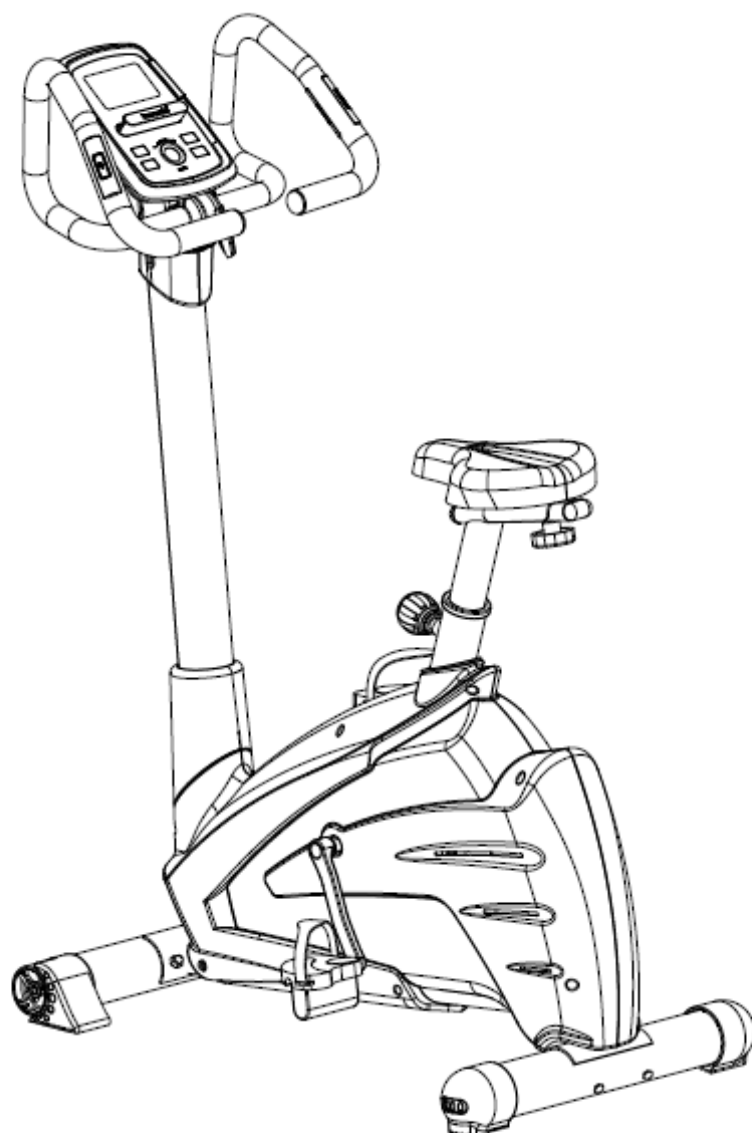




MAGYAR NYELVŰ HASZNÁLATI ÉS ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ



max. 130 kg



~ 60 Min.



35 kg

L 90 | B 57 | H 140

FSCSTBX30PLUS.01.04

Art.-Nr. CST-BX30-PLUS

BX30 Plus

1. ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK

1.1 Műszaki adatok

LCD kijelző

A kijelző az alábbi adatokat jeleníti meg:

- Sebesség (km/h)
- Edzésidő (perc)
- Megtett távolság (km)
- Pedálfordulat (RPM)
- Elégetett kalória (kcal)
- Pulzusszám (markolati érzékelővel vagy mellkaspánttal)
- Teljesítmény (Watt)
- Ellenállási fokozat

Ellenállási rendszer

Elektronikusan vezérelt mágnesfék

Ellenállási szintek

32 fokozat

Teljesítmény

60 ford./perc esetén:

- minimum: 21 W
- maximum: 270 W

100 ford./perc esetén:

- minimum: 45 W
- maximum: 607 W

Watt programban állítható: **10–350 W**

Programok

- Manuális program: 1
- Előre beállított program: 12
- Watt program: 1
- Pulzusvezérelt program: 4
- Felhasználói program: felhasználónként 1

Műszaki adatok

- Lendkerék tömege: 9 kg
- Hajtókar hossza: 170 mm
- Pedáltávolság (Q-faktor): 214 mm
- Áttétel: 1 : 8,25

Méretek és tömeg

Bruttó tömeg: **41,28 kg**

Nettó tömeg: **35,2 kg**

Csomag mérete: 98 × 73 × 31 cm

Összeszerelt méret: 90 × 57 × 140 cm

Maximális felhasználói testsúly: **130 kg**

Felhasználási osztály: **H (otthoni használat)**

1.2 Személyi biztonság

VESZÉLY

A készülék használata előtt kérje ki kezelőorvosa véleményét, különösen akkor, ha:

- magas vérnyomásban szenved,
- szívbetegsége van,
- 45 év feletti,
- dohányzik,
- magas a koleszterinszintje,
- túlsúlyos,

- az elmúlt évben nem végzett rendszeres testmozgást.

Amennyiben olyan gyógyszert szed, amely befolyásolja a pulzusszámot, kizárólag orvosi jóváhagyással végezzen edzést.

A túlzott terhelés súlyos egészségkárosodást okozhat.

A pulzusmérő rendszerek mérési pontatlanságot mutathatnak.

Ha az alábbi tünetek jelentkeznek:

- szédülés,
- rosszullet,
- mellkasi fájdalom,
- légszomj,
- rendellenes fáradtság,

az edzést azonnal hagyja abba és forduljon orvoshoz.

A készülék tulajdonosának minden felhasználót tájékoztatnia kell a biztonsági előírásokról.

FIGYELMEZTETÉS

- A készüléket **14 év alatti gyermek nem használhatja.**
- Gyermeket ne hagyjon felügyelet nélkül a készülék közelében.
- Mozgáskorlátozott személy kizárólag orvosi engedéllyel és felügyelet mellett használhatja.
- A készüléket egyszerre csak egy személy használhatja.
- Ha a készülék biztonsági kulccsal rendelkezik, azt használat előtt rögzíteni kell a ruházathoz.
- A forgó pedálok sérülést okozhatnak.
- Soha ne szálljon fel vagy le mozgó pedál mellett.
- Mindig várja meg, amíg a pedál teljesen megáll.
- Fel- és leszálláskor legalább egyik kezével kapaszkodjon a kormányba.
- Kezét, lábát, haját, ruházatát és ékszereit tartsa távol a mozgó alkatrészekről.
- Viseljen megfelelő sportcipőt és sportruházatot.
- Meztláb ne használja a készüléket.

VIGYÁZAT

- Ügyeljen arra, hogy a hálózati kábel ne okozzon botlásveszélyt.
- Edzés közben senki ne tartózkodjon a készülék mozgásterében.
- A pedálszíjakat használat előtt mindig húzza meg.
- Az állítóelemek ne akadályozzák a felhasználó mozgását.

FIGYELEM

- A készülék nyílásaiba semmilyen tárgyat ne helyezzen.
- Használaton kívül húzza ki a hálózati csatlakozót.
- A hálózati kábelt gyermekek elől elzárva tárolja.
- B és C pontossági osztályú hajtókaros készülékek nem alkalmasak nagy pontosságú mérésekre.

1.3 Elektromos biztonság

⚠ VESZÉLY

- Az áramütés veszélyének csökkentése érdekében minden edzés után, valamint az összeszerelés, szétszerelés, tisztítás vagy karbantartás előtt **húzza ki a hálózati csatlakozót.**
- A csatlakozó kihúzásakor mindig a dugót fogja meg, **soha ne a vezetékét húzza.**

⚠ FIGYELMEZTETÉS

- A készüléket ne hagyja felügyelet nélkül, amíg a hálózati csatlakozó be van dugva.
- Ha hosszabb ideig nem használja a készüléket, húzza ki a hálózati csatlakozót, hogy elkerülje a gyermekek vagy illetéktelen személyek általi használatot.
- Ha a tápkábel vagy a hálózati csatlakozó megsérült, **a készüléket tilos használni**, amíg azt szakszerviz meg nem javította.

► FIGYELEM

- A készülék működéséhez **220–230 V / 50 Hz** hálózati feszültség szükséges.
- Kizárólag a mellékelt hálózati adaptert használja.
- A készüléket közvetlenül földelt hálózati aljzathoz csatlakoztassa.
- Hosszabbító használata esetén annak meg kell felelnie az érvényes villamos biztonsági előírásoknak.
- A hálózati kábelt mindig teljes hosszában tekerje ki.
- Az elektromos hálózat legalább **16 A lassú kioldású biztosítékkal** legyen védve.
- A hálózati kábelt és a csatlakozódugót tilos módosítani.
- A tápkábelt óvja:
 - víztől,
 - hőtől,
 - olajtól,
 - éles tárgytól.
- Ne vezesse a tápkábelt a készülék alatt vagy szőnyeg alatt, és ne helyezzen rá tárgyakat.

TFT konzollal szerelt készülékek esetén

- A rendszeres szoftverfrissítések elvégzése kötelező.
- A képernyőn megjelenő utasításokat kövesse.
- A kijelző kizárólag az előre telepített alkalmazások használatára készült.
- További alkalmazások telepítése nem ajánlott.

Megjegyzés

Az előre telepített alkalmazásokat külső fejlesztők biztosítják, ezért a Fitshop nem vállal felelősséget azok:

- működéséért,
- elérhetőségéért,
- tartalmáért.

A Fitshop GmbH kijelenti, hogy a készülék 2,402–2,480 GHz frekvencián működő vezeték nélküli modulja megfelel a **2014/53/EU** rádióberendezés-irányelv előírásainak. Az EU-megfelelőségi nyilatkozat a gyártó weboldalán érhető el.

1.4 A készülék felállításának helye

FIGYELMEZTETÉS

- A készüléket **soha ne helyezze közlekedési útvonalra vagy menekülési útvonalra.**

VIGYÁZAT

A készülék telepítésekor ügyeljen arra, hogy:

- minden oldalról elegendő hely álljon rendelkezésre az edzéshez;
- a helyiség megfelelően szellőzzön;
- ne érje huzat a felhasználót;
- a készülék előtt és mellett megfelelő biztonsági távolság maradjon;
- a fel- és leszállási oldalon legalább **60 cm szabad hely** álljon rendelkezésre;
- a padló sík, stabil és teherbíró legyen.

FIGYELEM

A készülék kizárólag:

- beltéri használatra,
- **10–35 °C** közötti hőmérsékleten,
- száraz helyiségben használható.

Nem használható:

- kültéren,
- uszodában,
- szaunában,
- illetve **70% feletti páratartalmú** helyiségekben.

A padló védelme érdekében ajánlott fitnessgép alátét használata, amely:

- megvédi a parkettát, laminált padlót vagy szőnyeget,

- csökkenti a rezgést,
- kiegyenlíti az apró egyenetlenségeket.

2. ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ

2.1 Általános tudnivalók

⚠ VESZÉLY

- Ne hagyjon szerszámokat, fóliát vagy apró alkatrészeket a padlón, mert ezek fulladásveszélyt jelenthetnek gyermekek számára.
- Az összeszerelés ideje alatt gyermekeket tartson távol a készüléktől.

⚠ FIGYELMEZTETÉS

- Az összeszerelés előtt olvassa el a készüléken elhelyezett biztonsági figyelmeztetéseket.
- Az előírások betartása csökkenti a sérülésveszélyt.

⚠ VIGYÁZAT

- Az összeszereléshez elegendő szabad helyet biztosítson.
- A készüléket **legalább két felnőtt személy** szerelje össze.
- Szükség esetén kérje egy műszaki ismeretekkel rendelkező harmadik személy segítségét.

► FIGYELEM

- A padló és a készülék védelme érdekében az összeszerelést a csomagolókartonon vagy egy védőszőnyegen végezze.

Megjegyzés

- Egyes csavarok és anyák gyárilag előre beszerelve találhatók.
- A készüléket lehetőség szerint azon a helyen szerelje össze, ahol használni fogja.

2.2 A csomag tartalma

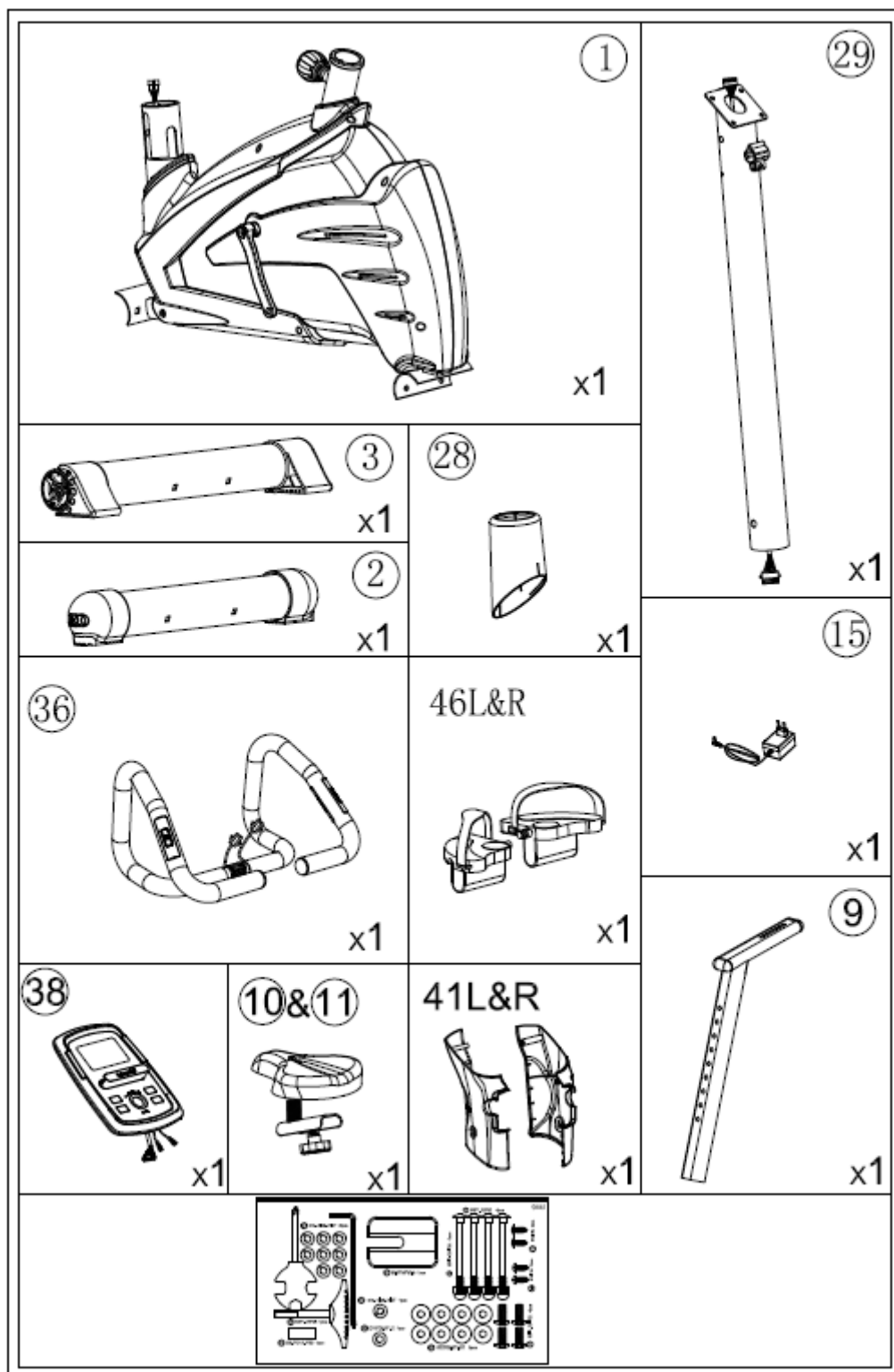
Kicsomagolás után ellenőrizze, hogy minden alkatrész hiánytalanul rendelkezésre áll-e, illetve nem sérült-e. Hiányzó vagy sérült alkatrész esetén **ne kezdje meg az összeszerelést**, hanem forduljon a forgalmazóhoz.

A csomag tartalma

Pozíció	Megnevezés
1	Főváz
2	Hátsó talp
3	Első talp
9	Nyeregcső
10–11	Nyereg
15	Hálózati adapter
28	Burkolat
29	Kormányoszlop
36	Kormány
38	Kijelző
41L / 41R	Konzolburkolatok
46L / 46R	Bal és jobb pedál
—	Csavar- és szerelőkészlet

Szükséges szerszámok

- Villáskulcs
- Imbuszkulcs



2.3 Összeszerelés

Az összeszerelést mindig az itt megadott sorrendben végezze.

Megjegyzés

- Először minden csavart csak lazán húzzon meg.
- Miután meggyőződött arról, hogy minden alkatrész megfelelő helyen van, húzza meg véglegesen a csavarokat.
- A csavarokat ne húzza túl, mert károsodhatnak.
- Ha a rajzok nehezen olvashatók, használja a gyártó elektronikus PDF útmutatóját nagyított nézetben.

1. lépés – Az első és hátsó talpak felszerelése

Szerelje fel az első (3) és a hátsó (2) talpat a fővázra (1).

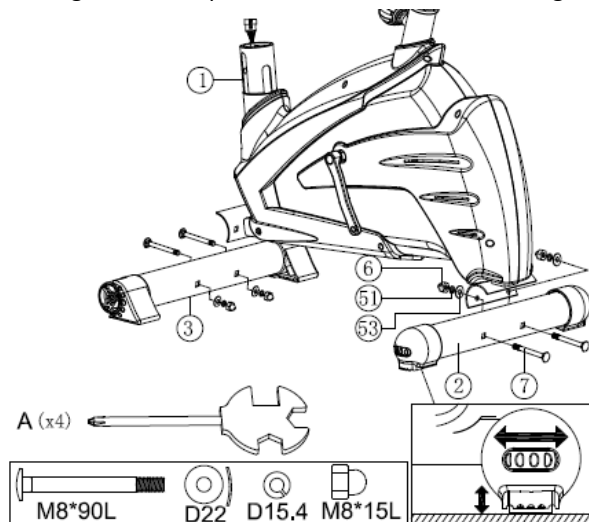
Használja:

- 2 db M8 csavart
- rugós alátéteket
- alátéteket
- önzáró anyákat

mindkét oldalon.

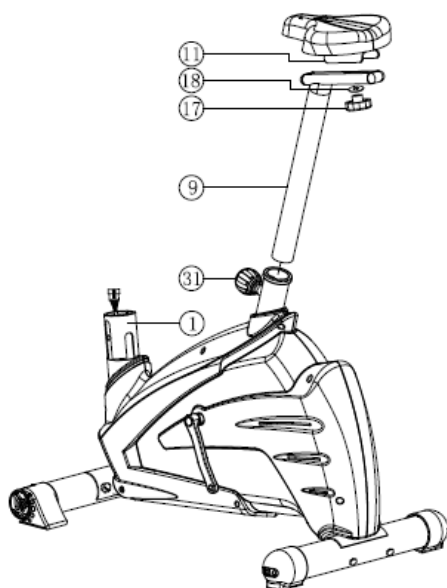
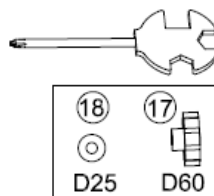
Megjegyzés

Ha az összeszerelés után a készülék billeg, a hátsó talp állítható lábain állítsa be a megfelelő magasságot.



2. lépés – A nyereg felszerelése

1. Rögzítse a nyeret (11) a nyeregcsőhöz (9) az állítócsavar és az alátét segítségével.
2. Tolja be a nyeregcsövet a fővázba.
3. A kívánt magasságban rögzítse a rögzítőgombbal.



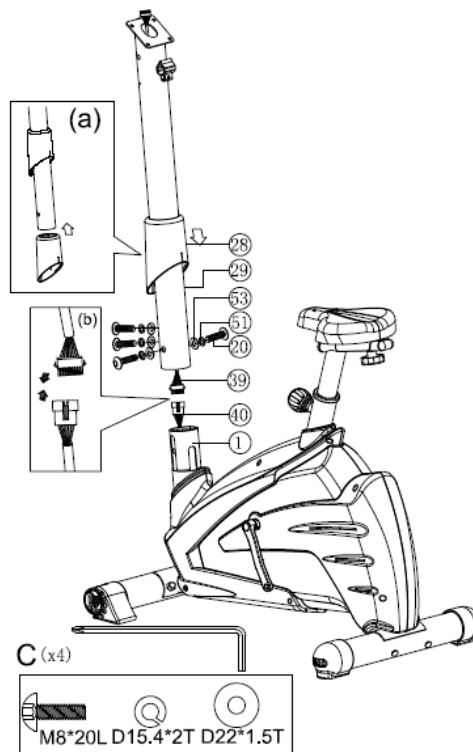
3. lépés – A kormányoszlop felszerelése

1. Helyezze fel a felső burkolatot (28) a kormányoszlopra.
2. Csatlakoztassa össze:
 - a felső konzolkábelt,
 - az alsó konzolkábel.

► FIGYELEM

Ügyeljen arra, hogy a kábelek ne szoruljanak be.

3. Rögzítse a kormányoszlopot a fővázhoz négy csavarral, rugós alátéttel és alátéttel.



4. lépés – A kormány és a kijelző felszerelése

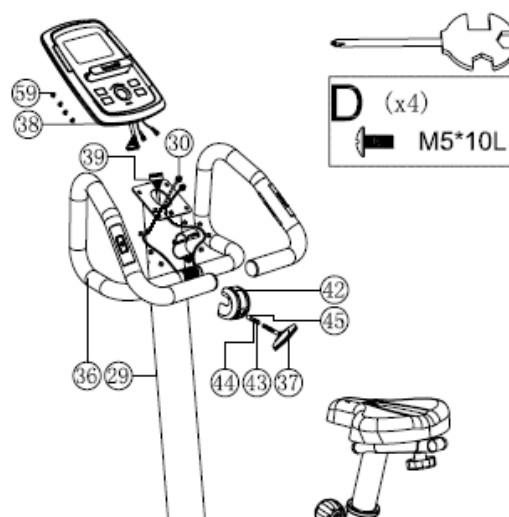
1. Szerelje fel a kormányt a kormányoszlopra.
2. Csatlakoztassa:
 - a konzolkábelt,
 - a markolati pulzusérzékelő vezetékeit.

► FIGYELEM

Ügyeljen arra, hogy egyik vezeték se sérüljön vagy szoruljon be.

3. Rögzítse a konzolt négy csavarral.

Megjegyzés : A kormány dőlésszöge az állítókar segítségével módosítható.



5. lépés – A kijelző burkolatok és a pedálok felszerelése

Kijelző burkolatok felszerelése

1. Rögzítse a bal (41L) és jobb (41R) kijelző burkolatot a kormányoszlopra.
2. A burkolatokat oldalanként három csavarral, valamint egy rögzítőcsavarral rögzítse.

⚠ VIGYÁZAT A pedálokat mindig teljes menetükön csavarja be. A nem megfelelően rögzített pedál menetkárosodást okozhat.

Pedálszíjak felszerelése

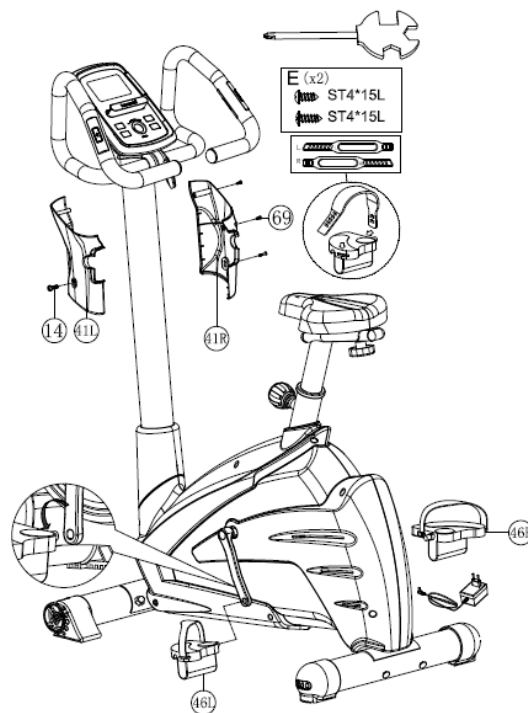
Szerelje fel a pedálszíjakat a bal és jobb pedálra.

Pedálok felszerelése

Szerelje fel:

- **Bal pedál (L)** → az óramutató járásával **ellentétes** irányban kell meghúzni.
- **Jobb pedál (R)** → az óramutató járásával **megegyező** irányban kell meghúzni.

Győződjön meg arról, hogy mindkét pedál megfelelően rögzült.



6. lépés – Az ülés beállítása

Magasságállítás

1. Lazítsa meg a nyeregcső rögzítőgombját.
2. Húzza ki a rögzítőcsapot.
3. Állítsa be a kívánt magasságot.
4. Engedje vissza a csapot úgy, hogy hallhatóan bepattanjon a megfelelő furatba.
5. Húzza meg ismét a rögzítőgombot.

Vízszintes állítás

1. Lazítsa meg az ülés alatti állítógombot.
2. Tolja előre vagy hátra a nyeret.
3. Állítsa be az Ön számára megfelelő pozíciót.
4. Húzza meg ismét az állítógombot.

Ajánlott beállítás

Amikor a pedál az alsó holtponton van, a térd enyhén hajlított maradjon. Ez biztosítja a hatékony és kímélő pedálozást.

7. lépés – A kormány beállítása

1. Lazítsa meg a kormány elején található rögzítőkart.
2. Állítsa be a kívánt dőlésszöveget.
3. Húzza meg ismét a kart.

A megfelelő kormánypozíció javítja a testtartást és csökkenti a vállak, valamint a hát terhelését.

8. lépés – A készülék vízszintezése

Ha a padló egyenetlen, a készülék stabilitása az állítható talpak segítségével biztosítható.

Beállítás menete

1. Emelje meg kissé a készülék megfelelő oldalát.
2. Forgassa az állítócsavart.
 - Az óramutató járásával megegyező irányban → a készülék emelkedik.
 - Az óramutató járásával ellentétes irányban → a készülék süllyed.

A beállítást addig ismételje, amíg a készülék teljesen stabil nem lesz.

9. lépés – Elektromos csatlakoztatás

► **FIGYELEM** A készüléket **nem szabad elosztóba vagy hosszabbítóba csatlakoztatni**, mert a nem megfelelő tápellátás működési hibákat okozhat.

Csatlakoztatás

1. Csatlakoztassa a hálózati adaptert a készülékhez.
2. Dugja be az adaptert egy megfelelően földelt hálózati aljzatba.

A készülék biztonságos használata

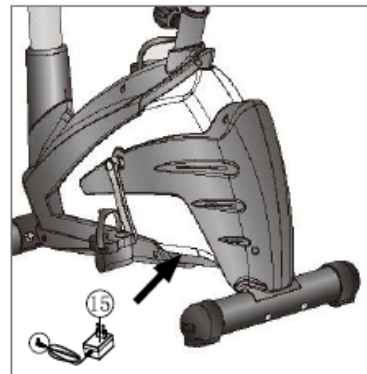
Felszállás

1. Fogja meg mindkét kézzel a kormányt.
2. Helyezze egyik lábát az egyik pedálra.
3. Ezután helyezze a másik lábát a másik pedálra.

Leszállás

1. Fogja meg mindkét kézzel a kormányt.
2. Várja meg, amíg a pedálok teljesen megállnak.
3. Először egyik lábával lépjen a padlóra.
4. Ezután tegye le a másik lábát is.

Soha ne próbáljon leszállni, amíg a pedálok forognak.



3. KEZELÉSI ÚTMUTATÓ

Fontos tudnivalók

Edzés előtt ismerkedjen meg a készülék összes funkciójával és beállítási lehetőségével.

- Első használat előtt ajánlott szakember segítségével megismerni a készülék helyes használatát.
- Az edzést mindig alacsony ellenállással kezdje.
- A terhelést fokozatosan növelje.
- Az edzés végén mindig vezessen le néhány percig.
- Egészségügyi kérdés vagy bizonytalanság esetén forduljon kezelőorvosához.

3.1 A kijelző

A kijelző az alábbi adatokat jeleníti meg:

TIME (Idő) Az eltelt vagy hátralévő edzésidő.

Kijelzési tartomány: 00:00–99:59 perc

Beállítható 00:00–99:00 perc 1 perces lépésekben.

SPEED (Sebesség) Az aktuális sebesség.

Mértékegység: km/h

Kijelzési tartomány: 0,0–99,9 km/h

RPM (Pedálfordulat) Percenkénti pedálfordulat.

Kijelzési tartomány: 0–999 fordulat/perc



DISTANCE (Távolság) A megtett távolság.

Mértékegység: km

Kijelzési tartomány: 0,00–99,99 km

Beállítás: 0,1 km lépésekben.

CALORIES (Kalória) A becsült energiafelhasználás.

Kijelzési tartomány: 0–9999 kcal

Megjegyzés:

A kalóriaérték kizárólag tájékoztató jellegű.

Orvosi vagy diagnosztikai célra nem használható.

PULSE (Pulzus) A pillanatnyi pulzusszám.

Kijelzési tartomány: 0–230 ütés/perc

Beállítható célpulzus: 30–230 ütés/perc

WATT Az aktuális teljesítmény.

Kijelzési tartomány: 0–999 W

Watt programban: 10–350 W

Programjelzések

M Manuális program

P1–P12 12 előre beállított program

♥ Pulzusvezérelt programok

W Watt program

U Felhasználói program

3.2 A kezelőgombok

A konzolon összesen öt kezelőszerv található.

A központi forgatógomb egyszerre szolgál:

- választásra,
- értékbeállításra,
- jóváhagyásra.

Forgatógomb jobbra (+)

Funkciói:

- ellenállás növelése;
- beállított érték növelése;
- programválasztás.

Forgatógomb balra (–)

Funkciói:

- ellenállás csökkentése;
- beállított érték csökkentése;
- programválasztás.

MODE

A forgatógomb megnyomásával:

- kiválasztás jóváhagyása;
- adatbevitel megerősítése.

RESET

Rövid megnyomás:

- visszatérés a főmenübe.

2 másodpercig nyomva tartva:

- a kijelző újraindítása;
- új felhasználó kiválasztása.

START / STOP

Rövid megnyomás:

- edzés indítása;
- edzés szüneteltetése;
- edzés folytatása.

RECOVERY Elindítja a regenerációs pulzusmérést.

BODY FAT Elindítja a testzsírmérést.

3.3 A készülék első bekapcsolása

1. Csatlakoztassa a hálózati adaptert. A kijelző bekapcsol. Néhány másodpercig minden kijelzőszegmens megjelenik.

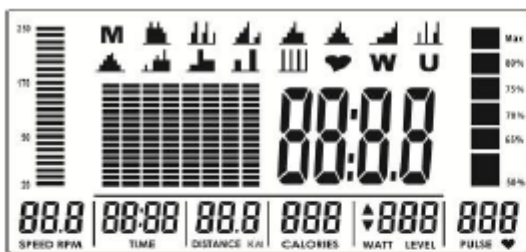


Abbildung 1

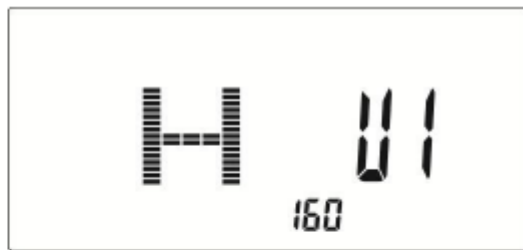


Abbildung 2

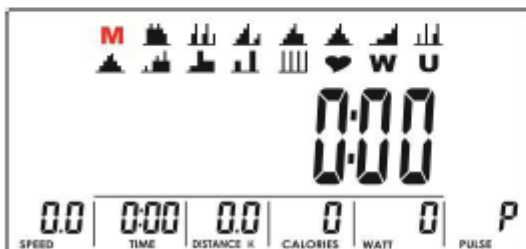


Abbildung 3

Felhasználó kiválasztása

A forgatógomb segítségével válasszon: U1 / U2 / U3 / U4 felhasználói profilt.

Nyomja meg a **MODE** gombot.

Személyes adatok megadása

Adja meg sorban:

- nem;
- életkor;
- testmagasság;
- testsúly.

Minden adat megadása után nyomja meg a **MODE** gombot.

Az adatok elmentése után megjelenik a főmenü.

3.4 Energiatakarékos üzemmód

Ha 4 percig nem történik pedálozás vagy 4 percig nem érzékel pulzust a készülék, akkor a kijelző automatikusan energiatakarékos módba kapcsol. A működés folytatásához nyomjon meg bármely gombot.

Megjegyzés

Ha a kijelző rendellenesen működik, húzza ki a hálózati adaptert néhány másodpercre, majd csatlakoztassa újra.

3.5 Programok

A BX30 Plus összesen **19 edzésprogramot** kínál.

Elérhető programok

- Quick Start (Gyorsindítás)
- 1 Manuális program
- 12 Előre beállított program
- 4 Pulzusvezérelt program
- 1 Watt program
- 1 Felhasználói (egyéni) program

A kívánt program kiválasztásához forgassa el a vezérlőgombot, majd nyomja meg a **MODE** gombot.

3.5.1 Quick Start (Gyorsindítás)

A Quick Start funkció lehetővé teszi, hogy azonnal megkezdje az edzést előzetes beállítások nélkül.

Indítás : A főmenüben nyomja meg a **START/STOP** gombot. Az edzés azonnal elindul.

A kijelző automatikusan számolja:

- idő,
- távolság,
- kalória,
- pulzus,
- sebesség,
- fordulatszám.

Megjegyzés: Edzés közben az ellenállás a forgatógombbal bármikor módosítható.

Szünet: Nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Folytatás : Nyomja meg ismét a **START/STOP** gombot.

Kilépés : Nyomja meg a **RESET** gombot. A készülék visszatér a főmenübe.

3.5.2 Manuális program (M)

Figyelmeztetés : A pulzusz mérés kizárólag tájékoztató jellegű, nem tekinthető orvosi mérésnek.

A mérési pontosságot számos külső tényező befolyásolhatja.

A manuális programban szabadon megadható:

- idő;
- távolság;
- kalória;
- célpulzus.

Lehetőség van csak egy vagy akár több célérték egyidejű beállítására is.

Megjegyzés

Pulzuscél használatához: fogja folyamatosan a markolati pulzusérzékelőket vagy használjon kompatibilis mellkaspántot.

Program beállítása : Válassza ki az **M** programot. Nyomja meg a **MODE** gombot.

Ellenállás : Állítsa be a kívánt ellenállási fokozatot. Nyomja meg a **MODE** gombot.

Ezután sorban állítható

- idő;
- távolság;
- kalória;
- pulzus.

Minden adat megadása után nyomja meg a **MODE** gombot.

Megjegyzés

Ha egy értéket nem kíván megadni, egyszerűen nyomja meg ismét a **MODE** gombot.

Az edzés indítása

Nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Az előre beállított célértékek visszaszámlálással működnek.

A többi adat folyamatosan növekszik.

Amikor az első célérték eléri a nullát, hangjelzés hallható.

Ellenállás módosítása :Edzés közben bármikor módosítható.

Szünet: Nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Folytatás : Nyomja meg ismét a **START/STOP** gombot.

Kilépés : Nyomja meg a **RESET** gombot. A készülék visszatér a főmenübe.

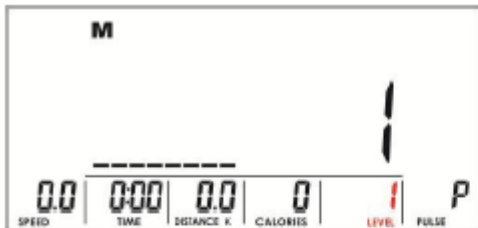


Abbildung 4



Abbildung 5



Abbildung 6



Abbildung 7

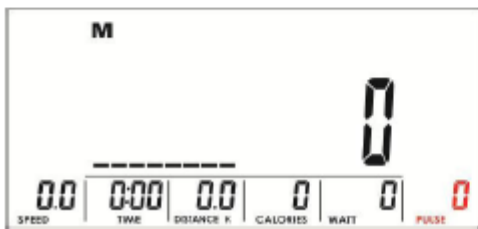


Abbildung 8

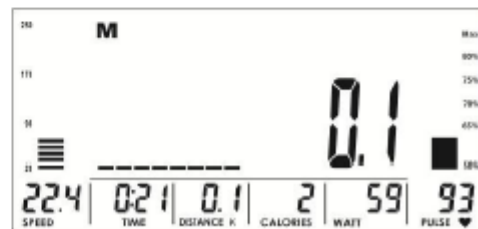


Abbildung 9

3.5.3 Előre beállított programok

A készülék **12 különböző edzésprofil**t tartalmaz.

Mindegyik program:

- 8 szakaszból áll;
- minden szakaszban más ellenállási szintet használ.

Ez változatosabb edzést biztosít.

Program kiválasztása: Válasszon egy programot. Nyomja meg a **MODE** gombot.

Alapellenállás módosítása

Lehetőség van arra, hogy a teljes program ellenállási szintjét egyszerre növelje.

Ebben az esetben minden szakasz azonos mértékben lesz nehezebb.

Alapérték: **1** Ha nem kíván módosítani rajta, nyomja meg a **MODE** gombot.

Edzésidő beállítása : Adja meg a kívánt edzésidőt.

Példa: 8 perc esetén → minden szakasz 1 percre tart.

24 perc esetén → minden szakasz 3 percre tart.

Ha nem állít be időt a kijelző minden **100 méter** megtétele után automatikusan továbblép a következő szakaszra.

Indítás : START/STOP

Edzés közben: Az ellenállás kézzel továbbra is módosítható.

Program vége : Hangjelzés hallható.

Szünet: Nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Folytatás : Nyomja meg ismét a **START/STOP** gombot.

Kilépés : Nyomja meg a **RESET** gombot. A készülék visszatér a főmenübe.

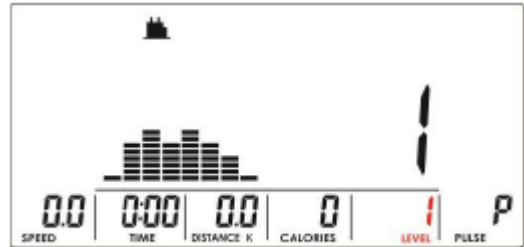


Abbildung 10

3.5.4 Pulzusvezérelt programok (♥)

⚠ Figyelmeztetés

A készülék pulzusmérő funkciója kizárólag edzési tájékoztatásra szolgál, nem orvosi mérőeszköz.

A pulzusmérés pontosságát számos tényező befolyásolhatja.

Fontos

Pulzusvezérelt edzés közben: folyamatosan fogja mindkét markolati pulzusérzékelőt vagy használjon kompatibilis mellkasi pulzusmérő övet.

Elérhető programok

Négy pulzusprogram közül választhat:

- **55%** – zsírégető zóna
- **75%** – állóképességi zóna
- **90%** – intenzív edzés
- **TA** – egyéni célpulzus

A maximális pulzusszámot a készülék automatikusan számítja: **220 – életkor**

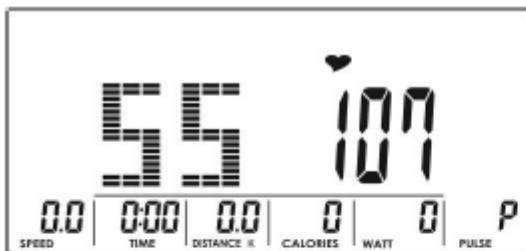


Abbildung 11

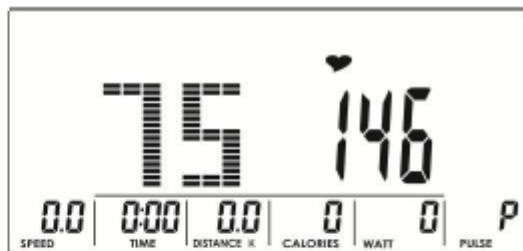


Abbildung 12

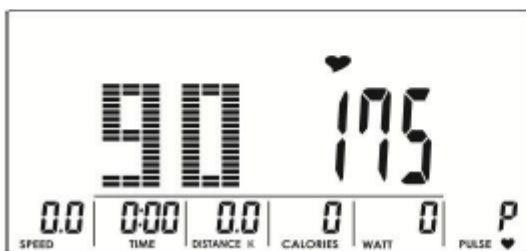


Abbildung 13

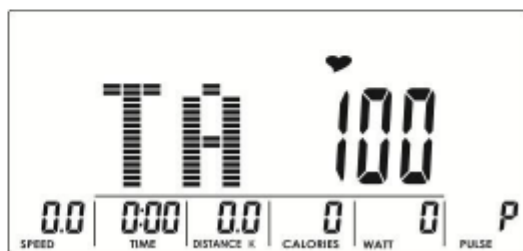


Abbildung 14

Program indítása

1. Válassza ki a ♥ programot.
 2. Nyomja meg a **MODE** gombot.
- Válassza ki: 55% / 75% / 90% / TA

Egyéni célpulzus (TA) Állítsa be a kívánt pulzust: **30–230 ütés/perc**, majd nyomja meg a **MODE** gombot.

Edzésidő: Adj meg a kívánt időt.

Indítás: Nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Működés: Ha az aktuális pulzus meghaladja a beállított célértéket a készülék hangjelzést ad.

Ebben az esetben:

- csökkentse a pedálfordulatot,
- vagy csökkentse az edzés intenzitását.

3.5.5 Watt program (W)

Ez a program állandó teljesítménnyel történő edzést biztosít.

A készülék automatikusan módosítja az ellenállást, hogy a beállított Watt érték végig állandó maradjon.

Program kiválasztása : Válassza ki a **W** programot. Nyomja meg a **MODE** gombot.

Watt érték Állítsa be a kívánt teljesítményt.

Beállítási tartomány: **10–350 W** Gyári alapérték: **120 W**

Edzésidő Állítsa be a kívánt időt.

Indítás START/STOP

Működés : A készülék automatikusan szabályozza az ellenállást.

Ebben a programban az ellenállás kézzel **nem állítható**, mert azt az elektronika folyamatosan korrigálja.

Viszont maga a kívánt Watt érték edzés közben is módosítható a forgatógomb segítségével.

Program vége: Hangjelzés hallható.

Szünet: Nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Folytatás : Nyomja meg ismét a **START/STOP** gombot.

Kilépés : Nyomja meg a **RESET** gombot. A készülék visszatér a főmenübe.

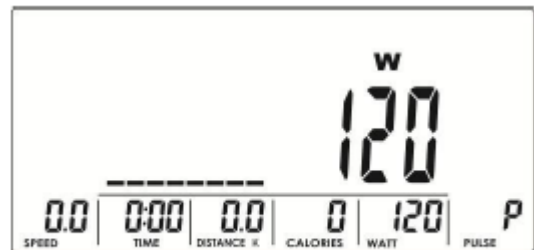


Abbildung 15

3.5.6 Felhasználói program (U)

Minden felhasználói profilhoz (U1–U4) egy saját program készíthető.

A működése hasonló a gyári profilprogramokhoz, azonban az egyes szakaszok ellenállását Ön állítja be.

Program létrehozása : Válassza ki az **U** programot. Nyomja meg a **MODE** gombot.

Ellenállás beállítása: A program **8 egymást követő szakaszból** áll. Minden szakasznál külön állítsa be az ellenállást.

Minden beállítás után nyomja meg a **MODE** gombot.

Edzésidő Azonnali indítás : Ha nem szeretne időt megadni, nyomja meg a **START/STOP** gombot.

Idő megadása: Tartsa nyomva a **MODE** gombot kb. **3 másodpercig**. Ezután állítsa be az edzésidőt.

A szakaszok hossza : Ha például 8 percet állít be, akkor minden szakasz 1 percig tart.

24 perces edzés esetén minden szakasz 3 percig tart.

Ha nincs megadva idő : A készülék 100 méterenként automatikusan vált a következő szakaszra.

Indítás: START/STOP

Edzés közben: Az ellenállás továbbra is módosítható.

Program vége: Hangjelzés hallható.



Abbildung 16

3.6 Regenerációs pulzusz mérés (Recovery)

A **Recovery** funkció segítségével a készülék az edzés befejezése után megméri, milyen gyorsan csökken a pulzusszáma. Ez jó visszajelzést ad a szív- és érrendszeri állóképesség fejlődéséről.

A mérés elindítása

1. Fejezze be az edzést, vagy állítsa szünetre a programot.
2. Nyomja meg a **RECOVERY** gombot.
3. Fogja meg mindkét markolati pulzusérzékelőt, vagy viseljen kompatibilis mellkaspántot.

Megjegyzés: Ha nem használ mellkaspántot, a mérés teljes időtartama alatt folyamatosan érintse a markolati pulzusérzékelőket.

A mérés menete A kijelzőn egy **60 másodperces visszaszámlálás** jelenik meg: **0:60 → 0:00**. Ezalatt a készülék folyamatosan figyeli a pulzus változását.

Az eredmény A mérés végén a kijelző egy **F1–F6** közötti értéket jelenít meg.

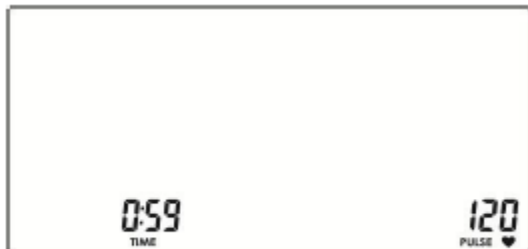


Abbildung 17



Abbildung 18

Érték Minősítés

- F1** Kiváló regeneráció
- F2** Nagyon jó
- F3** Jó
- F4** Közepes
- F5** Gyenge
- F6** Nagyon gyenge

Minél gyorsabban csökken a pulzus, annál jobb az eredmény.

A funkció befejezése

- A **RECOVERY** gomb ismételt megnyomásával kiléphet a mérésből.
- A **RESET** gombbal lenullázhatók az aktuális edzésadatok.

Ajánlás : Rendszeresen végezze el ezt a mérést, hogy nyomon követhesse állóképessége fejlődését.

3.7 Testzsírmérés (Body Fat)

A Body Fat funkció a felhasználó által korábban megadott adatok és a mért pulzus alapján becslést készít a testzsírarányról és a testtömegindexről (BMI).

Megjegyzés: Az eredmények tájékoztató jellegűek, orvosi mérésnek nem tekinthetők.

A mérés elindítása A főmenüben vagy szüneteltetett edzés közben nyomja meg a **BODY FAT** gombot.

Fogja meg mindkét markolati pulzusérzékelőt. A kijelző megjeleníti az aktuális felhasználói profilt, majd elindítja a mérést.

Mérés közben Amint a készülék érzékeli a pulzust, a kijelzőn néhány másodpercig: === jelenik meg.

A mérés körülbelül **8 másodpercig** tart.

A mérés eredménye A kijelző a következő adatokat mutatja:

- **BMI** – Testtömegindex
- **FAT %** – Becsült testzsír százalék
- **BODY FAT** – Testzsír-kategória



Abbildung 19



Abbildung 20

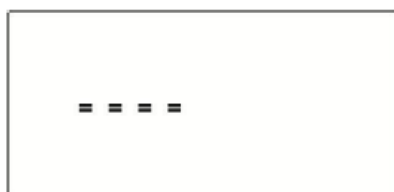


Abbildung 21

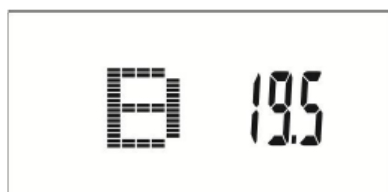


Abbildung 22

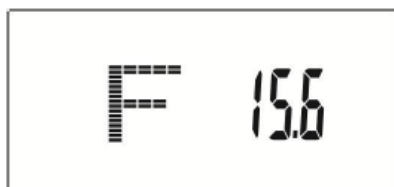


Abbildung 23

-	niedrig
+	niedrig/mittel
▲	mittel
◆	mittel/hoch

Abbildung 24

Testzsír-kategóriák

A készülék grafikus jelzéssel mutatja a becsült testzsír-szintet:

- **Alacsony**
- **Alacsony / közepes**
- **Közepes**
- **Közepes / magas**

A mérés befejezése után a kijelző automatikusan visszatér a főmenübe.

Fontos tudnivalók

A testzsírmérés pontosságát befolyásolhatja többek között:

- a szervezet hidratáltsága,
- az edzés utáni állapot,
- az étkezés időpontja,
- a bőr nedvessége,
- a markolati érzékelők megfelelő érintése.

A legjobb összehasonlíthatóság érdekében mindig hasonló napszakban és hasonló körülmények között végezze el a mérést.

4. EDZÉSI ÚTMUTATÓ

4.1 Általános tudnivalók

A helyes edzéstechnika segít:

- csökkenteni a sérülések kockázatát,
- növelni az edzés hatékonyságát,
- elérni a kívánt edzéscélt.

Mindig ügyeljen a helyes testtartásra és a megfelelő terhelési szintre.

Ha bizonytalan az edzésprogram kiválasztásában vagy egészségügyi problémája van, kérje edző vagy orvos tanácsát.

Ajánlások : Az edzést mindig alacsony intenzitással kezdje. A terhelést fokozatosan növelje. Az edzés végén mindig végezzen levezetést (cool-down).

4.1.1 Edzőruházat

Edzéshez viseljen: kényelmes, jól szellőző, testmozgáshoz megfelelő sportruházatot.

Kerülje a túl bő ruházatot, amely beleakadhat a mozgó alkatrészekbe.

Sportcipő Ajánlott: stabil, csúszásmentes talpú sportcipő.

Nem ajánlott: magas sarkú cipő, bőrcipő, stoplis cipő, mezítlábas használat.

Törölköző

Edzés közben célszerű törölközőt használni a verejték letörlésére és a készülék tisztán tartására.

4.1.2 Bemelegítés és nyújtás

Minden edzés előtt ajánlott néhány perc bemelegítés.

Ennek célja:

- az izmok felkészítése,
- az ízületek átmozgatása,
- a sérülések megelőzése,
- a teljesítmény javítása.

Ajánlott bemelegítő gyakorlatok

1. Kiinduló helyzet Álljon vállszélességű terpeszbe.

2. Vállkörzés Lassan végezzen kis köröket előre. Ezután ismételve meg hátrafelé.

3. Karok átmozgatása Mozgassa át a vállövet és a karizmokat.

4. Guggolás Végezzen néhány lassú guggolást.

Ügyeljen arra, hogy a térd ne kerüljön a lábujjak elé, a hát maradjon egyenes.

⚠ Figyelem

Izomláz vagy sérülés esetén ne terhelje az érintett izomcsoportot.

4.1.3 Gyógyszerek és sport

Ha rendszeresen gyógyszert szed,

egyeztessen kezelőorvosával vagy gyógyszerészével arról, hogy az adott készítmény befolyásolja-e:

- a pulzust,
- a vérnyomást,
- a terhelhetőséget,
- a sportteljesítményt.

4.1.4 Terhelt izomcsoportok

Kerékpározás közben elsősorban az alábbi izmok dolgoznak:

- farizom,
- combizmok,
- vádli,
- csípő körüli izmok.

Edzés közben: tartsa egyenesen a hátát; ne homorítson túlzottan; ne görnyedjen előre.

4.1.5 Ajánlott edzésgyakoriság

A rendszeres edzés:

- javítja az állóképességet,
- növeli az izomerőt,
- támogatja a szív- és érrendszer működését,
- javítja az általános közérzetet.

A kisebb, de rendszeresen végzett edzések hosszú távon hatékonyabbak, mint a ritka, túl intenzív terhelések.

Pulzus alapú edzés

A pulzus szerinti edzés segít abban, hogy a kívánt edzéscélt biztonságosan és hatékonyan érje el.

A készülék a maximális pulzust az alábbi képlet alapján számítja:

Maximális pulzus = 220 – életkor

55% – Zsírégető zóna

Cél: testsúlycsökkentés, zsírégetés.

Jellemzői: alacsony intenzitás, hosszabb edzésidő.

75% – Állóképességi zóna

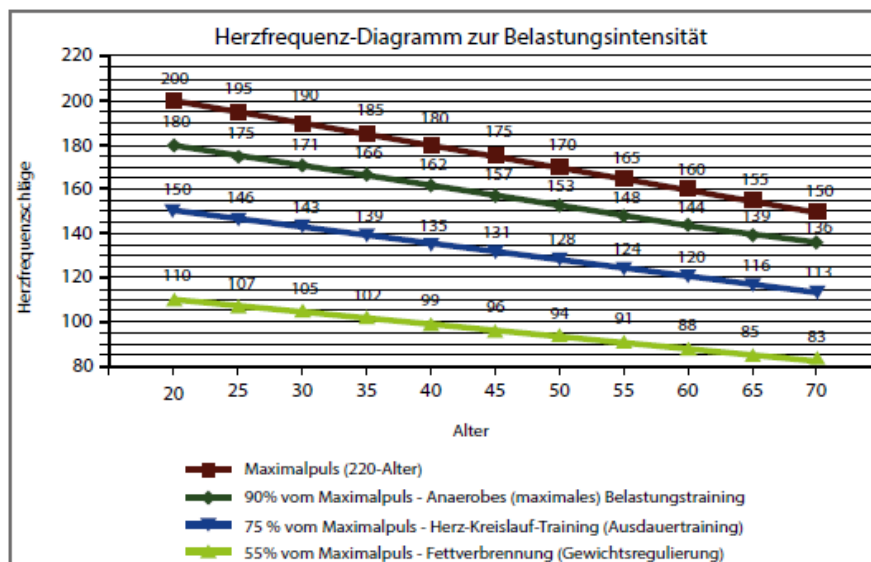
Cél: a szív- és érrendszer fejlesztése, az aerob állóképesség növelése.

Jellemzői: közepes intenzitás, közepes időtartam.

90% – Intenzív (anaerob) zóna

Cél: teljesítményfejlesztés, robbanékonyság, gyors regeneráció javítása.

Jellemzői: magas intenzitás, rövid terhelések, pihenőszakaszokkal.



Példa

45 éves felhasználó esetén:

Maximális pulzus:

$$220 - 45 = 175 \text{ ütés/perc}$$

Ajánlott célpulzusok:

- 55%: kb. 96 ütés/perc
- 75%: kb. 131 ütés/perc
- 90%: kb. 157 ütés/perc
-

4.2 Edzésnapló

Az edzésnapló segítségével nyomon követheti fejlődését és összehasonlíthatja korábbi edzéseit.

Javasolt minden edzés után rögzíteni az alábbi adatokat:

Dátum Edzésidő Távolság Ellenállási szint Átlagpulzus Kalória Testsúly Megjegyzés

Érdeemes feljegyezni

- az edzés időtartamát,
- a megtett távolságot,
- az átlagos pulzust,
- az ellenállási fokozatot,
- az elégetett kalóriát,
- az aktuális testsúlyt,
- valamint azt, hogyan érezte magát az edzés során.

A rendszeresen vezetett edzésnapló segít felismerni a fejlődést és motivációt ad a hosszú távú edzéshez.

4.3 Kapcsolódás a Kinomap alkalmazáshoz

A BX30 Plus kompatibilis a **Kinomap** alkalmazással, amely valós útvonalvideók segítségével teszi változatosabbá az edzést.

Fontos tudnivalók

- A Kinomap teljes funkcionalitásához előfizetés szükséges.
- Az alkalmazást külső fejlesztő biztosítja.
- A gyártó nem vállal felelősséget az alkalmazás működéséért vagy elérhetőségéért.
- Győződjön meg arról, hogy a mobilkészülék Bluetooth kapcsolata be van kapcsolva.
- A kerékpár konzoljának is bekapcsolt állapotban kell lennie.

Kapcsolódás lépései

Nyissa meg a **Kinomap** alkalmazást mobiltelefonján vagy táblagépén.

Az alsó menüsorban válassza: **Továbbiak (More)**

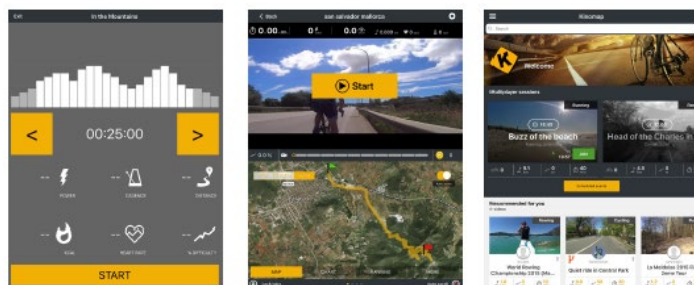
Nyissa meg a **Eszközkezelés (Device Management)** menüpontot.

Új eszköz hozzáadásához érintse meg a + ikont.

Android és iOS rendszeren a menüpontok elnevezése kis mértékben eltérhet.

Válassza ki az eszköztípust: **Szobakerékpár / Ergométer (Home Trainer / Ergometer)**

A gyártók listájából válassza: **cardiostrong**, majd **BX30 Plus**



Beispiel: Kinomap

Az alkalmazás megjeleníti a közelben található Bluetooth eszközöket.

Válassza ki azt az eszközt, amelynek neve **i-Console...** kezdetű.

A név végén szereplő szám megegyezik a kijelző hátoldalán található matricán szereplő azonosítóval.

A párosítás után térjen vissza a Kinomap főmenüjébe. Válasszon egy útvonalat, majd indítsa el az edzést.

A videó automatikusan együtt halad a pedálozás sebességével.

Alkalmazásfrissítések

Az előre telepített alkalmazások időnként frissítést igényelhetnek.

A frissítések telepítéséhez:

- Google-fiók szükséges;
- kövesse a képernyőn megjelenő utasításokat.

Ne telepítsen más alkalmazásokat a konzolra, mert azok működése nem garantált, és technikai problémákat okozhatnak.

5. TÁROLÁS ÉS SZÁLLÍTÁS

5.1 Általános tudnivalók

⚠ FIGYELMEZTETÉS

- A készüléket olyan helyen tárolja, ahol gyermekek és illetéktelen személyek nem férhetnek hozzá.
- Amennyiben a készülék nem rendelkezik szállítógörgőkkel, szállítás előtt szerelje szét.

► FIGYELEM

A tárolási hely legyen:

- száraz,
- pormentes,
- jól szellőző,
- 10–35 °C közötti hőmérsékletű.

Óvja a készüléket:

- nedvességtől,
- portól,
- szennyeződéstől,
- közvetlen napsugárzástól.

5.2 Szállítógörgők használata

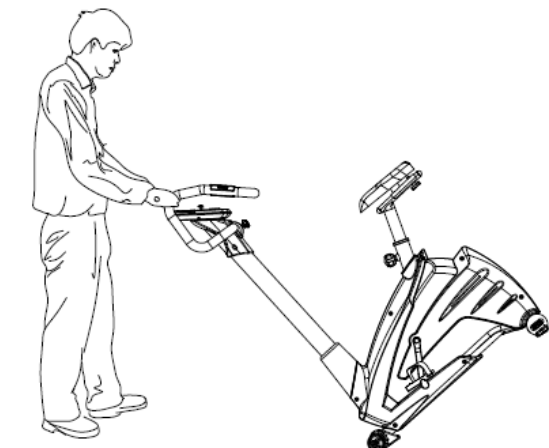
A BX30 Plus szállítógörgőkkel rendelkezik.

A készülék mozgatása

1. Álljon a készülék mögé.
2. Emelje meg a hátsó részét, amíg a súly a görgőkre kerül.
3. Tolja a készüléket az új helyére.

Fontos

Parketta, laminált padló vagy más érzékeny burkolat esetén használjon kartont vagy védőlemezt a padló sérülésének elkerülése érdekében.



6. HIBAEHÁRÍTÁS, ÁPOLÁS ÉS KARBANTARTÁS

6.1 Általános tudnivalók

⚠ FIGYELMEZTETÉS

Ne végezzen saját átalakítást vagy nem szakszerű javítást a készüléken.

⚠ VIGYÁZAT

Sérült vagy kopott alkatrészek használata:

- balesetveszélyes,
- csökkenti a készülék élettartamát.

A hibás alkatrészeket azonnal cserélje ki.

Kizárólag eredeti pótalkatrészek használata ajánlott.

6.2 Hibakeresés

Hiba	Lehetséges ok	Megoldás
Pedál felől kattogó hang	Kilazult pedál	Húzza meg a pedálokat
A készülék billeg	Nem vízszintes a padló	Állítsa be az állítható talpakat
A kormány vagy a nyereg mozog	Kilazult csavarok	Húzza meg a csavarokat
A kijelző nem működik	Lemerült elem vagy laza kábel	Ellenőrizze a kábeleket / tápellátást
Nincs pulzusjel	Rossz érzékelés vagy mellkaspánt hiba	Ellenőrizze a markolatot vagy a mellkaspántot

Pulzusmérési problémák

Lehetséges okok:

- mobiltelefon vagy más elektromos zavarforrás,
- Wi-Fi router,
- nem kompatibilis mellkaspánt,
- száraz elektródák,
- lemerült elem,
- hibás mellkaspánt.

Javasolt:

- nedvesítse be a mellkaspánt elektródáit,
- cseréljen elemet,
- próbálja ki a markolati pulzusmérést.

6.3 Hibakódok

=== A készülék nem érzékel megfelelő kézérintést a markolati érzékelőkön.

E1 Nem érzékelhető pulzus.

E4 A számított BMI vagy testsúlyérték kívül esik a mérési tartományon.

Hiba esetén forduljon a hivatalos szervizhez.

6.4 Karbantartási terv

Minden edzés után: törölje le a készüléket enyhén nedves ruhával.

Oldószer használata tilos.

Ajánlott ellenőrzések

Alkatrész	Ellenőrzés gyakorisága
Kijelző	Havonta
Pedálok	Havonta
Burkolatok	Havonta
Csavarok	3 havonta
Kábelcsatlakozások	3 havonta
Nyeregcső	3 havonta
Pedálok rögzítése	6 havonta

A gyártó QR-kódon keresztül karbantartási videót is biztosít.

7. HULLADÉKKEZELÉS

A készüléket élettartama végén **nem szabad háztartási hulladékként kidobni.**

Az elektromos és elektronikai berendezések számára kijelölt hulladékgyűjtő helyen kell leadni.

A megfelelő újrahasznosítás hozzájárul a környezet védelméhez.

8. AJÁNLOTT TARTOZÉKOK

A még kényelmesebb és biztonságosabb használat érdekében a gyártó az alábbi tartozékokat ajánlja:

padlóvédő szőnyeg, pulzusmérő mellkaspánt.

9. ALKATRÉSZRENDELÉS

Pótalkatrész rendelésekor készítse elő:

- a készülék típusát,
- cikkszámát,
- gyári számát,
- az alkatrészrajzot,
- az alkatrész sorszámát.

Modell : cardiostrong BX30 Plus

Cikkszám: CST-BX30-PLUS

A sorozatszám a készüléken található fehér adattáblán olvasható.

Alkatrészjegyzék

Az idegen nyelvű kézikönyv tartalmazza a teljes robbantott alkatrészrajzot és az összes alkatrész cikkszámát (1–86), ami jelen használati útmutató legvégén is megtalálható . Ezeket a táblázatokat változtatás nélkül célszerű megtartani, mivel univerzális műszaki azonosítók.

10. GARANCIA

A cardiostrong készülékek szigorú minőségellenőrzésen esnek át.

Ha ennek ellenére meghibásodás történik, forduljon a hivatalos szervizhez.

A garancia nem terjed ki

- nem rendeltetésszerű használatra,
- helytelen kezelésre,
- nedvesség vagy túlfeszültség okozta károkra,
- a használati útmutató be nem tartására,
- ütésre, leesésre,
- nem hivatalos javításokra,
- saját kezű javítási kísérletekre,
- természetes kopásra.

Garanciális ügyintézéshez szükséges:

- vásárlási bizonylat,
- sorozatszám.

Alkatrészlista (1)

Nr.	Bezeichnung (ENG)	Tellenummer Hersteller	Spezifikation	Anz.
1	Main frame	805E2-3-1000-J5		1
2	Rear stabilizer	70501-6-2107-J1	D76x1.5Tx480L	1
3	Front stabilizer	70501-6-2101-J0	D76x1.5Tx480L	1
4	Adjustable foot cap	55486-L-0076-31	D76*86	2
5L	Left foot cap	554C0-H-0076-31	D76*120L	1
5R	Right foot cap	554C0-R-0076-31	D76*120L	1
6	Domed nut M8*1.25*15L	55208-6-2015-FA	M8x1.25x15L	4
7	Square neck bolt M8*1.25*90L	50508-5-0090-F3	M8x1.25x90L	4
8	Oval cap 25*50*28L	55328-3-2550-B1	25*50*28L	2
9	Seat post	805E2-3-2200-J1		1
10	Seat	58001-6-1351-B0	LS-A28	1
11	Adjustable seat tube	18300-3-4000-J1		1
14	Screw ST4*1.41*15L	52804-2-0015-D0	ST4*1.41*15L	2
15	Adapter	804C2-6-2584-01	output:9V,500MA	1
16	Foam (HDR) D30*3.0T*575L	58015-6-1139-B1	D30*3.0T*575L	2
17	Screw knob D60*32L (M8*1.25)	52008-2-0022-B0	D60x32L(M8x1.25)	1
18	Flat washer D25*D8.5*2T	55108-1-2520-CA	D25xD8.5x2T	1
19	Tension control cable D1.5*230L	706E2-6-2601-00	D1.5*230 L	1
20	Allen bolt M8*1.25*20L	50308-5-0020-F0	M8*1.25*20L	4
21	Multi-groove belt	58004-6-1030-01	440 J5 (1118 J5)	1
22	Waved washer D22*D17*0.3T	55117-5-2203-DA	D22xD17x0.3T	2
23	Flat washer D23*D17.2*1.5T	55117-1-2315-NA	D23*D17.2*1.5T	1
24	Round magnet	174R4-6-2574-00	M02	1
25	Left chain cover	80500-6-4501-BZ0	865*80*500	1
26	Right chain cover	80500-6-4502-BZ0	895*80*500	1
27	Pulley Wheel	58008-6-1039-D1	D250*17*3T	1
28	Upper protective cover	80500-6-4580-BZ0	D100*210	1
29	Handlebar post	805S0-3-2000-J4		1
30	Handle pulse	737L6-6-2478-00	100.3*29.5*0.4T	4
31	Ball knob D50*M16*22*D8	52916-2-0022-G1	D50xM16x22xD8	1

Alkatrészlista (2)

32	Nylon nut M10*1.5*10T	55210-1-2010-NA	M10x1.5x10T	1
33	Bolt cap D23*6.5	170LR-6-2779-C0	D23x6.5	2
34	Bolt M8*1.25*25	50108-2-0025-U0	M8x1.25x25	2
35L	Left crank	58007-6-1056-03	6 1/2"x9/16"-20UNF	1
35R	Right crank	58007-6-1057-03	6 1/2"x9/16"-20UNF	1
36	Handlebar	805K2-6-2401-N0		1
37	T-shaped knob M8*1.25*65	51908-2-0065-B1	M8x1.25x65	1
38	Computer SM2560-31	805K2-6-2501-B0	SM2560-31	1
39	Upper computer cable 1000L	73002-6-2572-00	1000L	1
40	Lower computer cable 300L	805E2-6-2573-00	300L	1
41L	Left computer bracket	80500-6-2592-B0		1
41R	Right computer bracket	80500-6-2593-B0		1
42	Cover 80.6*56*52.5	80502-6-2481-B0	80.6*56*52.5	1
43	Flat washer D16*D8.5*1.2T	55108-1-1612-FA	D16xD8.5x1.2T	1
44	Spring washer D15.4*D8.2*2T	55108-2-1520-FA	D15.4xD8.2x2T	1
45	Bushing D8.2*D12.7*33	58002-6-1026-D0	D8.2xD12.7x33	1
46-1L	Pedal Strap left	58029-6-1032-B1		1
46-1R	Pedal Strap right	58029-6-1032-B2		1
46L/R	Pedal	58029-6-1032-B0	JD-22A	1
47	C-ring S-17 (1T)	55517-1-0010-00	S-17(1T)	1
48	Protective ring for chain cover	80500-6-4503-B0	60.5*72*7T	1
49	Bolt M6*1.0*15L	50106-5-0015-C0	M6x1.0x15L	4
50	Flat washer D50*D10*2.0T	55110-1-5020-NA	D50xD10x2.0T	1
51	Curved washer D22*D8.5*1.5T	55108-3-2215-FA	D22*D8.5*1.5T	8
52	Crank axle	803MC-3-2903-00		1
53	Spring washer D15.4*D8.2*2T	55108-2-1520-FA	D15.4 XD8.2x2T	8
54	Sensor cable 150L	80202-6-2576-00	150L	1
55	Bearing #6003ZZ	58006-6-1018-00	#6003ZZ	2
56	Nylon nut 3/8"-26UNF*6.5T	18600-6-3175-N1	3/8"-26UNF*6.5T	2
57	Flat washer D30*D10*3.2T	55110-1-3032-01	D30xD10x3.2T	1
58	Fixing plate for idle wheel	17402-3-1600-N4		1
59	Bolt M5*0.8*10L	52605-2-0010-D0	M5x0.8x10L	5

Alkatrészlista (3)

60	Plastic flat washer D50*D10*1.0T	55110-1-5010-BF	D50*D10*1.0T	2
61	Idle wheel D23.8*D38*24	16100-6-1671-04	D23.8xD38x24	1
62	Screw ST4.2*1.41*15L	53342-2-0015-N0	ST4.2x1.4x15L	8
63	Spacer D22.5*D17.2*6.4T	80700-6-2781-00	D22.5*D17.2*6.4T	1
64	Magnetic system	805E2-2-3100-00		1
65	Motor	73002-6-2571-00		1
66	Electric cable 350L	180E1-6-2596-00	350L	1
67	Anti-loose nut M6*1.0*6T	55206-1-2006-CA	M6x1.0x6T	4
68	Spring D2.2*D14*55L	58003-6-1013-N1	D2.2*D14*55L	1
69	Screw ST4*1.41*15L	50904-2-0015-D0	ST4*1.41*15L	7
70	Inner tube D66*D50.3*170L	67500-6-1071-B1	D66xD52x170L	1
71	Buffer D9*D5.8*13	55306-4-0013-B9	D9*D5.8*13	1
72	Inner tube D71.5*108L	70802-6-1071-B0	D71.5*108L	1
73	Mushroom Cap D1 1/4**29L	553K0-1-0029-B3	D1 1/4**29L	2
74	Bolt M8*52L	50108-5-0052-N3	M8*52L	1
75	Anti-loose nut M8*1.25*8T	55208-1-2008-NA	M8*1.25*8T	1
76	Magnetic fixed plate	84002-3-3200-N1		1
77	Bolt M6*65L	50106-5-0065-N0	M6*1*65L	1
78	Spring D1.2*55L	58003-6-1035-01	D1.2*55L	1
79	Nut M6*1*6T	55206-2-2006-NA	M6*1*6T	1
80	Flat washer D13*D6.5*1.0T	55106-1-1310-NA	D13*D6.5*1.0T	1
81	Nylon washer D6*D19*1.5T	55106-1-1915-B1	D6*D19*1.5T	1
82	Anti-loose nut M6*1*6T	55206-1-2006-NA	M6*1*6T	1
83	upper fixed plate for Handle pulse	737L6-6-2491-B0	40*15.2	2
84	under fixed plate for Handle pulse	737L6-6-2492-B0	40*15.2	2
85	Screw ST4*1.41*15L	50904-2-0015-F0	ST4x1.41x15L	2
86	Handle pulse cable 900L	745S1-6-2479-00	900L	2

Bontott alkatrész rajz:

