

J1 je vhodná pro průměr řídítek 31,8mm

J2 je vhodná pro průměr řídítek 26,0mm

J3 je vhodná pro průměr řídítek 25,4mm

J4 je vhodná pro průměr řídítek 22,2mm

Zvýšení/Snížení odporu

Chcete-li zvýšit odpor, otočte páčkou směrem k symbolu H.

Demontáž kola z trenažéru:

1. Nejdříve povolte přítlak magnetické zátěže od kola otočením šroubu pro nastavení přítlaku (H).
2. Poté povolte upevňovací systém (F) a vyjmete kolo z rámu trenažéru.

Návod k efektivnímu použití:

1. Před použitím trenažéru konzultujte svou fyzickou kondici se svým lékařem nebo jiným odborníkem.

2. Efektivní trénink vyžaduje určitou míru zátěže. Postupné přidávání zátěže je lepší pro vaše svaly a efektivnější pro váš trénink.

3. Kombinací změn odporu zátěže, frekvencí otáček a změnou převodu docílíte ideální úrovně zatížení.

Pokyny pro správné použití:

1. Před použitím se ujistěte, že trenažér je umístěn na rovném povrchu.
2. Před tréninkem byste se měli rozcvičit z důvodu zahřátí svalstva.
3. Nedotýkejte se roztočených částí trenažéru a kola-
4. Po dobu jízdy na trenažéru držte řídítka kola oběma rukama a zaujměte normální jezdeckou pozici.
5. Kontrolujte zadní osu proti poškození při upevňování či demontáži kola z trenažéru.
6. Držte děti mimo dosah trenažéru.

Dovozce do České republiky: Transkol s.r.o., Bohunická cesta 13, Moravany, 66448,

www.transkol.cz