

KETTLER



INSTRUKCJA OBSŁUGI WIOŚLARZ KETTLER ROWER H2O

RO1029-100

» Wstęp

Gratulujemy zakupu wioślarza KETTLER ROWER H2O.

Jest to produkt przeznaczony do użytku domowego

Postępuj zgodnie z wszystkimi instrukcjami dotyczącymi prawidłowego montażu, napełniania zbiornika, uzdatniania wody, serwisu oraz bezpieczeństwa.

Przed montażem sprawdź zawartość pudełka 1 i 2, aby upewnić się, że wszystkie części zostały dostarczone.

Trening z wykorzystaniem wioślarza

1. Przed rozpoczęciem ćwiczeń, skonsultuj się z lekarzem i upewnij się, że taka forma treningu jest dla Ciebie odpowiednia.
2. Postępuj zgodnie z instrukcjami podanymi w niniejszej instrukcji, dotyczącymi prawidłowej pozycji stóp i podstawowych technik wiosłowania



1. Trzymaj ręce i palce z dala od ruchomych części, tak jak wskazano w niniejszej instrukcji.
2. Wioślarz może być przechowywany w pozycji pionowej. Upewnij się, że wybrano bezpieczne miejsce, takie jak narożnik pomieszczenia lub przy ścianie, na równej, bezpiecznej powierzchni.



Spis treści

Bezpieczeństwo	4
Montaż	6
Zawartość kartonu 1 & 2	7
Instrukcja montażu	8
Instrukcja obsługi	14
Obsługa monitora	15
Odpinanie paska	16
Zakładanie paska	17
Zdejmowanie linki amortyzującej Bungee	18
Konserwacja	19
Rozwiązywanie problemów	20



Bezpieczeństwo

Informacje dotyczące bezpieczeństwa

- Przed użyciem tego produktu należy koniecznie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi w całości. Wioślarz jest przeznaczony do stosowania wyłącznie w sposób opisany w niniejszej instrukcji.
- PEŁNE ZROZUMIENIE KAŻDEGO Z OSTRZEŻEŃ JEST WAŻNE.
- Jak w przypadku każdego sprzętu fitness, przed rozpoczęciem korzystania z niego należy skonsultować się z lekarzem.
- Należy pamiętać, że rozpoczęcie treningu należy piej poprzedzić badaniem fizycznym u lekarza oceniającym nasz ogólny stan zdrowia i kondycję.
- Uszkodzenia zdrowia mogą wynikać z nieprawidłowego lub nadmiernego treningu.



- UWAGA! Systemy monitorowania tętna mogą być niedokładne. Nadmierny wysiłek fizyczny może prowadzić do poważnych obrażeń lub śmierci. W przypadku omdlenia należy natychmiast przerwać wykonywanie ćwiczeń.
- Jeśli na linie, bloczkach lub siedzisku widoczne są jakiegokolwiek oznaki nadmiernego zużycia, należy natychmiast zatrzymać urządzenie. Nie należy używać urządzenia, dopóki części nie zostaną naprawione lub wymienione.
- Nie należy pozwalać dzieciom bez nadzoru zbliżać się do urządzenia.
- Wioślarza można przechowywać w pionie. W tym celu należy postępować zgodnie z instrukcjami podanymi w instrukcji obsługi.
- Trzymaj ręce i palce z dala od ruchomych części, tak jak wskazano w niniejszej instrukcji i napisano na naklejce ostrzegawczej na urządzeniu.
- Jeśli którekolwiek z elementów regulacyjnych pozostaną wystające, mogą one zakłócać ruch użytkownika.
- Nie należy przechowywać wioślarza z wodą w warunkach, w których temperatura spada poniżej 0 st. C. W wyniku zamarznięcia, może zwiększyć swoją objętość i doprowadzić do pęknięcia zbiornika.

Instalacja

- Należy urządzenie ustawić na stabilnej, płaskiej powierzchni w pozycji poziomej podczas użytkowania dla maksymalnej stabilności.
- Regularnie sprawdzaj pasek, linki, bloczki i siedzisko pod kątem oznak zużycia i wymieniaj w razie potrzeby.
- Regularnie sprawdzaj i stosuj się do wszystkich instrukcji dotyczących konserwacji opisanych w niniejszej instrukcji.
- Uszkodzone części należy natychmiast wymienić i nie używać urządzenia, dopóki wszystkie naprawy nie zostaną zakończone.



Bezpieczeństwo

Właściwe użytkowanie

- Nie wolno używać urządzenia w sposób inny niż zgodny z przeznaczeniem i opisanym przez producenta. W celu uniknięcia obrażeń ciała należy bezwzględnie stosować sprzęt Kettlera we właściwy sposób.
- W przypadku niewłaściwego lub nadmiernego wykonywania ćwiczeń może dojść do obrażeń ciała. Zaleca się, aby przed rozpoczęciem treningu skonsultować się z lekarzem. Jeśli w dowolnym momencie podczas ćwiczeń odczujesz omdlenie, zawroty głowy lub ból, przerwij ćwiczenia i skonsultuj się z lekarzem.
- Części ciała (ręce, stopy, włosy itp.), ubrania i biżuterię należy trzymać z dala od ruchomych części urządzenia, aby uniknąć urazów.
- Postępuj zgodnie z instrukcjami podanymi w niniejszej instrukcji w celu określenia prawidłowej pozycji stóp i podstawowych technik wiosłowania.

Regularne sprawdzanie stanu elementów urządzenia

- **NIE NALEŻY UŻYWAĆ** ani zezwalać na używanie jakichkolwiek urządzeń, które są uszkodzone i/lub mają zużyte lub potamane części. Do wszystkich urządzeń marki Kettler należy używać wyłącznie oryginalne części zamienne dostarczane przez Kettler.
- Linki i paski stanowią skrajne niebezpieczeństwo, jeżeli są używane po postrzępieniu. Zawsze wymieniaj te elementy przy pierwszych pojawiających się oznakach zużycia.
- **KONSERWACJA** - Urządzenie musi być kontrolowane w regularnych odstępach czasu. Konserwacja jest kluczem do sprawnego działania urządzeń, jak również do ograniczenia do minimum ryzyka wystąpienia wypadku.
- Należy upewnić się, że każda z osób dokonująca regulacji urządzenia lub przeprowadzająca czynności konserwujące bądź naprawy, posiada odpowiednie kwalifikacje do ich przeprowadzania.
- **NIE NALEŻY PRÓBOWAĆ UŻYWAĆ ANI NAPRAWIAĆ ŻADNYCH AKCESORIÓW PRZEZNACZONYCH DO STOSOWANIA Z WIOŚLARZEM, KTÓRE WYDAJĄ SIĘ BYĆ USZKODZONE LUB ZUŻYTE.**
- Należy regularnie sprawdzać wszystkie linki, bloczki i pasy pod kątem śladów zużycia i w razie potrzeby wymienić.
- Należy regularnie sprawdzać stan urządzenia i stosować się do wszystkich instrukcji dotyczących konserwacji określonych w niniejszej instrukcji.
- Należy niezwłocznie wymienić uszkodzone części i nie uruchamiać urządzenia do czasu zakończenia wszystkich napraw.

Ostrzeżenia

- Trzymaj dzieci z dala od sprzętu. Rodzice lub inne osoby nadzorujące dzieci muszą zapewnić ścisły nadzór nad dziećmi, jeśli urządzenie jest używane w obecności dzieci.
- Nie wolno pozwalać użytkownikom na noszenie luźno dopasowanej odzieży lub biżuterii podczas użytkowania sprzętu. Zaleca się również, aby użytkownicy zabezpieczali długie włosy wiążąc je do tyłu i do góry, aby uniknąć kontaktu z ruchomymi częściami maszyny.
- Podczas pracy urządzenia wszystkie osoby postronne muszą trzymać się z dala od wszystkich użytkowników, części ruchomych oraz dołączonych akcesoriów i elementów.
- **UWAGA!** Nie wolno wkładać palców do zbiornika.
- **UWAGA!** Po treningu należy pozostawić urządzenie nieużywane na 5 minut, zanim jego pozycja zostanie zmieniona na pionową, w celu przechowywania.
- **UWAGA!** Napełniając zbiornik wodę, nie należy przekraczać znaku kalibracji, naklejonego na zbiorniku. Może dojść do rozlania się wody.
- **UWAGA!** Nigdy nie należy używać tego wiosłarza bez wcześniejszego odpowiedniego zabezpieczenia stóp w paskach na stopy.



Montaż

Specyfikacja urządzenia:

Klasa produktu: HC

System hamowania: Niezależny od prędkości

Waga produktu netto: 27.6kg (60.85lbs)

Waga produktu brutto: 34kg (74.96lbs)

Minimalna przestrzeń bezpieczeństwa dookoła urządzenia: 319cm (125.59") x 172cm (67.71")

Wymiary: 1990mm (78.35") Długość x 520mm (20.47") Szerokość x 520mm (20.47") Wysokość

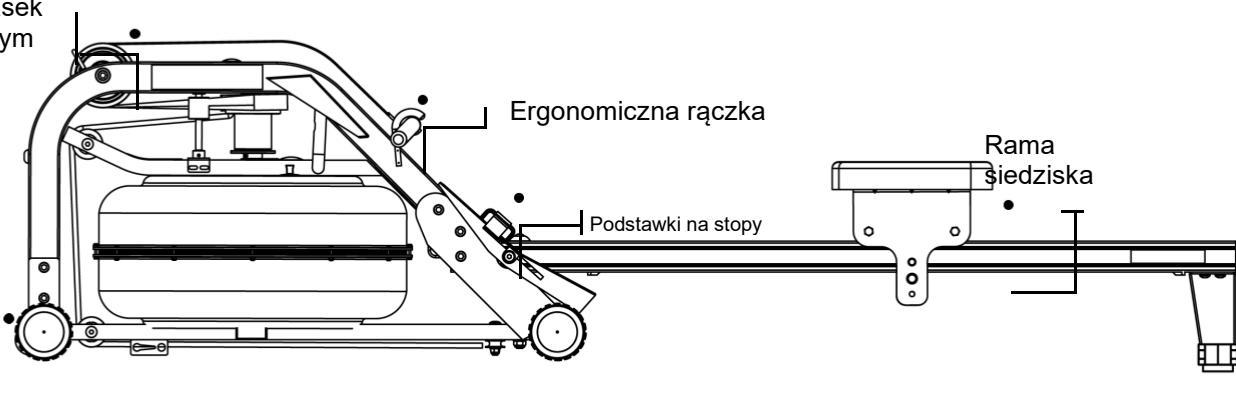
Maksymalna waga użytkownika: 150kg (330lbs)

Wymiary podstawek na stopy: 1990mm x 520mm lub pionowo 520mm x 520mm

Najważniejsze cechy produktu

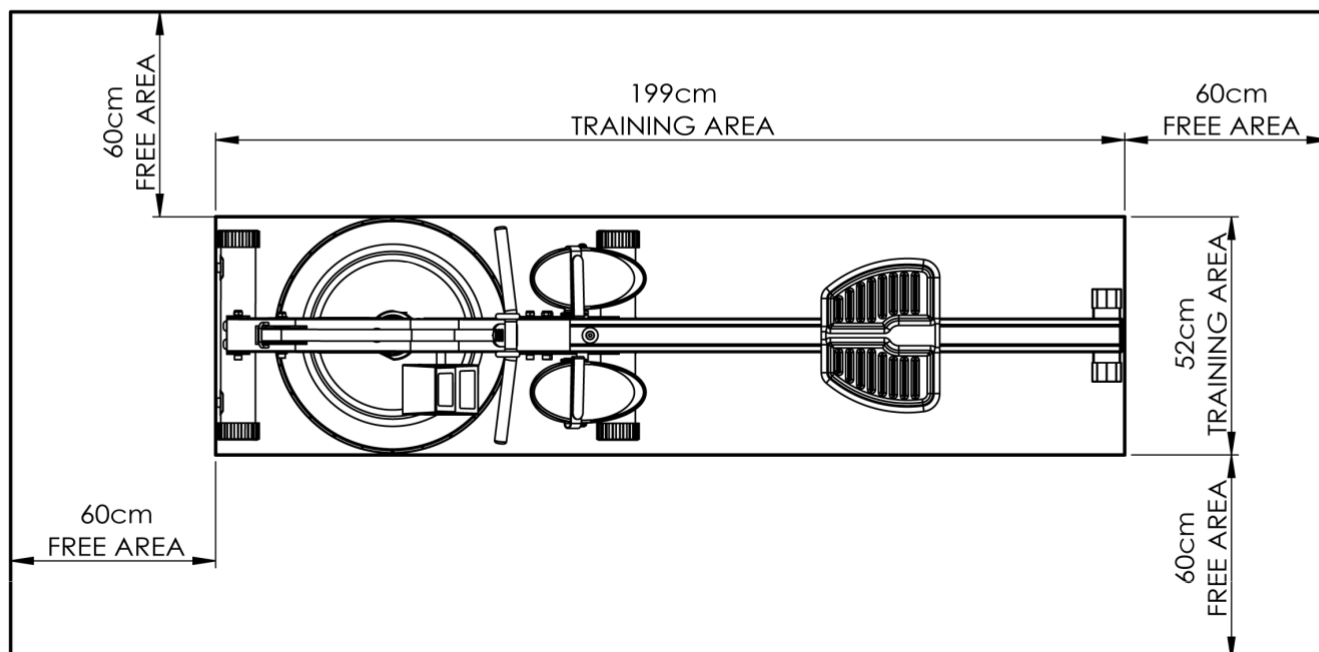
Wytrzymały pasek (belt) z aktywnym układem zwijania

Kółka transportowe



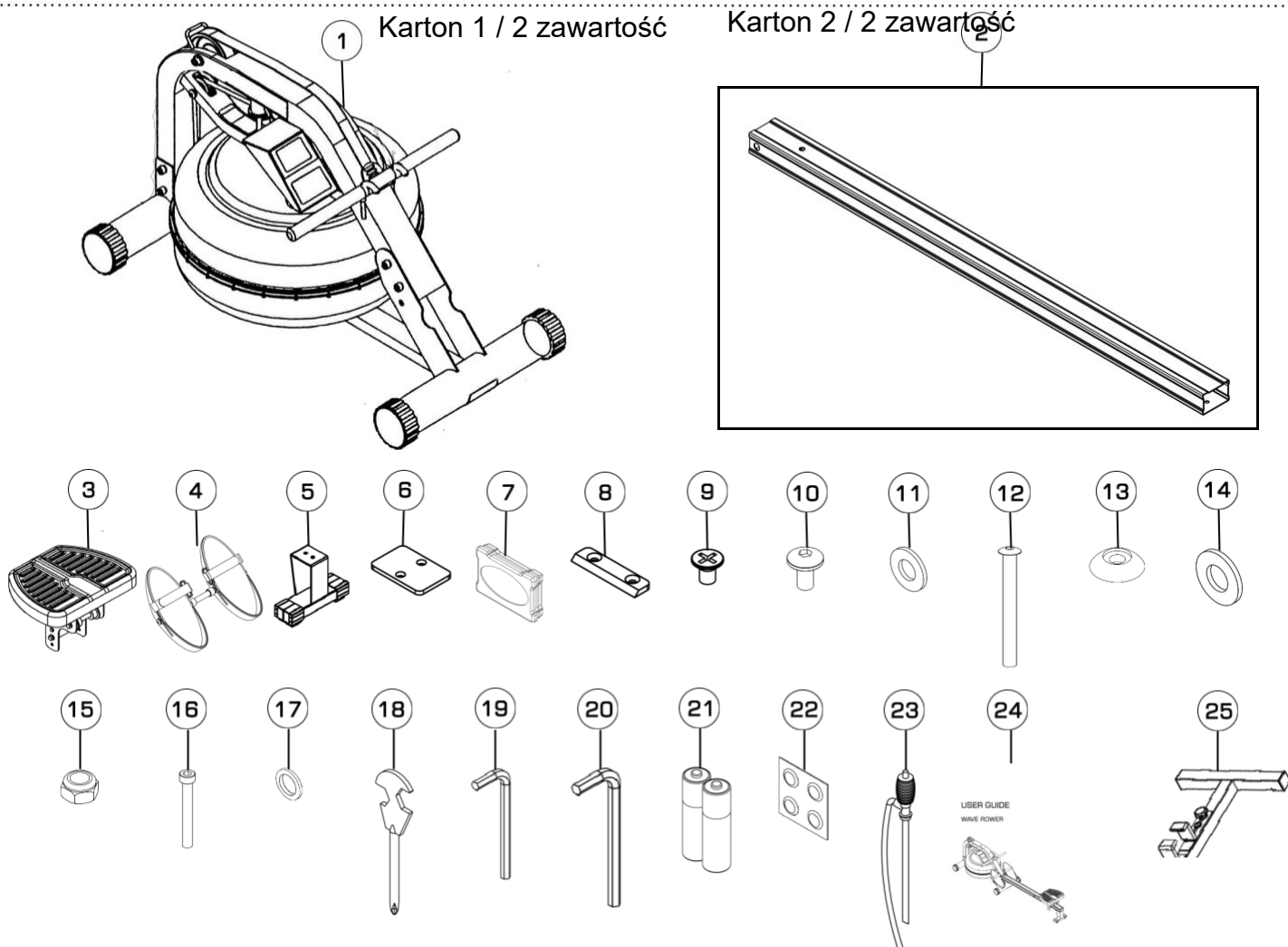
Powierzchnia użytkowa musi być nie mniejsza niż 23,62"(60 cm) większa od powierzchni treningowej, w każdym kierunku, z którego sprzęt jest dostępny. Powierzchnia użytkowa musi również obejmować obszar do awaryjnego demontażu.

Powierzchnia treningu i powierzchnia użytkowa



Uwaga: Wioślarz nie jest odpowiedni do celów terapeutycznych.

» WIOŚLARZ ROWER H2O zawartość Kartonu 1 & 2



Numer	Ilość	Nazwa części	Numer	Ilość	Nazwa części
1	1	Główna rama	14	1	Podkładka M10
2	1	Szyna siedziska (karton 2/2)	15	2	Nakrętka nylonowa M10
3	1	Siedzisko	16	1	Śruba M10x95 mm
4	1	Platformy na stopy	17	2	Podkładka sprężysta M10
5	1	Tylna noga	18	1	Narzędzie wielofunkcyjne
6	1	Wewnętrzna płyta montażowa	19	1	Klucz imbusowy 6 mm
7	1	75x50 Gumowa nakładka końcowa	20	1	Klucz imbusowy 8 mm
8	1	Gumowy stoper BumpStop - szyna	21	2	Bateria AA
9	2	Śruba M6x10 mm	22	4	Tabletka do uzdatniania wody
10	2	Śruba M8x15 mm	23	1	Syfon
11	2	Podkładka M8	24	1	Podręcznik użytkownika
12	1	Śruba M10x180 mm	Wyposażenie dodatkowe (nie dołączone)		
13	1	Plastikowa podkładka kopułowa M10			

» Instrukcja montażu

Krok 1 Montaż siedziska i tylnej nogi do szyny

Potrzebne:

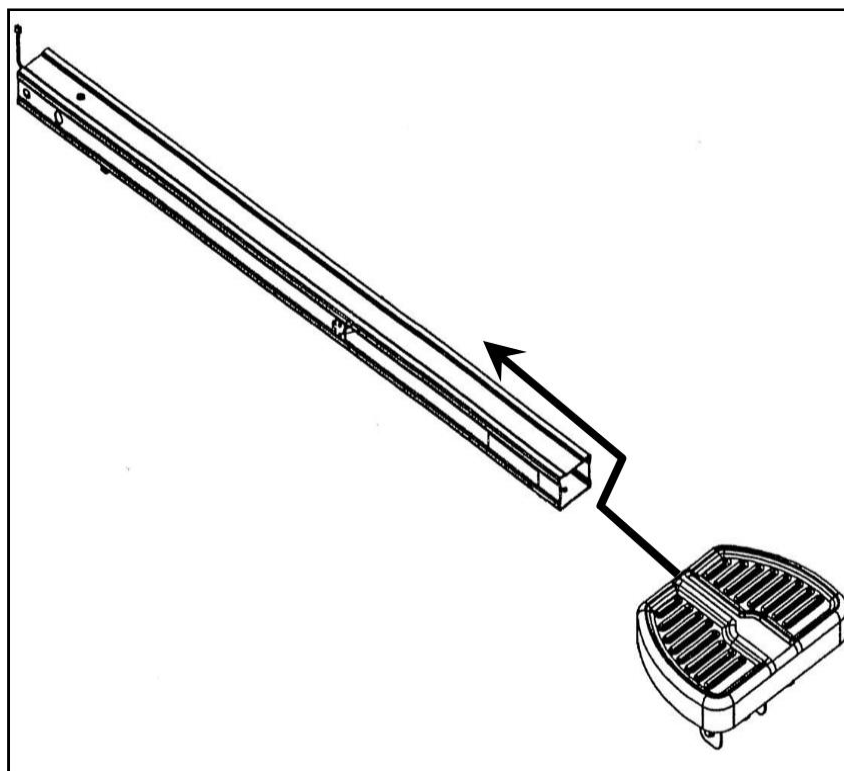
Szyna siedziska [2]

Siedzisko [3]

Uwaga

Nieprawidłowa instalacja siedziska spowoduje brak odbioru danych podczas wiosłowania.

Zamontuj **siedzisko [3]** na **szynie [2]**, najszerszą częścią siedziska do tyłu.



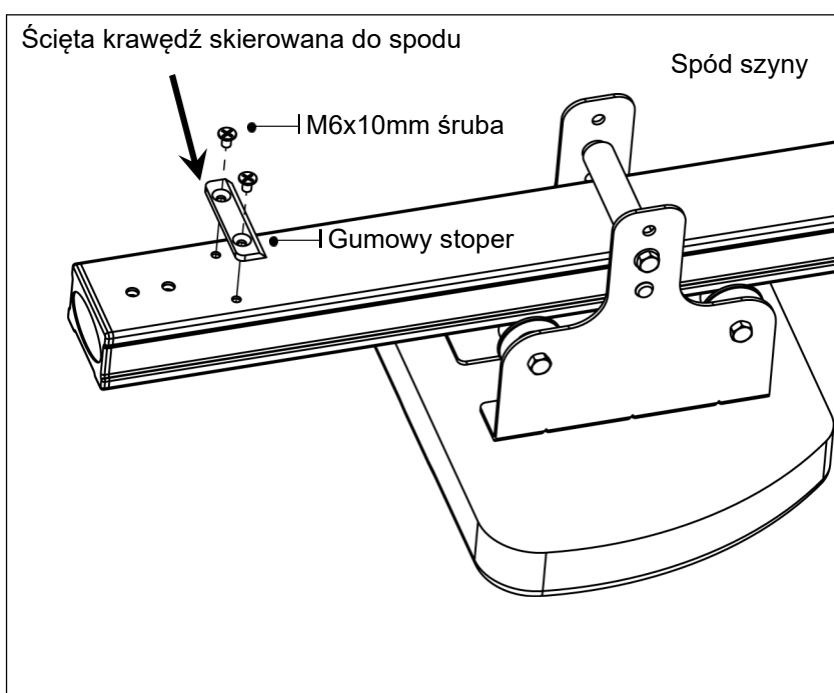
Krok 2

Potrzebne:

Gumowy stoper [8]

2 x śruba M6x10 mm [9]

Odwróć szynę i przykręć gumowy **stoper [8]** używając **2 x śruba M6x10mm [9]** ze ściętą krawędzią skierowaną do spodu.



» Instrukcja montażu

Krok 3 Montaż tylnej nogi

Potrzebne:

Tylna noga [5]

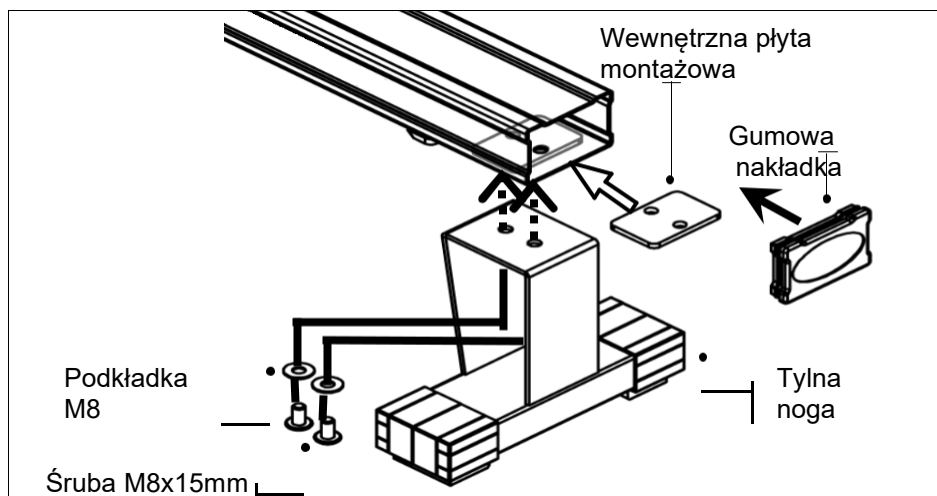
Wewnętrzna płyta montażowa [6]

Gumowa nakładka końcowa [7]

2 x Śruba M8x15mm [10]

2 x Podkładka M8 [11]

Używając 2x śruba M8x15 mm [10], 2x podkładka M8 [11], wewnętrznej płyty montażowej [6] i tylnej nogi [5], połącz je ze sobą jak na rysunku. Po zamocowaniu tylnej nogi, zainstaluj gumową nakładkę końcową [7].



Krok 4 Montaż szyny do głównej ramy

Potrzebne:

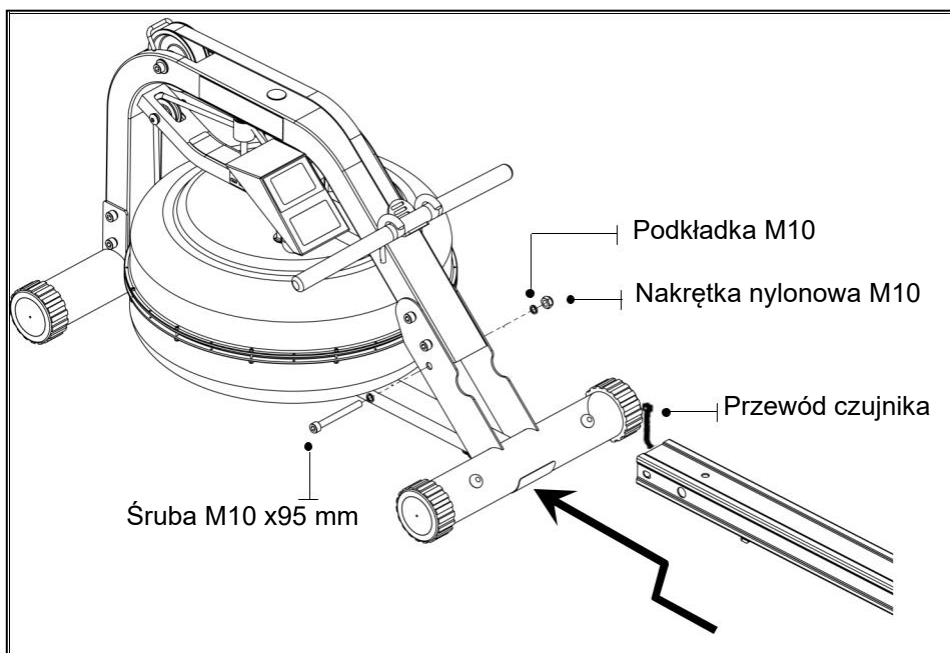
Nakrętka nylonowa

M10 [15]

Śruba M10x95mm [16]

Podkładka 2 x M10 [17]

Zamontuj szynę do głównej ramy. Przymocuj przewód czujnika z szyny do ramy, następnie wyrównaj otwory przedniej szyny montażowej z główną ramą i przymocuj za pomocą śrub M10x95mm [16], 2x podkładka M10 [17] oraz nakrętki nylonowej M10 [15].



» Instrukcja montażu

Krok 5 Montaż szyny do głównej ramy

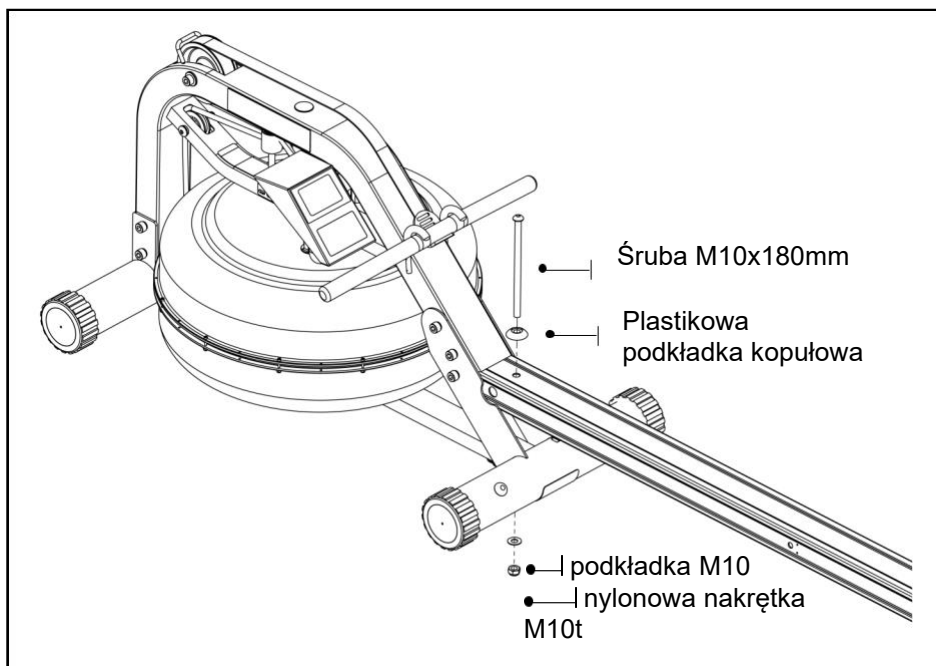
Potrzebne:

Śruba M10 x180mm [12]
Plastikowa podkładka kopułowa [13]
Podkładka M10 [14]
Nakrętka nylonowa M10 [15]

! UWAGA

Nie należy dokręcać pionowej śruby napinającej łączącej ramę. Zapoznaj się ze szczegółami opisanymi w KROKU 7.

Przełóż śrubę **M10x180mm [12]** wraz z **plastikową podkładką kopułową [13]** przez szynę i zabezpiecz od dołu **podkładką M10 [14]** i **nylonową nakrętką [15]**.



Krok 6 Montaż platform na stopy

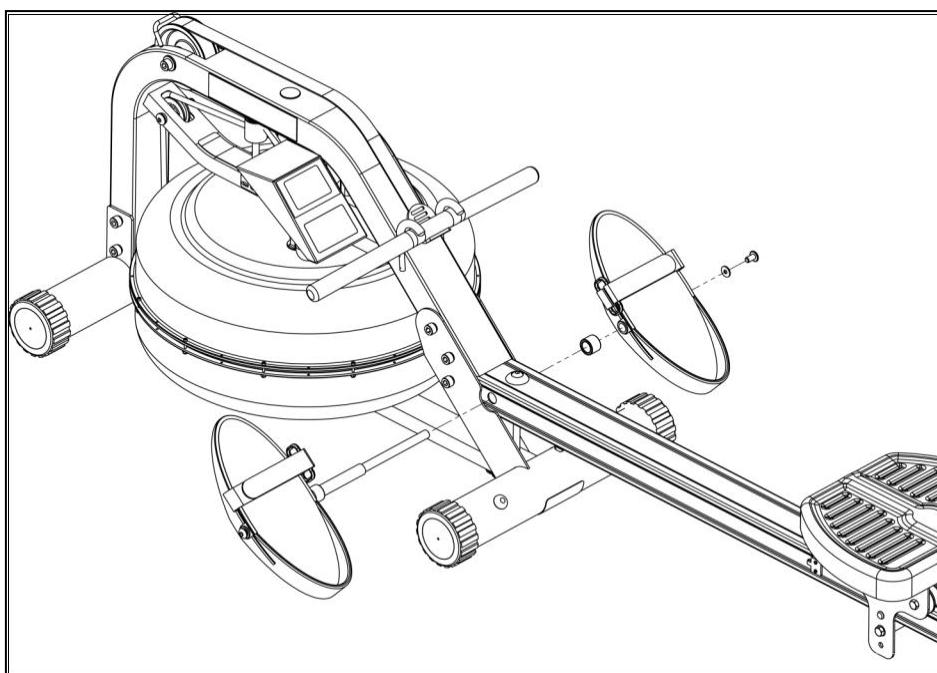
Potrzebne:

Platformy na stopy [4]

! UWAGA

Wskazówka: Podczas montażu należy usunąć tylko jedną stronę, a drugą pozostawić w stanie nienaruszonym, jak pokazano na rysunku.
Wskazówka: 2 klucze imbusowe tych samych rozmiarów są przeznaczone do tego kroku.

Przymocuj platformy [4] do wioślarza. Montaż platform po lewej stronie. W celu ułatwienia montażu należy lewą platformę umieścić pod szyną, jak pokazano na poniższym rysunku.





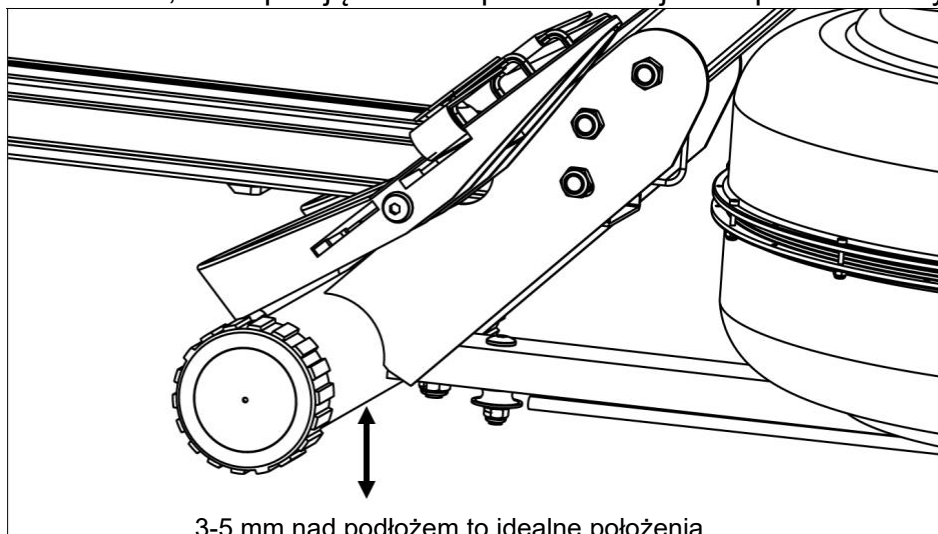
Instrukcja montażu

Krok 7

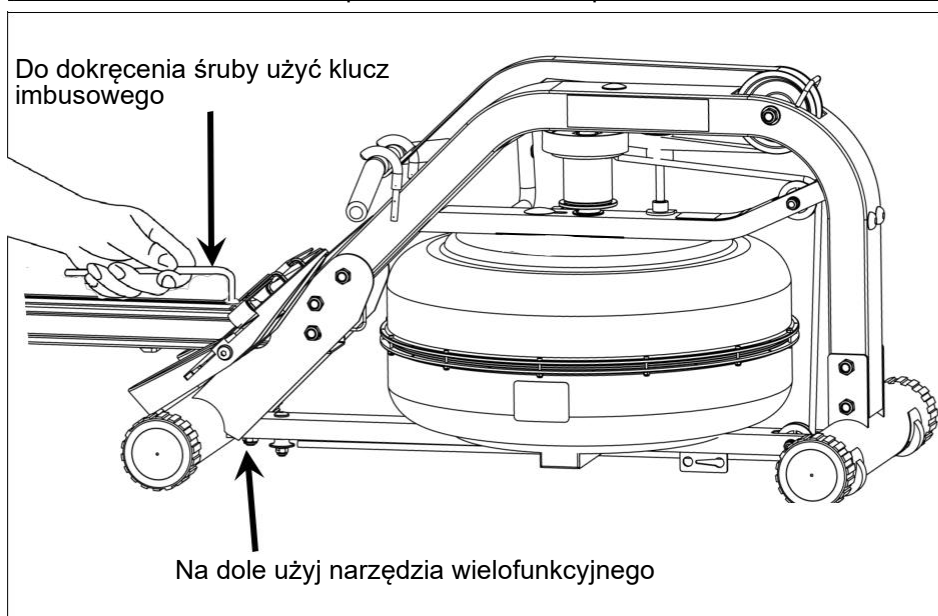
Precyzyjne dokręcanie wioślarza

Pionowa napinająca śruba jest zaprojektowana tak, aby utrzymać środkową część nogi 3-5 mm od podłoża, gdy wioślarz jest nieobciążony, i tylko nieznacznie dotykać podłoża podczas ruchu wiosłarskiego.

Dokręć zespół, aż środkowa noga zacznie się podnosić z podłoża, jak pokazano poniżej.
Uwaga: Jeśli podczas wiosłowania wystąpi nadmierne wstrząsanie podnoszenie się zbiornika, oznacza to, że napinająca śruba pionowa nie jest odpowiednio wyregulowana.



Widok z bliska na pionową śrubę napinającą wraz z lokalizacją nakrętki nylonowej.



Dokręć pionową śrubę jak pokazano na rysunku.

» Instrukcja obsługi

» Napełnianie zbiornika i uzdatnianie wody

Potrzebne:
Syfon [23]



OSTRZEŻENIE

Nie należy przepelniać zbiornika powyżej wskazanego maksymalnego poziomu 17 litrów. Patrz: naklejka poziomu zbiornika znajdująca się na dolnej stronie zbiornika.



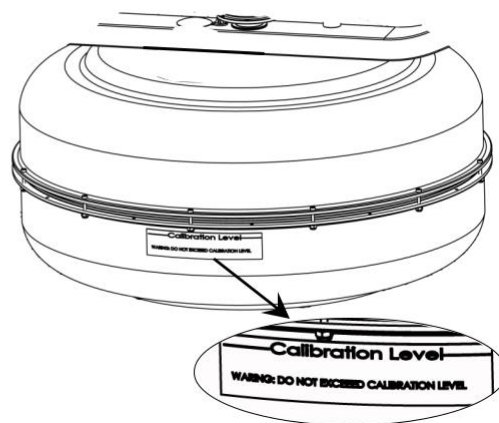
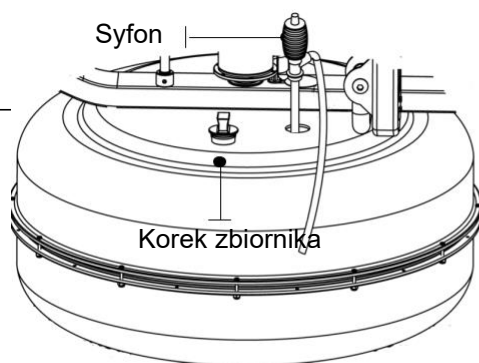
UWAGA

Na terenach gdzie jakość wody z kranu jest powszechnie uważana za złą, należy używać wody destylowanej.

- Zdejmij gumowy korek z górnej części zbiornika.
- Umieść duże wiadro z wodą obok wioślara. Umieść **syfon [23]** sztywną częścią w wiadrze, a elastyczną częścią w zbiorniku.

Uwaga: Przed napełnieniem syfonu należy upewnić się, że mały zawór oddechowy na syfonie jest zamknięty.

- Ściśnij syfon, aby rozpocząć napełnianie. **Ważne:** Nie należy przepelnić zbiornika.
- Po napełnieniu otwórz zawór w górnej części syfonu, aby nadmiar wody mógł wylecieć.
- Po zakończeniu napełniania wodą postępuj zgodnie z poniższymi harmonogramem uzdatniania wody, a następnie zamknij zbiornik korkiem.

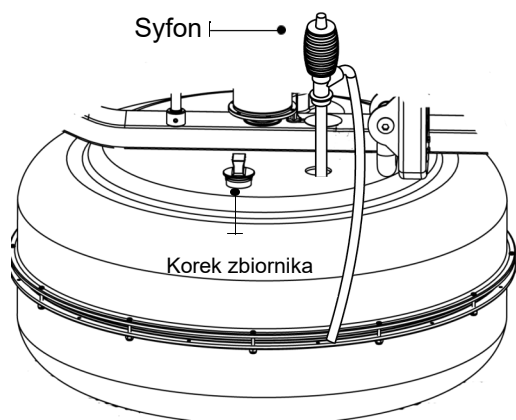


WSTĘPNE UZDATNIANIE WODY

Dodaj 1 x tabletkę do uzdatniania wody na jeden pełny zbiornik. **POD ŻADNYM POZOREM NIE NALEŻY UŻYWAĆ TABLETEK DO UZDATNIANIA WODY INNYCH NIŻ TE, KTÓRE SĄ DOŁĄCZONE DO URZĄDZENIA.** Zakupione urządzenie zawiera 4 x tabletki do uzdatniania wody, co wystarcza na kilka lat użytkowania. Aby zakupić dodatkowe tabletki do uzdatniania wody, należy skontaktować się z najbliższym regionalnym sprzedawcą/dystrybutorem marki KETTLER.

» Instrukcja obsługi

» Wylewanie / Wymiana wody w zbiorniku



- Wyjmij korek zbiornika.
- Włóż sztywną końcówkę syfonu do zbiornika, a elastyczny wąż do wiadra z wodą.

Uwaga:

- Dla prawidłowego odpływu/drenażu wody, mały zawór odpowietrzający na syfonie powinien pozostać zamknięty.
- Jeżeli przestrzegany jest harmonogram uzdatniania wody to nie zachodzi konieczność wymieniać w wioślarzu wody. Jednak gdy w wodzie pojawią się przebarwienia, należy użyć dodatkowej tabletki do uzdatniania wody.
- Gdy wioślarz, a w szczególności zbiornik z wodą, przechowywany jest w bardzo nasłonecznionym miejscu, to wówczas możemy zaobserwować krótszą skuteczność tabletek do uzdatniania wody. KETTLER ROWER H2O należy przechowywać z dala od bezpośredniego światła słonecznego.

» Długotrwałe uzdatnianie wody i podstawowa eksploatacja

Nie należy używać żadnych innych środków do uzdatniania wody, niż tabletki dostarczone z tym urządzeniem.

W celu uzupełnienia zapasów tabletek, należy skontaktować się z lokalnym dystrybutorem marki KETTLER.

Harmonogram uzdatniania wody w wioślarzu ROWER H2O będzie się różnił w zależności od ekspozycji zbiornika na światło słoneczne. W przypadku przechowywania go w miejscu nasłonecznionym, uzdatnianie powinno się odbywać raz na 8-12 miesięcy. W przypadku przechowywania w zaciemnionym pomieszczeniu, uzdatnianie zalecane jest raz na 2 lata. Gdy zauważysz, że woda w zbiorniku jest lekko mętna, dodaj tabletkę uzdatniającą, nawet jeżeli nie minął jeszcze zalecany czas od ostatniego uzdatniania.

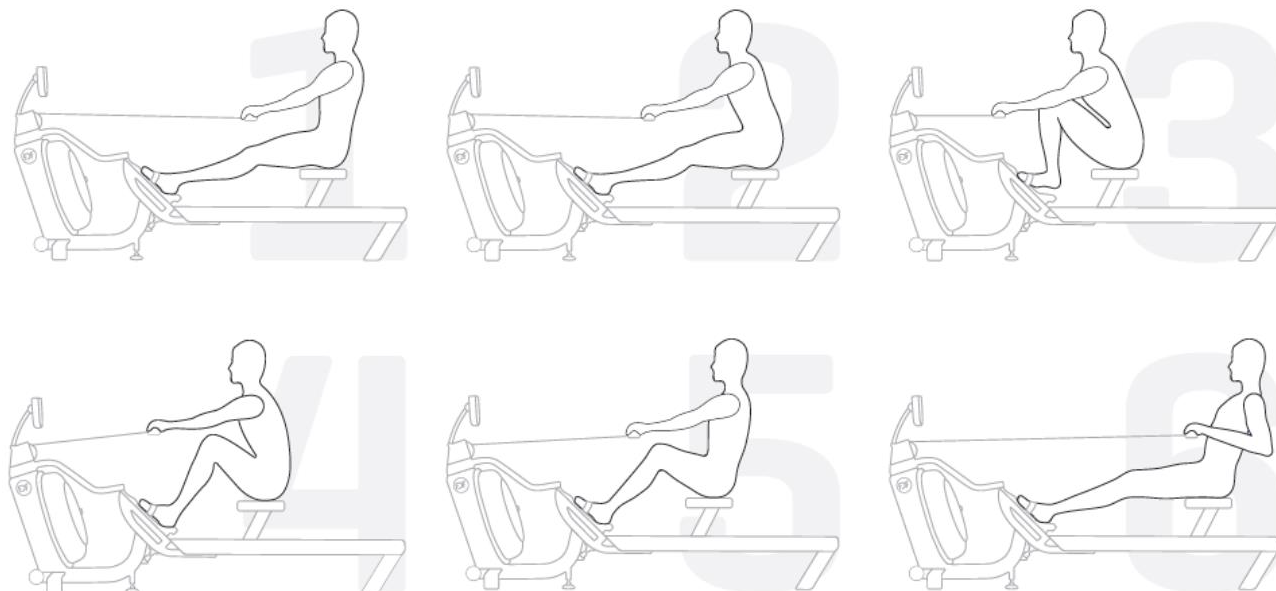
! UWAGA

Za każdym razem, gdy otwierany jest zbiornik z wodą w celu uzdatniania wody, zaleca się podłożenie pod zbiornik ściereczki pochłaniającej płyn.

» Instrukcja Obsługi

» Wiosłowanie

Wykonanie ruchu wiosłowania składa się z sześciu faz.



1. Usiądź z wyprostowanymi nogami i plecami, pochylając się lekko do przodu w biodrach, z rękoma wyprostowanymi i dłońmi na wysokości dolnych żeber. Odchyl się do tyłu.
2. Nogi i plecy prosto, ciało lekko pochylone do przodu od linii bioder, ręce wyciągnięte do przodu. Wychyl się i przesun do przodu.

Uwaga: Dłonie powinny znajdować się na wysokości kolan, nogi cały czas pozostają wyprostowane.

3. Nogi przesuwają się do przodu, dążąc do ustawienia goleni pionowo. Plecy pozostają proste, a cała postawa lekko pochylona do przodu, z wyciągniętymi do przodu rękoma. To jest faza chwytu.
4. Kolana częściowo wyprostowane, siedzisko znajduje się w połowie ruchu, plecy i ramiona są nadal wyprostowane. Utrzymaj pociągnięcie.
5. Kolana prawie proste, plecy nadal wyprostowane, ale lekko odchylone do tyłu. Ramiona proste. Teraz mocno się odepchnij.
6. Nogi są teraz całkowicie wyprostowane. Plecy proste i lekko odchylone do tyłu. Dłonie należy przyciągnąć blisko klatki piersiowej, przedramiona poziomo, a łokcie blisko klatki piersiowej. To jest koniec ruchu.

Więcej informacji na temat prawidłowej techniki wiosłowania i wskazówek dotyczących treningu znajdziesz na stronie: www.kettlersport.com



UWAGA Przed rozpoczęciem treningu skonsultuj się z lekarzem. W przypadku wystąpienia zawrotów głowy lub omdlenia natychmiast przerwij trening.

» Obsługa Monitora

Uruchamianie:

Włóż baterie do monitora, a ekran LCD podświetli się i wyda charakterystyczny brzęczący dźwięk.

Mode: Umożliwia dostęp do różnych ustawień.

Set: Gdy cyfry migają, naciśnij SET, aby zwiększyć ich wartości. Może być używany do wszystkich ustawień oprócz "Total Count" i "SPM". Po ustawieniu wartości, naciśnij ENTER, aby je zatwierdzić i przejść do następnego trybu.

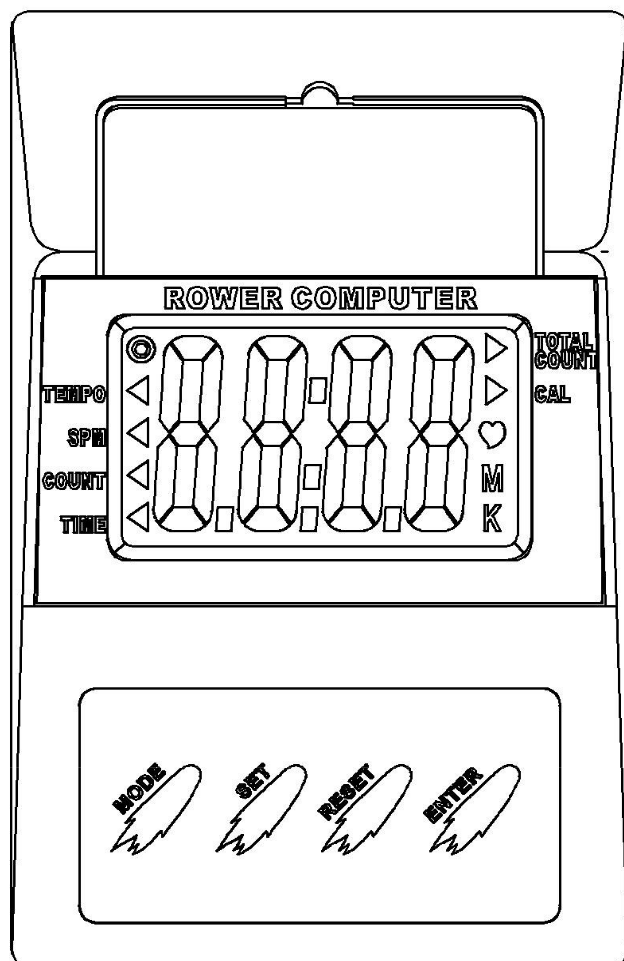
Reset: Użyj, gdy chcesz wyzerować wprowadzone lub uzyskane wartości.

Uwaga: Wartość Total count może zostać zresetowana tylko po wyjęciu i ponownym włożeniu baterii do monitora.

Enter: Naciśnij aby ustalić wartości. Cyfry będą migać. Aby zatwierdzić wprowadzone ustawienia naciśnij "Set".

Po ustaleniu wartości, monitor będzie wyświetlał różne ustawienia co sześć sekund. Ustawienia mogą być ustawione na stałą wartość (na przykład SPM) poprzez naciśnięcie przycisku "Mode". Wartości takie jak czas będą się zmieniały w kierunku zera, a po osiągnięciu zera włączy się alarm dźwiękowy. Aby zatrzymać alarm, należy nacisnąć dowolny przycisk

Po 4 minutach i 30 sekundach nieużywania, monitor przejdzie w tryb uśpienia.



Wartości wyświetlane na monitorze:

Time (Czas): zakres 0:00-99:59

Count (Licznik): zakres roboczy od 0-9999

SPM (Ilość pociągnięć na minutę): 15 SPM-3000.

Cal (Kalorie): 0-9999

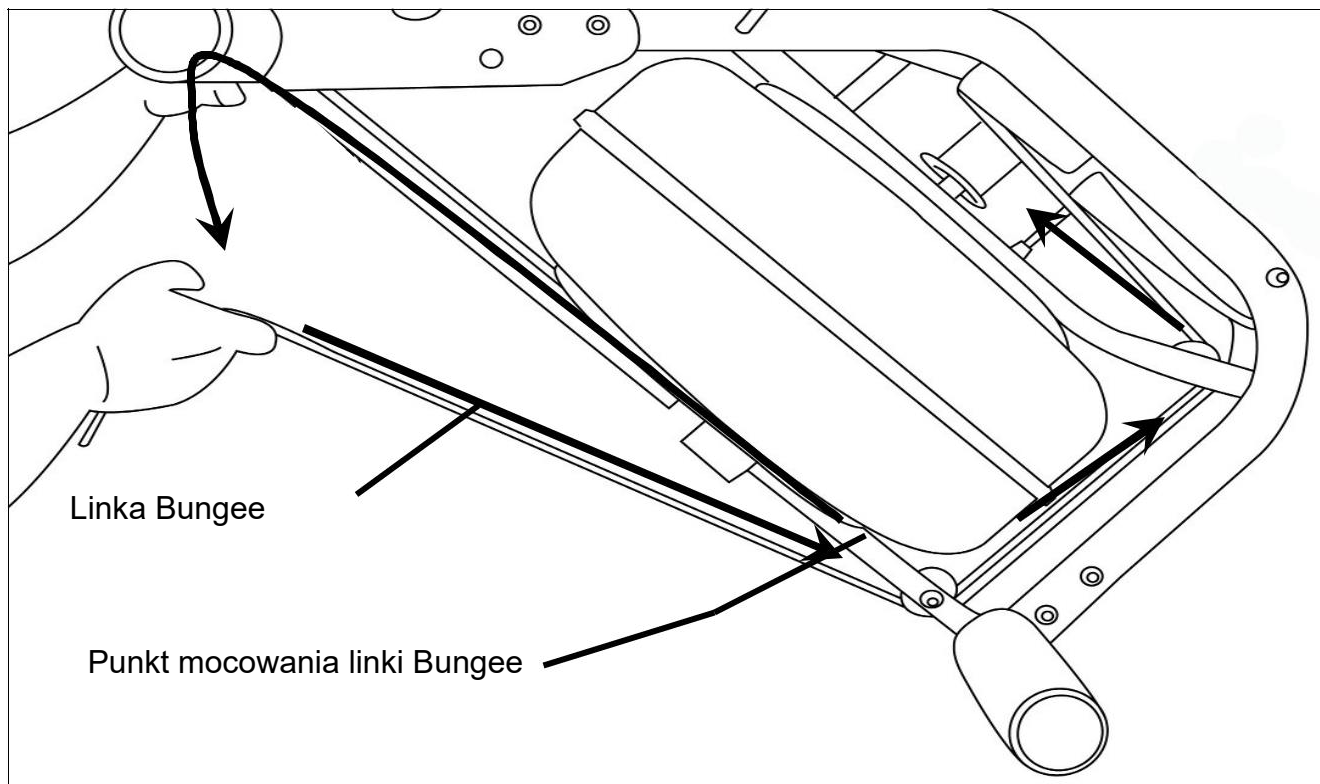
Total Count (Całkowita liczba): 0-9999

Uwaga: Monitor musi zostać wyłączony i ponownie uruchomiony, aby zrestartować wartość Total Count.

Tempo: zakres pracy od 0 do 180 sygnałów na minutę.



Odpinanie paska



1. Aby odzepić pasek wystarczy pociągnąć poza zakres normalnego ruchu wiosłarskiego, aż pas odzepi się od rolki.

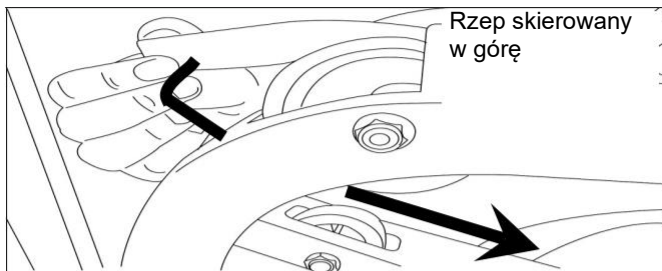
Wskazówka: Usłyszysz dźwięk odrywania rzepa tuż przed odpięciem paska.

2. Przetnij plastikowy pasek przytrzymujący linkę bungee w punkcie mocowania bungee, przeciągnij linkę przez wszystkie trzy koła pasowe i na razie pozostaw nadmiar na górze zbiornika.



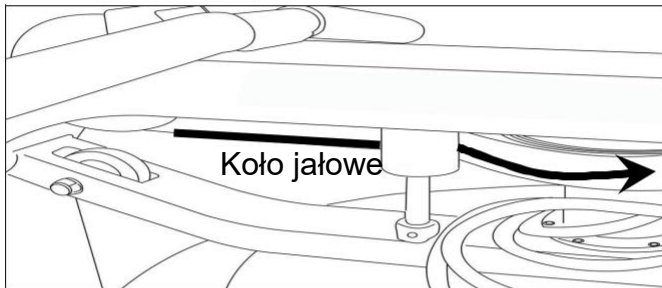
Zakładanie paska

STEP 1



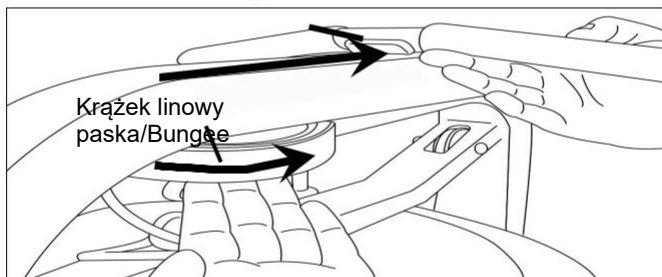
Rozpocznij ponowne zakładanie paska nawlekając go wokół koła pasowego stroną z rzepem skierowaną do góry, jak pokazano na rysunku.

STEP 2



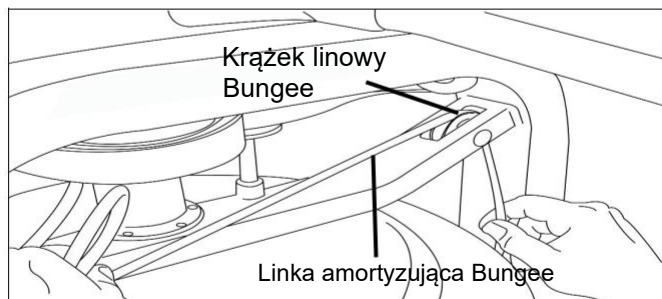
Następnie nawlecz pasek wokół koła jałowego, jak pokazano na rysunku. Gdy już znajdzie się na kole jałowym przymocuj pasek do krążka linowego. W miejscu mocowania jest wyraźnie zaznaczone miejsce przymocowania.

STEP 3



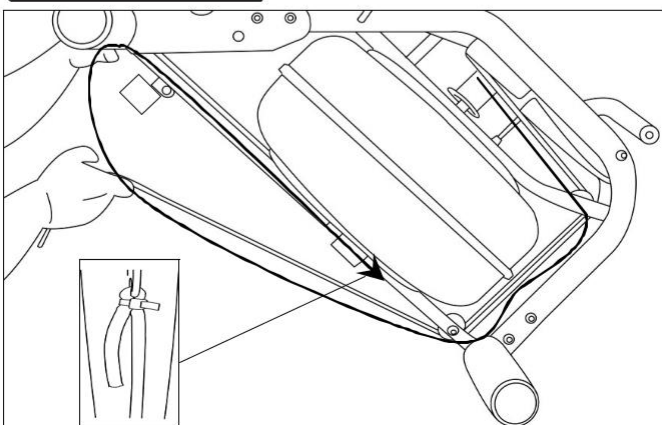
Nawiń pasek na pas/koło pasowe, aż uchwyt znajdzie się w najbardziej wysuniętym do przodu położeniu.

STEP 4



Przewlecz ponownie linkę amortyzującą Bungee (po przeciwnej stronie koła jałowego) z powrotem przez krążek linowy Bungee i zawiąż w punkcie mocowania.

STEP 5



Jeżeli poprzednie naprężenie linki Bungee wydawało się prawidłowe (dobrym sposobem jest ocena czy uchwyt można przesunąć do najdalszego punktu na szczycie ramy tylko pod naprężeniem bungee) to przywiąż linkę w poprzedniej pozycji. Jeżeli powrót jest zbyt luźny, to poeksperymentuj, zwiększając naprężenie małymi krokami testując czy zostanie osiągnięte prawidłowe naprężenie. Jeżeli uchwyt nie jest w stanie osiągnąć końca ramy podczas ruchu, oznacza to, że linka Bungee została zbyt mocno naprężona.

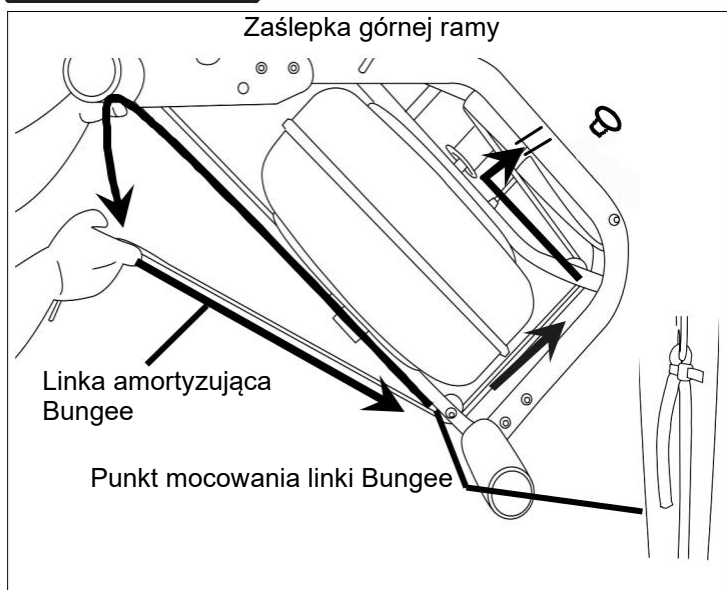


Wskazówka



Zdejmowanie linki amortyzującej Bungee

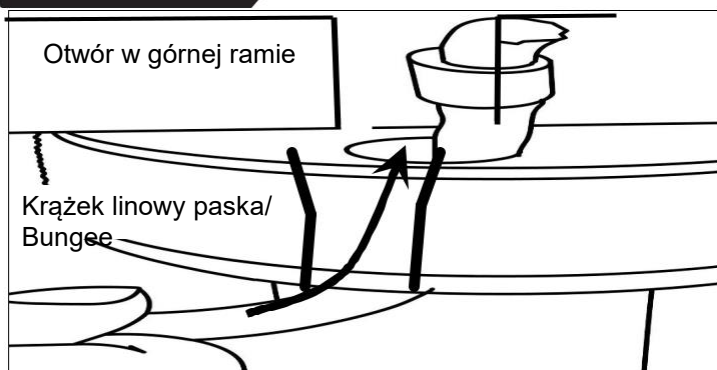
STEP 1



Przesuń uchwyt w najdalej wysunięty punkt, na sam początek ramy, następnie przetrnij plastikową końcówkę i postępuj zgodnie ze wskazówkami umieszczonymi powyżej dotyczącymi usunięcia linki bungee.

Następnie wyjmij zatyczkę górnej ramy, aby umożliwić przeleczenie linki amortyzującej Bungee przez górę ramy. Uwaga: Należy przekręcić krążek linowy paska/Bungee aby prawidłowo dopasować położenie otworów. Jeżeli pasek wypadnie podczas zmiany Bungee, zapoznaj się z poprzednimi stronami instrukcji, sekcja „Zakładanie paska”.

STEP 2

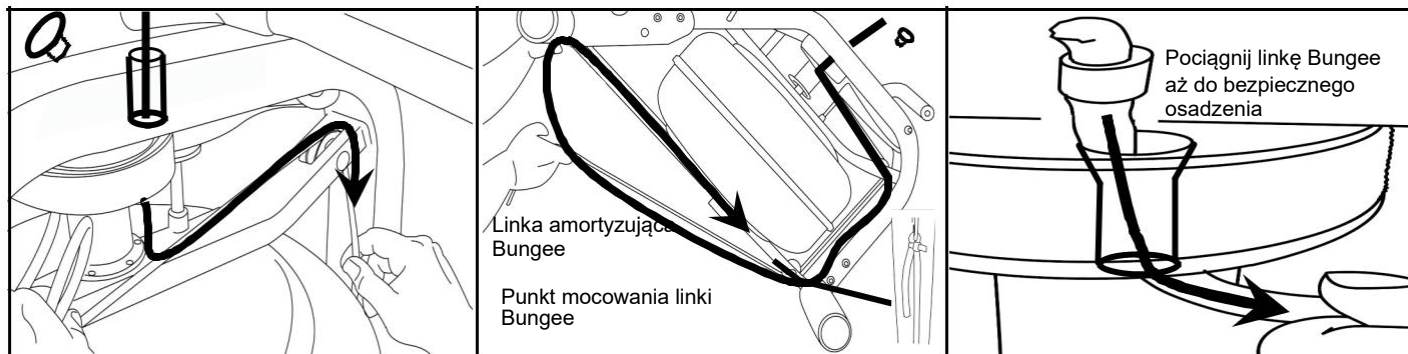


Gdy linka Bungee i otwór górnej ramy są ustawione w jednej linii, przełóż linkę w górę, przez ramę, jak pokazano na rysunku.



Wymiana linki amortyzującej Bungee

Przełóż linkę amortyzującą przez górną ramę, po przeciwnej stronie od koła jałowego, przeprowadź przez ramę środkową i dolne krążki linowe, a następnie zawiąż plastikową opaskę, aby ustalić napięcie linki. Zamocuj zaślepkę ramy.



Wskazówka: Prawidłowe napięcie linki jest osiągnięte wówczas, gdy rączka z łatwością może dosięgnąć przodu ramy. Jeżeli rączka nie sięga do tyłu do końca szyny, do miejsca gdzie siedzisko blokowane jest przez stoper, linka Bungee jest zbyt mocno napięta i wymaga regulacji.



Konserwacja

Wszystkie czynności konserwacyjne należy wykonywać w regularnych odstępach czasu. Rutynowe czynności konserwacyjne pomogą w zapewnieniu bezpiecznej i bezawaryjnej pracy urządzenia.

Producent nie odpowiada za przeprowadzanie regularnych przeglądów i czynności konserwacyjnych dla urządzeń. Skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem marki KETTLER, w celu uzyskania odpowiedzi na dodatkowe pytania, które pojawią się podczas użytkowania i konserwacji urządzenia. Nie przeprowadzaj samodzielnie napraw urządzenia innych niż opisane w niniejszej instrukcji czynności związane z uzdatnianiem wody czy wymianą paska lub linki Bungee.

Część	Częstotliwość	Wskazówki	Notatki
Siedzisko i szyna siedziska	Raz na tydzień	Wytrzyj szynę i rolki siedziska niestrzępiącą się szmatką.	
Rama	Raz na tydzień	Wytrzyj ramę niestrzępiącą się szmatką.	
Zbiornik i uzdatnianie wody	8-12 miesięcy do 2 lat	Postępuj zgodnie z instrukcjami z sekcji Uzdatnianie wody.	
Linka Bungee	Sprawdzaj co każde 100 godzin odpowiednie naprężenie i czy nie ma na niej śladów zużycia.	Linka Bungee powinna służyć przez kilka lat. Jeżeli linka wymaga wymiany, skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem marki KETTLER lub odwiedź stronę www.kettlersport.com	
Pasek (belt)	Sprawdzaj co każde 100 godzin odpowiednie naprężenie i czy nie ma na niej śladów zużycia.	Pasek powinien służyć przez kilka lat. Jeżeli jednak pasek wymaga wymiany, skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem marki KETTLER lub odwiedź stronę www.kettlersport.com	



Rozwiązywanie problemów

Usterka	Prawdopodobna przyczyna	Rozwiązanie
Woda zmieniła kolor lub stała się mętna.	Wioślarz jest narażony na bezpośrednie działanie promieni słonecznych lub nie zostało przeprowadzone uzdatnianie wody.	Zmień miejsce przechowywania wioślarza, aby zmniejszyć ekspozycję na promienie słoneczne. Dodaj tabletkę uzdatniającą do wody lub wymień wodę w zbiorniku, w sposób opisany w niniejszej instrukcji. Rozważ użycie wody destylowanej.
Pasek zsunął się z krążka linowego Bungee.	Linka Bungee nie została odpowiednio naprężona.	Napnij linkę Bungee postępując zgodnie z krokami opisanymi w niniejszej instrukcji.
Podczas energetycznego wiosłowania przód wioślarza lekko unos się do góry.	Pionowa śruba napinająca M10x150 mm jest za luźno dokręcona.	Dokręć śrubę o ½ obrotu i spróbuj powiosłować. Dokręcaj co pół obrotu aż problem nie ustąpi. Uwaga: zbyt mocne dokręcenie śruby może uszkodzić szynę. Dokręcaj śrubę co pół obrotu aż usterka nie zostanie skorygowana.
Po włożeniu baterii monitor się nie świeci.	Baterie zostały nieprawidłowo włożone lub wymagają wymiany.	Ponownie umieść baterie w monitorze, w odpowiedniej pozycji. Jeżeli ekran LCD nadal nie będzie się świecił, spróbuj przekręcić baterie włożone do monitora. Jeżeli to nie pomoże, to skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem marki KETTLER.
Monitor świeci się, ale nie rejestruje żadnych danych podczas wiosłowania.	Zbyt luźne lub nieudane połączenie.	Sprawdź czy przewód monitora jest prawidłowo podłączony. Jeżeli jest podłączony, a nadal nie pokazuje wartości to skontaktuj się z lokalnym przedstawicielem marki KETTLER.

KETTLER



Producent: KETTLER Sport and Fitness Europe by
TRISPORT AG
BOESCH 67
CH-6331 HUENENBERG
SWITZERLAND
www.kettlersport.com

Dystrybutor: SPORTPOLAND.COM SP. Z O.O.
GDYŃSKA 45
80-209 CHWASZCZYNO
POLSKA
www.kettlersport.pl
Infolinia: 695 645 645