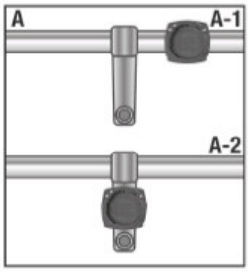
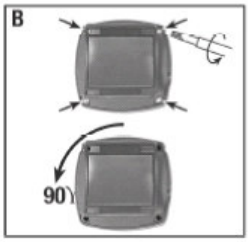
CICLOSPORT
SPORTS INFORMATION SYSTEMS

CICLOMASTER

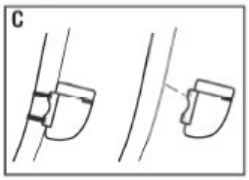
CM 4.11

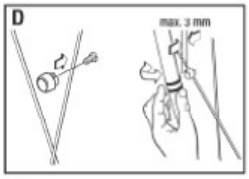


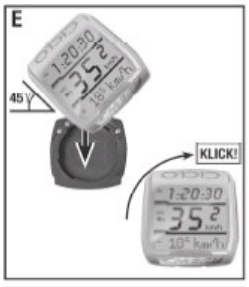


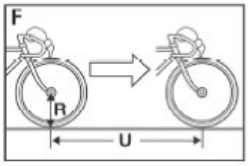












G

Reifengröße		Umfang
40-559	26 x 1,5	2026 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm
37-590	26 x 1 3/8	2133 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm
40-622	28 x 1,5	2224 mm
47-622	28 x 1,75	2268 mm
40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
20-622	700 x 20C	2114 mm
23-622	700 x 23C	2133 mm
25-622	700 x 25C	2146 mm
28-622	700 x 28C	2149 mm
32-622	700 x 32C	2174 mm

Návod na použitie prístroja CicloMaster CM 4.21

Gratulujeme Vám k nákupu prístroja CicloMaster CM 4.21, získali ste prístroj s najmodernejšími elektronickými odvodmi a novým moderným dizajnom a to všetko vo vodeodolnom prevedení.
Špeciálne vlastnosti: kadencia pedálovanie a meranie tepu srdca (pre tieto funkcie je potrebné zakúpiť prídavný senzor), systém „Two-in-one" čo znamená, že tento prístroj je možné používať pre dva rôzne bicykle a oddelene sledovať celkové hodnoty pre každý bicykel zvlášť.
OBSAH : CM 4.21, batéria CR2032, kryt batérie, držiak a senzorom na vidlicu, magnet.
Pred prvým použitím si pozorne prečítajte tento návod.

1. Montáž: držiak cyklo komputra, môže byť namontovaný na riadidlá, alebo predstavec.
Obrázok A. - držiak namontovaný na riadidlá (pozícia A-1), držiak namontovaný na predstavec (pozícia A-2).
Obrázok B. - úprava držiaka z pozície A-1 na pozíciu A-2. Odskrutkujte vrchnú časť a pootočte do pozície B (o 90°). Namontujte držiak na riadidlá, alebo predstavec.
Obrázok C. - Namontujte senzor na vidlicu tak, aby jeho vzdialenosť od prístroja nebola väčšia ako 60cm a oboje sa nachádzalo na jednej strane.
Obrázok D. - montáž magnetu. Namontujte magnet na špicu smerom k senzoru. Nastavte vzdialenosť medzi senzorom a magnetom – cca. 3mm. a vzájomnú pozíciu s ryskou na senzore.
Obrázok E. - nasadenie CM 4.21 do držiaka. Nasaďte CM 4.2 do držiaka v pozícii pootočenej o 45°doľava a prístroj pootočte vpravo, kým nezacvakne poistka. Pre demontáž postupujte obrátene.

1.1.Montáž kadencie pedálovania (senzor kadencie je možné zakúpiť samostatne).
Namontujte držiak komputra na predstavec, alebo riaditká, tak ako je popísané vyššie a kábel uchyťte pomocou sťahovacích pások pozdĺž spodnej rámovej rúry, tak aby senzor na konci kábla smeroval k ľavej kľuke. Senzor sťahovacími páskami upnite k ľavej zadnej vidlici. Magnet kadencie namontujte na vnútornú stranu ľavej kľuky sťahovacou páskou. Vzájomnú polohu senzoru a magnetu nastavte tak, aby vzdialenosť medzi nimi bola maximálne 3mm. Magnet musí byť priamo oproti riske na senzore. Teraz na CM 4.21 nastavte funkciu kadencie (pozrite kapitolu 2.1). Potočte niekoľko krát kľukami, aby ste sa ubezpečili o správnom nastavení vzájomnej polohy a funkcii, potom pritiahnite všetky sťahovacie pásky a skráťte ich na potrebnú dĺžku.

1.2. Použitie hrudného pásu na meranie tepu srdca (hrudný pás je potrebné zakúpiť samostatne).
Varovanie
Merač **CM 4.2** je tréningovo kondičná pomôcka pre meranie a zobrazovanie Vášho tepu srdca. Pred začiatkom cvičenia kontaktujte svojho lekára pre určenie Vášho individuálneho horného a dolného tepového limitu (tréningovej zóny). Tepové limity sú závislé od veku ,kondície a špecifických podmienok. Ľudia používajúci kardio stimulátor (pacemaker) by sa mali pred použitím tohto prístroja poradiť zo svojím lekárom.
Nasadenie hrudného pásu. Hrudný snímač sa upína pomocou elastického pásu okolo hrude. Pás nasaďte plastovou časťou s logom na stred hrude, tak aby elektródy (časti s vrúbkami) sa dotýkali priamo pokožky v oblasti pod prsiami. Pomocou pracky na elastickom páse si upravte dĺžku pásu tak, aby dobre obopínal hrudník, netlačil, ale ani sa neposúval pri pohybe. Za predpokladu, že i po nasadení hrudného pásu **CM 4.21** nezobrazuje tep srdca, počkajte niekoľko minút, alebo miesto kontaktu elektród s pokožkou navlhčite slinami.

2. Príprava prístroja.
Vloženie batérie: Vložte 3V batériu typu CR 2032, + pólom smerom k vám. (doporučenie – používajte kvalitné alkalické batérie, zabezpečíte si tým dlhý a bezproblémový chod vášho prístroja). Nasaďte kryt batérie a opatrne ho pritiahnite mincou v smere hodinových ručičiek. Použite primeranú silu, aby nedošlo k poškodeniu závitu. Tesnenie na kryte, pri výmene novej batérie doporučujeme ľahko premazať. Po vložení batérie sa prístroj prepne do normálneho operačného režimu.
Za predpokladu, že sa na displeji nezobrazí nič, alebo nekorektné údaje je potrebné stlačiť tlačidlo AC na zadnej strane a to pomocou hrotu pera, alebo niečím podobným, tým sa prístroj zresetuje (pozrite obrázok A). **Upozornenie:** týmto vymažete všetky údaje a nastavené hodnoty.

2.1. Nastavenie.
Pre spustenie nastavenia pridržte stredné tlačidlo na 3 sekundy. Displej zobrazí „**SET BIKE 1**".
Za predpokladu, že chcete nastavenie kedykoľvek opustiť, pridržte opäť stredné tlačidlo na 3 sekundy.
(Za predpokladu, že menu chcete prepnúť do nemeckého jazyka, pridržte krátko ľavé tlačidlo, na displeji sa zobrazí „LANGUAGE". Pre potvrdenie tejto funkcie stlačte stredné tlačidlo a potom pravým zvoľte buď „English" , alebo „ Deutsh" , nastavenie potvrďte ľavým tlačidlom a do nastavovacieho režimu sa vráťte krátkym stlačením pravého tlačidla. V manuáli sú uvedené anglické i nemecké výrazy.
Nastavenie si navolíte pomocou ľavého, alebo pravého tlačidla, stredným tlačidlo potvrdíte výber nastavenia.
Možné nastavenia: SET BIKE1/SET RAD1, SET CLOCK/SET UHR, SET HR/ SET HF, SET MISC, EXIT/ENDE, LANGUAGE/SPRACHE.
Nasledujúce platí pre všetky nastavenia : hodnotu blikajúcej číslice je možné zmeniť pravým tlačidlom, nastavenú hodnotu uložíte krátkym stlačením ľavého tlačidla. Následne začne blikať nasledujúca číslica, alebo sa prepne na nasledujúce nastavenie.

Nastavenie pre bicykel 1 – SET BIKE1/SET RAD1
Nastavenie celkových kilometrov, obvodu kolesa, jednotiek merania atď. pre bicykel 1. Nastavenie potvrďte stredným tlačidlom. Za predpokladu, že chcete vykonať rovnaké nastavenia i pre bicykel 2, musíte v normálnom režime stlačiť pravé i ľavé tlačidlo krátko a súčasne. Displej zobrazí hodnoty pre bicykel 2. Potom je potrebné opäť vstúpiť do nastavovacieho režimu a na displeji bude zobrazené SET BIKE2/SET RAD2.

Nastavenie denných kilometrov – DAY DST / TAGES DST
Funkcia umožňuje nastavenie denných kilometrov, čo je využiteľné hlavne, ak jazdíte podľa cyklo sprievodcu a vaša trasa nezačína na kilometri nula. Takto nastavená hodnota sa nepričítava do celkových prejdených kilometrov. Nastavenie vykonajte pravým a ľavým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.
Základné nastavenie : 000,00 km. Rozsah nastavenia : 0 – 999,99 km alebo míľ.

Nastavenie celkových kilometrov – TOT DST / GES. DST
Funkcia umožňuje nastavenie celkových kilometrov, napr. pri výmene batérie, alebo prenose údajov zo starého prístroja.
Základné nastavenie : 00000 km. Rozsah nastavenia : 0 – 99999 km alebo míľ.

Nastavenie obvodu kolesa – WHEEL / RADUMF
Funkcia nastavenie obvodu kolesa.
Základné nastavenie : 2080mm
Rozsah nastavenia : 0000 – 3999mm
Nastavenie vykonajte pravým a ľavým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.
Zistiť obvod kolesa je možné pomocou tabuľky (obr.G), alebo priamym meraním.
Meranie obvodu: Naznačte si odpovedajúcu značku na plášť predného kolesa bicykla a taktiež na zem. Posuňte bicykel presne o jednu otočku kolesa dopredu a naznačte opäť značku na zem. Zmerajte metrom danú vzdialenosť a údaj v mm nastavte ako obvod kolesa - obrázok F.

Nastavenie jednotiek merania – Unit km Unit mi
Funkcia umožňujúca zvoliť si jednotky merania rýchlosti a vzdialenosti, KM alebo Míle.
Základné nastavenie : KM. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.

Zapnutie / vypnutie kadencie pedálovania – CAD OFF / TRIPP AUS
Funkcia umožňujúca aktivovať, alebo vypnúť funkciu kadencia pedálovania. Základné nastavenie: OFF / AUS , zapnuté – ON/AN, vypnuté OFF/AUS. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom. Pre túto funkciu je potrebné zakúpiť samostatný set na meranie kadencie.

Nastavenie hodín – SET CLOCK/SET UHR
Nastavenie času, dátumu a formátu času. Nastavenie navoľte stredným tlačidlom.

Hodiny – TIME/UHRZEIT
Nastavenie aktuálneho času. Rozsah : 00:00 – 23:59 , alebo 12:00 – 11:59 A/P
Nastavenie vykonajte pravým a ľavým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom. Najprv nastavte hodiny a potom minúty.

Rok – Year/Jahr
Základné nastavenie : 2007. Rozsah nastavenia : 2007 – 2099. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.

Mesiac – Month/Monat
Základné nastavenie : 01. Rozsah nastavenia : 01 – 12. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.

Deň – Day/Tag
Základné nastavenie : 01. Rozsah nastavenia : 01 – 31. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.

Formát hodín – Clock/Zeit
Tu je možné nastaviť formát zobrazeného času, buď 24 hod., alebo 12 hod. (AM/PM) formát.
Základné nastavenie : 24. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.

Nastavenie merania tep – SET HR/SET HF. Pre používanie tejto funkcie je potrebné zakúpiť samostatný hrudný pás.

Aktivovanie funkcie – HR OFF/ON , HF EIN/AUS. Tu je možné zapnúť/ vypnúť funkciu merania tepu.
Základné nastavenie : OFF/AUS. ON/AN – zapnuté, OFF/AUS – vypnuté. Požadované nastavte pravým tlačidlom a potvrďte ľavým.

Nastavenie úrovne trénovanosti – Fittness.
Tu si nastavíte úroveň vašej trénovanosti, čo je potrebné pre správny výpočet tepových limitov pomocou funkcie InZone. Základné nastavenie : 3. 1- slabá výkonnosť, 2- priemerná výkonnosť, 3- dobrá výkonnosť, 4- Vynikajúca výkonnosť. Nastavenie vykonajte pravým tlačidlom a nastavenú hodnotu uložte ľavým tlačidlom.

Pohlavie – SEX/Geschlecht. V tomto nastavení je potrebné zadať pohlavie užívateľa, čo je dôležité pre funkciu InZone. M=muž, F=žena, Požadované nastavte pravým tlačidlom a potvrďte ľavým.

Hmotnosť – Weight/Gewicht. Rozsah nastavenia : 20 – 220kg. Požadované nastavte pravým tlačidlom a potvrďte ľavým. Nastavenie je dôležité pre funkciu InZone a spotrebu kalórií.

Dátum narodenia – Birthdate/Gebjahr. Základné nastavenie : 1960. Rozsah nastavenia : 1920 – 2006. Požadované nastavte pravým a ľavým tlačidlom a potvrďte ľavým. Nastavenie je dôležité pre funkciu InZone.

InZone – funkcia pre výpočet osobných tepových zón. Tu je možné funkciu InZone spustiť (pozrite kapitolu 4) súčasným stlačením ľavého i pravého tlačidla, alebo ju ignorovať a vtedy je potrebné krátko stlačiť ľavé tlačidlo. Za predpokladu, že výpočet limitov má byť presný, pre danú osobu je nutné zadať osobné údaje, ako – pohlavie, hmotnosť, vek a fitnes úroveň. Pre výpočet je nutné nasadiť si správne hrudný pás, usadiť sa do pohodlnej polohy a kľudne sedieť. Spustite funkciu **IN-ZONE,** stlačte obe tlačidlá súčasne a odštartujete kalkuláciu hodnôt, ktorá trvá 5 minút. Počas tejto doby ostaňte kľudne sedieť, relaxujte. Prístroj **CM 4.21** zaznamenáva váš kľudový tep a ukladá tieto dáta pre následný výpočet tepových limitov. Po 5min. meranie skončí a na displeji sa zobrazí hodnota vypočítaná pre spodný tepový limit.

Spodný tepový limit – Lower HR / Untere FH
Tu je možné manuálne nastaviť spodný limit (po skončení kalkulácie InZone), vypočítaný spodný limit je zobrazený. Pokiaľ sa aktuálny tep nachádza pod nastavenou hranicou na displeji je šípka, smerujúca dole ▼, ktorá slúži ako optický alarm. Rozsah nastavenia : 0 – 240 úderov za min. Požadované nastavte pravým a ľavým tlačidlom a potvrďte ľavým.

Vrchný tepový limit – Upper HR / Obere FH
Tu je možné manuálne nastaviť vrchný limit (po skončení kalkulácie InZone), vypočítaný vrchný limit je zobrazený. Pokiaľ sa aktuálny tep nachádza nad nastavenou hranicou na displeji je šípka, smerujúca hore ▲, ktorá slúži ako optický alarm. Rozsah nastavenia : 0 – 240 úderov za min. Požadované nastavte pravým a ľavým tlačidlom a potvrďte ľavým.

Maximálny tep – MAX HR / MAX FH
Tu je zobrazený maximálny tep vypočítaný funkciou InZone. Rozsah nastavenie : 0 – 240 úderov za min. Požadované nastavte pravým a ľavým tlačidlom a potvrďte ľavým.

SET MISC – tu je možné aktivovať šetriaci režim, alebo vykonať reset, to jest vynulovať všetky dáta. Funkciu nastavte stredným tlačidlom.

Šetriaci režim – POWERDOWN/STROMSPAR. Táto funkcia umožní dať CM 4.21 do šetriaceho režimu, vhodné napr. pred výmenou batérie (uchovajú sa všetky dáta). Šetriaci režim zapnete súčasným krátkym stlačením pravého i ľavého tlačidla. Po tomto sa displej vypne. Krátkym stlačením ľubovoľného tlačidla sa CM 4.21 opäť zapne.

Nulovanie – Reset/Loschen
Tu je možné vynulovať všetky hodnoty (vrátane celkových), stlačte ľavé a pravé tlačidlo súčasne, na displeji sa zobrazí „RESET" a potom sa prístroj prepne do normálneho režimu.

Ak chcete vynulovať len denné namerané hodnoty, pridržte ľavé i pravé tlačidlo na 3 sek. v normálnom režime.

3. Funkcie. CM 4.21 je vybavený funkciou automatický štart / stop, čo znamená, že 4 sekundy po prvom otočení kolesa sa prístroj spustí a na displeji sa zobrazia údaje. Ak prístroj neprijíma signál od kolesa 1 min. (bez stlačenia akéhokoľvek tlačidla), tak sa prístroj prepne do šetriaceho režimu. Za predpokladu, že sa koleso opäť otočí, alebo stlačíte tlačidlo, tak prístroj opäť zobrazí merané funkcie. Meranie tepu je možné i bez merania rýchlosti, stlačte ľubovoľné tlačidlo a meranie sa zapne. Pokiaľ je tep zobrazený CM 4.21 sa neprepne do šetriaceho režimu.
Prepnutie medzi bicyklom 1 a bicyklom 2 vykonáte súčasným krátkym stlačením ľavého a pravého tlačidla. V ľavej časti displeja je zobrazená 1, alebo 2, čo indikuje zvolený bicykel.
CM 4.21 má trojriadkový displej. Na strednom riadku je stále zobrazená aktuálna rýchlosť spolu s malou číslicou 1, alebo 2 indikujúcou zvolené meranie pre daný bicykel.
Pre zmenu zobrazenia funkcie na vrchnom riadku stlačte pravé tlačidlo, pre zmenu zobrazenia na spodnom riadku stlačte ľavé tlačidlo. Stlačením stredného tlačidla vyvoláte podfunkciu funkcie na spodnom riadku.

Funkcie zobrazené na vrchnom riadku :
TM – denný čas jazdy (obr. 2), HR – tep srdca (obr.3, ak je funkcia zapnutá), DST – denné kilometre (obr.4), Time – čas (obr.1)

Funkcia zobrazená na strednom riadku :
SPD – aktuálna rýchlosť. Zobrazuje aktuálnu rýchlosť v km/h, alebo míľach.
Rozsah merania : 0 – 199,9 km/h
Šípka na ľavej strane displeja indikuje či je aktuálna rýchlosť vyššia, šípka smeruje hore, ako priemerná rýchlosť, alebo je nižšia a vtedy šípka smeruje dole.

Funkcie zobrazené na spodnom riadku :
DST – denné kilometre (obr. 5) Funkcia zobrazuje prejdenú vzdialenosť od začiatku jazdy doteraz v km, alebo míľach. Rozsah merania : 0 – 999,99 km

TOT – celkové kilometre (obr. 6) Funkcia zobrazuje prejdené kilometre, alebo míle od začiatku použitia (obdobia, alebo posledného nulovania, či výmeny batérie).
Rozsah merania : 0 – 99999 km alebo míľ

Σ **TOT – celkové kilometre spolu pre bicykel 1 a 2 (obr.7)** Podfunkcia funkcie denné kilometre. Zobrazuje prejdenú vzdialenosť pre oba bicykle spolu od začiatku používania, alebo posledného nulovania, či výmeny batérie. Rozsah merania : 0 – 99999 km alebo míľ

Ø **– priemerná rýchlosť (obr.8)** Funkcia zobrazujúca priemernú rýchlosť v km/h, alebo m/h. Rozsah merania : 0 – 199,9 km/h alebo m/h (desatinné miesto je zobrazené menšou číslicou)

MAX – maximálna rýchlosť (obr.9) Podfukcia funkcie priemerná rýchlosť, zobrazuje maximálnu dosiahnutú rýchlosť v km/h, alebo m/h.
Rozsah merania : 0 – 199,9 km/h alebo m/h (desatinné miesto je zobrazené menšou číslicou)

Čas (obr.10) Funkcia zobrazuje aktuálny čas.
Meranie : 00:00:00 do 23:59:59, alebo 12:00:00 do 11:59:59 AM/PM.

Dátum (obr. 11) Podfunkcia funkcie čas. Zobrazuje aktuálny dátum vo formáte DD.MM.RR.

TM – denný čas jazdy (obr.12) Funkcia zobrazuje čas trvania dennej jazdy.
Rozsah merania : 0 – 9:59:59 h.

TOT – celkový čas denných jázd (obr.13) Podfunkcia funkcie denný čas jazdy, zobrazuje celkový čas všetkých jázd (od začiatku použitia, alebo posledného nulovania, či výmeny batérie).
Rozsah merania : 0 – 999:59 h.

Σ **TOT – celkový čas jázd spolu pre bicykel 1 a 2 (obr.14)** Podfunkcia funkcie celkový čas jázd, zobrazuje celkový čas pre oba bicykle spolu (od začiatku používania, alebo posledného nulovania, či výmeny batérie). Rozsah merania : 0 – 999:59 h.

Nasledujúce funkcie sú zobrazené len za predpokladu, že boli aktivované v nastavovacom režime. (pre meranie kadencia pedálovania je potrebný prídavný senzor, ktorý je potrebné zakúpiť zvlášť).

CAD – kadencia (obr.15) Funkcia zobrazujúca kadenciu – frekvenciu pedálovania v otáčkach za minútu. Rozsah merania : 0 – 250 ot/min.

Ø **– priemerná kadencia (obr.16)** Podfunkcia funkcie kadencia, zobrazuje priemernú kadenciu pedálovania dosiahnutú doteraz. Rozsah merania : 0 – 250 ot/min.

MAX – maximálná kadencia (obr.17) Podfunkcia funkcie kadencia, zobrazuje maximálnu kadenciu pedálovania dosiahnutú doteraz. Rozsah merania : 0 – 250 ot/min.

Nasledujúce funkcie – meranie tepu srdca a spotreba kalórií sú zobrazené len za predpokladu, že funkcia merania tepu srdca je aktivovaná a máte zakúpený samostatný hrudný pás.
Aktuálny tep srdca – HR (obr.18) Táto funkcia zobrazuje aktuálny tep srdca v úderoch srdca za min. Na pravej strane spodného riadku je šípka, ktorá indikuje, či sa aktuálny tep nachádza pod spodným nastaveným limitom (▼), alebo medzi limitmi (⇕), prípadne nad vrchným nastaveným limitom (▲).

Ø **Priemerný tep srdca (obr.19)** Podfunkcia funkcie aktuálny tep. Zobrazuje priemerný tep od začiatku merania do teraz. Rozsah merania : 0 – 240 úderov za min.

Maximálny tep srdca - MAX (obr.20) Podfunkcia funkcie aktuálny tep. Zobrazuje maximálny dosiahnutý tep od začiatku merania do teraz. Rozsah merania : 0 – 240 úderov za min.

Čas strávený pod spodným tepovým limitom (obr.21)
Podfunkcia merania tepu srdca, ktorá zobrazí čas počas, ktorého bol tep pod úrovňou spodného limitu od posledného nulovania. Rozsah merania : 0 – 9:59:59h.

Čas strávený medzi nastavenými tepovými limitmi (obr.22)
Podfunkcia merania tepu srdca, ktorá zobrazí čas počas, ktorého bol tep medzi nastavenými limitmi od posledného nulovania. Rozsah merania : 0 – 9:59:59h.

Čas strávený pod spodným tepovým limitom (obr.23)
Podfunkcia merania tepu srdca, ktorá zobrazí čas počas, ktorého bol tep nad úrovňou vrchného limitu od posledného nulovania. Rozsah merania : 0 – 9:59:59h.

kCal – spotreba kalórií (obr.24) Táto funkcia zobrazuje aktuálnu spotrebu kalórií od posledného nulovania doteraz. Rozsah merania : 0 – 99999kcal.

TOT kCal – celková spotreba kalórií (obr.25) Táto funkcia zobrazuje celkovú spotrebu kalórií od posledného resetovania doteraz. Rozsah merania : 0 – 99999kcal.

IN-ZONE : funkcia a použitie. Je to veľmi dobré riešenie pre individuálne zlepšenie tréningového procesu, na základe vypočítaných individuálnych tepových limitou (prahov), zadaním osobných údajov a merania kľudového tepu srdca. **IN-ZONE** je ideálny riešení osobného kardio tréningu, ktorý je aplikovateľný do rôznych športov, ako napr. beh, lyžovanie, spinning... Chcete vylepšiť vašu kondíciu? Znížiť hmotnosť? Chcete vždy brať ohľad na vaše zdravie? Všetci si môžu nájsť správny cieľ pre ich tréning. Ale ako trénovať v čo najefektívnejšom štýle pre dosiahnutie svojich cieľov? Ako nájsť správnu intenzitu vášho úsilia počas tréningu? **IN-ZONE** vypočíta najoptimálnejšiu tréningovú zónu pre vaše zvyšovanie výkonnosti, odolnosti organizmu a znižovanie hmotnosti. Ako sa to všetko deje? **IN-ZONE** prepočítava optimálne tepové limity pre zvyšovanie výkonnosti, odolnosť organizmu a znižovanie hmotnosti. Tieto limity sa odlišujú, od osoby k osobe a ponúkajú ideálnu podporu pri tréningu – tieto hodnoty sa vždy nachádzajú medzi 70 až 85% maximálneho tepu srdca (+/- 5% toleranciou, berúc do úvahy aktuálny kľudový tep a úroveň trénovanosti). Otázka spaľovania tukov je závislá na presnom nastavení hmotnosti v nastavení osobných údajov.

4. Výmena batérie: CM 4.21 - Otvorte kryt batérie pomocou mince v proti smere hodinových ručičiek. Vyberte starú batériu a založte novú 3V lítiovú batériu typ CR2032 plus pólom smerom hore a zatvorte kryt a pritiahnite v smere hodinových ručičiek.
Senzor na vidlicu – pomocou mince odnímte kryt senzora. Vložte novú 12V batériu typ 23A, plusovým pólom smerom hore a zavrite kryt pootočením v proti smere hodinových ručičiek.
Použitú batériu nevyhadzujte do domového odpadu, ale ju odovzdajte do zberne v súlade zo zákonom o odpadoch.

5. Riešenie problémov:
Chybné, alebo žiadne zobrazenie – skontrolujte či je batéria správne vložená, prípadne ju vymeňte (pozor nastavené dáta sa vymažú).
Rýchlosť nie je zobrazená – skontrolujte nastavenie senzora voči magnetu a ich vzájomnú vzdialenosť max. 3mm. Skontrolujte vzdialenosť medzi CM 4.21 a senzorom (max.60cm). Skontrolujte usadenie prístroja v držiaku a prípadne prekontrolujte nastavenie obvodu kolesa.
Zobrazená rýchlosť je príliš nízka, alebo vysoká – skontrolujte nastavenie obvodu kolesa a nastavenie jednotiek merania. Skontrolujte batériu v senzore, prípadne sa nachádzate v dosahu iného elektro-magnetického vlnenia (napr. iný cyklo merač, vysoké napätie, GPS, telefón...) a signál je rušený. Pokiaľ opustíte takúto zónu prístroj bude opäť pracovať korektne.
Meranie tepu srdca nie je zobrazené, alebo je nesprávne – uistite sa, že je funkcia aktivovaná v nastavovacom režime, skontrolujte hrudný pás (batériu), nie je pokožka suchá a chladná?, vzdialenosť medzi hrudným pásom a CM 4.21 je väčšia ako 60cm.
Kadencia nie je zobrazená, alebo sú zobrazené nepravdivé údaje, hodnota kolíše - uistite sa, že je funkcia aktivovaná v nastavovacom režime, skontrolujte vzájomnú pozíciu magnetu a senzoru.

6. Záruka: **Záručná doba je 24 mesiacov a vzťahuje sa na výrobné a materiálové vady, nevzťahuje sa však na batériu a závady spôsobené nesprávnym používaním.** Vždy používajte CM 4.21 podľa tohto návodu. Pred zaslaní prístroja na reklamáciu si ešte raz starostlivo prečítajte návod a pokúste sa závadu odstrániť pomocou kapitoly 5. Riešenie problémov.
V prípade akejkoľvek reklamácie sa obráťte na predajcu, alebo priamo kontaktujte dovozcu pre Slovensko. Prístroj a kompletné príslušenstvo, spolu s dokladom o zakúpení a kompletným kontaktom pošlite na adresu : SK-Profi Bike s.r.o., Spojová 19, 974 04 Banská Bystrica, tel. 048 4151 001, info@skprofibike.sk, www.skprofibike.sk .
V prípade, že vaša reklamácia bude uznaná, prístroj vám bude vymenený, alebo opravený bezodplatne. V prípade zistenia chyby spôsobenej užívateľom, vám bude oprava účtovaná spolu s poštovným. V prípade drahšej opravy, budete najskôr kontaktovaný a o tejto veci upovedomený.
Distributér pre Slovensko : SK-PROFI BIKE s.r.o , B. Bystrica , info@skprofibike.sk , www.skprofibike.sk

