

SPRINTBOK

by



Běžecký pás  
Návod k obsluze



**Model:**

*Sprintbok*

**Rozměry:**

*Šířka: 86 cm*

*Výška: 170 cm*

*Hloubka: 180 cm*

*Hmotnost: 160 kg*

**Materiály:**

*Dřevo, plast, kov.*

**Dodání:**

*Zabaleno v 1 krabici.*

**Využití:**

*Výdrž*

**Důležité informace:**

*Dřevo je přírodní materiál, který se může během používání opotřebovat a vydávat zvuky, může způsobit zadření třísky. Dále může vykazovat nepravidelnosti ve vzoru, barvě a tvaru, což nejsou důvody k reklamaci.*

*Dřevo může reagovat na vnější vlivy, a proto je neustále v pohybu. Je nutné pravidelně a před použitím výrobku kontrolovat všechny části.*

*Při montáži jednotky je doporučeno pracovat ve dvojici. Ujistěte se, že máte dostatek místa pro sestavení produktu. Doporučujeme uschovat obalový materiál, dokud nebude jednotka zcela sestavena a vyzkoušena.*

**Pozor:**

*Obsahuje malé části nevhodné pro děti do 3 let! Děti musí být po celou dobu pod dohledem dospělé osoby! Maximální hmotnost uživatele je 160 kg.*

## Bezpečnostní pokyny:

Přečtěte si prosím pozorně následující bezpečnostní pokyny pro správné používání, manipulaci a údržbu nového fitness zařízení. Uchovejte si tento návod pro případné budoucí využití. Při pečlivém dodržování těchto pokynů bude při používání vaše zařízení v bezpečí.

1. Trenažér je určen pouze pro dospělé. Je určen pro zlepšení fyzické kondice a měl by být používán pouze k tomuto účelu.

2. Poškozené díly mohou ovlivnit bezpečnost trenažéru. Neměli byste jej používat, pokud je jeden nebo několik originálních dílů poškozeno, opotřebeno nebo nejsou plně funkční. Při výměně používejte pouze originální díly.

3. Nesprávné opravy nebo neoriginální náhradní díly mohou vést k poškození a použití trenažéru nemusí být bezpečné. V tomto případě výrobce nenese žádnou odpovědnost.

4. Manipulace nebo změny oproti původní konstrukci trenažéru mohou vést k poškození a/nebo zranění osob. Jakékoli změny by měli provádět pouze odborní pracovníci výrobce.

5. Dřevo je přírodní materiál. Upevňovací šrouby zanechávají na dřevě stopy. Kvůli měkkosti dřeva je třeba šrouby pravidelně (minimálně každé dva měsíce) dotahovat. Používejte nástroje, které jste obdrželi se zakoupením trenažéru.

6. Všechny osoby, které trenažér používají, zejména děti, musí být před použitím informovány a upozorněny na tato bezpečnostní opatření. Děti by nikdy neměly používat zařízení bez dohledu dospělého člověka.

7. Než začnete trenažér používat, ujistěte se, že jste v dobrém fyzické kondici a jste zdraví. Poradte se se svým lékařem. Nesprávné používání a nadměrné cvičení může vést k poškození zdraví.

## Manipulační pokyny:

Přečtěte si prosím pozorně tyto pokyny. Následující informace vám pomohou správně používat тренаžér.

1. Тренажёр začněte používat až po kompletním sestavení a úplném přečtení bezpečnostních pokynů.
2. Seznamte se se všemi různými možnostmi nastavení тренажёru. Seřídte jej dle vašich požadavků a vaší zdatnosti.
3. Před použitím тренажёru zkontrolujte, zda jsou všechny prvky upevněny a utaženy.
4. Zařízení skladujte na suchém místě. Vlhkost může způsobit korozi kovových částí.
5. Po každém cvičení je nutné тренажёр očistit vlhkým hadříkem. Čistit by se měly hlavně kolejnice a pohyblivé části, jako jsou kladky a madla. Nepoužívejte chemikálie, protože mohou poškodit povrch materiálu.

6. Děti nesmí тренажёр používat bez dozoru dospělé osoby. Během cvičení dbejte na to, aby vás nikdo jiný (zejména děti) nerušil a nesahal do pohyblivých částí stroje. Pohybující se lana, závaží nebo jiné pohyblivé části mohou způsobit vážné poranění.

7. Na cvičení doporučujeme nosit vhodné tréninkové oblečení a tréninkovou obuv.

8. Pro údržbu dřevěných částí zařízení doporučujeme použít naši údržbovou sadu.

## Montážní návod:

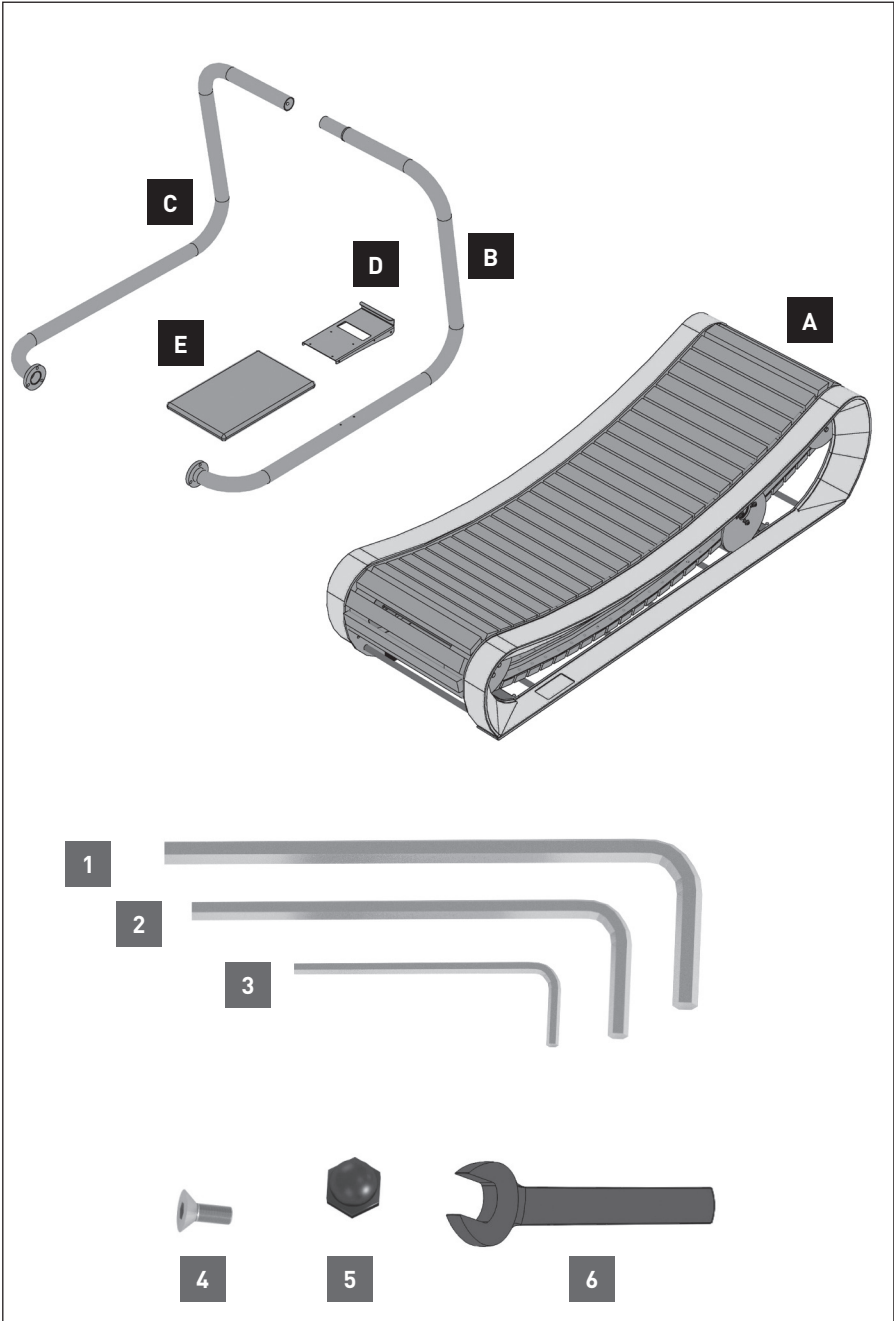
Pečlivě vybalte trenažér a zkontrolujte, zda nedošlo k poškození při přepravě. Obalový materiál si uschovejte, dokud trenažér zcela nesestavíte a nevedete jej do provozu.

Zkontrolujte dle seznamu dílů, aby žádný díl nechyběl. Pokud najdete poškozené díly nebo pokud nějaký chybí, kontaktujte svého místního prodejce.

Ujistěte se, že máte na montáž dostatek místa. Montáž by měly provádět dvě dospělé osoby

Trenažér sestavte přesně podle kroků v návodu. Přečtěte si a pozorně dodržujte upozornění.

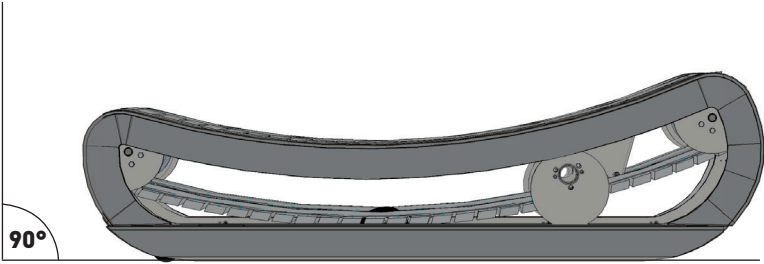
Po dokončení montáže zkontrolujte upevnění všech dílů.



## Seznam dílů

Pos. Pos.	Díly	Množství
A	Kompletně sestavený lamelový pás s úchyty na madla	1
B	Levé madlo s předinstalovanými kabeley	1
C	Pravé madlo	1
D	Deska monitoru	1
E	Monitor	1
1	Imbusový klíč 6 mm	1
2	Imbusový klíč 5 mm	1
3	Imbusový klíč 2,5 mm	1
4	Upevňovací šrouby pro monitor M4x5mm	4
5	Krytka	2
6	Klíč SW10	1

1







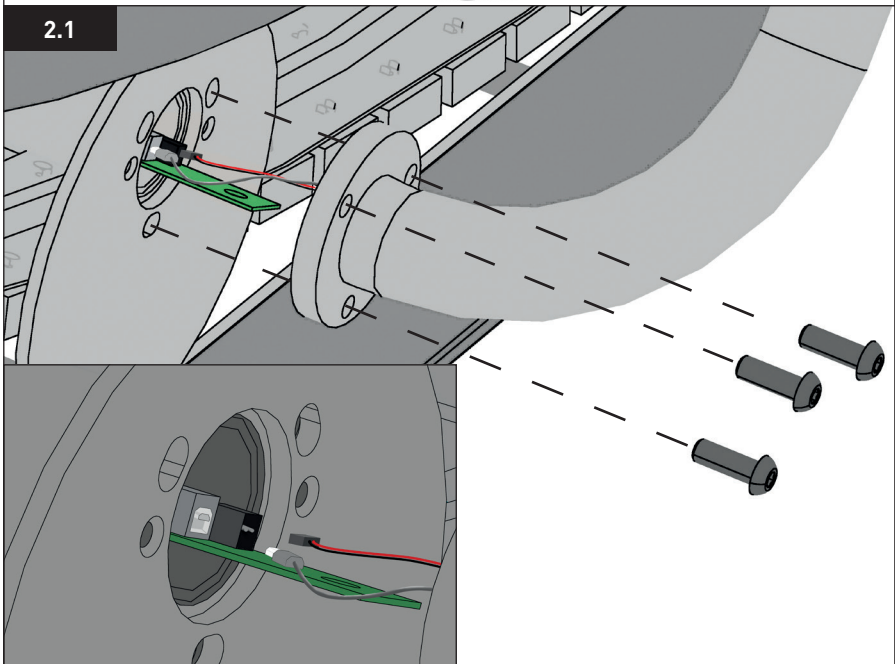
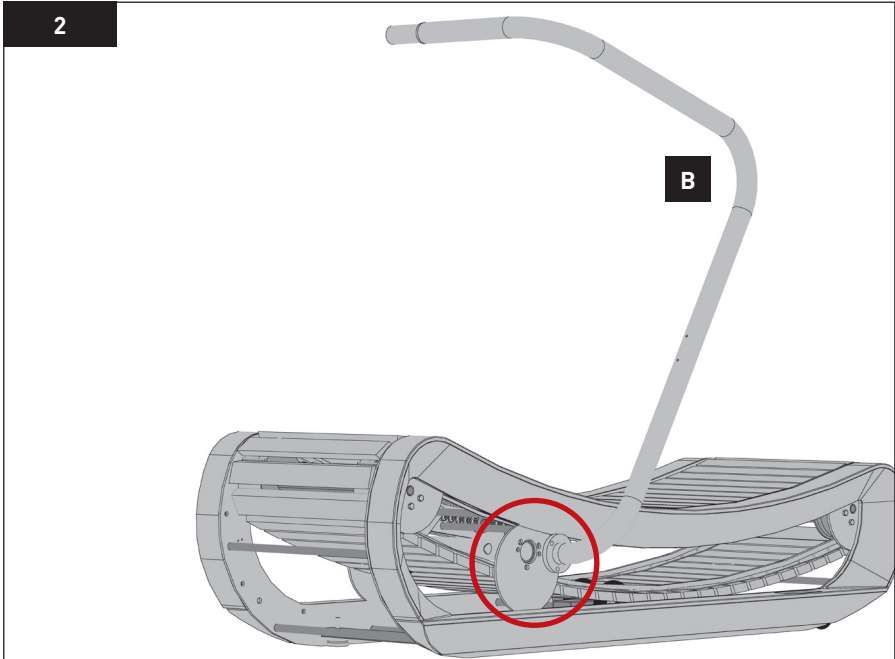
## **1. krok: Umístění**

Trenažér Sprintbok musí být umístěn pevně a vodorovně na podlaze.

Na zcela rovném povrchu není nutné žádné seřizování.

Pokud podlaha není rovná, vyrovnejte trenažér pomocí vyrovnávačů nerovností umístěných na spodní straně.

Tento postup je nutné opakovat při každém přesunu trenažéru.



## 2. krok: Montáž levého madla včetně montáže elektroniky

3 předinstalované šrouby (M10x30) vyšroubujte z kulaté kovové desky pomocí imbusového klíče (na obrázku označeno červeně). Šrouby budou později třeba k montáži levého madla (B).

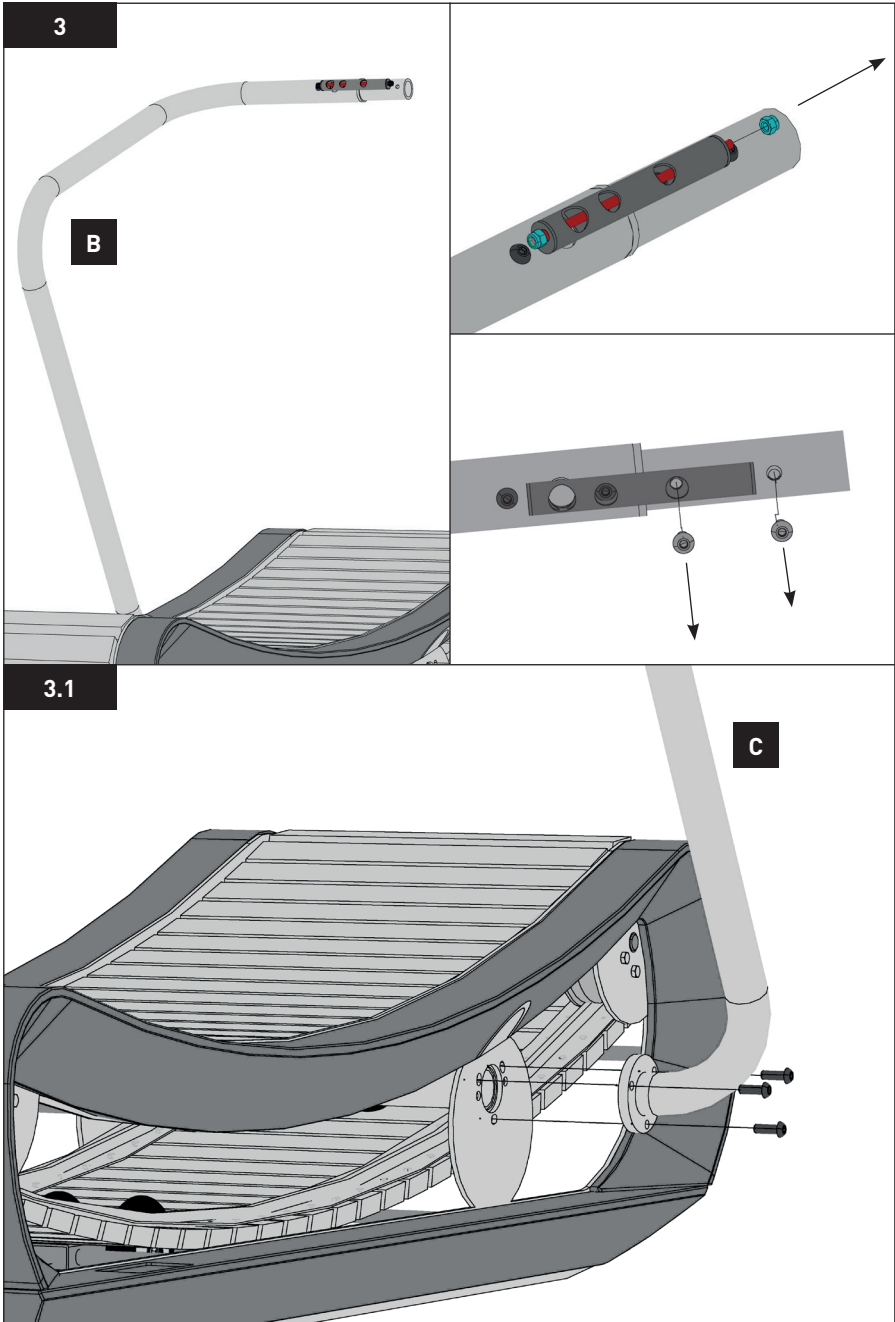
Před montáží madla (B) je nutné nejprve připojit kabely. Opatrně vytáhněte obvodovou desku cca 5 cm od otvoru.

Dále připojte 2 zástrčky vyčnívající z madel k desce plošných spojů (viz 2.1). Desku plošných spojů vložte zpět do otvoru a madla připevněte pevně k rámu pomocí 3 šroubů (M10x30).

### **Upozornění:**

Ujistěte se, že žádný z kabelů není zaklíněný nebo skřípnutý!

**Montáž je vhodné provádět ve dvou dospělých zručných osobách.**



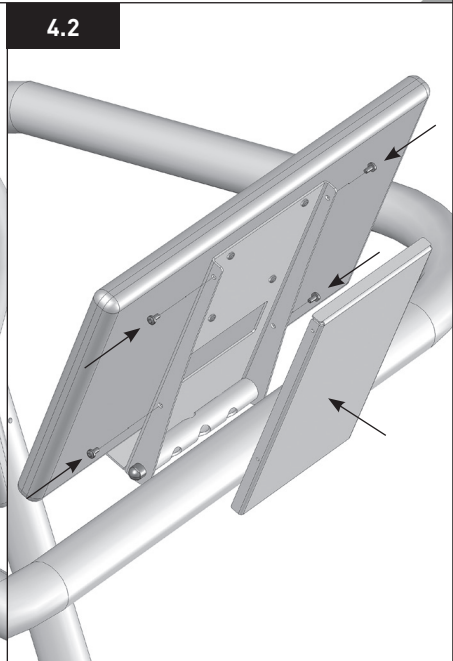
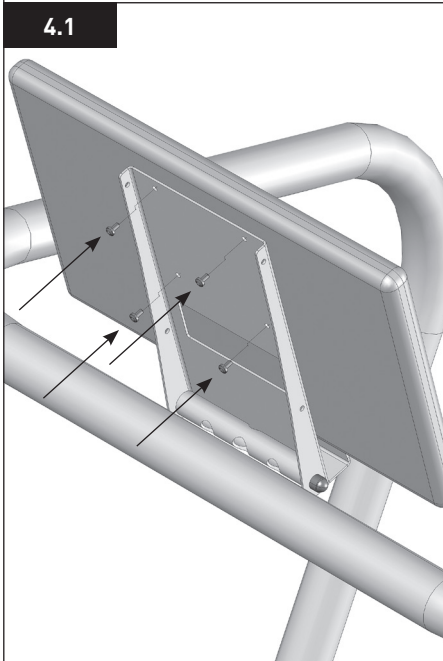
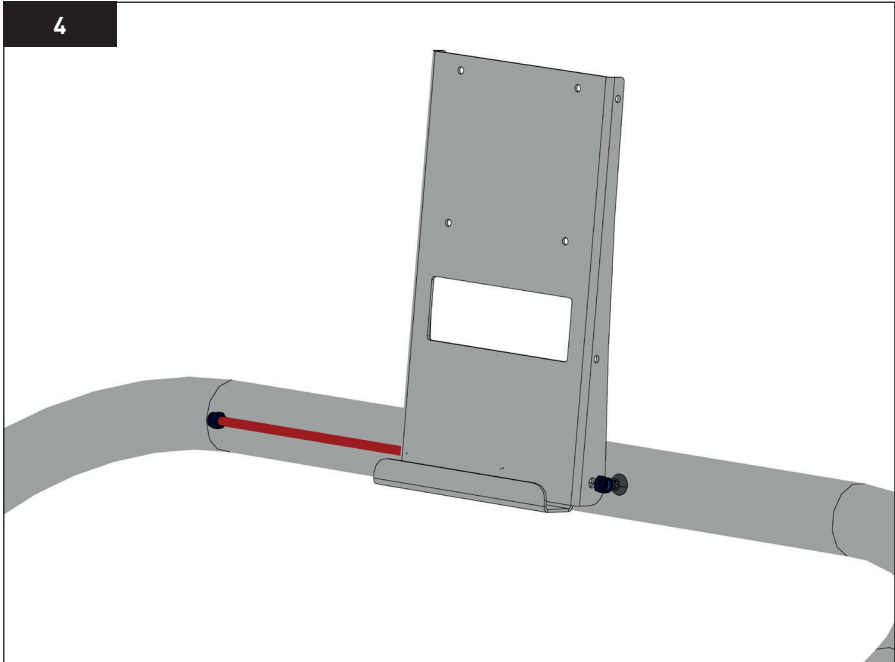
### 3. krok: Montáž pravého madla

Před montáží pravého madla je třeba odstranit předinstalovanou závitovou tyč. Ruční maticí vpravo odšroubujte pomocí klíče (6).

Dále vyšroubujte oba předinstalované šrouby (M8x20) z levého madla (B) pomocí imbusového klíče (2). Poté pomocí imbusového klíče (1) z kulaté kovové desky na pravé straně (3.1.) odšroubujte 3 předinstalované šrouby (M10x30).

Opatrně nasuňte pravé madlo (C) na horní tyč a umístěte je dole, před kulatou kovovou deskou. Nyní přišroubujte madla k trenažéru pomocí všech dříve odstraněných šroubů (nepřipevňujte závitovou tyč).

Všechny šrouby pevně utáhněte!



#### **4. krok: Montáž monitoru**

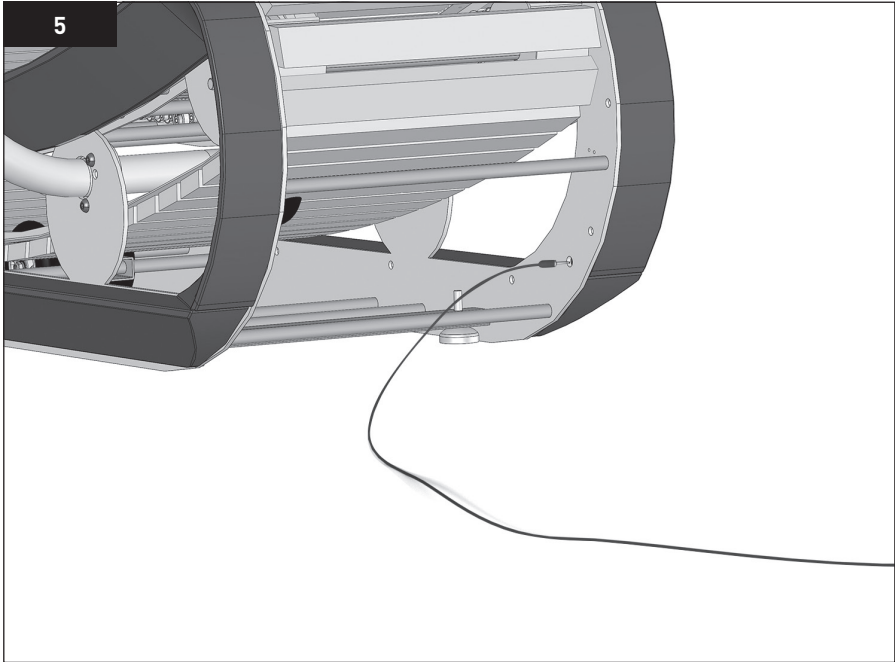
Desku pro monitor (D) lze namontovat na madla pomocí závitové tyče. Desku umístěte na tyč a opatrně protáhněte závitovou tyč skrz otvory. Dejte pozor, abyste neskřípli kabel!

Matici pevně zašroubujte pomocí klíče (6) tak, aby se deska monitoru dala naklápět.

Odstraňte krycí desku odšroubováním 4 bočních šroubů (M4x5mm) pomocí 2,5mm imbusového klíče. Monitor vyjměte z obalu a přišroubujte jej k desce monitoru pomocí 4 šroubů (M4x5mm) a 2,5mm imbusového klíče.

Pro snadnou montáž jednoduše nakloňte desku monitoru zcela dopředu, abyste snadněji upevnili šrouby zezadu (viz obrázek). Poté připojte USB kabel a napájecí kabel k obrazovce monitoru.

Nyní lze krycí desku pevně upevnit pomocí 4 bočních šroubů.





## 5. krok: Připojení elektřiny

Kabel adaptéru zapojte do konektoru na spodní straně přední části treňažeru (viz obrázek) a poté zapojte adaptér do běžné bezpečnostní zásuvky 220 V. Elektrické připojení 12 V je pouze pro použití obrazovky monitoru a technologie senzorů. Treňažer lze používat i bez elektřiny, ale v takovém případě se na obrazovce monitoru nezobrazí žádné údaje o výkonu.

## Použití obrazovky monitoru

Monitor je vybaven operačním systémem Android a lze jej používat jako tablet se systémem Android.

### 1. Zapnutí monitoru

Zapněte/vypněte monitor pomocí tlačítka na zadní straně monitoru.

### 2. Připojení k WiFi

Aby bylo možné používat aplikaci Sprintbok, musí být monitor připojen k bezdrátové síti. Vyberte prosím: „Nastavení“ (“Settings”).

3. V „Nastavení“ vyberte „WLAN“. Dále zvolte vaši síť a zadejte heslo. Monitor je nyní připojen k bezdrátové síti.

4. Otevřete aplikaci Sprintbok. Aplikace oznámí, že Sprintbok. Pokud by aplikace nemohla najít Sprintbok, zkontrolujte prosím USB připojení.

5. Klikněte na zobrazený Sprintbok.

6. Nyní můžete aplikaci Sprintbok používat jako host. V tomto režimu se zobrazí údaje o vašem výkonu, ale nebudete mít přístup k předem navrženým videím o cvičení. Pro tento rozsah služeb se prosím zaregistrujte pomocí tlačítka „přihlásit se“.

7. Pokud ještě nemáte přihlašovací údaje, zaregistrujte se na [www.my-nohr.com](http://www.my-nohr.com). Registraci na my-nohrd získáte další přístup na celou řadu cvičebních videí s veškerým vybavením NOHRD.

8. V režimu „Free Training“ můžete konfigurovat zobrazená pole dle vašich požadavků. Jednoduše klikněte na jedno z informačních polí a vyberte požadované zobrazení. Zobrazení km/h nelze změnit.

### 9. Používání dalších aplikací:

Načítání dalších aplikací na monitoru je snadné. Nejprve se přihlaste do obchodu Google Play pomocí přihlašovacích údajů. Pokud nemáte účet Google, můžete si ho založit v Obchodě Google Play.



SPRINTBOK

by



 **FITHAM**<sup>®</sup>  
fitness & sport equipment

Dovozce a distributor pro  
Českou a Slovenskou republiku

Fitham spol. s r.o.

Kubelíkova 679/80

460 08 Liberec 8

IČ: 27338053

DIČ:CZ27338053