

SKILLROW™

MANUAL DE UTILIZARE



TECHNOGYM®

The Wellness Company

CUPRINS

Instrucțiuni de siguranță importante	3
Siguranța personală	4
Identificarea producătorului și a echipamentului	5
Descrierea echipamentului	6
Utilizarea echipamentului	7
Descrierea afișajului	13
Folosirea centurii pentru piept	17
Locul utilizării	20
Date tehnice	21
Etichete de siguranță	22
Mutarea echipamentului	23
Întreținerea periodică	24
Reglarea benzii elastice	26
Curățarea ventilatorului	27
Reîncărcarea bateriilor	28
Probleme de funcționare	29
Service tehnic	30
Depozitarea echipamentului	31
Eliminarea echipamentului	31
Eliminarea bateriei	32

INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ IMPORTANTE

Trebuie să consultați întotdeauna un medic sau practician din domeniul medical calificat și licențiat înainte de a începe orice program nutrițional, de dietă, de întindere sau de exerciții. Vă sfătuim să investigați și să vă informați privind orice acțiuni sau decizii pe care le luați privind sănătatea dumneavoastră.

Înainte de a utiliza echipamentul, citiți toate instrucțiunile. Aceste instrucțiuni au fost scrise pentru siguranța dumneavoastră și protecția aparatului.

Nu permiteți accesul nesupravegheat al copiilor la aparat.

Echipamentul trebuie supravegheat îndeaproape de personal calificat în timpul utilizării de către, pentru sau în apropierea copiilor, a persoanelor invalide sau cu dizabilități.

Folosiți echipamentul doar în scopul pentru care a fost conceput, conform descrierii din acest manual de utilizare. Efectuați doar exercițiile pentru care a fost conceput aparatul, respectând instrucțiunile din manual. Orice altă utilizare va fi considerată improprie și, deci, periculoasă.

Nu utilizați accesorii care nu sunt recomandate de Technogym.

Țineți-vă mâinile și picioarele la distanță de piesele aflate în mișcare.

Nu aruncați și nu introduceți niciodată obiecte în orificiile aparatului.

PĂSTRAȚI ACESTE INSTRUCȚIUNI

SIGURANȚA PERSONALĂ

Utilizarea produsului este condiționată de efectuarea unei examinări medicale prealabile în legătură cu tipul de exercițiu dorit și în conformitate cu condițiile de utilizare stabilite de Technogym.

Persoanele care suferă de anumite afecțiuni fizice pot utiliza produsul doar sub stricta supraveghere a unui medic specialist.

Înainte de a începe un exercițiu, asigurați-vă că ați luat poziția corectă pe aparat și fiți atenți la orice componente care pot crea un blocaj.

Alegeți exerciții potrivite pentru caracteristicile dvs. fizice și starea de sănătate, începând cu greutatea mai ușoară.

Nu vă suprasolicitați și nu lucrați până la epuizare. Exercițiile executate incorect sau în mod excesiv pot provoca vătămări fizice grave sau chiar decesul. Dacă simțiți vreo durere sau aveți simptome anormale, încetați imediat exercițiul și consultați medicul.

Purtați haine și încălțăminte adecvate în timpul antrenamentului: evitați îmbrăcămintea care împiedică transpirația și hainele largi. Legați părul lung la spate. Țineți hainele sau prosoapele la distanță de piesele mobile.

În timpul utilizării, persoanele trebuie să păstreze o distanță sigură.

Nu utilizați aparatul în prezența copiilor mici sau a animalelor de companie.

Persoana care răspunde de sala de gimnastică trebuie să le explice utilizatorilor modul adecvat și inadecvat de utilizare a aparatului.

Înainte de utilizare, echipamentul trebuie asamblat complet. Verificați aparatul înainte de fiecare utilizare. Nu continuați să folosiți aparatul dacă acesta nu funcționează corespunzător.

Asamblați și utilizați aparatul pe o suprafață solidă și plană.

Mențineți echipamentul în stare bună de funcționare. Dacă există semne de uzură, contactați serviciul de asistență tehnică Technogym.

Nu încercați să reparați singuri produsul, cu excepția instrucțiunilor de întreținere din manualul de utilizare.

Instalarea, întreținerea și setările trebuie făcute numai de către personalul autorizat al Technogym sau de către persoane autorizate de Technogym.

Nu așezați echipamentul în poziție verticală.

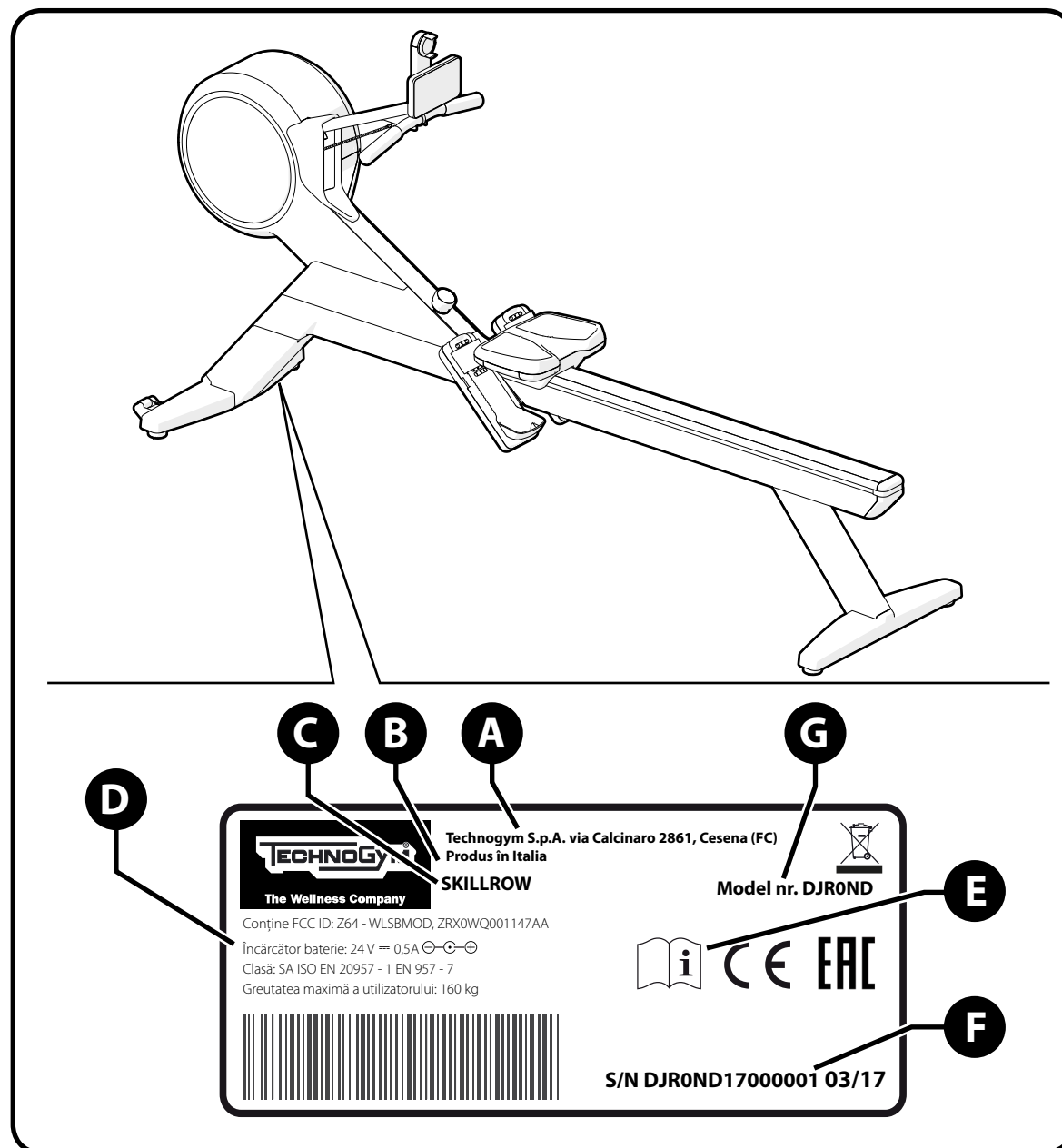
Nu așezați nimic pe carcasă sau pe afișaj.

Technogym nu este responsabil pentru orice daune cauzate de defecțiuni sau deteriorări cauzate de o întreținere neautorizată, utilizare neconformă, accident, neglijență, asamblare sau instalare incorectă, reziduuri rezultate din orice activități de construcție efectuate în același mediu cu produsul, rugină sau coroziune ca rezultat a poziționării produsului, transformări sau modificări efectuate fără o autorizare în scris din partea Technogym sau pentru eșuarea din partea dumneavoastră în a utiliza, acționa și întreține produsele conform instrucțiunilor din acest Manual de utilizare.

IDENTIFICAREA PRODUCĂTORULUI ȘI A ECHIPAMENTULUI

- A** - Denumirea și adresa producătorului
- B** - Locul fabricării
- C** - Descrierea produsului
- D** - Caracteristici electrice
- E** - Vă spune să consultați Manualul de utilizare
- F** - Seria și data fabricării
- G** - Modelul de produs

SKILLROW este un dispozitiv comercial, conceput pentru utilizarea în medii rezidențiale și profesionale. Este clasificat drept aparat clasa SA în conformitate cu standardul ISO EN 20957-1.



DESCRIEREA ECHIPAMENTULUI

Scaun culisant (A).

Mâner (B).

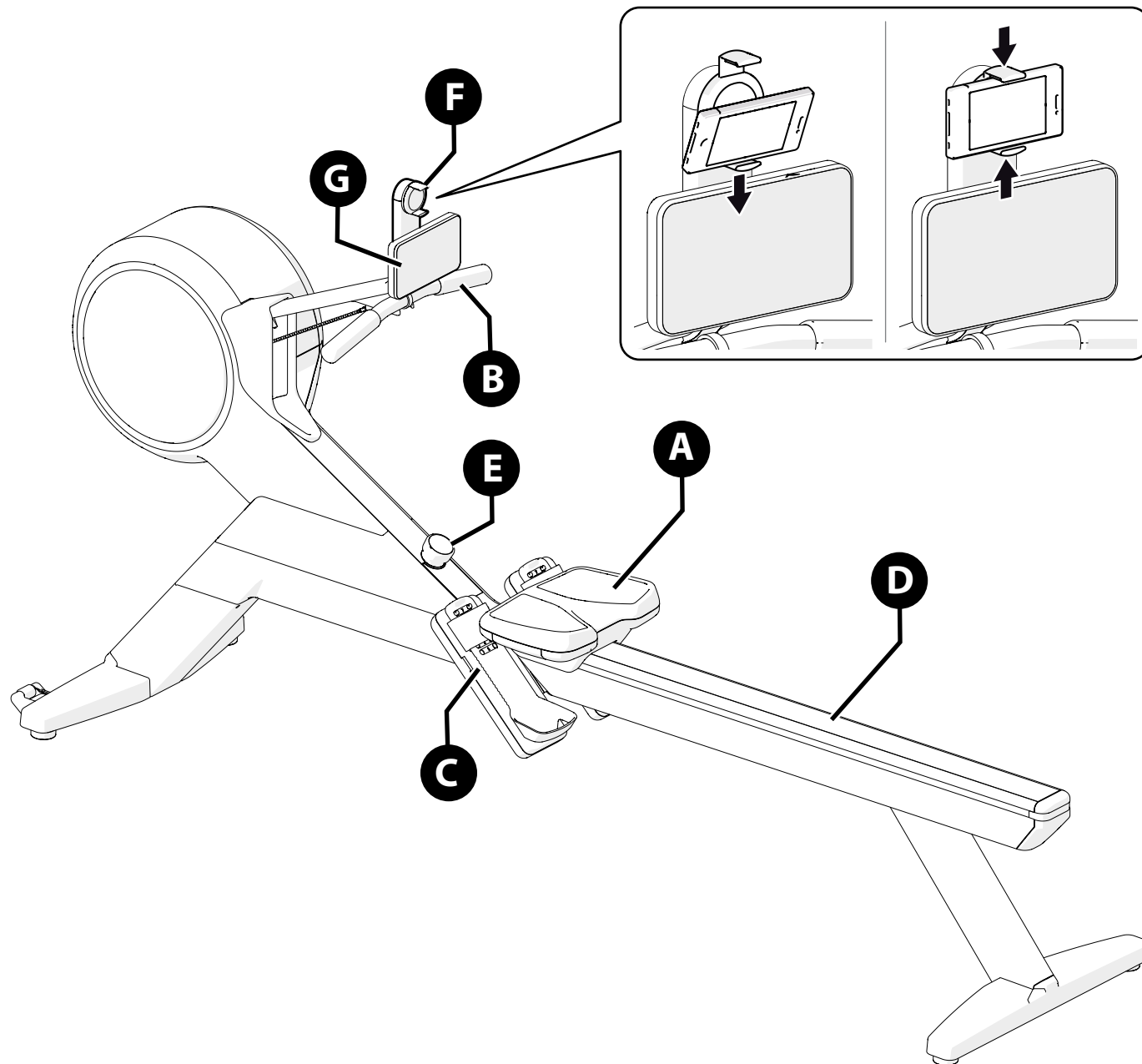
Platforme pentru împins (C).

Bază glisantă (D).

Sistem de reglare a modului (E).

Suport pentru telefon (F).

Afișaj (G).

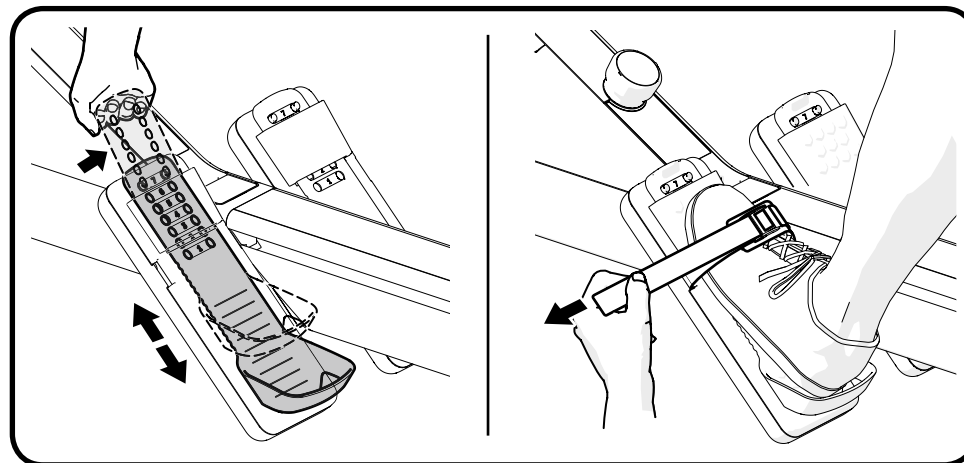


UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI

Reglaje inițiale

Așezați-vă pe scaunul culisant.

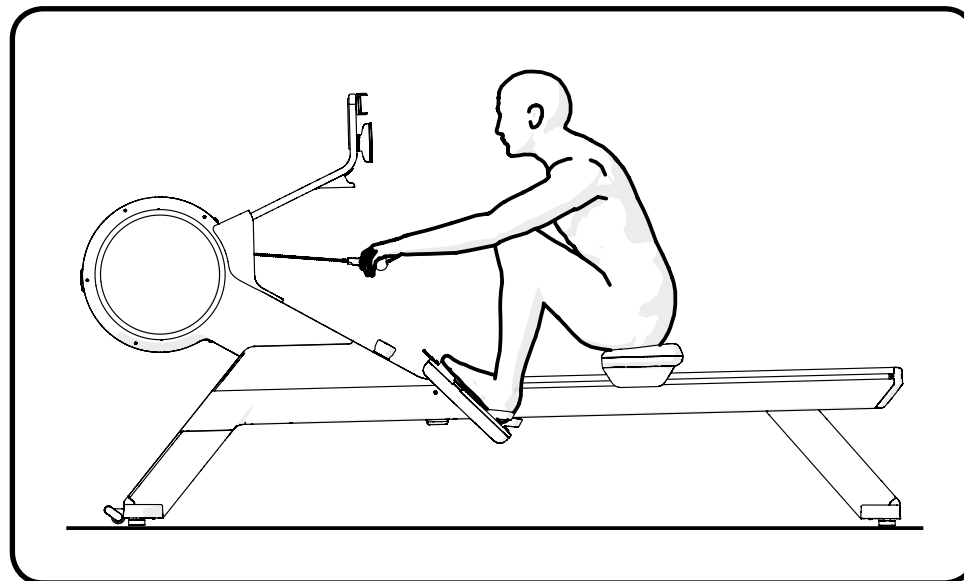
Puneți-vă tălpile pe platformele pentru împins, reglați suporturile pentru călcâi și fixați-vă picioarele cu ajutorul centurilor.



Poziția inițială

Îndoțiți-vă genunchii pentru a vă aduce mușchii fesieri mai aproape de călcâie. Gambele trebuie să vă fie pe cât posibil într-o poziție verticală.

Aplecați-vă toracele în față și prindeți mânerul cu ambele mâini. Brațele sunt întinse și spatele drept.



UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI

Ramatul

Împingeți platformele cu tălpile și întindeți-vă picioarele.

Când picioarele vă sunt complet întinse, folosiți mușchii cavității abdominale și bicepsii femurali pentru a vă deplasa toracele în spate cu o înclinație aproximativă de 30°.

Când picioarele vă sunt întinse, iar toracele înclinat, îndoiți-vă brațele și trageți mânerul spre piept, cu coatele în spate. Nu vă folosiți întregul corp deodată în timpul exercițiului; efectuați exercițiul progresiv, începând cu picioarele, trecând la trunchi și încheind apoi cu mișcarea brațului.

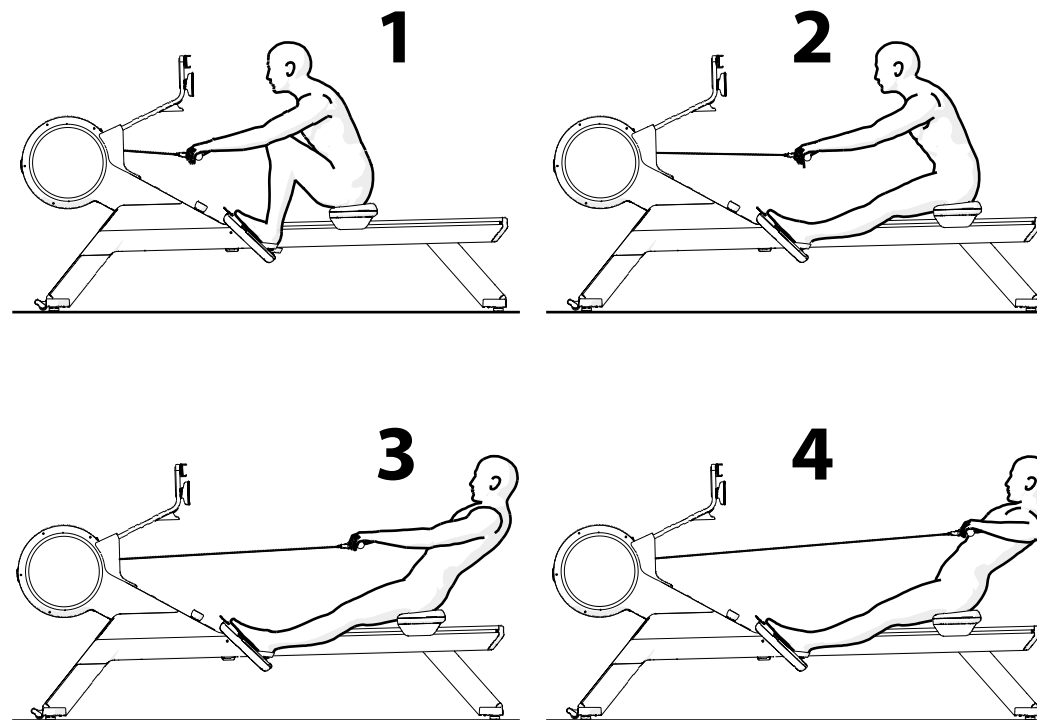
Timp de odihnă

Întindeți-vă brațele, mișcați-vă pieptul în față și îndoiți-vă genunchii pentru a reveni la poziția inițială.

Avertismente

Mențineți-vă coloana vertebrală dreaptă pe parcursul întregii mișcări.

Mențineți genunchii aliniați cu gleznele, nu mai îndepărtați sau mai apropiați.



UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI

Funcționarea sistemului de reglare a modului

Cu acest echipament pot fi efectuate două antrenamente:

- un antrenament de RAMAT
- un antrenament de FORȚĂ

În modul FORȚĂ, sistemul de reglare introduce o încărcare magnetică suplimentară. Aceasta face posibilă efectuarea exercițiilor de ramat cu supraîncărcare și a exercițiilor de forță.

În modul RAMAT: rotiți butonul pentru a regla cantitatea de aer introdus; aceasta are efect asupra senzației de ramat, nu asupra intensității.

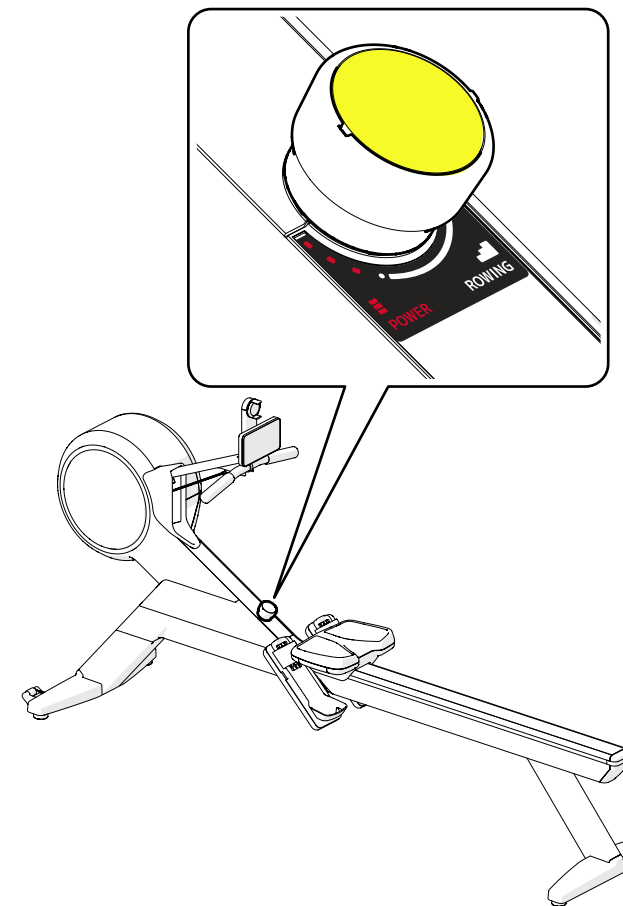
Intensitatea efortului depinde de exercițiu în sine: dacă trageți mai puternic, percepeți o rezistență mai mare.

Rotirea sistemului de reglare în zona RAMAT modifică senzația de ramat.

Efortul depus depinde de diferiți factori: temperatură, altitudine, praful acumulat în interiorul ventilatorului și în mască. Din acest motiv, chiar dacă este setat același nivel de ramat, puteți percepe senzații diferite de efort atunci când utilizați dispozitive SKILLROW diferite, în momente diferite ale zilei.

Pentru a compara rezultatele unor antrenamente diferite ale aceleiași persoane sau pentru a compara antrenamentele unor persoane diferite, aspectul care trebuie luat în considerare este **FACTORUL DE REZISTENȚĂ LA ÎNAINȚARE**, care reprezintă o măsură a agilității „ambarcațiunii”.

Pentru a vizualiza factorul de rezistență la înaintare, consultați capitolul dedicat pe afișaj.



UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI



Avertismente

Orice element din jurul echipamentului care vă poate distra atenția poate duce la pierderea echilibrului.

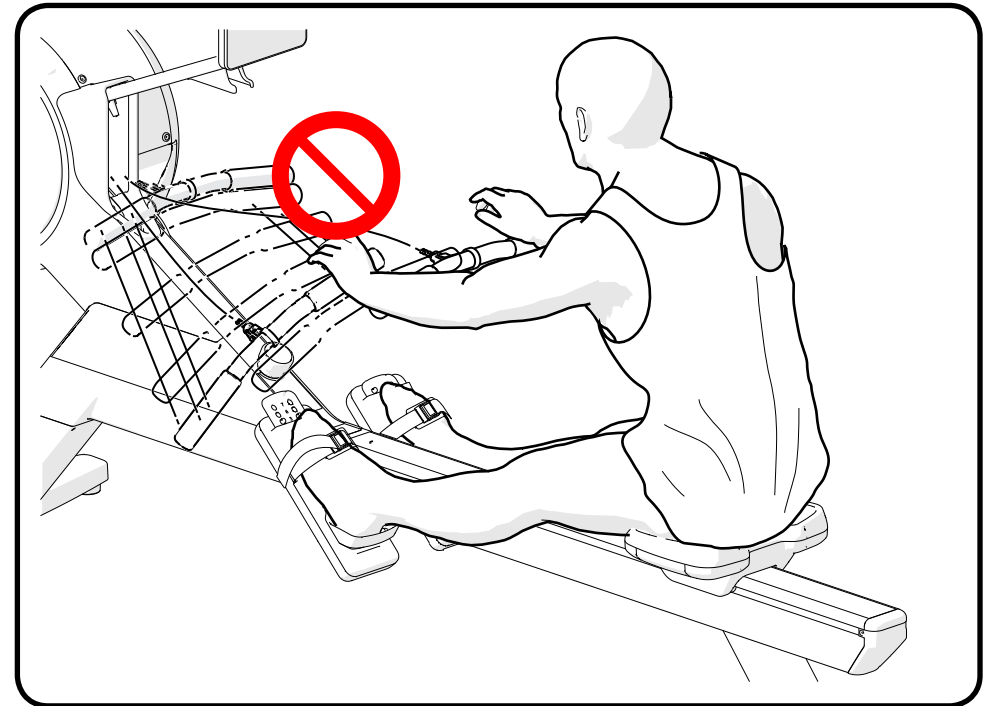
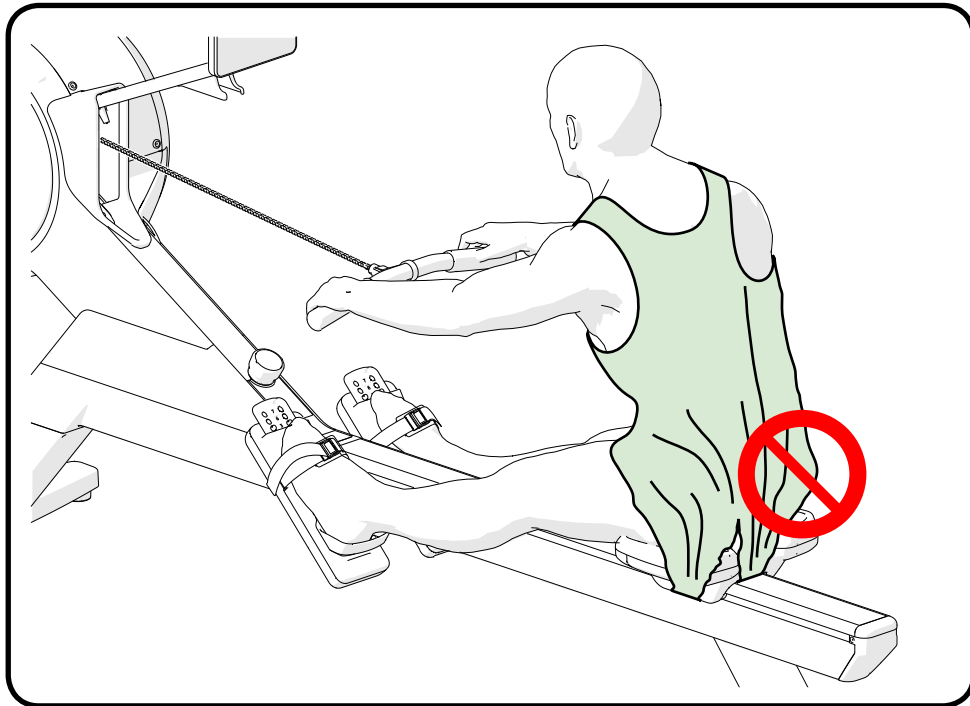
Este responsabilitatea utilizatorului de a se asigura că produsul utilizat nu interferează în timpul utilizării cu alte dispozitive mobile.

Este interzisă utilizarea echipamentului de către două persoane în același timp.

Dispozitivul SKILLROW este destinat exclusiv utilizării pentru care a fost proiectat și construit, respectiv ca echipament de ramat, pentru simularea acțiunii de ramare a unei ambarcațiuni. Orice altă utilizare va fi considerată improprie și, deci, periculoasă.

Acordați atenție mișcării scaunului culisant: risc de blocare și strivire.

Întotdeauna țineți mânerul până la oprirea finală și nu îi dați drumul în timpul exercițiului.



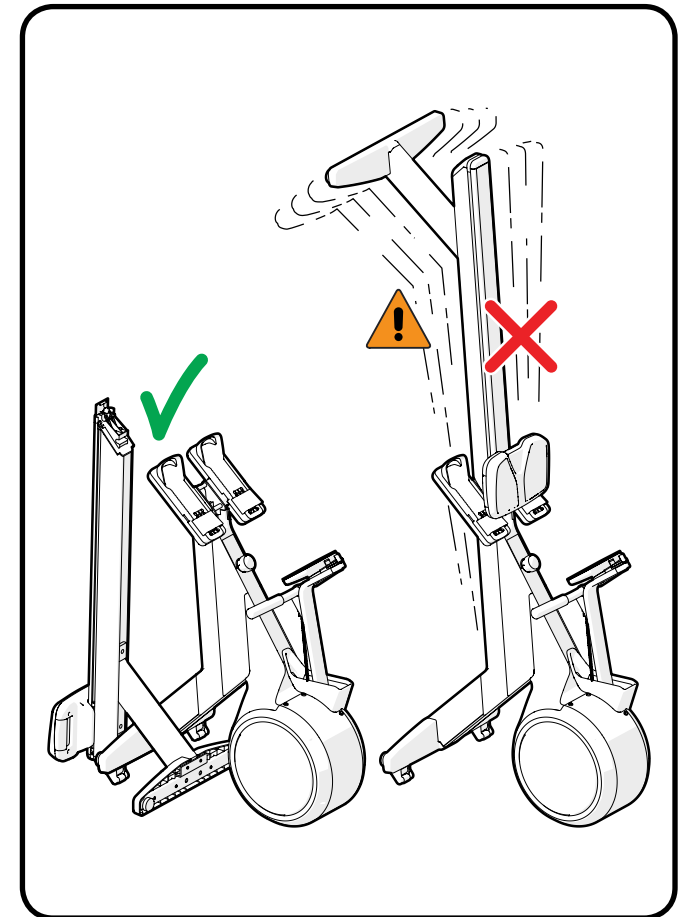
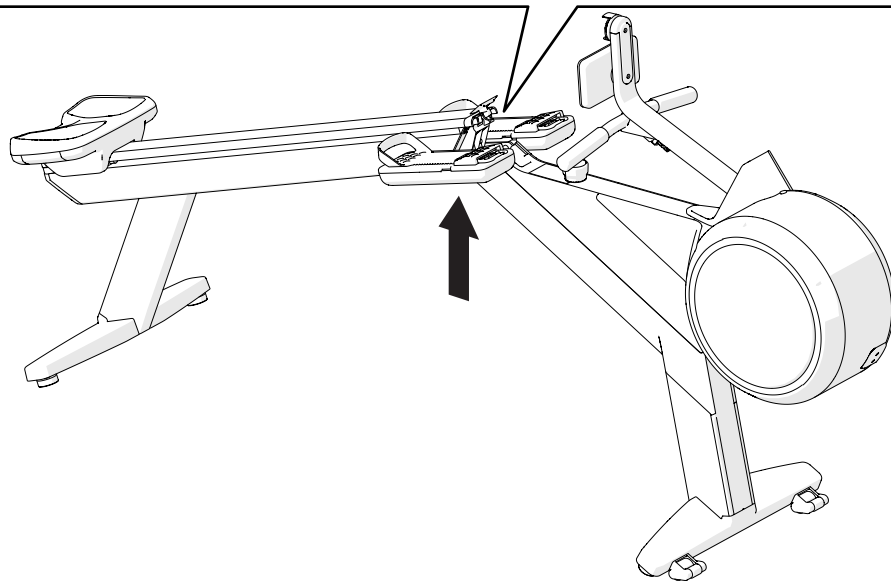
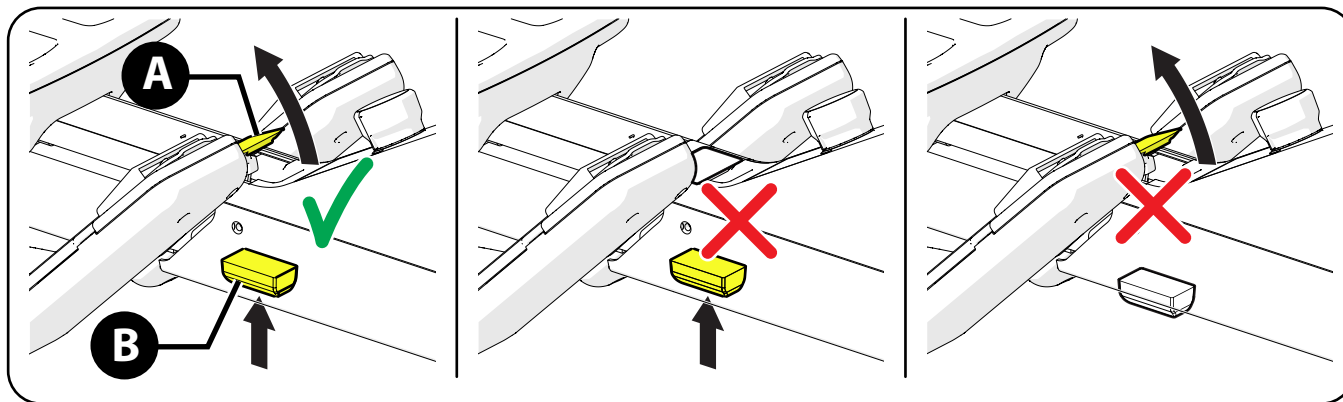
UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI

Împărțiți echipamentul în două părți pentru a-l depozita după utilizare.

Trageți mânerul (A) și apăsați elementul (B) în același timp. Astfel baza glisantă este eliberată.

După ce cele două părți sunt eliberate, acestea pot să cadă: țineți-le pe ambele și procedați cu atenție.

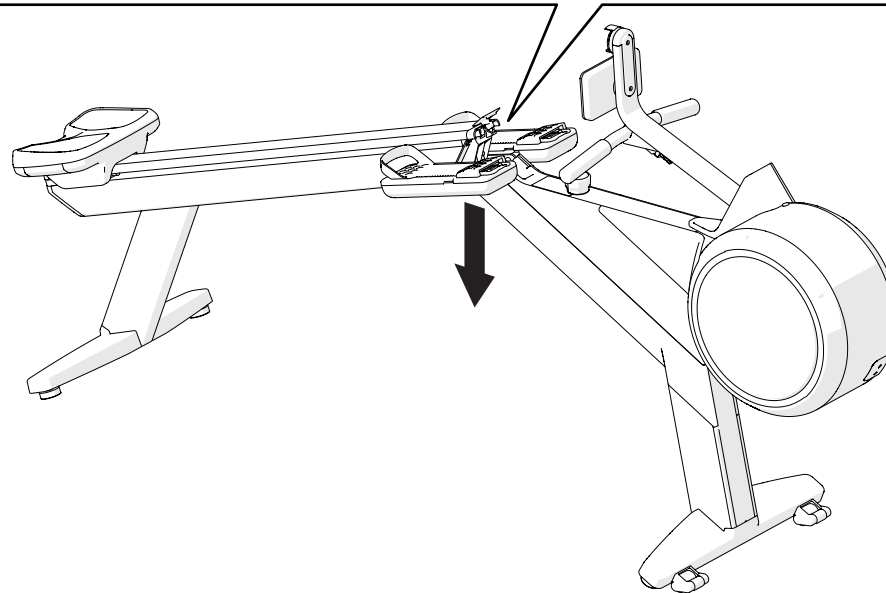
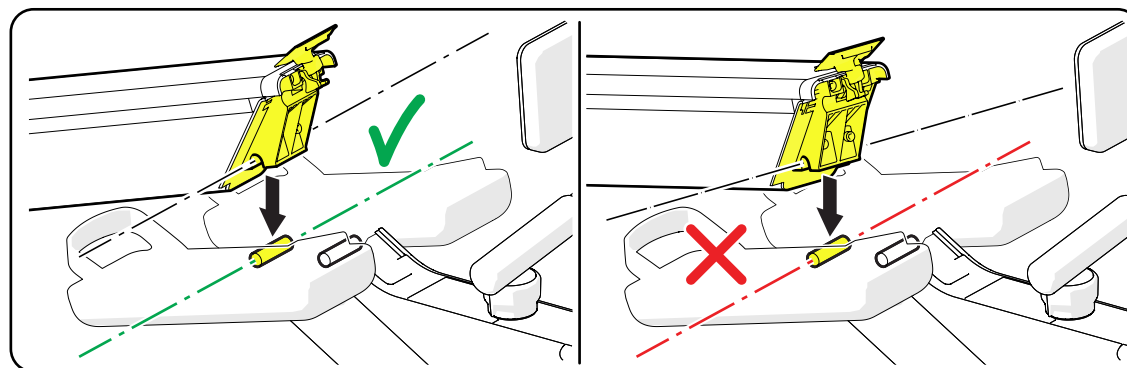
Nu așezați întregul echipament în poziție verticală: risc de instabilitate și cădere.



UTILIZAREA ECHIPAMENTULUI

Pentru a reasambla echipamentul, atașați cele două părți: elementele de cuplare se vor conecta automat.

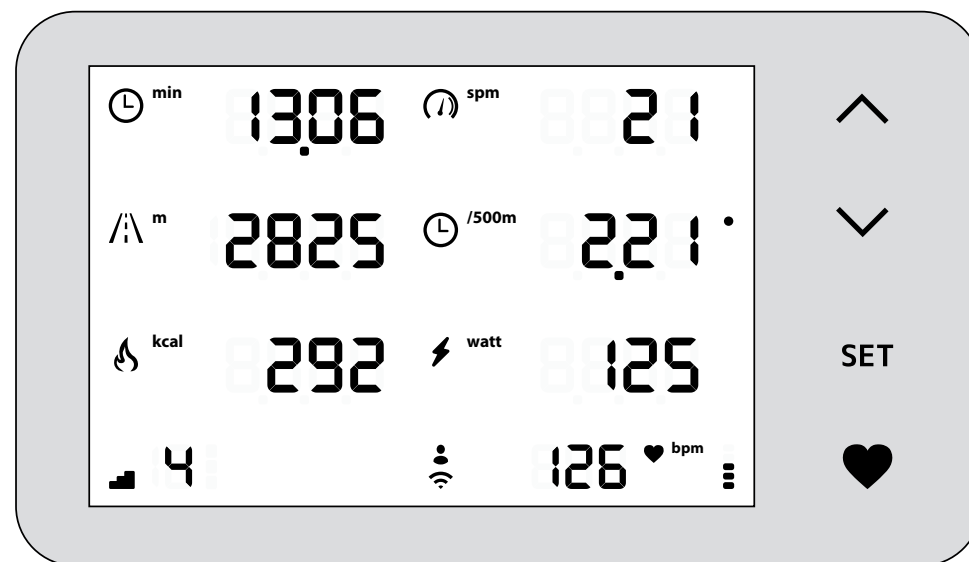
Pentru cuplare, asigurați-vă că cele două părți sunt aliniate perfect.



DESCRIEREA AFIŞAJULUI

Mergeți câteva secunde pentru a porni afişajul. Dacă mişcarea benzii rotative continuă mai mult de 10 secunde, va începe un exercițiu.

Pentru a opri afişajul, opriți-vă din mers: banda rotativă trebuie să rămână oprită mai mult de 10 secunde.



Acest simbol indică faptul că este activă conexiunea Wi-Fi. Dacă conexiunea este activă, se poate efectua conectarea.



Acest simbol indică faptul că conectarea nu a reușit.

Este posibilă conectarea în cazul în care este activă conexiunea Wi-Fi.

Conectarea poate fi efectuată cu ajutorul tastei TGS sau al aplicației mywellness, utilizând NFC, QR-Code, Bluetooth smart.

În cazul în care conectarea eșuează, la finalul programului, rezultatele sunt salvate în panoul personal.



Simbolul inimă indică faptul că centura de piept a fost conectată la monitorul de ritm cardiac.

Valoarea numerică de lângă inimă indică bătăile pe minut (bpm).



Acest simbol indică modul curent de antrenament, RAMAT sau FORȚĂ.

Valoarea numerică indică nivelele de efort de rezistență (RAMAT), de la 1 la 10.

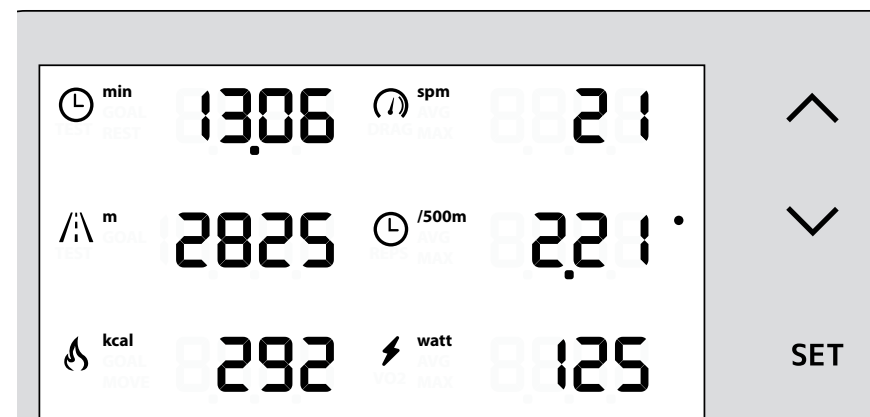
Marcajele din partea dreaptă a valorii numerice indică rezistența magnetică (FORȚA), de la 1 la 3.

DESCRIEREA AFIŞAJULUI


Data afișată în timpul programului


Pe parcursul exercițiului, următoarele valori instantanee sunt afișate în prima coloana a afișajului.


- Timpul scurs de la începerea exercițiului, exprimat în minute și secunde.
- Distanța acoperită, exprimată în metri.
- Numărul de calorii arse.

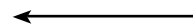
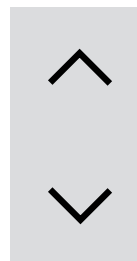



În coloana a doua, valorile sunt împărțite pe 3 pagini; derulați paginile, utilizați tastele de derulare din partea dreaptă.


 **spm** Viteza, exprimată în „mişcări pe minut” (spm).
Valoare instantanee.


 **/500m** Durata preconizată pentru acoperirea unei distanțe de 500 metri, exprimată în minute și secunde. Valoare instantanee.

 **watt** Puterea, exprimată în wați.
Valoare instantanee.



 **spm**
AVG Viteza, exprimată în „mişcări pe minut” (spm).
Valoarea medie de la începerea exercițiului.

 **/500m**
AVG Durata preconizată pentru acoperirea unei distanțe de 500 metri, exprimată în minute și secunde. Valoarea medie de la începerea exercițiului.

 **watt**
AVG Puterea, exprimată în wați.
Valoarea medie de la începerea exercițiului.

DESCRIEREA AFIŞAJULUI

În pagina a treia, valorile se modifică în funcție de modul de antrenament.

- Pentru antrenamentele de RAMAT, este afișat factorul de rezistență la înaintare, care măsoară efortul depus efectiv.
- Pentru antrenamentele de FORȚĂ, sunt indicate numărul de repetiții și forța instantanee.

Datele afișate la finalul exercițiului

La finalul exercițiului, următoarele valori totale sunt afișate în prima coloana a afișajului.

- Timpul scurs de la începerea exercițiului, exprimat în minute și secunde.
- Distanța acoperită, exprimată în metri.
- Numărul de calorii arse.

Următoarele valori sunt afișate în a doua coloana a afișajului.

- Viteza, exprimată în „mişcări pe minut” (spm).
- Durata preconizată pentru acoperirea unei distanțe de 500 metri, exprimată în minute și secunde.
- Puterea, exprimată în wați.

Rezultatele celei de a doua coloane sunt împărțite în 3 pagini. Fiecare pagină rămâne afișată timp de 5 secunde; apoi afișajul se stinge.

- Pagina 1: valorile măsurate la începerea exercițiului.
- Pagina 2: valorile medii pentru întregul exercițiu.
- Pagina 3: valorile maxime atinse în timpul exercițiului.

În cazul exercițiilor efectuate în modul FORȚĂ, sunt indicate și numărul total de repetiții și consumul de MIȘCĂRI.

DESCRIEREA AFIŞAJULUI

Cum se începe un exercițiu (tipuri de exerciții)

Dacă ramați timp de cel puțin 3 secunde, fără să apăsați nicio tastă, va începe un exercițiu fără limite de durată. Dacă vă opriți din ramat timp de cel puțin 3 secunde, exercițiul va fi întrerupt; după o pauză de 1 minut, exercițiul se încheie.

Apăsați tasta SET pentru a seta alte tipuri de exerciții.

După apăsarea SET, folosiți cele două taste de derulare spre dreapta pentru a derula diferite tipuri de exerciții.

Exercițiile și testele următoare sunt indicate în ordinea următoare.

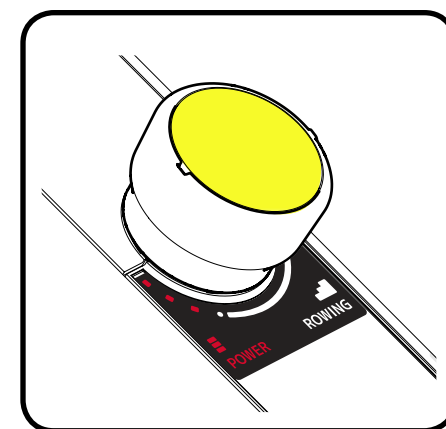
- Exercițiu cu durată prestabilită, în minute.
- Exercițiu cu distanță prestabilită, în metri.
- Exercițiu cu număr prestabilit de calorii consumate.
- Exercițiu de interval pe baza distanței: sunt setate distanța pentru faza de efort și durata fazei de odihnă.
- Exercițiu de interval pe baza duratei: sunt setate durata fazei de efort și a fazei de odihnă.
- Test cu durata de 30 secunde.
- Test care prevede parcurgerea unei distanțe de 2000 metri.

Pentru a selecta un exercițiu sau un test, apăsați tasta SET când exercițiul este indicat pe afișaj.

După selectarea exercițiului, utilizați cele două taste de derulare pentru a seta valorile (durata, distanța, numărul de calorii). Apăsați tasta SET pentru a confirma valoarea și începeți exercițiul.

Pentru teste nu este necesar să fie introduse valori.

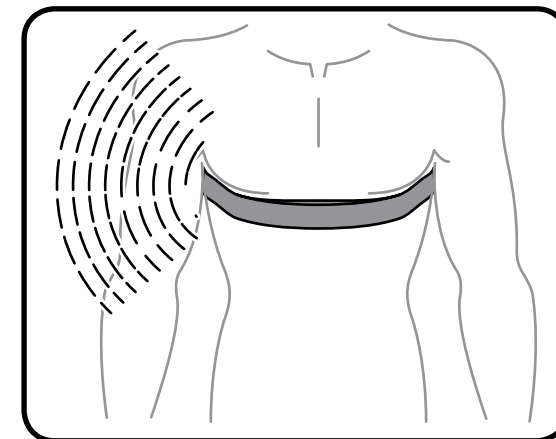
Testele sunt efectuate în modul RAMAT; dacă modul FORȚĂ este activ, testul nu va începe.



FOLOSIREA CENTURII PENTRU PIEPT

Afișajul include un receptor care primește semnale de ritm cardiac de la centura telemetrică pentru piept. Sunt acceptate tehnologiile de transmisie Bluetooth Smart și ANT+.

Pentru ca ritmul cardiac să fie indicat pe afișaj, centura pentru piept trebuie conectată la echipament. Conectarea trebuie repetată cu fiecare exercițiu.



Pentru a conecta centura pentru piept, apăsați simbolul în formă de inimă din partea dreaptă.

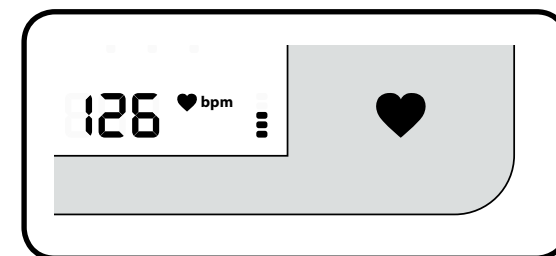
Pentru a facilita conexiunea, stați cât mai aproape posibil de receptor timp de 10 secunde.

Simbolul inimă de pe afișaj va lumina intermitent în timpul procedurii de conectare; după ce conectarea este finalizată cu succes, pictograma rămâne aprinsă, iar ritmul cardiac instantaneu este afișat.

Ritmul cardiac este exprimat în bătăi pe minut.

Când conectarea este finalizată, iar pragul ritmului cardiac este înregistrat în profil, cele 3 marcaje de referință se aprind.

- 1 marcaj indică faptul că valoarea ritmului cardiac detectat este între 0% și 33% din valoarea pragului.
- 2 marcaje indică faptul că valoarea ritmului cardiac detectat este între 34% și 66% din valoarea pragului.
- 3 marcaje indică faptul că valoarea ritmului cardiac detectat este peste 67% din valoarea pragului.



FOLOSIREA CENTURII PENTRU PIEPT

Tabelul prezintă nivelurile optime de ritm cardiac în funcție de vârstă și de obiectivul urmărit.

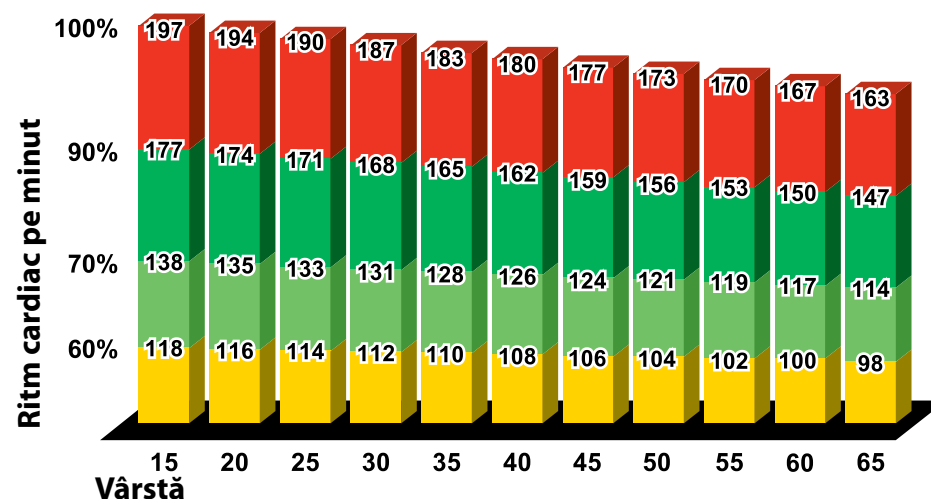
Ritm cardiac maxim teoretic (100%) este calculat folosind formula: $RC_{max} = 207 - 0,7 \times \text{vârsta}$ (R. L. Gelish et al, Med Sci Sports Exerc., 2007 May, 39 (5): 281).





Pentru a citi graficul, găsiți-vă vârsta pe axa orizontală și urmăriți verticala până ajungeți la valorile 60%, 70% și 90%.


Exercițiile aerobice realizate la o valoare a ritmului cardiac între 60% și 70% ard, în principal grăsimi, ca sursă de energie.

Când efectuați exerciții aerobice la o valoare a ritmului cardiac între 70% și 90%, se pune accent pe componenta cardiovasculară.

De exemplu, dacă o persoană de 30 de ani dorește să ardă grăsimea, trebuie să își mențină ritmul cardiac între 112 (60%) și 131 (70%) în timpul exercițiului; dacă urmărește creșterea capacității cardio-respiratorii, ritmul cardiac trebuie menținut între 131 (70%) și 168 (90%) (90%).



-  Consum predominant de zaharuri.
Antrenament pentru sportivii de performanță (cu condiția unei evaluări medicale).
-  Combinație de zaharuri și grăsimi arse.
O îmbunătățire semnificativă a eficacității aerobice.
-  Consum predominant de grăsimi și un consum ridicat de zaharuri.
O îmbunătățire moderată a eficacității aerobice.
-  Consum predominant de grăsimi și un consum minim de zaharuri.
O îmbunătățire limitată a eficacității aerobice.

-  **Avertismente**
- În cursul unui exercițiu, valoarea ritmului cardiac nu trebuie să crească cu mai mult de 90% din valoarea obișnuită (excepție fac atleții implicați în competiții).**
- Unica funcție a monitorului de ritm cardiac este să afișeze ritmul cardiac pe durata antrenamentului și nu poate fi utilizat pentru diagnosticări medicale de orice tip. Ritmul cardiac afișat este doar cu titlu informativ și nu poate fi considerat absolut sigur.**
- Sunteți sfătuit să nu folosiți banda pentru piept dacă aveți un dispozitiv cardiac tip pacemaker.**

Pentru a evita interferența, echipamentele trebuie ținute la cel puțin 170 cm unele de altele.

Este posibil ca măsurarea valorii ritmului cardiac să nu fie precisă lângă surse de radiații electromagnetice (televizoare, telefoane mobile etc).

Dacă aveți vreo îndoială referitoare la aceste valori, contactați Serviciul de Asistență Tehnică.

În cazul în care întâmpinați dificultăți la conectarea centurii pentru piept:

- Verificați dacă este consumată bateria.
- Verificați dacă centura pentru piept nu este deja conectată la alte dispozitive.

LOCUL UTILIZĂRII

Pentru a vă asigura că antrenamentul cu echipamentul este ușor, sigur și eficient, locul în care acesta este utilizat trebuie să respecte anumite cerințe; în special înainte de a alege locul de amplasare a aparatului, se recomandă să verificați dacă sunt îndeplinite următoarele condiții:

- temperatura este între +10°C și +25°C;
- în timpul exercițiului trebuie să existe o aerisire suficientă pentru a menține umiditatea între 20% și 90%;
- iluminarea este suficient de bună pentru a face zona un loc sigur și relaxant pentru efectuarea activității fizice;
- un interval amplu de spațiu liber măsurând cel puțin 60 cm în jurul fiecărei unități de echipament;
- podeaua trebuie să fie netedă, stabilă, să nu vibreze și să fie destul de puternică pentru a susține greutatea aparatului.

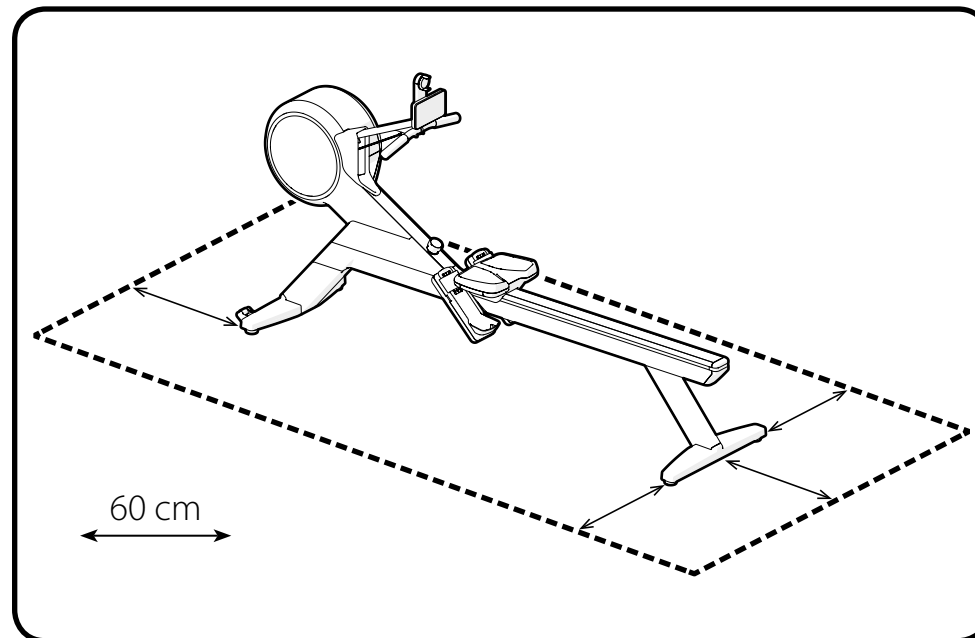
Locul de instalare trebuie să fie conform cu toate reglementările obligatorii.

Nu expuneți echipamentul direct la razele soarelui.

Nu folosiți aparatul în aer liber. Nu lăsați echipamentul în aer liber, expus la factorii de mediu (ploaie, soare, vânt etc.). Nu expuneți echipamentul la jeturi de apă.

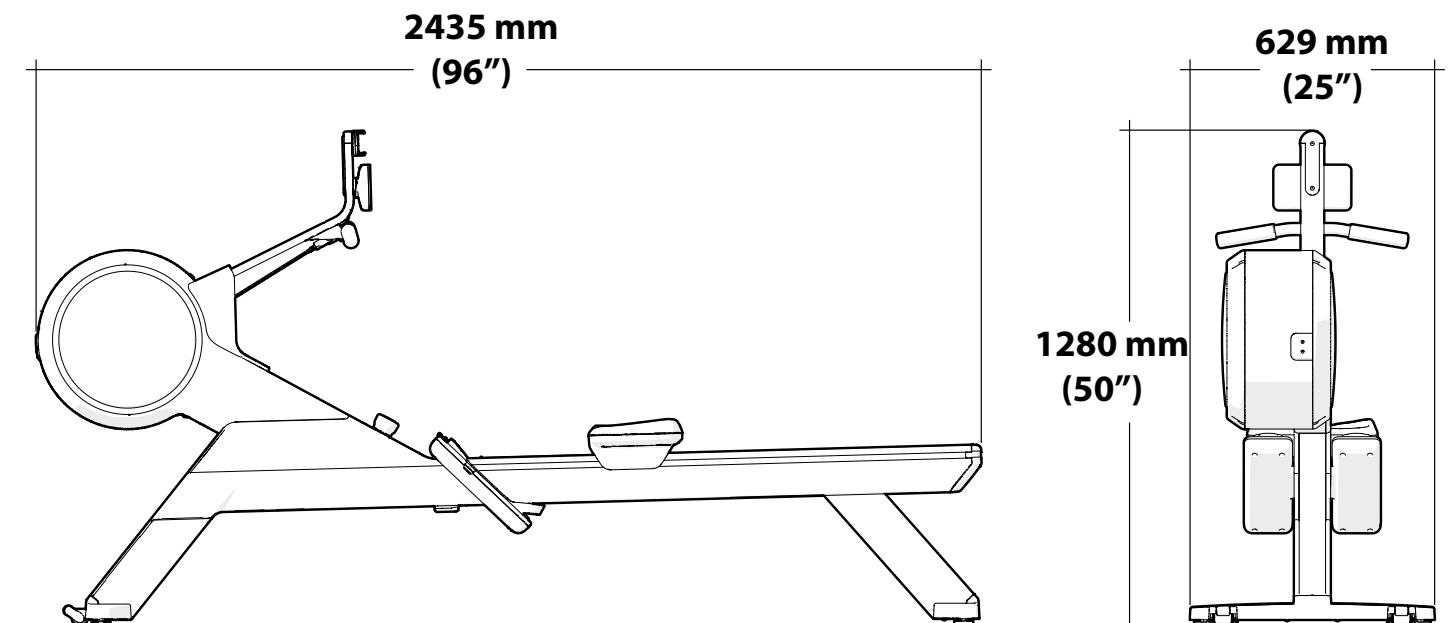
Nu folosiți aparatul în zone în care se utilizează produse pe bază de aerosol (spray) sau unde se administrează oxigen.

Nu poziționați aparatul în zone umede, cum ar fi aproape de piscine, căzi cu hidromasaj, saune.

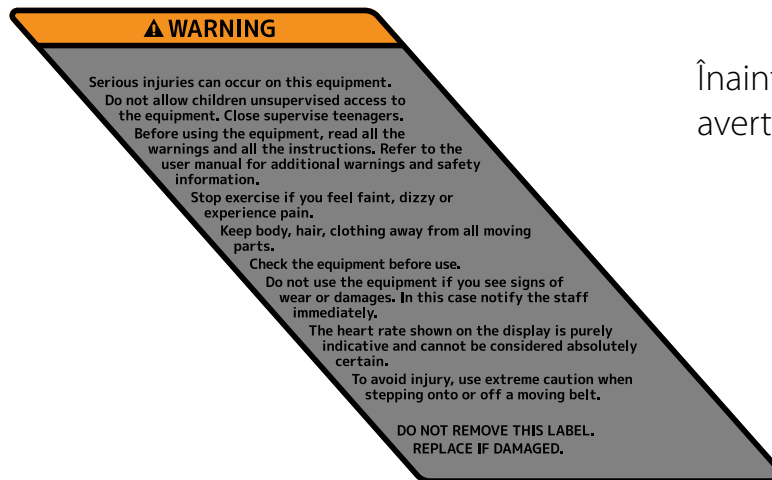
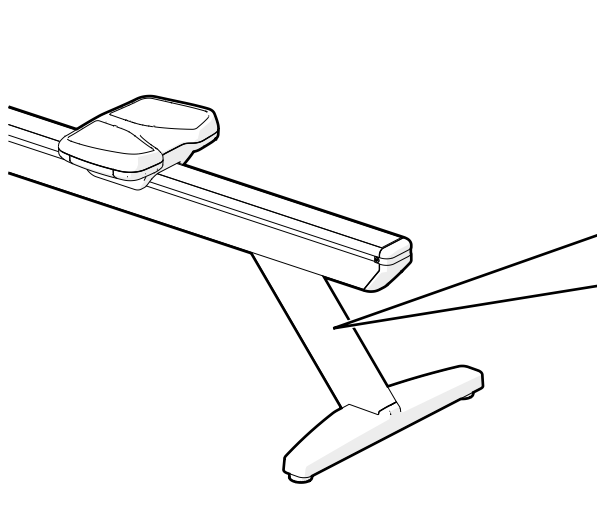


DATE TEHNICE

Tipul de baterie	plumb sigilat
Capacitate baterie	12V 2 Ah
Curent maxim de reîncărcare	200 mA
Durata pentru reîncărcare completă	10 ore
Greutatea aparatului	61 kg
Greutate maximă utilizator	160 kg
Zgomot	Mai puțin de 70 dB (A)
Grad de protecție	IP 20
Temperatură de operare	de la +5°C la +40°C (de la +41°F la +104°F)



ETICHETE DE SIGURANȚĂ



Înainte de a utiliza echipamentul, citiți toate avertismentele de pe etichetă.



O etichetă care indică riscul de răsturnare este aplicată pe echipament.
Echipamentul nu este stabil în poziție verticală. Pentru a-l depozita în mod sigur și corect, trebuie divizat în două părți.

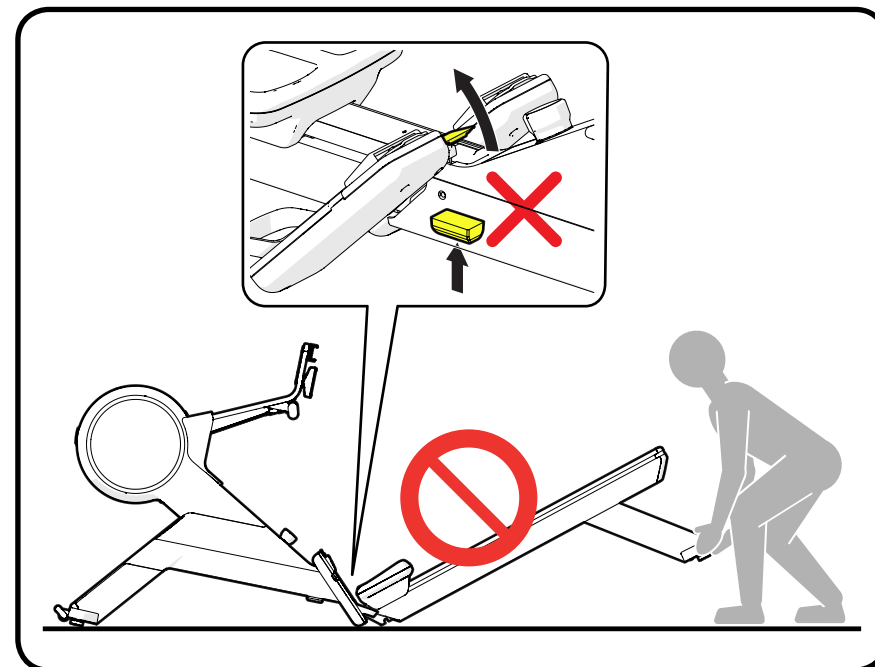
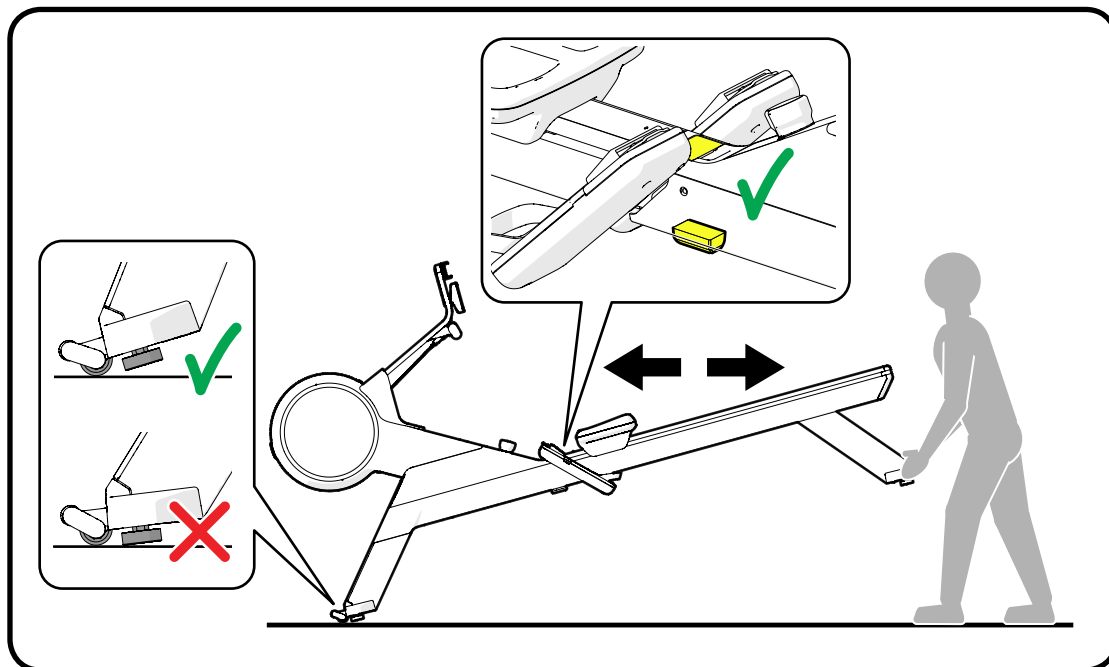
MUTAREA ECHIPAMENTULUI

Echipamentul are două roți frontale. Pentru a-l deplasa, echipamentul trebuie ridicat puțin, așa cum se arată în ilustrație, după care se va împinge înainte și înapoi. Dacă suprafața podelei nu permite folosirea roților, ridicați și cărați aparatul.

Avertismente

Deplasați echipamentul cu atenție maximă pentru a evita răsturnarea acestuia.

Înainte de mutarea echipamentului, verificați ca maneta de eliberare să nu fie ridicată și ca cele două părți ale echipamentului să fie bine conectate.



ÎNȚREȚINEREA PERIODICĂ

Atunci când aparatul este folosit de mai multe persoane, într-un centru sportiv, este necesară curățarea aparatului în conformitate cu normele de igienă.

Curățați zilnic baza glisantă cu o lavetă moale.

Folosiți o lavetă umedă dar nu udă pentru a curăța afișajul.

Curățați complet echipamentul o dată pe săptămână:

- curățați părțile exterioare cu un burete umed;
- mutați echipamentul lateral pentru a putea aspira sub el.

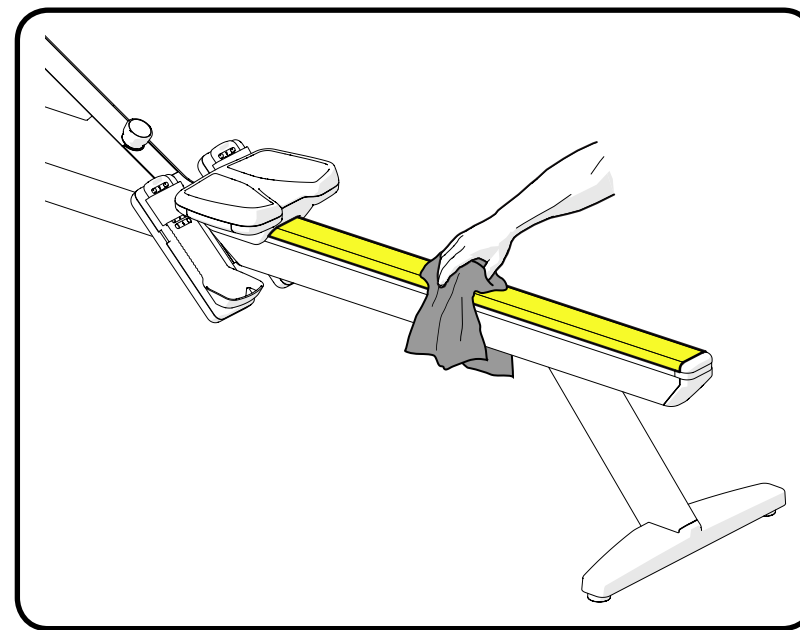
Nu folosiți produse chimice sau solvenți.



Avertismente

**Nu ștergeți excesiv imaginile și instrucțiunile de pe etichete.
Se garantează siguranța echipamentului doar dacă acesta este inspectat cu atenție o dată la două săptămâni pentru a identifica orice semne de deteriorare și/sau uzură**

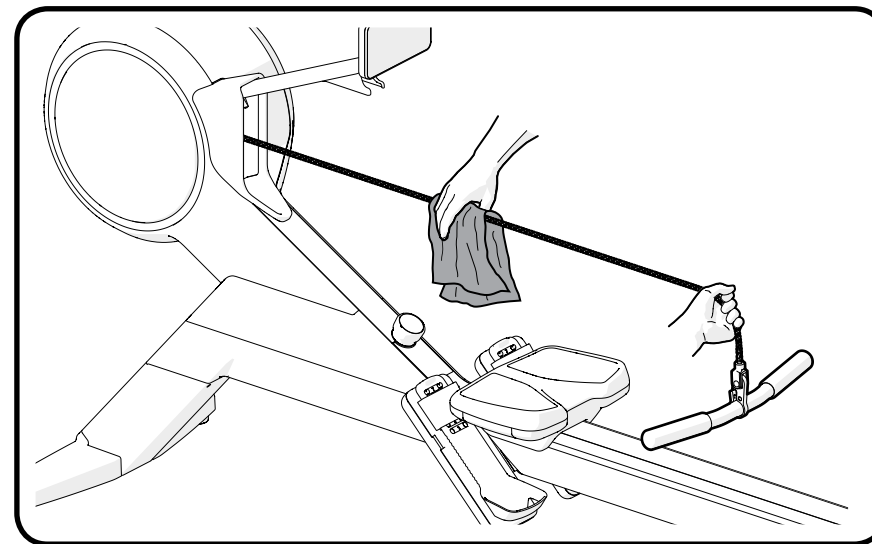
Pentru acțiuni de întreținere care nu se regăsesc în manual, sunați la Serviciul de Asistență Tehnică Technogym.



ÎNȚREȚINEREA PERIODICĂ

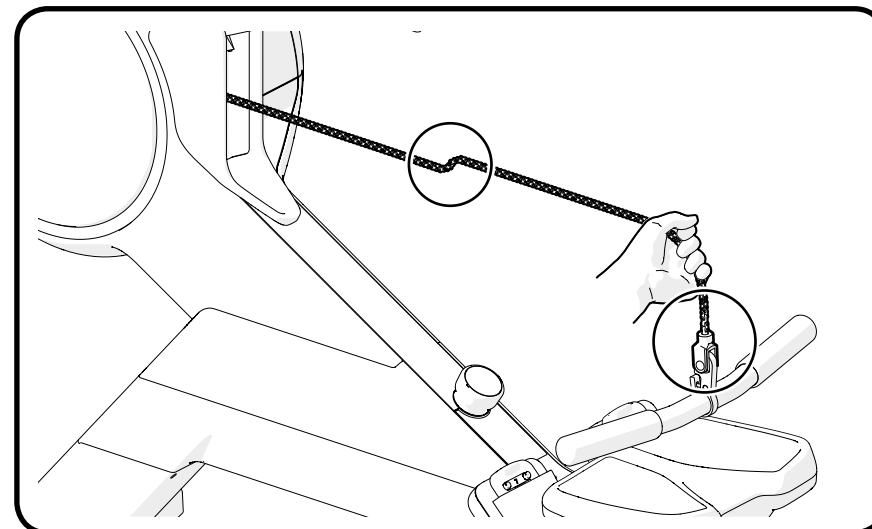
Ungeți lanțul săptămânal:

- utilizați o lavetă moale și un lubrifianț de tip 20w (se recomandă Klüber Summit Hysyn FG 32);
- aplicați uleiul pe întregul lanț;
- curățați uleiul în exces;
- dacă este necesar, repetați aplicarea;
- nu folosiți produse chimice sau solvenți.



Efectuați următoarele verificări o dată pe lună.

- Asigurați-vă că nu există verigi rigide în lanț. Dacă verigile nu sunt destul de flexibile după lubrifiere, înlocuiți lanțul.
- Verificați conexiunea dintre lanț și mâner și înlocuiți componentele uzate.
- Dacă mânerul nu se rotește complet până la finalul mișcării, ajustați lungimea benzii elastice.



REÎNCĂRCAREA BATERIILOR

Echipamentul este alimentat cu baterii. Pentru a menține echipamentul pornit, mânerul trebuie pus în mișcare. Dacă afișajul se închide imediat ce mișcarea este întreruptă și nu se mai pornește, bateria trebuie reîncărată.

Pentru reîncărcarea bateriei, folosiți următorul tip de alimentare electrică:
24Vcc 0,5A jack 5,5x2,1 ⊖ ⊕

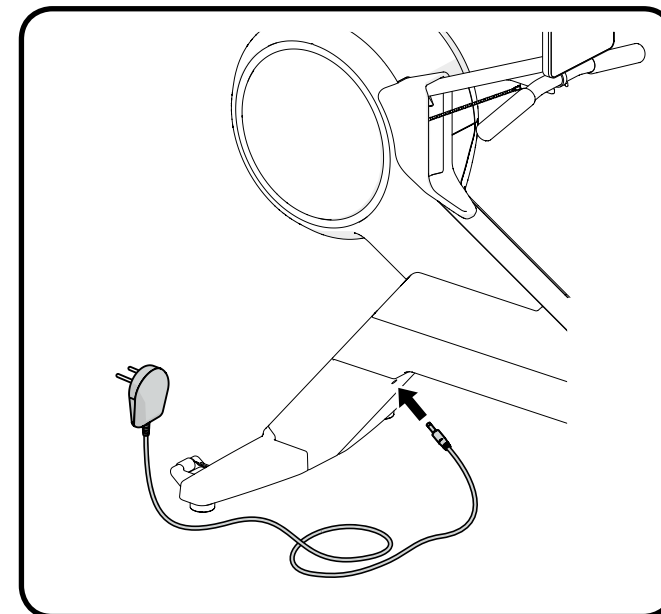


Avertisment

Utilizați exclusiv dispozitive conforme cu reglementările actuale.

După 3 ramări puternice, afișajul trebuie să rămână pornit timp de 1 minut. Dacă se închide după câteva secunde, reîncărcați bateria.

Dacă afișajul se închide după câteva secunde chiar și după ce bateria a fost încărcată, contactați Serviciul de Asistență Tehnică.



PROBLEME DE FUNCȚIONARE

Mai jos este lista problemelor ce pot apărea în timpul utilizării normale a aparatului. Dacă remediile prezentate nu pot rezolva problema, luați legătura cu Serviciul de Asistență Tehnică.

Problemă	Cauză	Remediu
Probleme de monitorizare a ritmului cardiac cu centura pentru piept	Centura pentru piept pentru monitorizarea ritmului cardiac este uzată.	Schimbați banda.
	Centura pentru piept nu face contact bun cu pielea.	Umeziți cu apă interiorul benzii.
	Transmițător stricat.	Schimbați banda.
În timpul ramatului, afișajul se închide imediat sau nu se pornește.	Bateria este consumată.	Reîncărcați bateria.
Dacă mânerul nu se rotește complet până la finalul mișcării	Banda elastică este slăbită.	Ajustați lungimea benzii elastice conform descrierii de mai sus.
Frânarea nu este eficientă	Prezența prafului în ventilator.	Curățați ventilatorul conform descrierii de mai sus.

Serviciul de Asistență Tehnică Technogym oferă:

- Consultanță telefonică
- Descrierea serviciului de asistență acoperit de garanție, precum și a celui care necesită achitare
- Servicii de asistență la fața locului
- Livrarea pieselor de schimb originale

**Serviciul de Asistență Tehnică
Technogym s.p.a**

Via Calcinaro 2861, 47521 Cesena, Italia

tel: +39 0547 56047

www.technogym.com/Support

Când contactați Serviciul de Asistență Tehnică al Technogym trebuie să furnizați următoarele informații:

- Modelul de produs
- Data achiziționării
- Numărul de serie
- Descrierea exactă a problemei



Avertisment

Orice intervenții asupra echipamentului executate de persoane neautorizate de Technogym vor determina anularea certificatului de garanție.

Technogym oferă companiilor specializate diagramele circuitelor echipamentului.

DEPOZITAREA ECHIPAMENTULUI

Dacă nu veți folosi aparatul pentru o perioadă lungă, depozitați-l respectând următoarele:

- Într-un loc curat și uscat, acoperit cu o pânză contra prafului.
- La o temperatură a camerei între -10°C și +70°C și o umiditate relativă între 20% și 90%.

Pentru o depozitare mai bună, folosiți **ambalajele originale**.

ELIMINAREA ECHIPAMENTULUI

Se recomandă să se verifice întotdeauna ca echipamentul să nu prezinte niciun fel de pericol și, de aceea, nu trebuie lăsat în locurile unde copiii ar putea să se joace pe el. Din acest motiv, atunci când echipamentul nu este utilizat pentru perioade lungi el trebuie oprit, iar cablul de alimentare trebuie deconectat.

Produsul nu trebuie debarasat în mediul înconjurător, zone publice sau zone private folosite în scopuri publice.

Echipamentul este realizat din materiale reciclabile cum ar fi oțelul, aluminiul și plasticul care trebuie debarasate în maniera prevăzută de reglementările de colectare a deșeurilor urbane în vigoare de către firme specializate în igienă urbană și a mediului.

Apa provenită din orice fel de echipamente electrice și electronice nu trebuie eliminată ca deșeu urban. Pentru acest tip de deșeuri este furnizat un sistem de eliminare specific, care implică procesarea adecvată, recuperarea și reciclarea în conformitate cu reglementările în vigoare.

Descărcarea ilegală sau utilizarea neadecvată a echipamentelor electrice sau electronice poate cauza daune grave mediului și poate avea repercusiuni asupra sănătății oamenilor.

În conformitate cu măsurile implementate de statele membre ale Uniunii Europene, cetățenii rezidenții în Comunitatea Europeană pot preda echipamentele electrice și electronice uzate la centre autorizate de colectare.

Dacă echipamentul este utilizat în scopuri comerciale, contactați distribuitorul dumneavoastră sau serviciul de asistență pentru clienți al Technogym din diferite țări pentru a organiza colectarea și eliminarea deșeurilor din echipamente electrice și electronice.

Pentru eliminarea echipamentelor electrice și electronice în țările care nu fac parte de Uniunea Europeană, contactați autoritățile locale.

Durata medie de utilizare a echipamentului: 10 ani.

SKILLROW_en-AA
OSM01014



The Wellness Company