



Poleca

recommends | doporučuje | empfiehlt | odporúča | rekomenduoja | rekomendē | рекомендует



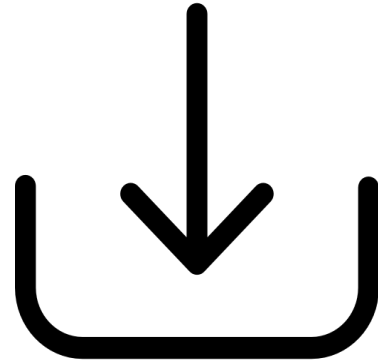
do sprzętu fitness z licznikiem z funkcją

for fitness equipment with a meter with the function of | pro zařízení fitness s počítadlem s funkcí | für Fitnessgeräte mit einem Zähler mit | na posilňovacie stroje s počítadlom s funkciou | fitneso įrangai su skaitikliu palaikančiu | fitnesa iekārtai ar skatītāju kas atbalsta | для фитнес-оборудования со счетчиком с функцией



Pobierz

Download | Stáhní | Download | Stiahnite |
Atsisiųsti | Lejupielādēt | скачать

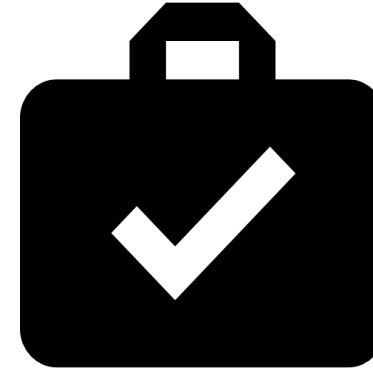


i

and | a |
und | a |
ir | un | и

zainstaluj

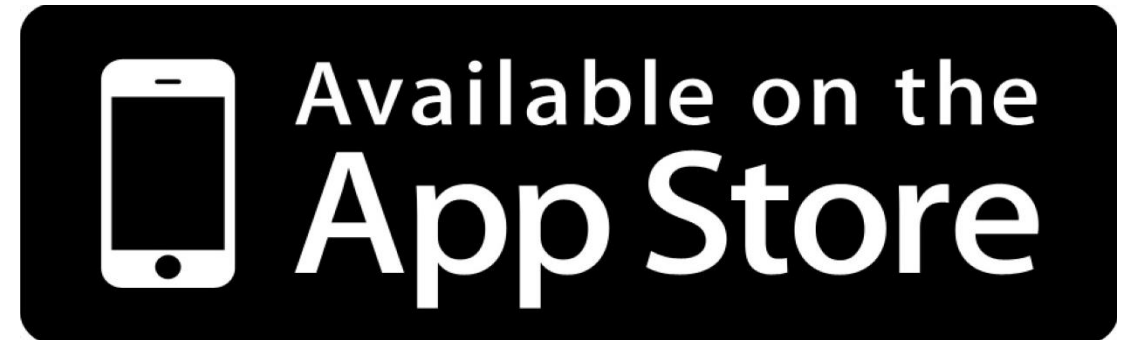
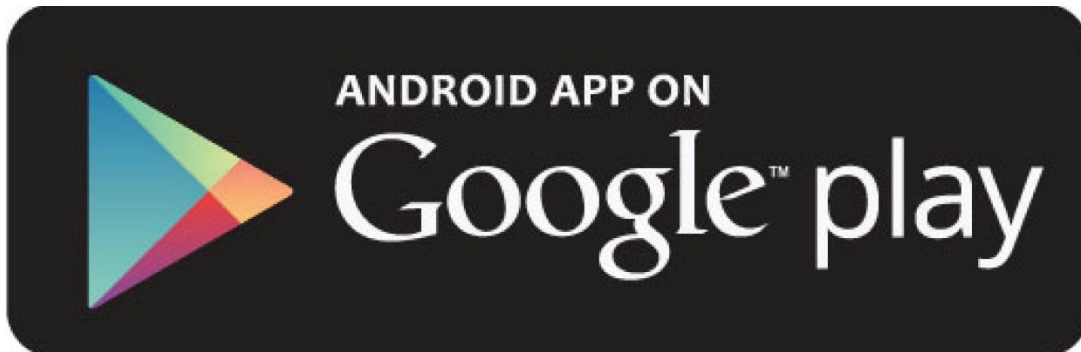
Install | nainstaluj | Installation | nainštalujte |
įdiegti | instalēt | установить



aplikację ICONSOLE+

ICONSOLE+ application | aplikaci ICONSOLE+ | der ICONSOLE+ App | aplikáciu ICONSOLE+ | ICONSOLE+ programēle |
ICONSOLE+ lietotni | приложение ICONSOLE+



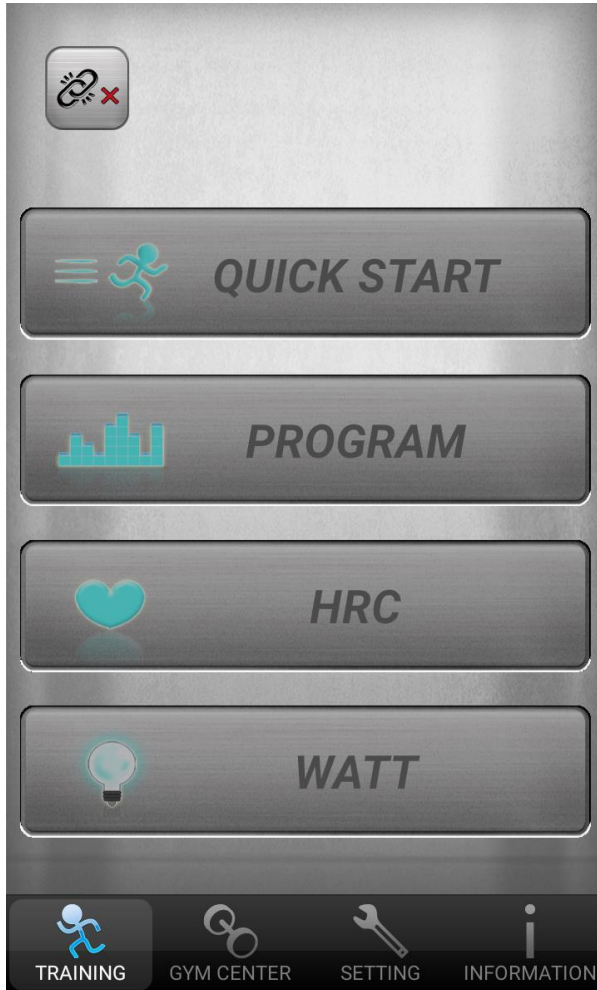


PL | EN | CZ | DE

Widok okna aplikacji

View of the Application Window | Náhled okna aplikace | Bildschirmansicht der App

Urządzenia o różnej rozdzielczości mogą prezentować inny układ ikon i widoków aplikacji | Equipment with different resolution may present a different layout of icons and application views | Zařízení s různým rozlišením mohou zobrazovat jiné umístění ikon a náhledů aplikací | Geräte mit unterschiedlicher Auflösung können eine andere Anordnung der Symbole und App-Ansichten präsentieren



Elementy dolnego menu

Elements of the Bottom Menu | Prvky z dolního menu | Elemente des unteren Menüs



TRAINING

Przejdźcie do treningu (programy treningowe) | Go to training (Training programmes) | Přejchod k tréninku (programy tréninku) | Wechsel zum Training (Trainingsprogramme)



SETTINGS

Ustawienia, tworzenie i edycja profilu użytkownika | Setting, creation and edition of the user profile | Nastavení, tvorba a editace profilu uživatele | Einstellungen, Erstellung und Bearbeitung des Benutzerprofils



GYM CENTER (iRoute)

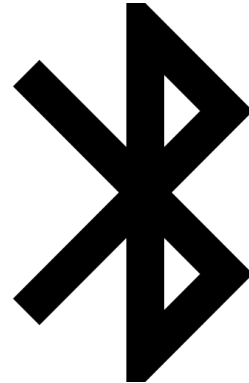
Możliwość wyboru trasy na mapie i zobaczenia jej na ekranie w formie widoków Street View | Option to select the route on the map and to see it on the screen, in the form of Street Views | Možnost volby trasy na mapě a podívat se na ni na displeji ve formě náhledů Street View | Möglichkeit der Auswahl einer Route auf der Karte in Form von Street View Ansichten



INFORMATION

Możliwość przeglądania zapisanych wyników treningów | Possibility to browse through the saved training results | Možnost prohlížet uložené výsledky tréninků | Möglichkeit der Ansicht der gespeicherten Trainingsergebnisse

Bluetooth



Łączenie urządzeniem mobilnego ze sprzętem za pośrednictwem Bluetooth. Połączenie jest niezbędne do tego, by aplikacja mogła odczytać parametry i wyniki treningu.

Connection of the mobile device with the equipment using Bluetooth. The connection is essential for the application to be able to read the parameters and training results | Propojení mobilního zařízení s dalším zařízením prostřednictvím Bluetooth. Spojení je nezbytné k tomu, aby aplikace mohla použít parametry a výsledky tréninku. | Verbindung des mobilen Geräts mit der Ausrüstung mittels Bluetooth. Die Verbindung ist erforderlich, damit die App die Parameter und Ergebnisse des Trainings ablesen kann.

Ikona łączności Bluetooth

Bluetooth Connection Icon | Ikonka spojení
Bluetooth | Bluetooth-Verbindungssymbol



Połączono

Connected | spojeno | verbunden



brak połączenia

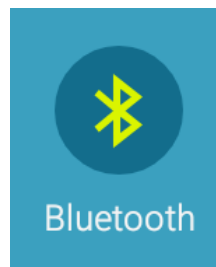
not connected | nespojeno | nicht verbunden

Aby połączyć urządzenie mobilne ze sprzętem fitness należy

To connect a mobile device with fitness equipment you should | Ke spojení mobilního zařízení se zařízením fitness je nutné |
Um das mobile Gerät mit Ihrem Fitnessgerät zu verbinden:

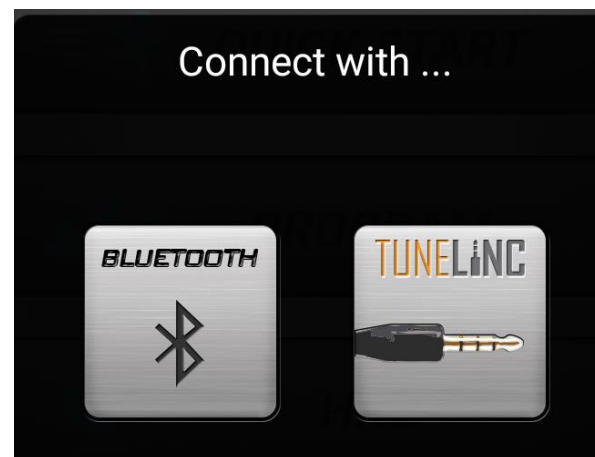
Włączyć bluetooth w urządzeniu

Switch on bluetooth in the equipment |
Zapnout bluetooth v zařízení | Schalten
Sie Bluetooth im Gerät ein



Kliknąć ikonę bluetooth w aplikacji

Click the bluetooth icon in the application |
Poklepnout na ikonku bluetooth v aplikaci |
Klicken Sie das Bluetooth-Symbol in der
App



Kliknąć ikonę bluetooth w oknie

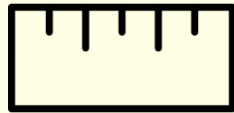
Click the bluetooth icon in the
window | Poklepnout na ikonku
bluetooth v okně | Klicken Sie das
Bluetooth-Symbol im Fenster

Z listy dostępnych urządzeń należy wybrać swój sprzęt fitness. Jeżeli nie widać go na liście, należy wybrać „Scan for devices”

Select your fitness equipment from the list of available equipment. If the equipment is not included in the list, please select „Scan for devices” |
Ze seznamu dostupných zařízení je nutné zvolit své zařízení fitness. Pokud není na seznamu, je nutné zvolit „Scan for devices” | Aus der Liste
der verfügbaren Geräte ist Ihr Fitnessgerät auszuwählen. Ist dieses nicht auf der Liste sichtbar, wählen Sie „Scan for devices”

Aby w pełni korzystać z możliwości aplikacji przejdź do ustawień

Go to Settings to Fully Use the Possibilities of the Application | Aby bylo možné zcela využívat možnosti aplikace, je nutné přejít do nastavení | Um die Möglichkeiten der App vollständig zu nutzen, gehen Sie zu den Einstellungen



Wybierz jednostkę miary

Select the measurement unit | Volba měrné jednotky | Maßeinheit auswählen

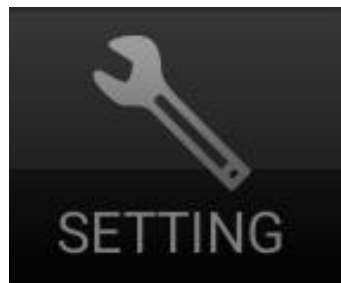


Utwórz swój profil

Create your profile | Vytvoř vlastní profil | Profil erstellen

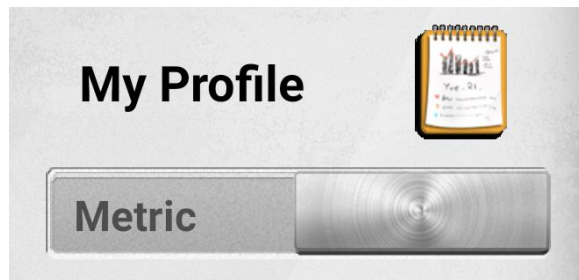
Wejście do ustawień

Going to Settings | Přejchod k nastavení |
Zu Einstellungen gehen



Ustawienie jednostki miary

Setting of measurement units |
Nastavení měrné jednotky |
Einstellung der Maßeinheit



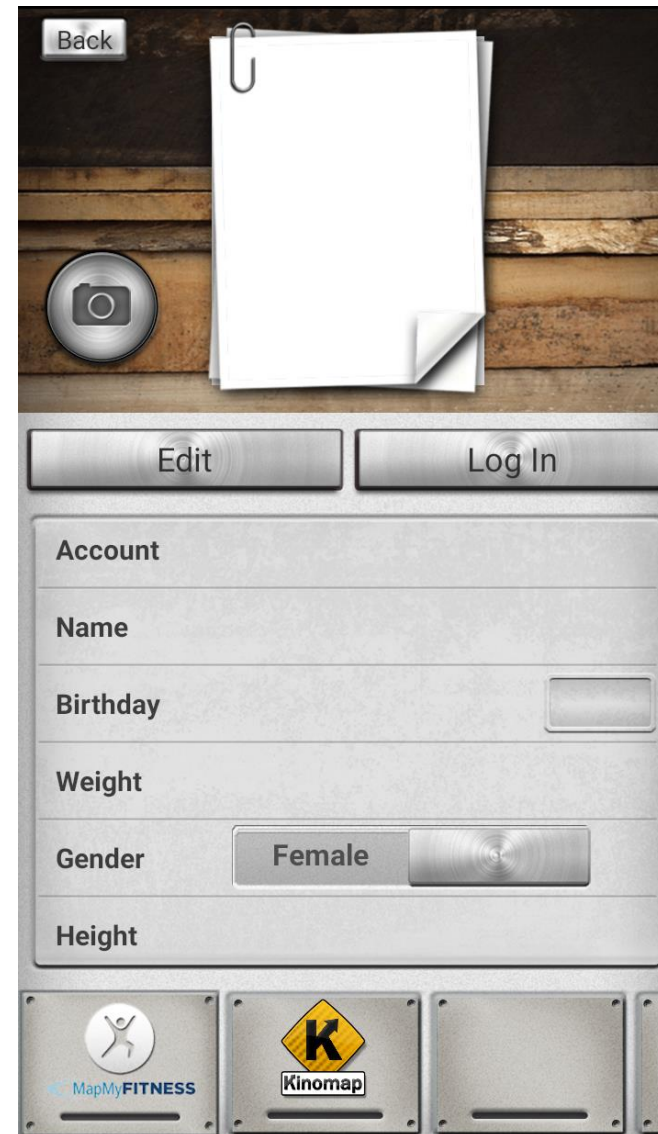
Przejdźcie do tworzenia / edycji profilu

Going to profile creation/edition |
Přejchod k tvorbě / editaci profilu |
Zur Erstellung/Bearbeitung des Profils gehen



Widok okna tworzenia / edycji profilu

View of Profile Creation/Edition Window | Náhled okna tvorby /
editace profilu | Ansicht des Fensters zur Erstellung/Bearbeitung des
Profils



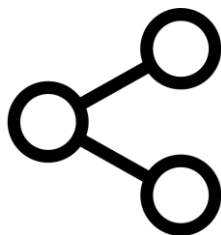
Korzystanie z aplikacji online (po zalogowaniu)

Use of Online Application (after login) | Používání aplikace v režimu online (po přihlášení) | Nutzung der Online-App (nach dem Login)



Dziel się swoimi wynikami w mediach społecznościowych

Share your results in social media |
Sdílejte své výsledky v sociálních sítích | Teilen Sie Ihre Ergebnisse in sozialen Medien



Gym Center – iRoute – wybierz swoją trasę i zobacz ją na swoim ekranie

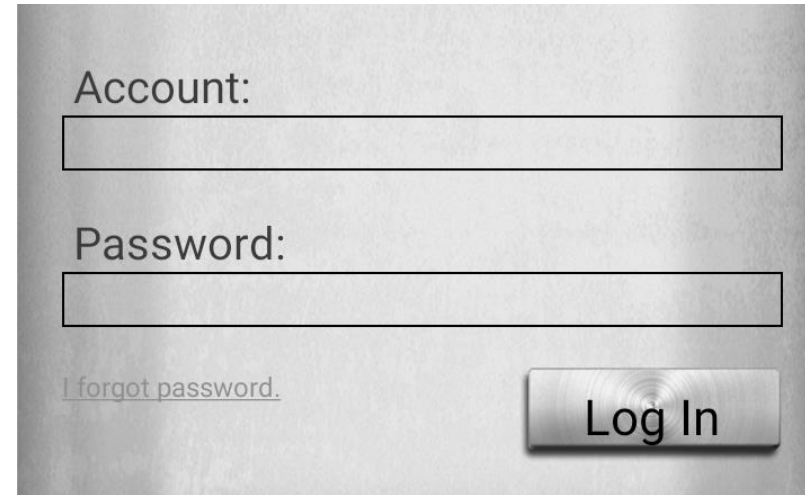
Gym Center – iRoute – select your route and see it on your screen | Gym Center – iRoute – zvol si svou trasu a prohlížejte si ji na svém displeji | Gym Center – iRoute – wählen Sie Ihre Route und sehen Sie sie auf Ihrem Bildschirm

Jeżeli użytkownik planuje korzystać wyłącznie z programu TRAINING – bez możliwości dzielenia się wynikami, nie ma konieczności zakładania konta online

If the user only plans to use the TRAINING programme – without the possibility of sharing the results, there is no need to create an online account | Pokud uživatel plánuje používat výhradně program TRAINING – bez možnosti sdílení výsledků, není nutné zakládat vlastní účet v režimu online | Wenn der Benutzer ausschließlich die Nutzung des TRAINING-Programms plant – ohne Möglichkeit, die Ergebnisse online zu teilen – besteht keine Notwendigkeit, ein Konto anzulegen

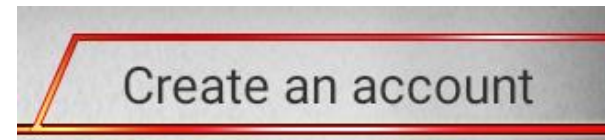
Ekran logowania

Login screen | Obrazovka přihlášení | Login-Bildschirm



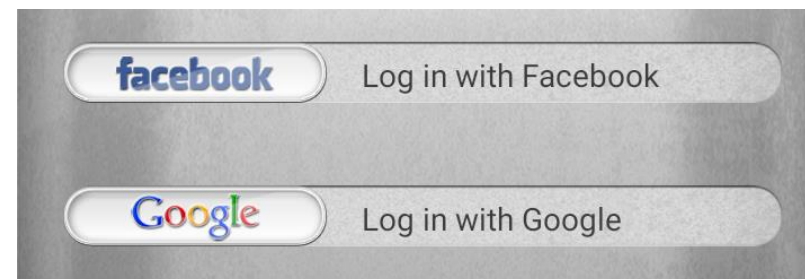
Tworzenie nowego konta

Creating a new account | Tvorba nového účtu | Erstellung eines neuen Kontos



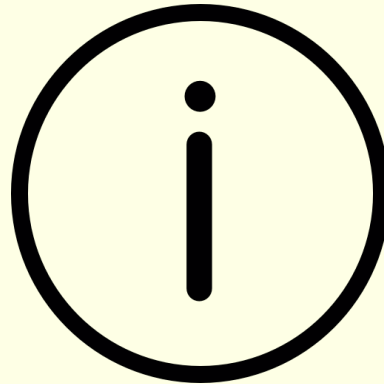
Możliwość zalogowania za pośrednictwem konta Facebook lub Google

Possibility to log in using Facebook or Google | Možnost přihlášení se prostřednictvím účtu Facebook nebo Google | Login-Möglichkeit über Facebook- oder Google-Konto



Centrum informacji

Information Centre | Informační centrum | Informationszentrum



Dane każdego ukończonego treningu są zapisywane i mogą być przeglądane w centrum Informacji.

The data of each completed training are saved and may be browsed in the Information centre. | Data z každého zakončeného tréningu jsou ukládána a mohou být prohlížena v informačním centru. | Die Daten für jedes abgeschlossene Training werden gespeichert und können im Informationszentrum eingesehen werden.

Po zakończeniu treningu w każdym z programów i trybów, wyświetlone zostanie podsumowanie, które można przeglądać w centrum informacji i udostępnić na swoim profilu w mediach społecznościowych

After the end of the training in each of the programmes and modes, a summary can be displayed, which may be viewed in the information centre and made available in your profile in the social media | Po ukončení tréningu v každém z programů a režimů bude zobrazeno shrnutí, které lze prohlížet v informačním centru a které je pak možné i sdílet na svém profilu v sociálních sítích. | Nach dem Abschluss des Trainings in jedem der Programme und Modi, wird eine Zusammenfassung angezeigt, die im Informationszentrum durchgesehen und auf dem eigenen Profil in sozialen Medien zu teilen

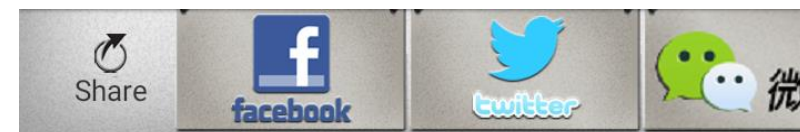
Widok przykładowego podsumowania treningu

View of an exemplary workout summary | Náhled na shrnutí tréningu | Beispielsicht einer Trainings-Zusammenfassung



Możliwość udostępnienia wyników

(opcja dostępna dla zalogowanych użytkowników)
Possibility to share the results (option available for logged in users) | Možnost sdílení výsledků (jen pro přihlášené uživatele) | Möglichkeit, die Ergebnisse zu teilen (Option für angemeldete Benutzer)



Powrót do ekranu głównego

Return to the main screen | Zpět na hlavní obrazovku | Rückkehr zum Hauptbildschirm



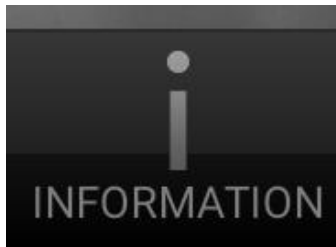
Zapisane wyniki można przeglądać w każdej chwili w centrum informacji.

The saved results may be browsed at any time in the information centre. | Uložené výsledky je možné prohlížet v každé chvíli v informačním centru. | Die gespeicherten Ergebnisse können jederzeit im Informationszentrum angezeigt werden.

1

Aby je przejrzeć należy w dolnym menu kliknąć ikonę

In order to browse through the results, click the icon in the bottom menu | K tomu, aby bylo možné si je prohlédnout, je nutné poklepat v dolním menu na ikonku | Um diese anzusehen, klicken Sie im unteren Menü das Symbol



2

A następnie wybrać

and then select | A následně zvolit | und wählen Sie danach



3

W efekcie pojawi się okienko z zapisanymi danymi treningów

As a result, a window with the saved training data will appear | Pak se objeví okénko s uloženými daty z Tréninků |

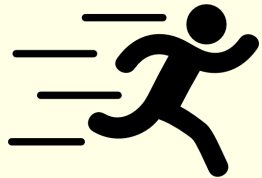
Als Ergebnis erscheint ein Fenster mit den gespeicherten Trainingsdaten

A screenshot of the iConsole Activities screen. At the top, it says 'iConsole Activities'. Below that is a navigation bar with three icons: a back arrow, a document icon, and a bar chart icon. The main content area shows a date and time range: '2016/06/23 02:49PM-2016/06/23 02:49PM'. Below this is a table with training data.

Time	Distance	Calories
0:35 m:s	0,1 KM	1 CAL
Avg.Speed	Climb	Avg.Pace
10,2 KM/H	N/A	N/A

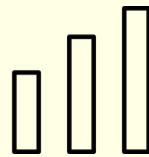
Trening

Training | Trénink | Training



Quick Start –
natychmiastowe rozpoczęcie
treningu

immediate start of the training |
okamžité zahájení tréninku |
Sofort-Start des Trainings



Programy treningowe – 12
wstępnie ustawionych
programów

12 preset programmes | 12
předběžně nastavených programu |
12 voreingestellte Programme



HRC – tryb nastawiony na
osiągnięcie optymalnego
poziomu pulsu

the mode set to achieve the
optimum pulse level | 12 předběžně
nastavených programu | auf die
Erzielung des optimalen Puls-
Levels eingestellter Modus



WATT – tryb umożliwiający
sprawdzenie wydolności
organizmu użytkownika

a mode that allows to check the
fitness of the user's body | režim
umožňující kontrolu výkonnosti
organizmu uživatele | Modus zur
Überprüfung der Leistungsfähigkeit
des Organismus

W tym miejscu użytkownik może wybrać spośród wielu programów treningowych

Here the user can select many training programmes | Zde si uživatel může vybrat z mnoha tréninkových programu | An dieser Stelle kann der Benutzer unter zahlreichen Trainingsprogrammen wählen

Rozpoczęcie treningu – opcja Quick Start

Start of the Training – Quick Start option | Zahájení tréninku – volba Quick Start | Trainingsbeginn – Quick Start Option



Opcja ta pozwala na szybkie rozpoczęcie treningu, z możliwością ustawienia poziomu obciążenia

This option allows to quickly start the training, with a possibility to set the load level | Tato volba umožňuje rychlé zahájení tréninku s možností nastavení úrovně zátěže | Diese Option ermöglicht den schnellen Trainingsbeginn, mit Einstellungsmöglichkeit des Belastungs-Levels

Wybór opcji Quick Start

Selection of Quick Start Option | Volba možnosti Quick Start | Auswahl der Quick Start Option



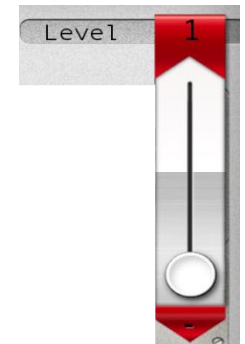
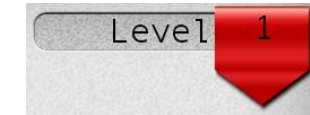
Widok ekranu Quick Start

View of Quick Start screen | Pohled na obrazovku Quick Start | Bildschirmansicht Quick Start



Zmiana poziomu obciążenia

Change of the load level | Změna úrovně zátěže | Änderung des Belastungs-Levels



Start/ kontynuacja

Start/continuation | Start/ pokračování | Start/Fortsetzung



Przerwa w treningu

Break in the training | Přestávka v tréninku | Trainingspause



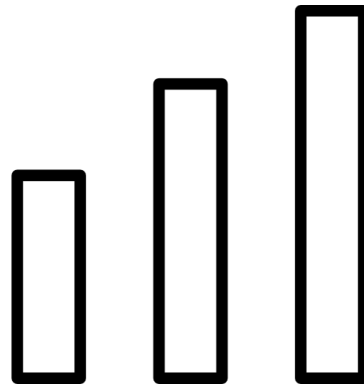
Koniec treningu

End of the training | Konec tréninku | Trainingsende



Wybór programów

Selection of the Programmes | Volba programu | Programm-Auswahl



Opcja ta pozwala na wybór spośród 12 programów treningowych.

This option allows to select 12 training programmes. | Tato možnosť dáva voľbu z 12 tréningových programů. | Diese Option erlaubt die Wahl zwischen 12 Trainingsprogrammen.

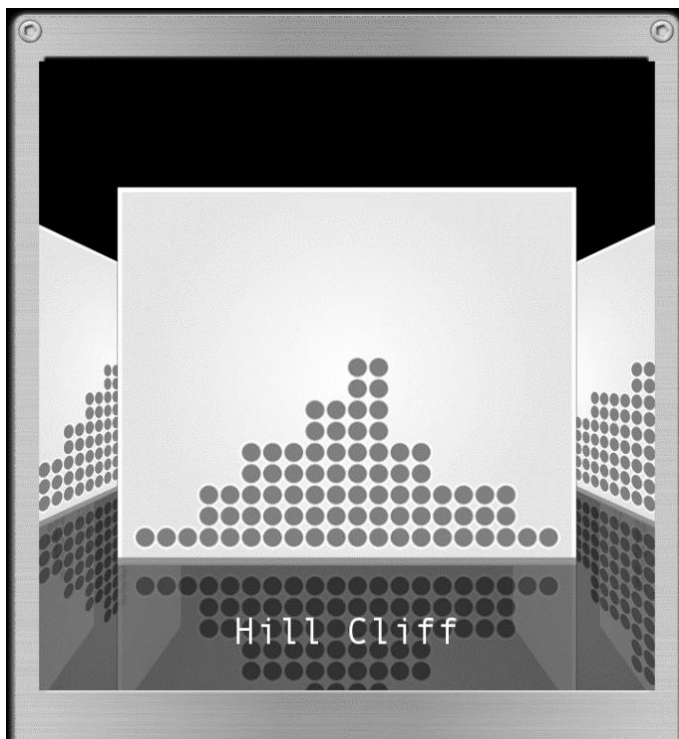
Wybór opcji Program

Selection of the option Programme | Volba možnosti Program | Auswahl der Programm-Option



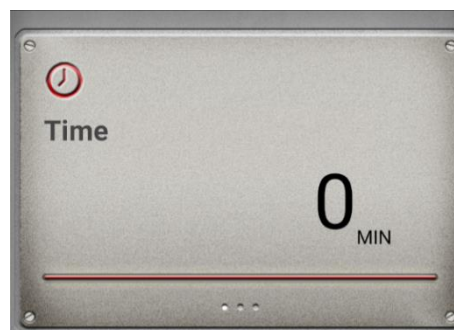
Wybór programu

Programme selection | Volba programu | Auswahl des Programms



Możliwość ustawienia czasu

Possibility of setting time | Možnost nastavení času | Zeit Einstellungsmöglichkeit



Start/ kontynuacja
Start/continuation | Start/
pokračování |
Start/Fortsetzung



Przerwa w treningu
Break in the training |
Přestávka v tréninku |
Trainingspause

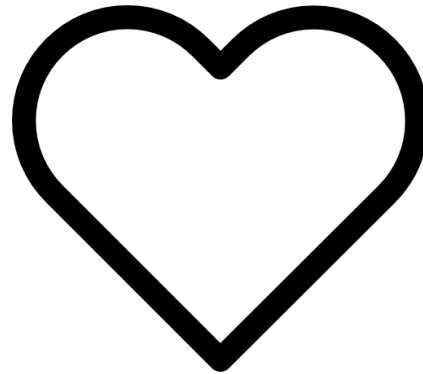


Koniec treningu
End of the training | Konec
tréninku | Trainingsende



Program HRC

HRC Programme | Program HRC | HRC-Programm



Ten rodzaj treningu polega na dążeniu do osiągnięcia optymalnego poziomu tętna.

This type of training consists in striving to reach optimum pulse level. | Tento druh tréninku spočívá v úsilí dosáhnout optimální úrovně tepu. |

Diese Art von Training beruht auf dem Streben nach der Erzielung des optimalen Puls-Niveaus

Wybór opcji HRC

Selection of HRC Option | Volba možnosti HRC | Auswahl der HRC-Option



Puls

Pulse | Puls | Puls

Wartość pulsu może zostać ustawiona automatycznie na podstawie wieku użytkownika
The pulse value may be automatically set on the basis of the user's age | Hodnota pulsu může být nastavena automaticky podle stáří uživatele | Der Puls-Wert kann automatisch auf Grundlage des Benutzeralters eingestellt werden

lub wybrana przez użytkownika
or selected by the user | Nebo zvolena uživatelem | oder vom Benutzer gewählt werden



Start/ kontynuacja
Start/continuation | Start/
pokračování |
Start/Fortsetzung



Przerwa w treningu
Break in the training |
Přestávka v tréninku |
Trainingspause



Koniec treningu
End of the training | Konec
tréninku | Trainingsende



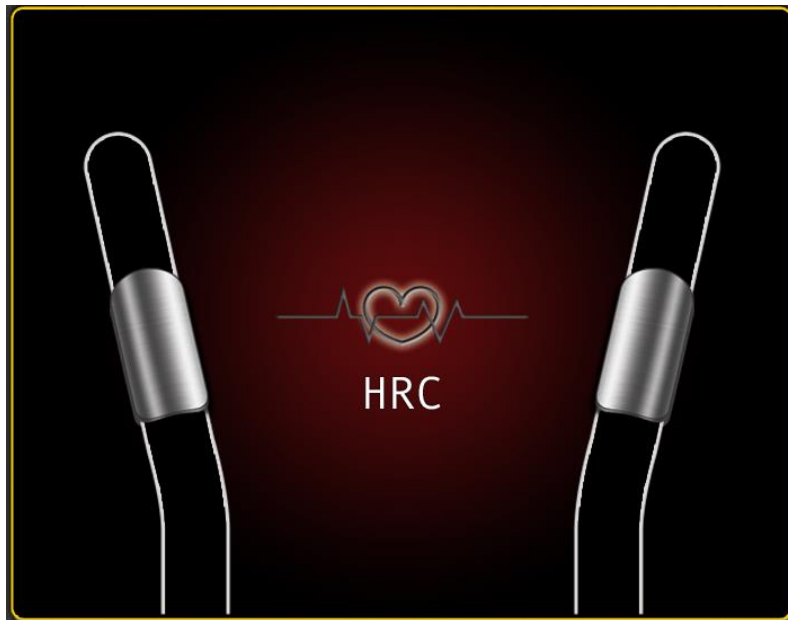
Należy pamiętać, że aby urządzenie mogło odczytać puls, należy przyłożyć do sensorów obie dłonie. Jeżeli urządzenie nie będzie mogło odczytać wartości pulsu, na ekranie pojawi się prośba o odpowiednie uchwycenie sensorów.

You should remember that in order for the equipment to read the pulse, both sensors should be put close to sensors.

If the equipment cannot read the pulse value, a request to properly grip the sensors will appear. |

K tomu, aby zařízení mohlo snímat puls, je nutné dodržet podmínku spočívající v přiložení obou dlaní ke snímačům. Pokud zařízení nebude moci snímat puls, na displeji se objeví výzva ke správnému uchopení snímačů. |

Man darf nicht vergessen, dass beide Hände an den Sensoren angelegt werden müssen, damit das Gerät den Puls ablesen kann. Wenn das Gerät keinen Puls-Wert ablesen kann, erscheint auf dem Bildschirm die Bitte, die Sensoren entsprechend zu fassen.



Tryb WATT

WATT Mode | Režim WATT | WATT-Modus



Tryb WATT pozwala użytkownikowi na sprawdzenie swojej wydolności poprzez mierzenie ilości wytworzonej mocy.

The WATT mode allows the user to check his/her fitness by measuring the amount of produced power. | Režim WATT uživateli umožňuje ověřit si svou výkonnost prostřednictvím měření množství vypracované energie. | Der WATT-Modus erlaubt dem Benutzer die Überprüfung seiner Leistungsfähigkeit durch die Messung der erzeugten Leistung.

Wybór opcji WATT

Selection of WATT Option | Volba možnosti WATT | Auswahl der WATT-Option



Ustawienie celu (ilości mocy)

Setting of target (power amount) | Nastavení cíle (výkonu) | Zieleinstellung (Leistung)



Start/ kontynuacja
Start/continuation | Start/
pokračování |
Start/Fortsetzung

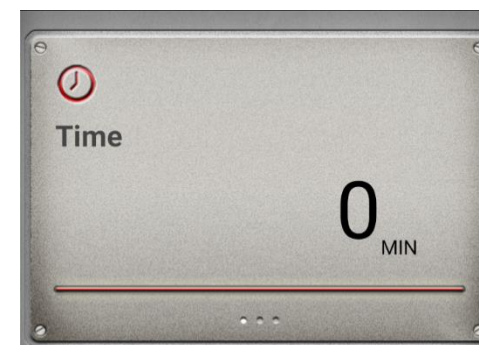


Przerwa w treningu
Break in the training |
Přestávka v tréninku |
Trainingspause



Ustawienie czasu

Setting of time | Nastavení času | Zeiteinstellung



Koniec treningu
End of the training | Konec
tréninku | Trainingsende



GYM CENTER - iROUTE



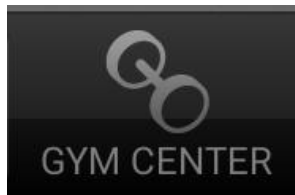
W tym module użytkownik może wybrać na mapie trasę, którą chciałby pojechać i zobaczyć ją na ekranie w formie widoków Street View

In this module the user may select the route on the map which he/ she wishes to ride, and see it on the screen in the form of Street Views |

V tomto modulu si uživatel může na mapě zvolit trasu, kterou by chtěl jet a uvidět ji na displeji ve formě náhledů Street View | In diesem Modul kann der Benutzer eine Route auf der Karte auswählen, die er fahren möchte, und diese auf dem Bildschirm in Form von Street View Ansichten sehen

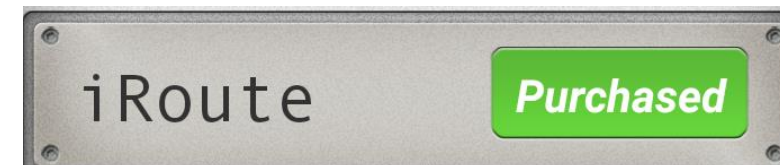
Aby przejść do Gym center należy wybrać ikonę

Select the following icon to go to the Gym Centre | K přechodu do Gym center je nutné poklepat ikonku | Um zum Gym Center zu gehen, wählen Sie das Symbol



A następnie

and then | a následně | Und danach



W Gym Center użytkownik korzysta z rzeczywistych tras – zobrazowanych na mapie, w widoku hybrydowym lub Street View.

In the Gym Centre the user can use the actual routes shown on the map, in the hybrid view or Street View. | V Gym Center uživatel může používat skutečné trasy – vykreslené na mapě, v hybridním náhledu nebo Street View. | Im Gym Center nutzt der Benutzer die echten Routen – abgebildet auf der Karte, in Hybridansicht oder Street View.

Aplikacja daje możliwość skorzystania z jednej z 5 grup wstępnie ustawionych tras

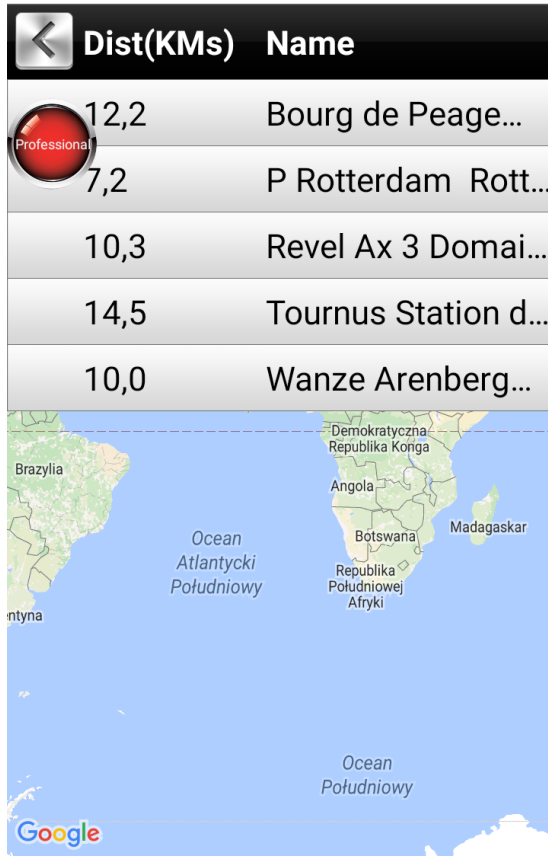
The application makes it possible to use one of the 5 preliminary set routes | Aplikace poskytuje možnost použít jednu z 5 skupin výchozích nastavených tras | Die Anwendung bietet die Möglichkeit der Nutzung einer von 5 voreingestellten Routen

lub utworzenia własnej, składającej się z maksymalnie 8 punktów. Utworzone trasy można dodawać do ulubionych

or to create your own route consisting maximally of 8 points. The created routes may be added to favourites | Nebo vytvořit vlastní, skládající se maximálně z 8 bodů. Vytvořené trasy lze přidávat k oblíbeným | oder der Erstellung einer eigenen, die sich aus maximal 8 Punkten zusammensetzt. Die erstellten Routen können zu Favoriten hinzugefügt werden



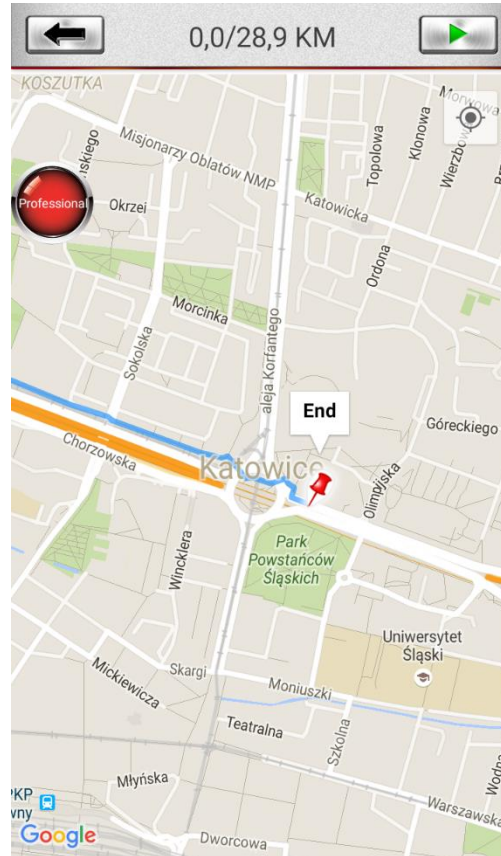
Widok wstępnie ustawionych tras
View of the Preset Routes | Náhled výchozích nastavených tras | Ansicht der voreingestellten Routen



Start/ kontynuacja
Start/continuation |
Start/ pokračování |
Start/Fortsetzung



Tworzenie własnej trasy
Creation of Own Route | Tvoření vlastní trasy | Erstellung einer eigenen Route



Przerwa w treningu
Break in the training |
Přestávka v tréninku |
Trainingspause



Typ widoku
View type | Typ náhledu | Ansichtsart

Mapa
Map | mapa | Karte



Satelita
Satellite | satelit | Satellit



Street View

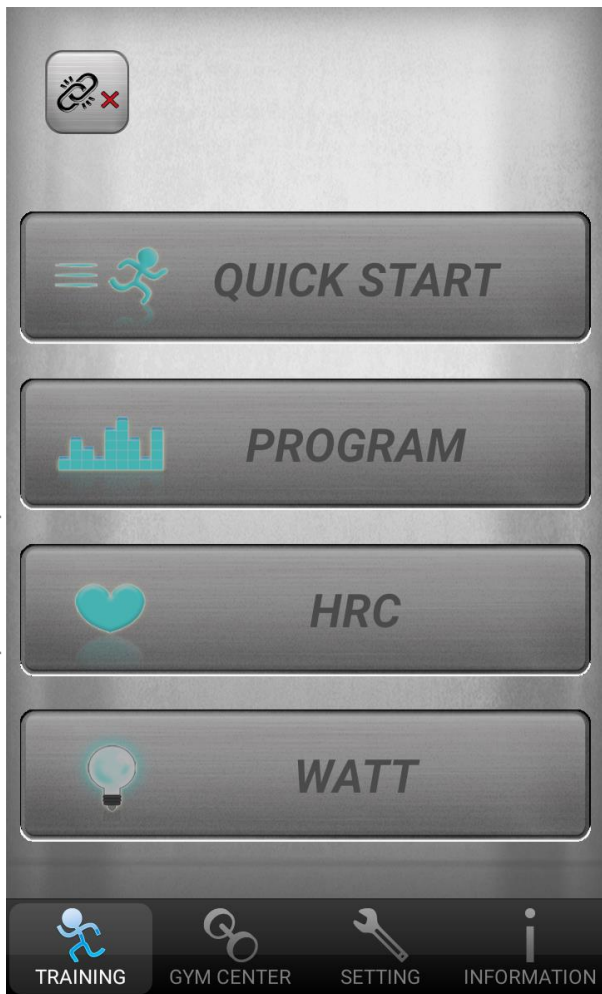


Koniec treningu
End of the training |
Konec tréninku |
Trainingsende



SK | LT | LV | RU

Zariadenia s rōznym rozlīšenim mōžu zobrazovat' inē usporiadanie ikoniek a aplikācīi |
Ikonu īsdēstymas ir programy īsvaizda gali skirtis priklausomai nuo įrenginio skiriamosios
gebos | Ikonu izkārtojums un lietotnes izskats var atšķirties atkarībā no ierīces izšķirtspējas
| Устройствa с разным разрешением могут иметь разное расположение иконок и
изображений приложения.



TRAINING

Prejst' na trēning (trēningovē programy)| Eiti į
treniruotę (treniruotės programos) | Iet uz treniņu
(treniņa programmas) | Переход к тренировке
(тренировочные программы)



SETTINGS

Nastavenia, vytvorenie a úprava uživateľského
profilu | Vartotojo profilio nustatymai, kūrimas ir
redagavimas | Iestatījumi, lietotāja profila izveide un
redigēšana | Настройки, создание и
редактирование профиля пользователя



GYM CENTER (iRoute)

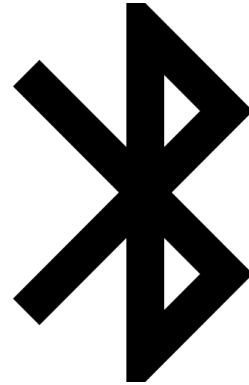
Možnosť vybrať trasu na mape a zobrazit' ju na
displeji v podobe Street View | Galimybė pasirinkti
maršrutą žemėlapyje ir pamatyti ekrane Street View
formatu | Iespēja izvēlēties maršrutu kartē un
pārlūkot to ekrānā Street View formātā |
Возможность выбора трассы на карте и
просмотра ее на экране в форме изображений
Street View



INFORMATION

Možnosť zobrazovat' uložené výsledky trēningov |
Galimybė peržiūrėti įrašytus treniruotės rezultatus |
Iespēja pārlūkot ierakstītos treniņa rezultātus |
Возможность просмотра сохраненных результатов
тренировок

Bluetooth



Prepojenie mobilného zariadenia so strojom pomocou Bluetooth. Táto komunikácia je nevyhnutná na to, aby aplikácia mohla zistiť parametre a výsledky tréningu. | Mobiliojo įrenginio prijungimas per Bluetooth. Ryšys yra reikalingas, kad programėlė galėtų nuskaityti treniruotės parametrus ir rezultatus. | Mobilās ierīces pievienošana, izmantojot Bluetooth. Savienojums ir nepieciešams, lai lietotne varētu nolasīt treniņa parametrus un rezultātus. | Подключение мобильного устройства к оборудованию с помощью Bluetooth.

Подключение необходимо для того, чтобы приложение могло считать параметры и результаты тренировки.

Ikonka napojenia cez Bluetooth | Bluetooth ryšio ikona | Bluetooth savienojuma ikona | Иконка подключения Bluetooth



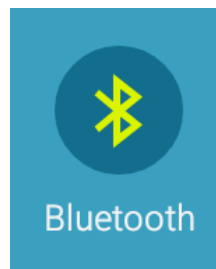
Napojené | ryšys užmegztas | savienojums izveidots | подключено



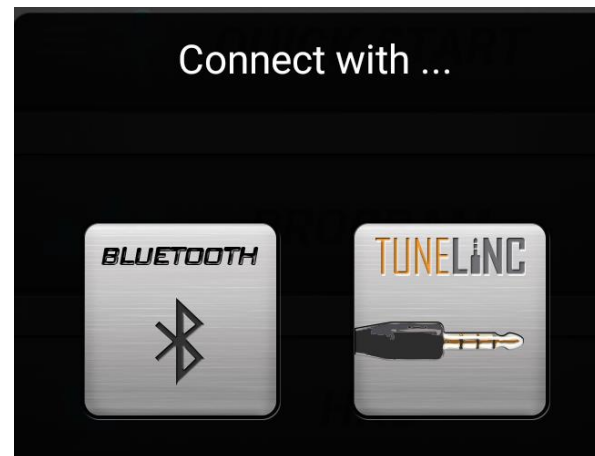
Nenapojené | nėra ryšio | nav savienojuma | не подключено

Aby sa mobilné zariadenie prepojilo s fitness strojom | Norėdami prijungti mobilųjį įrenginį prie fitnesso įrangos | Lai pievienotu mobilo ierīci ar fitnesa iekārtu | Чтобы подключить мобильное устройство к фитнес-оборудованию, необходимо

Zapnite bluetooth v stroji | Įjunkite bluetooth funkciją įrenginyje | Ieslēdziet Bluetooth ierīcē | Включить Bluetooth в устройстве



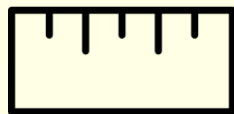
Kliknite ikonku bluetooth v aplikācijā | Spustelėkite bluetooth ikoną programėlėje | Noklikšķiniet uz bluetooth ikonas Lietotnē | Нажать на иконку Bluetooth в приложении



Kliknite ikonku bluetooth v okne | Spustelėkite bluetooth ikoną lange | Noklikšķiniet uz bluetooth ikonas logā | Нажать на иконку Bluetooth в окне

V zozname dostupných zariadení zvolte svoj fitness stroj. Ak nebol zobrazený v zozname, stlačte „Scan for devices” | Iš įrenginių sąrašo pasirinkite savo fitnesso įrangą. Jei jos nėra sąrašė, pasirinkite „Scan for devices” | No pieejamo ierīču saraksta izvēlieties savu fitnesa iekārtu. Ja tās nav sarakstā, izvēlieties „Scan for devices” | Из перечня доступных устройств выберите свое фитнес-оборудование. Если его нет в перечне, необходимо выбрать «Scan for devices».

Aby ste mohli využívať možnosti aplikácie v plnom rozsahu vstúpte do nastavení | Norédami naudotis visomis programélés galimybémis, eikite į nustatymus | Lai pilnībā izmantotu lietotnes iespējas, ejiet uz iestatījumiem | Для того, чтобы в полной мере пользоваться всеми возможностями приложения, перейдите в настройки

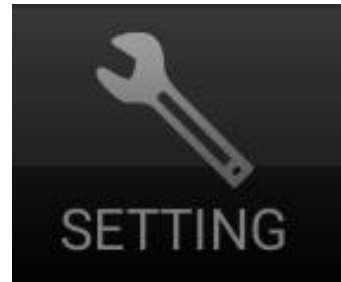


Zvolit' mernú jednotku | Pasirinkite mato vieneta | Izvēlieties mērvienību | Выберите единицу измерения

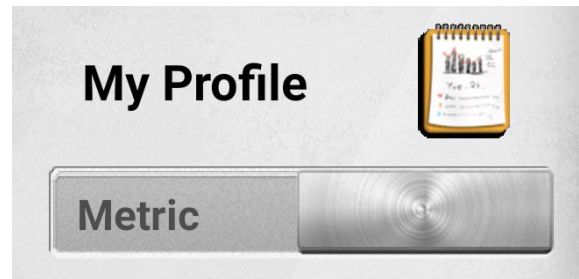


Vytvorit' vlastný profil | Sukurkite savo profili | Izveidojiet savu profilu | Создайте свой профиль

Vystúpit' z nastavení | Eiti į nustatymus |
leeja iestatījumos | Вход в настройки



Nastavenie mernej jednotky | Mato
vieneto nustatymas | Mērvienības
iestatīšana | Настройка единицы
измерения



Prestúpit' na vytvorenie / úpravu profilu |
Eiti į profilio kūrimą / redagavimą | Iet uz
profila izveides / rediģēšanas logu |
Переход к созданию/редактированию
профиля



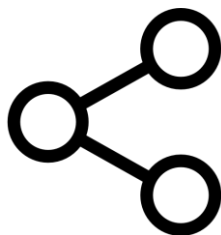
Zobrazenie okna vytvárania / úpravy profilu | Kūrimo langas /
profilio redagavimas | Profila izveides / rediģēšanas logs | Вид
окна создания/редактирования профиля



Používanie aplikácie online (po prihlásení) | Naudojimas online programėle (prisijungus) | Online lietošnes lietošana (pēc pieteikšanās) | Использование онлайн-приложения (после входа в систему)



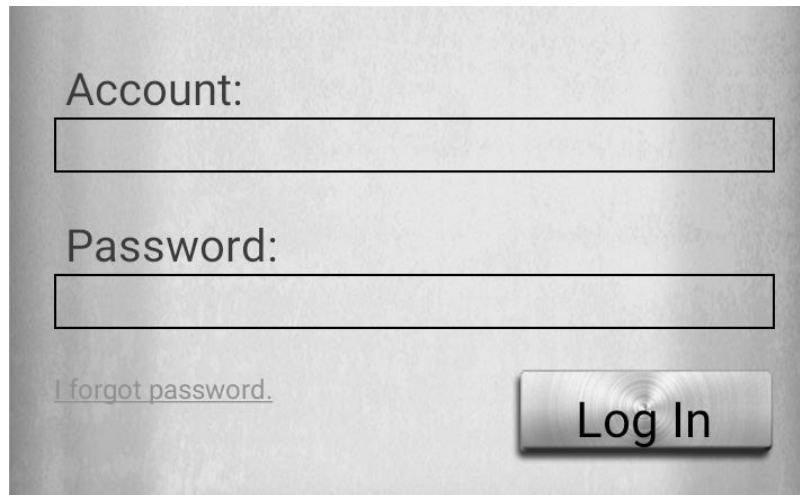
Zdieľajte svoje výsledky v sociálnych sieťach | Dalinkitės savo rezultatais socialinėse svetainėse | Daliēties ar saviem rezultātiem sociālajos tīklos | Поделитесь своими результатами в социальных сетях



Gym Center – iRoute – zvolte svoju trasu a zobrazte ju na displeji | Gym Center – iRoute – pasirinkite savo maršrutą ir peržiūrėkite jį savo ekrane | Gym Center – iRoute – izvēlieties savu maršrutu un pārlūkojiet to savā ekrānā | Gym Center – iRoute – выберите свою трассу и посмотрите ее на своем экране

Ak lietotājs plāno lietot programmu TRAINING – bez iespējas dalīties ar rezultātiem, nav nepieciešams izveidot online kontu. | Jei vartotojas planuoja naudotis tik TRAINING programa - be galimybės dalintis rezultatais, online paskyros kurti nereikia. | Ja lietotājs plāno izmantot tikai TRAINING programmu - bez iespējas dalīties ar rezultātiem, nav nepieciešams izveidot online kontu | Если пользователь планирует пользоваться только программой TRAINING – без возможности делиться результатами, нет необходимости создавать аккаунт в Интернете.

**Prihlasovacie okno | Prisiĵungimo ekranas |
Pieteĵšanās ekrāns | Экран входа**



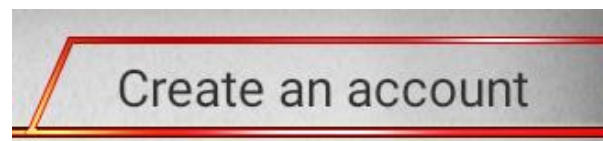
Account:

Password:

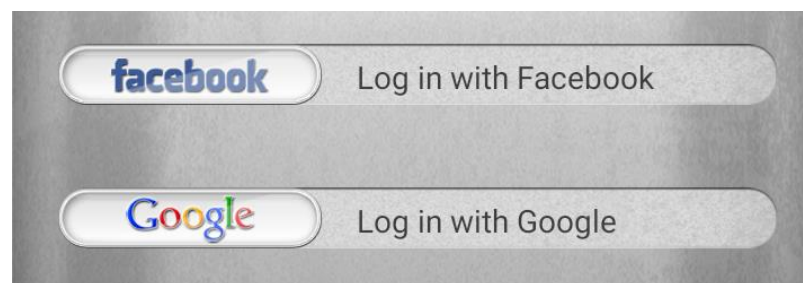
[I forgot password.](#)

Log In

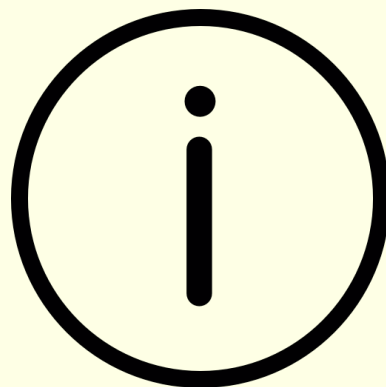
**Vytvorenie nového konta | Naujos paskyros kūrimas |
Jauna konta izveide | Создание нового аккаунта**



**Moĵnosť prihlásit' sa prostredníctvom konta Facebook
alebo Google | Galimybė prisijungti, naudojant
Facebook ar Google paskyrą | Iespēja pieteikties,
izmantojot Facebook vai Google kontu | Возможность
входа в систему из аккаунта в Facebook или Google**



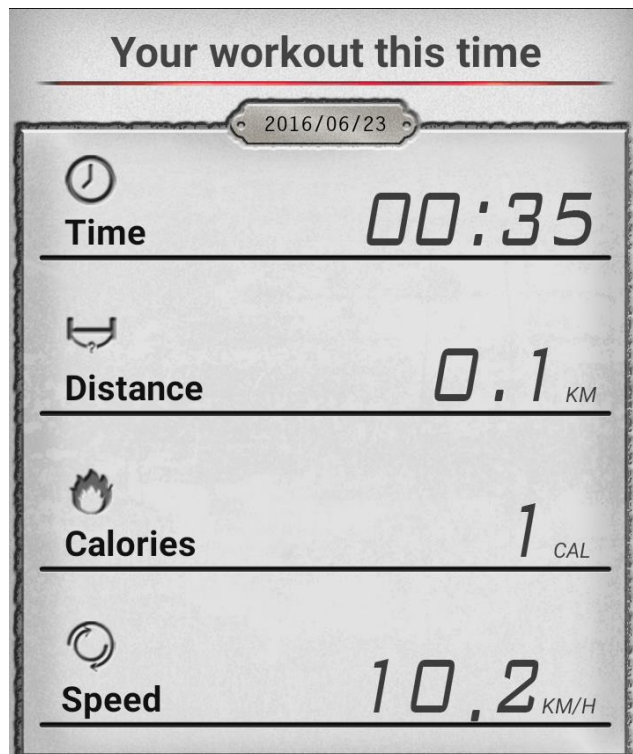
Informačné centrum | Informācijas centrs | Информационный центр



Dāta o každom ukončenom tréningu sa ukladajú a mōžu zobrazovat' v Informačnom centre. | Informācija apie kiekvienā baigtā treniruoṭē išsaugoma ir pasiekama informācijas centre. | Informācija par katru pabeigto treniņu tiek saglabāta un ir pieejama informācijas centrā. | Данные каждой завершенной тренировки сохраняются и могут просматриваться в центре информации.

Po ukončení tréningu sa v každom programe a režime zobrazí zhrnutie, ktoré môžete zobrazovať v informačnom centre a zdieľať na facebookovom profily v sociálnych sieťach. | Po kiekvienos treniruotės programos (bet kokiui režimui), rodoma suvestinė, kurią galite peržiūrėti informacijos centre ir tuo dalintis per savo profilį socialinėse svetainėse. | Pēc treniņa programmas beigām (jebkurā režīmā), tiek rādīts kopsavilkums, kuru varat pārlūkot informācijas centrā un dalīties ar to sociālajos tīklos caur savu profilu. | После завершения тренировки в каждой из программ и режимов появляется сводный отчет, который можно просмотреть в центре информации и разместить в своем профиле в социальных сетях.

Príkladové zobrazenie zhrnutia tréningu | Pavyzdinė treniruotės suvestinė | Treniņa kopsavilkuma piemērs | Вид примерного подведения итогов тренировки



Možnosť zdieľať získané výsledky (dostupné len pre prihlásených používateľov) | **Galimybė dalintis savo rezultatais** (funkcija galima prisijungus) | **ļespēja dalīties ar rezultātiem** (opcija ir pieejama pēc pieteikšanās) | **Возможность предоставления доступа к результатам** (опция доступна для зарегистрированных пользователей)



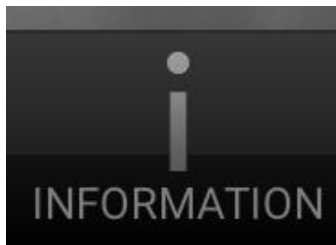
Spät' na hlavnú stránku | Grįžti į pagrindinį meniu | Atgriezties galvenajā ekrānā | Возврат на главный экран



Uložené výsledky môžete vždy zobrazit' v informačnom centre. | Įrašytus rezultatus galima peržiūrėti bet kokiu metu informacijos centre. | Ierakstītos rezultātus var pārliūkot jebkurā brīdī informācijas centrā. | Сохраненные результаты можно просмотреть в любой момент в центре информации.

1

Aby ste mohli zobrazovať výsledky kliknite ikonku | Norėdami juos peržiūrėti apatiniame meniu spūstelėkite ikoną | Lai tos pārliūkotu apakšējā izvēlnē noklikšķiniet uz ikonas | Чтобы их просмотреть, необходимо в нижнем меню нажать на иконку



2

A následne zvol'te | Po to pasirinkite | Pēc tam izvēlieties |
А затем выбрать



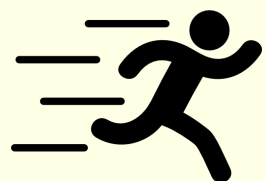
3

Týmto zobrazíte okno s uloženými údajmi o tréningoch | Pasirodys langas su įrašytais treniruotės duomenimis | Parādīsies logs ar ierakstītajiem treniņu datiem | В результате появится окно с сохраненными данными тренировок

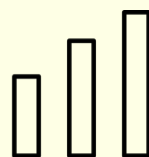
A screenshot of the iConsole Activities screen. At the top, the title 'iConsole Activities' is displayed. Below the title is a navigation bar with three icons: a back arrow, a document icon, and a bar chart icon. A date and time range '2016/06/23 02:49PM-2016/06/23 02:49PM' is shown. The main content is a table with two rows of data.

Time	Distance	Calories
0:35 m:s	0,1 KM	1 CAL
Avg.Speed	Climb	Avg.Pace
10,2 KM/H	N/A	N/A

Training | Treniruotė | Treņiņš | Тренировка



Quick Start – rýchle začatie tréningu | pradėti treniruotę tuoj pat | tūlītēja treniņa uzsākšana | немедленное начало тренировки



Training programs– 12 predbežne nastavených programov | 12 iš anksto nustatytų programų | 12 iepriekš iestatītās programmas | 12 предустановленных программ



HRC – režim na dosiahnutie optimálnej hodnoty tepu | šio režimo tikslas - pasiekti optimalų pulso dydį | šī režīmā mērķis ir sasniegt optimālo pulsa ritmu | режим, настроенный на достижение оптимального пульса



WATT – režim na dosiahnutie optimálnej hodnoty tepu | šiuo režimu galima patikrinti vartotojo organizmo fizinį pajėgumą | šajā režīma var pārbaudīt lietotāja organisma fizisko sagatavotību | режим, позволяющий проверять выносливость организма пользователя



Na tomto mieste použivatel' mōže zvolit' l'ubovol'ný tréningový program. | Šioje vietoje vartotojas gali pasirinkti vieną iš daugelio treniruotės programų | Šajā vietā lietotājs var izvēlēties vienu no daudzām treniņa programmām | В этом месте пользователь может выбирать из множества тренировочных программ.

**Začatie tréningu – režim Quick Start | Treniruotės pradžia - Quick Start funkcija |
Treniņa uzsākšana - Quick Start opcija | Начало тренировки – опция Quick Start**



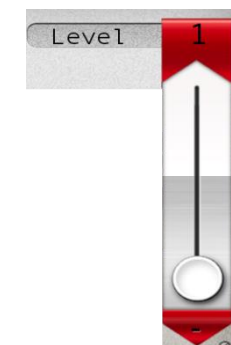
Tento režim umožňuje rýchlo začať tréning s možnosťou nastavenia úrovne zaťaženia. | Ši funkcija leidžia greitai pradėti treniruotę su galimybe nustatyti apkrovos lygį | Šī opcija ļauj ātri uzsākt treniņu ar iespēju iestatīt slodzes līmeni | Данная опция позволяет быстро начать тренировку, с возможностью настройки уровня нагрузки.

Funkcia Quick Start | Quick Start funkcijos pasirinkimas | Quick Start opcijas izvēle | Выбор опции Quick Start

Zobrazenie funkcie Quick Start na displeji | Quick Start ekranas | Quick Start ekrāns | Вид экрана Quick Start



**Zmena úrovne zaťaženia |
Apkrovos lygio keitimas | Slodzes
līmeņa maiņa | Изменение
уровня нагрузки**



**Štarts/ pokračovanie |
Pradžia/tęsinys |
Sākums/turpinājums |
Старт/продолжение**



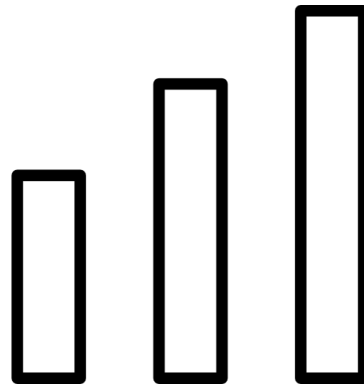
**Prerušenie Tréningu |
Treniruotės pertrauka |
Treniņa pārtraukums |
Перерыв в тренировке**



**Koniec tréningu |
Treniruotės pabaiga |
Treniņa beigas | Конец
тренировки**



Zvolit' program | Programų pasirinkimas | Programmu izvēle | Выбор программ



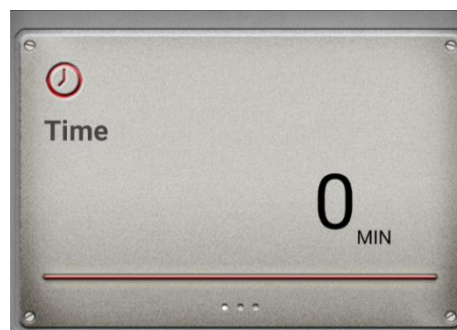
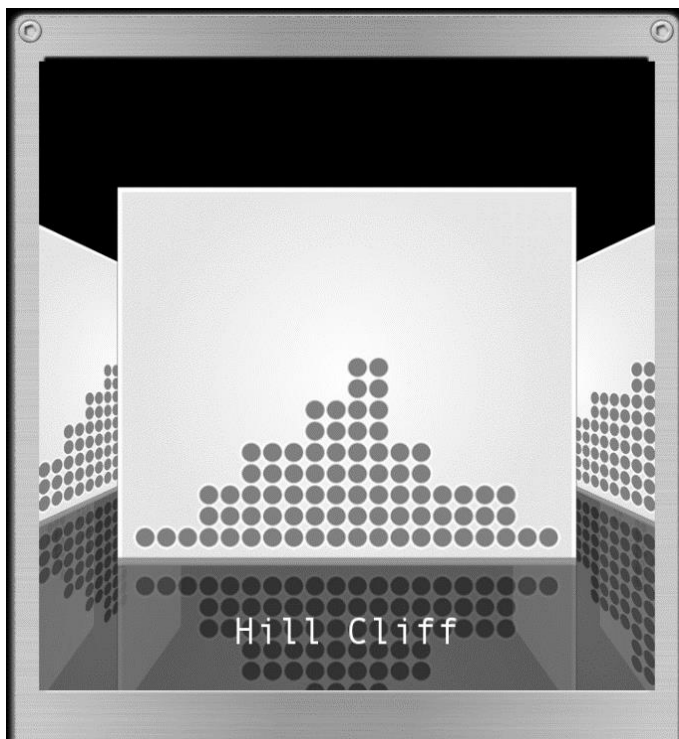
Tuto můžete zvolit' jeden spomedzi 12 tréningových programov. | Ši funkcija leidžia pasirinkti vieną iš 12 treniruotės programų. | Šī opcija ļauj izvēlēties vienu no 12 treniņa programmām. | Данная опция позволяет выбирать из 12 программ тренировки.

**Funkcia Program | Program funkcijas
pasirinkimas | Program opcijas izvēle | Выбор
опции Program**



**Zvolit' program | Programos pasirinkimas
| Programmas izvēle | Выбор программы**

**Možnost' nastavit' čas | Galimybė nustatyti laiką | Iespēja
iestatīt laiku | Возможность настройки времени**



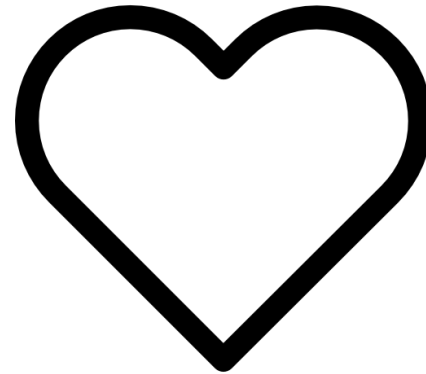
**Štarts/ pokračovanie |
Pradžia/tęsinys |
Sākums/turpinājums |
Старт/продолжение**

**Prerušenie Tréningu |
Treniruotės pertrauka |
Treniņa pārtraukums |
Перерыв в тренировке**

**Koniec tréningu |
Treniruotės pabaiga |
Treniņa beigas | Конец
тренировки**



Program HRC | HRC programa | HRC programma | Програма HRC



Tento druh tréningu umožňuje dosiahnuť optimálnu hodnotu tepu. | Šios treniruotės programos tikslas - pasiekti optimalų pulso dydį. | Šis treniņa programmas mērķis ir sasniegt optimālo pulsa ritmu. | Данный тип тренировки заключается в стремлении достичь оптимального пульса.

**Funkcia HRC | HRC funkcijas
pasirinkimas | HRC opcijas izvēle | Выбор
опции HRC**



Теп | Pulsas | Pulss | Пульс

Hodnota tepu sa mōže nastaviť automaticky na základe
veku použivatela | Pulso vertē gali būti nustatyta
automatickai pagal vartotojo amžių | Pulsa vērtība var tikt
iestatīta automātiski atbilstoši lietotāja vecumam |
Значение пульса может быть настроено автоматически
на основании возраста пользователя

alebo mōže ju zvolit' použivatel' sám | arba pasirinkta
vartotojo | vai izvēlēta | или быть выбрано
пользователем



**Štart/ pokračovanie |
Pradžia/tęsinys |
Sākums/turpinājums |
Старт/продолжение**



**Prerušenie Tréningu |
Treniruotės pertrauka |
Treniņa pārtraukums |
Перерыв в тренировке**



**Koniec tréningu |
Treniruotės pabaiga |
Treniņa beigas | Конец
тренировки**

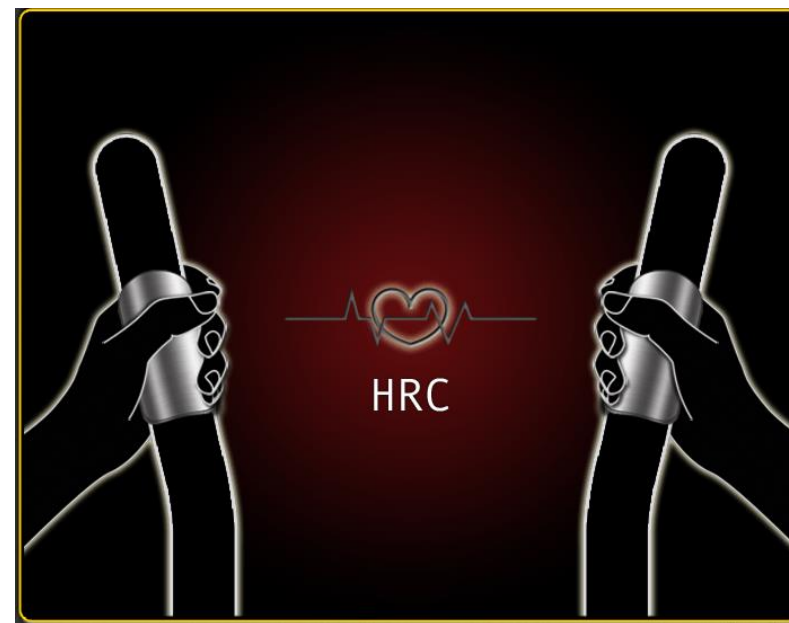


Pamātajte, že zariadenie mōže zistiť hodnotu tepu, len na poloūīte na senzory obidve dlane. Ak zariadenie nemōže zistiť hodnotu tepu sa na displeji zobrazī Źiadost' o chytenie ūchyto v so senzormi. |

Atkreipkite dēmesj, kad jrenginys uūfiksuoja pulsā kai vartotojas laiko abi rankas ant jutikliū. Jei jrenginys negali uūfiksuoti pulso, ekrane pasirodys praūymas tinkamai padēti rankas. |

Ņemiet vērā, ka ierīce fiksē pulsu kad lietotājs tur abas rokas uz sensoriem. Ja ierīce nevar nofiksēt pulsu, ekrānā parādīsies lūgums pareizi novietot rokas. |

Помните: для того чтобы устройство могло определить пульс, необходимо приложить к датчикам обе ладони. Если устройство не сможет определить значение пульса, на экране появится просьба правильно взяться за датчики.



Funkcia WATT | WATT režimas | WATT režīms | Режим WATT



Funkcia WATT umožňuje používateľovi zistiť jeho výkon v dôsledku zamerania množstva vytvorenej energie. | WATT režimu vartotojas gali patikrinti savo fizinį pajėgumą, matuodamas savo jėgos dydį. | WATT režīms ļauj lietotājam pārbaudīt savu fizisko sagatavotību, mērot savu spēku. | Режим WATT позволяет пользователю проверить свою выносливость с помощью измерения количества выработанной энергии.

Zvolit' funkciju WATT | WATT funkcijas
pasirinkimas | WATT opcijas izvēle | Выбор опции WATT



Nastavenie cieļu (množstva enerģijas) | Tikslo nustatymas
(galios dydis) | Mērķa iestatīšana (spēka lielums) |
Настройка цели (количества энергии)



Nastavenie času | Laiko nustatymas | Laika iestatīšana |
Настройка времени



Štarts/ pokračošana |
Pradžia/ tęsinys |
Sākums/ turpinājums |
Старт/ продолжение



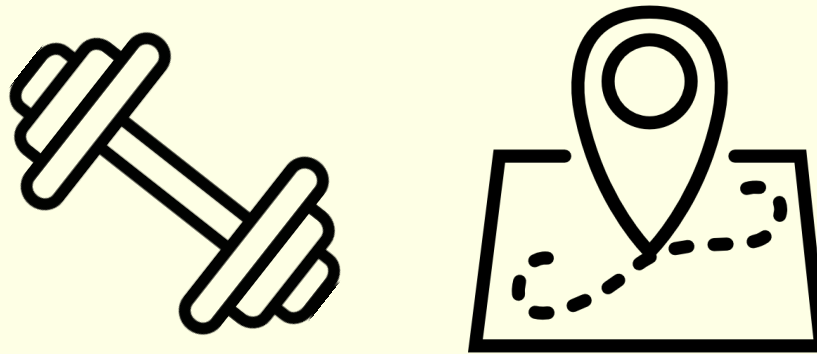
Prerušenie Tréningu |
Treniruotės pertrauka |
Treniņa pārtraukums |
Перерыв в тренировке



Koniec tréningu |
Treniruotės pabaiga |
Treniņa beigas | Конец
тренировки

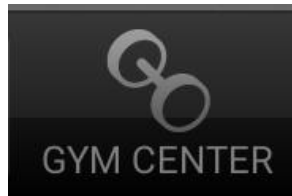


GYM CENTER - iROUTE



V tomto module používateľ môže zvoliť na mape trasu, ktorú chce prejsť, a prezrieť ju na displeji v podobe zobrazenia Street View. | Šiame modulyje vartotojas žemėlapyje gali pasirinkti maršrutą, kuriuo nori važiuoti ir peržiūrėti jį ekrane Street View formatu | Šajā modulī lietotājs kartē var izvēlēties maršrutu, kuru vēlētos nobraukt, un pārlūkot to ekrāna Street View formātā | В данном модуле пользователь может выбрать на карте трассу, которую хотел бы проехать, и посмотреть ее на экране в форме изображений Street View.

Aby ste vstúpili do Gym center stlačte ikonku | Norédami pereiti į Gym center, pasirinkite ikoną | Lai pērietu uz Gym center izvēlieties ikonu | Чтобы перейти в Gym Center, необходимо выбрать иконку



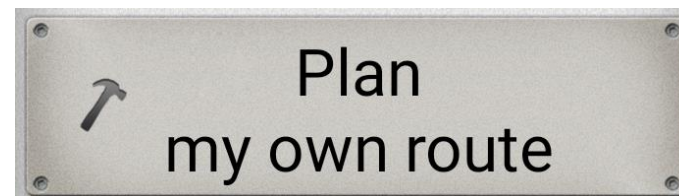
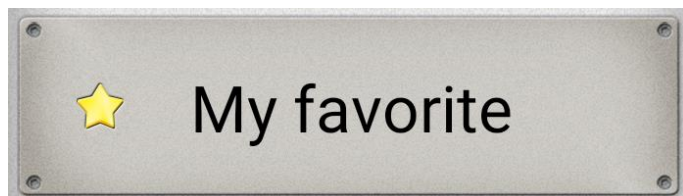
A následne | po to | Pēc tam | А затем




V Gym Center použivatel' využíva reálne trasy – zobrazené na mape hybridne alebo ako Street View. | Gym Center vartotojas gali naudotis žemėlapyje matomais realiais maršrutais mišriuoju arba Street View formatu. | Gym Center lietotājs var izmantot reālos maršrutus - kas attēloti kartē kombinētā vai Street View formātā. | В Gym Center пользователь использует реальные трассы – отображенные на карте, в гибридном режиме или в Street View.


Aplikācija uumožņuje využit' jednu z 5 skupin predbežne nastavených trás | Programėlė suteikia galimybę naudotis viena iš 5 iš anksto nustatytų maršrutų grupių | Lietotne ļauj izmantot vienu no 5 iepriekš iestatīto maršrutu grupām | Приложение позволяет воспользоваться одной из 5 групп предустановленных трасс

Alebo vytvoriť vlastnú trasu, ktorú tvorí maximálne 8 miest. Vytvorené trasy sa môžu pridať k oblúbeným. | arba sukurti savo maršrutą iš ne daugiau kaip 8 taškų. Sukurtus maršrutus galima pridėti į mėgstamuosius | vai izveidot savu maršrutu, kas sastāv no maksimāli 8 punktiem. Izveidotus maršrutus var pievienot favorītiem | или создать собственную, состоящую максимум из 8 точек. Созданные трассы можно добавлять в избранные

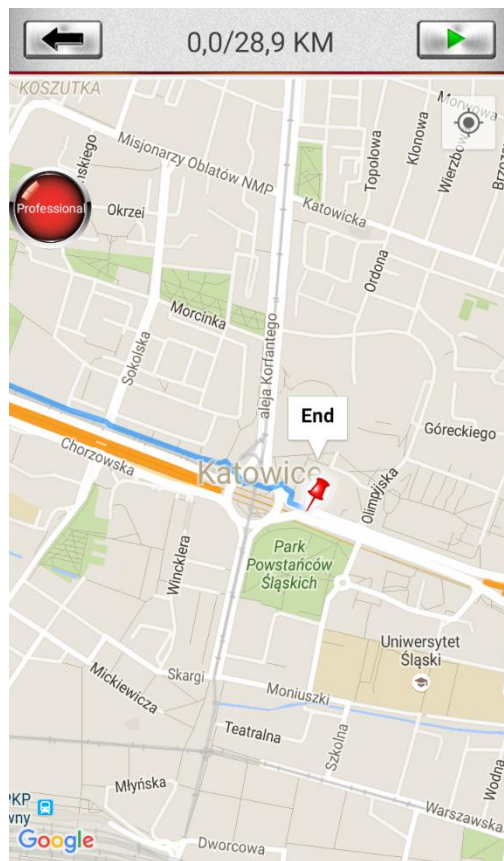


Zobrazenie predbežne nastavených trás |
 Iš anksto nustatyti maršrutai | Iepriekš iestatīti
 maršruti | Вид предустановленных трасс

←	Dist(KMs)	Name
	12,2	Bourg de Peage...
	7,2	P Rotterdam Rott...
	10,3	Revel Ax 3 Domai...
	14,5	Tournus Station d...
	10,0	Wanze Arenberg...



Vytvorenie vlastnej trasy | Savo
 maršruto kūrimas | Sava maršruta
 izveide | Создание собственной
 трассы



Typ zobrazenia | Vaizdo formatas | Skata
 tips | Тип изображения

mapa | žemėlapis |
 karte | карта



satelit | satelitas |
 satelīts | спутник



Street View



Štart/ pokračovanie |
 Pradžia/ tęsinys |
 Sākums/turpinājums |
 Старт/продолжение



Prerušenie Tréningu |
 Treniruotės pertrauka |
 Treniņa pārtraukums |
 Перерыв в тренировке



Koniec tréningu |
 Treniruotės pabaiga |
 Treniņa beigas | Конец
 тренировки



Materiały zostały przygotowane przez

The materials were prepared by | Materiály byly připraveny | Das Material wurde vorbereitet von | Materiál bol vyhotovený spoločnosťou | Medžiagas parengė | Materiālus sagatavoja | Материалы подготовлены

