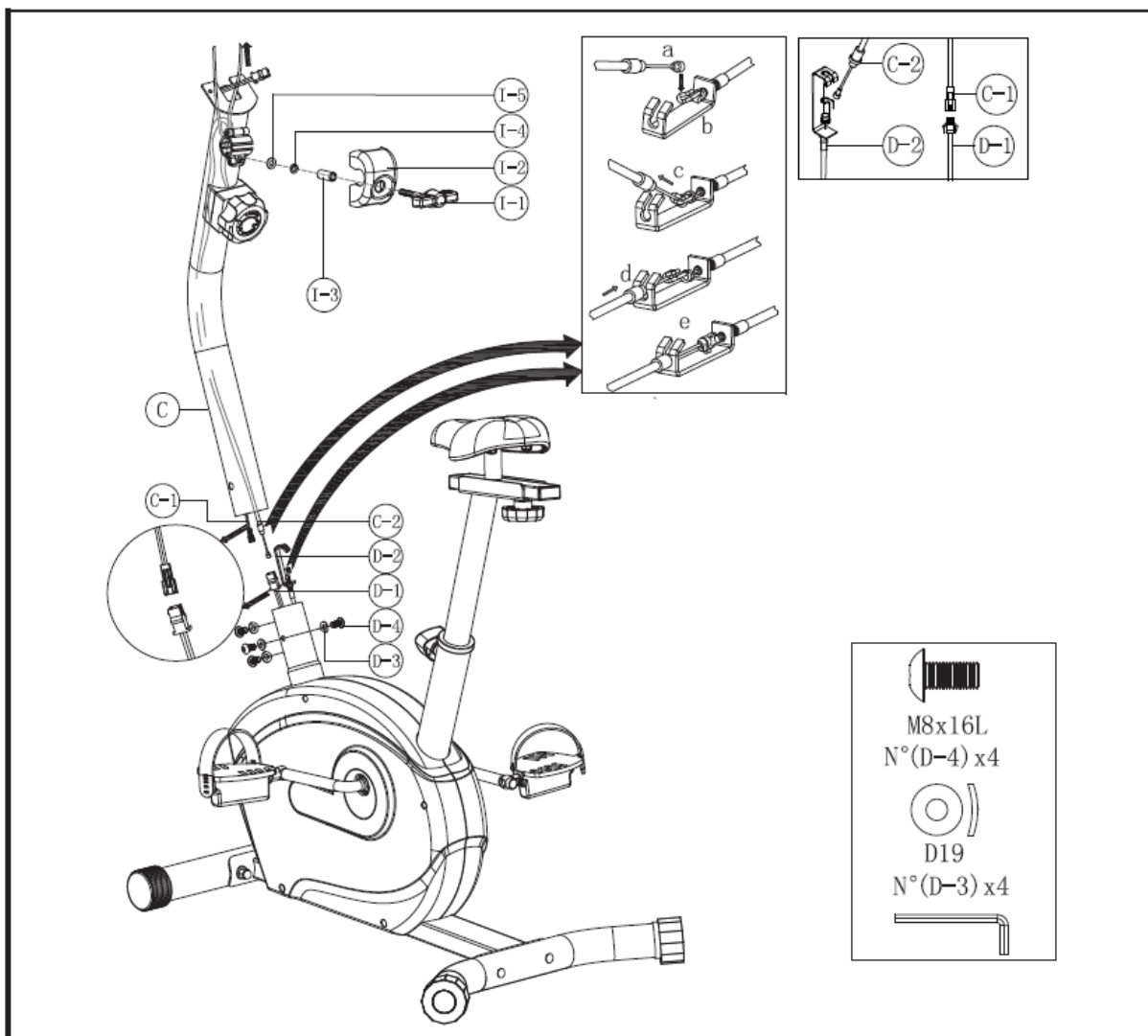
### 3. LÉPÉS

#### Ülés összeszerelése

- Rögzítse az ülés nyeret (G-3) az ülés csuszkához (G-5) három [M8] önzáró anyával (G-8) és három [Ø8 mm] lapos alátéttel (G-7).
- Helyezze az ülés csuszkát (G-5) az ülés tartóoszlop (G) felső végébe, majd rögzítse a beállító gombbal (G-1) és a hozzá tartozó lapos alátéttel (G-2), az ábrán jelzett módon.
- Illessze az üléstartóoszlopot (G) a fővázba (D), az ábrán jelzett módon.
- Mozgassa az üléstartóoszlopot (G) lefelé vagy felfelé, állítsa a kívánt magasságba, majd rögzítse az üléstartóoszlopot a rögzítő gombbal (D-5). Ügyeljen arra, hogy a rögzítő gomb az üléstartóoszlopon lévő furatok valamelyikében helyezkedjen, majd tekerje be szorosan a rögzítő gombot.

**Ellenőrizze, hogy a rögzítő gomb (D-5) a furatba van behelyezve és megfelelően szorosan van betekerve.**

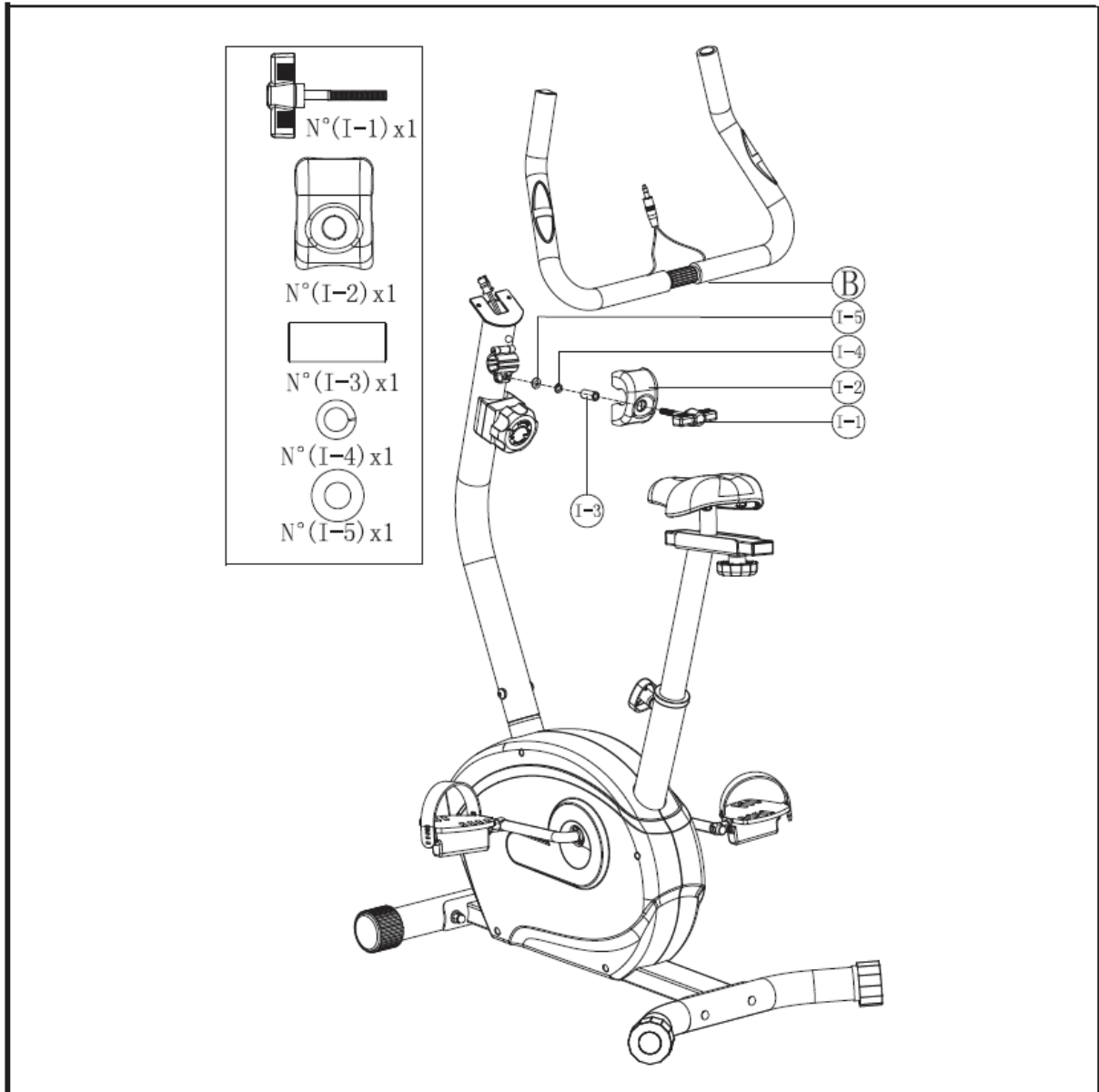




## 4. LÉPÉS

### Kormány tartóoszlop összeszerelése

- Illessze a tartóoszlopot (C) a fővázhoz közel az ábrán jelzett módon. Ügyeljen arra, hogy a terhelés-szabályozó gomb a belső oldalon legyen.
- Egy másik személy segítségével, amíg a tartóoszlopot a fővázhoz közel fogja, végezze el az alábbi csatlakoztatási műveleteket.
- Akassza a tartóoszlopban lévő terhelés-szabályozó acél drótot (C-2) a fővázban lévő csatlakozóba (D-2). Nézze a nyíllal jelzett rajzot és kövesse a rögzítés sorrendjét (a, b, c, d, e).
- Majd csatlakoztassa tartóoszlop sebességérzékelő vezetékét (C-1) a főváz sebességérzékelő vezetékével (D-1).
- Tolja be a kilógó vezeték részeket a tartóoszlopba, majd illessze a tartóoszlopot (C) a fővázra és rögzítse négy [M8x16 mm] csavarral (D-4), négy [Ø19 mm] ívelt alátéttel (D-3), az ábrán jelzett módon. **Figyelem: kerülje a vezetékek becsípődését!**

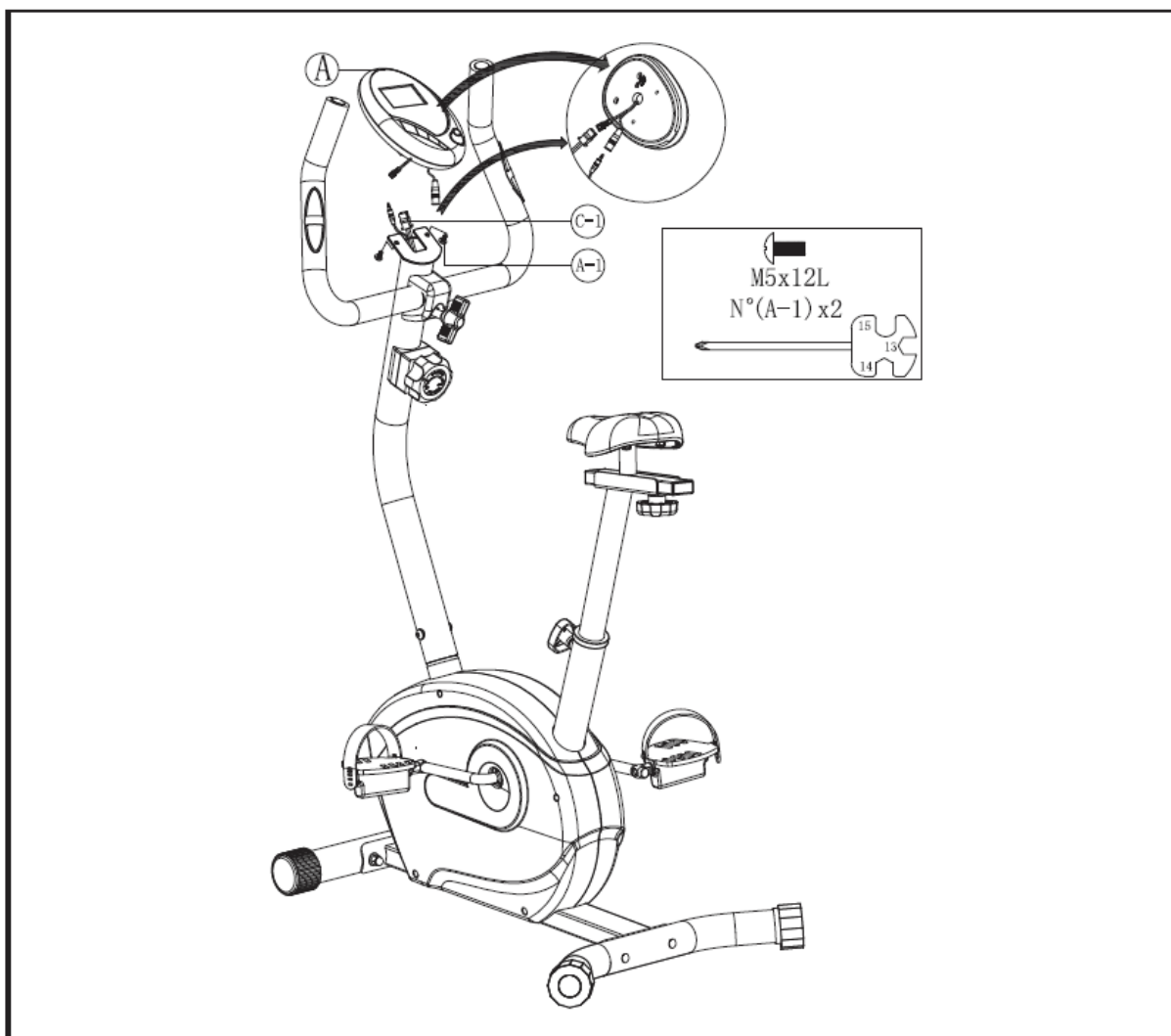


## 5. LÉPÉS

### Kormány összeszerelése

- Illessze a kormánykart (B) a tartóoszlop felső részén elhelyezett rögzítő bilincsbe. Ezután rögzítse a kormánykart rögzítő fogantyúval (I-1), kormánykar burkolattal (I-2), távtartóval (I-3), osztott alátéttel (I-4) és lapos alátéttel (I-5), az ábrán jelzett módon. *Figyelje a sorrendet.*

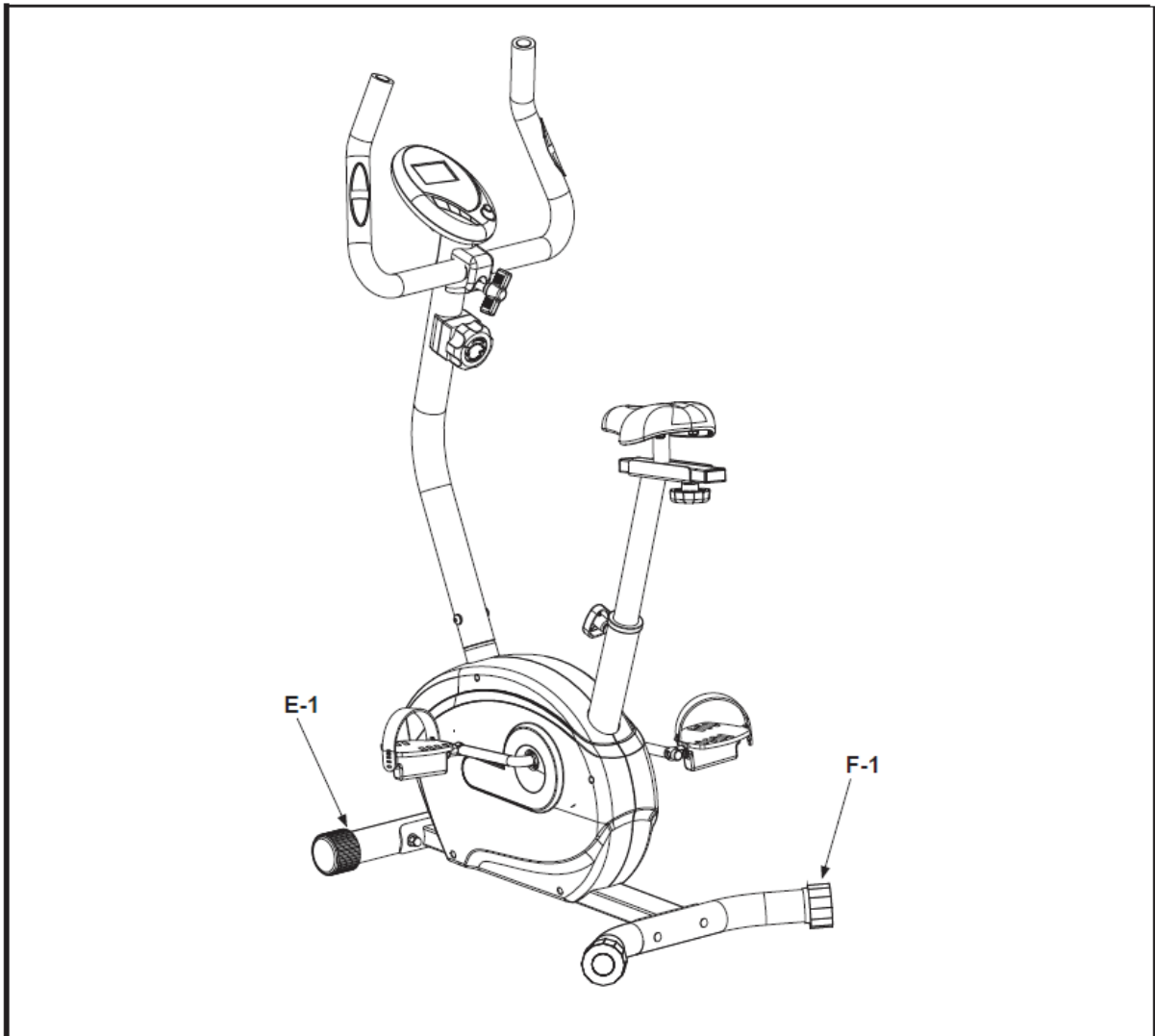
A kormánykar dőlésszögét állítsa a használó termetének megfelelően, majd biztosítsa a kormánykart a rögzítő fogantyúval (I-1).



## 6. LÉPÉS

### Kijelző összeszerelése

- Mielőtt hozzáfogna a kijelző (A) rögzítéséhez, előtte nézze meg a kijelző hátulján lévő rekeszben, hogy tartalmaz-e a kijelző működéséhez szükséges elemeket. Ellenőrizze, hogy az elemek megfelelően felvannak-e töltve, majd távolítsa el a szigetelőanyag minden csíkját az elemek érintkezőiről.
- Egy másik személy fogja meg a kijelzőt (A) a tartóoszlop felső részéhez közel. Csatlakoztassa a kijelző vezetékét a tartóoszlop vezetékéhez (sebességérzékelő és szívritmus-érzékelő).
- A kilógó vezetékreszeket tolja vissza a tartóoszlopba, majd rögzítse a kijelzőt (A) a tartóoszlop konzoljához két [M5x12 mm] csavarral (A-1).



### **Edzőkerékpár szintezése**

Ha használatkor az edzőgép kicsit billeg a padlón, addig forgassa a hátsó lábon lévő szintezőgombok egyikét (F-1), vagy esetleg mindkettőt, amíg a billegés meg nem szűnik.

### **Edzőkerékpár mozgatása**

Álljon az edzőkerékpár elé, majd döntse meg az edzőkerékpárt a kormánykaroknál fogva előre-lefelé mindaddig, amíg a kerékpár az első lábon elhelyezett kerekre (E-1) nem áll. Ezután mozgassa el az edzőkerékpárt a kívánt helyre, majd engedje vissza óvatosan a talajra. *Figyelem: az edzőkerékpáron elhelyezett kerek az edzőkerékpár kisebb elmozgatásaira alkalmas, helyiségen belül sík talajon.*

## EDZŐKERÉKPÁR HASZNÁLATA

Figyelem: *ne úgy üljön fel az edzőgépre, mint az utcai kerékpárra, hogy a lába az egyik pedálon és a teljes testsúlya erre a pedálra nehezedik, mert ez károsíthatja az edzőgép pedálját.*

Az edzőkerékpár ülését a használóhoz kell igazítani. Amikor felül az edzőkerékpárra és tesz néhány fordulatot a pedálokkal, figyelje meg, hogy megfelelő az ülés magassága. Pedálfordulatoknál, amikor az egyik lába az alsó pedálon van, a térdnek enyhén hajlítva kell lennie. Ha túl egyenes, vagy túl hajlított a lába, akkor az ülés magasságán állítani kell.

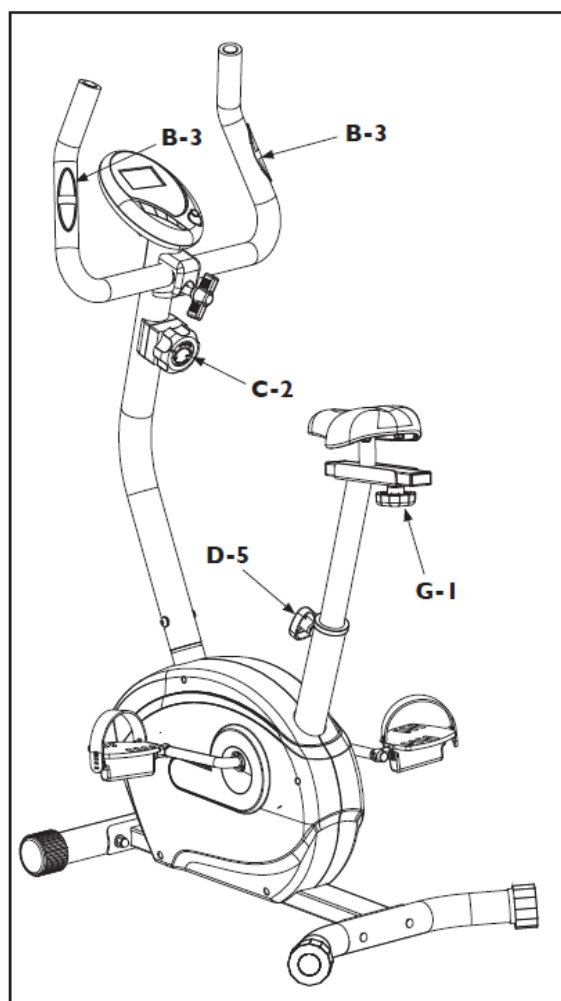
A nyereg függőleges helyzetének beállításához egyik kezével lazítsa meg a D-5 gombot; majd a másik kezével emelje fel vagy engedje le (a felhasználó magasságától függően) az üléstartóoszlopot, ezután a legmegfelelőbb furatba helyezve a rögzítő gombot (D-5) tekerje vissza szorosan. **Használatbavétel előtt ellenőrizze, hogy a rögzítő gomb (D-5) megfelelően a furatba van behelyezve és megfelelően szorosan van betekerve.**

A nyereg vízszintes helyzetének beállításához (a kormány és a nyereg távolsága) lazítsa meg az ülés alján lévő rögzítő gombot (G-1) az óramutató járásával ellentétes irányba forgatva; Csúsztassa el az ülést a kívánt pozícióba és az óramutató járásával megegyező irányba tekerje vissza a rögzítő gombot (G-1).

Üljön fel az edzőkerékpárra és fogja meg a kormánykarokat: karok enyhén hajlítva, háta egyenes, a törzse enyhén előre döntve. Lábak a pedálokon, rögzítve a pedálpántokkal.

Miután komfortosan elhelyezkedett az edzőkerékpáron, kezdje meg edzését. A C-2 gombbal tudja az edzés intenzitás szintjét (pedálok ellenállás fokozata) menet közben erőszintjének megfelelően változtatni.

Edzése során ellenőrizheti pulzusát a kormánykaron elhelyezett markolati pulzusérzékelők (B-3) segítségével. **Ha a markolati pulzusérzékelőn lévő fémérintkezőkön átlátszó műanyag fólia van, távolítsa el azokat. Ezenfelül, ügyeljen arra is, hogy keze tiszta legyen.** Ezután úgy fogja meg a markolati pulzusérzékelőket, hogy tenyere a fémérintkezőkön legyen. **Ne mozgassa a kezét, de ne is fogja túl szorosan az érintkezőket.**



## KIJELZŐ ÉS GOMB FUNKCIÓK

Az edzőkerékpár tartalmaz egy folyadékkristályos kijelzőt, mely az alábbi adatokat jeleníti meg:

**SCAN** – a kijelzőn megjelenő adatok (sebesség, idő, távolság, pulzus) automatikusan egymásután jelennek meg.

**TIME** - mutatja a program indításától eltelt időt.

**SPEED** - az aktuális sebesség értékét mutatja (km/h).

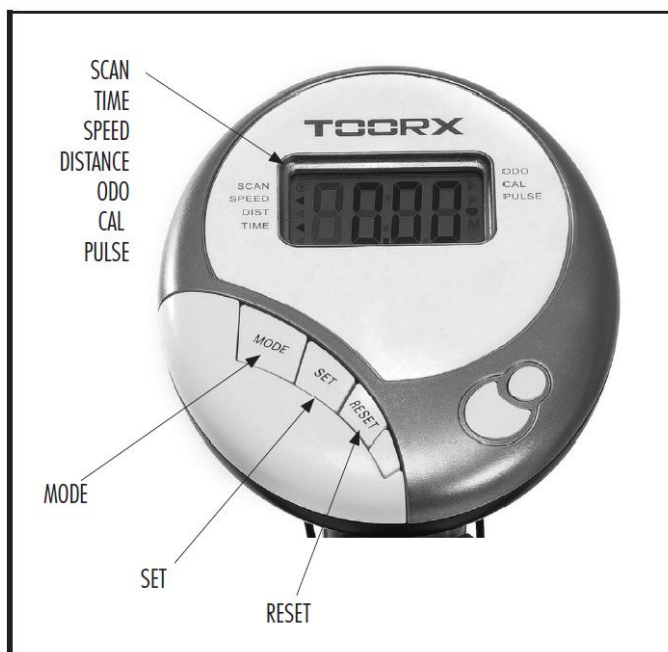
**DISTANCE** – mutatja az edzésprogram indításától megtett távolságot.

**ODO** – a legutolsó elemcsere óta megtett összesített távolságot jeleníti meg.

**CAL** - mutatja az elégetett kalóriák számát (kcal). (\*)

**PULSE** - mutatja a pulzusértéket, ütem/perc (bpm) mérve (\*), ha fogja a markolati pulzusérzékelőket.

(\*) - Jelzi a kijelzőn megjelenített hozzávetőleges értékeket, melyek az edzésprogram aktuális változásaira vonatkoznak, és nem számítanak orvosi adatoknak.



### MODE gomb

- Mielőtt megkezdene edzését, nyomja meg a MODE gombot, hogy kiválassza a kívánt kitűzött cél egyikét: idő, távolság vagy kalória.
- Miközben edz a MODE gomb ismételt megnyomásával tudja kiválasztani, hogy mely adat jelenítődjön meg a kijelzőn. A SCAN megjelenítési üzemmód esetén az adatok egymás után automatikusan jelenítődnek meg a kijelzőn.
- A SET gombbal bevitt adatok megerősítéséhez nyomja meg a MODE gombot.

### SET gomb

- a MODE gombbal kiválasztott célkitűzéséhez (idő, távolság vagy kalória) a SET gombbal tudja megadni a kívánt adatokat, majd a megerősítéshez nyomja meg a MODE gombot.
- az adatbevitelhez nyomja meg a SET gombot. A gomb megnyomásával az adatok egy egységgel módosulnak. A gomb folyamatos lenyomva tartásával az adatok több egységgel módosulnak.

### RESET gomb

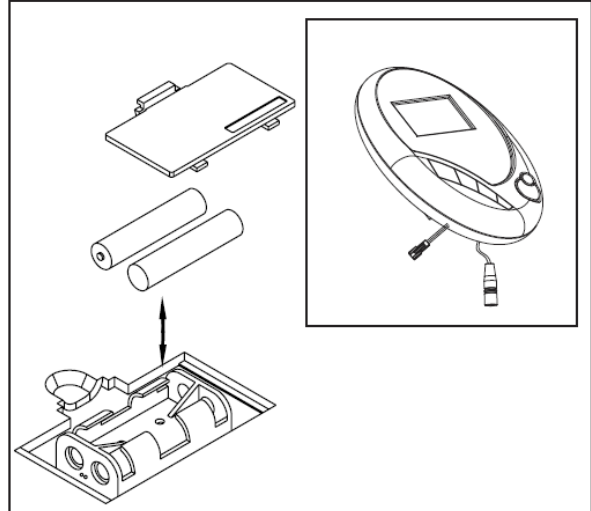
- RESET gomb megnyomásával tudja törölni a bevitt adatokat az adatbeviteli üzemmódban.
- Ha két másodpercnél hosszabb ideig lenyomva tartja a RESET gombot, a memóriában lévő összes adat visszaáll alaphelyzetbe, kivéve a kilométer-számlálót.

Edzéskor a kormánykar alatt, a tartóoszlop felső részén elhelyezett szabályozógombbal tudja a pedálok ellenállás szintjét (8 fokozat) módosítani.

A kijelző bekapcsolásához nyomja le bármelyik gombot a konzolon vagy kezdje el a pedálozást. Ha a pedálok nyolc percig nem mozdulnak és a gombokat sem nyomják le, a kijelző automatikusan kikapcsol.

## AKKUMULÁTOR CSERÉJE

- Mielőtt behelyezné az elemeket (AAA típus), előtte nézze meg a rekesz belsejében a rajzot és ellenőrizze a polaritást.
- Amikor a kijelzőn az adatok egyre lassabban jelennek meg, illetve halványodik a megjelenítés, akkor ideje az elemeket cserélni (AAA típus). **FIGYELEM: kizárólag új elemet használjon az edzőgéphez. NE használjon eltérő töltöttségű, illetve eltérő gyártmányú elemeket az edzőgéphez, továbbá NE kísérelje meg újratölteni az elemet, mert károsíthatja az edzőgép elektromos részeit.** Megjegyzés: ne dobja a használt, lemerült elemeket a háztartási kukába. Gondoskodjon az elemek gyűjtéséről és azok elhelyezéséről a megfelelő gyűjtőkben.



## EDZŐKERÉKPÁR KARBANTARTÁSA

Rendszeresen takarítsa le és tartsa tisztán, szárazon az edzőgépet. A rendszeres tisztítás nagymértékben meghosszabbítja a berendezés élettartamát.

**FIGYELEM:** Edzéskor a fokozott izzadás (szerves sók folyadék) károsíthatja az edzőgép elektromos és fém részeit. Minden edzést követően, a verejtékmaradvány eltávolításához használjon enyhe mosószert, puha, nem karcoló rongyot. **FONTOS: Ne permetezzen semmilyen folyadékot közvetlenül az edzőgépre. A kijelző károsodásának elkerülése végett, tartson távol mindennemű folyadékot a kijelzőtől.** Végül, törölje szárazra az edzőgépet puha törlővel.

## ÚJRAHASZNOSÍTÁSI INFORMÁCIÓK

**Ezt az elektromos terméket tilos a lakossági hulladékba dobni! A törvény előírja, hogy a terméket újra kell hasznosítani élettartamának lejártja után, a környezet védelme érdekében.**

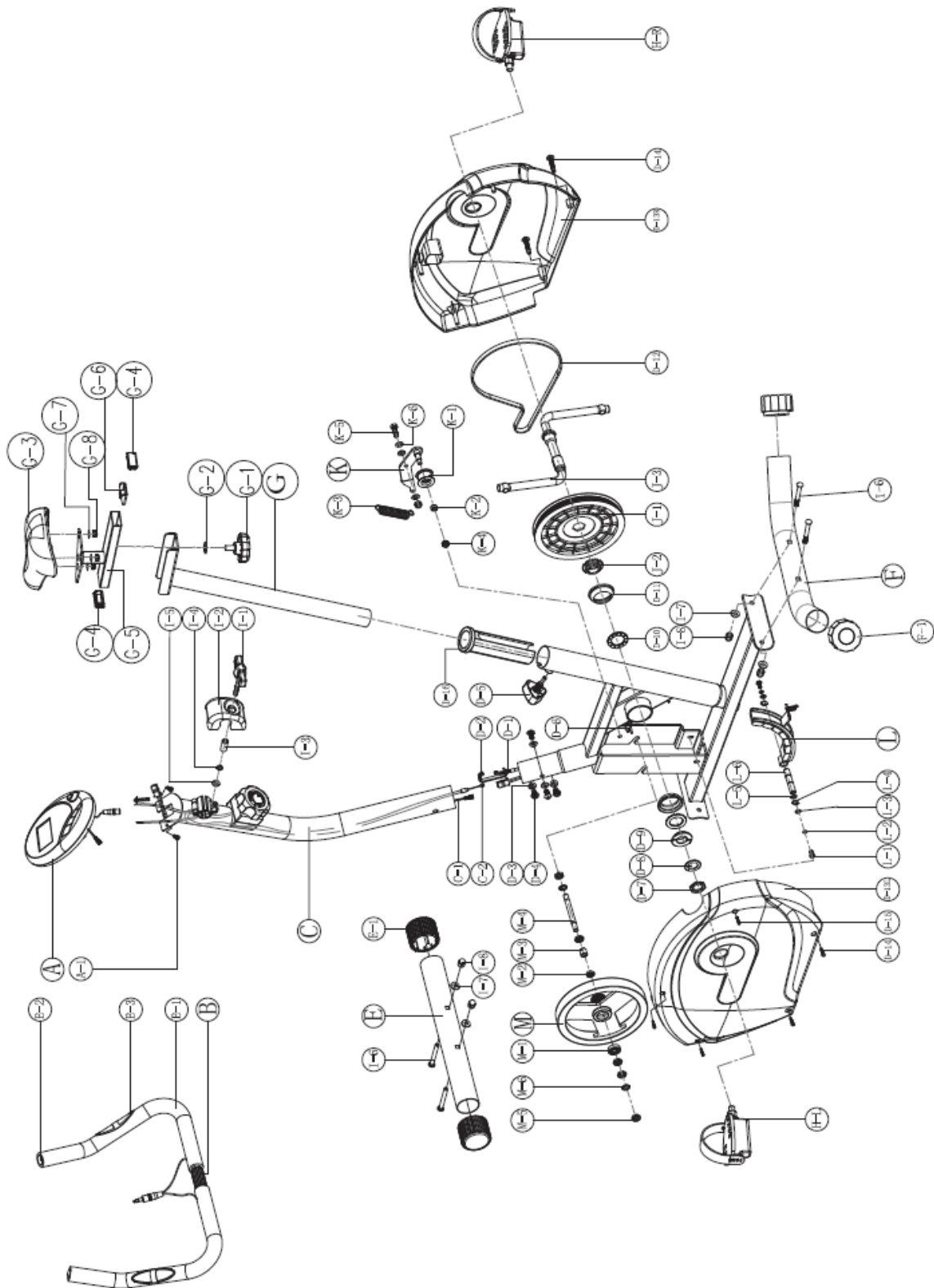
Kérjük, használja az elektromos hulladékok gyűjtésére kijelölt újrahasznosító létesítményeket! Az ilyen létesítmények használatával segíti természeti értékeink megőrzését és a környezet védelmére vonatkozó európai szabványok javítását. Az ártalmatlanítás biztonságos és szakszerű módszereivel kapcsolatos további információkért kérjük, forduljon a helyi önkormányzathoz.





## ROBBANTOTT ÁBRA

BRX 35





**TGORX**  
FITNESS IN MOTION

Forgalmazó:



[www.fittsport.com](http://www.fittsport.com)