

Vitarid-r

INSTRUCTION MANUAL
MANUAL DE INSTRUCCIONES



Model/ Modelo SC0130716A

Dragi potrošači,

Hvala na kupovini Vitarider sobnog bicikla. Dobili ste pametnu alternativu za nesigurnu vožnju pravog bicikla. Inovativni prenosivi Vitarider sobni bicikl Vam omogućava da ga koristite dok sedite gde god želite: na fotelji, sofi, kancelarijskoj stolici i da lako vežbate Vaše butine, listove i ligamente kao i nadlaktice, podlaktice i zglobove. Posедује podešavač napora za pedale i upravljač, napravljen je od čelika sa premazom protiv klizanja. Jednostavan je za nošenje, lagan je, lak za odlaganje i njegova visina se može prilagoditi. Redovno vežbanje je korisno, pa zašto ne vežbati u udobnosti Vašeg doma?

PRE UPOTREBE

Ovo je sprava za vežbanje ruku i nogu sa niskim otporom, pomaže poboljšanju cirkulacije kao i oporavku prilikom rehabilitacije nakon povreda kada se ne dozvoljava korišćenje konvencionalnih sprava za vežbanje. Pokretima kao prilikom vožnje bicikla, Vitarider omogućava podesiv otpor za jačanje mišića šaka, ruku i nogu.

Vitarider se mora postaviti na ravnu površinu na podu i treba vežbati iz pozicije sedenja (sedeći na stolici, fotelji ili krevetu). NIKAKO ne koristiti prilikom stajanja, jer može doći do povreda. Pobrinite se da su račve bicikle raširene do maksimuma kako bi se osigurala pravilna upotreba i idealna stabilnost Vitarider sobnog bicikla. Nemojte koristiti Vitarider ukoliko račve bicikle nisu kompletno raširene.

Proverite pre upotrebe da li postoji oštećenje delova. Proverite sve konektore i pobrinite se da su dobro zategnuti i na mestu. Posavetujte se sa svojim lekarom pre nego što započnete bilo koji novi program vežbanja.

RUKOVANJE

Kako bi podesili otpor:

Okrenite donji točak za podešavanje otpora kako bi prilagodili otpor na pedalama. Okrenite u pravcu kazaljke na satu kako bi povećali otpor, okretanje pedala će biti teže. Okrenite u pravcu suprotnom od pravca kazaljke na satu kako bi smanjili otpor, okretanje pedala će biti lakše. Isto možete uraditi i sa gornjim točkom za podešavanje otpora kako bi povećali ili smanjili otpor na pedalama za ruke.

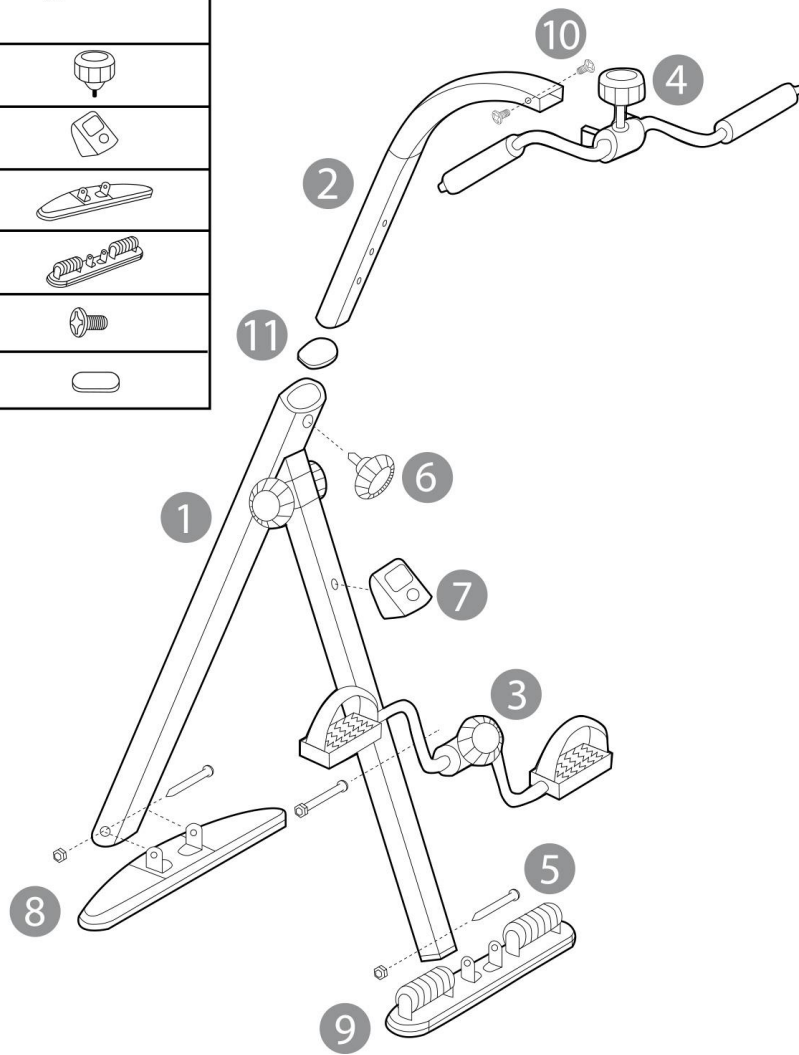
ČIŠĆENJE I ODRŽAVANJE

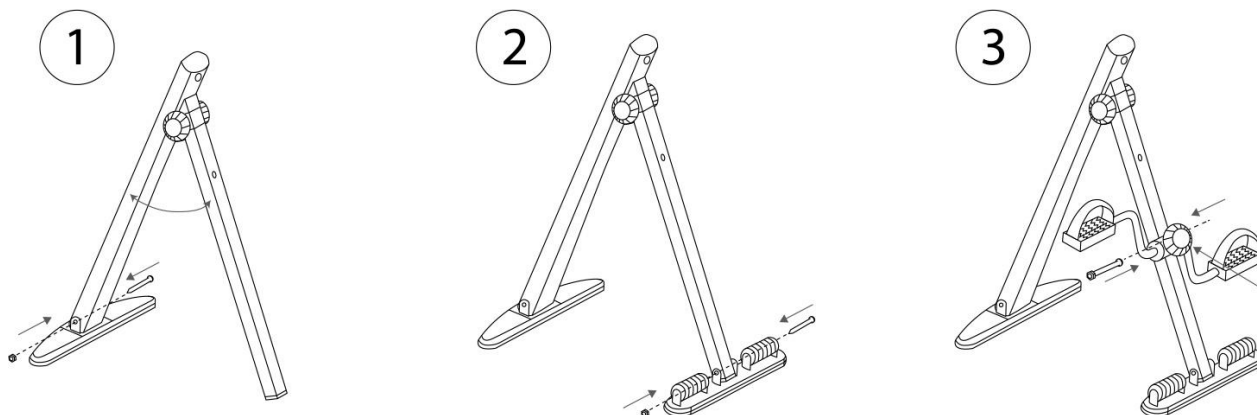
Proverite Vitarider sobni bicikl pre upotrebe i kasnije ga redovno proveravajte. Osigurajte da svaki navoj, zavrtnj i druge konekcije budu osigurane i dobro zategnute kako bi Vaša oprema za trening bila u stanju za sigurnu upotrebu. Periodično proveravajte sve pokretne delove i držače kako bi videli da li ima znakova habanja. Ako postoji problem ili je potrebna zamena delova, **PRESTANITE SA KORIŠĆENJEM**. Nemojte koristiti dok se oprema ne popravi. Podmazivanje svih pokretnih delova je od suštinskog značaja za dugotrajnost i optimalan rad na Vašem Vitarider sobnom biciklu. Preporučujemo korišćenje čistog Aerosol-a, silikonskog ili Teflon spreja. **NE KORISTITE** podmazivače na bazi ulja, jer će privući prašinu, prljavštinu i nečistoću, što može da utiče na efikasnost upotrebe Vitarider sobnog bicikla.

INSTRUKCIJE ZA MONTAŽU

Pročitajte ove instrukcije pažljivo pre montaže i upotrebe. Sačuvajte ih kako bi kasnije mogli ponovo da pročitate ukoliko je potrebno. Uporedite dobijene delove sa listom kako bi utvrdili da su svi delovi tu.

1	Račve bicikla	1	
2	Gornji deo račve bicikla	1	
3	Pedale za noge	1	
4	Pedale za ruke	1	
5	Šraf, matica i podloška	3	
6	Točak za podešavanje nivoa otpora	1	
7	Monitor	1	
8	Prednja baza	1	
9	Zadnja baza	1	
10	Šraf i podloška	2	
11	Poklopac	1	





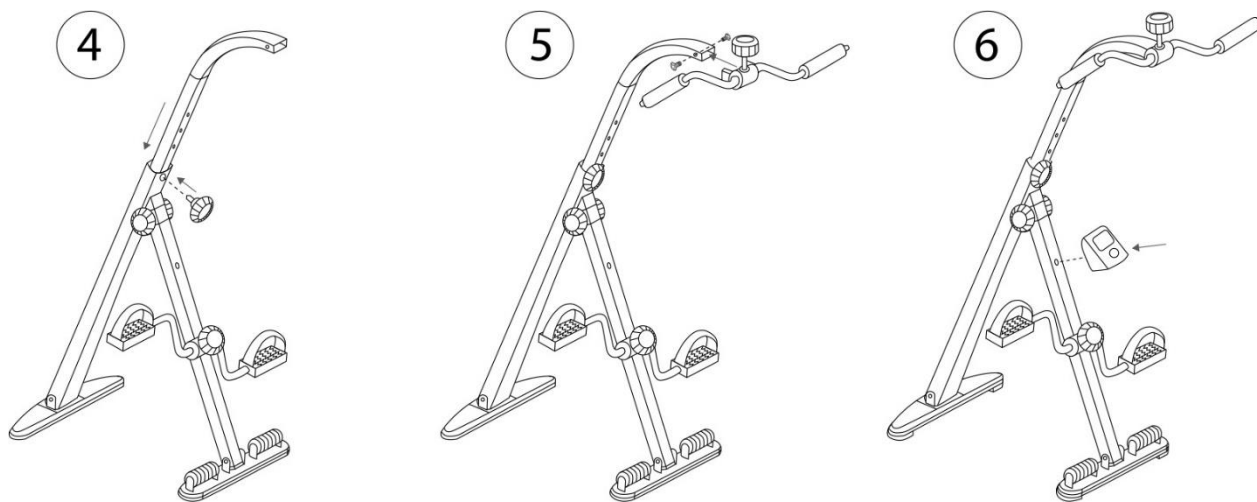
OSNOVNA MONTAŽA

Raširite račve bicikla do maksimalnog nivoa i učvrstite ih uz pomoć točka za podešavanje nivoa napora **UVEK VODITE RAČUNA DA JE OVAJ DEO OTVOREN DO MAKSIMALNOG NIVOA KAKO BI OSIGURALI PRAVILNU UPOTREBU I IDEALNU STABILNOST VITARIDER SOBNOG BICIKLA.**

KORAK 1. Fiksirajte prednji deo račve u pravilan položaj koristeći šrafčiger i ključ kako bi zategli šraf, podlošku i maticu dok ne budu dobro zategnuti i osigurani.

KORAK 2. Fiksirajte zadnji deo račve u pravilan položaj koristeći šrafčiger i ključ kako bi zategli šraf podlošku i maticu dok ne budu dobro zategnuti i osigurani.

KORAK 3. Fiksirajte pedale na račvu koristeći šrafčiger i ključ kako bi zategli šraf, podlošku i maticu dok ne budu dobro zategnuti i osigurani. Točak na pedalama treba da bude sa desne strane, na račvi na kojoj stoji | senzori.



KORAK 4. Ubacite gornji deo račve u donji i fiksirajte na najboljoj poziciji za Vas, pritegnite uz pomoć točka za podešavanje nivoa otpora (u slučaju da želite da koristite samo donje pedale za jačanje nogu, bez korišćenja dela za jačanje ruku, molimo Vas umesto gonjeg dela račve stavite samo plastični poklopac na rupu gde bi gornji deo račve trebao da bude).

KORAK 5. Fiksirajte pedale za ruke na gornji deo račve koristeći šrafčiger i ključ kako bi zategli šraf podlošku i maticu dok ne budu dobro zategnuti i osigurani.

KORAK 6. Pričvrstite monitor na delu račve iznad pedala za noge (pogledajte instrukcije na sledećoj strani).

INSTALACIJA MONITORA

KORAK 1. Ubacite muški deo priključka sa glavne račve u ženski deo priključka na pozadini monitora.

KORAK 2. Monitor fiksirajte na račvu bicikle kao na slici.

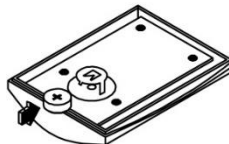
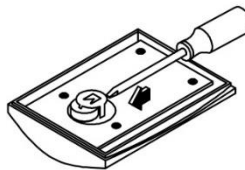
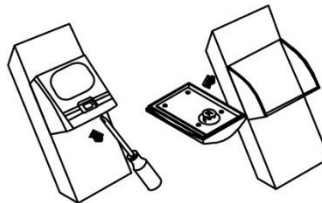
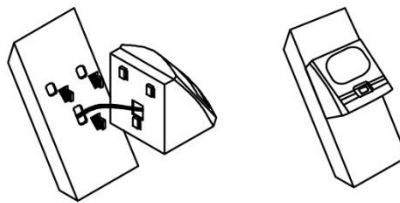
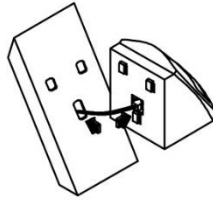
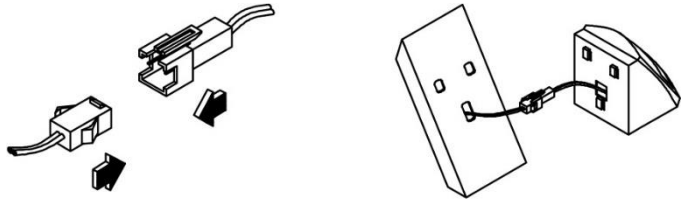
KORAK 3. Fiksirajte 3 kukice na poledjini monitora u 3 otvora na račvi bicikle kako bi završili instalaciju.

ZAMENA BATERIJA

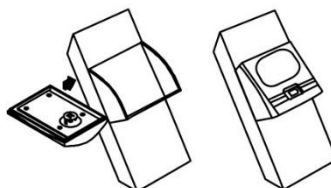
KORAK 1. Otvorite poklopac na monitoru koristeći mali šrafciğer

KORAK 2. Uklonite LR 44 baterije sa njihovog mesta

KORAK 3. Stavite nove LR 44 baterije (pozitivna + strana na gore) na mesto



⊕ Positive
⊖ Negative



KORAK 4. Pritisnite poklopac na monitoru kako bi ga zatvorili.

UPUTSTO ZA UPOTREBU MONITORA

CNT mod (broj okreta pedala): Ovaj mod omogućava brojanje okreta pedala koje napravite svaki put kada koristite Vitarider sobni bicikl.

TM mod (vreme): Ovaj mod omogućava da merimo vreme korišćenja Vitarider sobnog bicikla. Kada prestanemo sa okretanjem pedala, timer se zaustavlja I nastavlja da broji kada ponovo počnemo.

CAL mod (kalorije): Ovaj mod omogućava brojanje kalorija koje sagorevamo korišćenjem Vitarider sobnog bicikla.

DIST mod (razdaljina): Ovaj mod omogućava da znamo razdaljinu koju smo fiktivno prešli sa Vitarider sobnim biciklom. Mi putujemo 0,01 km na svakih 50 okreta koje napravimo pedalama.

TCNT mod (total brojač okreta pedala): Ovaj mod omogućava brojanje okreta pedala od momenta kada smo prvi put počeli sa upotrebom Vitarider sobnog bicikla. Ova funkcija se jedino može resetovati promenom baterija na monitoru.

STOP mod: STOP signal se pojavljuje kada stanemo sa okretanjem pedala I nestane kada ponovo počnemo sa okretanjem.

SCAN mod: Odabirom SCAN opcije, CNT / TM / CAL / DIST / TCNT modovi se pojavljuju naizmenično na monitoru svakih 4 sec.

Da bi resetovali I stavili sve markere na 0, pritisnite crveno dugme na monitoru na 4 sekunde. To će resetovati sve modove izuzev TCNT moda, koji se jedino može resetovati menjanjem baterija na monitoru.

Kako koristiti:

1. Da bi upalili monitor pritisnite crveno dugme. Brojač na 0 I STOP signal će se pojaviti.
2. Pritisnite crveno dugme, koliko god puta je neophodno, dok ne udjete u mod koji želite da vidite na monitoru I tada počnite sa okretanjem pedala. Dok vežbate, možete pritisnuti crveno dugme da bi promenili mod I videli napredak ili ići na SCAN mode da bi se pojavile različite mogućnosti na monitoru.
3. Na kraju vežbanja, monitor se automatski isključuje nakon 4 min ne korišćenja Vitarider sobnog bicikla.

INSTALACIJA BATERIJA

Monitor radi uz pomoć dugme baterije. U uslovima normalne upotrebe, baterija može da traje do 6 meseci. Da bi promenili bateriju, otvorite poklopac monitora, odstranite iskorišćene baterije I ubacite nove.

VAŽNA SIGURNOSNA UPUTSTVA

1. Pročitajte sve instrukcije I sačuvajte ih.
2. Da bi montirali Vitarider sobni bicikl potreban Vam je 6mm krstasti šrafciğer I 6mm šestostrani ključ
3. Ako imate bilo kakva pitanja u vezi Vašeg fizičkog stanja ili patite od bilo kakvog medicinskog poremećaja, uvek se prethodno konsultujte sa svojim lekarom pre upotrebe Vitarider sobnog bicikla. Ako prilikom upotrebe osećate slabost, nesvesticu ili bol prestanite sa upotrebom I konsultujte se sa svojim lekarom.
4. Nije preporučena upotreba bez odgovarajuće supervizije odraslih.
5. Ova sprava nije dizajnirana da je koriste (uključujući I decu) osobe sa fizičkim ili mentalnim poremećajima osim ukoliko su pod supervizijom osobe odgovorne za njihovu sigurnost ili datim uputstvima kako spravu da koriste.
6. Treba voditi računa prilikom montaže I demontaže Vitarider sobnog bicikla
7. Vitarider sobni bicikl nije medicinska sprava

ODLAGANJE

- Vodite računa o okolini
- Pakovanje odložite u skladu sa lokalnim regulativama za odlaganje otpada
- Odložite papir i karton odvojeno od plastičnih kesa u odgovarajuće kontejnere
- Odložite spravu nakon isteka njenog životnog veka u skladu sa regulativama iz ekologije

UPOZORENJE

Ovaj proizvod je namenjen samo za kućnu upotrebu.

1. Držite Vitarider sobni bicikl prilikom upotrebe dalje od dece
2. Pre upotrebe, proverite sve konekcije i pobrinite se da su čvrsto pritegnute i na mestu
3. Ne koristite u stojećem položaju
4. Okretanje pedala može izazvati povrede.
5. Vitarider sobni bicikl ne koristi točkove
6. Brzina okretanja pedala treba biti korigovana i pod kontrolom.
7. Vitarider sobni bicikl treba koristiti tek nakon detaljnog čitanja uputstva.

TEHNIČKE KARAKTERISTIKE

Maksimalno opterećenje (2 pedale): 20 kg

Maksimalno opterećenje (2 masažna rolera): 10 kg

Težina proizvoda: 4,3 kg

Mere: d58xš46xv92 cm

VAŽNO: Vitarider sobni bicikl postaviti na tepih ili neklizajuću prostirku. Sedeti na stabilnoj stolici, fotelji ili krevetu.