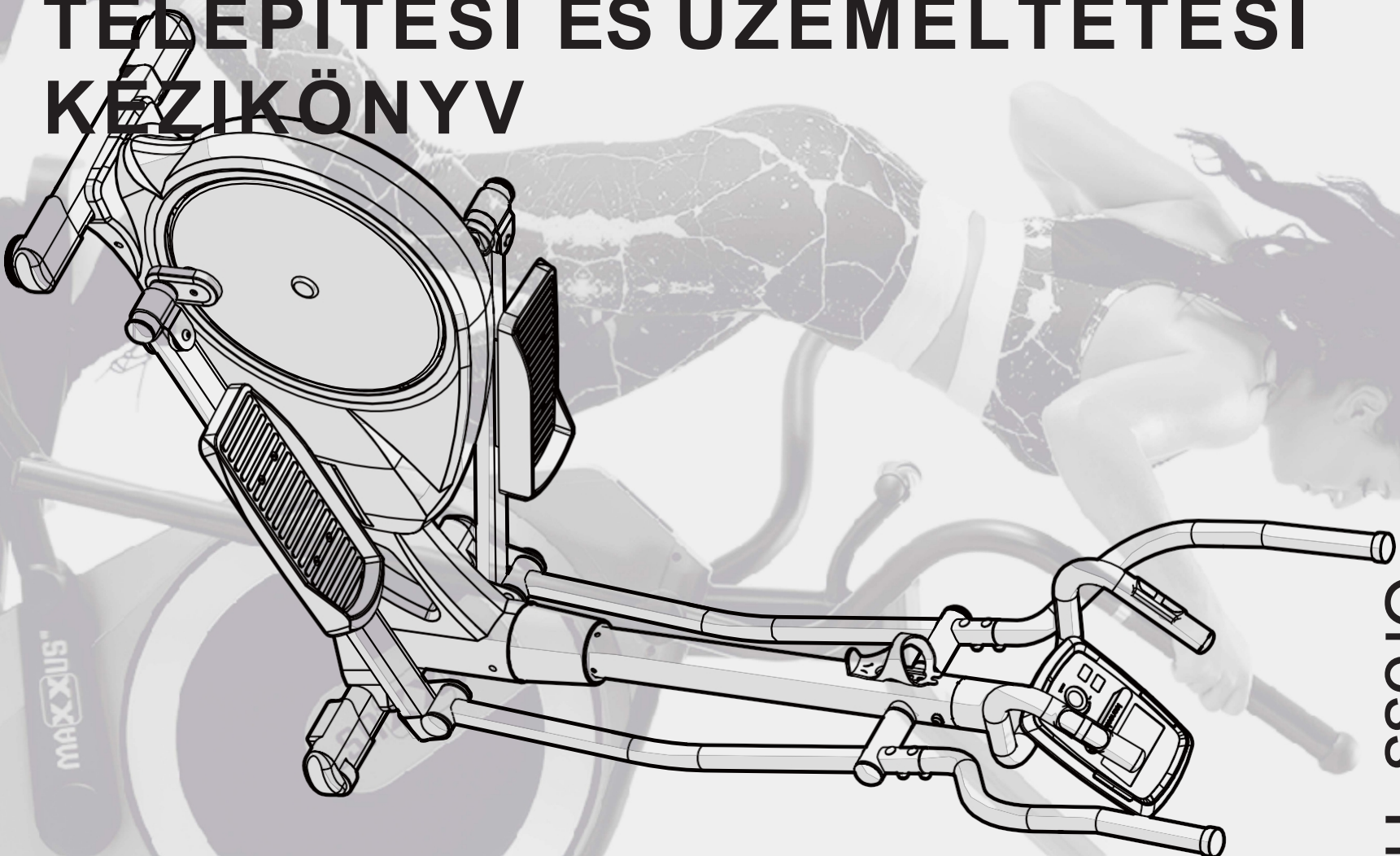


TELEPÍTÉSI ÉS ÜZEMELTETÉSI KEZIKÖNYV



Cross-Trainer

CX 3.0

MAXXUS

Index

Index	2
Biztonsági utasítások	3
A készülék általános nézete	4
Szállítási terjedelem	4
Összeszerelés	5 - 9
Padló kiegyenlítése	10
Biztonsági távolság	10
Szállítás	10
Helyszín és tárolás	10
Ápolás és tisztítás	11
Hálózati csatlakozás	11
Cockpit	12 - 19
Pulzus és szívritmus	20 - 21
Képzési ajánlások	22 - 23
Műszaki részletek	24
Eltávolítás	24
Robbanási rajz	25
Pótalkatrészek listája	26 - 27
GYIK	28
Ajánlott tartozékok	28
Garancia	29
Szolgáltatási szerződés	30

© 2019 MAXXUS Group GmbH & Co. KG

Minden jog fenntartva / All rights reserved

Ez a kiadvány nem reprodukálható, nem tárolható lekérdező rendszerben és nem továbbítható részben vagy egészben, semmilyen formában vagy bármilyen módon, elektronikus, mechanikus, fénymásoló, rögzítő vagy más módon a Maxxus Group GmbH & Co. előzetes írásbeli engedélye nélkül. KG ENGEDÉLYE NÉLKÜL.

A hibák, a szín és a technikai módosítások változhatnak, sokszorosítás és elektronikus sokszorosítás csak a MAXX- US Group GmbH & Co. írásos engedélyével lehetséges. KG ENGEDÉLYÉVEL.

Mielőtt elkezdené az edzést, feltétlenül olvassa el a teljes használati útmutatót, különösen a biztonsági, a karbantartási és tisztítási, valamint a képzési információkat. Gondoskodjon arról is, hogy mindenki, aki ezt az edzőkészüléket használja, szintén megismerje és betartsa ezeket az információkat.

Ügyeljen arra, hogy gondosan kövesse a jelen kézikönyvben található karbantartási és biztonsági utasításokat.

Ez az oktatóeszköz csak a meghatározott célra használható. A nem rendeltetésszerű használat balesetveszélyt, egészségkárosodást vagy az edzőkészülék károsodása. A forgalmazó semmilyen felelősséget nem vállal a nem rendeltetésszerű használatból eredő sérülésekért vagy károkért.

Tápcsatlakozás (csak külső elektromos csatlakozással rendelkező eszközökre vonatkozik)

A készülék működéséhez 220-230 V hálózati feszültség szükséges.

- Az edzőgépet csak szakszerűen telepített, földelt, 16 A-s, biztosítékkal ellátott, egyszemélyes konnektorhoz szabad csatlakoztatni a mellékelt hálózati kábellel.
- Az edzőkészüléket csak a be- és kikapcsoló kapcsolóval lehet be- és kikapcsolni.
- Az edzőgép mozgásakor mindig húzza ki a hálózati csatlakozót a konnektorból.
- Mielőtt bármilyen tisztítási, karbantartási vagy egyéb munkát végez, mindig húzza ki a hálózati csatlakozót a konnektorból.
- A hálózati csatlakozó csatlakoztatásakor ne használjon konnektorcsíkokat vagy kábeltekercecseket.
- Ha hosszabbító kábelre van szükség, akkor annak meg kell felelnie a DIN-szabványoknak, a VDE-előírásoknak és -irányelveknek, valamint az Európai Unió más tagállamai vagy az Európai Gazdasági Térségről szóló megállapodásban részes más államok által kiadott műszaki szabályoknak.
- A tápkábelt mindig úgy fektesse le, hogy az ne sérülhessen meg és ne jelentsen botlásveszélyt.
- Működési vagy készenléti üzemmódban az olyan elektromos eszközök, mint a mobiltelefonok, számítógépek, televíziók (LCD, plazma, képsóves stb.), játékkonzolok stb. elektromágneses sugárzást bocsátanak ki. Ezért az ilyen típusú készülékeket távol kell tartani az edzőkészüléktől, mivel ezek hibás működéshez, zavarokhoz vagy a pulzusmérés során megjelenő hamis kimenetekhez vezethetnek.

Képzési környezet

- Válasszon megfelelő helyet az edzőkészülék számára, hogy optimális mennyiségű szabad helyet és a legmagasabb szintű biztonságot biztosítsa. Az eszköz előtt és mögött legalább 100 cm szabad helyet kell hagynia, és az edzőeszköz mindkét oldalán legalább 100 cm-t.
- Biztosítsa a jó szellőzést és az optimális oxigénellátást a testmozgás során. Kerülje a huzatot.
- Az edzőkészülék nem alkalmas kültéri használatra, ezért tárolása és edzése csak mérsékelt hőmérsékletű, tiszta, száraz helyiségben lehetséges.
- Ne üzemeltesse vagy tárolja az edzőkészüléket nedves helyiségekben, például uszodában, szaunában stb.
- Győződjön meg arról, hogy az edzőkészülék mindig egy sík, tiszta felületre van felszerelve. A talaj egyenetlenségeit el kell távolítani vagy ki kell egyenlíteni.
- A kényes padlók, például fa, lamella, csempe stb. védelme és a sérülésektől, például karcolásoktól való megóvása érdekében ajánlott a készülék alá állandóan padlóvédőt (szőnyegdarab, szőnyegszőnyeg stb.) helyezni. Győződjön meg róla, hogy a párna biztosítva van a csúszás ellen.
- Ne helyezze a készüléket világos vagy fehér szőnyegre, mert a készülék lábai nyomokat hagyhatnak.
- Győződjön meg arról, hogy az edzőkészülék, beleértve a tápkábelt is, nem érintkezik forró tárgyakkal, és elegendő biztonsági távolságot tart minden hőforrástól, például radiátoroktól, kályháktól, nyitott kandallóktól stb.

ENG

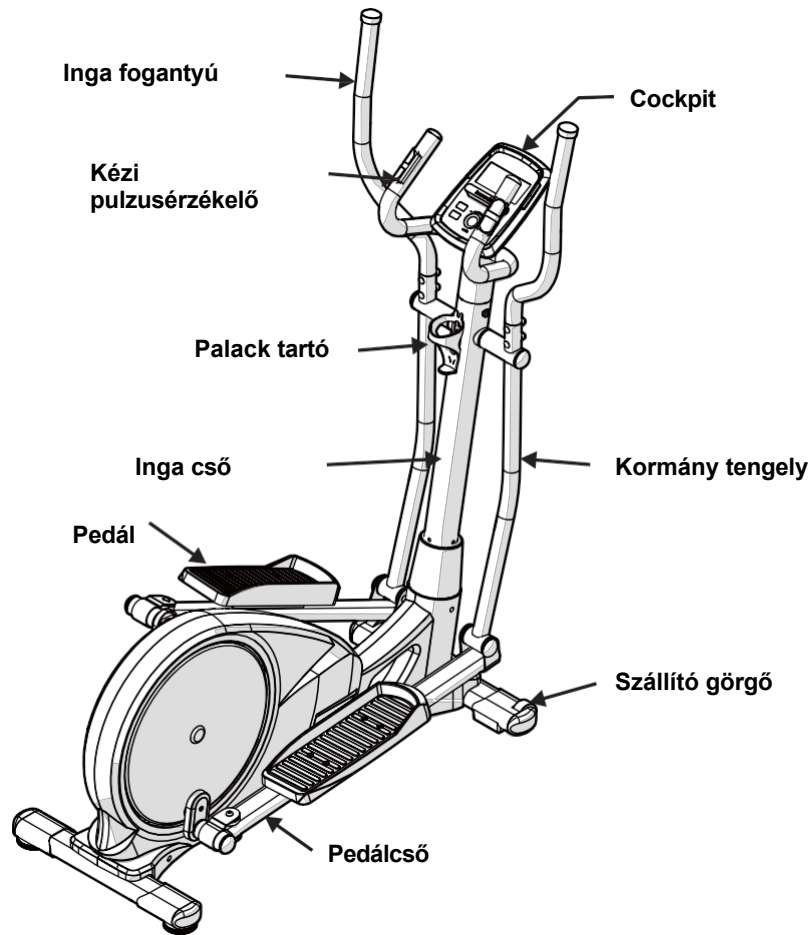
Személyi biztonsági utasítások a képzéshez

- Vegye ki az elemeket vagy a hálózati kábelt (ha van), amikor a tréningeszköz nincs használatban, hogy elkerülje a nem megfelelő vagy ellenőrizetlen használatot harmadik személyek, pl. gyermekek által.
- Az első edzés előtt érdemes az orvossal egy egészségügyi vizsgálatot végeztetni.
- Ha bármilyen fizikai kellemetlenséget érez, vagy légzési problémákat tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést. - Az edzéseket mindig könnyű terheléssel kezdje, és az edzés során egyenletesen és óvatosan növelje azt. Az edzés vége felé csökkentse a terhelést.
- Ügyeljen arra, hogy edzés közben megfelelő sportruházatot és sportcipőt viseljen. Vegye figyelembe, hogy a laza ruházat edzés közben beakadhat a futósíjba vagy a görgőkbe.
- Az edzőkészüléket egyszerre csak egy személy használhatja.
- Minden edzés előtt ellenőrizze, hogy a készülék tökéletes állapotban van-e. Soha ne használja az edzőgépet, ha az bármilyen hibával vagy hiányossággal rendelkezik.
- Önálló javítási munkák csak a szervizosztályunk beleegyezése és jóváhagyása után végezhetők. Kizárólag eredeti pótalkatrészek használhatók.
- Az edzőkészüléket minden használat után meg kell tisztítani. Különösen távolítsa el a test izzadtsága vagy más folyadékok által okozott maradványokat.
- Mindig ügyeljen arra, hogy folyadékok (italok, testizzadság stb.) soha ne kerüljenek a rezgőlemezbe, illetve ne hatoljanak be a pilótafülkébe, mivel ez korrózióhoz és a mechanikus és elektronikus alkatrészek károsodásához vezet.
- Az edzőkészülék nem alkalmas gyermekek általi használatra.
- Az edzés során harmadik személyeknek - különösen a gyermekeknek és az állatoknak - megfelelő biztonsági zónát kell biztosítani.
- Minden edzés előtt ellenőrizze, hogy nincsenek-e tárgyak az edzőkészülék alatt, és távolítsa el azokat. Soha ne gyakoroljon az edzőkészülékkel, ha tárgyak vannak alatta.
- Mindig győződjön meg arról, hogy az edzőgépet a gyerekek nem használják vissza játékként vagy mászóeszközként.
- Ügyeljen arra, hogy Ön és harmadik személyek soha ne hozzák testrészeit a mozgó mechanizmusok közelébe.

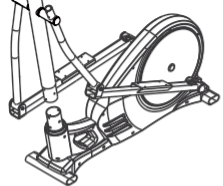

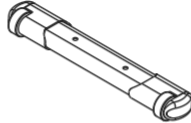
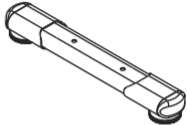
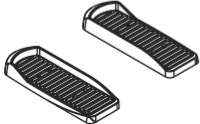

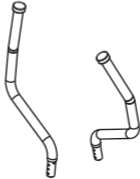




Ennek az oktatóeszköznek a felépítése a legmodernebb technológián és a legmagasabb modern műszaki biztonsági szabványokon alapul.

Ezt az oktatóeszközt csak felnőttek használhatják! Az extrém helytelen használat és/vagy a nem tervezett edzés egészségkárosodást okozhat!

A készülék általános nézete




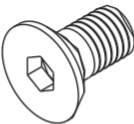
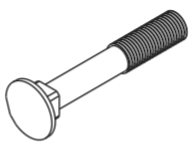

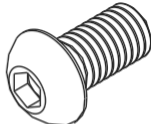

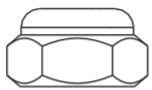
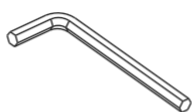
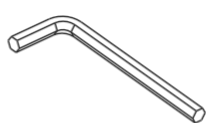
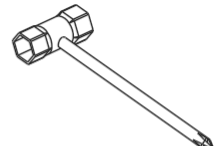
Szállítási terjedelem

			
A01 Alapkeret	A09 Rögzített kormány	A07 Állvány, elől	A08 Állvány hátul
			
C03/C12 Pedálok, L/R	Cockpit	A12/A13 Inga fogantyúk, L/R C24	palacktartó
			
C27/C06 Kormány tengelyburkolat / gumitömítés	C17 anyasapka 4 db.	Hálózati adapter 9V	

Óvatosan csomagolja ki a szállított tárgyakat. Két emberre van szükség, mivel az edzőkészülék egyes részei terjedelmesek és nehezek.

Ellenőrizze, hogy minden rögzítőanyag (csavarok, anyák stb.) és az alkatrészek hiánytalanok-e. Minden egyes összeszerelési lépést nagyon gondosan végezzen el, mivel az összeszerelési hibák miatt keletkezett károokra vagy hibákra a garancia semmilyen körülmények között nem terjed ki. Az összeszerelés előtt olvassa el figyelmesen az útmutatót, pontosan kövesse az összeszerelési lépések sorrendjét, és tartsa be az egyes lépésekhez tartozó utasításokat. Az összeszerelés során fordítson nagy figyelmet a személyes biztonságára. A nehéz vagy terjedelmes alkatrészek emelésénél viseljen megfelelő munkakesztyűt, és kérjen segítséget egy második személytől.

Az oktatóeszköz összeszerelését hozzáértő felnőtteknek kell elvégezniük. Az összeszerelést olyan helyen végezze el, amely a munkavégzés során vízszintes, tiszta és akadálymentes. A helyes összeszereléshez két emberre van szükség. Csak akkor kezdje meg a kiképzést, ha a kiképzőkészüléket teljesen összeszerelték.

				
B01 (1) Görbe alátét M8x20 6 db.	B05 (2) Allen Bolt M6x12 8 db.	B04 (3) Bolt edző M8x50 4 db.	B30 (4) Görbe alátét M8x20 4 db.	B02 (5) Allen Bolt M8x15 6 db.
				
B23 (6) Tavaszi alátét M8 6 db.	B19 (7) M8- as any 4 db.	(8) Inbuszku lcs M4 1 db.	(9) Inbuszku lcs M5 1 db.	(10) Kombiszer szám 1 db.

ENG

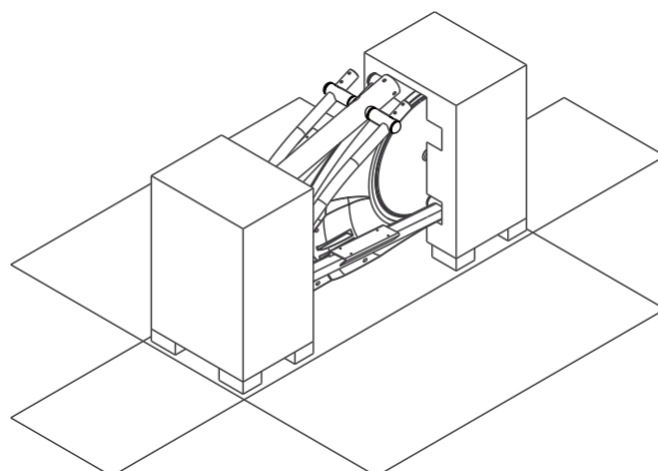
A mellékelt szerszámokat kiegészítheti vagy helyettesítheti saját szerszámaival. Győződjön meg arról, hogy minden szerszám pontosan illeszkedik.

1. lépés: A kormányoszlop összeszerelése

A cross-tréner kicsomagolásához és összeszereléséhez helyezze a kartont egy 2 x 2,5 méteres szabad területre.

Nyissa ki a kartont, és hajtsa le az oldalpaneleket az ábrán látható módon úgy, hogy azok laposan a padlóra essenek. Távolítsa el az összes csomagolt alkatrészek és tartozékok, kivéve az alapkeretet.

A cross-tréner összeszerelés közbeni sérülésektől való megóvása érdekében mindig csak az ábrákon feltüntetett mértékben távolítsa el a hungarocell csomagolást.

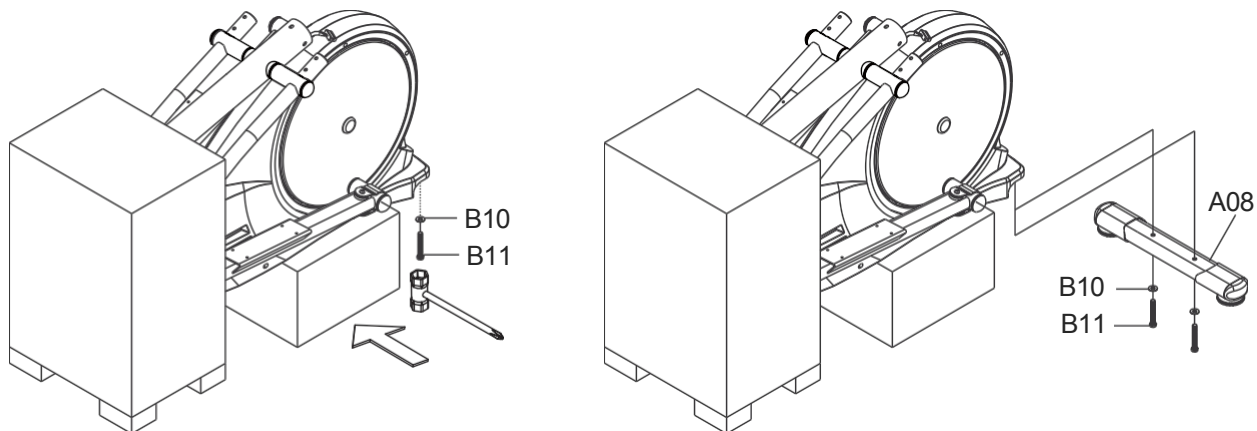


2. lépés:

Távolítsa el a hátul lévő nagy polisztirol csomagoltömböt, és emelje fel a cross-trainer hátsó végét olyan messzire, hogy a tömböt alátámasztásként alá tudja tolni.

Lazítsa meg és távolítsa el a két 3/8"-os hatlapú csavart (B11) és a két 3/8"-os alátétet (B10), amelyek a szállítási zárat rögzítik a cross-tréner hátsó tartójához. Most távolítsa el a szállítási zárat.

Rögzítse a hátsó állványt (A08) az állítható lábakkal az alapkeret hátsó rögzítéséhez a két 3/8"-os hatlapú csavar (B11) és a két 3/8"-os alátét (B10) segítségével.



3.1. lépés:

Ehhez a lépéshez két emberre van szükség.

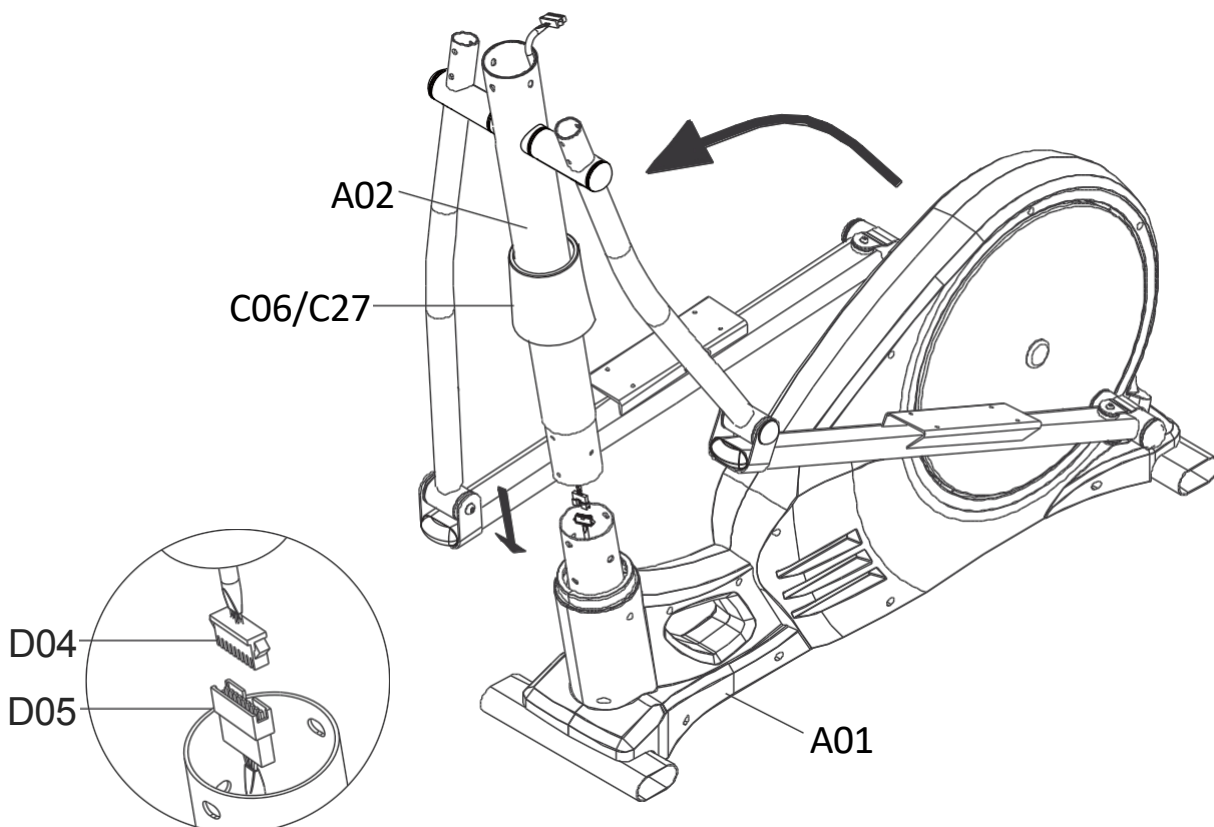
Távolítsa el a 2. lépésben támasztékként használt polisztiroltömböt, és most távolítsa el a nagy polisztirol csomagoltömböt is az edző elülső részéből.

Ezután az egyik személy eléggé megemeli a kormányszárat (A02) ahhoz, hogy a második személy a kormányzár fedelét (C06) a gumitömítéssel (C27) alulról a kormányzárba tolhassa. Figyeljen a kormányzárfedél (C06) helyes beállítására.

Most csatlakoztassa a kormányzár (A02) alsó részéből kiálló kábelt (D04) a kormányzár rögzítéséből az alapkereten (A01) kiálló kábellel (D05).

Csúsztassa a kormányszárat (A02) az alapkeret tartójába.

⚠ FIGYELMEZTETÉS: Ügyeljen arra, hogy ne csípje be és ne sértse meg a kábelt.



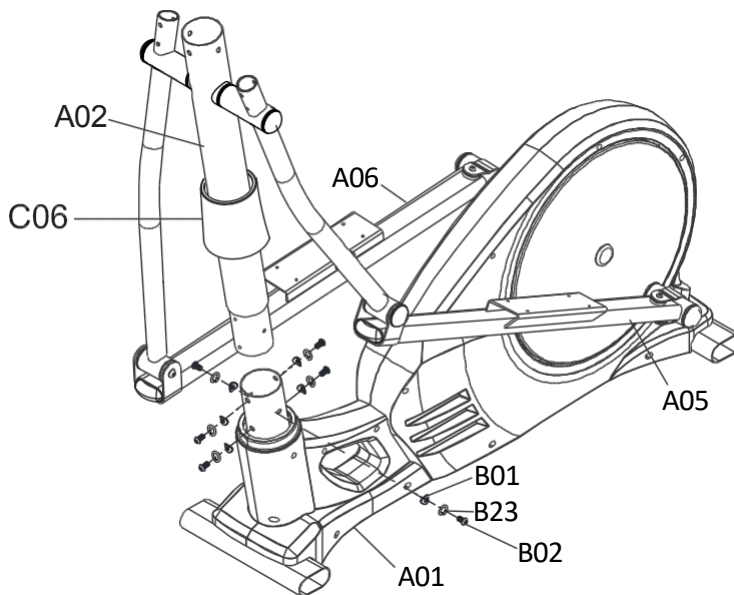
3.2. lépés:

Csavarozza a kormányszárat (A02) az alapkerethez.

Használjon hat M8x20-as imbuszcsavart (B02), hat M8-as rugós alátétet (B23) és hat M8-as görbe alátétet (B01).

⚠ FIGYELMEZTETÉS: Először csak kissé húzza meg a csavarokat, majd mozgassa a pedálcsoveket 2-3 fordulatot, hogy minden alkatrész igazodjon egymáshoz.

Húzza meg az összes csavart, és csúsztassa lefelé a kormánytengely fedelét (C06).



4. lépés:

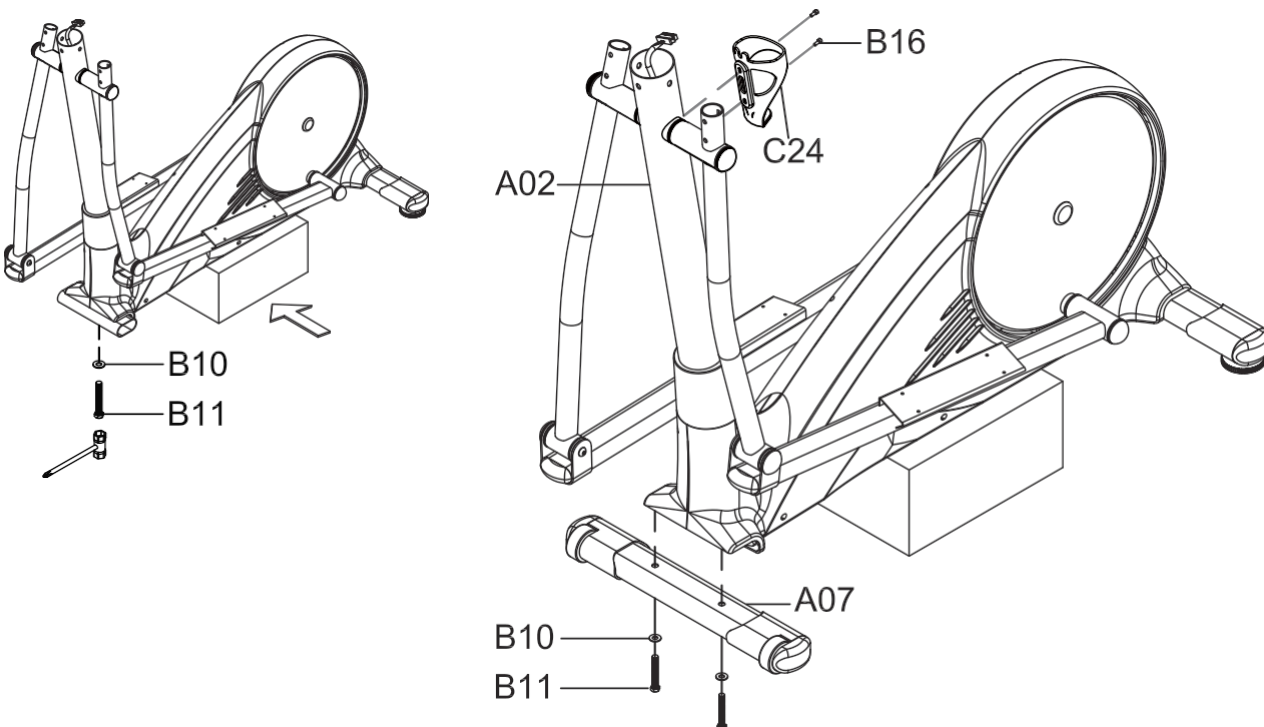
Emelje fel a kereszttrénert, és támassza az egyik polisztiroltömbre.

Lazítsa meg és távolítsa el a 3/8"-os hatszögletű csavarokat (B11) és a két 3/8"-os alátétet (B10), amelyek a szállítózárat a cross-trainer első tartójához rögzítik.

Távolítsa el a szállítási zárat.

Rögzítse az első állványt (A07) a szállítógörgőkkel az alapkeret első tartójához két 3/8"-os hatlapú csavarral (B11) és két 3/8"-os alátéttel (B10).

Rögzítse a palacktartót (C24) a kormányszárra (A02) két M5x10-es csavarral (B16).



Összeszerelés

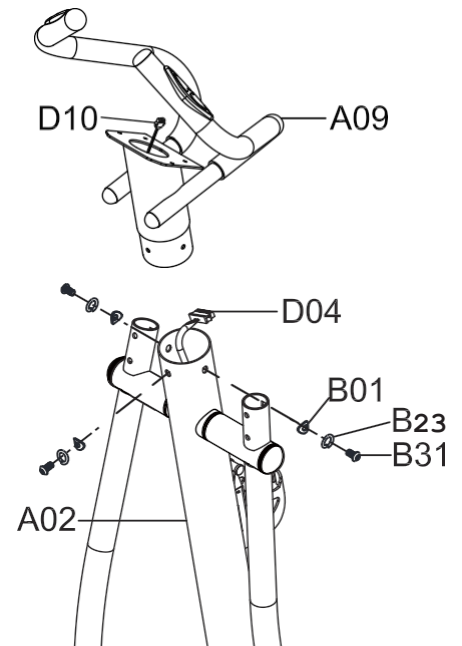
5. lépés:

Lazítsa meg és távolítsa el a három M8x20 (B31) belső hatlapú csavart és három M8 (B23) rugós alátétet, valamint három M8 (B01) görbe alátétet a kormányzárról (A02).

Vezesse át a kormányzár (A02) tetejéből kiálló pilótafülke-kábelt (D04) és a kézi impulzusmérő kábel (D10) végét a kormányon (A09) keresztül. Helyezze be a kormányrudat (A09) a kormányzár (A02) felső nyílásába.

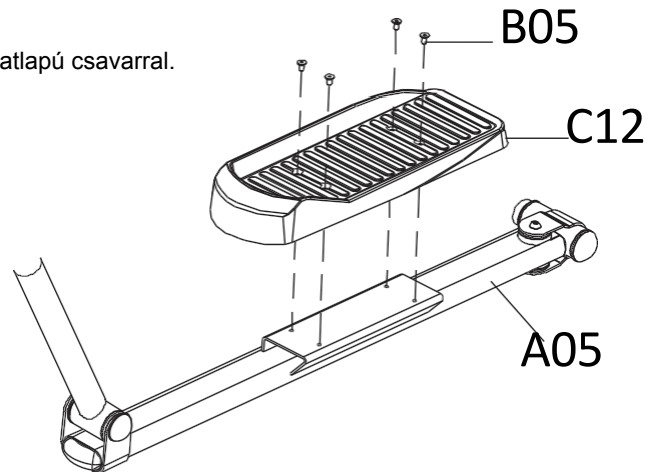
FIGYELEM: Ügyeljen arra, hogy a kábeleket ne csípje be és ne sértse meg.

Rögzítse a kormányt (A09) ugyanazzal a három M8x20 (B31) belső hatlapú csavarral, és három rugós alátét M8 (B23) és három hajlított alátét M8 (B01), amelyeket az imént távolítottunk el.



6. lépés

Rögzítse a pedált (C12-bal és C03-jobb) négy M6x12-es (B05) belső hatlapú csavarral a bal és jobb pedálcsővekhez (A05 - bal / A06 - jobb).

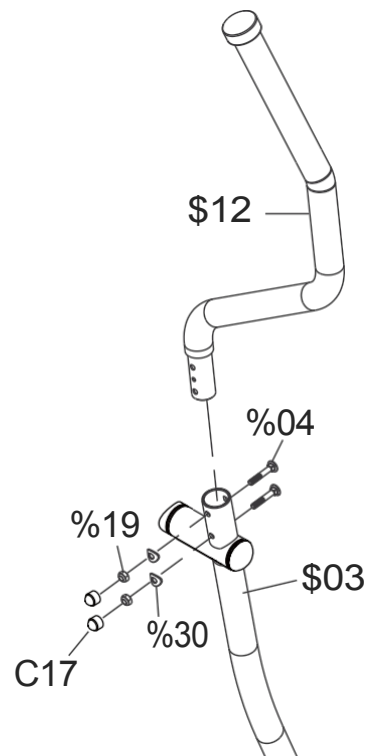


7. lépés:

Helyezze a bal oldali inga fogantyút (A12) a bal oldali ingacsőbe (A03), a jobb oldali inga fogantyút (A13) pedig a jobb oldali ingacsőbe (A04).

Az inga fogantyúi matricával vannak jelölve a könnyű azonosítás érdekében.

Rögzítse az inga fogantyúit két M8x50-es kocsicsavarral (B04), két M8-as görbe alátéttel (B30) és két M8-as reteszelőnyával (B19), valamint két anyasapkával (C17).



8. lépés:

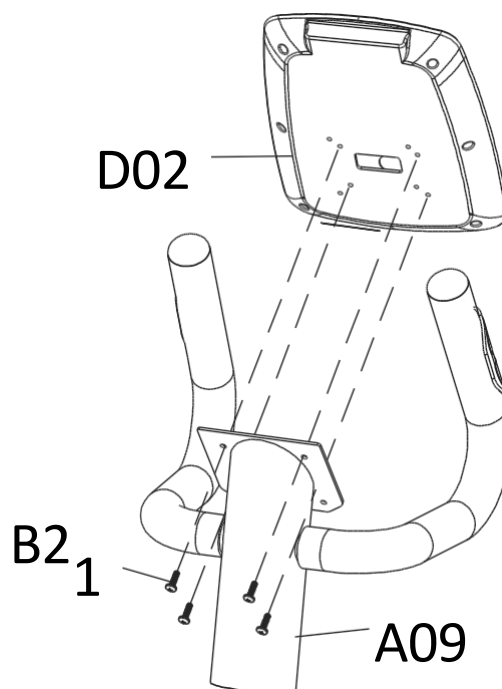
Lazítsa ki és távolítsa el a pilótafülke hátulján lévő négy csavart (B21) (D02).

Csatlakoztassa a kormány felső részéből kiálló két kábelt (A09) a számítógép megfelelő kábeleivel (D02).

Rögzítse a számítógépet (D02) a kormányhoz (A09) ugyanazzal a négy csavarral (B21).

⚠ VIGYÁZAT:

Ügyeljen arra, hogy a kábeleket ne csípje be és ne sértse meg.

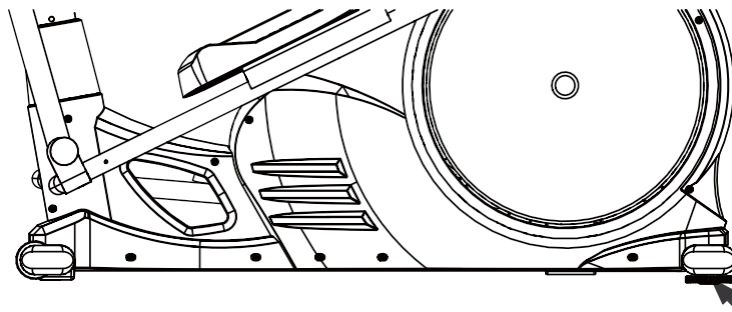


Padló kiegyenlítése

Győződjön meg róla, hogy edzőeszközei mindig vízszintesek. Ahhoz, hogy az apróbb egyenetlenségeket és lejtőket ki tudja egyenlíteni, a hátsó állvány jobb és bal oldalán állítható szintező lábak vannak felszerelve. A készülék vízszintes helyzetének kialakításához először fordítsa az összes lábat a legalsó állásba.

Szükség szerint állítsa be a kiegyenlítő lábakat, hogy az oktatóeszköz vízszintes és stabil legyen.

Ha a szintezőlábak beállítási tartománya nem elegendő ahhoz, hogy biztonságos pozíciót biztosítson a gyakorláshoz, ellenőrizze a helyszín felületét. Ha szükséges, válasszon egy másik helyszínt, ahol a gyakorlóeszköz biztonságos és vízszintes helyzete biztosított.



Padló kiegyenlítése

Biztonsági távolság

Válasszon olyan képzési területet, amely minden oldalról szabad helyet biztosít, és a lehető legnagyobb biztonságot nyújtja.

A biztonsági területnek mindig legalább 100 cm-nek kell lennie a gyakorlóeszköz mindkét oldalán, mögötte és előtte.

Szállítás

Az edzőkészülék egyszerű és biztonságos szállítása érdekében az elülső állvány szállítógörgőkkel van felszerelve.

A készülék szállításához álljon hátra, és mindkét kezével fogja meg a hátsó állványt. Emelje felfelé az edzőkészüléket, amíg a súly a szállítógörgőkön nyugszik.

Most már egyszerűen csak a kívánt pozícióba kell tolni az oktatóeszközt a szállítógörgőkön. Emeléskor, szállításkor és pozicionáláskor mindig ügyeljen arra, hogy biztos lábakon álljon.

Helyszín és tárolás

Ezt az edzőkészüléket kizárólag száraz, jól szellőző beltéri helyiségekben történő használatra tervezték. Nem szabad használni vagy tárolni nedves vagy nedves helyiségekben, például szaunában, uszodában stb. vagy kültéri helyiségekben, például erkélyen, teraszon, kertben, garázsban stb. ahol a magas páratartalom és az alacsony hőmérséklet az elektronika meghibásodásához, korrózióhoz és rozsdához vezethet. Az ilyen jellegű károkra a garancia semmilyen körülmények között nem terjed ki.

Kérjük, válasszon száraz, vízszintes és jól szellőző edző- vagy tárolóhelyet. A saját érdekében győződjön meg arról, hogy a az edzés helye az edzés során kellően szellőztetett az optimális oxigénellátás biztosítása érdekében.

Mielőtt hosszú használaton kívüli időszak után elkezdene használni az edzőkészüléket, győződjön meg arról, hogy minden rögzítés szilárdan és biztonságosan meg vannak húzva.

⚠ VIGYÁZAT.

A tisztítási, karbantartási és/vagy javítási munkálatok megkezdése előtt az oktatóberendezést teljesen le kell választani a hálózatról. Húzza ki a hálózati csatlakozót a konnektorból, majd húzza ki a hálózati kábelt az edzőkészülékből. A tápkábelt csak akkor szabad újra csatlakoztatni az edzőkészülékhez és a hálózathoz, ha minden munka teljesen befejeződött, és a készüléket visszaállították a megfelelő edzőhelyzetbe.

Tisztítás

Minden edzés után tisztítsa meg az edzőgépet. Használjon nedves ruhát és szappant, ne használjon oldószereket. A rendszeres tisztítás jelentősen hozzájárul az edzőkészülék karbantartásához és hosszú élettartamához. A testizzadság kémiai összetétele miatt ez a korrózió (rozsdás) fő oka, ha nem távolítják el/tisztítják el azonnal. Minden edzés után ellenőrizze, hogy a testizzadság és/vagy más folyadékok nem kerültek-e érintkezésbe a készülékkel. Ha ez a helyzet, tisztítsa meg az érintett alkatrészeket / burkolatokat.

Megjegyzés: A test izzadsága vagy más folyadékok által okozott károkra a garancia semmilyen körülmények között nem terjed ki.

Győződjön meg róla, hogy edzés közben semmilyen folyadék nem juthat be az edzőgépbe vagy a számítógépbe.

Karbantartás

A rögzítések ellenőrzése

Havonta legalább egyszer ellenőrizze az anyák és csavarok szorosságát, és szükség esetén húzza meg újra.

Hálózati csatlakozás

Tápkábel

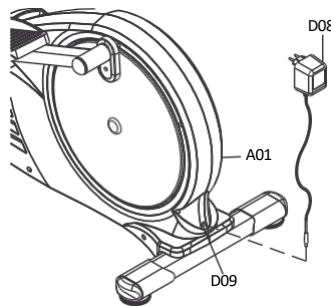
Csatlakoztassa a mellékelt hálózati adapter csatlakozókábelét a fő ház hátulján lévő aljzatba, majd csatlakoztassa a hálózati adapter hálózati csatlakozóját egy fali hálózati aljzathoz.

⚠ VIGYÁZAT:

A készüléket csak szakszerűen beszerelt és földelt aljzathoz szabad csatlakoztatni. Ne csatlakoztassa az oktatóeszközt több aljzathoz. Ha hosszabbító kábelt használ, ügyeljen arra, hogy az megfeleljen a VDE előírásainak.

A hálózati adapter aljzata a fődarab hátsó végén, a hátsó állvány felett található.

ENG



A készülék csatlakoztatása

⚠ VIGYÁZAT:

Mielőtt csatlakoztatja a hálózati adaptert a készülékhez, mindig ellenőrizze, hogy az megegyezik-e a készülékhez mellékelt adapterrel.

Más hálózati adapter használata károsíthatja a készülék elektronikus alkatrészeit, amiért a gyártó nem vállal felelősséget.

Mindig csatlakoztassa a tápkábelt a tréningeszközhöz, mielőtt csatlakoztatná azt a konnektorhoz. Ha leválasztja a edzőkészülékét a tápegységről, először mindig húzza ki a tápkábelt a konnektorból.

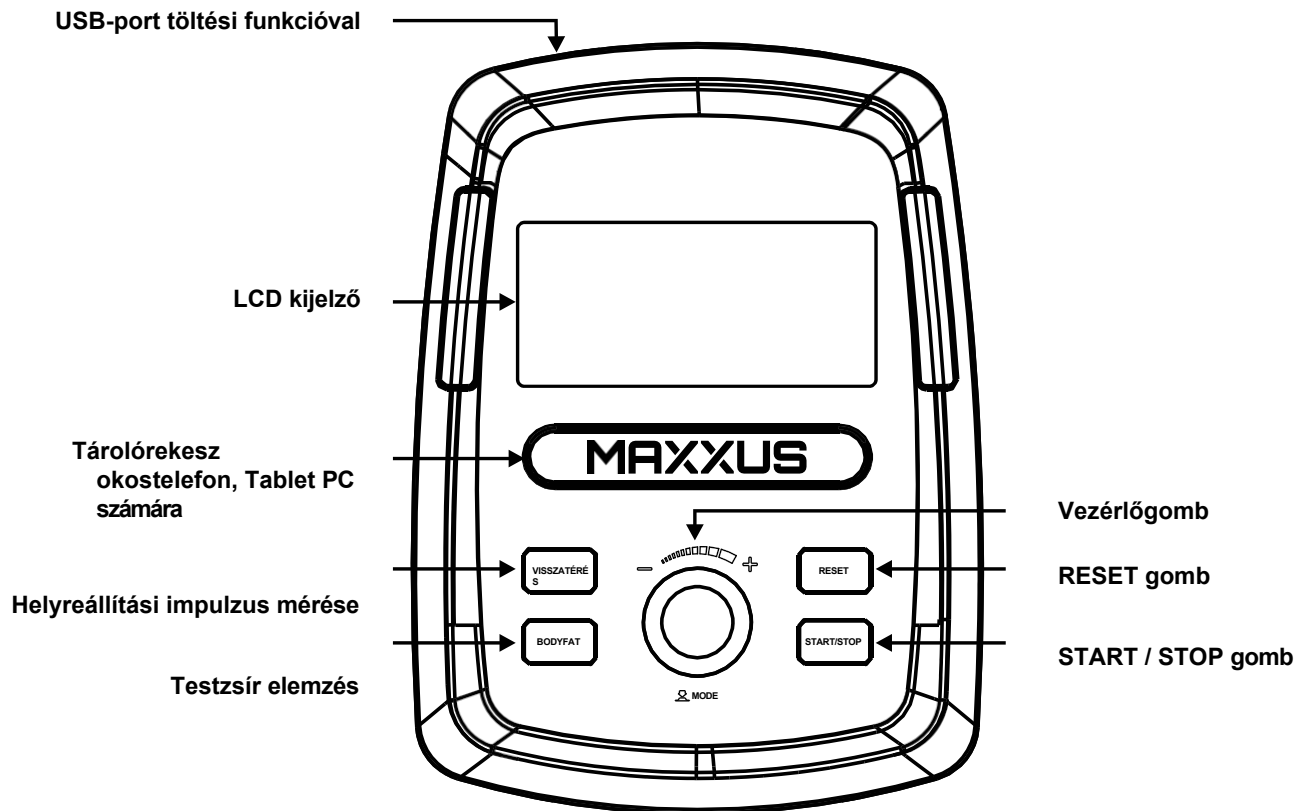
A készülék bekapcsolása

Először csatlakoztassa a tápkábelt az oktatóeszközhöz, majd a konnektorhoz, a pilótafülke automatikusan bekapcsol. Ha az oktatóeszköz már csatlakoztatva van a tápegységhez, és a pilótafülke készenléti üzemmódban van, akkor bármelyik billentyű megnyomásával vagy a pedálok mozgatásával aktiválja a pilótafülkét.

A készülék kikapcsolása

Több mint 4 perc inaktivitás után a pilótafülke automatikusan készenléti üzemmódba kapcsol.

Amint befejezte az edzést, azonnal válassza le az edzőkészüléket a hálózatról. Először mindig húzza ki a dugót a hálózati aljzathoz, majd húzza ki a dugót az edzőkészülékből.



A pilótafülke folyamatosan mutatja az aktuális képzési

értékeket. IDŐ

A képzési idő meghatározása. Egy adott edzéshez a számítógép visszszámolja az időt "00:00"-ig. Az edzésidő "01:00" és "99:00" perc között állítható be egyperces lépésekben. Ha nincs idő megadva, a számítógép az edzésidőt a következő időponttól számolja. "00:00" legfeljebb "99:00" percig.

TÁVOLSÁG

Az edzéstáv megadása kilométerben. Egy adott edzésnél a számítógép visszszámolja a távolságot a "0.00"-ig. Az edzéstávolság 1,0 és 99,0 kilométer között állítható be 1,0 km-es lépésekben, legfeljebb 99,0 kilométerig. Ha nincs megadva edzéstávolság, a számítógép 0,0 kilométertől legfeljebb 99,0 kilométerig számolja a kilométereket.

KALÓRIÁK*

Az energiafogyasztás feltüntetése Kcal-ban. Adott kalóriefogyasztás esetén a számítógép 0-ig számolja a kalóriákat. 10 és 990 K között állítható be a kalóriefogyasztás 10 Kcal-os lépésekben. Ha a kalóriefogyasztás nincs megadva, a számítógép 0-tól legfeljebb 990 K-kalóriáig számolja a K-kalóriákat.

Pulzus vagy pulzusszám kijelző - PULSE

A kézi pulzusérzékelők használatakor megjeleníti az aktuális pulzusértéket percenkénti ütésszámban. Az opcionális jeladó mellkasi öv használatakor (nem tartozék) kijelzi az aktuális pulzusszámot ütés/percben.

SPEED

Jelenlegi sebesség km/órában. Az érték a fordulatszámmal felváltva jelenik meg ugyanabban az ablakban.

Percenkénti fordulatszám - RPM

Az aktuális kerék percenkénti fordulatszámának (RPM) megadása. Az érték a SPEED-del váltakozva jelenik meg ugyanabban az ablakban.

Ellenállás - LEVEL

Az aktuálisan kiválasztott ellenállási szint kijelzése 1-től 16-ig.

Teljesítmény - WATT**

A kimenő teljesítmény kijelzése wattban.

* Figyelmeztetés a kalóriaméréssel kapcsolatban

Az energiafogyasztást egy általános képlet segítségével számítják ki. A pontos energiafogyasztás egyéni meghatározása nem lehetséges, mivel ehhez nagy mennyiségű személyes adatra van szükség. A feltüntetett energiafogyasztás tájékoztató jellegű, nem pontos érték.

**Figyelmeztetés a Watt kijelzővel kapcsolatban

Mivel ez egy nem terápiás célokra alkalmas edzőkészülék, a kijelzett wattban megadott érték nem kalibrált érték. A megjelenített teljesítmény eltérhet a

a ténylegesen termelt energia.

Billentyűzet

START/STOP gomb

START funkció :- A kiválasztott edzésprogram vagy edzésprofil elindítása.
- A QUICK START funkció aktiválása

PAUSE funkció: Ha a START / STOP billentyűt megnyomja az edzés közben, az edzési értékek kijelzése leáll, és a szünet üzemmód aktiválódik. Ez lehetővé teszi az edzés megszakítását.
A szünet befejezéséhez nyomja meg újra a START / STOP gombot.

RESET gomb

Ha a gombot 5 másodpercnél hosszabb ideig folyamatosan nyomva tartják, minden érték automatikusan nullára áll vissza.

A felhasználó megváltoztatásához lépjen ki az aktuális programból a START / STOP billentyű megnyomásával. Ezután nyomja meg a RESET gombot, amíg a kijelző újra bekapcsol.

Vezérlőgomb

Forduló funkció :- A képzési értékek meghatározása
– Dátum bevitele (pl. életkor)
– Az ellenállás szintjének szabályozása

Nyomás funkció :- A bemenetek megerősítése

VISSZATÉRÉS

Billentyű a helyreállítási impulzusz mérés elindításához.

Testzsírmérés - FAT

Kulcs a testzsírmérés megkezdéséhez.

Felhasználói beállítások

A pilótafülke bekapcsolása után a kijelzőn megjelenik az "U1". Négy felhasználói profil áll rendelkezésre U1 ~ U4. Ezek rögzítettek, azaz a felhasználói adatok állandóan tárolva vannak.

Felhasználói profil kiválasztása

A vezérlőgombot elforgatva válassza ki a kívánt felhasználói profilt, majd a gomb megnyomásával erősítse meg a választást. **ENG**

Nemek szerinti bemenet

Forgassa el a vezérlőgombot a nem kiválasztásához, majd a gomb megnyomásával erősítse meg a választást.

Életkor Bevitel

Adja meg a korát a vezérlőgomb elforgatásával, és erősítse meg a beírást a gomb megnyomásával.

Magasság Bemenet

Adja meg a magasságot a vezérlőgomb elforgatásával, és erősítse meg a beírást a gomb megnyomásával.

Súly Bemenet

Adja meg a testsúlyát a vezérlőgomb elforgatásával, és erősítse meg a beírást a gomb megnyomásával. Miután megerősítette a testsúly bevitelét, a kijelző automatikusan átvált az edzés menübe.

Ha már létrehozott egy felhasználói profilt, válassza ki azt, amint a vezérlőgomb elforgatásával bekapcsolta a pilótafülkét. Ezután a nemre, életkorra, magasságra és testsúlyra vonatkozó adatok ellenőrzése megtörténik. Ha az adatok még mindig helyesek, erősítse meg azokat a vezérlőgomb megnyomásával. Ha néhány adat megváltozott, javítsa ki őket ennek megfelelően, és erősítse meg a vezérlőgomb megnyomásával.

Quick-Start

Kapcsolja be az edzőkészüléket, és nyomja meg a START / STOP gombot. Az edzésidő elkezd lefutni, és elkezdheti az edzést. Az edzés során bármikor beállíthatja az ellenállás szintjét 1 és 16 között a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Mivel ennél az edzéstípusnál nem lehet célértéket megadni, az edzést magának kell befejeznie.

Kézi képzés - MANUAL

1. lépés: Program kiválasztása

Kapcsolja be az edzőgépet. A kijelző felső részén villogni fog egy "M" felirat. Ha egy másik szimbólum villog, válassza ki az "M" jelet a vezérlőgomb óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Erősítse meg a választást a vezérlőgomb megnyomásával.

2. lépés: Program kiválasztása Ellenállási szint

A "LEVEL" ablakban lévő érték villogni fog. Állítsa be a kívánt ellenállási szintet 1 és 16 között a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Ez az edzés során bármikor egyedileg módosítható. A vezérlőgomb megnyomásával erősítse meg a választást.

3. lépés: A célértékek meghatározása

Most három különböző cél közül választhat:

Képzési idő ("IDŐ"):

Az "IDŐ" ablakban lévő érték villog. Ha meg akarja adni az edzési időt, adja meg azt a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Az edzésidőt 1:00 és 99:00 perc között, 1 perces lépésekben állíthatja be. A vezérlőgomb megnyomásával erősítse meg a választást.

Ha nem kívánja megadni az edzési időt, a megerősítéshez nyomja meg közvetlenül a vezérlőgombot. A "TIME" ablakban az értéknek "00:00" értéket kell mutatnia.

Edzési távolság ("TÁVOL"):

A "TÁVOLSÁG" ablakban lévő érték villog. Ha meg akarja adni az edzési távolságot, adja meg azt a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Az edzéstávolságot 1,0 és 99,0 kilométer között, 1 kilométeres lépésekben állíthatja be. A vezérlőgomb megnyomásával erősítse meg a választást. Ha nem kívánja megadni az edzéstávolságot, a megerősítéshez nyomja meg közvetlenül a vezérlőgombot. A "DISTANCE" ablakban az értéknek "0.00"-t kell mutatnia.

Kalória fogyasztás ("KALÓRIÁK"):

A "KALÓRIÁK" ablakban lévő érték villog. Ha meg akarja adni a kalória fogyasztást, adja meg azt a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. A kalória fogyasztást 10 és 990 K-kalória között állíthatja be, 10 K-kalória fokozatok. Erősítse meg a választást a vezérlőgomb megnyomásával.

Ha nem kívánja megadni a kalória fogyasztást, a megerősítéshez nyomja meg közvetlenül a vezérlőgombot. A "KALÓRIÁK" ablakban az értéknek "0"-t kell mutatnia.

Megjegyzés:

Nincs értelme edzésenként egynél több edzési célt meghatározni. Ha ezt teszi, az edzés le fog állni. az első célérték elérése után.

4. lépés: Az impulzus felső határértékének megadása

A "PULSE" ablakban lévő érték villog. Most a vezérlőgomb az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával 30 és 230 szívverés / perc közötti pulzus felső határértéket állíthat be. Ha a tényleges pulzusszám edzés közben eléri ezt a szintet, figyelmeztető hangjelzés hallatszik. Ha nem kíván pulzus felső határt beállítani, a megerősítéshez nyomja meg közvetlenül a vezérlőgombot. A PULSE "ablakban az értéknek " 0 " értéket kell mutatnia.

5. lépés: A képzés megkezdése

Az edzés megkezdéséhez nyomja meg a START / STOP gombot.

Képzés befejezése

Az előre meghatározott képzési cél elérése után a képzés automatikusan befejeződik.

Az ellenállás szintjének szabályozása

Gyakorlás közben bármikor megváltoztathatja az aktuálisan kiválasztott fékszintet a vezérlőgomb óramutató járásával. az óramutató járásával ellentétesen.

Képzési profilok P1 - P12

Ennél a képzési típusnál a felhasználó tizenkét előre beprogramozott képzési profil közül választhat. A profil nem változtatható; a felhasználónak azonban lehetősége van arra, hogy az adott profil intenzitását az aktuális fittségi állapotának megfelelően állítsa be.

1. lépés: Program kiválasztása

Kapcsolja be az edzőgépet. A kijelző felső részén villog az "M". Válassza ki a kívánt edzésprofil a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával.

2. lépés: A képzési szint beállítása

Válassza ki a kívánt edzésszintet a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Erősítse meg a választást a a vezérlőgomb megnyomásával.

3. lépés: A képzési idő beállítása

Az "IDŐ" ablakban lévő érték villog. Adja meg az edzési időt a vezérlőgomb óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Az edzésidőt 1:00 és 99:00 perc között, 1 perces lépésekben állíthatja be.

4. lépés: A képzés megkezdése

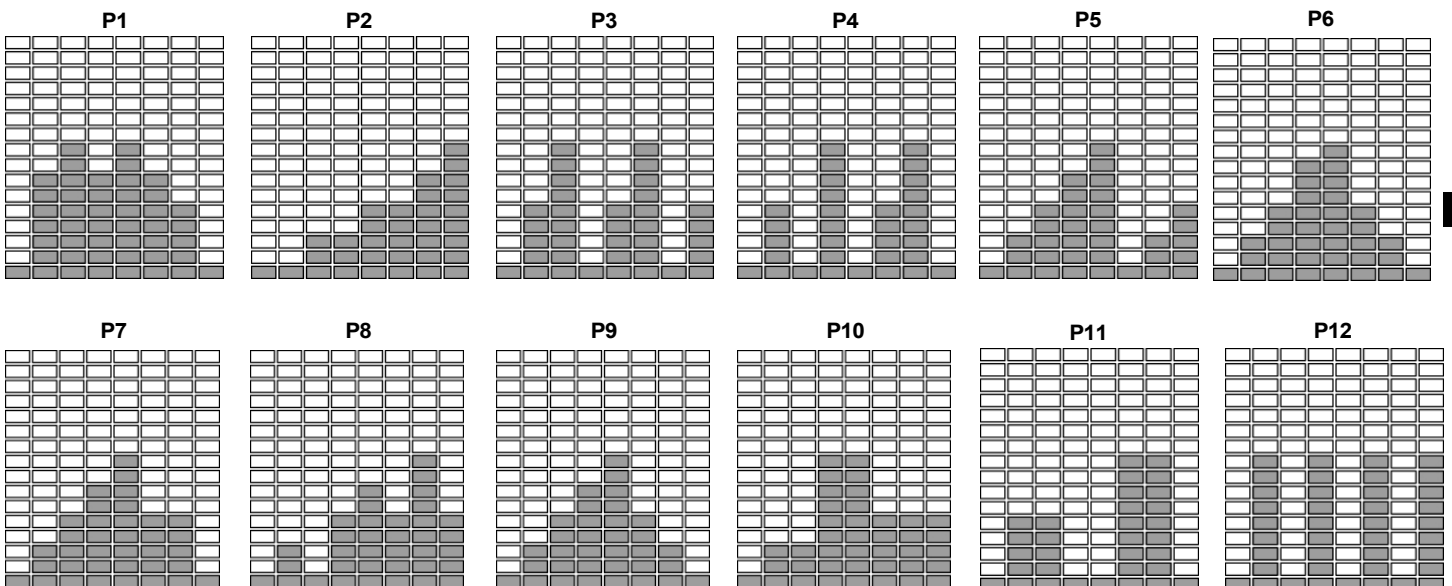
Az edzés megkezdéséhez nyomja meg a START / STOP gombot.

Képzés vége

A kívánt edzési idő elérésekor az edzés automatikusan befejeződik.

A képzési szint beállítása

Az edzés során az adott kereten belül az aktuálisan kiválasztott edzésszintet a vezérlő elfordításával változtathatja meg. gombot az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba bármikor.



Ingyenes képzési profil (USER)

Itt létrehozhat egy képzési profilt felhasználói profilonként, és azt véglegesen elmentheti.

1. lépés: Program kiválasztása

Kapcsolja be az edzőgépet. A kijelző felső részén villog az "M". Válassza ki az "U" programot a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, majd a kiválasztást a gomb megnyomásával erősítse meg.

2. lépés: A képzési szegmensek programozása

Az összesen nyolc edzésszegmens közül az első villogni fog a kijelzőn. Állítsa be a kívánt ellenállási szintet 1 - 16 között az első edzésszegmenshez a vezérlőgomb óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, majd a beírást nyomással erősítse meg. Most a második szegmens villog. Ismétlje meg ezt az eljárást ezzel a szegmennel és egészen a 8. szegmensig. Miután a 8. szegmens bevitelét a vezérlőgomb megnyomásával megerősítette, ez az edzési profil tartósan tárolásra kerül.

3. lépés: A képzési idő beállítása

Amikor az első szegmens újra felvillog. Nyomja meg a vezérlőgombot, amíg a "TIME" ablakban lévő érték villog. Ezután adja meg az edzésidőt a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával. Az edzésidőt 1:00 és 99:00 perc között állíthatja be 1 perces lépésekben.

4. lépés: A képzés megkezdése

Az edzés megkezdéséhez nyomja meg a START / STOP gombot.

Képzés vége

A képzési idő lejártá után a képzés automatikusan befejeződik.

MEGJEGYZÉS:

Ha meg akarja változtatni a mentett képzési programot, kapcsolja be a pilótafülkét. Válassza ki az "U" programot a tárcsát az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányban elforgatva, majd a kiválasztást a gomb megnyomásával erősítse meg. Most az első szegmens ismét villogni kezd. Nyomja meg a vezérlőgombot, amíg a "TIME" ablakban lévő érték villog. Adja meg az edzésidőt a tárcsát az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányban elforgatva.

Az edzésidőt 1:00 és 99:00 perc között állíthatja be 1 perces lépésekben. Most nyomja meg a START / STOP kulcs az edzés megkezdéséhez.

Szívritmus vezérelt programok (HRC)

Ezek a programok szívritmus-szabályozott edzésprogramok. A felhasználó megadja a kívánt célpulzusszámot. Ezt a cockpit folyamatosan összehasonlítja a felhasználó tényleges pulzusszámával. Ha a tényleges pulzusszám alacsonyabb, mint a kívánt célpulzusszám, a cockpit automatikusan növeli az ellenállást. Ha az érték magasabb, a cockpit automatikusan csökkenti az ellenállást.

Ezeknek a programoknak a fő követelménye a pulzusértékek állandó és pontos továbbítása. Emiatt ezek a programok csak egy kódolatlan pulzusmérő mellkasi övvel együtt használhatók, amely extra tartozékként kapható. Ezeket a programokat nem lehet kézi pulzusérzékelőkkel használni. Kérjük, olvassa el a jelen kézikönyv "Pulzusmérés" című fejezetét is.

1. lépés: Program kiválasztása

Kapcsolja be az edzőgépet. A kijelző felső részén villog az "M". Válassza ki a szívszimbólumot a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, majd a kiválasztást a gomb megnyomásával erősítse meg.

2. lépés: Életkor bemenet

A kijelzőn az "A" betű jelenik meg, és a "25" érték villog, adja meg az életkorát 1 és 99 év között a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, és erősítse meg a beírást a gomb megnyomásával.

3. lépés: A HRC üzemmód kiválasztása

Az UP & DOWN billentyűk megnyomásával most a következő HRC üzemmódok közül választhat:

50% - Edzés a maximális pulzusszám 50%-ának megfelelő célpulzusszámmal
75% - Edzés a maximális pulzusszám 75%-ának megfelelő célpulzusszámmal
90% - Edzés a maximális pulzusszám 90%-ának megfelelő célpulzusszámmal
TA - Edzés egyéni célpulzusszámmal

Kérjük, olvassa el a "Figyelmeztetés a pulzus és a pulzusszám mérésére" című részt is ebben a kézikönyvben.

Válassza ki a kívánt üzemmódokat a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával.

Ha 55%, 75% vagy 90%-ot választ, a megfelelő célpulzusszám közvetlenül megjelenik. Erősítse meg a kiválasztást a vezérlőgomb megnyomásával.

Az egyéni célpulzusszámmal történő edzéshez válassza ki a TA üzemmódot a vezérlőgomb óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, majd a kiválasztást a gomb megnyomásával erősítse meg. A "PULSE" ablakban villogni fog a "100". Most adja meg ismét a kívánt célpulzusszámot 30 és 230 szívverés / perc között a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, és erősítse meg a beírást a megnyomásával.

4. lépés: A képzési idő beállítása

Az "IDŐ" ablakban lévő érték villog. Adja meg az edzési időt a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / az óramutató járásával ellentétes irányba történő elforgatásával. Az edzésidőt 1:00 és 99:00 perc között, 1 perces lépésekben állíthatja be.

5. lépés: A képzés megkezdése

Az edzés megkezdéséhez nyomja meg a START / STOP gombot.

Képzés vége

A képzési idő lejártá után a képzés automatikusan befejeződik.

Program eljárás

A cockpit meghatározza a felhasználó aktuális pulzusszámát, és folyamatosan összehasonlítja azt a kívánt célpulzusszámmal. Ha az aktuális pulzusszám alacsonyabb vagy magasabb, mint a célpulzusszám, a cockpit automatikusan növeli vagy csökkenti az ellenállás szintjét.

Ha az aktuális pulzusszám +/- 5 ütés/percen belül a célpulzusszám alatt vagy felett van, a pilótafülke megtartja az aktuális ellenállási szintet.

Ha a pilótafülke nem tudja meghatározni a felhasználó pulzusszámát, a kijelzőn megjelenik a "?". Ebben az esetben ellenőrizze a mellkasi öv helyes helyzetét és az akkumulátor töltöttségét, és győződjön meg arról, hogy az 5 kHz-es átviteli frekvenciával rendelkező kódolatlan övről van-e szó.

Példa:

A cél pulzusszám 120 - a fékszint nem változik a jelenlegi 115 ~ 125 ütés/perc pulzusszám mellett.

Watt-vezérelt edzésprogramok (WATT)

Ennél az edzéstípusnál a felhasználó által kiválasztott teljesítményt wattban kifejezve a pilótafülke állandóan állandó értéken tartja. A felhasználó teljesítménye (watt) az aktuális ellenállás szintjéből és az aktuális pedálozási sebességből adódik. A teljesítmény állandó szinten tartása érdekében a cockpit csökkenti az ellenállás szintjét, amint a felhasználó növeli a pedálozási sebességet. Ha a felhasználó csökkenti a pedálozási sebességet, a cockpit automatikusan növeli az ellenállás szintjét. Ezt sebességfüggetlen edzésnek is nevezik.

A felhasználó három rögzített wattos edzésprofil és egy wattos-állandó program közül választhat.

1. lépés: Program kiválasztása

Kapcsolja be az edzőgépet. A kijelző felső részén villogni fog egy "M" felirat. Válassza ki a "W" programot a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, majd a kiválasztást a gomb megnyomásával erősítse meg.

2. lépés: Watt érték beállítása

A "WATT" ablakban lévő érték villog. Adja meg a kívánt teljesítményt a tárcsát az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányban elforgatva. A bevitel 10 és 350 watt között lehetséges 5 wattos lépésekben. A bevitelt a vezérlőgomb megnyomásával erősítse meg.

3. lépés: A képzési idő beállítása

Az "IDŐ" ablakban lévő érték villog. Adja meg a kívánt edzési időt a vezérlőgombnak az óramutató járásával megegyező / ellentétes irányba történő elforgatásával, majd erősítse meg a beírást a gomb megnyomásával.

4. lépés: A képzés megkezdése

Az edzés megkezdéséhez nyomja meg a START / STOP gombot.

Képzés vége

A képzési idő lejártá után a képzés automatikusan befejeződik.

Helyreállítási pulzusszám (RECOVERY)

A regenerációs teszt azt méri, hogy milyen gyorsan regenerálódik, azaz milyen gyorsan és mennyivel csökken a pulzusszám az edzés után.

Az edzés befejezése után, vagy az edzés leállítása után a Stop gomb megnyomásával, nyomja meg a RECOVERY gombot, és azonnal helyezze kezét a kézimпульzus érzékelőkre. Ha mellkaspántot visel, nem kell a kézi pulzusérezékelőket megfognia. Most a pilótafülke 10 másodpercig próbálja meghatározni a pulzusát. Ha ez nem sikerül, a teszt automatikusan megszakad.

Ha a pilótafülke érzékeli a pulzusát, elindul egy 60 másodperces visszaszámlálás, amely alatt végig a kézi pulzusérezékelők kell tartania (erre akkor sincs szükség, ha mellkaspántot visel).

A 60 másodperc letelte után leolvashatja a kijelzőn az eredményt, és összehasonlíthatja azt a következő táblázattal.

Eredmény	Értékelés
F1	Kiváló
F2	Nagyon jó
F3	Jó
F4	Elégséges
F5	Elégséges
F5	Szegény

Testzsírelemzés (testzsír)

Ez a program meghatározza a felhasználó testzsírszázalékát és BMI-jét.

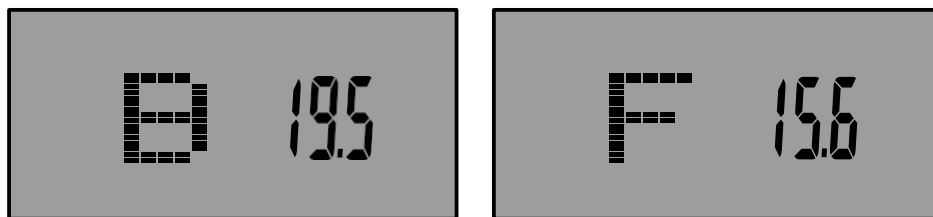
Nyomja meg a FAT gombot. Az aktuálisan kiválasztott felhasználói profil "U1" néven jelenik meg. Ha rossz felhasználói profil lett kiválasztva, nyomja meg a RESET billentyűt, és válassza ki a helyes felhasználói profilt. Ezután nyomja meg ismét a FAT billentyűt, és fogja meg kezével a kézimпульzusérezékelőket. A sikeres mérés után a testzsírszázalék a megfelelő szimbólummal és a BMI-vel együtt jelenik meg a kijelzőn.

Kor	BMI
19 - 24 év	19 - 24
25 - 34 év	20 - 25
35 - 44 év	21 - 26
45 - 54 év	22 - 27
55 - 64 év	23 - 28
> 64 év	24 - 29

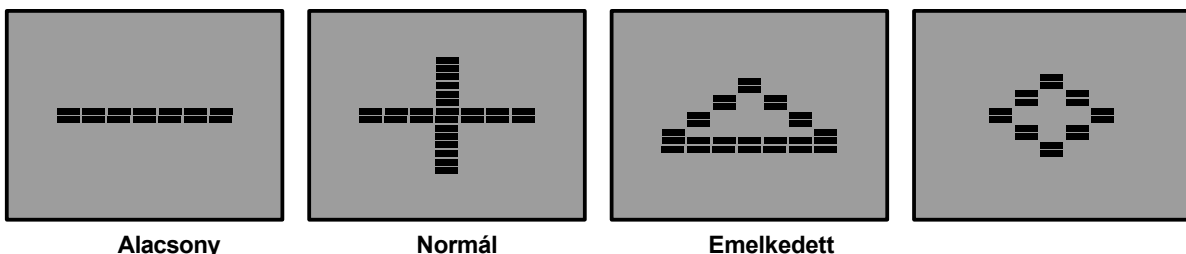
Testtömeg-index (BMI)

Ezt az értéket a testsúly és a testmagasság arányából számítják ki, és arra szolgál, hogy felmérjék egy személy testsúlyát a magasságához viszonyítva. Kérjük, vegye figyelembe, hogy a BMI csak egy durva iránymutatás, mivel nem veszi figyelembe a testalkatot és a nemet, illetve a testtömeg zsír- és izomszövetekből álló egyéni összetételét. Az "ide- al" BMI az életkortól függ.

BMIB testzsírszázalék %



A testzsírszázalékot jelképező szimbólumok



Alacsony

Normál

Emelkedett

Magas USB töltési funkció

A pilótafülke tetején található egy USB-csatlakozó. Ez a csatlakozó kizárólag okostelefonok vagy tablet-PC-k töltésére használható a képzés során. Az ehhez szükséges kábelt a szállítás nem tartalmazza.



Bluetooth-vevő és APP-használat

Az edzőkészülék pilótafülkéje készen van felszerelve egy integrált Bluetooth-vevővel. Ez a Bluetooth-vevő lehetővé teszi, hogy a fitnesskészüléket okostelefonjáról vagy asztali számítógépéről egy alkalmazáson keresztül vezérelje.

Csatlakoztassa az iC+ Training-App-ot az edzőkészülékhez az alábbiak szerint:

1. lépés

Töltse le az iC+ Training-App-ot a megfelelő Store-ból okostelefonjára vagy táblagépére.



A kompatibilis eszközökre és a szükséges szoftververziókra vonatkozó követelményeket a megfelelő áruház oldalán találja.



* **Megjegyzés:** Ha a linkek már nem érvényesek, kérjük, írja be az "iC + Training" vagy "iConsole +" szót az adott áruház keresősávjába. Az "iConsole+" APP keresendő logója fehér alapon narancssárga színű.



2. lépés

Aktiválja a Bluetooth funkciót okostelefonján vagy táblagépén. Nyissa meg az iC+ Training alkalmazást.

3. lépés

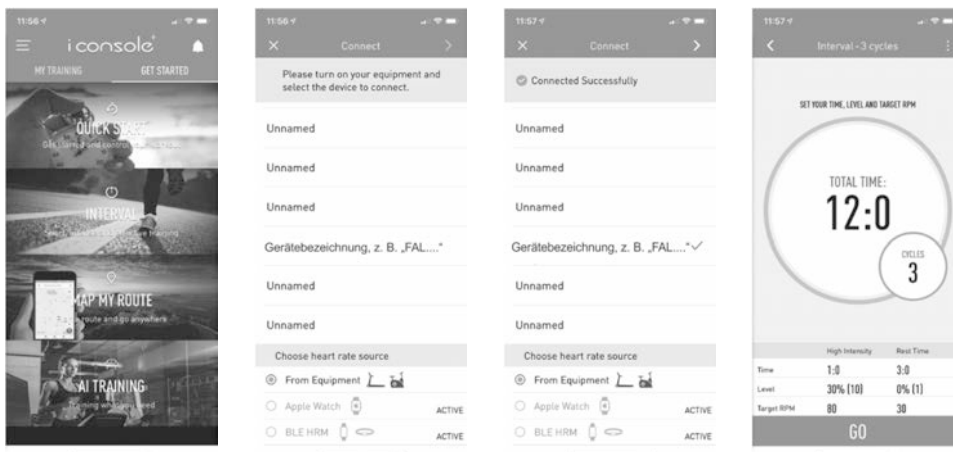
Válassza a "GET STARTED" menüpontot a menü jobb felső sarkában. Ezután válassza ki a kívánt képzési típust, például "QUICK START".

4. lépés

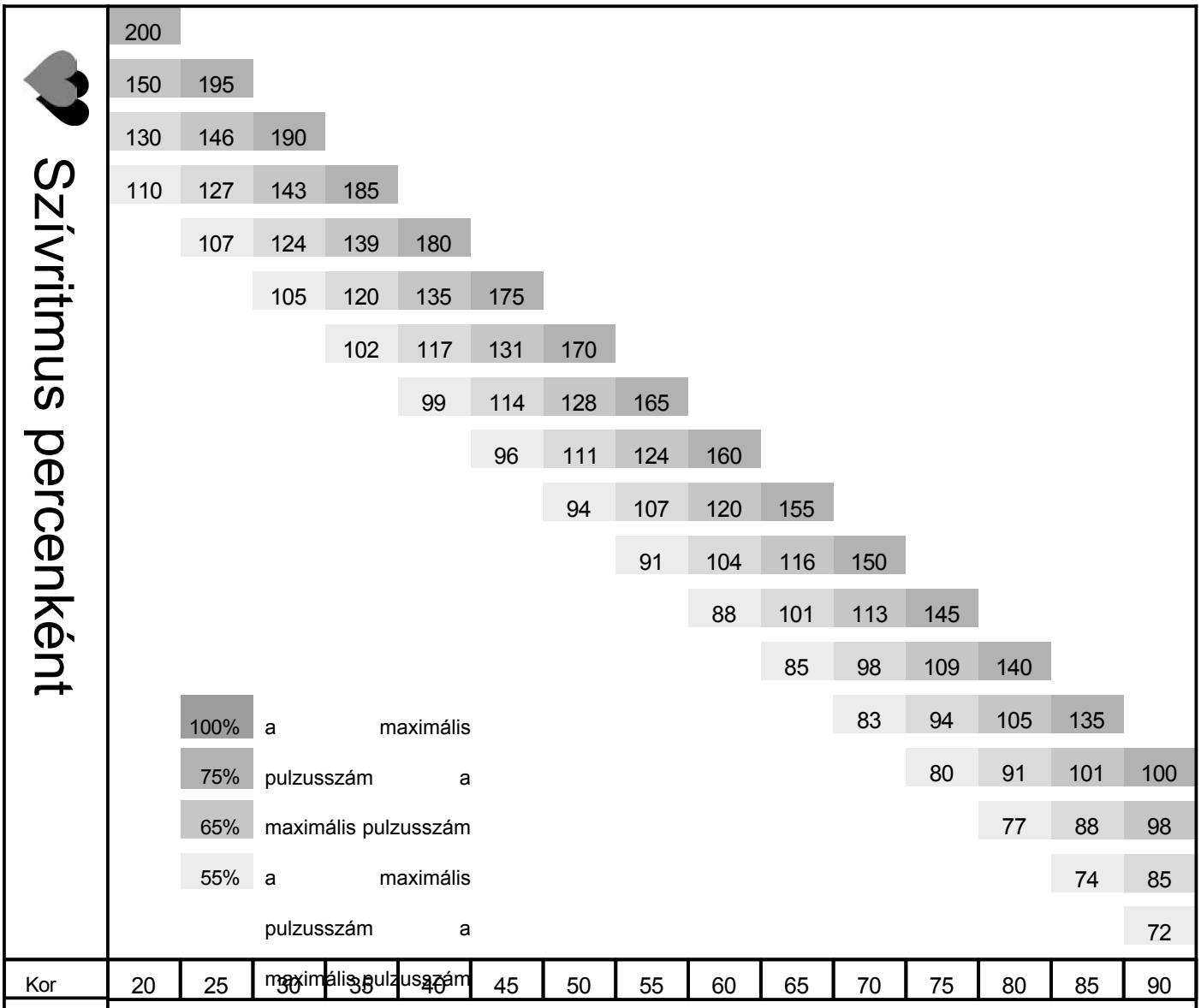
Az okostelefon vagy táblagép kijelzőjén megjelenik az elérhető Bluetooth-eszközök listája. Győződjön meg róla, hogy a gyakorlóeszköz be van kapcsolva. Válassza ki a listából az oktatóeszközt. Az edzőkészülék neve "FAL ..." vagy "MAXXUS" betűvel kezdődik. A sikeres csatlakozást követően egy pipa szimbólum jelenik meg. Az edzőkészülékét mostantól az iC + Training App tárolja, így a következő edzés alkalmával azonnal elkezdheti az edzést.

5. lépés

Miután sikeresen párosította az alkalmazást az edzőeszközével, a kijelző jobb felső sarkában lévő nyílra kattintva folytathatja az edzést.



ezért nem vállalnak felelősséget azok tartalmáért vagy jellemzőiért.



A személyes pulzusszám kiszámítása edzés közben

Számítsa ki a személyes pulzusszámát edzés közben az alábbiak szerint:

220 - életkor = maximális pulzusszám

Ez az érték az Ön maximális pulzusszámát jelenti, és alapul szolgál a személyes edzés pulzusszámának kiszámításához. Állítsa be a kiszámított pulzusszámot 100%-ra

Wellness és egészség - célzóna = a maximális pulzusszám 50-60%-a.

Ez az edzési zóna ideálisan alkalmas túlsúlyos és/vagy idősebb kezdők, vagy hosszabb edzésszünet után újrainduló emberek számára. Ebben a zónában edzve a szervezet kb. 4-6 kalóriát éget el percenként az energiatermeléshez. A kalóriánkénti százalékos arány kb. 70% zsír, 25% szénhidrát és 5% fehérje.

Zsírégetés - célzóna = a maximális pulzusszám 60-70%-a.

Ez az edzőzóna alkalmas sportolók és sportolók számára, akiknek célja a fogyás. Ebben a zónában edzve a szervezet percenként kb. 6-10 kalóriát éget el az energiatermeléshez. Az egy kalóriára jutó százalékos arány kb. 85% zsír, 10% szénhidrát és 5% fehérje.

Kondíció és fitness - célzóna = a maximális pulzusszám 70-80%-a

Ez az edzőzóna ideálisan alkalmas sportolók és sportolók számára, akik állóképességük és/vagy kondíciójuk javítását tűzték ki célul. Ebben a zónában edzve a szervezet percenként kb. 10-12 kalóriát éget el az energiatermeléshez. Az egy kalóriára jutó százalékos arány kb. 35% zsír, 60% szénhidrát és 5% fehérje.

Az edzési eredmények optimális hatásai érdekében a kiválasztott célzóna átlagértékét kell kiszámítani (lásd a fenti táblázatot is):

Wellness és egészség - célzóna átlagérték = a maximális pulzusszám 55%-

arate Zsírégetés - célzóna átlagérték = a maximális pulzusszám

65%-a Kondíció és fitness - célzóna átlagérték = a maximális pulzusszám 75%-

⚠ Figyelmeztetés a pulzus és a pulzusszám m o n i t o r o z á s á r ó l ⚠

FIGYELMEZTETÉS: A pulzus és pulzusszám ellenőrző rendszerek pontatlanok lehetnek. A túlzott edzés súlyos sérülést vagy akár halált is okozhat. Ha rosszul érzi magát és/vagy elájul, azonnal hagyja abba az edzést. Győződjön meg arról, hogy az edzőkészülék minden felhasználója ismeri, megértette és feltétel nélkül alkalmazza ezeket az információkat.

Pulzusszám-ellenőrzés kézi érzékelőkkel

A legtöbb edzőkészülék kézi pulzusérzékelőkkel van felszerelve. Ezek többnyire a pilótafülkében vagy a kapaszkodókba beépítve találhatók. Ezeket a kézi érzékelőket a pulzusszám rövid távú meghatározására használják. Ehhez egyszerre mindkét kezével le kell fednie az érzékelőket. Rövid idő múlva a kijelzőn megjelenik az aktuális pulzusszám. Ez a mérőrendszer a kézérzékelők által mért elektromos bőrellenállás változásán alapul, amelyet a szívverés okoz, ami vérnyomás-ingadozást okoz. Ezeket a változásokat egy átlagértékre összegezzük, és a kijelzőn az aktuális pulzusszámként jelenik meg.

⚠ VIGYÁZAT.

A lakosság nagy részénél az impulzusok által kiváltott bőrellenállás-változás olyan minimális, hogy a mérési eredményekből nem lehet használható értékeket levezetni. A tenyéren lévő bőrkeményedések, a nedves kéz és a test remegése, amely a testmozgás számos formájánál elkerülhetetlen, szintén megakadályozza a helyes mérést. Ilyen esetekben a pulzusérték helytelenül vagy egyáltalán nem jelenik meg.

Kérjük, hibás vagy sikertelen mérés esetén ellenőrizze, hogy ez csak egy vagy több személynél fordul-e elő. Ha az impulzus kijelzése csak egyes esetekben nem működik, a készülék nem hibás. Ebben az esetben a tartósan helyes pulzusmegjelenítés eléréséhez mellkasi öv használatát javasoljuk. Ez tartozékként kapható

Szívritmus mérés mellkasi övvel

Számos MAXXUS® tréningeszköz már alapfelszereltségként rendelkezik vevőegységgel.

A mellkasi öv használata (kizárólag a kódolatlan POLAR® mellkasi öv használatát javasoljuk) lehetővé teszi a pulzusszám vezeték nélküli mérését. A mellkasi öv tartozékként kapható.

Ez az optimális, EKG-pontos mérési mód egy jeladó mellkasi öv segítségével közvetlenül a bőrről méri a pulzusszámot.

A mellkasi öv ezután elektromágneses mezőn keresztül továbbítja az impulzust a beépített pilótafülke vevőegységéhez. Javasoljuk, hogy a pulzusszám-vezérelt programok során mindig használjon mellkasi övet a pulzusméréshez.

⚠ VIGYÁZAT

Az aktuális pulzusszám meghatározása a mellkasi öv segítségével csak az edzés közbeni aktuális pulzusszám megjelenítésére szolgál. Ez az érték semmit sem mond az edzés biztonságáról és hatékonyságáról. Emellett ez a fajta mérés semmiképpen sem orvosi diagnosztikai célokra készült vagy alkalmas.

Ezért beszélje meg háziorvosával az Ön számára legmegfelelőbb eljárást, és állítsa össze edzéstervét, mielőtt elkezdené az edzést.

Ez különösen azokra vonatkozik, akik:

- hosszú ideig nem voltak fizikailag aktívak
- túlsúlyosak
- 35 évnél idősebbek
- túl magas vagy túl alacsony a vérnyomása
- szívproblémái vannak

Ha Ön pacemakert vagy hasonló eszközt visel, a pulzusszámmérő mellkasi öv használata előtt beszélje ezt meg szakorvosával.

Felkészülés az edzés előtt

Mielőtt elkezdené az edzést, győződjön meg arról, hogy nemcsak az edzőeszköz tökéletes állapotban van, hanem a testének is fel kell készülnie az edzésre. Ezért, ha egy ideje nem végzett állóképességi edzést, forduljon házi orvosához, és végeztesse el egy fittségi vizsgálatot. Beszélje meg az edzési célját is; biztosan tud értékes tanácsokkal és információkkal szolgálni. Ez azokra vonatkozik, akik 35 év feletti, túlsúlyosak, szív- vagy keringési problémákkal küzdenek.

Képzési terv

A hatékony, célorientált és motiváló képzéshez elengedhetetlen egy előrettekintő képzési terv. Tervezze meg a fitneszedzést a napi rutin szerves részeként. Ha nincs fix terve, az edzés könnyen megzavarhatja a rendszeres kötelezettségeit, vagy folyamatosan egy másik, meghatározatlan időpontra halasztható.

Ha lehetséges, készítsen hosszú távú havi tervet, és ne csak napról napra vagy hétről hétre. Az edzéstervnek elegendő motivációt és figyelemelterelést is tartalmaznia kell az edzések során. Ideális figyelemelterelés az edzés közbeni tévénézés, mivel ez vizuálisan és akusztikusan is eltereli a figyelmet. Győződjön meg róla, hogy jutalmazza magát, és tűzzön ki reális célokat, például négy hét alatt fogyjon 1-2 kilót, vagy két héten belül növelje az edzésidőt 10 perccel. Ha elérte a célokat, akkor jutalmazza meg magát egy kedvenc ételével, amit addig nem engedett meg magának.

Bemelegítés edzés előtt

Bemelegítés az edzőeszközön 3-5 percig minimális ellenállással. Ez készíti fel a legjobban a szervezetét az edzés során érkező megerőltetésre.

Cool-Down edzés után

Ne szálljon le az edzőeszköztől azonnal, amint az edzés befejeződött. A bemelegítési szakaszhoz hasonlóan a lehüléshez is folytassa még 3-5 percig minimális ellenállással. Edzés után alaposan nyújtsa meg az izmait.

**Elülső combizmok**

Támaszkodjon a jobb kezével a falnak vagy az edzőeszköznek. Hajlítsd be a térded, és emeld hátrafelé a bal lábadat, hogy a bal kezeddal meg tudd tartani. A térdednek egyenesen lefelé kell mutatnia a padló felé. Húzza hátrafelé a lábát, amíg enyhe húzóerőt nem érez a combizmokban. Tartsa ezt a pozíciót 10-15 másodpercig. Engedje el a lábát, és álljon vissza a padlóra. Ismétlje meg a gyakorlatot a jobb lábával.

**Belső combizmok**

Üljön a földre. Húzza össze a talpát maga előtt, kissé megemelve a térdét. Fogja meg a lábfeje felső oldalát, és a könyökét helyezze a combjára. Nyomja le a combját a karjaival a padló felé, amíg enyhe húzóerőt nem érez a combizmokban. Tartsa ezt a pozíciót 10-15 másodpercig. Ügyeljen arra, hogy a felsőtestét a gyakorlat során végig egyenesen tartsa. Engedje el a nyomást a combjaiból, és lassan nyújtsa ki a lábát előre. Álljon fel lassan, egyenletesen.

**Lábak, vádli és fenék**

Üljön a földre. Nyújtsa ki a jobb lábát, és hajlítsa be a bal lábát, hogy a talpát a jobb combjára helyezze. Hajlítsa át a felsőtestét, hogy a jobb kezét kinyújthassa, hogy megérintse a jobb lábujjait. Tartsa ezt a pozíciót 10-15 másodpercig. Engedje el a lábujjakat, és lassan, egyenletesen üljön fel újra egyenesen. Ismétlje meg ezt a gyakorlatot a bal lábával.

**Láb és alsó hátizmok**

Üljön a földre, a lábát nyújtsa ki. Nyújtsa előre a kezét, és próbálja meg mindkét kezével megfogni a lábujjai hegyét. Tartsa ezt a pozíciót 10-15 másodpercig. Engedje el a lábujjakat, és lassan, egyenletesen üljön vissza egyenesen.

Hidratálás

A megfelelő folyadékpótlás elengedhetetlen az edzés előtt és közben. Egy 30 perces edzés alatt akár 1 liter folyadékot is elveszíthetünk. Ennek a folyadékvesztésnek a kompenzálására ideális az egyharmad almalé és kétharmad ásványvíz arányában kevert almaspicc, mivel elektrolitokat és ásványi anyagokat tartalmaz, amelyek pótolják azokat, amelyeket a szervezet az izzadással veszít. Az edzés kezdete előtt 30 perccel körülbelül 330 ml-t kell inni.

Ügyeljen a kiegyensúlyozott hidratáltság fenntartására a munka során.

Képzési gyakoriság

A szakértők azt javasolják, hogy heti 3-4 napon végezzünk állóképességi edzést, hogy a szív- és érrendszerünket fitten tartsuk. Természetesen minél többet edz, annál gyorsabban éri el a kitűzött edzési célt. Vedd azonban figyelembe, hogy az edzésterved során elegendő edzésszünetet kell tervezned, hogy a testednek elegendő ideje legyen a pihenésre és regenerálódásra.

Minden edzés után legalább egy nap pihenőt kell tartania. Azért is, hogy a fitness és állóképességi edzés: A kevesebb több!

Gyakorlat intenzitása

A túl gyakori edzés hibája mellett az edzés intenzitásában is hibáznak. Ha az edzési célod egy triatlonra vagy maratonra való felkészülés, akkor az edzésintenzitás biztosan magas lesz. Mivel azonban a legtöbb embernek olyan edzési céljai vannak, mint a testsúlycsökkentés, szív- / edzésedzés, fizikai állapot javítása, stresszcsökkentés stb. amire törekedni kell, az edzés intenzitását e célok eléréséhez kell igazítani. A legésszerűbb az adott edzési célnak megfelelő pulzusszámmal dolgozni. A pulzusszámra vonatkozó információk és a megfelelő táblázat ebben a kézikönyvben további segítséget nyújtanak.

Az egyéni képzés időtartama

Az optimális állóképességi vagy súlycsökkentő edzéshez az egyéni edzés időtartamának 25 és 60 perc között kell lennie. A kezdőknek és a visszatérőknek az első héten alacsony, legfeljebb 10 perces edzésidővel kell kezdeniük, majd hétről hétre lassan növelniük.

Képzési dokumentáció

A képzés hatékony megtervezéséhez és értékeléséhez írásos képzési tervet kell készítenie magának. formában vagy számítógépes táblázatként, mielőtt elkezdené a képzést

Itt kell dokumentálnia a tréninget. Az olyan adatokat, mint a távolság, az edzésidő, a fékerő beállítása és a pulzusértékek, valamint a személyes adatokat, például a testsúlyt, a vérnyomást, a nyugalmi pulzusszámot (reggel, közvetlenül ébredés után mérve) és az edzés közbeni személyes közérzetet kell rögzíteni.

Mellékelten talál egy ajánlást a heti tervhez.

Naptárhét: _____ év: 20 _____						
Dátum	Nap	Gyakorlat időtartama	Gyakorlat távolság	Kalóriefogyasztás	Ø Szívritmus	Megjegyzések
	Hétfő					
	Kedd					
	Szerda					
	Csütörtök					
	Péntek					
	Szombat					
	Vasárnap					
Heti eredmény:						

Cockpit

Megjelenítés:

- Idő
- Távolság
- Kalória fogyasztás
- Szint
- Sebesség
- Fordulat per perc
- Pulzus (a kézérzékelők használatakor)
- Szívritmus (opcionális mellkasi öv használatakor)

Műszaki részletek:

Ellenállási rendszer:	Motorizált állandó mágnes
Ellenállás beállítása:	Számítógép vezérelt
Ellenállási szintek:	1 - 16
Lendkerék súlya:	kb. 9 kg
Hajtásrendszer:	2-fokozatú bordázott öv
Beépítési méretek:	kb. 120 x 77 x 167 cm (LxBxH)
Teljes tömeg:	kb. 58,2 kg
Beépítési méretek:	135 kg
Beépítési méretek:	220-230V - 50Hz
Maximális felhasználói súly: Tápegység:	Otthoni használat

Alkalmazás:**Eltávolítás****A 2012/19/EU európai ártalmatlanítási rendeletek**

Ne dobja ki az edzőkészüléket a normál háztartási szemétbe.

A készüléket kommunális hulladékgyűjtő létesítményben vagy bejegyzett hulladékkezelő cégnél kell ártalmatlanítani.

Tartsa be az érvényes előírásokat, amelyek ennek megfelelően alkalmazandók. Kétség esetén kérjen tanácsot a helyi kormányhivaltól.

vagy a megyei tanácsot, hogy hol lehet a készüléket megfelelően és környezetkímélő módon ártalmatlanítani.

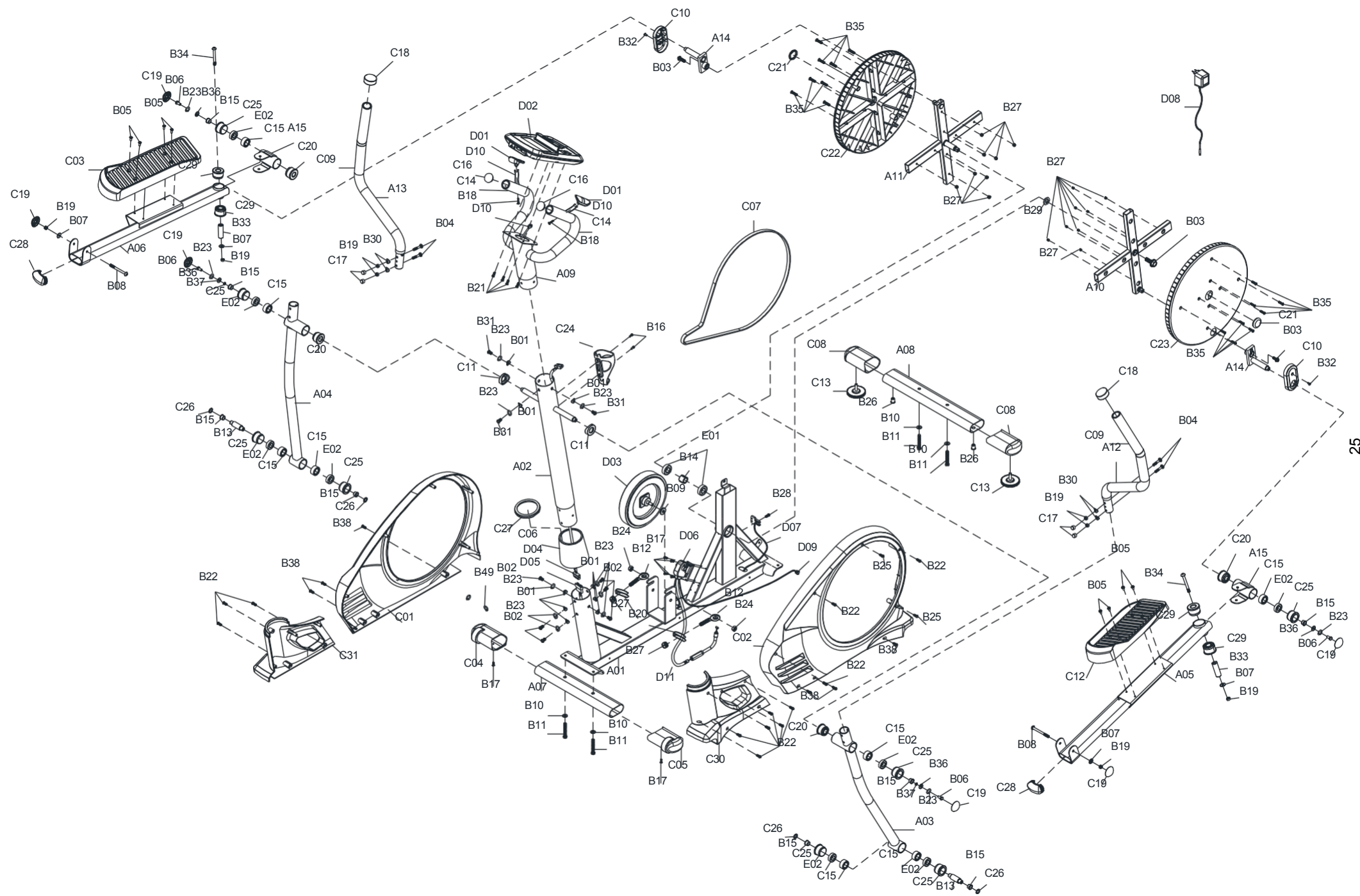
Akkumulátorok / újratölthető akkumulátorok

Az elemeket és az újratölthető elemeket soha nem szabad a háztartási szemétbe dobni.

Felhívjuk figyelmét, hogy minden akkumulátor mérgező anyagokat tartalmazhat, és minden fogyasztónak törvényi kötelessége ártalmatlanítani a következő anyagokat

ezeket a megfelelő gyűjtőhelyen, akár a helyi kormányhivatalban, a megyei tanácsnál vagy a kiskereskedelmi üzletben.

Ha kétségei vannak, kérjen tanácsot a helyi kormányhivaltól vagy a megyei tanácstól, hogy hol lehet az akkumulátorokat megfelelően és környezetkímélő módon ártalmatlanítani. Csak akkor szabaduljon meg az akkumulátortól, ha az kiürült.



Cikkszám	Leírás	Mennyiség
A01	Főkeret	1
A02	Függőleges oszlop	1
A03	Kettős működésű kar /L	1
A04	Kettős működésű kar /R	1
A05	Lábcső /L	1
A06	Lábcső /R	1
A07	Első stabilizátor cső	1
A08	Hátsó stabilizátor cső	1
A09	Papíráru fogantyú	1
A10	Kereszt főkeret /L	1
A11	Kereszt főkeret /R	1
A12	Dual Action kormánycső /L	1
A13	Dual Action kormánycső /R	1
A14	Rövid kurbli	2
A15	Forgatható rúd csatlakozó konzol	2
B01	M8 görbe alátét	3
B02	M8 imbuszkulcsos csavar	6
B03	M8-as csavar	3
B04	M8 kocsiszekerény csavar	4
B05	M6 csavar	8
B06	M8-as hatlapú csavar	4
B07	5/16" alátét	2
B08	M8 imbuszkulcsos csavar	2
B09	Mosógép	1
B10	3/8" alátét	6
B11	3/8" hatlapú csavar	4
B12	M6-os csavar	2
B13	A tengely	2
B14	Távtartó	1
B15	Köpeny távtartó	8
B16	M5 hüvelyes csavar	2
B17	M4 csavar	8
B18	M3 csavar	2
B19	M8 nejlon anya	6
B20	Csavaros állítási konzol	2
B21	Csavar a számítógéphez	4
B22	M5 önmetsző csavar	20
B23	Rugós alátét M8	13

Cikkszám	Leírás	Mennyiség
B24	M10 anya	2
B25	M5 önmetsző csavar	2
B26	Szegecsanya	2
B27	M6 nejlon anya	18
B28	#8 csavar	1
B29	M20 anya	1
B30	M8 görbe alátét	10
B31	M8-as csavar	3
B32	M6 csavar	2
B33	A tengely	2
B34	M8-as csavar	2
B35	M6 csavar	16
B36	Mosógép	4
B37	Mosógép	2
B38	3/16" önmetsző csavar	6
C01	Főfedél /R	1
C02	Főfedél /L	1
C03	Lábpedál /R	1
C04	Kerékfedél /R	1
C05	Kerékfedél /L	1
C06	Csavaros fedél	1
C07	Öv	1
C08	Magasságállító sapka	2
C09	Foam Grip	2
C10	Lemezfedél távtartó	2
C11	Függőleges cső távtartó	2
C12	Lábpedál /L	1
C13	Állítható lábpárna	2
C14	Kézi markolat	2
C15	Csapágyház	8
C16	Plug	2
C17	Dió sapka	4
C18	Dome End Cap	2
C19	Dió sapka	4
C20	Hüvely-szabványos	4
C21	Lemezfedél dugó	2
C22	Lemezfedél /R	1
C23	Lemezfedél /L	1

Pótalkatrészek listája

Cikkszám	Leírás	Mennyiség
C24	Vizes palack tartó	1
C25	Csapághüvely	8
C26	Mosógép Ø14	4
C27	Gumi tömítés	1
C28	Plug	2
C29	Hüvely-szabványos	4
C30	Címlap /L	1
C31	Címlap /R	1
D01	Kézi pulzusérzékelő	1Készlet
D02	Számítógép	1
D03	Mágneses lendkerék	1

Cikkszám	Leírás	Mennyiség
D04	Kábel	1
D05	Kábel	1
D06	Motor kábel	1
D07	Érzékelő kábel	1
D08	AC adapter	1
D09	AC dugó kábel	1
D10	Kézi impulzus kábel	1
D11	Motor feszítő kábel	1
E01	Csapágy 6004	2
E02	Csapágy 6003	8

Az edzőkészülékem hangokat ad ki edzés közben - ez normális?

Az Ön MAXXUS® edzőkészüléke kiváló minőségű golyóscsapágyakkal és barázdált szíjjal van felszerelve. Ezenkívül kiváló minőségű mágneses fékrendszerrel is rendelkezik, amely teljesen kopás- és súrlódásmentes. Mindezek a rendkívül jó minőségű alkatrészek biztosítják, hogy minden működési zaj nagyon lecsökken. Az Ön MAXXUS® edzőkészüléke az egyik legcsendesebb termék a fitneszpiacon. Azonban lehetséges és normális, hogy edzés közben enyhe mechanikai zajok észlelhetők. Ezeket a mechanikus zajokat, amelyek vagy folyamatosan, vagy néha bizonyos időközönként jelentkeznek, a lendkerék nagyon magas forgási sebessége okozza. Emellett a mozgó alkatrészek is generálhatnak hangokat edzés közben, amelyeket a váz üreges fémcsövei felerősítenek. Az is teljesen normális, hogy a futóhangok az edzés során felerősödnek. Ez az edzési sebesség növekedésével, valamint azzal magyarázható, hogy a készülék alkatrészei edzés közben felmelegednek és kitágulnak.

A pilótafülke nem mutat semmit a kijelzőn, amikor bekapcsolom.

Ellenőrizze, hogy a tápkábel megfelelően van-e csatlakoztatva a készülékhez és megfelelően be van-e dugva az aljzatba, és/vagy nem sérült-e meg. Ellenőrizze, hogy a vezérlőkábel nem szorult-e be vagy akad-e el az összeszerelés során és/vagy nem lazult-e meg a csatlakozó.

A pulzusszám értéke nem jelenik meg, vagy helytelenül van feltüntetve.

Kérjük, olvassa el a "Pulzus és pulzusszám mérése" című fejezetet ebben a kézikönyvben.

A kézi pulzusszám érzékelők nem működnek

Ellenőrizze, hogy a kézérzékelő kábele nem szorultak-e be vagy nem akadtak-e el az összeszerelés során.

A sebesség és a távolság értékei az edzés során "0"-nak vannak feltüntetve.

Ellenőrizze, hogy a vezérlőkábel nem szorult-e be vagy akad-e el az összeszerelés során és/vagy nem lazultak-e meg a csatlakozások.

Az edzőkészülékem nyikorgó hangokat ad ki edzés közben.

Ellenőrizze, hogy az oktatóeszköz egyenesen és laposan áll-e a talajon. Ha nem, állítsa be újra a lábtartókat. Ellenőrizze, hogy a csavarok a csuklós az ingacsövek és a pedálok közötti csuklót biztonságosan meghúzzák.

A lábam elalszik edzés közben.

Ennek oka gyakran az, hogy az edzőcipő túl szorosra van húzva. A lábad terhelésekor kitágul, ezért lazábban kell felhúznod a cipődet. Ezzel kapcsolatban sportboltokban vagy futócipő szaküzletekben is kaphat tanácsot.

Ajánlott tartozékok

Ezek a tartozékok a legjobban alkalmasak az Ön edzőkészülékével való használatra. Minden termék elérhető a www.maxxus.com webáruházunkban.

POLAR® jeladó mellkasi öv T34 (kódolatlan)

Mellkasi pánt a pulzusszám meghatározására optimalizált átviteli tartományokkal. Kötelező tartozék a pulzusvezérelt programok alkalmazásához és az aktuális pulzusszám folyamatos meghatározásához.

**MAXXUS® padlóvédő szőnyegek**

Rendkívüli sűrűségének és 0,5 cm-es anyagvastagságának köszönhetően ez a szőnyeg tökéletes védelmet nyújt a padló és a padlóburkolatok számára a sérülések, karcok és a test izzadtsága által okozott szennyeződések ellen. A futás és a mozgás által okozott zajok jelentősen csökkennek.

A következő méretekben kapható:

- 160 x 90 cm
- 210 x 100 cm

MAXXUS® Zsírtalanító spray - Optimális tisztítószer a szennyeződések eltávolításához és a vezetősövek és görgőfelületek.

MAXXUS® kenőspray - Optimális kenés a vezetősövekhez.

MAXXUS® antisztatikus spray - Hatékony a keretekben, ruházatban és edzőkomputerekben keletkező statikus töltések ellen. A szőnyegen vagy szintetikus padlón elhelyezett eszközök statikusan feltöltődnek. A MAXXUS® Anti-Static Spray megakadályozza ezt.

A MAXXUS® antisztatikus spray-vel kezelt szintetikus felületek nem vonzzák olyan gyorsan a port, és hosszabb ideig maradnak tiszták.

MAXXUS® Speciális habos tisztítószer - Használja az edzőkészülék rendszeres tisztításához. A műanyag borítások és a fémkeretek könnyen tisztíthatók és tökéletesen karbantarthatók a MAXXUS® Speciális habtisztítóval. Alkalmas az impulzusszíjak és

egyéb edzőtartozékok tisztítására is.

Ahhoz, hogy a MAXXUS® ügyfélszolgálat a lehető leggyorsabban tudjon segíteni Önnek a szervizelésben, about your fitness device and about you. To find the exact spare parts required, we will need the product name, szükségünk van bizonyos adatokra, a vásárlás dátumára és a sorozatszámra.
If necessary, please fill out completely the Repairs Contract/Damage Report form attached to this User Manual és küldje el nekünk postán vagy faxon.

Alkalmazási területek és garanciális időszakok

Depending on the model, fitness devices from MAXXUS® are suitable for use in different areas. Find the appropriate area of use for your fitness device from the "Technical Data" in this User Manual.

Otthoni használat:

Kizárólag magánhasználatra
Garanciaidő: 2 év

Félprofesszionális használat:

Használja utasítás szerint szállodákban, fizioterápiás rendelőkben
Use in a fitness studio or similar establishment is hereby excluded!
stb. Garanciális időszak: 1 év

Professzionális használat:

Use in a fitness studio or similar establishment under supervision by trained personnel.
Jótállási időszak: 1 év

Az edzőkészülék olyan területen történő használata, amely nem alkalmas a készülék számára, a garancia azonnali megszűnését vonja maga után, és megszűnik a garancia igénybevételének joga!

A kizárólag magáncélú használat és a 2 éves garanciaidő feltételezi, hogy a vásárlási számlát a végfelhasználónak állítják ki.

A vásárlás és a sorozatszám igazolása

A jótállási időn belüli szervizmunkákra való jogosultság igényléséhez minden esetben szükségünk van a vásárlás igazolására. A vásárlást igazoló bizonylatot vagy a vásárlási számlát őrizze meg biztonságos helyen, és garanciális esetekben küldje el nekünk egy másolatát a következőkkel együtt with your Repairs Contract/Damage Notification. This will ensure that we can process the service work as quick-mint lehetséges. Annak érdekében, hogy be tudjuk azonosítani, hogy melyik modellváltozatot kell megfelelően karbantartani, szükségünk lesz;
A termék neve, sorozatszáma és a vásárlás dátuma.

Jótállási feltételek:

Az Ön oktatóeszközére vonatkozó jótállási idő a vásárlás napján kezdődik, és kizárólag azokra a termékekre vonatkozik, amelyeket közvetlenül a MAXXUS Group GmbH & Co KG-tól vagy a MAXXUS Group GmbH & Co KG közvetlen és meghatalmazott forgalmazó partnereitől vásárolt.

A garancia a gyártási vagy anyaghibák által okozott hibákra vonatkozik, és csak a Németországban vásárolt készülékekre vonatkozik. A garancia nem vonatkozik a vétkes nem rendeltetésszerű használat, gondatlan vagy szándékos megsemmisítés, a karbantartási és/vagy tisztítási intézkedések elmulasztása vagy elmulasztása, valamint vis maior miatt bekövetkezett károkra vagy hibákra, üzemeltetési okok és a normál elhasználódás, folyadékok behatolása által okozott károk, az alábbiak által okozott károk. repairs or modifications made with spare parts from a different supplier. A garancia nem vonatkozik a hibás összeszerelésből eredő károkra vagy a hibás összeszerelés miatt bekövetkező károkra sem. Bizonyos alkatrészek a használat során vagy a normál elhasználódás következtében elhasználódnak. Ide tartoznak például a következők:

- Golyóscsapágyak ▪ Csapágyhüvelyek ▪ Csapágyak ▪ Hajtósíjak ▪ Görgők
 - Kapcsolók és nyomógombok ▪ Futószalagok (szalagok) ▪ Futószalagok (futófedélzet) A
- kopó alkatrészek elhasználódásának jelei nem tartoznak a garancia hatálya alá.

A nem németországi készülékekre vonatkozó garanciális szervizszolgáltatással vagy garanciális javítási kérésekkel kapcsolatos segítségért kérjük, forduljon a MAXXUS Group GmbH & Co KGM szervizosztályához a következő e-mail címen: service@maxxus.de, és mi szívesen segítünk.

Jótálláson kívüli szerviz és pótalkatrészek rendelése

A MAXXUS® szervizcsapat szívesen segít a garanciális időszak lejártá után felmerülő hibákkal kapcsolatos problémák megoldásában, illetve a garancia által nem fedezett hibák esetén. Ebben az esetben kérjük, vegye fel velünk a kapcsolatot közvetlenül a következő e-mail címen:

service@maxxus.de

A pótalkatrészekre vagy kopott alkatrészekre vonatkozó megrendeléseket a termék nevével, a pótalkatrész leírásával és számával, valamint a szükséges mennyiséggel együtt kell elküldeni a következő címre:

service@maxxus.de

Please be informed that additional fixing materials such as screws, bolts, washers etc are not included in the az egyes pótalkatrészek szállítási terjedelme. Ezeket külön kell megrendelni.

MAXXUS

Eszköz részletei

Termék neve: **RunMAXX 3.0**Termékcsoport: **Futópad**

Sorozatszám: _____

Számola száma: _____

A vásárlás dátuma: _____

Hol vásárolták: _____

Tartozékok: _____

Felhasználás típusa:

 Magánhasználat Kereskedelmi felhasználás

Személyes adatok

Cég: _____

Kapcsolattartó személy: _____

Vezetéknév: _____

Második név: _____

Utca: _____

Házzám: _____

Irányítószám / Város: _____

Ország: _____

E-mail: _____

Tel.szám: _____

Fax. Faxszám *: _____

Mobilszám *: _____

* The fields marked with an asterisk are optional. The remaining fields are mandatory fields that must be completed.

Hiba Leírás

Kérjük, adja meg a hiba minél pontosabb rövid leírását az alábbiakban:

(Például mikor, hol és hogyan fordul elő a hiba? Gyakoriság, milyen időszak után, milyen használatnál stb.....)

 A vásárlást igazoló bizonylat / számla / nyugta másolatát csatoljuk. Elfogadom a MAXXUS® Group GmbH & Co. KG.

Ezúton utasítom a MAXXUS® Group GmbH & Co. KG-t a fenti hibák kijavítására. Garancia esetén a költségeket nem számoljuk fel nekem. A minőségi hibákért való felelősségből kizárt javítási költségek engem terhelnek, és azokat nekem kell kiegyenlíteni. immediately. In cases of repairs carried out on site, our staff are entitled to collect payment. This agreement is confirmed with here with az aláírásom.

Dátum

Helyszín

Aláírás

Felhívjuk figyelmét, hogy a szerződéseket csak akkor lehet feldolgozni, ha ez a nyomtatvány teljes egészében kitöltésre került. Feltétlenül csatolja a vásárlási számla másolatát. A teljesen kitöltött szervizszerződést küldje el a következő címre:

Post*: Maxxus Group GmbH & Co KG, szervizosztály, Nordring 80, 64521 Gross-Gerau**Fax:** +49 (0) 6151 39735 400**E-mail**:** service@maxxus.de

* Please stamp with sufficient postage – letters which are not sent postage paid will unfortunately not be accepted.

** Az e-mailben történő benyújtás csak eredeti aláírással ellátott, szkennelt dokumentumként lehetséges.

You are welcome to use our online form "Service Contract" which you will find under the "Service" section at www.maxxus.com

MAXX US

LEADING BEYOND FITNESS
EK



Maxxus Group GmbH & Co. KG
Nordring 80
D-64521 Gross-Gerau
Németország E-Mail:
info@maxxus.de
www.maxxus.com