SCHWINN™

130 / 510U

INSTRUKCJA MONTAŻU / INSTRUKCJA OBSŁUGI

SPIS TREŚCI

Ważne instrukcje bezpieczeństwa 3
Etykiety ostrzegawcze / numer seryjny 5
Dane techniczne 6
Przed montażem 6
Części 7
Sprzęt 8
Narzędzia 8
Montaż 9
Wypoziomowanie roweru 16
Przenoszenie roweru 16
Funkcje 17
Funkcje konsoli 18
Zdalne urządzenie Bluetooth® monitorujące tętno 20
Stykowy czujnik tętna (CHR) 20
Obsługa 22
Regulacje 22
Włączanie zasilania / Tryb spoczynku 22
Program manualny Quick Start (Szybki start) 23
Program Interval (Interwałowy) 23
Programy Challenge (Wyzwania) 23
Modyfikacja wyświetlania wartości treningu 24
Wstrzymywanie lub zatrzymywanie 25
Tryb podsumowujący 25
Konserwacja 26
Części do konserwacji 27
Rozwiązywanie problemów 28
Gwarancja (tylko Stany Zjednoczone/Kanada) 31

W celu potwierdzenia obsługi gwarancyjnej należy zachować oryginalny dowód zakupu i zapisać następujące informacje:

Numer seryjny _____

Data zakupu _____

W przypadku zakupu w USA/Kanadzie: Aby zarejestrować gwarancję produktu, odwiedź stronę: **www.SchwinnFitness.com/register**

lub zadzwoń pod numer 1 (800) 605–3369.

W przypadku zakupu poza USA/Kanadą: Aby zarejestrować gwarancję na produkt, należy skontaktować się z lokalnym dystrybutorem.

W celu uzyskania szczegółowych informacji dotyczących gwarancji produktu lub w przypadku pytań lub problemów z produktem skontaktuj się z lokalnym dystrybutorem. Aby znaleźć lokalnego dystrybutora, odwiedź stronę: **www.nautilusinternational.com** lub **www.nautilus.cn**

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, www.NautilusInc.com – Obsługa klienta: Ameryka Północna (800) 605-3369, csnls@nautilus.com | Nautilus (Shanghai) Fitness Equipments Co, Ltd, Room 1701 &1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, Chiny 200042, www.nautilus.cn – 86 21 6115 9668 | poza terytorium USA www.nautilusinternational.com |

© 2020 Nautilus, Inc. | Schwinn, logo Schwinn Quality, Schwinn 130, Schwinn 510U, Schwinn Toolbox, JRNY, Bowflex i Nautilus są znakami towarowymi należącymi do firmy Nautilus, Inc. lub będącymi na jej licencji, które są zarejestrowane lub w inny sposób chronione prawem zwyczajowym w Stanach Zjednoczonych i w innych krajach. Google Play jest znakiem usługowym firmy Google Inc. App Store jest znakiem usługowym firmy Apple Inc. Słowny znak towarowy i logo Bluetooth® są zarejestrowanymi znakami towarowymi należącymi do Bluetooth SIG, Inc. i wszelkie wykorzystanie tych znaków przez Nautilus, Inc. odbywa się na podstawie licencji.

ORYGINALNA INSTRUKCJA OBSŁUGI – TYLKO WERSJA ANGIELSKA

⚠ **Ta ikona wskazuje potencjalnie niebezpieczną sytuację, która może spowodować śmierć lub poważne obrażenia ciała, jeśli się jej nie zapobiegnie.**

Stosować się do następujących ostrzeżeń:

⚠ **Przeczytać ze zrozumieniem wszystkie ostrzeżenia umieszczone na tym urządzeniu.**

Uważnie przeczytać ze zrozumieniem instrukcję montażu.

- Zawsze utrzymywać osoby postronne i dzieci z dala od montowanego produktu.
- Nie podłączać zasilania do urządzenia, chyba że zostanie wydana odpowiednia instrukcja.
- Nie montować tego urządzenia na zewnątrz lub w mokrym bądź wilgotnym miejscu.
- Upewnić się, że montaż jest przeprowadzany w odpowiedniej przestrzeni roboczej, z dala od ruchu pieszego i osób postronnych.
- Niektóre elementy urządzenia mogą być ciężkie lub nieporęczne. Podczas czynności montażowych obejmujących te części skorzystać z pomocy drugiej osoby. Nie wykonywać samodzielnie czynności wymagających podnoszenia ciężkich przedmiotów lub wykonywania niewygodnych ruchów.
- Ustawić urządzenie na stabilnej, równej i poziomej powierzchni.
- Nie próbować zmieniać konstrukcji ani funkcjonalności tego urządzenia. Może to zagrozić bezpieczeństwu urządzenia i skutkować utratą gwarancji.
- W razie konieczności wymiany części używać wyłącznie oryginalnych części zamiennych i osprzętu dostarczonego przez firmę Nautilus. Niestosowanie oryginalnych części zamiennych może spowodować zagrożenie dla użytkowników, uniemożliwić prawidłowe działanie urządzenia i skutkować utratą gwarancji.
- Nie używać urządzenia, dopóki nie zostanie w pełni zmontowane i sprawdzone pod kątem prawidłowego działania zgodnie z instrukcją obsługi.
- Przed pierwszym użyciem przeczytać ze zrozumieniem całą instrukcję obsługi dołączoną do tego urządzenia. Zachować instrukcję do wykorzystania w przyszłości.
- Wykonać wszystkie czynności montażowe w podanej kolejności. Nieprawidłowy montaż może prowadzić do obrażeń ciała lub nieprawidłowego działania.
- ZACHOWAĆ TE INSTRUKCJE.

Przed użyciem tego urządzenia należy stosować się do następujących ostrzeżeń:

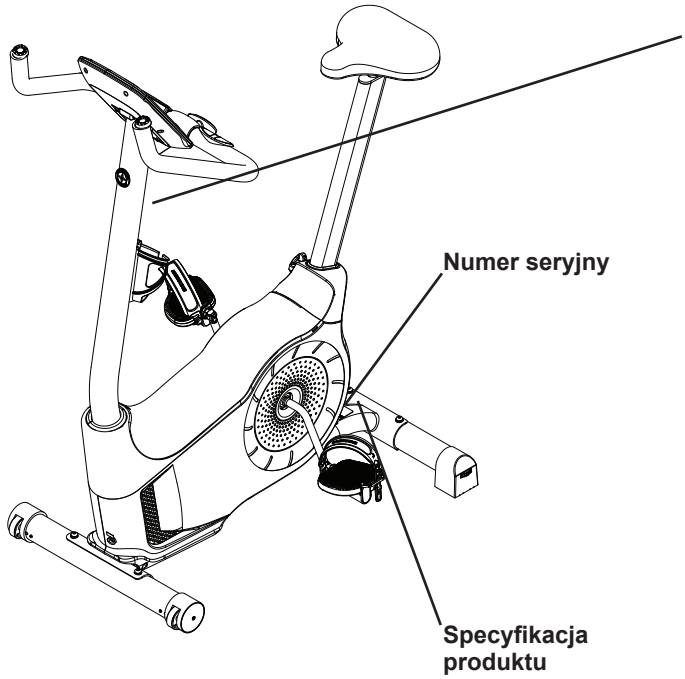
⚠ **Przeczytać ze zrozumieniem całą instrukcję. Zachować instrukcję do wykorzystania w przyszłości.**

Przeczytać ze zrozumieniem wszystkie ostrzeżenia umieszczone na tym urządzeniu. Jeśli w jakimkolwiek momencie naklejki ostrzegawcze zaczną się odklejać, staną się nieczytelne lub zostaną usunięte, należy wymienić naklejki. W przypadku zakupu w USA/Kanadzie należy skontaktować się z działem obsługi klienta, aby uzyskać zamienne naklejki. W przypadku zakupu poza USA/Kanadą należy skontaktować się z lokalnym dystrybutorem w celu ich uzyskania.

- Nie wolno pozwalać dzieciom na wchodzenie na urządzenie lub przebywanie w jego pobliżu. Ruchome części i inne elementy urządzenia mogą być niebezpieczne dla dzieci.
- Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby poniżej 14. roku życia.
- Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Zaprzestać ćwiczeń w przypadku odczuwania bólu lub ucisku w klatce piersiowej, braku tchu lub uczucia słabości. Przed ponownym korzystaniem z urządzenia należy skontaktować się z lekarzem. Wartości wyliczone lub zmierzone przez komputer urządzenia służą wyłącznie do celów poglądowych.
- Przed każdym użyciem sprawdzić urządzenie pod kątem poluzowanych części lub oznak zużycia. W razie stwierdzenia powyższych nieprawidłowości nie korzystać z urządzenia. Uważnie sprawdzić siodełko, pedały i ramiona korby. W przypadku zakupu w USA/Kanadzie należy skontaktować się z działem obsługi klienta, aby uzyskać informacje dotyczące naprawy. W przypadku zakupu poza USA/Kanadą należy skontaktować się z

lokalnym dystrybutorem w celu uzyskania informacji dotyczących naprawy.

- Maksymalna masa użytkownika: 136 kg. (300 lbs). W razie przekroczenia tej masy nie wolno korzystać z urządzenia.
- To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego.
- Nie nosić luźnej odzieży ani biżuterii. To urządzenie zawiera ruchome części. Nie wkładać palców ani innych przedmiotów do ruchomych części urządzenia do ćwiczeń.
- Ustawić i obsługiwać urządzenie na twardej, równej i poziomej powierzchni.
- Przed nadepnięciem na pedały należy upewnić się, że są one stabilne. Zachować ostrożność podczas wchodzenia na urządzenie i schodzenia z niego.
- Odłączyć całe zasilanie przed serwisowaniem urządzenia.
- Nie używać urządzenia na zewnątrz lub w wilgotnych lub mokrych miejscach. Dbać, aby pedały były czyste i suche.
- Zachować co najmniej 0,6 m (24 cale) od strony, którą używa się do wchodzenia na urządzenie, jak również z tyłu urządzenia. Jest to zalecana bezpieczna odległość umożliwiająca dostęp, przejście i awaryjne zejście z urządzenia. Podczas korzystania z urządzenia utrzymywać osoby trzecie z dala od tej przestrzeni.
- Unikać przemęczania się podczas ćwiczeń. Obsługiwać urządzenie w sposób opisany w niniejszej instrukcji.
- Prawidłowo wyregulować i bezpiecznie włączyć wszystkie urządzenia do regulacji położenia. Upewnić się, że urządzenia regulacyjne nie uderzają użytkownika.
- Wykonywanie ćwiczeń na tym urządzeniu wymaga koordynacji i równowagi. Należy pamiętać, aby przewidzieć zmiany prędkości i poziomu oporu podczas ćwiczeń, i uważać, aby uniknąć utraty równowagi i możliwych urazów.
- Nie należy pedałować do tyłu. W przeciwnym razie może dojść do poluzowania pedałów, co może spowodować uszkodzenie urządzenia i/lub obrażenia ciała użytkownika. Nigdy nie używać urządzenia z obluzowanymi pedałami
- To urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby (w tym dzieci) o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych lub umysłowych lub przez osoby nieposiadające doświadczenia i wiedzy o urządzeniu, chyba że będą one nadzorowane przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo lub zostaną poinstruowane, w jaki sposób należy obsługiwać to urządzenie.
- Dzieci powinny znajdować się zawsze pod nadzorem i nie powinny bawić się urządzeniem.
- ZACHOWAĆ TE INSTRUKCJE.



OSTRZEŻENIE!

- Niezachowanie ostrożności podczas użytkowania tego urządzenia może doprowadzić do obrażeń lub śmierci.
- Trzymać z dala dzieci i zwierzęta domowe.
- Przeczytać wszystkie ostrzeżenia umieszczone na tym urządzeniu i stosować się do nich.
- Dodatkowe ostrzeżenia i informacje bezpieczeństwa można znaleźć w instrukcji obsługi.
- Wyświetlane tętno jest wartością przybliżoną i powinno służyć wyłącznie do celów poglądowych.
- Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby poniżej 14. roku życia.
- Maksymalna masa użytkownika dla tego urządzenia wynosi 300 lbs (136 kg).
- To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego.
- Przed użyciem jakiegokolwiek sprzętu do ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem.

(Etykieta na urządzeniu jest dostępna tylko w języku angielskim i francuskim kanadyjskim.)

Zgodność z przepisami FCC

⚠ **Zmiany lub modyfikacje tego urządzenia, które nie zostały wyraźnie zatwierdzone przez podmiot odpowiedzialny za zachowanie zgodności, mogą skutkować cofnięciem prawa użytkownika do korzystania z urządzenia.**

Urządzenie i zasilacz są zgodne z częścią 15 przepisów FCC. Korzystanie z urządzenia podlega następującym dwóm warunkom: (1) Niniejsze urządzenie nie może powodować szkodliwych zakłóceń i (2) to urządzenie musi akceptować wszelkie odbierane zakłócenia, w tym zakłócenia, które mogą powodować niepożądane działanie.

Uwaga: Niniejsze urządzenie oraz zasilacz zostały przetestowane i uznane za zgodne z ograniczeniami dla urządzeń cyfrowych klasy B, zgodnie z częścią 15 przepisów FCC. Te ograniczenia zostały opracowane w celu zapewnienia odpowiedniej ochrony przed szkodliwymi zakłóceniami w instalacjach domowych. To urządzenie generuje, wykorzystuje i może emitować energię o częstotliwości radiowej, a jeśli nie zostanie zainstalowane i nie będzie używane zgodnie z instrukcjami, może powodować szkodliwe zakłócenia w komunikacji radiowej.

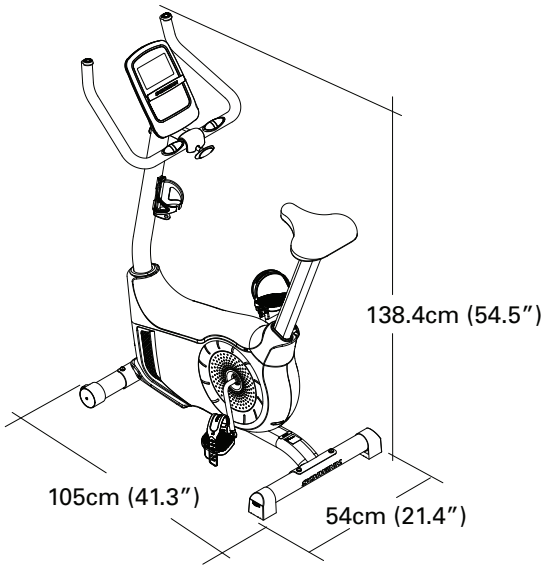
Nie ma jednak gwarancji, że zakłócenia nie wystąpią w przypadku określonej instalacji. Jeśli urządzenie powoduje szkodliwe zakłócenia w odbiorze radiowym lub telewizyjnym, co można stwierdzić poprzez wyłączenie i włączenie urządzenia, zachęca się użytkownika do podjęcia próby usunięcia zakłóceń za pomocą jednego lub kilku z poniższych środków:

- Zmiana kierunku lub położenia anteny odbiorczej.
- Zwiększenie odległości między urządzeniem a odbiornikiem.
- Podłączenie urządzenia do gniazdka w innym obwodzie niż ten, do którego podłączony jest odbiornik.
- W celu uzyskania pomocy należy skontaktować się ze sprzedawcą lub doświadczonym technikiem radiowym/telewizyjnym.

Ten produkt jest zgodny z europejską dyrektywą w sprawie urządzeń radiowych 2014/53/UE.

Maksymalna masa użytkownika: 300 lbs. (136 kg)
Powierzchnia całkowita (powierzchnia postojowa) urządzenia: 5670 cm^2
Masa urządzenia: 26,5 kg (58,4 lbs.)

Wymagania dotyczące zasilania (zasilacza sieciowego):
Napięcie na wejściu: 100–240 V AC, 50/60 Hz, 0,4 A
Napięcie na wyjściu: 9 V DC, 1,5 A



NIE WOLNO wyrzucać tego produktu wraz z odpadami komunalnymi. Ten produkt jest przeznaczony do recyklingu. W celu prawidłowej utylizacji tego produktu należy postępować zgodnie z zalecanymi metodami obowiązującymi w zatwierdzonym centrum utylizacji odpadów.

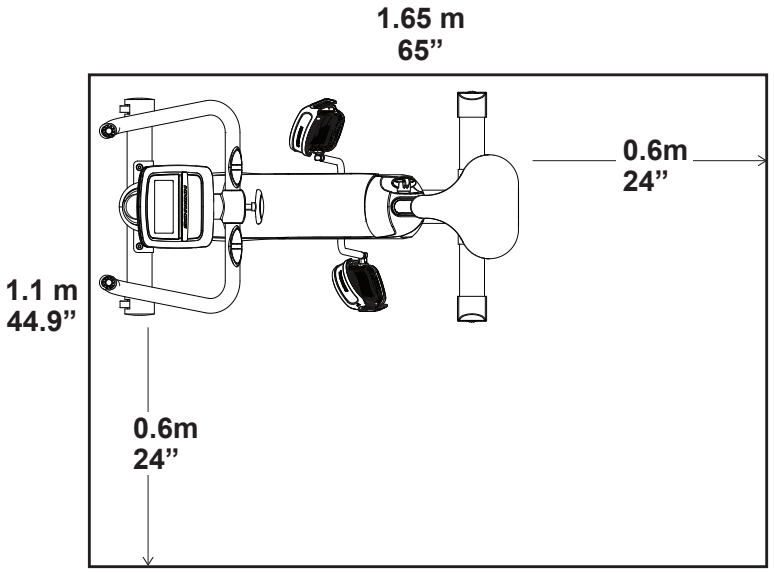
Przed montażem

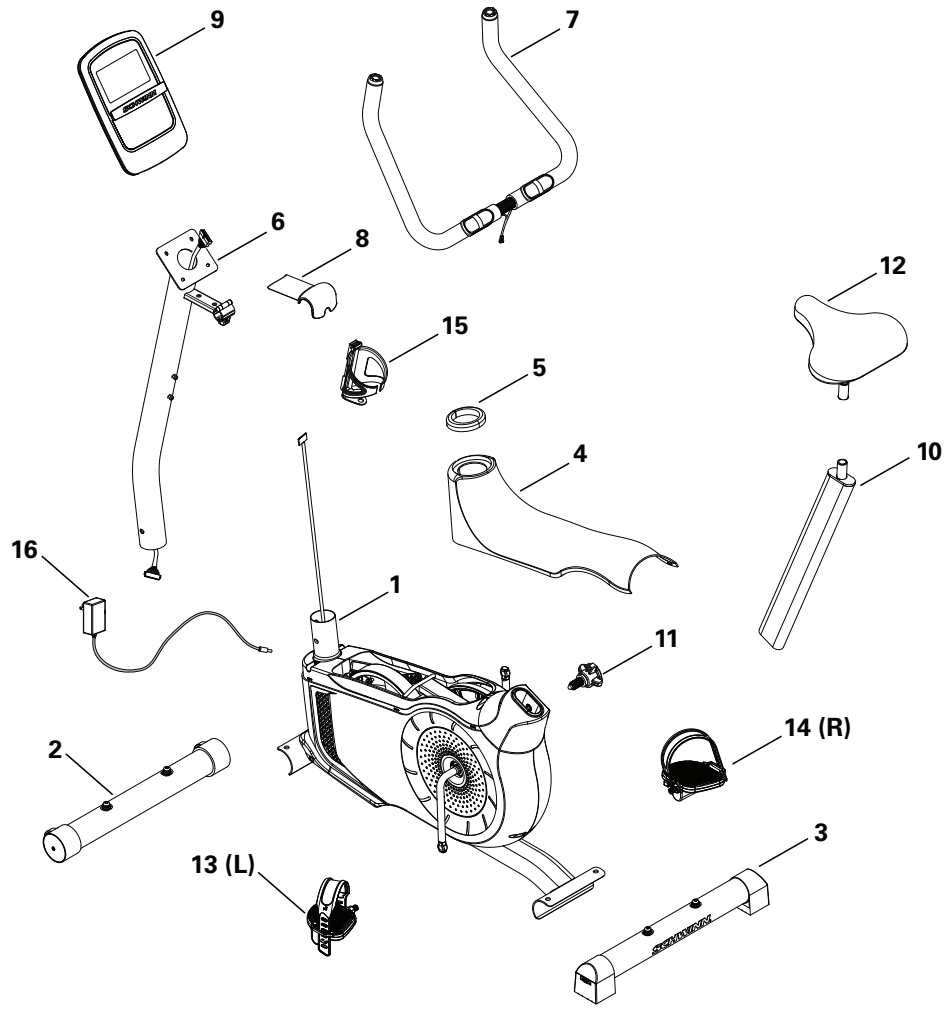
Wybrać miejsce ustawienia i użytkowania urządzenia. Aby zapewnić bezpieczną pracę, miejsce montażu musi znajdować się na twardej, równej powierzchni. Zapewnić miejsce do ćwiczeń o minimalnych wymiarach 1,1 m x 1,65 m (44,9" x 65"). Zachować co najmniej 0,6 m (24 cale) od strony, którą używa się do wchodzenia na urządzenie, jak również z tyłu urządzenia.

Podstawowe wskazówki montażowe

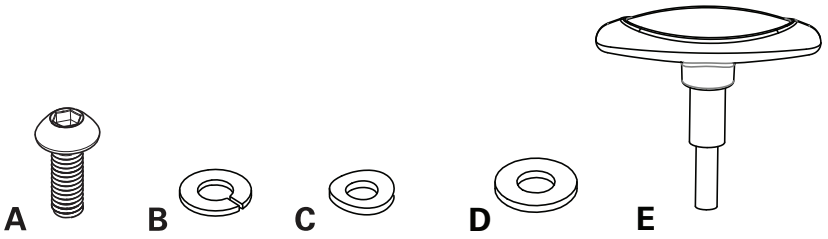
Przy montażu urządzenia należy przestrzegać następujących podstawowych wskazówek:

1. Przed montażem należy przeczytać ze zrozumieniem „Ważne instrukcje bezpieczeństwa”.
2. Przygotować wszystkie elementy potrzebne do każdego etapu montażu.
3. Za pomocą zalecanych kluczy obracać śruby i nakrętki w prawo (zgodnie z ruchem wskazówek zegara), aby je dokręcić, lub w lewo (przeciwnie do ruchu wskazówek zegara), aby je poluzować, chyba że zalecono inaczej.
4. W przypadku mocowania 2 elementów delikatnie podnieść i spojrzeć przez otwory na śruby, aby pomóc przełożyć śrubę przez otwory.
5. Montaż może wymagać 2 osób.





Artykuł	Ilość	Opis	Artykuł	Ilość	Opis
1	1	Rama główna	9	1	Konsola
2	1	Stabilizator przedni	10	1	Sztyca podsiodłowa
3	1	Stabilizator tylny	11	1	Pokrętło regulacji
4	1	Osłona górna	12	1	Siodełko
5	1	Uszczelka masztu	13	1	Lewy pedał (L)
6	1	Maszt konsoli (z mocowaniem uchwytów kierownicy)	14	1	Prawy pedał (R)
7	1	Uchwyty kierownicy	15	1	Uchwyt na butelkę
8	1	Osłona mocowania uchwytów kierownicy	16	1	Zasilacz sieciowy



Artykuł	Ilość	Opis
A	4	Śruba sześciokątna z łbem kulistym M8 x 25
B	5	Podkładka zabezpieczająca M8
C	4	Podkładka wygięta M8
D	1	Podkładka płaska M8
E	1	Uchwyt typu T

Uwaga: Wybrane elementy sprzętu zostały umieszczone na karcie osprzętu jako części zamienne. Należy pamiętać, że po prawidłowym zmontowaniu urządzenia mogą pozostać elementy sprzętowe.

Narzędzia

W zestawie

6 mm

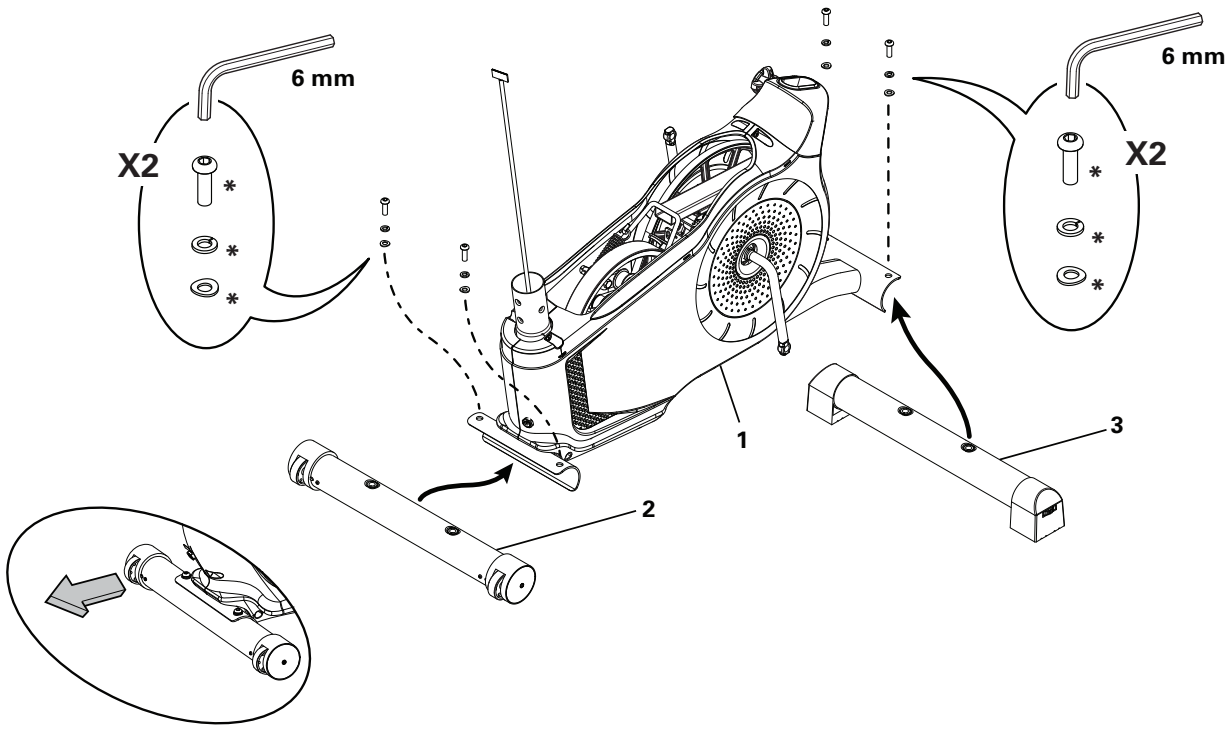
2
13 mm
14 mm
15 mm

Brak w zestawie

(zalecane)

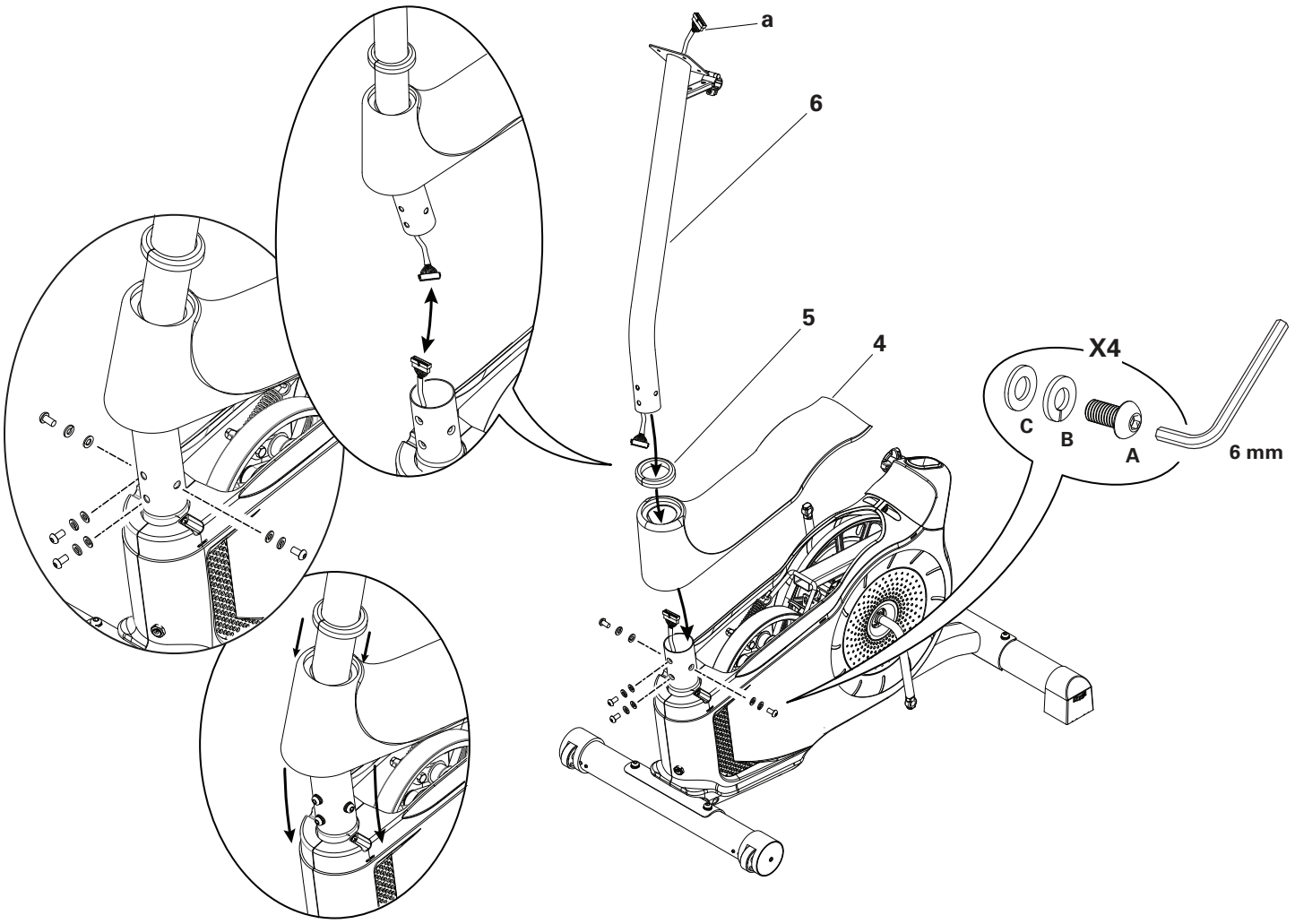
1. Przymocować stabilizatory do ramy głównej

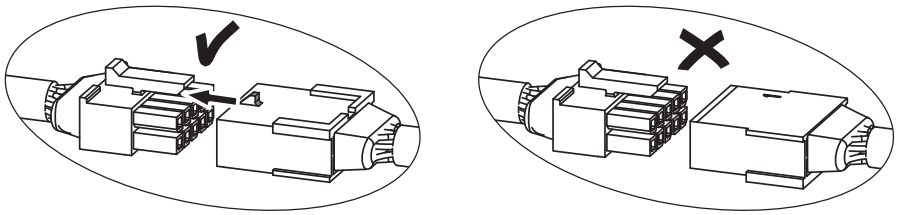
Uwaga: Osprzęt(*) jest preinstalowany na stabilizatorach, a nie na karcie sprzętowej. Upewnić się, że naklejka Schwinn™ na tylnym stabilizatorze jest skierowana na zewnątrz urządzenia.



2. Zamontować maszt konsoli, uszczelkę masztu i osłonę górną na głównym zespole.

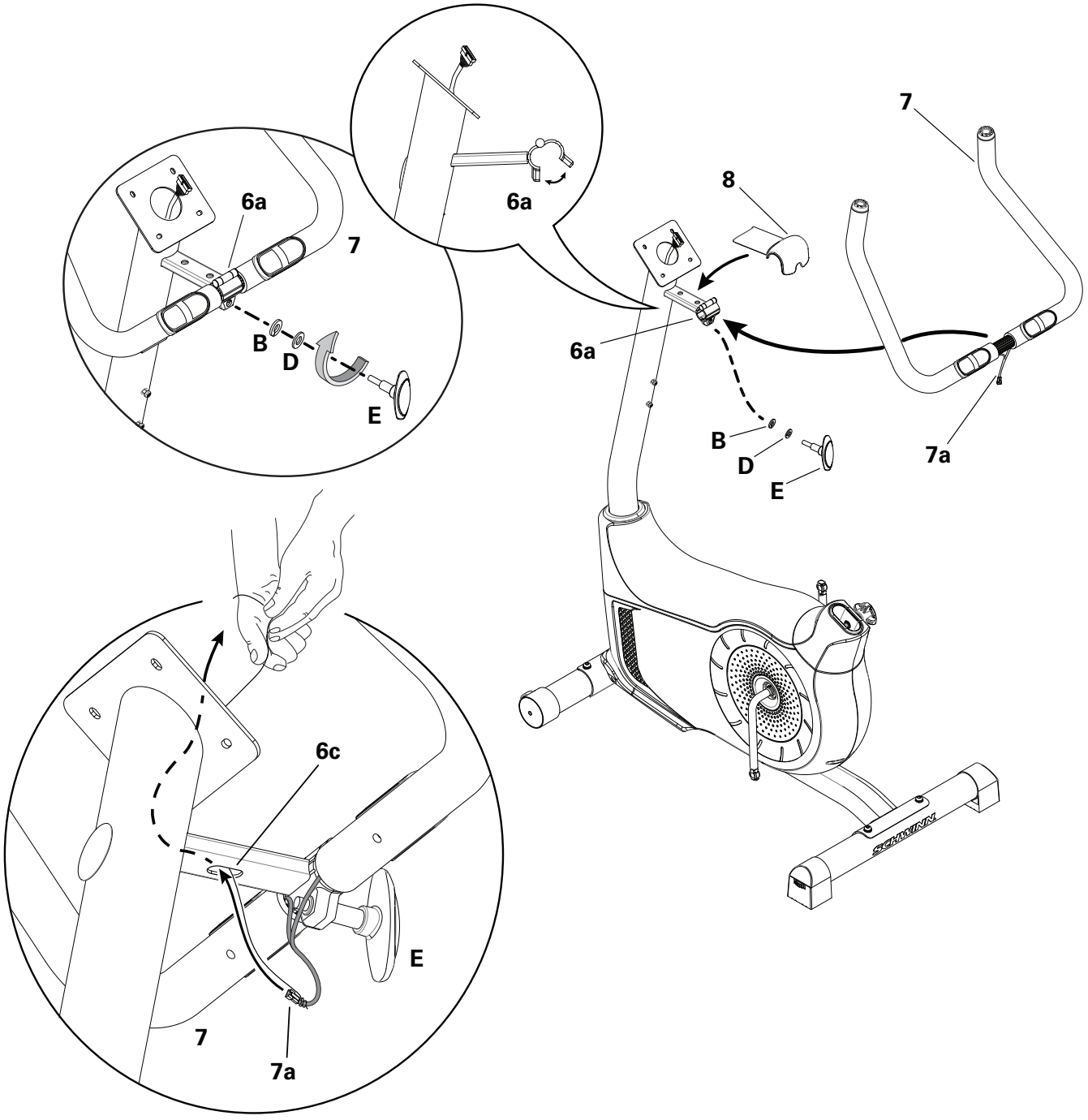
UWAGA: Upewnić się, że złącze kabla konsoli (a) nie wpada do masztu konsoli. Wyrównać zaciski na złączach kabli i upewnić się, że złącza są zablokowane. Nie zaciskać kabla konsoli. Upewnić się, że zaczepy na osłonie górnej zatrzaskują się w zespole głównym.





3. Przymocować uchwyty kierownicy do masztu konsoli

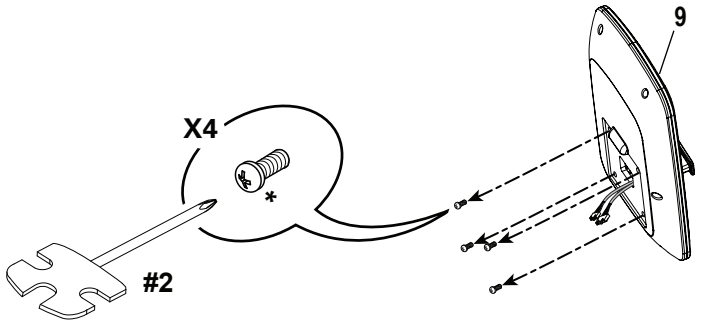
UWAGA: Nie zaciskać kabli. Włożyć kierownicę (7) we wspornik (6a), ustawić kierownicę pod żądanym kątem i włożyć uchwyt typu T (E) przez otwory. Użyć linki pociągowej podczas mocowania kierownicy, aby przeprowadzić kabel HR (7a) przez szczelinę (6c) pod mocowaniem kierownicy do szczytu masztu. Całkowicie zablokować uchwyt typu T, aby utrzymać kierownicę w odpowiedniej pozycji. Wcisnąć pokrywę (8) na miejsce podczas mocowania kierownicy.

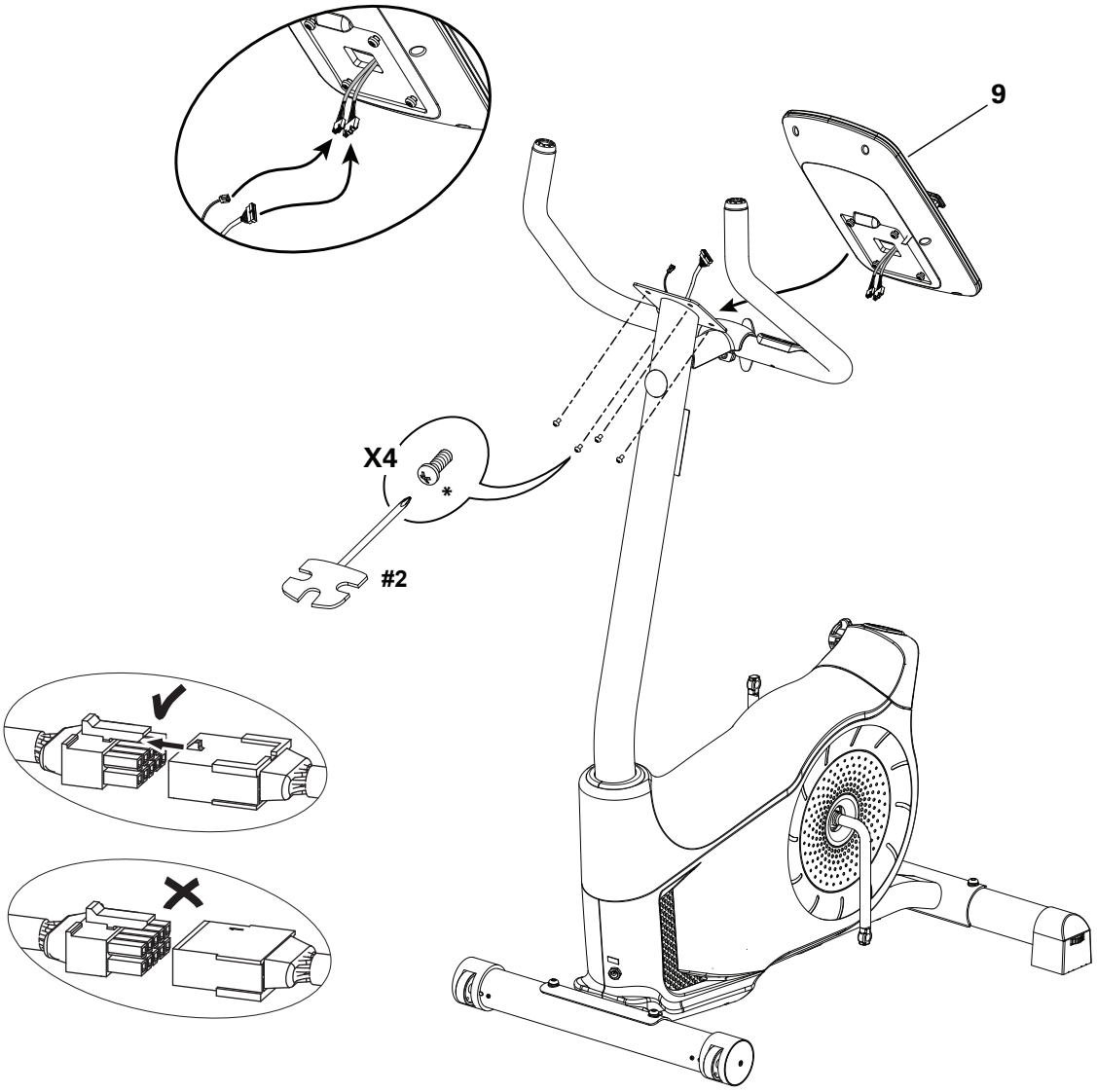


4. Przymocować konsolę do masztu konsoli

Uwaga: Przed podłączeniem kabli usunąć wkręcone śruby(*) z tyłu konsoli.

UWAGA: Nie zaciskać kabli.

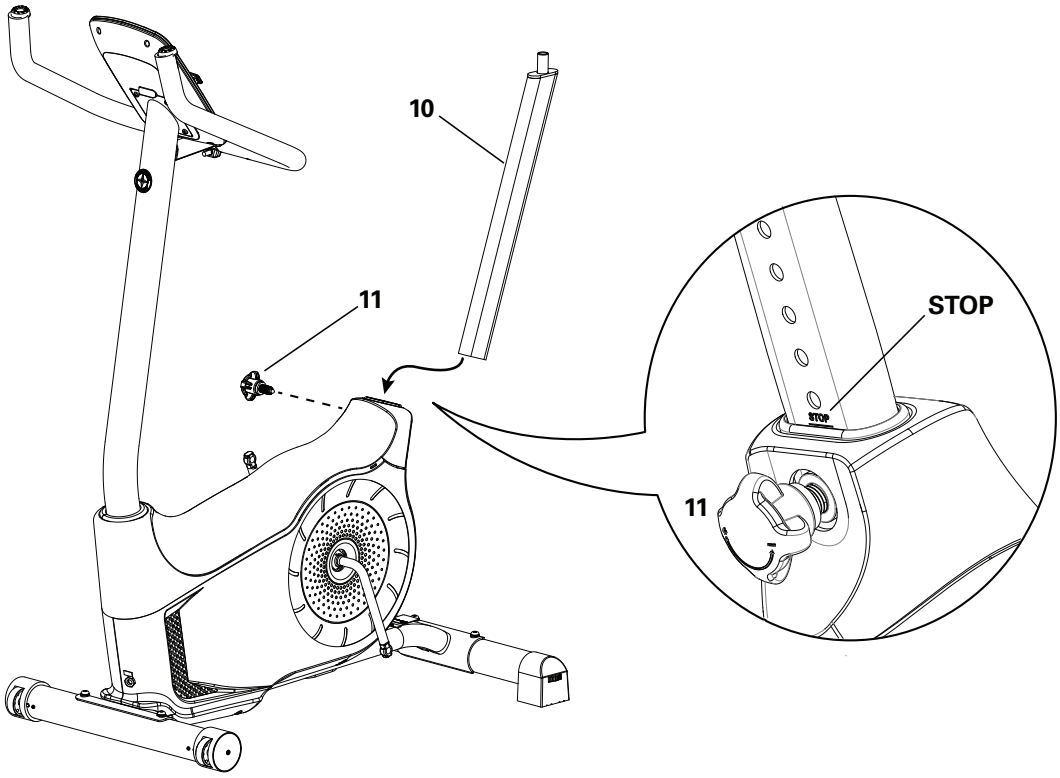




5. Zamontować sztycę podsiodłową na ramie

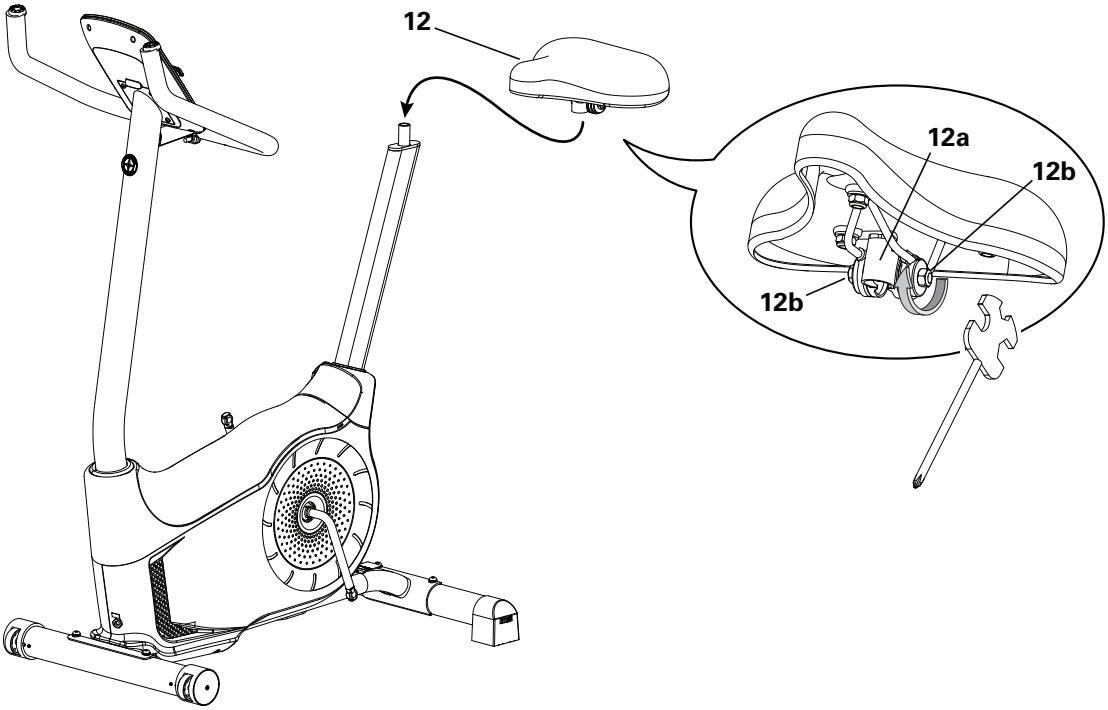
UWAGA: Upewnić się, że pokrętło regulacyjne wchodzi w otwory w sztycy podsiodłowej.

⚠ **Nie ustawiać pozycji sztycy podsiodłowej powyżej znaku STOP na rurze.**



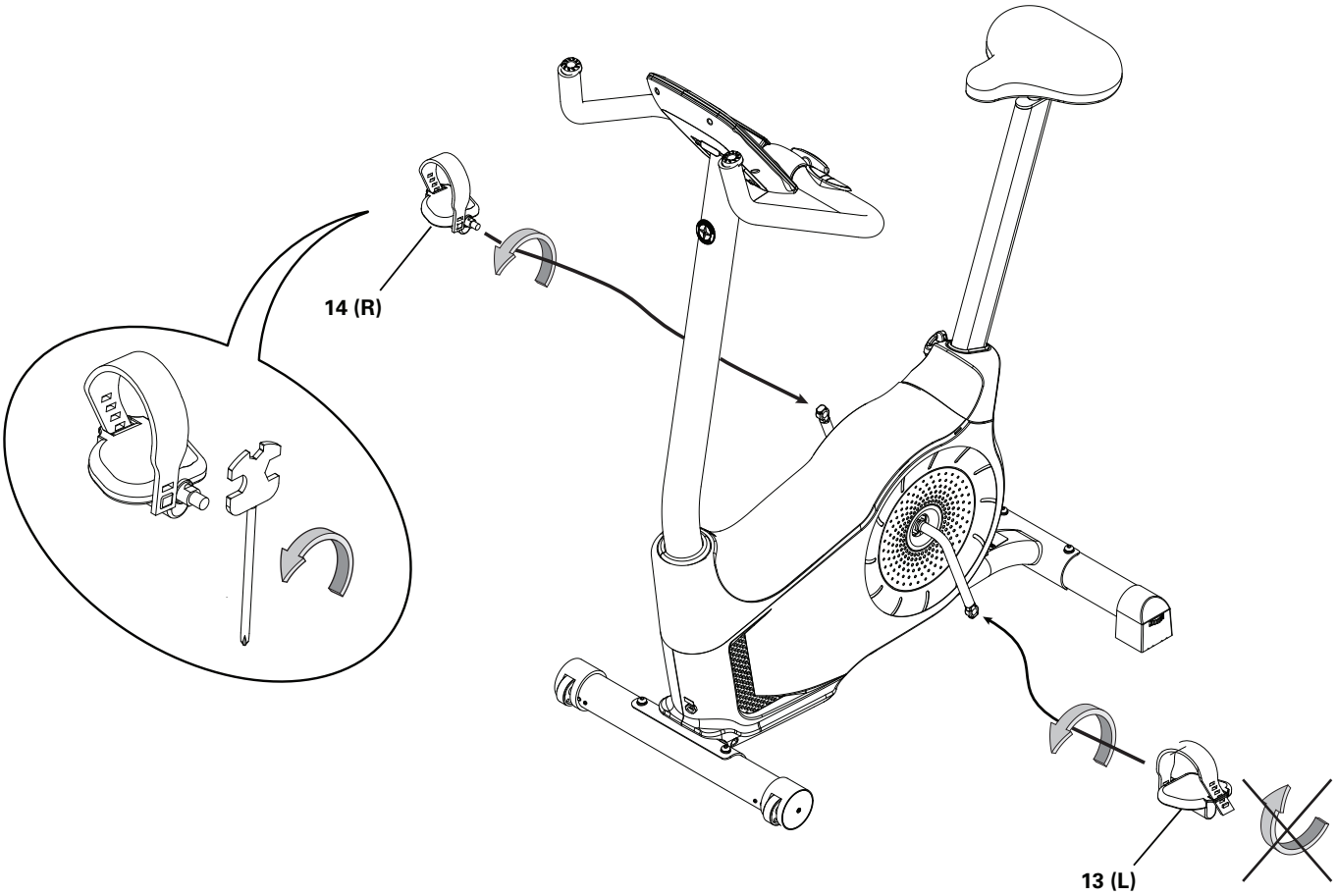
6. Przymocować siodełko do sztycy podsiodłowej

UWAGA: Upewnić się, że siodełko jest ustawione prosto. Dokręcić obie nakrętki (12b) na uchwycie siodełka (12a), aby utrzymać siodełko w odpowiedniej pozycji.



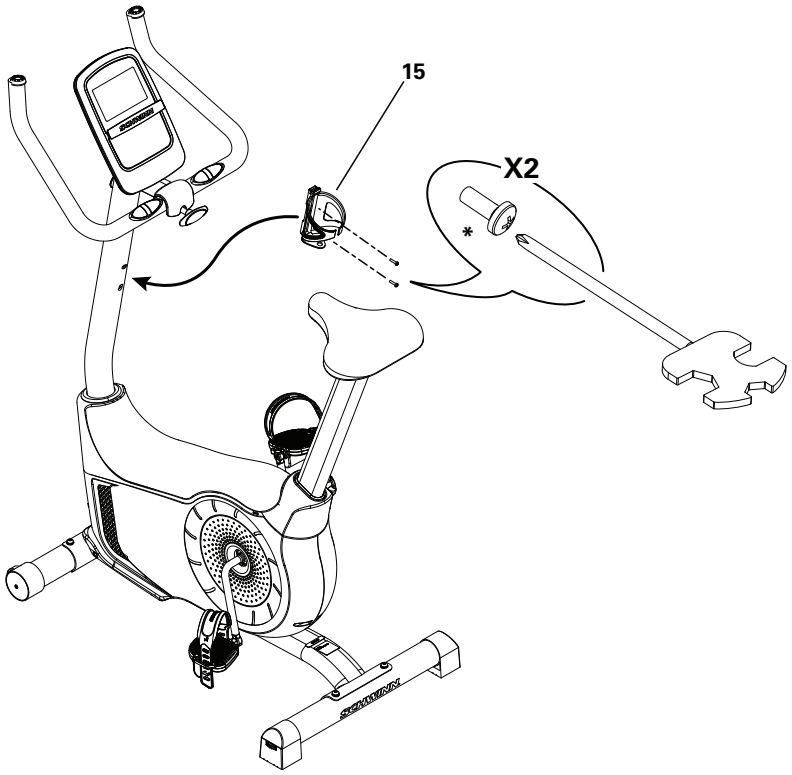
7. Zamontować pedały

Uwaga: **Lewy pedał jest gwintowany w odwrotnym kierunku.** Zwrócić uwagę na prawidłowe zamocowanie pedałów po właściwej stronie roweru. Orientacja zależy od pozycji siedzącej na rowerze. Pedał lewy jest oznaczony literą „L”, a pedał prawy literą „R”. Ręcznie wprawić pedały w ruch, a następnie całkowicie dokręcić za pomocą klucza do pedałów. Pedały muszą być całkowicie dokręcone.

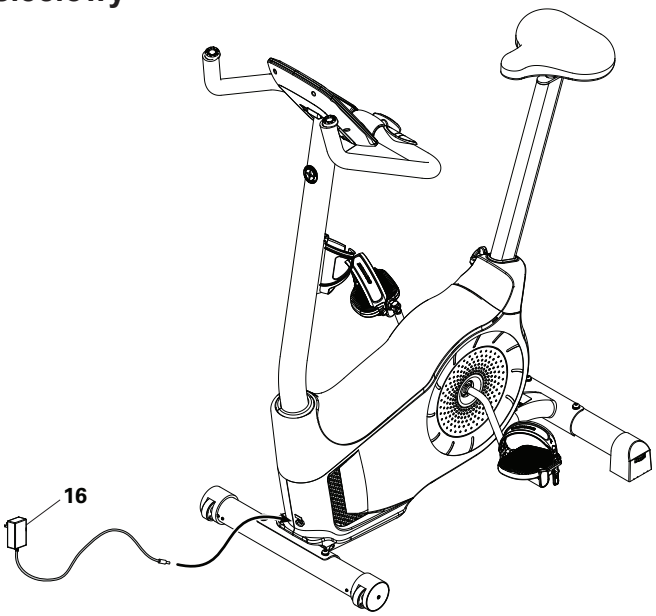


8. Zamontować uchwyt na butelkę

Uwaga: Osprzęt(*) jest preinstalowany na maszcie konsoli, a nie na karcie sprzętowej.



9. Podłączyć zasilacz sieciowy



10. Kontrola końcowa

Sprawdzić urządzenie, aby upewnić się, że wszystkie części osprzętu są dokręcone, a elementy prawidłowo zmontowane.

Zapisać numer seryjny w polu znajdującym się z przodu niniejszej instrukcji.

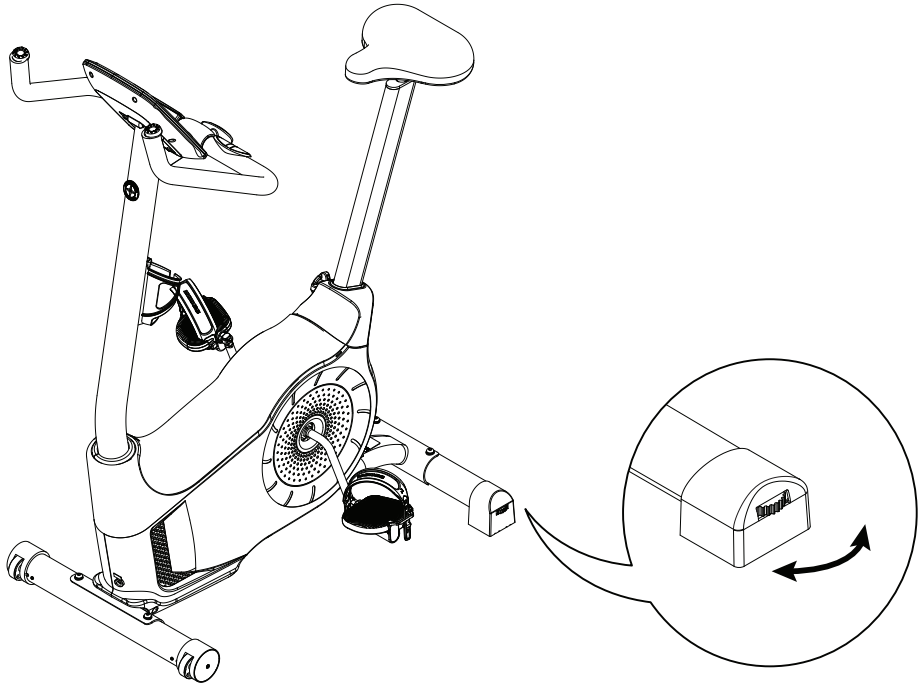
⚠ **Nie używać i nie uruchamiać urządzenia, dopóki nie zostanie w pełni zmontowane i sprawdzone pod kątem prawidłowego działania zgodnie z instrukcją obsługi.**

Wypoziomowanie roweru

Po obu stronach tylnego stabilizatora znajdują się pokrętła poziomujące. Przekręcić pokrętło, aby wyregulować stopkę stabilizatora.

Nie ustawiać pokręteł poziomujących na wysokości, w której mogłyby się odczepić lub odkręcić od urządzenia. Może to spowodować obrażenia ciała użytkownika lub uszkodzenia urządzenia.

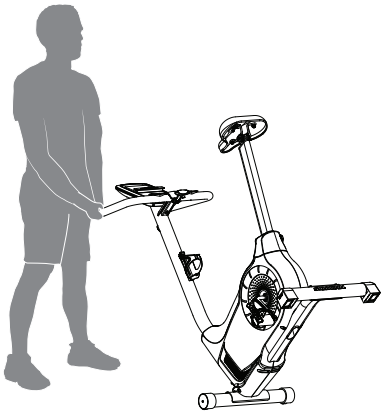
Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy upewnić się, że rower jest wypoziomowany i stabilny.

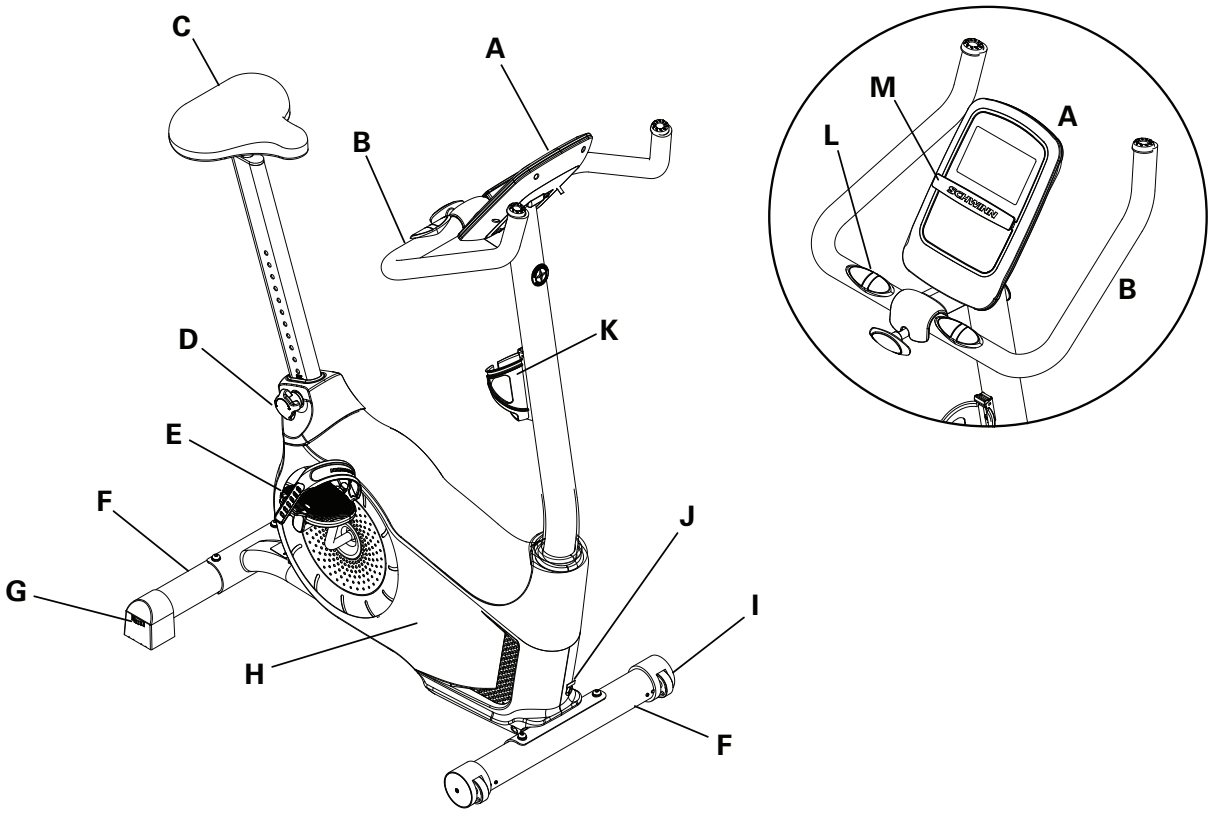


Przenoszenie roweru

Aby przesunąć rower, ostrożnie pociągnąć uchwyty kierownicy do siebie, popychając przód roweru w dół. Przesunąć rower w wybrane miejsce.

UWAGA: Zachować ostrożność podczas przesuwania roweru. Gwałtowne ruchy mogą wpłynąć na działanie komputera.





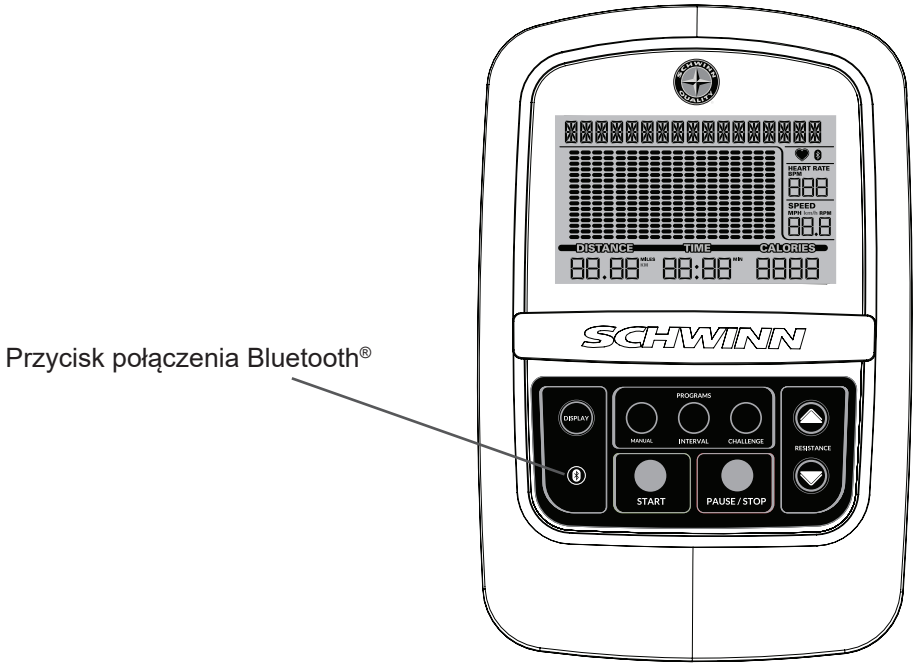
A	Konsola	I	Rolki transportowe
B	Uchwyty kierownicy	J	Złącze zasilania
C	Regulowane siodełko	K	Uchwyt na butelkę
D	Pokrętło regulacji	L	Stykowe czujniki tętna (CHR)
E	Pedały	M	Półka na urządzenie multimedialne
F	Stabilizatory	N	Odbiornik (HR) do pomiaru tętna Bluetooth® (nie pokazano)
G	Pokrętła poziomujące	O	Złącze Bluetooth® (nie pokazano)
H	Koło zamachowe z pełną osłoną		

OSTRZEŻENIE! **Wartości wyliczone lub zmierzone przez komputer urządzenia służą wyłącznie do celów poglądowych. Wyświetlane tętno jest wartością przybliżoną i powinno służyć wyłącznie do celów poglądowych. Nadmierne ćwiczenie może doprowadzić do poważnych obrażeń ciała lub śmierci. W razie zasłabnięcia należy natychmiast przerwać ćwiczenia.**

Funkcje konsoli

Konsola dostarcza ważnych informacji na temat treningu i pozwala kontrolować poziomy oporu podczas ćwiczeń. Konsola jest wyposażona w dotykowe przyciski sterujące, które umożliwiają nawigację po programach ćwiczeń.

Uwaga: Niestandardowe ustawienia wprowadzone do konsoli nie zostaną zapamiętane po jej zamknięciu.



Funkcje klawiatury

Przycisk DISPLAY (Wyświetlacz) – umożliwia użytkownikowi wybór jednostek i innych wyświetlanych wartości podczas treningu.

Przycisk połączenia Bluetooth® – sprawia, że konsola rozłącza wszystkie poprzednie połączenia i szuka paska na klatkę piersiową do pomiaru tętna Bluetooth® (szybkie naciśnięcie i zwolnienie przycisku) lub urządzenia z włączoną funkcją Bluetooth® (naciśnięcie i przytrzymanie przycisku przez 3 sekundy). Konsola będzie aktywnie wyszukiwać przez 90 sekund.

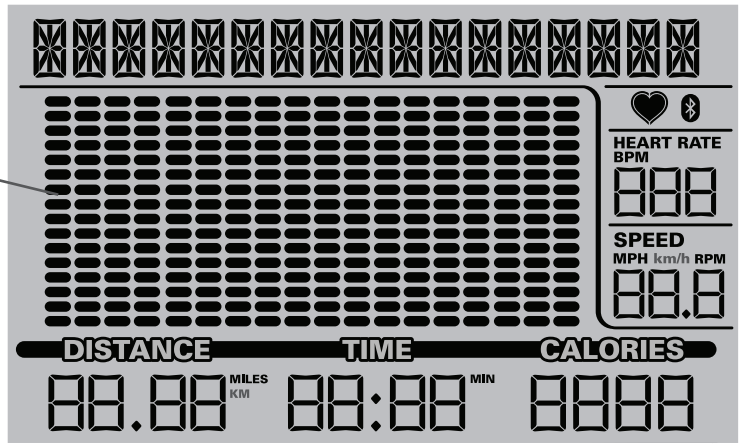
PROGRAMY:
Przycisk programu MANUAL (Manualny) – wybiera program treningowy Quick Start (Szybki start).
Przycisk programu INTERVAL (Interwałowy) – wybiera program treningu interwałowego HIIT (High Intensity, Interval Training – trening interwałowy o wysokiej intensywności).
Przycisk programu CHALLENGE (Wyzwanie) – wybiera jeden z programów treningowych Challenge (Wyzwanie).

Przycisk START – służy do uruchamiania programu treningowego, potwierdzania informacji lub wznowienia wstrzymanego treningu.

Przycisk PAUSE/STOP – służy do wstrzymania aktywnego treningu lub zakończenia wstrzymanego treningu.

Przycisk zwiększania (▲) – zwiększa poziom oporu lub wartość docelową treningu.

Przycisk zmniejszania oporu (▼) – zmniejsza poziom oporu lub wartość docelową treningu.



Wyświetlacz programu
Wyświetlacz programu pokazuje użytkownikowi informacje, a obszar wyświetlania siatki pokazuje profil kursu dla danego programu. Każda kolumna w profilu pokazuje jeden interwał (segment treningu). Im wyższa kolumna, tym większy poziom oporu. Migająca kolumna pokazuje aktualny interwał.

Ikona połączenia z aplikacją Bluetooth* – wyświetlacz pokazuje, kiedy konsola jest sparowana z aplikacją.

Ikona wykrytego tętna – wyświetlacz pokazuje, kiedy konsola odbiera sygnał tętna ze stykowych czujników tętna lub paska na klatkę piersiową do pomiaru tętna Bluetooth*.

Ikona podłączonego paska na klatkę piersiową do pomiaru tętna Bluetooth* – na wyświetlaczu pojawia się informacja, że konsola jest sparowana z paskiem na klatkę piersiową do pomiaru tętna Bluetooth*.

Heart Rate (Tętno)
Wyświetlacz Heart Rate (Tętno) pokazuje uderzenia na minutę (BPM) z urządzenia monitorującego tętno. Gdy konsola odbierze sygnał tętna, ikona zacznie migać.

Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Zaprzestać ćwiczeń w przypadku odczuwania bólu lub ucisku w klatce piersiowej, braku tchu lub uczucia słabości. Przed ponownym korzystaniem z urządzenia należy skontaktować się z lekarzem. Wyświetlane tętno jest wartością przybliżoną i powinno służyć wyłącznie do celów poglądowych.

Speed (Prędkość)
Pole wyświetlacza Speed (Prędkość) pokazuje prędkość urządzenia w milach na godzinę (mph), kilometrach na godzinę (km/h) lub w obrotach pedałów na minutę (RPM).

Distance (Dystans)

Pole Distance (Dystans) pokazuje licznik odległości przebytej (w milach lub km) podczas treningu.

Uwaga: Aby zmienić jednostki miary na imperialne lub metryczne, nacisnąć przycisk DISPLAY (Wyświetlacz), patrz rozdział „Modyfikacja wyświetlania wartości treningu” w niniejszej instrukcji.

Time (Czas)
Pole TIME (Czas) na wyświetlaczu pokazuje odliczany całkowity czas treningu.

Calories (Kalorie)
Wskaźnik Calories (Kalorie) pokazuje szacunkową liczbę kalorii spalonych podczas ćwiczenia.

Aktualizacje urządzenia za pomocą aplikacji „Schwinn Toolbox™”.

Urządzenie do ćwiczeń jest wyposażone w łączność w technologii Bluetooth® i można je bezprzewodowo aktualizować za pomocą aplikacji „Schwinn Toolbox™”. Po zainstalowaniu aplikacji na urządzeniu aplikacja poinformuje o dostępnej aktualizacji urządzenia.

1. Pobrać bezpłatną aplikację o nazwie Schwinn Toolbox™. Aplikacja jest dostępna w sklepach App Store i Google Play™.

   Uwaga: Aby uzyskać pełną listę obsługiwanych urządzeń, należy zapoznać się z aplikacją w App Store lub Google Play™.

2. Zainstalować aplikację.

Po otrzymaniu powiadomienia o aktualizacji urządzenia do ćwiczeń postępować zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi w aplikacji. Umieścić urządzenie, na którym działa aplikacja, na półce na urządzenie multimedialne. Aplikacja zaktualizuje oprogramowanie na urządzeniu do najnowszej wersji. Nie wyjmować urządzenia z półki na urządzenie multimedialne dopóki aktualizacja nie zostanie zakończona. Po zakończeniu aktualizacji urządzenie powróci do ekranu powitalnego.

Trening z innymi aplikacjami do ćwiczeń

To urządzenie do ćwiczeń ma zintegrowaną łączność Bluetooth®, co umożliwia współpracę z wieloma zgodnymi partnerskimi urządzeniami cyfrowymi. Aby zapoznać się z naszą najnowszą listą obsługiwanych partnerów, odwiedź stronę: **www.nautilus.com/partners**

Urządzenie Bluetooth® monitorujące tętno (brak w zestawie)

Urządzenie do ćwiczeń może odbierać sygnał z monitora do pomiaru tętna Bluetooth®. Po podłączeniu konsola wyświetli ikonę nawiązanej łączności z urządzeniem Bluetooth® monitorującym tętno. Postępować zgodnie z instrukcjami dostarczonymi z urządzeniem do pomiaru tętna Bluetooth®.

⚠ Jeśli użytkownik ma wszczepiony rozrusznik serca lub inne wszczepione urządzenie elektroniczne, należy skonsultować się z lekarzem przed użyciem bezprzewodowego paska na klatkę piersiową Bluetooth® lub innego urządzenia Bluetooth® monitorującego tętno.

Uwaga: Przed użyciem należy zdjąć osłonę ochronną (jeśli jest w zestawie) z czujnika tętna.

1. Założyć urządzenie Bluetooth® monitorujące tętno i aktywować je.
2. Nacisnąć przycisk połączenia Bluetooth®. Konsola będzie aktywnie wyszukiwać wszystkie urządzenia w okolicy. Ikona podłączonego urządzenia Bluetooth® monitorującego tętno będzie migać na konsoli podczas wyszukiwania.

   Uwaga: Wszelkie wcześniej podłączone urządzenia do pomiaru tętna zostaną odłączone. Jeśli jednak znajdują się w zasięgu, konsola może je znaleźć ponownie, jeśli nie będzie w stanie zlokalizować monitora.

3. Ikona podłączonego urządzenia Bluetooth® monitorującego tętno przestanie migać po nawiązaniu połączenia. Teraz użytkownik jest gotowy do treningu.

Po zakończeniu treningu nacisnąć przycisk połączenia czujnika tętna Bluetooth®, aby odłączyć monitor do pomiaru tętna od konsoli.

Stykowe czujniki tętna

Stykowe czujniki tętna (CHR) przesyłają sygnały tętna do konsoli. Czujniki CHR to wykonane ze stali nierdzewnej części uchwytów kierownicy. Aby z nich korzystać, należy wygodnie objąć czujniki dłońmi. Ręce powinny dotykać zarówno górnej, jak i dolnej części czujników. Trzymać pewnie, ale nie za mocno ani nie za luźno. Aby konsola wykryła tętno, obie ręce muszą dotykać czujników. Gdy konsola wykryje cztery stabilne sygnały tętna, zostanie wyświetlona początkowa częstotliwość tętna.

Gdy konsola odczyta tętno początkowe, nie ruszać się ani nie poruszać rękami przez 10 do 15 sekund. W tym momencie konsola potwierdzi tętno. Na zdolność czujników do wykrywania sygnału tętna wpływa wiele czynników:

- Ruch mięśni górnej części ciała (w tym ramion) wytwarza sygnał elektryczny (artefakt mięśniowy), który może zakłócać wykrywanie tętna. Zakłócenia może również powodować lekki ruch ręki stykającej się z czujnikami.
- Zgrubienia warstwy rogowej naskórka i balsam do rąk mogą działać jako warstwa izolacyjna, która zmniejsza siłę sygnału.

- Niektóre sygnały elektrokardiogramu (EKG) generowane przez pewne osoby nie są wystarczająco silne, aby mogły zostać wykryte przez czujniki.
- Bliskość innych urządzeń elektronicznych może powodować zakłócenia.

Jeśli po walidacji sygnał tętna wydaje się nieregularny, przetrzeć ręce i czujniki, a następnie spróbować ponownie.

Obliczanie tętna

Maksymalne tętno użytkownika zazwyczaj spada z 220 uderzeń na minutę (BPM) typowych dla okresu dzieciństwa do około 160 BPM charakterystycznych dla wieku 60 lat. Ten spadek tętna jest zwykle liniowy, zmniejszając się o około jedno BPM co rok. Nie ma dowodów na to, że trening ma wpływ na zmniejszenie maksymalnego tętna. Maksymalne tętno osób w tym samym wieku może się różnić. Tę wartość można określić dokładniej za pomocą testu wysiłkowego niż na podstawie wzoru odnoszącego się do wieku.

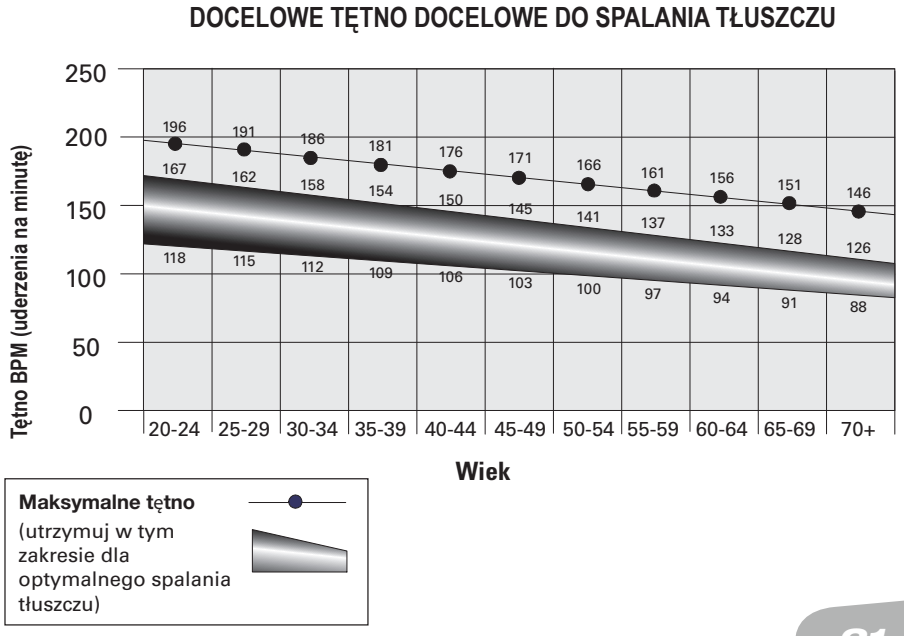
Trening wytrzymałościowy ma wpływ na tętno spoczynkowe. Tętno spoczynkowe u typowego dorosłego wynosi około 72 BPM, natomiast u dobrze wyszkolonych biegaczy odczyty mogą wynosić 40 BPM lub mniej.

Tabela Tętno w przybliżeniu przedstawia, jaka strefa tętna (HRZ) jest zalecana w celu spalania tłuszczu i poprawy układu krążenia. Warunki fizyczne są różne, dlatego indywidualna strefa HRZ może być o kilka uderzeń wyższa lub niższa od pokazanej.

Najskuteczniejszą metodą spalania tkanki tłuszczowej podczas ćwiczeń jest rozpoczynanie w wolnym tempie i stopniowe zwiększanie intensywności, aż tętno osiągnie 60-85% wartości maksymalnego tętna. Kontynuować w tym tempie, utrzymując tętno w tej strefie docelowej przez ponad 20 minut. Im dłużej utrzymuje się tętno docelowe, tym więcej tłuszczu spala ciało.

Wykres służy za krótką wskazówkę opisującą ogólnie sugerowane docelowe wartości tętna w zależności od wieku. Jak wspomniano powyżej, optymalne tętno docelowe może być wyższe lub niższe. Należy skonsultować się z lekarzem w sprawie indywidualnej docelowej strefy tętna.

Uwaga: Tak jak w przypadku wszystkich ćwiczeń i schematów sprawnościowych, należy zawsze kierować się najlepszą posiadaną wiedzą, zwiększając czas lub intensywność ćwiczeń.

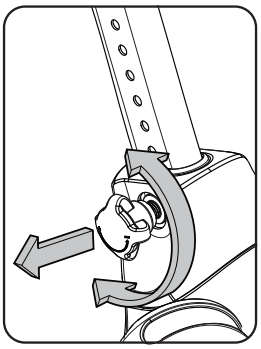


Odpowiednia odzież
Należy nosić obuwie sportowe na gumowej podeszwie. Potrzebna będzie odpowiednia odzież do ćwiczeń, która umożliwia swobodne ruchy.

Częstotliwość ćwiczeń

⚠ **Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Zaprzestać ćwiczeń w przypadku odczuwania bólu lub ucisku w klatce piersiowej, braku tchu lub uczucia słabości. Przed ponownym korzystaniem z urządzenia należy skontaktować się z lekarzem. Wartości wyliczone lub zmierzone przez komputer urządzenia służą wyłącznie do celów poglądowych. Tętno wyświetlane na konsoli jest wartością przybliżoną i powinno służyć wyłącznie do celów poglądowych.**

- 3 razy w tygodniu po 30 minut dziennie.
- Treningi należy planować z wyprzedzeniem, starając się przestrzegać harmonogramu.

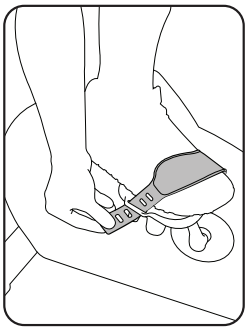


Regulacja siodełka
Prawidłowe ustawienie siodełka sprzyja wydajności i zapewnia wygodzę ćwiczeń, zmniejszając jednocześnie ryzyko urazów.

1. Z pedałem ustawionym w pozycji do przodu umieścić piętę w jego środkowej części. Noga powinna być lekko ugięta w kolanie.
2. Jeśli noga jest zbyt wyprostowana lub stopa nie może dotknąć pedału, siodełko należy opuścić w stojącym rowerze. Jeśli noga jest zbyt mocno zgięta, siodełko należy podnieść.

⚠ **Przed przystąpieniem do regulacji siodełka należy zejść z roweru.**

Poluzować i pociągnąć pokrętło regulacji na sztycy podsiodłowej. Ustawić siodełko na żądanej wysokości. Zwolnić pokrętło regulacji, aby zatrzasnąć trzpień blokujący. Upewnić się, że trzpień jest w pełni osadzony i całkowicie dokręcić pokrętło.



⚠ **Nie ustawiać pozycji sztycy podsiodłowej powyżej znaku STOP na rurze.**

Położenie stóp / regulacja paska pedału
Pedały z paskami zapewniają bezpieczne oparcie na rowerze stacjonarnym.

1. Postawić śródstopie każdej stopy na pedałach.
2. Obracać pedałami do momentu dosięgnięcia jednego z nich.
3. Zapiąć pasek na bucie.
4. Czynność powtórzyć dla drugiej stopy.

Upewnić się, że palce i kolana są skierowane bezpośrednio do przodu, aby zapewnić maksymalną wydajność pedałowania. Paski na pedały można pozostawić na miejscu do kolejnych treningów.

Włączenie zasilania / Tryb spoczynku / Ekran powitalny

Konsola przejdzie w tryb Power-Up (Włączenie zasilania) / Idle Mode (Tryb spoczynku), jeśli jest podłączona do źródła zasilania, po naciśnięciu na niej dowolnego przycisku lub po otrzymaniu przez konsolę sygnału z czujnika prędkości obrotowej w wyniku pedałowania.

Uwaga: Po włączeniu konsola zresetuje się do wszystkich domyślnych wartości i konfiguracji.

Automatyczne wyłączanie (tryb uśpienia)

Konsola wyłączy się automatycznie, jeśli nie otrzyma żadnego sygnału wejściowego w ciągu około 5 minut. Wyświetlacz LCD jest wyłączony podczas trybu uśpienia.

Uwaga: Konsola nie jest wyposażona we włącznik.

Program manualny Quick Start (Szybki start)

Program Manual (Manualny) Quick Start (Szybki start) umożliwia rozpoczęcie treningu bez wprowadzania jakichkolwiek danch.

Podczas treningu manualnego każda kolumna reprezentuje okres 1 minuty. Aktywna kolumna będzie przesuwać się po ekranie co minutę. Jeśli trening trwa dłużej niż 18 minut, aktywna kolumna pozostanie po prawej stronie, gdzie do programu treningu zostanie dodana dodatkowa kolumna.

1. Ustawić się na urządzeniu.
2. Nacisnąć przycisk MANUAL (Manualny), aby wybrać program Quick Start (Szybki start).
3. Nacisnąć START, aby rozpocząć trening.

   Aby zmienić poziom oporu, nacisnąć przyciski zwiększania/zmniejszania oporu. Bieżący interwał i przyszłe interwały są ustawione na nowy poziom. Domyślny poziom oporu w trybie Manual (Manualny) to 4. Czas będzie odliczany od 00:00.

   Uwaga: Jeśli trening Manual (Manualny) trwa dłużej niż 99 minut i 59 sekund (99:59), jednostki czasu zostaną wyzerowane. Te wartości należy dodać do ostatecznych wyników treningu.
4. Po zakończeniu treningu nacisnąć przycisk PAUSE/STOP i przestać pedałować, aby wstrzymać trening. Ponownie nacisnąć przycisk PAUSE/STOP, aby zakończyć trening.

Program Interval (Interwałowy)

Podczas programu HIIT Interval (czyli „High Intensity, Interval Training" – trening interwałowy o wysokiej intensywności), trening będzie przechodził od okresu zwiększonej intensywności, „Sprint" (większy opór), do okresu wolniejszego tempa, „złapania oddechu" („Recover" – Regeneracja, czyli mniejszy opór). Ta zmiana pomiędzy okresem „Sprint" a „Recover" (Regeneracja) jest powtarzana przez cały trening. Okres „Sprint" trwa 30 sekund, a okres „Recover" (Regeneracja) 90 sekund.

Uwaga: Każdy okres „Recover" (Regeneracja) jest reprezentowany przez 2 kolumny na wyświetlaczu.

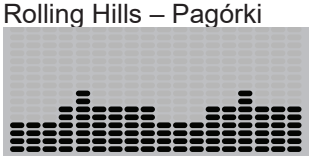
⚠ Wskaźnik LED „Sprint" programu Interval (Interwałowy) jest sugerowanym zwiększeniem poziomu oporu i prędkości, i powinien być wykonywany tylko wtedy, gdy pozwala na to poziom sprawności fizycznej.

Domyślny i minimalny czas treningu dla programu interwałowego HIIT wynosi 12 minut. Czas trwania treningu można zwiększać w odstępach 12-minutowych, naciskając przycisk zwiększania przed rozpoczęciem treningu. Maksymalny czas treningu wynosi 96 minut. Podczas treningu wyświetlacz programu będzie się resetować co 12 minut treningu.

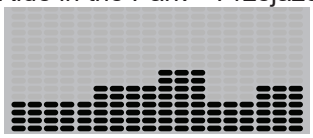
Programy Challenge (Wyzwania)

Programy Challenge (Wyzwania) automatyzują różne poziomy oporu i treningu. Cel treningu można dostosować do własnych potrzeb.

Rolling Hills – Pagórki



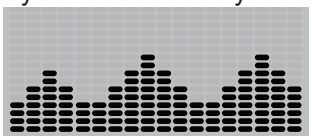
Ride in the Park – Przejażdżka w parku



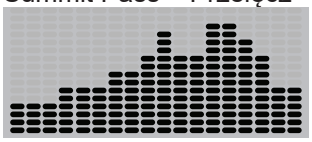
Easy Tour – Spokojna wycieczka

Pike's Peak – Szczyt Pikes Peak

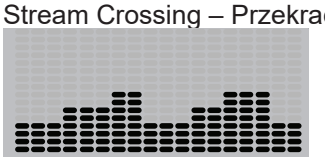
Pyramids – Piramidy



Summit Pass – Przełęcz

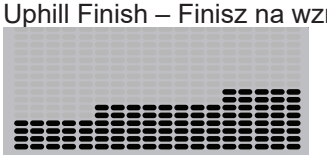


Stream Crossing – Przekraczanie strumienia



Cross Training – Trening crossowy

Uphill Finish – Finisz na wzniesieniu



Mount Hood – Wulkan Mount Hood

Heart Rate Control (Kontrola tętna)

Program Heart Rate Control (Kontrola tętna) pozwala wybrać bazowe tętno dla treningu. Konsola monitoruje tętno w uderzeniach na minutę (BPM) ze stykowych czujników tętna (Contact Heart Rate, CHR) na urządzeniu lub z paska na klatkę piersiową do pomiaru tętna Bluetooth® i dostosowuje opór podczas treningu, aby utrzymać tętno w pobliżu bazowej wartości tętna.

Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Zaprzestać ćwiczeń w przypadku odczuwania bólu lub ucisku w klatce piersiowej, braku tchu lub uczucia słabości. Przed ponownym korzystaniem z urządzenia należy skontaktować się z lekarzem. Wartości wyliczone lub zmierzone przez komputer urządzenia służą wyłącznie do celów poglądowych.

Domyślna wartość tętna dla programu Heart Rate Control (Kontrola tętna) wynosi 125 BPM. Tę wartość można regulować przed rozpoczęciem treningu przyciskami zwiększania/zmniejszania.

Uwaga: Przy ustalaniu celu należy dać sobie czas na osiągnięcie pożądanej wartości tętna. Jeśli tętno nie zostanie wykryte, konsola wyświetli komunikat „NEED HEART RATE” (Potrzebne tętno).

Konsola pozwala wybrać program Challenge (Wyzwanie) i typ celu dla treningu (dystans, czas lub kalorie) oraz ustawić wartość celu czasowego.

1. Ustawić się na urządzeniu.
2. Naciskać przycisk CHALLENGE (Wyzwanie), aż zostanie wybrany żądany program Challenge (Wyzwanie).
3. Użyć przycisków zwiększania (▲) lub zmniejszania (▼), aby ustawić wartość docelową. Nacisnąć i przytrzymać przyciski, aby szybko dostosować wartość. Domyślny czas treningu to 30 minut, z zakresem od 1 minuty do 99 minut.

   Uwaga: Aby szybko zmienić czas treningu, należy nacisnąć i przytrzymać przycisk zwiększania lub zmniejszania.
4. Nacisnąć START, aby rozpocząć trening ukierunkowany na osiągnięcie celu. Wartość GOAL (Cel) będzie zliczana w górę podczas treningu.

Modyfikacja wyświetlania wartości treningu

Nacisnąć przycisk DISPLAY (Wyświetlacz), aby wybrać żądaną konfigurację wyświetlania podczas treningu. Opcje konfiguracji wyświetlacza można zmieniać aż do zakończenia treningu.

a.) SPEED (Prędkość) – MPH / RPM (wartość domyślna)

b.) SPEED (Prędkość) – tylko MPH

c.) Tylko RPM (mile)

d.) SPEED (Prędkość) – km/h / RPM

e.) SPEED (Prędkość) – tylko km/h

f.) Tylko RPM (kilometry)

Uwaga: Jeśli żądany wyświetlacz nie jest domyślny, należy go wybrać po każdym włączeniu zasilania.

Zmiana poziomów oporu

Naciskać przyciski zwiększania (▲) lub zmniejszania (▼) poziomu oporu, aby zmienić poziom oporu w dowolnym momencie programu treningowego.

Wstrzymywanie lub zatrzymywanie

1. Przestać pedałować i nacisnąć przycisk PAUSE/STOP, aby wstrzymać trening.
2. Aby kontynuować trening, nacisnąć START lub zacząć pedałować.

   Aby zakończyć trening, nacisnąć przycisk PAUSE/STOP. Konsola przejdzie w tryb Workout Summary (Podsumowanie treningu).

Wyciszanie konsoli

Konsola ma możliwość wyciszenia. Aby wyłączyć sygnały dźwiękowe, należy nacisnąć i przytrzymać przycisk PAUSE/STOP przez 5 sekund. Konsola potwierdzi, że została wyciszona, emitując trzy sygnały dźwiękowe.

Uwaga: Po każdym włączeniu zasilania konsola przywróci ustawienia domyślne (brak wyciszenia).

Workout Summary Mode (Podsumowanie treningu)

Po zakończeniu treningu konsola będzie wyświetlać wartości Workout Summary (Podsumowanie treningu) przez pięć minut. Całkowite wartości treningu (Distance – Dystans, Time – Czas i Calories – Kalorie) są stale wyświetlane. Konsola będzie przełączać się pomiędzy innymi wartościami podsumowania treningu co 3 sekundy:

a.) SPEED (Prędkość) (średnia) i HEART RATE BPM (Tętno w uderzeniach na minutę) (średnie)

b.) RPM (Prędkość) (średnia) i HEART RATE BPM (Tętno w uderzeniach na minutę) (średnie)

Uwaga: Jeśli podczas treningu nie podano tętna, konsola nie poda wartości.

Przed przystąpieniem do jakichkolwiek czynności konserwacyjnych dokładnie przeczytać wszystkie instrukcje konserwacji. W niektórych warunkach do wykonania niezbędnych czynności wymagana jest osoba asystująca.

Sprzęt należy regularnie sprawdzać pod kątem uszkodzeń i konieczności napraw. Właściciel jest odpowiedzialny za przeprowadzanie regularnej konserwacji. Zużyte, uszkodzone lub poluzowane części należy natychmiast naprawić lub wymienić. Do konserwacji i naprawy sprzętu można używać wyłącznie części dostarczonych przez producenta.

Jeśli w jakimkolwiek momencie naklejki ostrzegawcze zaczną się odklejać, staną się nieczytelne lub zostaną usunięte, należy wymienić naklejki. W przypadku zakupu w USA/Kanadzie należy skontaktować się z działem obsługi klienta, aby uzyskać zamienne naklejki. W przypadku zakupu poza USA/Kanadą należy skontaktować się z lokalnym dystrybutorem w celu ich uzyskania.

Odłączyć całkowicie zasilanie urządzenia przed jego serwisowaniem.

Codziennie:

Przed każdym użyciem sprawdzić urządzenie do ćwiczeń pod kątem poluzowanych, połamanych, uszkodzonych lub zużytych części.
W razie stwierdzenia powyższych nieprawidłowości nie korzystać z urządzenia. Naprawić lub wymienić wszystkie części przy pierwszych oznakach ich zużycia lub uszkodzenia. Sprawdzić pedały i w razie potrzeby dokręcić je. Po każdym treningu użyć wilgotnej szmatki, aby zetrzeć wilgoć z urządzenia i konsoli.

Uwaga: Unikać nadmiernej wilgoci na konsoli.

UWAGA: W razie potrzeby do czyszczenia konsoli używać tylko łagodnego płynu do naczyń oraz miękkiej szmatki. Nie czyścić rozpuszczalnikiem na bazie ropy naftowej, środkiem czyszczącym do samochodów ani żadnym produktem zawierającym amoniak. Nie czyścić konsoli w bezpośrednim świetle słonecznym ani w wysokich temperaturach. Nie dopuścić do zawilgocenia konsoli.

Co tydzień:

Oczyścić urządzenie, usuwając z jego powierzchni kurz, brud i zanieczyszczenia. Sprawdzić pedały i ramiona korby i w razie potrzeby dokręcić je.

Nie należy pedałować do tyłu. W przeciwnym razie może dojść do poluzowania pedałów, co może spowodować uszkodzenie urządzenia i/lub obrażenia ciała użytkownika. Nigdy nie używać urządzenia z obluzowanymi pedałami

Sprawdzić płytę ślizgową siodełka pod kątem płynnego działania. W razie potrzeby nanieść bardzo cienką warstwę smaru silikonowego 100%, aby ułatwić pracę.

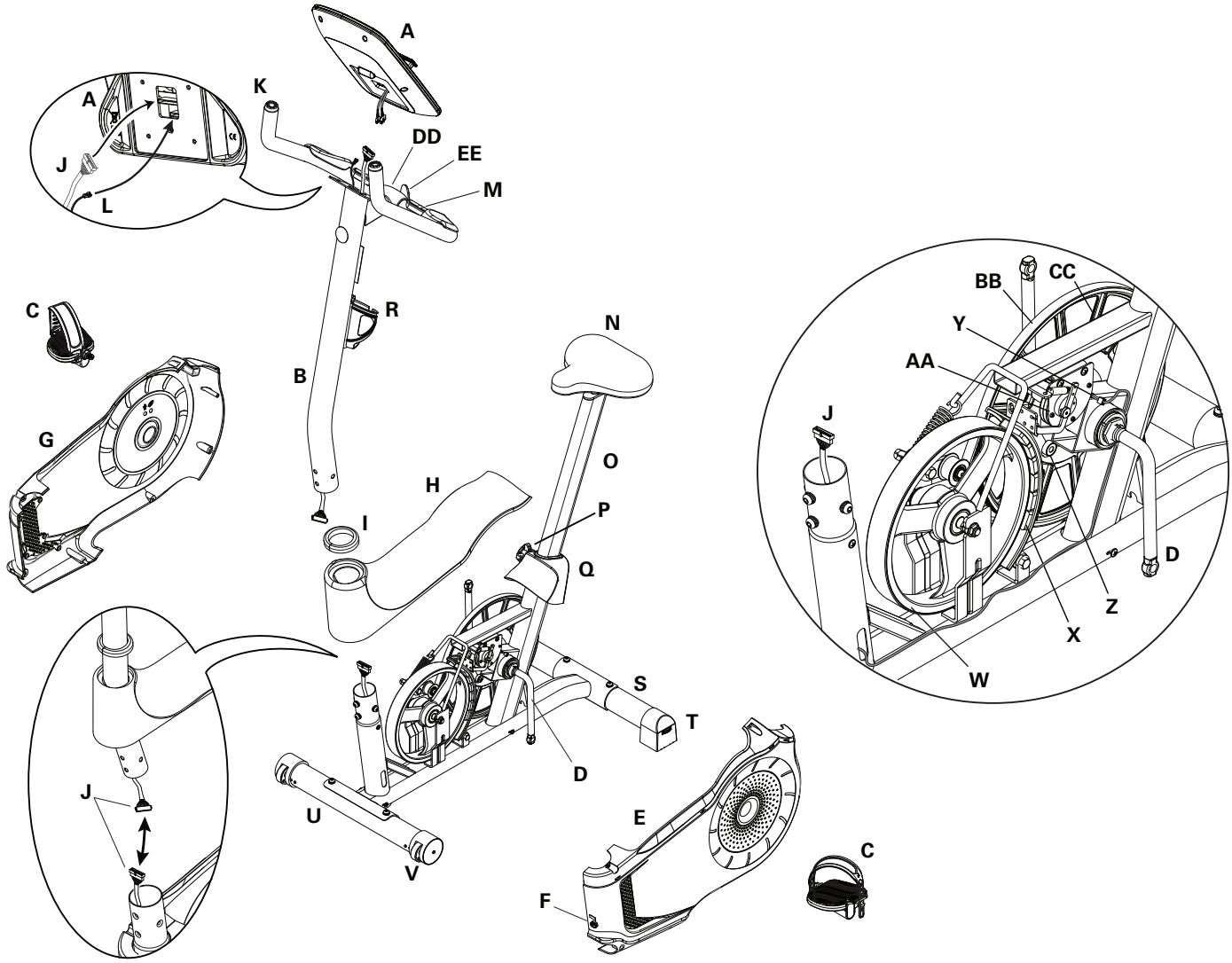
Smar silikonowy nie nadaje się do spożycia przez ludzi. Trzymać poza zasięgiem dzieci. Przechowywać w bezpiecznym miejscu.

Uwaga: Nie używać produktów na bazie ropy naftowej.

Co miesiąc lub po 20 godzinach:

Upewnić się, że wszystkie śruby i wkręty są dokręcone. W razie potrzeby dokręcić.

Części do konserwacji



A	Konsola	L	Kable czujnika pomiaru tętna	W	Koło zamachowe
B	Maszt konsoli	M	Stykowe czujniki tętna	X	Zespół hamulca
C	Pedały	N	Siodełko	Y	Czujnik prędkości obrotowej
D	Ramiona korby	O	Sztyca podsiodłowa z płytą ślizgową	Z	Magnes czujnika prędkości
E	Lewa osłona	P	Pokrętło regulacji	AA	Serwomotor
F	Gniazdo zasilania	Q	Osłona sztycy podsiodłowej	BB	Pasek napędowy
G	Prawa osłona	R	Uchwyt na butelkę	CC	Koło napędowe
H	Osłona górna	S	Stabilizator tylny	DD	Osłona mocowania uchwytów kierownicy
I	Uszczelka masztu	T	Pokrętła poziomujące	EE	Uchwyt typu T
J	Kabel transmisji danych	U	Stabilizator przedni		
K	Uchwyty kierownicy	V	Koła transportowe		

Stan/problem	Co należy sprawdzić	Rozwiązanie
Brak wyświetlania/częściowe wyświetlanie/urządzenie nie włącza się	Sprawdzić gniazdka elektryczne (ścienne)	Upewnić się, że urządzenie jest podłączone do sprawnego gniazdka ściennego.
	Sprawdzić podłączenie z przodu urządzenia	Połączenie powinno być solidne i nieuszkodzone. W przypadku uszkodzenia adaptera lub złącza przy urządzeniu należy je wymienić.
	Sprawdzić integralność kabla transmisji danych.	Wszystkie przewody w kablu powinny być nienaruszone. Jeśli któryś z nich jest widocznie zaciśnięty lub przecięty, kabel należy wymienić.
	Sprawdzić połączenia/ orientację kabla transmisji danych.	Upewnić się, że kable u podstawy masztu i z tyłu konsoli są poprawnie podłączone i prawidłowo ułożone. Mały zatrzask na złączu powinien się dopasować i zatrzasnąć na swoim miejscu.
	Sprawdzić wyświetlacz konsoli pod kątem uszkodzeń.	Sprawdzić, czy wyświetlacz konsoli nie jest pęknięty lub w inny sposób uszkodzony. Wymienić konsolę, jeśli jest uszkodzona.
	Wyświetlacz konsoli	Jeśli konsola wyświetla tylko część obrazu, a wszystkie połączenia są w porządku, należy wymienić konsolę.
		Jeśli powyższe czynności nie rozwiążą problemu, należy skontaktować się z Działem Obsługi Klienta (na terenie USA/Kanady) lub z lokalnym dystrybutorem (poza USA/Kanadą).
Urządzenie działa, ale nie jest wyświetlane wskazanie stykowego czujnika tętna	Połączenie kablowe czujnika do pomiaru tętna przy konsoli i podstawie masztu	Upewnić się, że kabel jest dobrze podłączony do konsoli.
	Podłączenie skrzynki kabli czujnika pomiaru tętna	Upewnić się, że kable od uchwytów kierownicy i kabel do konsoli są przymocowane i nie sią uszkodzone.
	Uchwyt z czujnikiem	Upewnić się, że ręce są wyśrodkowane na czujnikach HR. Ręce należy trzymać nieruchomo, wywierając stosunkowo równy nacisk na każdą ze stron.
	Suche lub pokryte zrogowaceniami dłonie	Czujniki mogą mieć problemy z wysuszonymi lub pokrytymi zrogowaceniami dłońmi. Krem do elektrod przewodzących (krem do pomiaru tętna) może pomóc w lepszym przewodzeniu. Są one dostępne w Internecie lub w sklepach medycznych lub niektórych większych sklepach fitness.
	Statyczny uchwyt kierownicy	Jeśli testy nie wykażą innych problemów, należy wymienić statyczny uchwyt kierownicy.
Urządzenie działa, ale tętno na czujniku Bluetooth® nie jest wyświetlane	Monitor tętna (nie wchodzi w skład zestawu)	Postępować zgodnie z instrukcjami rozwiązywania problemów dostarczonymi wraz z urządzeniem.
	Baterie do monitora tętna	Jeśli monitor jest wyposażony w jednorazowe baterie, włożyć nowe baterie.
	Zakłócenia	Odsunąć urządzenie od źródeł zakłóceń (TV, mikrofalówka itp.).
	Wymienić monitor tętna	Jeżeli w przypadku wyeliminowania zakłóceń funkcja odczytu tętna nie działa, należy wymienić monitor tętna.
	Wymienić konsolę.	Jeśli funkcja odczytu tętna nadal nie działa, należy wymienić konsolę.
Urządzenie działa, ale tętno na czujniku Bluetooth® jest wyświetlane nieprawidłowo	Połączono z poprzednim użytkownikiem	Konsola może być nadal połączona z poprzednim użytkownikiem. Nacisnąć przycisk połączenia Bluetooth®, aby odłączyć się i nacisnąć ponownie, aby połączyć się z urządzeniem.

Stan/problem	Co należy sprawdzić	Rozwiązanie
Brak odczytu prędkości/ prędkości obrotowej, konsola wyświetla kod błędu „Please Pedal” (Proszę pedałować)	Sprawdzić integralność kabla transmisji danych.	Wszystkie przewody w kablu powinny być nienaruszone. Jeśli którykolwiek z kabli jest przecięty lub zagięty, należy go wymienić.
	Sprawdzić połączenia/ orientację kabla transmisji danych.	Upewnić się, że każdy kabel jest solidnie podłączony i właściwie ułożony. Mały zatrzask na złączu powinien się dopasować i zatrzasnąć na swoim miejscu.
	Sprawdzić położenie magnesu (wymaga zdjęcia osłony)	Magnes powinien znajdować się na miejscu na kole pasowym.
	Sprawdzić czujnik prędkości (wymaga zdjęcia osłony)	Czujnik prędkości powinien być ustawiony w jednej linii z magnesem i podłączony do kabla transmisji danych. W razie potrzeby wyrównać położenie czujnika. Wymienić w przypadku uszkodzenia czujnika lub przewodu łączącego.
Opór nie ulega zmianie (urządzenie włącza się i pracuje)	Sprawdzić integralność kabla transmisji danych.	Wszystkie przewody w kablu powinny być nienaruszone. Jeśli któryś z nich jest widocznie zaciśnięty lub przecięty, kabel należy wymienić.
	Sprawdzić połączenia/ orientację kabla transmisji danych.	Upewnić się, że kabel jest solidnie podłączony i właściwie ułożony. Ponownie zamontować wszystkie połączenia. Mały zatrzask na złączu powinien się dopasować i zatrzasnąć na swoim miejscu.
	Sprawdzić serwomotor (wymaga to zdjęcia osłony)	Jeśli magnesy się poruszają, należy je wyregulować, aż znajdą się we właściwym zakresie. Wymienić serwomotor, jeśli nie działa prawidłowo.
	Sprawdzić konsolę.	Sprawdzić pod kątem widocznych uszkodzeń konsoli. Wymienić konsolę, jeśli jest uszkodzona.
		Jeśli powyższe czynności nie rozwiążą problemu, należy skontaktować się z Działem Obsługi Klienta (na terenie USA/ Kanady) lub z lokalnym dystrybutorem (poza USA/Kanadą), aby uzyskać dalszą pomoc.
Konsola wyłącza się (przechodzi w tryb uśpienia), gdy jest używana	Sprawdzić gniazdka elektryczne (ścienne)	Upewnić się, że urządzenie jest podłączone do sprawnego gniazdka ściennego.
	Sprawdzić podłączenie z przodu urządzenia	Połączenie powinno być solidne i nieuszkodzone. W przypadku uszkodzenia adaptera lub złącza przy urządzeniu należy je wymienić.
	Sprawdzić integralność kabla transmisji danych.	Wszystkie przewody w kablu powinny być nienaruszone. Jeśli którykolwiek z kabli jest przecięty lub zagięty, należy go wymienić.
	Sprawdzić połączenia/ orientację kabla transmisji danych.	Upewnić się, że kabel jest solidnie podłączony i właściwie ułożony. Mały zatrzask na złączu powinien się dopasować i zatrzasnąć na swoim miejscu.
	Zresetować urządzenie	Odłączyć urządzenie od gniazdka elektrycznego na 3 minuty. Podłączyć ponownie do gniazdka.
	Sprawdzić położenie magnesu (wymaga zdjęcia osłony)	Magnes powinien znajdować się na miejscu na kole pasowym.
	Sprawdzić czujnik prędkości (wymaga zdjęcia osłony)	Czujnik prędkości powinien być ustawiony w jednej linii z magnesem i podłączony do kabla transmisji danych. W razie potrzeby wyrównać położenie czujnika. Wymienić w przypadku uszkodzenia czujnika lub przewodu łączącego.

Stan/problem	Co należy sprawdzić	Rozwiązanie
Urządzenie kołysze się / nie jest równo osadzone	Sprawdzić ustawienie pokrętła poziomującego.	Wyregulować pokrętła poziomujące aż do wypoziomowania roweru.
	Sprawdzić powierzchnię pod urządzeniem	Zakres regulacji może być niewystarczający do skompensowania bardzo nierównych powierzchni. Przenieść rower na równą powierzchnię.
Luźne pedały / pedałowanie jest utrudnione	Sprawdzić połączenie pedału z ramieniem korby.	Pedał powinien być mocno dokręcony do korby. Upewnić się, że połączenie nie jest gwintowane krzyżowo.
Trzaskanie podczas pedałowania	Sprawdzić połączenie pedału z ramieniem korby.	Zdemontować pedały. Upewnić się, że na gwintach nie ma żadnych zanieczyszczeń, i ponownie zamontować pedały.
Ruch sztycy podsiodłowej	Sprawdzić trzpień blokujący.	Upewnić się, że trzpień regulacyjny jest zablokowany w jednym z otworów regulacyjnych sztycy podsiodłowej.
	Sprawdzić pokrętło regulacyjne.	Upewnić się, że pokrętło jest mocno dokręcone.

Kogo dotyczy gwarancja
Niniejsza gwarancja jest ważna tylko dla pierwotnego nabywcy i nie podlega przeniesieniu ani zastosowaniu wobec innych osób.

Co obejmuje gwarancja
Nautilus, Inc. gwarantuje, że niniejszy produkt jest wolny od wad materiałowych i produkcyjnych, gdy jest użytkowany zgodnie z przeznaczeniem, w normalnych warunkach i pod warunkiem, że jest właściwie pielęgnowany i konserwowany zgodnie z opisem w instrukcji montażu i obsługi produktu. Niniejsza gwarancja jest ważna tylko dla autentycznych, oryginalnych, legalnych urządzeń wyprodukowanych przez Nautilus, Inc. i sprzedawanych za pośrednictwem autoryzowanego przedstawiciela oraz używanych w Stanach Zjednoczonych lub Kanadzie.

Warunki
- Rama 10 lat
- Części mechaniczne 2 lata
- Elektronika 1 rok
- Robocizna 90 dni

(Wsparcie w zakresie robocizny nie obejmuje instalacji części zamiennych związanych z początkowym montażem produktu oraz usług konserwacji prewencyjnej. Wszystkie naprawy objęte częścią gwarancji dotyczącą robocizny muszą być wcześniej autoryzowane przez Nautilus.)
W sprawie gwarancji i serwisu produktów zakupionych poza USA/Kanadą prosimy o kontakt z lokalnym dystrybutorem. Aby znaleźć lokalnego dystrybutora międzynarodowego, odwiedź stronę: www.nautilusinternational.com

Jak Nautilus będzie wspierał gwarancję
W okresie obowiązywania gwarancji firma Nautilus, Inc. naprawi każde urządzenie, które okaże się wadliwe pod względem materiałów lub wykonania. Nautilus zastrzega sobie prawo do wymiany produktu w przypadku gdy naprawa nie jest możliwa. Jeśli firma Nautilus stwierdzi, że wymiana jest właściwym środkiem zaradczym, firma Nautilus może zastosować zwrot ograniczonego kredytu na poczet innego Produktu marki Nautilus, Inc. według własnego uznania. Ten zwrot może być proporcjonalny w zależności od czasu posiadania urządzenia. Nautilus, Inc. zapewnia serwis naprawczy w obrębie głównych obszarów metropolitalnych. Nautilus, Inc. zastrzega sobie prawo do obciążenia konsumenta opłatą za podróż poza te obszary. Nautilus Inc. nie ponosi odpowiedzialności za koszty robocizny lub konserwacji poniesione przez dealera poza obowiązującym okresem (okresami) gwarancji określonym w niniejszym dokumencie. Nautilus, Inc. zastrzega sobie prawo do zastąpienia materiałów, części lub produktów o równej lub lepszej jakości, jeśli identyczne materiały lub produkty nie są dostępne w czasie wykonywania usługi w ramach niniejszej gwarancji. Wymiana produktu zgodnie z warunkami Gwarancji w żaden sposób nie przedłuża pierwotnego okresu Gwarancji. Wszelkie
ograniczone zwroty kosztów kredytu mogą być proporcjonalne w zależności od czasu posiadania urządzenia. TE ŚRODKI ZARADCZE SĄ WYŁĄCZNYMI I JEDYNYMI ŚRODKAMI ZARADCZYMI W PRZYPADKU JAKIEGOKOLWIEK NARUSZENIA GWARANCJI.

Co należy zrobić
- Zachować odpowiedni i akceptowalny dowód zakupu.
- Eksploatować, konserwować i wykonywać przeglądy Produktu zgodnie z Dokumentacją (montaż, instrukcje obsługi itp.).
- Produkt należy użytkować wyłącznie zgodnie z przeznaczeniem.
- Powiadomić firmę Nautilus w ciągu 30 dni od wykrycia problemu z Produktem.
- Zamontować części zamienne lub części zgodnie z instrukcjami firmy Nautilus.
- Przeprowadzać procedury diagnostyczne z udziałem przeszkolonego przedstawiciela firmy Nautilus, Inc. na żądanie.

Czego nie obejmuje gwarancja
- Uszkodzenia spowodowane nadużyciem, manipulacją lub modyfikacją Produktu, nieprzestrzeganiem instrukcji montażu, instrukcji konserwacji lub ostrzeżeń dotyczących bezpieczeństwa zawartych w dokumentacji Produktu (montaż, instrukcje obsługi itp.), uszkodzenia spowodowane niewłaściwym przechowywaniem lub wpływem warunków środowiskowych, takich jak wilgoć lub pogoda, niewłaściwym użytkowaniem, nieprawidłową obsługą, wypadkami, klęskami żywiołowymi, skokami napięcia.
- Urządzenie umieszczone lub użytkowane w środowisku komercyjnym lub instytucjonalnym. Obejmuje to siłownie, korporacje, miejsca pracy, kluby, centra fitness i każdy podmiot publiczny lub prywatny, który posiada urządzenie do użytku przez swoich członków, klientów, pracowników lub współpracowników.
- Uszkodzenia spowodowane przekroczeniem maksymalnego ciężaru użytkownika określonego w instrukcji obsługi Produktu lub na etykiecie ostrzegawczej.
- Uszkodzenia wynikające z normalnego użytkowania i zużycia.
- Niniejsza gwarancja nie obejmuje żadnych terytoriów ani krajów poza Stanami Zjednoczonymi i Kanadą.

Jak uzyskać usługę
W przypadku produktów zakupionych bezpośrednio od firmy Nautilus, Inc. należy skontaktować się z biurem firmy Nautilus wymienionym na stronie Kontakty w instrukcji obsługi produktu. Użytkownik może być zobowiązany do zwrotu wadliwego elementu pod wskazany adres w celu naprawy lub przeglądu na własny koszt. Koszty standardowej wysyłki lądowej części zamiennych objętych gwarancją pokrywa Nautilus, Inc. W przypadku produktów zakupionych od sprzedawcy detalicznego użytkownik może zostać poproszony o skontaktowanie się ze sprzedawcą w celu uzyskania pomocy gwarancyjnej.

Wyłączenia
Powyższe gwarancje są jedynymi i wyłącznymi wyraźnymi gwarancjami udzielonymi przez Nautilus, Inc. Zastępują one wszelkie wcześniejsze, sprzeczne lub dodatkowe oświadczenia, zarówno ustne, jak i pisemne. Żaden agent, przedstawiciel, sprzedawca, osoba lub pracownik nie jest upoważniony do zmiany lub zwiększenia zobowiązań lub ograniczeń wynikających z niniejszej gwarancji. Wszelkie gwarancje dorozumiane, w tym GWARANCJA PRZYDATNOŚCI HANDLOWEJ oraz GWARANCJA PRZYDATNOŚCI DO OKREŚLONEGO CELU, są ograniczone w czasie do okresu obowiązywania odpowiedniej gwarancji wyraźnej, o której mowa powyżej, w zależności od tego, który z tych okresów jest dłuższy. Niektóre stany nie zezwalają na ograniczenie okresu obowiązywania domniemanej gwarancji, dlatego powyższe ograniczenie może nie mieć zastosowania w przypadku Użytkownika.

Ograniczenie środków ochrony prawnej
O ILE NIE JEST TO INACZEJ WYMAGANE PRZEZ OBOWIĄZUJĄCE PRAWO, WYŁĄCZNY ŚRODEK OCHRONY PRAWNEJ PRZYSŁUGUJĄCY NABYWCY OGRANICZA SIĘ DO NAPRAWY LUB WYMIANY DOWOLNEGO ELEMENTU UZNANEGO PRZEZ FIRMĘ NAUTILUS, INC. ZA WADLIWY NA ZASADACH I WARUNKACH OKREŚLONYCH W NINIEJSZYM DOKUMENCIE. FIRMA NAUTILUS, INC. W ŻADNYM WYPADKU NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA JAKIEKOLWIEK SPECJALNE, WYNIKOWE, PRZYPADKOWE, POŚREDNIE LUB EKONOMICZNE SZKODY, NIEZALEŻNIE OD PODSTAWY ZOBOWIĄZANIA (W TYM, BEZ OGRANICZEŃ, ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA PRODUKT, ZANIEDBANIA LUB INNYCH CZYNÓW NIEDOZWOLONYCH) LUB ZA JAKIEKOLWIEK UTRACONE PRZYCHODY, ZYSK, DANE, PRYWATNOŚĆ LUB ZA JAKIEKOLWIEK SZKODY KARNE WYNIKAJĄCE Z LUB ZWIĄZANE Z KORZYSTANIEM Z URZĄDZENIA DO ĆWICZEŃ, NAWET JEŚLI FIRMA NAUTILUS, INC. ZOSTAŁA POINFORMOWANA O MOŻLIWOŚCI WYSTĄPIENIA TAKICH SZKÓD. NINIEJSZE WYŁĄCZENIE I OGRANICZENIE MA ZASTOSOWANIE, NAWET JEŚLI JAKIKOLWIEK ŚRODEK ZARADCZY NIE SPEŁNI SWOJEGO PODSTAWOWEGO CELU. NIEKTÓRE STANY NIE ZEZWALAJĄ NA WYŁĄCZENIE LUB OGRANICZENIE SZKÓD WYNIKOWYCH LUB PRZYPADKOWYCH, WIĘC POWYŻSZE OGRANICZENIE MOŻE NIE MIEĆ ZASTOSOWANIA DO UŻYTKOWNIKA.

Przepisy krajowe
Niniejsza gwarancja daje Użytkownikowi określone prawa. Użytkownik może mieć również inne prawa, które różnią się w zależności od państwa.

Terminy wygaśnięcia
Jeśli gwarancja wygasła, Nautilus, Inc. może pomóc w wymianie lub naprawie części i robocizny, ale za te usługi będzie pobierana opłata. Należy skontaktować się z biurem firmy Nautilus, aby uzyskać informacje na temat części i usług pogwarancyjnych. Firma Nautilus nie gwarantuje dostępności części zamiennych po wygaśnięciu okresu gwarancji.

Zakupy międzynarodowe
Jeśli urządzenie zostało zakupione poza Stanami Zjednoczonymi, należy skontaktować się z lokalnym dystrybutorem lub sprzedawcą w celu uzyskania informacji na temat zakresu gwarancji.

NAUTILUS BOWFLEX JRNY SCHWINN

8028785.061521.B