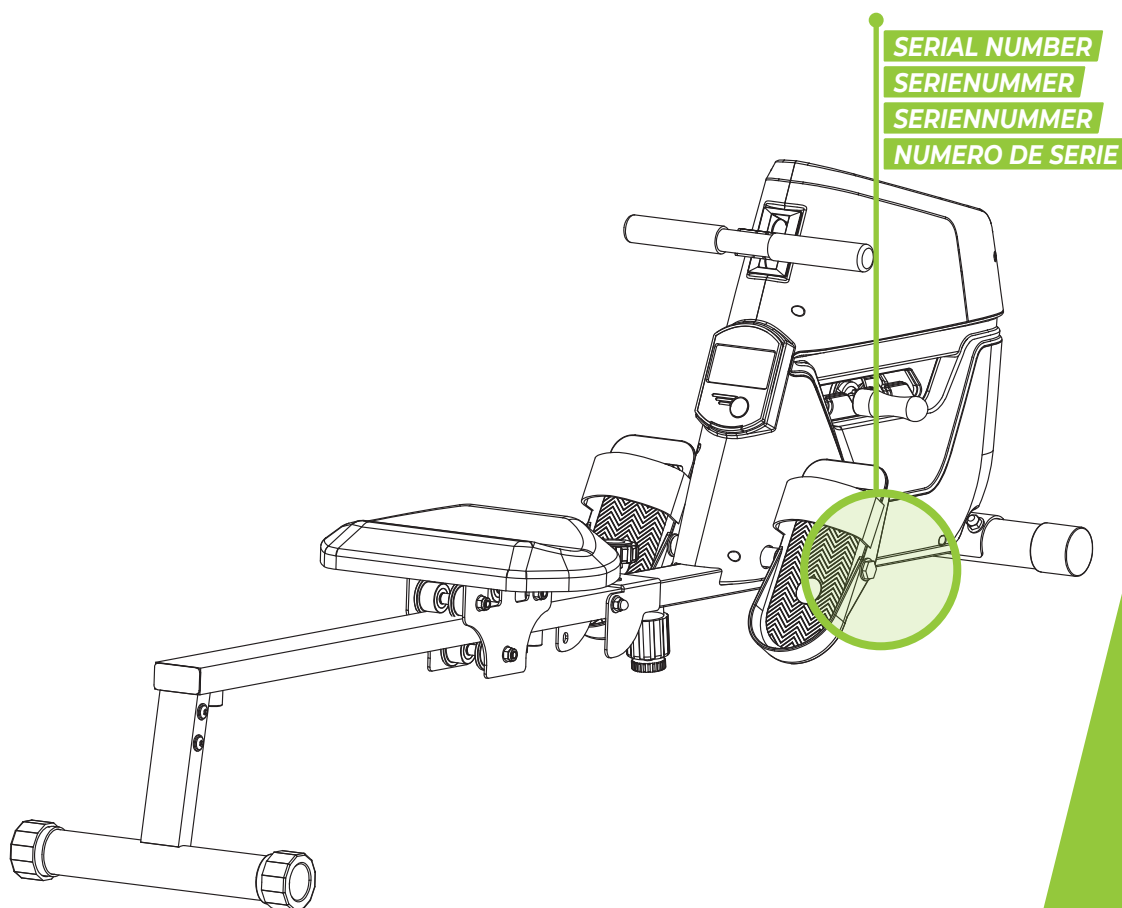


virtufit

ROW 100
VF20501



USER MANUAL

ASSEMBLY
VIDEO



📷 @virtufit_fitness

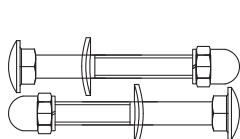
📺 VirtuFit

🌐 www.virtufit.com

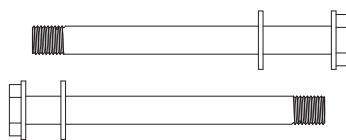
INDEX

English	09
Nederlands	13
Deutsch	17
Français	21
Polski	25
Czech	29
Română	33
Magyar	37
Italiano	41
Español	45

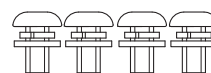
TOOLKIT



- 4 ØM8x65 (2x)
- 5 D8x1.5x20xR30 (2x)
- 6 D8x65 (2x)
- 7 M8 (2x)



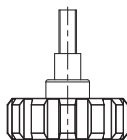
- 8 Ø12.5x130xM12x16 (2x)
- 9 D8x0.26x2 (4x)



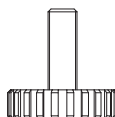
- 48 M6x15 (4x)
- 49 D6 (4x)
- 50 D6xØ15x1.5 (4x)



- 22 Ø30xM10x88 (2x)



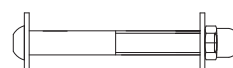
- 33 M8x20 (1x)



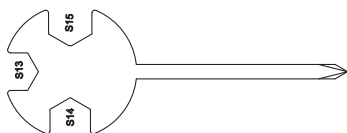
- 40 ØM10x30 (1x)



- 15 D8xØ19x1.5 (1x)



- 34 M10x80 (1x)
- 37 D1xØ20x1.5 (2x)
- 38 M10 (1x)

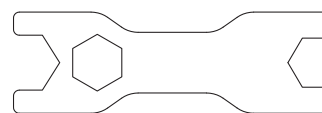


- 57 S13 - S14 - S15 (1x)



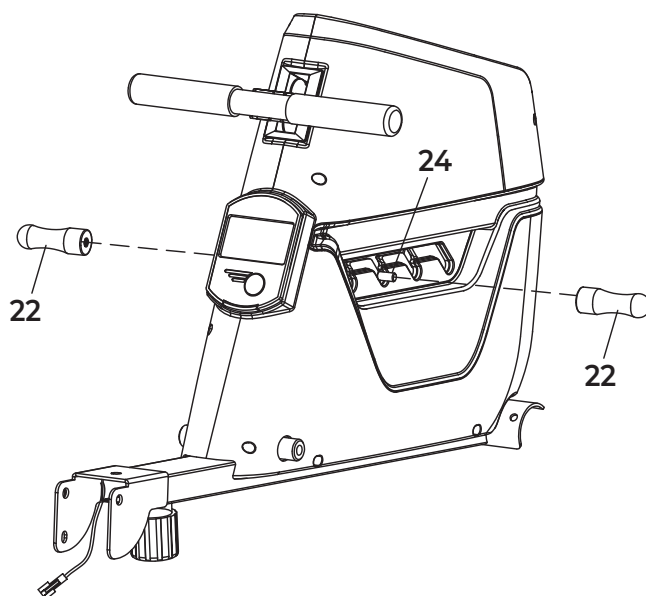
- 58 S5 (1x)

- 59 S6 (1x)

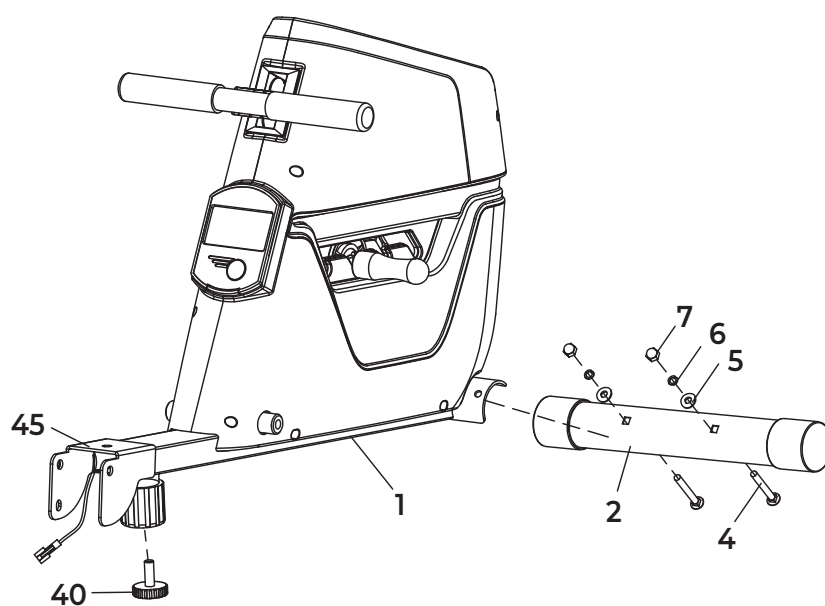


- 60 S17 - S19 (1x)

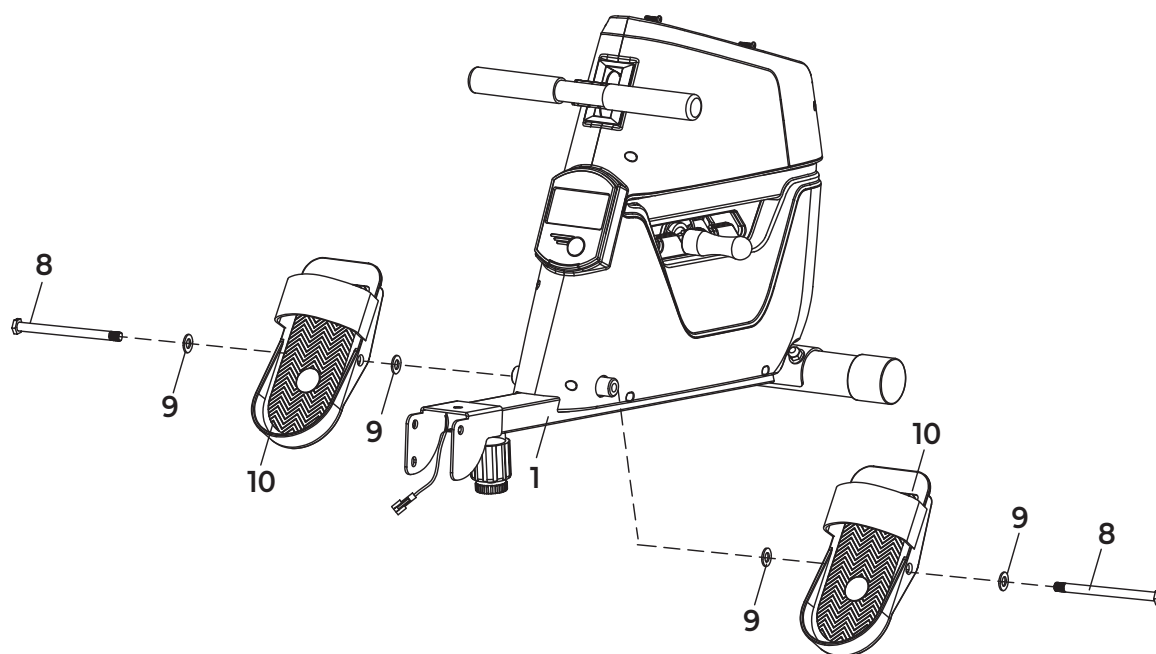
STEP 1



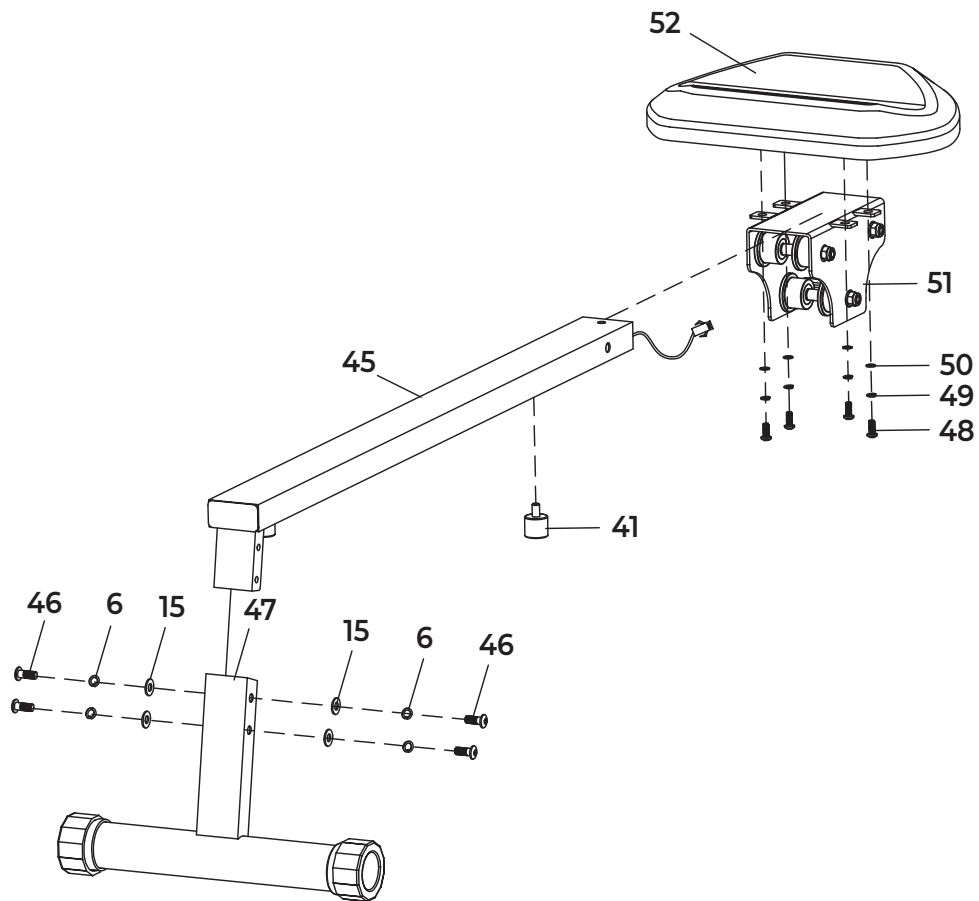
STEP 2



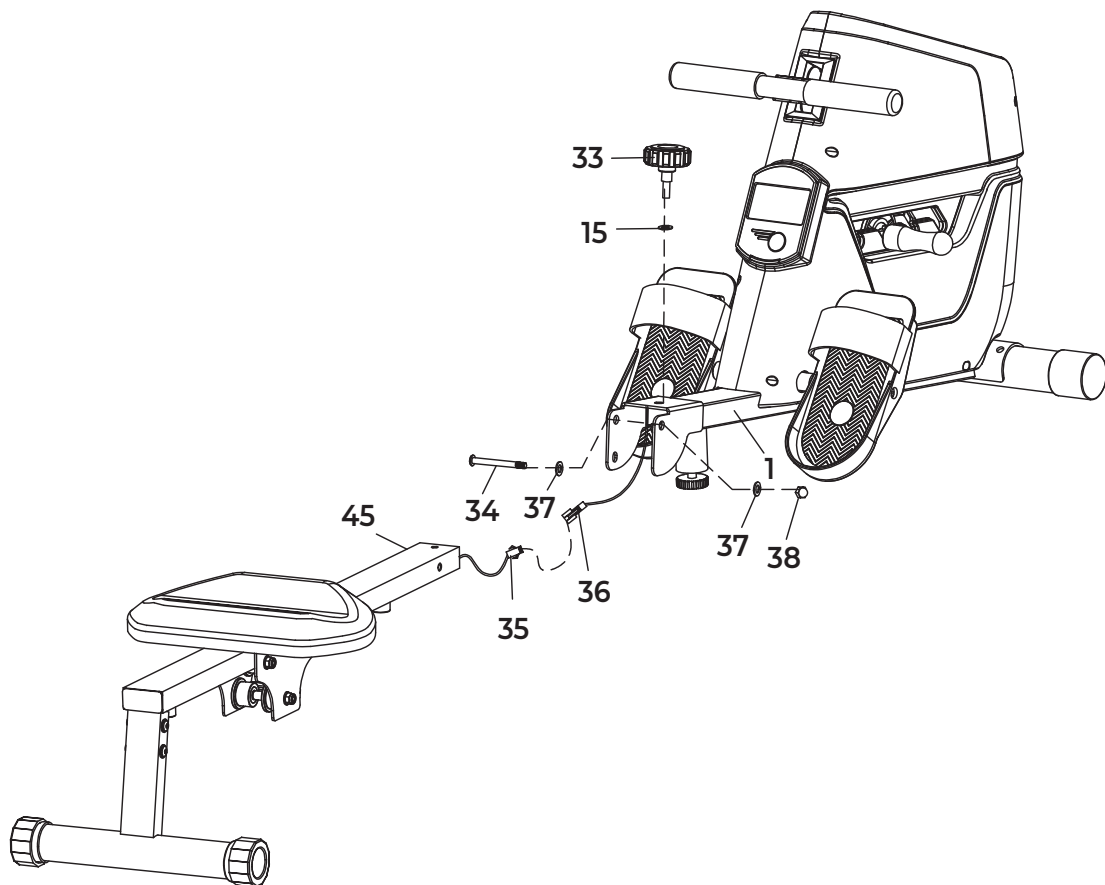
STEP 3



STEP 4



STEP 5



STEP 6

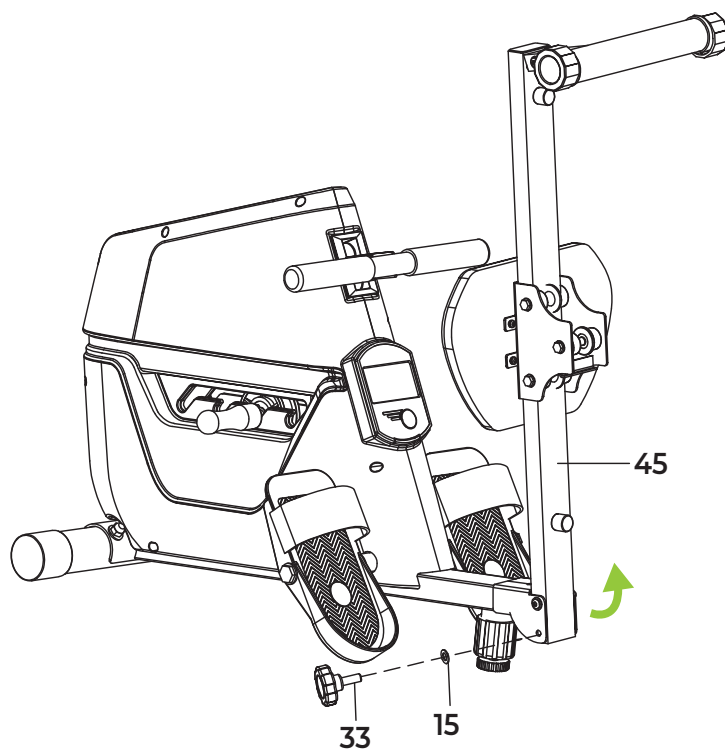


FIG. A



INDEX

Safety instructions	10
Guarantee	10
Assembly instructions	10
Adjusting	10
Folding instructions	11
Maintenance	11
Cleaning	11
Battery	11
Troubleshooting	12
Console overview	12
Training guidelines	12
Replacement parts	13
Additional information	13
Declaration of the manufacturer	13

SAFETY INSTRUCTIONS

⚠ WARNING!

Consult your doctor before you start exercising. This is particularly important for people with health problems. Please read all instructions before using the equipment. VirtuFit assumes no responsibility for injury or property damage resulting from the use of this equipment. Please read this manual carefully before assembling and using the equipment.

- Ensure the equipment is fully assembled and that all nuts and bolts are securely tightened before use.
- Lubricate all moving parts once a year using silicone spray.
- Avoid wearing loose clothing to prevent it from getting caught in moving parts.
- Place and use the equipment on a stable, level surface.
- Always wear clean sport shoes while using the equipment.
- Keep children and pets at a safe distance during use.
- Maintain proper balance at all times while operating this equipment.
- Do not insert fingers or other objects into any moving parts.
- Consult your physician before beginning any exercise program to determine the appropriate frequency, duration, and intensity based on your age and physical condition. Discontinue use immediately if you experience nausea, dizziness, fainting, headache, chest pain, tightness, or any other discomfort.
- Do not move the equipment by holding it by the seat.

- The equipment is intended for use by one person at a time only.
- This equipment is designed for home use only and supports a maximum user weight of 120 kg.
- Allow 1–2 meters of clearance behind the equipment to prevent accidents.
- Place the equipment on a clean, flat surface. Do not use it on thick carpets, as this can obstruct proper ventilation. Avoid placing this equipment outdoors or near water.
- Keep the storage area clean, dry, and level to prevent damage to the equipment.
- Use this equipment exclusively for its intended purpose.
- Operate the equipment only in environments with an ambient temperature between 0°C and 40°C. Store the equipment in environments with a temperature between -10°C and 60°C.

GUARANTEE

Warranty claims are excluded if the cause of the defect is the result of:

- Maintenance and repair work not carried out by an official dealer.
- Improper use, negligence and/or poor maintenance.
- Failure to maintain the appliance in accordance with the manufacturer's instructions.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS (STEP 1-6)

Missing parts: If any parts are missing from the packaging, carefully check the polystyrene foam and the appliance itself. Some parts (bolts, screws, etc.) are already attached to the unit.

Error message: Make sure that all cables are carefully attached. The brackets of the console are very sensitive and must be kept straight. If the console gives an error message after the equipment has been mounted, the brackets of the console may be bent. Straightening this aluminum part may make the error message disappear.

Hex head bolts: Make sure that the hex head spanner is pushed into the bolt before applying force. This will prevent the head of the socket bolt from turning.

ADJUSTING

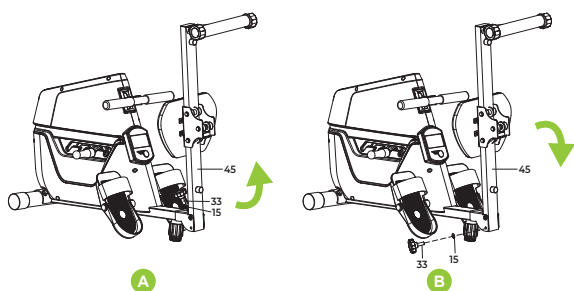
Resistance adjustment

Use the handle to increase or decrease the training intensity.

NOTE! It is recommended to start at a resistance level that suits your current fitness level. Begin with light intensity and gradually increase as your endurance improves.

FOLDING INSTRUCTIONS

NOTE! Store the device in a dry, indoor area out of reach of children. Ensure that it is placed in a stable and secure position to prevent it from tipping over and causing injury to children or pets.



Folding the rails (A)

- Unscrew the locking pin (33).
- Remove the locking pin and flat washer (15) while simultaneously folding the rails upward.
- Reinsert the locking pin (33) together with the flat washer (15) on the side of the rail to secure the folded position.

Unfolding the rails (B)

- Unscrew the locking pin (33).
- Remove the locking pin and flat washer (15) while carefully unfolding the rails downward toward the floor.
- Reinsert the locking pin (33) together with the flat washer (15) on the top of the rail to lock the rails in place.

MAINTENANCE

Safe and effective use of this appliance is only possible when it is correctly installed and properly maintained. It is your responsibility to ensure the appliance is serviced regularly. Any worn or damaged parts must be replaced before resuming use. This equipment is intended for indoor use and storage only. Prolonged exposure to outdoor conditions or fluctuations in temperature and humidity may severely affect the electrical components and moving parts. Always disconnect the power cord before cleaning or performing any maintenance.

Daily maintenance

- Wipe down the unit after each use to remove sweat and moisture.

- Ensure the equipment is free from dust and dirt.
- Avoid using harsh cleaning agents and keep the equipment away from excessive moisture.

Semi-annual maintenance

- Inspect all bolts and nuts connected to moving parts. Tighten them if necessary.
- Check the movement of all mobile parts and components. Apply silicone spray if needed.

General cleaning recommendations

- Clean the unit after each training session.
- Use a dry cloth to clean the control panel.
- Use a soft, clean cloth with mild detergent to remove persistent stains and dirt.
- Store the equipment in a clean, dry environment, away from direct heat and water sources.

CAUTION! Repairs must be performed by a qualified technician, unless otherwise instructed by the supplier or manufacturer.

CLEANING

Regular cleaning significantly extends the lifespan of your equipment. Keep the appliance free from dust by cleaning it frequently.

Preventative maintenance not only prolongs the life of the equipment but also helps avoid potential injuries.

For more detailed information, visit:

www.virtufit.nl/service/faq

BATTERY

AA BATTERIES

The display uses AA batteries, which are replaceable on the back of the console. The batteries must be inserted correctly.

If the display is unreadable or only parts of the display works, proceed as follows:

- Remove the batteries and wait 15 seconds.
- Replace the batteries correctly.

Battery information

- Do not recharge, disassemble, or dispose batteries in a fire.
- Ensure correct polarity (+ and -) when inserting the batteries.
- Always replace all batteries at the same time; do not mix old and new batteries.
- Use alkaline batteries for optimal performance and longer life.
- Replace the batteries when the display dims or becomes unresponsive.

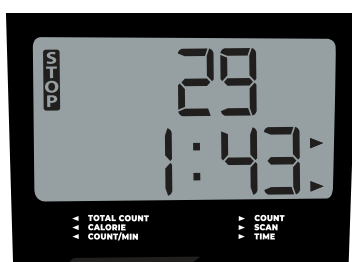
Battery replacement

- If the display shows inaccurate readings, battery replacement is recommended.
- This console requires 2 × AA batteries.

TROUBLESHOOTING

PROBLEM	SOLUTION
Console does not display any values	Ensure that the sensor wire (35) and console wire (36) are securely connected.
	If the issue persists, gently adjust the position of the sensor.
Squeaking noise	Check that all bolts and nuts are properly tightened.
	Apply silicone spray to the rail where the seat wheels run.
	Inspect the wheels underneath the seat for wear or obstruction.

CONSOLE OVERVIEW (FIG. A)



TIME

- Displays the total workout time from the beginning of the exercise session.

COUNT

- Shows the number of repetitions performed during the current session.

TOTAL COUNT

- Displays the cumulative number of repetitions across all sessions.

CALORIES

- Indicates the estimated number of calories burned during the workout.

SCAN

- Automatically cycles through all available functions every 6 seconds.

Key function (MODE)

- Use this key to select and lock a specific display function: **SCAN → TIME → COUNT → TOTAL COUNT → CALORIES → RPM → SCAN**
- Press and hold the MODE key for 3 seconds to reset all values to zero. **NOTE! TOTAL COUNT will not be reset.**

AUTO ON/OFF FUNCTION

- The system will enter standby mode automatically after approximately 4 minutes of inactivity (no button presses or sensor input).
- To reactivate the display from standby mode, press the MODE key or generate input via the sensor (e.g., begin exercising).

CAUTION! To prevent damage, always keep the console out of direct sunlight and ensure that the surface is dried thoroughly if sweat droplets have accumulated. Do not lean on the console, as excessive pressure may cause internal or external damage.

Console specifications

Function	Scan	Every 6 seconds
	Time	0:00 - 99:59 (M :S)
	Count	0 - 9999
	Total count	0 - 9999
	Calories	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Battery type		2 x AA
Operating temperature		0°C - 40°C
Storage temperature		-10°C - 60°C

Technical data

Parameter	Value
Length	172 cm
Width	38 cm
Height	54 cm
Weight	15,2 kg
Max. user weight	120 kg

TRAINING GUIDELINES

A successful training program includes a warm-up, the actual training and a cool-down. Perform the complete training program at least twice, but preferably three times a week and keep a rest day between training sessions. After a few months, the intensity of the training can be increased, for example to four or five times a week.

The warm-up

The purpose of a warm-up is to prepare the body for training and to reduce the risk of injury. Warm up your body for two to five minutes before starting a cardio or strength training session. Do exercises that increase the heart rate and warm up the working muscles. Examples of this type of activity are running, jogging, jumping jacks, skipping and running in place.

Stretching

Stretching while the muscles are warm is very important after a good warm-up and cool-down. It reduces the risk of injury. Stretching exercises should be held for 15-30 seconds.

Cooling down

The purpose of the cool-down is to return the body to its (near) normal resting position at the end of the workout. A good cool-down slowly reduces your heart rate and promotes recovery.

REPLACEMENT PARTS

To request replacement parts for your VirtuFit equipment, please refer to the information on the front cover of this manual. In order to assist you efficiently, we kindly ask that you provide the following details when contacting our support team:

- The **model number** and **serial number** of the product
- The **product name**
- The **part number** and a clear **description** of the required part(s) (as listed in the **parts list** and shown in the **exploded view** section of this manual)

Providing accurate information will help us process your request quickly and effectively.

ADDITIONAL INFORMATION

Responsible Disposal of Packaging

At VirtuFit, we are committed to reducing environmental impact. We kindly ask that you recycle all packaging materials through designated recycling facilities, in line with national waste reduction initiatives.

Product Disposal

Your VirtuFit equipment is built to deliver long-term performance and reliability. When the time eventually comes to retire the product, please ensure it is disposed of in accordance with the European WEEE Directive. This means taking the product to an authorized collection point for safe and environmentally responsible recycling.

DECLARATION OF THE MANUFACTURER

VirtuFit hereby declares that this product complies with the following standards and directives:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

As a result, the product is CE-certified.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
The Netherlands

INHOUD

Veiligheidsinstructies	14
Garantie	14
Montage instructies	14
Afstellen	15
In- en uitklapinstructies	15
Onderhoud	15
Reiniging	15
Batterij	15
Probleemoplossing	16
Console overzicht	16
Trainingsrichtlijnen	17
Vervangende onderdelen	17
Aanvullende informatie	17
Fabrikantverklaring	17

VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

⚠ WAARSCHUWING!

Raadpleeg altijd je arts voordat je begint met trainen, zeker als je gezondheidsproblemen hebt. Lees alle instructies zorgvuldig door voordat je het apparaat gebruikt. VirtuFit is niet aansprakelijk voor letsel of schade aan eigendommen als gevolg van het gebruik van dit apparaat. Lees deze handleiding aandachtig door vóór montage en/of gebruik van het apparaat.

- Zorg ervoor dat het apparaat volledig is gemonteerd en dat alle bouten en moeren goed zijn aangedraaid voordat je het in gebruik neemt.
- Smeer alle bewegende onderdelen één keer per jaar met siliconenspray.
- Draag geen losse kleding om te voorkomen dat deze vast komt te zitten in bewegende onderdelen.
- Plaats en gebruik het apparaat op een stabiele, vlakke ondergrond.
- Draag altijd schone sportschoenen tijdens het gebruik.
- Houd kinderen en huisdieren op veilige afstand tijdens het gebruik.
- Zorg te allen tijde voor een goede balans bij het gebruik van het apparaat.
- Steek geen vingers of andere voorwerpen in bewegende onderdelen.
- Raadpleeg je arts voordat je met een trainingsprogramma begint, om te bepalen wat voor jou een geschikte frequentie, duur en intensiteit is op basis van je leeftijd en lichamelijke conditie. Stop direct met trainen bij misselijkheid, duizeligheid, flauwvallen, hoofdpijn, pijn op de borst, benauwdheid of enig ander ongemak.

- Verplaats het apparaat niet door het aan het zadel vast te pakken.
- Het apparaat is uitsluitend bedoeld voor gebruik door één persoon tegelijk.
- Dit apparaat is uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik en heeft een maximaal gebruikersgewicht van 120 kg.
- Houd minimaal 1-2 meter vrije ruimte achter het apparaat om ongelukken te voorkomen.
- Plaats het apparaat op een schone, vlakke ondergrond. Gebruik het niet op dikke tapijten, omdat dit de ventilatie kan belemmeren. Vermijd plaatsing buitenshuis of in de buurt van water.
- Houd de opslagruimte schoon, droog en vlak om schade aan het apparaat te voorkomen.
- Gebruik dit apparaat uitsluitend zoals bedoeld: voor indoor cardiotraining door één persoon tegelijk.
- Gebruik het apparaat alleen in ruimtes met een omgevingstemperatuur tussen 0°C en 40°C. Bewaar het apparaat in ruimtes met een temperatuur tussen -10°C en 60°C.

GARANTIE

Garantie bepalingen zijn niet van toepassing indien de oorzaak van het defect het gevolg is van:

- Onderhoud of reparaties die niet zijn uitgevoerd door een erkende dealer
- Onjuist gebruik, nalatigheid en/of gebrekkig onderhoud
- Het niet naleven van de onderhoudsinstructies van de fabrikant

MONTAGE INSTRUCTIES (STAP 1-6)

Ontbrekende onderdelen: Indien onderdelen lijken te ontbreken, controleer dan zorgvuldig het piepschuim en het apparaat zelf. Let op: bepaalde onderdelen, zoals bouten en schroeven, kunnen al vooraf op of in het toestel gemonteerd zijn.

Foutmelding: Controleer of alle kabels correct en zorgvuldig zijn aangesloten. De beugels van het console zijn kwetsbaar en dienen recht te blijven. Geeft de console na montage een foutmelding, dan kunnen de beugels mogelijk verbogen zijn. In dat geval kan het voorzichtig terugbuigen van dit aluminium onderdeel de storing verhelpen.

Inbusbouten: Zorg ervoor dat de inbusleutel volledig in de bout wordt gedrukt voordat er kracht op wordt uitgeoefend. Zo voorkom je dat de kop van de bout beschadigt of doordraait.

AFSTELLEN

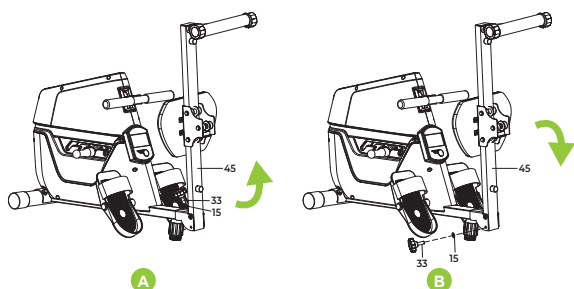
Weerstand aanpassen

Gebruik de hendel om de trainingsintensiteit te verhogen of te verlagen.

LET OP! Het is aan te raden om te starten met een weerstandsniveau dat past bij je huidige conditie. Begin met een lichte intensiteit en verhoog deze geleidelijk naarmate je uithoudingsvermogen verbetert.

IN- EN UITKLAP INSTRUCTIES

LET OP! Bewaar het apparaat op een droge, binnenlocatie en buiten het bereik van kinderen. Zorg ervoor dat het stabiel en veilig staat opgesteld om kantelen en letsel bij kinderen of huisdieren te voorkomen.



Inklappen (A)

- Draai de vergrendelpen (33) los.
- Verwijder de vergrendelpen en de platte ring (15) terwijl je de rails gelijktijdig omhoog klapt.
- Plaats de vergrendelpen (33) samen met de platte ring (15) terug aan de zijkant van de rail om de ingeklapte positie te vergrendelen.

Uitklappen (B)

- Draai de vergrendelpen (33) los.
- Verwijder de vergrendelpen en de platte ring (15) terwijl je de rails voorzichtig naar beneden uitklapt, richting de vloer.
- Plaats de vergrendelpen (33) samen met de platte ring (15) terug aan de bovenkant van de rail om de rails vast te zetten.

ONDERHOUD

Een veilig en effectief gebruik van dit apparaat is alleen mogelijk wanneer het correct is geïnstalleerd én goed wordt onderhouden. Je bent zelf verantwoordelijk voor regelmatig onderhoud. Versleten of beschadigde onderdelen moeten altijd worden vervangen vóórdat je het apparaat opnieuw gebruikt. Dit fitnessapparaat is uitsluitend bedoeld voor gebruik en opslag binnenshuis. Langdurige blootstelling aan buitenomstandigheden of grote temperatuurschommelingen

en luchtvochtigheid kunnen ernstige schade veroorzaken aan elektronische componenten en bewegende delen. Koppel altijd de stekker los vóór het schoonmaken of uitvoeren van onderhoud.

Dagelijks onderhoud

- Maak het apparaat na elke training schoon om zweet en vocht te verwijderen.
- Zorg ervoor dat het toestel stof- en vuilvrij blijft.
- Vermijd agressieve schoonmaakmiddelen en houd het apparaat uit de buurt van overmatige vochtigheid.

Halfjaarlijks onderhoud

- Controleer en draai indien nodig alle bouten en moeren van bewegende onderdelen aan.
- Controleer de werking van alle bewegende delen. Breng indien nodig siliconenspray aan.

Algemene schoonmaakadviezen

- Reinig het toestel na elke trainingssessie.
- Gebruik een droge doek om het bedieningspaneel te reinigen.
- Gebruik een zachte, schone doek met mild schoonmaakmiddel om hardnekkige vlekken of vuil te verwijderen.
- Bewaar het apparaat in een schone, droge ruimte, uit de buurt van directe warmtebronnen en water.

LET OP! Reparaties mogen uitsluitend worden uitgevoerd door een gekwalificeerde technicus, tenzij anders aangegeven door de leverancier of fabrikant.

REINIGING

Regelmatige reiniging verlengt de levensduur van je fitnessapparaat aanzienlijk. Houd het toestel stofvrij door het frequent schoon te

maken. Preventief onderhoud draagt niet alleen bij aan een langere levensduur, maar helpt ook om mogelijke blessures te voorkomen.

Voor meer informatie en onderhoudstips, ga naar:

www.virtufit.nl/service/faq

BATTERIJ

AA-batterijen

Het display werkt op AA-batterijen, die zich aan de achterzijde van het scherm bevinden. De batterijen moeten correct worden geplaatst.

Als het scherm slecht leesbaar is of slechts gedeeltelijk werkt, volg dan onderstaande stappen:

- Verwijder de batterijen en wacht 15 seconden.
- Plaats de batterijen opnieuw met de juiste polariteit.

Batterij informatie

- Laad batterijen niet op, neem ze niet uit elkaar en gooi ze nooit in het vuur.
- Let op de juiste polariteit (+ en -) bij het plaatsen.
- Vervang altijd alle batterijen tegelijkertijd en vermijd het combineren van oude en nieuwe batterijen.
- Gebruik alkalinebatterijen voor optimale prestaties en langere levensduur.
- Vervang de batterijen wanneer het display dimt of niet goed reageert.

Batterij vervangen

- Geeft het display onjuiste waarden weer? Vervang dan de batterijen.
- Dit apparaat werkt op 2 x AA-batterijen.

PROBLEEMOPLOSSING

PROBLEM	SOLUTION
Console geeft geen waarden weer	Controleer of de sensor kabel (35) en de console kabel (36) goed zijn aangesloten. Als het probleem aanhoudt, stel dan voorzichtig de positie van de sensor bij.
Roeimachine maakt een piepend geluid	Controleer of alle bouten en moeren goed zijn vastgedraaid. Breng siliconenspray aan op de rail waar de zitting overheen rolt. Controleer de wieljes onder de zitting op slijtage of blokkades.

CONSOLE OVERZICHT (FIG. A)



TIME

- Toont de totale trainingstijd vanaf het begin van de oefensessie.

COUNT

- Geeft het aantal herhalingen weer dat tijdens de huidige sessie is uitgevoerd.

TOTAL COUNT

- Toont het cumulatieve aantal herhalingen over alle sessies.

CALORIES

- Geeft het geschatte aantal verbrande calorieën tijdens de training aan.

SCAN

- De console wisselt automatisch elke 6 seconden door alle beschikbare functies.

Toetsfunctie (MODE-knop)

- Gebruik deze knop om een specifieke weergave te selecteren en vast te zetten: **SCAN → TIME → COUNT → TOTAL COUNT → CALORIES → RPM → SCAN**
- Houd de MODE-knop 3 seconden ingedrukt om alle waarden op nul te zetten
LET OP! TOTAL COUNT wordt niet gereset.

AUTOMATISCHE AAN/UIT-FUNCTIE

- Het systeem schakelt automatisch over naar de stand-bymodus na ongeveer 4 minuten inactiviteit (geen knopbediening of sensorinvoer).
- Druk op de MODE-knop of genereer een signaal via de sensor (bijv. door te beginnen met trainen) om het display weer te activeren.

LET OP! Om schade te voorkomen, houd de console altijd uit direct zonlicht en zorg ervoor dat het oppervlak goed wordt gedroogd wanneer er zweetdruppels op zijn gekomen. Leun niet op de console, aangezien overmatige druk interne of externe schade kan veroorzaken.

Console Specificaties

Functie	Automatische scan	Every 6 seconds
	Tijd	0:00 - 99:59 (M :S)
	Aantal herhalingen	0 - 9999
	Totaal aantal herhalingen	0 - 9999
	Calorieën	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999 (COUNT/MIN)
Batterijtype		2 x AA
Gebruikstemperatuur		0°C - 40°C
Opslagtemperatuur		-10°C - 60°C

Technische gegevens

Parameter	Waarde
Lengte	172 cm
Breedte	38 cm
Hoogte	54 cm
Gewicht	15,2 kg
Maximaal belastbaar gewicht	120 kg

TRAININGSRICHTLIJNEN

Een succesvol trainingsprogramma bestaat uit een warming-up, de training zelf en een cooling down. Voer de hele training minstens twee, maar bij voorkeur drie keer per week uit en houd één dag rust tussen de trainingen. Na enkele maanden kan de trainingsintensiteit worden verhoogd tot bijvoorbeeld vier of vijf keer per week.

Warming-up

Het doel van een warming-up is dat het lichaam voorbereid wordt op een training en het vermindert de kans op blessures. Warm het lichaam op in twee tot vijf minuten voordat er met een cardio- of krachttraining begonnen wordt. Doe oefeningen die de hartslag verhogen en de werkende spieren opwarmen. Voorbeelden van dit soort activiteiten zijn: vlot lopen, joggen, jumping jacks, touwtje springen en rennen op de plaats.

Stretchen

Stretchen terwijl spieren warm zijn, is zeer belangrijk na een goede warming-up en cooling-down. Het vermindert de kans op blessures. Stretchoefeningen dienen gedurende 15 tot 30 seconden te worden vastgehouden.

Cooling-down

Het doel van de cooling-down is het lichaam aan het einde van de training terug te brengen naar de (bijna) normale ruststand. Een goede cooling-down vermindert langzaam uw hartslag en bevordert het herstel.

VERVANGENDE ONDERDELEN

Wil je een vervangend onderdeel bestellen voor je VirtuFit-apparaat? Raadpleeg dan eerst de informatie op de voorzijde van deze handleiding. Om je aanvraag zo efficiënt mogelijk te verwerken, verzoeken wij je vriendelijk om de volgende gegevens te vermelden bij contact met onze klantenservice:

- Het **modelnummer** en **serienummer** van het product
- De **productnaam**
- Het **onderdeelnummer** en een duidelijke **omschrijving** van het benodigde onderdeel (zoals vermeld in de onderdelenlijst en weergegeven in het exploded view-gedeelte van deze handleiding)

Een complete en nauwkeurige aanvraag helpt ons om je sneller en beter van dienst te zijn.

AANVULLENDE INFORMATIE

Verantwoord afvoeren van verpakkingsmateriaal

Bij VirtuFit hechten we waarde aan duurzaamheid en milieuvriendelijkheid. Wij verzoeken je om het verpakkingsmateriaal van dit product te recyclen via een erkend inzamelpunt, conform de geldende nationale richtlijnen.

Productafvoer aan het einde van de levensduur

Je VirtuFit-apparaat is ontworpen voor langdurig gebruik. Wanneer het product het einde van zijn levensduur bereikt, zorg er dan voor dat het op een verantwoorde manier wordt afgevoerd, conform de Europese WEEE-richtlijn. Lever het product in bij een erkend inzamelpunt voor elektrische en elektronische apparatuur.

FABRIKANTVERKLARING

VirtuFit verklaart hierbij dat dit product voldoet aan de volgende normen en richtlijnen:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

Op basis hiervan is het product voorzien van een CE-markering.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
The Netherlands

INDEX

Sicherheitshinweise	18
Bürgschaft	18
Montageanleitung	18
Einstellen	19
Faltanleitung	19
Wartung	19
Reinigung	19
Batterie	20
Fehlersuche	20
Konsolenübersicht	20
Ausbildungsrichtlinien	21
Ersatzteile	21
Zusätzliche Informationen	21
Erklärung des Herstellers	21

SICHERHEITSHINWEISE

⚠️ WARNUNG!

Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Dies ist besonders wichtig für Menschen mit gesundheitlichen Problemen. Bitte lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie das Gerät benutzen. VirtuFit übernimmt keine Verantwortung für Verletzungen oder Sachschäden, die durch die Verwendung dieses Geräts entstehen. Bitte lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät zusammenbauen und/oder benutzen.

- Vergewissern Sie sich, dass das Gerät vollständig zusammengebaut ist und dass alle Muttern und Schrauben vor dem Gebrauch fest angezogen sind.
- Schmieren Sie alle beweglichen Teile einmal im Jahr mit Silikonspray.
- Vermeiden Sie das Tragen loser Kleidung, um zu verhindern, dass sich diese in beweglichen Teilen verfangen kann.
- Stellen Sie das Gerät auf eine stabile, ebene Fläche und benutzen Sie es.
- Tragen Sie bei der Benutzung der Geräte stets saubere Sportschuhe.
- Halten Sie Kinder und Haustiere während des Gebrauchs in sicherer Entfernung.
- Achten Sie bei der Bedienung dieses Geräts stets auf das richtige Gleichgewicht.
- Stecken Sie Ihre Finger oder andere Gegenstände nicht in bewegliche Teile.
- Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen, um die angemessene Häufigkeit, Dauer und

Intensität auf der Grundlage Ihres Alters und Ihrer körperlichen Verfassung zu bestimmen. Brechen Sie die Einnahme sofort ab, wenn Sie Übelkeit, Schwindel, Ohnmacht, Kopfschmerzen, Brustschmerzen, Engegefühl oder andere Beschwerden verspüren.

- Bewegen Sie das Gerät nicht, indem Sie es am Sitz festhalten.
- Das Gerät ist nur für die Benutzung durch eine Person vorgesehen.
- Dieses Gerät ist nur für den Heimgebrauch bestimmt und unterstützt ein maximales Benutzergewicht von 120 kg.
- Lassen Sie hinter dem Gerät einen Abstand von 1-2 Metern, um Unfälle zu vermeiden.
- Stellen Sie das Gerät auf eine saubere, ebene Fläche. Verwenden Sie das Gerät nicht auf dicken Teppichen, da dies die Belüftung behindern kann. Stellen Sie das Gerät nicht im Freien oder in der Nähe von Wasser auf.
- Halten Sie den Lagerbereich sauber, trocken und eben, um Schäden an den Geräten zu vermeiden.
- Verwenden Sie dieses Gerät ausschließlich für den vorgesehenen Zweck.
- Betreiben Sie das Gerät nur in Umgebungen mit einer Umgebungstemperatur zwischen 0°C und 40°C. Lagern Sie das Gerät in Umgebungen mit einer Temperatur zwischen -10°C und 60°C.

BÜRGSCHAFT

Gewährleistungsansprüche sind ausgeschlossen, wenn die Ursache des Mangels auf einem Fehler beruht:

- Wartungs- und Reparaturarbeiten, die nicht von einem offiziellen Händler durchgeführt werden.
- Unsachgemäßer Gebrauch, Nachlässigkeit und/oder schlechte Wartung.
- Wenn das Gerät nicht gemäß den Anweisungen des Herstellers gewartet wird.

MONTAGEANLEITUNG (SCHRITT 1-6)

Fehlende Teile: Wenn Teile aus der Verpackung fehlen, prüfen Sie den Styroporschäum und das Gerät selbst sorgfältig. Einige Teile (Bolzen, Schrauben usw.) sind bereits am Gerät angebracht.

Fehlermeldung: Stellen Sie sicher, dass alle Kabel sorgfältig befestigt sind. Die Halterungen der Konsole sind sehr empfindlich und müssen gerade gehalten werden. Wenn die Konsole eine Fehlermeldung ausgibt, nachdem das Gerät montiert wurde, sind die Halterungen der

Konsole möglicherweise verbogen. Das Richten dieses Aluminiumteils kann die Fehlermeldung zum Verschwinden bringen.

Sechskant-Schrauben: Stellen Sie sicher, dass der Sechskantschlüssel in die Schraube gedrückt wird, bevor Sie Kraft anwenden. Dadurch wird verhindert, dass sich der Kopf der Innensechskantschraube dreht.

EINSTELLEN VON

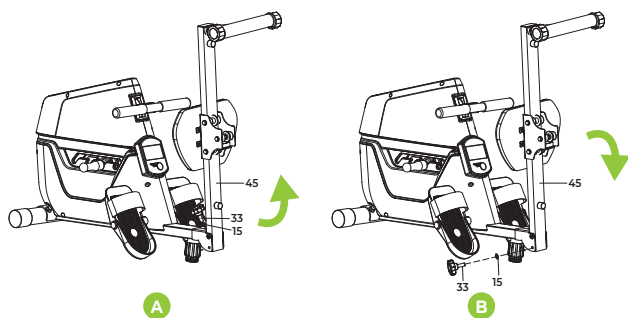
Einstellung des Widerstands

Verwenden Sie den Griff, um die Trainingsintensität zu erhöhen oder zu verringern.

HINWEIS! Es wird empfohlen, mit einer Widerstandsstufe zu beginnen, die Ihrem derzeitigen Fitnessniveau entspricht. Beginnen Sie mit leichter Intensität und steigern Sie diese allmählich, wenn sich Ihre Ausdauer verbessert.

ANLEITUNG ZUM FALTEN

HINWEIS! Bewahren Sie das Gerät an einem trockenen Ort in Innenräumen und außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Stellen Sie sicher, dass es stabil und sicher steht, damit es nicht umkippen und Kinder oder Haustiere verletzen kann.



Hochklappen der Schienen (A)

- Schrauben Sie den Sicherungsstift (33) heraus.
- Entfernen Sie den Sicherungsstift und die Unterlegscheibe (15) und klappen Sie gleichzeitig die Schienen nach oben.
- Setzen Sie den Sicherungsstift (33) zusammen mit der Unterlegscheibe (15) wieder ein, um die eingeklappte Stellung zu sichern.

Entfalten der Schienen (B)

- Schrauben Sie den Sicherungsstift (33) heraus.
- Entfernen Sie den Sicherungsstift und die Unterlegscheibe (15), während Sie die Schienen vorsichtig nach unten zum Boden hin aufklappen.

- Setzen Sie den Sicherungsstift (33) zusammen mit der Unterlegscheibe (15) wieder ein, um die Schienen zu arretieren.

WARTUNG

Eine sichere und effektive Nutzung dieses Geräts ist nur möglich, wenn es korrekt installiert und ordnungsgemäß gewartet wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung, dafür zu sorgen, dass das Gerät regelmäßig gewartet wird. Alle abgenutzten oder beschädigten Teile müssen vor der Wiedereinbetriebnahme ausgetauscht werden. Dieses Gerät ist nur für die Verwendung und Lagerung in Innenräumen vorgesehen. Längerer Aufenthalt im Freien oder Schwankungen von Temperatur und Luftfeuchtigkeit können die elektrischen Komponenten und beweglichen Teile stark beeinträchtigen. Ziehen Sie immer das Netzkabel ab, bevor Sie das Gerät reinigen oder Wartungsarbeiten durchführen.

Tägliche Wartung

- Wischen Sie das Gerät nach jedem Gebrauch ab, um Schweiß und Feuchtigkeit zu entfernen.
- Stellen Sie sicher, dass das Gerät frei von Staub und Schmutz ist.
- Verwenden Sie keine scharfen Reinigungsmittel und halten Sie das Gerät von übermäßiger Feuchtigkeit fern.

Halbjährliche Wartung

- Überprüfen Sie alle Schrauben und Muttern, die mit beweglichen Teilen verbunden sind. Ziehen Sie sie ggf. nach.
- Überprüfen Sie die Beweglichkeit aller beweglichen Teile und Komponenten. Bei Bedarf Silikonspray auftragen.

Allgemeine Reinigungsempfehlungen

- Reinigen Sie das Gerät nach jeder Trainingseinheit.
- Verwenden Sie ein trockenes Tuch, um das Bedienfeld zu reinigen.
- Verwenden Sie ein weiches, sauberes Tuch mit einem milden Reinigungsmittel, um hartnäckige Flecken und Schmutz zu entfernen.
- Lagern Sie das Gerät in einer sauberen, trockenen Umgebung, entfernt von direkter Hitze und Wasserquellen.

VORSICHT! Reparaturen müssen von einem qualifizierten Techniker durchgeführt werden, es sei denn, der Lieferant oder der Hersteller hat andere Anweisungen gegeben.

REINIGUNG

Eine regelmäßige Reinigung verlängert die Lebensdauer Ihres Geräts erheblich. Halten Sie das Gerät durch häufiges Reinigen frei von Staub.

Vorbeugende Wartung verlängert nicht nur die Lebensdauer der Geräte, sondern hilft auch, mögliche Verletzungen zu vermeiden.

Ausführlichere Informationen finden Sie im Internet:

www.virtufit.nl/service/faq

BATTERIE

AA-BATTERIEN

Das Display verwendet AA-Batterien, die auf der Rückseite des Displays austauschbar sind. Die Batterien müssen richtig eingelegt werden.

Wenn der Bildschirm unlesbar ist oder nur Teile des Bildes funktionieren, gehen Sie wie folgt vor:

- Nehmen Sie die Batterien heraus und warten Sie 15 Sekunden.
- Legen Sie die Batterien richtig ein.

Informationen zum Akku

- Laden Sie die Batterien nicht auf, zerlegen Sie sie nicht und werfen Sie sie nicht ins Feuer.
- Achten Sie beim Einlegen der Batterien auf die richtige Polarität (+ und -).
- Ersetzen Sie immer alle Batterien gleichzeitig; mischen Sie nicht alte und neue Batterien.
- Verwenden Sie Alkalibatterien für optimale Leistung und längere Lebensdauer.
- Tauschen Sie die Batterien aus, wenn die Anzeige verdunkelt ist oder nicht mehr auf reagiert.

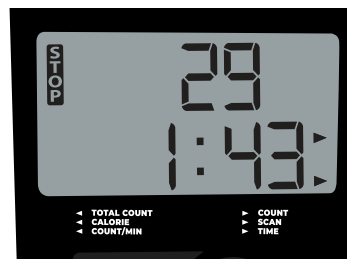
Austausch der Batterie

- Wenn das Display ungenaue Messwerte anzeigt, wird ein Batteriewechsel empfohlen.
- Dieses Gerät benötigt 2 x AA-Batterien.

FEHLERSUCHE

PROBLEM	LÖSUNG
Die Konsole zeigt keine Werte an	Stellen Sie sicher, dass das Sensorkabel (35) und das Konsolenkabel (36) fest angeschlossen sind.
	Wenn das Problem weiterhin besteht, passen Sie die Position des Sensors vorsichtig an.
Quietschende Geräusche	Prüfen Sie, ob alle Schrauben und Muttern richtig angezogen sind.
	Tragen Sie Silikonspray auf die Schiene auf, auf der die Sitzräder laufen.
	Überprüfen Sie die Räder unterhalb des Sitzes auf Verschleiß oder Blockierung.

ÜBERSICHT ÜBER DIE KONSOLE (ABB. A)



ZEIT

- Zeigt die Gesamttrainingszeit seit Beginn der Trainingseinheit an.

ZÄHLEN

- Zeigt die Anzahl der Wiederholungen an, die während der aktuellen Sitzung durchgeführt wurden.

GESAMTZAHL

- Zeigt die kumulative Anzahl der Wiederholungen über alle Sitzungen hinweg an.

KALORIEN

- Zeigt die geschätzte Anzahl der während des Trainings verbrannten Kalorien an.

SCAN

- Alle 6 Sekunden werden automatisch alle verfügbaren Funktionen durchlaufen.

Tastenfunktion (MODE)

- Verwenden Sie diese Taste, um eine bestimmte Anzeigefunktion auszuwählen und zu sperren: **SCAN → ZEIT → ZÄHLEN → GESAMTZAHL → KALORIEN → DREHZAHL → SCAN**
- Halten Sie die MODE-Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte auf Null zurückzusetzen.

HINWEIS! TOTAL COUNT wird nicht zurückgesetzt.

AUTO ON/OFF FUNKTION

- Das System schaltet nach ca. 4 Minuten Inaktivität (keine Tastenbetätigung oder Sensoreingabe) automatisch in den Standby-Modus.
- Um die Anzeige aus dem Standby-Modus zu reaktivieren, drücken Sie die MODE-Taste oder geben Sie eine Eingabe über den Sensor ein (z. B. Training beginnen).

VORSICHT! Um Schäden zu vermeiden, sollten Sie die Konsole immer vor direkter Sonneneinstrahlung schützen und sicherstellen, dass die Oberfläche gründlich getrocknet wird, wenn sich Schweißtropfen angesammelt haben. Lehnen Sie sich nicht auf die Konsole, da übermäßiger Druck zu inneren oder äußeren Schäden führen kann.

Spezifikationen der Konsole

Function	Automatischer Scan	Alle 6 Sekunden
	Zeit	0:00 - 99:59 (M :S)
	Geschwindigkeit	0 - 9999
	Entfernung	0 - 9999
	Kalorien	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Akku-Typ		2 x AA
Betriebstemperatur		0°C - 40°C
Lagertemperatur		-10°C - 60°C

Technische Daten

Parameter	Wert
Länge	172 cm
Breite	38 cm
Höhe	54 cm
Gewicht	15,2 kg
Max. Benutzergewicht	120 kg

LEITLINIEN FÜR DIE AUSBILDUNG

Ein erfolgreiches Trainingsprogramm umfasst ein Aufwärmprogramm, das eigentliche Training und eine Abkühlphase. Führen Sie das komplette Trainingsprogramm mindestens zweimal, besser jedoch dreimal pro Woche durch und halten Sie einen Ruhetag zwischen den Trainingseinheiten ein. Nach einigen Monaten kann die Intensität des Trainings erhöht werden, zum Beispiel auf vier oder fünf Mal pro Woche.

Das Aufwärmen

Das Aufwärmen dient dazu, den Körper auf das Training vorzubereiten und das Verletzungsrisiko zu verringern. Wärmen Sie Ihren Körper zwei bis fünf Minuten lang auf, bevor Sie mit einem Ausdauer- oder Krafttraining beginnen. Machen Sie Übungen, die die Herzfrequenz erhöhen und die arbeitenden Muskeln aufwärmen. Beispiele für diese Art von Aktivität sind Laufen, Joggen, Hampelmänner, Hüpfen und Laufen auf der Stelle.

Dehnen

Dehnen, während die Muskeln warm sind, ist nach einem guten Aufwärmen und Abkühlen sehr wichtig. Es verringert das Risiko von Verletzungen. Die Dehnungsübungen sollten 15-30 Sekunden lang gehalten werden.

Abkühlung

Der Zweck des Cool-Downs besteht darin, den Körper am Ende des Trainings in seine (fast) normale Ruheposition zu bringen. Ein gutes Cool-down reduziert langsam die Herzfrequenz und fördert die Erholung.

ERSATZTEILE

Um Ersatzteile für Ihr VirtuFit-Gerät anzufordern, beachten Sie bitte die Informationen auf der vorderen Umschlagseite dieses Handbuchs. Um Ihnen effizient helfen zu können, bitten wir Sie, die folgenden Angaben zu machen, wenn Sie unser Support-Team kontaktieren:

- **Modellnummer** und **Seriennummer** des Produkts
- Der **Produktname**
- Die **Teilenummer** und eine klare **Beschreibung** des/der benötigten Teils/Teile (wie in der **Teilleiste** aufgeführt und in der **Explosionszeichnung** in diesem Handbuch dargestellt)

Wenn Sie uns genaue Angaben machen, können wir Ihre Anfrage schnell und effizient bearbeiten.

ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN

Verantwortungsvolle Entsorgung von Verpackungen

Wir bei VirtuFit sind bestrebt, die Umweltbelastung zu reduzieren. Wir bitten Sie, alle Verpackungsmaterialien in Übereinstimmung mit den nationalen Initiativen zur Abfallreduzierung über ausgewiesene Recyclinganlagen zu recyceln.

Produktentsorgung

Ihr VirtuFit-Gerät ist für eine langfristige Leistung und Zuverlässigkeit ausgelegt. Wenn die Zeit gekommen ist, das Produkt auszumustern, stellen Sie bitte sicher, dass es gemäß der europäischen WEEE-Richtlinie entsorgt wird. Das bedeutet, dass Sie das Produkt zu einer autorisierten Sammelstelle bringen, um es sicher und umweltgerecht zu recyceln.

ERKLÄRUNG DES HERSTELLERS

VirtuFit erklärt hiermit, dass dieses Produkt mit den folgenden Normen und Richtlinien übereinstimmt:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

Das Produkt ist daher CE-zertifiziert.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Die Niederlande

INDEX

Instructions de sécurité	22
Garantie	22
Instructions de montage	22
Ajustement	23
Instructions de pliage	23
Entretien	23
Nettoyage	23
Batterie	24
Dépannage	24
Présentation de la console	24
Lignes directrices en matière de formation	24
Pièces de rechange	26
Informations complémentaires	26
Déclaration du fabricant	27

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

⚠ ATTENTION !

Consultez votre médecin avant de commencer à faire de l'exercice. Ceci est particulièrement important pour les personnes ayant des problèmes de santé. Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil. VirtuFit décline toute responsabilité en cas de blessures ou de dommages matériels résultant de l'utilisation de cet appareil. Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'assembler et/ou d'utiliser l'appareil.

- Assurez-vous que l'équipement est entièrement assemblé et que tous les écrous et les boulons sont bien serrés avant de l'utiliser.
- Lubrifiez toutes les pièces mobiles une fois par an à l'aide d'un spray au silicone.
- Évitez de porter des vêtements amples pour éviter qu'ils ne se prennent dans les pièces en mouvement.
- Placez et utilisez l'appareil sur une surface stable et plane.
- Portez toujours des chaussures de sport propres lorsque vous utilisez l'équipement.
- Tenir les enfants et les animaux domestiques à distance pendant l'utilisation.
- Maintenez un bon équilibre à tout moment lorsque vous utilisez cet équipement.
- N'insérez pas vos doigts ou d'autres objets dans les pièces mobiles.
- Consultez votre médecin avant de commencer un programme d'exercices afin de déterminer la fréquence, la durée et l'intensité appropriées en fonction de votre âge et de votre condition

physique. Cessez immédiatement d'utiliser le produit si vous avez des nausées, des vertiges, des évanouissements, des maux de tête, des douleurs thoraciques, une sensation d'oppression ou tout autre malaise.

- Ne déplacez pas l'appareil en le tenant par le siège.
- L'équipement est destiné à être utilisé par une seule personne à la fois.
- Cet équipement est conçu pour un usage domestique uniquement et supporte un poids maximal d'utilisateur de 120 kg.
- Laissez un espace de 1 à 2 mètres derrière l'équipement pour éviter les accidents sur le site.
- Placez l'appareil sur une surface plane et propre. Ne l'utilisez pas sur des tapis épais, car cela peut empêcher une bonne ventilation. Évitez de placer l'appareil à l'extérieur ou à proximité de l'eau.
- Maintenez la zone de stockage propre, sèche et plane afin d'éviter d'endommager l'équipement.
- Utilisez cet appareil exclusivement pour l'usage auquel il est destiné.
- N'utilisez l'appareil que dans des environnements où la température ambiante est comprise entre 0°C et 40°C. Stockez l'appareil dans un environnement dont la température est comprise entre -10°C et 60°C.

GARANTIE

Les réclamations au titre de la garantie sont exclues si la cause du défaut est le résultat de :

- Les travaux d'entretien et de réparation qui n'ont pas été effectués par un concessionnaire officiel.
- Utilisation inadéquate, négligence et/ou mauvais entretien.
- Non-entretien de l'appareil conformément aux instructions du fabricant.

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE (FIG. 1-6)

Pièces manquantes : S'il manque des pièces dans l'emballage, vérifiez soigneusement la mousse de polystyrène et l'appareil lui-même. Certaines pièces (boulons, vis, etc.) sont déjà fixées à l'appareil.

Message d'erreur : Veillez à ce que tous les câbles soient soigneusement attachés. Les supports de la console sont très sensibles et doivent être maintenus droits. Si la console émet un message d'erreur après le montage de l'équipement, il se peut que les supports de la console soient déformés. Le fait de redresser cette pièce en aluminium peut faire disparaître le message d'erreur.

Boulons à tête hexagonale : Assurez-vous que la clé à tête hexagonale est enfoncée dans le boulon avant d'appliquer la force. Cela empêchera la tête du boulon à douille de tourner.

AJUSTEMENT

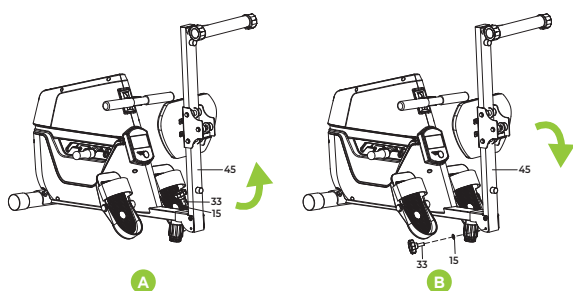
Réglage de la résistance

Utilisez la poignée pour augmenter ou diminuer l'intensité de l'entraînement.

REMARQUE ! Il est recommandé de commencer par un niveau de résistance adapté à votre condition physique actuelle. Commencez par une intensité légère et augmentez progressivement au fur et à mesure que votre endurance s'améliore.

INSTRUCTIONS DE PLIAGE

REMARQUE ! Conservez l'appareil dans un endroit sec, à l'intérieur, hors de portée des enfants. Veillez à ce qu'il soit placé dans une position stable et sûre afin d'éviter qu'il ne bascule et ne blesse des enfants ou des animaux domestiques.



Pliage des rails (A)

- Dévisser la goupille de verrouillage (33).
- Retirer la goupille d'arrêt et la rondelle plate (15) tout en rabattant les rails vers le haut.
- Réinsérer la goupille de verrouillage (33) avec la rondelle plate (15) pour sécuriser la position repliée.

Dépliage des rails (B)

- Dévisser la goupille de verrouillage (33).
- Retirer la goupille de verrouillage et la rondelle plate (15) tout en dépliant avec précaution les rails vers le sol.
- Réinsérer la goupille de verrouillage (33) avec la rondelle plate (15) pour verrouiller les rails en place.

ENTRETIEN

L'utilisation sûre et efficace de cet appareil n'est possible que s'il est correctement installé et entretenu. Il vous incombe de veiller à

ce que l'appareil soit entretenu régulièrement. Toute pièce usée ou endommagée doit être remplacée avant la reprise de l'utilisation. Cet appareil est destiné à être utilisé et stocké à l'intérieur uniquement. Une exposition prolongée aux conditions extérieures ou aux fluctuations de température et d'humidité peut affecter gravement les composants électriques et les pièces mobiles. Débranchez toujours le cordon d'alimentation avant de procéder au nettoyage ou à l'entretien.

Entretien quotidien

- Essuyez l'appareil après chaque utilisation pour éliminer la sueur et l'humidité.
- Veillez à ce que l'équipement soit exempt de poussière et de saleté.
- Évitez d'utiliser des produits de nettoyage agressifs et gardez l'équipement à l'abri d'une humidité excessive.

Entretien semestriel

- Inspectez tous les boulons et écrous reliés aux pièces mobiles. Serrez-les si nécessaire.
- Vérifier le mouvement de toutes les pièces mobiles et de tous les composants. Appliquer un spray de silicone si nécessaire.

Recommandations générales de nettoyage

- Nettoyez l'appareil après chaque séance d'entraînement.
- Utilisez un chiffon sec pour nettoyer le panneau de commande.
- Utilisez un chiffon doux et propre avec un détergent doux pour enlever les taches et les saletés persistantes sur.
- Stocker l'équipement dans un environnement propre et sec, à l'écart de la chaleur directe et des sources d'eau.

ATTENTION ! Les réparations doivent être effectuées par un technicien qualifié, sauf indication contraire du fournisseur ou du fabricant.

NETTOYAGE

Un nettoyage régulier prolonge considérablement la durée de vie de votre appareil. Veillez à ce que l'appareil ne soit pas poussiéreux en le nettoyant fréquemment.

La maintenance préventive permet non seulement de prolonger la durée de vie de l'équipement, mais aussi d'éviter les blessures potentielles.

Pour plus d'informations, visitez le site : www.virtufit.nl/service/faq

BATTERIE

PILES AA

L'écran utilise des piles AA, qui sont remplaçables au dos de l'écran. Les piles doivent être insérées correctement.

Si l'écran est illisible ou si seules certaines parties de l'image fonctionnent, procédez comme suit :

- Retirer les piles et attendre 15 secondes.
- Remplacez les piles correctement.

Informations sur la batterie

- Ne pas recharger, démonter ou jeter les piles au feu.
- Veillez à respecter la polarité (+ et -) lors de l'insertion des piles.
- Remplacez toujours toutes les piles en même temps ; ne mélangez pas les piles usagées et les piles neuves.
- Utilisez des piles alcalines pour une performance optimale et une durée de vie plus longue.
- Remplacez les piles lorsque l'écran s'assombrit ou ne répond plus à.

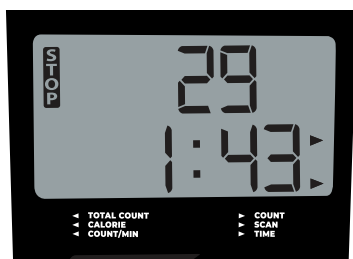
Remplacement de la batterie

- Si l'écran affiche des relevés inexacts, il est recommandé de remplacer la pile à l'adresse.
- Cet appareil nécessite 2 piles AA.

DÉPANNAGE

PROBLÈME	SOLUTION
La console n'affiche aucune valeur	Assurez-vous que le fil du capteur (35) et le fil de la console (36) sont bien connectés.
	Si le problème persiste, ajustez délicatement la position du capteur.
Grincement	Vérifiez que tous les boulons et écrous sont correctement serrés.
	Appliquer un spray de silicone sur le rail où passent les roues du siège.
	Inspectez les roues situées sous le siège pour vérifier qu'elles ne sont pas usées ou obstruées.

VUE D'ENSEMBLE DE LA CONSOLE (FIG. A)



TEMPS

- Affiche la durée totale de l'entraînement depuis le début de la séance d'exercice.

PAYS

- Indique le nombre de répétitions effectuées pendant la session en cours.

TOTAL COMPTE

- Affiche le nombre cumulé de répétitions sur l'ensemble des sessions.

CALORIES

- Indique le nombre estimé de calories brûlées pendant la séance d'entraînement.

SCAN

- Fait défiler automatiquement toutes les fonctions disponibles toutes les 6 secondes.

Fonction des touches (MODE)

- Cette touche permet de sélectionner et de verrouiller une fonction d'affichage spécifique : **BALAYAGE → TEMPS → COMPTAGE → COMPTAGE TOTAL → CALORIES → RPM → BALAYAGE**
- Appuyez sur la touche MODE pendant 3 secondes pour remettre toutes les valeurs à zéro.

REMARQUE ! Le **COMPTAGE TOTAL** n'est pas remis à zéro.

FONCTION MARCHE/ARRÊT AUTOMATIQUE

- Le système passe automatiquement en mode veille après environ 4 minutes d'inactivité (aucune pression de bouton ou entrée de capteur).
- Pour réactiver l'affichage à partir du mode d'attente, appuyez sur la touche MODE ou générez une entrée via le capteur (par exemple, commencez à faire de l'exercice).

ATTENTION ! Pour éviter tout dommage, conservez toujours la console à l'abri de la lumière directe du soleil et veillez à ce que la surface soit bien séchée si des gouttes de sueur se sont accumulées. Ne vous appuyez pas sur la console, car une pression excessive peut provoquer des dommages internes ou externes.

Spécifications de la console

Fonction	Auto Scan	Toutes les 6 secondes
	L'heure	0:00 - 99:59 (M :S)
	Vitesse	0 - 9999
	Distance	0 - 9999
	Calories	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Type de batterie		2 x AA

Température de fonctionnement	0°C - 40°C
Température de stockage	-10°C - 60°C

Données techniques

Paramètres	Valeur
Longueur	172 cm
Largeur	38 cm
Hauteur	54 cm
Poids	15,2 kg
Poids max. de l'utilisateur	120 kg

LIGNES DIRECTRICES POUR LA FORMATION

Un programme d'entraînement réussi comprend un échauffement, l'entraînement proprement dit et un retour au calme. Effectuez le programme d'entraînement complet au moins deux fois, mais de préférence trois fois par semaine, et gardez un jour de repos entre les séances d'entraînement. Après quelques mois, l'intensité de l'entraînement peut être augmentée, par exemple à quatre ou cinq fois par semaine.

L'échauffement

L'échauffement a pour but de préparer le corps à l'entraînement et de réduire le risque de blessure. Échauffez-vous pendant deux à cinq minutes avant de commencer une séance de cardio ou de musculation. Faites des exercices qui augmentent la fréquence cardiaque et échauffent les muscles qui travaillent. Des exemples de ce type d'activité sont la course à pied, le jogging, les sauts d'obstacles, le saut à la corde et la course sur place.

Étirements

Les étirements pendant que les muscles sont chauds sont très importants après un bon échauffement et une bonne récupération. Ils réduisent le risque de blessure. Les exercices d'étirement doivent être maintenus pendant 15 à 30 secondes.

Refroidissement

L'objectif de la phase de récupération est de ramener le corps à sa position de repos (presque) normale à la fin de la séance d'entraînement. Un bon retour au calme réduit lentement la fréquence cardiaque et favorise la récupération.

PIÈCES DE RECHANGE

Pour demander des pièces de rechange pour votre équipement

VirtuFit, veuillez vous référer aux informations figurant sur la couverture de ce manuel. Afin de vous aider efficacement, nous vous demandons de bien vouloir fournir les détails suivants lorsque vous contactez notre équipe d'assistance :

- Le **numéro de modèle** et le **numéro de série** du produit
- Le **nom du produit**
- La **référence** et une **description** claire de la (des) pièce(s) requise(s) (comme indiqué dans la **liste des pièces** et dans la section des **vues éclatées** de ce manuel)

En fournissant des informations exactes, vous nous aiderez à traiter votre demande rapidement et efficacement.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Élimination responsable des emballages

Chez VirtuFit, nous nous engageons à réduire l'impact sur l'environnement. Nous vous demandons de bien vouloir recycler tous les matériaux d'emballage dans des installations de recyclage désignées, conformément aux initiatives nationales de réduction des déchets.

Élimination des produits

L'équipement VirtuFit est conçu pour offrir des performances et une fiabilité à long terme. Lorsque le moment est venu de mettre le produit au rebut, veiller à ce qu'il soit éliminé conformément à la directive européenne sur les déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE). Cela signifie que le produit doit être remis à un point de collecte agréé pour un recyclage sûr et respectueux de l'environnement.

DÉCLARATION DU FABRICANT

VirtuFit déclare par la présente que ce produit est conforme aux normes et directives suivantes :

- EN ISO 20957
- CEM (2014/30/UE)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

Le produit est donc certifié CE.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Les Pays-Bas

SPIS TREŚCI

Instrukcje bezpieczeństwa	26
Gwarancja	26
Instrukcja montażu	26
Regulacja	27
Instrukcja składania	27
Konserwacja	27
Czyszczenie	27
Bateria	28
Rozwiązywanie problemów	28
Przegląd konsoli	28
Wytyczne treningowe	29
Części zamienne	29
Dodatkowe informacje	29
Deklaracja producenta	29

INSTRUKCJE BEZPIECZEŃSTWA

⚠ OSTRZEŻENIE!

Przed rozpoczęciem ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Jest to szczególnie ważne w przypadku osób z problemami zdrowotnymi. Przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia należy przeczytać wszystkie instrukcje. Firma VirtuFit nie ponosi odpowiedzialności za obrażenia ciała lub uszkodzenia mienia wynikające z korzystania z tego sprzętu. Przed przystąpieniem do montażu i/lub użytkowania sprzętu należy uważnie przeczytać niniejszą instrukcję.

- Przed użyciem należy upewnić się, że urządzenie jest w pełni zmontowane, a wszystkie nakrętki i śruby są dobrze dokręcone.
- Raz w roku należy nasmarować wszystkie ruchome części silikonem w sprayu.
- Unikaj noszenia luźnych ubrań, aby zapobiec ich zahaczeniu o ruchome części.
- Umieść urządzenie i używaj go na stabilnej, równej powierzchni.
- Podczas korzystania ze sprzętu należy zawsze nosić czyste obuwie sportowe.
- Podczas użytkowania trzymać dzieci i zwierzęta domowe w bezpiecznej odległości.
- Podczas korzystania z urządzenia należy przez cały czas utrzymywać prawidłową równowagę.
- Nie wolno wkładać palców ani innych przedmiotów do ruchomych części.
- Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem w celu ustalenia odpowiedniej częstotliwości, czasu trwania i intensywności w zależności

od wieku i kondycji fizycznej. Należy natychmiast przerwać trening, jeśli wystąpią nudności, zawroty głowy, omdlenia, ból głowy, ból w klatce piersiowej, ucisk lub jakikolwiek inny dyskomfort.

- Nie wolno przenosić urządzenia trzymając je za siedzisko.
- Urządzenie jest przeznaczone do użytku tylko przez jedną osobę na raz.
- To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego i obsługuje maksymalną wagę użytkownika wynoszącą 120 kg.
- Należy pozostawić 1-2 metry wolnej przestrzeni za urządzeniem, aby zapobiec wypadkom.
- Urządzenie należy umieścić na czystej, płaskiej powierzchni. Nie używaj go na grubych dywanach, ponieważ może to utrudniać prawidłową wentylację. Należy unikać umieszczania urządzenia na zewnątrz lub w pobliżu wody.
- Miejsce przechowywania powinno być czyste, suche i wypoziomowane, aby zapobiec uszkodzeniu sprzętu.
- Urządzenia należy używać wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem.
- Urządzenie należy eksploatować wyłącznie w otoczeniu o temperaturze od 0°C do 40°C. Urządzenie należy przechowywać w otoczeniu o temperaturze od -10°C do 60°C.

GWARANCJA

Roszczenia gwarancyjne są wykluczone, jeśli przyczyna wady jest wynikiem:

- Prace konserwacyjne i naprawcze niewykonywane przez oficjalnego dealera.
- Niewłaściwe użytkowanie, zaniedbanie i/lub niewłaściwa konserwacja.
- Niekonserwowanie urządzenia zgodnie z instrukcjami producenta.

INSTRUKCJE MONTAŻU (KROK 1-6)

Brakujące części: Jeśli w opakowaniu brakuje jakichkolwiek części, należy dokładnie sprawdzić styropian i samo urządzenie. Niektóre części (śruby, wkręty itp.) są już przymocowane do urządzenia.

Komunikat o błędzie: Upewnij się, że wszystkie kable są dokładnie podłączone. Wsporniki konsoli są bardzo delikatne i muszą być utrzymywane prosto. Jeśli konsola wyświetla komunikat o błędzie po zamontowaniu sprzętu, wsporniki konsoli mogą być wygięte. Wyprostowanie tej aluminiowej części może sprawić, że komunikat o błędzie zniknie.

Śruby z łbem sześciokątnym: Upewnij się, że klucz z łbem sześciokątnym jest wciśnięty w śrubę przed przyłożeniem siły. Zapobiegnie to obracaniu się łba śruby z gniazdem.

REGULACJA

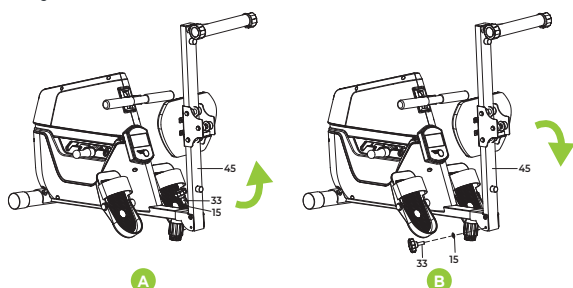
Regulacja oporu

Użyj uchwytu, aby zwiększyć lub zmniejszyć intensywność treningu.

UWAGA! Zaleca się rozpoczęcie treningu od poziomu oporu odpowiadającego aktualnemu poziomowi sprawności fizycznej. Zacznij od lekkiej intensywności i stopniowo zwiększaj ją w miarę poprawy wytrzymałości.

INSTRUKCJE SKŁADANIA

UWAGA! Urządzenie należy przechowywać w suchym pomieszczeniu, poza zasięgiem dzieci. Upewnij się, że urządzenie jest umieszczone w stabilnej i bezpiecznej pozycji, aby zapobiec jego przewróceniu się i spowodowaniu obrażeń u dzieci lub zwierząt domowych.



Składanie szyn (A)

- Odkręcić kołek blokujący (33).
- Wyjąć sworzeń blokujący i płaską podkładkę (15), jednocześnie składając szyny do góry.
- Ponownie włożyć sworzeń blokujący (33) wraz z płaską podkładką (15), aby zabezpieczyć złożoną pozycję.

Rozkładanie szyn (B)

- Odkręcić kołek blokujący (33).
- Wyjąć sworzeń blokujący i płaską podkładkę (15), jednocześnie ostrożnie rozkładając szyny w dół w kierunku podłogi.
- Ponownie włożyć sworzeń blokujący (33) wraz z płaską podkładką (15), aby zablokować szyny na miejscu.

KONSERWACJA

Bezpieczne i efektywne korzystanie z tego urządzenia jest możliwe tylko wtedy, gdy jest ono prawidłowo zainstalowane i odpowiednio

konserwowane. Użytkownik jest odpowiedzialny za regularne serwisowanie urządzenia. Wszelkie zużyte lub uszkodzone części należy wymienić przed wznowieniem użytkowania. To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku i przechowywania w pomieszczeniach. Długotrwała ekspozycja na warunki zewnętrzne lub wahania temperatury i wilgotności mogą poważnie wpłynąć na podzespoły elektryczne i części ruchome. Przed przystąpieniem do czyszczenia lub konserwacji należy zawsze odłączyć przewód zasilający.

Codzienna konserwacja

- Po każdym użyciu należy wytrzeć urządzenie, aby usunąć pot i wilgoć.
- Upewnij się, że sprzęt jest wolny od kurzu i brudu.
- Należy unikać stosowania ostrych środków czyszczących i trzymać urządzenie z dala od nadmiernej wilgoci.

Konserwacja półroczna

- Sprawdź wszystkie śruby i nakrętki połączone z ruchomymi częściami. W razie potrzeby dokręć je.
- Sprawdź ruch wszystkich ruchomych części i komponentów. W razie potrzeby zastosuj silikon w sprayu.

Ogólne zalecenia dotyczące czyszczenia

- Urządzenie należy czyścić po każdej sesji treningowej.
- Do czyszczenia panelu sterowania należy używać suchej szmatki.
- Użyj miękkiej, czystej ściereczki z łagodnym detergentem, aby usunąć uporczywe plamy i zabrudzenia.
- Sprzęt należy przechowywać w czystym i suchym miejscu, z dala od bezpośredniego źródła ciepła i wody.

UWAGA! Naprawy muszą być wykonywane przez wykwalifikowanego technika, chyba że dostawca lub producent zaleci inaczej.

CZYSZCZENIE

Regularne czyszczenie znacznie wydłuża żywotność sprzętu. Utrzymuj urządzenie wolne od kurzu, często je czyszcząc.

Konserwacja zapobiegawcza nie tylko przedłuża żywotność sprzętu, ale także pomaga uniknąć potencjalnych obrażeń.

Więcej szczegółowych informacji można znaleźć na stronie www.virtufit.nl/service/faq

BATERIA

BATERIE AA

Wyświetlacz wykorzystuje baterie AA, które można wymienić z tyłu wyświetlacza. Baterie muszą być włożone prawidłowo.

Jeśli ekran jest nieczytelny lub działa tylko część obrazu, wykonaj następujące czynności:

- Wyjmij baterie i odczekaj 15 sekund.
- Prawidłowo wymień baterie.

Informacje o akumulatorze

- Nie wolno ładować, demontować ani wrzucać baterii do ognia.
- Podczas wkładania baterii należy zwrócić uwagę na prawidłową biegunowość (+ i -).
- Zawsze wymieniaj wszystkie baterie w tym samym czasie; nie mieszaj starych i nowych baterii.
- Baterie alkaliczne zapewniają optymalną wydajność i dłuższą żywotność.
- Baterie należy wymienić, gdy wyświetlacz przygasa lub przestaje reagować.

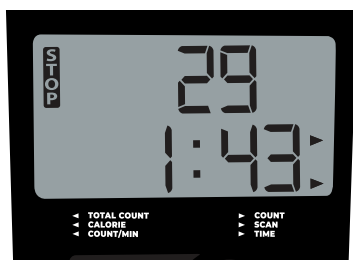
Wymiana baterii

- Jeśli wyświetlacz pokazuje niedokładne odczyty, zalecana jest wymiana baterii.
- To urządzenie wymaga 2 baterii AA.

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

PROBLEM	ROZWIĄZANIE
Konsola nie wyświetla żadnych wartości	Upewnij się, że przewód czujnika (35) i przewód konsoli (36) są prawidłowo podłączone. Jeśli problem nie ustąpi, delikatnie wyreguluj położenie czujnika.
Piszczący hałas	Sprawdź, czy wszystkie śruby i nakrętki są prawidłowo dokręcone. Nałóż silikon w sprayu na szynę, po której poruszają się kółka fotelika. Sprawdź koła pod siedzeniem pod kątem zużycia lub niedrożności.

PRZEGLĄD KONSOLI (RYS. A)



TIME

- Wyświetla całkowity czas treningu od początku sesji ćwiczeń.

COUNT

- Wyświetla liczbę powtórzeń wykonanych podczas bieżącej sesji.

TOTAL

- Wyświetla łączną liczbę powtórzeń we wszystkich sesjach.

CALORIE

- Wskazuje szacunkową liczbę kalorii spalonych podczas treningu.

SCAN

- Automatycznie przełącza wszystkie dostępne funkcje co 6 sekund.

Funkcja przycisku (MODE)

- Użyj tego przycisku, aby wybrać i zablokować określoną funkcję wyświetlacza: **SCAN → TIME → COUNT → TOTAL COUNT → CALORIES → RPM → SCAN**
- Naciśnij i przytrzymaj przycisk MODE przez 3 sekundy, aby wyzerować wszystkie wartości. **UWAGA! Licznik TOTAL COUNT nie zostanie zresetowany.**

FUNKCJA AUTOMATYCZNEGO AUTOMATYCZNE WYŁĄCZANIE

- System automatycznie przejdzie w tryb czuwania po około 4 minutach bezczynności (brak naciśnięcia przycisku lub wejścia czujnika).
- Aby ponownie aktywować wyświetlacz z trybu gotowości, naciśnij przycisk MODE lub wygeneruj dane wejściowe za pomocą czujnika (np. rozpocznij ćwiczenia).

UWAGA! Aby zapobiec uszkodzeniom, zawsze trzymaj konsolę z dala od bezpośredniego światła słonecznego i upewnij się, że powierzchnia została dokładnie wysuszona, jeśli zebrały się na niej krople potu. Nie należy opierać się o konsolę, ponieważ nadmierny nacisk może spowodować uszkodzenia wewnętrzne lub zewnętrzne.

Specyfikacja konsoli

Funkcja	Automatyczne skanowanie	Co 6 sekund
	Czas	0:00 - 99:59 (M :S)
	Prędkość	0 - 9999
	Odległość	0 - 9999
	Kalorie	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Typ akumulatora		2 x AA
Temperatura pracy		0°C - 40°C
Temperatura przechowywania		-10°C - 60°C

Dane techniczne

Parametr	Wartość
Długość	172 cm
Szerokość	38 cm
Wysokość	54 cm
Waga	15,2 kg
Maksymalna waga użytkownika	120 kg

WYTYCZNE DOTYCZĄCE TRENINGU

Skuteczny program treningowy obejmuje rozgrzewkę, właściwy trening i odpoczynek. Wykonuj kompletny program treningowy co najmniej dwa razy, ale najlepiej trzy razy w tygodniu i zachowaj dzień odpoczynku między sesjami treningowymi. Po kilku miesiącach intensywność treningu można zwiększyć, na przykład do czterech lub pięciu razy w tygodniu.

Rozgrzewka

Celem rozgrzewki jest przygotowanie ciała do treningu i zmniejszenie ryzyka kontuzji. Rozgrzewaj ciało przez dwie do pięciu minut przed rozpoczęciem treningu cardio lub siłowego. Wykonuj ćwiczenia, które zwiększają tętno i rozgrzewają pracujące mięśnie. Przykłady tego typu aktywności to bieganie, jogging, skakanie na skakance, skakanie na skakance i bieg w miejscu.

Rozciąganie

Rozciąganie, gdy mięśnie są rozgrzane, jest bardzo ważne po dobrej rozgrzewce i schłodzeniu. Zmniejsza to ryzyko kontuzji. Ćwiczenia rozciągające powinny być wykonywane przez 15-30 sekund.

Schłodzenie

Celem schłodzenia jest przywrócenie ciała do (prawie) normalnej pozycji spoczynkowej po zakończeniu treningu. Dobry cool-down powoli obniża tętno i wspomaga regenerację.

CZĘŚCI ZAMIENNE

Aby zamówić części zamienne do sprzętu VirtuFit, należy zapoznać się z informacjami na przedniej okładce niniejszej instrukcji. W celu zapewnienia skutecznej pomocy uprzejmie prosimy o podanie następujących danych podczas kontaktu z naszym zespołem pomocy technicznej:

- Numer modelu i numer seryjny produktu
- Nazwa produktu

- Numer części i jasny opis wymaganej części (zgodnie z listą części i widokiem rozłożonym w niniejszej instrukcji)

Podanie dokładnych informacji pomoże nam w szybkim i skutecznym rozpatrzeniu wniosku.

DODATKOWE INFORMACJE

Odpowiedzialna utylizacja opakowań

W VirtuFit jesteśmy zaangażowani w zmniejszanie wpływu na środowisko. Uprzejmie prosimy o recykling wszystkich materiałów opakowaniowych za pośrednictwem wyznaczonych zakładów recyklingu, zgodnie z krajowymi inicjatywami dotyczącymi redukcji odpadów.

Utylizacja produktu

Sprzęt VirtuFit został skonstruowany z myślą o zapewnieniu długotrwałej wydajności i niezawodności. Kiedy w końcu nadejdzie czas wycofania produktu z użytku, należy upewnić się, że jest on utylizowany zgodnie z europejską dyrektywą WEEE. Oznacza to oddanie produktu do autoryzowanego punktu zbiórki w celu bezpiecznego i przyjaznego dla środowiska recyklingu.

DEKLARACJA PRODUCENTA

VirtuFit niniejszym oświadcza, że ten produkt jest zgodny z następującymi normami i dyrektywami:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/UE + 2015/863)

W rezultacie produkt posiada certyfikat CE.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Holandia

INDEX

Bezpečnostní pokyny	30
Záruka	30
Návod k montáži	30
Nastavení	30
Pokyny pro skládání	31
Údržba	31
Čištění	31
Baterie	31
Řešení problémů	32
Přehled konzolí	32
Pokyny pro školení	32
Náhradní díly	33
Další informace	33
Prohlášení výrobce	33

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

⚠ VAROVÁNÍ!

Než začnete cvičit, poradte se se svým lékařem. To je důležité zejména pro osoby se zdravotními problémy. Před použitím zařízení si přečtěte všechny pokyny. Společnost VirtuFit nenese žádnou odpovědnost za zranění nebo škody na majetku vzniklé v důsledku používání tohoto zařízení. Před sestavením a/nebo použitím zařízení si pečlivě přečtěte tento návod.

- Před použitím se ujistěte, že je zařízení kompletně smontováno a že jsou všechny matice a šrouby pevně dotaženy.
- Jednou ročně namažte všechny pohyblivé části silikonovým sprejem.
- Vyvarujte se nošení volného oblečení, aby se nezachytilo o pohyblivé části.
- Zařízení umístěte a používejte na stabilním, rovném povrchu.
- Při používání zařízení vždy noste čistou sportovní obuv.
- Během používání udržujte děti a domácí zvířata v bezpečné vzdálenosti.
- Při práci s tímto zařízením vždy udržujte správnou rovnováhu.
- Nevkládejte prsty ani jiné předměty do pohyblivých částí.
- Před zahájením jakéhokoli cvičebního programu se poradte se svým lékařem, aby určil vhodnou frekvenci, délku a intenzitu cvičení s ohledem na váš věk a fyzickou kondici. Pokud se u vás objeví nevolnost, závratě, mdloby, bolest hlavy, bolest na hrudi, napětí nebo jiné potíže, okamžitě přestaňte přípravku užívat.
- Nepřemísťujte zařízení tak, že ho budete držet za sedadlo.

- Zařízení je určeno pouze pro použití jednou osobou najednou.
- Toto zařízení je určeno pouze pro domácí použití a podporuje maximální hmotnost uživatele 120 kg.
- Za zařízením ponechte 1-2 metry volného prostoru, abyste zabránili nehodám na.
- Umístěte zařízení na čistý, rovný povrch. Nepoužívejte jej na silných kobercích, protože by mohly bránit správnému větrání. Neumísťujte toto zařízení venku nebo v blízkosti vody.
- Skladovací plochu udržujte čistou, suchou a rovnou, aby nedošlo k poškození zařízení.
- Toto zařízení používejte výhradně k určenému účelu.
- Zařízení provozujte pouze v prostředí s okolní teplotou mezi 0°C a 40°C. Zařízení skladujte v prostředí s teplotou mezi -10°C a 60°C.

ZÁRUKA

Nároky ze záruky jsou vyloučeny, pokud je příčinou závady:

- Údržba a opravy, které neprovádí oficiální prodejce.
- Nesprávné používání, nedbalost a/nebo špatná údržba.
- Nedodržení údržby spotřebiče v souladu s pokyny výrobce.

NÁVOD K MONTÁŽI (KROK 1-6)

Chybějící díly: Pokud v balení chybí nějaké díly, pečlivě zkontrolujte pěnový polystyren a samotný spotřebič. Některé díly (šrouby, vruty atd.) jsou již k přístroji připevněny.

Chybová zpráva: Ujistěte se, že jsou všechny kabely pečlivě připojeny. Držáky konzole jsou velmi citlivé a musí být rovné. Pokud konzola po montáži zařízení vydá chybové hlášení, mohou být držáky konzoly ohnuté. Narovnáním této hliníkové části může chybové hlášení zmizet.

Šrouby se šestihlannou hlavou: Před použitím síly se ujistěte, že je klíč se šestihlannou hlavou zatlačen do šroubu. Tím zabráníte otáčení hlavy šroubu s vnitřním šestihlannem.

NASTAVENÍ

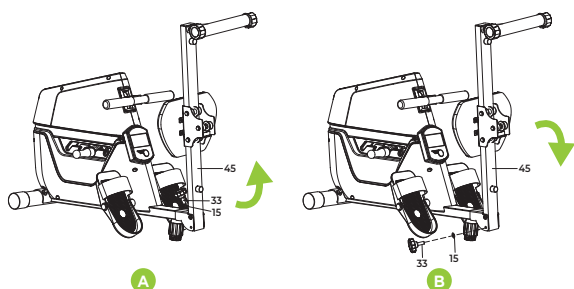
Nastavení odporu

Pomocí rukojeti můžete zvýšit nebo snížit intenzitu tréninku.

POZNÁMKA! Doporučujeme začít s takovou úrovní odporu, která odpovídá vaší aktuální kondici. Začněte s lehkou intenzitou a postupně ji zvyšujte, jak se bude zlepšovat vaše vytrvalost.

POKYNY PRO SKLÁDÁNÍ

POZNÁMKA! Přístroj skladujte v suchých vnitřních prostorách mimo dosah dětí. Zajistěte, aby byl umístěn ve stabilní a bezpečné poloze, aby se nepřevrátil a nezpůsobil zranění dětí nebo domácích zvířat.



Sklopení kolejníc (A)

- Vyšroubujte zajišťovací kolík (33).
- Vyjměte zajišťovací kolík a plochou podložku (15) a současně sklopte kolejnici nahoru.
- Znovu nasadte pojistný kolík (33) spolu s plochou podložkou (15), abyste zajistili sklopenou polohu.

Rozložení kolejníc (B)

- Vyšroubujte zajišťovací kolík (33).
- Vyjměte zajišťovací kolík a plochou podložku (15) a opatrně odklopte kolejnici směrem dolů k podlaze.
- Znovu nasadte zajišťovací kolík (33) spolu s plochou podložkou (15), abyste zajistili kolejnici na místě.

ÚDRŽBA

Bezpečné a účinné používání tohoto spotřebiče je možné pouze tehdy, je-li správně nainstalován a řádně udržován. Je vaší povinností zajistit pravidelnou údržbu spotřebiče. Jakékoli opotřebované nebo poškozené díly je třeba před dalším používáním vyměnit. Toto zařízení je určeno pouze pro vnitřní použití a skladování. Dlouhodobé vystavení venkovním podmínkám nebo kolísání teploty a vlhkosti může vážně ovlivnit elektrické součásti a pohyblivé díly. Před čištěním nebo prováděním jakékoli údržby vždy odpojte napájecí kabel.

Denní údržba

- Po každém použití přístroj otřete, abyste odstranili pot a vlhkost z.
- Ujistěte se, že je zařízení zbaveno prachu a nečistot.
- Nepoužívejte drsné čisticí prostředky a chraňte zařízení před nadměrnou vlhkostí.

Půlroční údržba

- Zkontrolujte všechny šrouby a matice připojené k pohyblivým částem. V případě potřeby je utáhněte.
- Zkontrolujte pohyb všech mobilních částí a komponentů. V případě potřeby použijte silikonový sprej.

Obecná doporučení pro čištění

- Po každém tréninku jednotku vyčistěte.
- K čištění ovládacího panelu použijte suchý hadřík.
- K odstranění přetrvávajících skvrn a nečistot použijte měkký čistý hadřík s jemným čisticím prostředkem.
- Zařízení skladujte v čistém a suchém prostředí, mimo dosah přímého tepla a zdrojů vody.

POZOR! Opravy musí provádět kvalifikovaný technik, pokud dodavatel nebo výrobce neurčí jinak.

ČIŠTĚNÍ

Pravidelné čištění výrazně prodlužuje životnost zařízení. Udržujte spotřebič bez prachu častým čištěním.

Preventivní údržba nejen prodlužuje životnost zařízení, ale také pomáhá předcházet možným úrazům.

Podrobnější informace naleznete na adrese:

www.virtufit.nl/service/faq

BATERIE

BATERIE AA

Displej používá baterie AA, které lze vyměnit na zadní straně displeje. Baterie musí být vloženy správně.

Pokud je obrazovka nečitelná nebo fungují pouze části obrazu, postupujte následovně:

- Vyjměte baterie a počkejte 15 sekund.
- Vyměňte správně baterie.

Informace o baterii

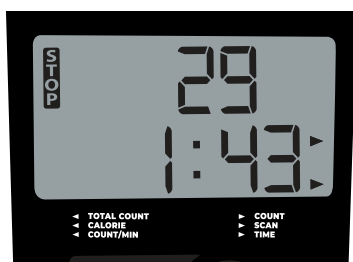
- Baterie nenabíjejte, nerozebírejte ani nevhazujte do ohně.
- Při vkládání baterií dbejte na správnou polaritu (+ a -).
- Vždy vyměňte všechny baterie najednou; nemíchejte staré a nové baterie.
- Pro optimální výkon a delší životnost používejte alkalické baterie.
- Vyměňte baterie, když displej ztmavne nebo přestane reagovat na.

Výměna baterie

- Pokud se na displeji zobrazují nepřesné údaje, doporučuje se výměna baterie.
- Toto zařízení vyžaduje 2× baterie AA.

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

PROBLÉM	ŘEŠENÍ
Konzola nezobrazuje žádné hodnoty	Ujistěte se, že jsou vodič senzoru (35) a vodič konzoly (36) pevně připojeny. Pokud problém přetrvává, opatrně upravte polohu snímače.
Vrzání	Zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby a matice řádně utaženy. Naneste silikonový sprej na kolejnici v místě, kde vedou kolečka sedadla. Zkontrolujte kola pod sedadlem, zda nejsou opotřebovaná nebo překážejí.

PŘEHLED KONZOL (OBR. A)**ČAS**

- Zobrazuje celkový čas cvičení od začátku cvičení.

COUNT

- Zobrazuje počet opakování provedených během aktuální relace.

CELKOVÝ POČET

- Zobrazuje kumulativní počet opakování ve všech relacích.

KALORIE

- Uvádí odhadovaný počet kalorií spálených během tréninku.

SCAN

- Každých 6 sekund automaticky prochází všechny dostupné funkce.

Funkce kláves (MODE)

- Toto tlačítko slouží k výběru a uzamčení určité funkce displeje: **SKENOVÁNÍ → ČAS → POČET → CELKOVÝ POČET → KALORIE → OTÁČKY → SKENOVÁNÍ**
- Stisknutím a podržením tlačítka MODE po dobu 3 sekund vynulujete všechny hodnoty.

POZNÁMKA! Celkový počet se nevynuluje.

FUNKCE AUTOMATICKÉHO ZAPNUTÍ/VYPNUTÍ

- Systém přejde automaticky do pohotovostního režimu přibližně po 4 minutách nečinnosti (bez stisknutí tlačítka nebo vstupu do senzoru).
- Chcete-li znovu aktivovat displej z pohotovostního režimu, stiskněte tlačítko MODE nebo vytvořte vstup prostřednictvím senzoru (např. začnete cvičit).

POZOR! Abyste předešli poškození, uchovávejte konzoli mimo dosah přímého slunečního světla a zajistěte, aby byl povrch důkladně vysušen, pokud se na něm nahromadily kapky potu. Neopírejte se o konzolu, protože nadměrný tlak může způsobit vnitřní nebo vnější poškození.

Specifikace konzoly

Funkce	Automatické skenování	Každých 6 sekund
	Čas	0:00 - 99:59 (M :S)
	Rychlost	0 - 9999
	Vzdálenost	0 - 9999
	Kalorie	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Typ baterie		2 x AA
Provozní teplota		0°C - 40°C
Skladovací teplota		-10°C - 60°C

Technické údaje

Parametr	Hodnota
Délka	172 cm
Šířka	38 cm
Výška	54 cm
Hmotnost	15,2 kg
Maximální hmotnost uživatele	120 kg

POKYNY PRO ŠKOLENÍ

Úspěšný tréninkový program zahrnuje zahřátí, vlastní trénink a ochlazení. Kompletní tréninkový program provádějte nejméně dvakrát, nejlépe však třikrát týdně a mezi tréninky dodržujte den odpočinku. Po několika měsících lze intenzitu tréninku zvýšit, například na čtyřikrát nebo pětikrát týdně.

Rozcvičení

Účelem rozcvičky je připravit tělo na trénink a snížit riziko zranění. Před zahájením kardio nebo silového tréninku zahřívajte tělo dvě až pět minut. Provádějte cviky, které zvyšují tepovou frekvenci a zahřívají pracující svaly. Příkladem tohoto typu aktivity je běh, jogging, poskoky, skákání a běh na místě.

Protahování

Protahování svalů v teple je velmi důležité po dobrém zahřátí a ochlazení. Snižuje riziko zranění. Protahovací cviky by měly trvat 15-30 sekund.

Ochlazení

Účelem ochlazení je vrátit tělo do (téměř) normální klidové polohy na konci tréninku. Dobré ochlazení pomalu snižuje tepovou frekvenci a podporuje regeneraci.

NÁHRADNÍ DÍLY

Chcete-li si vyžádat náhradní díly pro zařízení VirtuFit, nahlédněte do informací na přední straně této příručky. Abychom vám mohli účinně pomoci, prosíme vás, abyste při kontaktování našeho týmu podpory uvedli následující údaje:

- **Číslo modelu a sériové číslo výrobku**
- **Název produktu**
- **Číslo dílu a jasný popis** požadovaného dílu (dílů) (jak je uvedeno v **seznamu dílů** a zobrazeno v části této příručky s **rozbořem**)

Poskytnutí přesných informací nám pomůže rychle a efektivně zpracovat vaši žádost.

DALŠÍ INFORMACE

Odpovědná likvidace obalů

Ve společnosti VirtuFit se snažíme snižovat dopad na životní prostředí. Žádáme vás, abyste všechny obalové materiály recyklovali v určených recyklačních zařízeních v souladu s národními iniciativami na snížení množství odpadu.

Likvidace výrobku

Zařízení VirtuFit je vyrobeno tak, aby poskytovalo dlouhodobý výkon a spolehlivost. Až přijde čas vyřadit výrobek z provozu, zajistěte, aby byl zlikvidován v souladu s evropskou směrnicí o odpadních elektrických a elektronických zařízeních. To znamená, že výrobek odevzdáte na autorizovaném sběrném místě k bezpečné a ekologické recyklaci.

PROHLÁŠENÍ VÝROBCE

Společnost VirtuFit tímto prohlašuje, že tento výrobek splňuje následující normy a směrnice:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

Díky tomu má výrobek certifikát CE.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Nizozemsko

INDEX

Instrucțiuni de siguranță	34
Garanție	34
Instrucțiuni de asamblare	34
Reglarea	35
Instrucțiuni de pliere	35
Întreținere	35
Curățare	35
Baterie	35
Rezolvarea problemelor	36
Prezentare generală a consolei	36
Ghiduri de formare	37
Piese de schimb	37
Informații suplimentare	37
Declarația producătorului	37

INSTRUCȚIUNI DE SIGURANȚĂ

⚠️ AVERTIZARE!

Consultați-vă medicul înainte de a începe să faceți exerciții fizice. Acest lucru este deosebit de important pentru persoanele cu probleme de sănătate. Vă rugăm să citiți toate instrucțiunile înainte de a utiliza echipamentul. VirtuFit nu își asumă nicio responsabilitate pentru rănilor sau daunele materiale rezultate în urma utilizării acestui echipament. Vă rugăm să citiți cu atenție acest manual înainte de a asambla și/sau utiliza echipamentul.

- Asigurați-vă că echipamentul este complet asamblat și că toate piulițele și șuruburile sunt bine strânse înainte de utilizare.
- Lubrifiați toate piesele mobile o dată pe an folosind spray cu silicon.
- Evitați să purtați haine largi pentru a preveni prinderea acestora în piesele în mișcare.
- Așezați și utilizați echipamentul pe o suprafață stabilă, plană.
- Purtați întotdeauna pantofi sport curați în timpul utilizării echipamentului.
- Țineți copiii și animalele de companie la o distanță sigură în timpul utilizării.
- Mențineți un echilibru adecvat în permanență în timpul utilizării acestui echipament.
- Nu introduceți degetele sau alte obiecte în nicio piesă în mișcare.
- Consultați medicul înainte de a începe orice program de exerciții fizice pentru a determina frecvența, durata și intensitatea adecvate în funcție de vârsta și condiția dumneavoastră fizică.

Întrerupeți imediat utilizarea dacă prezentați greață, amețeli, leșin, dureri de cap, dureri în piept, strângere sau orice alt disconfort.

- Nu mutați echipamentul ținându-l de scaun.
- Echipamentul este destinat utilizării de către o singură persoană la un moment dat.
- Acest echipament este proiectat numai pentru uz casnic și suportă o greutate maximă a utilizatorului de 120 kg.
- Lăsați un spațiu liber de 1-2 metri în spatele echipamentului pentru a preveni accidentele.
- Așezați echipamentul pe o suprafață curată, plană. Nu îl utilizați pe covorașe groase, deoarece acestea pot obstrucționa ventilația corespunzătoare. Evitați amplasarea acestui echipament în aer liber sau în apropierea apei.
- Păstrați zona de depozitare curată, uscată și nivelată pentru a preveni deteriorarea echipamentului.
- Utilizați acest echipament exclusiv pentru scopul pentru care a fost conceput.
- Utilizați echipamentul numai în medii cu o temperatură ambiantă între 0°C și 40°C. Depozitați echipamentul în medii cu o temperatură cuprinsă între -10°C și 60°C.

GARANȚIE

Cererile de garanție sunt excluse în cazul în care cauza defectului este rezultatul:

- Lucrări de întreținere și reparații neefectuate de un dealer oficial.
- Utilizare necorespunzătoare, neglijență și/sau întreținere necorespunzătoare.
- Neîntreținerea aparatului în conformitate cu instrucțiunile producătorului.

INSTRUCȚIUNI DE ASAMBLARE (PASUL 1-6)

Piese lipsă: Dacă lipsesc piese din ambalaj, verificați cu atenție spuma de polistiren și aparatul în sine. Unele piese (șuruburi, bolțuri etc.) sunt deja atașate la aparat.

Mesaj de eroare: Asigurați-vă că toate cablurile sunt atașate cu grijă. Suporturile consolei sunt foarte sensibile și trebuie să fie menținute drepte. Dacă consola emite un mesaj de eroare după ce echipamentul a fost montat, este posibil ca suporturile consolei să fie îndoite. Îndreptarea acestei piese din aluminiu poate face să dispară mesajul de eroare.

Șuruburi cu cap hexagonal: Asigurați-vă că cheia cu cap hexagonal este împinsă în șurub înainte de a aplica forță. Acest lucru va împiedica rotirea capului șurubului cu soclu.

REGLAREA

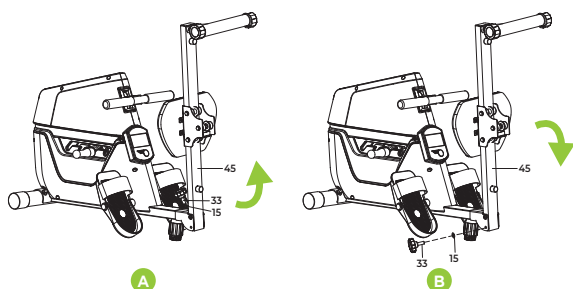
Reglarea rezistenței

Utilizați mânerul pentru a crește sau a reduce intensitatea antrenamentului.

NOTĂ! Se recomandă să începeți la un nivel de rezistență care se potrivește nivelului dvs. actual de pregătire fizică. Începeți cu o intensitate ușoară și creșteți treptat pe măsură ce vă îmbunătățiți rezistența.

INSTRUCȚIUNI DE PLIERE

NOTĂ! Depozitați dispozitivul într-o zonă interioară uscată, ferită de accesul copiilor. Asigurați-vă că este plasat într-o poziție stabilă și sigură pentru a preveni răsturnarea și rănirea copiilor sau a animalelor de companie.



Rabaterea șinelor (A)

- Deșurubați știftul de blocare (33).
- Scoateți știftul de blocare și șaiba plată (15) în timp ce pliați simultan șinele în sus.
- Reintroduceți știftul de blocare (33) împreună cu șaiba plată (15) pentru a fixa poziția pliată.

Desfășurarea șinelor (B)

- Deșurubați știftul de blocare (33).
- Îndepărtați știftul de blocare și șaiba plată (15) în timp ce desfăceți cu atenție șinele în jos spre podea.
- Reintroduceți știftul de blocare (33) împreună cu șaiba plată (15) pentru a bloca șinele în poziție.

ÎNȚREȚINERE

Utilizarea sigură și eficientă a acestui aparat este posibilă numai atunci când este instalat corect și întreținut corespunzător. Este

responsabilitatea dumneavoastră să vă asigurați că aparatul este întreținut în mod regulat. Orice piese uzate sau deteriorate trebuie înlocuite înainte de reluarea utilizării. Acest aparat este destinat exclusiv utilizării și depozitării în interior. Expunerea prelungită la condiții exterioare sau fluctuațiile de temperatură și umiditate pot afecta grav componentele electrice și piesele mobile. Deconectați întotdeauna cablul de alimentare înainte de curățare sau de efectuarea oricărei lucrări de întreținere.

Întreținere zilnică

- Ștergeți unitatea după fiecare utilizare pentru a elimina transpirația și umezeala.
- Asigurați-vă că echipamentul este lipsit de praf și murdărie.
- Evitați utilizarea agenților de curățare agresivi și păstrați echipamentul departe de umiditatea excesivă.

Întreținere semestrială

- Inspectați toate șuruburile și piulițele conectate la părțile mobile. Strângeți-le dacă este necesar.
- Verificați mișcarea tuturor pieselor și componentelor mobile. Aplicați spray siliconic dacă este necesar.

Recomandări generale de curățare

- Curățați unitatea după fiecare sesiune de antrenament.
- Utilizați o cârpă uscată pentru a curăța panoul de control.
- Utilizați o cârpă moale și curată cu detergent ușor pentru a îndepărta petele și murdăria persistente.
- Depozitați echipamentul într-un mediu curat, uscat, departe de surse directe de căldură și apă.

ATENȚIE! Reparațiile trebuie efectuate de un tehnician calificat, cu excepția cazului în care furnizorul sau producătorul indică altfel.

CURĂȚARE

Curățarea regulată prelungește semnificativ durata de viață a aparatului dvs. Mențineți aparatul lipsit de praf prin curățarea frecventă a acestuia.

Întreținerea preventivă nu numai că prelungește durata de viață a echipamentului, dar ajută și la evitarea potențialelor leziuni.

Pentru informații mai detaliate, vizitați:

www.virtufit.nl/service/faq

BATERIE

BATERII AA

Afișajul utilizează baterii AA, care pot fi înlocuite pe partea din spate a

afișajului. Bateriile trebuie să fie introduse corect.

Dacă ecranul este ilizibil sau doar anumite părți ale imaginii funcționează, procedați după cum urmează:

- Scoateți bateriile și așteptați 15 secunde.
- Înlocuiți corect bateriile.

Informații despre baterie

- Nu reîncărcați, nu dezamblați și nu aruncați bateriile în foc.
- Asigurați-vă de polaritatea corectă (+ și -) atunci când introduceți bateriile.
- Înlocuiți întotdeauna toate bateriile în același timp; nu amestecați bateriile vechi cu cele noi.
- Utilizați baterii alcaline pentru performanțe optime și o durată de viață mai lungă.
- Înlocuiți bateriile atunci când afișajul se întunecă sau când nu mai răspunde.

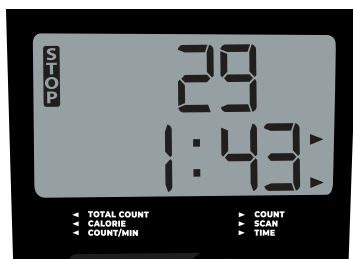
Înlocuirea bateriei

- În cazul în care afișajul indică citiri inexacte, se recomandă înlocuirea bateriei.
- Acest dispozitiv necesită 2 baterii AA.

REZOLVAREA PROBLEMELOR

PROBLEMĂ	SOLUȚIE
Consola nu afișează nicio valoare	Asigurați-vă că firul senzorului (35) și firul consolei (36) sunt bine conectate. Dacă problema persistă, reglați ușor poziția senzorului.
Sunset scârțâitor	Verificați dacă toate șuruburile și piulițele sunt bine strânse. Aplicați spray siliconic pe șina pe care trec roțile scaunului. Inspectați roțile de sub scaun pentru uzură sau obstrucție.

PREZENTARE GENERALĂ A CONSOLEI (FIG. A)



ORA

- Afișează timpul total de antrenament de la începutul sesiunii de exerciții.

COUNT

- Afișează numărul de repetări efectuate în timpul sesiunii curente.

NUMĂR TOTAL

- Afișează numărul cumulat de repetări în toate sesiunile.

CALORII

- Indică numărul estimat de calorii arse în timpul antrenamentului.

SCAN

- Trece automat prin toate funcțiile disponibile la fiecare 6 secunde.

Funcția tastei (MODE)

- Utilizați această tastă pentru a selecta și bloca o anumită funcție de afișare: **SCANARE → TIMP → NUMĂR → NUMĂR TOTAL → CALORII → RPM → SCANARE**
- Apăsăți și mențineți apăsată tasta MODE timp de 3 secunde pentru a reseta toate valorile la zero.

NOTĂ: TOTAL COUNT nu va fi resetat.

FUNCȚIE DE PORNIRE/OPRIRE AUTOMATĂ

- Sistemul va intra automat în modul de așteptare după aproximativ 4 minute de inactivitate (fără apăsarea butoanelor sau intrarea senzorului).
- Pentru a reactiva afișajul din modul de așteptare, apăsați tasta MODE sau generați o intrare prin intermediul senzorului (de exemplu, începeți exercițiul fizic).

ATENȚIE! Pentru a preveni deteriorarea, păstrați întotdeauna consola ferită de lumina directă a soarelui și asigurați-vă că suprafața este uscată bine dacă s-au acumulat picături de sudoare. Nu vă sprijiniți pe consolă, deoarece presiunea excesivă poate cauza deteriorări interne sau externe.

Specificațiile consolei

Funcție	Scanare automată	La fiecare 6 secunde
	Țimp	0:00 - 99:59 (M :S)
	Viteza	0 - 9999
	Distanța	0 - 9999
	Calorii	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Tipul bateriei		2 x AA
Temperatura de funcționare		0°C - 40°C
Temperatura de depozitare		-10°C - 60°C

Date tehnice

Parametru	Valoare
Lungime	172 cm
Lățime	38 cm
Înălțime	54 cm
Greutate	15,2 kg
Greutatea maximă a utilizatorului	120 kg

ORIENTĂRI PRIVIND FORMAREA

Un program de antrenament de succes include o încălzire, antrenamentul propriu-zis și o răcire. Efectuați programul complet de antrenament de cel puțin două ori, dar preferabil de trei ori pe săptămână și păstrați o zi de odihnă între sesiunile de antrenament. După câteva luni, intensitatea antrenamentului poate fi crescută, de exemplu la patru sau cinci ori pe săptămână.

Încălzirea

Scopul încălzirii este de a pregăti corpul pentru antrenament și de a reduce riscul de accidentare. Încălziți-vă corpul timp de două până la cinci minute înainte de a începe o sesiune de antrenament cardio sau de forță. Faceți exerciții care cresc ritmul cardiac și încălzesc mușchii de lucru. Exemple de acest tip de activitate sunt alergarea, joggingul, săriturile, săriturile și alergatul pe loc.

Stretching

Întinderea în timp ce mușchii sunt calzi este foarte importantă după o încălzire și o răcire bune. Aceasta reduce riscul de accidentare. Exercițiile de întindere trebuie ținute timp de 15-30 de secunde.

Răcirea

Răcirea are scopul de a readuce corpul în poziția sa (aproape) normală de repaus la sfârșitul antrenamentului. O răcire bună reduce lent ritmul cardiac și favorizează recuperarea.

PIESE DE SCHIMB

Pentru a solicita piese de schimb pentru echipamentul dumneavoastră VirtuFit, vă rugăm să consultați informațiile de pe coperta din față a acestui manual. Pentru a vă asista eficient, vă rugăm să furnizați următoarele detalii atunci când contactați echipa noastră de asistență:

- **Numărul modelului și numărul de serie** ale produsului
- **Denumirea produsului**
- **Numărul piesei și o descriere** clară a piesei (pieselor) necesare (astfel cum sunt enumerate în **lista de piese** și prezentate în secțiunea **cu vedere explodată** din prezentul manual)

Furnizarea de informații exacte ne va ajuta să procesăm cererea dumneavoastră rapid și eficient.

INFORMAȚII SUPLIMENTARE

Eliminarea responsabilă a ambalajelor

La VirtuFit, ne angajăm să reducem impactul asupra mediului. Vă rugăm să reciclați toate materialele de ambalare prin intermediul instalațiilor de reciclare desemnate, în conformitate cu inițiativele naționale de reducere a deșeurilor.

Eliminarea produselor

Echipamentul dumneavoastră VirtuFit este construit pentru a oferi performanță și fiabilitate pe termen lung. Când va veni timpul să scoateți produsul din uz, vă rugăm să vă asigurați că acesta este eliminat în conformitate cu Directiva europeană WEEE. Aceasta înseamnă să duceți produsul la un punct de colectare autorizat pentru o reciclare sigură și responsabilă față de mediu.

DECLARAȚIA PRODUCĂTORULUI

VirtuFit declară prin prezenta că acest produs este în conformitate cu următoarele standarde și directive:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

Ca urmare, produsul este certificat CE.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Țările de Jos

INDEX

Biztonsági utasítások	38
Garancia	38
Összeszerelési útmutató	38
Beállítás	39
Összecsukási útmutató	39
Karbantartás	39
Tisztítás	39
Akkumulátor	39
Hibaelhárítás	40
A konzol áttekintése	40
Képzési iránymutatások	41
Cserealkatrészek	41
További információk	41
A gyártó nyilatkozata	41

BIZTONSÁGI UTASÍTÁSOK

⚠ FIGYELMEZTETÉS!

Az edzés megkezdése előtt konzultáljon orvosával. Ez különösen fontos az egészségügyi problémákkal küzdő emberek számára. Kérjük, a berendezés használata előtt olvassa el az összes használati utasítást. A VirtuFit nem vállal felelősséget a berendezés használatából eredő sérülésekért vagy anyagi károkért. Kérjük, hogy a berendezés összeszerelése és/vagy használata előtt figyelmesen olvassa el ezt a kézikönyvet.

- Győződjön meg arról, hogy a berendezés teljesen össze van szerelve, és használat előtt minden anyát és csavart biztonságosan meghúzott.
- Évente egyszer kenje be az összes mozgó alkatrészt szilikon spray-vel.
- Kerülje a bő ruházat viselését, hogy az ne akadjon be a mozgó alkatrészekbe.
- A berendezést stabil, vízszintes felületen helyezze el és használja.
- A berendezés használata közben mindig tiszta sportcipőt viseljen.
- Használat közben tartsa biztonságos távolságban a gyermekeket és a háziállatokat.
- A berendezés működtetése közben mindig tartsa meg a megfelelő egyensúlyt.
- Ne dugja az ujjait vagy más tárgyakat a mozgó alkatrészekbe.
- Bármilyen edzésprogram megkezdése előtt konzultáljon orvosával, hogy az életkorának és fizikai állapotának megfelelő gyakoriságot, időtartamot és intenzitást meghatározhassa. Azonnal hagyja abba az alkalmazást, ha hányingert, szédülést,

ájulást, fejfájást, mellkasi fájdalmat, szorítást vagy bármilyen más kellemetlenséget tapasztal.

- Ne mozgassa a berendezést az ülésnél fogva.
- A készüléket egyszerre csak egy személy használhatja.
- Ezt a berendezést kizárólag otthoni használatra tervezték, és a maximális felhasználói súlya 120 kg.
- A balesetek elkerülése érdekében hagyjon 1-2 méter szabad teret a berendezés mögött.
- Helyezze a berendezést tiszta, sík felületre. Ne használja vastag szőnyegen, mivel ez akadályozhatja a megfelelő szellőzést. Kerülje a berendezés kültéren vagy víz közelében történő elhelyezését.
- Tartsa a tárolóhelyet tisztán, szárazon és vízszintesen, hogy megelőzze a berendezés károsodását.
- Kizárólag a rendeltetésszerű használatra használja ezt a berendezést.
- A berendezést csak 0°C és 40°C közötti környezeti hőmérsékletű környezetben üzemeltesse. A berendezést -10°C és 60°C közötti hőmérsékletű környezetben tárolja.

GARANCIA

A jótállási igények kizárásra kerülnek, ha a hiba oka:

- Nem hivatalos márkakereskedő által végzett karbantartási és javítási munkák.
- Nem megfelelő használat, hanyagság és/vagy rossz karbantartás.
- A készülék karbantartásának elmulasztása a gyártó utasításainak megfelelően.

ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ (1-6. LÉPÉS)

Hiányzó alkatrészek: Ha bármelyik alkatrész hiányzik a csomagolásból, gondosan ellenőrizze a polisztírolhabot és magát a készüléket. Egyes alkatrészek (például csavarok, anyacsavarok és alátétek... stb.) már fel vannak erősítve a készülékre.

Hibaüzenet: Győződjön meg róla, hogy minden kábelt gondosan csatlakoztatott. A konzol tartó szerkezete nagyon érzékeny, ezért, és egyenesen kell tartani őket. Ha a konzol a berendezés felszerelése után hibaüzenetet ad, akkor a konzol csatlakozói elhajolhattak. Ennek az alumínium résznek a kiegyenesítése eltüntetheti a hibaüzenetet.

Hatlapfejú csavarok: Győződjön meg róla, hogy a hatlapfejú csavarkulcs alkalmazása előtt a csavar a helyén van -e! Ez megakadályozza, hogy a csavarkulcs feje elforduljon.

A BEÁLLÍTÁSA

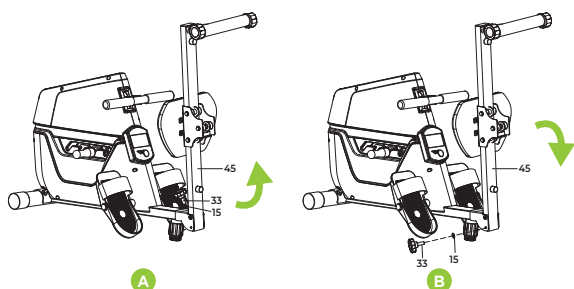
Ellenállás beállítása

A fogantyúval növelheti vagy csökkentheti az edzés intenzitását.

MEGJEGYZÉS! Javasoljuk, hogy olyan ellenállási szinten kezdje, amely megfelel az Ön jelenlegi erőnléti szintjének. Kezdje könnyű intenzitással, és fokozatosan növelje, ahogy állóképessége javul.

ÖSSZECSUKÁSI UTASÍTÁSOK

MEGJEGYZÉS! A készüléket száraz, beltéri helyen, gyermekek elől elzárva tárolja. Ügyeljen arra, hogy stabil és biztonságos helyen legyen elhelyezve, nehogy felboruljon és sérülést okozzon a gyermekeknek vagy háziállatoknak.



A sínek összezsukása (A)

- Csavarja ki a rögzítőcsapot (33).
- Távolítsa el a rögzítőcsapot és a lapos alátétet (15), miközben a síneket egyidejűleg felfelé hajtja.
- Helyezze vissza a reteszelőcsapot (33) a lapos alátéttel (15) együtt a behajtott helyzet rögzítéséhez.

A sínek kibontása (B)

- Csavarja ki a rögzítőcsapot (33).
- Távolítsa el a rögzítőcsapot és a lapos alátétet (15), miközben óvatosan kihajtja a síneket lefelé, a padló felé.
- Helyezze vissza a rögzítőcsapot (33) a lapos alátéttel (15) együtt a sínek rögzítéséhez.

KARBANTARTÁS

A készülék biztonságos és hatékony használata csak akkor lehetséges, ha a készüléket helyesen telepítették és megfelelően karbantartották. Az Ön felelőssége, hogy a készüléket rendszeresen szervizeljék. A használat folytatása előtt minden elhasznált vagy sérült alkatrészt ki kell cserélni. Ez a készülék kizárólag beltéri használatra és tárolásra alkalmas. A kültéri körülményeknek való tartós kitettség vagy a hőmérséklet és a páratartalom ingadozása súlyosan károsíthatja az elektromos alkatrészeket és a mozgó

alkatrészeket. Tisztítás vagy karbantartás előtt mindig húzza ki a tápkábelt.

Napi karbantartás

- Minden használat után törölje le a készüléket, hogy eltávolítsa az izzadságot és a nedvességet.
- Győződjön meg arról, hogy a berendezés nem tartalmaz port és szennyeződést.
- Kerülje a durva tisztítószer használatát, és tartsa a berendezést a túlzott nedvességtől távol.

Féléves karbantartás

- Ellenőrizze a mozgó alkatrészekhez csatlakozó összes csavart és anyát. Szükség esetén húzza meg őket.
- Ellenőrizze az összes mozgó alkatrész és komponens mozgását. Szükség esetén alkalmazzon szilikon spray-t.

Általános tisztítási ajánlások

- Minden edzés után tisztítsa meg a készüléket.
- A kezelőpanel tisztításához használjon száraz ruhát.
- Használjon puha, tiszta ruhát enyhe mosószerrel a tartós foltok és szennyeződések eltávolításához.
- Tárolja a berendezést tiszta, száraz környezetben, a közvetlen hő- és vízforrástól távol.

VIGYÁZAT! A javításokat csak szakképzett szakember végezheti, kivéve, ha a szállító vagy a gyártó más utasítást ad.

TISZTÍTÁS

A rendszeres tisztítás jelentősen meghosszabbítja a berendezés élettartamát. Tartsa a készüléket pormentesen a gyakori tisztítással. A megelőző karbantartás nemcsak a berendezés élettartamát hosszabbítja meg, hanem segít elkerülni a lehetséges sérüléseket is.

Részletesebb információkért látogasson el a következő weboldalra: www.virtufit.nl/service/faq

AKKUMULÁTOR

AA-AKKUMULÁTOROK

A kijelző AA elemeket használ, amelyek a kijelző hátoldalán cserélhetők. Az elemeket helyesen kell behelyezni.

Ha a képernyő nem olvasható, vagy csak a kép egyes részei működnek, járjon el az alábbiak szerint:

- Vegye ki az elemeket, és várjon 15 másodpercet.
- Helyezze vissza az elemeket megfelelően.

Az akkumulátorra vonatkozó információk

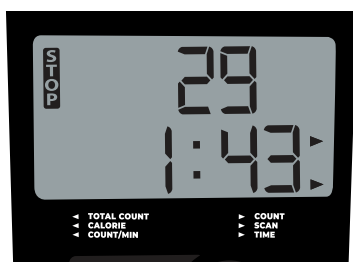
- Ne töltsse fel, ne szerelje szét, és ne dobja tűzbe az akkumulátorokat.
- Az elemek behelyezésekor ügyeljen a helyes polarításra (+ és -).
- Mindig egyszerre cserélje ki az összes akkumulátort; ne keverje össze a régi és az új elemeket.
- Használjon alkáli elemeket az optimális teljesítmény és a hosszabb élettartam érdekében.
- Cserélje ki az elemeket, ha a kijelző elsötétül vagy a nem reagál.

Akkumulátor csere

- Ha a kijelző pontatlan értékeket mutat, az akkumulátor cseréje ajánlott.
- Ez a készülék 2 x AA elemet igényel.

HIBAEELHÁRÍTÁS

PROBLÉMA	MEGOLDÁS
A konzol nem jelenít meg értékeket	Győződjön meg arról, hogy az érzékelő vezeték (35) és a konzol vezeték (36) biztonságosan csatlakozik. Ha a probléma továbbra is fennáll, óvatosan állítsa be az érzékelő helyzetét.
Csipogó hang	Ellenőrizze, hogy minden csavar és anya megfelelően meg van-e húzva. Vigyen fel szilikon spray-t a sínre, ahol az ülés kerekai futnak. Ellenőrizze, hogy az ülés alatti kerek nem kopnak-e el vagy nem akadályozzák-e őket.

A KONZOL ÁTTEKINTÉSE (A. ÁBRA)**MODE**

- Megjeleníti a teljes edzésidőt az edzés kezdetétől.

COUNT

- Megjeleníti az aktuális munkamenet során végrehajtott ismétlések számát.

ÖSSZES SZÁM

- Megjeleníti az ismétlések összesített számát az összes munkamenetben.

KALÓRIÁK

- Az edzés során elégetett kalóriák becsült számát jelzi.

SCAN

- 6 másodpercenként automatikusan végigmegy az összes rendelkezésre álló funkción.

Kulcsfunkció (MODE)

- Ezzel a billentyűvel kiválaszthat és zárolhat egy adott kijelzőfunkciót: **BEOLVASÁS → IDŐ → SZÁMLÁLÁS → ÖSSZSZÁMLÁLÁS → KALÓRIÁK → FORDULATSZÁM → BEOLVASÁS**
- Nyomja meg és tartsa lenyomva a MODE gombot 3 másodpercig az összes érték nullára állításához.

MEGJEGYZÉS! Az ÖSSZES SZÁMÍTÁS nem nullázódik.

AUTOMATIKUS BE/KI FUNKCIÓ

- A rendszer kb. 4 perc inaktivitás után (gombnyomás vagy érzékelő bemenet nélkül) automatikusan készenléti üzemmódba lép.
- A kijelző készenléti üzemmódból történő újraaktiválásához nyomja meg a MODE gombot, vagy generáljon bemenetet az érzékelőn keresztül (pl. kezdjen el edzeni).

VIGYÁZAT! A sérülések elkerülése érdekében mindig tartsa a konzolt a közvetlen napfénytől távol, és gondoskodjon a felület alapos szárításáról, ha izzadságcseppek gyűltek fel. Ne támaszkodjon a konzolra, mert a túlzott nyomás belső vagy külső sérüléseket okozhat.

Konzol specifikációk

Function	Automatikus keresés	6 másodpercenként
	Idő	0:00 - 99:59 (M :S)
	Sebesség	0 - 9999
	Távolság	0 - 9999
	Kalóriák	0 - 999.9 Kcal
	RPM	0 - 9999(COUNT/MIN)
Akkumulátor típusa		2 x AA
Üzemi hőmérséklet		0°C - 40°C
Tárolási hőmérséklet		-10°C - 60°C

Műszaki adatok

Paraméter	Érték
Hosszúság	172 cm
Szélesség	38 cm
Magasság	54 cm
Súly	15,2 kg
Max. felhasználói súly	120 kg

KÉPZÉSI IRÁNYMUTATÁSOK

A sikeres edzésprogram magában foglalja a bemelegítést, a tényleges edzést és a lehülést. A teljes edzésprogramot hetente legalább kétszer, de lehetőleg háromszor hajtsa végre, és tartson pihenőnapot az edzések között. Néhány hónap elteltével az edzés intenzitása növelhető, például heti négy vagy öt alkalomra.

A bemelegítés

A bemelegítés célja, hogy felkészítse a testet az edzésre, és csökkentse a sérülés kockázatát. A kardió- vagy erőnléti edzés megkezdése előtt két-öt percig melegítse be a testét. Olyan gyakorlatokat végezzen, amelyek növelik a pulzusszámot és bemelegítik a dolgozó izmokat. Ilyen típusú tevékenység például a futás, a kocogás, az ugrókötelezés, az ugrálás és a helyben futás.

Nyújtás

A jó bemelegítés és levezetés után nagyon fontos a nyújtás, amíg az izmok melegek. Csökkenti a sérülés kockázatát. A nyújtógyakorlatokat 15-30 másodpercig kell tartani.

Levezetés

A levezetés célja, hogy a testet az edzés végén (majdnem) normál nyugalmi helyzetbe hozza vissza. A jó levezetés lassan csökkenti a pulzusszámot és elősegíti a regenerálódást.

CSEREALKATRÉSZEK

A VirtuFit készülékhez szükséges cserealkatrészek igényléséhez kérjük, olvassa el a jelen kézikönyv előlső borítóján található információkat. A hatékony segítségnyújtás érdekében kérjük, hogy a következő adatokat adja meg, amikor kapcsolatba lép ügyfélszolgálatunkkal:

- A termék **modell-** és **sorozatszám**a
- A **termék neve**
- Az **alkatrészsorszám** és a szükséges alkatrész(ek) egyértelmű **leírása** (az **alkatrészjegyzékben** felsoroltak és a kézikönyv **robbantott nézetű** részén láthatóak szerint)

A pontos információk megadása segít nekünk abban, hogy gyorsan és hatékonyan dolgozzuk fel a kérelmét.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓK

A csomagolás felelősségteljes ártalmatlanítása

A VirtuFitnél elköteleztünk vagyunk a környezeti hatások csökkentése mellett. Kérjük, hogy a nemzeti hulladékcsökkentési kezdeményezésekkel összhangban minden csomagolóanyagot a kijelölt újrahasznosító létesítményekben újrahasznosítson.

Termék ártalmatlanítása

Az Ön VirtuFit-berendezései hosszú távú teljesítményre és megbízhatóságra készültek. Amikor eljön az idő, hogy a terméket kivonja a forgalomból, kérjük, gondoskodjon arról, hogy az Európai WEEE-irányelvnek megfelelően ártalmatlanítsák. Ez azt jelenti, hogy a terméket biztonságos és környezettudatos újrahasznosítás céljából el kell vinni egy erre felhatalmazott gyűjtőhelyre.

A GYÁRTÓ NYILATKOZATA

A VirtuFit kijelenti, hogy ez a termék megfelel a következő szabványoknak és irányelveknek:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/EU + 2015/863)

Ennek eredményeképpen a termék CE-tanúsítvánnyal rendelkezik.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Hollandia

INDICE

Istruzioni di sicurezza	10
Garanzia	10
Istruzioni di montaggio	10
Regolazione di	10
Istruzioni per la piegatura	11
Manutenzione	11
Pulizia	11
Batteria	11
Risoluzione dei problemi	12
Panoramica della console	12
Linee guida per la formazione	12
Parti di ricambio	13
Ulteriori informazioni	13
Dichiarazione del produttore	13

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

⚠ ATTENZIONE!

Consultate il vostro medico prima di iniziare l'attività fisica. Questo è particolarmente importante per le persone con problemi di salute. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare l'attrezzatura. VirtuFit non si assume alcuna responsabilità per lesioni o danni materiali derivanti dall'uso di questa attrezzatura. Leggere attentamente il presente manuale prima di assemblare e/o utilizzare l'apparecchiatura.

- Assicurarsi che l'apparecchiatura sia completamente assemblata e che tutti i dadi e i bulloni siano saldamente serrati prima dell'uso.
- Lubrificare tutte le parti mobili una volta all'anno con uno spray al silicone.
- Evitare di indossare indumenti larghi per evitare che si impiglino nelle parti in movimento.
- Posizionare e utilizzare l'apparecchiatura su una superficie stabile e piana.
- Durante l'utilizzo dell'attrezzatura, indossare sempre scarpe sportive pulite.
- Tenere bambini e animali domestici a distanza di sicurezza durante l'uso.
- Mantenere sempre un equilibrio corretto durante l'utilizzo dell'apparecchiatura.
- Non inserire le dita o altri oggetti nelle parti in movimento.
- Consultare il proprio medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio fisico per determinare la frequenza, la durata e l'intensità appropriate in base alla propria età e

condizione fisica. Interrompere immediatamente l'uso se si verificano nausea, vertigini, svenimento, mal di testa, dolore al petto, senso di oppressione o qualsiasi altro disturbo.

- Non spostare l'apparecchiatura tenendola per il sedile.
- L'apparecchiatura è destinata all'uso da parte di una sola persona alla volta.
- Questa apparecchiatura è progettata esclusivamente per l'uso domestico e supporta un peso massimo dell'utente di 120 kg.
- Lasciare 1-2 metri di spazio dietro l'apparecchiatura per evitare incidenti.
- Posizionare l'apparecchiatura su una superficie piana e pulita. Non utilizzare l'apparecchiatura su tappeti spessi, poiché potrebbero ostacolare la corretta ventilazione. Evitare di collocare l'apparecchiatura all'aperto o in prossimità dell'acqua.
- Mantenere l'area di stoccaggio pulita, asciutta e in piano per evitare danni all'apparecchiatura.
- Utilizzare questa apparecchiatura esclusivamente per lo scopo previsto.
- Utilizzare l'apparecchiatura solo in ambienti con temperatura ambiente compresa tra 0°C e 40°C. Conservare l'apparecchiatura in ambienti con una temperatura compresa tra -10°C e 60°C.

GARANZIA

Le richieste di garanzia sono escluse se la causa del difetto è dovuta a:

- Interventi di manutenzione e riparazione non eseguiti da un concessionario ufficiale.
- Uso improprio, negligenza e/o scarsa manutenzione.
- Mancata manutenzione dell'apparecchio secondo le istruzioni del produttore.

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO (FASI 1-6)

Parti mancanti: Se mancano dei pezzi dall'imballaggio, controllare attentamente il polistirolo espanso e l'apparecchio stesso. Alcune parti (bulloni, viti, ecc.) sono già fissate all'apparecchio.

Messaggio di errore: Assicurarsi che tutti i cavi siano fissati con cura. Le staffe della console sono molto delicate e devono essere mantenute dritte. Se la console emette un messaggio di errore dopo il montaggio dell'apparecchiatura, è possibile che le staffe della console siano piegate. Raddrizzando questa parte in alluminio, il messaggio di errore potrebbe scomparire.

Bulloni a testa esagonale: Assicurarsi che la chiave a testa esagonale sia inserita nel bullone prima di applicare la forza. In questo modo si

impedisce alla testa del bullone di girare.

REGOLAZIONE

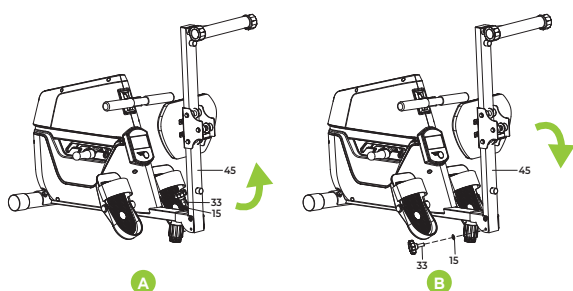
Regolazione della resistenza

Usare la maniglia per aumentare o diminuire l'intensità dell'allenamento.

NOTA! Si consiglia di iniziare con un livello di resistenza adatto al proprio livello di forma fisica attuale. Iniziate con un'intensità leggera e aumentate gradualmente man mano che la vostra resistenza migliora.

ISTRUZIONI PER LA PIEGATURA

NOTA! Conservare il dispositivo in un luogo asciutto e al chiuso, fuori dalla portata dei bambini. Assicurarsi che sia collocato in una posizione stabile e sicura per evitare che si ribalti e provochi lesioni a bambini o animali domestici.



Ripiegamento delle guide (A)

- Svitare il perno di bloccaggio (33).
- Rimuovere il perno di bloccaggio e la rondella piatta (15) e contemporaneamente piegare le guide verso l'alto.
- Reinserrire il perno di bloccaggio (33) e la rondella piatta (15) sul lato della guida per fissare la posizione ripiegata.

Svolgimento dei binari (B)

- Svitare il perno di bloccaggio (33).
- Rimuovere il perno di bloccaggio e la rondella piatta (15) mentre si dispiegano con cautela le guide verso il pavimento.
- Reinserrire il perno di bloccaggio (33) insieme alla rondella piatta (15) sulla parte superiore della guida per bloccare le guide in posizione.

MANUTENZIONE

L'uso sicuro ed efficace di questo apparecchio è possibile solo se è installato correttamente e sottoposto a una corretta manutenzione. È responsabilità dell'utente assicurarsi che l'apparecchio venga sottoposto a regolare manutenzione. Eventuali parti usurate o

danneggiate devono essere sostituite prima di riprendere l'uso. Questo apparecchio è destinato esclusivamente all'uso e alla conservazione in ambienti interni. L'esposizione prolungata a condizioni esterne o a fluttuazioni di temperatura e umidità può compromettere gravemente i componenti elettrici e le parti mobili. Scollegare sempre il cavo di alimentazione prima di pulire o eseguire qualsiasi intervento di manutenzione.

Manutenzione giornaliera

- Pulire l'unità dopo ogni utilizzo per rimuovere il sudore e l'umidità.
- Assicurarsi che l'apparecchiatura sia libera da polvere e sporcizia.
- Evitare l'uso di detergenti aggressivi e tenere l'apparecchiatura al riparo dall'umidità eccessiva.

Manutenzione semestrale

- Ispezionare tutti i bulloni e i dadi collegati alle parti mobili. Se necessario, serrarli.
- Controllare il movimento di tutte le parti mobili e dei componenti. Se necessario, applicare uno spray al silicone.

Raccomandazioni generali per la pulizia

- Pulire l'unità dopo ogni sessione di allenamento.
- Per pulire il pannello di controllo, utilizzare un panno asciutto.
- Utilizzare un panno morbido e pulito con un detergente delicato per rimuovere le macchie e lo sporco persistenti.
- Conservare l'apparecchiatura in un ambiente pulito e asciutto, lontano da fonti di calore diretto e dall'acqua.

ATTENZIONE! Le riparazioni devono essere eseguite da un tecnico qualificato, se non diversamente indicato dal fornitore o dal produttore.

PULIZIA

Una pulizia regolare prolunga notevolmente la durata di vita dell'apparecchio. Mantenete l'apparecchio libero dalla polvere pulendolo frequentemente.

La manutenzione preventiva non solo prolunga la vita dell'apparecchiatura, ma aiuta anche a evitare potenziali infortuni.

Per informazioni più dettagliate, visitare: www.virtufit.nl/service/faq

BATTERIA

BATTERIE AA

Il display utilizza batterie AA, sostituibili sul retro della console. Le batterie devono essere inserite correttamente.

Se il display non è leggibile o funziona solo in parte, procedere come segue:

- Rimuovere le batterie e attendere 15 secondi.
- Sostituire correttamente le batterie.

Informazioni sulla batteria

- Non ricaricare, smontare o smaltire le batterie nel fuoco.
- Assicurarsi della corretta polarità (+ e -) quando si inseriscono le batterie.
- Sostituire sempre tutte le batterie contemporaneamente; non mischiare batterie vecchie e nuove.
- Utilizzare batterie alcaline per ottenere prestazioni ottimali e una maggiore durata.
- Sostituire le batterie quando il display si oscura o non risponde più.

Sostituzione della batteria

- Se il display mostra letture imprecise, si consiglia di sostituire la batteria.
- Questa console richiede 2 batterie AA.

RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

PROBLEMA	SOLUZIONE
La console non visualizza alcun valore	Assicurarsi che il filo del sensore (35) e il filo della console (36) siano collegati saldamente.
	Se il problema persiste, regolare delicatamente la posizione del sensore.
Rumore di cigolio	Verificare che tutti i bulloni e i dadi siano ben serrati.
	Applicare il silicone spray sul binario dove scorrono le ruote del sedile.
	Controllare che le ruote sotto il sedile non siano usurate o ostruite.

PANORAMICA DELLA CONSOLE (FIG. A)**TEMPO**

- Visualizza il tempo totale di allenamento dall'inizio della sessione di esercizio.

CONTO

- Mostra il numero di ripetizioni eseguite durante la sessione corrente.

CONTO TOTALE

- Visualizza il numero cumulativo di ripetizioni in tutte le sessioni.

CALORIE

- Indica il numero stimato di calorie bruciate durante l'allenamento.

SCAN

- Ogni 6 secondi, tutte le funzioni disponibili si alternano automaticamente.

Funzione dei tasti (MODE)

- Utilizzare questo tasto per selezionare e bloccare una funzione specifica del display: **SCANSIONE → TEMPO → CONTEGGIO → CONTEGGIO TOTALE → CALORIE → GIRI/MINUTO → SCANSIONE**
- Tenere premuto il tasto MODE per 3 secondi per azzerare tutti i valori. **NOTA! Il conteggio totale non viene azzerato.**

FUNZIONE DI ACCENSIONE/SPEGNIMENTO AUTOMATICO

- Il sistema entra automaticamente in modalità standby dopo circa 4 minuti di inattività (senza premere alcun pulsante o inserire alcun sensore).
- Per riattivare il display dalla modalità standby, premere il tasto MODE o generare un input tramite il sensore (ad esempio, iniziare l'esercizio).

ATTENZIONE! Per evitare danni, tenere sempre la console al riparo dalla luce diretta del sole e assicurarsi che la superficie venga asciugata accuratamente se si sono accumulate gocce di sudore. Non appoggiarsi alla console, poiché una pressione eccessiva potrebbe causare danni interni o esterni.

Specifiche della console

Funzione	Scansione	Ogni 6 secondi
	Tempo	0:00 - 99:59 (M :S)
	Conteggio	0 - 9999
	Conteggio totale	0 - 9999
	Calorie	0 - 999,9 Kcal
	NUMERO DI GIRI	0 - 9999 (CONTEGGI/MIN)
Tipo di batteria		2 x AA
Temperatura di esercizio		0°C - 40°C
Temperatura di stoccaggio		-10°C - 60°C

Dati tecnici

Parametro	Valore
Lunghezza	172 cm
Larghezza	38 cm
Altezza	54 cm
Peso	15,2 kg
Peso massimo dell'utente	120 kg

LINEE GUIDA PER LA FORMAZIONE

Un programma di allenamento efficace comprende il riscaldamento, l'allenamento vero e proprio e il raffreddamento. Eseguite il programma di allenamento completo almeno due, ma preferibilmente tre volte alla settimana e mantenete un giorno di riposo tra le sessioni di allenamento. Dopo qualche mese, l'intensità dell'allenamento può essere aumentata, ad esempio fino a quattro o cinque volte alla settimana.

Il riscaldamento

Lo scopo del riscaldamento è preparare il corpo all'allenamento e ridurre il rischio di lesioni. Riscaldare il corpo per due o cinque minuti prima di iniziare una sessione di allenamento cardio o di forza. Fate esercizi che aumentano la frequenza cardiaca e riscaldano i muscoli che lavorano. Esempi di questo tipo di attività sono la corsa, il jogging, il jumping jack, il salto e la corsa sul posto.

Stretching

Lo stretching quando i muscoli sono caldi è molto importante dopo un buon riscaldamento e raffreddamento. Riduce il rischio di lesioni. Gli esercizi di stretching devono essere tenuti per 15-30 secondi.

Raffreddamento

Lo scopo del raffreddamento è quello di riportare il corpo alla posizione di riposo (quasi) normale al termine dell'allenamento. Un buon raffreddamento riduce lentamente la frequenza cardiaca e favorisce il recupero.

PARTI DI RICAMBIO

Per richiedere parti di ricambio per l'apparecchiatura VirtuFit, fare riferimento alle informazioni riportate sulla copertina di questo manuale. Per potervi assistere in modo efficiente, vi chiediamo gentilmente di fornire i seguenti dettagli quando contattate il nostro team di assistenza:

- Il **numero di modello** e il **numero di serie** del prodotto
- Il **nome del prodotto**
- Il **numero di parte** e una **descrizione** chiara della parte o delle parti necessarie (come elencate nell'**elenco delle parti** e mostrate nella sezione **esplosi** di questo manuale)

Fornire informazioni accurate ci aiuterà a elaborare la vostra richiesta in modo rapido ed efficace.

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE**Smaltimento responsabile degli imballaggi**

VirtuFit si impegna a ridurre l'impatto ambientale. Vi chiediamo gentilmente di riciclare tutti i materiali di imballaggio attraverso impianti di riciclaggio designati, in linea con le iniziative nazionali di riduzione dei rifiuti.

Smaltimento del prodotto

L'apparecchiatura VirtuFit è costruita per garantire prestazioni e affidabilità a lungo termine. Quando si deciderà di dismettere il prodotto, è necessario assicurarsi che venga smaltito in conformità con la direttiva europea WEEE. Ciò significa portare il prodotto presso un punto di raccolta autorizzato per un riciclaggio sicuro e responsabile dal punto di vista ambientale.

DICHIARAZIONE DEL PRODUTTORE

VirtuFit dichiara che questo prodotto è conforme alle seguenti norme e direttive:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/UE + 2015/863)

Di conseguenza, il prodotto è certificato CE.

VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Paesi Bassi

ÍNDICE

Instrucciones de seguridad	10
Garantía	10
Instrucciones de montaje	10
Ajuste de	10
Instrucciones de plegado	11
Mantenimiento	11
Limpieza	11
Batería	11
Solución de problemas	12
Vista general de la consola	12
Directrices de formación	12
Piezas de recambio	13
Información adicional	13
Declaración del fabricante	13

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

⚠ ¡ATENCIÓN!

Consulte a su médico antes de empezar a hacer ejercicio. Esto es especialmente importante para las personas con problemas de salud. Lea todas las instrucciones antes de utilizar el equipo. VirtuFit no asume ninguna responsabilidad por lesiones o daños materiales derivados del uso de este equipo. Lea atentamente este manual antes de montar y/o utilizar el equipo.

- Asegúrese de que el equipo esté completamente montado y de que todas las tuercas y pernos estén bien apretados antes de su uso.
- Lubrique todas las piezas móviles una vez al año con spray de silicona.
- Evite llevar ropa holgada para evitar que se enganche en las piezas móviles.
- Coloque y utilice el equipo sobre una superficie estable y nivelada.
- Lleve siempre calzado deportivo limpio mientras utiliza el equipo.
- Mantenga a los niños y animales domésticos a una distancia segura durante su uso.
- Mantenga el equilibrio adecuado en todo momento mientras maneja este equipo.
- No introduzca los dedos ni otros objetos en las piezas móviles.
- Consulte a su médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicios para determinar la frecuencia, duración e intensidad adecuadas en función de su edad y condición física. Suspenda su uso inmediatamente si experimenta náuseas,

mareos, desmayos, dolor de cabeza, dolor en el pecho, opresión o cualquier otra molestia.

- No mueva el equipo sujetándolo por el asiento.
- El equipo está destinado a ser utilizado por una sola persona a la vez solamente.
- Este equipo está diseñado exclusivamente para uso doméstico y soporta un peso máximo de usuario de 120 kg.
- Deje 1-2 metros de espacio libre detrás del equipo para evitar accidentes.
- Coloque el equipo sobre una superficie limpia y plana. No lo utilice sobre alfombras gruesas, ya que esto puede obstruir la ventilación adecuada. Evite colocar este equipo al aire libre o cerca del agua.
- Mantenga la zona de almacenamiento limpia, seca y nivelada para evitar daños al equipo.
- Utilice este equipo exclusivamente para los fines previstos.
- Utilice el equipo únicamente en entornos con una temperatura ambiente entre 0°C y 40°C. Almacene el equipo en entornos con una temperatura entre -10°C y 60°C.

GARANTÍA

Quedan excluidas las reclamaciones de garantía si la causa del defecto es consecuencia de:

- Trabajos de mantenimiento y reparación no realizados por un concesionario oficial.
- Uso inadecuado, negligencia y/o mantenimiento deficiente.
- No realizar el mantenimiento del aparato de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE (PASOS 1-6)

Piezas que faltan: Si falta alguna pieza del embalaje, compruebe cuidadosamente la espuma de poliestireno y el propio aparato. Algunas piezas (pernos, tornillos, etc.) ya están fijadas al aparato.

Mensaje de error: Asegúrese de que todos los cables están bien sujetos. Los soportes de la consola son muy sensibles y deben mantenerse rectos. Si la consola da un mensaje de error después de haber montado el equipo, es posible que los soportes de la consola estén doblados. Enderezar esta pieza de aluminio puede hacer desaparecer el mensaje de error.

Pernos de cabeza hexagonal: Asegúrese de que la llave hexagonal se introduce en el perno antes de aplicar fuerza. Esto evitará que la cabeza del perno de cabeza hueca gire.

AJUSTAR

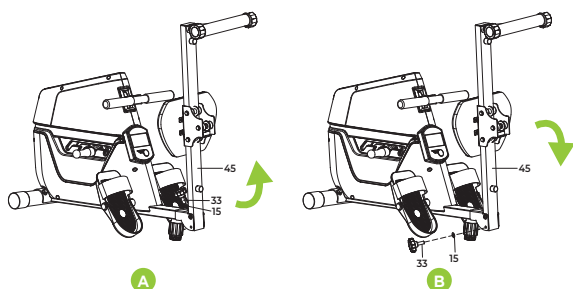
Ajuste de la resistencia

Utilice la palanca para aumentar o disminuir la intensidad del entrenamiento.

NOTA Se recomienda empezar con un nivel de resistencia que se adapte a su nivel de forma física actual. Comience con una intensidad suave y aumentela gradualmente a medida que mejore su resistencia.

INSTRUCCIONES DE PLEGADO

NOTA Guarde el aparato en un lugar seco e interior, fuera del alcance de los niños. Asegúrese de colocarlo en una posición estable y segura para evitar que vuelque y cause lesiones a niños o mascotas.



Plegado de los raíles (A)

- Desenrosque el pasador de bloqueo (33).
- Retire el pasador de bloqueo y la arandela plana (15) al tiempo que pliega los raíles hacia arriba.
- Vuelva a insertar el pasador de bloqueo (33) junto con la arandela plana (15) en el lateral del riel para asegurar la posición plegada.

Despliegue de los raíles (B)

- Desenrosque el pasador de bloqueo (33).
- Retire el pasador de bloqueo y la arandela plana (15) mientras despliega con cuidado los raíles hacia el suelo.
- Vuelva a insertar el pasador de bloqueo (33) junto con la arandela plana (15) en la parte superior del riel para bloquear los rieles en su lugar.

MANTENIMIENTO

El uso seguro y eficaz de este aparato sólo es posible si se instala correctamente y se mantiene adecuadamente. Es su responsabilidad asegurarse de que el aparato se revisa con regularidad. Cualquier pieza desgastada o dañada debe ser sustituida antes de reanudar su uso. Este aparato está destinado únicamente para su

uso y almacenamiento en interiores. La exposición prolongada a la intemperie o las fluctuaciones de temperatura y humedad pueden afectar gravemente a los componentes eléctricos y a las piezas móviles. Desconecte siempre el cable de alimentación antes de limpiar o realizar cualquier tarea de mantenimiento.

Mantenimiento diario

- Limpie la unidad después de cada uso para eliminar el sudor y la humedad.
- Asegúrese de que el equipo esté libre de polvo y suciedad.
- Evite utilizar productos de limpieza agresivos y mantenga el equipo alejado de la humedad excesiva.

Mantenimiento semestral

- Inspeccione todos los pernos y tuercas conectados a las piezas móviles. Apriételos si es necesario.
- Compruebe el movimiento de todas las piezas y componentes móviles. Aplique spray de silicona si es necesario.

Recomendaciones generales de limpieza

- Limpie la unidad después de cada sesión de entrenamiento.
- Utilice un paño seco para limpiar el panel de control.
- Utilice un paño suave y limpio con detergente suave para eliminar las manchas y la suciedad persistentes de.
- Almacene el equipo en un entorno limpio y seco, lejos de fuentes directas de calor y agua.

ATENCIÓN Las reparaciones deben ser realizadas por un técnico cualificado, a menos que el proveedor o el fabricante indiquen lo contrario.

LIMPIEZA

La limpieza regular prolonga considerablemente la vida útil de su aparato. Mantenga el aparato libre de polvo limpiándolo con frecuencia.

El mantenimiento preventivo no sólo prolonga la vida útil del equipo, sino que también ayuda a evitar posibles lesiones.

Para obtener información más detallada, visite

www.virtufit.nl/service/faq

BATERÍA

PILAS AA

La pantalla utiliza pilas AA, que pueden sustituirse en la parte posterior de la consola. Las pilas deben colocarse correctamente.

Si la pantalla es ilegible o sólo funciona una parte de ella, proceda como se indica a continuación:

- Retire las pilas y espere 15 segundos.
- Sustituya las pilas correctamente.

Información sobre la batería

- No recargue, desmonte ni arroje las pilas al fuego.
- Asegúrese de la polaridad correcta (+ y -) al insertar las pilas.
- Cambie siempre todas las pilas al mismo tiempo; no mezcle pilas viejas y nuevas.
- Utiliza pilas alcalinas para un rendimiento óptimo y una mayor duración.
- Cambie las pilas cuando la pantalla se oscurezca o deje de responder.

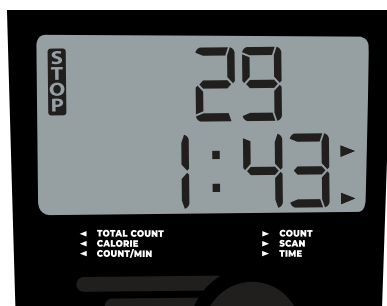
Sustitución de la batería

- Si la pantalla muestra lecturas inexactas, se recomienda cambiar la pila.
- Esta consola necesita 2 pilas AA.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PROBLEMA	SOLUCIÓN
La consola no muestra ningún valor	Asegúrese de que el cable del sensor (35) y el cable de la consola (36) están bien conectados.
	Si el problema persiste, ajuste suavemente la posición del sensor.
Ruido chirriante	Compruebe que todos los tornillos y tuercas estén bien apretados.
	Aplique spray de silicona en el carril por donde pasan las ruedas del asiento.
	Inspeccione las ruedas situadas debajo del asiento en busca de desgaste u obstrucciones.

VISTA GENERAL DE LA CONSOLA (FIG. A)



TIEMPO

- Muestra el tiempo total de entrenamiento desde el inicio de la sesión de ejercicio.

CONTAR

- Muestra el número de repeticiones realizadas durante la sesión actual.

RECuento TOTAL

- Muestra el número acumulado de repeticiones en todas las sesiones.

CALORÍAS

- Indica el número estimado de calorías quemadas durante el entrenamiento.

ESCÁNER

- Recorre automáticamente todas las funciones disponibles cada 6 segundos.

Función de las teclas (MODE)

- Utilice esta tecla para seleccionar y bloquear una función específica de la pantalla: **SCAN → TIEMPO → RECuento → RECuento TOTAL → CALORÍAS → RPM → SCAN**
- Mantenga pulsada la tecla MODE durante 3 segundos para poner a cero todos los valores. **NOTA** El **CONTADOR TOTAL** no se reiniciará.

Función de ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO

- El sistema entrará automáticamente en modo de espera tras aproximadamente 4 minutos de inactividad (sin pulsar ningún botón ni introducir ningún sensor).
- Para reactivar la pantalla desde el modo de espera, pulse la tecla MODO o genere una entrada a través del sensor (por ejemplo, comenzar a hacer ejercicio).

PRECAUCIÓN Para evitar daños, mantenga siempre la consola alejada de la luz solar directa y asegúrese de secar bien la superficie si se han acumulado gotas de sudor. No se apoye en la consola, ya que una presión excesiva podría causar daños internos o externos.

Especificaciones de la consola

Función	Escanear	Cada 6 segundos
	Tiempo	0:00 - 99:59 (M :S)
	Cuenta	0 - 9999
	Recuento total	0 - 9999
	Calorías	0 - 999,9 Kcal
	RPM	0 - 9999(CUENTA/MIN)
Tipo de batería		2 x AA
Temperatura de funcionamiento		0°C - 40°C
Temperatura de almacenamiento		-10°C - 60°C

Datos técnicos

Parámetro	Valor
Longitud	172 cm
Anchura	38 cm
Altura	54 cm
Peso	15,2 kg
Peso máximo del usuario	120 kg

DIRECTRICES DE FORMACIÓN

Un programa de entrenamiento eficaz incluye un calentamiento, el entrenamiento propiamente dicho y un enfriamiento. Realice el programa de entrenamiento completo al menos dos veces, pero preferiblemente tres veces por semana, y guarde un día de descanso entre las sesiones de entrenamiento. Al cabo de unos meses, se puede aumentar la intensidad del entrenamiento, por ejemplo a cuatro o cinco veces por semana.

El calentamiento

La finalidad del calentamiento es preparar el cuerpo para el entrenamiento y reducir el riesgo de lesiones. Calienta el cuerpo de dos a cinco minutos antes de empezar una sesión de entrenamiento cardiovascular o de fuerza. Realice ejercicios que aumenten la frecuencia cardíaca y calienten los músculos que trabajan. Ejemplos de este tipo de actividad son correr, hacer footing, saltar a la comba, saltar a la comba y correr en el mismo sitio.

Estiramientos

Estirar mientras los músculos están calientes es muy importante después de un buen calentamiento y enfriamiento. Reduce el riesgo de lesiones. Los ejercicios de estiramiento deben mantenerse durante 15-30 segundos.

Enfriamiento

El objetivo del enfriamiento es devolver el cuerpo a su posición de reposo (casi) normal al final del entrenamiento. Un buen enfriamiento reduce lentamente la frecuencia cardíaca y favorece la recuperación.

PIEZAS DE RECAMBIO

Para solicitar piezas de repuesto para su equipo VirtuFit, consulte la información que figura en la portada de este manual. Para poder atenderle con eficacia, le rogamos que nos facilite los siguientes datos

cuando se ponga en contacto con nuestro equipo de asistencia:

- El **número de modelo y de serie** del producto
- El **nombre del producto**
- El **número de pieza** y una **descripción clara** de la(s) pieza(s) necesaria(s) (tal y como figuran en la **lista de piezas** y se muestran en la sección **de despiece** de este manual)

Facilitar información precisa nos ayudará a tramitar su solicitud con rapidez y eficacia.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Eliminación responsable de los envases

En VirtuFit nos comprometemos a reducir el impacto medioambiental. Le rogamos que recicle todos los materiales de embalaje a través de las instalaciones de reciclaje designadas, en línea con las iniciativas nacionales de reducción de residuos.

Eliminación de productos

Su equipo VirtuFit ha sido fabricado para ofrecer rendimiento y fiabilidad a largo plazo. Cuando llegue el momento de retirar el producto, asegúrese de que se desecha de acuerdo con la directiva europea RAEE. Esto significa llevar el producto a un punto de recogida autorizado para su reciclaje seguro y responsable con el medio ambiente.

DECLARACIÓN DEL FABRICANTE

VirtuFit declara por la presente que este producto cumple las siguientes normas y directivas:

- EN ISO 20957
- EMC (2014/30/EU)
- RoHS (2011/65/UE + 2015/863)

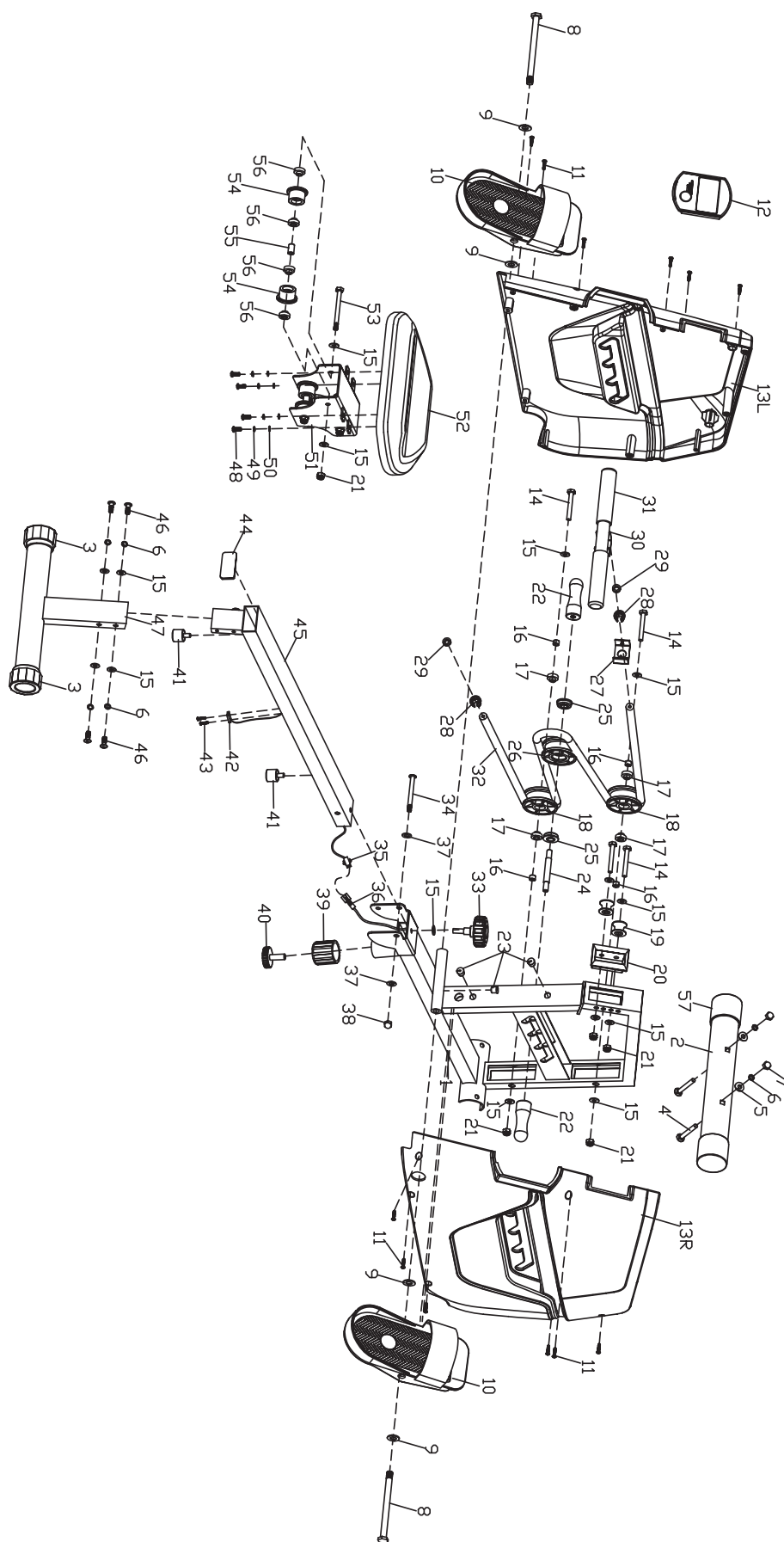
Como resultado, el producto cuenta con la certificación CE.

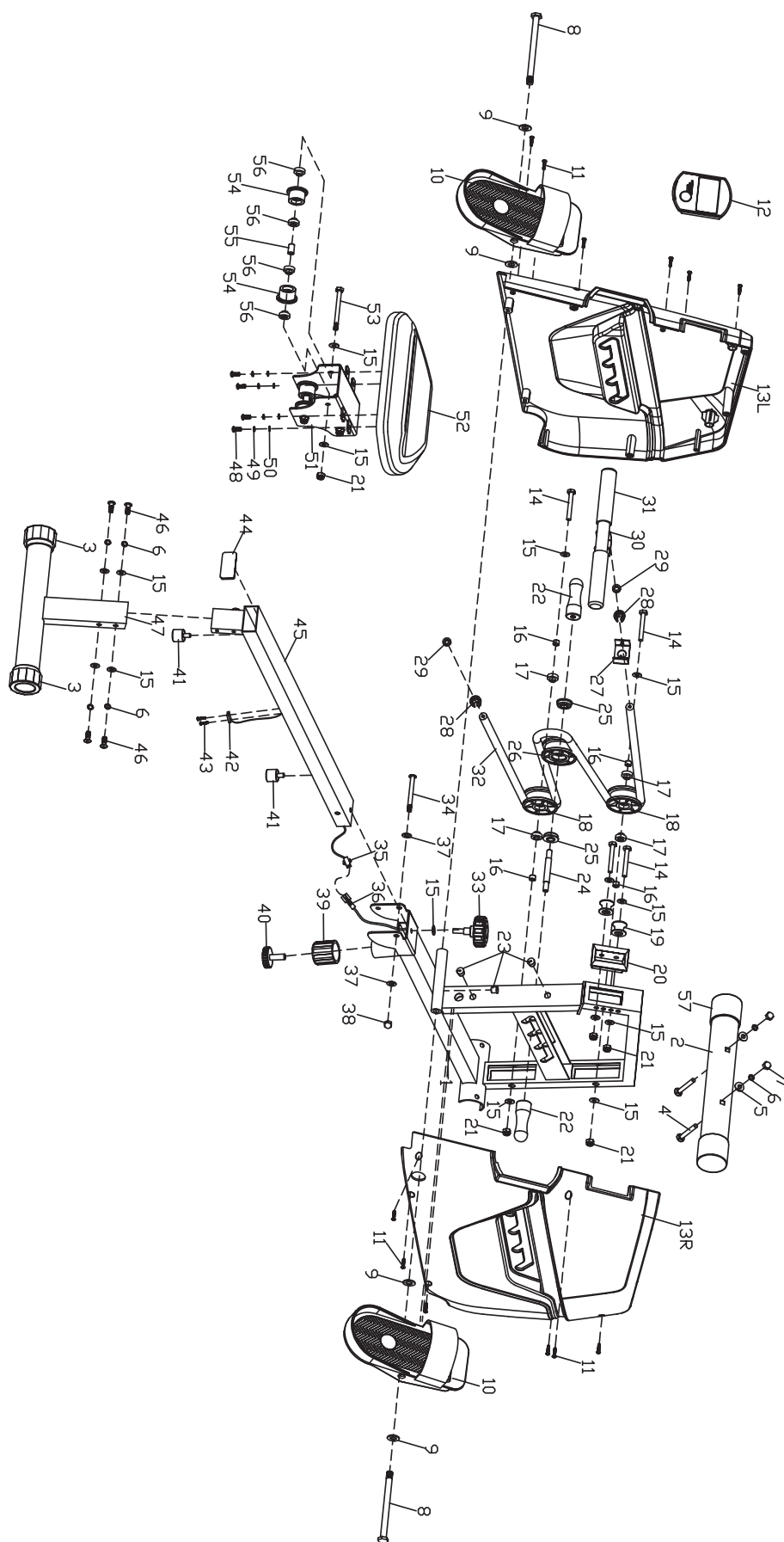
VirtuFit

Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
Países Bajos

EXPLODED VIEW

virtufit





PARTS LIST

virtufit

#	SKU	DESCRIPTION	QTY.
1	VFSP000361	Main frame	1
2	VFSP000362	Front stabilizer	1
3	VFSP000363	Rear stabilizer end cap	1
4+5+6+7	VFSP000364	Screw set	1
8	VFSP000365	Bolt $\varnothing 12.5 \times 130 \times M12 \times 16$	1
9	VFSP000366	Flat washer D13x $\varnothing 26 \times 2$	1
10L	VFSP000367	Pedal (L)	1
10R	VFSP000368	Pedal (R)	1
11	VFSP000369	Screw ST4.2x18	1
12	VFSP000370	Console	1
13L	VFSP000371	Crank (L)	1
13R	VFSP000372	Crank (R)	1
14	VFSP000373	Bolt M8x62	1
15	VFSP000374	Flat washer D8x $\varnothing 19 \times 1.5$	1
16	VFSP000375	Bushing $\varnothing 12 \times \varnothing 8.5 \times 10.5$	1
17	VFSP000376	Bearing 608	1
18+17	VFSP000377	Idler wheel set	1
19	VFSP000378	Guide wheel	1
20	VFSP000379	Fixed sleeve	1
21	VFSP000380	Nylon nut M8	1
22	VFSP000381	Resistance handle	1
23	VFSP000382	End cap	1
24	VFSP000383	Axle M10x $\varnothing 12 \times 95$	1
25	VFSP000384	Bearing $\varnothing 32 \times \varnothing 12 \times 11$	1
26+25	VFSP000385	Idler wheel	1
27	VFSP000386	U-shaped washer	1
30+31	VFSP000387	Handlebar set	1
32+28+29	VFSP000388	Resistance cord set	1
33	VFSP000389	Folding knob	1
34	VFSP000390	Bolt M10x80	1
35+42	VFSP000391	Speed sensor cable	1
36	VFSP000392	Sensor connection cable	1
37	VFSP000393	Flat washer D10x $\varnothing 20 \times 1.5$	1
38	VFSP000394	Nut M10	1

#	SKU	DESCRIPTION	QTY.
39	VFSP000395	End cap	1
40	VFSP000396	Adjustable foot pad	1
41	VFSP000397	Cushion pad	1
43	VFSP000398	Screw ST3x10	1
44	VFSP000399	End cap	1
45	VFSP000400	Seat rail	1
46	VFSP000401	Screw M8x17	1
47	VFSP000402	Rear stabilizer	1
48	VFSP000403	Bolt M6x15	1
49	VFSP000218	Spring washer D6	1
50	VFSP000404	Flat washer D6	1
51+15+21+53+ 54+55+56	VFSP000405	Seat post set	1
52+48+49+50	VFSP000406	Saddle	1
53	VFSP000407	Bolt M8x90	1
54	VFSP000408	Seating wheel	1
55	VFSP000409	Bushing $\varnothing 12 \times \varnothing 8 \times 20$	1
56	VFSP000410	Bearing	1
57	VFSP000411	Front stabilizer end cap	1
58	VFSP000412	Hardware kit	1

virtufit

VIRTUFIT
Jan Tinbergenstraat 137
7559 SP Hengelo
The Netherlands
info@virtufit.nl

VIRTUFIT SERVICE

Do you have a problem with your VirtuFit fitness equipment and would you like to submit a service request? Then scan the QR code on the right and fill in our service form.

