

CycleOps  
POWER



# Trenażer Supermagneto™ Pro

Instrukcja Obsługi



# WSTĘP



Gratulacje ! Zakupiłeś najlepszy z dostępnych trenażerów.

CycleOps SuperMagneto™ to pierwszy i jedyny trenażer oferujący jednocześnie wszechstronność możliwości jazdy i naturalne poczucie jazdy w jednym.

Przeznaczony dla każdego zawodnika i każdego typu treningu.



Poziom Łatwy pozwala na lekkie pedałowanie podczas jazdy regeneracyjnej



Poziom Szosa daje uczucie naturalnej jazdy po szosie podczas długich treningów.



Poziom Interwał zadaje niewiele mniejsze obciążenie dla ćwiczeń wykonywanych na zmiennej prędkości. Pozwala na odczuwanie uczucia pieczenia nóg podczas sprintów.



Poziom Górski zadaje duże obciążenie podczas najbardziej intensywnych treningów.

Powyższa instrukcja obsługi pozwoli na właściwe zmontowanie trenażera, jak również przedstawia sposób używania czterech rodzajów obciążenia i korzystania z wykresu krzywych przyrostu obciążenia CycleOps SuperMagneto™ tak by efekty pracy były widoczne w sezonie.

## Środki Ostrożności

Przed przystąpieniem do programu treningowego należy skonsultować się z lekarzem, trenerem lub inną osobą zawodowo zajmującą się zdrowiem. Osoba ta będzie mogła ustalić częstotliwość, intensywność oraz czas ćwiczeń adekwatny do wieku i stopnia wytrenowania. W przypadku: odczuwania jakiegokolwiek bólu, ucisku w klatce piersiowej, nieregularnego tętna, skróconego oddechu, omdlenia czy innego dyskomfortu należy natychmiast przerwać ćwiczenie i skonsultować się z lekarzem.

Niezastosowanie się do powyższych wskazówek może powodować urazy i poważne problemy zdrowotne.

- Nie należy zdejmować nóg z pedałów podczas pedałowania
- Nie należy próbować jazdy z wysoką kadencją w pozycji stojącej jeżeli nie posiada się takiej umiejętności na niskiej kadencji.
- Nie wolno dotykać palcami lub innymi przedmiotami ruchomych części trenażera.
- Dzieci i zwierzęta należy utrzymać z dala od trenażera podczas pracy.
- Nie wolno zezwalać dzieciom korzystania z Twojego roweru i trenażera.
- Nie należy obracać korb rekami, co może powodować urazy.
- Nie wolno dotykać rękami mechanizmu oporowego trenażera, co może powodować uszkodzenia ciała.
- Nie należy schodzić z roweru wpiętego w trenażer przed całkowitym zatrzymaniem pracy roweru i trenażera.

## Część 1: Ustawienia trenera SuperMagneto™ Pro



### 1.1: Lista Części

Trenażer CycleOps SuperMagneto™ Pro powinien zawierać następujący zestaw części:

- Jednostka oporowa CycleOps SuperMagneto™ Pro wraz z rama.(A)
- Zacisk koła CycleOps (B)
- Karta rejestracji gwarancyjnej (brak zdjęcia) (Można również zarejestrować trenażer na [www.cycleops.com](http://www.cycleops.com))



## 1.2: Ustawienie trenażera

Aby ustawić trenażer, odciągnij nogi jak na rysunku poniżej i postaw go na płaskiej powierzchni.



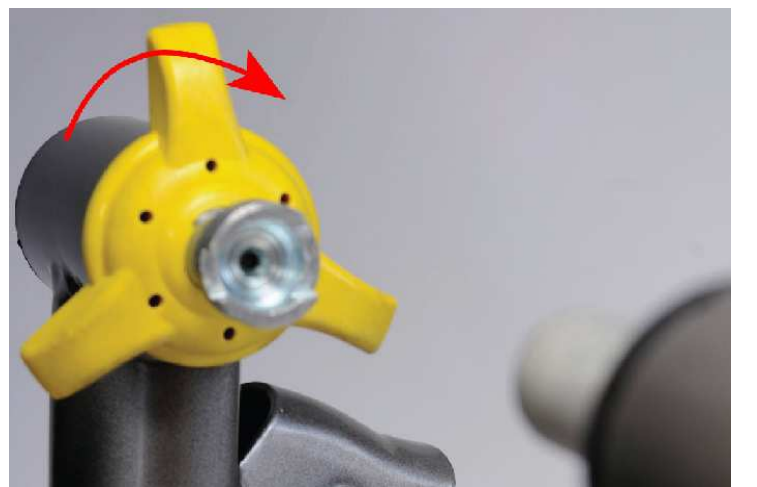
## 1.3: Montaż roweru w trenażerze

Trenażer CycleOps SuperMagneto™ Pro został zaprojektowany tak by używać zacisku tylnego koła dołączonego w komplecie.

Upewnij się że manetka zacisku jest po lewej stronie.



Przekręcaj pokrętko żółtego zacisku w kierunku ruchu wskazówek zegara tak aby zacisk koła dostatecznie wszedł w wyłobienie.



Aby odbezpieczyć mechanizm oporowy pociągnij żółtą dźwignię w dół i obróć o 90° w prawo. Odchyl jednostkę oporową w dół co umożliwi swobodny ruch koła roweru.

**UWAGA: W tej pozycji jednostka oporowa może obracać się swobodnie, nie należy dotykać palcami ruchomych części trenażera.**

Zabezpieczenie mechanizmu oporowego wykonuje się poprzez obrót dźwigni o 90° w lewo i dociśnięcie dźwigni do mechanizmu oporowego.

Podnieś rower za wspornik siadła i umieść prawą stronę zacisku (od strony napędu) tylnego koła w tulei trenażera.

Wyrównaj lewą stronę zacisku koła do regulowanego trzpienia strony przeciwnej trenażera, dosuń trzpień do zacisku koła tak aby wszedł bezpiecznie do wyłobień tulei. Przekręć żółte pokrętło jak na rysunku poniżej zabezpieczając koło w trenażerze. Dociśnij żółtą dźwignię tak że będzie ciasno przylegała do koła.



**Uwaga: Wypośrodkowanie roweru centralnie na rolce nie wpływa na poprawną pracę trenażera.**

Aby zabezpieczyć odbezpieczyć mechanizm pociągnij żółtą dźwignię w dół i obróć o 90° w prawo. Dopchnij mechanizm w kierunku koła tak aby rolka dotykała opony. Zabezpiecz mechanizm przekręcając żółtą dźwignię w lewo o 90°. Dociśnij rolkę do opony poprzez podniesienie żółtej dźwigni do góry (jak na rysunku)







Mechanizm oporowy powinien być na tyle ciasno dociśnięty do opony aby nie powodował poślizgów opony podczas przyspieszeń.

Małe wgniecenie na oponie będzie świadczyło o właściwym docisku rolki do opony.

Jeżeli zdarzy się poślizg opony należy poprawić docisk mechanizmu do opony poprzez ponowne docięcie mechanizmu.

Opuść żółtą dźwignię i wykonaj czynności instalacyjne od początku.

**Uwaga: Jeżeli dźwignia otwiera się podczas jazdy umieść mechanizm oporowy w przednich otworach ramy, jak na rysunku poniżej.**

**Większość rodzajów opon pasuje do obu zamocowań. Większe koła jak np MTB 29" wymagają zamocowania mechanizmu w tylnych otworach.**



**Uwaga : Upewnij się że opony są dostatecznie napompowane. Słabo napompowane opony powodują hałas i wibracje.**

**Dla lepszej jazdy używaj opon bez bieżnika. Każdy trener stacjonarny powoduje zużycie bieżnika.**

**Używanie opony wykonanej z twardszej mieszanki zwiększy jej żywotność.**

## 1.5 Demontaż roweru z trenera

Pociągnij żółtą dźwignię w dół i obróć o 90° w prawo i zwolnij mechanizm oporu. Odciągnij mechanizm oporu w dół co umożliwi swobodny obrót tylnego koła. Zabezpiecz mechanizm oporu poprzez obrót dźwigni o 90° w lewo i uniesienie dźwigni w górę.

Przytrzymaj rower za wspornik siodła. Przekręć żółte pokrętko w prawo i wyciągnij rower z trenera.



## Część 2: Opis krzywych przyrostu obciążenia trenera CycleOps SuperMagneto™ Pro

Aby ustawić trenera CycleOps SuperMagneto Pro wystarczy złapać koło zamachowe jedną ręką a druga obrócić pokrywę pokrętła do wybranej pozycji ustawienia jazdy.

Pokrętło będzie ustawione poprawnie jeżeli strzałka będzie wskazywała jedną z czterech pozycji i usłyszymy kliknięcie zapadek.

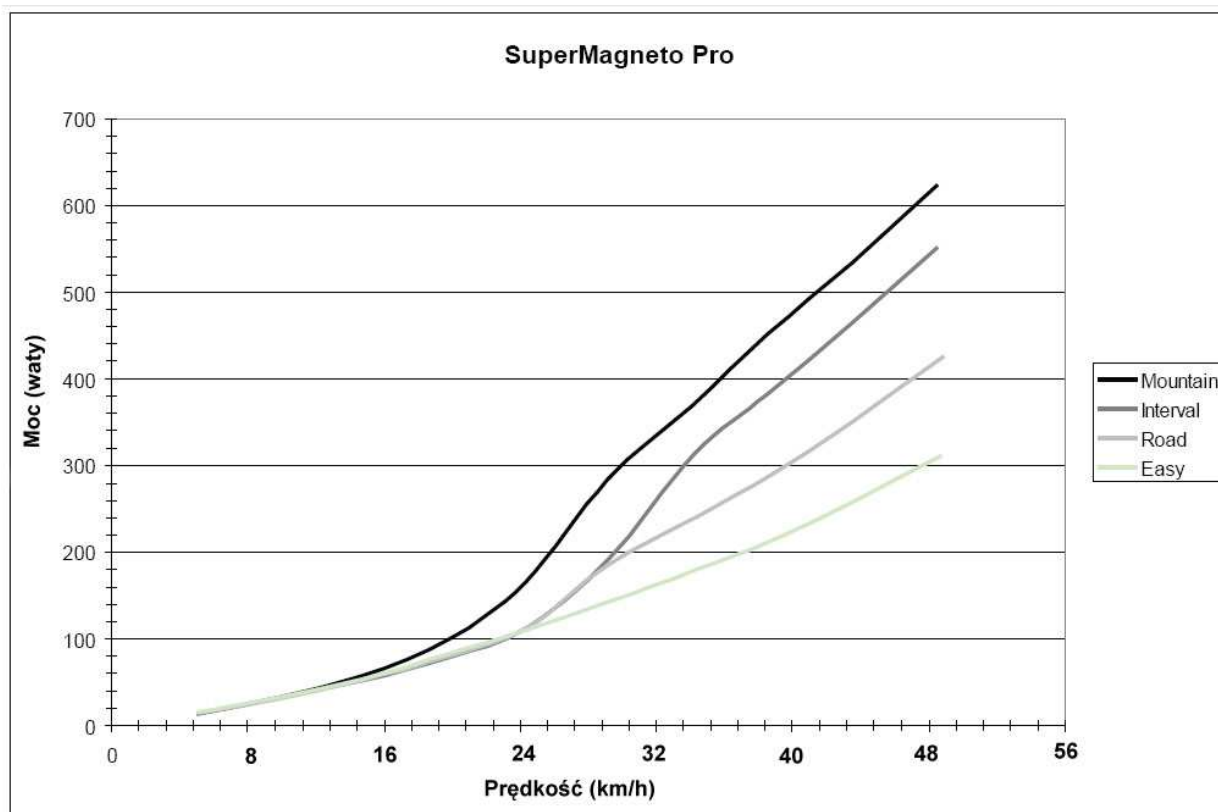
Więcej informacji na temat używania czterech pozycji trenera zawarte jest w Części 3 Instrukcji.



## Część 3: Która krzywa obciążenia jest odpowiednia dla mnie?

Intensywność i czas treningu drastycznie różnią się w zależności od zawodnika. Bez względu na to czy trenujesz by zwiększyć swoją wytrzymałość, obniżyć masę ciała, naciągnąć kolegów podczas wspólnych treningów czy też robisz rozgrzewkę przed wyścigiem. SuperMagneto Pro daje szeroki zakres możliwości zapewniając odpowiedni poziom dla każdej potrzeby treningowej.

Cztery zakresy ustawienia dają cztery różne rodzaje obciążenia. Każdy rodzaj obciążenia obrazuje krzywa przyrostu mocy w zależności od prędkości jazdy. Aby trenować na określonej mocy należy utrzymywać prędkość w zależności od krzywej danego poziomu obciążenia. Cztery wzrastające krzywe przyrostu obciążenia rozpoczynają się na niskiej mocy i wzrastają wraz ze wzrostem prędkości.



### Poziom Łatwy

Ten poziom to najłatwiejsze obciążenie na trenażerze SuperMagneto™. Poziom ten wykorzystywany jest na początku treningu do rozgrzewki jak również na koniec do jazdy regeneracyjnej.



### Poziom Interwał

Poziom ten daje nieco niższy poziom obciążenia dzięki temu możliwy jest proporcjonalny wzrost obciążenia przy częstych zmianach prędkości.



### Poziom Szosowy

Poziom ten umożliwia łagodne uczucie jazdy po szosie. Łagodny przyrost obciążenia w zależności od prędkości jazdy zapewnia szybką reakcję obciążenia na zmiany kadencji, komfortowy opór i prędkość jazdy.



### Poziom Górski

Najtrudniejszy poziom, SuperMagneto™ Pro dający największe obciążenie i najszybszy przyrost obciążenia w zależności od prędkości. Zapewnia opór podobny jak w warunkach górskich dla treningów siłowych o dużej mocy wykonywanych na niskiej prędkości.

Dzięki zmianie oporu w trenażerze SuperMagneto Pro możesz osiągać swoje cele i podnosić poziom sportowy. Wraz ze wzrostem Twojego poziomu sportowego, twój trenażer dostosowuje się do kolejnych wyzwań i poziomów wytrenowania.



## Gwarancja

Trenażer CycleOps SuperMagneto™ Pro został zaprojektowany do użytku domowego, dlatego też gwarancja wymaga:

Wszystkie produkty Saris Cycling Group CycleOps SuperMagneto™ Pro obejmuje gwarancja na wady materiałowe i produkcyjne.

Gwarancja jest ważna tylko dla pierwszego nabywcy, dowód zakupu jest podstawą gwarancji.

Miejsce zamieszkania:

Rama: dożywotnia

Części: 3 lata

Nakład pracy: 1 rok

Gwarancja nie obejmuje części które podlegają zużyciu, i ich wymiana jest naturalnym następstwem użytkowania.

Gwarancja nie obejmuje:

1. Naturalnego zużycia.

2. Zniszczenia, uszkodzeń I utraty w wyniku wypadkowego zdarzenia, złego użytkowania, zaniedbania, niepoprawnego montażu, niepoprawnej konserwacji, niestosowania się do zaleceń zawartych w instrukcji obsługi.

3. Następstw używania produktów w innych celach niż przeznaczenie produktu, w środowisku innym niż ten w którym produkt został zaprojektowany.

## Ograniczenia

Saris Cycling Group nie jest odpowiedzialna za wszelkie przypadkowe wypadki, utratę, uszkodzenia i wydatki związane produktami treningowymi.

Odpowiedzialność firmy SarisCycling Group ograniczona jest do wymiany przedmiotów nie zgodnych z umową, objętą powyższą gwarancją, na towar wedle wyboru Saris Cycling Group, lub wypłaty kwoty zakupu towaru objętego gwarancją.

## Procedura gwarancyjna

Serwis gwarancyjny wykonywany jest przez Saris Cycling Group autoryzowanego przedstawiciela Saris Cycling Group.

Oryginalny dowód zakupu jest podstawą gwarancji.

Koszty związane z procesem gwarancyjnym, telefony, koszty transportu do Autoryzowanego Punktu Serwisowego Saris Cycling Group i z powrotem do klienta pokrywa kupujący.

1. Firma Saris Cycling Group ma prawo naprawy lub wymiany produktów wymagających naprawy gwarancyjnej.

2. Firma Saris Cycling Group wymieni produkt który posiada wady materiałowe lub produkcyjne na produkt tej samej wartości.

3. W przypadku gdy nie będzie możliwości naprawy produktu firma Saris Cycling Group wymieni produkt na inny trenażer CycleOps SuperMagneto™ Pro o tej samej lub wyższej wartości.

## Producent:

Saris Cycling Group  
5253 Verona Rd.  
Madison, WI 53711  
p. 800-783-7257  
f. 608-274-1702  
www.saris.com  
www.cycleops.com

18456 07/08

## Importer:

PUH MAKRA  
Ul Jagiellońska 39/27  
25-606 Kielce  
Tel 696076768

[biuro@makra-sport.pl](mailto:biuro@makra-sport.pl)  
[www.makra-sport.pl](http://www.makra-sport.pl)

