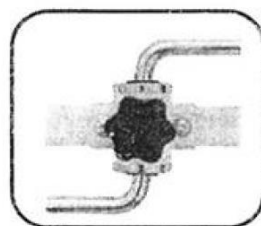
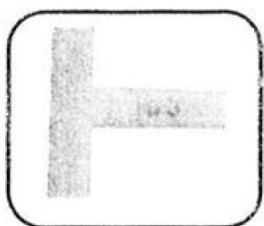
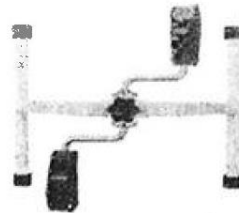


[PL] MINI ROWER DO ĆWICZEŃ TUNTURI BASIC



Montaż urządzenia

1. Użyj śrub znajdujących się w dostarczonej torbie do skręcenia urządzenia.
2. Przymocuj rezystor do ramy głównej, dokręcając go za pomocą śrub.
3. Włóż pokrętko regulacyjne do otworu rezystora. Aby zwiększyć opór, obracaj pokrętko zgodnie ze wskazówkami zegara. Aby zmniejszyć opór i intensywność ćwiczeń, obracaj je w przeciwnym kierunku.



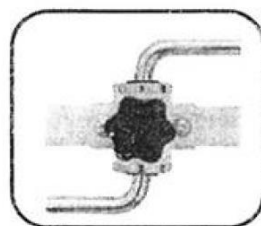
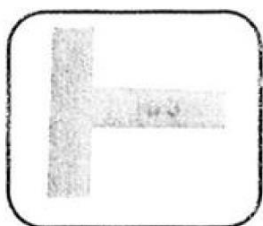
Sposób użytkowania

- Umieść urządzenie na stabilnej, płaskiej powierzchni.
- Usiądź wygodnie na krześle.
- Postaw stopy na pedałach i rozpocznij pedałowanie do przodu lub do tyłu.

Ważne wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

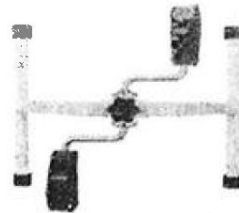
- Z urządzenia należy korzystać wyłącznie w pozycji siedzącej.
- Nie należy stawiać na pedałach całym ciężarem ciała, aby uniknąć uszkodzenia urządzenia i ryzyka kontuzji.

[CS] TUNTURI MINIBIKE BASIC



Sestavení jednotky

1. K sešroubování jednotky použijte šrouby z dodaného sáčku.
2. Připevněte rezistor k hlavnímu rámu utažením šroubů.
3. Vložte nastavovací knoflík do otvoru pro rezistor. Chcete-li zvýšit odpor, otočte knoflíkem ve směru hodinových ručiček. Chcete-li snížit odpor a intenzitu cvičení, otáčejte jím v opačném směru.



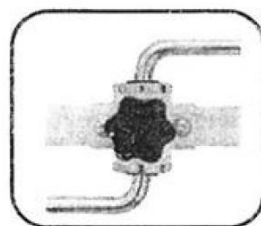
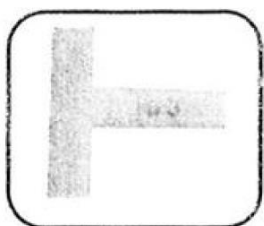
Návod k použití

- Umístěte přístroj na stabilní rovný povrch.
- Pohodlně se posaďte na židli.
- Položte nohy na pedály a začněte šlapat dopředu nebo dozadu.

Důležité bezpečnostní pokyny

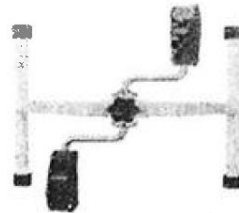
- Zařízení používejte pouze v sedě.
- Nestůjte na pedálech vahou celého těla, abyste zabránili poškození přístroje a riziku zranění.

[SK] TUNTURI MINIBIKE BASIC



Montáž jednotky

1. Na zoskrutkovanie jednotky použite skrutky z dodaného vrečka.
2. Pripevnite odpor k hlavnému rámu utiahnutím skrutiek.
3. Vložte nastavovací gombík do otvoru pre rezistor. Ak chcete zvýšiť odpor, otočte gombíkom v smere hodinových ručičiek. Ak chcete znížiť odpor a intenzitu cvičenia, otáčajte ním v opačnom smere.



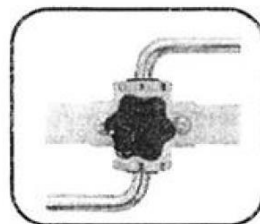
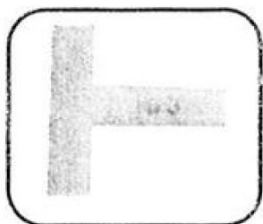
Návod na použitie

- Zariadenie umiestnite na stabilný, rovný povrch.
- Pohodlne sa posadzte na stoličku.
- Položte nohy na pedále a začnite pedálovať dopredu alebo dozadu.

Dôležité bezpečnostné pokyny

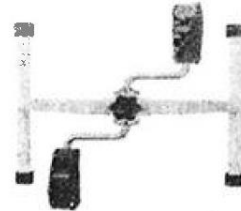
- Zariadenie používajte len v sede.
- Nestojte na pedáloch celou váhou tela, aby ste zabránili poškodeniu zariadenia a riziku zranenia.

[HU] TUNTURI MINIBIKE BASIC



A készülék összeszerelése

1. A mellékelt tasakból származó csavarokkal csavarja össze az egységet.
2. A csavarok meghúzásával rögzítse az ellenállást a főkerethez.
3. Helyezze be a beállítógombot az ellenállás furatába. Az ellenállás növeléséhez forgassa el a gombot az óramutató járásával megegyező irányba. Az ellenállás és az edzés intenzitásának csökkentéséhez fordítsa az ellenkező irányba.



Használati utasítás

- Helyezze a készüléket stabil, sík felületre.
- Üljön kényelmesen egy székre.
- Helyezze a lábát a pedálokra, és kezdjen el előre vagy hátrafelé pedálozni.

Fontos biztonsági utasítások

- Csak ülő helyzetben használja a készüléket.
- Ne álljon a pedálokra teljes testsúlyával, hogy elkerülje a gép sérülését és a sérülésveszélyt.