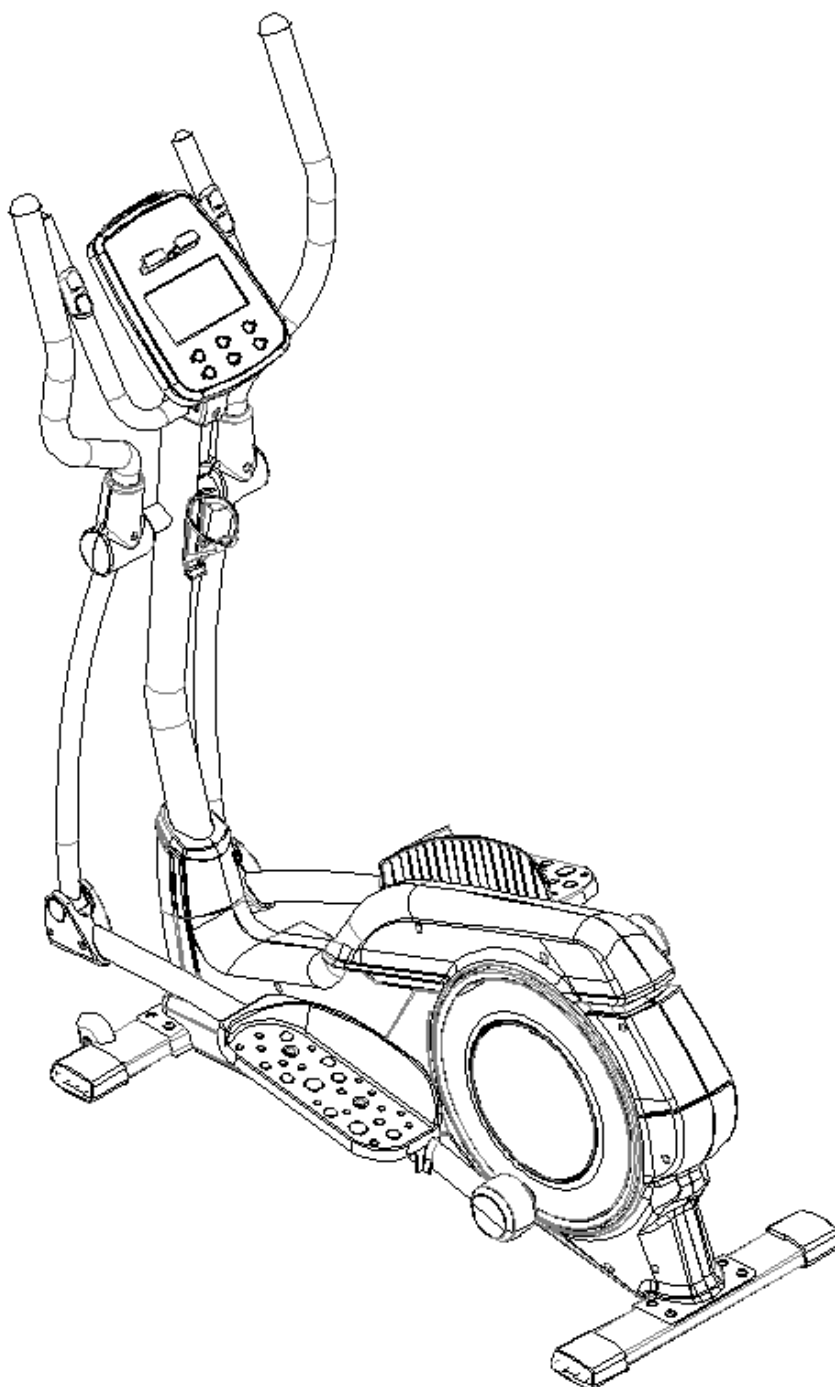




Eliptický trenažér CT-7200

Návod k obsluze



Vážení zákazníci,

děkujeme, že jste si zakoupili náš výrobek. Tento rotoped Vám v rámci domácího prostředí pomůže splnit cíl být v dobré fyzické kondici a správně rozvíjet svaly.

Před uvedením rotopedu do provozu si, prosím, pečlivě přečtete návod k montáži a obsluze, a to i v případě, že jste zakoupili stroj sestavený.

Pokud jste zakoupili stroj v originálním kartónovém obalu, tj. v rozloženém přepravním stavu, věnujte pozornost pokynům k montáži. Před zahájením montáže vyjměte opatrně jednotlivé komponenty z krabice, zkontrolujte jejich kompletnost/nepoškozenost a podle návodu si promyslete postup montáže. Používejte pouze originální dodané díly. Věříme, že budete se zakoupeným výrobkem spokojeni a stroj přispěje k upevnění Vašeho zdraví. Přejeme mnoho úspěchů, vytrvalosti a sil při dosažení Vašich sportovních cílů.

Bezpečnostní pravidla

- Umístěte stroj na pevnou, rovnou a čistou plochu a ujistěte se, že stojí stabilně. Doporučujeme pod stroj položit nějakou ochrannou vrstvu/podložku, abyste předešli případnému poškození podlahy.
Nepoužívejte stroj:
 - venku (stroj je speciálně navržen pro vnitřní použití),
 - na nerovných plochách,
 - na přímém slunečním světle nebo v blízkosti tepelného zdroje,
 - ve vlhkém nebo mokřém prostředí,
 - v uzavřeném prostoru, kde necirkuluje vzduch (v nevětraných místnostech), nebo v prostoru s hořlavou kapalinou nebo plynem.
- Nechte kolem stroje volnou plochu minimálně 0,6 m ve směru přístupu k zařízení (nejlépe na všechny strany). Volný prostor musí také zahrnovat prostor pro nouzové opuštění zařízení. Jestliže je zařízení umístěno v blízkosti dalšího zařízení, může se tento volný prostor sdílet.
- Zasuňte zástrčku přímo do zásuvky, nepoužívejte prodlužovací kabel ani rozdvojku. Při nestabilní dodávce elektřiny se mohou objevit chyby. Prosím nepoužívejte stejnou elektrickou zásuvku jako pro počítače, klimatizace atd.
- Pokud dojde k poruše přírodního kabelu, nahraďte jej přírodním kabelem poskytnutým výrobcem/dovozcem daného stroje. Pro výměnu se obraťte na místního distributora.
- UPOZORNĚNÍ: Bezpečná úroveň tréninkového zařízení může být udržena pouze tehdy, bude-li pravidelně kontrolováno jeho poškození a opotřebení.** Pravidelně kontrolujte všechny šrouby a matice, zda jsou řádně dotaženy. Pravidelně kontrolujte všechny části, pokud jsou poškozeny, stroj nepoužívejte a ihned poškozené části vyměňte nebo kontaktujte dodavatele. Odstavte zařízení z provozu, dokud nebude opraveno a plně funkční. Ujistěte se, že žádný ze seřizovacích prostředků nevyčnívá, mohl by překážet pohybu.
- Předtím, než případně sejmete ochranný kryt stroje nebo budete provádět údržbu či měnit součástky, se ujistěte, že hlavní spínač je vypnutý a stroj odpojený od elektrické sítě.
- Pokud stroj nepoužíváte, odpojte ho od elektrické sítě.
- Při vniknutí vody do stroje hrozí nebezpečí úrazu elektrickým proudem nebo smrti.
- Uschovejte tento návod pro pozdější nahlédnutí a případné objednání náhradních dílů.
- Stroj může současně používat maximálně jedna osoba.
- Před zahájením cvičení odstraňte z okolí stroje všechny nebezpečné předměty s ostrými hranami.
- Při cvičení na eliptickém trenažéru přenášíte váhu z jedné nohy na druhou (nohy se pohybují po elipse).
Při tréninku se snažte držet rovná záda, hlavu udržujte v prodloužení páteře (nedívejte se dlouho dolů na nohy, ale před sebe).

Cvičením na eliptickém trenažéru posilujete svaly horní i dolní poloviny těla. Správným a pravidelným cvičením dochází také k posílení kardiovaskulárního systému.

Při nastupování a sestupování z trenažéru se držte madel. Trénink začínejte s mírnou zátěží a v nižším tempu. Stejně tak je důležité trénink tímto způsobem i zakončit. Šlapejte plynule a rytmicky. Důležité je také správné, pravidelné a hlubší dýchání (do břicha).

Cvičit můžete třemi základními způsoby: s držením pohyblivým madel, s držením pevných madel, bez držení madel (třetí způsob je vhodný pro pokročilejší uživatele a slouží mimo jiné k rozvoji koordinace pohybů).

13. Pokud budete během cvičení na stroji sledovat televizi nebo se věnovat jiné zábavě, prosím buďte zvláště opatrní. Další souběžné činnosti mohou rozptýlit vaši soustředěnost, a tak zapříčinit ztrátu vaší rovnováhy a zranění.
14. Nesprávné používání (např. nadměrné cvičení, prudké pohyby bez rozcvičení, špatné nastavení) může poškodit vaše zdraví. Před začátkem cvičení konzultujte váš zdravotní stav (srdeční systém, krevní tlak, ortopedické problémy atd.) se svým lékařem, zvláště pokud trpíte některým z následujících onemocnění (vysoký krevní tlak, cukrovka, respirační onemocnění, jiná chronická nebo komplikovaná onemocnění), pokud trpíte nadváhou, jste kuřáci nebo pokud je uživatelem těhotná či kojící žena. Pokud se během cvičení objeví kterýkoliv z níže uvedených příznaků, okamžitě přestaňte cvičit a kontaktujte svého lékaře. Takovými příznaky jsou bolest/tlak v hrudním koši, nepravidelný tep, velmi zkrácené dýchání, pocit na omdlení, točení hlavy, nevolnost.
15. Děti, starší osoby a těhotné ženy by neměly stroj používat bez dozoru, popř. bez konzultace s lékařem.
16. Výrobce není zodpovědný za jakékoliv zranění, škodu nebo selhání způsobené použitím tohoto výrobku či špatným sestavením a údržbou stroje.
17. Správný způsob cvičení konzultujte s fitness trenérem.
18. Při cvičení doporučujeme nosit pohodlné sportovní oblečení a vhodnou sportovní obuv. Vaše oblečení by nemělo být příliš volné, aby nedošlo k zachycení oděvu strojem.
19. Prosím, odložte šperky (řetízky, prstýnky apod.).
20. Nenechávejte začínající sportovce a děti bez dozoru na stroji či v jeho blízkosti (zvláště pokud je v provozu), aby nedošlo k případnému zranění. Nenechávejte děti (mladší 12 let) či domácí zvířata hrát si v blízkosti stroje. Tento stroj není hračka.
21. Prosím dodržujte dostatečný pitný režim, cvičíte-li na stroji déle než 20 minut.
22. **VAROVÁNÍ:** Systém pro monitorování tepové frekvence (pokud jím je zařízení vybaveno) nemusí být přesný. Přetěžování při tréninku může zavinit vážné zranění nebo smrt. Pokud pocítíte nevolnost, okamžitě ukončete cvičení!

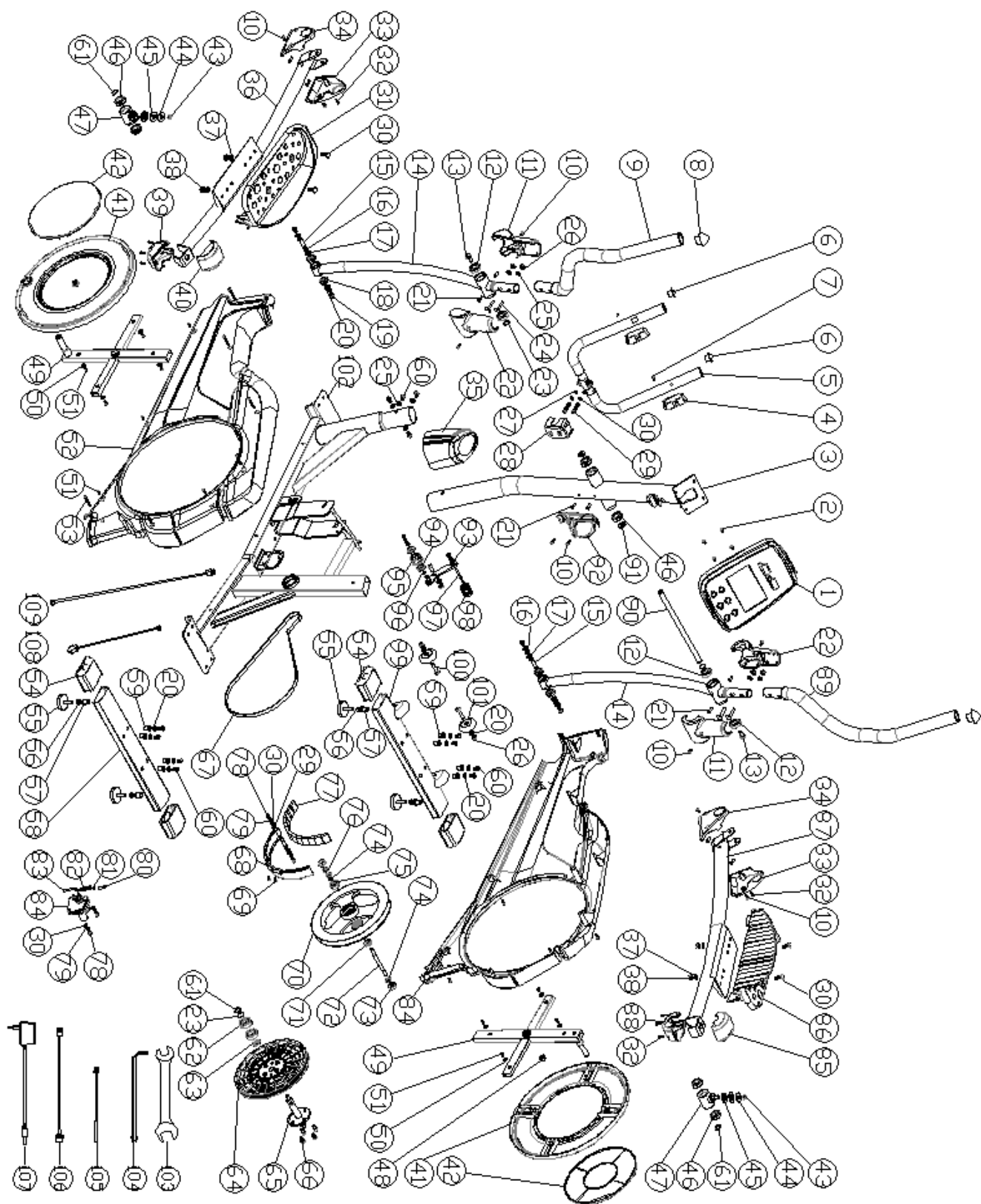
Maximální hmotnost uživatele: 150 kg

Hmotnost stroje: 50 kg

Klasifikace: Třída použití H – tzn. pouze pro domácí použití. Stroj není určen pro komerční účely a vyšší výkonnostní zatížení. Třída přesnosti C (nízká).

Stroj splňuje normy: EN ISO 20957-1:2013, EN ISO 20957-9:2016+A1:2019

Nákres jednotlivých dílů stroje



Seznam dílů

Číslo	Název	Specifikace	Počet
1	Monitor	6900	1
2	Šroub	M5*12	4
3	Vertikální sloupek	černý	1
4	Snímač tepové frekvence	22B	2
5	Pevné madlo	černé	1
6	Koncovka pevného madla	černá	2
7	Samořezný šroub	SR4*16L	2
8	Koncovka pohyblivého madla	černá	2
9	Levé pohyblivé madlo	černé	1
10	Šroub	M5*16	10
11	Kloubová krytka pohyblivé tyče	Černá	2
12	Ložisko	6003	4
13	Zajišťovací šroub	M8*1.0	2
14	Tyč pohyblivých madel	černá	2
15	Stupňovitá spojovací hřídel	φ12	2
16	Hřídel s pružným kroužkem	φ12	4
17	Plochá podložka	12*14	4
18	Ložisko	6001	4
19	Imbusový šroub	8*16	4
20	Plochá podložka	φ8*φ16*1.6T	14
21	Nýt	M5*16	10
22	Kloubová krytka pohyblivé tyče	černá	2
23	Oblá podložka	φ17	3
24	Šroub se čtvercovým hrdlem	M8*40	4
25	Oblá podložka	φ8	8
26	Pojistná matice	M8*4.5T/ černá	6
27	Plochá podložka	φ8*φ12	1
28	Krytka spoje pevného madla	černá	1
29	Hřídel s pružným kroužkem	φ12	4
30	Plochá podložka	φ6*12*1.6T	9
31	Levý nášlap (pedál)	černý/ABS	1
32	ST3 samořezný šroub	ST3*20	8
33	Přední krytka pedálové tyče (vnější)	černá	2
34	Přední krytka pedálové tyče (vnitřní)	černá	2
35	Krytka vertikálního sloupku	černá/ABS	1
36	Levá pedálová trubka	černá	1
37	Plochá podložka	6*14*1.6T	4
38	Zajišťovací šroub	M6	4
39	Levá spodní krytka kliky	černá	1

40	Levá horní krytka kliky	černá	1
41	Boční disk	černý	2
42	Kryt bočního disku	černý	2
43	Pojistná matice	M10	2
44	Plochá podložka	10*30	2
45	Plastová podložka	14*30	4
46	Ložisko	6003	4
47	Spojovací díl pedálu – ložiskové pouzdro	pozinkovaný	2
48	Matice s přírubou	M10	2
49	Klika pedálu (kříž)	černá	2
50	Plochá podložka	4*16	8
51	Samořezný křížový šroub	ST4*16	8
52	Levý rámový kryt	ABS	1
53	Samořezný křížový šroub	ST4*45	6
54	Koncovka nosníku	černá	4
55	Vyrovňovací podložka	φ50	4
56	Šestihránná matice	M10*4.5	4
57	Nýt	M10*16	4
58	Zadní nosník	černý	1
59	Nýt	M8*16	8
60	Šroub s vnitřním šestihranem	M8*20	8
61	Hřídel s pružným kroužkem	φ17	3
62	Ložisko	6004	2
63	Objímka	φ17	1
64	Řemenice	ABS	1
65	Hřídel	černá	1
66	Šroub s vnitřním šestihranem	M8*12	4
67	Řemen	6PJ530	1
68	280 magnet	černý	1
69	Křížový šroub	M4*16	2
70	Setrvačnick (zátěžové kolo)	7 KG	1
71	Ložisko	6000	1
72	Vřeteno setrvačnicku	black	1
73	Matice s přírubou	M10	2
74	Objímka setrvačnicku	galvanicky pokovená	2
75	Ložisko	6201	1
76	Vnější šestihránná matice	M10*4.5	2
77	Magnet	black	13
78	Vnější šestihránný šroub	M6*20	4
79	Pružné podložky	φ6	4
80	Táhlo páky 1	pozinkované	1
81	Vnější šestihránná matice	M5	2
82	Páka 2	pozinkovaná	1
83	Pákový článek 3	pozinkovaný	1

84	Pravý rámový kryt	černý/ABS	1
85	Pravá horní krytka kliky	černá/ABS	1
86	Pravý nášlap (pedál)	černý/ABS	1
87	Pravá pedálová trubka	černá	1
88	Pravá spodní krytka kliky	černá/ABS	1
89	Pravé pohyblivé madlo	400L	1
90	Propojovací tyč pohyblivých madel	černá	1
91	Plochá podložka	8*25	2
92	Držák na láhev	černý	1
93	Tyčka	černá	1
94	Ložisko	6200	2
95	Přítlačné kolečko	φ30	1
96	Oblá podložka	φ10	1
97	Pružinová tyč	M6*75L	1
98	Pružina	pozinkovaná	1
99	Přední nosník	černý	1
100	Šroub s vnitřním šestihranem	M8*45	2
101	Transportní kolečko	φ70	2
102	Hlavní rám	černý	1
103	Klíč	13-15	1
104	Klíč	6*145	1
105	Indukční kabel	300L	1
106	DC line	400L	1
107	Adaptér s kabelem	120-240/9V/500mA	1
108	Kabel online	1100L	1
109	Kabel offline	700L	1

Montážní postup

1

Krok č. 1

Připevněte přední a zadní nosník k hlavnímu rámu.



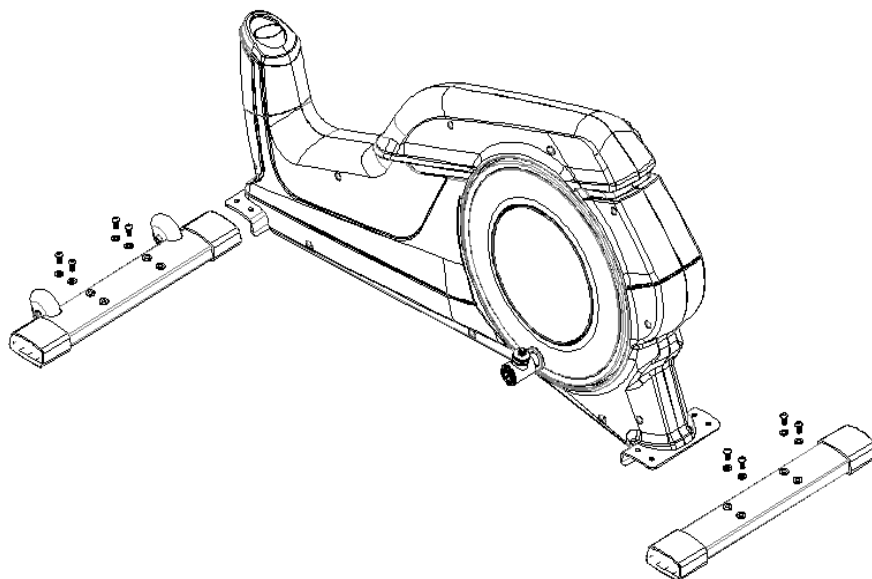
M8×20L 4PCS



Ø8×Ø16×1.6T 4PCS



#



2



M5×16L 4PCS



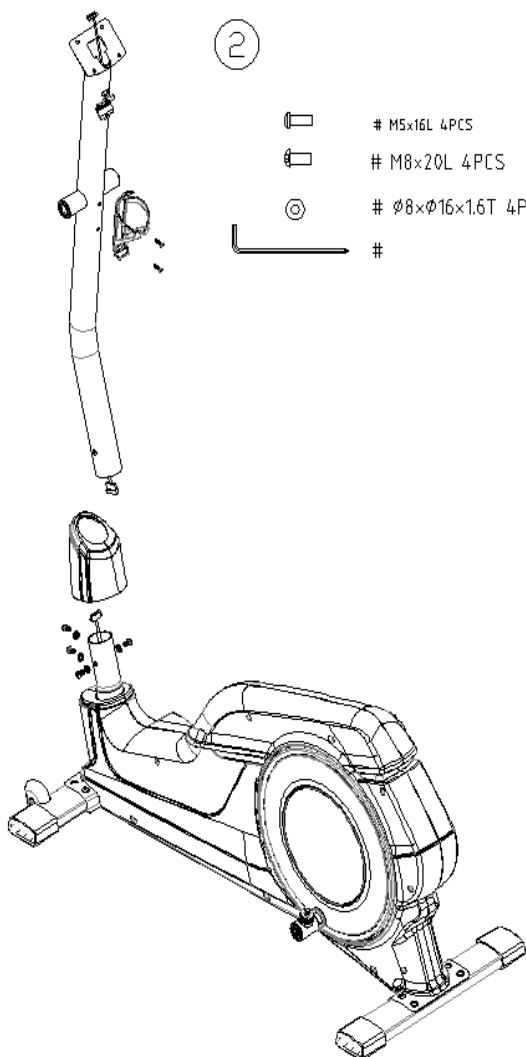
M8×20L 4PCS



Ø8×Ø16×1.6T 4PCS



#



Krok č. 2

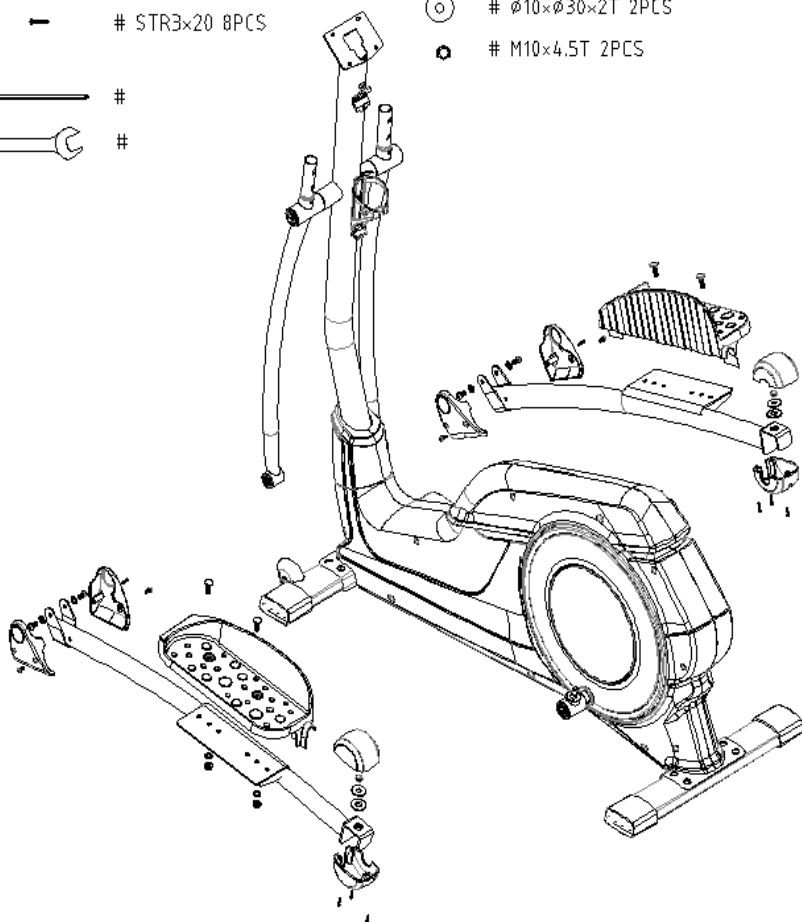
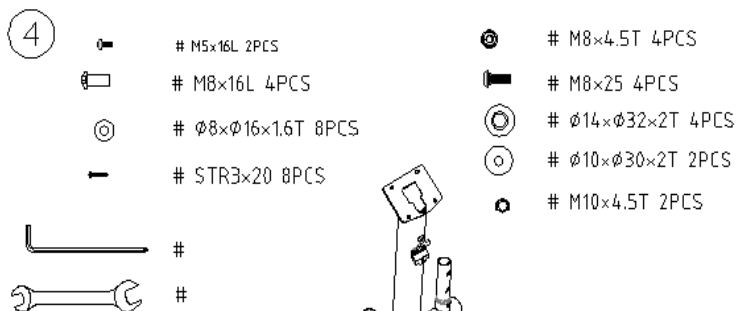
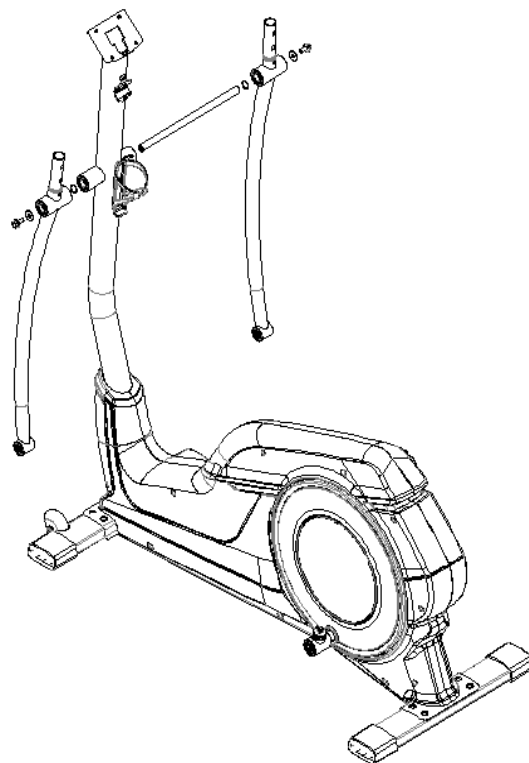
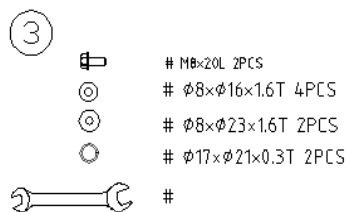
Spojte kabel vedoucí ze sloupku s kabelem vedoucím z hlavního rámu.

Připevněte vertikální sloupek k hlavnímu rámu.

Připevněte držák na láhev.

Krok č. 3

Připevněte pravou a levou tyč pohyblivých madel k vertikálnímu sloupku.



Krok č. 4

Připevněte pravou a levou pedálovou tyč k zadní části hlavního rámu, dále je spojte s tyčemi pohyblivých madel. Připevněte na ně pravý a levý nášlap (pedál).

Krok č. 5

Připevněte pevné madlo s krytkou na vertikální sloupek.

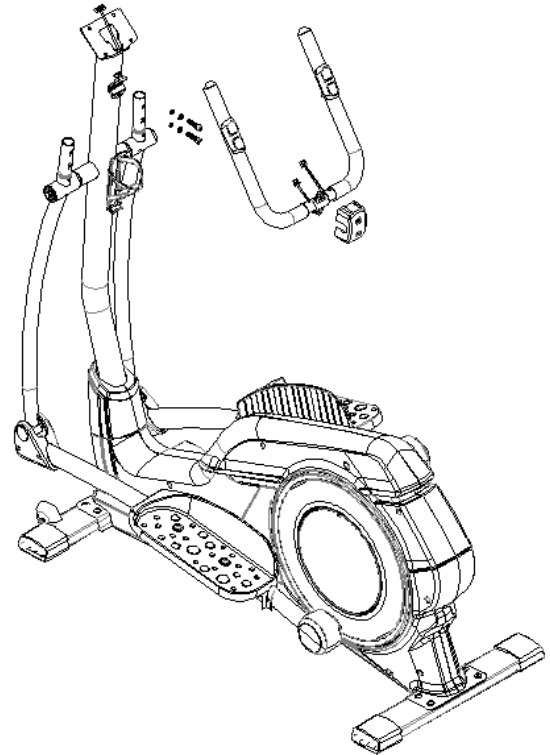
5

M8x4,5Tx30L 4PCS

$\phi 8 \times 2T$ 2PCS

$\phi 8 \times \phi 14 \times 2T$ 2PCS

#



6

M5x16L 4PCS

M8x25 4PCS

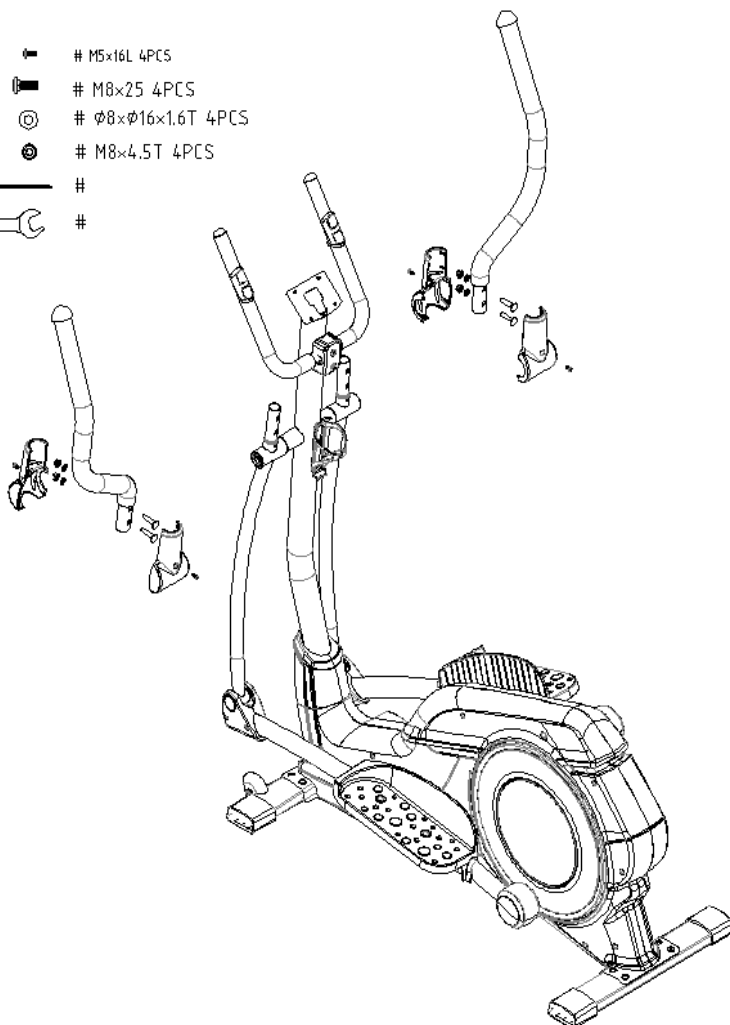
$\phi 8 \times \phi 16 \times 1.6T$ 4PCS

M8x4,5T 4PCS

#

#

#



Krok č. 6

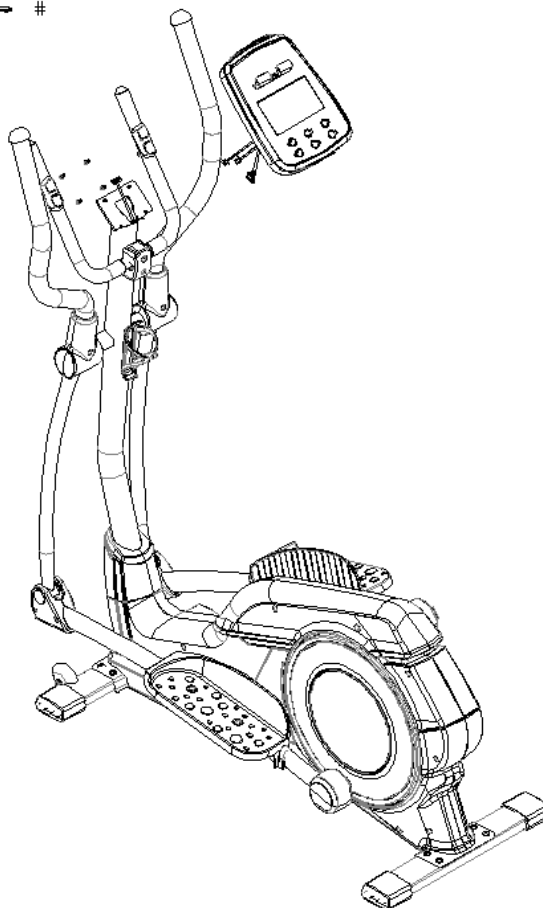
Připevněte pravé a levé pohyblivé madlo k tyčím.

Krok č. 7

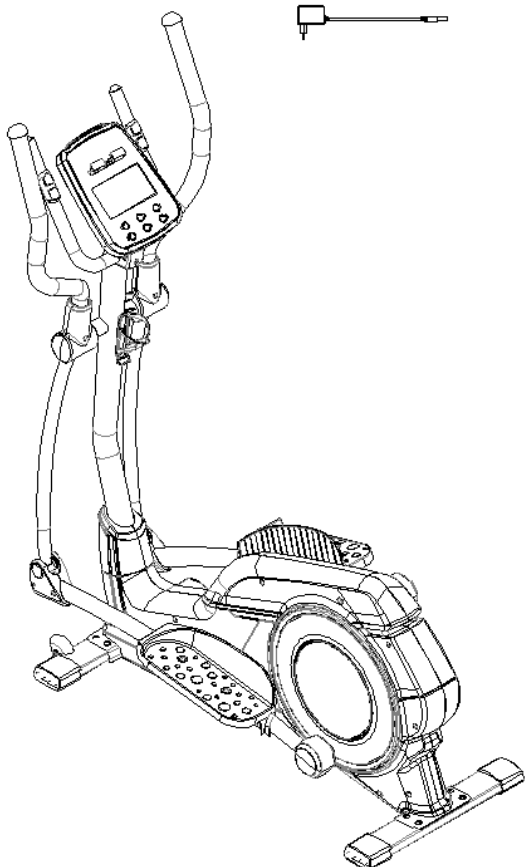
Položte monitor na sloupek, spojte kabely a připevněte šrouby.

7

← # M5×11L 4PCS
→ #



8



Krok č. 8

Připojte stroj do zásuvky pomocí adaptéru s kabelem.

Péče a údržba

Před čištěním se ujistěte, že je stroj vypojený z elektrické sítě. Po ukončení každého cvičení otřete pot. Pravidelně otírejte prach a nečistoty z povrchu celého stroje pomocí měkkého navlhčeného hadříku (postačí voda, případně jemné čisticí prostředky). Po očištění otřete stroj do sucha.

Používejte stroj v čisté, větrané a suché místnosti.

Při montáži řádně dotáhněte všechny šrouby (cca po 10 hodinách používání stroje toto dotažení znovu zkontrolujte). Při zvýšené hlučnosti je nutné zkontrolovat správné dotáhnutí všech spojů.

Skladování

Skladujte stroj ve vnitřních, suchých a čistých prostorách. Chraňte jej před přímým slunečním zářením a vysokými teplotami. Neodkládejte na rotoped žádné věci. Ujistěte se, že hlavní vypínač je vypnutý a stroj není zapojen do elektriny. Vyhněte se s rotopedem větší statické elektřině, která může narušit správné fungování měřičů či je dokonce poškodit.

Záruka

Výrobek je chráněn záruční dobou platnou v dané zemi, kde byl prodej uskutečněn. Tato záruka se vztahuje na případné vady výrobní. Není poskytována na opotřebení výrobku vlivem běžného používání, na vady a opotřebení vzniklá nesprávným zacházením, skladováním a užíváním (např. k jinému účelu než je výrobek určen) a na jakékoliv úpravy výrobku. Jako záruční list slouží orazítkovaný prodejní doklad.

Servisní středisko:

Rulyt s.r.o., Lounská 891, 438 01 Žatec / Tel: +420 777 736 214 / e-mail: reklamace@rulyt.cz

Autor si vyhrazuje právo nebýt zodpovědný za aktuálnost, správnost, úplnost nebo kvalitu poskytnutých informací. Nároky na ručení vůči autorovi, které se vztahují na škody hmotné i nehmotné povahy, způsobené používáním nebo nepoužíváním poskytovaných informací nebo použitím chybných a neúplných informací jsou vyloučeny, pokud takto autor nečinní úmyslně nebo to není hrubá chyba.

Pokud se zakoupený (reálný) produkt zcela neshoduje s produktem vyobrazeným v návodu, platí za finální a správný produkt ten reálný.

Fotografie v tomto návodu, se mohou v detailech výrobku mírně lišit oproti originálu.

Naskenujte prosím QR kód pro zobrazení případné aktualizované verze návodu a zobrazení návodu v dalších jazycích.

Please scan QR code for more languages and possible update of user manual.

