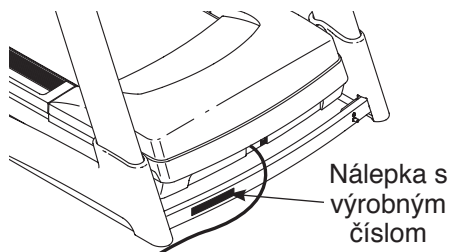


Č. modelu NETL19810.0

Výrobné č. _____

Výrobné číslo si zapíšete do priestoru uvedeného vyššie pre prípad potreby.



OTÁZKY?

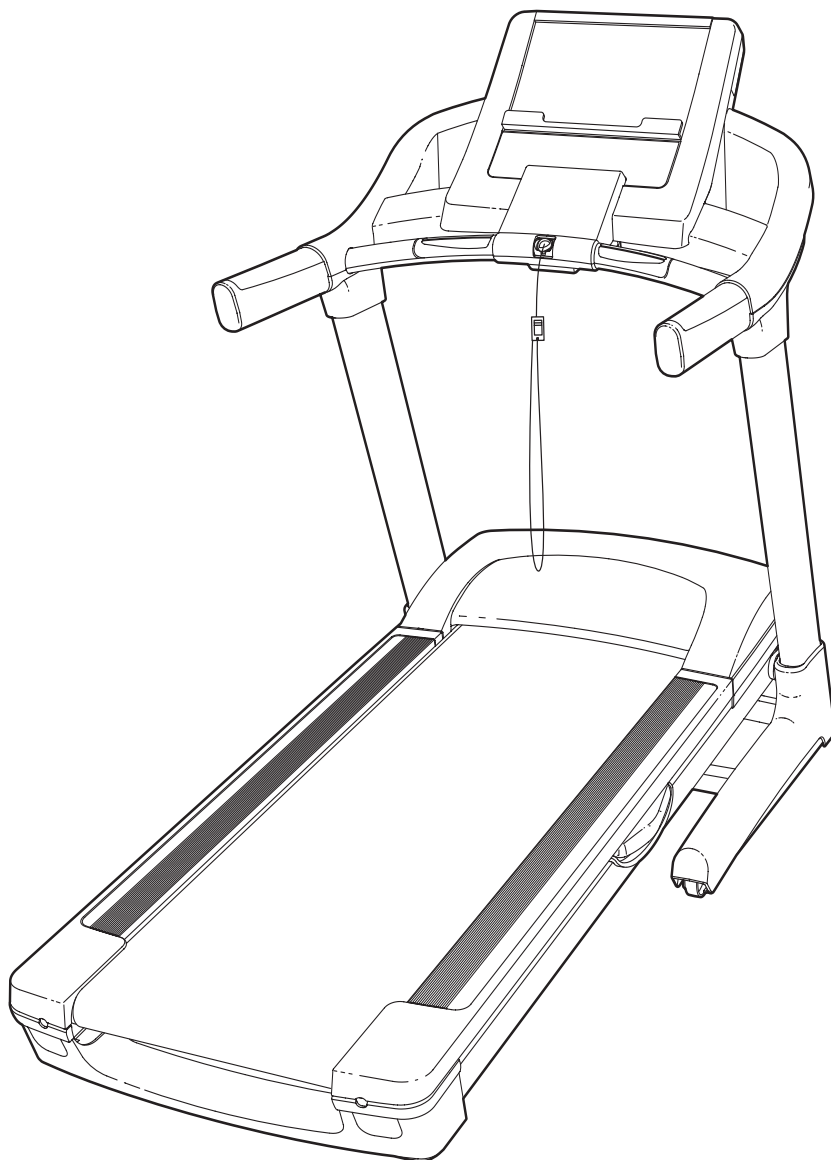
Ak máte otázky, alebo ak sú súčasti poškodené, resp. chýbajú, kontaktujte prosím predajňu, v ktorej ste si tento výrobok zakúpili.

Navštívte našu webovú stránku:
www.iconsupport.eu

⚠ UPOZORNENIE

Pred použitím tohto zariadenia si prečítajte všetky preventívne opatrenia a pokyny v tomto návode. Tento návod si uschovajte pre budúcu potrebu.

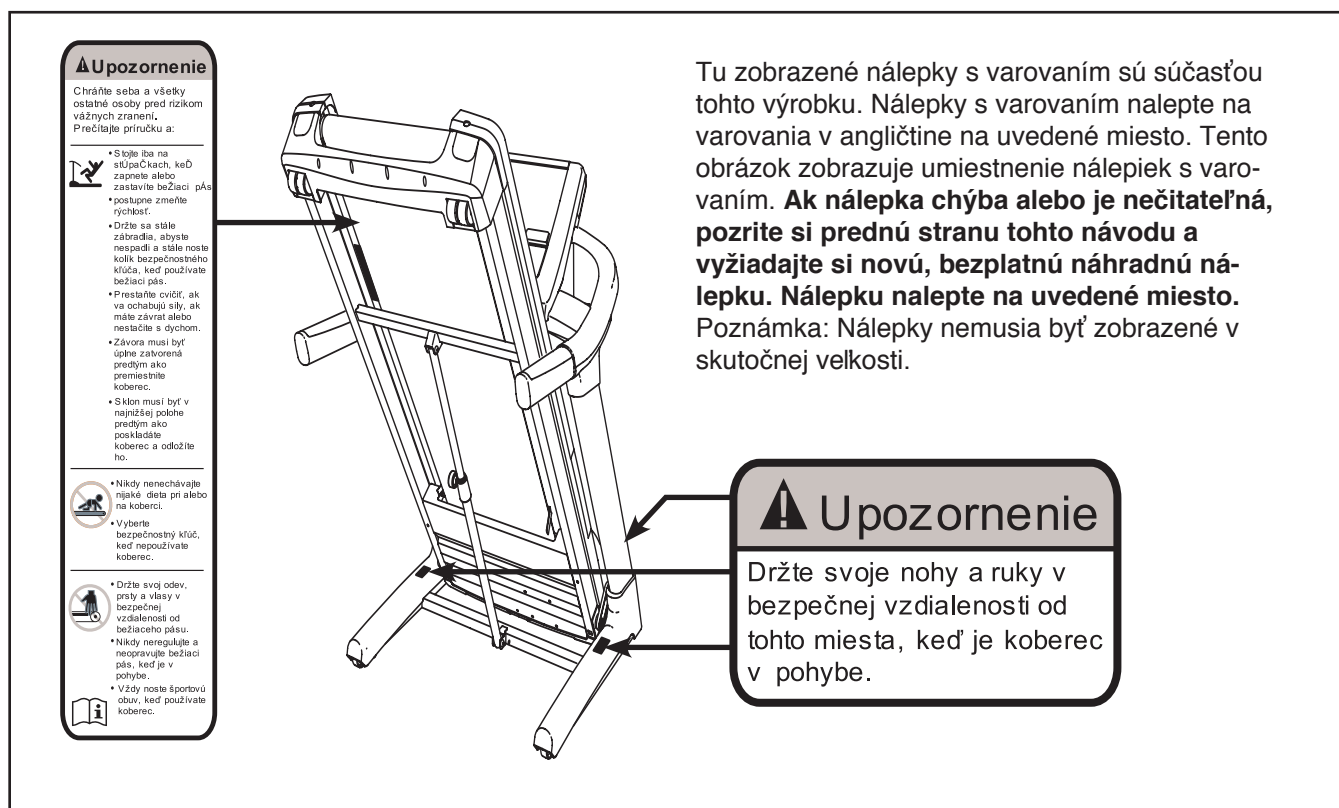
NÁVOD NA POUŽÍVANIE



OBSAH

UMIESTNENIE NÁLEPKY S VAROVANÍM	2
DÔLEŽITÉ OPATRENIA	3
SKÔR NEŽ ZAČNETE	5
MONTÁŽ	6
SNÍMAČ TEPOVEJ FREKVENCIE	12
POUŽITIE A NASTAVENIE	14
AKO ZLOŽIŤ A PREMIESTNIŤ BEŽECKÝ TRENAŽÉR	27
PORUCHY A ICH ODSTRÁNENIE	28
POKYNY K CVIČENIU	31
ZOZNAM SÚČASTÍ	33
PODROBNÝ NÁKRES	35
OBJEDNÁVKA NÁHRADNÝCH DIELOV	Zadný obal
INFORMÁCIE O RECYKLÁCII	Zadný obal

UMIESTNENIE NÁLEPKY S VAROVANÍM



DÔLEŽITÉ OPATRENIA

⚠ UPOZORNENIE: Aby sa znížilo riziko vážneho zranenia, prv než začnete trenažér používať, prečítajte si všetky dôležité bezpečnostné opatrenia a inštrukcie v tomto návode a všetky upozornenia na trenažéri. Spoločnosť ICON neberie na seba žiadnu zodpovednosť za zranenia osôb, alebo za škody na majetku spôsobené použitím, alebo počas použitia tohto výrobku.

1. Pred začatím tohto, alebo iného tréningového programu, poraďte sa so svojim lekárom. Toto je obzvlášť dôležité pre osoby staršie než 35 rokov a osoby so zdravotnými ťažkosťami.
2. Majiteľ je zodpovedný za to, že všetci užívatelia bežeckého trenažéra sú oboznámení so všetkými upozorneniami a bezpečnostnými opatreniami.
3. Bežecký trenažér používajte, len ako je to uvedené v návode.
4. Trenažér používajte a uskladňujte vnútri, nevystavujte ho vlhkosti a prachu. Trenažér nedajte do garáže, na krytý balkón, alebo blízko vody.
5. Bežecký trenažér položte na rovný povrch tak, aby za ním bolo aspoň 2,4 m voľného priestoru a 0,6 m voľného priestoru po oboch stranách. Trenažér neumiestnite na taký povrch, ktorý by blokoval vzduchové otvory. Dlážku, alebo koberec pred poškodením ochráňte umiestnením podložky pod trenažér.
6. Trenažér nepoužívajte v priestoroch, kde sa používajú aerosolové produkty, alebo kde sa podáva kyslík.
7. Nedovoľte, aby sa v blízkosti trenažéra zdržiavali deti mladšie než 12 rokov a domáci miláčikovia.
8. Trenažér by nemali používať osoby, ktoré vážia viac než 159 kg.
9. Nedovoľte, aby trenažér používala naraz viac než jedna osoba.
10. Počas používania trenažéra majte oblečené vhodné športové oblečenie. Nenoste voľné oblečenie, ktoré by sa mohlo o bežecký pás zachytiť. *Pre ženy aj mužov odporúčame športové ochranné oblečenie a doplnky. Na trenažéry cvičte v športovej obuvi, nikdy nie naboso, len v pančuchách, alebo v sandáloch.*
11. Pri pripájaní elektrického kábla (pozrite si stranu 14), elektrický kábel zapojte do uzemneného okruhu. Do tohto istého okruhu by nemal byť pripojený žiadny iný spotrebič.
12. Ak potrebujete použiť predlžovací kábel, použite len trojpólový, 1 mm², maximálne 1,5 m dlhý kábel.
13. Dbajte o to, aby elektrický kábel nebol v blízkosti tepelných zdrojov.
14. Keď je trenažér vypnutý, nehýbte pásom. Trenažér nepoužívajte, keď je poškodený elektrický kábel alebo zástrčka, alebo keď trenažér nepracuje náležite. (Ak trenažér nefunguje náležite, pozrite si PORUCHY A ICH ODSTRÁNENIE na strane 28.)
15. Pred použitím trenažéra si prečítajte, vezmite na vedomie a vyskúšajte núdzový postup na jeho zastavenie (pozrite si AKO ZAPNÚŤ TRENAŽÉR na strane 16).
16. Kým stojíte na páse, trenažér nezapínajte. Počas používania trenažéra sa vždy držte rukovätí.
17. Trenažér je schopný vysokej rýchlosti. Rýchlosť prispôbujte pomaly, aby nedošlo k náhlym zmenám v rýchlosti.
18. Snímač tepovej frekvencie nie je zdravotným prístrojom. Rôzne faktory, vrátane pohybov užívateľa, môžu ovplyvniť presnosť merania srdcovej frekvencie. Snímač tepovej frekvencie je len tréningová pomôcka na zistenie informatívneho trendu srdcovej frekvencie.

19. Zapnutý trenažér nenechávajte bez dozoru. Keď ho nepoužívate, zakaždým vyberte kľúč, elektrický kábel vytiahnite zo zásuvky a vypínač prepnite do vypnutej polohy. (Polohu vypínača nájdete na obrázku na strane 5.)

20. Kým trenažér nie je správne zmontovaný, nepokúšajte sa ho zložiť, rozložiť, alebo premiestniť. (Pozrite si MONTÁŽ na strane 6 a AKO ZLOŽIŤ A PREMIESTNIŤ BEŽECKÝ TRENAŽÉR na strane 27.) Na zloženie, rozloženie, alebo premiestnenie trenažéra, musíte byť schopný bezpečne zdvihnúť 20 kg.

21. Sklon trenažéra nemeňte vložení objektov pod trenažér.

22. Pravidelne kontrolujte a utiahnite všetky diely trenažéra.

23. Dbajte o to, aby sa do otvorených priestorov na trenažéri nedostali žiadne predmety.

24. **NEBEZPEČIE ÚRAZU:** Po ukončení používania, okamžite vytiahnite elektrický kábel zo zásuvky. Kábel tiež vytiahnite pred vykonaním údržbárskych a nastavovacích procedúr uvedených v tomto návode. Kryt motora dajte dole, len ak vám to poradil zástupca autorizovaného servisu. Procedúry, ktoré v tomto návode nie sú opísané, by mali byť prevedené len zástupcom autorizovaného servisu.

25. Prehnané cvičenie môže zapríčiniť vážne zranenie alebo smrť. Keď na vás počas cvičenia prídu mdloby alebo zacítite bolesť, okamžite prestaňte cvičiť a oddýchnite si.

TIETO INŠTRUKCIE SI USCHOVAJTE

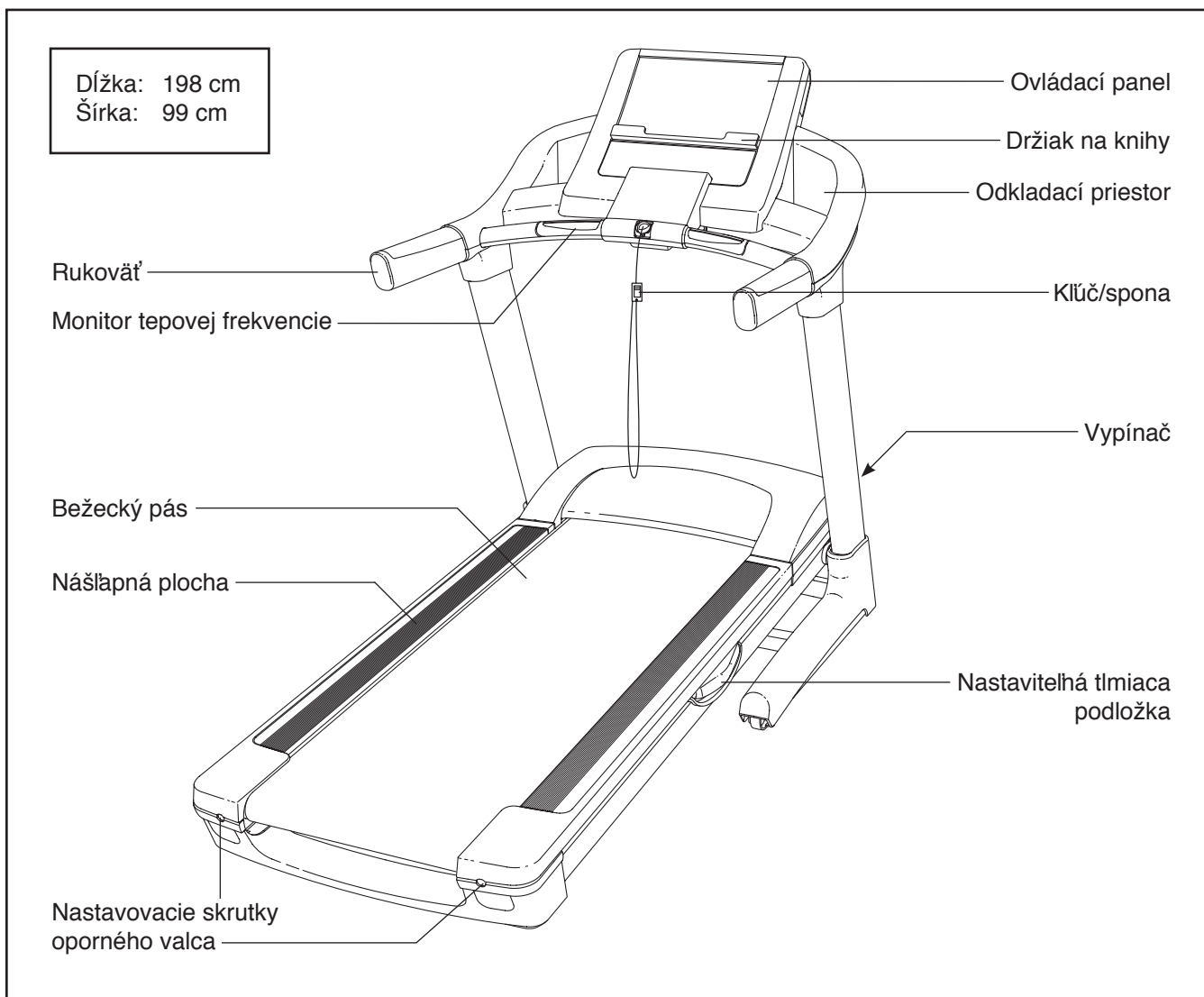
SKÔR NEŽ ZAČNETE

Ďakujeme, že ste si zvolili prevratný bežecký trénažer NORDICTRACK® T19.0. Bežecký trénažer T19.0 ponúka úctyhodný počet funkcií, ktoré vám zefektívnia a spríjemnia domáci tréning. A keď práve necvičíte, tento unikátny trénažer sa môže zložiť, čím zaberie o polovicu menej miesta, než iné bežecké trénažery.

Pred použitím trénažera si pre svoje dobro prosím pozorne prečítajte tento návod. Ak po prečítaní

tohto návodu máte nejaké otázky, pozrite si prednú stranu tohto návodu. Predtým, ako sa s nami spojíte, poznačte si číslo modelu výrobku a výrobné číslo, aby sme vám mohli pomôcť. Číslo modelu a umiestnenie nálepky s výrobným číslom sú zobrazené na prednej strane tohto návodu.

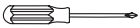
Predtým, ako budete čítať ďalej, oboznámte sa so súčasťami, ktoré sú označené na dolnom obrázku.



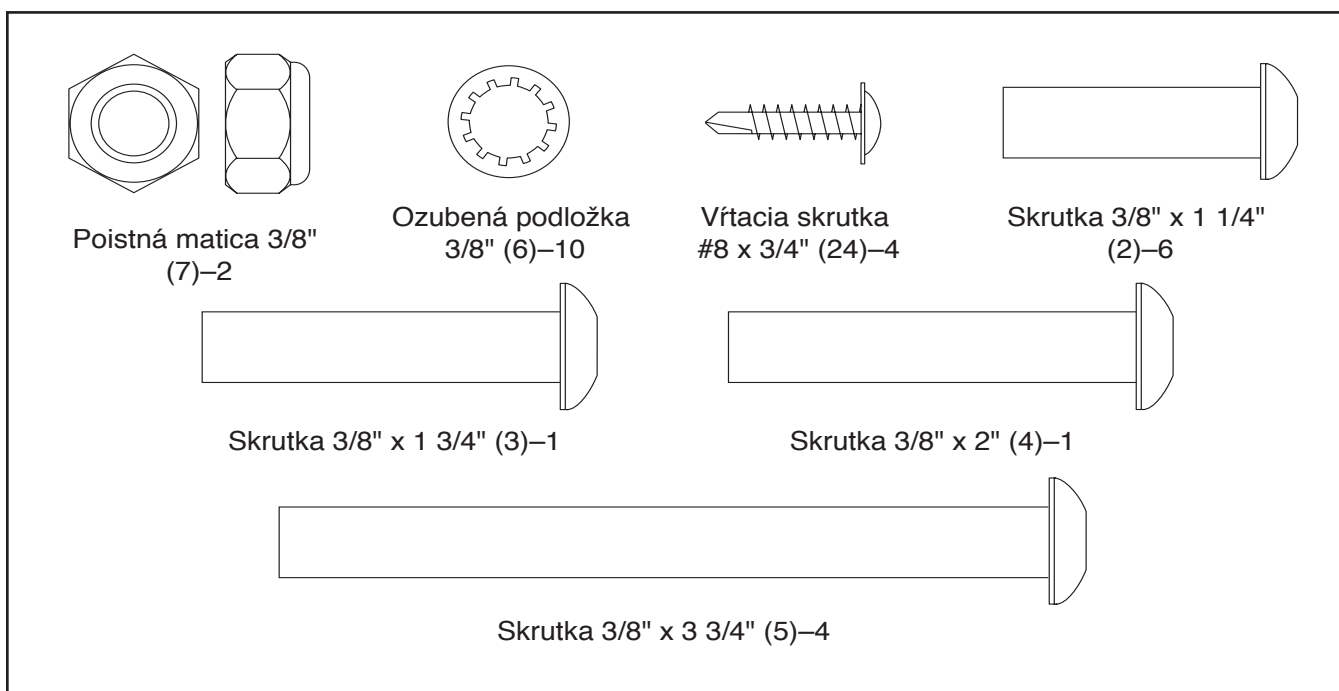
MONTÁŽ

Na montáž potrebujete dve osoby. Položte trenažér na voľný priestor a odstráňte všetok baliaci materiál.

Baliaci materiál nezahod'te, kým montáž nie je kompletná. Poznámka: Spodná časť bežeckého pásu trenažéra je pokrytá vysoko účinným mazadlom. Môže sa stať, že počas prepravy sa trochu mazadla dostalo na vrch bežeckého pásu, alebo na prepravný kartón. Toto nie je na závalu a funkčnosť trenažéra týmto nebude ovplyvnená. Ak je mazadlo na vrchu bežeckého pásu, jednoducho ho odstráňte mäkkou handrou a jemným, neabrazívnym čistiacim prostriedkom.

Na montáž potrebujete priložené inbusové kľúče , váš vlastný krížový skrutkovač  a francúzsky kľúč .

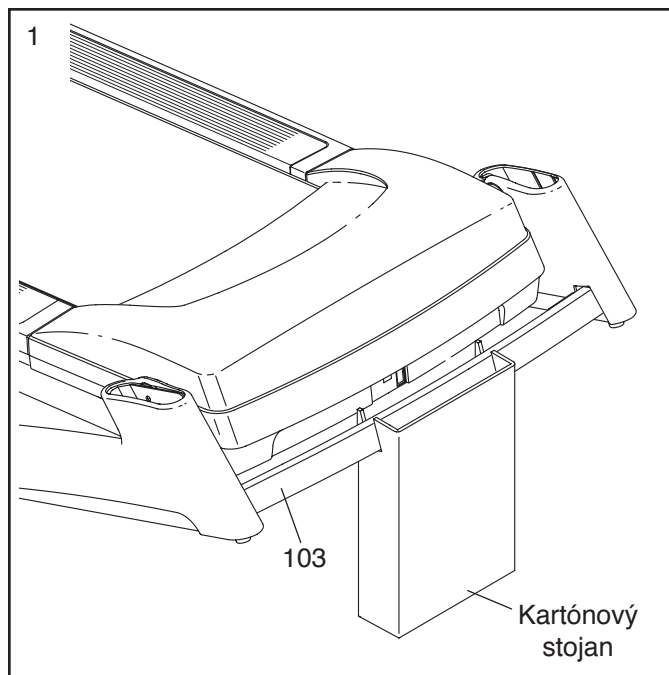
Pomocou nižšie uvedeného obrázku identifikujte diely potrebné pre montáž. Číslo v zátvorke pod každým dielom je číslo toho dielu v schéme, a tiež v ZOZNAMU SÚČASTÍ, ktorý je v poslednej časti tohto návodu. Číslo po zátvorke je počet potrebný na montáž. **Poznámka: Ak diel nie je v sade dielov, pozrite, či už nie je pripevnený na iný diel. Na montáž prosím nepoužite elektrické náradie, mohlo by to poškodiť diely. Môže sa stať, že v sade budú aj extra diely.**



1. **Overte si, že elektrický kábel je vytiahnutý zo zásuvky.**

S pomocou druhej osoby, zdvihnite prednú časť trenažéra a vložte priečnu tyč na základni (103) do zárezu na kartónovom stojane, ako je to zobrazené. **Aby sa počas montáže trenažér nehýbal dopredu alebo dozadu, až po krok 3 bude trenažér držať druhá osoba.**

⚠ POZOR: Ak sa trenažér pohne dopredu alebo dozadu a spadne z kartónového stojana, môže dôjsť k vážnemu zraneniu. Až po tretí krok musí trenažér držať druhá osoba, aby sa trenažér nehýbal, nenakláňal a aby nespadol.



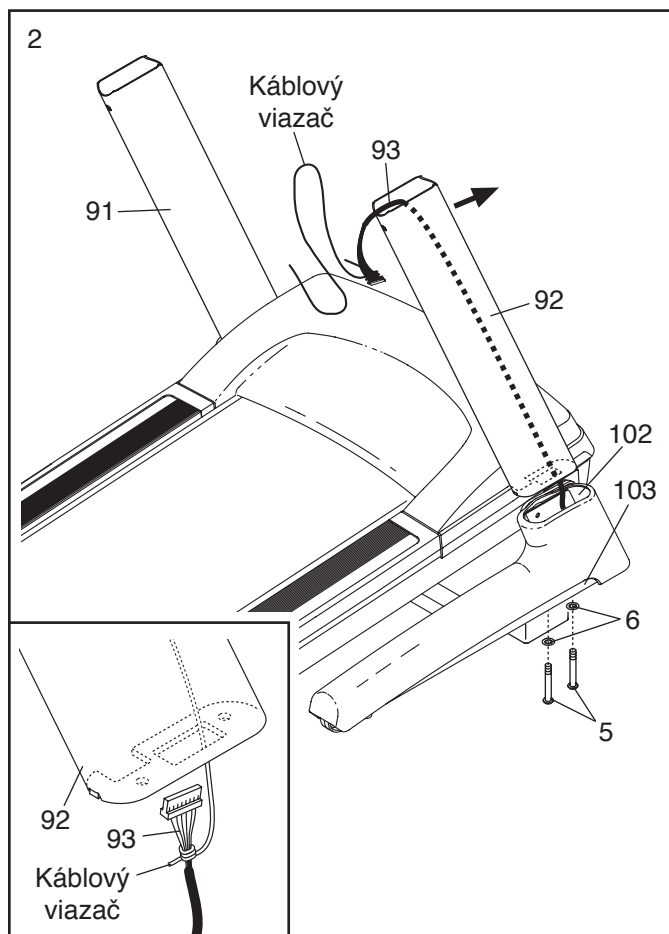
2. Nájdite pravý stĺpik (92), ktorý je označený "Right" (L alebo Left znamená ľavé; R alebo Right znamená pravé).

Druhá osoba pridrží pravý stĺpik (92) pri pravom kryte základne (102). **Pozrite si obrázok detailu.** Priviažte káblový viazač v spodnom konci pravého stĺpika na koniec kábla stĺpika (93). Potom, ťahaním za druhý koniec káblového viazača v hornej časti pravého stĺpika, prevlečte kábel stĺpika cez pravý stĺpik.

Kým vkladáte pravý stĺpik (92) do pravého krytu základne (102) na základni (103), opatrne ťahajte za kábel stĺpika (93). **Dajte pozor, aby ste kábel nepricvikli.**

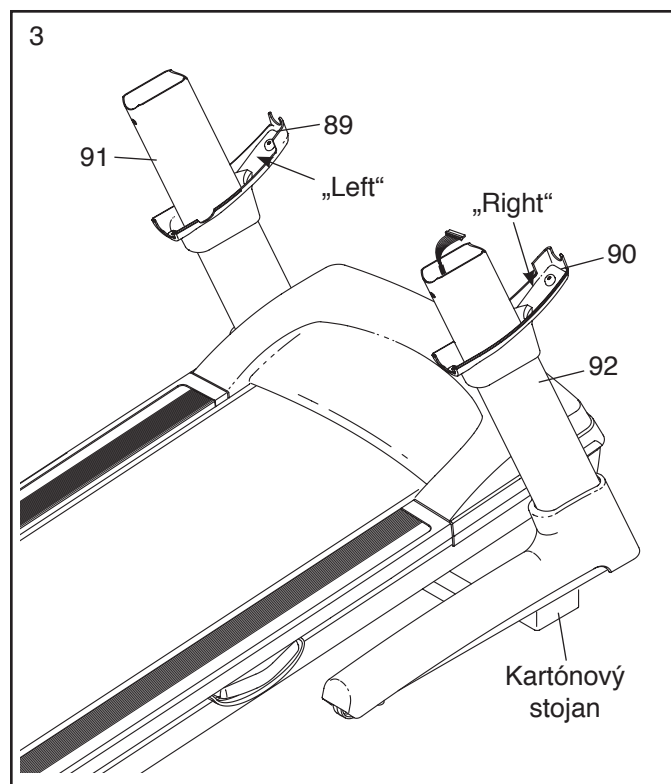
Pripevnite pravý stĺpik (92) k základni (103) dvomi skrutkami 3/8" x 3 3/4" (5) a dvomi ozubenými podložkami 3/8" (6). Poznámka: Ak je treba, pri vkladaní skrutiek trochu nakloňte vrch pravého stĺpika. **Skrutky zatiaľ nezatiahnite naplno.**

Ľavý stĺpik (91) pripevnite takým istým postupom. Poznámka: Na ľavej strane nie sú žiadne káble.



3. S pomocou druhej osoby, zložte trenažér z kartónového stojana. Stojan sa použije znovu v kroku 10.

Nájdite násadu pravého stĺpika (90) a násadu ľavého stĺpika (89). Násady sú označené „Right“ a „Left“. Nasuňte násadu pravého stĺpika na pravý stĺpik (92) a násadu ľavého stĺpika na ľavý stĺpik (91).

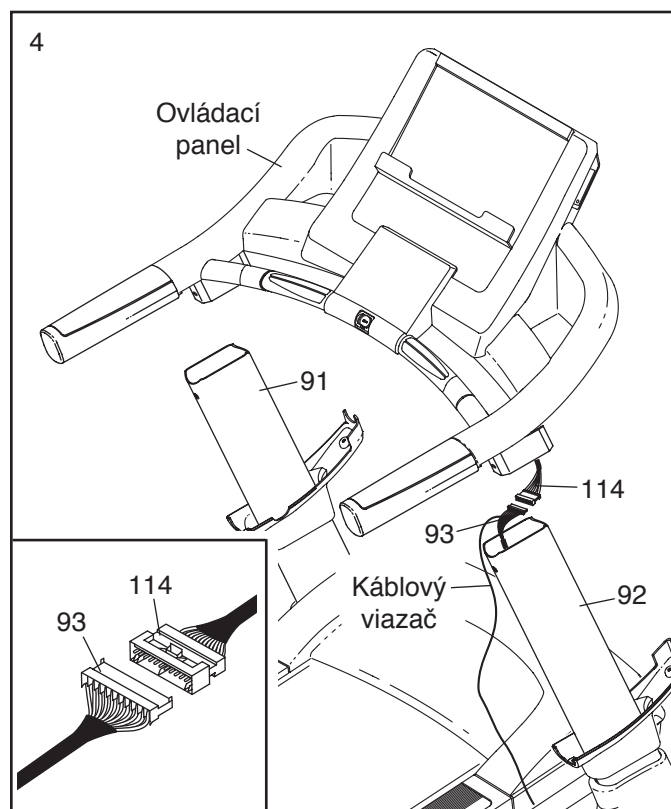


4. Druhá osoba pridrží ovládací panel pri stĺpikoch (91, 92).

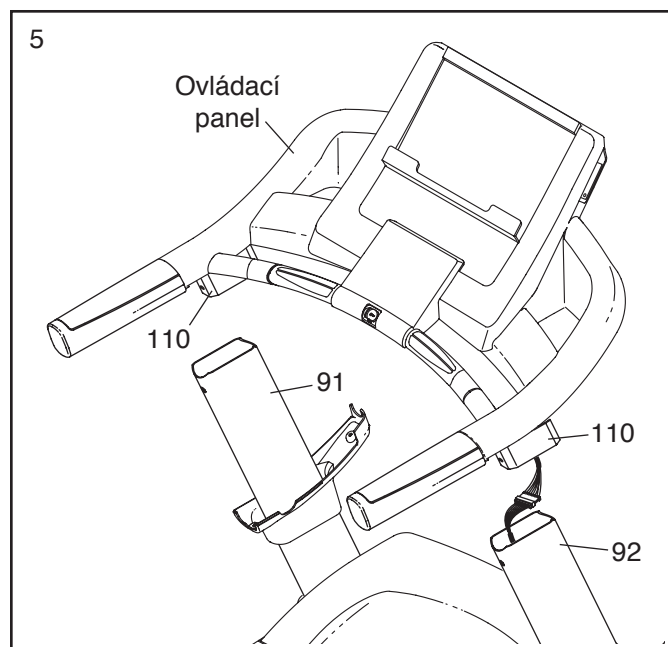
Spojte kábel stĺpika (93) s káblom ovládacieho panela (114). **Pozrite si obrázok detailu.**

Konektory by mali do seba zapadnúť ľahko a na doraz. Ak to neide ľahko, otočte konektor a skúste znovu. AK KONEKTORY NESPOJíte SPRÁVNE, OVLÁDACÍ PANEL SA MÔŽE POŠKODIŤ, KEĎ ZAPNETE TRENAŽÉR.

Odstráňte káblový viazač z kábla stĺpika. Potom, vložte konektory smerom dole do pravého stĺpika (92).

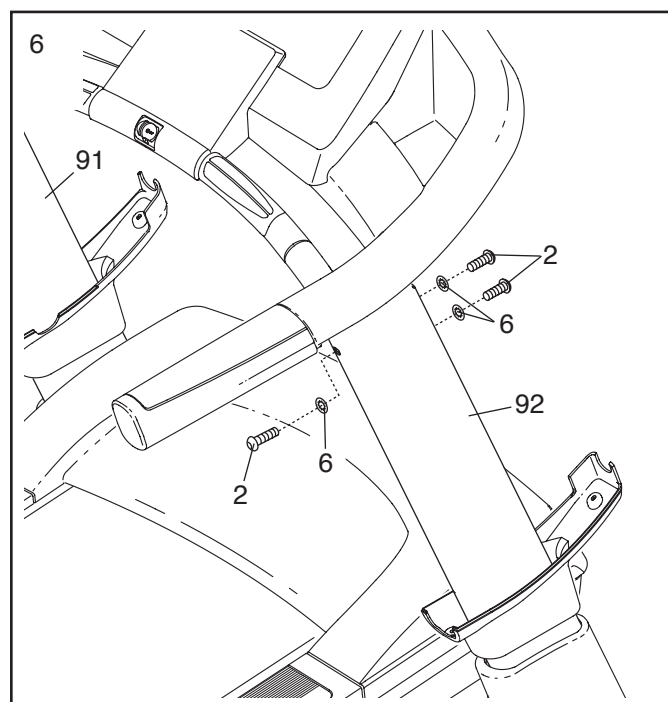


5. Vložte výstupky na rukoväti (110) do stĺpikov (91, 92). **Dajte pozor, aby ste nepricvikli káble.**



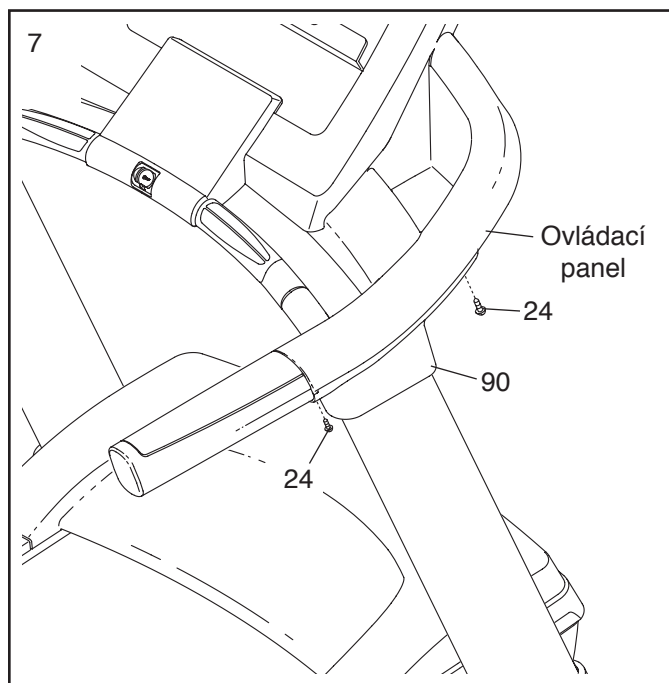
6. Čiastočne zatahnite tri skrutky $3/8'' \times 1\ 1/4''$ (2) s tromi ozubenými podložkami $3/8''$ (6) do pravého stĺpika (92). **Skrutky zatiaľ nezatiahnite naplno.**

Tento krok opakujte s ľavým stĺpikom (91).
Potom, naplno zatahnite všetkých šesť skrutiek $3/8'' \times 1\ 1/4''$ (2).



7. Posuňte násadu pravého stĺpika (90) smerom hore k ovládacímu panelu. Pripevnite násadu pravého stĺpika dvomi vŕtacími skrutkami #8 x 3/4" (24).

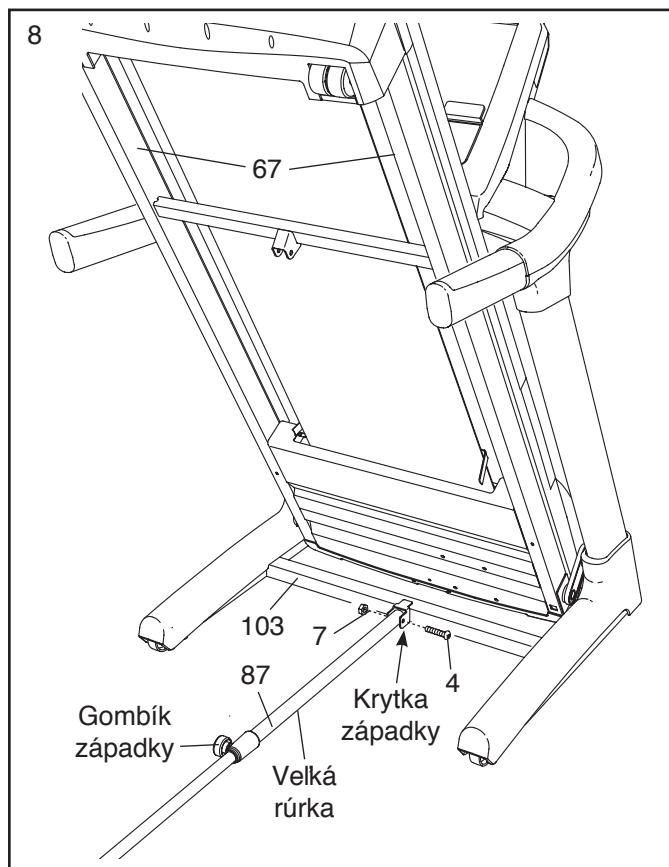
Takým istým postupom pripevnite aj násadu ľavého stĺpika (nie je zobrazené) k ovládacímu panelu.



8. Zdvihnite rám (67) do zobrazenej polohy. **Do konca kroku 9 bude rám držať druhá osoba.**

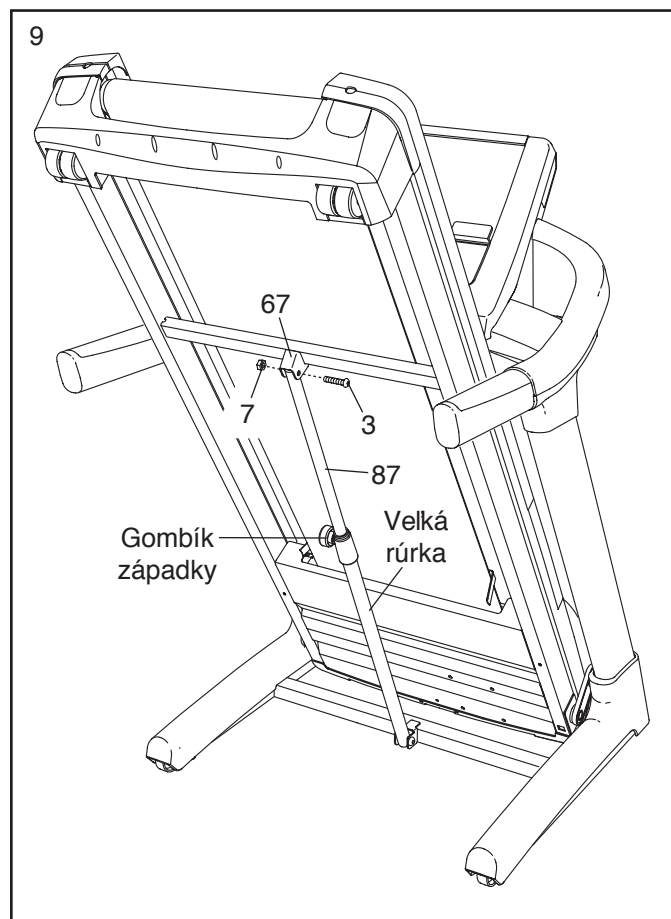
Nasmerujte západku skladacieho systému (87) tak, aby bola veľká rúrka a gombík západky v zobrazenej polohe.

Odstráňte viazač z dolného konca západky skladacieho systému (87). Overte si, že otvory v krytke západky sú zarovnané s otvormi v západke. **Krytka západky musí ostať vo vnútri západky.** Pripevnite západku skladacieho systému k držiaku na základni (103) dvomi skrutkami 3/8" x 2" (4) a poistnou maticou 3/8" (7).



9. Odstráňte viazač z horného konca západky skladacieho systému (87). Pripevnite hornú časť západky k držiaku na ráme (67) skrutkou 3/8" x 1 3/4" (3) a poistnou maticou 3/8" (7).
Poznámka: Ak treba, pohnite rámom, kým sa západka skladacieho systému nezarovná s držiakom.

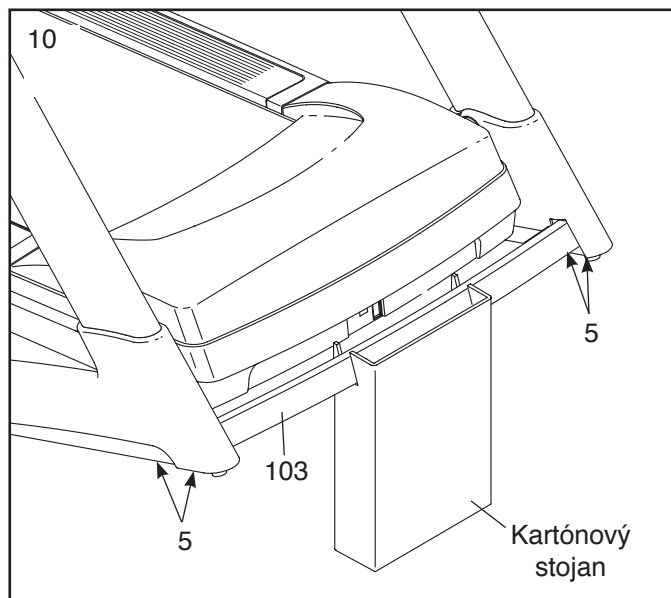
Rozložte rám (67) (pozrite si AKO ROZLOŽIŤ TRENAŽÉR DO POLOHY NA POUŽITIE na strane 27).



10. S pomocou druhej osoby, zdvihnite prednú časť trenažéra a vložte priečnu tyč na základni (103) do zárezu na kartónovom stojane, ako je to zobrazené. **Aby sa počas montáže trenažér nehýbal dopredu alebo dozadu, trenažér podrží druhá osoba.**

Naplno zatiahnite štyri skrutky 3/8" x 3 3/4" (5).

S pomocou druhej osoby, opatrne zložte trenažér dole z kartónového stojana.



11. **Pred použitím trenažéra si overte, že všetky diely sú primerane zatiahnuté.** Priložené inbusové kľúče si odložte, jeden z nich sa používa na nastavenie bežeckého pásu (pozrite si stranu 29 a 30). **Dlážku alebo koberec ochráňte umiestnením podložky pod trenažér. Je možné, že v sade dielov sú aj nadbytočné diely.**

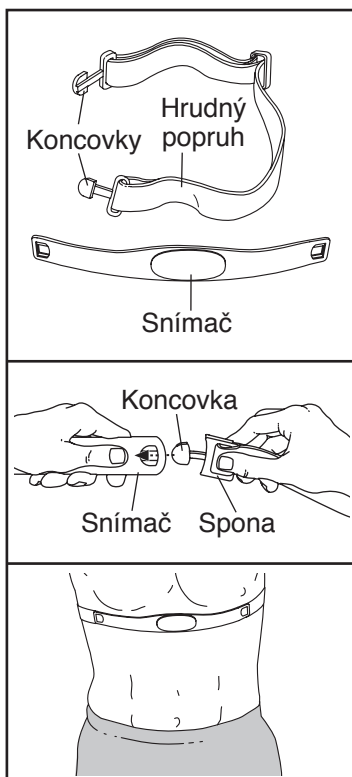
SNÍMAČ TEPOVEJ FREKVENCIE

AKO SI PRIPEVNÍŤ SNÍMAČ TEPOVEJ FREKVENCIE

Snímač tepovej frekvencie sa skladá z hrudného popruhu a snímača. Vložte koncovku na jednom konci popruhu do otvoru na jednom konci snímača, ako je to zobrazené. Potom vtlačte koniec snímača pod sponu na popruhu. Koncovka by mala byť zarovnaná s okrajom snímača.

Snímač musí byť pod oblečením a musí tesne priliehať na kožu. Pridržte snímač k hrudi na zobrazenom mieste. Overte si, že logo je správne orientované. Potom pripojte druhý koniec popruhu k snímaču. Ak treba, upravte dĺžku popruhu.

Odtiahnite snímač na pár centimetrov od tela a nájdite dve oblasti s elektródami, pokryté nízkymi drážkami. Oblasť s elektródami navlhčíte fyziologickým roztokom, ako napr. sliny, alebo roztok pre kontaktné šošovky. Potom snímač vráťte do polohy na hrudi.



STAROSTLIVOSŤ A ÚDRŽBA

- Po každom použití snímač dôkladne utrite do sucha. Vlhký snímač sa nevypne, čím sa predčasne vyčerpajú batérie.
- Snímač uskladňujte na teplom a suchom mieste, nie v igelitovom sáčku alebo v inom kontajnere, v ktorom sa môže nazbierať vlhkosť.
- Snímač nevystavujte slnku na dlhšiu dobu; tiež ho nevystavujte teplotám nad 50° C, alebo pod -10° C.
- Snímač počas používania alebo uskladňovania príliš neohýbajte a nenaťahujte.
- Snímač čistite ručne handrou navlhčenou vo vode s trochou mydla. Po umytí snímač dôkladne osušte mäkkou handrou. V žiadnom prípade nepoužívajte alkohol, abrazívne, alebo chemické látky. Hrudný popruh môžete ručne umyť a nechať voľne usušiť na vzduchu.

PORUCHY A ICH ODSTRÁNENIE

Ak snímač tepovej frekvencie nefunguje náležite, skúste nižšie uvedené kroky.

- Overte si, že snímač používate tak, ako je to opísané na strane 12. Ak snímač nefunguje keď je umiestnený podľa inštrukcií, umiestnite ho na hrudi trochu nižšie, alebo vyššie.
- Ak sa tepová frekvencia začne ukazovať až keď sa začnete potiť, navlhčite elektródy znovu.
- Aby ovládací panel ukazoval tepovú frekvenciu, musíte byť od ovládacieho panela na dosah ruky.
- Ak je na zadnej strane snímača otvor pre batérie, batériu nahraďte batériou takého istého typu.
- Snímač tepovej frekvencie je určený pre používanie užívateľmi, ktorí majú normálny srdcový rytmus. Problém s odčítavaním tepovej frekvencie môže byť zapríčinený zdravotným stavom, ako napr. predčasné ventrikulárne kontrakcie, tachykardia a arytmia.
- Prevádzka snímača môže byť ovplyvnená magnetickou interferenciou elektrického vedenia s vysokým napätím, alebo inými zdrojmi. Ak si myslíte že vám toto spôsobuje problém, skúste fitness zariadenie premiestniť.

POUŽITIE A NASTAVENIE

PREDMAZANÝ BEŽECKÝ PÁS

Bežecký pás vášho trenažéra je pokrytý vysoko účinným mazadlom. **DÔLEŽITÉ: Na bežecký pás a na bežeckú platformu nedávajte silikónový sprej, alebo iné látky. Také látky zničia bežecký pás a spôsobia nadmerné opotrebenie.**

AKO ZAPOJIŤ ELEKTRICKÝ KÁBEL

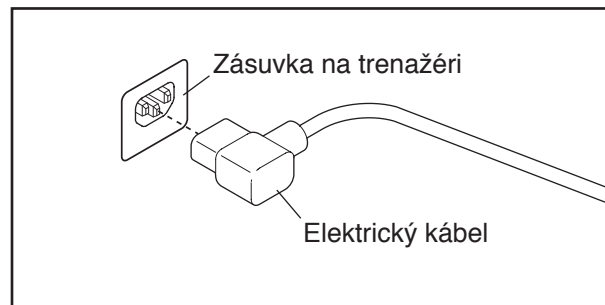
Tento produkt musí byť uzemnený. Ak by došlo k poruche, uzemnenie poskytne cestu najmenšieho odporu pre elektrický prúd a tým sa zníži riziko úrazu elektrickým prúdom. Tento produkt je vybavený elektrickým káblom, ktorý má vodič na uzemnenie zariadení a uzemňovaciu zástrčku. **DÔLEŽITÉ: Ak sa elektrický kábel poškodí, musí byť nahradený elektrickým káblom odporúčeným výrobcom.**

NEBEZPEČIE ÚRAZU:

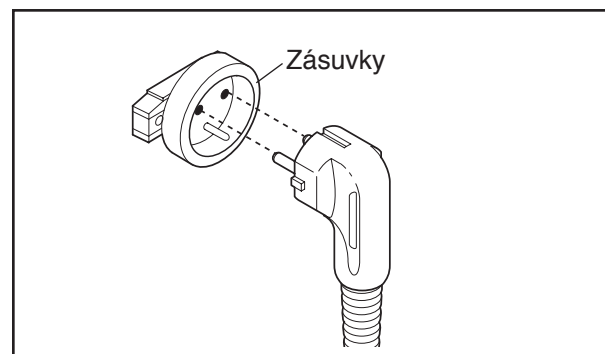
Nesprávne zapojenie vodiča na uzemnenie zariadenia môže zvýšiť risk úrazu elektrickým prúdom. Ak máte pochybnosti o tom, či je zariadenie správne uzemnené, konzultujte kvalifikovaného elektrikára alebo opravára. Zástrčku, ktorá je poskytnutá so zariadením, nemodifikujte—ak do zásuvky nepasuje, dajte si kvalifikovaným elektrikárom nainštalovať vhodnú zásuvku.

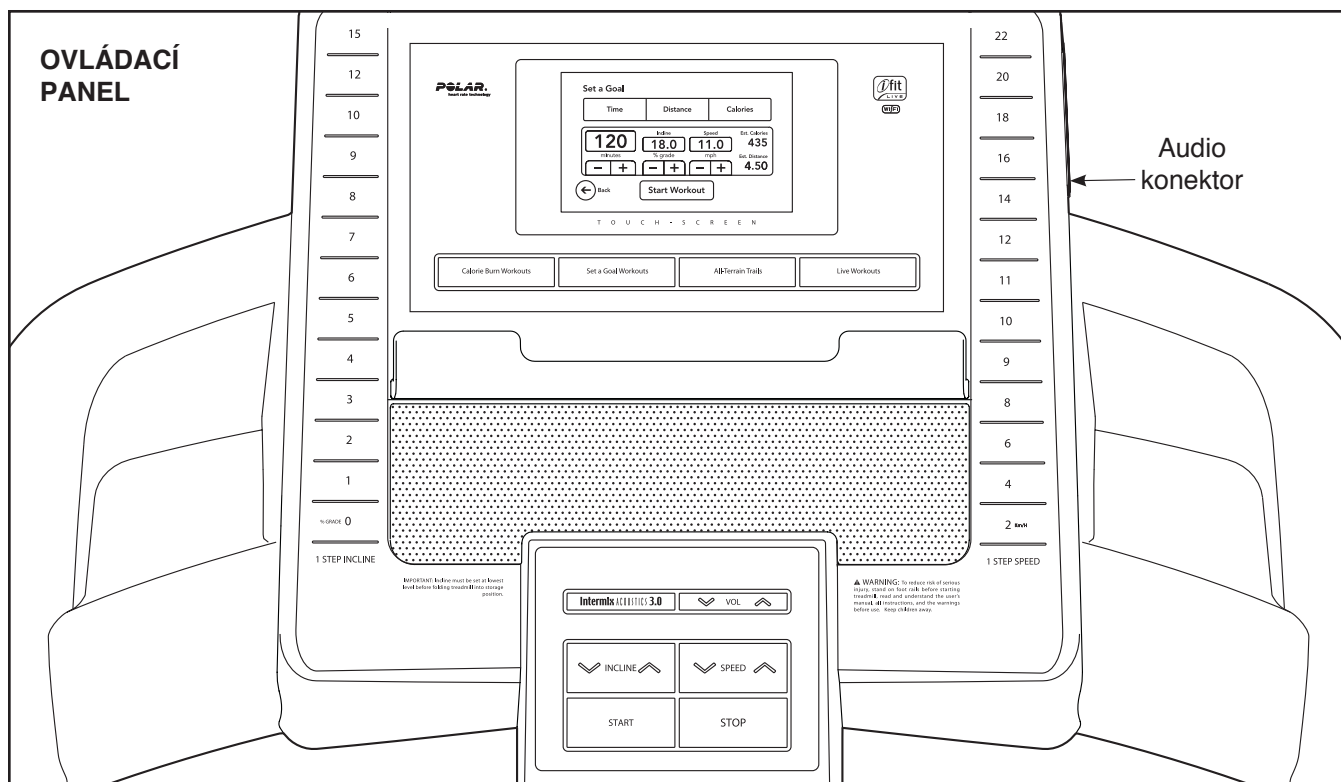
Pri zapojení elektrického kábla postupujte nasledovne:

1. Zapojte naznačený koniec elektrického kábla do zásuvky na trenažéri.



2. Zapojte elektrický kábel do vhodnej zásuvky, ktorá je správne nainštalovaná a uzemnená podľa všetkých miestnych noriem a predpisov.





APLIKÁCIA NÁLEPKY S UPOZORNENÍM

Nájdite upozornenia na ovládacom paneli, ktoré sú v angličtine. Tie isté upozornenia sú v iných jazykoch na priloženom hárku s nálepkami. Nalepte slovenskú nálepku na ovládací panel.

FUNKCIE OVLÁDACIEHO PANELA

Ovládací panel trenažéra ponúka úctyhodný počet funkcií, ktoré vám zefektívnia a spríjemnia tréning. Keď používate manuálny režim, rýchlosť a sklon trenažéra môžete zmeniť jednoduchým stlačením gombíka. Popri cvičení vám ovládací panel ukazuje nepretržitú spätnú väzbu. Dokonca si môžete merať tepovú frekvenciu pomocou tepového snímača zabudovaného do rukoväte, alebo doplnkového hrudného pásu.

Ovládací panel tiež ponúka tridsať zabudovaných tréningov - dvadsať spalovacích a desať terénnych. Každý zabudovaný tréning automaticky kontroluje rýchlosť a sklon trenažéra a sprevádza vás cez efektívny tréning. Tiež si môžete nastaviť cieľovú hodnotu pre čas, vzdialenosť a počet kalórií.

Ovládací panel takisto ponúka režim iFit Live, ktorý umožňuje trenažéru komunikovať s vašou bezdrôtovou sieťou. S režimom iFit Live si môžete stiahnuť personalizované tréningy, vytvoriť si svoje vlastné tréningy, sledovať výsledky z tréningov a prístupit' na mnohé iné funkcie. **Viac informácií nájdete na www.iFit.com.**

Dokonca môžete počas tréningu počúvať svoju obľúbenú hudbu alebo audio knihy cez stereo systém ovládacieho panela.

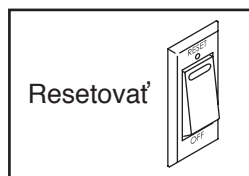
Ako zapnúť trenažér, pozrite si na strane 16. **Ako použiť manuálny režim,** pozrite si na strane 16. **Ako použiť cieľový tréning,** pozrite si na strane 19. **Ako použiť spaľovací alebo terénny tréning,** pozrite si na strane 20. **Ako použiť režim iFit Live,** pozrite si na strane 22. **Ako použiť stereo systém,** pozrite si na strane 22. **Ako použiť nastavovací režim,** pozrite si na strane 23. **Ako použiť údržbový režim,** pozrite si na strane 25.

DÔLEŽITÉ: Ak je na ovládacom paneli ochranná fólia, odstráňte ju. Aby sa nepoškodila bežecká platforma, pri používaní trenažéra majte obutú čistú športovú obuv. Pri prvom použití trenažéra si všimnite, či je bežecký pás presne v strede bežeckej platformy. Ak nie je, vycentrujte pás (pozrite si stranu 30).

AKO ZAPNÚŤ TRENAŽÉR

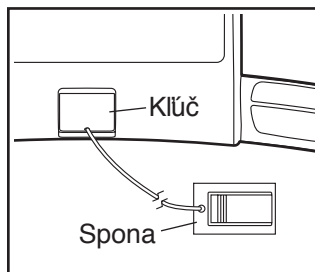
DÔLEŽITÉ: Ak bol trenažér vystavený chladu, nezapnite ho, kým sa nezohreje na izbovú teplotu. Ak tak neurobíte, môže dôjsť k poškodeniu displejov ovládacieho panela, alebo iných elektrických komponentov.

Zastrčte elektrický kábel do zásuvky (pozrite si stranu 14). Potom nájdite vypínač na ráme trenažéra, v blízkosti elektrického kábla. Overte si, že vypínač je v polohe reset.



DÔLEŽITÉ: Jednou z funkcií ovládacieho panela je demo režim displeja, ktorý sa používa na demo trenažéra v predajni. Keď je demo režim zapnutý, displeje sa rozsvietia pár sekúnd po zapojení elektrického kábla do zásuvky a prepnutí vypínača do polohy resetovať, prv než sa vloží kľúč. Ak chcete vypnúť demo režim, pozrite si krok 4 na strane 24.

Postavte sa na nášľapné plochy trenažéra. Nájdite sponu, ktorá je spojená s kľúčom a pripevnite sponu na pás svojho oblečenia. Potom, vložte kľúč do ovládacieho panela. Po pár sekundách sa rozsvietia displeje.



DÔLEŽITÉ: V núdzi sa dá kľúč z ovládacieho panela vytiahnuť, čo spomalí a zastaví chod bežecského pásu. Vyskúšajte to tak, že opatrne urobte pár krokov dozadu; ak sa kľúč z ovládacieho panela nevytiahol, upravte pozíciu spony.

Pred použitím trenažéra si pozrite, či sú k dispozícii aktualizácie programového vybavenia (pozrite si krok 6 na strane 26).

Poznámka: Ovládací panel môže zobrazíť rýchlosť a vzdialenosť v míľach a v kilometroch. Zistiť, ktorá miera je zvolená, môžete podľa informácií v kroku 5 na strane 24. Všetky inštrukcie v tomto návode sú v kilometroch.

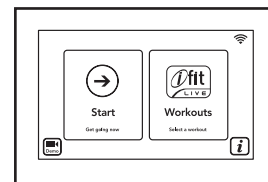
AKO POUŽIŤ MANUÁLNY REŽIM

1. Vložte kľúč do ovládacieho panela.

Vľavo si pozrite AKO ZAPNÚŤ TRENAŽÉR. Ak treba, tlačidlami pre sklon [Incline] nastavte sklon na 0 percent. **Poznámka: Môže to chvíľku trvať, kým sa ovládací panel pripraví na použitie.**

2. Zvoľte štartovacie menu.

Zakaždým keď sa vloží kľúč, zobrazí sa štartovacie menu. Ak máte zvolený tréning alebo režim iFit Live, najprv stlačte tlačidlo iFit menu [IFIT MENU] v pravom hornom rohu obrazovky. Potom, stlačte skončiť tréning [END WORKOUT] a potom tlačidlo hotovo [DONE], čím sa vrátite na štartovacie menu.



Ak sa na obrazovke zobrazí prihlásenie do iFit, stlačte hlavné menu [MAIN MENU] a potom stlačte naspäť [BACK], čím sa vrátite na štartovacie menu.

Poznámka: Tlačidlo demo [DEMO] sa môže zobrazíť v ľavom dolnom rohu obrazovky. Ak ho stlačíte, trenažér spustí demo tréning.

3. Spustite bežecský pás a upravte rýchlosť.

Bežecský pás spustíte stlačením tlačidla štart [START] na obrazovke, alebo štart na ovládacom paneli. Bežecský pás sa začne pohybovať rýchlosťou 2 km/h. Počas cvičenia môžete zmeniť rýchlosť pásu stlačením šípok pri tlačidle rýchlosť [Speed]. Pri každom stlačení jednej zo šípok sa rýchlosť zmení o 0,1 km/h; ak šípku pridržíte, rýchlosť sa bude meniť v inkrementoch 0,5 km/h.

Ak stlačíte jeden z očíslovaných tlačidiel rýchlej voľby pri tlačidle [1 STEP SPEED], bežecký pás bude postupne meniť rýchlosť, kým nedosiahne žiadané nastavenie rýchlosti. Ak chcete zvoliť rýchlosť, ktorá nie je celé číslo—napr. 4,8 km/h—stlačte dve čísla za sebou. Napríklad, pre rýchlosť 4,8 km/h stlačte tlačidlo 4 a hneď za tým tlačidlo 8.

Bežecký pás zastavíte tlačidlom [STOP]. Znovu ho spustíte stlačením štart [START].

4. Nastavte sklon trenažéra.

Sklon trenažéra môžete zmeniť stlačením šípok pri tlačidle sklon [INCLINE], alebo jedným z očíslovaných tlačidiel rýchlej voľby sklonu [1 STEP INCLINE]. Pri každom stlačení tlačidla trenažér pomaly nastaví sklon do zvolenej polohy.

5. Sledujte svoj progres.

Ovládací panel ponúka niekoľko spôsobov zobrazenia údajov. Na zvolenom spôsobe závisí, ktoré informácie o tréningu budú zobrazené. Želaný spôsob zobrazenia zvolíte opakovaným stlačením tlačidiel plus alebo mínus pre zobraziť [DISPLAY] na obrazovke.

Keď na trenažéry kráčate alebo bežíte, obrazovka môže zobrazovať nasledovné informácie o tréningu:

- Uplynutý čas
- Približný počet kalórií, ktoré ste spálili

- Vzdialenosť, ktorú ste prešli, alebo prebehli
- Sklon trenažéra
- Rýchlosť bežeckého pásu
- Trať reprezentujúcu 400 metrov
- Čas potrebný na dokončenie jedného kola pri aktuálnom nastavení rýchlosti
- Číslo aktuálneho kola
- Zostávajúci čas
- Približný počet kalórií spálených za hodinu
- Počet vertikálnych metrov, ktoré ste prešli
- Vaše tempo v minútach za míľu, alebo za kilometer
- Vašu tepovú frekvenciu (pozrite krok 6 na strane 18)

Displeje na vrchu obrazovky môžu zobraziť dve informácie. Stlačte displeje, kým nezobrazia želanú informáciu. Poznámka: manuálny režim neodpočítava zostávajúci čas.

Hlasitosť môžete zmeniť tlačidlami pre hlasitosť [VOL] na ovládacom paneli.

Ovládací panel môžete resetovať stlačením tlačidla iFit menu [IFIT MENU] v pravom hornom rohu obrazovky. Tréning pozastavíte tlačidlom pauza [PAUSE]. Pokračovať v tréningu môžete stlačením pokračovať [RESUME], alebo štart [START]. Zastaviť tréning a zvoliť nový tréning môžete stlačením nový tréning [NEW WORKOUT]. Tréning zastavíte tlačidlom ukončiť tréning [END WORKOUT].

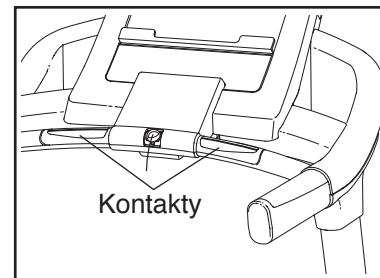
Poznámka: Malý symbol pre bezdrôtový signál v pravom hornom rohu obrazovky bude zobrazovať stav bezdrôtového spojenia. Žltý symbol znamená, že trenažér je pripojený na vašu bezdrôtovú sieť. Zelený symbol znamená, že trenažér je pripojený na vašu bezdrôtovú sieť a ste prihlásený na www.iFit.com. Ak nie je zobrazený žiadny symbol, trenažér nie je pripojený na bezdrôtovú sieť.



6. Monitorujte tepovú frekvenciu.

Poznámka: Ak naraz používate zabudovaný snímač tepovej frekvencie a hrudný pás, ovládací panel nebude ukazovať správnu tepovú frekvenciu. Informácie o hrudnom páse si môžete pozrieť na strane 12.

Pred použitím zabudovaného snímača tepovej frekvencie, odstráňte z kovových kontaktov snímača ochrannú fóliu. Pri snímaní tepu musia byť ruky čisté.



Ak chcete merať tepovú frekvenciu, **postavte sa na bežeckú platformu** a uchopte kontakty na rukovätiach na približne 10 sekúnd. **Skúste rukami nehýbať.** Keď je pulz detekovaný, zobrazí sa tepová frekvencia. **Najpresnejšiu tepovú frekvenciu dostanete, keď sa budete držať kontaktov asi 15 sekúnd.**

7. Keď s cvičením skončíte, vyberte kľúč z ovládacieho panela.

Postavte sa na nášľapné plochy a opakovane stlačte Stop, kým sa na obrazovke neukáže sumár tréningu. Keď si pozriete sumár, stlačte hotovo [DONE]. Potom, vyberte kľúč z ovládacieho panela a uložte ho a bezpečné miesto.

Ak ste skončili s používaním trenažéra, prepnite vypínač do vypnutej polohy a vytiahnite elektrický kábel zo zásuvky. **DÔLEŽITÉ:** Ak tak neurobíte, elektrické komponenty trenažéra sa môžu predčasne opotrebiť.

AKO POUŽIŤ CIEĽOVÝ TRÉNING

1. Vložte kľúč do ovládacieho panela.

Pozrite si krok 1 na strane 16.

2. Zvoľte štartovacie menu.

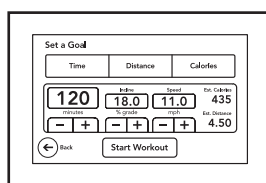
Pozrite si krok 2 na strane 16.

3. Zvoľte cieľové tréningy.

Cieľový tréning zvolíte tlačidlom tréningy [WORKOUTS] na obrazovke a potom tlačidlom cieľový [SET A GOAL]. Alebo, na ovládacom paneli stlačte tlačidlo cieľové tréningy [SET A GOAL WORKOUTS].

Tlačidlami čas [TIME], vzdialenosť [DISTANCE] a kalórie [CALORIES] si môžete nastaviť cieľovú hodnotu pre čas, vzdialenosť, alebo počet kalórií.

Potom, tlačidlami plus alebo mínus na obrazovke nastavte cieľ časový, vzdialenostný, alebo kalorický a zvolte rýchlosť a sklon tréningu. Obrazovka ukáže dobu trvania a vzdialenosť tréningu a približný počet kalórií, ktoré počas tréningu spálite.



4. Začnite tréning.

Tréning začnete stlačením tlačidla začať tréning [START WORKOUT]. Chvilku po stlačení tlačidla sa spustí bežecský pás. Držte sa rukovätí a začnite kráčať.

Tréning bude prebiehať takým istým spôsobom, ako manuálny režim (pozrite si strany 16 až 18).

Tréning bude pokračovať, kým nedosiahnete svoj nastavený cieľ. Bežecský pás sa spomalí a zastane a na obrazovke sa ukáže sumár tréningu. Keď si pozriete sumár, stlačte hotovo [DONE].

Poznámka: Kalorický cieľ je odhadnutý počet kalórií, ktoré počas tréningu spálite. Skutočný počet kalórií závisí na vašej hmotnosti.

5. Sledujte svoj progres.

Pozrite si krok 5 na strane 17 a 18. Obrazovka môže tiež ukázať váš cieľ a stavový pruh zobrazujúci váš progres k cieľu.

6. Monitorujte tepovú frekvenciu.

Pozrite si krok 6 na strane 18.

7. Keď s cvičením skončíte, vyberte kľúč z ovládacieho panela.

Pozrite si krok 7 na strane 18.

AKO POUŽIŤ SPALŔOVACÍ ALEBO TERÉNNY TRÉNING

1. Vložte kľúč do ovládacieho panela.

Pozrite si krok 1 na strane 16.

2. Zvoľte štartovacie menu.

Pozrite si krok 2 na strane 16.

3. Zvoľte spaľovací, alebo terénny tréning.

Spaľovací, alebo terénny tréning zvolíte tlačidlom tréningy [WORKOUTS] na obrazovke. Potom stlačte tlačidlo spaľovací [CALORIE BURN], alebo terénny [ALL-TERRAIN TRAILS]. Tiež môžete stlačiť tlačidlo spaľovacie tréningy [CALORIE BURN WORKOUTS], alebo terénne [ALL TERRAIN TRAILS] na ovládacom paneli.

Ak chcete zvoliť spaľovací tréning, zvolte hladinu intenzity. Potom zvolte želaný tréning. Obrazovka ukáže približný počet kalórií, ktoré počas tréningu spálite. Obrazovka tiež ukáže dobu trvania a vzdialenosť tréningu, počet vertikálnych metrov, ktoré ste prešli a profil nastavení sklonu tréningu.

Ak chcete zvoliť terénny tréning, zvolte hladinu intenzity. Potom zvolte želaný tréning. Obrazovka ukáže dobu trvania tréningu a približný počet kalórií, ktoré počas tréningu spálite. Obrazovka tiež ukáže vzdialenosť tréningu, počet vertikálnych metrov, ktoré prejdete a topografickú mapu trate.

Stlačte tlačidlo profil [PROFILE] na vrchu obrazovky pri časovom displeji na zobrazenie profilu sklonu tréningu. Na mapu sa vrátite stlačením trať [TRAIL] na vrchu obrazovky.

4. Začnite tréning.

Tréning začnete stlačením tlačidla začať tréning [START WORKOUT]. Chvilku po stlačení tlačidla sa spustí bežecký pás. Držte sa rukovätí a začnite kráčať.

Každý tréning je rozdelený do segmentov. Každý segment má naprogramovanú jednu rýchlosť a jeden sklon. Poznámka: Tá istá rýchlosť a/alebo sklon môžu byť naprogramované pre za sebou nasledujúce segmenty.

Počas tréningu bude profil ukazovať váš progres. Profil zobrazíte opakovaným stlačením tlačidiel pri zobrazíť [DISPLAY]. Červená čiara bude označovať práve prebiehajúci segment tréningu. Výška aktuálneho segmentu ukazuje nastavený sklon aktuálneho segmentu.

Na konci prvého segmentu tréningu sa ozve séria zvukov. Ak je pre nasledujúci segment naprogramovaná iná rýchlosť a/alebo sklon, upozornia vás na to blikajúce nové hodnoty rýchlosti a/alebo sklonu a trenažér sa automaticky nastaví na novú rýchlosť a/alebo sklon.

Tréning bude takýmto spôsobom pokračovať, až kým sa neskončí posledný segment. Bežecký pás sa potom spomalí a zastane a na obrazovke sa zobrazí sumár tréningu. Keď si pozriete sumár, stlačte hotovo [DONE].

Keď hocikedy počas cvičenia budú rýchlosť, alebo sklon príliš vysoké alebo nízke, môžete nastavenie zmeniť stlačením tlačidiel pre rýchlosť [SPEED], alebo pre sklon [INCLINE]. **Keď však začne nový segment tréningu, trenažér sa automaticky nastaví na rýchlosť a sklon nasledujúceho segmentu.**

Tréning môžete hocikedy zastaviť stlačením tlačidla iFit Menu [IFIT MENU] v pravom hornom rohu obrazovky. Tréning pozastavíte tlačidlom pauza [PAUSE]. Zastaviť tréning a zvoliť nový tréning môžete stlačením novú tréning [NEW WORKOUT]. Tréning zastavíte tlačidlom ukončiť tréning [END WORKOUT].

Tréning znovu spustíte stlačením tlačidla pokračovať [RESUME] alebo štart [START]. Bežecký pás sa začne pohybovať rýchlosťou 2 km/h. Keď začne ďalší segment tréningu, trenažér sa automaticky nastaví na rýchlosť a sklon toho segmentu.

Poznámka: Kalorický cieľ je odhadnutý počet kalórií, ktoré počas tréningu spálite. Skutočný počet kalórií závisí na vašej hmotnosti. Počet spálených kalórií bude tiež ovplyvnený, ak počas tréningu ručne zmeníte rýchlosť, alebo sklon trenažéra.

5. Sledujte svoj progres.

Pozrite si krok 5 na strane 17 a 18. Obrazovka môže tiež ukázať profil nastavení sklonu tréningu. Keď je zvolený terénny tréning, obrazovka môže ukázať topografickú mapu trate. Animovaná osoba bežiaca po trati indikuje váš progres.

6. Monitorujte tepovú frekvenciu.

Pozrite si krok 6 na strane 18.

7. Keď s cvičením skončíte, vyberte kľúč z ovládacieho panela.

Pozrite si krok 7 na strane 18.

AKO POUŽIŤ REŽIM IFIT LIVE

Režim iFit Live umožní trenažéru komunikovať s vašou bezdrôtovou sieťou. S režimom iFit Live si môžete stiahnuť personalizované tréningy, vytvoriť si svoje vlastné tréningy, sledovať výsledky z tréningov a prístupíť na mnohé iné funkcie. **Viac informácií nájdete na www.iFit.com.**

1. Pripojte trenažér na svoju bezdrôtovú sieť.

Pozrite si krok 1 a 2 na strane 23 a 24.

Na aktiváciu a použitie režimu iFit Live musíte mať svoju vlastnú bezdrôtovú sieť, vrátane 802.11b smerovača s povoleným SSID vysielaním (schované siete nie sú podporované). Tiež budete potrebovať členstvo v iFit.com.

2. Zvoľte režim iFit Live.

Ak chcete zvoliť režim iFit Live, najprv zvoľte štartovacie menu (pozrite si krok 2 na strane 16). Potom, stlačte tlačidlo tréningy [WORKOUTS] a tlačidlo tréningy Live [LIVE WORKOUTS]. Alebo, stlačte tlačidlo tréningy Live na ovládacom paneli.

iFit Live účet si môžete otvoriť na www.iFit.com. Tiež tam nájdete viac informácií o režime iFit Live.

Zmeniť užívateľa môžete tlačidlom zmeniť užívateľa [SWITCH USER], v pravom spodnom rohu obrazovky. Potom, zvoľte želaného užívateľa.

Ak po prečítaní týchto informácií máte otázky, prosím navštívte www.iFit.com/support.

AKO POUŽÍVAŤ STEREO SYSTÉM

Ak chcete počúvať hudbu alebo audio knihy cez reproduktory ovládacieho panela, musíte k ovládaciemu panelu pripojiť svoj MP3 prehrávač, CD prehrávač, alebo iný osobný prehrávač.

Nájdite audio kábel. Jeden koniec zapojte do audio konektoru na boku ovládacieho panela. Druhý koniec zapojte do konektoru na svojom MP3 prehrávači, CD prehrávači, alebo inom osobnom audio prehrávači. **Overte si, že audio kábel je vsunutý na doraz.**

Potom, stlačte Play na svojom MP3 prehrávači, CD prehrávači, alebo inom osobnom audio prehrávači. Upravte hlasitosť na svojom prehrávači, alebo pomocou tlačidiel pre hlasitosť [VOL] na ovládacom paneli.

Ak pri používaní CD prehrávača bude zvuk preskakováť, zložte prehrávač z ovládacieho panela na zem, alebo na iný rovný povrch.

AKO POUŽIŤ NASTAVOVACÍ REŽIM

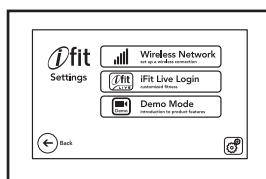
Ovládací panel ponúka nastavovací režim, ktorý umožní pripojiť trénažér na vašu vlastnú bezdrôtovú sieť a prihlásiť sa na váš iFit Live účet. Tento režim vám takisto umožní vypnúť a zapnúť demo režim displeja a zvoliť jednotku miery.

1. Zvoľte nastavovací režim.

Vložte kľúč do ovládacieho panela (pozrite si krok 1 na strane 16) a zvoľte štartovacie menu (pozrite si krok 2 na strane 16). Potom, tlačidlom i, ktoré je v pravom dolnom rohu obrazovky, zvoľte nastavovací režim.

2. Zvoľte režim bezdrôtovej siete.

Na obrazovke stlačte bezdrôtovú sieť [WIRELESS WORKOUT].



Musíte mať svoju vlastnú bezdrôtovú sieť, vrátane 802.11b smerovača s povoleným SSID vysielaním (schované siete nie sú podporované).

Ak vaša bezdrôtová sieť nie je zašifrovaná a nevyžaduje heslo, prejdite na krok 2a. Ak je zašifrovaná a vyžaduje heslo, prejdite na krok 2b.

2a. Pripojte svoj trénažér na nezašifrovanú bezdrôtovú sieť.

Zvoľte svoju bezdrôtovú sieť a stlačte tlačidlo spojiť [CONNECT]. Keď sa zobrazí tlačidlo odpojiť [DISCONNECT], váš trénažér je pripojený na bezdrôtovú sieť. Potom, stlačte hotovo [DONE]. Prejdite na krok 3.

2b. Pripojte svoj trénažér na zašifrovanú bezdrôtovú sieť.

Na pripojenie sa na zašifrovanú sieť musíte vedieť názov svojej siete (SSID), typ šifrovania siete a heslo siete.

Zvoľte želanú bezdrôtovú sieť a stlačte tlačidlo pokročilé [ADVANCED]. Ak je sieť zašifrovaná, musíte stlačiť tlačidlo použiť šifrovanie [USE ENCRYPTION] a musíte zadať údaje. Ak chcete, môžete nastaviť statickú IP adresu a/alebo statický server doménových mien (DNS).

Ak chcete použiť šifrovanie, stlačte použiť šifrovanie. Zvoľte typ šifrovania a zadajte heslo. Potom stlačte odoslať [SUBMIT]. Na obrazovku s pokročilými nastaveniami sa vrátite stlačením zrušiť [CANCEL].

Ak chcete použiť čísla, alebo iné znaky na klávesnici na obrazovke, stlačte tlačidlo .?123, alebo tlačidlo #+=. Na klávesnicu s písmenami sa vrátite stlačením tlačidla ABC. Veľké písmeno napíšete stlačením šípky smerujúcej hore. Posledný znak vymažete stlačením šípky so znakom X.

Ak chcete použiť statickú IP adresu, stlačte použiť statickú IP [USE STATIC IP]. Zadajte IP adresu (IP address), masku siete (netmask), IP adresu brány (gateway IP address) a aspoň jednu DNS. Políčka na zadanie údajov zobrazte pomocou šípok. Po ukončení stlačte odoslať. Na obrazovku s pokročilými nastaveniami sa vrátite tlačidlom zrušiť.

Ak chcete použiť statickú DNS, stlačte použiť statickú DNS [USE STATIC DNS]. Zadajte aspoň jednu DNS. Stlačením šípok sa zobrazia ostatné okná na zadanie údajov. Po ukončení stlačte odoslať. Na obrazovku s pokročilými nastaveniami sa vrátite tlačidlom zrušiť.

Ak treba, stlačením zrušiť [CANCEL] vyjdite z obrazovky s pokročilými nastaveniami.

Ak máte problém napojiť sa, odšifrujte svoju sieť, zaktualizujte firmware ovládacieho panela (pozrite si krok 6 na strane 26) a potom znovu zašifrujte sieť.

Poznámka: Ak na nezašifrovanej sieti zapnete šifrovanie, ovládací panel nebude správne fungovať.

Poznámka: Režim iFit Live podporuje nezabezpečené a zabezpečené (WEP, WPA a WPA2) šifrovanie. Odporúčame širokopásmové pripojenie (broadband). Kvalita spojenia závisí na rýchlosti pripojenia.

Poznámka: Ak po nasledovaní týchto inštrukcií máte otázky, pomoc nájdete na www.iFit.com/support.

3. Prihláste sa do svojho iFit Live účtu.

Stlačte iFit Live prihlásenie [IFIT LIVE LOGIN]. Potom pomocou klávesnice na obrazovke zadajte svoje užívateľské meno a heslo. Ak chcete použiť čísla, alebo iné znaky, stlačte tlačidlo .?123, alebo tlačidlo #+=. Na klávesnicu s písmenami sa vrátite stlačením tlačidla ABC. Veľké písmeno napíšete stlačením šípky smerujúcej hore. Posledný znak vymažete stlačením šípky so znakom X. Potom stlačte prihlásiť sa [LOGIN]. Na nastavovací režim sa vrátite tlačidlom zrušiť [CANCEL].

iFit Live účet si môžete otvoriť na www.iFit.com. Tiež tam nájdete viac informácií o účte.

4. Zapnite, alebo vypnite demo režim displeja.

Jednou z funkcií ovládacieho panela je demo režim displeja, ktorý sa používa na demo trenažéra v predajni. Kým je zapnutý demo režim, ovládací panel bude fungovať normálne, keď zapojíte zástrčku, vypínač prepnete do polohy resetovať a do ovládacieho panela vložíte kľúč. Keď kľúč vyberiete, displej nezhasne, ale tlačidlá nebudú funkčné.

Demo režim displeja zapnete alebo vypnete stlačením demo režim [DEMO MODE] a potom tlačidla zapnúť [ON], alebo vypnúť [OFF]. Potom stlačte tlačidlo naspäť [BACK].

5. Pozrite si nastavenú mieru.

Ktorá miera je zvolená zistíte stlačením tlačidla anglo-americká/metrická [US/METRIC]. Ak chcete, zvolte inú mieru. Potom stlačte naspäť.

6. Vystúpte z nastavovacieho režimu.

Z nastavovacieho režimu vystúpite stlačením tlačidla naspäť.

AKO POUŽITŮ ÚDRŽBOVÝ REŽIM

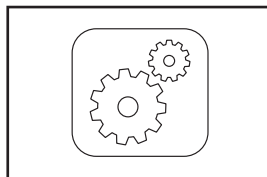
Ovládací panel ponúka údržbový režim, ktorý umožní kalibráciu sklonu a rýchlosti trenažéra, resetovať nastavenia na pôvodné hodnoty, kalibráciu obrazovky, aktualizáciu programového vybavenia ovládacieho panela a zobrazenie technických informácií.

1. Zvoľte nastavovací režim.

Pozrite si krok 1 na strane 23.

2. Zvoľte údržbový režim.

Na údržbový režim prejdete stlačením tlačidla údržba [MAINTENANCE], v pravom dolnom rohu obrazovky.



3. Kalibrujte systém sklonu trenažéra.

Stlačte kalibrovať sklon [CALIBRATE INCLINE]. Potom začnite kalibráciu tlačidlom začať [BEGIN], alebo sa vráťte na údržbový režim tlačidlom zrušiť [CANCEL]. Po stlačení začať [BEGIN] sa trenažér automaticky zdvihne na maximálny sklon, klesne na najnižší a vráti sa do štartovacej pozície. Týmto sa prekalibruje systém sklonu. Po dokončení kalibrácie stlačte naspäť [BACK].

DÔLEŽITÉ: Počas kalibrácie sklonu sa trenažéra nedotýkajte, domácich miláčikov a všetky predmety udržiavajte od trenažéra v bezpečnej vzdialenosti. V núdzi zastavte kalibráciu vytiahnutím kľúča z ovládacieho panela.

4. Kalibrujte obrazovku.

Aby tlačidlá na dotykovej obrazovke reagovali správne, obrazovka musí byť kalibrovaná. Na kalibrovanie obrazovky stlačte kalibrovať obrazovku [CALIBRATE SCREEN] a potom tlačidlo začať. Na údržbový režim sa vrátite tlačidlom zrušiť.

Gumou na ceruzke, alebo iným podobným predmetom, stlačte stred malého terču na obrazovke. Potom, stlačte ďalšie dva terče. Po pár sekundách sa obrazovka vráti na štartovacie menu.

5. Kalibrujte rýchlosť trenažéra.

Rýchlosť trenažéra kalibrujte, len ak vám to poradil zástupca autorizovaného servisu.

Poznámka: Tlačidlo kalibrovať rýchlosť [CALIBRATE SPEED] nemusí byť na vašom trenažéri prístupné.

6. Aktualizujte programové vybavenie ovládacieho panela.

Pre dosiahnutie optimálneho výkonu zariadenia odporúčame pravidelnú aktualizáciu programového vybavenia.

Stlačte tlačidlo aktualizácia programového vybavenia [FIRMWARE UPDATE]. Stlačte začať [BEGIN] na vyhľadanie aktualizácií, alebo sa tlačidlom zrušiť vráťte na údržbový režim.

Na obrazovke sa v sivom okne zobrazí stavový pruh. Po ukončení aktualizácie sa v sivom okne zobrazia slová *PLEASE CYCLE POWER* (cyklujte vypínač). Prepnete vypínač na ráme trenažéra do vypnutej polohy. Počkajte pár sekúnd a prepnite ho do polohy resetovať. Po chvíľke bude ovládací panel pripravený na používanie.

7. Zobraziť technické informácie.

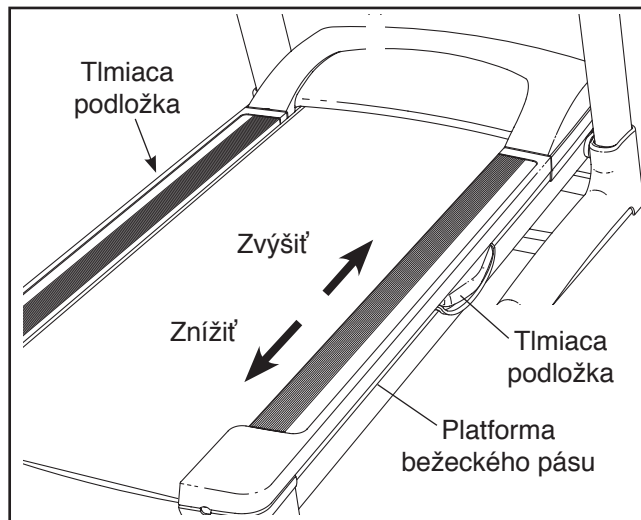
Stlačením tlačidla technické informácie [TECHNICAL INFO] si môžete pozrieť, koľko hodín bol trenažér použitý a celkový počet míľ alebo kilometrov, ktoré bežecký pás prešiel. Keď si pozriete informácie, stlačte skončiť [FINISH].

8. Vystúpte z údržbového režimu.

Z údržbového režimu vystúpite opakovaným stlačením tlačidla naspäť.

AKO NASTAVIŤ ODPRUŽOVACÍ SYSTÉM

Vyberte kľúč z ovládacieho panela a vytiahnite elektrický kábel zo zásuvky. Odpružovací systém trenažéra tlmí nárazy spôsobené chôdzou alebo behom na trenažéry. Ak chcete zvýšiť tvrdosť bežeckej platformy, zostúpte z trenažéra a posuňte tlmiace podložky k prednej časti trenažéra. Ak chcete tvrdosť znížiť, zostúpte z trenažéra a posuňte tlmiace podložky k zadnej časti trenažéra. **Poznámka: Overte si, že obidve podložky sú nastavené na rovnakú tvrdosť. Čím rýchlejšie na trenažéri bežíte, alebo čím viac vážite, tým by mala byť bežecká platforma tvrdšia.**

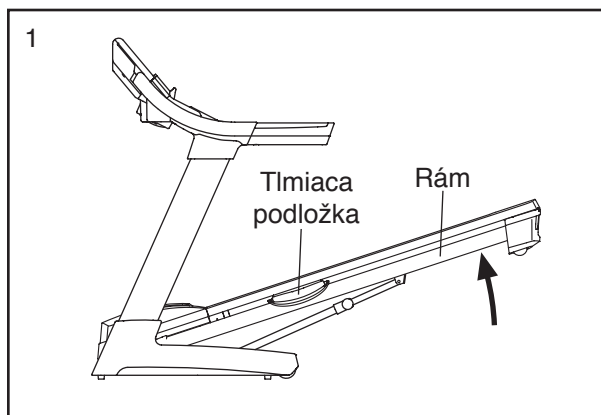


AKO ZLOŽIŤ A PREMIESTNIŤ BEŽECKÝ TRENAŽÉR

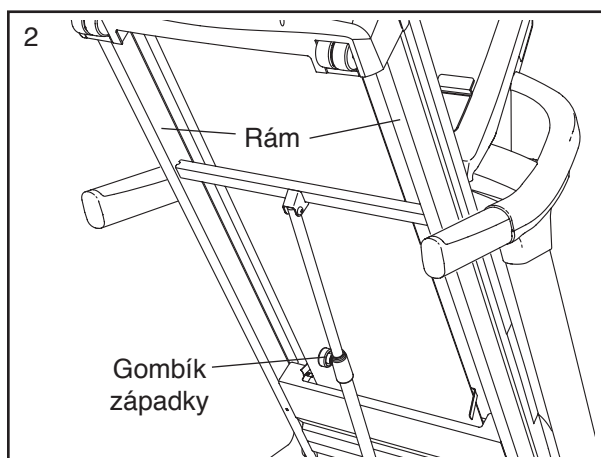
AKO ZLOŽIŤ BEŽECKÝ TRENAŽÉR

Aby sa trenažér nepoškodil, prv než ho zložíte, nastavte sklon na najnižšiu polohu. Potom, vyberte kľúč a vytiahnite elektrický kábel zo zásuvky. Tiež pomôže, ak tlmiace podložky nastavíte do najvyššej, alebo najnižšej polohy (ako nastaviť tlmiace podložky si pozrite na strane 26). **POZOR:** Na zloženie, rozloženie, alebo premiestnenie trenažéra, musíte byť schopný bezpečne zdvihnúť 20 kg.

1. Pevne uchopte kovový rám na mieste označenom šípkou na nižšie zobrazenom obrázku. **POZOR:** Rám nedržte za plastické nášľapné plochy. Zohnite sa v kolenách, s vystretým chrbtom.



2. Zdvihnite rám, kým západka nezapadne do uzamknutej uskladňovacej polohy. **POZOR:** Overte si, že západka je uzamknutá.

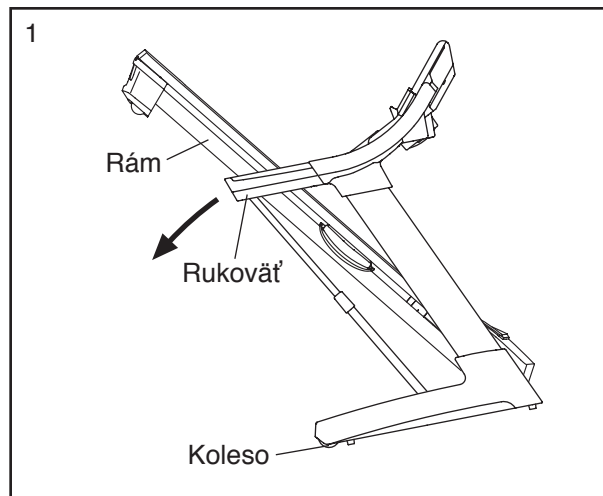


Dlážku alebo koberec pred poškodením ochráňte umiestnením podložky pod trenažér. Trenažér nenechajte na priamom slnku a nenechajte ho v uskladňovacej pozícii, keď teploty presiahnu 30° C.

AKO PREMIESTNIŤ BEŽECKÝ TRENAŽÉR

Pred premiestnením trenažér najprv zložte podľa postupu uvedeného vľavo. **POZOR:** Overte si, že západka je uzamknutá v uskladňovacej polohe. Je možné, že na premiestnenie budete potrebovať dve osoby.

1. Uchopte rám a jednu rukoväť a jednou nohou si stúpnite na koleso.



2. Zatiahnite za rukoväť trenažéra, kým sa nezačne kotúľať na kolesách a opatrne ho premiestnite. **POZOR:** Trenažérom nehýbte bez toho, aby ste ho nahli smerom k sebe, neťahajte za rám a nepremiestňujte trenažér po nerovnom povrchu.

3. Dajte jednu nohu na koleso a trenažér opatrne uložte na zem.

AKO ROZLOŽIŤ TRENAŽÉR DO POLOHY NA POUŽITIE

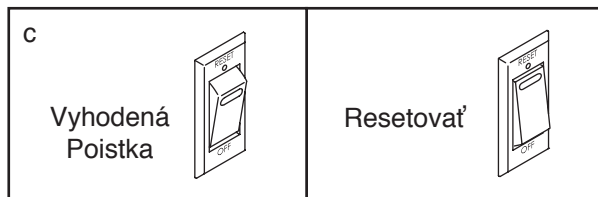
1. **Pozrite si obrázok 2.** Pravou rukou uchopte hornú časť rámu trenažéra. Zatiahnite za gombík západky doľava. **DÔLEŽITÉ:** Gombíkom netočte. Ak treba, jemne potlačte rám dopredu. Nahnite rám pár centimetrov dole a pustiť gombík západky.
2. **Vľavo si pozrite obrázok 1.** Obidvoma rukami pevne uchopte kovový rám a uložte ho na dlážku. **POZOR:** Rám nedržte za plastické nášľapné plochy a nepustite ho na dlážku z výšky. Zohnite sa v kolenách, s vystretým chrbtom.

PORUCHY A ICH ODSTRÁNENIE

Väčšina problémov s trenažérom sa dá vyriešiť nasledovaním nižšie uvedených postupov. Nájdite symptóm a nasledujte postup. Ak potrebujete viac pomoci, pozrite si prosím predný obal tohto návodu.

SYMPTÓM: Trenažér sa nezapne

- Overte si, že elektrický kábel je zapojený do správne uzemnenej zásuvky (pozrite si stranu 14). Ak potrebujete predlžovací kábel, použite len trojpólový, 1 mm², maximálne 1,5 m dlhý kábel.
- Po zapojení elektrického kábla do zásuvky, overte si, že kľúč je vložený do ovládacieho panela.
- Skontrolujte vypínač, ktorý je na ráme trenažéra, blízko k elektrickému káblu. Ak je vypínač vysunutý ako je to na obrázku, bola vyhodенá poistka. Počkajte päť minút a potom resetujte vypínač vtlačením späť dovnútra.



SYMPTÓM: Počas používania sa vypne elektrina

- Skontrolujte vypínač (pozrite si vyššie zobrazený obrázok). Ak bola vyhodенá poistka, počkajte päť minút a potom vtlačte vypínač späť dovnútra.
- Overte si, že elektrický kábel je v zásuvke. Ak je elektrický kábel v zásuvke, vytiahnite ho, počkajte päť minút a zastrčte ho znovu.
- Vyberte kľúč z ovládacieho panela a vložte ho späť.
- Ak trenažér aj naďalej nefunguje, pozrite si prosím predný obal tohto návodu.

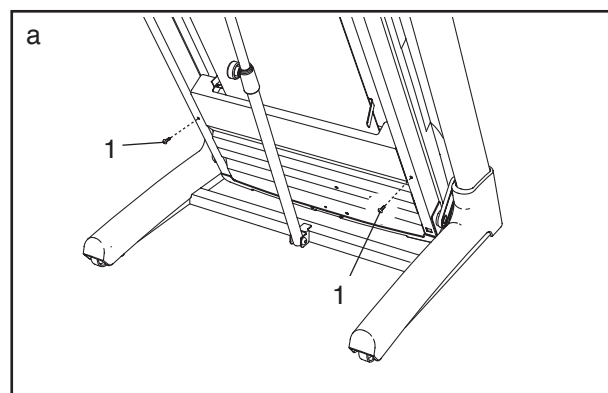
SYMPTÓM: Po vybratí kľúča z ovládacieho panela, displej na ovládacom paneli nezhasnú

- Jednou z funkcií ovládacieho panela je demo režim displeja, ktorý sa používa na demo trenažéra v predajni. Ak displej po vybratí kľúča z ovládacieho panela nezhasnú, znamená to, že je zapnutý demo režim. Ak chcete vynútiť demo režim, pozrite si krok 4 na strane 24.

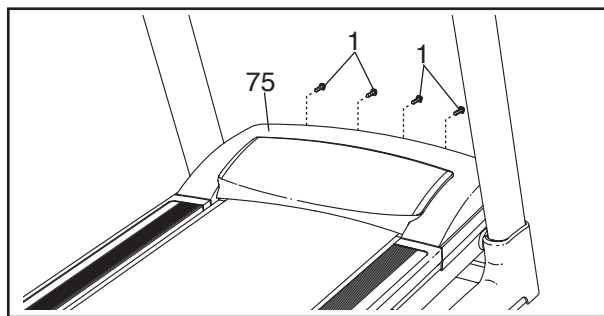
SYMPTÓM: Ovládací panel nezobrazuje správnu rýchlosť a vzdialenosť

- Vyberte kľúč z ovládacieho panela a **VYTIAHNITE ELEKTRICKÝ KÁBEL ZO ZÁSUVKY**. Zložte trenažér do polohy na uskladnenie (pozrite si AKO ZLOŽIŤ BEŽECKÝ TRENAŽÉR na strane 27).

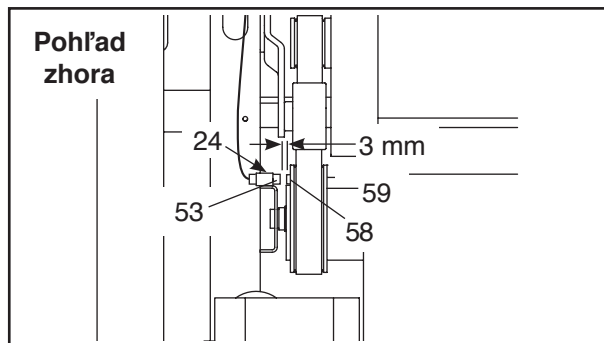
Potom, vyberte dve označené skrutky #8 x 3/4" (1).



Rozložte trenažér (pozrite si AKO ROZLOŽIŤ TRENAŽÉR DO POLOHY NA POUŽITIE na strane 27). Vyberte štyri označené skrutky #8 x 3/4" (1) a zložte kryt motora (75).



Nájdite spínač s jazýčkovým kontaktom (53) a magnet (58), na ľavej strane kladky (59). Otočte kladku, kým magnet nie je zarovnaný so spínačom s jazýčkovým kontaktom. **Overte si, že medzera medzi magnetom a spínačom je približne 3 mm.** Ak je treba, uvoľnite vrtiacu skrutku #8 x 3/4" (24), trochu pohnite spínačom a znovu zatiahnite vrtiacu skrutku. Znovu pripevnite kryt motora (nie je zobrazené) so šiestimi skrutkami #8 x 3/4" (nie je zobrazené). Spustite trenažér na pár minút a skontrolujte správnosť zobrazenej rýchlosti.



SYMPTÓM: Sklon trenažéra sa nezmení korektne

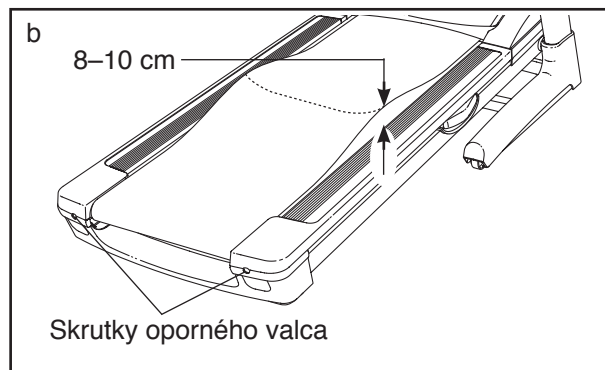
- Prekalibrujte systém sklonu (pozrite si krok 3 na strane 25).

SYMPTÓM: iFit Live režim nefunguje korektne

- Ak iFit Live režim nefunguje korektne, overte si, že trenažér má najnovšie programové vybavenie (pozrite si krok 7 na strane 26).

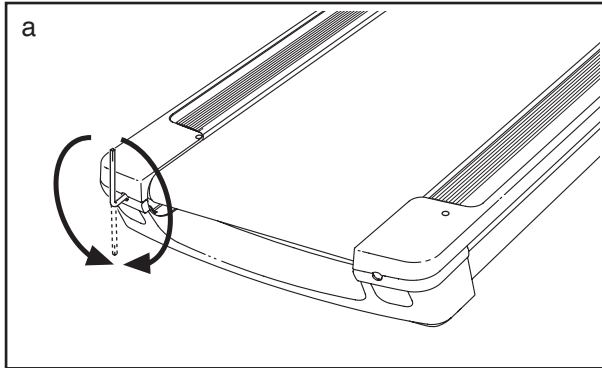
SYMPTÓM: Pri kráčaní na bežeckom páse sa pás spomalí

- Ak potrebujete použiť predlžovací kábel, použite len trojpólový, 1 mm², ktorý nie je dlhší než 1,5m.
- Ak je bežecký pás napnutý príliš tesne, zníži sa funkčnosť trenažéra a môže dôjsť k poškodeniu pásu. Vyberte kľúč a **VYTIAHNITE ELEKTRICKÝ KÁBEL ZO ZÁSUVKY**. Inbusovým kľúčom otočte obidve skrutky oporného valca v smere proti chodu hodinových ručičiek o 1/4 otáčky. Keď je bežecký pás napnutý správne, obidve hrany pásu by sa mali dať nadvihnúť z platformy asi 8 až 10 cm. Bežecký pás musí byť vycentrovaný. Potom, zapojte elektrický kábel do zásuvky, vložte kľúč a na pár minút spustite trenažér. Opakujte, kým pás nie je napnutý správne.
- Ak pás aj naďalej spomaľuje keď na ňom kráčate, pozrite si predný obal tohto návodu.

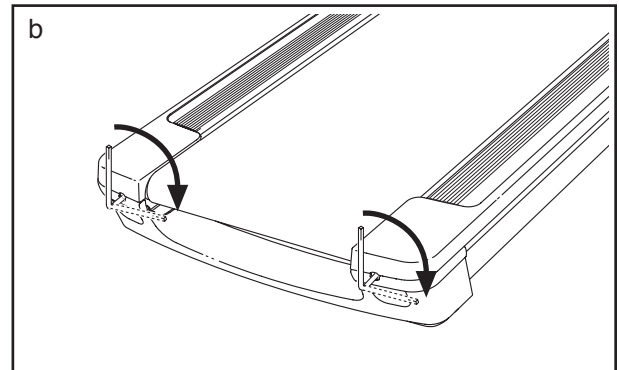


SYMPTÓM: Bežecký pás nie je v strede platformy, alebo pri kráčaní prekíza

- a. **Ak je bežecký pás vychýlený zo stredu**, najprv vyberte kľúč a **VYTIAHNITE ELEKTRICKÝ KÁBEL ZO ZÁSUVKY**. **Ak je bežecký pás vychýlený doľava**, inbusovým kľúčom otočte ľavú skrutku oporného valca v smere chodu hodinových ručičiek o 1/2 otáčky; **ak je bežecký pás vychýlený doprava**, otočte ľavú skrutku oporného valca proti smeru chodu hodinových ručičiek o 1/2 otáčky. Bežecký pás nenapnite príliš tesne. Potom, zapojte elektrický kábel do zásuvky, vložte kľúč a na pár minút spustite trenažér. Opakujte, kým pás nie je vycentrovaný.



- b. **Ak sa bežecký pás pri kráčaní prekíza**, najprv vyberte kľúč a **VYTIAHNITE ELEKTRICKÝ KÁBEL ZO ZÁSUVKY**. Inbusovým kľúčom otočte obidve skrutky oporného valca v smere chodu hodinových ručičiek o 1/4 otáčky. Keď je bežecký pás napnutý správne, obidve hrany pásu by sa mali dať nadvihnúť z platformy asi 8 až 10 cm. Bežecký pás musí zostať vycentrovaný. Potom, zapojte elektrický kábel do zásuvky, vložte kľúč a pár minút opatrne kráčajte na trenažéri. Opakujte, kým pás nie je správne napnutý.



POKYNY K CVIČENIU



VAROVANIE: Pred začatím tohto alebo akéhokoľvek cvičebného programu sa poraďte so svojim lekárom. Je to dôležité hlavne u osôb starších ako 35 rokov alebo u osôb s existujúcimi zdravotnými problémami.

Senzor pulzu nie je medicínskym zariadením. Presnosť údajov o srdcovej frekvencii môže ovplyvňovať množstvo faktorov. Senzor pulzu slúži iba ako pomôcka pri cvičení na všeobecné určenie trendov srdcovej frekvencie.

Tieto pokyny vám pomôžu naplánovať si cvičebný program. Podrobné informácie o cvičeniach získate v renomovanej literatúre alebo sa opýtajte svojho lekára. Pre úspešný výsledok je dôležitá aj správna výživa a adekvátny odpočinok.

INTENZITA CVIČENIA

Či už je vaším cieľom spálenie kalórií alebo posilnenie kardiovaskulárneho systému, kľúčom k dosiahnutiu výsledku je správna intenzita cvičenia. Ako pomôcku pre nájdenie správnej úrovne intenzity môžete použiť srdcovú frekvenciu. V dolnej tabulke sú zobrazené odporúčané srdcové frekvencie pre spaľovanie tukov a cvičenie aerobiku.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

Ak chcete nájsť správnu intenzitu cvičenia, vyhládajte na spodku tabuľky svoj vek (vek je zaokrúhlený na najbližších desať rokov). Uvedené tri čísla nad hranicou vášho veku definujú vašu "zónu tréningovania". Najnižšie číslo je srdcová frekvencia pre spaľovanie tukov, stredné číslo je srdcová frekvencia pre maximálne spaľovanie tukov a najvyššie číslo je srdcová frekvencia pre cvičenie aerobiku.

Spaľovanie tukov—Ak chcete úspešne chudnúť, musíte cvičiť na najnižšej úrovni intenzity počas dlhšieho časového obdobia. Počas niekoľkých prvých minút cvičenia používa vaše telo ako energiu kalórie z uhlíhydrátov. Iba počas niekoľkých prvých minút cvičenia používa vaše telo energiu uloženú v tukoch. Ak je vaším cieľom spaľovať tuky, nastavte si intenzitu cvičenia, kým nebude vaša srdcová frekvencia na najnižšom čísle vo vašej zóne tréningovania. Pre maximálne spaľovanie tukov cvičte tak, aby bola vaša srdcová frekvencia približne v strede tréningovej zóny.

Cvičenie aerobiku—Ak je vaším cieľom posilnenie kardiovaskulárneho systému, musíte vykonávať cvičenie aerobiku, ktoré predstavuje aktivitu s najväčšou spotrebou kyslíka počas dlhšieho časového obdobia. Pri cvičení aerobiku nastavte intenzitu cvičenia tak, aby bola vaša srdcová frekvencia približne na úrovni najvyššieho čísla vo vašej tréningovej zóne.

POKYNY K CVIČENIU

Rozcvička—Začnite so strečingom a ľahším cvičením po dobu 5 až 10 minút. Ako príprava na cvičenie sa pri rozcvičke zvýši vaša telesná teplota, srdcová frekvencia a krvný obeh.

Cvičenie v tréningovej zóne—Cvičte 20 až 30 minút tak, aby bola vaša srdcová frekvencia v rámci vašej tréningovej zóny. (Počas prvých niekoľkých týždňov programu cvičenia neudržiavajte srdcovú frekvenciu v tréningovej zóne dlhšie ako 20 minút.) Počas cvičenia pravidelne a zhlboka dýchajte a nikdy nezadržiavajte dych.

Uvoľnenie—Ukončite 5 až 10 minútami strečingu. Strečing zvyšuje pružnosť svalov a pomáha predchádzať problémom po cvičení.

FREKVENCIA CVIČENIA

Na udržanie alebo zlepšenie kondície cvičte tri cvičenia každý týždeň, pričom medzi cvičeniami si nechajte aspoň jeden voľný deň. Po niekoľkých mesiacoch pravidelného cvičenia môžete cvičiť až päť cvičení každý týždeň. Kľúčom k úspechu je, aby sa cvičenie stalo pravidelnou a príjemnou súčasťou vášho každodenného života.

ODPORUČENÝ STREČING

Správny postoj pre niekoľko základných strečingových cvikov je zobrazený vpravo. Pri týchto cvikoch robte pomalé pohyby—nenadskakujte.

1. Predklon zo stoja spojného

Postavte sa s mierne ohnutými kolenami a pomaly sa v páse predkloňte. Uvoľnite chrbát a plecia, pričom sa snažte dočiahnuť rukami čo najnižšie. Držte polohu kým narátate do 15, potom sa uvoľnite. Opakujte 3 krát. Naťahujú sa: zadná strana stehien, kolien a chrbát.

2. Strečing zadnej strany stehna

Sadnite si s jednou nohou vystretou. Druhú nohu zohnite v kolene a chodidlo oprite o vnútorné stehno vystretej nohy. Ruky sa snažte natiahnuť čo najďalej pred seba. Držte polohu kým narátate do 15, potom sa uvoľnite. Opakujte 3 krát. Naťahujú sa: zadná strana stehien, dolná časť chrbta a slabiny.

3. Strečing lýtky a achilovky.

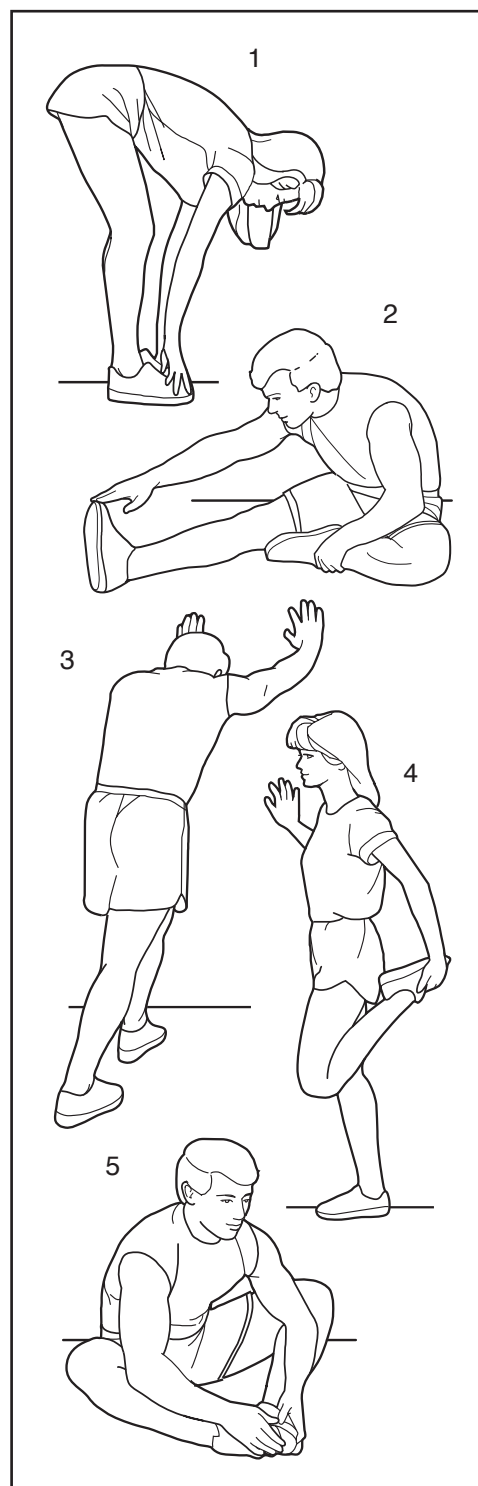
Postavte sa pred stenu a jednou nohou vykročte vpred, rukami sa oprite o stenu. Zadnú nohu majte vyrovnanú a chodidlo vodorovne na dlážke. Zohnite prednú nohu, nahnite sa dopredu a bedrami sa pohnite smerom k stene. Držte polohu kým narátate do 15, potom sa uvoľnite. Opakujte 3 krát pre obidve nohy. Hlbší strečing achiloviek dosiahnete zohnutím aj zadnej nohy. Naťahujú sa: lýtky, achilova šľacha a členky.

4. Strečing predného stehenného svalu

Jednou rukou sa oprite o stenu kvôli rovnováhe, druhou rukou si-ahnite dozadu a uchopte jednu nohu. Pritiahnite si pätku tak blízko k telu, ako len môžete. Držte polohu kým narátate do 15, potom sa uvoľnite. Opakujte 3 krát pre obidve nohy. Naťahujú sa: predné stehenné svaly a bederné svaly.

5. Strečing vnútorného stehenného svalu

Sadnite si so zohnutými kolenami tak, aby sa vám chodidlá dotýkali. Pritiahnite si chodidlá k slabinám tak blízko, ako len môžete. Držte polohu kým narátate do 15, potom sa uvoľnite. Opakujte 3 krát. Naťahujú sa: predné stehenné svaly a bederné svaly.



ZOZNAM SÚČASTÍ

Č. modelu NETL19810.0 R0511A

Č. Množstvo Označenie

1	54	Skrutka #8 x 3/4"
2	6	Skrutka 3/8" x 1 1/4"
3	1	Skrutka 3/8" x 1 3/4"
4	1	Skrutka 3/8" x 2"
5	4	Skrutka 3/8" x 3 3/4"
6	10	Ozubená podložka 3/8"
7	8	Poistná matica 3/8"
8	1	Monitor tepovej frekvencie
9	2	Skrutka #8 x 1/2"
10	2	Skrutka hnacieho motora
11	1	Skrutka so šesťhrannou hlavou 3/8" x 1 3/4"
12	18	Skrutka s plochou hlavou #8 x 3/4"
13	1	Skrutka so šesťhrannou hlavou 3/8" x 2"
14	4	Skrutka vodidla remeňa #8
15	2	Skrutka 1/4" x 2 1/2"
16	16	Skrutka #8 x 1/2"
17	2	Skrutka 1/4" x 1 1/4"
18	2	Skrutka 5/16" x 1 1/4"
19	12	Skrutka #12 x 1"
20	2	Skrutka 3/8" x 3/4"
21	2	Skrutka 3/8" x 1 3/4"
22	2	Skrutka 3/8" x 2 3/8"
23	7	Skrutka s podložkovou hlavou #8 x 1/2"
24	15	Vítacia skrutka #8 x 3/4"
25	4	Skrutka #8 x 1"
26	8	Vítacia skrutka so skosenou hlavou #8 x 3/4"
27	1	Ovládací panel
28	4	Ozubená podložka #8
29	4	Vítacia skrutka #8 x 1"
30	4	Ozubená podložka 1/4"
31	1	Pravá rukoväť s tepovým snímačom
32	1	Filter
33	4	Rozpera základne
34	4	Poistná matica 1/4"
35	1	Poistná matica #8
36	1	Prístupový otvor
37	3	Spona krytu
38	2	Matica s prírubou 5/16"
39	1	Ľavá rukoväť s tepovým snímačom
40	4	Spona krytu rukoväte
41	1	Ľavá vložka
42	2	Os zadného kolesa
43	4	Zadné koleso
44	4	Nálepka s upozornením
45	1	Pravá vložka
46	1	Zadná podpera

Č. Množstvo Označenie

47	2	Tlmiaca podložka platformy
48	2	Kolaj tlmiacej podložky
49	1	Nálepka s upozornením
50	1	Platforma bežeckého pásu
51	2	Vodidlo remeňa
52	2	Izolátor
53	1	Spínač s jazýčkovým kontaktom
54	2	Príchytka krytu
55	2	Rozpera zdvíhacieho ramena
56	2	Zdvíhacie rameno
57	2	Rozpera tyče zdvíhadla
58	1	Magnet
59	1	Hnací valec/kladka
60	1	Držiak elektroniky
61	1	Riadiaca jednotka
62	1	Predný kryt
63	1	Vypínač
64	2	Priechodka kábla stĺpika
65	1	Hrudný popruh
66	1	Elektrický kábel
67	1	Rám
68	1	Bežecký pás
69	1	Oporný valec
70	1	Šesťhranný kľúč
71	1	Šesťhranný kľúč 5/32"
72	1	Zadná vložka
73	1	Príchytka spínača s jazýčkovým kontaktom
74	1	Kábel senzoru zdvíhu
75	1	Kryt motora
76	1	Tyč zdvíhadla
77	1	Motor zdvíhu
78	1	Kábel motora zdvíhu
79	1	Držiak dorazu
80	1	Rozpera držiaka dorazu
81	1	Remeň hnacieho motora
82	1	Hnací motor
83	1	Kryt ľavej nášlapnej plochy
84	1	Ľavá nášlapná plocha
85	1	Kryt pravej nášlapnej plochy
86	1	Objímka
87	1	Západka skladacieho systému
88	2	Tlmič motora
89	1	Násada ľavého stĺpika
90	1	Násada pravého stĺpika
91	1	Ľavý stĺpik
92	1	Pravý stĺpik
93	1	Kábel stĺpika
94	1	Kľúč/spona
95	1	Pravá nášlapná plocha

Č. Množstvo Označenie

96	2	Doraz tlmiacej podložky
97	6	Uvoliteľný viazač
98	2	Viazač so skrútkou
99	9	Plastový viazač
100	1	Ľavý kryt základne
101	2	Koleso
102	1	Pravý kryt základne
103	1	Základňa
104	1	UK elektrický kábel
105	4	Nožička základne
106	1	Základňa ovládacieho panela
107	2	Uzemňovací kábel ovládacieho panela

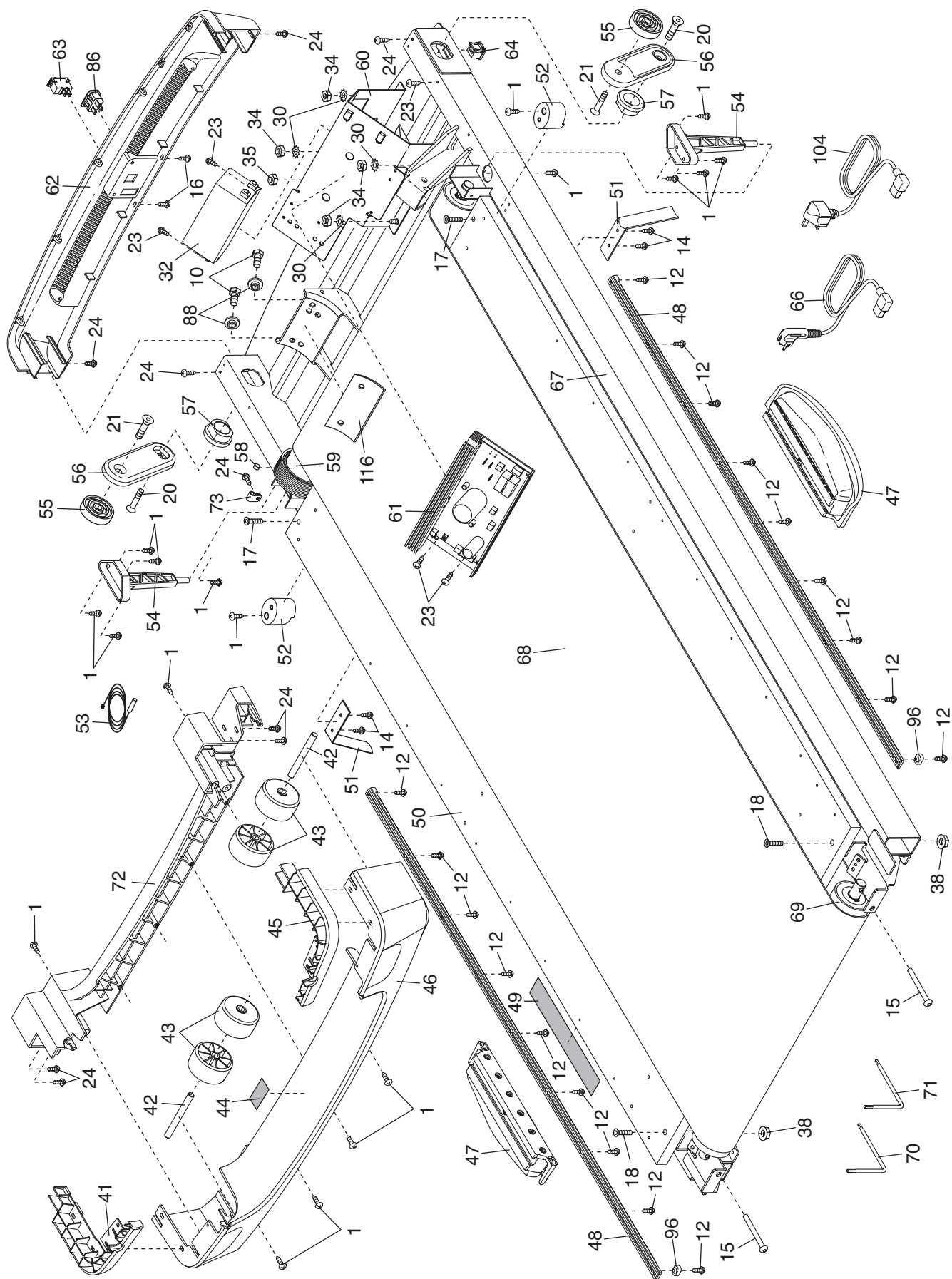
Č. Množstvo Označenie

108	1	Doska ovládacieho panela
109	2	Koncová krytka rukoväte
110	1	Rukoväť
111	2	Grip rukoväte
112	2	Príchytka ovládacieho panela
113	1	Kryt reproduktora
114	1	Kábel ovládacieho panela
115	1	Kryt modulu
116	1	Izolátor motora
117	1	Audio kábel
*	—	Návod na použitie

Poznámka: Špecifikácie podliehajú zmenám bez predošlého upozornenia. Informácie o objednávaní náhradných dielov nájdete na zadnej strane tohto návodu. *Tieto súčasti nie sú zobrazené.

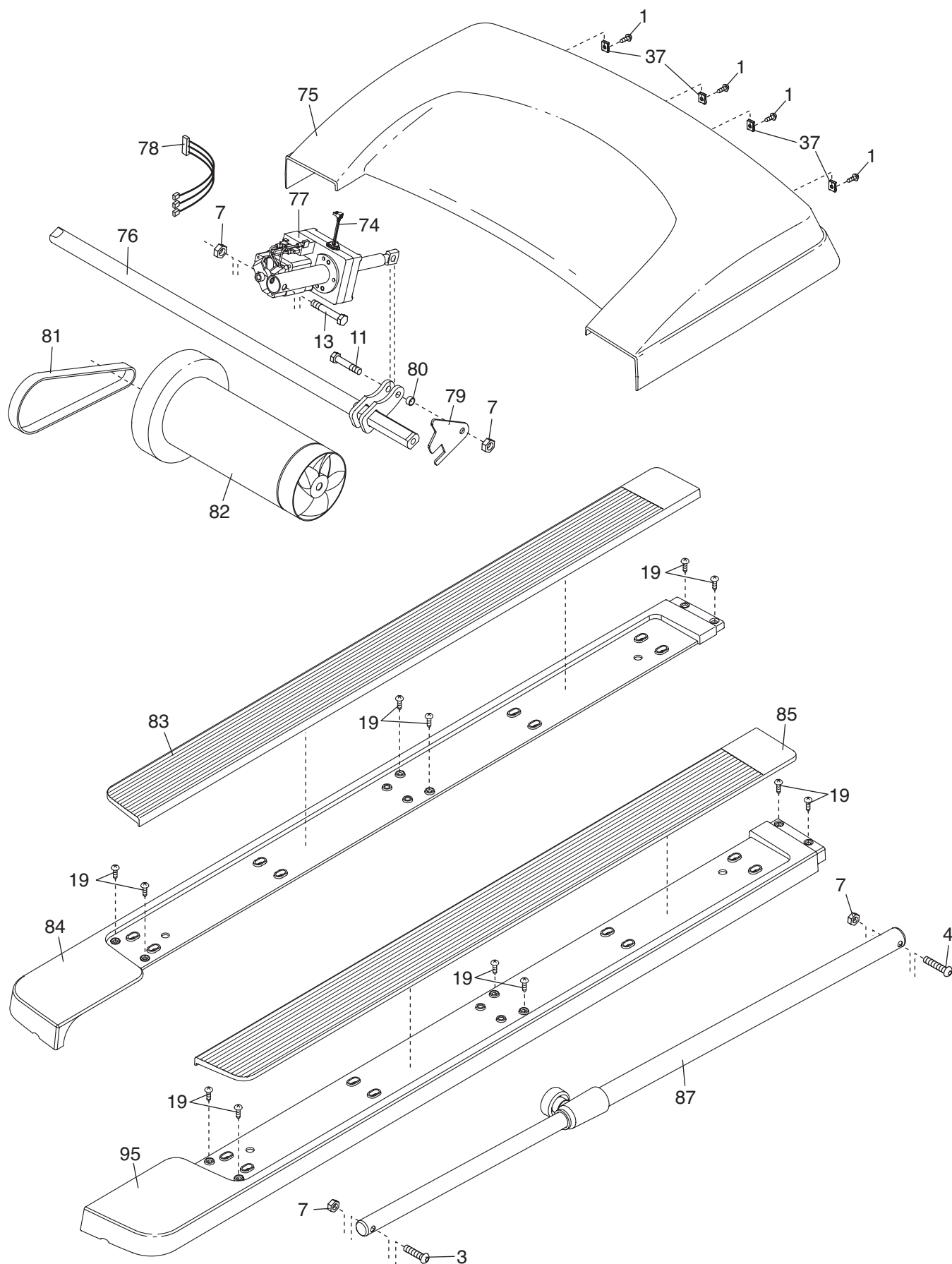
PODROBNÝ NÁKRES A

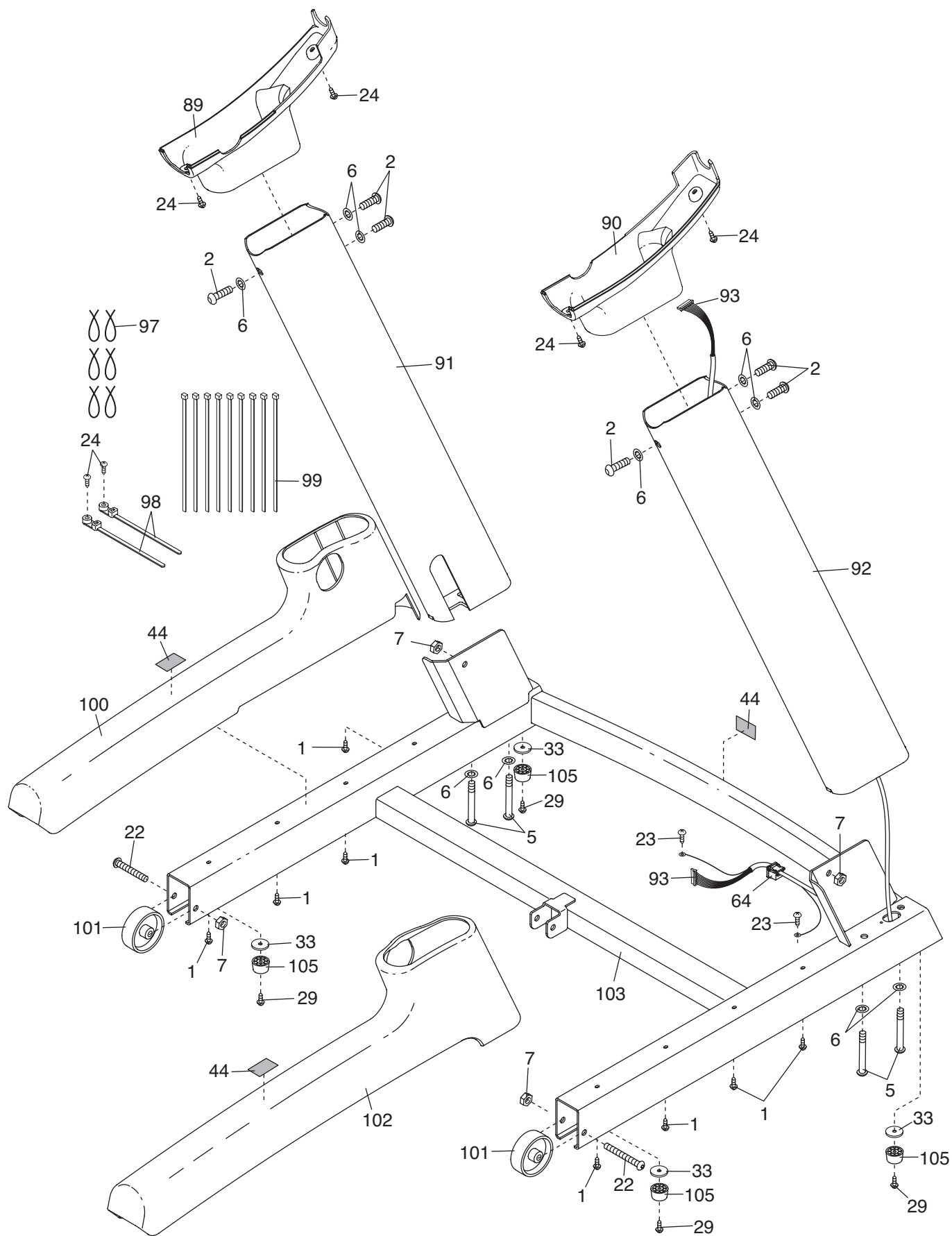
Č. modelu NETL19810.0 R0511A

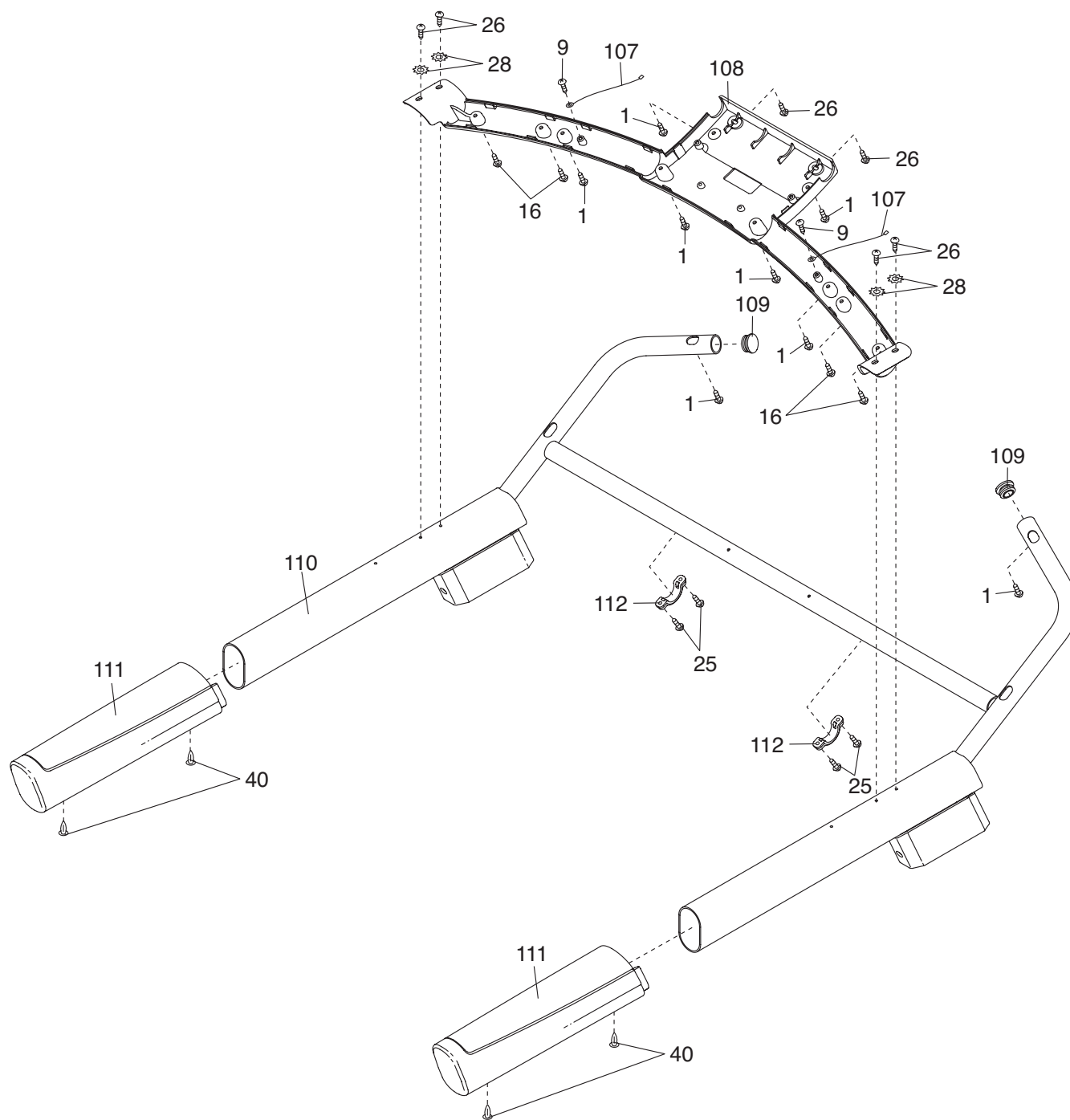


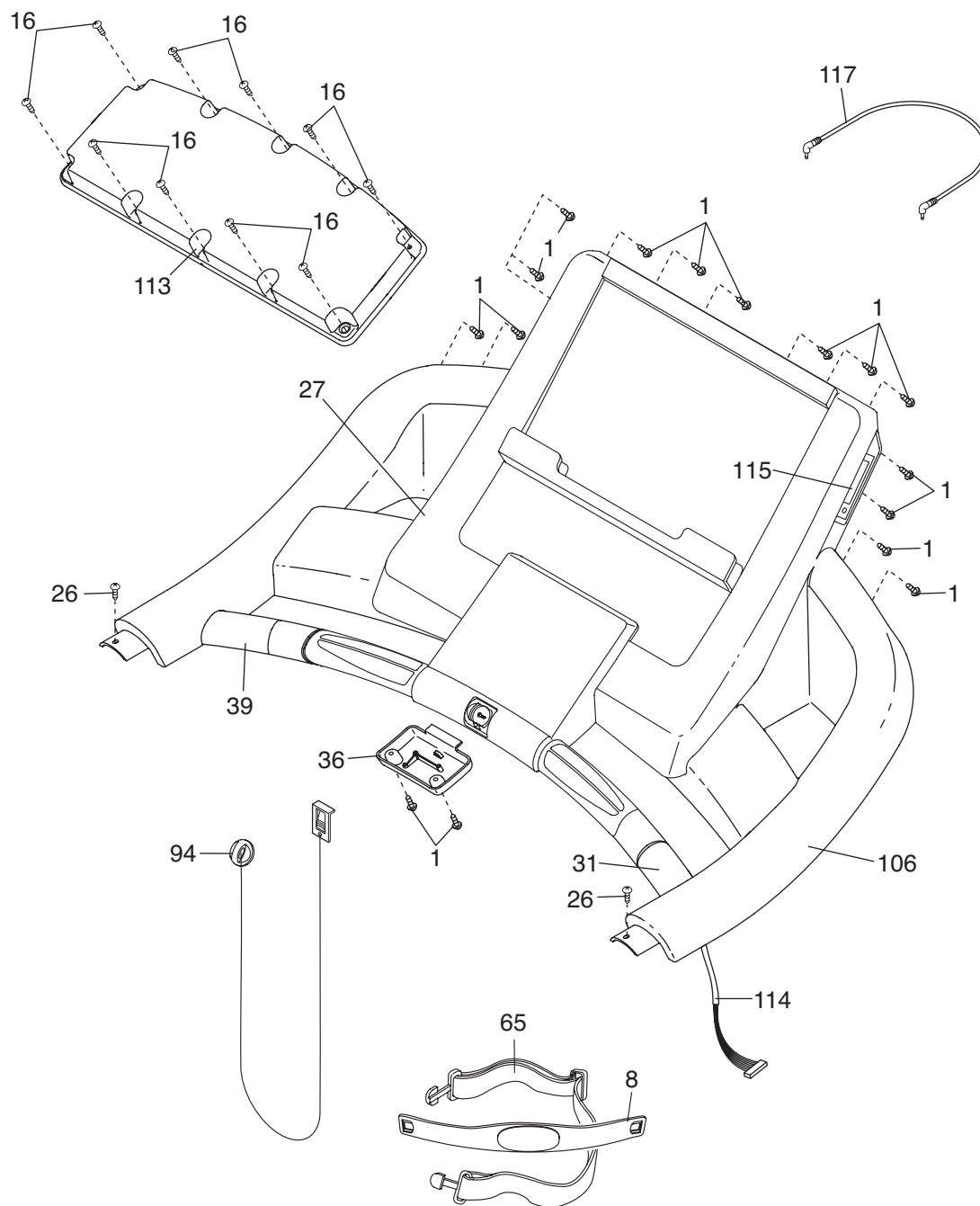
PODROBNÝ NÁKRES B

Č. modelu NETL19810.0 R0511A









OBJEDNÁVKA NÁHRADNÝCH DIELOV

Ak si chcete objednať náhradné diely, pozrite si prednú stranu tohto návodu. Aby sme vám mohli pomôcť, predtým, než sa na nás obrátite, si pripravte nasledujúce informácie:

- číslo modelu a výrobné číslo výrobku (pozri na prednej strane tohto návodu)
- názov výrobku (pozri na prednej strane tohto návodu)
- číslo kľúča a označenie náhradného dielu(-ov) (pozri ZOZNAM SÚČASTÍ a PODROBNÝ NÁKRES v zadnej časti tohto návodu)

INFORMÁCIE O RECYKLÁCII

Tento elektronický výrobok sa nesmie likvidovať s komunálnym odpadom. Podľa zákona sa musí kvôli ochrane životného prostredia tento výrobok po uplynutí svojej životnosti recyklovať.

Využite prosím recyklačné zberne vo vašej oblasti, ktoré sú oprávnené vykonávať zber takéhoto typu odpadu. Pomôžete tým ochrániť prírodné zdroje a zlepšiť európske štandardy ochrany životného prostredia. Ak potrebujete viac informácií o bezpečnom a správnom spôsobe likvidácie, kontaktujte miestne úrady alebo predajňu, kde ste si tento výrobok zakúpili.

