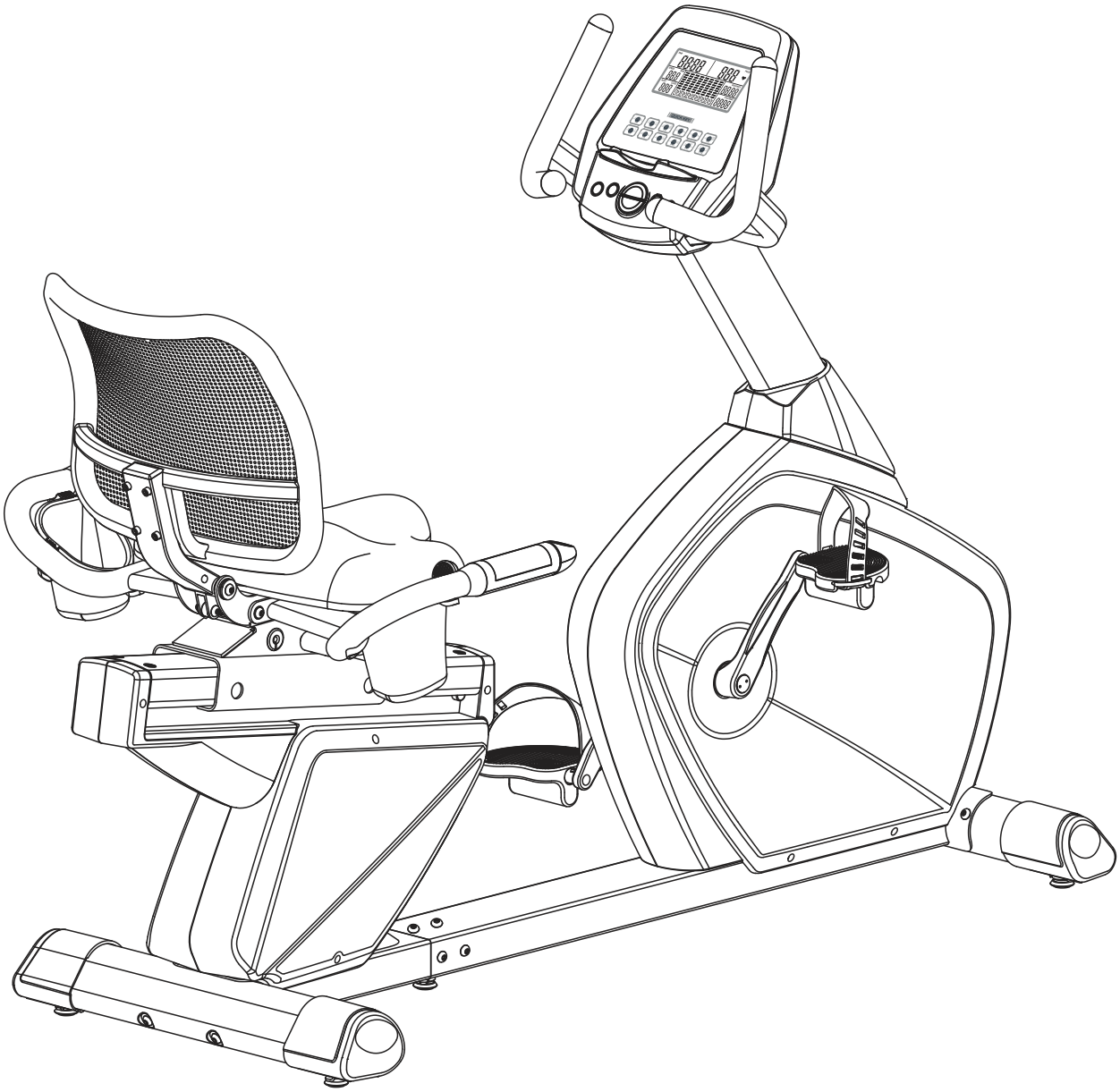
hattrick-pro

ST-1100 TİCARİ YATAY BİSİKLET



Cardio Serisi

Kullanım Kılavuzu

Türkçe

GENEL BİLGİLENDİRİLME

Ürünümüzü seçtiğiniz için teşekkür ederiz. Sağlık ve güvenliğiniz için cihazı doğru ve talimatlara uygun kullanınız. Kurulum ve/veya Kullanım öncesinde, aşağıdaki bilgileri dikkatle okuyunuz. Güvenli ve etkili kullanım ancak cihazın doğru kurulması, kullanılması ve bakımının doğru yapılması ile mümkündür.

ÖNEMLİ BİLGİ- UYARI

Kullanım ve/veya ürün muhafaza talimatlarına uymadığınız durumlarda olan ve/veya oluşabilecek yaralanma ve/veya diğer maddi, manevi tüm sağlık sorunları ve/veya diğer tüm zararlardan Spor Dünyası Dış Tic. A.Ş. sorumlu değildir.

1. Bu kullanma kılavuzunu saklayınız. Ürünü başka bir yere ya da birine verirken, kullanım kılavuzu ile birlikte veriniz.
2. Ürün modelinin yükseltilmesinden ötürü, aldığınız üründe biraz farklılık olabilir.
3. Teknik servis iletişim bilgilerine www.spordunyasi.com.tr/Teknik-Servisler adresinden ulaşabilirsiniz.
Bir sorun ya da sormak istediğiniz konularda 0850 495 52 12 nolu Müşteri Hizmetleri numaramızla irtibata geçebilirsiniz.
4. Cihazınızın garanti süresince fatura ve garanti belgenizi muhafaza ediniz.
5. Teknik servis çağırdığınızda veya teknik servise kayıt bırakacağınızda fatura ve garanti belgesini hazırlamanız, ibraz etmeniz ve bilgilerinizi belirtmeniz gerekmektedir.
6. Ürünü teslim alındığınızdan itibaren 14 gün içerisinde oluşabilecek yasal iade durumları için ambalajını muhafaza ediniz.
7. Bakanlıkça tespit edilen kullanım ömrü 10 yıldır.
8. Cihaz elektrik gücü ile çalışıyor ise, elektrik topraklama tesisatınızı yetkili elektrik teknisyenine kontrol ettriniz.Topraklama elektrik çarpmalarını en aza indirgeyen yoldur.Cihaz toprak hatlı bir kablo ve toprak hatlı bir priz ile çalıştırılabilir. Bulunduğunuz yerdeki elektrik şartnamesinde belirtilen kodlara göre yapılmış topraklama sistemine sahip olmalıdır. Cihaz, ancak standart elektrik tesisatı kurallarına uygun yerlerde kullanılabilir.Düşük akım, voltaj cihaza zarar verir. Cihaz garanti kapsamından çıkar. Cihazı düzgün topraklanmış standartlara uygun bir çıkışa bağlayınız. Cihazın fişini değiştirmeyiniz. Şayet priz uygun değilse yetkili bir elektrikçi ya da servisçi tarafından montajı yapılmış priz kullanınız. Ürünle adapatör kullanmayınız.
9. Cihazın fişi, elektrik kablosu zarar görmüş, ıslanmış, hasarlı ve/veya cihaza su dökülmüş, cihazın çalışmasında ve güvenliğin sağlanmasında hayati önem arz eden parçaları zarar görmüş, düzgün çalışmıyor ise cihazı yetkili teknik servis ve/veya satış ve dağıtımını yapan Firma ile irtibata geçerek gönderimini sağlayınız.
10. Kullanım ömrünü dolduran cihazları kullanmayınız.
11. Tedavi amaçlı kullanıma uygun değildir
12. Bu ürün dış mekânlarda kullanıma uygun değildir.
13. Bu makinenin, kullanım amaçları dışında herhangi bir şekilde kullanılması kesin olarak yasaklanmıştır.
Ayrıca cihaza kesinlikle eklentiler yapmayınız.
Makina çalışırken hareketli kısımlar statik elektrik oluşturabilecekleri için parlayıcı,patlayıcı ve yanıcı maddelerden uzak tutunuz.
14. Yanlış ve aşırı egzersizin sağlığınıza zarar verme olasılığı bulunmaktadır, lütfen, doğru egzersiz açısı ve vücut yükünüz konusunda profesyonele danışınız.

SAKLAMA- MUHAFAZA-DEPOLAMA

1. Cihazınızı ıslak ve nemli (banyo, sauna, balkon, teras v.b) yerlerde kullanmayınız ve muhafaza etmeyiniz.Rutubetli ya da çok günes alan yerlerde bulundurmayınız. Bırakmayınız.

2. Cihazınızda kablo var ise, kabloyu sıcak yüzey ve yerlerden, yanıcı, parlayıcı, yakıcı nesne ve maddelerden uzak tutunuz. Özellikle yangın tehlikesine karşı dikkat ediniz.

3. Cihaz katlanabilir özelliğe sahip ise, cihazın tüm fonksiyonları kapalı hale getirildikten sonra katlama yapılmalıdır.

4. Cihazı temiz ve kuru bir ortamda muhafaza ediniz.Yetişkinlerin, çocukların, engellilerin, yaşlıların ve hayvanların zarar görmemesi için emniyetli yerlerde saklayınız.

TAŞIMA

1. Cihazı hareket ettirirken ve/veya kullanırken dikkatli olmanız gerekir. Kendinize zarar verebilirsiniz. Kendinizi zorlayacak, kapasitenizin üzerinde hareket ve ağırlıklardan kaçınınız. Cihazın mümkünse ambalajını muhafaza ediniz. Gerekiyor ise cihazı birden fazla kişi taşımalıdır. Taşıma esnasında çarpma, düşme gibi cihaza zarar verebilecek durumlara karşı önlem alarak cihazınızı taşıyınız.Cihaza zarar verecek durumların oluşması halinde cihazınızı mutlaka kullanmadan önce yetkili teknik servis tarafından komple kontrol edilmesini sağlayınız.

2- Ürünü güç kablosu ile taşımayınız. Ya da kabloyu kol gibi kullanmayınız.

BAKIM- TEMİZLEME

1. Cihazınızın düzenli yağlama yapılmasına özen gösteriniz. Cihazınız için ALTIS, HATTRICK, marka yağları tercih ediniz. Her yağ kalitesi aynı olmadığından cihazınıza zarar verebilir.

2. Her türlü ayarlanabilir bölüm, özellikle kullanıcının egzersiz hareketlerini doğrudan etkileyebilecek olan bölümler, bakım sırasında güçlendirilmeli, düzenli olarak cihazın bakımının yetkili servisi tarafından yapılması gereklidir.

3. Yılda en az bir defa cihazın motor bölümü açılıp, toz ve pumukçuklar yetkili servis tarafından temizlenmelidir.

4. Cihazı bir den fazla kişi kullanıyor ise önermiyoruz. Isıyı azaltmak için cihazın dinlendirilmesi, yazları sabah ve akşam saatlerinde kullanılması, kış aylarında soba ve/veya kalorifer peteklerinden uzak tutulması gereklidir.

5. Her kullanımdan sonra cihazı temiz kuru bir bezle siliniz. Haftada bir kez cihazı su ile nemlendirilmiş yumuşak bir bez ile siliniz.

6. Ekran panellerinin ıslanmamasına ve nem almamasına dikkat ediniz.

DİKKAT = Elektrik çarpma riskini azaltmak için; cihazı temizlerken ve/veya kullandıktan sonra cihazın fişini çıkışından olmak üzere çekiniz.

KULLANIM ŞARTLARI VE KULLANIM TALİMATLARI

1. Genel ya da herhangi bir sağlık probleminiz var ise, enerji artırıcı ve/veya takviye ilaçları kullanıyorsanız, cihazı kullanmadan önce doktorunuza başvurunuz Herhangi bir egzersiz programına başlamadan önce tıbbi ve fiziksel açıdan uygun olup olmadığınızı belirlemek ve sağlığınızı tehlikeye sokmamak için doktorunuza başvurunuz. Kalp hızınız, tansiyonunuz ve kolesterol düzeyinizi etkileyen bir ilaç ya da içecek kullanıyorsanız, doktor tavsiyesi mutlaka almalısınız.

2. Özellikle 35 yaş üzerindeyseniz, kalp, solunum, eklem.. vb. spor yapmaya engel rahatsızlıklarınız var ise ve/veya hamile iseniz çalışmaya başlamadan önce doktorunuza veya tıbbi danışmanınıza başvurunuz.

3. Vücudunuzun sinyallerine kulak veriniz. Yanlış egzersiz sağlığınıza zarar verir. Aşağıdaki semptomlardan herhangi biri sizde görülüyorsa, egzersizi hemen kesiniz: ağrı, göğsünüzde bir ağırlık, aşırı nefes darlığı, bayılma hissi, baş dönmesi, mide bulantısı.göz kararması..vs bu ve bu gibi diğer durumlardan herhangi birini hissetmeniz durumunda, doktorunuza danışın.

4. Cihazın emniyet anahtarının yuva içerisinde olduğundan emin olunuz. Aksi halde cihaz çalıştırılamaz.

5. Cihazı oksijenin az olduğu ve/veya kimyasal madde, sprey sıkılmış yerlerde kullanmayınız. Cihazı bu gibi yerlerde bulundurmayınız, çalıştırmayınız.

6. Cihazınızın hareketli parçalarına elinizi ve/veya nesne, sopa vb. herhangi bir parça sokmayınız. Cihazınızın çalışmasını engelleyecek nesne ve malzemelerden cihazınızı uzak tutunuz.

7. Cihaz çalışır durumda iken başkasının dokunmasına izin vermeyiniz. Ürünü elektriğe bağlı ve/veya çalışır durumda kesinlikle yanlız ve/veya gözetimsiz bırakmayınız.

8. Engelli, Çocuk ve hayvanları cihazdan uzak tutunuz. Kullanmalarına izin vermeyiniz. Cihaz sadece yetişkinler için tasarlanmıştır. Cihazın Engelli,Çocuk ve hayvanlardan uygun uzaklıkta olduğundan emin olunuz.Kardiyopatların ve 12 yaşından küçük çocukların, yaşlı, engelli ve spora engel her türlü hastalığı olanların bu aleti kullanmaları kesinlikle yasaktır. Cihaz bu kişi ve canlıların yanında kullanılıyor ise mutlaka kendilerine yakından gözetim sağlanmalıdır.

9. Cihazı kullanmadan önce vida,somun ve tutma yerlerinin iyice sıkılmış olduğundan emin olunuz. Cihazı, her zaman kılavuzda belirtildiği şekilde kullanınız. Cihazın kurulumu ya da kontrolü sırasında hasarlı bir durum görürseniz ya da kullanım sırasında sıra dışı sesler duyarsanız cihazı derhal durdurunuz. Problem çözümleninceye kadar aygıtı kullanmayınız.

10. Cihazınız tamamen durmadan, cihaz üzerinden inmeyiniz. Kullanmadan önce cihazın çalışmıyor olduğunu kontrol ediniz.

11. Cihazın havalandırma yerleri kontrol edilmeli, periyodik bakımları yetkili teknik servis tarafından yapılmalıdır.

12. Cihazı kullanırken cihaza takılabilecek ve tehlike oluşturabilecek kıyafet, takı ve aksesuar kullanmayınız. Uzun ve bol giysiler ürüne takılabilir ve hareketinizi engelleyebilir. Hareketlerinizi engelleyecek şekilde saç, vs. mutlaka toplayınız Kullanım sırasında ayrıca başka spor aletleri kullanmayınız. (El yayı, ağırlık vb.). Uygun spor kıyafetleri ve spor ayakkabısı kullanınız.

13. Cihazın Tutma yerlerini, tutmanızı zorlaştıracak kayganlaştırıcı jel ve/veya krem vs. sürmeyiniz.

14. Egzersizinizden maksimum verim alabilmeniz için uzmana danışarak belirlediğiniz hedef çalışma değerlerini cihaza giriniz. Program seçiminizi yapınız. Şahsınıza özel cihazınızı başkalarının kullanmasına, program değişiklikleri yapmalarına izin vermeyiniz.

15. Egzersizlerinizi %60-%70 hedef nabız değeri arasında çalışmanız önemlidir. Max. nabız degerini bir uzmana danışarak mutlaka belirleyiniz.

16. Cihaz medikal bir ürün değildir. Değerler yaklaşık değerlerdir. Size uygun nabız değerini doktorunuza danışarak öğreniniz. Egzersiz sırasında nabzınızı sürekli kontrol ediniz. Normal değerinizin üzerinde bir nabız değeri olur ise çalışmayı durdurunuz ve uzmana çalışma programınızı yeniden yaptırınız. Yeni program değerlerinizi cihazınıza girmeyi unutmayınız.

17. Kullanımdan önce uygun ısınma hareketlerini yapınız.

18. Lütfen kullanmadan önce makinenin her yerinin sabit olduğunu kontrol ediniz.

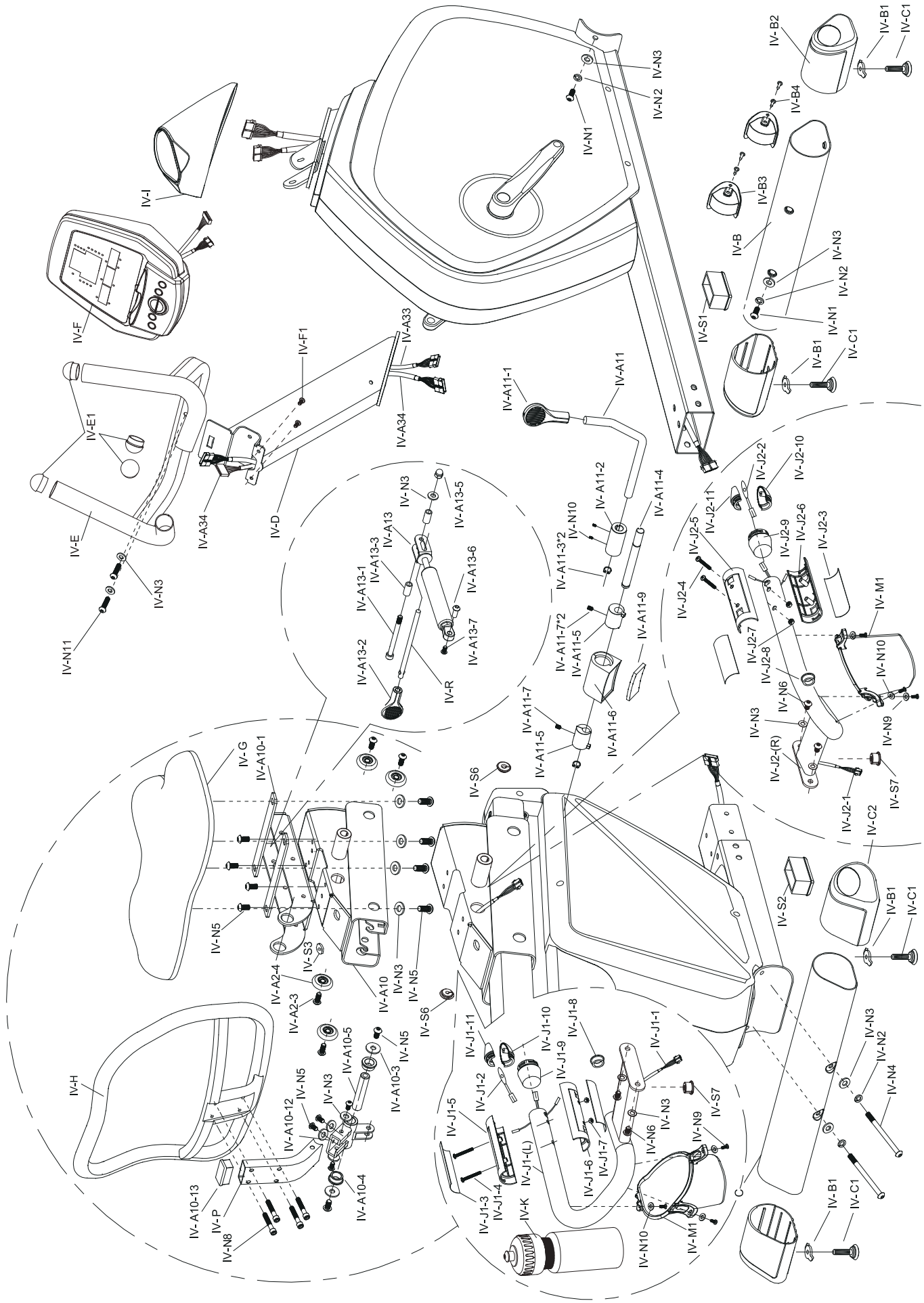
19. Elektrik çarpma riskini azaltmak için; cihazı temizlerken ve/veya kullandıktan sonra cihazın fişini çıkışından olmak üzere çekiniz.

Önemli Güvenlik Bilgileri

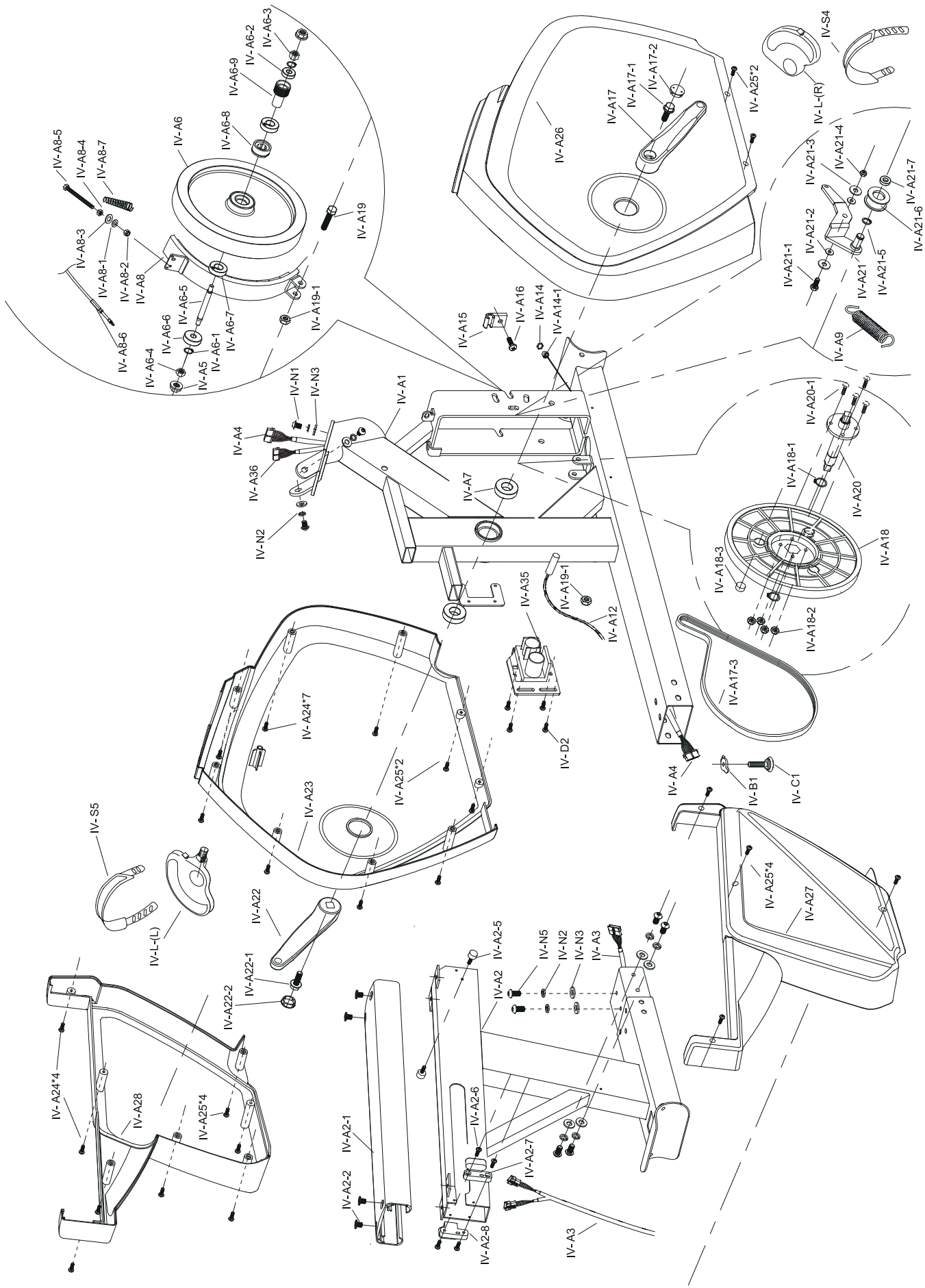
Ürünümüzü seçtiğiniz için teşekkür ederiz. Sağlık ve güvenliğinizi garanti altına almak için bu cihazı doğru ve talimatlara uygun kullanınız. Kullanım öncesinde, aşağıdaki bilgileri dikkatle okuyunuz.

1. Bu cihazı kurmadan ve kullanmadan önce tüm kılavuzu dikkatle okumanız çok önemlidir. Güvenli ve etkili kullanım ancak cihazın doğru kurulması, kullanılması ve bakımının doğru yapılması ile mümkündür. Ürünü alırken kilonuza uygun olup olmadığını kontrol ediniz.
2. Herhangi bir egzersiz programına başlamadan önce tıbbi ve fiziksel açıdan uygun olup olmadığınızı belirlemek ve sağlığınızı tehlikeye sokmamak için doktorunuza başvurunuz. Kalp hızınız, tansiyonunuz ve kolesterol düzeyinizi etkileyen bir ilaç ya da içecek kullanıyorsanız, doktor tavsiyesi mutlaka almalısınız.
3. Vücudunuzun sinyallerine kulak veriniz. Yanlış egzersiz sağlığınıza zarar verir. Aşağıdaki semptomlardan herhangi biri sizde görülüyorsa, egzersizi hemen kesiniz: ağrı, göğsünüzde bir ağırlık, aşırı nefes darlığı, bayılma hissi, baş dönmesi, mide bulantısı. Bu durumlardan herhangi birini hissetmeniz durumunda, doktorunuza danışın.
4. Çocukları ve hayvanları cihazdan uzak tutunuz. Cihaz sadece yetişkinler için tasarlanmıştır.
5. Cihazı, sert ve düz yüzey üzerinde kullanınız. Zemin koruyucu mat tedarik etmenizi öneririz. Cihazınızı nemli, ıslak ve dış alanlarda kullanmayınız ve muhafaza etmeyiniz.
6. Cihazı kullanmadan önce vida ve somunların iyice sıkılmış olduğundan emin olunuz. Cihazı, her zaman belirtildiği şekilde kullanınız. Cihazın kurulumu ya da kontrolü sırasında hasarlı bir durum görürseniz ya da kullanım sırasında sıra dışı sesler duyarsanız cihazı derhal durdurunuz. Problem çözümleninceye kadar aygıtı kullanmayınız.
7. Cihaz bilgisayarı mevcut ise birçok fonksiyonu bulunmaktadır. Yaptığınız egzersiz yoğunluğuna göre bu değerler gösterilecektir. Burada size nabız değerlerinizin size referans olacağını hatırlatmak isteriz.
8. Kullanım sırasında uygun kıyafetler giyiniz. Uzun ve bol giysiler ürüne takılabilir ve hareketinizi engelleyebilir. Kullanım sırasında ayrıca başka spor aletleri kullanmayınız. (El yayı, ağırlık vb.) Ayrıca elinize kayganlığı arttırıcı, tutunmanızı zorlaştıracak jel, krem vs sürmeyiniz.
9. Cihazı kullanırken ve hareket ettirirken dikkatli olmanız gerekir. Belinize zarar verebilirsiniz. Ayaklarınızın pedalları iyice kavradığından emin olunuz.
10. (Gidon) tutma yerlerini, tutmanızı zorlaştıracak kayganlaştırıcı jel ve/veya krem vs. sürmeyiniz.
11. Tedavi amaçlı kullanıma uygun değildir.
12. Bu kılavuzu ve kurulum araçlarını saklayınız.
13. Cihazınızın düzenli yağlama yapılmasına özen gösteriniz. Cihazınız için ALTIS, HATTRICK, marka yağları tercih ediniz. Her yağ kalitesi aynı olmadığından cihazınıza zarar verebilir.
14. Bu ürün, bu makinenin sahibi tarafından kullanıcının güvenilirliği, yaşı ve egzersiz tecrübesine vs. uygun olarak belirlenen yönergenin geçerli olduğu alanlarda kullanılabilir.
15. Bu ürün, kullanım yerinde, uzman eşliğinde denetim altında kullanılabilir.
16. Çocukların ve engelli kişilerin üründen uygun uzaklıkta olduğundan emin olunuz ve ürünü kullanmalarına izin vermeyiniz.
17. Yanlış ve aşırı egzersizin sağlığınıza zarar verme olasılığı bulunmaktadır, lütfen, doğru egzersiz açısı ve vücut yükünüz konusunda profesyonele danışınız.
18. Lütfen egzersiz öncesinde makinenin maksimum yük taşıma ayarını yapınız (özellikle koltuk ayarı).
19. Lütfen kullanmadan önce vidaların ve tutma yerinin sıkıştırılmış olduğundan emin olunuz.
20. Kardiyopatların ve 12 yaşından küçük çocukların, yaşlı, engelli ve spora engel her türlü hastalığı olanların bu aleti kullanmaları kesinlikle yasaktır.
21. Bu makine, kapalı mekânda, düz bir zemine yerleştirilmeli ve makinenin arkasında 2000mm * 1000 mm'lik bir alan olmalıdır.
22. Bu makine ile egzersiz yaparken, baş dönmesi, mide bulantısı ya da herhangi bir diğer rahatsızlık yaşamanız durumunda, lütfen hemen egzersizi bırakın ve bir doktora danışın.
23. Lütfen uygun spor kıyafetleri ve spor ayakkabısı kullanınız.
24. Lütfen kullanımdan önce uygun ısınma hareketlerini yapınız.
25. Bu makinenin, kulanım amaçları dışında herhangi bir şekilde kullanılması kesin olarak yasaklanmıştır. Makina çalışırken hareketli kısımlar statik elektrik oluşturabilecekleri için parlayıcı ya da patlayıcı maddelerden uzak tutunuz.
26. Lütfen profesyonel bir eğitmenin yönetiminde egzersiz yapınız.
27. Lütfen kullanmadan önce makinenin her yerinin sabit olduğunu kontrol ediniz.
28. Her türlü ayarlanabilir bölüm, özellikle kullanıcının egzersiz hareketlerini doğrudan etkileyebilecek olan bölümler, bakım sırasında güçlendirilimelidir.

DIAGRAM


IV-B1
IV-C1
IV-B2
IV-N3
IV-N2
IV-N1
IV-B4
IV-B3
IV-B
IV-I
IV-F
IV-S1
IV-F1
IV-A33
IV-A34
IV-A11-1
IV-A11
IV-E1
IV-E
IV-D
IV-J2-2
IV-J2-10
IV-A11-2
IV-A11-4
IV-N10
IV-J2-11
IV-J2-5
IV-J2-9
IV-J2-6
IV-J2-3
IV-A11-3*2
IV-A13-5
IV-A13
IV-A13-3
IV-A13-6
IV-A13-1
IV-J2-4
IV-M1
IV-A11-7*2
IV-A11-5
IV-A11-9
IV-A13-7
IV-A13-2
IV-R
IV-J2-7
IV-J2-8
IV-N6
IV-A11-7
IV-A11-6
IV-G
IV-A10-1
IV-S6
IV-J2-(R)
IV-S7
IV-J2-1
IV-C2
IV-S2
IV-N5
IV-S3
IV-A2-4
IV-A2-3
IV-A10
IV-J1-11
IV-J1-10
IV-J1-8
IV-J1-1
IV-A10-5
IV-A10-3
IV-J1-9
IV-J1-2
IV-H
IV-A10-12
IV-J1-5
IV-J1-(L)
IV-J1-7
IV-J1-6
IV-N9
IV-N4
IV-A10-13
IV-P
IV-N8
IV-A10-4
IV-J1-3
IV-J1-4
IV-K
IV-N10
IV-M1
C

DIAGRAM


IV-A8-5
IV-A8-4
IV-A8-7
IV-A8-3
IV-A8-1
IV-A8-2
IV-A8
IV-A8-6
IV-A6
IV-A6-9
IV-A6-2
IV-A6-3
IV-A6-8
IV-A19
IV-A6-5
IV-A6-7
IV-A19-1
IV-A6-6
IV-A6-4
IV-A6-1
IV-A5
IV-A26
IV-A17
IV-A17-1
IV-A17-2
IV-A25*2
IV-S4
IV-L-(R)
IV-A21-3
IV-A21-4
IV-A21-7
IV-A21-6
IV-A21-2
IV-A21-1
IV-A21-5
IV-A21
IV-A9
IV-A15
IV-A16
IV-A14
IV-A14-1
IV-N1
IV-N3
IV-A1
IV-A4
IV-A36
IV-N2
IV-A7
IV-A20-1
IV-A18-1
IV-A20
IV-A18
IV-A18-3
IV-A35
IV-A19-1
IV-A12
IV-A18-2
IV-A17-3
IV-A24*7
IV-D2
IV-A4
IV-B1
IV-C1
IV-A25*2
IV-A23
IV-S5
IV-L-(L)
IV-A22
IV-A25*4
IV-A27
IV-A22-1
IV-A22-2
IV-A2-5
IV-N5
IV-N2
IV-N3
IV-A3
IV-A2
IV-A24*4
IV-A28
IV-A25*4
IV-A2-1
IV-A2-6
IV-A2-7
IV-A2-2
IV-A2-8
IV-A3

PARÇA LİSTESİ

P/N	DESCRIPTION	Q'TY	P/N	DESCRIPTION	Q'TY
IV-A1	ÖN ANA ÇERÇEVE	1	IV-A10-5	ARKA BORU İÇİN DİNGİL	1
IV-A2	ARKA ANA ÇERÇEVE	1	IV-A10-6	PULL BAR ⊠9.3 * 66.8	1
IV-A2-1	ALÜMİNYUM İZLEME 52.4 * 104.8 * 587L	1	IV-A10-7	SOMUN	1
IV-A2-2	VİDA M8 * 10	4	IV-A10-8	YAY	1
IV-A2-3	VİDA M8 * 22	4	IV-A10-10	PIN Sabitleme	1
IV-A2-4	TEKER ⊠7.8 * ⊠37.5 * 11L	4	IV-A10-12	YATAK ALICISI	1
IV-A2-5	VİDA ⊠15 * 22	2	IV-A10-13	Bitiş CAP 25 * 50	1
IV-A2-6	VİDA M4 * 12	4	IV-A11	KOLTUK AYAR KOLU ⊠12 * 236	1
IV-A2-7	SLAYT SABİT DESTEK (SAĞ)	1	IV-A11-1	PLASTİK WRAP ⊠8 * 71L	1
IV-A2-8	SLAYT DİKİŞ DESTEĞİ (SOL)	1	IV-A11-2	KONUTUN BAĞLANMASI ⊠12 * 50	1
IV-A3	EL PULSE SENSÖRÜ ARKA	1	IV-A11-3	C CLIP C10	2
IV-A4	EL PULSE SENSOR ORTA	1	IV-A11-4	FRENLEME DİNGESİ ⊠12 * 122	1
IV-A5	NUT 3/8 "* 26 * 7mm	2	IV-A11-5	YANMA ⊠12 * ⊠24 * 33.2	2
IV-A6	FLYWHEEL ⊠260 * 9KGS	1	IV-A11-6	FREN PADI 40.5 * 65	1
IV-A6-1	C CLIP C10	2	IV-A11-7	VİDA DURDURMA M6 * 10	2
IV-A6-2	6000 ZZ BEARING	1	IV-A11-9	FREN DURDURUCU T2.0 * 28 * 58	1
IV-A6-3	NUT 3/8 "* 0.5T	1	IV-A12	SENSÖR TELİ	1
IV-A6-4	NUT 3/8 "* 26 * 3mm	1	IV-A13	GAZLI SİLİNDİR 600N	1
IV-A6-5	DİNGİLLİK ⊠10 * 120L	1	IV-A13-1	VİDA M8 * 86	1
IV-A6-6	6003ZZ YATILIYOR	2	IV-A13-2	PLASTİK WRAP ⊠8 * 71L	1
IV-A6-7	YATAKLI 6300ZZ	1	IV-A13-3	PLASTİK BURÇLAMA	2
IV-A6-8	PULLY⊠37 * ⊠17 * 60,9	1	IV-A13-5	NUT M8	1
IV-A6-9	BİR YOL AÇILIŞ	1	IV-A13-6	VİDA M8 * 30	1
IV-A7	YATAKLI 6203ZZ	2	IV-A13-7	NUT M8	1
IV-A8	KONUT-MAGNET	1	IV-A14	SOMUN	1
IV-A8-1	YIKAMA M6 * ⊠19 * T1.5	1	IV-A14-1	GÜÇ KABLOSU	1
IV-A8-2	NUT M6	1	IV-A15	SENSOR BORU KONUTLARI	1
IV-A8-3	YIKAMA ⊠6 * ⊠22 * T1.0	1	IV-A16	VAKUM # 6 * 32 * 12L	1
IV-A8-4	NUT M6	1	IV-A17	SÜT SAĞI 170L	1
IV-A8-5	VİDA M6 * 60	1	IV-A17-1	VİDA M8 * 25	1
IV-A8-6	Gerilme KABLOSU 177L	1	IV-A17-2	SON CAP	1
IV-A8-7	BAHAR ⊠10.2 * ⊠1.2 * 11 * 55L	1	IV-A17-3	KEMER 6PJ46 "	1
IV-A9	BAHAR ⊠3 * 101L	1	IV-A18	Kemer çekin ⊠260	1
IV-A10	PARK KAYDIRMA	1	IV-A18-1	C CLIP C17	2
IV-A10-1	TARAF DESTEĞİ	1	IV-A18-2	NUT M6	4
IV-A10-3	YIKAMA M8 * 25 * 2.0	2	IV-A18-3	MIKNATIS	1
IV-A10-4	METAL AYÇAĞI ⊠16.1 * ⊠26.1 * 11L	2	IV-A19	VİDA M8 * 52	1

PARÇA LİSTESİ

IV-A19-1	SOMUN M8	1	IV-H	ARKALIĞI	1
IV-A20	KASA KÖRÜĞÜ İÇİN ALXE ⊠17 * 153	1	IV-I	KAPAK	1
IV-A20-1	VİDA M6 * 16	4	IV-J1(L)	SOL TARAFI EL ÇUBUK	1
IV-A21	BASINÇ BORU	1	IV-J1-1	EL PULSE SENSÖRÜ TELİ	1
IV-A21-1	VİDA M8 * 25	1	IV-J1-2	PLASTİK DEVRE KURULU SOL	1
IV-A21-2	YIKAMA M8 * 22 * 1.5	2	IV-J1-3	El palsı için ped	2
IV-A21-3	YIKAMA 10 * 24 * 0,3T	2	IV-J1-4	VİDA M3 * 35L	2
IV-A21-4	NUT M8	1	IV-J1-5	EL PULSE	1
IV-A21-5	C CLIP C12	1	IV-J1-6	EL PULSE	1
IV-A21-6	TEKER ⊠44 * ⊠39 * 21.9L	1	IV-J1-7	NUT M3	2
IV-A21-7	6001ZZ YATAKLI	1	IV-J1-8	SON CAP	1
IV-A22	CRANK SOL 170L	1	IV-J1-9	SON CAP	1
IV-A22-1	VİDA M8 * 52	1	IV-J1-10	SAĞ KOLU İÇİN KONTROLÖRLER BAR ⊠26 * ⊠42 * 60.6	1
IV-A22-2	SON CAP	1	IV-J1-11	SAĞ KOLU ÇUBUĞU İÇİN KONTROLÖRLER	1
IV-A23	ÖN SOL ZİNCİR KAPAĞI	1	IV-J2-(R)	SAĞ YAN EL ÇUBUK	1
IV-A24	VİDA M4 * 20	11	IV-J2-1	EL PULSE SENSÖRÜ TELİ	1
IV-A25	VİDA M5 * 20	12	IV-J2-2	PLASTİK DEVRE KURULU HAKKI	1
IV-A26	ÖN SAĞ ZİNCİR KAPLAMASI			El palsı için ped	2
IV-A27	ARKA SAĞ ZİNCİRİ KAPAK	1	IV-J2-4	VİDA M3 * 35L	2
IV-A28	ARKA SOL ZİNCİR KAPLAMASI	1	IV-J2-5	EL PULSE	1
IV-A33	SNNSOR TEL	1	IV-J2-6	EL PULSE	1
IV-A34	ÖNCE EL PULSE SENSÖRÜ	1	IV-J2-7	NUT M3	2
IV-A35	MOTOR	1	IV-J2-8	SON CAP	1
IV-A36	MOTOR SENSÖRÜ TELİ	1	IV-J2-9	SON CAP	1
IV-B	ÖN STABİLİZATÖR	1	IV-J2-10	SAĞ KOLU İÇİN KONTROLÖRLER BAR ⊠26 * ⊠42 * 60.6	1
IV-B1	AYARLANMIŞ SON	5			
IV-B2	SON CAP	2	IV-J2-11	SAĞ KOLU ÇUBUĞU İÇİN KONTROLÖRLER	1
IV-B3	TAŞIMACILIK TEKERİ	2	IV-K	SU ŞİŞESİ	1
IV-B4	VİDA # 8 * 32 * 5/8 "	4	IV-L-(L)	PEDAL HAKKI JD-22A9 / 16 "	1
IV-C	ARKA SABİTLEYİCİ	1	IV-L-(R)	PEDAL SOL JD-22A9 / 16 "	1
IV-C1	AYARLANMIŞ SON M8 * ⊠29 * 42.5	5	IV-M1	AKSESUAR TEPSİSİ (SOL)	1
IV-C2	SON CAP	2	IV-M2	AKSESUAR TEPSİSİ (SAĞ)	1
IV-D	ANA DESTEKLİ BORU	1	IV-N1	VİDA M8 * 20	5
IV-D2	SCREW M5 * 10	4	IV-N2	BAHAR YIKAMA M8	13
IV-E	ÖN KÜÇÜK KOLU ÇUBUK	1	IV-N3	YIKAMA M8 * 16 * 1.2T	27
IV-E1	CED CAP	4	IV-N4	VİDA M8 * 105	2
IV-F	KONSOL	1	IV-N5	VİDA M8 * 15	18
IV-F1	KONSOL VİDA	2	IV-N6	VİDA M8 * 12	4
IV-G	KOLTUK	1	IV-N7	VİDA M6 * 8	1

PARÇA LİSTESİ

IV-N8	VİDA 1/4 "* 40	4	IV-S1	SON CAP	1
IV-N9	VİDA M4 * 15	6	IV-S2	SON CAP	1
IV-N10	YIKAMA 8 * 4.5	6	IV-S3	SON CAP	1
IV-N11	VİDA M8 * 35	2	IV-S4	KAYIŞ (R)	1
IV-P	ARKA PAD DESTEK BORUSU	1	IV-S5	KAYIŞ (L)	1
IV-P1	SADDLE TUBE	1	IV-S6	SON CAP	2
IV-S	ADAPTÖR	1	IV-S7	SON CAPİ	2

PAÇA DETAYI

IV-A Ana Çerçeve

IV-A1 Ön

IV-A2 Arka

IV-A11 Fren Kolu

IV-B Ön Sabitleyici

IV-E Tutma Kolu

IV-F Ekran

IV-C Arka Sabitleyici

IV-D Merkezi Destek Borusu

IV-G Sırtlık

IV-H Arkalık

Araçlar

3m/m

5m/m

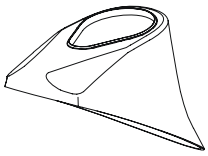
15m/m

13m/m

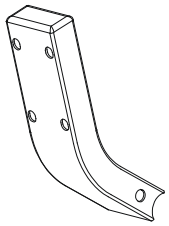
Su Şişesi

PARÇA DETAYI

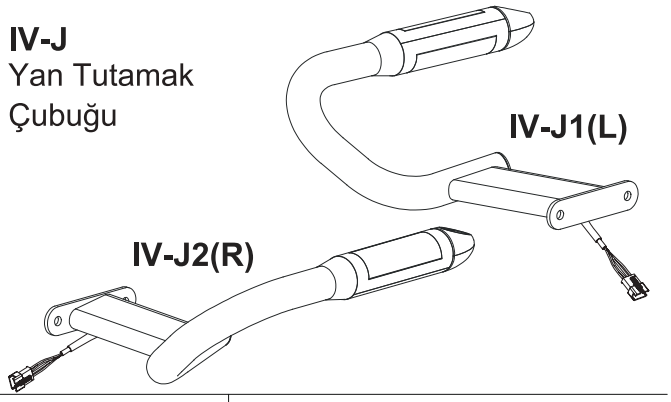
IV-I
Dekorasyon Kapağı



IV-P
Arka Kapak
Destek Borusu

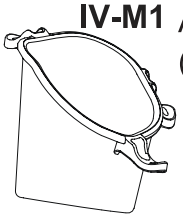


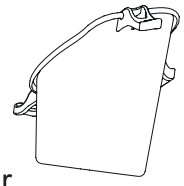
IV-J
Yan Tutamak
Çubuğu



IV-M

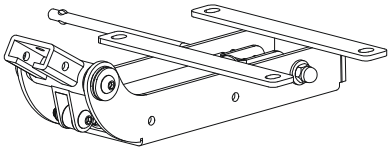
IV-M1 Aksesuar tepsisi (SOL)





IV-M2 Aksesuar tepsisi (SAĞ)

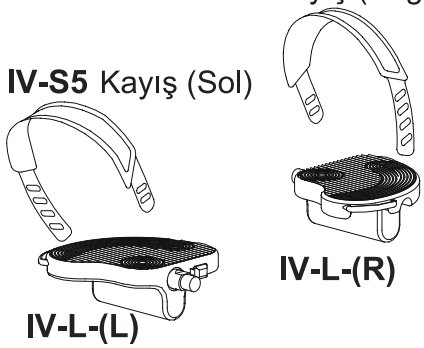
IV-P1 Sırt Tup



IV-L Pedal

IV-S4 Kayış (Sağ)

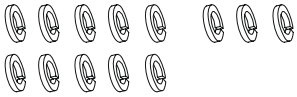
IV-S5 Kayış (Sol)



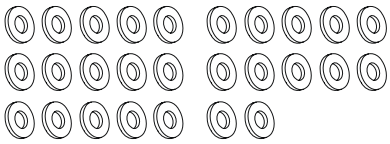
IV-N Vida Çantası

(IV-N1) Vida M8x20

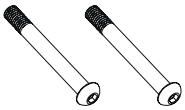
(IV-N2) Yaylı Rondela M8



(IV-N3) Rondela M8 x16



(IV-N4) Vida M8x105

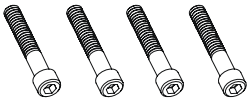


(IV-N5) Vida M8 x15

(IV-N6) Vida M8 x12

(IV-N7) Vida M6x8

(IV-N8) Vida 1/4"x40

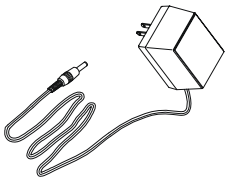


(IV-N9) Vida M4x15

(IV-N10) Rondela

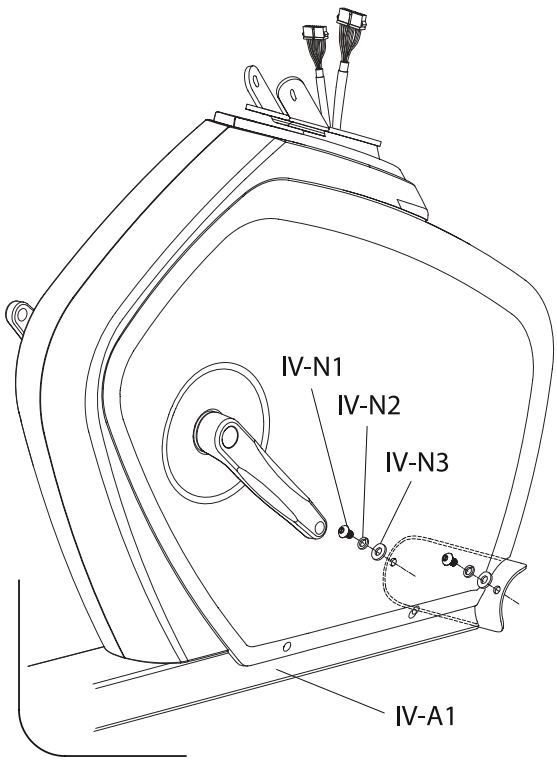
(IV-N11) Vida M8 x35

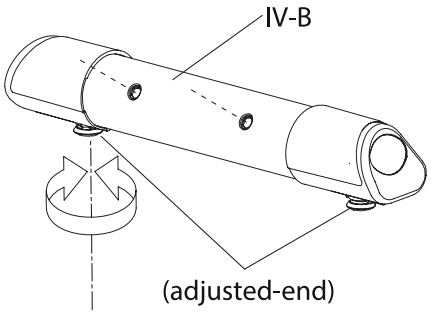
IV-S Adaptör



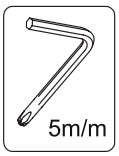
1. ÖN SABİTLEYİCİ MONTAJI

Ana (IV-B) ön sabitleyici güvenli
A1 (IV -) (IV-N1) iki vida kullanarak Kare,
(IV-N3) N2 (IV) yaylı rondela ve pullar.



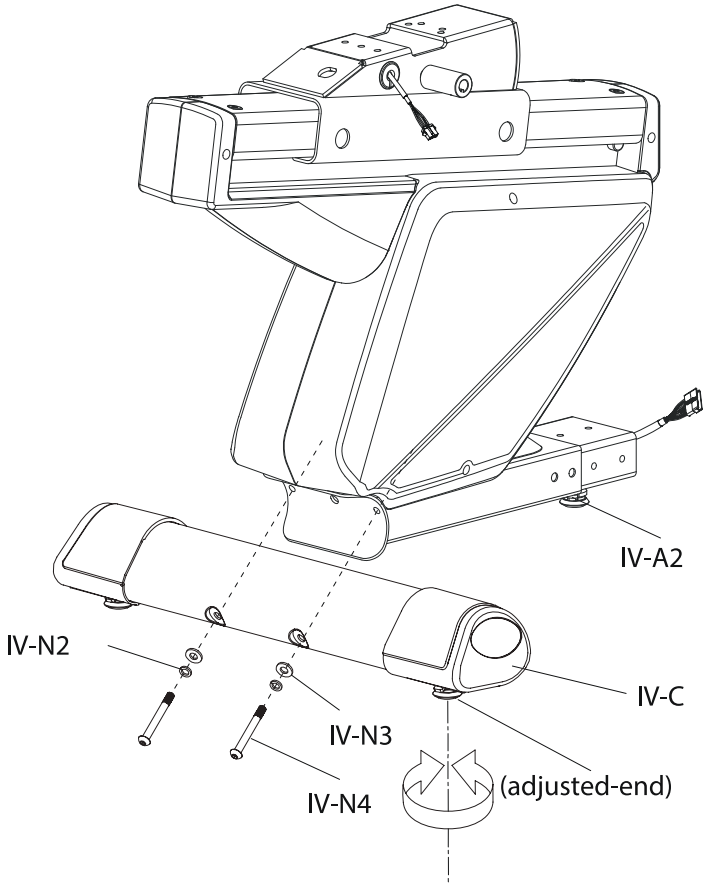


Use tool

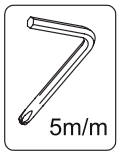


2. ARKA SABİTLEYİCİ MONTAJI

Ana (IV-C) arka sabitleyici güvenli
A2 (IV -) (N7) iki vida kullanarak çerçeve, bahar
(IV-N3) pullar N2 (IV) ve çamaşır makineleri.



Use tool

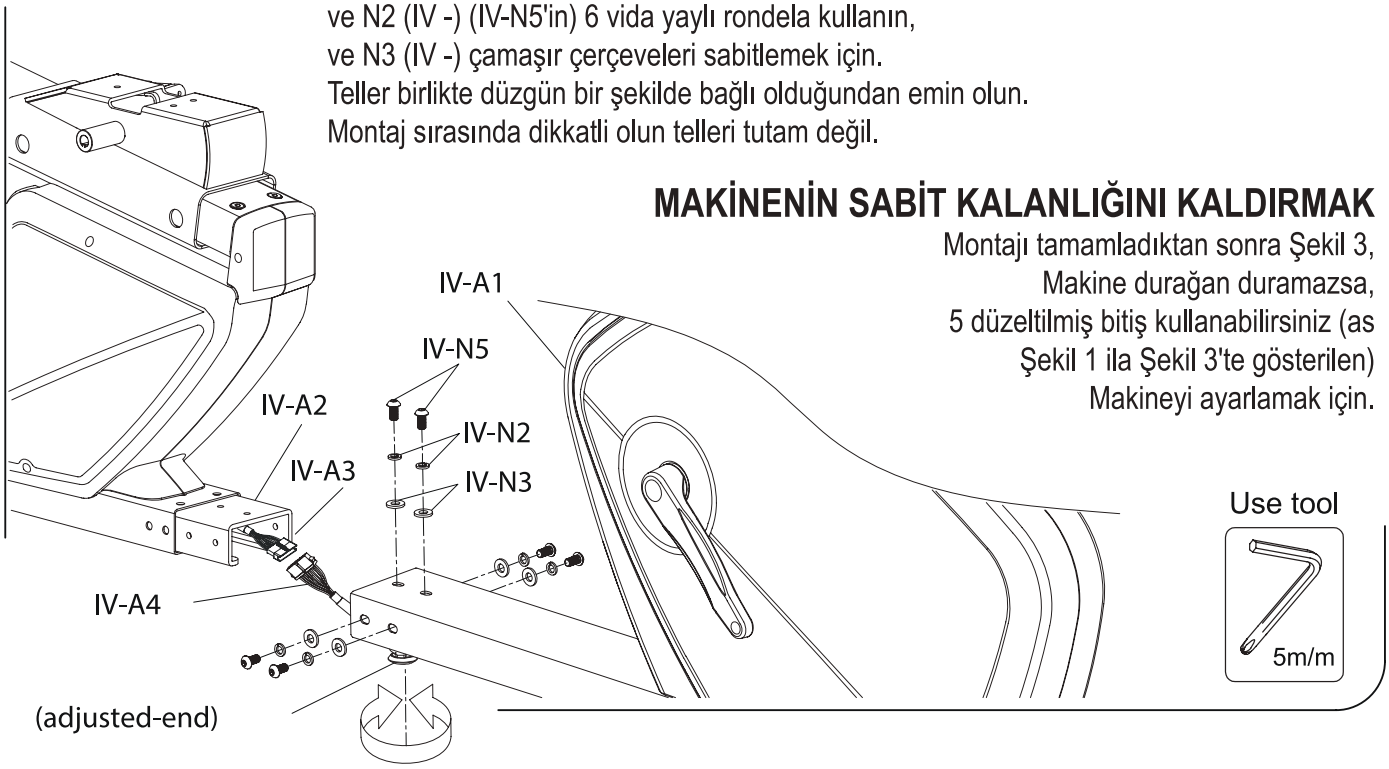


3. ÖN VE ARKA ANA ÇERÇEVE MONTAJI

1. Adım.-A4 sensör teli (IV-A3) ve (IV) bağlayın.
Adım 2. A2 (IV) bulun A1 (IV) ön ve arka ana çerçeve.
ve N2 (IV -) (IV-N5'in) 6 vida yaylı rondela kullanın,
ve N3 (IV -) çamaşır çerçeveleri sabitlemek için.
Teller birlikte düzgün bir şekilde bağlı olduğundan emin olun.
Montaj sırasında dikkatli olun telleri tutam değil.

MAKİNENİN SABİT KALANLIĞINI KALDIRMAK

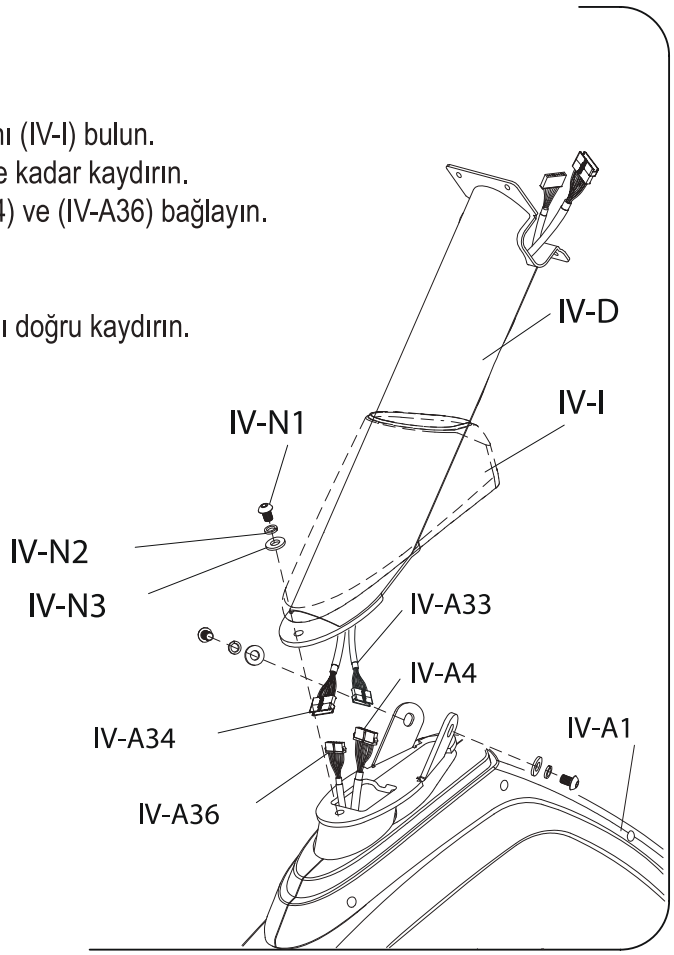
Montajı tamamladıktan sonra Şekil 3,
Makine durağan duramazsa,
5 düzeltilmiş bitiş kullanabilirsiniz (as
Şekil 1 ila Şekil 3'te gösterilen)
Makineyi ayarlamak için.



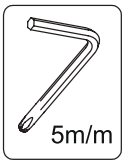
4. MERKEZİ DESTEĞİ TÜPÜ İÇİN MONTAJ & DEKORASYON KAPLAMASI

Adım 1.Merkezi destek tüpünü (IV-D) ve dekorasyon kapağını (IV-I) bulun.
Gösterilen resimde olduğu gibi kapağı merkezi destek tüpüne kadar kaydırın.
Adım 2. Sensör kablolarını (IV-A33) ve (IV-A34) tellere (IV-A4) ve (IV-A36) bağlayın.
3. Ana destek tüpünü ana çerçeveye (IV-A1) sabitleyin.
(IV-N1), yaylı rondelalar (IV-N2) ve pullar (IV-N3) kullanarak.
Dekorasyon kapağını (IV-I) ana çerçeveyi takana kadar aşağı doğru kaydırın.

DİKKAT: Tellerin bağlı olduğundan emin olun
Birlikte düzgünce. Ve tutamamaya dikkat edin.
Montaj sırasında teller.



Use tool



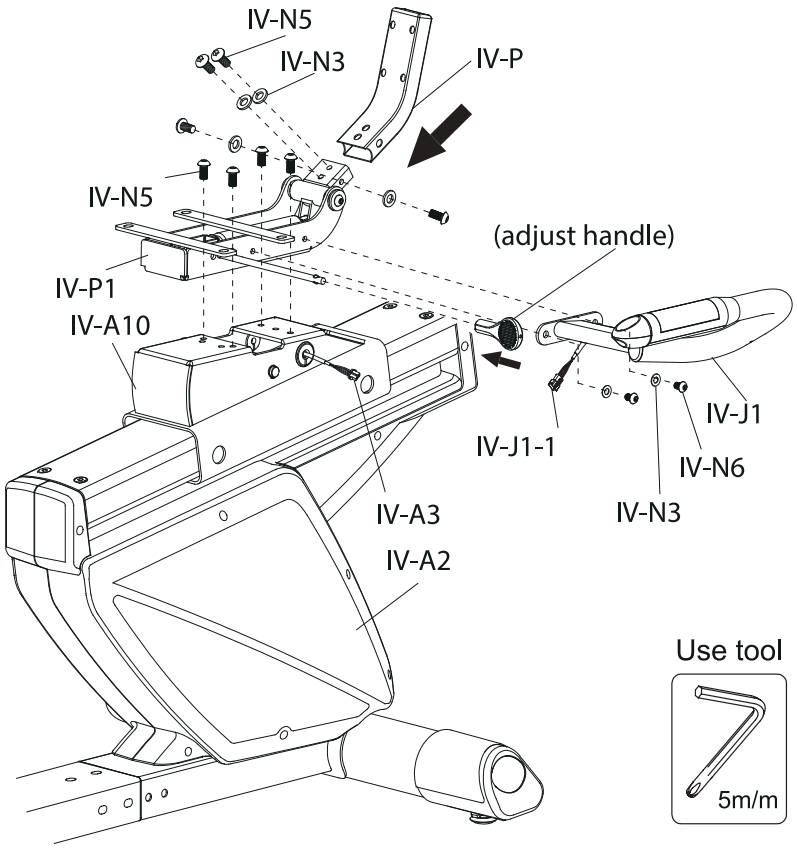
5. SADDLE TÜP & SOL TARAFI KOLU BAR

Adım 1.Arka ped desteğini bağlayın
Tüp (IV-P), eyer tüpü (IV-P1)
Ve sıkıca vidalarla sabitleyin
(IV-N5) ve pullar (IV-N3).
Ayarlama tutamağını herkese yerleştirin.
Montaj sırasında telleri sıkmamaya dikkat edin.

2. Adım 2. Güvenli sürgülü tüp (IV-P1) sürgülü
4 vidayla (IV-N5) izleme (IV-A10).

3. Sensör kablosunu takın (IV-J1-1)
Telle (IV-A3).

4. sol taraftaki kolu güvence altına alın
Bar (IV-J1) eyerle birlikte
Tüp (IV-P1) 2 vida ile
(IV-N6) ve yıkayıcılar (IV-N3).
Fazla tel itin ve saklayın
Yan tutma çubuğuna (IV-J1)
Altındaki başlıkları kullanarak
Kolu.

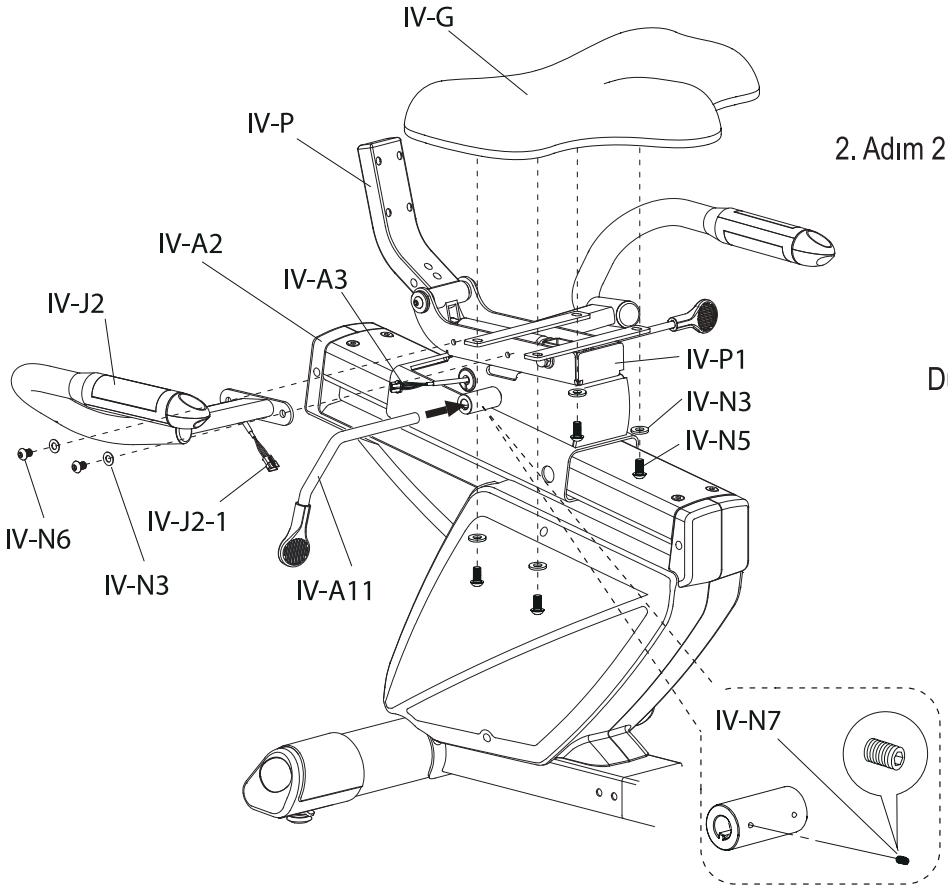


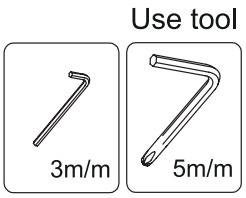
6. DURDURMA BARININ MONTAJI & SAĞ YAN KOLU ÇUBUĞU

Adım 1.Tamam montaj yöntemi
Şekil 5'de olduğu gibi
Sağ yan kol (IV-J2).
2. Adım 2. Güvenli sürgülü tüp (IV-P1) sürgülü
4 vidayla (IV-N5) izleme (IV-A10).

2. Frenleme kolunu kaydırın.
Bar (IV-A11) eyer altına
Tüp ve durdurma kullanın
Düzeltmek için vidayı (IV-N7) kullanın.

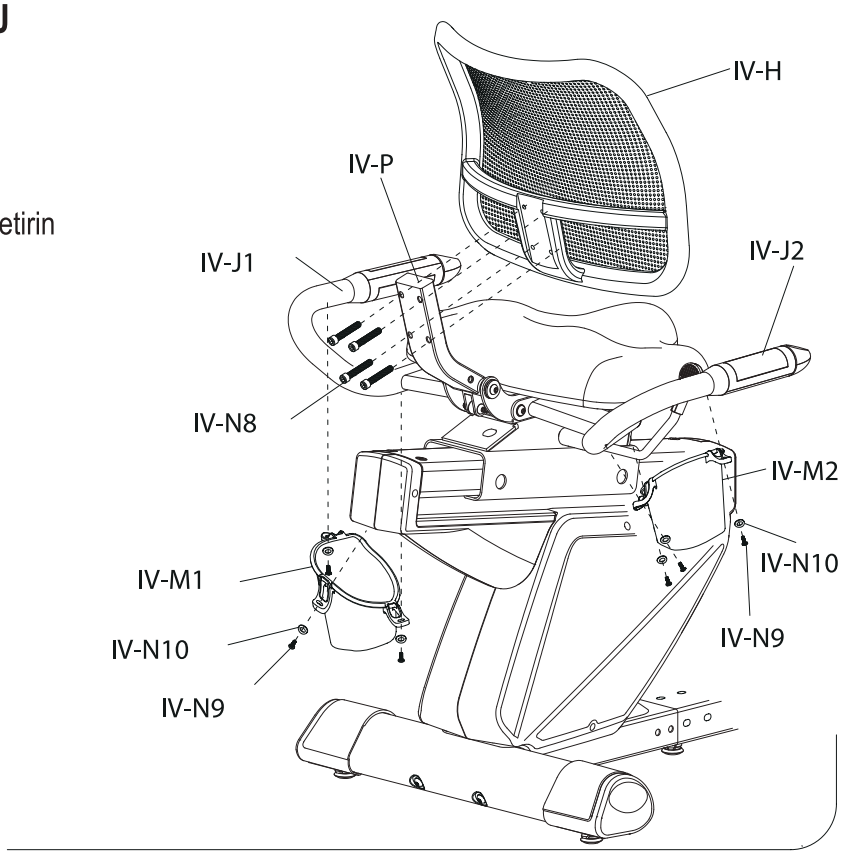
3. Koltuk pedini sabitleyin (IV-G)
Sürgülü izleme üzerine (IV-P1)
4 vidayla (IV-N5),
Pullar (IV-N3) takıldı
Altından
Eyer tüpü.



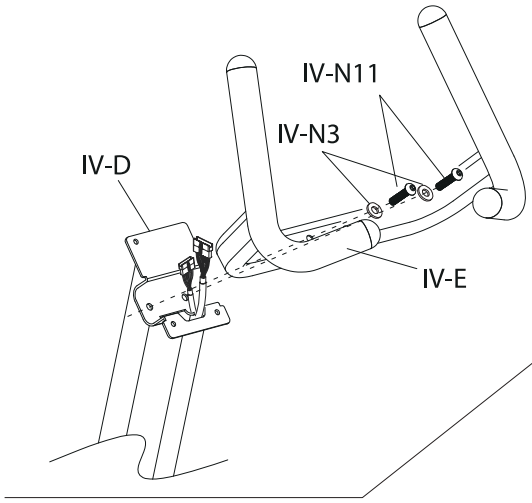


7. ARKA PAKET İÇİN MONTAJ VE SU ŞİŞESİ

Adım 1. Sırtlıkları (IV-H) takın.
Sırt desteği tüpü (IV-P) ve emniyetli
Sıkıca vidalı (IV-N8).
Adım 2. Aksesuar tepsilerini bir araya getirin
(IV-M1 ve IV-M2) tarafında
Yan tutma çubuğunun (IV-J1 &
IV-J2) ve sıkıca sabitleyin.
Vidalar (IV-N9) ve pullar
(IV-N10).
Adım 3. Şişeyi (IV-K)
Aksesuar tepsisinde
(IV-M1 veya IV-M2).

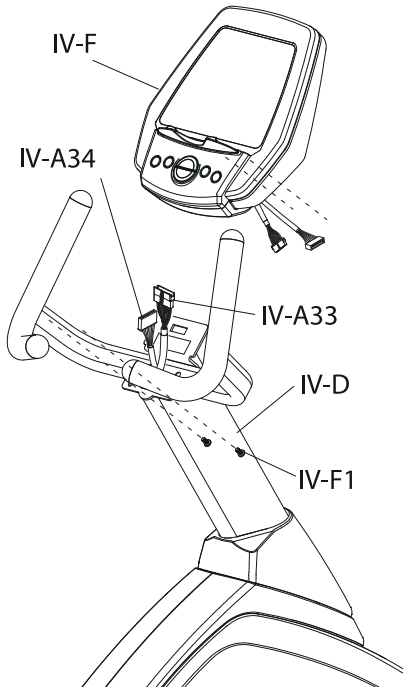


Use tool



8-1. KÜÇÜK KOLU KULESİ İÇİN MONTAJ

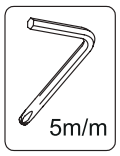
Küçük tutma çubuğunu (IV-E) bulun ve takın
Konsolun demir plakasına
Tüp (IV-D) ve 2 vida (IV-N11) ve
Sıkıca sabitlemek için contalar (IV-N3).
Montaj sırasında telleri sıkmamaya dikkat edin.



8-2. BİLGİSAYAR İÇİN MONTAJI

Adım1: Konsolu (IV-F) bulun ve sensör kablolarını bağlayın
(IV-A33, IV-A34) konsoldan tellere bağlayın.
2. Adım: Tüm kabloları hafifçe konsola itin
Adım3: Konsolu sabitlemek için önceden kurulmuş 2 vidayı (IV-F1) kullanın.

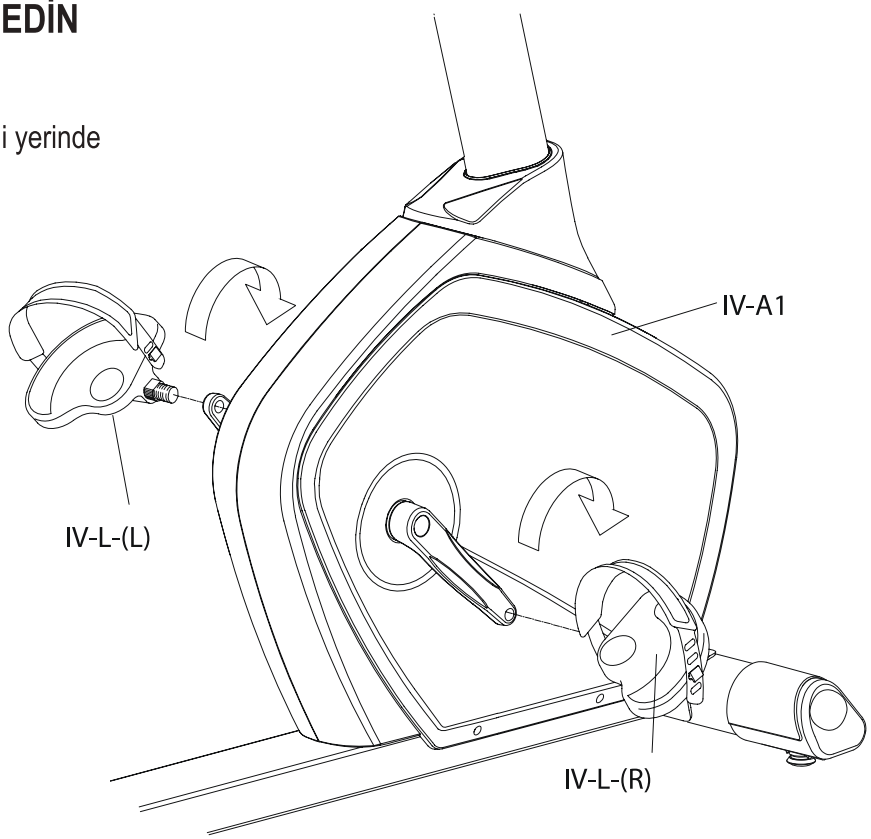
Not: Vidalar (IV-F1) arka tarafına önceden takılmıştır.
Konsol. Konsol tüpüne kaymadan önce çıkartın.

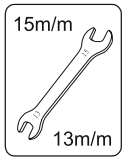


Use tool

9. SAĞ VE SOL PEDALI MONTE EDİN

Kayışı her pedala takın.
Adım1: Sağ pedalı (IV-L-R) sağa
Ana çerçevenin krank alanı (IV-A1). Güvenli yerinde
Sıkmak için saat yönünde döndürerek.
Not: Sağ pedal (IV-L-R) işaretlidir
Bir "R" ile.
2. Adım: sol pedalın itilmesi
(IV-L-L) soldaki sıraya
Ana çerçevenin alanı (IV-A1).
Yerinde çevirerek güvenle
Saatin ters yönünde çevirmek.
Not: Sol Pedal (IV-L-L) işaretlidir
"L" ile.

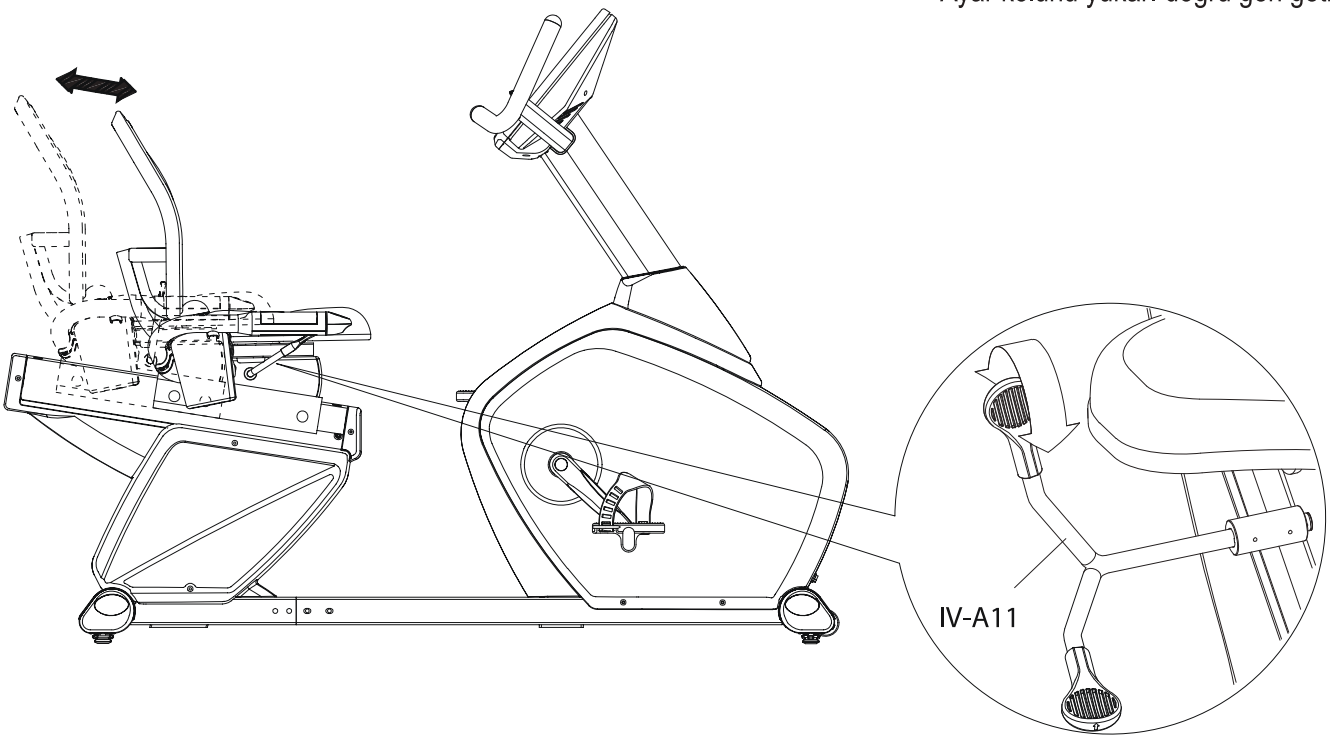




Use tool

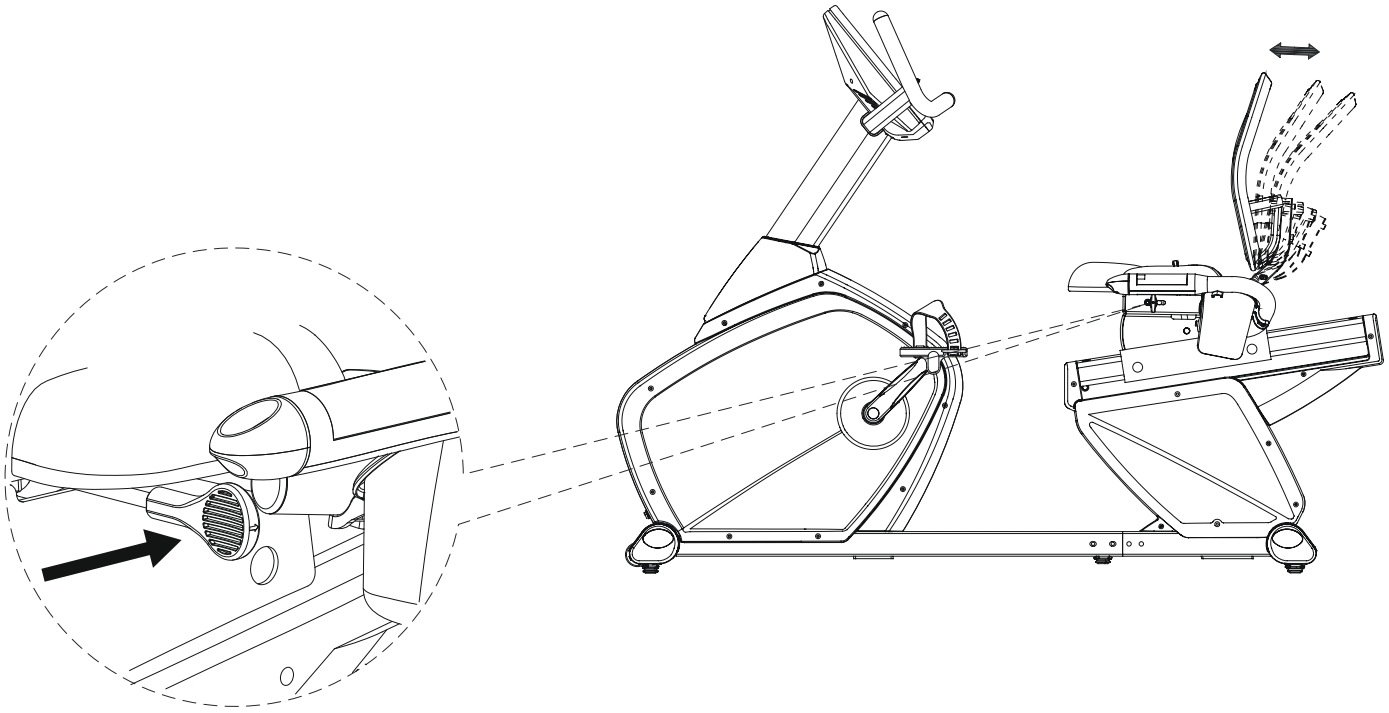
10. BULGU İÇİN FIRÇALAMA KOLUNA KULLANMAK İÇİN YÜKSEK KOLTUK POZİSYONU

Koltuk ayar kaydırma kolunu ileri itin, ardından koltuğu yukarıya doğru kaydırın ve İstenen konuma gelinceye kadar aşağı doğru çevirin. İstediğiniz konum bulunduğunda, Ayar kolunu yukarı doğru geri getirin.



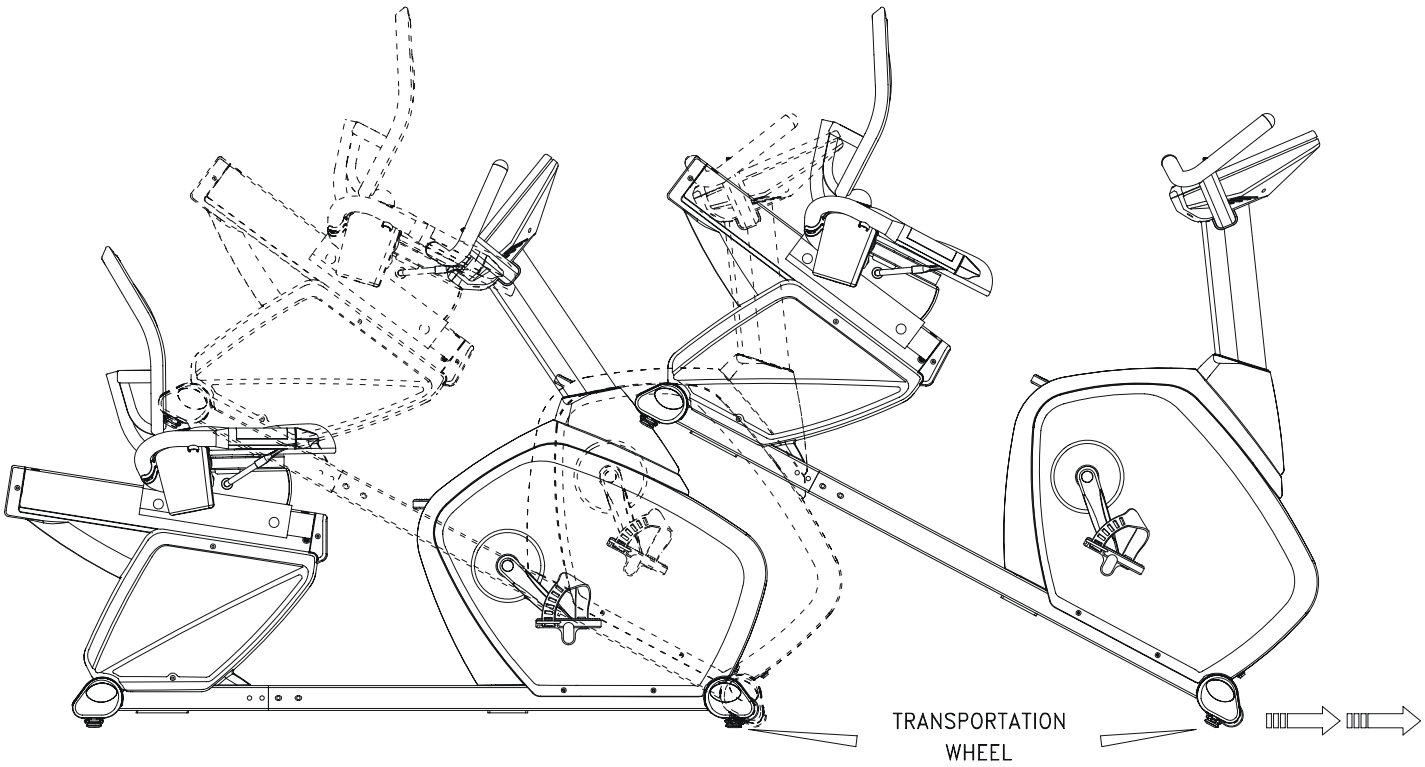
11. ARKA BİR DEĞİŞTİRME NASIL YAPILIR!

Koltuk altına bir gaz silindir bar (IV-A13-2) var. Arka sırt çantalarını düzleştirmek için çubuğa doğru itin



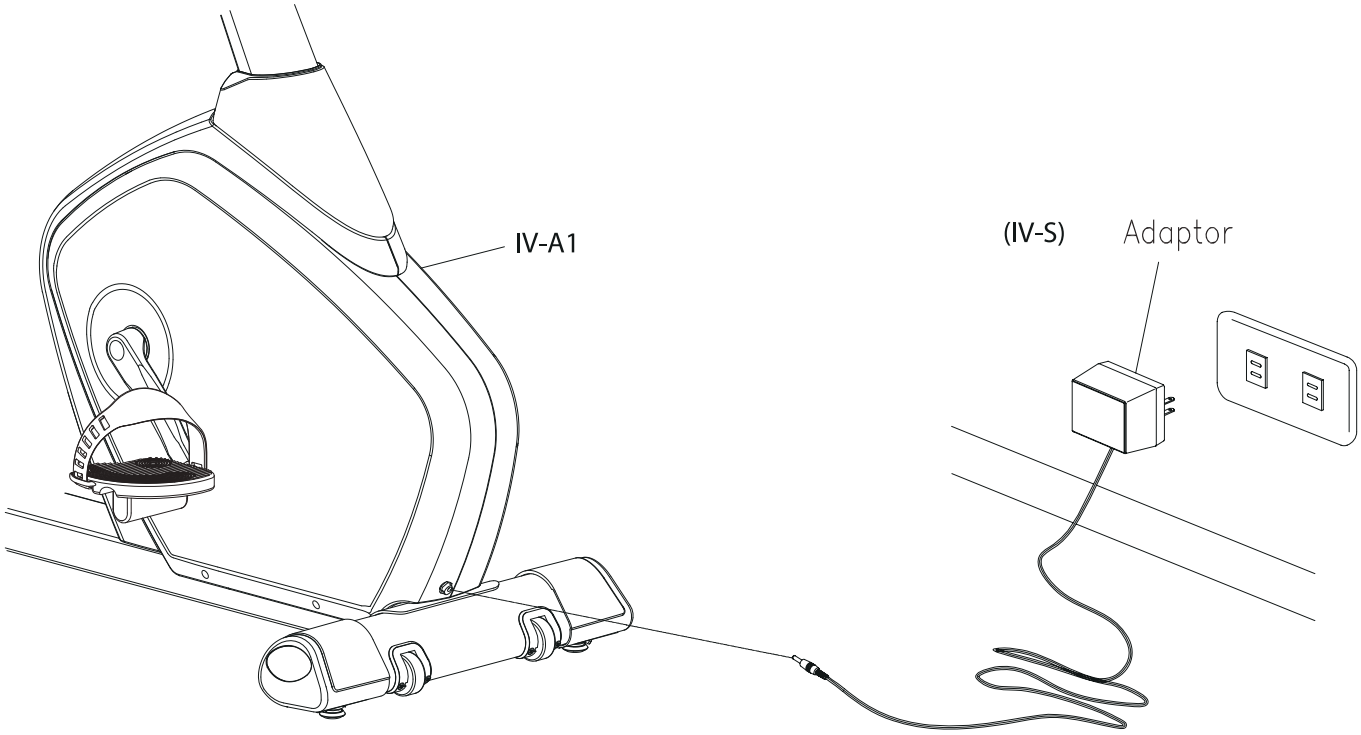
12. MAKİNENİN TAŞINMASI

Ön sabitleyici h, dahili taşıma tekerlekleri olarak. (IV-A13-2) makinenin arkasında durun ve makinenin ağırlığı taşıma tekerleklerine aktarılıncaya kadar kaldırın. Artık makineyi yeni bir yere kolaylıkla taşıyabilirsiniz.

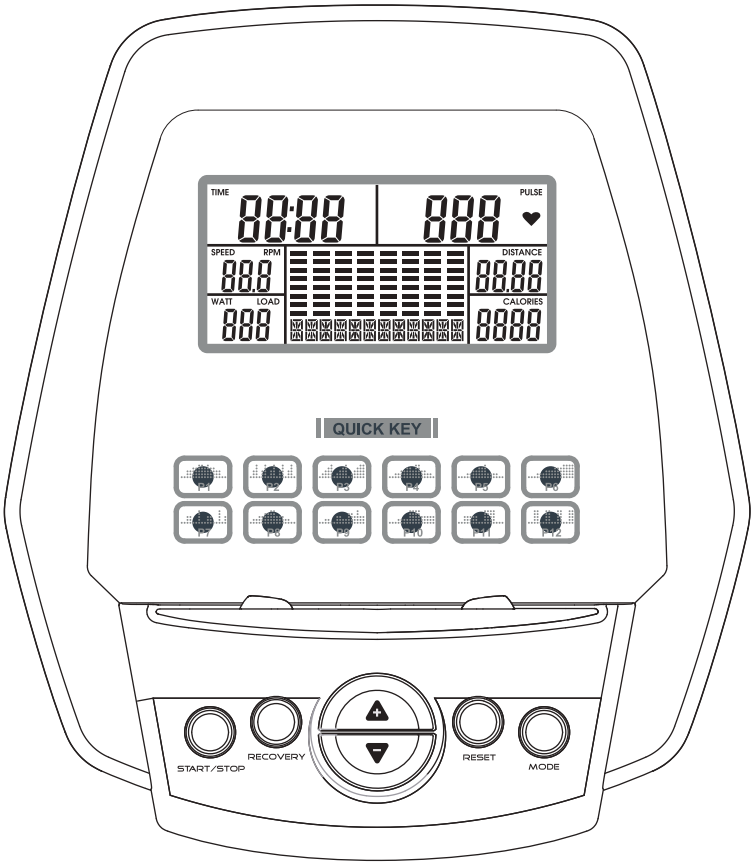


13. ADAPTER NASIL KULLANILIR

Konumlandırma makinesini kolaylık açısından göz önünde bulundurun, adaptörü (IV-S) kullanarak, makinenin arkasında bulunan bir adaptör deliği vardır.



FONKSİYON DÜĞMELERİ:



MODE: Tüm ayar değerlerini onaylamak için.
RESET: Tüm ayar değerlerini sıfırlamak için.
2 saniye boyunca basılı tutarsanız, monitör açılış moduna geri dönecektir.
START/STOP: Başlatmak ve durdurmak için.
Saat 0: 00'a kadar düştüğünde, taban tablası otomatik olarak durur ve için 8 saniye bip sesi çıkarır.
Geçen ayara değer zamanı devam eder.Kullanıcı kendi başına eğitimi bıraktığında, vazgeçilmez tüm ayarları korur
Değerleri ve görüntü kalp atış hızı çizelgesi gibi.
UP: Yukarı ayar yapmak için
DOWN: Aşağı ayar yapmak için
RECOVERY: Durdurma veya başlatma modundayken, kalp atış hızı kurtarma durum ölçümünü başlat düğmesine basın.

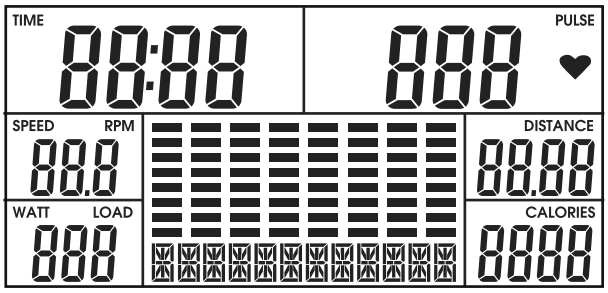
P1 Program profili için hızlı 1.
P2 Program profili için hızlı 2.
P3 Program profili için hızlı 3.
P4 Program profili için hızlı 4.
P5 Program profili için hızlı 5.
P6 Program profili için hızlı 6.
P7 Program profili için hızlı 7.
P8 Program profili için hızlı 8.
P9 Program profili için hızlı 9.
P10 Program profili için hızlı 10
P11 Program profili için hızlı 11
P12 Program profili için hızlı 12

EGZERSİZ VERİLERİNİ GÖSTERGESİ:

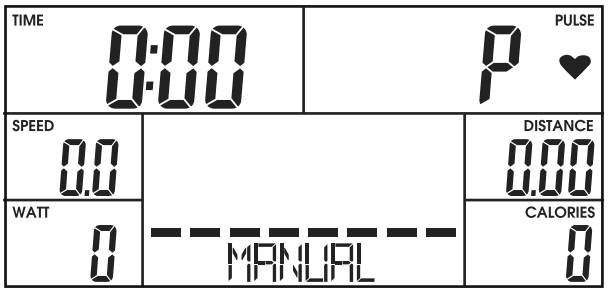
TIME	Display range 0:00~99:99 ; Setting range 0:00~99:00
DISTANCE	Display range 0.00~99.99 ; Setting range 0.00~99.90km
CALORIES	Display range 0~9999 ; Setting range 0.00~9990
PULSE	Display range P-30~240 ; Setting range 0-30~240
SPEED	0~99.9km
RPM	0~999

OPERASYON İŞLEMLERİ

1. Güç kaynağını bağlayın ve konsol uzun 2 saniye boyunca bip sesi ile açılsın, LCD ekran tüm segmentleri (çizim A)
2. Konsol ana menüyü görüntüleyecektir (çizim B).

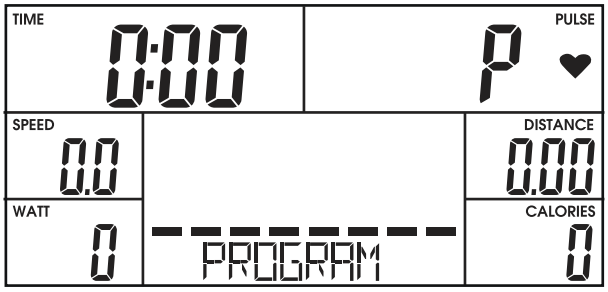


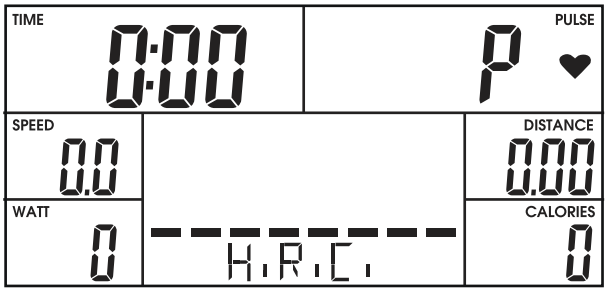
(Drawing A)



(Drawing B)

3. Ana menüde, ilk egzersiz programı MANUAL yanıp sönecektir, kullanıcı seçmek için UP ve DOWN düğmelerine basabilirsiniz. MANUAL ⊠PROGRAM (P1-P12), ⊠USER ⊠HRC ⊠WATT.





4. Hızlı Başlangıç ve Elle:
Elle modda egzersiz yapmadan önce, kullanıcı ZAMAN, MESAFEN, CALORIES ve PULSE hedefini kurdu.
Açıldıktan sonra, kullanıcı hemen manuel olarak egzersize başlamak için START / STOP düğmesine basabilir
Herhangi bir ayar.
Seviye egzersiz sırasında UP veya DOWN tuşlarına basarak ayarlanabilir.

5. PROGRAM:
Durdurma modunda, kullanıcı seçilen profillere geçiş yapmak için P1 - P12 düğmelerine basabilir.
Program modunda egzersiz yapmadan önce, kullanıcı ZAMAN HEDEF'i ayarlayabilir.
Program profillerini seçmek için YUKARI ve AŞAĞI tuşlarına basın ve onaylamak için ENTER / MODE düğmesine basın.
Seviye egzersiz sırasında UP veya DOWN tuşlarına basarak ayarlanabilir.

6. H.R.C .:

H.R.C'de egzersiz yapmadan önce. Modunda, kullanıcı% 55,% 75,% 90 veya Hedef nabız seçebilir.
Bilgisayar, kullanıcının yaşını otomatik olarak hesaplayacak ve belirli hedef bpm ile karşılaşacaktır.
Kullanıcı egzersiz süresini ayarlayabilir ve egzersiz yapmaya başlamak için START / STOP düğmesine basabilir.

7. KULLANICI PROGRAMI:

Kullanıcı kendi profilini oluşturmak için YUKARI, AŞAĞI ve daha sonra MODE tuşuna basabilir. (Sütun 1'den sütun 20'ye)
Kullanıcı, profil ayarından çıkmak için 2 saniye boyunca MODE düğmesine basmaya devam edebilir.

8. WATT:

Varsayılan watt değeri 120W, kullanıcı değeri değiştirmek için YUKARI veya AŞAĞI düğmesine basabilir.
Egzersiz başlatır, konsol kullanıcı egzersiz durumuna ve gerçek durumuna göre direnç seviyesini değiştirecektir Watt değeri.

9. DENİZCİLİK

Bir süre egzersiz yaptıktan sonra grip bölümlerini tutmaya devam edin ve "KURTARMA" ya basın düğmesine basın. "TIME" 00: 60'dan 00: 00'a geri sayım dışında, tüm fonksiyon göstergesi duracaktır.
Ekran, kalp atış hızı kurtarma durumunuzu F1, F2 ... .to F6 ile gösterecektir. F1 en iyisi,
F6 en kötüsü. Kullanıcı kalp atışlarının iyileşme durumunu iyileştirmek için egzersiz yapmaya devam edebilir.
(Ana ekrana dönmek için tekrar KURTARMA düğmesine basın.)

ISINMA TALİMATLARI

Ürünü kullanmadan önce biraz ısınma hareketleri yapmanız yararlı olacaktır. Kasların ısınıp rahatlaması için 5-10 dakika ısınma hareketleri yapınız. Sonra aşağıdaki esneme hareketleri beşer kez her bir ayakla yapınız ve her bir ayakta 10 saniye durunuz. Ürünü kullanım sonrasında aynı hareketleri tekrarlayınız.

1. YERE EĞİLME

Öne doğru belinizden eğiliniz. Esnerken sırtınız ve omuzlarınızın dinlendiğinden emin olunuz. Ayak parmaklarınıza uzanabildiğiniz kadar uzanınız ve 10-15 saniye o pozisyonda kalınız. 3 kez tekrarlayınız. Resim 1.

2. HAMSTRING KASININ ESNETİLMESİ

Temiz bir yastığın üzerine oturarak, bir bacağınızı önünüze uzatınız Diğer bacağınız içe bakmalı ve uzatılmış ayağa yakın durmalıdır. Ellerinizle ayak başparmağınıza dokunmaya çalışınız. Elinizi orada 10 - 15 saniye tutunuz ve rahatlayınız. Her bir ayak için 3 kez tekrarlayınız. Resim 2.

3. Ayak tendonlarının esnetilmesi

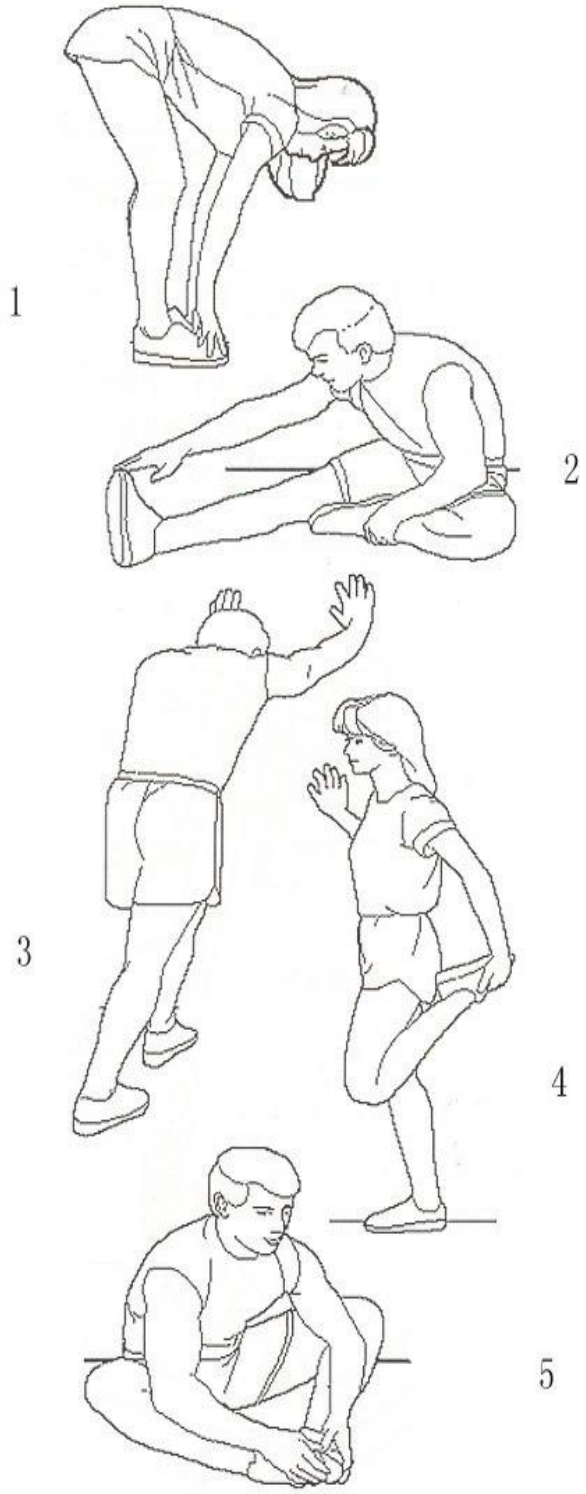
Elleriniz duvara ya da ağaca yaslanmış olarak bir ayağınızı arkaya atarak basınız. Bacaklarınızı düz tutunuz ve topuklarınızı yerden kaldırmayınız. Bu vaziyette ağaca ya da duvara doğru eğiliniz. Bu vaziyette 10-15 saniye durunuz ve rahatlayınız. Her bir ayak için 3 kez tekrarlayınız. Resim 3.

4. Kuadrıseps Esnetme

Dengeyi sağlamak için bir elinizle duvara tutununuz. Diğer elinizi arkaya uzatıp ayağınızı yakalayınız ve yukarı kaldırınız. Topuklarınız mümkün olduğu kadar kalçalarınıza değdirmeye çalışınız. Bu vaziyette 10-15 saniye durunuz ve rahatlayınız. Her bir ayak için 3 kez tekrarlayınız. Resim 4.

5. İÇ BACAĞI ESNETME

Ayak tabanlarınız birbirine değecek dizleriniz dışarı bakacak şekilde oturunuz. Dizleriniz dışarı bakacak şekilde olmalıdır. Ayaklarınızı mümkün olduğu kadar kasıklarınız doğru çekiniz ve dizlerinizi yavaşça yere doğru itiniz. Bu vaziyette 10-15 saniye durunuz ve rahatlayınız. Her bir ayak için 3 kez tekrarlayınız. Resim 5.



hattrick-pro

ST-1100 TİCARİ YATAY BİSİKLET

ÜRÜNÜMÜZÜ TERCİH ETTİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜR EDER,
İYİ GÜNLERDE KULLANMANIZI DİLERİZ.

Ürünümüz SPOR DÜNYASI garantisindedir.
Kurulum ya da servisle ilgili 0850 495 52 12 numaralı müşteri hizmet numaramızı arayabilir, ya da www.spordunyasi.com.tr web sitemizden teknik servislerimizin iletişim bilgilerine ulaşabilirsiniz.

Tüm görüş, istek, ve önerilerinizi info@spordunyasi.com.tr / teknikservis@spordunyasi.com.tr'ye email atabilirsiniz. Spor Dünyası tüketicilerimizin değerli düşünceleri bizler için önemlidir.

Üretici & İthalatçı Firma Bilgileri (Manufacturer & Importer):
SPOR DÜNYASI Dış. Tic. A.Ş
Mahmutbey Mah. Turgut Cad. No:9 34217 Bağcılar / İSTANBUL
Tel: +90 212 446 94 94 Fax: +90 212 445 27 02
info@spordunyasi.com.tr
www.spordunyasi.com.tr