הוראות הפעלה

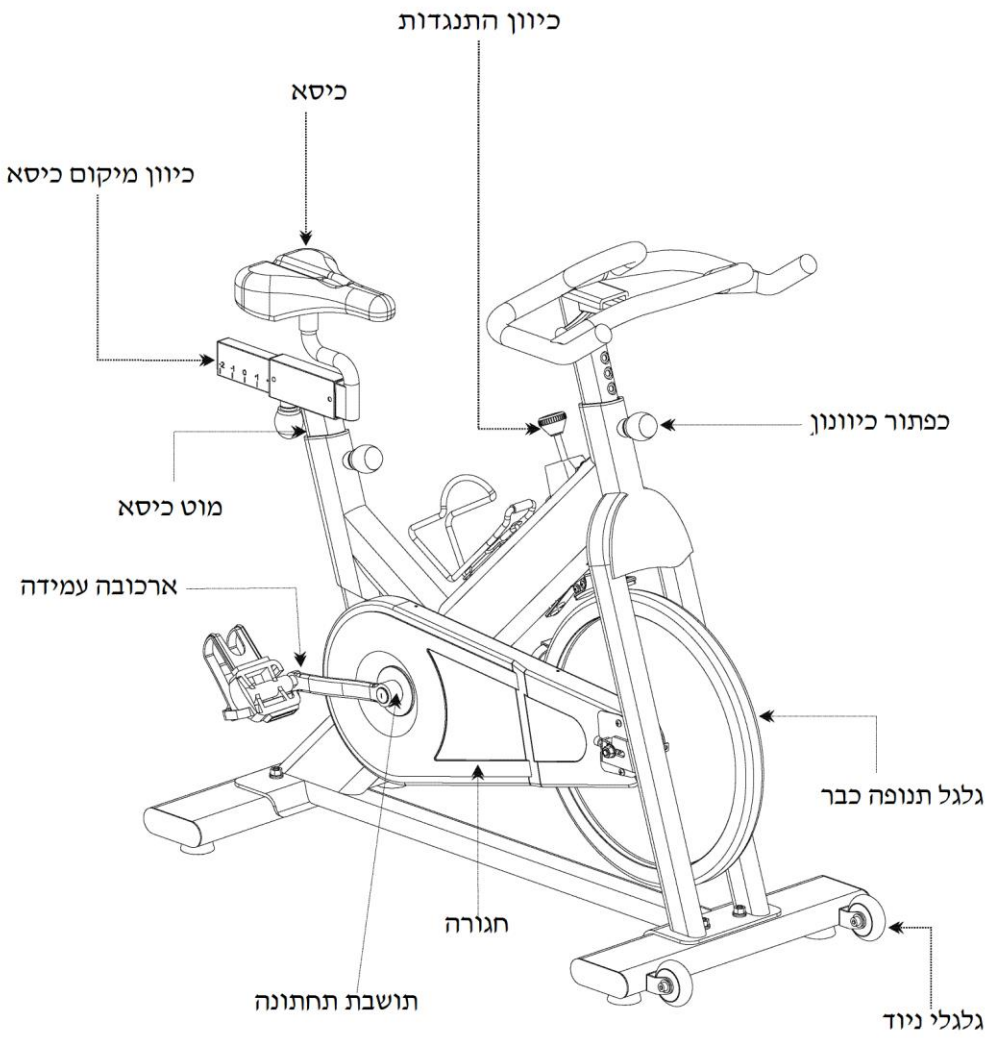
אופני ספינינג SC180

<u>הוראות בטיחות ותחזוקה</u>

1. יש לקרוא בעיון את הוראות ההפעלה לפני השימוש במכשיר.
2. מכשיר כושר זה מיועד לשימוש עד משקל מתאמן/נת מירבי עד 120 ק״ג.
3. מכשיר כושר זה מיועד לשימוש ביתי בלבד ואינו מתאים לשימוש מסחרי ו/או מוסדי מכל
4. סוג שהוא.
5. עם סיום ההרכבה, בדקו שכל חלקי המכשיר, כגון ברגים, אומים ושייבות ממוקמים כנדרש
6. ומחוברים היטב.
7. בדקו באופן קבוע שמגן שרשרת הבטיחות, המגן על החלקים הנעים של המכשיר, מחובר
8. היטב ותקין.
9. בדקו את מוט הכיסא, פס כיוון הכיסא, הדוושות והכידון מאובטחים היטב לפני העלייה
10. לאופניים.
11. מומלץ לשמן את כל החלקים הנעים פעם בחודש.
12. כדי למנוע הסתבכות בחלקים נעים אין ללבוש בגדים רחבים ורפויים.
13. אין להוריד את הרגליים מהדוושות כאשר הן בתנועה.
14. יש לנעול נעלי ריצה בזמן השימוש במכשיר.
15. למניעת היווצרות חלודה יש להתאמן עם מגבת למניעת טפטוף זיעה על חלקי מתכת של
16. המכשיר. בגמר האימון יש לנגב את המכשיר. נגב את המכשיר במטלית לחה, מים וסבון
17. עדין. אין להשתמש בחומרים ממיסים על בסיס נפט לניקוי המכשיר. הדבר עלול לפגוע
18. בגימור
19. המכשיר.
20. יש להרחיק ילדים מהאופניים בזמן שהם בשימוש. אין לאפשר לילדים להשתמש באופניים.
21. אופניים אלו מיועדות לשימוש על ידי מבוגרים בלבד.
22. אין לרדת מהאופניים לפני שהדוושות עצרו לחלוטין.
23. במקרה של הרגשת בחילה, קוצר נשימה, חולשה, כאב ראש, כאב, לחץ בחזה או כל אי
24. נוחות אחרת, עצרו מיד את הפעילות הגופנית.
25. אין להכניס אצבעות או חפצים לחלקים נעים של האופניים.
26. לפני פעילות גופנית, יש להתייעץ תחילה עם רופא כדי לקבוע את התדירות, הזמן
27. והעצימות המתאימים לגיל המשתמש ומצבו הגופני.
28. לאחר פעילות גופנית, יש לסובב את כפתור כיוון ההתנגדות בכיוון השעון (+) כדי להגביר
29. את ההתנגדות כך שהדוושות לא יסתובבו בחופשיות ויפגעו באדם כלשהו.
30. למטרות תחזוקה יומיומית, השתמשו במטלית לחה כדי לנגב את האופניים מזיעה
31. ולמניעת הצטברות לחות, ומרחו את חומר הסיכה שהגיע איתם על חישוק גלגל התנופה
32. לפעולה חלקה שלו.
33. לפני האימון, בדקו שבלם החירום תקין. 17. לתחזוקה שבועית, וודאו שבורג הארכובה
34. אום הדוושה מחוזקים.

35. אנרג׳ים ספורט לא תישא באחריות במקרה שהמכשיר יוצב ו/או יעשה בו שימוש במקום
36. בו לא קיימת רצפת בטון ו/או בחלל/חדר פתוח (ללא קירות ו/או גג).
37. אנרג׳ים ספורט לא תישא באחריות לנזק לרכוש ו/או פציעה בכל מקרה של שימוש
38. במכשיר כושר זה באופן שאינו תואם את הוראות השימוש המסופקות עם המכשיר.

מאפייני המכשיר



כפתור כיוונון
לכיוון קל של גובה מוט הכיסא והכידון.
גלגל תנופה כבד
גלגל תנופה בעל אינרציה גבוהה ליצירת מומנטום גבוה
גלגל הובלה
באמצעות שני הגלגלים ניתן להזיז בקלות מכשיר זה
רצועת הנעה
הפעלה נוחה ושקטה
ארכובה עמידה
מבטיחה עמידות מיטבית תחת הפעלת כוחות חזקים
תושבת תחתונה
באיכות מסחרית לשימוש ארוך יותר
מוט כיסא
כיוון למעלה/למטה להתאמה למשתמשים שונים

פס כיוון מיקום כיסא
ריפוד נוסף לישיבה נוחה
כיסא
ריפוד נוסף לישיבה נוחה
בקרת התנגדות
כוונון מומנט עדין עם בלם חירום