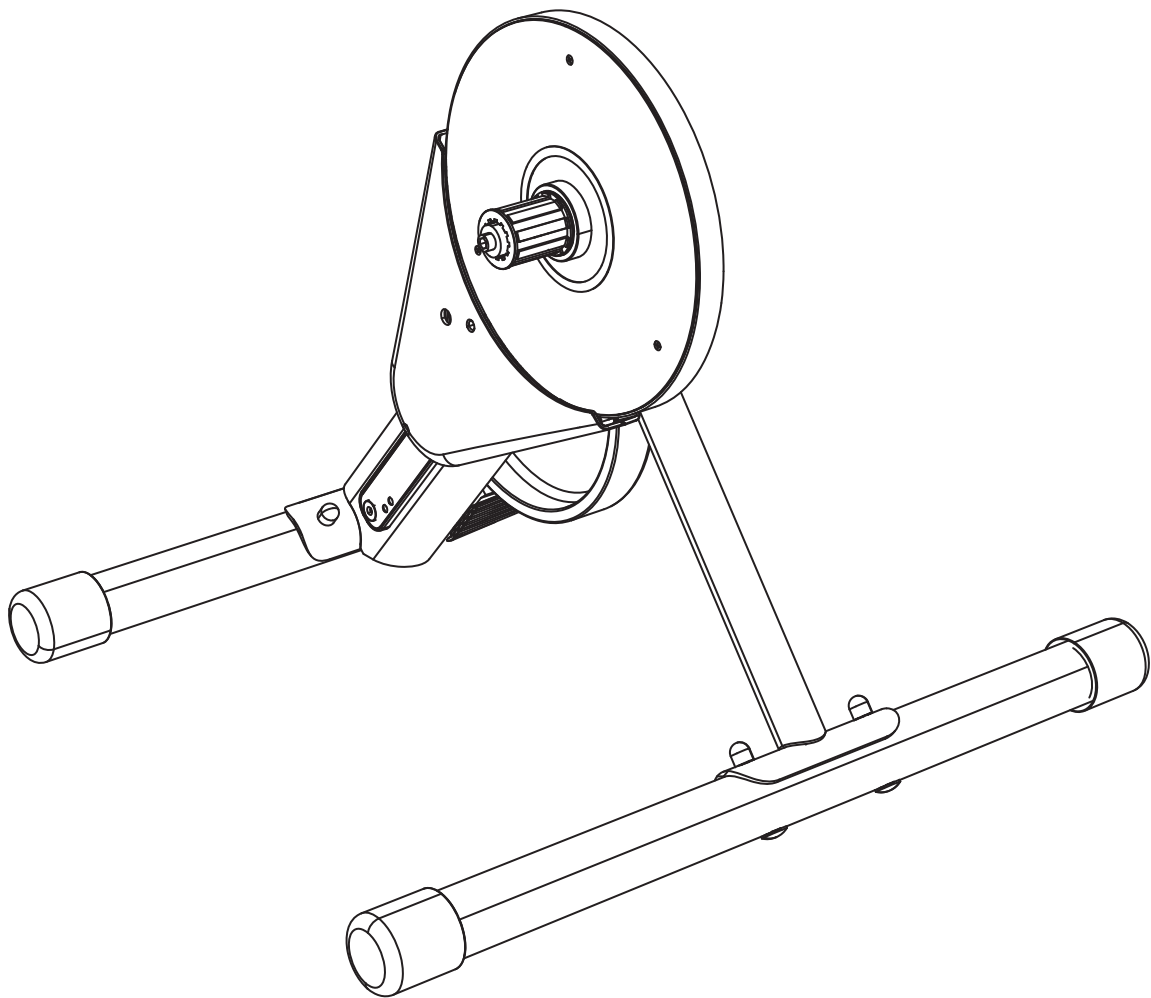


D100



10,5 KG
23.1 LB



<115 kg
<253.5 Lb

Failure to observe the following warnings may lead to an accident that could result in death or serious injury.

WARNING

- Read all instructions carefully before using the home trainer.
- Do not use the home trainer if it isn't working properly
- Before getting on the bike, make sure it's properly installed (as horizontal as possible and not askew) and correctly attached to the home trainer.
- Please consult your doctor before beginning or modifying any exercise programme.
- Do not put your hands or objects near the moving parts of the home trainer
- The home trainer may become warm to the touch when used for an extended period.
- Do not attempt to disassemble the bike while the flywheel is in motion.
- This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
- Only use the home trainer on a stable, level surface with properly adjusted levelling feet
- Prevent the home trainer from coming into contact with water.
- The appliance is only to be used with the power supply unit provided with the appliance.
- Make sure the cassette and bike are securely attached to the home trainer before each ride.
- Unplug the home trainer when not in use

MAX user weight 110 kg
The home trainer can only be used with bikes with a minimum wheel diameter of XX inches (but exclude certain types of bikes such as children's/teenagers' bikes)
In hot weather, use the home trainer in a ventilated, cool place (avoid heatstroke)
Make sure your computer, tablet or smartphone is fixed or placed on a stable item and is not likely to fall during use of the home trainer
If in doubt, should you refer to this manual, the FAQs on the support site or the workshop?

MAINTENANCE

- Switch off then unplug the home trainer before cleaning it or carrying out any other maintenance procedure >> if it's hot, maybe it's advisable to let it cool down?
- To avoid any imbalance or vibration when using the home trainer, do not drop it during assembly
- Store the home trainer in a dry place at room temperature
- Wipe down the trainer after each use. The home trainer should only be cleaned with a dry cloth and should not be exposed to cleaning solvents or abrasives
- Keep the home trainer clean and free of debris
- Regularly check if the nuts and bolts of the home trainer are tight

FR

Le non-respect des avertissements suivants peut entraîner un accident susceptible de provoquer un décès ou une blessure grave.

AVERTISSEMENT

- Lisez attentivement toutes les instructions avant d'utiliser le home trainer.
- N'utilisez pas le home trainer s'il ne fonctionne pas correctement
- Avant de monter sur le vélo, assurez-vous qu'il est bien installé (il doit être aussi horizontal que possible et ne doit pas être de travers) et correctement fixé au home trainer.
- Veuillez consulter votre médecin avant de démarrer ou de modifier un programme d'activité physique.
- Ne placez pas vos mains ou des objets à proximité des pièces mobiles du home trainer
- Le home trainer peut devenir chaud au toucher lorsqu'il est utilisé pendant une période prolongée.
- N'essayez pas de démonter le vélo pendant que le volant d'inertie est en mouvement.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus, ainsi que par des personnes présentant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou manquant d'expérience et de connaissances, à condition d'être surveillés ou d'avoir reçu des instructions concernant l'utilisation en toute sécurité de l'appareil et de comprendre les risques encourus. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
- Utilisez le home trainer uniquement sur une surface stable et plane, en ayant correctement réglé les pieds de mise à niveau
- Veillez à ce que le home trainer n'entre pas en contact avec de l'eau.
- Cet appareil ne doit être utilisé qu'avec le bloc d'alimentation fourni.
- Assurez-vous que la cassette et le vélo sont solidement fixés au home trainer avant chaque utilisation.
- Débranchez le home trainer lorsqu'il n'est pas utilisé

Poids maximal de l'utilisateur : 110 kg
Le home trainer ne peut être utilisé qu'avec des vélos présentant un diamètre de roue minimum de XX pouces (il ne convient pas à certains types de vélos, comme les vélos d'enfant/d'adolescent)
Par temps chaud, utilisez le home trainer dans un endroit frais et ventilé (pour éviter les coups de chaleur)
Assurez-vous que votre ordinateur, tablette ou smartphone est fixé(e) ou placé(e) sur une surface stable et ne risque pas de tomber lors de l'utilisation du home trainer
En cas de doute, vous devez vous référer à ce mode d'emploi, au FAQ sur le site de support ou à l'atelier.

ENTRETIEN

- Éteignez puis débranchez le home trainer avant de le nettoyer ou d'effectuer toute autre opération d'entretien >> s'il est chaud, il est conseillé de le laisser refroidir.
- Pour éviter tout déséquilibre ou toute vibration lors de l'utilisation du home trainer, ne le faites pas tomber au cours du montage
- Conservez le home trainer dans un endroit sec et à température ambiante
- Essuyez le home trainer après chaque utilisation. Le home trainer doit uniquement être nettoyé avec un chiffon sec et ne doit pas être exposé à des substances abrasives ou des solvants de nettoyage
- Veillez à ce que le home trainer reste propre et exempt de saletés
- Vérifiez régulièrement si les écrous et boulons du home trainer sont bien serrés

ES

En caso de no respetar las advertencias siguientes, se arriesga a sufrir un accidente que puede conllevar lesiones graves, incluso mortales.

ADVERTENCIA

- Antes de usar el rodillo de entrenamiento, lea detenidamente la integralidad de las instrucciones.
- No use el rodillo de entrenamiento si no funciona correctamente.
- Antes de subirse a la bicicleta, asegúrese de que esta esté bien instalada (lo más horizontal posible y no inclinada) y fijada correctamente al rodillo de entrenamiento.
- Consulte con su médico antes de empezar o cambiar su programa de ejercicios.
- No ponga las manos ni objetos cerca de las partes móviles del rodillo de entrenamiento.
- Cuando el rodillo se usa durante un largo período, puede volverse caliente al tacto.
- No trate de desmontar la bicicleta si la rueda de inercia está en movimiento.
- Este aparato puede ser utilizado por niños con edades a partir de los 8 años y por personas con menores capacidades físicas, sensoriales o mentales o con falta de experiencia y conocimiento, siempre y cuando se les proporcionen indicaciones y supervisión para el uso del aparato de una manera segura y comprendan los riesgos implicados. Los niños no deben jugar con el aparato. Los niños no deben realizar su limpieza y mantenimiento sin la supervisión adecuada.
- Use el rodillo de entrenamiento únicamente sobre una superficie estable y plana y con las patas de nivelación ajustadas correctamente.
- Evite que el rodillo de entrenamiento entre en contacto con agua.

- El aparato solo debe utilizarse con la unidad de suministro de energía incluida con el mismo.
- Antes de cada uso, asegúrese de que el casete y la bicicleta estén correctamente fijados al rodillo de entrenamiento.
- Desenchufe el rodillo de entrenamiento cuando no lo use.

Peso máx. del usuario: 110 kg
El rodillo de entrenamiento solo puede usarse con bicicletas cuya rueda tenga un diámetro de XX pulgadas como mínimo (se excluyen algunos tipos de bicicletas, como las de niños/adolescentes).
En caso tiempo caluroso, entrénese en un lugar ventilado y fresco (para evitar los golpes de calor).
Asegúrese de que su ordenador, tableta o smartphone fijado o puesto sobre un elemento estable no corra el riesgo de caerse durante el uso del rodillo de entrenamiento.
En caso de dudas, consulte el presente manual, las preguntas frecuentes de la web de soporte o póngase en contacto con el taller.

MANTENIMIENTO

- antes de limpiar o realizar cualquier procedimiento de mantenimiento del el rodillo de entrenamiento, apáguelo y, luego, desenchúfelo >> Si se ha calentado, puede indicar que debe dejarlo enfriarse.
- Para evitar cualquier desequilibrio o vibración durante el uso del rodillo de entrenamiento, no lo deje caer durante el montaje.
- Guarde el rodillo en un lugar seco y a temperatura ambiente.
- Limpie el producto después de cada uso. Debe limpiar el rodillo de entrenamiento únicamente con un paño seco y no debe aplicar disolventes de limpieza o productos abrasivos en él.
- Asegúrese de que el producto permanezca limpio y libre de residuos.
- Verifique con regularidad que los tornillos y los pernos del rodillo de entrenamiento estén correctamente apretados.

DE

Wenn Sie die folgenden Warnhinweise nicht beachten, kann es zu einem Unfall kommen, der zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen kann.

WARNHINWEIS

- Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie den Hometrainer verwenden.
- Benutzen Sie den Hometrainer nicht, wenn er nicht richtig funktioniert
- Bevor Sie auf das Fahrrad steigen, vergewissern Sie sich, dass es richtig aufgestellt (möglichst waagrecht und nicht schief) und richtig am Heimtrainer befestigt ist.
- Fragen Sie Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen oder ändern.
- Halten Sie Ihre Hände oder Gegenstände von den beweglichen Teilen des Hometrainers fern
- Der Hometrainer kann sich erwärmen, wenn er über eine längere Zeit verwendet wird.
- Versuchen Sie nicht, das Fahrrad zu demontieren, während das Schwungrad in Bewegung ist.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber und von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten, mangelnder Erfahrung bzw. fehlendem Wissen verwendet werden, vorausgesetzt, sie werden durch eine Person beaufsichtigt oder sie werden hinsichtlich der sicheren Bedienung der Vorrichtung angewiesen und sie verstehen die damit verbundenen Gefahren. Kinder dürfen nicht mit der Vorrichtung spielen. Kinder dürfen die Reinigung und die Wartung nicht ohne Beaufsichtigung vornehmen.
- Verwenden Sie den Hometrainer nur auf einer stabilen, ebenen Fläche und mit richtig eingestellten Ausgleichsfüßen
- Vermeiden Sie, dass der Hometrainer mit Wasser in Berührung kommt.
- Das Gerät darf nur mit dem mitgelieferten Netzgerät verwendet werden.
- Vergewissern Sie sich vor jedem Training, dass die Kassette und das Fahrrad sicher am Hometrainer befestigt sind.
- Ziehen Sie den Stecker des Hometrainers, wenn Sie ihn nicht verwenden

MAX. Gewicht des Benutzers 110 kg
Der Hometrainer darf nur mit Fahrrädern mit einem Raddurchmesser von mindestens XX Zoll verwendet werden (dies schließt bestimmte Fahrradtypen wie für Kinder und Jugendliche aus)
Bei heißem Wetter sollten Sie den Hometrainer in einem belüfteten und kühlen Raum verwenden (Vermeidung von Hitzschlag)
Sorgen Sie dafür, dass Ihr Computer, Tablet oder Smartphone an einem stabilen Element befestigt ist oder auf einem solchen steht, das während der Verwendung des Hometrainers nicht herunterfallen kann
Wenn Sie sich nicht sicher sind, beziehen Sie sich auf diese Anleitung, die FAQs auf der Support-Website oder auf den Workshop?

WARTUNG

- Schalten Sie den Hometrainer aus und ziehen Sie den Stecker, bevor Sie ihn reinigen oder andere Wartungsarbeiten durchführen >> wenn er heiß ist, ist es vielleicht angebracht, ihn abkühlen zu lassen?
- Um Unwucht oder Vibrationen bei der Verwendung des Hometrainers zu vermeiden, lassen Sie ihn während der Montage nicht fallen
- Bewahren Sie den Hometrainer an einem trockenen Ort bei Raumtemperatur auf
- Wischen Sie den Trainer nach jeder Verwendung ab. Der Hometrainer sollte nur mit einem trockenen Tuch gereinigt werden und darf keinen Reinigungslösungsmitteln oder Scheuermitteln ausgesetzt werden
- Achten Sie darauf, dass der Hometrainer sauber und frei von Ablagerungen bleibt
- Überprüfen Sie regelmäßig, ob die Muttern und Schrauben des Hometrainers fest sitzen

IT

La mancata osservanza delle seguenti avvertenze può esporre al rischio di un incidente che potrebbe comportare lesioni gravi o mortali.

AVVERTENZA

- Leggere attentamente tutte le istruzioni prima di usare l'home trainer.
- Non usare l'home trainer se non funziona correttamente.
- Prima di salire sulla bicicletta, assicurarsi della corretta installazione (il più possibile orizzontale e non di traverso) e del corretto fissaggio all'home trainer.
- Consultare il proprio medico prima di iniziare o cambiare un programma di esercizi.
- Non mettere le mani o degli oggetti vicino alle parti in movimento dell'home trainer
- L'home trainer può diventare caldo al tatto se usato per lunghi periodi di tempo.
- Non tentare di smontare la bici mentre il volano è in movimento.
- Il dispositivo può essere utilizzato da bambini a partire dagli 8 anni di età e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali e mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che abbiano ricevuto supervisione o istruzioni sull'uso dell'apparecchio in modo sicuro e che comprendano i pericoli ad esso connessi. I bambini non devono giocare con il dispositivo. La pulizia e la manutenzione da parte dell'utente non devono essere fatte dai bambini senza supervisione.
- Utilizzare l'home trainer solo su una superficie stabile e piana e con i piedini di livellamento adeguatamente regolati
- Evitare che l'home trainer entri in contatto con l'acqua.
- Il dispositivo deve essere utilizzato esclusivamente con l'alimentatore in dotazione con il dispositivo.
- Assicurarsi che il cambio e la bicicletta siano saldamente fissati all'home trainer prima di ogni corsa.
- Scollegare l'home trainer quando non è in uso

Peso utente MAX 110 kg
L'home trainer può essere utilizzato solo con biciclette che abbiano un diametro delle ruote di almeno XX pollici (esclusi alcuni tipi di biciclette come quelle per bambini/ragazzi)
Nella stagione calda, utilizzare l'home trainer in una zona fresca e ventilata (evitare i colpi di calore)
Assicurarsi che il computer, tablet, smartphone sia fissato o posizionato su un elemento stabile, in modo che non rischi di cadere mentre si usa l'home trainer
In caso di dubbio, fare riferimento a questo manuale, alle FAQ sul sito del supporto o all'officina

MANUTENZIONE

- Spegnere e scollegare l'home trainer prima di pulirlo o di eseguire qualsiasi altra procedura di manutenzione >> se è caldo, può essere consigliabile lasciarlo raffreddare
- Per evitare squilibri o vibrazioni durante l'uso dell'home trainer, non farlo cadere durante il montaggio
- Conservare l'home trainer in un luogo asciutto a temperatura ambiente
- Asciugare il trainer dopo ogni utilizzo. L'home trainer deve essere pulito solo con un panno asciutto e non deve essere esposto a detergenti contenenti solventi o abrasivi
- Mantenere l'home trainer pulito e libero da detriti

- Controllare regolarmente che dadi e bulloni dell'home trainer siano serrati correttamente

NL

Indien u de volgende waarschuwingen niet in acht neemt, loopt u risico op een ongeluk met ernstige of zelfs dodelijke verwondingen.

WAARSCHUWING

- Lees alle instructies aandachtig door voordat u de hometrainer gebruikt
- Gebruik de hometrainer niet als deze niet correct functioneert
- Voordat u op de fiets stapt, moet u er zeker van zijn dat deze goed geplaatst is (zo horizontaal mogelijk en niet scheef) en juist op de hometrainer bevestigd is.
- Raadpleeg uw arts voordat u een trainingsprogramma begint of dit programma wijzigt.
- Houd uw handen en voorwerpen weg bij de bewegende delen van de hometrainer
- De hometrainer kan warm worden als deze lang wordt gebruikt.
- Probeer de fiets niet te demonteren als het vlieg wiel beweegt.
- Dit toestel kan worden gebruikt door kinderen in de leeftijd vanaf 8 jaar en personen met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale vermogens of gebrek aan ervaring en kennis als zij onder toezicht staan van of instructies hebben ontvangen over het gebruik van het toestel op een veilige wijze en de ermee gepaard gaande risico's begrijpen. Kinderen mogen niet met het toestel spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mag niet zonder toezicht worden uitgevoerd door kinderen.
- Gebruik de hometrainer alleen op een stabiele en vlakke ondergrond en met de poten juist afgesteld
- Voorkom dat de hometrainer in contact komt met water.
- Het apparaat mag alleen gebruikt worden met de meegeleverde voedingskabels.
- Zorg ervoor dat de cassette en de fiets goed op de hometrainer zijn bevestigd voordat u begint te fietsen.
- Haal de stekker uit het stopcontact als u de hometrainer niet gebruikt

Maximale gewicht van de gebruiker: 110 kg

De hometrainer kan alleen gebruikt worden met fietsen die een wieldoorsnede hebben van minimaal XX inches (kinder-/ tienerfietsen zijn niet geschikt)

Bij warm weer de hometrainer in een geventileerde en koele ruimte gebruiken (om oververhitting te voorkomen)

Zorg ervoor dat uw computer, tablet of smartphone op een stabiel element bevestigd of geplaatst is zodat het toestel niet kan vallen tijdens het gebruik van de hometrainer

In geval van twijfel, raadpleeg deze handleiding, de FAQ op de website of neem contact op met de workshop

ONDERHOUD

- Schakel de hometrainer uit en haal de stekker uit het stopcontact voordat u het apparaat schoonmaakt of onderhoud uitvoert >> als de hometrainer warm is misschien aangeven dat deze moet afkoelen?
- Om een stabiele installatie te verzekeren en trillingen te voorkomen tijdens het gebruik, mag de hometrainer tijdens de montage niet omvallen
- Berg de hometrainer op in een droge ruimte op kamertemperatuur
- Veeg de hometrainer af na elk gebruik. De hometrainer mag alleen gereinigd worden met een droge doek zonder oplosmidde-len of schuurmiddelen
- Zorg ervoor dat de hometrainer schoon blijft
- Controleer regelmatig of de moeren en bouten van de hometrainer goed zijn aangedraaid

PT

Se não respeitar as seguintes advertências, pode provocar um acidente com ferimentos graves ou até mesmo mortais.

AVISO

- Leia atentamente todas as instruções antes de utilizar o rolo de treino.
- Não utilize o rolo de treino se este não funcionar corretamente
- Antes de subir para a bicicleta, certifique-se de que a mesma está corretamente instalada (o mais horizontal possível e não de lado) e corretamente presa ao rolo de treino.
- Consulte o seu médico antes de iniciar ou de alterar um programa de exercício.
- Não coloque as mãos ou objetos perto das partes móveis do rolo de treino
- O rolo de treino pode ficar quente ao toque quando é utilizado durante um período prolongado.
- Não tente desmontar a bicicleta quando a roda de inércia estiver em movimento.
- Este aparelho pode ser utilizado por crianças a partir dos 8 anos de idade e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou pessoas com falta de experiência e conhecimento se estiverem a ser supervisionadas e se tiverem recebido instruções sobre como utilizar o aparelho de forma segura e desde que compreendam os perigos envolvidos. As crianças não devem brincar com o aparelho. A limpeza e a manutenção por parte do utilizador não devem ser realizadas por crianças sem supervisão.
- Utilize o rolo de treino exclusivamente numa superfície estável e plana e com pés de nivelamento corretamente ajustados
- Evite que o rolo de treino entre em contacto com a água.
- O equipamento só deve ser utilizado com a unidade de alimentação fornecida com o mesmo.
- Certifique-se de que a cassete e a bicicleta estão corretamente presas ao rolo de treino antes de cada utilização.
- Desligue o rolo de treino quando não o utilizar

Peso MÁX. do utilizador 110 kg

O rolo de treino apenas deve ser utilizado com bicicletas com um diâmetro de roda de XX polegadas no mínimo (com a finalidade de excluir qualquer tipo de bicicleta como bicicletas para crianças/adolescentes)

Com temperaturas elevadas, utilize o rolo de treino num local ventilado e fresco (evitar insolações)

Certifique-se de que o seu computador, tablet ou smartphone está preso ou instalado num elemento estável sem risco de queda durante a utilização do rolo de treino

Em caso de dúvida, consulte este manual, a FAQ no site de suporte ou dirija-se à oficina.

MANUTENÇÃO

- Desligue e retire da tomada o rolo de treino antes de limpá-lo ou de realizar qualquer outro procedimento de manutenção >> se estiver quente, deixe-o arrefecer
- Para evitar qualquer desequilíbrio ou vibração durante a utilização do rolo de treino, não o deixe cair durante a montagem
- Armazene o rolo de treino num local seco à temperatura ambiente
- Limpe o rolo de treino depois de cada utilização. O rolo de treino deve ser limpo apenas com um pano seco e não devem ser utilizados produtos de limpeza ou produtos abrasivos
- Certifique-se de que o rolo de treino permanece limpo e sem resíduos
- Verifique regularmente se as porcas e os parafusos do rolo de treino estão corretamente apertados

PL

Nieprzestrzeganie poniższych ostrzeżeń może spowodować wypadek, który może skutkować śmiercią lub poważnymi obrażeniami.

OSTRZEŻENIE

- Należy uważnie przeczytać wszystkie instrukcje przed korzystaniem z trenera domowego.
- Nie używać trenera, jeśli nie działa prawidłowo
- Przed wejściem na rower należy upewnić się, że jest on prawidłowo zamontowany (możliwie w poziomie i nie krzywo) i prawidłowo przymocowany do trenera domowego.
- Przed rozpoczęciem lub modyfikacją programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem.
- Nie zbliżać rąk ani przedmiotów do ruchomych części trenera
- Trener może stać się ciepły w dotyku, gdy jest używany przez dłuższy czas.
- Nie próbować demontować roweru gdy kolo zamachowe jest w ruchu.
- Urządzenie to może być używane przez dzieci w wieku co najmniej 8 lat oraz przez osoby o ograniczonych zdolnościach fizycznych, zczuciowych i umysłowych oraz przez osoby niemające doświadczenia ani wiedzy, jeśli znajdują się one pod nadzorem lub otrzymały instrukcje dotyczące bezpiecznego korzystania z urządzenia i rozumieją zagrożenia związane z korzystaniem. Dzieci nie mogą bawić się urządzeniem. Dzieci bez nadzoru nie mogą czyścić ani konserwować urządzenia.

- Trenera należy używać wyłącznie na stabilnej, równej powierzchni i z odpowiednio wyregulowanymi nóżkami poziomującymi
- Unikać kontaktu trenera z wodą.
- Urządzenie można stosować wyłącznie z dołączonym do niego źródłem zasilania.
- Przed każdą jazdą należy upewnić się, że kaseta i rower są bezpiecznie przymocowane do trenera.
- Odcłaczać trenera, gdy nie jest on używany

Maksymalna waga użytkownika wynosi 110 kg

Trener domowy może być używany tylko z rowerami o minimalnej średnicy koła XX cali (z wyłączeniem niektórych typów rowerów, takich jak rowery dziecięce / młodzieżowe)

W czasie upałów ćwiczyć z trenerem domowym w przewiewnym i chłodnym miejscu (unikać nadmiernego ciepła)
Upewnić się, że komputer, tablet, smartfon jest zamocowany lub umieszczony na stabilnym elemencie, który nie może spaść podczas korzystania z trenera domowego

W razie wątpliwości, należy skonsultować się z tą instrukcją, sekcją często zadawanych pytań (FAQ) na stronie pomocy technicznej lub serwisem

KONSERWACJA

- Wyłączyć i odłączyć trenera przed czyszczeniem lub wykonywaniem jakichkolwiek innych czynności konserwacyjnych >> jeśli jest gorący, może warto pozostawić go do ostygnięcia?
- Aby uniknąć nieprawidłowego wyważenia lub wibracji podczas korzystania z trenera, nie pozwól mu spadnąć podczas montażu
- Przechowywać trenera w suchym miejscu w temperaturze pokojowej
- Wycierać trenera po każdym użyciu. Trenera należy czyścić wyłącznie suchą szmatką i nie należy wystawiać go na działanie rozpuszczalników ani środków ściernych
- Utrzymywać trener w czystości i bez zanieczyszczeń
- Regularnie sprawdzać, czy nakrętki i śruby trenera są dokręcone

HU

Ha nem tartja be az alábbi figyelmeztetéseket, súlyos, akár halálos sérülésekkel járó balesetet szenvedhet.

FIGYELMEZTETÉS

- Az otthoni tréner használatá előtt olvassa el figyelmesen az összes előírást.
- Ne használja az otthoni trénert, ha nem működik megfelelően
- Mielőtt felül a kerékpárra, győződjön meg róla, megfelelően van-e elhelyezve (a lehető legegyszerűsebben, és nem ferdén), és megfelelően rögzítve van-e az otthoni trénerhez.
- Mielőtt elkezdi vagy módosítja az edzési programját, kérjűk, konzultáljon az orvosával.
- Ne tegye a kezét vagy tárgyakat az otthoni tréner mozgó alkatrészeinek a közelébe
- Az otthoni tréner hosszabb ideig tartó használat közben felmelegedhet.
- Ne próbálja meg leszerelni a kerékpárt, amíg a szabadonfutó mozgásban van.
- Ezt a készüléket 8 éves és annál idősebb gyermekek, valamint csökkent fizikai, érzékszervi vagy mentális képességekkel rendelkező, illetve tapasztalattal és ismeretekkel nem rendelkező személyek is használhatják, ha a felügyelik őket, vagy ha tájékoztatják őket a készülék biztonságos használatáról és megértették az ezzel járó veszélyeket. Gyermekek nem játszhatnak a készülékkel. A tisztítást és a felhasználó által végezhető karbantartást gyermekek felügyelet nélkül nem végezhetik.
- Az otthoni trénert csak stabil, sík felületen és megfelelően beállított szintező lábakkal használja
- Kerülje az otthoni tréner vízzel való érintkezését.
- A készülék csak a készülékhez mellékelt tápegységgel használható.
- Minden menet előtt győződjön meg róla, hogy a kasetta és a kerékpár megfelelően rögzítve van az otthoni trénerhez.
- Húzza ki az otthoni trénert, ha nem használja

A felhasználó MAX. súlya 110 kg

Az otthoni tréner csak olyan kerékpárokkal használható, amelyek keréktármérője legalább XX col (bizonyos kerékpártípusok, például gyermek/serdülő kerékpárok kizárásával)

Meleg időben szellős és hűvös helyen használja az otthoni trénert (kerülje a hőgútat)

Győződjön meg róla, hogy a számítógépe, táblagépe, okostelefonja stabil alkatrésze van rögzítve vagy helyezve, amely nem esik le az otthoni tréner használatá közben

Ha kétségei vannak, olvassa el ezeket az útmutatásokat, a támogatás oldalon található GYIK-et, vagy forduljon a műhelyhez?

KARBANTARTÁS

- Kapcsolja és húzza ki az otthoni trénert tisztítás, vagy bármely más karbantartási művelet előtt >> ha forró, lehet megjegyezni, hogy hagyja lehűlni?
- Az otthoni tréner használatá közben az egyensúlyvesztés vagy rezgés elkerülése érdekében ne hagyja leesni felszerelés közben
- Az otthoni trénert száraz, szobahőmérsékletű helyen tartsa
- Minden használat után törölje át az otthoni trénert. Az otthoni trénert csak száraz ruhával szabad tisztítani, és nem szabad oldószert vagy súrolószert használni a tisztításhoz
- Ügyeljen rá, hogy az otthoni tréner tiszta, törmeléktől mentes maradjon
- Rendszeresen ellenőrizze, hogy az otthoni tréneren lévő csavarok és anyák jól meg vannak-e húzva

RO

Dacă nu veți respecta avertismentele următoare, riscați să suferiți un accident ce ar putea provoca leziuni grave, chiar mortale.

AVERTISMENT

- Țițiți cu atenție toate instrucțiunile înainte de a utiliza aparatul Home Trainer.
- Nu utilizați aparatul Home Trainer dacă acesta nu funcționează corect
- Înainte de a urca pe bicicletă, asigurați-vă că aceasta este instalată bine (în plan orizontal și nu pe diagonală) și montați corect la aparatul Home Trainer.
- Vă recomandăm să consultați medicul înainte de a începe sau de a modifica un program de exerciții.
- Nu așezați mâinile sau obiecte în apropierea componentelor mobile ale aparatului Home Trainer
- Aparatul Home Trainer poate deveni cald la atingere atunci când este utilizat pentru o perioadă îndelungată de timp.
- Nu încercați să demontați bicicleta în timp ce roata de inerție este în mișcare.
- Acest aparat poate fi utilizat de copii cu vârsta de cel puțin 8 ani și de persoane cu capacități fizice, senzoriale sau mintale reduce sau cu lipsă de experiență și cunoștințe doar sub supraveghere sau dacă li s-au furnizat instrucțiuni privind utilizarea aparatului în condiții de siguranță și înțeleg pericolele implicate. Copiii nu trebuie să se joace cu aparatul. Curățarea și întreținerea nu se vor realiza de către copii fără supraveghere.
- Utilizați aparatul Home Trainer doar pe o suprafață stabilă și plană și împănău cu piciorușele de aducere la nivel corect ajustate
- Evitați ca aparatul Home Trainer să intre în contact cu apa.
- Aparatul trebuie să fie utilizat doar cu unitatea de alimentare cu energie electrică furnizată împreună cu acesta.
- Asigurați-vă că bicicleta și caseta sunt bine fixate de aparatul Home Trainer înainte de fiecare antrenament.
- Deconectați aparatul Home Trainer de la alimentarea electrică atunci când nu-l utilizați

Greutate MAX a utilizatorului 110 kg.

Aparatul Home Trainer nu poate fi utilizat decât împreună cu biciclete ce au un diametru al roții de minim XX inch - XX/39,37 m (cu excepția unor modele de bicicletă precum cele pentru copii/adolescenți)

Pe vreme caldă, utilizați aparatul Home Trainer într-un spațiu ventilat și răcoros (a se evita temperaturile ridicate)

Asigurați-vă că laptopul, tableta sau smatphone-ul sunt fixate sau așezate pe un element stabil și că acestea nu riscă să cadă în timpul utilizării aparatului Home Trainer

Dacă aveți îndoieli, consultați aceste instrucțiuni, rubrica FAQ de pe site-ul suport sau vizitați atelierul ?

ÎNȚREȚINERE

- Închideți, apoi deconectați aparatul Home Trainer înainte de curățare sau de a efectua orice altă procedură de mentenanță >> dacă aparatul este cald, poate este indicat să-l lăsați să se răcească?
- Pentru a se evita orice dezechilibru sau vibrație în timpul utilizării aparatului Home Trainer, nu-l scăpați în timpul montajului
- Instalați aparatul Home Trainer într-un spațiu lipsit de umezeală, la temperatură ambiantă
- Ștergeți aparatul după fiecare utilizare. Aparatul Home Trainer trebuie curățat doar cu o lavetă uscată și nu trebuie să fie expus la solvenți de curățare sau la produse abrazive

- Asigurati-vă că aparatul Home Trainer rămâne curat și nu prezintă urme de murdărie
- Verificați constant dacă piulițele și șuruburile aparatului Home Trainer sunt bine strânse

SK

Nedodržanie nasledujúcich varovaní môže viesť k nehode, ktorá môže mať za následok vážne a v niektorých prípadoch aj smrtné zranenie.

VAROVANIE

- Pred použitím domáceho trénažera si starostlivo prečítajte všetky pokyny.
- Domáci trénažér nepoužívajte, pokiaľ nefunguje správne
- Pred nasadnutím na bicykel sa uistite, že je správne nainštalovaný (čo najviac vodorovne a nie šikmo) a správne pripojený k domácmu trénažeru.
- Pred začatím alebo úpravou akéhokľvek cvičebného programu sa poraďte so svojim lekárom.
- Nedávajte ruky ani žiadne predmety do blízkosti pohyblivých častí domáceho trénažera
- Domáci trénažér môže byť pri dlhšom používaní teplý na dotyk.
- Nepokúšajte sa rozoberať bicykel, keď je zotrvačník v pohybe.
- Tento spotrebič môžu používať deti od 8 rokov a osoby so zníženými fyzickými, senzorickými alebo mentálnymi schopnosťami alebo nedostatočnými skúsenosťami a znalosťami, ak sú pod dozorom alebo dostali pokyny týkajúce sa bezpečného používania spotrebiča a pochopili súvisiace riziká. Deti sa so spotrebičom nesmú hrať. Čistenie a používateľskú údržbu nesmú vykonávať deti bez dozoru.
- Domáci trénažér používajte iba na stabilnom, rovnom povrchu a so správne nastavenými vyrovnávacími nohami
- Zabráňte kontaktu domáceho trénažera s vodou.
- Spotrebič sa smie používať len s napájacím zdrojom dodaným so spotrebičom.
- Pred každou jazdou sa uistite, že sú kazeta a bicykel bezpečne pripevnené k domácmu trénažeru.
- Ak domáci trénažér nepoužívate, odpojte ho

MAX. hmotnosť používateľa 110 kg

Domáci trénažér je možné používať iba s bicyklami s minimálnym priemerom kolies XX palcov (okrem určitých typov bicyklov, ako sú detské/juniorské bicykle)

V horúcom počasi cvičte na domacom trénažeri na vetranom a chladnom mieste (zabráňte úpalu)

Uistite sa, že váš počítač, tablet alebo smartfón je upevnený alebo umiestnený na stabilnom prvku, ktorý počas používa-nia domáceho trénažera nespadne

Ak máte pochybnosti, prečítajte si túto príručku, často kladené otázky na stránke podpory alebo sa obráťte na servisnú dielňu

ÚDRŽBA

- Pred čistením alebo akoukoľvek inou údržbou domáci trénažér vypnite a odpojte zo siete >> ak je horúci, možno je vhodné ho nechať vychladnúť
- Aby ste zabránili nerovnováhe alebo vibráciám pri používaní domáceho trénažera, dbajte na to, aby vám pri montáži nespadol
- Domáci trénažér skladujte na suchom mieste pri izbovej teplote
- Po každom použití domáci trénažér utrite. Domáci trénažér by sa mal čistiť len suchou handričkou a nemal by sa vystavovať pôsobeniu čistiacich rozpúšťadiel alebo abrazívnych prostriedkov
- Udržujte domáci trénažér v dobrom stave a bez nečistôt
- Pravidelne kontrolujte, či sú matice a skrutky domáceho trénažera pevne dotiahnuté

CS

Nedodržení následujících varování může vést k nehodě, která může mít za následek vážná a v některých případech i smrtelná zranění.

VAROVÁNÍ

- Před použitím domácího trénažeru si pečlivě přečtěte všechny pokyny.
- Domáci trénažér nepoužívejte, pokud nefunguje správně
- Než nasednete na kolo, ujistěte se, že je správně nainstalován (pokud možno vodorovně a ne našikmo) a správně připevněno k domácímu trénažeru.
- Před zahájením nebo změnou jakéhokoli cvičebního programu se poraďte se svým lékařem.
- Nedávejte ruce ani žádné předměty do blízkosti pohyblivých částí domácího trénažeru
- Domáci trénažér se může při delším používání zahřát na dotek.
- Nesnažte se kolo demontovat, když je setrvačník v pohybu.
- Tento spotřebič mohou používat děti starší 8 let a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dohledem nebo byly poučeny o bezpečném používání spotřebiče a rozumí souvisejícím nebezpečím. Děti si se spotřebičem nesmí hrát. Čištění a uživatelskou údržbu nesmí provádět děti bez dozoru.
- Domáci trénažér používejte pouze na stabilním, rovném povrchu a se správně nastavenými vyrovnávacími nohami
- Zabraňte kontaktu domácího trénažeru s vodou.
- Spotřebič lze používat pouze s napájecím zdrojem dodaným se spotřebičem.
- Před každou jízdou se ujistěte, že jsou kazeta a kolo bezpečně připevněny k domácímu trénažeru.
- Pokud domácí trénažér nepoužíváte, odpojte jej

MAX. hmotnost uživatele 110 kg

Domáci trénažér lze používat pouze s jízdními koly s minimálním průměrem kol XX palců (kromě určitých typů kol, jako jsou dětská/juniorská kola)

V horkém počasí cvičte na domácím trénažeru na větraném a chladném místě (vyhněte se úpalu)

Ujistěte se, že je váš počítač, tablet nebo smartphone upevněn nebo umístěn na stabilním prvku, který během používání domácího trénažera nespadne

Máte-li pochybnosti, přečtěte si tuto příručku, často kladené otázky na stránce podpory nebo se obraťte na servis?

ÚDRŽBA

- Před čištěním nebo jakoukoli jinou údržbou domácí trénažér vypněte a odpojte ze sitě >> je-li horký, možná je vhodné jej nechat vychladnout?
- Abyste zabránili nerovnováze nebo vibracím při používání domácího trénažeru, dbejte na to, aby vám při montáži nespadnul
- Domáci trénažér skladujte na suchém místě při pokojové teplotě
- Po každém použití domáci trénažér otřete. Domáci trénažér by měl být čištěn pouze suchým hadříkem a neměl by být vystaven čistícím rozpouštědlům nebo abrazivním materiálům
- Udržujte domáci trénažér v dobrém stavu a bez nečistot
- Pravidelně kontrolujte, zda jsou matice a šrouby domácího trénažeru utaženy

SV

Om du inte lyder följande varningar riskerar du en olycka, som kan medföra allvarliga eller dödliga skador.

VARNING

- Läs alla instruktioner noga innan du använder din home trainer.
- Använd inte din home trainer om den inte fungerar riktigt
- Innan du sätter dig på cykeln ska du kontrollera att den är rätt placerad (så horisontellt som möjligt, inte diagonalt) och rätt monterad på din home trainer.
- Rådgör med din läkare innan du påbörjar eller ändrar ett motionsprogram.
- Sätt inte händer eller föremål i närheten av de rörliga delarna på din home trainer
- Din home trainer kan bli varm när den används under en längre tid.
- Demontera inte cykeln när svänghjulet är i rörelse.
- Denna enhet kan användas av barn från 8 år och uppåt, och av personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga eller brist på erfarenhet och kunskap, om de har fått tillsyn eller instruktioner om användningen av enheten på ett säkert sätt, och förstår farorna som är involverade. Barn får inte leka med enheten. Rengöring och användarunderhåll ska inte genomföras av barnen utan tillsyn.

- Använd endast din home trainer på en yta som är stabil och plan och med justeringsbenen rätt inställda
- Undvik att din home trainer kommer i kontakt med vatten.
- Enheten ska endast användas med strömförsörjningsenheten som medföljer enheten.
- Kontrollera att kassetten och cykeln sitter fast ordentligt i din home trainer innan användning.
- Koppla ur din home trainer när du inte använder den

Maximal användarvikt är 110 kg

Din home trainer kan endast användas med cyklar vars hjuldiameter är minst XX tum (med undantag för vissa typer av cyklar, som cyklar för barn/tonåringar)

Om det är varmt ska din home trainer användas på en plats som är sval och luftigt (för att undvika värmeslag)

Kontrollera att din dator, surfplatta eller smartphone är fastsatt eller placerad på en stabil yta och inte riskerar att falla då din home trainer används

Om du är osäker, läs denna information, frågor och svar på supportwebbplatsen eller kontakta verkstaden.

UNDERHÅLL

- Stäng av och koppla ur din home trainer innan du rengör den eller genomför någon annan typ av underhållsåtgärd >> om den är varm, kanske ange att man ska låta den svalna?
- För att undvika obalans och vibrationer vid användning av din home trainer, tappa den inte under monteringen
- Förvara din home trainer på en torr plats i rumstemperatur
- Torka av din trainer efter varje användning. Din home trainer ska endast rengöras med en torr trasa och ska inte utsättas för lösningsmedel eller slipmedel
- Se till att din home trainer är ren och att det inte finns skräp
- Kontrollera regelbundet att skruvarna och bultarna på din home trainer är ordentligt åtdragna

HR

Nepoštivanje sljedećih upozorenja može dovesti do nesreće koja može rezultirati teškim ozljedama ili smrću.

UPOZORENJE

- Prije uporabe kućnog trénažera pažljivo pročitajte sve upute.
- Nemojte koristiti kućni trénažer ako ne radi ispravno
- Prije nego što sjednete na bicikl, provjerite je li pravilno postavljen (u što vodoravnijem položaju, a ne nagnut) i ispravno pričvršćen na kućni trénažer.
- Molimo posavjetujte se sa svojim liječnikom prije početka ili izmjene bilo kojeg programa vježbanja.
- Ne stavljajte ruke ili predmete blizu pokretnih dijelova trénažera
- Trénažer može postati topao na dodir kada se koristi duže vrijeme.
- Ne pokušavajte rastaviti bicikl dok je zamašnjak u pokretu.
- Ovaj uređaj smiju koristiti djeca od navršenih 8 godina i osobe smarjenih tjelesnih, osjetilnih ili mentalnih sposobnosti ili osobe koje ne raspolazu iskustvom ili znanjem ako su pod nadzorom osobe odgovorne za njihovu sigurnost i rade po uputama koje se odnose na sigurno korištenje uređaja te razumiju moguće opasnosti. Djeca se ne smiju igrati uređajem. Djeca ne smiju vršiti čišćenje i održavanje bez nadzora.
- Koristite kućni trénažer samo na stabilnoj, ravnoj površini i s pravilno podešenim nogama za niveliranje
- Izbjegavajte da trénažer dođe u dodir s vodom.
- Uređaj se smije koristiti samo s jedinicom napajanja koja je isporučena uz uređaj.
- Prije svake vožnje provjerite jesu li kasete i bicikl dobro pričvršćeni za trénažer.
- Isključite trénažer iz struje kada ga ne koristite

MAKSIMALNA težina korisnika 110 kg

Kućni trénažer može se koristiti samo s biciklima s minimalnim promjerom kotača od XX inča (ali isključuje određene vrste bicikala kao što su bicikli za djecu/tinejdžere)

Po vrućem vremenu koristite kućni trénažer na prozračenom i hladnom mjestu (izbjegavajte toplinski udar)

Provjerite je li vaše računalo, tablet ili pametni telefon fiksiran ili postavljen na stabilan element za koji nije vjerojatno da će pasti tijekom korištenja kućnog trénažera

Ako ste u nedoumici, potražite odgovor u ovom priručniku, u Često postavljanim pitanjima na web stranici za podršku ili u radionici?

ODRŽAVANJE

- Trénažer isključite, a zatim isključite iskopčajte iz napajanja trénažer prije čišćenja ili bilo kakvog drugog postupka održavanja >> ako je vruć, možda je preporučljivo ostaviti ga da se ohladi?
- Kako biste izbjegli neravnotežu ili vibracije prilikom korištenja trénažera, nemojte ga ispuštati tijekom sastavljanja
- Držite trénažer na suhom mjestu na sobnoj temperaturi
- Obrišite trénažer nakon svake uporabe. Trénažer treba čistiti samo suhom krpom i ne smije se izlagati otapalima za čišćenje ili abrazivima
- Držite trénažer čistim i bez krhotina
- Redovito provjeravajte jesu li matice i vijci dobro zategnuti

SL

Neupoštevanje naslednjih opozoril lahko povzroči nesrečo z resnimi poškodbami ali celo smrt.

OPOZORILO

- Pred uporabo trenažerja natančno preberite vsa navodila.
- Trenažerja ne uporabljajte, če ne deluje pravilno
- Preden se usedete na kolo, se prepričajte, da je pravilno nameščeno (čim bolj vodoravno in ne nagnjeno) in pravilno pritrjeno na trenažer.
- Preden začnete ali spremenite kateri koli program vadbe, se posvetujte s svojim zdravnikom.
- Ne postavljajte rok ali predmetov v bližino gibljivih delov trenažerja
- Trenažer lahko postane vroč na dotik ob daljši uporabi.
- Ne poskušajte odstraniti kolesa, medtem ko je vztrajnostno kolo v gibanju.
- Napravo lahko uporabljajo otroci, starejši od 8 let, ter osebe z zmanjšanimi telesnimi, zaznavnimi in mentalnimi sposobnostmi ali osebe s pomanjkljivimi izkušnjami in znanjem, če so pod nadzorom ali so bile ustrezno podučene o varni uporabi naprave ter se zavedajo nevarnosti, ki so povezane z njeno uporabo. Ne dovolite, da bi se z napravo igrali otroci. Čiščenja in uporabniške-ga vzdrževanja ne smejo izvajati otroci brez nadzora.
- Trenažer uporabljajte samo na stabilni, ravni podlagi in s pravilno nastavljenimi izravnalnimi nogami
- Preprečite, da bi trenažer prišel v stik z vodo.
- Napravo je dovoljeno uporabljati samo s priloženim napajalnikom.
- Pred vsako vožnjo se prepričajte, da sta kasete in kolo varno pritrjena na trenažer.
- Odklopite trenažer, ko ga ne uporabljate

Največja teža uporabnika 110 kg

Trenažer se lahko uporablja samo s kolesi z najmanjšim premerom XX palcev (vendar so pri tem izključene nekatere vrste koles, kot so otroška/najstniška kolesa)

V vročem vremenu vadite s trenažerjem v prezračevanem in hladnem prostoru (izogibajte se toplotnemu udaru)

Prepričajte se, da je računalnik, tablica, pametni telefon pritrjen ali nameščen na stabilen element, za katerega ni verjet-no, da bi padel med uporabo trenažerja

Če ste v dvomih, preglejte ta navodila ali pogosta vprašanja na spletnem mestu za podporo ali pa se obrnite na servis?

VZDRŽEVANJE

- Izklopite in izvlecite kabel trenažerja iz vtičnice, preden ga očistite ali opravite kakršen koli drug vzdrževalni postopek >> če je vroč, priporočamo, da počakate, da se ohladi.
- Da se izognete neravnovesju ali treslajam med uporabo trenažerja, pazite, da ne pade med sestavljanjem
- Trenažer hranite na suhem mestu pri sobni temperaturi
- Po vsaki uporabi obrišite trenažer. Trenažer čistite samo s suho krpo in ga ne izpostavlajte čistilnim topilom ali grobim sredstvom
- Trenažer naj bo čist in brez odpadkov
- Redno preverjajte, ali so priviti vijaki in matice na trenažerju

TR

Aşağıdaki uyanlara uymadığınız takdirde ciddi yaralanmalara, hatta ölüme sebep olabilecek kazaların yaşanmasına yol açabilirsiniz.

UYARI

- Home trainer’ı kullanmaya başlamadan önce tüm talimatları dikkatlice okuyun.
- Düzgün çalışmıyorsa home trainer’ı kullanmayın
- Bisiklete binmeden önce bisikletin iyi bir şekilde yerleştirildiğinden (mümkün olan en yatay pozisyonda olmalı ve eğik olmamalı) ve home trainer’ a düzgün bir şekilde sabitlendiğinden emin olun.
- Bir egzersiz programına başlamadan veya mevcut programınızda değişiklikler yapmadan önce doktorunuza danışın.
- Home trainer’ in hareketli parçalarının yakınına ellerinizi veya herhangi başka bir nesneyi koymayın
- Home trainer, uzun süre kullanıldığında dokunulamayacak kadar ısınabilir.
- Volan hareket halindeyken bisikleti sökmeye çalışmayın .
- Bu cihaz, 8 yaş ve üzeri çocuklar ve fiziksel, duysal veya zihinsel yetenekleri azalmış veya deneyim ve bilgi eksikliği olan kişiler tarafından, cihazın güvenli bir şekilde kullanılmasına ilişkin gözetim veya talimat verildiği ve ilgili tehlikeleri anladıkları takdirde kullanılabilir. Çocuklar cihaz ile oynamamalıdır. Temizlik ve kullanıcı bakımı gözetim altında olmayan çocuklar tarafından yapılmamalıdır.
- Home trainer’ ı yalnızca sabit ve düz bir zemin üstünde ve denge ayakları iyice ayarlanmış olarak kullanın
- Home trainer’ in suyla temas etmesinden kaçının.
- Cihaz sadece cihazla birlikte verilen güç kaynağı ünitesi ile kullanılmalıdır.
- Her kullanımdan önce dişli ve bisikletin home trainer’ a düzgün bir şekilde sabitlendiğinden emin olun.
- Kullanmadığınızda home trainer’ in güç bağlantısını kesin

Maksimum kullanıcı ağırlığı 110 kg’dır
Home trainer yalnızca tekerlek çapı minimum XX inç olan bisikletlerle kullanılabilir (çocuk/genç bisikletleri gibi bazı bisikletler hariç)
Sıcak havalarda home trainer’ ı havadar ve serin bir yerde kullanın (sıcak çarpmasından kaçının)
Bilgisayar, tablet ve akıllı telefonunuzu sabitlediğinizden veya home trainer’ ı kullanırken düşme tehlikesi yaratmayacak sabit bir parça üstüne koyduğunuzdan emin olun
Aklınıza takılan herhangi bir şeyin olması durumunda işbu kullanım kılavuzuna, internet sitesindeki Sıkça Sorulan Sorular bölümüne veya en yakın Decathlon atölyesine başvurun

BAKIM

- Temizlik ve diğer tüm bakım işlemlerinden önce home trainer’ ı kapatıp güç bağlantısını kesin >> çok sıcaksa soğumasını bekleyin
- Home trainer’ ı kullanırken tüm dengesizlikleri veya titreşimi önlemek için montaj sırasında home trainer’ ınızı düşürmeyin
- Home trainer’ ı kuru ve ortalım sıcaklığındaki bir yerde saklayın
- Home trainer’ ı her kullanımın ardından silin. Home trainer yalnızca kuru bir bezle temizlenmeli ve temizlik çözücülerini veya aşındırıcı maddelere maruz bırakılmamalıdır
- Home trainer’ ı temiz ve atıklardan tutun
- Home trainer’ ın vida ve civatalarının sıkı olup olmadığını düzenli olarak kontrol edin

LT

Jei nepaisysite šių įspėjimų, gali įvykti nelaimingas atsitikimas, dėl kurio galite sunkiai su-sižaloti ar net žūti.

ĮSPĖJIMAS

- Prieš naudodami treniruočių stovą atidžiai perskaitykite visas instrukcijas.
- Nenaudokite treniruočių stovo, jei jis veikia netinkamai
- Prieš lipdami ant dviračio įsitikinkite, kad jis yra tinkamai įtaisytas (kuo horizontaliau ir ne skersai) ir gerai pritvirtintas prie treniruočių stovo.
- Prieš pradėdami ar keisdami treniruočių programą, pasitarkite su gydytoju.
- Nėkite rankų ar daiktų prie judančių treniruočių stovo dalių
- Ilgai naudojamas treniruočių stovas gali įkaisti.
- Nebandykite nuimti dviračio, kol sukasi smagratis.
- Šį prietaisą gali naudoti vaikai nuo 8 metų ir vyresni bei asmenys, kurių fizinės, jutiminės ar protinės galimybės yra ribotos arba kuriems trūksta patirties ir žinių, jei jie buvo prižiūrimi arba instruktuojami dėl prietaiso naudojimo saugiu būdu ir supranta su tuo susijusius pavojus. Vaikai neturi žaisti su prietaisu. Vaikai be priežiūros negali atlikti valymo ir naudotojo priežiūros darbų.
- Treniruočių stovą naudokite tik ant stabilaus ir lygaus paviršiaus, tinkamai suregulavę jo išlyginimo kojeles
- Saugokite treniruočių stovą nuo vandens.
- Prietaisą galima naudoti tik su kartu su prietaisu pateiktu maitinimo bloku.
- Prieš kiekvieną treniruotę įsitikinkite, kad kasetė ir dviratis tinkamai pritvirtinti prie treniruočių stovo.
- Kai treniruočių stovo nenaudojate, išjunkite jį

Didžiausias naudotojo svoris 110 kg
Treniruočių stovą galima naudoti tik su XX skersmens ratus turinčiais dviračiais (tačiau išskyrus tam tikrus, pavyzdžiui, vaikų ar paauglių dviračius)
Šitu metų laiku treniruočių stovą naudokite vėdinamoje ir vėsioje vietoje (venkite perkaiti)
Įsitikinkite, kad jūsų kompiuteris, planšetinis kompiuteris, išmanusis telefonas pritvirtinti ar padėti ant stabilaus pagrindo ir nenukris naudojant treniruočių stovą
Jei dvejojate, žr. šią naudojimo instrukciją, DUK, pagalbos interneto svetainę, ar kreipkitės į remonto dirbtuves

PRIEŽIŪRA

- Prieš valydami ar atlikdami bet kokius kitus techninės priežiūros veiksmus, išjunkite treniruočių stovą ir atjunkite nuo elektros tinklo >> jei jis įkaitęs, gali prireikti plaukti kol jis atvės
- Kad treniruočių stovo naudojimo metu išvengtumėte išsibalansavimo ar vibracijų, įtaisydami stenkitės jo nenumesti
- Treniruočių stovą laikykite sausoje vietoje, kambario temperatūroje
- Po kiekvieno naudojimo stovą nuvalykite. Treniruočių stovą galima valyti tik sausa šluoste, nenaudoti tirpiklių ar šveitiklių
- Prižiūrėkite, kad treniruočių stovas būtų švarus, be šiukšlių
- Reguliariai tikrinkite ar gerai priveržti treniruočių stovo varžtai ir veržlės

SR

Nepoštovanje sledećih upozorenja može dovesti do nesreće koja može prouzrokovati teške povrede pa čak i smrt.

UPOZORENJE

- Pazljivo pročitaite sva uputstva pre upotrebe kućnog trenažera.
- Nemojte ga koristite trenažer ako ne radi ispravno
- Pre nego što sednete na bicikl, uverite se da je pravilno postavljen (u što horizontalnijem položaju, a ne nagnut) i da je pravilno pričvršćen za kućni trenažer.
- Posavetujte se sa svojim lekarom pre nego što započnete ili promenite bilo koji program vežbanja.
- Ne stavljajte ruke ili predmete blizu pokretnih delova trenažera
- Kućni trenažer može da se zagreje kada se koristi duže vreme.
- Ne pokušavajte da rastavite bicikl dok je zamajac u pokretu.
- Ovaj uređaj mogu koristiti deca uzrasta od 8 godina i starija i osoba sa smanjenim fizičkim, senzornim ili mentalnim sposobnos-tima ili nedostatkom iskustva i znanja ako su pod nadzorom ili su im date instrukcije u vezi sa upotrebom uređaja na bezbedan način i razumeju opasnosti koje upotreba uređaja podrazumeva. Deca se ne smeju igrati sa uređajem. Čišćenje i korisničko održavanje ne smeju da vrše deca bez nadzora.
- Koristite trenažer samo na stabilnoj, ravnoj površini i sa pravilno podešenim nogama za nivoisanje
- Izbegavajte da trenažer dođe u kontakt sa vodom.
- Aparat se može koristiti samo sa jedinicom za napajanje koja je isporučena uz uređaj.

- Uverite se da su kaset a i bicikl dobro pričvršćeni za kućni trenažer pre svake upotrebe.
- Isključite trenažer iz struje kada ga ne koristite

MAKSIMALNA težina korisnika 110 kg
Kućni trenažer se može koristiti samo sa biciklima sa minimalnim prečnikom točkova od XX inča (ali isključuje određene tipove bicikala kao što su dečiji/za tinejdžere)
Po toplom vremenu, koristite kućni trenažer na provetrenom i hladnom mestu (izbegavajte toplotni udar)
Uverite se da je vaš računar, tablet ili pametni telefon fiksiran ili postavljen na stabilan element za koji nije verovatno da će pasti tokom korišćenja kućnog trenažera
Ako ste u nedoumici, potražite odgovor u ovom priručniku, u Često postavljanim pitanjima na web stranici za podršku ili u radionici

ODRŽAVANJE

- Trenažer isključite, a zatim izvucite iz struje pre nego što ga očistite ili izvršite bilo koju drugu proceduru održavanja >> ako je vruć, možda je preporučljivo ostaviti ga da se ohladi?
- Da biste izbegli neravnotežu ili vibracije kada koristite trenažer, nemojte ga ispuštati tokom montaže
- Čuvajte trenažer na suvom mestu na sobnoj temperaturi
- Obrišite kućni trenažer nakon svake upotrebe. Trenažer treba čistiti samo suvom krpom i ne treba ga izlagati rastvaračima za čišćenje ili abrazivima
- Držite kućni trenažer čistom i bez ostataka
- Redovno proveravajte da li su matice i zavrtnji zategnuti

LV

Tālāk norādīto brīdīnājumu neievērošana var izraisīt negadījumu, kas var izraisīt nopietnus ievainojumus vai nāvi.

BRĪDINĀJUMS

- Pirms trenažiera lietošanas uzmanīgi izlasiet visus norādījumus.
- Neizmantojiet trenažieri, ja tas nedarbojas pareizi
- Pirms uzkāpšanas uz velosipēda pārļiecinieties, vai tas ir pareizi uzstādīts (pēc iespējas horizontālāk un nav šķībs) un pareizi piestiprināts pie trenažiera.
- Lūdzu, konsultējieties ar savu ārstu, pirms sākat vai maināt vingrojumu programmu.
- Novienotijiet rokas vai priekšmetus trenažiera kustīgo daļu tuvumā
- Ja trenažieri lieto ilgstoši, tas pēc taustes var būt karsts.
- Nemāģiniet izjaukt velosipēdu, kamēr spararats kustas.
- Šo ierīci drīkst izmantot bērni vecumā no 8 gadiem vai personas ar ierobežotām fiziskām, maņu vai garīgām spējām vai bez pieredzes un zināšanām, kā rīkoties ar ierīci, ja tās uzrauga vai ir saņēmušas norādījumus par drošu ierīces lietošanu, un tās izprot ar tās lietošanu saistīto apdraudējumu. Bērni nedrīkst rotāļāties ar šo ierīci. Bērniem nav atļauts veikt tīrīšanas un lietotājam veicamās apkopes darbus bez uzraudzības.
- Izmantojiet trenažieri tikai uz stabilas, līdzenas virsmas un ar pareizi noregulētām izlīdzinošām kājām
- Nelaujiet trenažierim nonākt saskarē ar ūdeni.
- Ierīci drīkst lietot tikai ar tās komplektācijā iekļauto barošanas bloku.
- Pirms katra brauciena pārļiecinieties, vai kasete un velosipēds ir droši piestiprināti pie trenažiera.
- Atvienojiet trenažieri, kad to neizmantojat

MAKS. lietotāja svars 110 kg
Trenažieri var izmantot tikai ar velosipēdiem, kuru minimālais riteņa diametrs ir XX collas (bet neizmantojiet noteikta veida velosipēdus, piemēram, bērnu/pusaudžu velosipēdus).
Karstā laikā trenējieties uz trenažiera vēdināmā un vēsā vietā (izvairieties no karstuma dūriena)
Pārļiecinieties, ka jūsu datorus, planšetdatorus, viedtālrunis ir fiksēts vai novietots uz stabilas virsmas un trenažiera lietošanas laikā nenokrītīs.
Ja rodas sābas, aplūkojiet šo rokasgrāmatu, BUJ atbalsta vietnē vai sazinieties ar darbnīcu?

APKOPE

- Izslēdziet un atvienojiet trenažieri pirms tā tīrīšanas vai citas apkopes procedūras >> ja tas ir karsts, varbūt varam ieteikt ļaut tam atdzist?
- Lai trenažiera lietošanas laikā izvairītos no līdzsvara zuduma vai vibrācijas, montāžas laikā nenometiet to
- Uzglabājiet trenažieri sausā vietā istabas temperatūrā
- Pēc katras lietošanas reizes noslaukiet trenažieri. Trenažieri drīkst tīrīt tikai ar sausu drānu, un to nedrīkst pakļaut tīrīšanas šķīdinātāju vai abrazīvu tīrīšanas līdzekļu iedarbībai.
- Saglabājiet trenažieri tīru un bez netīrumiem
- Regulāri pārbaudiet, vai trenažiera uzgriežņi un skrūves ir cieši pievilkti

ET

Järgmistele hoiatustele eiramine võib põhjustada õnnetuse, mille tagajärjeks võib olla surm või tõsine vigastus.

HOIATUSI

- Enne treeningpuki kasutamist lugege kõik juhised hoolikalt läbi.
- Ärge kasutage treeningpukki, kui see ei tööta korralikult.
- Enne rattale istumist veenduge, et see on korralikult paigaldatud (võimalikult horisontaalselt, mitte kaldu) ja õigesti treeningpuki külge kinnitatud.
- Enne treeningkava alustamist või muutmist pidage nõu arstiga.
- Ärge pange oma käsi ega esemeid treeningpuki liikuvate osade lähedale.
- Treeningpukk võib pärast pikka kasutamist tunduda puudutamisel kuumana.
- Ärge püüdke jalgratast lahti võtta, kui rull liigub.
- Seda seadet võivad kasutada lapsed alates 8. eluaastast ja isikud, kelle füüsilised, sensoorsed või vaimsed võimed on piiratud või kellel puuduvad kogemused ja teadmised, kui nad on saanud järelevalvet või juhiseid seadme ohutu kasutamise kohta ja mõistavad sellega seotud ohte. Lapsed ei tohi seadmega mängida. Lapsed ei tohi ilma järelevalveta teha puhastus- ja hooldustööd.
- Kasutage treeningpukki ainult kindlal, tasasel pinnal ja reguleeritud tasandusjalastega.
- Vältige treeningpuki kokkupuudet veega.
- Seadet tohib kasutada ainult koos seadmega kaasas oleva toiteallikaga.
- Veenduge enne igat sõitu, et kassett ja jalgratas on turvaliselt treeningpuki külge kinnitatud.
- Ühendage treeningpukk toiteallika küljest lahti, kui te seda ei kasuta.

Kasutaja MAKS. kaal 110 kg
Treeningpukki tohib kasutada ainult vähemalt XX-tollise rattadiameetriga jalgrattaga (v.a teatud tüüpi jalgrattas, nagu laste või noorte jalgrattad).
Kuumarabanduse vältimiseks kasutage treeningpukki palava ilmaga õhutatud ja jahedas kohas.
Veenduge, et teie arvuti, tahvel või nutitelefoni on kindlale pinnale asetatud ega kuku treeningpuki kasutamise ajal maha. Kas kahtluse korral tuleks lugea kasutusjuhendit, veebilehe KKK-d või pöörduda töökotta?

HOOLDUS

- Enne treeningpuki puhastamist või hooldamist lülitage see välja ja ühendage vooluallikast lahti >> kui seade on kuum, on ehk mõistlik lasta sel maha jahtuda?
- Ärge pillake treeningpuki kokkupaneku ajal maha, et vältida kasutamisaegset tasakaalutust või vibratsiooni.
- Hoidke treeningpukki kuivas kohas toatemperatuuril.
- Pühkige treeningpukk pärast iga kasutuskorda puhtaks. Treeningpukki tuleb puhastada kuiva lapiga. Ärge kasutage pesuaineid ega abrasiive.
- Hoidke treeningpukki puhtana ja prahist vabana.
- Kontrollige regulaarselt treeningpuki mutrite ja poltide pingutatust.

EL

Εάν δεν τηρήσετε τις παρακάτω προφυλάξεις, υπάρχει κίνδυνος ατυχήματος και σοβαρού τραυματισμού ή και θανάτου.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

- Διαβάστε προσεκτικά όλες τις οδηγίες πριν χρησιμοποιήσετε το home trainer.
- Μη χρησιμοποιείτε το home trainer εάν δεν λειτουργεί σωστά
- Πριν ανεβείτε στο ποδήλατο, βεβαιωθείτε ότι είναι καλά εγκατεστημένο (όσο πιο οριζόντια γίνεται και όχι εγκάρσια) και σωστά στερεωμένο στο home trainer.
- Συμβουλευθείτε τον ιατρό σας πριν ξεκινήσετε ή τροποποιήσετε το πρόγραμμα φυσιοατικής.
- Μη βάζετε τα χέρια σας ή άλλα αντικείμενα κοντά στα κινητά εξαρτήματα του home trainer
- To home trainer μπορεί να ζεσταθεί όταν χρησιμοποιείται για μεγάλο χρονικό διάστημα.
- Μην προσπαθήσετε να αποσυρμολογήσετε το ποδήλατο όταν κινείται ο τροχός αδράνειας .
- Αυτή η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί από παιδιά ηλικίας άνω των 8 ετών, ή από άτομα με μειωμένη φυσική, νοητική ή αισθησιακή ικανότητα ή έλλειψη εμπειρίας και γνώσης μόνο εφόσον επιβλέπονται ή έχουν λάβει οδηγίες σχετικά με την ασφαλή λειτουργία της συσκευής και κατανοούν πλήρως τους σχετιζόμενους κινδύνους. Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με τη συσκευή. Ο καθαρισμός και η συντήρηση από τον χρήστη δεν πρέπει να πραγματοποιούνται από παιδιά χωρίς επίβλεψη.
- Χρησιμοποιείτε το home trainer μόνο σε σταθερή και επίπεδη επιφάνεια, με τα ποδαράκια ευθυγράμμισης σωστά ρυθμισμένα
- Αποφύγετε την επαφή του home trainer με το νερό.
- Η συσκευή πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά με το τροφοδοτικό που παρέχεται με τη συσκευή.
- Βεβαιωθείτε ότι η βάση και το ποδήλατο είναι καλά στερεωμένα στο home trainer πριν από κάθε πρόπονηση.
- Βγάλτε το home trainer από την πρίζα όταν δεν το χρησιμοποιείτε

Μέγιστο βάρος χρήστη 110 kg

Το home trainer μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο με ποδήλατα με διάμετρο τροχού τουλάχιστον XX ίντσες (προκειμένου να αποκλειστούν ορισμένοι τύποι ποδηλάτου όπως τα παιδικά/εφηβικά ποδήλατα)

Όταν ο καρπός είναι ξυπνός, χρησιμοποιείτε το home trainer σε μέρος χρόνου, με καλό αερισμό (προς αποφυγή θερμότητας)

Βεβαιωθείτε ότι ο υπολογιστής, το tablet ή το smartphone σας, βρίσκονται σε σταθερό σημείο και δεν κινδυνεύουν να πέσουν κατά τη χρήση του home trainer

Σε περίπτωση αμφιβολιών, συμβουλευθείτε τις παρούσες οδηγίες, τις Συχνές Ερωτήσεις (FAQ) στην ιστοσελίδα υποστήριξης, ή το κατάστημα ?

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

- Σβήστε και βγάλτε το home trainer από το ρεύμα πριν το καθαρίσετε ή πραγματοποιήσετε οποιοδήποτε άλλη διαδικασία συντήρησης >> εάν είναι ξυπνό ίσως να αναφέρεται ότι πρέπει να κρυσάει πρώτα
- Για να αποφύγετε τυχόν αναστορές ή δονήσεις κατά τη χρήση του home trainer, προσέξτε να μην πέσει κατά τη συναρμολόγηση
- Εγκαταστήστε το home trainer σε μέρος ξηρό, σε θερμοκρασία περιβάλλοντος
- Σκουπίστε το home trainer μετά από κάθε χρήση. Το home trainer θα πρέπει να καθαρίζεται μόνο με ένα στεγνό πανί, και δεν θα πρέπει να εκτίθεται σε καθαριστικά διαλύματα ή λευκαντικά προϊόντα
- Φροντίστε ώστε το home trainer να παραμένει καθαρό και ελεύθερο από υπολείμματα
- Ελέγχετε τακτικά εάν τα παζμιάδια και οι βίδες του home trainer είναι καλά σφιγμένες

BG

Неспазването на посочените по-долу предупреждения носи риск от злополука, която може да доведе до сериозни наранявания, дори до смърт.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Прочетете внимателно всички инструкции преди да използвате домашния тренажор.
- Не използвайте домашния тренажор, ако не работи правилно
- Преди да се качите на велосипеда, се уверете, че е добре монтиран (възможно най-хоризонтално и не погрешно) и правилно закрепен към домашния тренажор.
- Преди да започнете или промените тренировъчната си програма се консултирайте с Вашия лекар.
- Не поставяйте ръцете си или предмети в близост до движещите се части на домашния тренажор
- Когато е използван продължително време, домашният тренажор може да е горещ на допир.
- Не опитвайте да свалите велосипеда докато инерционното колело се движи.
- Този уред може да се използва от деца на възраст над 8 години и лица с намалени физически, сетивни или умствени способности или липса на опит и познания, ако са под наблюдение или са инструктирани относно използването на уреда по безопасен начин и разбират възможните опасности. Децата не трябва да си играят с уреда. Почистването и потребителската поддръжка не трябва да се извършват от деца без надзор.
- Използвайте домашния тренажор само върху стабилна и равна повърхност и с правилно нивелирани крачета
- Домашният тренажор не трябва да влиза в контакт с вода.
- Уредът трябва да се използва само с доставения в опаковката ذخранващ блок.
- Преди всяка тренировка се уверете, че касетата и велосипедът са здраво закрепени към домашния тренажор.
- Изключете домашния тренажор, когато не го използвате

МАКС. тегло на потребителя 110 kg

Домашният тренажор може да се използва само с велосипеди с минимален диаметър на колелата XX инча (но изключва някои видове велосипеди, като велосипеди за децата/нейджъри).

В горещо време се упражнявайте на домашния тренажор на проветриво и хладно място (пазете се от топлинен удар)
Уверете се, че компютърът, таблетът, смартфонът ви е закрепен или поставен върху стабилен елемент, от който няма риск да паднат, докато използвате домашния тренажор
При съмнение, направете справка с тази листовка, с ЧЗВ на сайта за поддръжка или на сервиса?

ПОДДРЪЖКА

- Преди да го почистите или да извършите друга операция по поддръжката, изключете и извадете от контакта домашния тренажор, >> ако е горещ, го оставите да се охлади?
- За да избегнете дисбаланс или вибрации при използване на домашния тренажор, не го изпускате по време на монтаж
- Съхранявайте домашния тренажор на сухо място и на стайна температура
- Забърсвайте домашния тренажор след всяка употреба. Домашният тренажор трябва да се почиства само със суха кърпа без да се използват почистващи разтворители или абразивни препарати
- Поддържайте домашния тренажор чист и без отпадъци
- Редовно проверявайте дали гайките и болтовете на домашния тренажор са добре затегнати

KK

Келесі ескертулерді сақтамау сізге ауыр жарақатқа, тіпті өлімге әкеп соғуы мүмкін апат қаупін тудырады.

ЕСКЕРТУ

- Үйдегі жаттығу құралын қолданар алдында барлық нұсқауларды мұқият оқып шығыңыз.
- Жаттығу құралы дұрыс жұмыс істемесе, оны пайдаланбаңыз
- Велосипедке отырудың алдында, оның дұрыс орнатылғанына (мүмкіндігінше көлденең және қысық емес) және үйдегі жаттығу құралына дұрыс бекітілгенін тексеріңіз.
- Жаттығу бағдарламасын бастаудың немесе өзгертудің алдында дәрігермен ақылдасыңыз.
- Үйдегі жаттығу құралының қозғалмалы бөліктерінің жанына қолдарыңызды және заттарды қоймаңыз
- Ұзақ мерзімді пайдалану арқылы үйдегі жаттығу құралы ұстау үшін ыстық болуы мүмкін.
- Сермер қозғалып тұрған кезде, велосипедті бөлшектеуге тырыспаңыз.
- 8 жасқа толған және одан үлкен балаларға және дене, сезім немесе ақыл-ой қабілеттері шектеулі немесе тәжірибесі мен білім деңгейі жеткіліксіз адамдарға бұл құрылғыны біреудің бақылауында болғанда немесе оны қауіпсіз түрде қолдану жөнінде нұсқау алып, осыған қатысты қауіп-қатерді түсінгеннен кейін қолдануға рұқсат етіледі. Балалар құрылғымен ойынауы керек. Балалар тазалау және техникалық қызмет көрсетуді қадағалаусыз орындамауы керек.
- Үйдегі жаттығу құралын тек тұрақты, тегіс жерде және реттелетін тіреулері дұрыс реттелген кезде қолданыңыз.

- Үйдегі жаттығу құралының суға тигізбеңіз.
- Құрылғыны тек құрылғымен бірге берілген қуат блогымен қолдануға болады.
- Өр жаттығудың алдында касетта мен велосипедтің үйдегі жаттығу құралына мықтап бекітілгеніне көз жеткізіңіз.
- Үйдегі жаттығу құралын пайдаланбаған кезде, оны ажыратып қойыңыз.

Пайдаланушының салмағы 110 кг-дан АСПАУЫ ТИІС
Үйдегі жаттығу құралын тек диаметрі кемінде XX дюйм болатын велосипедтермен ғана қолдануға болады (бірақ балалар велосипеді сияқты кейбір түрлерін қоспағанда)

Ауа райы ыстық болған кезде, үйдегі жаттығу құралын желдетілетін және салқын жерде пайдаланыңыз (жылу соққысынан сақтаныңыз)

Компьютеріңіз, планшетіңіз, смартфоньыңз үйдегі жаттығу құралын пайдаланған кезде құлап кетпейтіндей, тұрақты бетке бекітілгеніне немесе орналастырылғанына сенімді болыңыз
Күмәніңіз болған жағдайда, осы нұсқаулықты, қолдау веб-сайтындағы жиі қойылатын сұрақтарды қараңыз немесе шеберханаға хабарласыңыз.

ТЕХНИКАЛЫҒ ҚЫЗМЕТ КӨРСЕТУ

- Үйдегі жаттығу құралын өшіріңіз, содан кейін оны тазалаудың алдында немесе басқа техникалық қызмет көрсету процедурасын жасаудың алдында оны желіден ажыратыңыз >> егер ол ыстық болса, оны суытып алу керек шығар?
- Үйдегі жаттығу құралын пайдаланған кездегі теңгерімсіздік пен дірілдің алдын алу үшін оны құрастырған кезде құлаптаныз.
- Үйдегі жаттығу құралын бөлме температурасында құрғақ жерде сақтаңыз
- Жаттығу құралын ғр қолданғаннан кейін сүртіңіз. Үйдегі жаттығу құралын тек құрғақ шүберекпен тазалап, тазалағыш еріткіштерге немесе абразивті заттардың әсеріне ұшыратпау керек
- Үйдегі жаттығу құралын таза және қорқыссыз күйінде қалдырыңыз.
- Үйдегі жаттығу құралының сомындары мен болттарының дұрып тартылғанын үнемі тексеріп отырыңыз

RU

Несоблюдение приведенных ниже предупреждений может привести г происшествиям с серьезными травмами или смерти.

ВНИМАНИЕ

- Перед использованием домашнего тренажера внимательно прочтите все инструкции.
- Не используйте тренажер, если он работает неправильно
- Прежде чем сесть на велосипед, убедитесь в правильности его установки (максимально ровно и без перекосов) и крепления к домашнему тренажеру.
- Прежде чем начать или изменить программу упражнений, проконсультируйтесь с врачом.
- Не подносите руки или предметы к движущимся элементам тренажера
- При длительном использовании домашний тренажер может нагреться.
- Не отсоединяйте велосипед до полной остановки инерционного маховика.
- Настоящее устройство может использоваться детьми в возрасте от 8 лет и лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными возможностями, а также людьми, не имеющими соответствующего опыта и знаний, при условии, что они были ознакомлены с инструкциями по обращению с устройством и понимают все возможные риски, или пользуются устройством под наблюдением. Не допускается использование устройства в качестве детской игрушки. Очистка и обслуживание не должны выполняться детьми без наблюдения взрослого человека.
- Используйте тренажер только на устойчивой и ровной поверхности, правильно отрегулировав ножки.
- Не допускайте контакта домашнего тренажера с водой.
- Устройство разрешается использовать только с блоком питания, входящим в комплект устройства.
- Перед каждым использованием проверяйте, что кассета и велосипед надежно прикреплены к тренажеру.
- Если тренажер не используется, отключайте его сети

Макс. вес пользователя 110 кг

Домашний тренажер можно использовать только с велосипедами с диаметром колес не менее XX дюймов (за исключением некоторых типов велосипедов, например, детских/подростковых)

При высокой температуре окружающего воздуха используйте домашний тренажер в прохладном, проветриваемом помещении (во избежание теплового удара)

Убедитесь, что компьютер, планшет или смартфон закреплен или размещен на устойчивом элементе, который не упадет во время тренировки с домашним тренажером.

Если у вас есть какие-либо сомнения, см. настоящее руководство и часто задаваемые вопросы на сайте или обратитесь в сервисный центр

ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Перед чисткой или любой другой процедурой выключите устройство и затем отключите его от розетки >> если тренажер горячий, рекомендуется дождаться, пока он остынет
- Во избежание дисбаланса или вибрации домашнего тренажера, не допускайте его падений во время сборки
- Храните домашний тренажер в сухом месте при комнатной температуре
- Протирайте тренажер после каждого использования. Для чистки домашнего тренажера используйте только сухую ткань. Не используйте растворители и абразивные чистящие средства.
- Следите за чистотой домашнего тренажера
- Регулярно проверяйте затяжку гаек и болтов домашнего тренажера

UK

Недотримання цих попереджень може стати причиною нещасного випадку, який може призвести до серйозних травм або смерті.

ПОПЕРЕДЖЕННЯ

- Перед використанням домашнього тренажера уважно прочитайте всі інструкції.
- Не використовуйте домашній тренажер, якщо він не працює належним чином
- Перш ніж сісти на велосипед, переконайтеся, що він правильно встановлений (як можна більш горизонтально і не криво) і правильно прикріплений до домашнього тренажера.
- Перш ніж почати або змінити програму вправ, проконсультуйтеся з лікарем.
- Не кладіть руки або предмети поруч з рухомими частинами домашнього тренажера
- При тривалому використанні домашній тренажер може стати теплим на дотик.
- Не намагайтеся розібрати велосипед, поки маховик знаходиться в русі.
- Цей пристрій можуть використовувати діти віком від 8 років і старше, а також особи з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими здібностями або з недостатнім досвідом і знаннями, якщо вони перебувають під наглядом або проінструктовані щодо безпечного використання пристрою і розуміють пов'язані з цим небезпеки. Не дозволяйте дітям гратися з пристроєм. Очищення та обслуговування не повинно проводитися дітьми без нагляду дорослих.
- Використовуйте домашній тренажер тільки на стійкій, рівній поверхні і з правильно відрегульованими вирівнюючими ніжками
- Уникайте контакту домашнього тренажера з водою.
- Пристрій можна використовувати тільки з блоком живлення, що входить до комплекту поставки.
- Перед кожним заняттям перевіряйте, щоб касета і велосипед були надійно закріплені на домашньому тренажері.
- Відключайте домашній тренажер від мережі, коли він не використовується

Максимальна вага користувача 110 кг

Домашній тренажер можна використовувати тільки з велосипедами з діаметром коліс не менше XX дюймів (але виключаючи деякі типи велосипедів, наприклад, дитячі/підліткові)

У жарку погоду займайтеся на домашньому тренажері в провітрюваному і прохолодному місці (щоб уникнути теплового удару)

Переконайтеся, що ваш комп'ютер, планшет, смартфон закріплений або розміщений на стійкій поверхні, не ризикуючи власти під час використання домашнього тренажера

У разі сумнівів зверніться до цієї інструкції, FAQ на сайті підтримки або в майстерню

ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

- Вимкніть і від'єднайте домашній тренажер від мережі перед чистенням або виконанням будь-якої іншої процедури обслуговування >> якщо він гарячий, можливо, рекомендується дати йому охолонути?
- Щоб уникнути дисбалансу або вібрації при використанні домашнього тренажера, уникайте його падіння під час

- складання
- Зберігайте домашній тренажер у сухому місці при кімнатній температурі
- Протирайте тренажер після кожного використання. Домашній тренажер слід чистити тільки сухою тканиною і не піддавати впливу розчинників або абразивних речовин
- Тримайте домашній тренажер у чистоті, без сміття
- Регулярно перевіряйте затягування гайок і болтів домашнього тренажера

VI

Việc không tuân thủ các cảnh báo dưới đây có nguy cơ dẫn đến tai nạn bị thương nặng, thậm chí là tử vong.

CẢNH BÁO

- Độc kỹ tất cả các hướng dẫn trước khi sử dụng khung đạp xe tại nhà.
- Không sử dụng khung đạp xe tại nhà nếu nó không hoạt động bình thường
- Trước khi lên xe đạp, hãy đảm bảo rằng xe đạp đã được đặt đúng cách (càng nằm ngang càng tốt và không bị nghiêng) và đã được cố định chính xác vào khung đạp xe tại nhà.
- Vui lòng tham khảo ý kiến bác sĩ của bạn trước khi bắt đầu hoặc thay đổi chương trình tập luyện.
- Không để tay hoặc đồ vật gần các bộ phận chuyển động của khung đạp xe tại nhà
- Khung đạp xe tại nhà nếu được sử dụng trong một thời gian kéo dài có thể bị nóng khi chạm vào.
- Không cố tháo xe đạp trong khi bánh xe theo quán tính đang chuyển động.
- Thiết bị này có thể được sử dụng bởi trẻ em từ 8 tuổi trở lên và những người bị suy giảm năng lực về thể chất, giác quan hoặc tâm thần hoặc thiếu kinh nghiệm và kiến thức nếu được giám sát hoặc hướng dẫn sử dụng thiết bị một cách an toàn và hiểu rõ các mối nguy hiểm có liên quan. Trẻ em không được cho dùng cốc thiết bị. Trẻ em không được vệ sinh và bảo trì thiết bị nếu không có sự giám sát.
- Chỉ sử dụng khung đạp xe tại nhà trên bề mặt chắc chắn và bằng phẳng và chân đế được điều chỉnh một cách phù hợp
- Tránh để khung đạp xe tại nhà tiếp xúc với nước.
- Chỉ được sử dụng thiết bị với bộ cấp nguồn được cung cấp kèm theo thiết bị.
- Hãy đảm bảo rằng lốp và xe đạp được cố định chắc chắn vào khung đạp xe tại nhà trước mỗi lần sử dụng.
- Ngắt điện khung đạp xe tại nhà khi không sử dụng

Trọng lượng TỐI ĐA của người sử dụng là 110 kg
Chỉ sử dụng khung đạp xe tại nhà với xe đạp có đường kính bánh xe tối thiểu là là XX" (nhưng loại trừ một số loại xe đạp nhất định như xe đạp dành cho trẻ em/thanh thiếu niên)
Khi trời nóng, nên sử dụng khung đạp xe tại nhà ở nơi thoáng mát (tránh tăng thân nhiệt)
Hãy đảm bảo rằng máy tính, máy tính bảng, điện thoại thông minh của bạn được gắn cố định hoặc đặt lên chỗ chắc chắn không có nguy cơ bị rơi trong quá trình sử dụng khung đạp xe tại nhà
Trong trường hợp bị chưa chắc chắn, vui lòng tham khảo bản hướng dẫn này, tại mục Câu hỏi thường gặp trên webiste hỗ trợ hoặc tại xưởng ?

BẢO TRÌ

- Tắt máy sau đó ngắt điện khung đạp xe tại nhà trước khi lau chùi hoặc thực hiện bất kỳ quy trình bảo dưỡng nào khác >> nếu máy nóng, có thể chỉ rõ để máy nguội bớt ?
- Để tránh tình trạng mất cân bằng hoặc rung lắc trong quá trình sử dụng khung đạp xe tại nhà, không làm rơi máy khi lắp ráp
- Bảo quản khung đạp xe tại nhà ở nơi khô ráo với nhiệt độ phòng
- Lau chùi máy sau mỗi lần sử dụng. Chỉ được lau chùi khung đạp xe tại nhà với khăn lau khô và không được để máy tiếp xúc với các dung môi tẩy rửa hoặc các chất mài mòn
- Giữ gìn khung đạp xe tại nhà luôn sạch sẽ và không có các mảnh vụn
- Thường xuyên kiểm tra xem các đai ốc và bu lông của khung đạp xe tại nhà có được siết chặt không

ID

Jika Anda tidak mematuhi peringatan berikut, Anda berisiko mengalami kecelakaan yang dapat berujung pada cedera berat, bahkan kematian.

PERINGATAN

- Baca dengan hati-hati seluruh instruksi sebelum menggunakan home trainer.
- Jangan gunakan home trainer jika tidak berfungsi dengan baik
- Sebelum menaikn sepeda, pastikan sepeda Anda terpasang dengan baik (dengan posisi horizontal dan bukan diagonal) dan terpasang kuat pada home-trainer.
- Harap berkonsultasi dengan dokter Anda sebelum Anda memulai atau memodifikasi program olahraga.
- Jangan tempatkan tangan Anda atau objek di dekat bagian yang bergerak pada home trainer
- Home trainer bisa memanass jika dipegang. Ketika digunakan pada saat yang lama.
- Jangan mencoba membongkar sepeda ketika roda inersi sedang bergerak.
- Alat ini boleh digunakan oleh anak-anak berusia 8 tahun ke atas dan orang dengan keterbatasan fisik, sensoris, mental, atau kurang pengalaman dan pengetahuan asalkan telah diberi pengawasan atau panduan mengenai penggunaan alat secara aman dan pemahaman tentang bahaya yang dapat ditimbulkan alat ini. Alat ini bukan mainan untuk anak-anak. Anak-anak tanpa pengawasan dilarang melakukan pembersihan dan pemeliharaan.
- Hanya gunakan home trainer di permukaan yang stabil dan rata, dan dengan kaki perata yang disetel dengan benar
- Hindarkan home trainer dari air.
- Alat ini hanya boleh digunakan dengan unit catu daya yang disertakan bersama alat.
- Pastikan kaset dan sepeda terpasang dengan aman ke home trainer sebelum digunakan.
- Cabut steker home trainer saat tidak digunakan

Berat maksimal pengguna 110 kg
Home trainer hanya dapat digunakan dengan sepeda yang diameter rodanya minimum XX inci (pengecualian untuk jenis sepeda tertentu, seperti sepeda anak/remaja)
Dalam cuaca panas, praktikkan home trainer di tempat yang berventilasi dan sejuk (hindari sengatan panas)
Pastikan komputer, tablet, ponsel cerdas Anda terpasang dengan benar atau diletakkan di atas elemen stabil yang tidak mungkin jatuh selama penggunaan home trainer
Jika ragu, lihat kembali petunjuk ini, FAQ (Pertanyaan yang sering diajukan) di situs pendukung atau ke bengkel.

PEMELIHARAAN

- Matikan lalu cabut steker home trainer sebelum membersihkannya atau melakukan prosedur perawatan lainnya >> jika panas mungkin disarankan untuk mendinginkannya.
- Untuk menghindari ketidakseimbangan atau getaran saat menggunakan home trainer, jangan jatuhkan selama perakitan
- Simpan home trainer di tempat yang kering pada suhu kamar
- Bersihkan home trainer setelah setiap kali digunakan. Home trainer hanya boleh dibersihkan dengan kain kering dan tidak boleh terkena pelarut pembersih atau abrasif
- Pastikan home trainer bersih dan tidak ada kotoran
- Periksa secara teratur apakah mur dan baut home trainer sudah kencang

ZH

如果不遵守以下警告，可能会出现意外事故，并导致严重伤害甚至有致命危险。

警告

- 在使用家用骑行训练台之前，请仔细阅读所有使用说明。
- 如果家用骑行训练台无法正常运行，则请勿使用。
- 在骑自行车之前，请确保自行车安装良好（尽可能保持水平，不要有歪斜）并被良好固定在家用骑行训练台上。
- 在开始或修改某一训练计划之前，请向您的医生咨询。
- 请勿将手或其他物品放在家用骑行训练台的活动部件附近。
- 较长时间使用家用骑行训练台时，它摸上去可能会发热。

- 请勿在飞轮运动时 尝试卸下自行车。
- 本设备可供8岁和此年龄以上的儿童，以及身体、感官或精神能力有缺陷或缺乏经验和知识的人员使用，前提是必须已接受有关安全使用设备的监督或指导并了解可能涉及的危险。儿童不应玩耍本设备。对本品的清洁和用户维护不应由儿童在没有任何监护的情况下进行。
- 请仅在稳定、水平的表面上使用家用骑行训练台并正确调节水平支脚。
- 请避免家用骑行训练台与水接触。
- 本设备仅可与随附的电源装置一起使用。
- 在每次骑行前，请确保飞轮和自行车被良好固定在家用骑行训练台上。
- 在不使用家用骑行训练台时，请将其与电源断开。

使用者体重上限为110kg。家用骑行训练台不能用于车轮直径小于XX英寸的自行车（旨在排除使用如儿童自行车/青少年自行车之类的车型）

如果天气炎热，请在通风、凉爽的地方使用家用骑行训练台进行训练（以免中暑）。请确保计算机、平板电脑、智能手机被固定或放在平稳的元件上，以免在使用家用骑行训练台时的坠落。如有任何疑问，请参阅本说明书或支持网站的常见问题解答，或向迪卡侬车间咨询。

维护

- 请首先关闭骑行训练台，并将其与电源断开，如果骑行训练台发热，请先让其冷却下来，然后再进行清洁或维护操作。
- 为了避免在使用家用骑行训练台时出现不平衡或振动现象，请勿在组装时掉落元件。
- 请将家用骑行训练台以常温存放在干燥的地方。
- 在每次使用后，请擦干骑行训练台。仅可用干抹布清洁家用骑行训练台，切勿使用清洁剂或研磨剂进行清洁。
- 请确保家用骑行训练台清洁干净没有碎片。
- 定期检查家用骑行训练台的螺母或螺栓是否被拧紧。

JA

以下の注意事項を守らない場合は、重傷ひいては死亡につながる事故の恐れがあります。

警告

- ホームトレーナーをお使いになる前に、すべての注意事項をよくお読みください。
- ホームトレーナーが正常に機能しない場合は、お使いにならないでください
- 自転車に乗る前に、正常に設置（可能な限り垂直で、斜めにならないようにしてください）されているか、ホームトレーナーに正しく固定されているかを確認してください。
- エクササイズプログラムを開始もしくは変更する前に、かかりつけ医にご相談ください。
- ホームトレーナーの可動部分近くに、手もしくは物を置かないでください
- ホームトレーナーは、長時間お使いになった場合、触ると熱くなることがあります。
- 慣性はホイールが回っている間、自転車を解体しようとししないでください。
- 本機器は、8歳以上のお子様、および身体的、感覚的、精神的能力が低下している、または経験と知識が不足している方が、安全な方法で機器を使用していたくための監督または指示を受けて、関連する危険性を理解している場合にご使用いただけます。お子様が機器で遊ばないようにしてください。清掃とお手入れをお子様におこなわせる場合は、必ず大人の方の監督下でおこなってください。
- ホームトレーナーは、正しく調節したレバリングフットを使って、安定した平らな場所のみでお使いください
- ホームトレーナーに水がつかないようにしてください。
- 機器は、機器付属の電源ユニットのみでお使いください。
- 毎回走行前、にスプロケットと自転車が正常にホームトレーナーに固定されていることを確認してください。
- お使いにならないときは、ホームトレーナーのケーブルを抜いておいてください

使用者の**最大重量110kg**
直径最小**XXインチ**（レガし子用 / ティーンズ用自転車といった数種類の自転車は除外します）のホイールを取り付けた自転車のみでホームトレーナーをお使いいただけます
暑い天候下では、換気をよくおこなった涼しい場所（熱中症対策をとりながら）でホームトレーナーをお使いください
ホームトレーナーを使っている間に、パソコン、タブレット、スマートフォンが落下しないように、安定した家具に固定するが置かれていることを確認してください
疑問がある場合は、本取扱説明書やサポートサイトか工房？のよくある質問をご参照ください

メンテナンス

- クリーニングする前もしくはその他のいずれのメンテナンス作業をおこなう前には、電源を切ってからケーブルを外してください→熱をもっている場合は、おそらくここで冷えるのを待つことを示す？
- ホームトレーナーの使用時は、均衡を失うこともしくは振動も避けるために、組み立て中に落下させないでください
- ホームトレーナーを乾燥した場所に室温で保管してください
- 毎回使用後は、ホームトレーナーを拭いてください。ホームトレーナーのクリーニングには、乾燥したクロスのみをお使いになり、決して洗浄液もしくは研磨剤にさらさないようにしてください
- ホームトレーナーを清潔に保ち、ホコリがつかないように→ご注意ください
- ホームトレーナーのナットやボルトがしっかりと締められているかを定期的に確認してください

ZT

如果不遵守以下警告，可能會出現意外事故，並導致嚴重傷害甚至有致命危險。

警告

- 在使用家用騎行訓練台之前，請仔細閱讀所有使用說明。
- 如果家用騎行訓練台無法正常運行，則請勿使用。
- 在騎上自行車之前，請確保自行車安裝良好（盡可能保持水平，不要有歪斜）並被良好固定在家用騎行訓練台上。
- 在開始或修改某一訓練計劃之前，請向您的醫生諮詢。
- 請勿將手或其他物品放在家用騎行訓練台的活動部件附近。
- 較長時間使用家用騎行訓練台時，它摸上去可能會發熱。
- 請勿在飛輪運動時 嘗試卸下自行車。
- 本設備可供8歲和此年齡以上的兒童，以及身體、感官或精神能力有缺陷或缺乏經驗和知識的人員使用，前提是必須已接受有關安全使用設備的監督或指導並了解可能涉及的危險。兒童不應玩耍本設備。本品的清潔和使用者的維護不應由兒童在沒有任何監護的情況下進行。
- 請僅在穩定、水平的表面上使用家用騎行訓練台並正確調節水平支腳。
- 請避免家用騎行訓練台與水接觸。
- 本設備僅可與隨附的電源裝置搭配使用。
- 在每次騎行前，請確保飛輪和自行車被良好固定在家用騎行訓練台上。
- 在不使用家用騎行訓練台時，請將其與電源斷開。

使用者體重上限為110kg。家用騎行訓練台不能用於車輪直徑小於XX英寸的自行車（旨在排除使用如兒童自行車/青少年自行車之類的車型）

如果天氣炎熱，請在通風、涼爽的地方使用家用騎行訓練台進行訓練（以免中暑）。請確保計算機、平板電腦、智慧手機被固定或放在平穩的元件上，以免在使用家用騎行訓練台時的墜落。如有任何疑問，請參閱本說明書或支持網站的常見問題解答，或向迪卡儂車間諮詢。

維護

- 請首先關閉騎行訓練台，並將其與電源斷開，如果騎行訓練台發熱，請先讓其冷卻下來，然後再進行清潔或維護操作。
- 為了避免在使用家用騎行訓練台時出現不平衡或振動現象，請勿在組裝時掉落元件。
- 請將家用騎行訓練台以常温存放在乾燥的地方。
- 在每次使用後，請擦乾騎行訓練台。僅可用乾抹布清潔家用騎行訓練台，切勿使用清潔溶劑或研磨劑進行清潔。
- 請確保家用騎行訓練台清潔乾淨沒有碎片。
- 定期檢查家用騎行訓練台的螺母或螺栓是否被擦緊。

TH

ការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងការប្រតិបត្តិការក្នុងក្រុមហ៊ុនមួយ។ ក្រុមហ៊ុនមួយអាចប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងការប្រតិបត្តិការក្នុងក្រុមហ៊ុនបានដើម្បីបង្កើនប្រសិទ្ធភាពរបស់ខ្លួន។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

គោលការណ៍

- ​ ធានា​គោល​បំណង​របស់​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ ធានា​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ថ្លៃ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ហានិភ័យ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។
- ​ កាត់បន្ថយ​ការ​បាត់បង់​ថវិកា​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដោយ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

​តាម​គណនេយ្យ​វិទ្យា​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​គឺ​ជា​ការ​ប្រើប្រាស់​ប្រព័ន្ធ​គ្រប់គ្រង​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ក្នុង​ក្រុមហ៊ុន​មួយ​ដើម្បី​បង្កើន​ប្រសិទ្ធភាព​របស់​ខ្លួន​។

KO

다음 경고를 준수하지 않으면 사망 또는 중상을 입는 사고로 이어질 수 있습니다 .

경고

- 홈 트레이너를 사용하기 전에 모든 지침을 잘 읽으십시오
- 홈트레이너가 제대로 작동하지 않는다면 사용하지 마세요
- 자전거를 타기 전에 자전거가 올바르게 장착되었는지(가능한 한 수평으로 기울어지지 않았는지), 홈 트레이너에 올바르게 고정되어 있는지 확인하십시오.
- 운동 프로그램을 시작하거나 수정하기 전에 의사와 상의하십시오.
- 트레이너의 움직이는 부분은 손이나 물건을 가까이 하지 마세요.
- 홈트레이너는 장시간 사용하면 만질 때 뜨거워질 수 있습니다.
- 플레이월이 움직이는 동안 자전거를 분해하지 마십시오.
- 본 기기는 만 8세 이상의 어린이 및 신체적, 감각적, 정신적 능력이 저하되었거나 경험과 지식이 부족한 사람의 경우 안전한 방법 으로 기기를 사용하도록 감독 또는 교육을 받고 관련 위험을 이해한 경우에만 사용할 수 있습니다. 어린이는 본 기기를 가지고 놀지 않아야 합니다. 어린이가 감독 없이 청소년 및 사용자 유지보수를 수행해서는 안 됩니다.
- 홈 트레이너는 적절하게 조정된 수평 다리가 있는 안정적이고 평평한 표면에서만 사용하십시오.
- 홈트레이너가 물에 닿지 않도록 하십시오.
- 본 기기에는 기기와 함께 제공된 전원 공급 장치만 사용해야 합니다.
- 매번 달리기 전에 카세트와 자전거가 홈 트레이너에 고정되어 있는지 확인하십시오.
- 홈 트레이너를 사용하지 않을 때는 플러그를 뽑으십시오.

최대 무게는 110kg입니다.
홈트레이너는 최소 휠 직경이 xx인치인 자전거에만 사용할 수 있습니다(어린이용/청소년용 자전거와 같은 특정 유형의 자전거 제외).

더우므로 통풍이 잘되고 서늘한 곳에서 홈트레이너를 연습하십시오(열사병 방지).
홈트레이너 이용 중 넘어질 위험이 없도록 컴퓨터, 태블릿, 스마트폰 등을 고정하거나 안정적인 장치에 보관하십시오.
확실하지 않은 경우 이 설명서, 지원 웹 사이트의 FAQ 섹션을 참조하거나 워크샵을 방문하십시오.

유지 보수

- 청소하거나 유지 관리 절차를 수행하기 전에 기계를 끄고 홈 트레이너의 플러그를 뽑습니다. >> 너무 뜨거우면 식하십시오.
- 홈트레이너 사용 시 불균형이나 진동이 발생하지 않도록 조립 중 기기를 떨어뜨리지 마세요.
- 건조한 장소, 상온에 홈트레이너 배치하십시오
- 매번 사용 후 운동 기계를 청소하십시오 홈 트레이너는 마른 청결도로만 닦을 수 있으며 세척 솔벤트나 연마제를 사용하지는 안 됩니다.
- 트레이너를 깨끗하고 이물질이 없도록 유지하십시오.
- 홈트레이너의 너트와 볼트가 조여졌는지 정기적으로 확인하십시오.

KM

ការ​ខកខាន​ក្នុង​ការ​តាមដាន​ការ​ប្រតិបត្តិការ​ខាង​ក្រោម​អាច​បណ្តាល​ឱ្យ​មាន​ហានិភ័យ​ដែល​អាច​បណ្តាល​ឱ្យ​ស្លាប់​ ឬ​ប៉ុស្តិ៍​ ជួន​ជូរ​។

ការ​ព្រមាន

- អាន​ការណែនាំ​ទាំង​អស់​ដោយ​ប្រុង​ប្រយ័ត្ន​មុន​ពេល​ប្រើ​ គ្រូបង្វឹក​នៅផ្ទះ​ (le home trainer)។
- កុំ​ប្រើ​បង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ប្រសិន​បើ​វា​ដំណើរ​ការ​មិន​ត្រឹម​ត្រូវ
- មុន​នឹង​ឡើង​ជិះ​កង់​ សូម​ប្រាកដ​ថា​ វា​ត្រូវ​បាន​ដំឡើង​ត្រឹម​ត្រូវ​ (ផ្ដោត​តាម​ដែល​អាច​ធ្វើ​បាន​ និង​មិន​ទ្រេត) ហើយ​ភ្ជាប់​យ៉ាង​ត្រឹម​ត្រូវ​ជាមួយ​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​។
- សូម​ពិគ្រោះ​ជាមួយ​គ្រូ​ពេទ្យ​របស់​អ្នក​ មុន​ពេល​ចាប់​ផ្ដើម​ ឬ​ក៏​ប្រែកម្ល្លី​ជំហាន​ប្រាណាមួយ​។
- កុំ​ដាក់​ដៃ​របស់​អ្នក​ ឬ​ក៏​ត្រូវ​ដិត​ផ្នែក​ដែល​ផ្លាស់​ទី​របស់​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​
- គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​អាច​មាន​ភាព​ក្ដៅ​ស្បើយ​នៅ​ពេល​ប៉ះ​ នៅ​ពេល​ប្រើ​រយៈ​ពេល​យូរ​។
- កុំ​ក្លាយ​មេ​ផ្លាច់​កង់​ ខណៈ​ពេល​ដែល​ថាស​កង់​កំពុង​ ធ្វើ​ចលនា​។
- កេង​អាយុ​ ចាប់​ពី​ 8 ឆ្នាំ​ឡើង​ទៅ​ អាច​ ប្រើ​ ឧបករណ៍​នេះ​បាន​ និង​មនុស្ស​ ដែល​មាន​សមត្ថភាព​ខ្ពស់​ កាយ​ ផ្លូវ​ ប្រាណ​ ឬ​ផ្លូវ​ស្ថាសិច​យូរ​៖​ ប្អូន​៖​បទី​ តែ​សាត់​និង​ ទី​លំដោះ​នឹង​ ប្រសិន​បើ​ ពួក​គេ​ ត្រូវ​បាន​ផ្ដល់​ជូន​នូវ​ ការ​ មើល​ ខុស​ត្រូវ​ឬ​ការ​ណែនាំ​ម៉ាក​ទង់​និង​ ការ​ ប្រើប្រាស់​ ឧបករណ៍​ ក្នុង​របៀប​ មាន​ សុវត្ថិភាព​ និង​ យល់​ នូវ​គ្រោះថ្នាក់​ ដែល​ ពាក់ព័ន្ធ​ ។​ ក្មេង​ មិន​ត្រូវ​ លេង​ ជាមួយ​ឧបករណ៍​ នេះ​ឡើយ​។​ ការ​សម្អាត​ និង​ ការ​ថែទាំ​របស់​ អ្នក​ ប្រើប្រាស់​ មិន​គួរ​ធ្វើ​ ឡើង​ដោយ​ក្មេង​ ដែល​គ្មាន​អ្នក​មើល​ការ​ខុស​ត្រូវ​ឡើយ​។
- ប្រើប្រាស់​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ លើ​ ផ្លូវ​ ដែល​ ស្មើ​ និង​មាន​ ស្ថិរភាព​ និង​ ដោយ​ កម្រិត​ជើង​ ដែល​ ត្រូវ​ បាន​ កែ​ សម្រួល​ ត្រឹម​ត្រូវ​។
- ជៀស​វាង​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​មិន​ឱ្យ​ប៉ះ​នឹង​ទឹក​។
- ឧបករណ៍​នេះ​ប្រើ​ តែ​ជាមួយ​ប្រដាប់​ ផ្គុំ​ ផ្គង់​ ថាមពល​ដែល​ ផ្ដល់​ជូន​ ជាមួយ​ នឹង​ ឧបករណ៍​នេះ​ប៉ុណ្ណោះ​ ។
- សូម​ប្រាកដ​ថា​ ស្ដី​ និង​កង់​ត្រូវ​បាន​ភ្ជាប់​យ៉ាង​មាន​សុវត្ថិភាព​ជាមួយ​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​មុន​ពេល​ជិះ​រាល់​លើក​។
- ដក​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ចេញ​ នៅ​ពេល​មិន​ប្រើប្រាស់​

ទម្ងន់​អ្នក​ប្រើប្រាស់​អតិបរមា​ 110 kg

គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ អាច​ប្រើ​បាន​ តែ​ ជាមួយ​កង់​ដែល​មាន​អង្កត់​ផ្ចិត​កង់​អប្បបរមា​ XX អ៊ីញ (ប៉ុន្តែ​ មិន​ រាប់​បញ្ចូល​ប្រភេទ​កង់​មួយ​ចំនួន​ដូច​ដាក់​ដំបូល​ស្រកា​/ក្មេង​ជំទង់) ឡើយ

ក្នុង​អាកាស​ធាតុ​ក្ដៅ​ សូម​អនុវត្ត​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​នៅ​កន្លែង​ដែល​មាន​ខ្យល់​ចេញ​ចូល​ និង​ត្រជាក់​ (ជៀស​វាង​ការ​ឡើង​កំដៅ) ក្នុង​ព្រឹក​ដាច់​កំពុង​រះ​ ចេញ​រះ​ ស្ថាពរ​មុន​របស់​អ្នក​ត្រូវ​បាន​ភ្ជាប់​ ឬ​ដាក់​នៅ​លើ​កន្លែង​ដែល​មាន​ស្មើ​ភាព​ ដែល​ទំនង​ជា​មិន​ធ្លាក់​ចុះ​អ្វី​មួយ​ពេល​ប្រើប្រាស់​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​

ប្រសិន​បើ​អ្នក​មាន​ការ​សង្ស័យ​ យោង​តាម​សៀវភៅ​ណែនាំ​នេះ​ ទៅ​កាន់​ FAQ នៅ​លើ​គេហ​ទំព័រ​ជំនួយ​ ឬ​ទៅ​សិក្សា​សាលា​?

ការ​ថែទាំ

- បិទ​ ប្រះ​ ជាន់​ ខ្សែ​ ភ្លើង​ ចេញ​ មុន​ នឹង​ សម្អាត​ ឬ​ ធ្វើ​ ការ​ ថែទាំ​ ផ្សេង​ ទៀត​ >> ប្រសិន​បើ​ វា​ ក្ដៅ​ តើ​ គួរ​ ទុក​ វា​ ឱ្យ​ ត្រជាក់​ ដែរ​ ឬ​ទេ?
- ដើម្បី​ជៀស​វាង​ភាព​មិន​ស្មើ​គ្នា​ ប៉ុ​ប៉ើ​នៅ​ពេល​ប្រើ​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ សូម​កុំ​ទុក​វា​ក់​ក្នុង​ពេល​ដំឡើង​
- ក្សោ​ទុក​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ក្នុង​កន្លែង​ស្ងួត​ នៅ​សី​តុ​ណា​ក្នុង​បន្ទប់​
- សម្អាត​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ បន្ទាប់​ ពី​ ប្រើ​រាល់​លើក​។​ គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ ត្រូវ​បាន​សម្អាត​ជាមួយ​ក្រណាត់​ស្ងួត​តែ​ប៉ុណ្ណោះ​ ហើយ​មិន​ត្រូវ​ប៉ះ​ពាល់​នឹង​សំណាញ់​ស្រា​យ​ ឬ​សំណាញ់​កាត់​
- ក្សោ​ គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​ ឱ្យ​ ស្អាត​ និង​ គ្មាន​ កំទេច​ កំទី​
- ពិនិត្យ​ឱ្យ​បាន​ទៀង​ទាត់​ថា​តើ​ខ្មៅ​ និង​បិទ​ម្លុង​របស់​គ្រូបង្វឹក​នៅ​ផ្ទះ​មាន​ភាព​តឹង​ឆែង​ដែរ​ទេ

AR

قد يؤدي عدم مراعاة التحذيرات التالية إلى وقوع حادث قد يؤدي إلى الوفاة أو إصابة خطيرة.

تحذير

- اقرأ جميع التعليمات بعناية قبل استخدام جهاز التمرين المنزلي.
- لا تستخدم جهاز التمرين المنزلي إذا كان لا يعمل بشكل صحيح
- قبل ركوب الدراجة ، تأكد من تثبيتها بشكل صحيح (اقفياً قدر الإمكان وبلاو بلا انحراف) وتوصيلها بشكل صحيح بجهاز التمرين المنزلي.
- يرجى استشارة طبيبك قبل الشروع في أوأو تعديل أي برنامج تمارين رياضية.
- لا تضع يدك أو أقدامك بالقرب من الأجزاء المتحركة لجهاز التمرين المنزلي.
- قد يصبح جهاز التمرين المنزلي دافئاً عند اللمس بعد استخدامه لفترة طويلة.
- لا تحاول تفكيك الدراجة أثناء تحرك عجلة القصور الذاتي .
- يمكن استخدام هذا الجهاز من قبل الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 8 سنوات وأكثر والأشخاص الذين يعانون من ضعف القدرات الجسمية أو الحسية أو العقلية أو قلة الخبرة والمعرفة إذا تم مراقبتهم أو إعطائهم تعليمات بشأن استخدام الجهاز بطريقة آمنة وفهم المخاطر التي تنطوي عليه.
- لا يجوز للأطفال اللعب بالجهاز. يجب ألا يتم التنظيف أو الصيانة المنزلية بواسطة الأطفال بدون رقابة.
- لا تستخدم جهاز التمرين المنزلي إلا على سطح مستو ومستقر وبإقدام تسوية مضبوطة بشكل صحيح
- تجنب أتان يلامس للماءالماء الجهاز.
- يجب عدم استخدام الجهاز إلا مع وحدة إمداد الطاقة الواردة مع الجهاز.
- تأكد من توصيل العلية والدراجة بإحكام إلى الجهاز قبل كل جلسة.
- افصل قابس الجهاز في حالة عدم استخدامه

أقصى وزن للمستخدم 011 كجم
لا يمكن استخدام جهاز التمرين المنزلي إلا مع الدراجات التي يبلغ قطر العجلة الأمامي بها XX بوصة (ولكن باستثناء أنواع معينة من الدراجات مثل دراجات الأطفال أو المراهقين)

في ظروف الطقس الحار ، يجب استخدام جهاز التمرين المنزلي في مكان جيد التهوية وبارد (تجنب أشعة الشمس المباشرة)
تأكد من أن جهاز الكمبيوتر أو الجهاز اللوحي أو الهاتف الذكي مثبت أو موضوع على شيء ثابت ولا يمكن أن يسقط أثناء استخدام جهاز التمرين المنزلي

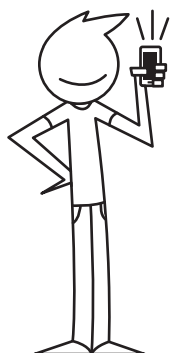
إذا كنت غير متأكد، يرجى الإطلاع على هذا الدليل، علىملعي الأسئلة الشائعة على موقع الدعم أو مطالعة الفني المختص

الصيانة

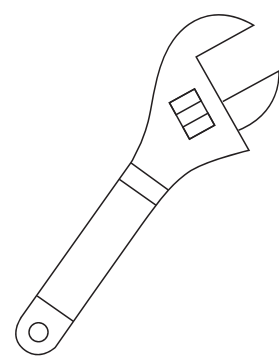
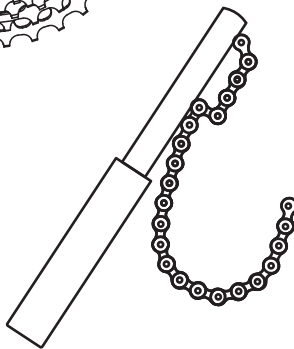
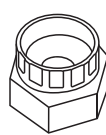
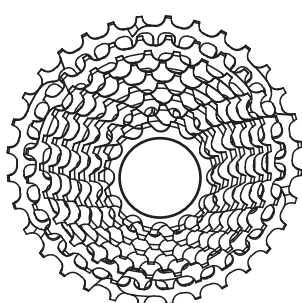
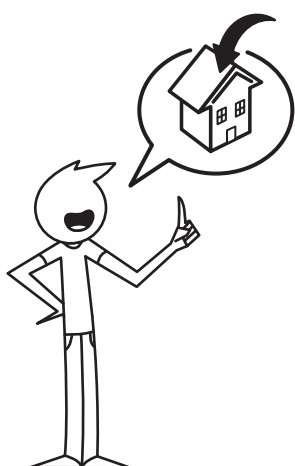
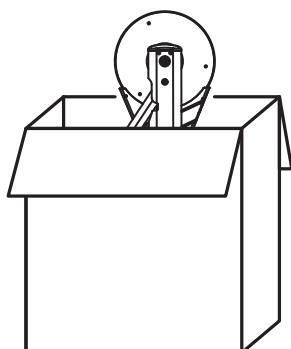
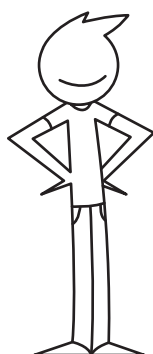
- أغلق الجهاز ثم افصل قابسه قبل تنظيفه أو تنفيذ أي إجراء صيانة آخر << إذا كان الجو حارًا ، فيُنصح بترك الجهاز يبرد.
- لتجنب اختلال التوازن أو الاهتزاز عند استخدام الجهاز ، لا تسقطه أثناء التجميع
- قم بتخزين الجهاز في مكان جاف في درجة حرارة الغرفة
- امسح الجهاز بعد كل استخدام. يجب تنظيف الجهاز فقط بقطعة قماش جافة وعدم تعريضه لمذيبات التنظيف أو المواد الكاشطة
- حافظ على الجهاز نظيفًا وخاليًا من الشوائب
- تحقق بانتظام مما إذا كانت صواميل وبراعي جهاز التدريب مشدودة

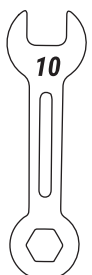
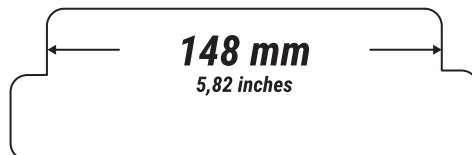
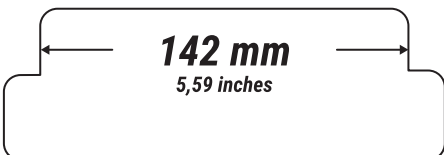
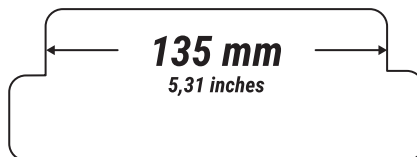
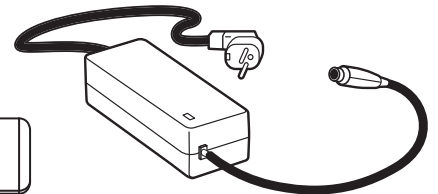
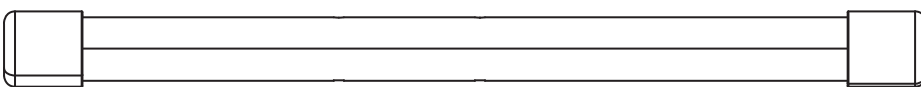
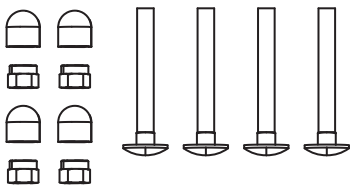
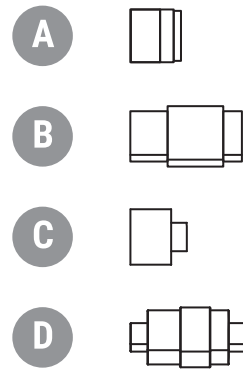
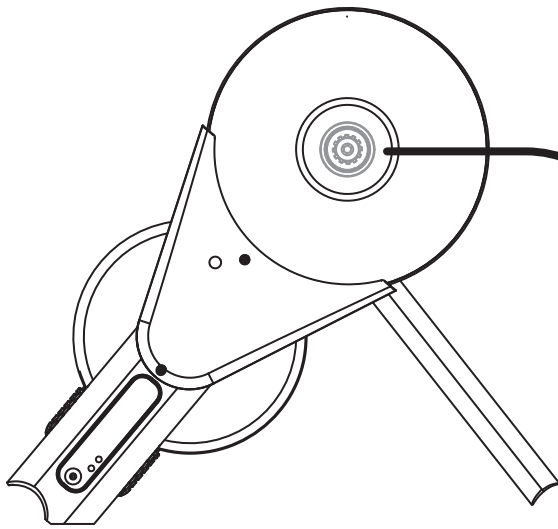
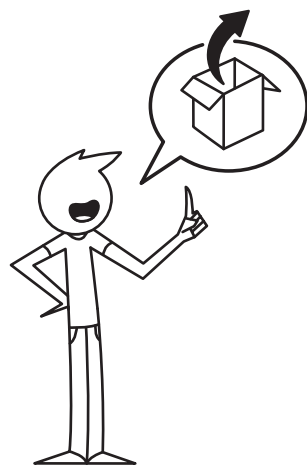
MONTAGE - ASSEMBLY

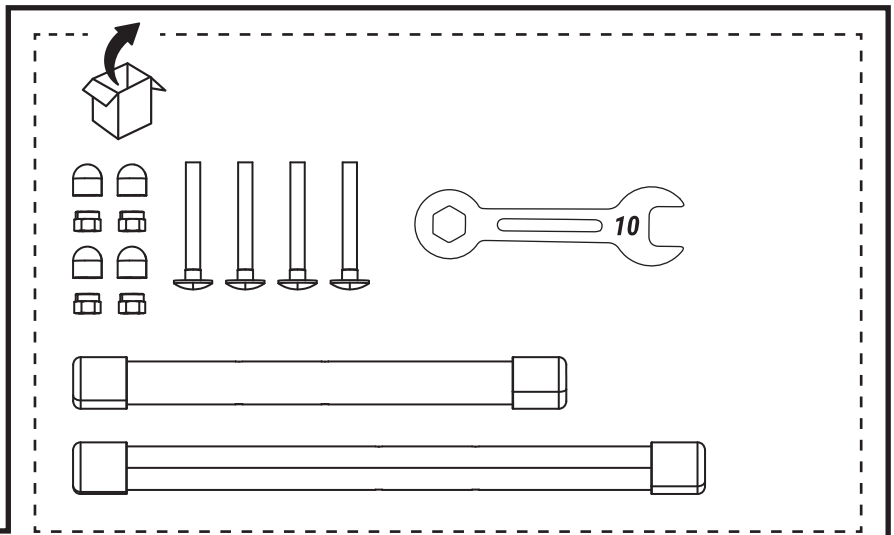
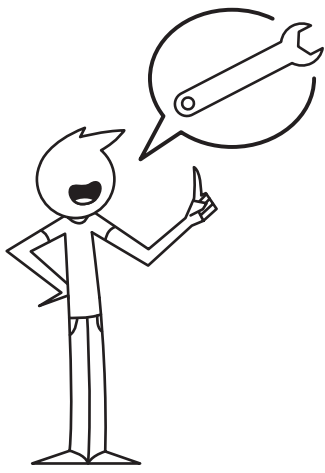
Assembly Montage Ensamblaje Montaje Montaggio Monteren Montagem Montaż Összeszerelés Asamblare Montáž
 Montáž Montering Montáža Sestavljanje Montaj Surinkimas Sastavljanje Montáža Kokkupaneet Suvopuokkynon
 Стобяване Кърастыру Сборка Собира Лăп рăп Pemasangan 组装 組み立て 組裝 การประกอบ 조립 조립



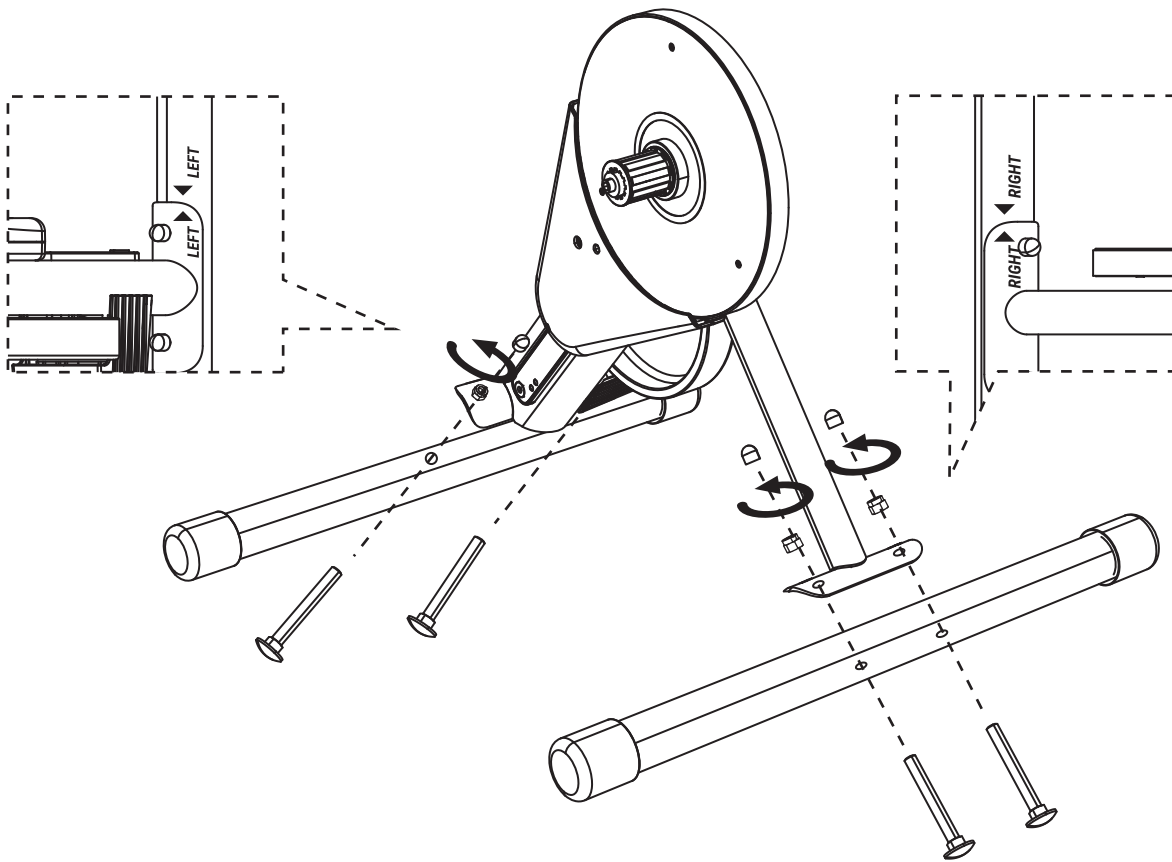
<https://support.decathlon.fr>



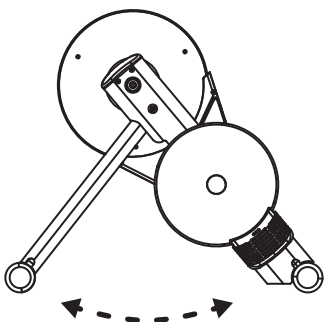




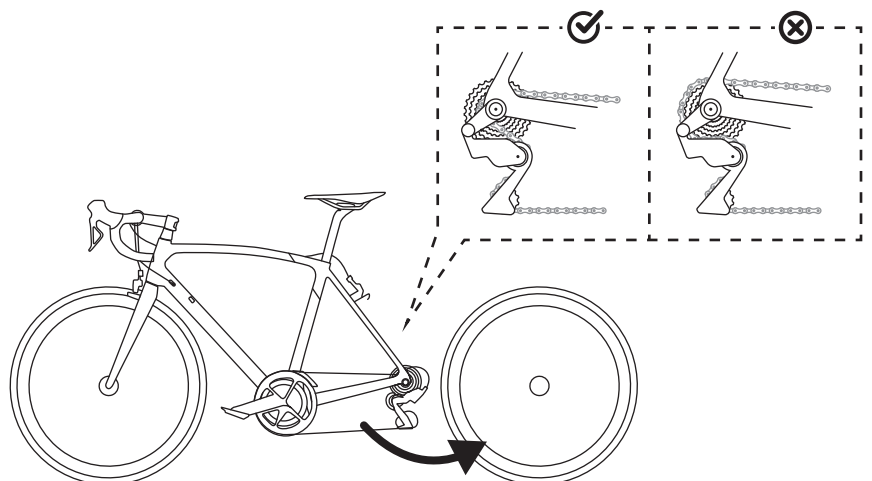
1

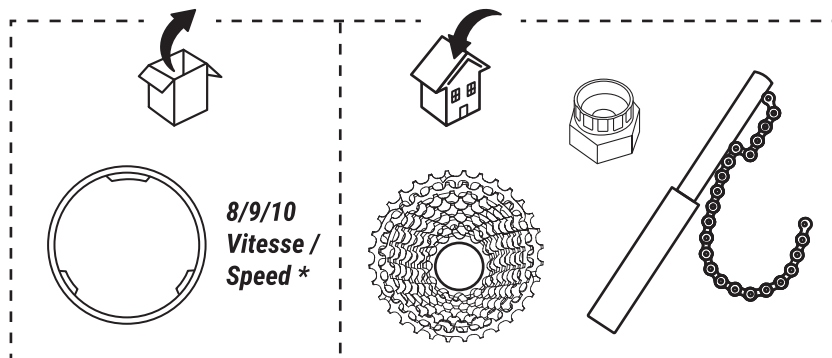
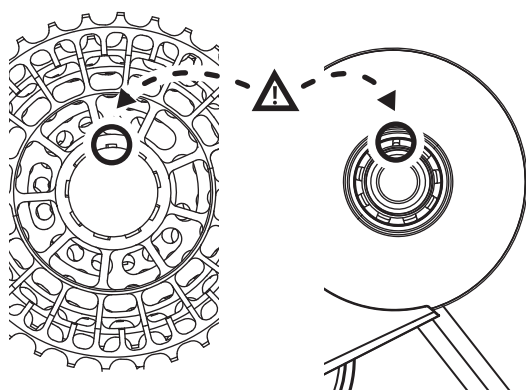
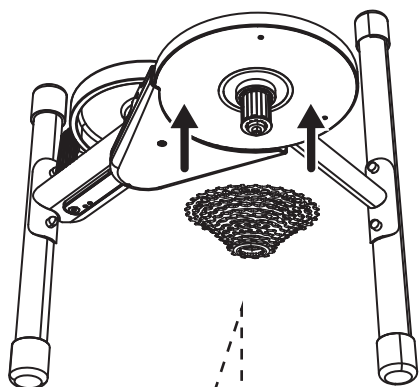


2

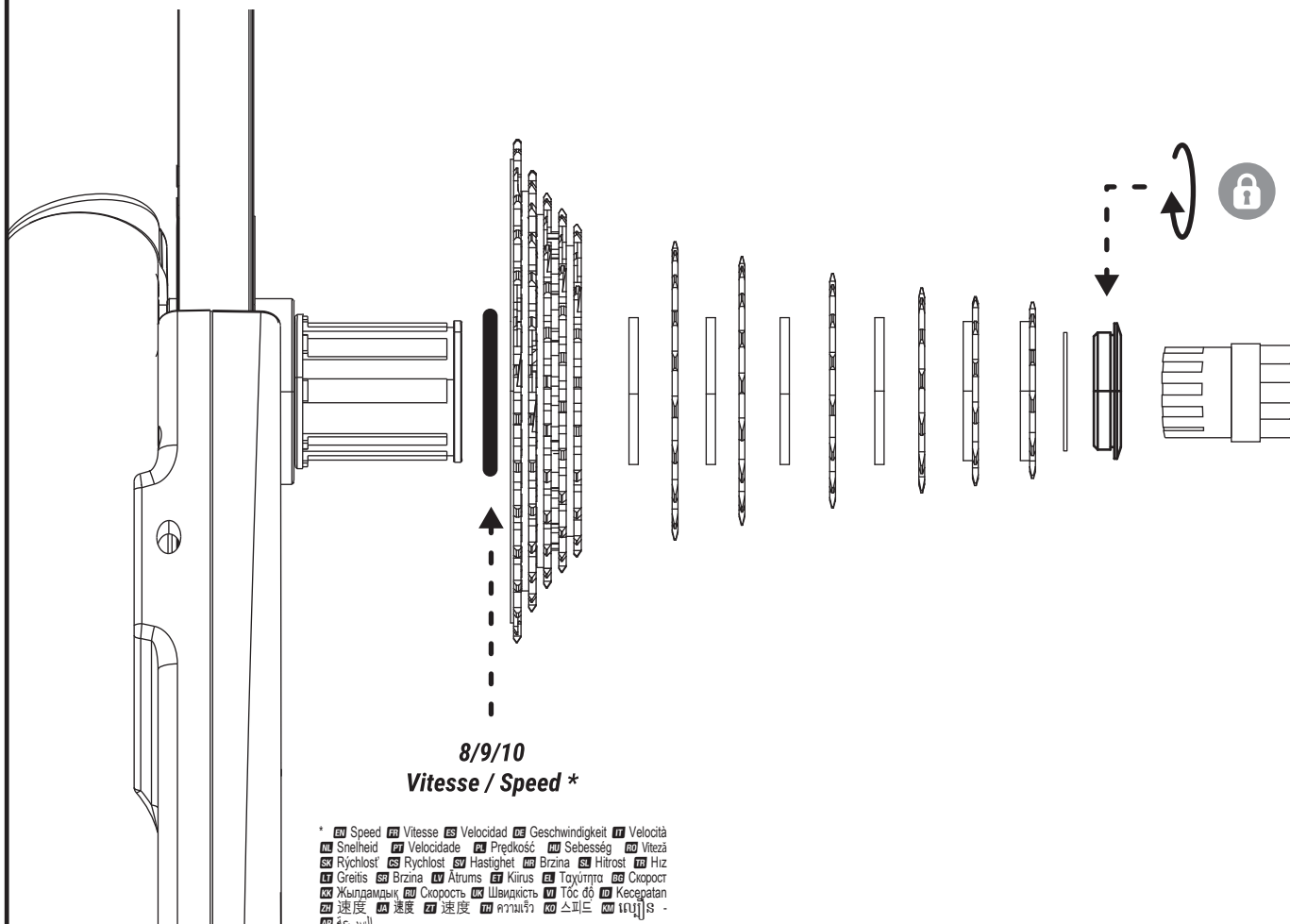


3

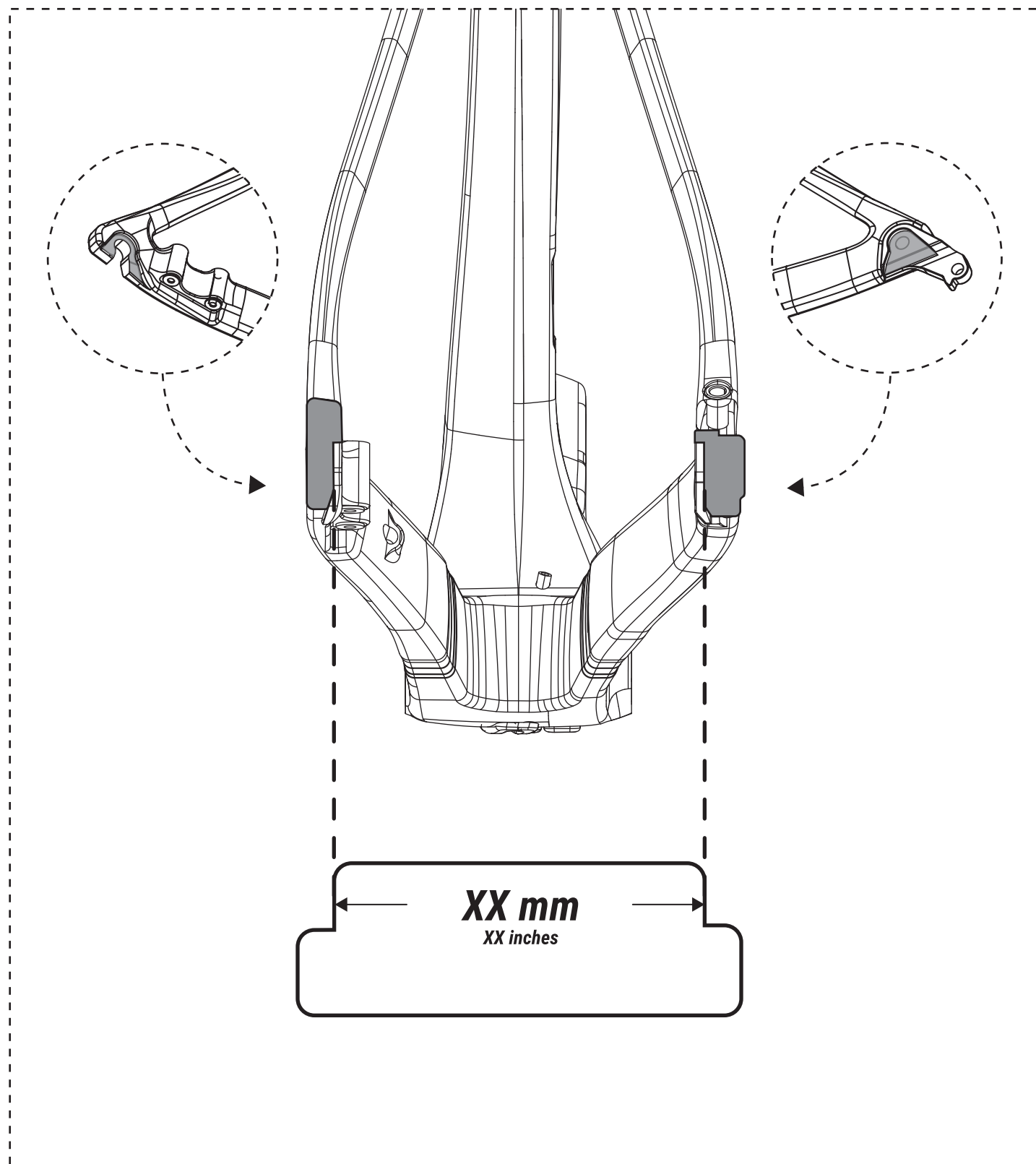
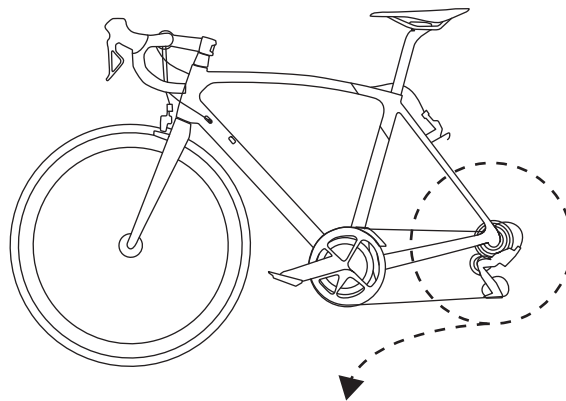
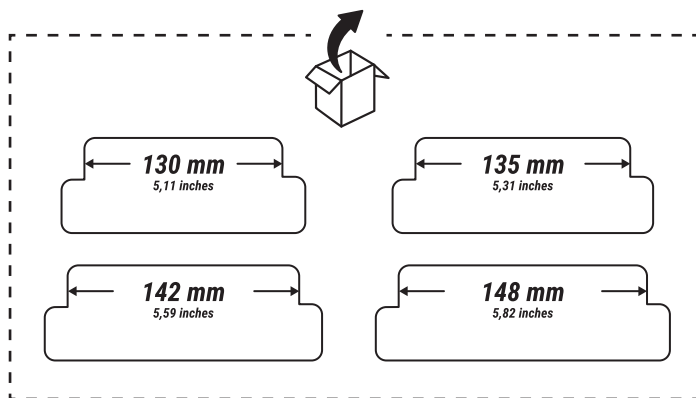


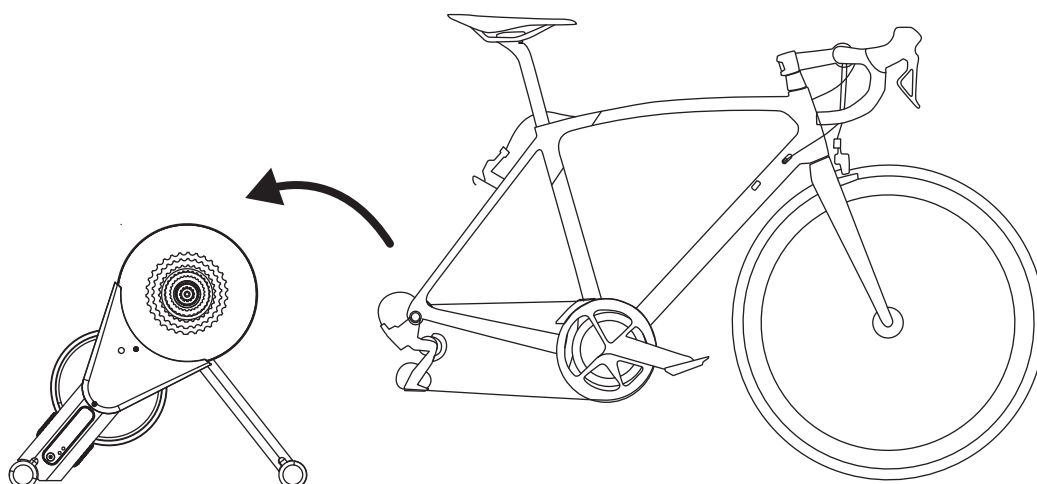
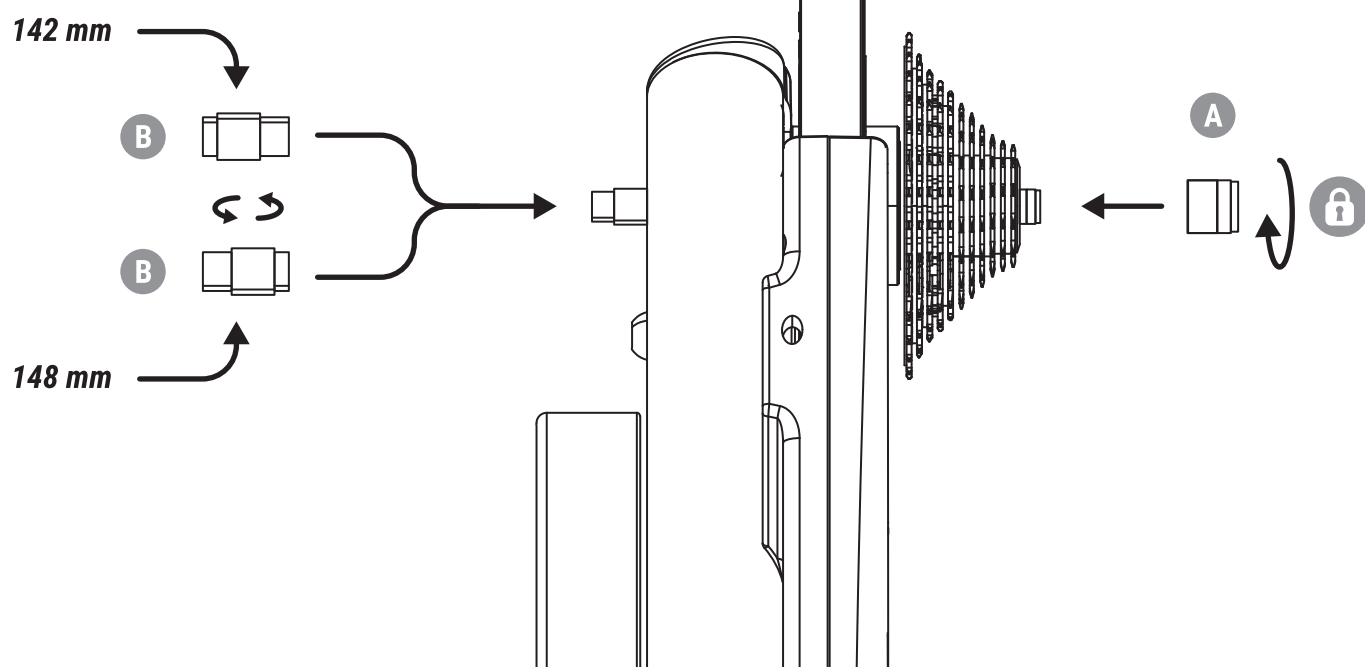
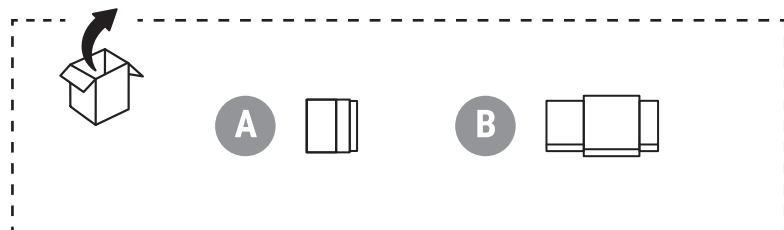
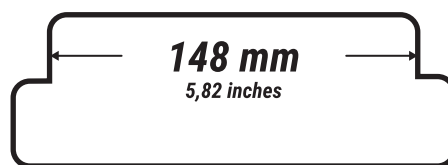


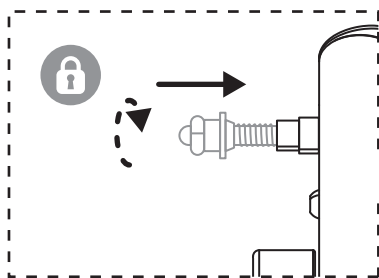
121 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD module body included. The SRAM XD / XD-R and CAMPAGNOLO module bodies are sold separately. **122** Le corps de cassette SHIMANO HYPERGLIDE ROAD est fourni. Les corps de cassette SRAM XD / XD-R et CAMPAGNOLO sont vendus séparément. **123** Cuerpo de módulo SHIMANO HYPERGLIDE ROAD incluido. Los cuerpos de los módulos SRAM XD/XD-R y CAMPAGNOLO se venden por separado. **124** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD Modulkörper enthalten. SRAM XD / XD-R und CAMPAGNOLO Modulkörper separat erhältlich. **125** Corpo SHIMANO HYPERGLIDE ROAD incluso. Corpo SRAM XD / XD-R e CAMPAGNOLO venduto separatamente. **126** De modulebehuizing SHIMANO HYPERGLIDE ROAD inbegrepen. In modulebehuizingen SRAM XD / XD-R en CAMPAGNOLO worden afzonderlijk verkocht. **127** Estrutura do módulo SHIMANO HYPERGLIDE ROAD incluida. As estruturas dos módulos SRAM XD / XD-R e CAMPAGNOLO são vendidas separadamente. **128** Zawiera modułowy korpus SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Modułowe korpusy SRAM XD / XD-R i CAMPAGNOLO sprzedawane są osobno. **129** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD modulleist farðezk. Á SRAM XD / XD-R e CAMPAGNOLO modulleistest kúlön þakpátt. **130** Корпус модуля SHIMANO HYPERGLIDE ROAD включен. Корпусы модулей SRAM XD / XD-R и CAMPAGNOLO продаются отдельно. **131** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD-modul ingår. SRAM XD/XD-R och CAMPAGNOLO-modul säljs separat. **132** Sadržano je kućište modula SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Kućišta modula SRAM XD/XD-R i CAMPAGNOLO prodaju se zasebno. **133** Vključeno ohišje modula SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Ohišja modula SRAM XD / XD-R in CAMPAGNOLO so naprodaj ločeno. **134** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD modul govodišni deli. SRAM XD / XD-R ve CAMPAGNOLO moduli govodilni aynca satirgil. **135** Priedamasi SHIMANO HYPERGLIDE ROAD modulių korpusai. SRAM XD / XD-R ir CAMPAGNOLO modulių korpusai atskirai parduodami. **136** Sadržano je kućište modula SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Kućišta modula SRAM XD/XD-R i CAMPAGNOLO prodaju se zasebno. **137** Komplektacja łącznie SHIMANO HYPERGLIDE ROAD modula korpusy. SRAM XD / XD-R un CAMPAGNOLO modulu korpusi tie pārdoti atsevišķi. **138** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD modoolikorpas un kaassas. SRAM XD / XD-R ja CAMPAGNOLO modoolikorpuseid müükakse eraldi. **139** Συμπεριλαμβάνεται το σώμα της μονάδας SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Τα σώματα της μονάδας SRAM XD / XD-R και CAMPAGNOLO πωλούνται ξεχωριστά. **140** Включен в комплект модуль SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Модульные SRAM XD / XD-R и CAMPAGNOLO се продават отделно. **141** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD үлгі корпусы жинақта бар. SRAM XD / XD-R және CAMPAGNOLO үлгі корпустары белке сатылады. **142** Корпус модуля SHIMANO HYPERGLIDE ROAD входит в комплект. Корпуса модулей SRAM XD / XD-R и CAMPAGNOLO продаются отдельно. **143** Корпус модуля SHIMANO HYPERGLIDE ROAD в комплекте. Корпусы модулей SRAM XD / XD-R и CAMPAGNOLO продаются отдельно. **144** Bao gôm có thể là thân mô-đun SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Thân mô-đun SRAM XD / XD-R và CAMPAGNOLO được bán riêng. **145** Termasuk bodi modul SHIMANO HYPERGLIDE ROAD. Bodi modul SRAM XD/XD-R dan CAMPAGNOLO dijual terpisah. **146** 內含SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 鏈輪. SRAM XD / XD-R 鏈座與 CAMPAGNOLO 鏈輪分別含內. **147** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD モジュールは含まれません。SRAM XD / XD-R、CAMPAGNOLO モジュールは別売です。 **148** 內含SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 鏈輪。SRAM XD / XD-R 飛輪座與 CAMPAGNOLO 鏈輪分別開賣。 **149** 內含SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 鏈座。內含SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼。SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **150** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **151** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **152** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **153** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **154** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **155** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **156** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **157** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **158** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **159** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **160** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **161** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **162** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **163** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **164** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **165** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **166** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **167** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **168** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **169** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **170** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **171** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **172** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **173** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **174** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **175** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **176** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **177** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **178** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **179** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **180** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **181** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **182** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **183** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **184** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **185** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **186** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **187** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **188** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **189** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **190** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **191** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **192** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **193** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **194** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **195** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **196** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **197** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **198** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **199** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。 **200** SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼與 SHIMANO HYPERGLIDE ROAD 模塊殼是分別出售的。



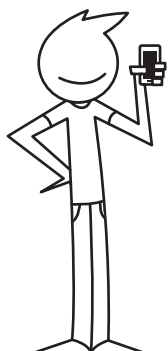
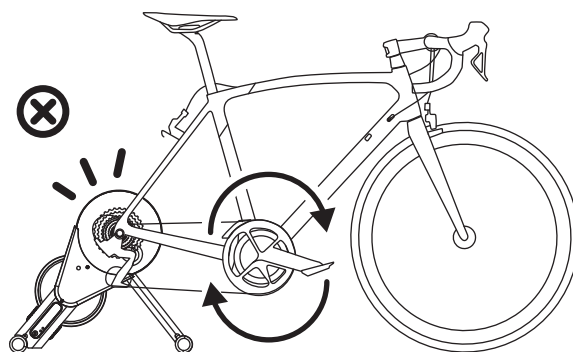
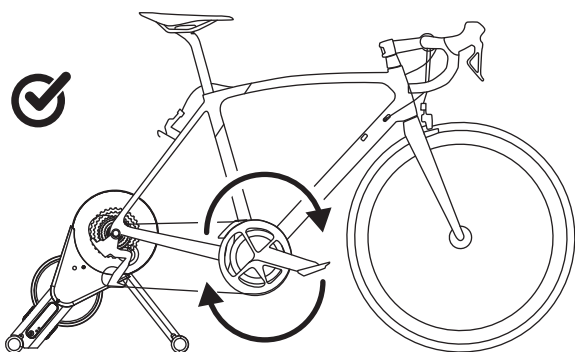
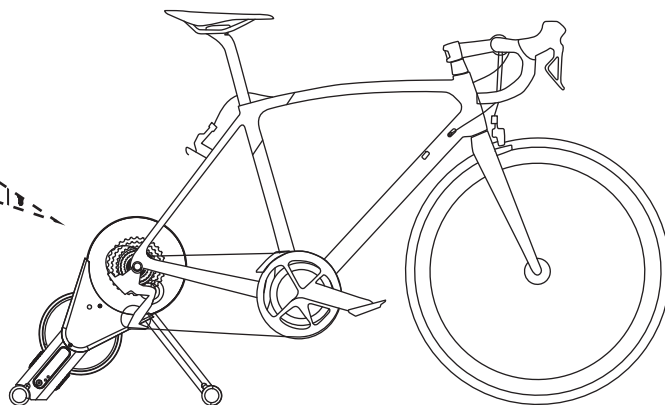
* **EN** Speed **FR** Vitesse **ES** Velocidad **DE** Geschwindigkeit **IT** Velocità
NL Snelheid **PT** Velocidade **PL** Prędkość **HU** Sebesség **RO** Viteză
SK Rychlost **CS** Rychlost **SV** Hastighet **HR** Brzina **SJ** Híttrost **TH** Hiz
LT Greitis **SR** Brzina **LV** Ātrums **ET** Kiirus **E** Ταχύτητα **BG** Скорост
KK Жылдамдық **RU** Скорость **UK** Швидкість **VI** Tốc độ **ID** Kecepatan
ZH 速度 **JA** 速度 **ZT** 速度 **TH** ความเร็ว **KO** 스피드 **KM** სიჩქარე -
AR السرعة



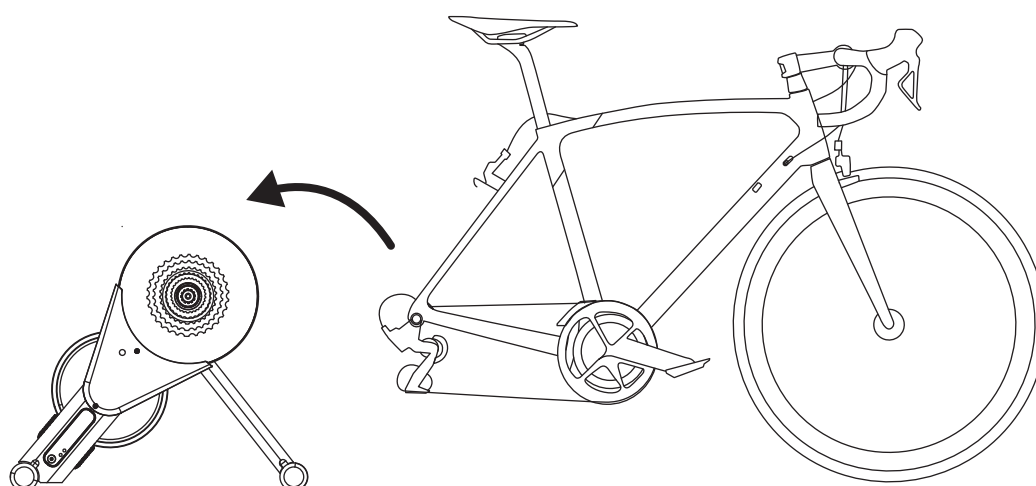
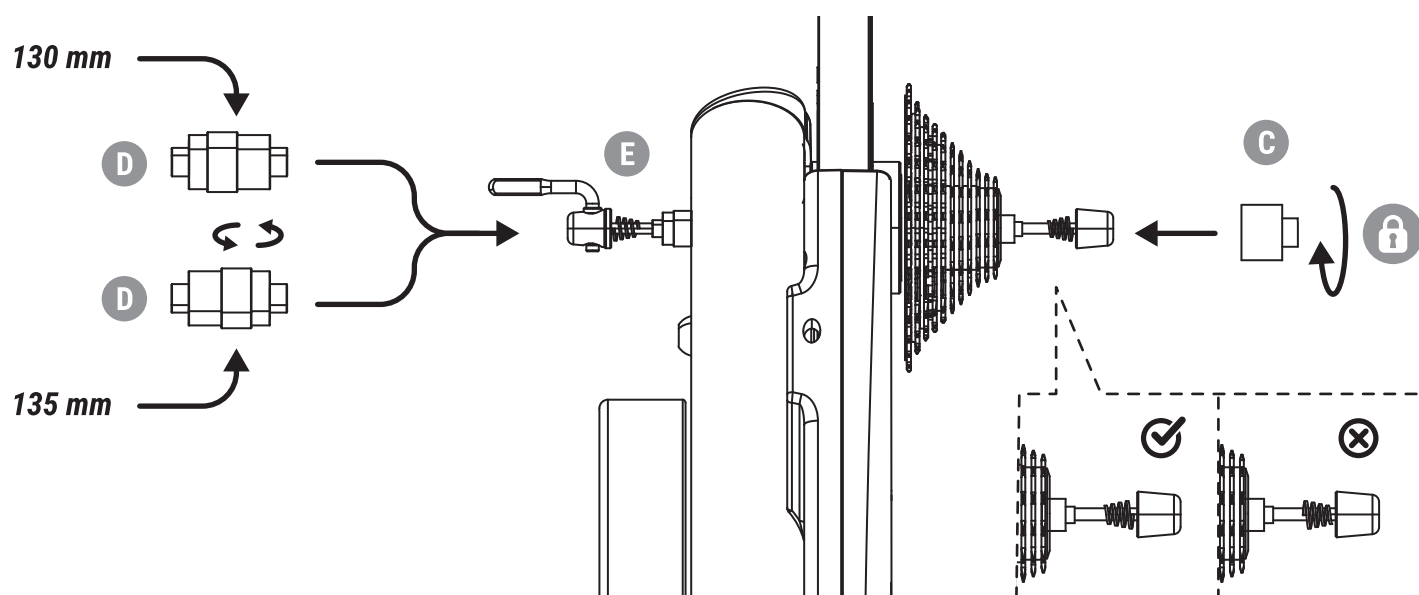
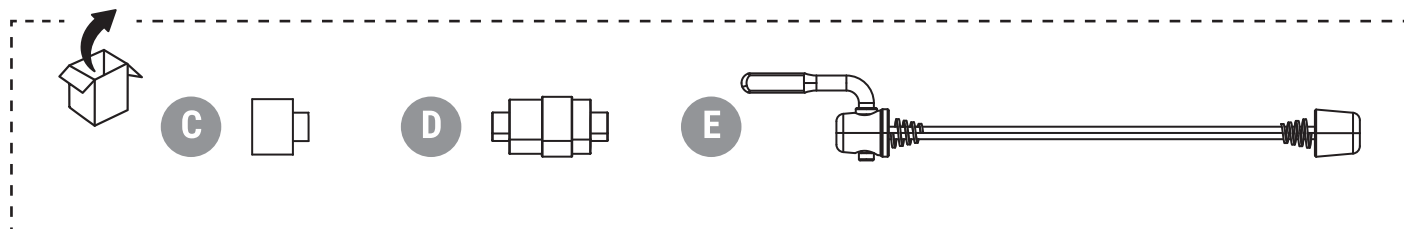


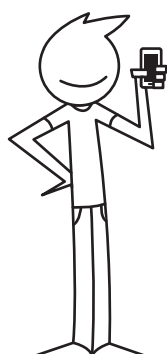
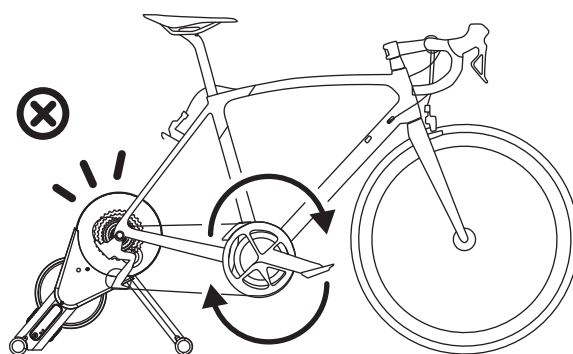
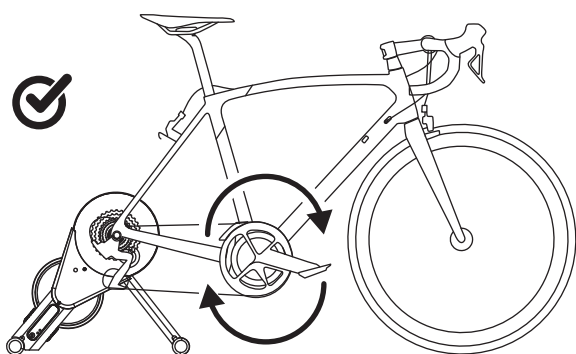
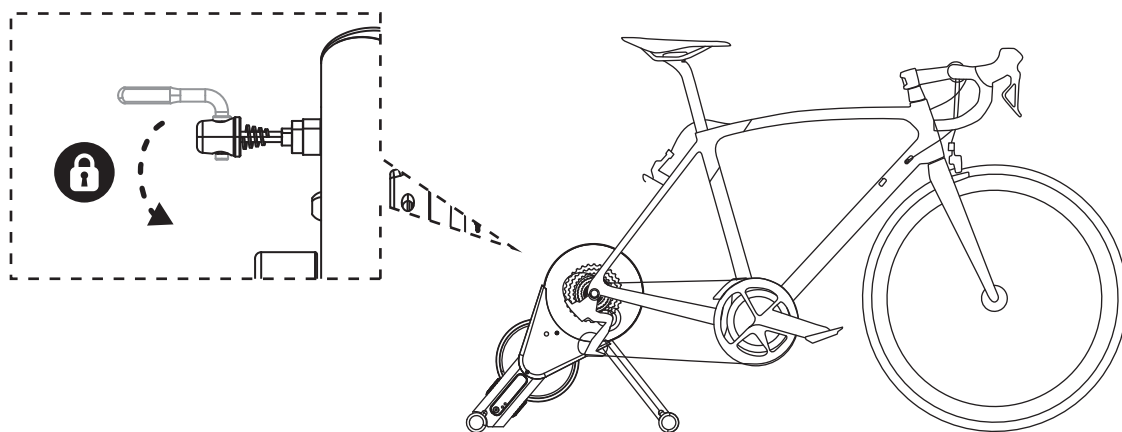


21 Using the bike axis 22 Utiliser l'axe du vélo 23 Utilizar el eje de la bici 24 Verwenden der Fahrradachse 25 Utilizzare l'asse della bicicletta 26 De as van de fiets gebruiken 27 Utilizar o eixo da bicicleta 28 Stosowanie osi rowerowej 29 Használni a kerékpár tengelyét 30 Utilizați axa bicicletei 31 Použítie osi bicykla 32 Použijte osu kola 33 Använda cykelaxeln 34 Koristiti osovinu bicikla 35 Uporabiti kolesarsko os 36 Bisiklet aksı kullanımı 37 Naudokite dviračio ašį 38 Koristiti osovinu bicikla 39 Velosipēda ass izmantošana 40 Jälgtratta telje kasutamine 41 Χρησιμοποιήστε τον άξονα του ποδηλάτου 42 Исполъзвайте оста на велосипеда 43 Велосипеда осін пайдалану 44 Використовуйте велосипедну вісь 45 Sử dụng trục bánh xe đạp 46 Menggunakan poros sepeda 47 请使用自行车快拆杆 48 ハブ軸の使用 49 請使用自行車快拆杆 50 የኮምፒውትር ማሳሰቢያ 51 자전거 축 사용 52 ព័ត៌មានអំពី 53 استعمال محور الدراجة



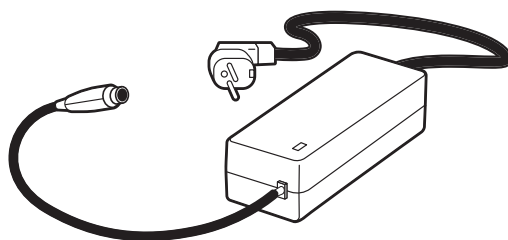
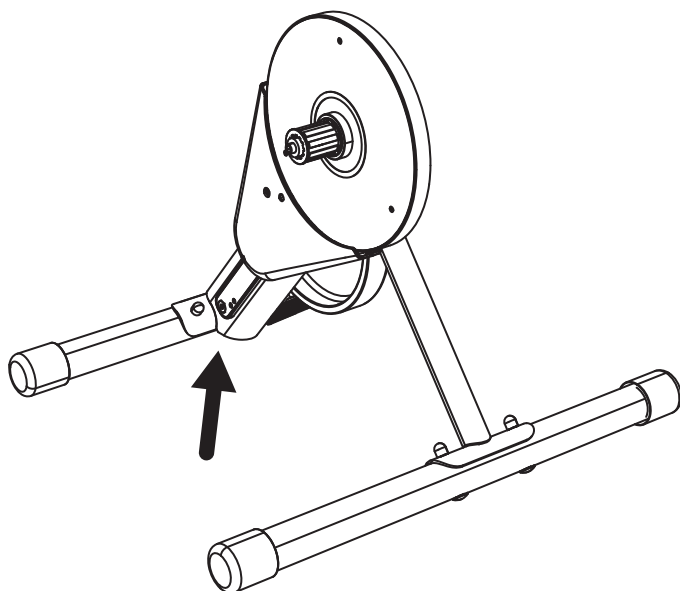
<https://support.decathlon.fr>





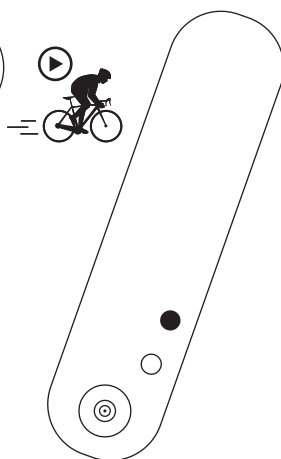
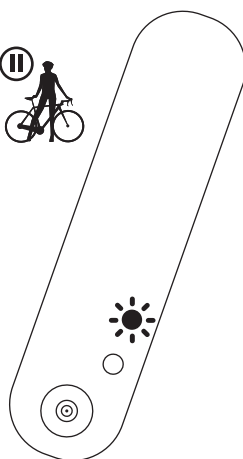
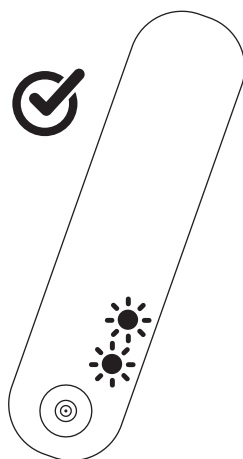
<https://support.decathlon.fr>

8

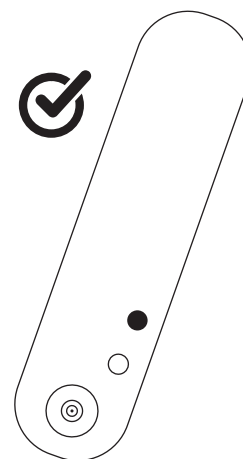
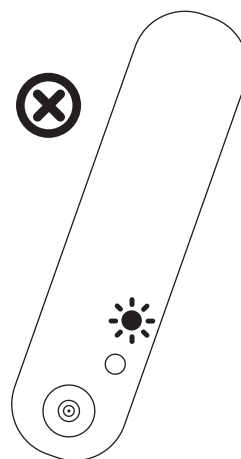


9

ON / OFF



BLUETOOTH



[illegible]

❗ 电子垃圾不得与生活垃圾一同处理。只要有足够的设施，尽快回收。向当地政府或经销商咨询回收建议。收集并回收本产品并/或将其电池分离丢弃，能够帮助节约天然资源并保护环境以及人类健康。 - 必须由成年人进行组装。 - 应在整个产品使用周期内妥善保管此手册。 - 在使用前请参阅使用说明书。 - 无视任何一条注意事项的使用均可导致严重受伤，甚至死亡。 - 正常使用情况下保质期为2年

❗ 電氣類廢棄物不得丟於一般垃圾 請拿至適合的回收處回收 請向當地相關機構或您購買產品的商家尋求回收建議 收集並回收本產品並/或將其電池分離丟棄，能夠幫助節約天然資源並保護環境以及人類健康。 - 必須由成人組裝。 - 在產品生命週期中保存好本手冊。 - 在使用前請參閱使用說明書。 - 無視任何一條注意事項的使用均可導致嚴重受傷，甚至死亡。 - 正常情況下使用，可保質2年



ZH 此超符合2014/53/EU RED指令要求。欧盟符合性声明可参见以下网址链接。**ZI** 本产品符合 RED Directive 2014/53/EU 标准。EU 符合性声明可至下列网际網路連結中取得。

