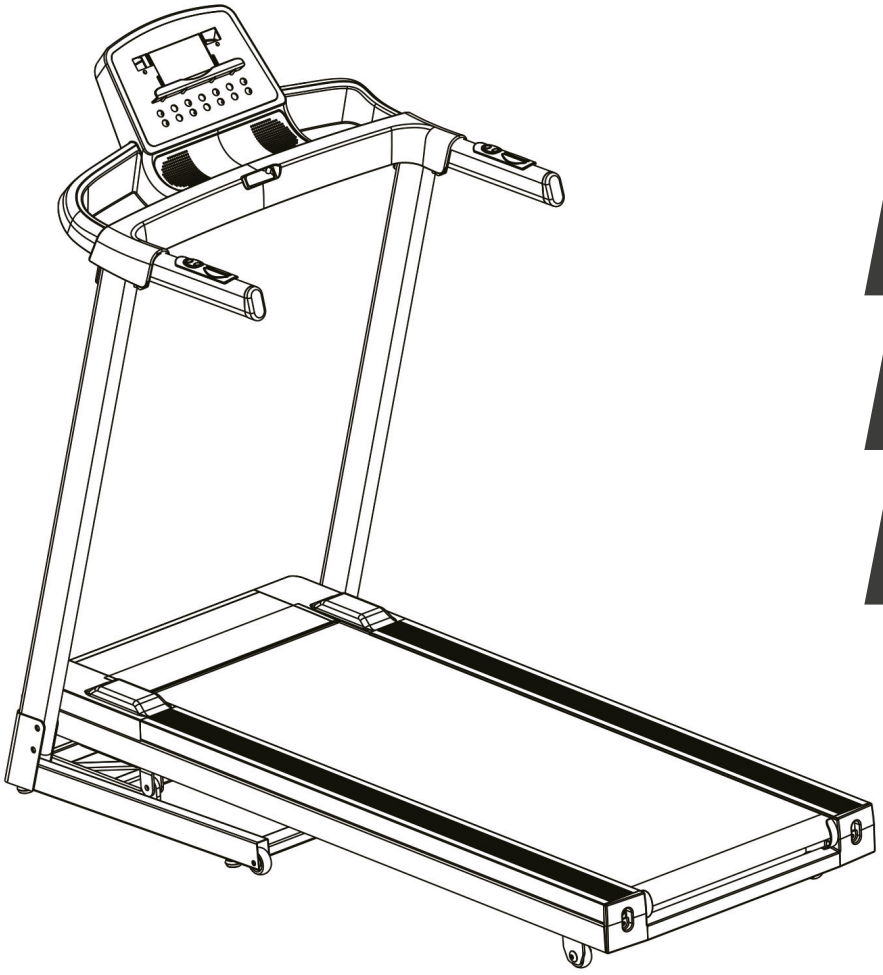
DUKEFITNESS

Instrukcja montażu i obsługi



max. 100 kg

~ 30 Min.

49 kg

dł 149 | szer 68 | wys 131

FSDUT40.01.02

Nr art. DU-T40

Spis treści

1	INFORMACJE OGÓLNE	8
1.1	Dane techniczne	8
1.2	Bezpieczeństwo użytkownika	9
1.3	Bezpieczeństwo elektryczne	10
1.4	Miejsce rozstawienia	11
2	MONTAŻ	12
2.1	Wskazówki ogólne	12
2.2	Zakres dostawy	13
2.3	Montaż	14
3	INSTRUKCJA OBSŁUGI	16
3.1	Wyświetlacz konsoli	17
3.2	Kluczowe funkcje	18
3.3	Programy	19
3.3.1	Program szybkiego startu	19
3.3.2	Programy docelowe	19
3.3.3	Gotowe programy profilowe	20
3.4	Programy sterowane pulsem	22
3.4.1	Programy niestandardowe	23
3.5	Test zawartości tkanki tłuszczowej	24
4	WSKAZÓWKI TRENINGOWE	25
4.1	Wskazówki ogólne	25
4.1.1	Odzież treningowa	25
4.1.2	Rozgrzewka i rozciąganie	25
4.1.3	Leki	26
4.1.4	Ćwiczone grupy mięśni	26
4.1.5	Częstotliwość	26
4.2	Harmonogram treningów	28
5	PRZECHOWYWANIE I TRANSPORT	29
5.1	Wskazówki ogólne	29
5.2	Mechanizm składania	29
5.2.1	Składanie bieżni	30
5.2.2	Rozkładanie bieżni	30
5.3	Kółka transportowe	31

6 USUWANIE BŁĘDU, PIELĘGNACJA I KONSERWACJA 32
6.1 Wskazówki ogólne 32
6.2 Usterki i diagnostyka błędów 32
6.3 Kody i lokalizacja błędów 33
6.4 Pielęgnacja i konserwacja 34
6.4.1 Regulacja taśmy bieżni 34
6.4.2 Regulacja naprężenia taśmy bieżni 35
6.4.3 Smarowanie taśmy bieżni 35
6.5 Harmonogram konserwacji i przeglądów 36
7 UTYLIZACJA 36
8 ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW 37
9 ZAMAWIANIE CZĘŚCI ZAMIENNYCH 38
9.1 Numer seryjny i oznaczenie modelu 38
9.2 Lista części 39
9.3 Rysunek w rozbiciu na części 42
10 GWARANCJA 43
11 KONTAKT 45

Szanowny Kliencie!
dziękujemy za wybór sprzętu fitness marki Duke Fitness. Duke Fitness oferuje urządzenia fitness, które ułatwiają rozpoczęcie regularnych treningów, utrzymanie kondycji i utratę wagi. Chcemy pomóc Ci osiągnąć Twoje cele treningowe szybko i trwale i mamy nadzieję, że Twój nowy sprzęt fitness przyczyni się do osiągnięcia zamierzonych celów. Jeśli masz dodatkowe pytania związane z treningiem lub z Twoim urządzeniem fitness lub jeśli chciałbyś uzupełnić posiadany już sprzęt fitness o kolejne urządzenia, skontakuj się z nami. Życzymy wielu sukcesów!

Więcej informacji można znaleźć na stronie www.fitshop.pl.

Użytkowanie zgodne z przeznaczeniem

Urządzenie może być używane wyłącznie w celu zgodnym z jego przeznaczeniem.

Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego. Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku półprofesjonalnego (np. szpitale, kluby, hotele, szkoły, itp.) ani komercyjnego lub profesjonalnego (np. studio fitness).

STOPKA REDAKCYJNA

Fitshop GmbH
Nr 1 w Europie w zakresie fitnessu domowego

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Schleswig
Niemcy

Prezes:
Christian Grau
Sebastian Campmann
Dr Bernhard Schenkel

Rejestr handlowy HRB 1000 SL
Sąd Rejonowy Flensburg
Numer identyfikacyjny VAT DE813211547

OGRANICZENIE ODPOWIEDZIALNOŚCI

© Duke Fitness jest to zarejestrowana marka firmy Fitshop GmbH. Wszelkie prawa zastrzeżone. Wszelkie wykorzystanie marki bez pisemnej zgody firmy Fitshop jest zabronione.

Produkt i instrukcja mogą zostać zmienione. Dane techniczne mogą zostać zmienione bez wcześniejszego powiadomienia.

FITSHOP

Europe's No.1 for Home Fitness

DOTYCZY NINIEJSZEJ INSTRUKCJI

Przed montażem i pierwszym użyciem urządzenia należy dokładnie zapoznać się z całą instrukcją. Instrukcja pomoże w szybkim montażu i objaśni zasady bezpiecznego korzystania z urządzania. Wszystkie osoby trenujące na urządzeniu (zwłaszcza dzieci i osoby z niepełnosprawnością fizyczną, sensoryczną, psychiczną i motoryczną) muszą zostać najpierw poinformowane o niniejszej instrukcji i jej zawartości. W razie wątpliwości odpowiednie osoby muszą nadzorować używanie urządzenia.

W związku z ciągłymi zmianami i optymalizacją oprogramowania może zaistnieć konieczność dostosowania instrukcji. Jeśli podczas instalacji lub użytkowania zauważą Państwo jakiekolwiek niezgodności, prosimy o zapoznanie się z instrukcjami zawartymi w sklepie internetowym. Znajdują się tam zawsze najbardziej aktualne instrukcje.

Urządzenie zostało skonstruowane zgodnie z najnowszym stanem wiedzy w zakresie bezpieczeństwa i techniki. Potencjalne źródła zagrożeń, które mogłyby spowodować uraz, zostały wyeliminowane, na ile było to możliwe. Montaż należy przeprowadzić prawidłowo, zgodnie z instrukcją montażu. Wszystkie elementy urządzenia muszą być prawidłowo zamocowane. W razie potrzeby instrukcję należy przeczytać jeszcze raz w celu usunięcia ewentualnych usterek.

Urządzenia treningowe muszą być klasyfikowane według dokładności i zastosowania. Klasy dokładności mają zastosowanie wyłącznie do urządzeń wyświetlających dane treningowe.

Klasy dokładności

Klasa A: wysoka dokładność.
Klasa B: średnia dokładność.
Klasa C: niska dokładność.

Klasy użytkowania wyjaśniają przeznaczenie urządzenia.

Klasy użytkowania

Klasa S (Studio): zastosowanie profesjonalne i/lub komercyjne.
Te urządzenia treningowe są przeznaczone do użytku w salach treningowych obiektów, takich jak kluby sportowe, obiekty szkolne, hotele, kluby i studia, w których dostęp i nadzór są specjalnie regulowane przez właściciela (osobę odpowiedzialną prawnie).

Klasa H (użytek domowy): Do użytku domowego.
Te stacjonarne urządzenia treningowe są przeznaczone do użytku w domach prywatnych, gdzie dostęp do urządzenia treningowego jest regulowany przez właściciela (osobę odpowiedzialną prawnie).

Należy ściśle przestrzegać podanych zasad bezpieczeństwa i konserwacji. Każde użycie niezgodne z powyższymi zasadami może skutkować zagrożeniem dla zdrowia, wypadkami lub uszkodzeniami urządzenia, za które ani producent ani sprzedawca nie ponoszą odpowiedzialności.

Następujące wskazówki dotyczące bezpieczeństwa można znaleźć w niniejszej instrukcji obsługi:

► **UWAGA**
Ta wskazówka oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w razie jej nieprzestrzegania mogą spowodować szkody materialne.

⚠ **OSTROŻNIE**
Wskazówka ta oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w przypadku jej nieprzestrzegania mogą prowadzić do lekkich lub nieznacznych obrażeń!

⚠ **OSTRZEŻENIE**
Wskazówka ta oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w przypadku jej naruszania mogą prowadzić do ciężkich obrażeń lub śmierci!

⚠ **NIEBEZPIECZEŃSTWO**
Wskazówka ta oznacza możliwe wystąpienie szkodliwych sytuacji, które w przypadku jej naruszenia prowadzą do ciężkich obrażeń lub śmierci!

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Tego rodzaju wskazówka zawiera pozostałe, przydatne informacje.

Niniejszą instrukcję należy starannie przechowywać jako źródło informacji na temat prac konserwacyjnych i zamawiania części zamiennych!

1.1 Dane techniczne

Ekran LCD wyświetla:

+ Czas treningu w minutach.
+ Prędkość w km/h
+ Dystans w km
+ Spalone kalorie w kcal
+ Nachylenie w %
+ Tętno (podczas korzystania z ręcznych czujników tętna lub paska na klatkę piersiową)

Typ silnika:	Silnik prądu stałego o mocy ciągłej 1,75 KM
Prędkość:	1–16 km/h
Przyciski na uchwycie (prędkość):	2
Przyciski szybkiego wyboru (prędkość):	3
Nachylenie:	10 poziomów
Przyciski na uchwycie (nachylenie):	2
Przyciski szybkiego wyboru (nachylenie):	3
Ilość programów:	43
Programy szybkiego startu:	1
Programy docelowe:	3
Wstępnie skonfigurowane programy profilowe:	36
Programy niestandardowe:	3
Test zawartości tkanki tłuszczowej:	1

Waga i wymiary:

Waga artykułu (brutto, łącznie z opakowaniem):	57,5 kg
Waga artykułu (netto, bez opakowania):	48,5 kg
Wymiary opakowania (dł. x szer. x wys.) ok.:	168 cm x 75 cm x 50 cm
Wymiary po rozłożeniu (dł. x szer. x wys.) ok.:	149 cm x 68 cm x 131 cm
Wymiary po złożeniu (dł. x szer. x wys.) ok.:	94 cm x 68 cm x 131 cm
Maksymalna waga użytkownika:	100 kg
Klasy użytkowania:	H

1.2 Bezpieczeństwo użytkownika

⚠ NIEBEZPIECZEŃSTWO

+ Przed rozpoczęciem używania urządzenia należy zapytać lekarza rodzinnego, czy trening jest odpowiedni ze zdrowotnego punktu widzenia. Dotyczy to przede wszystkim osób, które mają dziedziczną skłonność do nadciśnienia lub schorzeń serca, osób powyżej 45. roku życia, palaczy, osób o podwyższonym poziomie cholesterolu, osób otyłych i/lub osób, które w ciągu ostatniego roku nie uprawiały regularnie żadnego sportu. Jeśli znajdujesz się pod farmakologiczną opieką medyczną mającą wpływ na tętno, wówczas absolutnie konieczne jest zasięgnięcie konsultacji lekarskiej.
+ Należy pamiętać, że zbyt intensywny trening może poważnie zagrażać zdrowiu. Należy również mieć na uwadze, że systemy kontroli pulsu mogą być niedokładne. W razie wystąpienia oznak osłabienia, nudności, zawrotów głowy, bólów, duszności lub innych nieprawidłowych symptomów należy natychmiast przerwać trening i w razie potrzeby skontaktować się z lekarzem rodzinnym.
+ Właściciel musi przekazać wszystkim użytkownikom wszystkie ostrzeżenia i instrukcje.

⚠ OSTRZEŻENIE

+ Korzystanie z tego urządzenia przez dzieci poniżej 14 roku życia jest niedozwolone.
+ Dzieci nie powinny przebywać bez opieki w pobliżu urządzenia.
+ Osoby niepełnosprawne muszą posiadać zgodę lekarską i pozostawać pod ścisłym nadzorem zawsze, gdy korzystają z urządzenia treningowego.
+ Z urządzenia nie może korzystać kilka osób jednocześnie.
+ Jeśli urządzenie jest wyposażone w klucz bezpieczeństwa (Safety Key), klips klucza bezpieczeństwa musi być przymocowany do ubrania przed rozpoczęciem treningu. W razie upadku można wyzwolić wyłącznik awaryjny urządzenia.
+ Jeśli wystąpi sytuacja awaryjna i trening musi zostać nagle przerwany, należy nacisnąć przycisk bezpieczeństwa, przytrzymać się poręczy obiema rękami, wskoczyć obiema nogami na boczne stopnie i poczekać, aż bieżnia się zatrzyma.
+ Ręce, stopy i inne części ciała, włosy, odzież i osoby należy trzymać z dala od ruchomych elementów urządzenia, ponieważ mogą zaczepić się w urządzeniu.
+ Podczas używania urządzenia nie nosić luźnej odzieży; używać odpowiedniej odzieży sportowej. Obuwie sportowe powinno mieć odpowiednie podeszwy, najlepiej z gumy lub innych antypoślizgowych materiałów. Nieodpowiednie są buty z obcasami, skórzanymi podeszwami, korkiem lub kolcami. Nigdy nie trenować na boso.

⚠ OSTROŻNIE

+ Jeśli urządzenie wymaga podłączenia do sieci za pomocą przewodu zasilającego, należy upewnić się, że nie stwarza on potencjalnego ryzyka potknięcia.
+ Podczas trenowania w strefie ruchów urządzenia nie mogą przebywać żadne inne osoby, aby uniknąć zagrożenia względem użytkownika i osób postronnych.
+ Należy upewnić się, że wystające elementy regulacyjne mogą utrudniać użytkownikowi poruszanie się.

UWAGA

+ Do otworów urządzenia nie wolno wkładać żadnych przedmiotów.
+ Bezpieczeństwo użytkowania urządzenia może być zapewnione tylko wtedy, gdy jest ono regularnie sprawdzane pod kątem uszkodzeń i zużycia.
+ Aby chronić urządzenie przed użyciem przez nieupoważnione osoby trzecie, należy zawsze odłączać kabel zasilający (jeśli dostępny), gdy urządzenie nie jest używane i przechowywać je w bezpiecznym miejscu, niedostępnym dla osób nieupoważnionych (np. Dzieci).

1.3 Bezpieczeństwo elektryczne

NIEBEZPIECZEŃSTWO

+ Aby zapobiec niebezpieczeństwu porażenia prądem elektrycznym, po zakończeniu treningu, przed zmontowaniem lub rozmontowaniem oraz przed konserwacją lub czyszczeniem urządzenia należy wyciągnąć jego wtyczkę z gniazdka. Podczas wyciągania wtyczki nie ciągnąć za przewód.

OSTRZEŻENIE

+ Dopóki wtyczka jest podłączona do gniazdka ściennego, nie wolno zostawiać urządzenia bez nadzoru. W czasie nieobecności przewód zasilający należy odłączyć w celu uniemożliwienia nieprawidłowego używania urządzenia przez osoby postronne lub dzieci.
+ W razie uszkodzenia lub usterki przewodu zasilającego lub wtyczki należy zwrócić się do autoryzowanego przedstawiciela. Do czasu naprawy nie użytkować urządzenia.

UWAGA

+ Urządzenie wymaga podłączenia do sieci 220-230 V z napięciem sieciowym 50 Hz.
+ Urządzenie można podłączać wyłącznie za pomocą dostarczonego z nim przewodu zasilającego bezpośrednio do uziemionego gniazdka. Przedłużacze muszą spełniać wymagania przepisów VDE. Przewód zasilający należy całkowicie rozwinąć.
+ Gniazdko musi być zabezpieczone bezpiecznikiem zwłocznym 16 A.
+ Nie wprowadzać żadnych zmian w przewodzie ani we wtyczce.
+ Przewód zasilający należy chronić przed wodą, wysoką temperaturą, olejem i ostrymi krawędziami. Nie umieszczać przewodu pod urządzeniem lub dywanem i nie stawiać na nim żadnych przedmiotów.
+ Jeśli zakupione urządzenie posiada konsolę TFT, należy regularnie przeprowadzać aktualizacje oprogramowania. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie, aby przeprowadzić aktualizację.
+ Systemy i oprogramowanie urządzeń z konsolami TFT są dostrojone do preinstalowanych aplikacji. Nie instaluj żadnych innych aplikacji na konsoli.

WSKAZÓWKA

+ Preinstalowane aplikacje w konsolach TFT są aplikacjami zewnętrznych producentów. Fitshop nie ponosi odpowiedzialności za dostępność, funkcjonalność i zawartość tych aplikacji.

1.4 Miejsce rozstawienia

⚠ OSTRZEŻENIE

+ Nie stawiać urządzenia w głównych przejściach ani drogach ewakuacyjnych.

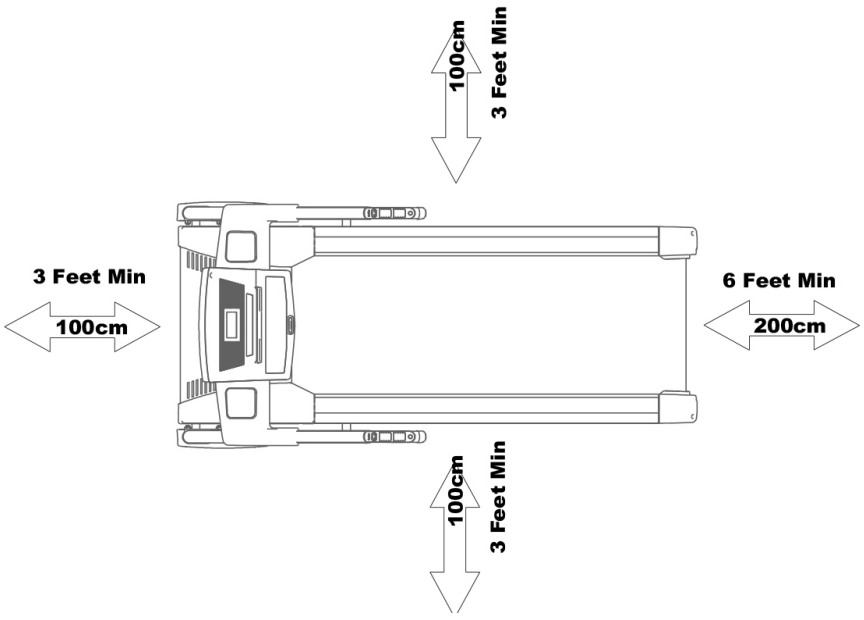
⚠ OSTROŻNIE

+ Należy wybrać miejsce ustawienia urządzenia tak, aby przed wejściem na bieżnię zostawiona była odpowiednio duża wolna przestrzeń/strefa bezpieczeństwa o długości conajmniej 2 m i szerokości odpowiadającej szerokości bieżni.
+ Upewnić się, że sala treningowa jest dobrze wentylowana podczas ćwiczeń i że nie ma przeciągów.
+ Wybrać miejsce ustawienia urządzenia tak, aby zarówno przed urządzeniem, jak i obok niego zostawiona była odpowiednio duża wolna przestrzeń/strefa bezpieczeństwa.
+ Wolny obszar w kierunku, z którego uzyskuje się dostęp do urządzenia treningowego, musi być o co najmniej 0,6 m większy niż obszar ćwiczeń.
+ Powierzchnia ustawienia i montażowa urządzenia powinna być równa, wytrzymała i solidna.

► UWAGA

+ Urządzenie może być używane wyłącznie w budynku, w odpowiednio ogrzewanych i suchych pomieszczeniach (temperatura otoczenia od 10°C do 35°C). Niedozwolone jest używanie pod gołym niebem oraz w pomieszczeniach o dużej wilgotności powietrza (powyżej 70%), takich jak baseny.
+ W celu ochrony cennych materiałów podłogowych (parkiet, laminat, korek, dywany) i wygładzenia drobnych nierówności, należy zastosować ochronną matę na podłogę.
+ W przypadku klasy użytkowania S urządzenie może być używane wyłącznie w obszarach, w których dostęp, nadzór i kontrola są specjalnie regulowane przez właściciela.

Zalecana wolna przestrzeń:



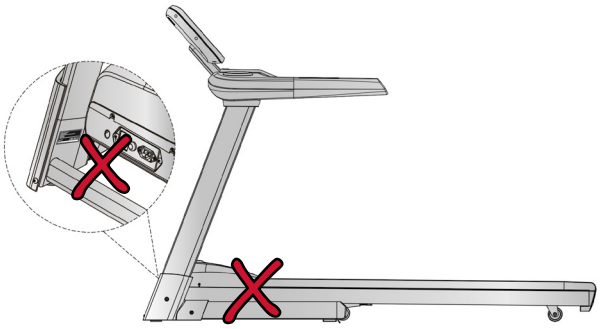
2.1 Wskazówki ogólne

NIEBEZPIECZEŃSTWO

+ Nie zostawiać narzędzi ani materiałów opakowaniowych, takich jak folie lub drobne części, ponieważ dzieci mogłyby się nimi udusić. Podczas montażu urządzenia dzieci nie mogą znajdować się w pobliżu.

OSTRZEŻENIE

+ Bieżnia jest wyposażona w amortyzatory wysokociśnieniowe, które w przypadku nieprawidłowej obsługi mogą spowodować nagłe rozłożenie się bieżni. Aby uniknąć możliwych obrażeń, nigdy nie ciągnąć za elementy bieżni pokazane na ilustracji. Nigdy nie podejmować próby podnoszenia i przenoszenia bieżni w oznaczonych miejscach.



+ Aby zmniejszyć ryzyko obrażeń, przestrzegać instrukcji dołączonych do urządzenia.

OSTROŻNIE

+ Podczas montażu należy zapewnić sobie wystarczającą przestrzeń na ruch w każdym kierunku.
+ Montaż urządzenia muszą przeprowadzić min. dwie osoby dorosłe. W razie wątpliwości należy skorzystać z pomocy trzecia osoby, która posiada wiedzę techniczną.

UWAGA

+ Aby zapobiec uszkodzeniu urządzenia i podłogi, wykonywać montaż na podkładce lub opakowaniu kartonowym.

WSKAZÓWKA

+ Aby przeprowadzenie montażu było tak łatwe, jak to tylko możliwe, niektóre śruby i nakrętki, które będą używane, mogą być już wstępnie zmontowane.
+ Montaż urządzenia najlepiej przeprowadzać w późniejszym, docelowym miejscu instalacji.

2.2 Zakres dostawy

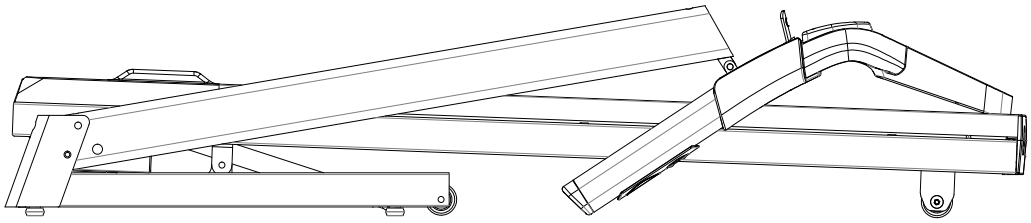
OSTRZEŻENIE

Bieżnia jest wyposażona w blokadę transportową, która zapobiega jej otwarciu podczas transportu. Blokada transportowa musi zostać usunięta przed montażem.

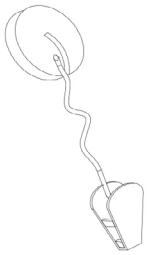
Zakres dostawy składa się z poniżej przedstawionych elementów. Na początku należy sprawdzić, czy dostawa zawiera wszystkie elementy urządzenia i wszystkie narzędzia, oraz czy nie zostały one uszkodzone. W razie reklamacji należy skontaktować się bezpośrednio z autoryzowanym przedstawicielem.

OSTROŻNIE

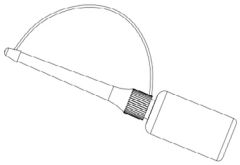
Jeśli brakuje części z zakresu dostawy lub są one uszkodzone, nie należy przeprowadzać montażu.



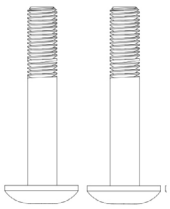
Rama główna z konsolą



Klucz bezpieczeństwa



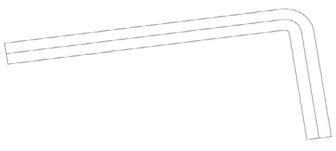
Olej silikonowy



Duża śruba imbusowa z łbem płaskim (M8 * 35 * 20)
2x

Śruba imbusowa z łbem płaskim (M8 * 10)
4x

Narzędzie wielofunkcyjne 1x



Klucz imbusowy 6 mm
1x

2.3 Montaż

Przed montażem dokładnie przejrzeć poszczególne etapy montażu, a następnie przeprowadzić montaż w podanej kolejności.

WSKAZÓWKA

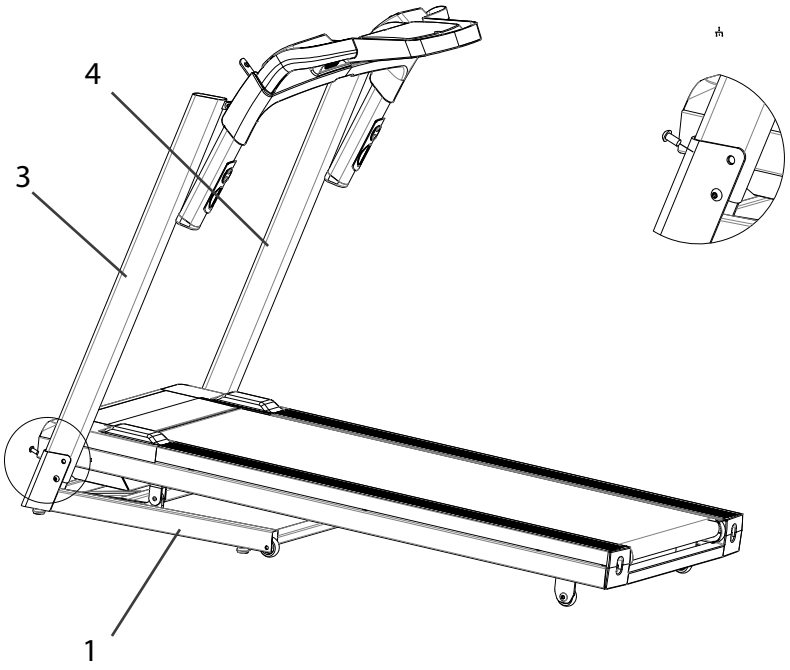
+ Najpierw przykręcić wszystkie dostarczone luzem elementy i sprawdzić ich dopasowanie. Następnie dokręcić śruby za pomocą narzędzia, gdy będzie to konieczne.
+ Nie dokręcaj śrub i wkrętów na siłę, ponieważ może to spowodować ich uszkodzenie.
+ W przypadku trudności z rozpoznaniem grafiki zalecamy otwarcie instrukcji PDF zapisanej na stronie internetowej na urządzeniu końcowym (np. smartfonie, tablecie lub komputerze). Tam masz możliwość przybliżenia obrazu. Pamiętaj, że aby otworzyć plik, na Twoim urządzeniu końcowym musi być zainstalowany program Adobe Acrobat Reader.

Krok 1: Montaż wsporników konsoli

UWAGA

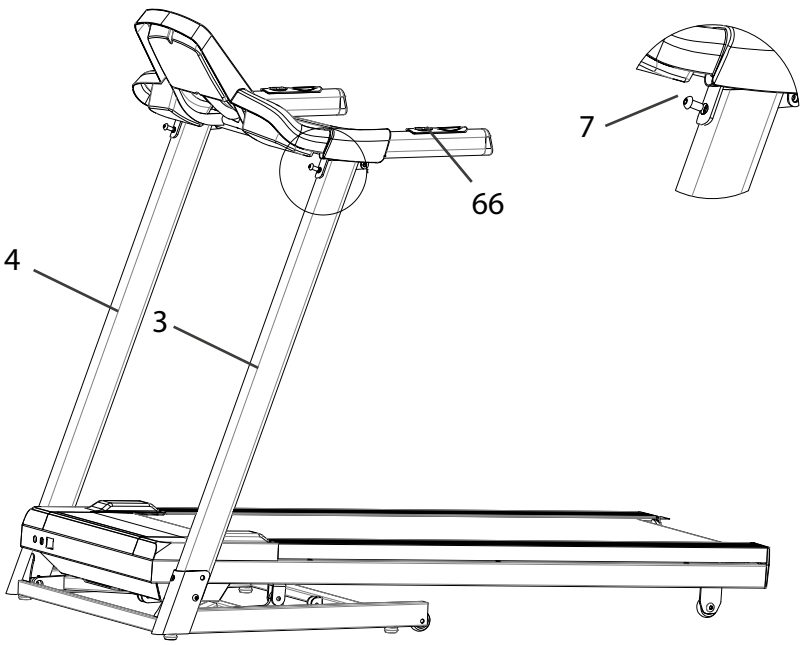
Uważaj, aby nie przyciąć ani nie przygnieść przewodów w kolejnych krokach.

1. Powoli i równomiernie postaw oba wsporniki konsoli (3 i 4) i wyrównaj otwory na śruby względem siebie.
2. Przymocuj dwa wsporniki konsoli (3 i 4) do ramy głównej (1) każdorazowo za pomocą jednej śruby (7) i dwóch śruby (15).
3. Użyj odpowiedniego narzędzia, aby dokręcić śruby.



Krok 2: Montaż konsoli

1. Ustaw pionowo konsolę (66).
2. Przymocuj konsolę (66) do obu wsporników (3 i 4) za pomocą dwóch śrub (7).
3. Użyj odpowiedniego narzędzia, aby dokręcić śruby.
4. Włóż klucz bezpieczeństwa do przewidzianego otworu w konsoli.

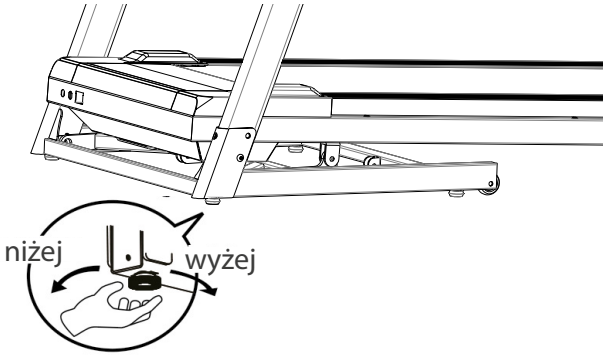


Krok 3: Wyrównanie podstaw

Jeśli podłoże jest nierówne, położenie bieżni można wyrównać, obracając dwie śruby regulacyjne pod ramą główną.

⚠ **OSTRZEŻENIE**

Bieżnia posiada amortyzatory wysokociśnieniowe, które w przypadku nieprawidłowej obsługi mogą spowodować nagłe rozłożenie bieżni. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w rozdziale 2.1 niniejszej instrukcji obsługi.



1. Podnieś bieżnię z wybranej strony i przekręć śrubę regulacyjną pod ramą główną.
2. Obróć śrubę zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby ją wyjąć i podnieść bieżnię.
3. Obróć w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aby obniżyć bieżnię.

Krok 4: Podłączenie urządzenia do zasilania

► **UWAGA**

Urządzenia nie wolno podłączać do wielokrotnego gniazda wtykowego, w przeciwnym razie nie ma pewności, że urządzenie będzie zasilane wystarczającą ilością mocy. Może to skutkować problemami technicznymi.

Włóż wtyczkę do gniazdka, które jest zgodne ze specyfikacjami zawartymi w rozdziale dotyczącym bezpieczeństwa elektrycznego.

Prawidłowe wchodzenie i schodzenie

1. Aby wejść na bieżnię, chwyć poręcze obiema dłońmi i wejdź na bieżnię stawiając jedną stopą za drugą.
2. Aby zejść, chwyć poręcze obiema rękami i zejdź z bieżni stawiając jedną stopą za drugą.

3 INSTRUKCJA OBSŁUGI

WSKAZÓWKA

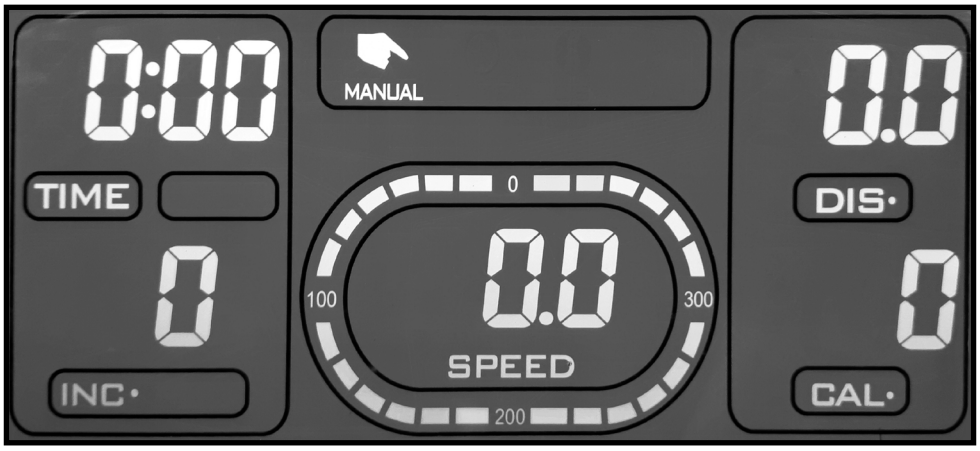
+ Przed rozpoczęciem treningu należy zapoznać się ze wszystkimi funkcjami i możliwościami regulowania urządzenia. Należy zwrócić się do specjalisty o objaśnienie zasad prawidłowego używania produktu.
+ Trening należy zawsze rozpoczynać od niskiego obciążenia i zwiększać je równomiernie i delikatnie. Trening należy zakończyć fazą schładzania. W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym.
+ Większość nowych bieżni wydaje odgłos stukania spowodowany przesuwaniem się maty bieżnej po rolkach. Czas potrzebny do ustąpienia hałasu zależy od intensywności użytkowania, temperatury i wilgotności wokół bieżni.
+ Należy pamiętać, że emisja hałasu pod obciążeniem jest wyższa niż bez obciążenia.

SAFETY KEY

OSTRZEŻENIE

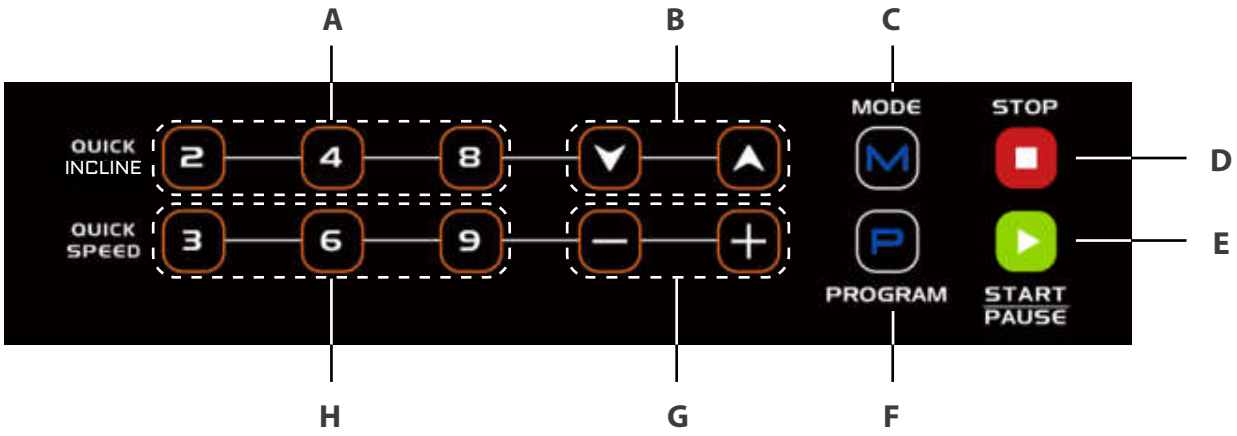
+ W celu zapewnienia użytkownikowi bezpieczeństwa, urządzenie jest wyposażone w wyłącznik awaryjny. Używanie urządzenia jest możliwe tylko wtedy, gdy klucz bezpieczeństwa jest prawidłowo umieszczony w gnieździe kokpitu. Gdy klucz bezpieczeństwa nie znajduje się w gnieździe, następuje natychmiastowe automatyczne zatrzymanie urządzenia. Dlatego sznurek klucza bezpieczeństwa (Safety Key) z zaciskiem należy przypinać do ubrania przed rozpoczęciem każdego treningu. W razie nagłej potrzeby zatrzymania bieżni, utraty kontroli nad prędkością lub wystąpienia innej sytuacji awaryjnej, za pomocą sznurka wyciągnąć klucz bezpieczeństwa z panelu sterowania.
+ Aby w razie przewrócenia się użytkownika klucz bezpieczeństwa mógł odłączyć się od kokpitu, zacisk klucza należy przyczepić mocno do ubrania!
+ Upewnić się, że klucz bezpieczeństwa znajduje się poza zasięgiem dzieci.

3.1 Wyświetlacz konsoli



TIME	+ Wyświetlanie czasu treningu w minutach. + Zakres wyświetlania: 0:00–99:59 + Zakres ustawień: 5:00–99:00 (co 1 minutę)
DISTANCE (DIS)	+ Wyświetlanie dystansu w km + Zakres wyświetlania: 0.0–99.9 + Zakres ustawień: 1.0–99.0 (co 1,0 km)
INCLINE (INC)	+ Wyświetlanie nachylenia w % + Zakres wyświetlania: 0-10 + Zakres ustawień: 0-10 (co 1%)
CALORIES (CAL)	+ Wyświetlanie spalonych kalori (kcal) + Zakres wyświetlania: 0 – 999 + Zakres ustawień: 20–990 (co 10 kcal)
SPEED	+ Wyświetlanie prędkości w km/h + Zakres wyświetlania: 1–16 km/h + Zakres ustawień: 1–16 km/h (co 0,1 km/h)
PULSE (PUL)	Wyświetlanie aktualnego tętna podczas używania ręcznych czujników tętna. ⚠ **OSTRZEŻENIE** Twoje urządzenie do ćwiczeń nie jest sprzętem medycznym. Pomiar tętna może być niedokładny. Na dokładność wyświetlanego tętna mogą mieć wpływ różne czynniki. Wyświetlane wartości mają jedynie pomóc w treningu. ⓘ **UWAGA** Tętno jest wyświetlane na wyświetlaczu nachylenia (INC) zaraz po rozpoczęciu korzystania z ręcznych czujników pulsu.

3.2 Kluczowe funkcje



A	Przyciski szybkiego wyboru Nachylenie	Przyciski szybkiego wyboru do ustawiania nachylenia na 2, 4 lub 8.
B	Nachylenie +/-	Przyciski do ustawiania nachylenia co 1%. ⓘ **UWAGA** Aby ustawić nachylenie podczas treningu, należy nacisnąć i przytrzymać odpowiedni przycisk przez ponad dwie sekundy.
C	MODE	Wybierz pomiędzy trzema kryteriami programów docelowych: + Czas + Dystans + Spalone kalorie ⓘ **UWAGA** Wartości programów docelowych można dostosować do prędkości za pomocą przycisków +/-.
D	STOP	Zakończenie programu.
E	START/PAUSE	Uruchamianie lub wstrzymywanie programu.
F	PROGRAM	Przycisk do wyboru spośród 36 gotowych programów profilowych.-
G	Prędkość +/-	Przyciski do ustawiania prędkości co 0,1. ⓘ **UWAGA** Aby dostosować prędkość podczas ćwiczeń, naciśnij i przytrzymaj odpowiedni przycisk przez ponad dwie sekundy.
H	Przyciski szybkiego wyboru Prędkość	Przyciski szybkiego wyboru do ustawienia prędkości na 3,6 lub 9 km/h.

3.3 Programy

Dostępne są następujące programy:

+ Programy szybkiego startu: 1
+ Programy docelowe: 3
+ Wstępnie skonfigurowane programy profilowe: 36
+ Programy niestandardowe: 3

3.3.1 Program szybkiego startu

1. Aby uruchomić program szybkiego startu, naciśnij przycisk START/PAUSE.

Wyświetlacz odlicza od 5 do 1, następnie rozlega się sygnał dźwiękowy i program zostaje uruchomiony.

ⓘ **UWAGA**
Domyślna wartość prędkości to 1 km/h.

2. Aby wyregulować prędkość lub nachylenie, użyj odpowiednich przycisków na konsoli lub na uchwytach.

3. Naciśnij przycisk START/PAUSE, aby wstrzymać program lub przycisk STOP, aby go zakończyć.

3.3.2 Programy docelowe

Z programów docelowych można korzystać w zależności od wartości czasu, dystansu lub kalorii.

1. Aby wybrać jeden z programów docelowych, naciśnij przycisk MODE.

ⓘ **UWAGA**
Po naciśnięciu przycisku MODE ekran wyświetla dane w kolejności: czas → dystans → kalorie.

Wartość dla wybranego programu docelowego miga.

2. Aby dostosować wartość, użyj przycisków +/- do zmiany prędkości na konsoli lub na uchwytach.
3. Aby uruchomić program docelowy, naciśnij przycisk START/PAUSE.

Wyświetlacz odlicza od 5 do 1, następnie rozlega się sygnał dźwiękowy i program zostaje uruchomiony.

Wartość dla wybranego programu docelowego odliczana jest w dół, pozostałe wartości są liczone w górę.

ⓘ **UWAGA**
Podczas treningu możesz regulować nachylenie i prędkość za pomocą odpowiednich przycisków na konsoli lub na uchwytach.

4. Naciśnij przycisk START/PAUSE, aby wstrzymać program lub przycisk STOP, aby zakończyć program.

3.3.3 Gotowe programy profilowe

Ogółem dostępnych jest 36 gotowych programów.

1. Aby wybrać jeden z gotowych programów, naciśnij przycisk PROGRAM.

ⓘ **UWAGA**
Po naciśnięciu przycisku PROGRAM wyświetlane są programy w kolejności P1–P36.

Po wybraniu jednego z programów wartość czasu zacznie migać.

2. Aby ustawić czas, użyj przycisków do zmiany prędkości +/- na konsoli lub na uchwytach.
3. Aby uruchomić program, naciśnij przycisk START/PAUSE.

Wyświetlacz odlicza od 5 do 1, następnie rozlega się sygnał dźwiękowy i program zostaje uruchomiony.

ⓘ **UWAGA**
Podczas treningu możesz regulować nachylenie i prędkość za pomocą odpowiednich przycisków na konsoli lub na uchwytach.

4. Naciśnij przycisk START/PAUSE, aby wstrzymać program lub przycisk STOP, aby zakończyć program.

Programme \ Section		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5

P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	10	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4

P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	12	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	11	7	7	10	10	6	6	6

3.4 Programy sterowane pulsem

⚠ **OSTRZEŻENIE**

Urządzenie treningowe nie jest urządzeniem medycznym. Wykonywany przez urządzenie pomiar tętna może być niedokładny. Wiele różnych czynników może mieć wpływ na dokładność wskazywania pulsu. Wskazywanie pulsu służy wyłącznie za pomoc w trenowaniu.

3.4.1 Programy niestandardowe

Ogółem dostępne są trzy programy użytkownika (U01 - U03), każdy z dziesięcioma sekcjami do ustawienia.

1. Aby wybrać jeden z programów niestandardowych, naciśnij przycisk PROGRAM.

ⓘ **UWAGA**
Programy niestandardowe są umieszczane w kolejności za gotowymi programami.

ⓘ **UWAGA**
Po utworzeniu programu niestandardowego, naciśnij przycisk MODE -i ustaw czas. Aby uruchomić program, naciśnij przycisk START/PAUSE.

2. Naciśnij dwukrotnie przycisk MODE.

Wartość prędkości miga.

3. Aby ustawić prędkość, użyj przycisków +/- na konsoli lub na uchwytach.
4. Aby przejść do wybierania kolejnej wartości, naciśnij przycisk MODE.

ⓘ **UWAGA**
Po naciśnięciu przycisku MODE wprowadzona wartość jest automatycznie zapisywana.

Wartość nachylenia miga.

5. Aby ustawić nachylenie, użyj przycisków +/- na konsoli lub na uchwytach.
6. Aby przejść do następnego kroku, naciśnij przycisk MODE.
7. Powtórz kroki od 3 do 6 dla wszystkich dziesięciu sekcji.
8. Po ustawieniu nachylenia dla ostatniej sekcji ponownie naciśnij przycisk MODE.

Wartość czasu miga.

9. Aby ustawić całkowity czas programu, użyj przycisków +/- na konsoli lub na uchwytach.
10. Aby uruchomić program, naciśnij przycisk START/PAUSE.

Wyświetlacz odlicza od 5 do 1, następnie rozlega się sygnał dźwiękowy i program zostaje uruchomiony.

ⓘ **UWAGA**
Po uruchomieniu programu jest on automatycznie zapisywany i można go uruchomić natychmiast po ustawieniu całkowitego czasu.

11. Naciśnij przycisk START/PAUSE, aby wstrzymać program lub przycisk STOP, aby zakończyć program.

3.5 Test zawartości tkanki tłuszczowej

1. Aby wybrać test tkanki tłuszczowej (FAT), naciśnij przycisk PROGRAM.

ⓘ **UWAGA**
Test tkanki tłuszczowej znajduje się za programami niestandardowymi.

2. Naciśnij dwukrotnie przycisk MODE.

Wyświetlacz pokazuje F1, a po prawej stronie wyświetlacza widać płeć.

3. Aby wybrać płeć (01 dla męskiej, 02 dla żeńskiej), użyj przycisków +/- do zmiany prędkości na konsoli lub na uchwytach.
4. Aby potwierdzić wybór, naciśnij przycisk MODE.

Wyświetlacz pokazuje F2, a po prawej stronie wyświetlacza widać wiek.

5. Aby ustawić wiek, użyj przycisków +/- na konsoli lub na uchwytach.
6. Aby potwierdzić wybór, naciśnij przycisk MODE.

Wyświetlacz pokazuje F3, a po prawej stronie wyświetlacza widać wzrost.

7. Aby ustawić wzrost, użyj przycisków +/- na konsoli lub na uchwytach.
8. Aby potwierdzić wybór, naciśnij przycisk MODE.

Wyświetlacz pokazuje F4, a po prawej stronie wyświetlacza widać wartość dla wagi.

9. Aby ustawić wagę, użyj przycisków +/- na konsoli lub na uchwytach..
10. Aby potwierdzić wybór, naciśnij przycisk MODE.

Na wyświetlaczu pojawi się F5.

11. Aby rozpocząć test, połóż dłonie na ręcznych czujnikach tętna.

Wyświetlacz pokaże wynik po ok. 8 sekundach.

≤ 18	Niedowaga
18 - 24	Normalna waga
25 - 28	Nadwaga
≥ 29	Otyłość

4.1 Wskazówki ogólne

Podczas treningu ważne jest prawidłowe wykonywanie ćwiczeń, aby uniknąć kontuzji i osiągnąć pożądany efekt treningowy. Upewnij się, że stosujesz prawidłową technikę i trenujesz z odpowiednim poziomem intensywności. W razie wątpliwości lub problemów zdrowotnych należy zawsze skonsultować się ze specjalistą, takim jak trener lub lekarz.

Zawsze zaczynaj trening z niskim obciążeniem i zwiększaj je równomiernie i stopniowo. Trening należy zakończyć fazą stopniowego zmniejszenia obciążenia. W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym.

4.1.1 Odzież treningowa

Podczas treningu należy nosić odpowiednią odzież sportową, która jest wygodna i oddychająca. Unikaj odzieży, która ogranicza ruchy lub jest niewygodna. Upewnij się, że buty są odpowiednie i zapewniają wystarczające wsparcie. Zawsze noś ze sobą ręcznik, aby móc wytrzeć pot i utrzymać sprzęt w czystości.

4.1.2 Rozgrzewka i rozciąganie

Ważne jest, aby przed treningiem odpowiednio się rozgrzać i rozciągnąć, aby uniknąć kontuzji i poprawić wydajność. Rozciąganie pomaga rozluźnić mięśnie i poprawić ich elastyczność. Pamiętaj, aby przed każdym treningiem wykonać krótką rozgrzewkę.

Ćwiczenia rozgrzewające:

1. Stań prosto ze stopami rozstawionymi na szerokość barków.
2. Zacznij od delikatnych krążeń ramion, powoli wykonując małe kółka do przodu w kontrolowany sposób.
3. Wykonaj krążenia ramion do tyłu, aby rozluźnić barki i ramiona.
4. Wykonaj przysiady, powoli przykucając, a następnie ponownie prostując się. Upewnij się, że kolana nie wychodzą poza palce stóp.

⚠ **OSTROŻNIE**
Nie ćwicz z obolałymi mięśniami i nie rozluźniaj ich, ponieważ w najgorszym przypadku może to doprowadzić do kontuzji.

4.1.3 Leki

Jeśli regularnie przyjmujesz leki i chcesz ćwiczyć, ważne jest, abyś był świadomy możliwych interakcji. Należy zapytać lekarza lub farmaceutę, czy przyjmowane leki mogą mieć wpływ na wyniki sportowe.

4.1.4 Ćwiczone grupy mięśni

Trening obejmuje następujące grupy mięśni:

+ mięśnie pośladków
+ mięśnie nóg

Upewnij się, że podczas treningu masz wyprostowane plecy. Nie garb się i nie wyginaj pleców w łuk.

4.1.5 Częstotliwość

Regularne ćwiczenia mają kluczowe znaczenie dla osiągania postępów i zachowania zdrowia w długoterminowej perspektywie. Regularne ćwiczenia mogą wzmocnić mięśnie, poprawić wytrzymałość i poprawić ogólne samopoczucie. Pamiętaj, że nawet krótkie sesje treningowe wykonywane regularnie pozwalają osiągnąć długoterminowe rezultaty. Nie trać motywacji i trzymaj się swoich celów treningowych.

Trening z ukierunkowaniem na tętno

Ukierunkowanie na tętno gwarantuje niezwykle efektywny i zdrowy trening. Na podstawie wieku i poniższej tabeli możesz szybko i łatwo określić optymalne tętno do treningu. Jeśli tętno wzrośnie powyżej ustawionej wartości tętna docelowego, włączy się sygnał dźwiękowy. Poniżej możesz dowiedzieć się, które docelowe tętno jest odpowiednie dla danego celu treningowego.

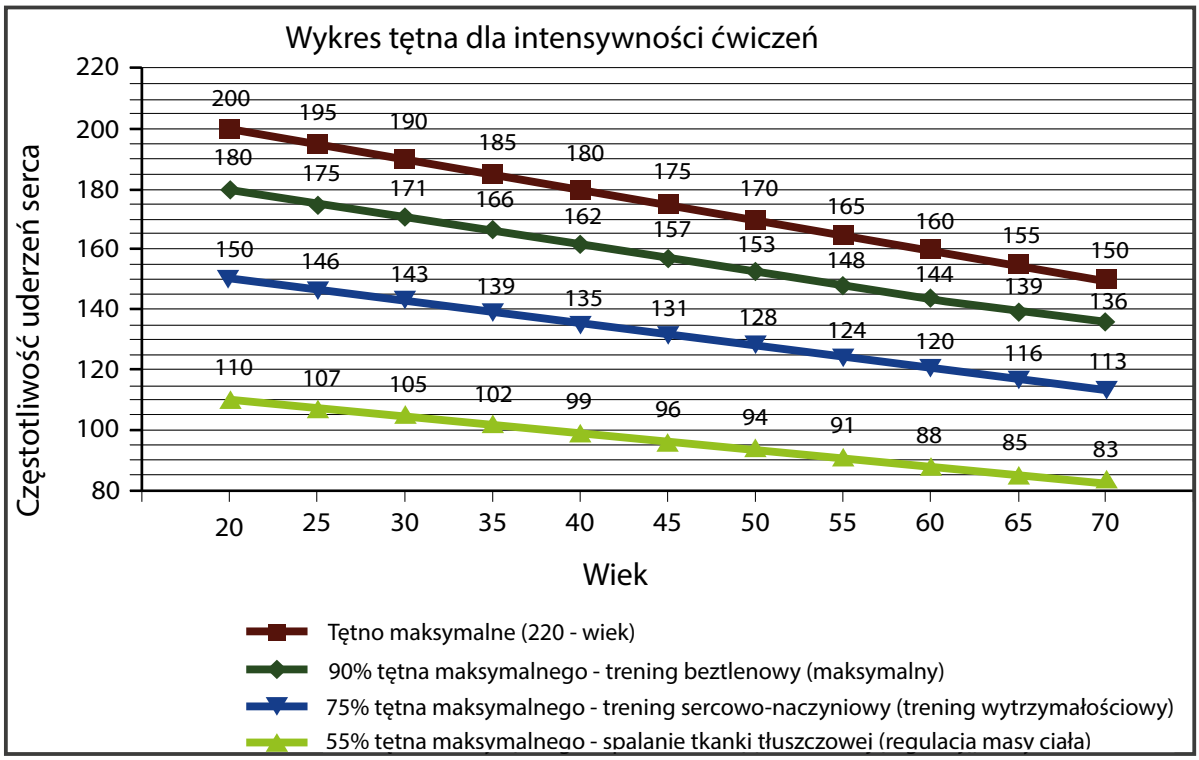
Spalanie tkanki tłuszczowej (regulacja wagi): Głównym celem jest spalanie tkanki tłuszczowej. Aby osiągnąć ten cel treningowy, odpowiednia jest niska intensywność treningu (około 55% maksymalnego tętna) i dłuższy czas trwania treningu.

Trening cardio (trening wytrzymałościowy): Głównym celem jest zwiększenie wytrzymałości i sprawności poprzez poprawę dopływu tlenu do układu sercowo-naczyniowego. Aby osiągnąć ten cel treningowy, należy trenować ze średnią intensywnością (ok. 75% tętna maksymalnego) i średnim czasem trwania treningu.

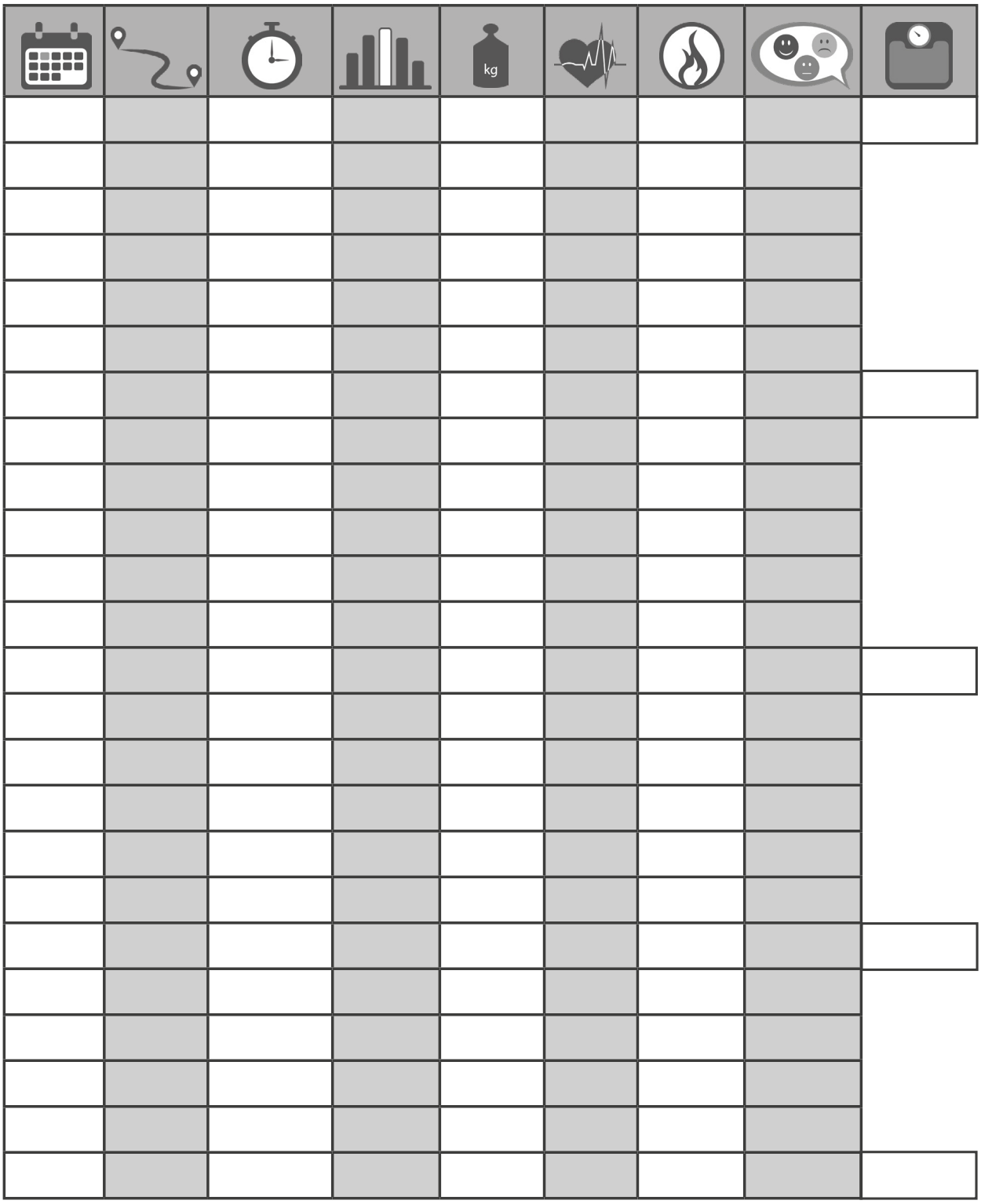
Trening aerobowy: Głównym celem treningu aerobowego jest poprawa regeneracji po krótkich, intensywnych ćwiczeniach w celu jak najszybszego powrotu do stanu spoczynku. Aby osiągnąć ten cel treningowy, wymagana jest wysoka intensywność (około 90% maksymalnego tętna) podczas krótkich, intensywnych ćwiczeń, po których następuje faza regeneracji, aby zapobiec zmęczeniu mięśni.

Przykład:
Maksymalne tętno dla 45-latka wynosi 175 (220 - 45 = 175).

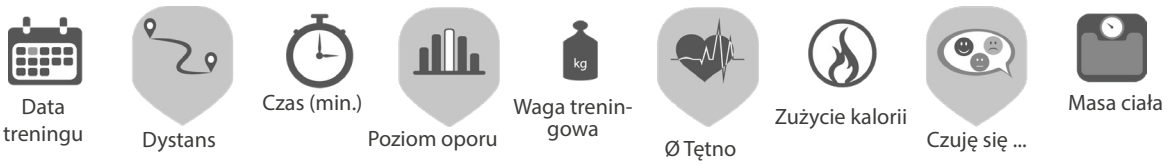
+ Docelowa strefa spalania tłuszczu (55%) wynosi około 96 uderzeń/min = (220 - wiek) x 0,55.
+ Docelowa strefa wytrzymałości (75%) wynosi około 131 uderzeń/min = (220 - wiek) x 0,75.
+ Maksymalna wartość tętna dla treningu aerobowego (90%) wynosi około 157 uderzeń/min = (220 - wiek) x 0,9.



4.2 Harmonogram treningów



(skopiuj szablon)



Data treningu

Dystans

Czas (min.)

Poziom oporu

Waga trenin-gowa

Ø Tętno

Zużycie kalorii

Czuję się ...

Masa ciała

5.1 Wskazówki ogólne

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Miejsce przechowywania należy wybrać tak, aby można było wykluczyć nieuzasadnione użycie przez osoby trzecie lub dzieci.
+ Jeśli urządzenie nie jest wyposażone w kółka transportowe, to musi zostać zdemontowane przed transportem.

► **UWAGA**

+ Upewnić się, że w wybranym miejscu przechowywania urządzenie jest chronione przed wilgocią, kurzem i brudem. Miejsce przechowywania powinno być suche i dobrze wentylowane, ze stałą temperaturą otoczenia od 10°C do 35°C.

5.2 Mechanizm składania

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Bieżnia jest wyposażona w amortyzatory wysokociśnieniowe, które w przypadku nieprawidłowej obsługi mogą spowodować nagłe rozłożenie się bieżni. Więcej informacji można znaleźć w ogólnych wskazówkach dotyczących montażu w rozdziale 2.1 zawartym w niniejszej instrukcji obsługi.
+ Nie podnosić bieżni za taśmę ani tylne rolki transportowe. Elementy te nie zazębiają się i są trudne do chwytania.

ⓘ **WSKAZÓWKA**

Bieżnia jest składana i dlatego zajmuje mało miejsca podczas przechowywania. Stanowi to również ułatwienie podczas transportu.

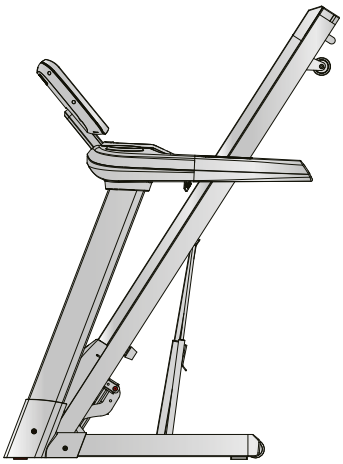
5.2.1 Składanie bieżni

⚠ OSTRZEŻENIE

+ Nie podłączać urządzenia w stanie złożonym do prądu. Nie próbować uruchamiać urządzenia w stanie złożonym.
+ Przed złożeniem bieżnik musi być całkowicie zatrzymany.

⚠ OSTROŻNIE

+ Nie opierać się o urządzenie w stanie złożonym i nie kłaść na nim niczego, co mogłyby spowodować jego niestabilność lub przewrócenie.



► UWAGA

+ Przed złożeniem usunąć wszelkie przedmioty, które mogą zostać rozlane lub przewrócone, lub uniemożliwiają złożenie bieżni.

1. Wyłączyć urządzenie i wyciągnąć wtyczkę z gniazdka.
2. Chwycić oburącz drążek wsporczy bezpośrednio pod tylną częścią taśmy bieżni, aby uzyskać stabilny punkt podnoszenia.
3. Upewnić się, że hamulec hydrauliczny jest prawidłowo zablokowany i podnieść bieżnię do przodu.
4. Stanąć bezpiecznie i sprawdzić, czy mechanizm blokujący jest bezpieczny, ciągnąc urządzenie do tyłu – urządzenie nie powinno się przesunąć.

5.2.2 Rozkładanie bieżni

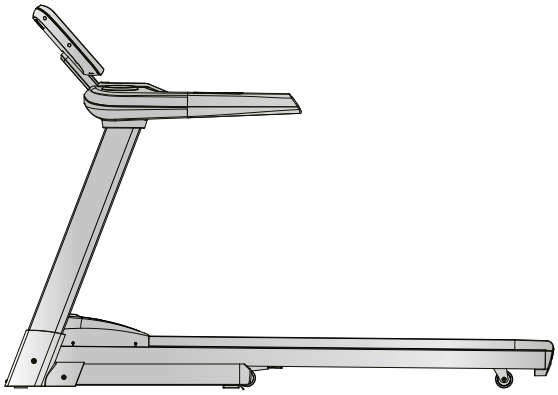
► UWAGA

+ Przed rozłożeniem usunąć wszelkie przedmioty, które mogą zostać rozlane lub przewrócone, lub uniemożliwiają rozłożenie bieżni.

1. Stanąć za bieżnią i pchnąć lekko urządzenie do przodu w kierunku wyświetlacza.
2. Aby zwolnić blokadę hamulca hydraulicznego, lewą stopą pchnąć górną część hamulca hydraulicznego nieco do przodu, aż blokada się zwolni i możliwe będzie pociągnięcie bieżni do tyłu.
3. Wciąż trzymać bieżnię stabilnie.

Hamulec hydrauliczny opada samoczynnie i łagodnie.

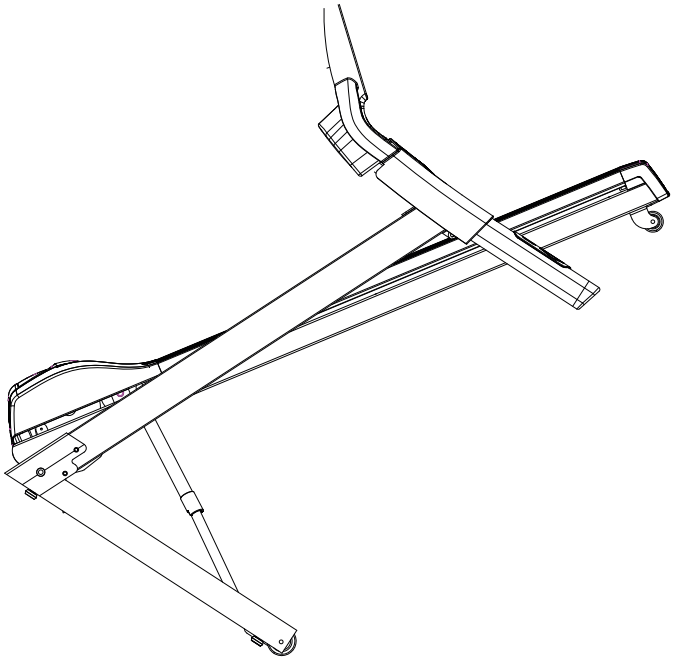
4. Po obniżeniu bieżni o ⅔ można ją puścić.



5.3 Kółka transportowe

► **UWAGA**
Jeśli urządzenie ma być przemieszczane po szczególnie delikatnych i miękkich podłogach, takich jak parkiet, deski podłogowe lub laminaty, należy obłożyć trasę transportu, na przykład kartonem lub podobnym materiałem, aby uniknąć ewentualnego uszkodzenia podłoża.

1. Stanąć za urządzeniem i podnosić je, aż ciężar przejdzie na kółka transportowe. Następnie można łatwo ustawić urządzenie do nowej pozycji. W przypadku dłuższych odcinków transportowych urządzenie należy zdemontować i bezpiecznie zapakować.
2. Wybrać nowe miejsce ustawienia, przestrzegając wskazówek w rozdziale 1.4 zawartym w niniejszej instrukcji obsługi.



6.1 Wskazówki ogólne

⚠ **OSTRZEŻENIE**

+ Nie dokonywać niewłaściwych zmian w urządzeniu.

⚠ **OSTROŻNIE**

+ Uszkodzone lub zużyte elementy mogą negatywnie wpływać na bezpieczeństwo użytkownika i trwałość urządzenia. Dlatego uszkodzone i zużyte elementy należy natychmiast wymieniać. W takich przypadkach należy zwracać się do autoryzowanego przedstawiciela. Nie wolno używać urządzenia, dopóki nie zostanie ono naprawione. W razie potrzeby używać wyłącznie oryginalnych części zamiennych.

► **UWAGA**

+ Oprócz wymienionych tutaj instrukcji i zaleceń dotyczących konserwacji i pielęgnacji, mogą być wymagane dodatkowe usługi serwisowe i/lub usługi naprawcze – uprawnienia do ich wykonywania mają wyłącznie autoryzowani technicy serwisowi.

6.2 Usterki i diagnostyka błędów

Podczas produkcji urządzenie jest poddawane regularnym kontrolom jakości. Mimo to mogą wystąpić usterki i nieprawidłowe działanie. Często przyczynami takich usterek są pojedyncze elementy i zwykle wystarczy je wymienić. Najczęstsze usterki i sposoby ich usuwania można znaleźć w poniższym przeglądzie. Jeśli pomimo wykonania tych czynności urządzenie nie działa prawidłowo, należy zwrócić się do swojego autoryzowanego przedstawiciela.

Błąd	Przyczyna	Usuwanie
Konsola nie reaguje	Brak klucza zabezpieczającego lub klucz zabezpieczający nieprawidłowo włożony	Sprawdzić, czy klucz zabezpieczający jest włożony i ew. włożyć go
Krzywo ułożona mata	Niewycentrowana mata	Wycentrować matę zgodnie z instrukcją
Odgłosy tarcia		
Poślizg maty / mata zatrzymuje się	Nieprawidłowe naprężenie pasa / smarowanie	Sprawdzić naprężenie pasa / smarowanie zgodnie z instrukcją
Wyświetlacz nic nie pokazuje / nie działa	+ Przerwany dopływ prądu + Poluzowane połączenie kablowe	+ Włącznik sieciowy do pozycji wł./on + Sprawdzić, czy jest włożony klucz zabezpieczający + Sprawdzić połączenia kablowe

Brak wyświetlania tętna	+ Źródła zakłóceń w pomieszczeniu + Nieodpowiedni pasek na klatce piersiowej + Nieprawidłowa pozycja paska na klatce piersiowej + Uszkodzony pasek na klatce piersiowej lub wyczerpana bateria + Uszkodzony wskaźnik tętna	+ Usunąć źródła zakłóceń (np. telefon komórkowy, WLAN, kosiarka robotyczna lub odkurzacz robotyczny itp.) + Użyć odpowiedniego paska na klatce piersiowej (patrz ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW) + Poprawić ułożenie paska na klatce piersiowej i/lub zwilżyć elektrody + Wymienić baterie + Sprawdzić, czy możliwe jest wyświetlanie tętna w oparciu o tętno ręki

6.3 Kody i lokalizacja błędów

Układ elektroniczny urządzenia przez cały czas wykonuje testy. W razie odchyłek na wyświetlaczu pojawia się kod błędu i następuje zatrzymanie normalnej pracy ze względu na bezpieczeństwo użytkownika.

W celu uzyskania technicznej obsługi klienta należy skontaktować się z partnerem umowy.

6.4 Pielęgnacja i konserwacja

Najważniejszą czynnością konserwacyjną jest pielęgnacja taśmy bieżni. Pielęgnacja obejmuje regulację, naprężanie oraz smarowanie taśmy. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń wynikających z nieodpowiedniej konserwacji lub jej braku. Dlatego należy wykonywać regularnie przeglądy konserwacyjne. Podczas regulacji i naprężania taśmy należy postępować bardzo ostrożnie, ponieważ za duże lub za małe naprężenie może uszkodzić urządzenie. Taśma została nastawiona fabrycznie przed wysyłką urządzenia. Jednak może się przestawić podczas transportu.

Jeśli nie możesz zeskanować kodów-QR, możesz uzyskać dostęp do wszystkich filmów Fitshop na YouTube, otwierając YouTube i wpisując "Fitshop" w polu wyszukiwania.

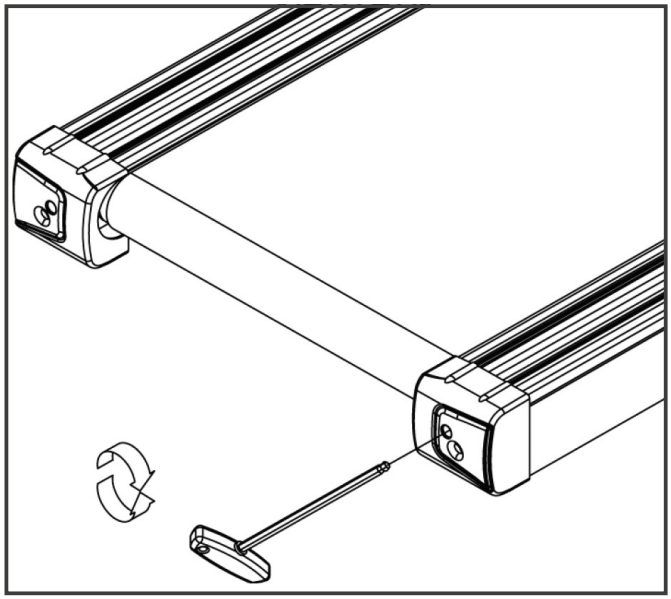
Po zeskanowaniu kodu-QR za pomocą funkcji aparatu fotograficznego lub aplikacji do skanowania kodów-QR w smartfonie, w serwisie YouTube otworzy się film na temat ogólnej konserwacji bieżni. Film służy do zilustrowania punktów konserwacji opisanych w niniejszej instrukcji. Pamiętaj, że film może nie być dostępny w Twoim języku lub z odpowiednimi napisami.

6.4.1 Regulacja taśmy bieżni

Podczas trenowania taśma biegowa powinna znajdować się na środku urządzenia i przesuwać się prosto. W zależności od obciążenia ustawienie taśmy może się zmienić. Kolejną przyczyną może być umieszczenie urządzenia na nierównym podłożu.

⚠ **OSTROŻNIE**
W trakcie przeprowadzania niniejszej konserwacji nikt nie może znajdować się na bieżni!

1. Urządzenie powinno pracować z prędkością ok. 5 km/h.
2. Jeśli taśma zbacza w lewo, obrócić lewą śrubę regulacyjną na tylnym końcu urządzenia o maks. ¼ obrotu w prawo, a prawą śrubę regulacyjną o maks. ¼ w lewo.
3. Jeśli taśma zbacza w prawo, obrócić prawą śrubę regulacyjną na tylnym końcu urządzenia o maks. ¼ obrotu w prawo, a lewą śrubę regulacyjną o maks. ¼ w lewo.
4. Następnie obserwować ruch taśmy przez około 30 sekund, ponieważ zmiana nie od razu jest widoczna.
5. Powtarzać te czynności, aż taśma będzie się poruszać prosto. Jeśli nie można wyregulować taśmy, należy skontaktować się z autoryzowanym przedstawicielem.



6.4.2 Regulacja naprężenia taśmy bieżni

Jeśli taśma bieżni ślizga się podczas pracy po rolkach (wyczuwalne jest wtedy szarpanie podczas biegania), należy naprężyć taśmę.

W większości przypadków przyczyną ślizgania się jest rozciągnięcie się taśmy w trakcie użytkowania. Jest to zupełnie normalne zjawisko.

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Do naprężania należy używać tych samych śrub regulacyjnych, co do regulacji.

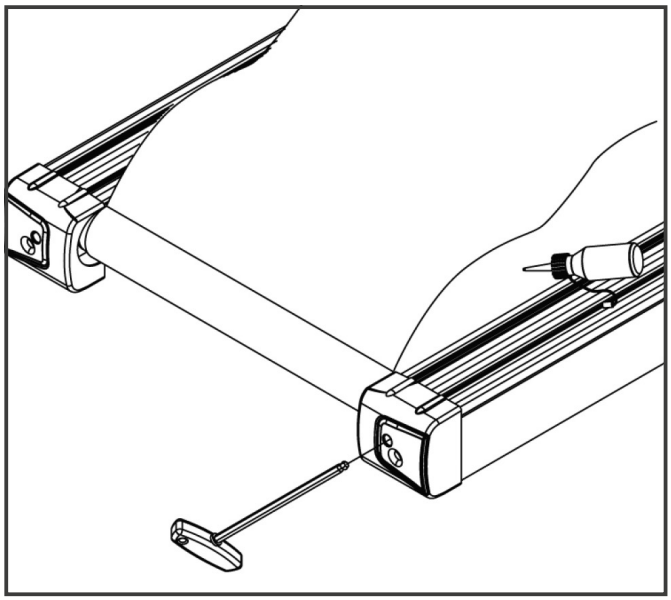
1. Urządzenie powinno pracować z prędkością 5 km/h.
2. Obrócić po kolei lewą i prawą śrubę regulacyjną o maks. ¼ obrotu w prawo.
3. Następnie sprawdzić, czy taśma nadal się ślizga. Jeśli tak, należy ponownie przeprowadzić wyżej opisaną operację.

6.4.3 Smarowanie taśmy bieżni

Jeśli taśma nie jest wystarczająco nasmarowana, tarcie znacznie się zwiększa i prowadzi do szybkiego zużywania się taśmy, płyty biegowej, silnika i blachy. Wyczuwalne zwiększenie tarcia taśmy jest oznaką konieczności nasmarowania taśmy. Smarowanie w ramach konserwacji należy wykonywać przynajmniej raz na 3 miesiące lub co 50 godzin pracy. W zależności od tego, który przypadek wystąpi jako pierwszy.

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Jeśli bieżnia jest wyposażona w mechanizm składania, smarowanie można wykonać nawet po złożeniu.

1. Lekko unieść taśmę bieżni.
2. Nałożyć trochę oleju silikonowego lub sprayu silikonowego na cały pas biegowy i równomiernie go rozprowadzić.
3. Kontynuować ręczne obracanie taśmy w taki sposób, aby cała powierzchnia między taśmą i płytą biegową była nasmarowana.
4. Zetrzeć nadmiar oleju silikonowego lub sprayu silikonowego.



ⓘ **WSKAZÓWKA**
Konserwację należy przeprowadzić również po dłuższej przerwie w eksploatacji urządzenia.

6.5 Harmonogram konserwacji i przeglądów

Aby uniknąć uszkodzeń spowodowanych działaniem potu, urządzenie należy czyścić po każdym treningu za pomocą wilgotnego ręcznika (bez rozpuszczalników!).

W podanych odstępach czasu należy wykonywać następujące rutynowe czynności:

Element	Co tydzień	Co miesiąc	Co kwartał
Wyświetlacz konsoli	C	P	
Naprężanie taśmy			P
Smarowanie taśmy			P
Plastikowe osłony	C	P	
Śruby i połączenia przewodów			P
Objaśnienie: C = czyszczenie; P = przegląd			

Jeśli nie możesz zeskanować kodów-QR, możesz uzyskać dostęp do wszystkich filmów Fitshop na YouTube, otwierając YouTube i wpisując "Fitshop" w polu wyszukiwania.

Po zeskanowaniu kodu-QR za pomocą funkcji aparatu fotograficznego lub aplikacji do skanowania kodów-QR w smartfonie, w serwisie YouTube otworzy się film na temat ogólnej konserwacji bieżnia. Film służy do zilustrowania punktów konserwacji opisanych w niniejszej instrukcji. Pamiętaj, że film może nie być dostępny w Twoim języku lub z odpowiednimi napisami.

7 UTYLIZACJA

Po zakończeniu okresu użytkowania urządzenia nie wolno go wyrzucać razem z odpadami gospodarczymi, tylko należy je oddać do recyklingu za pośrednictwem punktu zbierania zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych. Bliższe informacje na ten temat można uzyskać od właściwej instytucji gminnej zajmującej się usuwaniem odpadów.

Materiały mogą być powtórnie wykorzystywane zgodnie z ich oznaczeniem. Ponowne wykorzystanie jako surowce wtórne lub inne formy ponownego wykorzystania zużytych urządzeń jest ważnym wkładem w ochronę środowiska.

8 ZALECENIE DOTYCZĄCE AKCESORIÓW

Aby Twój trening był jeszcze przyjemniejszy, wydajniejszy i piękniejszy, do urządzenia fitness zalecamy dodanie odpowiednich akcesoriów. W przypadku orbitreków może to być na przykład **mata podłogowa**, która sprawia, że sprzęt fitness stoi stabilniej i chroni podłogę przed potem, lub **silikon w sprayu**, który utrzymuje ruchome części w dobrym stanie.

Jeżeli zakupiłeś urządzenie fitness do treningu bazującym na pulsie i chcesz trenować w zgodzie z częstotliwością uderzeń serca, to konieczne polecamy używanie **pasa piersiowego**, zapewniającego optymalne przenoszenie częstotliwości uderzeń serca.

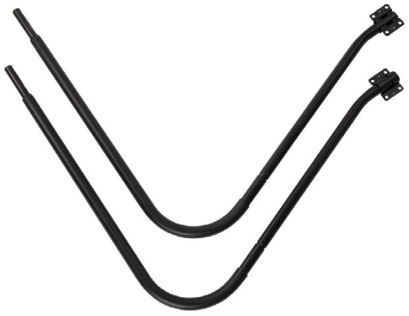
Nasza oferta akcesoriów zapewnia najwyższą jakość i sprawia, że trening jest jeszcze lepszy. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o kompatybilnych akcesoriach, najlepiej przejść do strony szczegółów produktu w naszym sklepie internetowym (najprostszym sposobem jest wprowadzenie numeru artykułu w polu wyszukiwania powyżej), a następnie do zalecanych akcesoriów na tej stronie. Ewentualnie można użyć dostarczonego kodu QR. Oczywiście można również skontaktować się z naszym działem obsługi klienta: telefonicznie, przez e-maila, w jednym z naszych oddziałów lub za pośrednictwem naszych kanałów w mediach społecznościowych. Chętnie doradzimy!

Mata podłogowa

Pas piersiowy

Żel kontaktowy

Spray silikonowy

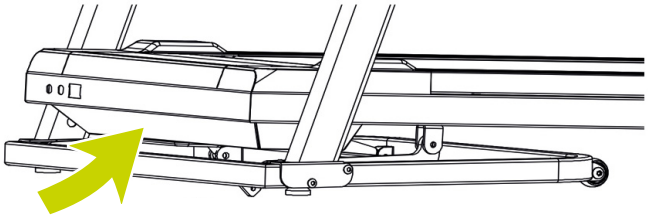


Poręcze

9.1 Numer seryjny i oznaczenie modelu

W celu zagwarantowania możliwie jak najlepszej obsługi, należy przygotować **nazwę modelu**, **numer artykułu**, **numer seryjny**, **rysunek złożeniowy** oraz **zestawienie części**. Odpowiednie możliwości kontaktu można znaleźć w rozdziale 11 niniejszej instrukcji obsługi.

ⓘ **WSKAZÓWKA**
Numer seryjny urządzenia jest unikalny. Znajduje się on na białej naklejce. Dokładne położenie tej naklejki pokazano na poniższym rysunku.



Wprowadzić numer seryjny w odpowiednim polu.

Numer seryjny:

Marka/kategoria:

Duke Fitness / bieżnia

Oznaczenie modelu:

T40

Numer artykułu:

DU-T40

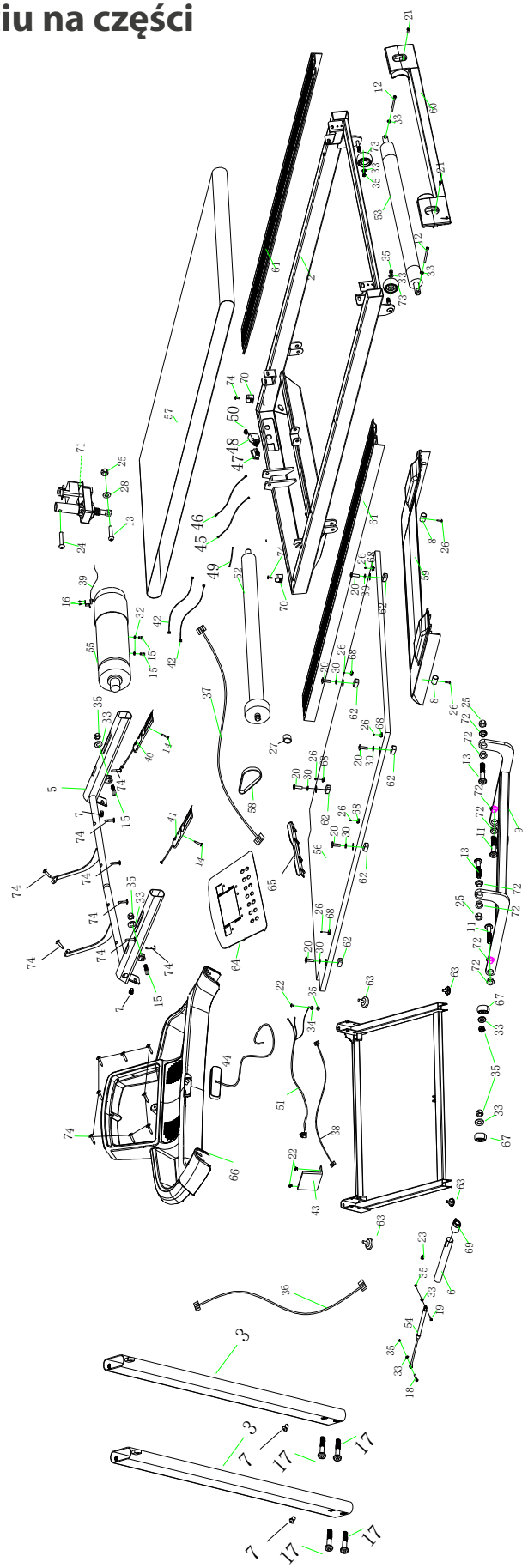
9.2 Lista części

Nr	Oznaczenie (ENG)	Liczba
1	Base frame	1
2	Platform frame	1
3	Upright post(L)	1
4	Upright post(R)	1
5	Console frame	1
6	Ezfit linking parts	1
7	Hexagonal large flat head full tooth boltM8×10	4
8	Cover fixed tube painting part	1
9	painting parts for lifting frame	1
11	Allen C.K.S. half thread screw M10×25×15	2
12	Hexagon socket head bolt M8×75	2
13	Allen C.K.S. half thread screw M10×35×20	3
14	Cross recessed countersunk head tapping screw ST4×40	2
15	Hexagon socket head bolt M8×25	2
16	Cross recessed countersunk head tapping screw ST3×10	2
17	Hexagon socket flush head half stud M8×40×20	4
18	Hexagonal large flat head half bolt M8×50×20	1
19	Hexagonal large flat head half bolt M8×30×20	1
20	Hexagon socket head bolt M6×55×Φ16	6
21	Cross recessed large flat head bolt M5×10	2
22	Cross recessed large flat head bolt M4×10	3
23	sharpnel	1
24	Hexagonal large flat head half bolt M10×45×16	1
25	Hexagon lock nut M10	3
26	Cross recessed countersunk head tapping screw ST4×15	8
27	Magnetic ring	1
28	Flat washerΦ8	1
29	Plastic flat pad Φ18×Φ10.5×t2.0	2
30	Plastic flat pad (PVC)Φ12×Φ6×t1.0	6
31	Spring washer Φ8	2
32	Spring washer Φ5	3
33	Flat washer Φ8	8

34	External serrated lock washer Φ5	3
35	Hexagon lock nut M8	8
36	communication wire	1
37	communication wire	1
38	communication wire	1
39	Photoelectric sensor L-300	1
40	Handle pulse set	1
41	Incline handle pulse set	1
42	Handle pulse communication wire	2
43	Controller	1
44	Safety key	1
45	Power connection wire	1
46	Power connection wire	1
47	Rocker switch	1
48	Self-reset switch	1
49	Power connection wire	1
50	Cable guider	1
51	Power cord	1
52	Front roller	1
53	Rear roller	1
54	cylinder	1
55	Motor	1
56	Running board	1
57	Running belt	1
58	Motor belt	1
59	Motor cover	1
60	Rear cover	1
61	Side rail	2
62	Square cushion	6
63	Conical foot pad	4
64	Panel	1
65	iPad tray	1
66	console	1
67	Wheels	2

68	Circular strip guide	6
69	Double pipe plug	1
70	Pipe strip	2
71	Incline motor	1
72	Incline axle sleeve	8
73	Wheel	2
74	Cross large flat head tapping screw ST4×12	18

9.3 Rysunek w rozbiciu na części



10 GWARANCJA

Produkty Duke Fitness® są poddawane surowej kontroli jakości. Jeśli jednak zakupione u nas urządzenie treningowe nie działa prawidłowo, prosimy wtedy o kontakt z naszymi podanymi punktami serwisowymi. Chętnie pomożemy również telefoniczne za pośrednictwem infolinii technicznej.

Opis usterek
Urządzenie treningowe może stale zapewniać trening wysokiej jakości. Jeśli jednak wystąpią problemy, należy najpierw zapoznać się z instrukcją obsługi. W sprawie dalszego rozwiązywania problemów należy zwracać się do firmy Fitshop lub zadzwonić na naszą bezpłatną infolinię serwisową. W celu jak najszybszego rozwiązania problemu należy jak dokładniej opisać usterkę.

Dodatkowo, oprócz gwarancji ustawowej, udzielamy gwarancji na wszystkie zakupione u nas urządzenia treningowe zgodnie z poniższymi warunkami.

Jednocześnie Twoje ustawowe uprawnienia nie zostają naruszone.

Właściciel gwarancji
Właścicielem gwarancji jest pierwsza osoba kupująca lub każda osoba, która otrzymała nowo zakupiony produkt od pierwszej osoby kupującej.

Okresy gwarancji
Z dniem dostawy towaru rozpoczyna się okres gwarancji. Okres gwarancji poszczególnych produktów znajdą Państwo na naszej stronie online.

Koszty naprawy
Wedle naszego uznania przeprowadzimy naprawę, wymianę uszkodzonych elementów lub kompletną wymianę. Części zamienne, które są montowane podczas montażu urządzenia przez klienta, zostaną wymienione przez właściciela gwarancji i nie są elementem naprawy. Po wygaśnięciu okresu gwarancyjnego posiadacz gwarancji ponosi koszty części, konserwacji, naprawy, instalacji i wysyłki.

Okresy użytkowania są zgodne z poniższą deklaracją:
+ Używanie w domu: wyłącznie używanie prywatne, tylko w prywatnych gospodarstwach domowych do 3 godzin dziennie
+ Użytkowanie półprofesjonalne: do 6 godzin dziennie (np. rehabilitacja, hotele, kluby, firmowe siłownie)
+ Używanie profesjonalne: więcej niż 6 godzin dziennie (np. studio fitness)

Serwis gwarancyjny
W okresie gwarancji urządzenia mające wady materiału lub wykonania zostaną przez nas naprawione lub wymienione. Wymienione urządzenia i ich części stają się naszą własnością. Świadczenia gwarancyjne nie powodują wydłużenia okresu gwarancji ani nie rozpoczynają nowej gwarancji.

Warunki gwarancyjne
W celu dochodzenia roszczeń gwarancyjnych należy koniecznie podjąć następujące działania:

Skontaktować się poprzez e-mail lub telefonicznie z serwisem. Jeśli produkt na gwarancji wymaga przesłania do naprawy, koszty pokrywa sprzedający. Po upływie okresu gwarancji kupujący ponosi koszty transportu i ubezpieczenia. Jeśli usterka podlega gwarancji, otrzymają Państwo naprawione lub nowe urządzenie.

Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń wskutek:

+ nieodpowiedniego, nieprawidłowego obchodzenia się z produktem,
+ czynników atmosferycznych (wilgoć, wysoka temperatura, przepięcie, pył, itp.),
+ nieprzestrzegania zasad bezpieczeństwa, którym podlega produkt,
+ nieprzestrzegania zaleceń instrukcji obsługi,
+ użycia nadmiernej siły (np. uderzenia, spadnięcia),
+ ingerencji, które nie zostały wykonane przez autoryzowanego technika serwisowego
+ prób naprawy na własną rękę.

Dowód zakupu i numer seryjny
W razie usterki na gwarancji wymagane jest przedstawienie odpowiedniej faktury. W celu umożliwienia jednoznacznej identyfikacji wersji modelu oraz na potrzeby naszej kontroli jakości, przy każdym zgłoszeniu serwisowym potrzebny jest nam numer seryjny urządzenia. Numer seryjny i numer klienta należy mieć już przy kontaktowaniu się z naszą infolinią serwisową. Ułatwi to nam dalsze załatwianie sprawy.

W razie problemów ze znalezieniem numeru seryjnego urządzenia treningowego dalszych informacji udzielić może personel naszego serwisu.

Serwis pogwarancyjny
Indywidualną ofertę możemy złożyć również w przypadku usterek urządzenia treningowego po upływie okresu gwarancji lub w przypadkach nieobjętych gwarancją, np. normalne zużycie. W celu szybkiego i taniego rozwiązania problemu należy skontaktować się z naszym serwisem. W takich przypadkach klient ponosi koszty przesyłki.

Komunikacja
Wiele problemów można rozwiązać już na etapie rozmowy z nami jako specjalistą. Wiemy, jak ważne dla użytkowników sprzętu treningowego jest szybkie i proste rozwiązywanie problemów, aby mogli oni bez przerw kontynuować swoje treningi. Dlatego również my jesteśmy zainteresowani szybkim rozwiązaniem problemów – bez zbędnej biurokracji. W związku z tym należy przed rozmową przygotować swój numer klienta oraz numer seryjny niesprawnego urządzenia.

11 KONTAKT

DE

TECHNIK

+49 4621 4210-900

+49 4621 4210-698

technik@fitshop.de

Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.

SERVICE

0800 20 20277 (kostenlos)

04621 4210 - 0

info@fitshop.de

Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statita

DK

TEKNIK OG SERVICE

80 90 16 50

+49 4621 4210-945

info@fitshop.dk

Åbningstider kan findes på hjemmesiden: https://stg.fit/statit7

UK

CUSTOMER SUPPORT

00800 2020 2772
+494621 4210 944

info@fitshop.co.uk

You can find the opening hours on our homepage: https://stg.fit/statitc

FR

TECHNIQUE & SERVICE

+33 (0) 189 530984

+49 4621 42 10 933

info@fitshop.fr

Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: https://stg.fit/statit4

BE

TECHNIQUE & SERVICE

02 732 46 77

+49 4621 4210 933

info@fitshop.be

Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: https://stg.fit/statit8

ES

TECNOLOGÍA Y SERVICIOS

911 238 029

info@fitshop.es

Consulta nuestro horario de apertura en la página web: https://stg.fit/statit5

NL

TECHNISCHE DIENST & SERVICE

+31 172 619961

service@fitshop.nl

De openingstijden vindt u op onze homepage: https://stg.fit/statit3

INT

TECHNICAL SUPPORT & SERVICE

+49 4621 4210-944

service-int@fitshop.de

You can find the opening hours on our homepage: https://stg.fit/statita

PL

DZIAŁ TECHNICZNY I SERWIS

22 307 43 21

+49 4621 42 10-948

info@fitshop.pl

Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej: https://stg.fit/statit6

AT

TECHNIK & SERVICE

0800 20 20277 (Freecall)

+49 4621 42 10-0

info@fitshop.at

Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statitb

CH

TECHNIK & SERVICE

0800 202 027

+49 4621 42 10-0

info@fitshop.ch

Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statit9

Na tej stronie internetowej można znaleźć szczegółowy przegląd włącznie z adresem i godzinami otwarcia wszystkich oddziałów grupy Fitshop zarówno w kraju, jak i za granicą:

www.fitshop.pl/nasze-filie

ŻYJEMY DLA FITNESSU

SKLEP INTERNETOWY I MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

Obecnie firma Fitshop, z ponad 70 oddziałami, jest największym w Europie sprzedawcą domowych urządzeń fitness i jednym z najbardziej renomowanych sprzedawców internetowych sprzętu fitness na świecie. Klienci prywatni zamawiają produkty za pośrednictwem 25 sklepów internetowych w swoim języku narodowym lub wybierają opcję złożenia na miejscu. Ponadto firma zaopatruje obiekty fitness, hotele, kluby sportowe, firmy i placówki fizjoterapeutyczne w profesjonalny sprzęt do treningu wytrzymałościowego i siłowego.

Firma Fitshop oferuje szeroki wybór sprzętu fitness znanych producentów, wysokiej jakości rozwiązania własne i kompleksowe usługi, np. usługi montażowe oraz doradztwo w zakresie nauk o sporcie przed i po zakupie. Ponadto przedsiębiorstwo zatrudnia wielu sportowców, trenerów fitness i sportowców wyczynowych.

Odwiedź nas na naszych kanałach mediów społecznościowych lub na naszym blogu!

FIT SHOP www.fitshop.pl
www.fitshop.de/blog

www.facebook.com/fitshopgroup

www.instagram.com/fitshopgroup/

https://stg.fit/YouTube_DE

KETTLER

TAURUS

cardiostrong

BODYCRAFT

cardiojump

DUKEFITNESS

DARWIN

DUKEFITNESS