

**MAGNETICKÝ ROTOPED SEDCO PRO FIT 615B**  
**MAGNETICKÝ ROTOPED PRO FIT PROGRAM 615 BP**  
**ELIPTICKÝ TRENAŽÉR PRO FIT 615E**  
**ELIPTICKÝ TRENAŽÉR PRO FIT PROGRAM 615EP**

**manuál počítače**

**A: Uživatelská data**

Než na stroji začnete cvičit, měli byste do počítače zadat vaše vstupní hodnoty. Stiskněte tlačítko BODY FAT, zadejte pohlaví, věk, výšku a váhu, data zůstanou uložena do další výměny baterií.

**B: Režim hodin**

a) Počítač se automaticky přepne do časového módu, pokud na stroji nebude po 4 minutách zaznamenán pohyb a nebudete mačkat žádné tlačítko. Pokud zmáčknete tlačítko ENTER, můžete přepínat mezi časem a teplotou nebo můžete stiskem jiného tlačítka ukončit časový mód.

b) Nastavit ČAS nebo ALARM můžete podržením tlačítka ENTER. Pokud podržíte tlačítko ENTER více než 2 sekundy můžete nastavit ČAS a ALARM pomocí tlačítek UP a DOWN.

c) Podržením tlačítka ENTER a UP společně po dobu delší než 2 sekundy můžete zobrazit aktuální čas v klidovém stavu.

**Funkce:**

1. **CLOCK (hodiny):** Zobrazuje se aktuální čas v hodinách, minutách a sekundách.

2. **ALARM (alarm):** Můžete si nastavit například čas pro cvičení. Stroj Vás automaticky upozorní, že nastal čas tréninku – stroj bude po dobu 1 minuty vydávat zvuk.

3. **TEMPERATURE (teplota):** Zobrazuje aktuální teplotu.

4. **SCAN (skenování):** V průběhu cvičení bude automaticky počítač sledovat čas, rychlost, vzdálenost, kalorie, puls, RPM (frekvence otáček za minutu), tělesný tuk, bude vyhodnocovat tělesnou kondici a bude přepínat mezi jednotlivými hodnotami každých 6 sekund dokud nestisknete tlačítko ENTER a ukončíte tím automatické přepínání hodnot – čímž můžete přejít do režimu manuálního přepínání mezi hodnotami, které je signalizováno zmizením nápisu SCAN v levém horním rohu. Opakovaným stiskem tlačítka ENTER přejdete přes všechny hodnoty zpět do automatického režimu a rozsvítí se opět nápis SCAN.

5. **TIME (čas):** Zobrazuje čas strávený cvičením v minutách a sekundách. Počítač automaticky počítá od 0:00 do 99:59 po sekundách. Můžete si také nastavit časový interval pro odpočítávání pomocí tlačítka UP a DOWN. Pokud při odpočítávání dosáhnete času 0:00, počítač začne pískat, nastaví hodnotu do původního režimu, aby Vás upozornil, že jste splnili přednastavený časový úsek.

6. **SPEED (rychlost):** Zobrazuje vaši rychlost v km/m za hodinu. Pokud není počítačem přijímána žádná hodnota, na displeji se zobrazí nápis NO SPEED.

7. **DISTANCE (vzdálenost):** Zobrazuje součet vzdáleností všech Vašich cvičení do maximálně 99,9 km.

8. **CALORIES (kalorie):** Okamžitý odhad počtu spálených kalorií.

9. **PULSE (pulz):** Počítač zobrazuje Váš aktuální srdeční rytmus/minutu.

10. **RPM:** Vaše šlapací tempo.

11. **AGE (věk):** Na počítači lze nastavit věk v rozmezí hodnot 10-99 let. Pokud tuto hodnotu nenastavíte, bude počítač automaticky pracovat s věkem 35 let.

12. **PULSE RECOVERY (vyhodnocení aktuální kondice):** Během startovací fáze držte své dlaně na snímačích a zmáčknete tlačítko PULSE RECOVERY. Počítač zobrazí výzvu HOLD SENSOR, aby mohl provést měření pomocí senzorů. Proběhne časový odpočet od 01:00 – 00:59 až do 00:00. Až odpočet skončí, zobrazí se vyhodnocení Vaší aktuální kondice prostřednictvím označení F1.0 až F6.0, což označuje Vaši kondici dle následující stupnice:

**F=1.0 – VYNIKAJÍCÍ**

**1.0<F<2.0 – VÝBORNÝ**

**2.0≤F≤2.9 – DOBRÝ**

**3.0≤F≤3.9 – USPOKOJIVÝ**

**4.0≤F≤5.9 – PODPRŮMĚRNÝ**

**F=6.0 – SLABÝ**

**Poznámka:** Pokud nelze změřit pulz, počítač zobrazí nápis „NO PULSE“. Pokud počítač zobrazí hlášku „DETECTED FAIL“ stlačte opětovně tlačítko PULSE RECOVERY a ujistěte se, že máte obě ruce správně položené na měřících senzorech.

## FUNKČNÍ TLAČÍTKA:

Pod displejem naleznete 6 tlačítek, jejichž popis naleznete zde:

1. Tlačítko **UP**: Používejte v režimu nastavení ke zvolení požadované hodnoty Času, Vzdálenosti, Kalorií, Věku, Váhy, Výšky atd. A pro výběr Vašeho pohlaví. V režimu hodin použijte toto tlačítko pro nastavení času a alarmu.

2. Tlačítko **DOWN**: Používejte v režimu nastavení ke zvolení požadované hodnoty Času, Vzdálenosti, Kalorií, Věku, Váhy, Výšky atd. A pro výběr Vašeho pohlaví. V režimu hodin použijte toto tlačítko pro nastavení času a alarmu.

**Poznámka:** V režimu nastavení můžete Pokud tato tlačítka společně podržíte po dobu 2 sekund, můžete vynulovat počítadla do továrních hodnot.

3. Tlačítko **ENTER/RESET**: a) Stiskněte pro vklad a potvrzení aktuálně zadávaných dat do počítače  
b) Pokud právě necvičíte (NO SPEED MODE), podržením tohoto tlačítka déle než 2 sekundy vynulujete všechny naměřené hodnoty z počítače.

4. Tlačítko **BODY FAT**: Stiskněte pro nastavení Vašich osobních hodnot před začátkem cvičení.

5. Tlačítko **MEASURE**: Stiskněte tlačítko pro zobrazení Vašeho aktuálního BMI a BMR.

a) **FAT%**: Zobrazuje procento tuku ve Vašem těle po cvičení.

b) **BMI (Body Mass Index)**: BMI měří stav tělesného tuku s ohledem na Vaši váhu a výšku a podle Vašeho pohlaví.

c) **BMR (Basal Metabolic Rate)**: Bazální metabolismus měří optimální energetickou spotřebu Vašeho těla, v klidovém režimu se zachováním základních životních funkcí za běžné pokojové teploty v bdělém stavu při odpočinku. Ve výši této hodnoty není zohledněn energetický příjem potřebný pro pokrytí denních pohybových aktivit.

6. Tlačítko **PULSE RECOVERY** (vyhodnocení tepové frekvence): Stiskněte pro vyhodnocení Vaší aktuální tepové frekvence. Držte obě ruce na měřících čidlech, aby mohl počítač provést měření pomocí senzorů. Proběhne časový odpočet od 01:00 – 00:59 až do 00:00. Až odpočet skončí, zobrazí se vyhodnocení Vaší aktuální tepové frekvence prostřednictvím označení F1.0 až F6.0, což označuje Vaši kondici dle následující stupnice:

**F=1.0 – VYNIKAJÍCÍ**

**1.0<F<2.0 – VÝBORNÝ**

**2.0≤F≤2.9 – DOBRÝ**

**3.0≤F≤3.9 – USPOKOJIVÝ**

**4.0≤F≤5.9 – PODPRŮMĚRNÝ**

**F=6.0 – SLABÝ**

**Chybové hlásky:**

**E:** Rychlost vyšší než 999,9 km/h, počítač zobrazí „E“.

**Err:** Během měření tuku nebo vyhodnocování tělesných funkcí se může zobrazit na displeji „Err“. Znamená to, že čidla nedokázala za posledních 20 sekund změřit požadovanou hodnotu. Stiskněte jakékoliv tlačítko, čímž zrušíte chybovou hlášku.