

**AD6**  
**SCHWINN**™



**MANUAL PENTRU ASAMBLARE/MANUAL DE UTILIZARE**

Instrucțiuni importante privind siguranța	3	Utilizarea aparatului	17
Etichete cu avertismente de siguranță/Număr de serie	5	Blocarea ansamblului ventilatorului/Depozitare	18
	5	Modul Pornire/Inactiv	18
Specificații	5	Configurare inițială	19
Înainte de asamblare	6	Program de pornire rapidă	19
Componente metalice	6	Antrenament cu timp personalizat	19
Piese	7	Înterupere sau oprire	19
Unelte	7	Mod rezultate	19
Asamblare	8	Mod service consolă	20
Mutarea aparatului	13	Întreținere	21
Nivelarea aparatului	13	Înlocuirea bateriilor consolei cu afișaj	22
Caracteristici	14	Piese întreținere	23
Caracteristici consolă cu afișaj	15	Depanare	24
Monitorizare frecvență cardiacă de la distanță	16	Garanție (doar pentru SUA/Canada)	27
Operațiuni	17		
Ajustări	17		

Pentru a valida serviciile de asistență în cadrul garanției, păstrați dovada originală a achiziției și înregistrați următoarele informații:

**Număr de serie** \_\_\_\_\_


**Data achiziției** \_\_\_\_\_

**În cazul achiziționării din SUA/Canada:** pentru a înregistra garanția produsului dvs., accesați: [www.SchwinnFitness.com/register](http://www.SchwinnFitness.com/register)  
sau sunați la numărul 1 (800) 605–3369.

**În cazul achiziționării din afara SUA/Canadei:** pentru a înregistra garanția produsului dvs., contactați distribuitorul local.

Pentru detalii privind garanția produsului sau dacă aveți întrebări sau probleme în ceea ce privește produsul, vă rugăm să contactați distribuitorul local. Pentru a găsi distribuitorul local, accesați: [www.nautilusinternational.com](http://www.nautilusinternational.com) sau [www.nautilus.cn](http://www.nautilus.cn)

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 SUA, [www.NautilusInc.com](http://www.NautilusInc.com) - Servicii pentru clienți: America de Nord (800) 605-3369, [csnls@nautilus.com](mailto:csnls@nautilus.com) | Nautilus (Shanghai) Fitness Equipments Co, Ltd, Room 1701 &1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, China 200042, [www.nautilus.cn](http://www.nautilus.cn) - 86 21 6115 9668 | în afara SUA [www.nautilusinternational.com](http://www.nautilusinternational.com) | Imprimat în China | © 2019 Nautilus, Inc. | Schwinn, sigla Schwinn Quality, Airdyne, Nautilus, JRNY și Bowflex sunt mărci comerciale deținute sau licențiate pentru Nautilus, Inc., care sunt înregistrate sau protejate în alt mod de dreptul comun în Statele Unite și în alte țări. Polar™ și OwnCode™ sunt mărci comerciale înregistrate ale proprietarului acestora.

 Această pictogramă indică o situație potențial periculoasă care, dacă nu este evitată, ar putea duce la deces sau vătămări grave.

**Respectați următoarele avertismente:**

 **Citiți și înțelegeți toate avertismentele precizate pentru acest aparat.**

**Citiți cu atenție și înțelegeți instrucțiunile de asamblare.**

- Țineți mereu persoanele prezente și copiii departe de produsul pe care îl asamblați.
- Nu instalați bateriile în aparat mai devreme decât este specificat în manualul pentru asamblare.
- Nu asamblați acest aparat în exterior sau într-o locație în care există apă sau umiditate.
- Asigurați-vă că asamblarea este efectuată într-un spațiu de lucru corespunzător, departe de traficul pietonal și de expunerea la persoanele prezente.
- Anumite componente ale aparatului pot fi grele sau incomode. Solicitați ajutorul unei alte persoane atunci când efectuați pașii de asamblare care includ aceste componente. Nu efectuați de unul singur pașii care includ ridicarea de greutate sau mișcări incomode.
- Asamblați acest aparat pe o suprafață orizontală, nivelată și solidă.
- Nu încercați să modificați proiectarea sau funcționalitatea acestui aparat. Acest lucru ar putea compromite siguranța acestui aparat și va anula garanția.
- Dacă sunt necesare piese de schimb, utilizați doar piese de schimb și piese metalice originale furnizate de Nautilus. Neutilizarea pieselor de schimb originale poate cauza un risc pentru utilizatori, poate împiedica funcționarea corectă a aparatului și poate anula garanția.
- Nu utilizați sau nu puneți în funcțiune aparatul până când acesta nu a fost asamblat complet și inspectat pentru o funcționare corectă, conformă cu manualul.
- Înainte de prima utilizare, citiți și înțelegeți întregul manual furnizat împreună cu acest aparat. Păstrați manualul pentru consultări viitoare.
- Efectuați toți pașii de asamblare în ordinea indicată. Asamblarea incorectă poate duce la vătămare sau la o funcționare incorectă.

## • PĂSTRAȚI ACESTE INSTRUCȚIUNI.

**Înainte de a utiliza acest echipament, respectați următoarele avertismente:**

 **Citiți și înțelegeți întregul manual. Păstrați manualul pentru consultări viitoare.**

**Citiți și înțelegeți toate avertismentele precizate pentru acest aparat. Dacă în orice moment etichetele cu avertismente se dezlipesc, devin ilizibile sau se desprind, înlocuiți etichetele. În cazul achiziționării din SUA/Canada, contactați departamentul de servicii pentru clienți pentru etichete de schimb. În cazul achiziționării din afara SUA/Canadei, contactați distribuitorul local pentru acestea.**

- Copiii nu trebuie să fie lăsați pe sau în apropierea acestui aparat. Piesele mobile sau alte caracteristici ale aparatului pot fi periculoase pentru copii.
- Nu este permisă utilizarea de către copiii cu vârsta sub 14 ani.
- Consultați un medic înainte de a începe un program de exerciții. Întrerupeți exercițiile dacă simțiți durere sau o senzație de apăsare în piept, dacă simțiți că nu mai aveți aer sau dacă vă simțiți slăbit. Contactați-vă medicul înainte de a utiliza aparatul din nou. Utilizați valorile calculate sau măsurate de computerul aparatului doar în scop de referință.
- Înainte de fiecare utilizare, verificați dacă există piese slăbite sau urme de uzură la nivelul aparatului. Nu utilizați aparatul în cazul în care găsiți piese slăbite sau urme de uzură. Monitorizați cu atenție pedalele și brațele manivelor. În cazul achiziționării din SUA/Canada, contactați departamentul de servicii pentru clienți pentru informații privind reparațiile. În cazul achiziționării din afara SUA/Canadei, contactați distribuitorul local pentru informații privind reparațiile.
- Limita maximă de greutate a utilizatorului: 136 kg (300 lb). Nu utilizați aparatul dacă depășiți această greutate.
- Acest aparat este destinat doar pentru utilizarea la domiciliu. Nu așezați sau utilizați aparatul într-un mediu comercial sau instituțional. Acesta include săli de sport, corporații, locuri de muncă, cluburi, centre de fitness și orice entitate publică sau privată care are un aparat pentru utilizarea de către membrii, clienții, angajații sau afiliații săi.

- Nu purtați articole de îmbrăcăminte largi sau bijuterii lungi. Acest aparat conține piese mobile. Nu introduceți degetele sau alte obiecte în piesele mobile ale echipamentului de exerciții.
- Asamblați și utilizați acest aparat pe o suprafață orizontală, nivelată și solidă.
- Nu coborâți de pe aparat până când pedalele nu s-a oprit complet.
- Fixați bine pedalele înainte de a vă lăsa greutatea pe acestea. Acordați atenție atunci când vă așezați și când vă dați jos de pe aparat.
- Nu utilizați acest aparat în exterior sau în locații în care există apă sau umiditate.
- Păstrați un spațiu de cel puțin 0,6 m (24”) de-a lungul laturii utilizate pentru a accesa aparatul și în partea din spate a aparatului. Aceasta este distanța de siguranță recomandată pentru accesare, ocolire și coborâri de urgență de pe aparat. Păstrați terții la distanță de acest spațiu atunci când aparatul este utilizat.
- Nu vă suprasolicitați în timpul exercițiilor. Utilizați aparatul conform descrierii din acest manual.
- Efectuați toate procedurile de întreținere regulate și periodice recomandate în manualul de utilizare.
- Ajustați în mod corect și acționați în mod sigur toate dispozitivele de ajustare a poziției. Asigurați-vă că dispozitivele de ajustare nu lovesc utilizatorul.
- Păstrați pedalele curate și uscate.
- Efectuarea de exerciții pe acest aparat necesită coordonare și echilibru. Asigurați-vă că anticipați faptul că pot apărea modificări ale vitezei și ale nivelului de rezistență în timpul antrenamentelor și acordați atenție pentru a evita pierderea echilibrului și posibile vătămări.
- Având în vedere faptul că acest aparat funcționează cu o roată dințată fixă, nu este permisă rotirea în sens invers a pedalelor. Acest lucru poate slăbi pedalele, lucru ce poate duce la deteriorarea aparatului și/sau la vătămarea utilizatorului. Nu utilizați niciodată acest aparat dacă pedalele sunt slăbite.
- Păstrați bateriile departe de sursele de căldură și de suprafețele fierbinți.
- Nu scăpați și nu introduceți obiecte în nicio deschidere a aparatului.
- Nu combinați bateriile vechi cu unele noi.
- Nu combinați bateriile alcaline, standard (carbon-zinc) sau reîncărcabile (Ni-Cd, Ni-MH etc.).
- Nu încercați să încărcați bateriile care nu sunt reîncărcabile. Scoateți bateriile descărcate și eliminați-le în siguranță.
- Scoateți bateriile reîncărcabile din aparat înainte de a le reîncărca.
- Nu scurtcircuitați bornele de alimentare de pe baterii.
- Pentru o depozitare în condiții de siguranță a aparatului, scoateți bateriile și prindeți cureaua pentru transport și imobilizare pentru a fixa ventilatorul de rezistență. Așezați aparatul într-o locație sigură, departe de copii și de animalele de companie.
- Această bicicletă nu poate opri pedalele independent de ventilatorul de rezistență. Reduceți ritmul pentru a încetini ventilatorul de rezistență și pedalele și pentru ca acestea să se oprească. Nu vă dați jos de pe bicicletă până când pedalele nu s-au oprit complet. Luați în considerare faptul că pedalele în mișcare pot lovi partea din spate a picioarelor.
- Acest aparat nu este destinat utilizării de către persoanele cu capacități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau care nu au suficiente cunoștințe, cu excepția cazului în care acestea sunt supravegheate sau au primit instrucțiuni privind utilizarea aparatului din partea unei persoane responsabile pentru siguranța acestora. Păstrați copiii cu vârsta sub 14 ani departe de acest aparat.
- Copiii trebuie să fie supravegheați pentru a vă asigura că aceștia nu se joacă cu aparatul.

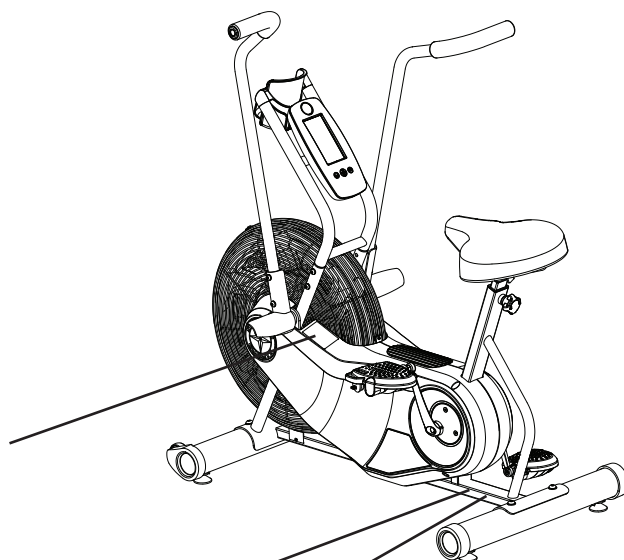
## • PĂSTRAȚI ACESTE INSTRUCȚIUNI.

## Etichete cu avertismente de siguranță și numărul de serie

### AVERTISMENT!

- Vătămarea corporală sau decesul sunt posibile dacă nu se acordă atenție în timpul utilizării acestui aparat.
- Țineți copiii și animalele de companie la distanță.
- Citiți și urmați toate avertismentele precizate pentru acest aparat.
- Consultați manualul de utilizare pentru avertismente și informații suplimentare privind siguranța.
- Frecvența cardiacă afișată este o aproximare și trebuie utilizată doar în scop de referință.
- Nu este permisă utilizarea de către copiii cu vârsta sub 14 ani.
- Greutatea maximă a utilizatorului pentru acest aparat este de 300 lb (136 kg.).
- Acest aparat este destinat doar pentru utilizarea la domiciliu.
- Consultați un medic înainte de a utiliza orice echipamente pentru exerciții fizice.

(Eticheta este disponibilă doar în limba engleză și franceză canadiană.)

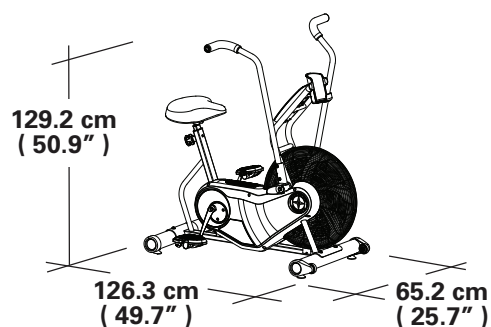


**Număr de serie**  
**Specificație produs**

**Greutatea aparatului:** 52,2 kg (115 lb)  
**Suprafața totală (suprafața ocupată) utilizată de echipament:** 8234,8 cm<sup>2</sup>

**Cerințe privind alimentarea:** Două baterii AA (LR6)  
Tensiune de funcționare: 1,0-3,3 V c.c.

**Greutatea maximă a utilizatorului:** 136 kg (300 lb)



**Acest produs este în conformitate cu Directiva Europeană privind punerea la dispoziție pe piață a echipamentelor radio 2014/53/UE**



NU eliminați acest produs ca deșeu. Acest produs trebuie reciclat. Pentru informații privind metoda corespunzătoare de eliminare, contactați reprezentantul departamentului de relații cu clienții Nautilus. Informațiile de contact sunt disponibile în secțiunea Date de contact din acest manual.

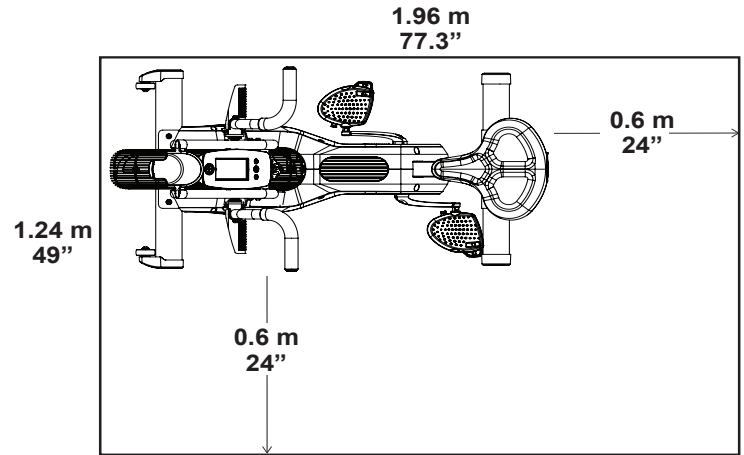
## Înainte de asamblare

Alegeți zona în care veți asambla și utiliza aparatul dvs. Pentru o funcționare în condiții de siguranță, locația trebuie să fie o suprafață nivelată și dură. Permiteți o zonă de antrenare de minim 124,2 cm x 196,3 cm (49" x 77,3"). Păstrați un spațiu de cel puțin 0,6 m (24") de-a lungul laturii utilizate pentru a accesa aparatul și în partea din spate a aparatului.

### Sfaturi de bază privind asamblarea

Urmați aceste puncte de bază atunci când vă asamblați aparatul:

- citiți și înțelegeți secțiunea „Instrucțiuni importante privind siguranța” înainte de asamblare.
- strângeți toate piesele necesare pentru fiecare pas de asamblare.
- utilizând cheile recomandate, rotiți bolțurile și piulițele spre dreapta (în sensul acelor de ceasornic) pentru a le strânge și spre stânga (în sens invers acelor de ceasornic) pentru a le slăbi, în cazul în care nu este indicat altfel.
- atunci când prindeți două piese, ridicați ușor și priviți prin orificiile bolțurilor pentru a ajuta la introducerea bolțului prin orificii.
- este nevoie de două persoane pentru asamblare.



## Unelte

### incluse



6 mm



#2

13 mm  
15 mm  
17 mm

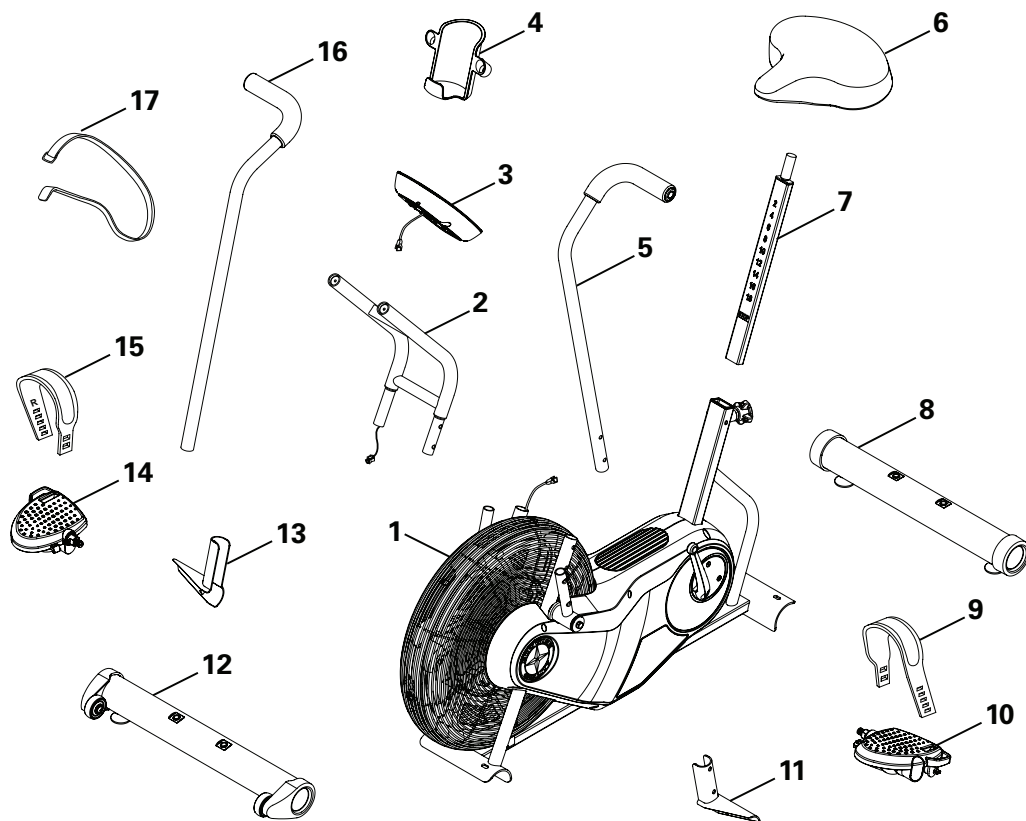


Două baterii cu dimensiunea AA (LR6)

### Neincluse

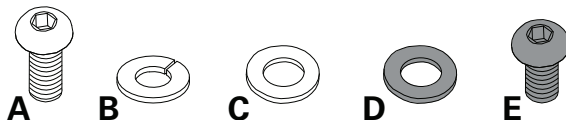


(recomandat)



O etichetă a fost aplicată tuturor pieselor din dreapta („R”) și din stânga („L”) pentru a ajuta la asamblare.

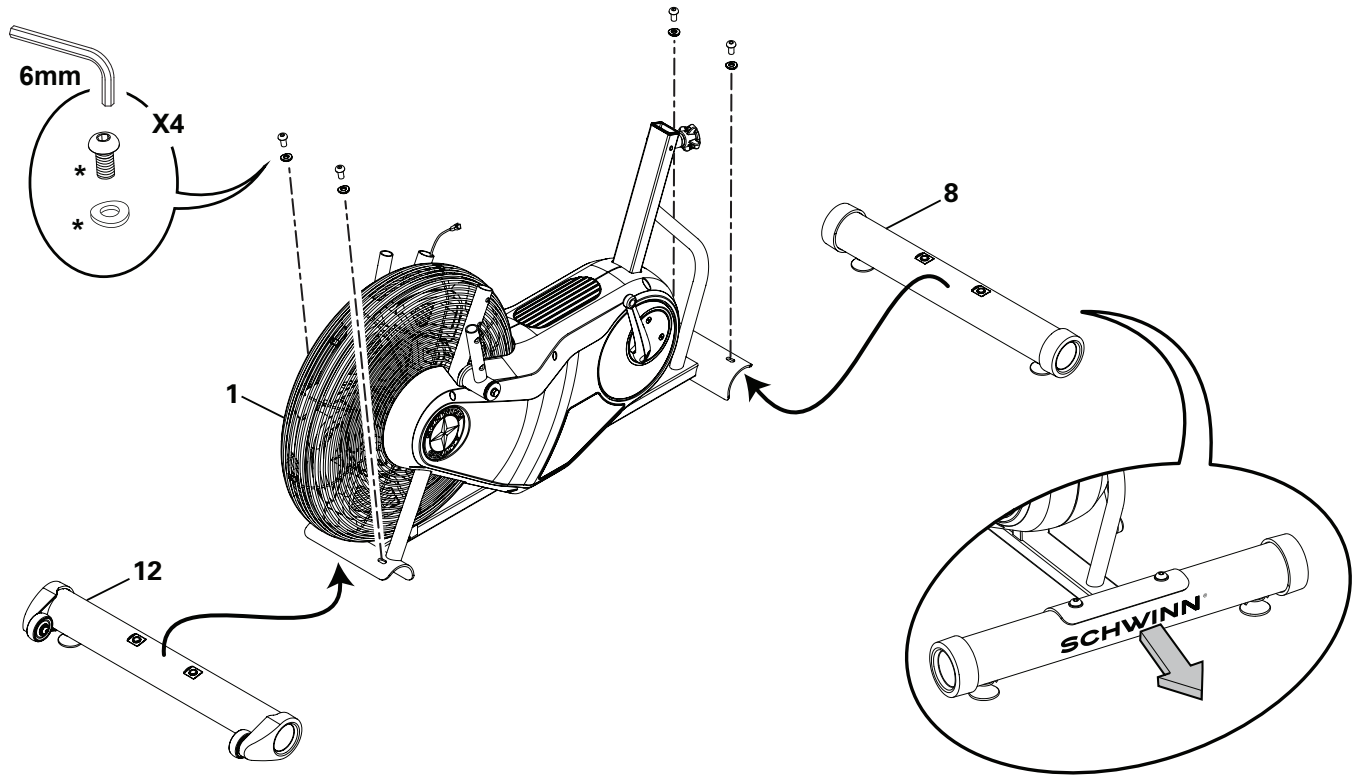
Articol	Cant.	Descriere	Articol	Cant.	Descriere
1	1	Cadru	10	1	Pedală, stânga
2	1	Bară de susținere consolă	11	1	Suport picior, stânga
3	1	Consolă cu afișaj	12	1	Element de stabilizare, față
4	1	Suport pentru sticla de apă	13	1	Suport picior, dreapta
5	1	Ghidon, stânga	14	1	Pedală, dreapta
6	1	Șa	15	1	Curea pentru pedală, dreapta
7	1	Suport șa	16	1	Ghidon, dreapta
8	1	Element de stabilizare, spate	17	1	Curea pentru transport și imobilizare
9	1	Curea pentru pedală, stânga			



Articol	Cant.	Descriere	Articol	Cant.	Descriere
A	4	Șurub cu cap bombat și locaș hexagonal , M8 x 1,25 x 20	D	4	Șaibă, M8, neagră
B	4	Șaibă, M8, de blocare	E	4	Șurub cu cap bombat și locaș hexagonal, M8 x 1,25 x 12, negru
C	4	Șaibă, M8			

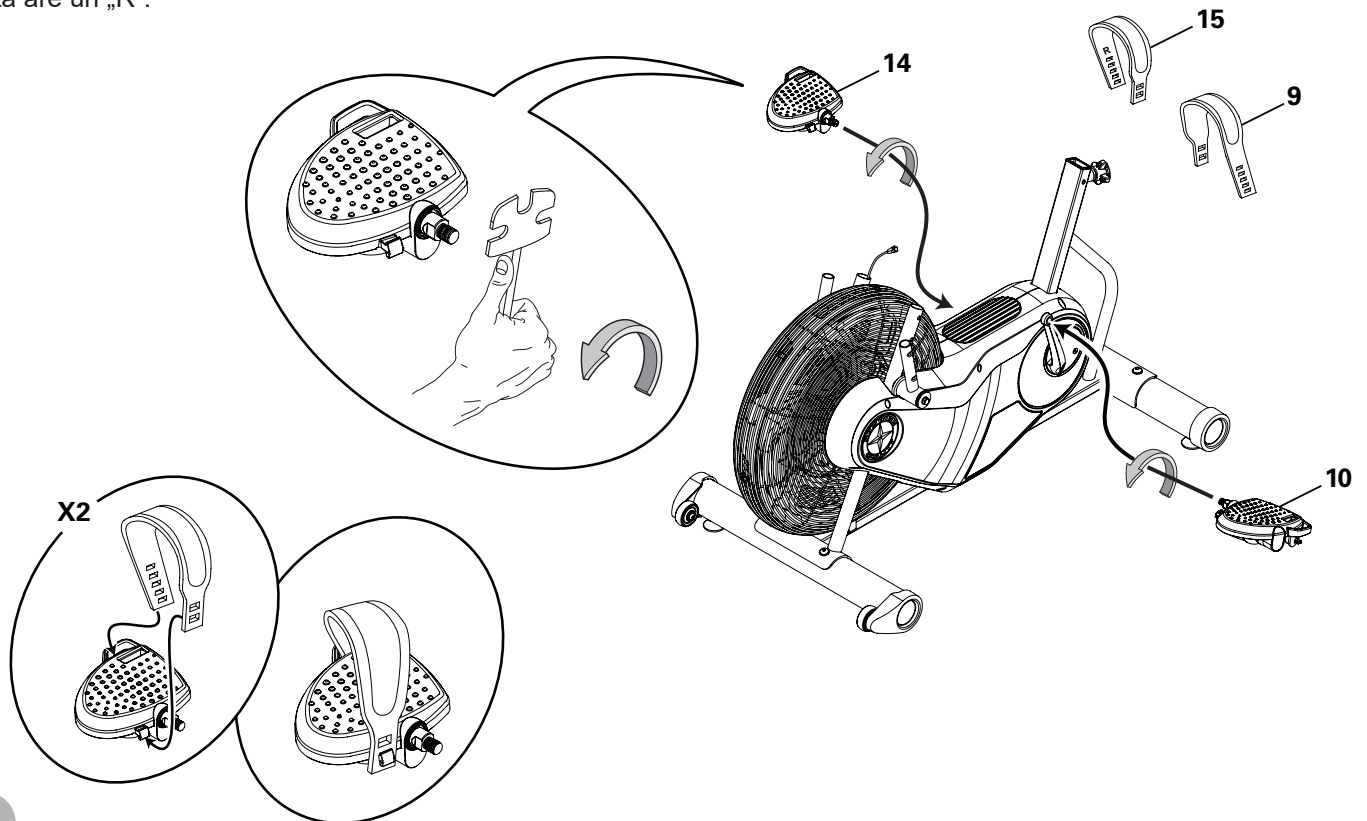
## 1. Prindeți elementele de stabilizare de cadru

Notă: Piesa metalică este montată în prealabil și nu se găsește în cardul cu piese metalice (\*).



## 2. Prindeți pedalele și apoi curelele pedalelor de ansamblul cadrului

Notă: pedala din stânga are filetul în direcția opusă. Asigurați-vă că prindeți pedalele în partea corespunzătoare a bicicletei. Pentru prindere, vă puteți orienta stând așezat pe bicicletă. Pedala din stânga are un „L” pe aceasta, iar pedala din dreapta are un „R”.

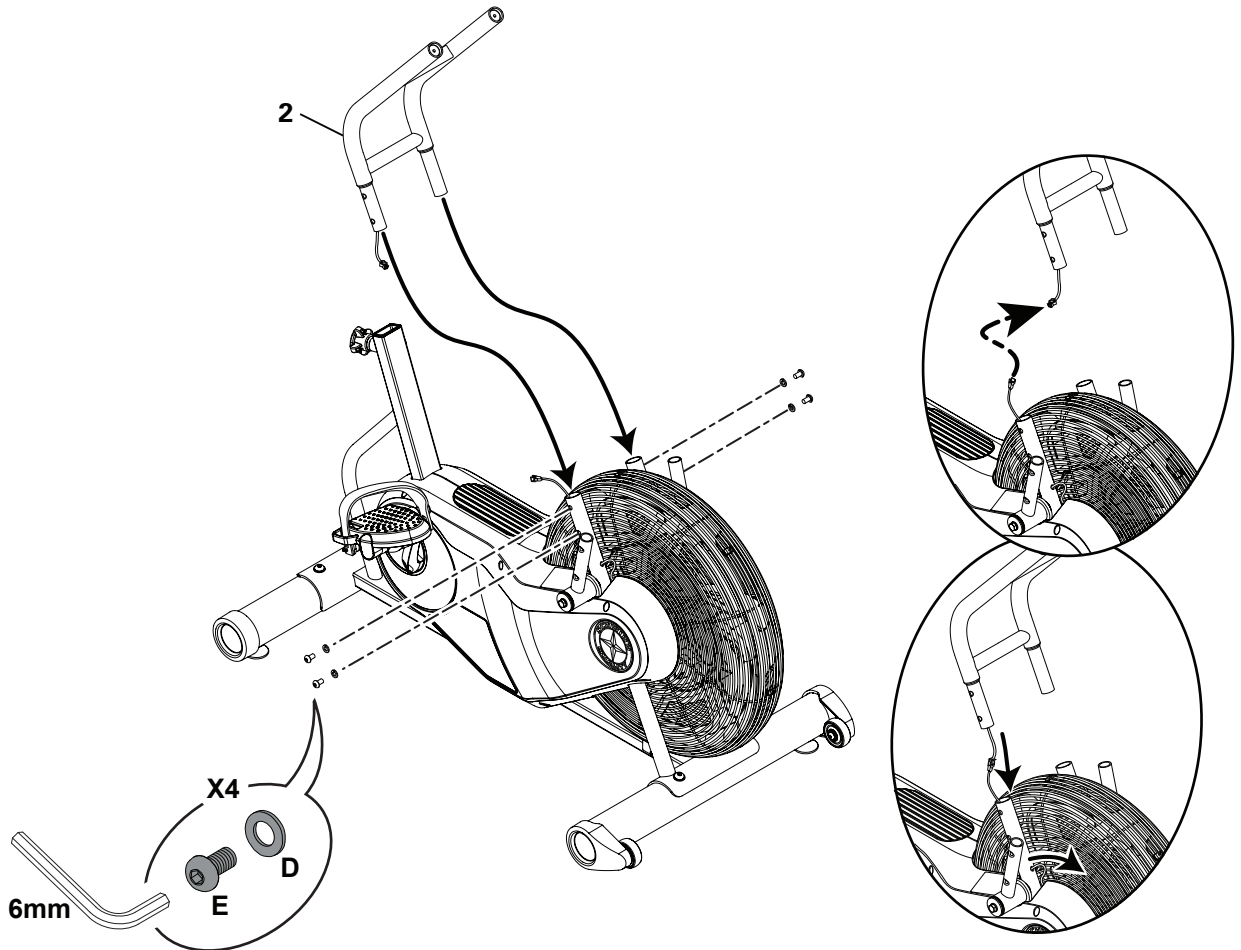




### 3. Conectați cablurile și prindeți bara de susținere a consolei de ansamblul cadrului

**Notă:** nu îndoiți cablurile. Trageți cablul inferior pentru a-l întinde pe măsură ce introduceți bara de susținere a consolei.

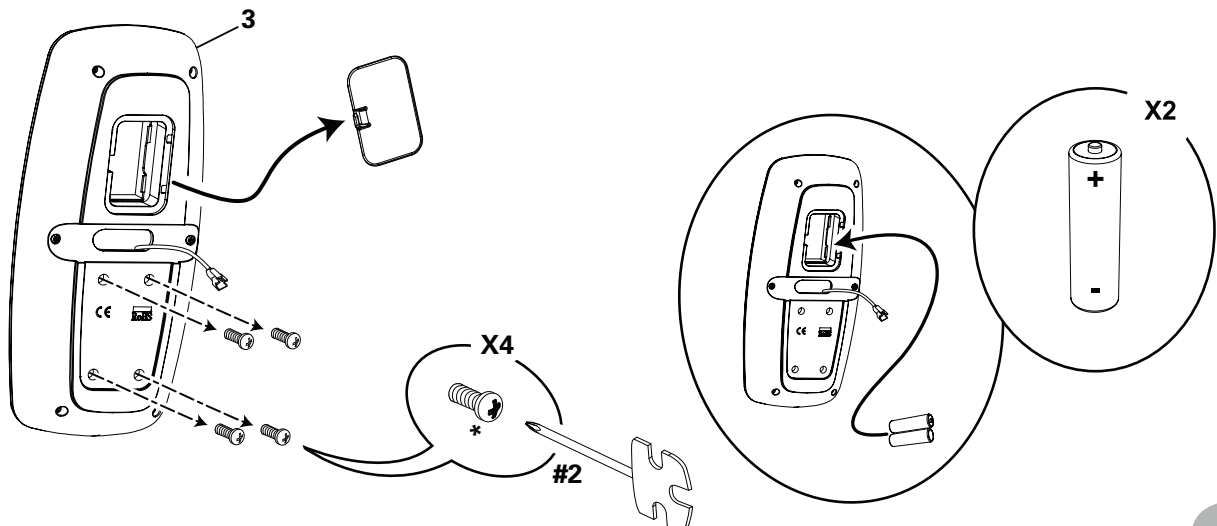
**!** Pentru a evita posibile vătămări grave, atunci când introduceți capetele țevii în ansamblul cadrului, încercați să evitați prinderea sau ciupirea degetelor sau a mâinilor.



### 4. Scoateți piesele metalice și introduceți bateriile în consolă

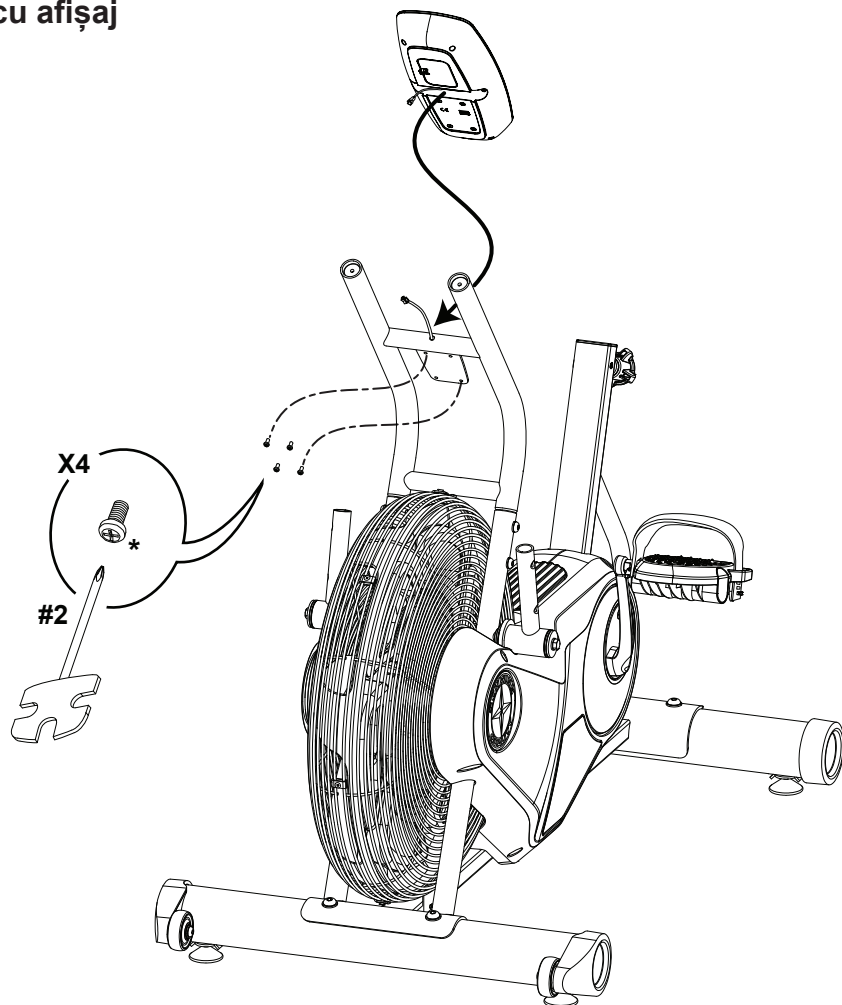
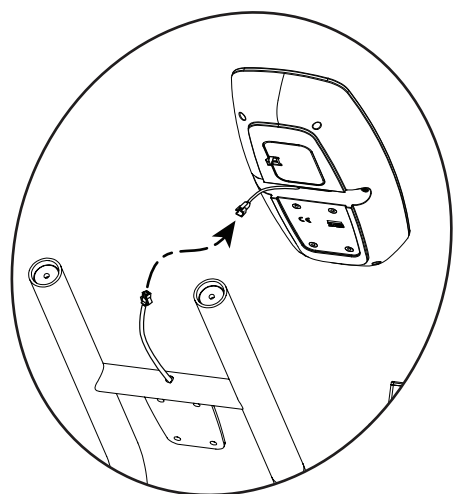
**Notă:** asigurați-vă că bateriile sunt orientate în direcția indicatoarelor +/- din compartimentul pentru baterii. Piesa metalică este montată în prealabil și nu se găsește în cardul cu piese metalice (\*).

**!** Nu combinați bateriile alcaline, standard (carbon-zinc) sau reîncărcabile (Ni-Cd, Ni-MH etc.).



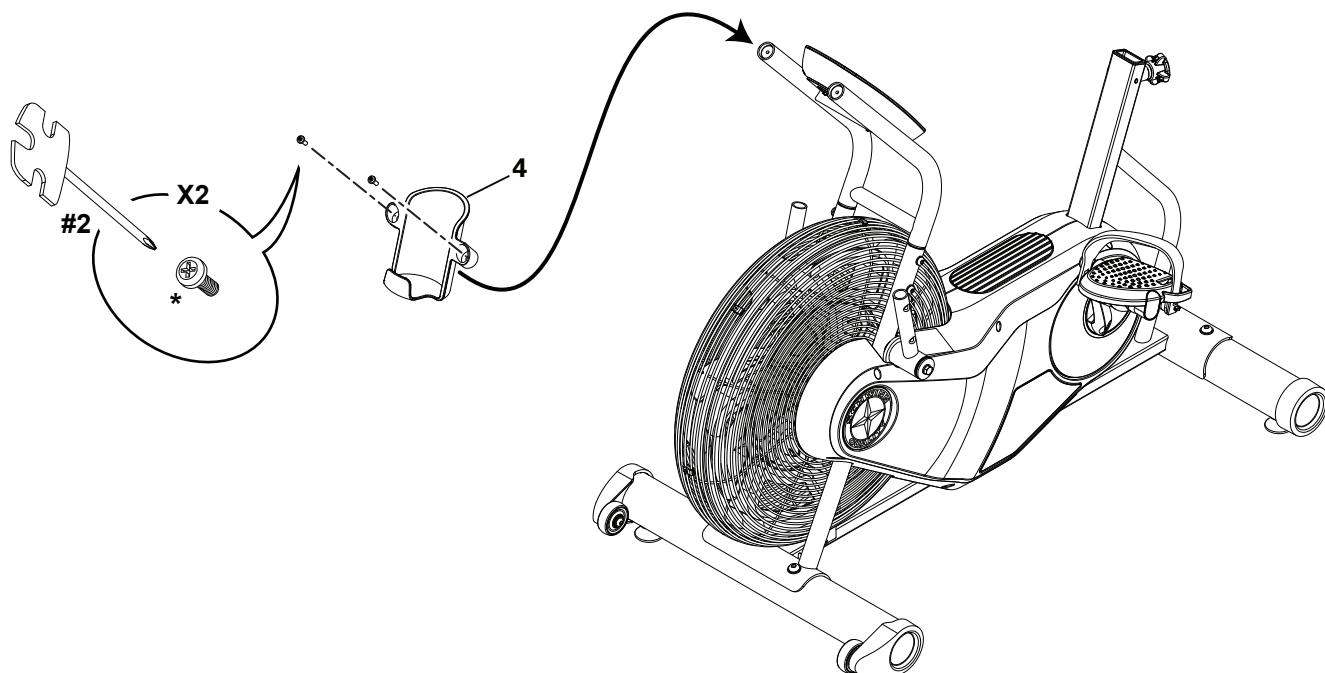
## 5. Conectați cablul și prindeți consola cu afișaj

Notă: nu îndoiți cablul consolei.

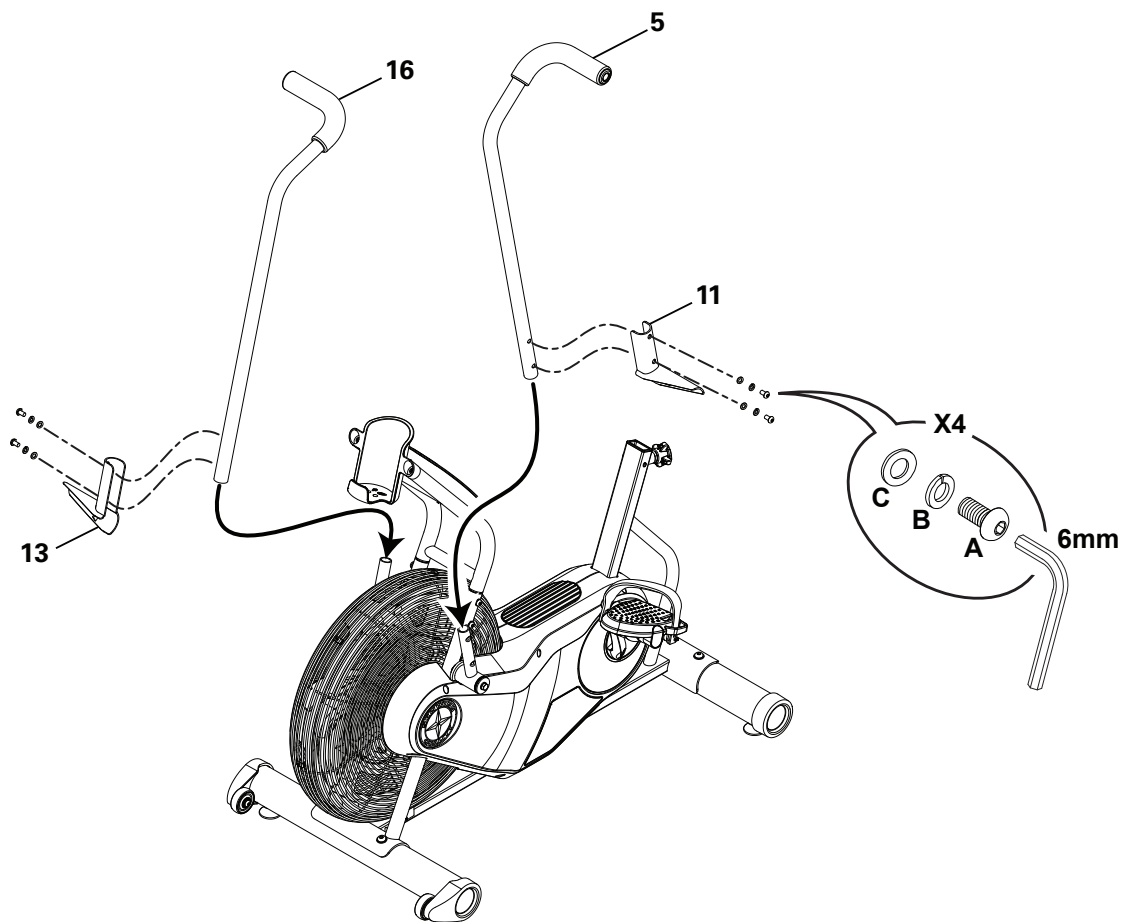


## 6. Prindeți suportul pentru sticla de apă de ansamblul cadrului

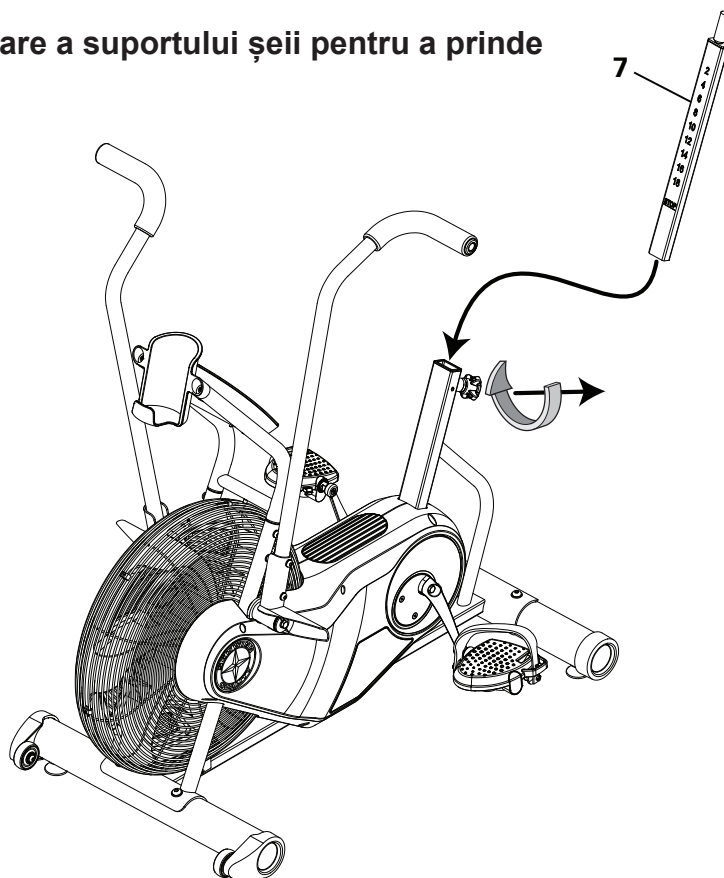
Notă: Piesa metalică este montată în prealabil și nu se găsește în cardul cu piese metalice (\*).



**7. Prindeți suporturile pentru picioare și brațele ghidonului de ansamblul cadrului**

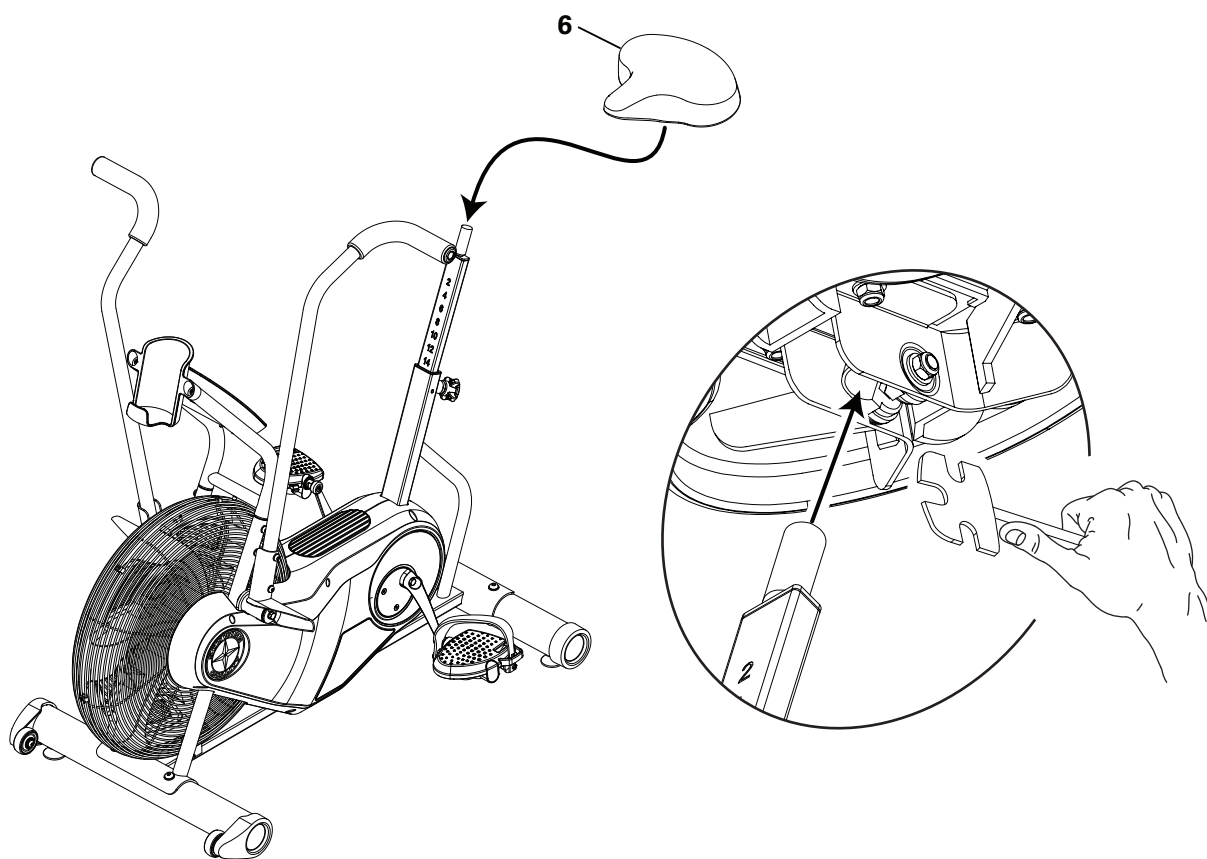


**8. Slăbiți și trageți de butonul de ajustare a suportului șeii pentru a prinde suportul șeii de ansamblul cadrului**



## 9. Prindeți șaua de suportul șeii

**OBSERVAȚIE:** asigurați-vă că șaua este dreaptă, apoi strângeți piesele metalice.



## 10. Inspecția finală

Inspectați aparatul pentru a vă asigura că toate piesele metalice sunt strânse și că toate componentele sunt asamblate în mod corespunzător.

**⚠** Nu utilizați sau nu puneți în funcțiune aparatul până când acesta nu a fost asamblat complet și inspectat pentru o funcționare corectă, conformă cu manualul de utilizare.

## Mutarea aparatului

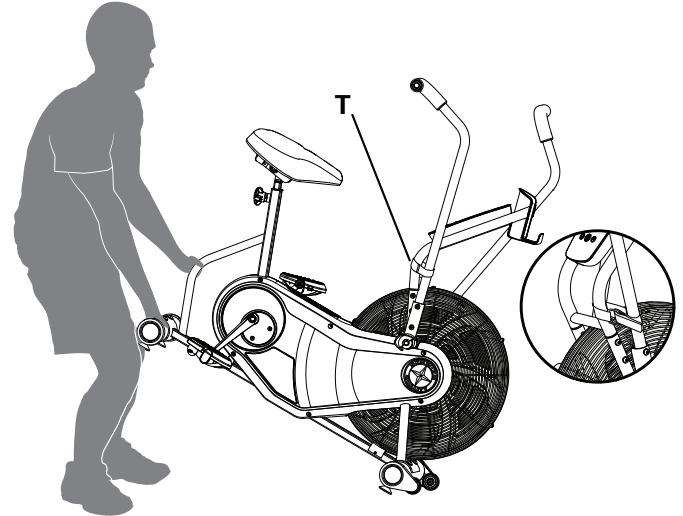
**!** Aparatul poate fi mutat de una sau mai multe persoane, în funcție de abilitățile și capacitățile fizice ale acestora. Asigurați-vă că dvs. și alte persoane sunteți toți într-o formă fizică bună și că sunteți capabili să mutați aparatul în condiții de siguranță. Utilizați măsuri de precauție privind siguranța și tehnici de ridicare corespunzătoare.

1. Fixați ghidonul de bara de susținere a consolei utilizând cureaua pentru transport și imobilizare (T).
2. Utilizați elementul de stabilizare posterior pentru a înclina cu atenție aparatul spre dvs. pe roțile de transport.

**Notă:** asigurați-vă că ansamblul ventilatorului nu ajunge pe podea.

3. Împingeți aparatul în poziție.
4. Coborâți cu atenție aparatul în poziție.

**OBSERVAȚIE:** aveți grijă atunci când mutați aparatul. Toate mișcările bruște pot afecta funcționarea computerului.



## Nivelarea aparatului

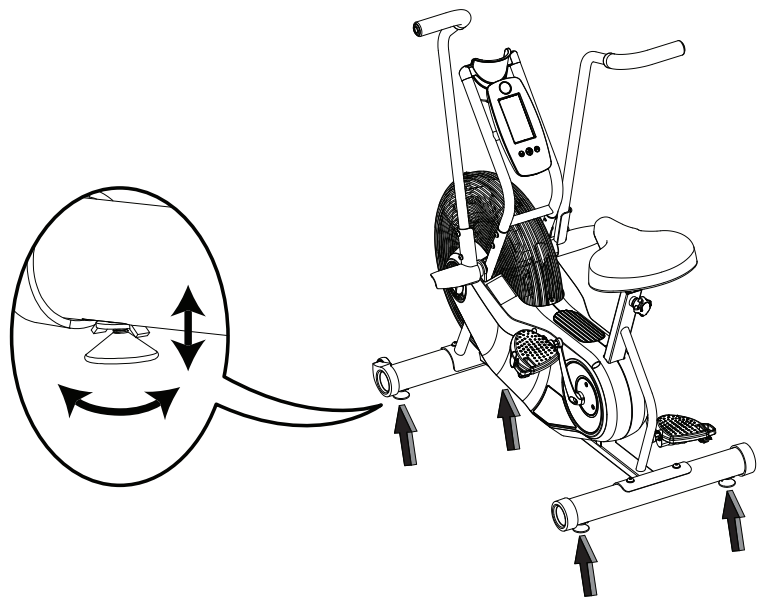
Aparatul trebuie să fie nivelat în cazul în care suprafața de antrenament nu este uniformă. Pentru ajustare:

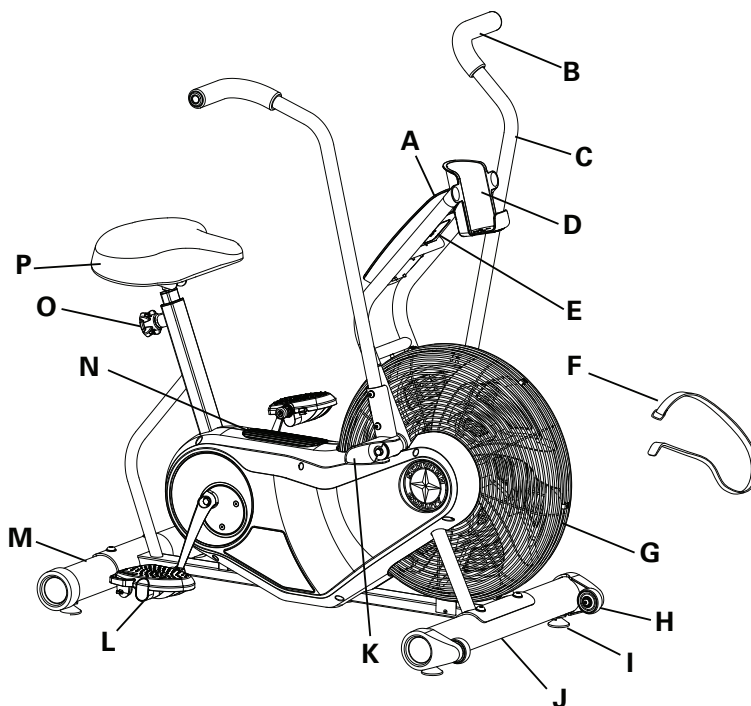
1. Așezați aparatul în zona de antrenament.
2. Slăbiți piulițele de blocare și ajustați dispozitivele de nivelare până când acestea sunt echilibrate și întră uniform în contact cu podeaua.

**!** Nu ajustați dispozitivele de nivelare la o înălțime la care s-ar putea desprinde sau deșuruba de pe aparat. Pot avea loc vătămări ale utilizatorului sau deteriorări ale aparatului.

3. Strângeți piulițele de blocare.

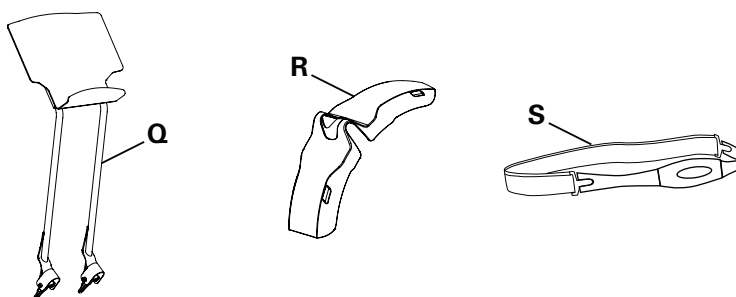
Asigurați-vă că aparatul este nivelat și stabil înainte de a-l utiliza.





A	Consolă cu afișaj	G	Ventilator aer de rezistență	M	Element de stabilizare, spate
B	Mâner	H	Roțițe de transport	N	Suport pentru sprijinirea piciorului
C	Ghidon	I	Dispozitiv de nivelare	O	Buton de ajustare a suportului șei
D	Suport pentru sticla de apă	J	Element de stabilizare, față	P	Șa
E	Compartiment pentru baterii	K	Suport picior		
F	Curea pentru transport și imobilizare	L	Pedală		

## Accesorii



Q	Suport pentru citit AirDyne™	R	Element de protecție AirDyne™ împotriva curentului de aer	S	Curea de frecvență cardiacă de la distanță pentru piept
---	------------------------------	---	---	---	---

Pentru comandare:

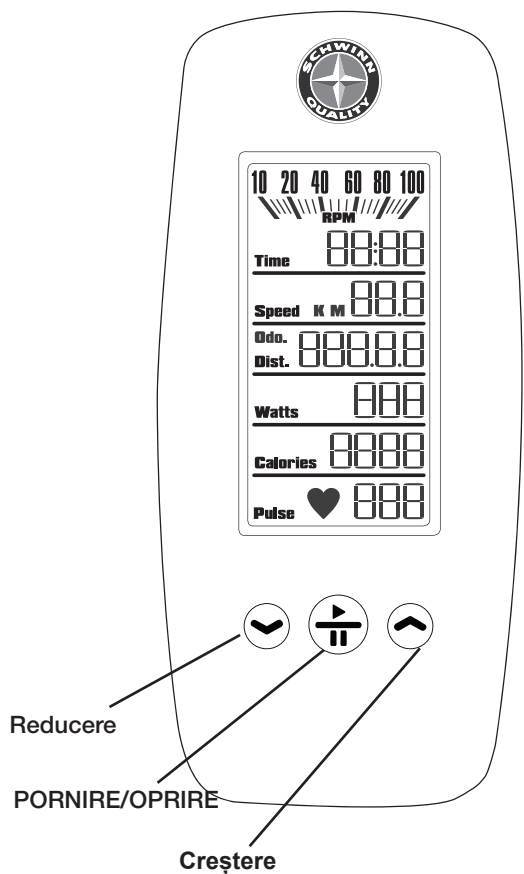
În cazul achiziționării din SUA/Canada, accesați [www.schwinnfitness.com](http://www.schwinnfitness.com) sau sunați la numărul 1 (800) 605-3369.

În cazul achiziționării din afara SUA/Canadei, contactați distribuitorul local.

**AVERTISMENT!** Utilizați valorile calculate sau măsurate de computerul aparatului doar în scop de referință. Frecvența cardiacă afișată este o aproximare și trebuie utilizată doar în scop de referință. Exercițiile în exces pot duce la vătămări grave sau deces. Dacă aveți o senzație de leșin, întrerupeți imediat exercițiile.

## Caracteristici consolă cu afișaj

Consola cu afișaj furnizează informații despre antrenamentul dvs. pe ecranul de afișare.



### Datele afișate pe ecranul LCD

Afișajul consolei afișează fiecare valoare a antrenamentului.

#### RPM

Câmpul de afișare a Rot./min. indică rotațiile pe minut ale aparatului (RPM). Afișajul maxim este 100.

#### Timp

Câmpul de afișare a TIMPULUI indică durata antrenamentului. Afișajul maxim este 99:59. Dacă durata este mai mare, afișajul începe de la capăt cu 0:00.

În timpul pornirii inițiale, acest afișaj va afișa altitudinea („Alt”). Trebuie introdusă altitudinea la care va funcționa aparatul.

#### Viteză

Câmpul de afișare a VITEZEI indică viteza aparatului în kilometri pe oră („KM”) sau în mile pe oră („M”), cu un singur spațiu pentru zecimală, de exemplu, 3,4 sau 10,5. Afișajul maxim este 99,9.

#### Dist.

Câmpul de afișare a DISTANȚEI indică distanța (mile sau km) parcursă în timpul antrenamentului, cu două spații pentru zecimale, de exemplu, 2,07. Afișajul maxim este 99,99. Dacă distanța depășește 99,99, afișajul începe de la capăt cu 0,00.

**Notă:** pentru a schimba unitățile de măsură în sistemul englez imperial sau metric, consultați secțiunea „Mod service consolă” din acest manual.

Odometrul („Odo.”) indică suma tuturor distanțelor antrenamentului. Este afișat atunci când un antrenament este întrerupt sau ca opțiune în „Mod

service consolă”.

În timpul pornirii inițiale, acest afișaj va afișa valoarea altitudinii până când va fi acceptată.

#### Wați

Câmpul de afișare pentru WAȚI indică puterea pe care o produceți la nivelul curent de rezistență (1 cal putere = 746 Wați).

#### Calorii

Câmpul de afișare a CALORIILOR indică numărul estimat de calorii pe care le-ați ars în timpul exercițiilor fizice. Afișajul maxim este 9999. Dacă numărul de calorii este mai mare, afișajul va afișa intermitent 9999.

#### Puls

Afișarea PULSULUI indică frecvența cardiacă în bătăi pe minut (BPM) cu ajutorul unui senzor telemetric pentru frecvența cardiacă. Pictograma va apărea intermitent atunci când va primi un semnal din partea unei curele telemetrice pentru frecvență cardiacă. Această valoare de afișare va rămâne necompletată dacă nu este detectat niciun semnal al frecvenței cardiace.

**⚠ Consultati un medic înainte de a începe un program de exerciții. Întrerupeți exercițiile dacă simțiți durere sau o senzație de apăsare în piept, dacă simțiți că nu mai aveți aer sau dacă vă simțiți slăbit. Contactați-vă medicul înainte de a utiliza aparatul din nou. Frecvența cardiacă afișată este o aproximare și trebuie utilizată doar în scop de referință.**

## Funcțiile tastaturii

Butonul de reducere (▼) - Reduce o valoare (timp sau altitudine) sau navighează printre opțiuni

Butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) - Începe un antrenament de program, confirmă o selecție și încheie un antrenament întrerupt dacă este apăsat timp de trei secunde.

Butonul de creștere (▲) - Crește o valoare (timp sau altitudine) sau navighează printre opțiuni

## Monitorizare frecvență cardiacă de la distanță

Monitorizarea frecvenței dvs. cardiace este una dintre cele mai bune proceduri de a vă controla intensitatea exercițiilor. Consola cu afișaj poate citi semnale de telemetrie a frecvenței cardiace de la un transmițător de tip curea pentru piept care funcționează în intervalul 4,5 kHz-5,5 kHz.

**Notă:** cureaua de frecvență cardiacă pentru piept trebuie să fie o curea de frecvență cardiacă necodificată de la Polar Electro sau un model necodificat compatibil cu POLAR™. (Curelele de frecvență cardiacă POLAR™, precum curelele pentru piept POLAR™ OwnCode™ nu vor funcționa cu acest echipament.)

**!** Dacă aveți un stimulator cardiac sau un alt dispozitiv electronic implantat, consultați-vă medicul înainte de a utiliza o curea pentru piept fără fir sau alt monitor de telemetrie a frecvenței cardiace.

## Calculări ale frecvenței cardiace

Frecvența cardiacă maximă scade de obicei de la 220 de bătăi pe minut (BPM) în copilărie la aproximativ 160 BPM până la vârsta de 60 de ani. Această scădere a frecvenței cardiace este de obicei liniară, scăzând cu aproximativ o BPM pentru fiecare an. Nu există nicio indicație a faptului că antrenamentul influențează scăderea frecvenței cardiace maxime. Persoanele de aceeași vârstă ar putea avea o frecvență cardiacă maximă diferită. Este mai precis să găsiți această valoare prin finalizarea unui test de rezistență decât prin utilizarea unei formule legate de vârstă.

Frecvența cardiacă în repaus este influențată de antrenamentul de rezistență. Adulții obișnuiți au o frecvență cardiacă în repaus de aproximativ 72 BPM, în timp ce alergătorii bine antrenați pot avea citiri de 40 BPM sau mai mici.

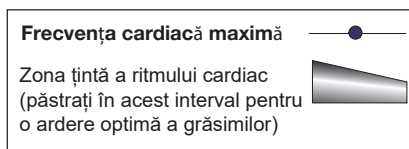
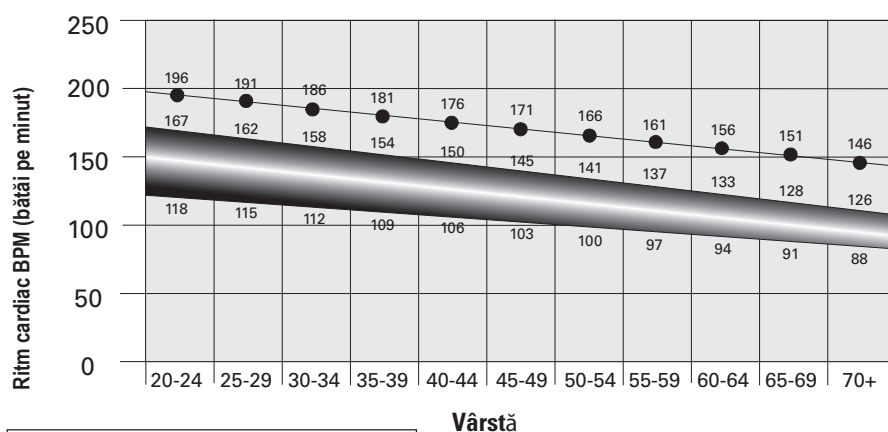
Tabelul cu frecvența cardiacă este o estimare a zonei frecvenței cardiace (HRZ), care este eficientă pentru arderea grăsimilor și îmbunătățirea sistemului cardiovascular. Condițiile fizice variază, prin urmare HRZ-ul dvs. individual poate fi cu câteva bătăi mai mare sau mai mic decât valoarea indicată.

Cea mai eficientă procedură pentru arderea grăsimilor în timpul exercițiului este să începeți într-un ritm lent și să vă creșteți treptat intensitatea până când ritmul cardiac atinge între 60 și 85 % din frecvența dvs. cardiacă maximă. Continuați în acel ritm, menținându-vă frecvența cardiacă în zona țintă timp de peste 20 de minute. Cu cât mențineți frecvența cardiacă țintă mai mult, cu atât corpul va arde mai multe grăsimi.

Graficul este un scurt ghid, care descrie frecvența cardiacă țintă sugerată în general în funcție de vârstă. După cum s-a menționat mai sus, frecvența țintă optimă poate fi mai mare sau mai mică. Consultați-vă medicul pentru zona țintă individuală a frecvenței cardiace.

**Notă:** ca și în cazul tuturor exercițiilor și regimurilor de fitness, folosiți întotdeauna cel mai bun raționament atunci când vă măriți timpul sau intensitatea exercițiului.

## RATA INIMII ȚINTĂ ARZĂ GRASE





## Ce trebuie să purtați

Purtați pantofi de sport cu talpă din cauciuc. Veți avea nevoie de îmbrăcăminte corespunzătoare pentru exerciții, care să vă permită să vă mișcați liber.

## Cât de des trebuie să faceți exerciții

**!** Consultați un medic înainte de a începe un program de exerciții. Întrerupeți exercițiile dacă simțiți durere sau o senzație de apăsare în piept, dacă simțiți că nu mai aveți aer sau dacă vă simțiți slăbit. Contactați-vă medicul înainte de a utiliza aparatul din nou. Utilizați valorile calculate sau măsurate de computerul aparatului doar în scop de referință. Frecvența cardiacă afișată este o aproximare și trebuie utilizată doar în scop de referință.

- De trei ori pe săptămână timp de 20 de minute pe zi.
- Programați-vă antrenamentele în avans și încercați să respectați programul.

## Ajustarea șeii

Corectarea poziției șeii sporește eficiența și confortul exercițiului, în timp ce reduce riscul de rănire.

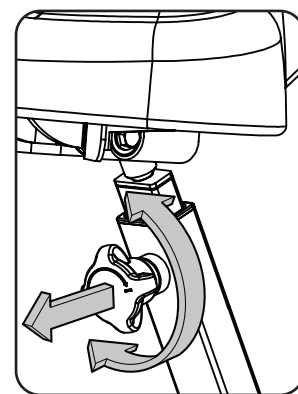
1. Cu o pedală în poziția înainte, așezați călcâiul pe cea mai joasă parte a pedalei. Piciorul dvs. trebuie să fie ușor îndoit la nivelul genunchiului.
2. Dacă piciorul dvs. este prea drept sau nu ajungeți la pedală, trebuie să coborâți șaua. Dacă piciorul dvs. este îndoit prea mult, trebuie să ridicați șaua.

**!** Coborâți de pe aparat înainte de a ajusta șaua.

3. Slăbiți și trageți de butonul de ajustare a suportului șeii situat pe suportul șeii. Ajustați șaua la înălțimea dorită.

**!** Nu ridicați suportul șeii mai sus de marcajul „STOP” situat pe acesta.

4. Eliberați butonul de ajustare a suportului șeii pentru a introduce știftul de blocare. Asigurați-vă că știftul este introdus complet și strângeți complet butonul de ajustare.



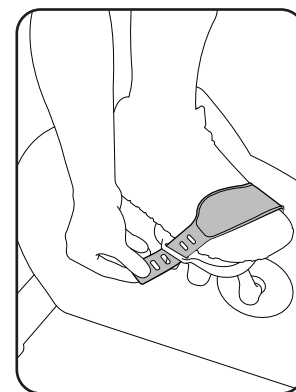
## Poziția piciorului/Ajustarea curelei pedalelor

Pedalele de picior cu curele asigură o bună fixare a picioarelor pe bicicleta de exerciții.

1. Rotiți pedalele până când puteți ajunge la una dintre acestea.

**!** Rețineți faptul că pedalele, ghidoanele și ventilatorul de rezistență sunt conectate și că atunci când oricare dintre aceste piese se mișcă, același lucru se întâmplă și cu cealaltă.

2. Puneți vârful fiecărui picior pe pedale.
3. Strângeți cureaua peste pantof.
4. Repetați pașii pentru celălalt picior.



Asigurați-vă că degetele și genunchii sunt orientați înainte pentru a asigura o eficiență maximă a pedalei. Curelele pedalelor pot fi lăsate în poziție pentru antrenamente ulterioare.

## Utilizarea aparatului

**!** Rețineți faptul că pedalele, ghidoanele și ventilatorul de rezistență sunt conectate și că atunci când oricare dintre aceste piese se mișcă, același lucru se întâmplă și cu cealaltă.

Montați cu grijă aparatul utilizând suportul pentru sprijinirea piciorului, dacă este necesar. Ajustați șaua și pedalele înainte de a începe antrenamentul.

Antrenament pentru partea inferioară a corpului: pedalați încet cu brațele relaxate pe lângă corp sau cu mâinile pe mânere, pe măsură ce ghidoanele se mișcă.

Antrenament pentru întregul corp: prindeți mânerile cu palma orientată în jos. Împingeți și trageți ghidoanele pe măsură ce pedalați, menținând coatele jos și pe lângă corp.

Antrenament pentru partea superioară a corpului: prindeți mânerile bine cu palmele orientate în jos și așezați-vă picioarele pe suporturile pentru picioare. Înclinați-vă ușor în față din șold, menținând spatele drept și umerii coborâți. Acum împingeți și trageți ghidoanele

**Notă:** este posibil să fie necesar să împingeți o pedală în siguranță pentru a vă ajuta să începeți antrenamentul.

Pentru a crește rezistența la aer și volumul de muncă, creșteți nivelul de activitate. Pentru a lucra toate grupele de mușchi din brațe, prindeți mânerile cu palmele orientate în sus pentru o parte din antrenament.

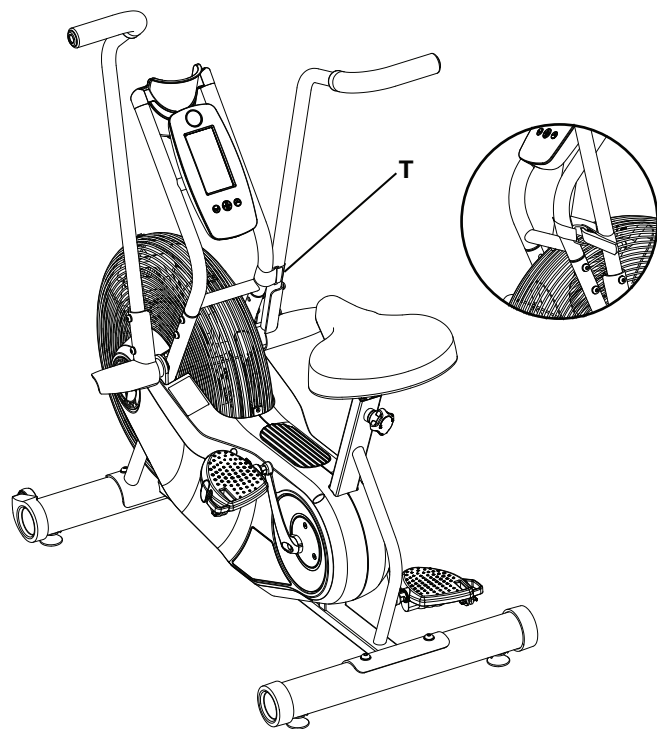
După ce ați încheiat antrenamentul, reduceți viteza ventilatorului de rezistență până când aparatul se oprește complet.

**⚠ Această bicicletă nu poate opri pedalele independent de ventilatorul de rezistență. Reduceți ritmul pentru a încetini ventilatorul de rezistență și pedalele și pentru ca acestea să se oprească. Nu vă dați jos de pe bicicletă până când pedalele nu s-au oprit complet.**

### Blocarea ansamblului ventilatorului/Depozitare

Atunci când aparatul nu este utilizat, asigurați-vă că blocați ansamblul ventilatorului utilizând cureaua pentru transport și imobilizare. Ansamblul ventilatorului trebuie să fie blocat pentru depozitarea aparatului.

**⚠ Pentru o depozitare în condiții de siguranță a aparatului, scoateți bateriile și prindeți cureaua pentru transport și imobilizare pentru a fixa ventilatorul de rezistență. Așezați aparatul într-o locație sigură, departe de copiii și de animalele de companie. Rețineți faptul că pedalele, ghidoanele și ventilatorul de rezistență sunt conectate și că atunci când oricare dintre aceste piese se mișcă, același lucru se întâmplă și cu cealaltă.**



Pentru a bloca ansamblul ventilatorului:

1. Mișcați ghidoanele astfel încât un ghidon să fie cât mai aproape posibil de bara de susținere a consolei.
2. Înfășurați cureaua pentru transport și imobilizare (T) în jurul ghidonului și a barei de susținere a consolei și introduceți capătul curelei prin inelul metalic. Strângeți cureaua pentru a preveni mișcarea ghidoanelor și fixați-o bine.

### Modul Pornire/Inactiv

Dacă este apăsat orice buton sau dacă primește un semnal de la senzorul de rot./min. în urma pedalariei aparatului, consola cu afișaj va intra în modul Pornire/Inactiv.

**Notă:** consola va afișa „Lbatt” dacă bateriile mai au aproximativ 10 % din puterea nominală în timpul pornirii.

### Închidere automată (Mod de veghe)

În cazul în care consola nu este utilizată timp de aproximativ cinci minute, aceasta se va închide automat. Afișajul LCD este stins în Modul de veghe.

**Notă:** consola cu afișaj nu are un întrerupător de Pornire/Oprire.

## Configurare inițială

În timpul pornirii inițiale, consola va afișa „Alt” și trebuie să fie configurată cu altitudinea curentă a antrenamentului.

1. Apăsați butoanele de creștere/reducere pentru a modifica valoarea altitudinii. Introducerea valorii corecte va face ca numărul de calorii să fie mai exact.
2. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru setare.

**Notă:** valoarea altitudinii poate fi ajustată ulterior. Pentru a ajusta valoarea, consultați secțiunea „Mod configurare consolă”.

## Antrenament cu pornire rapidă

Programul Pornire rapidă vă permite să începeți un antrenament fără a introduce nicio informație.

1. Așezați-vă pe aparat.
2. Cu consola în modul inactiv, apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a începe programul de antrenament.
3. După încheierea antrenamentului, opriți-vă din pedalat. Apoi apăsați și mențineți apăsat butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) timp de trei secunde pentru a încheia antrenamentul.

## Antrenament cu timp personalizat

Consola vă permite să selectați un antrenament cu timp personalizat și să introduceți propria valoare de timp. Consola va memora această valoare până când va fi modificată.

1. Așezați-vă pe aparat.
2. Cu consola în modul inactiv, apăsați și mențineți apăsat timp de trei secunde butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE).
3. Consola va afișa valoarea implicită sau ultima valoare de timp personalizat.

**Notă:** valoarea de timp personalizat este de 20 de minute.

4. Apăsați butoanele de creștere și de reducere pentru a ajusta valoarea de timp personalizat.
5. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a accepta antrenamentul cu timp personalizat. Antrenamentul dvs. cu obiectiv personalizat va începe acum.

## Înterupere sau oprire

Pentru a întrerupe un antrenament:

1. Opriți-vă din pedalat pentru a întrerupe antrenamentul.

**Notă:** consola cu afișaj se va întrerupe automat dacă nu există niciun semnal al rot./min. timp de cinci secunde.

2. Pentru a vă continua antrenamentul, apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) sau începeți să pedalați.  
Pentru a întrerupe antrenamentul, apăsați și mențineți apăsat butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) timp de trei secunde. Consola va intra în modul Rezultate.

Atunci când este întrerupt, afișajul consolei va afișa intermitent valorile antrenamentului curent: TIMP, VITEZĂ MEDIE, DISTANȚĂ, DISTANȚĂ TOTALĂ APARAT („Odo.”), WAȚI, CALORII și FRECVENȚĂ CARDIACĂ MEDIE (dacă este activată).

## Mod rezultate

Atunci când finalizați sau încheiați un antrenament, consola va afișa valorile antrenamentului de trei ori în următoarea ordine: TIMP, VITEZĂ MEDIE, DISTANȚĂ, WAȚI, CALORII și FRECVENȚĂ CARDIACĂ MEDIE (dacă este activată).

Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a opri afișarea rezultatelor și pentru a reveni în modul Inactiv.

Modul de service pentru consolă vă permite să setați unitățile de măsură în sistemul englez imperial sau metric, să vedeți timpul și distanța totale ale aparatului, să ajustați valoarea altitudinii pentru un număr de calorii mai exact sau să aflați ce versiune de Firmware este instalată.

1. Țineți apăsat butoanele de creștere și de reducere simultan timp de trei secunde în timp ce consola este în modul Inactiv pentru a accesa modul de service pentru consolă.
2. Afișajul consolei afișează Units (Unități) („Unitate”). Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a deschide opțiunea Units (Unități). Apăsați butoanele de creștere/reducere pentru a schimba între „M” (unități în sistemul englez imperial) și „KM” (unități în sistemul metric).
3. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru setare. Pentru următoarea opțiune, apăsați butonul de creștere.
4. Afișajul consolei afișează Workout Statistics (Statistici antrenament) („StAt”). Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a deschide opțiunea Workout Statistics (Statistici antrenament). Consola va afișa distanța totală („Odo”) și timpul total.  
**Notă:** valorile afișate de mai sus reprezintă numărul total de ore urmat de minutele rămase.
5. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a ieși. Pentru următoarea opțiune, apăsați butonul de creștere.
6. Afișajul consolei afișează Firmware Version (Versiunea firmware) („Fir”). Consola va afișa ce versiune firmware este instalată în câmpul de afișare a vitezei.
7. Pentru următoarea opțiune, apăsați butonul de creștere.
8. Afișajul consolei afișează Altitude (Altitudine) („Alt”) cu valoarea introdusă anterior în câmpul de afișare a vitezei. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a ajusta valoarea altitudinii. Utilizați butoanele de creștere/reducere pentru a modifica valoarea.
9. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a ieși. Pentru următoarea opțiune, apăsați butonul de creștere.
10. Afișajul consolei afișează instrucțiunea de ieșire („dOnE”) (Efectuat).
11. Apăsați butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) pentru a ieși.

Pentru a ieși complet din modul de service pentru consolă, apăsați și mențineți apăsat butonul START/STOP (PORNIRE/OPRIRE) timp de trei secunde. În modul de service, în cazul în care consola nu este utilizată timp de aproximativ cinci minute, aceasta va intra în modul de veghe.

Înainte de a începe orice lucrare de reparație, citiți toate instrucțiunile de întreținere în întregime. În anumite situație, este necesar un asistent pentru efectuarea sarcinilor necesare.

**!** Echipamentul trebuie să fie verificat periodic pentru deteriorări și reparații. Proprietarul este responsabil de a se asigura că întreținerea periodică este efectuată. Componentele uzate sau deteriorate trebuie să fie reparate sau înlocuite imediat. Doar componentele furnizate de producător pot fi utilizate pentru a întreține și repara echipamentul.

Dacă în orice moment etichetele cu avertismente se dezlipesc, devin ilizibile sau se desprind, înlocuiți etichetele. În cazul achiziționării din SUA/Canada, contactați departamentul de servicii pentru clienți pentru etichete de schimb. În cazul achiziționării din afara SUA/Canadei, contactați distribuitorul local pentru acestea.

**Deconectați aparatul de la alimentare înainte de a efectua lucrări de service asupra acestuia.**

## Zilnic:

Înainte de fiecare utilizare, verificați aparatul pentru piese slăbite, rupte, deteriorate sau uzate. Nu utilizați aparatul în cazul în care găsiți piese slăbite sau urme de uzură. Reparați sau înlocuiți toate piesele la primul semn de uzură sau deteriorare. După fiecare antrenament, utilizați o lavetă umedă pentru a șterge urmele de umezeală de pe aparat și de pe consola cu afișaj.

**Notă:** evitați umiditatea excesivă la nivelul consolei cu afișaj.

**OBSERVAȚIE:** dacă este necesar, utilizați doar un săpun de vase slab cu o lavetă moale pentru a curăța consola cu afișaj. Nu curățați cu un solvent pe bază de petrol, un agent curățare pentru automobile sau orice alt produs care conține amoniac. Nu curățați consola cu afișaj în lumina directă a soarelui sau la temperaturi ridicate. Asigurați-vă că păstrați consola cu afișaj uscată.

## Săptămânal:

Verificați pedalele și strângeți-le după cum este necesar.

**!** Având în vedere faptul că acest aparat funcționează cu o roată dințată fixă, nu este permisă rotirea în sens invers a pedalelor. Acest lucru poate slăbi pedalele, lucru ce poate duce la deteriorarea aparatului și/sau la vătămarea utilizatorului. Nu utilizați niciodată acest aparat dacă pedalele sunt slăbite.

Curățați aparatul pentru a îndepărta praful, murdăria sau petele de pe suprafețe. Verificați dacă șaua se deplasează fără probleme. Dacă este necesar, aplicați cu moderație un strat subțire de lubrifianț din 100 % silicon pentru a facilita deplasarea acesteia.

**!** Lubrifianțul din silicon nu este destinat pentru consumul alimentar. A nu se lăsa la îndemâna copiilor. A se păstra într-un loc sigur.

**Notă:** nu utilizați produse pe bază de petrol.

## Lunar sau după 20 de ore de utilizare:

Verificați brațele manivelor și ghidoanele. Asigurați-vă că toate bolțurile și șuruburile sunt strânse. Strângeți după cum este necesar.

## Înlocuirea bateriilor consolei cu afișaj

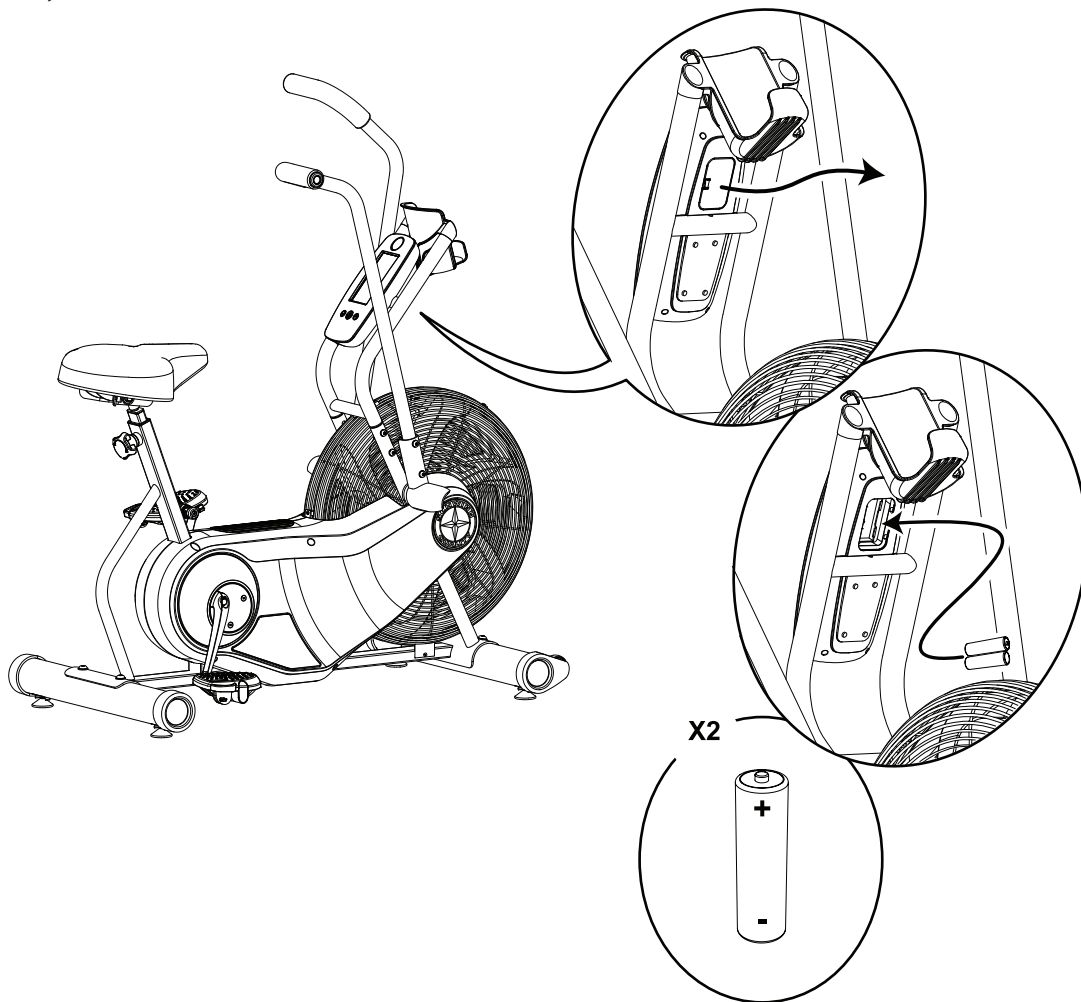
Consola va afișa „Lbatt” timp de zece secunde atunci când bateriile mai au aproximativ 10 % din puterea nominală în timpul pornirii. Atunci când înlocuiți bateriile, asigurați-vă că bateriile sunt orientate în direcția +/- indicată în compartimentul pentru baterii.

**Notă:** consola cu afișaj utilizează baterii de dimensiunea AA (LR6).

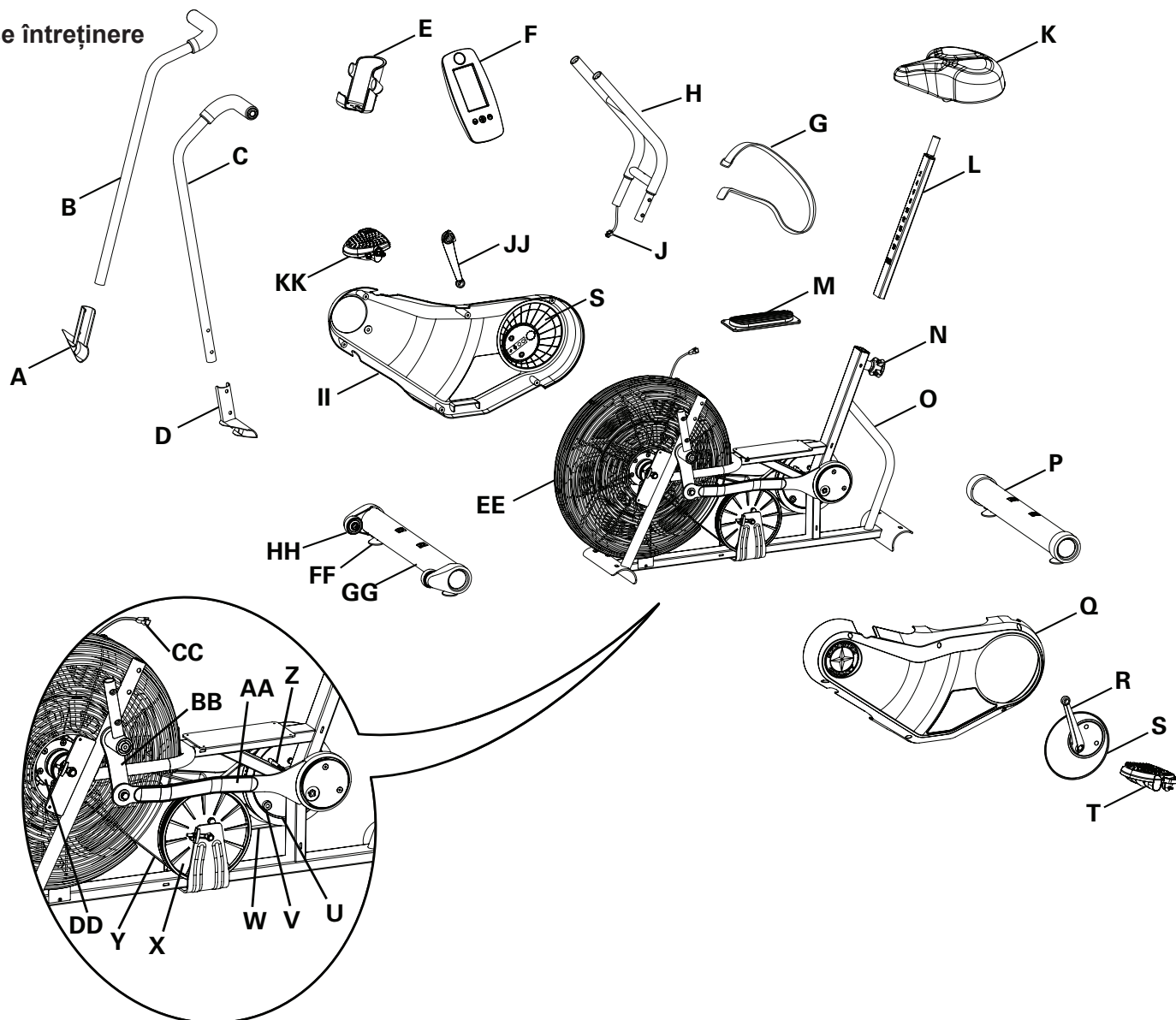


**Nu combinați bateriile vechi cu unele noi.**

**Nu combinați bateriile alcaline, standard (carbon-zinc) sau reîncărcabile (Ni-Cd, Ni-MH etc.).**



## Piese întreținere



A	Suport picior, dreapta	N	Buton de ajustare a șei	AA	Braț conector
B	Ghidon, dreapta	O	Cadru	BB	Element de pivotare braț
C	Ghidon, stânga	P	Element de stabilizare, spate	CC	Cablu consolă, inferior
D	Suport picior, stânga	Q	Carcasă, stânga	DD	Ansamblu ventilator de rezistență
E	Suport pentru sticla de apă	R	Braț manivelă, stânga	EE	Capac ventilator
F	Consolă cu afișaj	S	Plăcuță centrală	FF	Dispozitiv de nivelare
G	Curea pentru transport/imobilizare	T	Pedală, stânga	GG	Element de stabilizare, față
H	Bară de susținere consolă	U	Roată, manivelă	HH	Rotiță de transport
I	neutilizat	V	Magnet senzor de viteză	II	Carcasă, dreapta
J	Cablu consolă, superior	W	Curea manivelă	JJ	Braț manivelă, dreapta
K	Șa	X	Roată de acționare	KK	Pedală, dreapta
L	Suport șa	Y	Curea de acționare		
M	Suport pentru sprijinirea piciorului	Z	Ansamblul senzorului de viteză		

Situație/Problemă	Lucruri ce trebuie verificate	Soluție
Consola cu afișaj nu pornește/nu se aprinde/nu începe funcționarea	Baterii	Asigurați-vă că bateriile sunt introduse corect. Dacă bateriile sunt introduse corect, înlocuiți-le cu un set de baterii noi.
	Verificați integritatea cablului pentru date	Toate firele din cablu trebuie să fie intacte. Dacă oricare dintre acestea sunt îndoite sau tăiate în mod vizibil, înlocuiți cablul.
	Verificați conexiunile/orientarea cablului pentru date	Asigurați-vă astfel încât cablul să fie bine conectat și orientat în mod corespunzător. Agățătoarea mică de pe conector trebuie să se alinieze și să se fixeze în poziție.
	Verificați afișajul consolei pentru deteriorări	Verificați dacă există semne vizibile de crăpături sau alte deteriorări la nivelul afișajului consolei. Înlocuiți consola cu afișaj dacă este deteriorată.
		Dacă pașii de mai sus nu rezolvă problema, contactați departamentul de servicii pentru clienți (în cazul în care locuiți în SUA/Canada) sau distribuitorul local (în cazul în care locuiți în afara SUA/Canadei).
Viteza afișată nu este exactă	Afișajul este setat la o unitate de măsură greșită. (Sistem englez imperial/metric)	Schimbați unitățile de afișare (consultați „Mod service consolă”)
Viteza afișată este întotdeauna „0”/blocată în modul Pauză	Cablu pentru date	Asigurați-vă astfel încât cablul pentru date să fie conectat în partea din spate a consolei cu afișaj și la ansamblul cadrului principal.
	Senzor de viteză (sub carcase)	Asigurați-vă că magnetul senzorului de viteză și senzorul de viteză sunt în poziție.
Nu există citiri pentru viteză/rot./min.	Verificați integritatea cablului pentru date	Toate firele din cablu trebuie să fie intacte. Dacă oricare dintre acestea sunt tăiate sau îndoite, înlocuiți cablul.
	Verificați cablul pentru date conexiuni/orientare	Asigurați-vă astfel încât cablul să fie bine conectat și orientat în mod corespunzător. Agățătoarea mică de pe conector trebuie să se alinieze și să se fixeze în poziție.
	Verificați poziția magnetului senzorului de viteză (necesită îndepărtarea carcasei)	Magnetul trebuie să fie în poziție pe roată.
	Verificați ansamblul senzorului de viteză (necesită îndepărtarea carcasei)	Ansamblul senzorului de viteză trebuie să fie aliniat cu magnetul și conectat la cablul pentru date. Dacă este necesar, aliniați din nou senzorul. Înlocuiți dacă există deteriorări la nivelul senzorului sau al firului de conectare.
Consola afișează codul de eroare „Lbatt”	Baterii	Înlocuiți bateriile



Situație/Problemă	Lucruri ce trebuie verificate	Soluție
Unitatea funcționează, dar Frecvența cardiacă telemetrică nu este afișată	Curea pentru piept (opțională)	Curea trebuie să fie una necodificată și compatibilă cu „POLAR™”. Asigurați-vă astfel încât curea să fie aplicată direct pe piele și ca zona de contact să fie umedă.
	Baterii pentru curea pentru piept	Dacă curea are baterii înlocuibile, introduceți baterii noi.
	Interferență	Încercați să mutați unitatea departe de sursele de interferență (televizor, microunde etc.).
	Înlocuiți curea pentru piept	Dacă interferența este eliminată, iar frecvența cardiacă nu funcționează, înlocuiți curea.
	Înlocuiți consola cu afișaj	Dacă frecvența cardiacă tot nu funcționează, înlocuiți consola cu afișaj.
Consola cu afișaj se închide (intră în modul de veghe) în timpul utilizării	Verificați integritatea cablului pentru date	Toate firele din cablu trebuie să fie intacte. Dacă oricare dintre acestea sunt tăiate sau îndoite, înlocuiți cablul.
	Verificați cablul pentru date conexiuni/orientare	Asigurați-vă astfel încât cablul să fie bine conectat și orientat în mod corespunzător. Agățătoarea mică de pe conector trebuie să se alinieze și să se fixeze în poziție.
	Verificați indicatorul bateriei de pe consolă sau verificați bateriile.	Asigurați-vă că bateriile sunt introduse corect. Dacă bateriile sunt introduse corect, înlocuiți-le cu un set de baterii noi.
	Verificați poziția magnetului sensorului de viteză (necesită îndepărtarea carcasei)	Magnetul sensorului de viteză trebuie să fie în poziție pe roată.
	Verificați ansamblul sensorului de viteză	Contactați departamentul de servicii pentru clienți (în cazul în care locuiți în SUA/Canada) sau distribuitorul local (în cazul în care locuiți în afara SUA/Canadei).
Unitatea se zdruncină/nu este așezată în poziție dreaptă	Verificați ajustarea dispozitivului de nivelare	Picioarele de nivelare pot fi rotite spre interior sau spre exterior pentru a nivela bicicleta.
	Verificați suprafața de sub unitate	Este posibil ca ajustarea să nu fie suficientă pentru suprafețele extrem de denivelate. Mutați bicicleta într-o zonă nivelată.
Pedalele sunt slăbite/pedalarea este dificil de efectuat	Verificați conexiunea la manivelă a pedalei	Pedala trebuie să fie bine prinsă de manivelă. Asigurați-vă că filetul conexiunii nu este deteriorat.
	Verificați conexiunea la ax a manivelei	Manivela trebuie să fie bine prinsă de ax.
Sunt emise sunete de tip clic în timpul pedalării	Verificați conexiunea la manivelă a pedalei	Demontați pedalele și montați-le din nou în întregime.
Suportul șeii se mișcă	Verificați știftul de blocare	Asigurați-vă că știftul de ajustare este blocat într-unul dintre orificiile de ajustare a suportului șeii.
	Verificați butonul de blocare	Asigurați-vă că butonul este bine strâns.



## Pentru cine se aplică

Această garanție este valabilă numai pentru cumpărătorul original și nu este transferabilă sau aplicabilă niciunei alte persoane.

## Pentru ce se aplică

Nautilus, Inc. garantează că acest produs este lipsit de defecte de materiale și de manoperă, atunci când este utilizat în scopul prevăzut, în condiții normale, și cu condiția ca acesta să fie îngrijit și întreținut în mod corespunzător, după cum este descris în manualul pentru asamblare și de utilizare a produsului. Această garanție este valabilă numai pentru aparatele autentice, originale, legitime, fabricate de Nautilus, Inc. și vândute prin intermediul unui agent autorizat și utilizate în Statele Unite sau Canada.

## Termeni

Condițiile garanției pentru produsele achiziționate în SUA/Canada sunt cele menționate mai jos

- Cadru 10 ani
- Piese mecanice Doi ani
- Componente electronice Un an
- Lucrări Șase luni  
(Asistența pentru lucrări nu include instalarea pieselor de schimb implicate în asamblarea inițială a produsului și serviciile de întreținere preventivă.)

Pentru garanție și service pentru produsele achiziționate în afara SUA/Canadei, vă rugăm să contactați distribuitorul local. Pentru a găsi distribuitorul local internațional, accesați: [www.nautilusinternational.com](http://www.nautilusinternational.com)

## Ce presupune garanția oferită de Nautilus

Pe toată durata garanției, Nautilus, Inc. va repara orice aparat care se dovedește a fi defect în ceea ce privește materialele sau manopera. Nautilus își rezervă dreptul de a înlocui produsul în cazul în care reparația nu este posibilă. Atunci când Nautilus stabilește că înlocuirea este metoda corectă de remediere, Nautilus poate aplica, la discreția noastră, o rambursare limitată a creditului pentru un alt produs marca Nautilus, Inc. Această rambursare poate fi proporțională în funcție de durata de proprietate. Nautilus, Inc. oferă servicii de reparații în marile zone metropolitane. Nautilus, Inc. își rezervă dreptul de a percepe o taxă consumatorului pentru deplasările în afara acestor zone. Nautilus, Inc. nu este responsabilă pentru costurile cu forța de muncă sau cele de întreținere ale comerciantului după perioada (perioadele) de garanție aplicabilă/e menționată/e aici. Nautilus, Inc. își rezervă dreptul de a înlocui materiale, piese sau produse de o calitate echivalentă sau mai bună dacă materialele sau produsele identice nu sunt disponibile la momentul efectuării lucrărilor de service, în conformitate cu această garanție. Orice înlocuire a produsului în condițiile garanției nu prelungește în niciun caz perioada de garanție inițială. Orice rambursare limitată a creditului poate fi proporțională în funcție de perioada dreptului de proprietate. ACESTE METODE DE REMEDIERE REPREZINTĂ METODELE EXCLUSIVE ȘI UNICE DE REMEDIERE PENTRU ORICE TIP DE ÎNCĂLCARE A GARANȚIEI.

## Ce trebuie să faceți

- Păstrați o dovadă adecvată și acceptabilă a achiziției.
- Utilizați, întrețineți și inspectați produsul conform specificațiilor din documentația produsului (Manualele pentru asamblare, de utilizare etc.).
- Produsul trebuie utilizat exclusiv pentru scopul vizat.
- Notificați Nautilus în termen de 30 de zile de la detectarea unei probleme privind produsul.
- Instalați piese de schimb sau componente în conformitate cu instrucțiunile Nautilus.
- Efectuați proceduri de diagnosticare cu un reprezentant instruit Nautilus, Inc. dacă vi se solicită.

## Pentru ce nu se aplică

- Deteriorări cauzate de abuz, alterarea sau modificarea produsului, nerespectarea instrucțiunilor de asamblare, instrucțiunilor de întreținere sau avertismentelor de siguranță, așa cum se menționează în documentația produsului (Manualul pentru asamblare, de utilizare etc.), daune ca urmare a depozitării necorespunzătoare sau a efectului unor condiții precum umiditate sau vreme, utilizarea greșită, manipularea necorespunzătoare, accidentele, calamitățile naturale, supratensiunile de curent.
- Un aparat amplasat sau utilizat într-un mediu comercial sau instituțional. Acesta include săli de sport, corporații, locuri de muncă, cluburi, centre de fitness și orice entitate publică sau privată care are un aparat pentru utilizarea de către membrii, clienții, angajații sau afiliații săi.
- Daune cauzate de depășirea greutății maxime a utilizatorului, astfel cum sunt definite în manualul de utilizare a produsului sau pe eticheta de avertizare.
- Deteriorările ca urmare a utilizării normale și uzurii.
- Această garanție nu se extinde pe niciun teritoriu sau țară din afara Statelor Unite și Canadei.

## Cum să beneficiați de service

Pentru produsele achiziționate direct de la Nautilus, Inc. contactați biroul Nautilus menționat pe pagina Detalii de contact din manualul de utilizare a produselor. Este posibil să vi se solicite să returnați componenta defectă la o adresă specificată pentru reparații sau inspecție, pe cheltuiala dvs. Expedierea terestră standard a oricărei piese de schimb în garanție va fi plătită de Nautilus, Inc. Pentru produsele achiziționate de la un comerciant cu amănuntul, vi se poate cere să contactați distribuitorul pentru asistență privind garanția.

## Excluderi

Garanțiile precedente sunt garanțiile unice, exclusive și explicite create de Nautilus, Inc. Acestea înlocuiesc orice declarație anterioară, contrară sau suplimentară, fie orală, fie scrisă. Niciun agent, reprezentant, comerciant, persoană sau angajat nu are autoritatea de a modifica sau extinde obligațiile sau limitările acestei garanții. Orice garanții implicite, inclusiv GARANȚIA DE VANDABILITATE și orice GARANȚIE PRIVIND ADECVAREA PENTRU UN ANUMIT SCOP, sunt limitate ca durată la durata garanției explicite aplicabile prevăzute mai sus, oricare dintre acestea durează mai mult. Anumite state nu permit limitarea duratei unei garanții implicite, astfel încât este posibil ca limitarea de mai sus să nu se aplice pentru dvs.

## Limitarea metodelor de remediere

CU EXCEPȚIA CAZURILOR PREVĂZUTE ALTFEL DE LEGEA APLICABILĂ, METODA DE REMEDIERE EXCLUSIVĂ A CUMPĂRĂTORULUI ESTE LIMITATĂ LA REPARAREA SAU ÎNLOCUIREA ORICĂREI COMPONENTE CONSIDERATE DE NAUTILUS, INC. A FI DEFECTĂ CONFORM TERMENILOR ȘI CONDIȚIILOR MENȚIONATE AICI. ÎN NICIUN CAZ NAUTILUS, INC. NU VA FI RĂSPUNZĂTOARE PENTRU NICIUN FEL DE DAUNE SPECIALE, SECUNDARE, ACCIDENTALE, INDIRECTE SAU ECONOMICE, INDIRECTE DE TEORIA RĂSPUNDERII (INCLUSIV, FĂRĂ A SE LIMITA LA, RĂSPUNDEREA PENTRU PRODUSE DEFECTUOASE, NEGLIJENȚĂ SAU ALTE PREJUDICII) SAU PENTRU ORICE PIERDERE DE VENITURI, PROFIT, DATE, CONFIDENȚIALITATE SAU PENTRU ORICE DAUNE PUNITIVE REZULTATE DIN SAU LEGATE DE UTILIZAREA APARATULUI DE FITNESS, CHIAR DACĂ NAUTILUS, INC. A FOST INFORMATĂ DESPRE POSIBILITATEA UNOR ASTFEL DE DAUNE. ACEASTĂ EXCLUDERE ȘI LIMITARE SE APLICĂ CHIAR DACĂ NICIO METODĂ DE REMEDIERE NU ÎȘI ÎNDEPLINEȘTE SCOPUL ESENȚIAL. ANUMITE STATE NU PERMIT EXCLUDEREA SAU LIMITAREA DAUNELOR PE CALE DE CONSECINȚĂ SAU ACCIDENTALE, ASTFEL ÎNCÂT ESTE POSIBIL CA LIMITAREA DE MAI SUS SĂ NU SE APLICE PENTRU DVS.

## Legile statale

Această garanție vă oferă drepturi legale specifice. Este posibil să aveți și alte drepturi, care variază de la stat la stat.

## Expirări

În cazul în care garanția a expirat, Nautilus, Inc. vă poate ajuta cu înlocuirea sau repararea pieselor și cu forța de muncă, dar va exista o taxă pentru aceste servicii. Contactați un birou Nautilus pentru informații despre piese și servicii post-garanție. Nautilus nu garantează disponibilitatea pieselor de schimb după expirarea perioadei de garanție.

## Achiziții internaționale

Dacă ați achiziționat aparatul din afara Statelor Unite, consultați distribuitorul sau comerciantul local pentru acoperirea garanției.

