



INFINITY TRACK 6.0 TOUCH

Laufband
Treadmill
Běžecký pás

10032954



CAPITAL SPORTS

www.capitalsports.de

Vážený zákazníku,

Gratulujeme Vám k zakoupení tohoto produktu. Prosím, důkladně si přečtete manuál a dbejte na následující pokyny, aby se zabránilo škodám na zařízení. Jakékoliv selhání způsobené ignorováním uvedených instrukcí a upozornění uvedených v návodu k použití se nevztahuje na naši záruku a jakoukoliv odpovědnost. Naskenujte QR kód, abyste získali přístup k nejnovějšímu uživatelskému manuálu a dalším informacím o produktu:



OBSAH

Technická data 1
Bezpečnostní pokyny 2
Popis produktu 4
Obsah balení 5
Technické vybavení 5
Montáž 5
Přehled kardio tréninku 11
Rozcvičení před tréninkem 14
Ovládací panel a hlavní funkce 17
Provoz 18
Režimy a programy 20
Programové a rychlostní tabulky 24
Řešení problémů 26
Péče a údržba 27
Trénink pomocí aplikace KINOMAP 30
Pokyny k likvidaci 43
Prohlášení o shodě 43

TECHNICKÁ DATA

Kód produktu	10032954
Napájení	220-240 V ~ 50/60 Hz

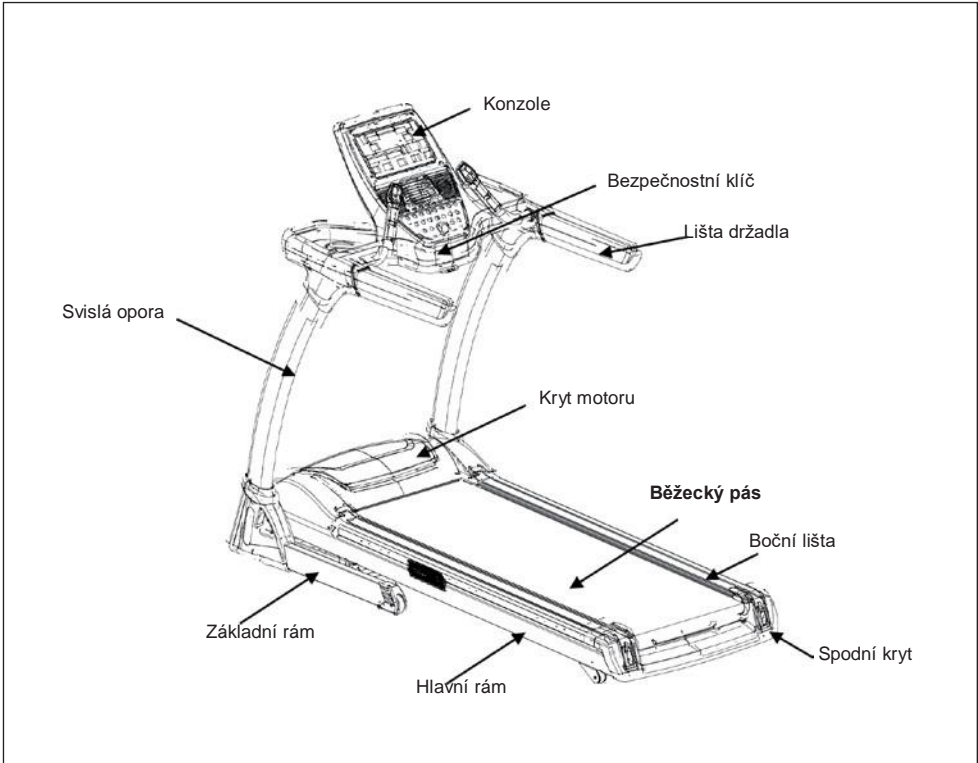
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před používáním tohoto přístroje si pečlivě přečtete tuto příručku, abyste zajistili optimální výkon a bezpečnost. Tento návod by měl být k dispozici pro budoucí použití. Kvůli vylepšování výrobků si společnost vyhrazuje právo změnit design a specifikaci kdykoliv bez předchozího upozornění. Obrázky jsou pouze pro ilustrativní použití a mohou se lišit od skutečného produktu.

- Prosím uchovejte tento manuál na bezpečném místě pro případ potřeby.
- Prosím neskládejte toto zařízení dokud si pořádně nepřčtete tento uživatelský manuál. Bezpečnost a efektivita může být dosažena pouze tehdy pokud je zařízení řádně složené a udržované. Je vaší odpovědností ujistit se, že všichni uživatelé jsou obeznámeni se všemi bezpečnostními informacemi.
- Pro bezpečné používání je nutný rovný povrch. Svou podlahu ochraňujte podložkou. Nepoužívejte toto zařízení ve vlhkých prostorách jako jsou budovy s bazénem, sauny a podobně. Bezpečnostní vzdálenost od tohoto zařízení musí být alespoň 0,5m volného místa kolem.
- Před používáním jakéhokoliv cvičebního programu prokonzultujte tento záměr s vaším doktorem, který určí zda váš zdravotní stav vyhovuje používání tohoto přístroje a zda používání tohoto přístroje nemůže ohrozit vaše zdraví a bezpečnost. Poradenství lékaře je nezbytné, pokud užíváte léky, které ovlivňují Vaši srdeční frekvenci, krevní tlak nebo hladinu cholesterolu.
- Všímejte si signály vašeho těla. Nesprávné nebo nadměrné používání zařízení může poškodit vaše zdraví. Přestaňte cvičit pokud zažijete některý z následujících příznaků: bolest, tlak na hrudi, nepravidelný tlukot srdce, mělké dýchání, závratě nebo ospalost. Prosím prokonzultujte svůj zdravotní stav s vaším doktorem před dalším cvičením, v případě povšimnutí těchto symptomů.
- Necvičte bezprostředně po jídle.
- Nepouštějte děti a zvířata k tomuto zařízení, zařízení musí být složené a používáno pouze dospělými osobami.
- Toto zařízení je určeno pro domácí použití.

Poznámka: Maximální hmotnost uživatele je 110 kg.

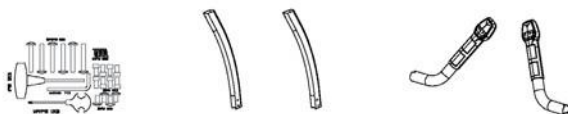
- Zařízení není vhodné pro terapeutické použití, smí se používat pouze na cvičení uvedené v návodu na cvičení.
- Používejte vhodné oblečení a atletickou obuv při používání zařízení. Vyhněte se nošení volného oblečení které by se mohlo zachytit do zařízení nebo které by mohlo bránit volnému pohybu, případě omezovat pohyb.
- Při používání dbejte na narovnaná záda.
- Před používáním zařízení zkontrolujte sedadlo, kostru a šrouby zda jsou správně umístěny a utaženy.
- Při nastavování nastavitelných částí mějte na mysli maximální hmotnost uživatele, nepřekračujte značku "stop", jinak se můžete vystavit nebezpečí.
- Vždy používejte zařízení tak jako je určeno. Pokud během instalace nebo kontroly zařízení zjistíte nějaké poškozené součásti, nebo pokud během používání slyšíte neobvyklé zvuky, které přicházejí ze zařízení, ihned ho zastavte.
Pokud během instalace nebo kontroly zařízení zjistíte nějaké poškozené součásti, nebo pokud během používání slyšíte neobvyklé zvuky, které přicházejí ze zařízení, ihned ho zastavte a přerušte cvičení.
Zařízení nepoužívejte dokud se problém neodstraní.
- Při přesouvání nebo zvedání zařízení přistupujte k práci s maximální opatrností abyste si nezranili záda. Vždy používejte správnou zvedací techniku nebo v případě potřeby vyhledejte pomoc.
- Všechny pohyblivé doplňky (například pedály, madla, sedlo .. atd.) Vyzadují údržbu alespoň jednou za týden. Před použitím je vždy zkontrolujte. Pokud je něco zlomené nebo uvolněné, ihned to opravte. Po návratu do adekvátního stavu můžete zařízení nadále používat.
- Věnujte pozornost absenci systému volných kol, který by mohl způsobit vážné riziko.
- Udržujte napájecí kabel mimo zdrojů tepla.
- Nevkládejte žádný předmět do žádného otvoru zařízení.
- Před přemístěním nebo čištěním odpojte běžecký pás od napájení. Při čištění, otřete povrch jemnými čistícími prostředky a mírně navlhčeným hadříkem; nikdy nepoužívejte rozpouštědla.
- Nepoužívejte běžecký pás na místě, které nemá regulovanou teplotu, například garáže, zahradní domky, bazény, koupelny, parkoviště nebo venku.
- Používejte běžecký pás pouze jak je popsáno v této příručce.
- Nesprávné opravy a konstrukční změny (např. odstranění nebo výměna originálních dílů) mohou ohrozit bezpečnost uživatele.
- Otáčivý diskový setrvačnick se během provozu zahřeje.
- Pokud zařízení nepoužíváte, zajistěte jej.

POPIS PRODUKTU

OBSAH BALENÍ



Hlavní těleso Konzola Základna konzoly



Technické příslušenství

Svislá opěra

Rukojeť se senzorem pulsu



Bezpečnostní klíč



Silikonový olej



Návod



Rukojeť



Kryt spodního rámu (2 kusy)

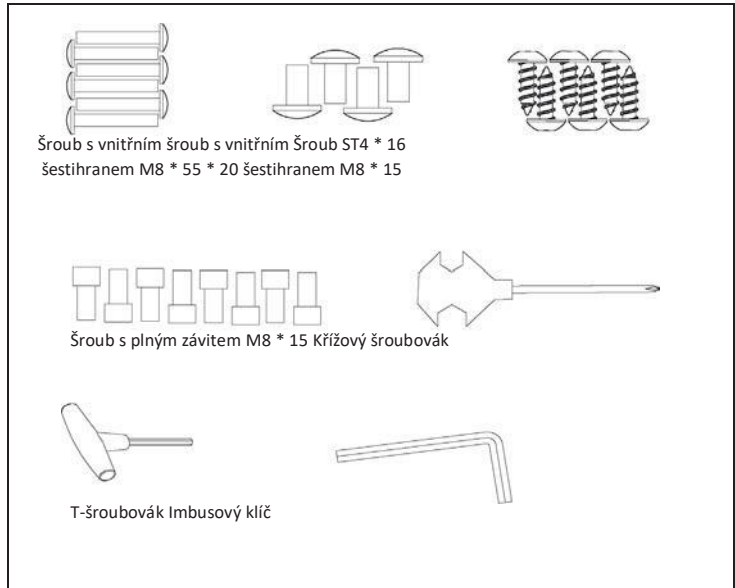


Držák na iPad

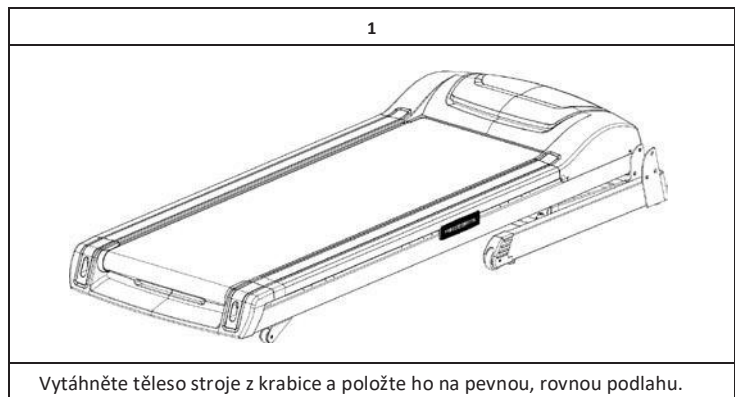


Držák na láhev

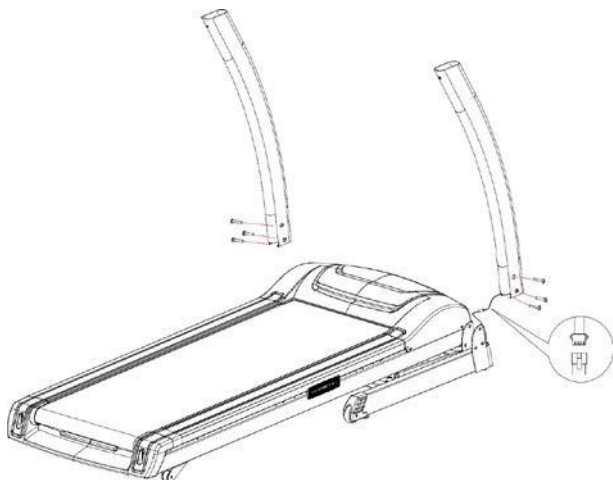
TECHNICKÉ VYBAVENÍ



MONTÁŽ



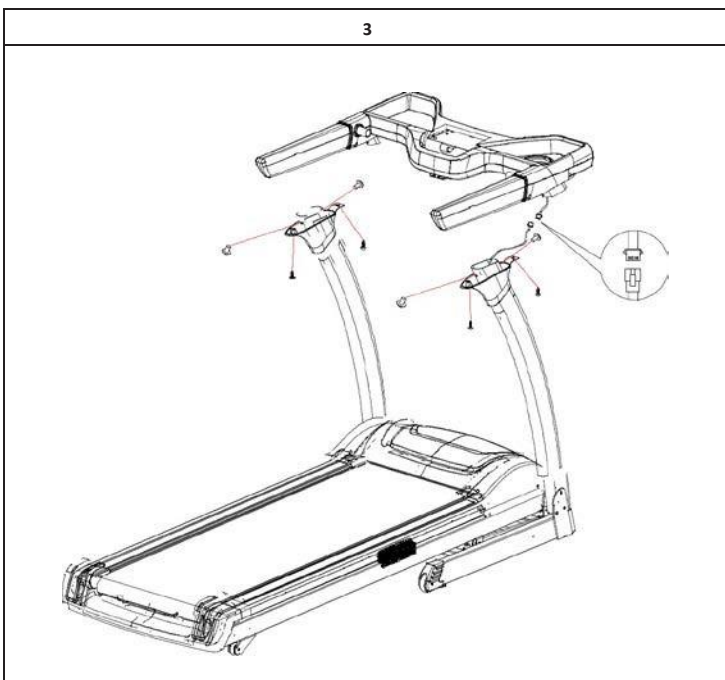
2



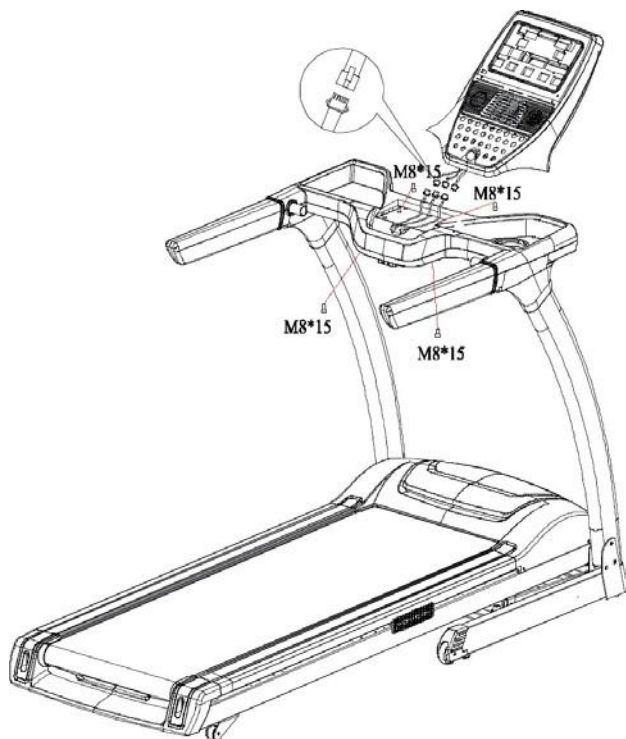
Připojte komunikační kabel pravého sloupku, pak vložte pravý sloupek do pravého spodního rámu, uzamkněte ho 3 ks šrouby s vnitřním šestihranem M8 * 55 * 20

Upevněte levý sloupek stejným způsobem (není nutné připojit kabel).

3

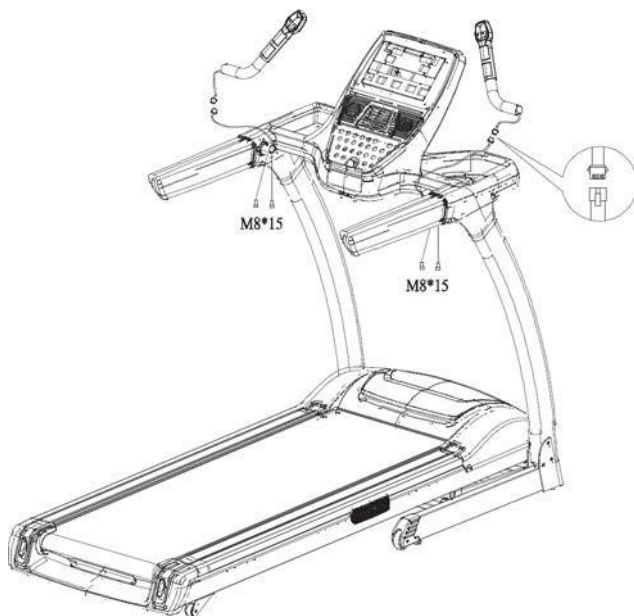


Umístěte kryty lišty držadla na svislé sloupky, připojte komunikační kabel konzoly. Potom upevněte konzolu na svislé sloupky se 4 ks šrouby s vnitřním šestihranem M8 * 15 Upevněte kryty lišty držadla na konzolu se 4 ks šroubů ST4 * 16



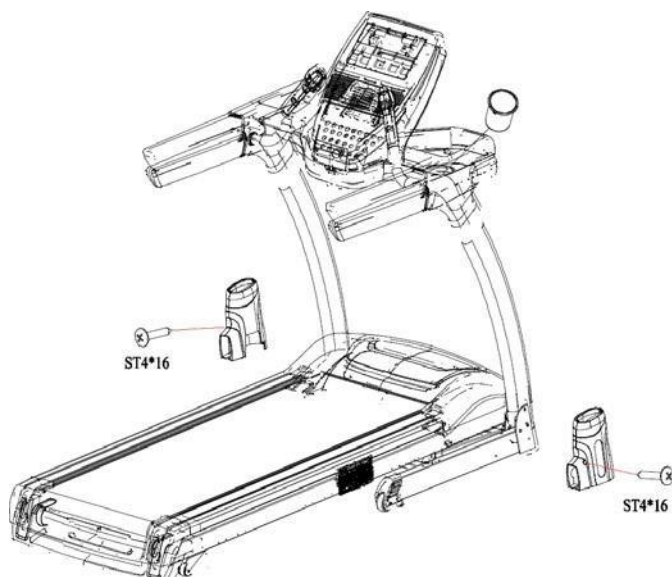
Připojte komunikační kabely uložení konzoly a konzoly, upevněte je šroubem s plným závitem M8 * 15 s vnitřním šestihranem.

5



Zapojte kabely rychlého tlačítka rychlosti, rukojetí měření pulsu a rychlého tlačítka nastavení náklonu (50) na základnu konzoly a poté je upevněte na základně konzoly pomocí 4 ks šroubů s plným závitem M8 * 15.

6



Přípevněte kryty spodního rámu na sloupky stojanu a poté je upevněte 2 ks šroubů ST4 * 16.

Držák na láhev vložte do otvoru na pravé straně konzoly.

Montáž dokončena.

PŘEHLED KARDIO TRÉNINKU

Pravidelné kardio tréninky stimulují kardiovaskulární systém (srdce a krevní cévy) a dýchací systém. Zlepšuje vaše celkové zdraví a pomáhá vám spálit tuk.

Je to doporučený druh cvičení, pokud chcete zhubnout. Při cvičení se nejprve spotřebuje glukóza, pak tuk uložený v těle.

Intenzivní kardiologický trénink (např. kruhový trénink, trénink s vysokým odporem a dlouhodobý trénink) vyžaduje větší úsilí a také trénuje svalový systém a vaši vytrvalost. Platí, že čím pravidelněji trénujete, tím efektivnější je trénink (i při krátkých tréninkových trénincích 20 minut).

Během tréninku

Úroveň odporu použitého během tréninku určuje intenzitu tréninku a s tím související výsledky.

Optimální tréninková část zahrnuje (1) fázi zahřívání, (2) intenzivní kardio tréninkovou fázi a nakonec (3) fázi vychladnutí. Chcete-li pokročit nebo spálit kalorie, měli byste projít přes tyto 3 fáze, jakož i cvičení alespoň 20-30 minut podle ergometru.

1. Fáze zahřívání

Vždy začněte trénink s nízkou úrovní odporu. Doba zahřívání 5-10 minut je důležitá, protože vaše svaly musí zahřát. Během fáze zahřívání byste měli dát svému oběhovému systému a svalům čas připravit se na následné tréninky. Jako začátečník můžete trénovat první 3 minuty na nejjednodušší úrovni a pak postupně zvyšovat na úroveň, kde se cítíte nejpohodlnější.

2. Fáze kardio tréninku

Po přibližně 10 minutách můžete začít fázi kardio tréninku. Při používání interního tréninkového programu řídí počítač odpor v závislosti na zvoleném typu intervalu a tím simuluje měnící se intenzity.

Kardio tréninková fáze se považuje za aerobní nebo anaerobní trénink podle vydané energie. Tyto dva typy tréninků jsou definovány takto:

Aerobní tréninková zóna

Když jste v této zóně, posilujete svůj kardiovaskulární systém a spalujete tuk.

Navzdory zvýšené tepové frekvenci, hlubšímu dýchání a snadnému pocení, tělo není ve velmi stresovém stavu, dýchání není výrazně zrychlené - stále byste mohli mluvit s někým, aniž byste se zadýchali - a máte pocit, že můžete vydržet fyzickou námahu na dlouhou dobu. Je to podobné, jako když rychle kráčíte do kopce.

Svaly a srdce pracují intenzivněji, než když je tělo v klidu a většinu svých energetických potřeb dokáže tělo pokrýt prostřednictvím aerobní výroby energie, která využívá kyslík. Současně je aktivní i anaerobní výroba energie, ale jen v malé míře. Kyselina mléčná produkovaná v tomto procesu může být rozdělena na výrobu energie. Většina vašeho tréninku by měla být v aerobní fázi.

Pokud budete nadále zvyšovat intenzitu, nakonec dosáhnete práh, když aerobní produkce energie už nebude schopná pokrýt energetické potřeby těla. V tomto bodě dochází k posunu k většímu používání anaerobní výroby energie. Nyní děláte anaerobní trénink.

Anaerobní trénink

V této zóně zlepšujete svůj výkon a rychlost. Když zvyšujete intenzitu v této zóně, trénink se stává mnohem namáhavějším, protože roste hladina laktátu v těle; začnete se více potit; dýchání se stává rychleji; a po určitém čase v závislosti na vaší úrovni kondice se vaše svaly unaví a vy se cítíte zcela vyčerpány a už nemůžete pokračovat na této úrovni intenzity.

3. Fáze vychladnutí

Na konci kardio tréninkové fáze přejděte na fázi vychladnutí, která by měla trvat nejméně 5 minut. Zde používáte nízkou úroveň odporu.

Fáze obnovy nebo ochlazování je také užitečná z hlediska prevence možné bolesti svalů. Doporučuje se aktivně zotavení po intenzivním tréninku, jako je horká lázeň, sauna nebo masáž.

Tréninkový progres

Každý měsíc můžete zlepšit trénink tím, že prodloužíte trvání kardio tréninkové fáze pomocí vyšší úrovně rezistence v rámci této fáze nebo provedením náročnějšího intervalového tréninku.

Strava a pitný režim

- Pijte před, během a po tréninku.
- Pijte nejméně 2 doušky vody (10 až 20 cl) každých 10 až 15 minut během tréninku.
- Pokud trénink trvá déle než 1 hodinu, měli byste během tréninku pít sportovní nápoj na ochranu těla před dehydratací.
- Pro optimální kardio tréninky je velmi důležitá vhodná výživa před a po každé fyzické aktivitě.

Před tréninkem je nejlepší konzumovat uhlohydráty, jako jsou ty, které se nacházejí v rýži a těstovinách, protože poskytují tělu důležitý zdroj energie.

Po tréninku musíte doplnit bílkoviny, jako jsou ty, které se nacházejí ve vejcích, jogurtu a sušeném ovoci. Dokonce i když chcete zhubnout, je naprosto nezbytné jíst po tréninku, aby se vaše tělo zotavilo.



ROZCVIČENÍ SE PŘED TRÉNINKEM

Rozhýbejte se před každým tréninkem, abyste mobilizovaly klouby a aktivovali svaly.



Pokud je pohyb nepříjemný nebo bolestivý, přeskočte tento pohyb a poraďte se se svým lékařem nebo fitness trenérem o vhodných zahřívacích pohybech.



Každý pohyb by měl zopakovat (vpravo a vlevo), abyste uvolnění mohli začít s kardio tréninkem.

Vezměte si asi 5 minut na provedení následující Klarfit tréninkové rozcvičky:

1	
	
<p>Pomalou zakloňte hlavu, potom otáčejte hlavu střídavě napravo a nalevo. Potom rozhýbejte ramena krouživým pohybem.</p>	

2	3
	
<p>Rozpažte a otáčejte se v bocích. Nohy nejsou pevně na zemi; kotníky následují otáčení těla.</p>	<p>Ohněte se v bok s jednou paží nataženou vzhůru. Zůstaňte v této poloze na několik sekund na každé straně.</p>

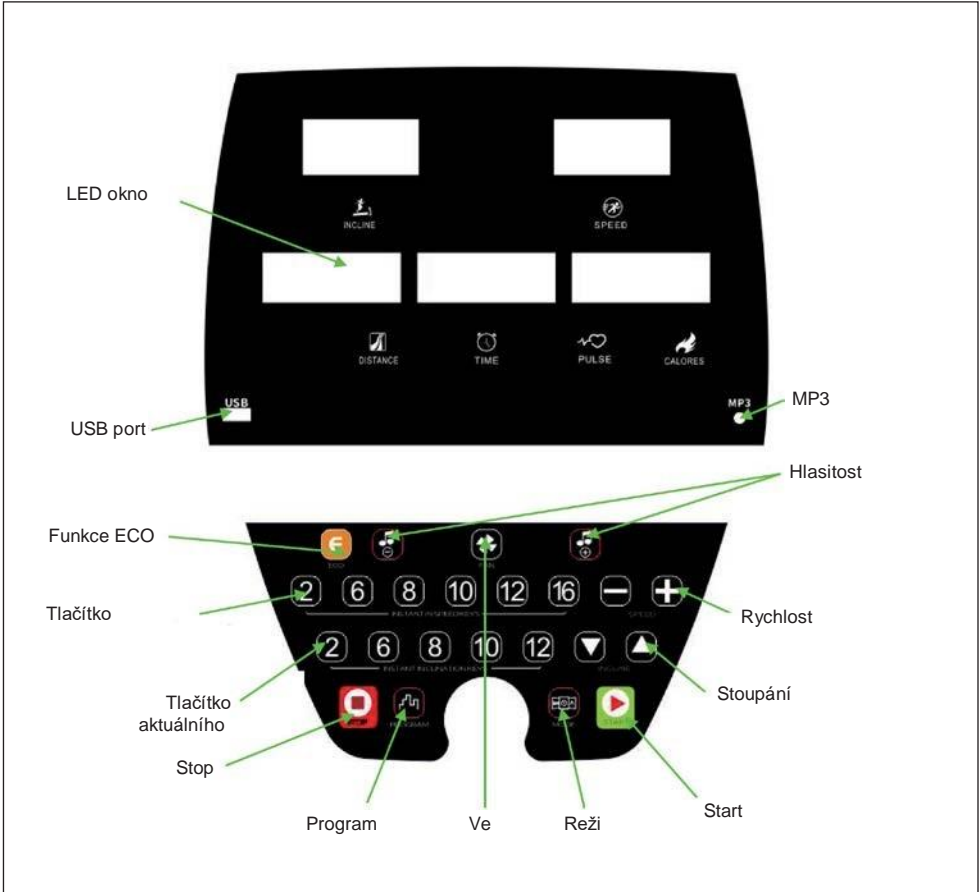
4	
	
<p>Stůjte na jedné noze a rukou držte druhou nohu ohnutou. Zatímco jste v této poloze, hýbejte kotníkem tak, abyste si snadno protáhli stehno. Pokud je to nutné, držte se něčeho, abyste udrželi rovnováhu. Potom stůjte na jedné noze a s kotníkem nakreslete kruh v obou směrech (ve směru hodinových ručiček a proti směru hodinových ručiček).</p>	

5	6
	
<p>Při podřepu umístěte své nohy na šířku ramen, spusťte boky a udržujte ruce rovně. Pokuste se mít rovný hřbet.</p>	<p>Posadte se nohama ohnutými tak, abyste se dotýkaly chodidla vašich nohou. Nohama ohnutými v koleni mírně mávejte nahoru a dolů. Chodidla zůstávají pevně na zemi. Držte si kotníky a záda mějte narovnaný.</p>

7

<p>Posadte se a protáhněte se směrem k prstům. Pokuste se udržet nohy a záda rovně a dosáhnout na špičky prstů.</p>

OVLÁDACÍ PANEĽ A HLAVNÍ FUNKCE



PROVOZ

ZAČÍNÁME

- Zasuňte zástrčku do elektrické zásuvky a zapněte vypínač. Všechny kontrolky LED se nakrátko rozsvítí a uslyšíte pípnutí. Přístroj zkontroluje, zda je bezpečnostní klíč připojen.
- Umístěte bezpečnostní klíč na bezpečnostní vypínač konzoly a připevňte šňůrku k oděvu.
- Zařízení nyní neustále sleduje stav upozorní vás pokud se vyskytne chyba. Na obrazovce se zobrazí probíhající hlášení doprovázené pípnutím.
- Pokud se na obrazovce zobrazí chybové hlášení, stiskněte tlačítko STOP a systém vymaže chybové hlášení.

Tlačítko Programu:

Při zastaveném běžícím pásu stisknutím tlačítka PROG vyberte požadovaný režim: P1-P36 > U1-U3 > FAT.

Tlačítko režimu

Při zastaveném běžícím pásu stisknutím tlačítka vyberte požadovaný režim. Můžete vybrat jednu z následujících možností:

- Time count down (zadaný čas se odečítá)
- Calories count down (zadané kalorie se odečítají)
- Distance count down (zadaná vzdálenost se odečítá)

Tlačítko Start

Při zastaveném běžícím pásu stisknutím tlačítka zapnete zařízení. Stiskněte tlačítko, zatímco pás běží, abyste zastavili běžící pás.

Tlačítko STOP

- Stisknutím tlačítka "STOP" pomalu zastavíte běžecký pás během běhu.
- Pro vymazání informace o chybě na displeji počítače, stiskněte tlačítko STOP.
- Stiskněte 2 krát tlačítko STOP pro rychlé zastavení běžícího pásu.

Tlačítko [+]

Pomocí tohoto tlačítka zvýšíte rychlost během běhu. Pomocí tohoto tlačítka zvýšíte parametry při určování tělesného tuku.



Tlačítko [-]

Pomocí tohoto tlačítka snížíte rychlost během běhu. Pomocí tohoto tlačítka snížíte parametry při určování tělesného tuku.

Tlačítko rychlého nastavení rychlosti

Když je běžící pás v provozu, stiskněte pro okamžité nastavení rychlosti tlačítka 2 km / h, 6 km / h, 8 km / h, 10 km / h, 12 km / h nebo 16 km / h.

Změna úhlu sklonu

	Zvyšte sklon
	Snižte sklon

Tlačítko rychlého nastavení stoupání

Zvyšte sklon přímo stisknutím klávesy rychlého nastavení sklonu na 2%, 2%, 6%, 10% nebo 12%.

Ventilátor

Stiskněte pro zapnutí nebo vypnutí ventilátoru.

Změna rychlosti z mil na kilometry

1. Vytáhněte bezpečnostní klíč a stiskněte zároveň tlačítka MODE a PROGRAM. Pokud je rychlost 0,6, rychlost je v mílech (MPH).
2. Vytáhněte bezpečnostní klíč a stiskněte zároveň tlačítka MODE a PROGRAM. Pokud je rychlost 1,0, rychlost je v kilometrech (KMH)

REŽIMY A PROGRAMY

Poznámka: V jakémkoliv stavu, vytáhněte bezpečnostní zámky, displej zobrazí: "E7" a bzučák se ozve "DI-DI-DI". Pak dobře upevněte bezpečnostní zámek, vše se rozsvítí na 2 sekundy. Přejděte na režim manuálního startu.

Rychlý start

- Umístěte bezpečnostní klíč do správné pozice a zavěste kabel bezpečnostního klíče kolečka s vaším oblečením, pak zapněte napájení, kontrolka LED svítí 2 sekundy. Když se ozve "Beee", běžecký pás vstoupí do manuálního programu.
- Stiskněte tlačítko "Start", spustí se odpočítávání časového okna 5 - 4 - 3 - 2 - 1, při každém poklesu uslyšíte pípnutí a začnete běžet při rychlosti 11 km / h a sklonu 0%.
- Když je zařízení v provozu, můžete jej zastavit stisknutím tlačítka "STOP".

Manuální režim

V manuálním režimu lze nastavit 3 hodnoty: Čas, vzdálenost a kalorie. Avšak v daném okamžiku lze nastavit pouze jednu z hodnot. Pokud je zadaná hodnota nastavena na hodnotu 0, běžící pás se automaticky zastaví.

- **Odpočítávání času:** Stiskněte tlačítko MODE, časové okno (TIME) bliká a počáteční hodnota je 30:00. Stisknutím tlačítka Speed +/- nastavte hodnotu. Nastavitelný rozsah je mezi 5: 00-99: 00 minut.
- **Počítadlo vzdálenosti** Stiskněte 2 krát tlačítko MODE. Okénko vzdálenosti (DISTANCE) bliká a počáteční hodnota je 1 km. Stisknutím tlačítka Speed +/- nastavte hodnotu. Nastavitelný rozsah je od 1,0 km do 99,0 km.
- **Počítadlo kalorií:** Stiskněte 3 krát tlačítko MODE. Okénko kalorií (CALORIES) bliká a počáteční hodnota je 50 kcal. Stisknutím tlačítka Speed +/- nastavte hodnotu. Nastavitelný rozsah je mezi 20-9990 kalorií.

Nakonec stiskněte START. Po 5 sekundách se spustí zařízení s rychlostí 1 km / h. Nastavte rychlost pomocí tlačítka Speed +/- . Pomocí kláves se šipkami upravte sklon. Pokud je zadaná hodnota nastavena na hodnotu 0, běžící pás se automaticky zastaví.

Funkce HRC (volitelné)

1. Stiskněte a držte tlačítko PROG, dokud se neobjeví symbol HRC.
2. Poté stiskněte MODE pro přeskočení na další segment.
3. Pomocí tlačítka rychlosti +/- nastavte následující parametry:

Věk: 15-80 let, základní nastavení je 25 let

Standardní tepová frekvence: (220 let - aktuální věk) x 0,6

Cílová tepová frekvence: 80 -180 úderů / min

Výchozí čas: Předvolených je 30 minut

V režimu HRC se puls měří a zobrazí každých 30 sekund.

- Když je tepová frekvence uživatele nižší než cílová tepová frekvence 30 úderů / min, rychlost se zvyšuje o 2,0 km / h.
- Když je tepová frekvence uživatele nižší než cílová tepová frekvence 6-29 úderů / min, rychlost se zvyšuje o 1,0 km / h.
- Když je tepová frekvence uživatele vyšší než cílová tepová frekvence 30 úderů / min, rychlost se snižuje o 2,0 km / h.
- Když je tepová frekvence uživatele vyšší než cílová tepová frekvence 6-29 úderů / min, rychlost se snižuje o 1,0 km / h.
- Když je tepová frekvence uživatele vyšší nebo nižší než cílová tepová frekvence 0-5 úderů / min, rychlost se nemění.

Podle následující situace běžící pás bude zpomalovat na nejnižší rychlost za 20 sekund a pak se zastaví po 15 sekundách jízdy v nejnižší rychlosti a na sekundu pípne:

- Tepová frekvence se nedá zkontrolovat.
- Tepová frekvence se snižuje, ale zařízení už je na nejnižší úrovni rychlosti.
- Tepová frekvence je vyšší než (220rokov - věk uživatele).

Poznámka: Pokud se dosáhne nejnižší rychlost, funkce HRC už nemůže dál snížit rychlost a běžící pás se zastaví. Sklon není řízen tepovou frekvencí, ale může být nastaven manuálně.

Funkce ECO

Stisknutím tohoto tlačítka zvolíte funkci ECO, stoupaní pásu se zvýší vždy o + 3%. Stiskněte toto tlačítko ještě jednou a vstupte do funkce nastavení sklonu.

Přednastavené programy

- P1-P36 jsou přednastavené programy. Můžete zde nastavit pouze čas. Stisknutím tlačítka [+] [-] nastavte hodnotu. Můžete zde nastavit čas v rozmezí 5-99 minut. Základní nastavení je 30:00 minut. Stisknutím tlačítka "MODE" se vrátíte na výchozí nastavení.
- Když všechno nastavíte, stiskněte tlačítko START. Displej spustí odpočítávání na 5 sekund a potom 5 krát vydá tón. Běžecský pás se pomalu spustí a potom nepřetržitě zvyšuje rychlost až do dosažení přednastavené nebo zadané rychlosti.
- Během běhu stiskněte tlačítko [+] nebo [-] nebo jedno z rychlostních tlačítek na nastavení požadované rychlosti.
- Během běhu stisknutím kláves se šipkami nastavte požadovaný sklon.

Poznámka: V programech P1-P36 se rychlost a gradient sklonu dělí na 12 segmentů. Každý segment má stejnou délku. Nastavená rychlost je dostupná pouze v aktuálním segmentu. 3 sekundy předtím, než se program přesune na další segment, zazní 3-násobný zvukový signál. Po dokončení 12 segmentů se motor zastaví a zazní signál.

- Během běhu stiskněte tlačítko START, čímž zastavíte běžící pás. Stiskněte znovu START abyste pokračovali v běhu. Nahrané údaje se zachovají.
- Stiskněte tlačítko STOP během běhu, trenažér se pomalu zastaví a vrátí se do počátečního stavu.

Měření procentního podílu tělesného tuku

Po zastavení běžícího pásu stiskněte tlačítko "PROG", dokud se neobjeví FAT. Poté stiskněte tlačítko MODE pro nastavení parametru.

- F1 (Pohlaví): vyberte 1 (muž) nebo 2 (žena). Pokud se v okně zobrazuje 1, je zvolen muž. Základní nastavení je muž.
- F2 (věk): Můžete nastavit rozmezí 1-99 let. Základní nastavení je 25 let.
- F3 (výška): Nastavitelná v rozmezí 100-220 cm (39-87 palců). Základní nastavení je 170 cm (67palcov)
- F4 (Váha): Nastavitelná v rozmezí 20-150 kg (44-330 liber). Základní nastavení je 70 kg (154 liber)
- F5 (analýza tělesného tuku): Položte obě ruce na držadla, počkejte 8 sekund a okno zobrazí BMI:

< 18	podváha
18-24	normální hmotnost
25-28	nadváha
> 29	obezita

Uživatelský program

Stiskněte tlačítko PROGRAM, dokud se neobjeví U1 - U2 - U3. Stiskněte MODE a SPEED +/- pro nastavení časového rozsahu tréninku Čas lze nastavit od 5: 00-99: 00 minut. Poté stiskněte tlačítko START na spuštění tréninku.

Stiskněte tlačítko MODE pro nastavení rychlosti a sklonu každého segmentu. Nastavte rychlost a sklon pomocí tlačítka Speed +/- . Poté stiskněte MODE pro přeskočení na další segment. Po úpravě posledního segmentu se položka automaticky uloží. Opětovným stisknutím tlačítka MODE zadejte tréninkový čas. Poté stiskněte tlačítko START na spuštění tréninku.

Funkce ručního impulsu

Když je trenažér zapnutý, držte ho na rukojeti. Okénko srdeční frekvence zobrazuje vaši hodnotu srdeční frekvence v rozmezí 50-200 úderů / minutu (bpm).

PROGRAMOVÉ A RYCHLOSTNÍ TABULKY

Program		Segment											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
P1	Rychlost	1.0	3.0	3.0	7.0	7.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	5.0
	Stoupání	2	2	6	6	8	8	6	6	4	4	4	6
P2	Rychlost	2.0	3.0	3.0	6.0	5.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	8.0
	Stoupání	3	3	9	9	9	2	2	8	8	4	1	1
P3	Rychlost	2.0	3.0	5.0	5.0	7.0	7.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	8.0
	Stoupání	1	2	3	4	5	5	7	7	4	4	4	4
P4	Rychlost	2.0	2.0	3.0	5.0	5.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	5.0
	Stoupání	3	3	6	6	6	9	9	9	9	9	9	6
P5	Rychlost	3.0	4.0	5.0	6.0	7.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	9.0	8.0
	Stoupání	2	2	4	4	8	8	6	6	6	6	8	7
P6	Rychlost	3.0	4.0	5.0	5.0	6.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	10.0
	Stoupání	1	8	8	8	8	8	7	7	7	7	7	5
P7	Rychlost	3.0	4.0	9.0	4.0	11.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	8.0	4.0
	Stoupání	1	1	4	4	4	6	6	6	8	8	8	10
P8	Rychlost	3.0	5.0	8.0	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	10.0	3.0
	Stoupání	3	3	8	8	3	3	7	7	3	3	6	6
P9	Rychlost	3.0	7.0	9.0	4.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	7.0	12.0
	Stoupání	3	6	6	3	7	7	3	8	8	3	9	9
P10	Rychlost	3.0	5.0	6.0	6.0	6.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	10.0	6.0
	Stoupání	2	7	7	7	5	5	5	8	8	8	8	8
P11	Rychlost	4.0	5.0	7.0	9.0	10.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	10.0	10.0
	Stoupání	1	6	6	6	3	3	3	7	7	4	4	4
P12	Rychlost	4.0	6.0	10.0	10.0	7.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	10.0
	Stoupání	3	8	8	6	9	9	5	5	8	8	8	4
P13	Rychlost	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0
	Stoupání	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12
P14	Rychlost	2.0	3.0	3.0	6.0	9.0	11.0	3.0	6.0	9.0	11.0	3.0	6.0
	Stoupání	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P15	Rychlost	4.0	6.0	11.0	11.0	9.0	6.0	11.0	11.0	9.0	6.0	11.0	11.0
	Stoupání	2	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6

Program		Segment											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
P16	Rychlost	2.0	4.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0
	Stoupání	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6
P17	Rychlost	2.0	2.0	2.0	4.0	6.0	6.0	9.0	11.0	11.0	2.0	4.0	6.0
	Stoupání	2	4	6	8	10	12	12	12	12	12	12	10
P18	Rychlost	3.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0	6.0	6.0	3.0
	Stoupání	2	6	8	2	6	8	2	6	8	2	6	8
P19	Rychlost	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0	4.0	12.0
	Stoupání	10	8	6	4	10	8	6	4	10	8	6	4
P20	Rychlost	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	Stoupání	12	8	2	12	8	2	12	8	2	12	8	2
P21	Rychlost	2.0	6.0	2.0	6.0	11.0	2.0	6.0	11.0	2.0	6.0	11.0	2.0
	Stoupání	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3
P22	Rychlost	4.0	6.0	11.0	6.0	2.0	11.0	6.0	2.0	11.0	6.0	2.0	11.0
	Stoupání	2	4	10	2	4	10	2	6	12	6	8	12
P23	Rychlost	4.0	6.0	11.0	6.0	6.0	2.0	11.0	6.0	6.0	2.0	11.0	6.0
	Stoupání	2	3	4	5	6	6	7	8	10	11	12	12
P24	Rychlost	4.0	6.0	11.0	6.0	4.0	11.0	6.0	4.0	11.0	6.0	4.0	11.0
	Stoupání	4	4	5	6	7	8	10	10	12	12	12	12
P25	Rychlost	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	Stoupání	5	9	11	12	5	9	11	12	5	9	11	12
P26	Rychlost	3.0	4.0	4.0	7.0	10.0	12.0	4.0	7.0	10.0	12.0	4.0	7.0
	Stoupání	6	10	12	12	6	10	11	12	6	10	12	12
P27	Rychlost	5.0	7.0	12.0	12.0	10.0	7.0	12.0	12.0	10.0	7.0	12.0	12.0
	Stoupání	3	4	5	6	7	9	8	9	9	8	8	7
P28	Rychlost	3.0	5.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	Stoupání	3	5	6	7	3	5	6	7	3	5	6	7
P29	Rychlost	3.0	3.0	3.0	5.0	7.0	7.0	10.0	12.0	12.0	3.0	5.0	7.0
	Stoupání	3	5	7	9	11	12	12	12	12	12	12	11
P30	Rychlost	4.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0	7.0	7.0	4.0
	Stoupání	3	7	9	3	7	9	3	7	9	3	7	9
P31	Rychlost	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0	5.0	13.0
	Stoupání	11	9	7	5	11	9	7	5	11	9	7	5

Program		Segment											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
P33	Rychlost	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0	6.0	14.0
	Stoupání	12	9	3	12	9	3	12	9	3	12	9	3
P33	Rychlost	3.0	7.0	3.0	7.0	12.0	3.0	7.0	12.0	3.0	7.0	12.0	7.0
	Stoupání	12	10	4	12	10	4	12	10	4	12	10	4
P34	Rychlost	5.0	7.0	12.0	7.0	3.0	12.0	7.0	3.0	12.0	7.0	3.0	12.0
	Stoupání	3	5	11	3	5	11	3	7	12	7	9	12
P35	Rychlost	5.0	7.0	12.0	7.0	7.0	3.0	12.0	7.0	7.0	3.0	12.0	7.0
	Stoupání	3	4	5	6	7	7	8	9	11	12	12	12
P36	Rychlost	5.0	7.0	12.0	7.0	5.0	12.0	7.0	5.0	12.0	7.0	5.0	12.0
	Stoupání	5	5	6	7	8	9	11	11	12	12	12	12

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

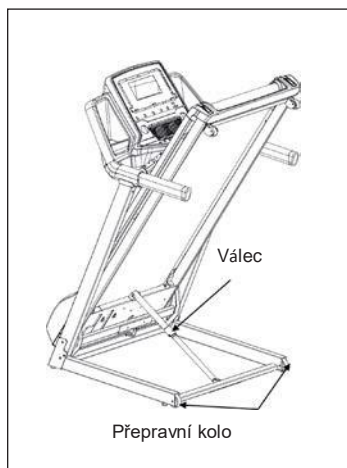
Problém	Možná příčina	Navrhované řešení
Běžící pás nefunguje.	Přerušení napájení nebo je napájení odpojeno	Zapojte kabel a zapněte vypínač.
	Bezpečnostní klíč není správně zastrčený	Vložte bezpečnostní klíč do správné polohy.
Běžecový pás se náhle zastaví.	Bezpečnostní klíč vypadl.	Vložte zpět bezpečnostní klíč ve správné poloze
Chybové hlášení E1	Problémy s kabelováním, konzolou nebo ovládacím panelem.	Obraťte se na specialistu.
Chybové hlášení E2	Problémy s motorem.	Obraťte se na specialistu.
Chybové hlášení E3	Problémy se senzorem rychlosti nebo s kabelem.	Obraťte se na specialistu.
Chybové hlášení E5	Chybný ovladač	Obraťte se na specialistu.
	Chyba motoru	

Problém	Možná příčina	Navrhované řešení
Chybové hlášení E7	Konzola nezaznamená signál bezpečnostního klíče.	Zkontrolujte bezpečnostní klíč
Měření pulsu nefunguje	Drát pro měření pulsu není dobře připojen nebo je poškozen	Správně připojte kabel nebo jej vyměňte.
	Obvody v konzole poškozené	Vyměňte konzolu

PÉČE A ÚDRŽBA

Skládání běžícího pásu

1. Obnovte sklon do polohy (0).
2. Před složením odpojte napájecí kabel.
3. Zvedněte jízdní plošinu, dokud není rovnoběžná s kolmým sloupkem a válec se zajistí.



Rozložení běžícího pásu

1. Položte jednu ruku na rukojeť, druhou rukou posuňte horní část jízdní plošiny dopředu.
2. Stiskněte nohou střední část válce, abyste uvolnili blokovací mechanismus.
3. Nechte jízdní plošinu začít pomalu klesat před uvolněním rukou.

Přesouvání běžícího pásu

Běžecský pás může být bezpečně přemístěn ve své posuvné poloze pomocí transportních kol. Pevně držte na rukojetích oběma rukama, vytáhněte běžecský pás směrem k vám, pak pomalu táhněte nebo tiskněte na transportních kolečkách.

Nastavení napnutí pásu

Pokud během běhu cítíte, že běžecký pás jako kdyby klouzal nebo plaval, může se zvýšit napnutí pásu.

Zvýšení napnutí řemene:

1. Umístěte 8 mm klíč na leví napínací šroub řemene. Otočením klíče ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky vytáhněte zadní válec a zvýšte napnutí
2. Opakujte krok 1 pro pravou napínací šroub řemene. Musíte si být jisti, že oba šrouby mají stejný počet otáček, takže zadní válec zůstane kolmo vzhledem k rámu.
3. Opakujte KROK 1 a KROK 2, dokud neodstraníte prokluz.
4. Dbejte na to, abyste příliš nenapnuli běžecký pás, protože může vytvořit nadměrný tlak na přední a zadní valivá ložiska. Nadměrně utažený běžecký pás může poškodit valivá ložiska, což by vedlo k hluku ložiska z předních a zadních válečků.

Snížení napnutí řemene:

Ke snížení napětí na běžícím pásu otočte oba šrouby proti směru hodinových ručiček o stejný počet otáček.

Centrování běžícího pásu

Když běžíte, můžete silněji tisknout jednou nohou jako druhou. Míra vychýlení závisí na množství síly, kterou jedna noha působí ve vztahu k druhé. Tato deformace může způsobit, že se pás přesune mimo střed. Tato deformace je normální a běžecký pás se sám vycentruje, při provozu bez zatížení. Pokud je běžecký pás stále nevycentrován, budete muset středový pás vycentrovat manuálně.

Spustte běžecký pás bez kohokoli na běžícím pásu, stiskněte tlačítko FAST, dokud rychlost nedosáhne 6 km / h. Všimněte si, zda je běžecký pás blíže k pravé nebo levé straně pojezdové desky.

Pokud je běžecký pás blíže k levé straně:

Otočte levým nastavovacím šroubem ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky pomocí klíče a pravým nastavovacím šroubem proti směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky.

Pokud je běžecký pás blíže k pravé straně:

Otočte pravým nastavovacím šroubem ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky pomocí klíče a levým nastavovacím šroubem proti směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky.

- Pokud směrem na levou stranu k pojezdové desce, otočte pomocí klíče levý stavěcí šroub ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky a levý stavěcí šroub proti směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky.
- Pokud směrem na pravou stranu k pojezdové desce, otočte pomocí klíče pravý stavěcí šroub ve směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky a levý stavěcí šroub proti směru hodinových ručiček o 1/4 otáčky.
- Pokud pás není stále uprostřed, opakujte výše uvedený postup, dokud není běžící pás vycentrován.

Mazání

Běžecský pás je namazaný již z výroby. Doporučuje se však pravidelně kontrolovat mazání běžícího pásu, aby se zajistil optimální chod zařízení. Normálně není třeba běžící pás dodatečně mazat během prvního roku nebo prvních 500 hodin provozu.

Po každých třech měsících provozu zvedněte boky běžícího pásu a zkontrolujte povrch pásu, pokud je to možné. Pokud zaznamenáte stopy silikonového spreje, mazání není nutné. V případě suchého nedostatečně mazaného povrchu postupujte podle následujících pokynů:

Použití maziva na pás:

- Umístěte pásku tak, aby se proud nacházel uprostřed desky.
- Umístěte víčko dávkovače na nádobu s mazivem.
- Začněte mazat od předního konce pásu. Mažte směrem k zadnímu konci. Opakujte tento proces na druhé straně pásky. Každou stranu mažte cca. 4 sekundy.
- Před spuštěním zařízení počkejte 1 minutu, dokud se silikonový sprej rozšíří.



TRÉNINK POMOCÍ APLIKACE KINOMAP

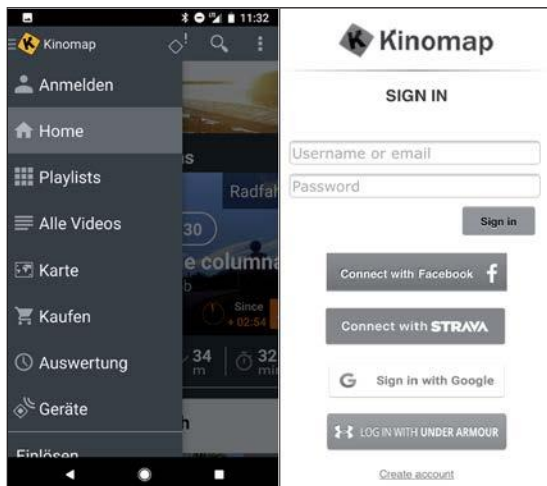
Pomocí aplikace Kinomap můžete běžet, jezdit nebo veslovat více než 100 000 km po celém světě pomocí reálných videí, které denně aktualizují samotní uživatelé. Snažte se udržovat jejich tempo za stejných podmínek jako na videu. Použijte portál KINOMAP a vyberte si vlastní tréninkové video. Zlepšete svou zdatnost pomocí vlastního intervalu v zátěžovém režimu nebo v režimu napájení.



Můžete přímo připojit své kompatibilní zařízení. Případně můžete použít fotoaparát, který vám poskytuje optický pedál nebo snímač kroků, zdvihu. Zapojte se do našich školení pro více hráčů a pokuste se být prvními, kdo skončí.

Vytvořte si účet

Chcete-li používat službu Kinomap, musíte se nejprve připojit k vašemu účtu Kinomap. Pokud jste se úspěšně zaregistrovali, můžete začít trénovat. Pokud se neodhlásíte, budete při příštím spuštění aplikace Online. Pokud ještě nemáte účet Kinomap, přihlaste se a získáte bezplatný účet.



Aktivační kód

- Standardní verze je bezplatná a poskytuje přístup k množství bezplatných videí a intervalového tréninku (v současnosti není k dispozici na všech zařízeních).
- Odběr se vyžaduje později k získání přístupu ke všem vhodným obsahem včetně tisíců videí, režimu pro více hráčů a dalších.
- Po prvním přihlášení vás aplikace požádá o aktivační kód. Pokud kód máte, vložte jej pro aktivaci aplikace.
- Můžete také přejít na "Přidat kód aktivace" později.

Vložte Aktivační kód

Poznámka: Ke službě se můžete přihlásit na měsíční odběr nebo jako roční odběr, který vám poskytne přístup k rozšířeným funkcím. Přejděte do "Subscribe Settings" (nastavení odběru)

Po aktivaci se váš odběr zobrazí v části "My subscription" (Mé přihlášení):

Připojení k tréninkovému zařízení

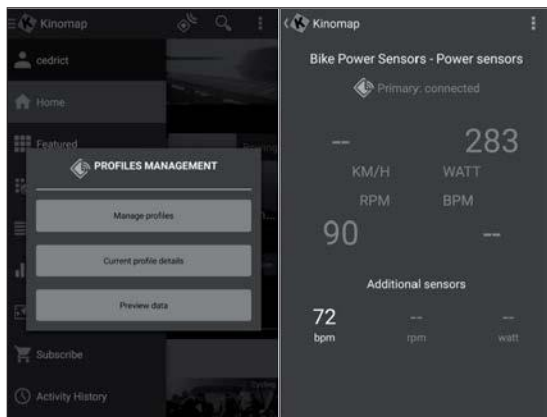
Jak připojit zařízení k aplikaci KINOMAP:

- 1 Přejděte do "Equipment" menu.
- 2 Přidejte nová zařízení pomocí tlačítka +
- 3 Zvolte své zařízení ze seznamu.
- 4 Vyberte značku **CapitalSports**.
- 5 Vyberte model **Infinity Track 4.0**.
- 6 Pokud bylo zjištěno zařízení, stiskněte okna pro potvrzení.
- 7 Nyní potvrďte stiskem SAVE. Vaše zařízení bylo přidáno.

Poznámka: Dokonce i v případě, že posilovací zařízení nemá připojení BT, můžete s Kinomap stále trénovat.

Přehled údajů

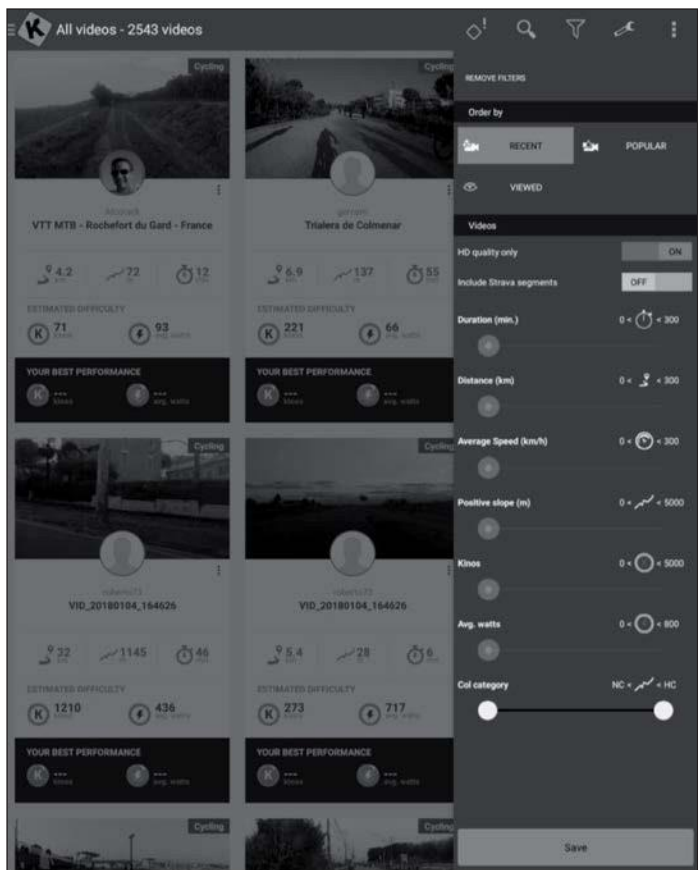
Funkce "Data Preview (Přehled dat)" umožňuje okamžitě zobrazit údaje odeslány zařízením. Tato funkce je zvláště užitečná, pokud máte problémy se zahájením nové aktivity. V závislosti na konfiguraci aplikace obdrží některé hodnoty.



Trénink

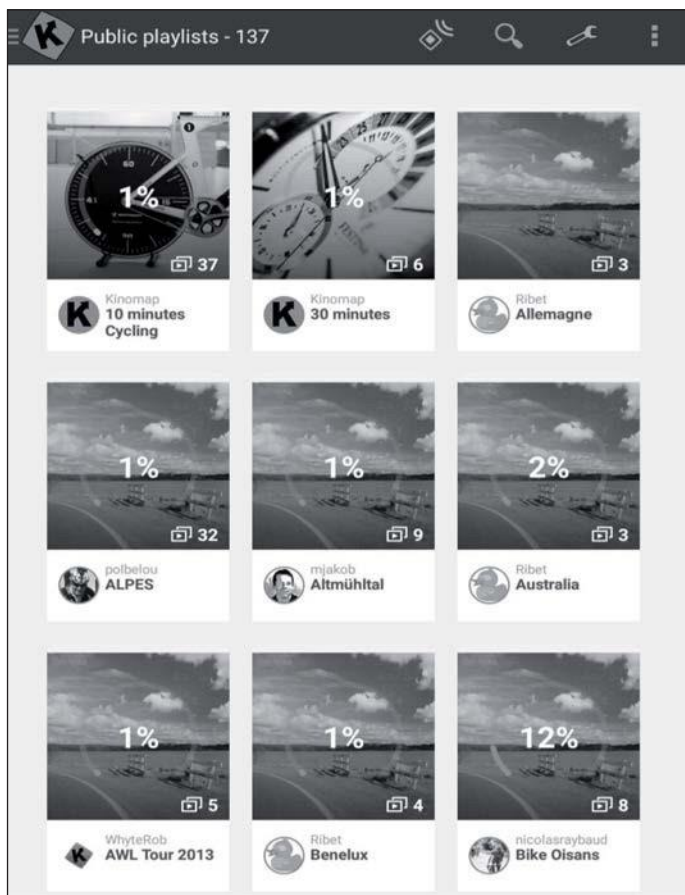
Výběr videa

- Existuje několik seznamů videí, z nichž můžete vybrat požadované video.
- K dispozici je funkce filtrování, která vám pomůže najít videa, na které chcete trénovat (mezi oblíbené, nejoblíbenější, nejvíce zobrazeny, nejnovější, trvání, vzdálenost, sklon, apod.).
- Pro každé video jsou k dispozici následující relevantní informace: jméno, přispěvatel (který zveřejnil video), krajina, trvání, vzdálenost, průměr pozitivního sklonu a průměrná rychlost.



Playlisty

- Existuje také mnoho playlistů, které vytvořil Kinomap nebo samotní uživatelé Kinomapy.
- Každý seznam videí má konkrétní téma, například 30-minutové tréninky nebo návštěvu země.
- Svůj pokrok můžete sledovat v jakémkoliv seznamu playlistů a v jakémkoliv videu.
- V současnosti nemůžete své seznamy videí spravovat přímo v aplikaci.



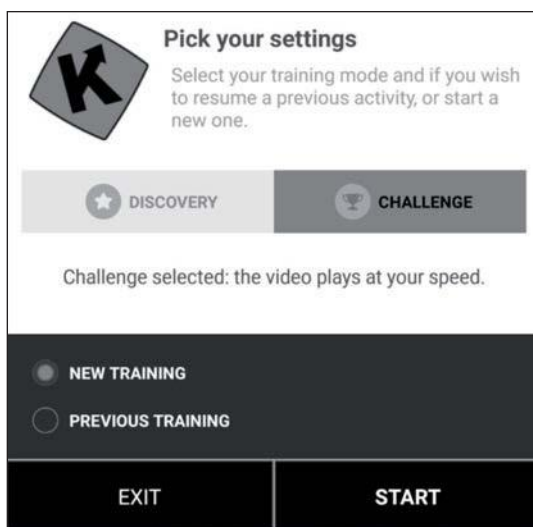
Začátek tréninku

<p>Vyberte video, na které chcete trénovat.</p>	<p>Vyberte režim, ve kterém chcete trénovat.</p>	<p>Stačí začít běžet pro začátek tréninku.</p>

Režim Discovery a Challenge

Režim Challenge: Video přizpůsobí rychlost přehrávání, abyste dosáhli stejnou celkovou výkonnost jako producent videa. Pokud nejste dostatečně rychlí, video zpomaluje rychlost snímků. Pokud budete mít lepší výsledky, frekvence snímků se může zvýšit až na dvojnásobek původní rychlosti. Použijte tento režim, abyste se podíleli na výzvách, jako jsou vnitřní výzvy, a vyexportujte kompletní mapu se souřadnicemi vaší virtuální jízdy na stránky třetích stran, jako například Strava.

Režim Discovery: Videozáznam přehraje při původní rychlosti a pozastaví přehrávání, když dosáhnete rychlost 0. Bez ohledu na váš výkon se frekvence snímků nezmění. Stále však uvidíte, zda podáváte dobrý výkon při pohledu na údaje o energetické výkonnosti. Upozorňujeme, že údaje, které se dají exportovat na stránky třetích stran, jako například Strava, jsou omezeny na wattly a další údaje, jako je kadence a srdeční frekvence. Souřadnice a mapa však nejsou zahrnuty.



Tréninkový displej

V horní části obrazovky se zobrazují následující relevantní informace:

- Trvání
- Aktuální podávaný výkon
- Aktuální rychlost
- Vaše tepová frekvence (pouze pokud přidáte extra pás pro sledování srdečního tepu nebo pokud vaše zařízení již má jeden integrovaný)
- Aktuální frekvence kroků
- Vzdálenost
- Vaše pozice na mapě synchronizována s videem.



Záložka "Ranking List" je k dispozici pouze v režimu pro více hráčů.

- Abscissa: výška v metrech
- Ordino: vzdálenost v KM v režimu výzvy (challenge).
- Duration: Vytrvalost v sekundách, v režimu discovery

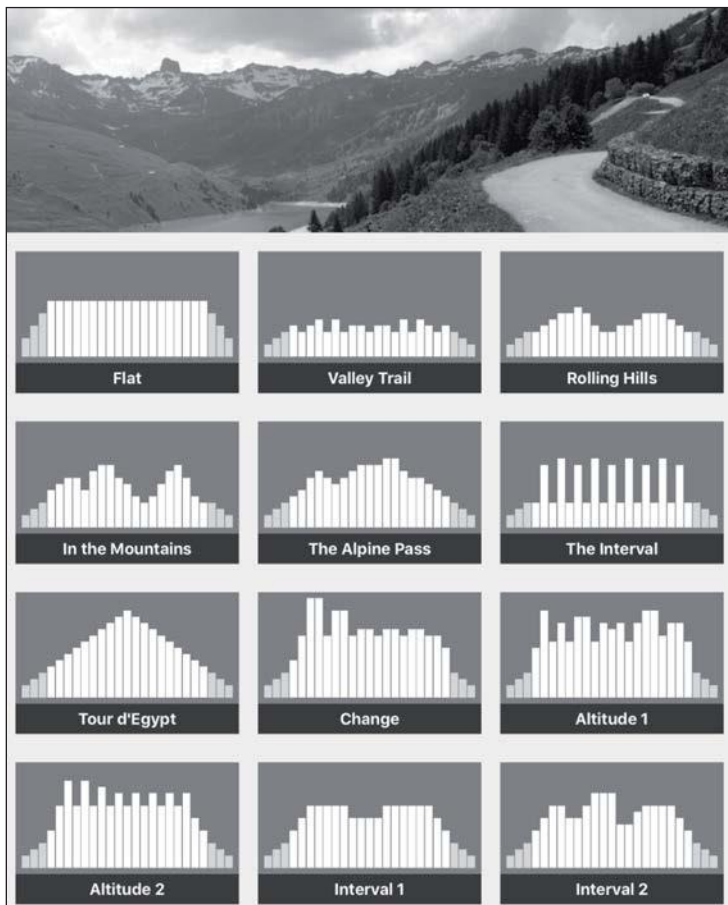
Nastavení odporu / převodových stupňů

Na obrazovce najdete pokyny k nastavení odporu podle profilu nadmořské výšky při použití snímače rychlosti / kadence nebo optického snímače.

Konec tréninku

Pokud chcete přestat nebo zastavit cvičení, stačí přestat šlapat nebo použít tlačítko pro pozastavení v rohu. Kliknutím na tlačítko "Resume Session" pokračujte v tréninkové jednotce. Chcete-li zcela zastavit, jednoduše potvrďte klepnutím na "Save and Exit".

Profilovaný trénink

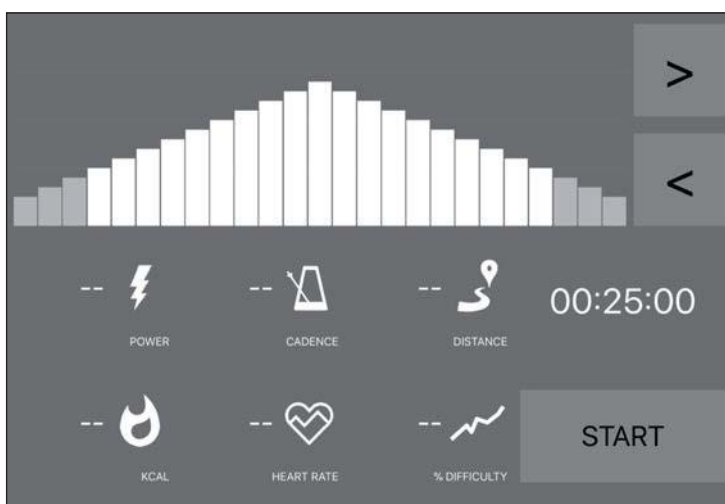


Profilovaný trénink je forma tréninku, které zahrnuje sérii tréninků s nízkou až vysokou intenzitou s dobami odpočinku nebo úlevou. Různé intenzity trénují srdeční sval, poskytují kardiovaskulární trénink a zlepšují aerobní kapacitu a vytrvalost.

Profilovaný trénink zatím není k dispozici pro všechna zařízení. V hlavním menu můžete jednoduše zkontrolovat: Pokud se zobrazí nabídka profilovaného tréninku, znamená to, že tato funkce je k dispozici pro vaše zařízení. V závislosti na zařízení si můžete vybrat mezi dvěma režimy.

Resistance (odpor): Definujete úroveň odporu a tuto informaci odešleme na zařízení bez ohledu na vynaloženou energii.

Cílený výkon: Definujete cílový výkon a odpor se automaticky změní aby výkon vygeneroval.



- Pokud vidíte oranžovou čáru, znamená to, že jste blízko vašeho cíle.
- Pokud ji naopak nevidíte znamená to, že se pohybujete od svého cíle. (přidejte nebo uberte od cílového výkonu)
- Stačí si vybrat čas (<>) pro odpočítávání a potom začít trénink.
- Po spuštění tréninkové jednotky můžete přidat nebo ubrat cílový výkon nebo odpor v závislosti na zvoleném režimu.

Hodnocení

Historie aktivit

- Otevřete hlavní nabídku na levé straně a najděte položku "Activity History".
- Můžete vidět historii minulých tréninků včetně názvů videí, které jste absolvovali s tréninkem, datum tréninků, trvání a vzdálenosti.
- Kliknutím na konkrétní tréninkovou jednotku zobrazíte všechny informace.
- **Můžete také navštívit** <http://www.kinomap.com/myactivities>.
- Historie aktivit obsahuje mapu, souhrn a řadu podrobných grafů, které zobrazují vaši aktuální rychlost, výkon, kadenci a tepovou frekvenci srdce. Upozorňujeme, že historii činností je možné automaticky exportovat na různé platformy, například RunKeeper, Strava nebo Under Armor.

The screenshot displays the 'Activity History - 408' screen in the Kinomap app. It lists six cycling activities with their respective details:

Activity Name	Date & Time	Time	Distance	Sessions	Energy	Other
Profile Training	01/03/2018 at 11:05 a.m.	00:00:32	93 m	1 sessions	3.5 kJ	1
Profile Training	01/03/2018 at 11:00 a.m.	00:00:37	132 m	1 sessions	2.2 kJ	2
Quiet ride in Central Park	28/02/2018 at 2:49 p.m.	00:00:24	71 m	1 sessions	Challenge	1
Semi Marathon Meaux 2014 - Allure 4mn/KM	28/02/2018 at 11:26 a.m.	00:01:31	392 m	1 sessions	Challenge	36
Rocheserviere => Saint Fulgent	26/02/2018 at 10:48 a.m.	01:14:21	48.832 KM	1 sessions	Challenge	1754
Profile Training	23/02/2018 at 12:46 p.m.	00:01:25	143 m	1 sessions	0.6 kJ	0

Search (hledat)

Toto tlačítko je vždy k dispozici v pravém horním rohu bez ohledu na to, ve které nabídce jste si prohlíželi dostupné videa.

Existuje několik způsobů, jak najít to správné video:

- Můžete vyhledávat kliknutím na tlačítko Search (hledat). Po zadání minimálně 3 znaků se spustí automatické vyhledávání.
- Můžete také provést geografické vyhledávání. Zvolte "Map" v hlavním menu.
- Všechny dostupné videa můžete prozkoumat kliknutím na položku "Public Playlist" (Veřejné seznamy skladeb) nebo "All Videos" (Všechna videa).

Settings (Nastavení)

Nastavení uživatele

- Přejděte do nabídky Settings (Nastavení) a zadejte údaje o uživateli včetně výšky, váhy, data narození a pohlaví.
- Tyto informace ovlivňují výpočet rychlosti

Externí displej

Postupujte podle pokynů, pokud chcete zobrazit zobrazení na televizoru pomocí zařízení Chromecast nebo Apple TV.

POKYNY K LIKVIDACI



Podle Evropského nařízení odpadu 2012/19 / EU tento symbol na výrobku nebo jeho obalu znamená, že výrobek nepatří do domácího odpadu. Na základě směrnice by se měl přístroj odevzdat na příslušném sběrném místě pro recyklaci elektrických a elektronických zařízení. Zajištěním správné likvidace výrobku pomůžete zabránit možným negativním dopadem na životní prostředí a lidské zdraví, což by jinak mohl být důsledek nesprávné likvidace výrobku. Pro detailnější informace o recyklaci tohoto výrobku se obraťte na svůj Místní úřad nebo na odpadovou a likvidační službu vaší domácnosti.

Váš produkt obsahuje baterky zahrnuté v Evropské směrnici. 2006/66 / ES, což znamená, že nemohou být likvidovány vyhozením do běžného odpadu. Informujte se o možnostech sběru baterií. Správný sběr a likvidace baterií pomáhá chránit potenciálně negativní následky na životní prostředí a lidské zdraví.

PROHLÁŠENÍ O SHODĚ

Výrobce:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlín,
Německo



Tento produkt je v souladu s následujícími evropskými normami:

2014/35/EU (LVD)
2011/65/EU (RoHS)
2014/53/EU (RED)

