TOORX

FITNESS IN MOTION

# BEDIENUNGSANLEITUNG



# BRX AIR300

**Übersetzung der Originalanleitung (Original in italienischer Sprache). Lesen Sie die Anleitung sehr aufmerksam und bewahren Sie sie stets griffbereit in der Nähe des Produkts auf.**

Code: GRLDTOORXBRXAIR3

Revision: 00

Ausgabe: 01/21

CE

# INHALTSVERZEICHNIS

1.0 SICHERHEITSHINWEISE.....S. 3
1.1 BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND GEGENANZEIGEN – KONVENTIONEN.....S. 4
1.2 AUFKLEBER AM PRODUKT.....S. 5
1.3 TECHNISCHE DATEN.....S. 6

2.0 AUFSTELLORT DES GERÄTS.....S. 7
2.1 AUSPACKEN - LIEFERUMFANG.....S. 8
2.2 MONTAGE DES GERÄTS.....S. 9
2.3 AUSRICHTEN.....S. 15

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 17
3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL).....S. 18
3.2 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE ZUR BENUTZUNG.....S. 19
3.3 KONSOLENFUNKTIONEN - DISPLAY.....S. 20
3.4 KONSOLENFUNKTIONEN - TASTEN.....S. 21
3.5 EINSCHALTEN - MANUELLES PROGRAMM.....S. 22
3.6 ZIELPROGRAMME: DISTANZ, DAUER, KALORIEN, PULS.....S. 23
3.7 INTERVALLPROGRAMME.....S. 25

4.0 WARTUNG.....S. 27

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME - ENTSORGUNG.....S. 28

6.0 ERSATZTEILKATALOG - ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 28
6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG - TAF. 1.....S. 29
6.2 EXPLOSIONSZEICHNUNG - TAF. 2.....S. 30
6.3 TEILELISTE.....S. 31

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG.....S. 32

# 1.0 SICHERHEITSHINWEISE

**• Lesen Sie vor Montage und Gebrauch diese Bedienungsanleitung sowie etwaige beiliegende Anleitungen sorgfältig durch.**

**• Verwenden Sie das Gerät nur in Wohnräumen. Erklären Sie Bedienung und Warnhinweise allen Familienmitgliedern und Freunden, die das Gerät benutzen dürfen.**

**• Verwenden Sie das Gerät nur auf ebenem Untergrund und decken Sie Boden oder Teppich unter dem Gerät ab, um Schäden zu vermeiden.**

**• Stellen Sie sicher, dass Benutzer die Anleitung verstanden haben, und beaufsichtigen Sie die ersten Trainingseinheiten. Die Bedienungsanleitung muss stets griffbereit beim Gerät aufbewahrt werden.**

**• Stellen Sie sicher, dass das Gerät nur von Personen über 16 Jahren benutzt wird, die sich in guter körperlicher Verfassung befinden.**

**• Tragen Sie stets geeignete Sportkleidung, die die Bewegungen nicht behindert. Verwenden Sie stets geeignete Sportschuhe.**

**• Halten Sie den Griff während des Trainings mit beiden Händen fest. Kontrollieren Sie beim Training Ihre Herzfrequenz und passen Sie die Intensität entsprechend an.**

**• Treten beim Training Schwindel, Brustschmerzen oder Atemnot auf, brechen Sie das Training sofort ab und suchen Sie einen Arzt auf.**

**• Kontrollieren Sie regelmäßig, ob alle Schrauben und Muttern fest angezogen und alle Teile des Geräts unbeschädigt sind.**

**• Stellen Sie das Gerät NICHT in Fitnessstudios oder in gewerblich bzw. zur Vermietung genutzten Räumen auf; es ist nicht für die intensive gewerbliche Nutzung oder für Rehabilitationszwecke ausgelegt.**

**• KEINE Gläser oder Flaschen mit Getränken neben oder auf das Gerät stellen.**

**• Konsole und Kunststoffteile NICHT mit spitzen Gegenständen, Bürsten, Scheuerschwämmen oder aggressiven Chemikalien beschädigen.**

**• KEINE Teile des Geräts demontieren, außer dies ist in der Bedienungsanleitung beschrieben.**

**• Stellen Sie das Gerät NICHT in Kellern, auf Terrassen oder in feuchten Räumen auf und setzen Sie es keinen Witterungseinflüssen (Regen, Sonne usw.) aus.**

**• Kinder und Haustiere NICHT in die Nähe des Geräts lassen. Stellen Sie das Gerät am besten in einem eigenen Raum mit Tür auf, der Unbefugten den Zugang verwehrt. • Das Gerät NIEMALS benutzen, wenn es beschädigt oder nicht in einwandfreiem Zustand ist. Bei Defekt oder Fehlfunktion ausschalten und nicht selbst eingreifen. Reparaturen nur von einem Fachkundendienst durchführen lassen.**

**• Treten Sie NIEMALS barfuß in die Pedale und tragen Sie keine Schuhe mit Leder- oder anderen harten Sohlen.**

**• KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischgewebe tragen, die das Schwitzen behindert. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und zu elektrostatischer Aufladung führen.**

## 1.1 BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH, GEGENANZEIGEN, ZEICHENERKLÄRUNG

Das in dieser Anleitung beschriebene Produkt ist für die private Nutzung im häuslichen Bereich konstruiert und zertifiziert. Es ist ein Sportgerät, das die Tretbewegung eines herkömmlichen Fahrrads nachbildet und regelmäßiges, auch intensives Ausdauer- und Krafttraining ermöglicht. Den Widerstand erzeugt ein Lüfterrad über die Luft; er steigt mit der Trittfrequenz. So können Sie zu Hause trainieren – auch bei schlechtem Wetter oder wenn Sie keine Zeit haben, Rad zu fahren oder ein Fitnessstudio zu besuchen. Befolgen Sie unbedingt alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung, um gefahrlos zu trainieren. Intensive und lange Belastungen setzen eine gute körperliche Verfassung voraus; beachten Sie deshalb die nachfolgend aufgeführten Gegenanzeigen.

**Die Benutzung des Produkts ist in folgenden Fällen untersagt:**

**• Benutzer unter 16 Jahren; • Benutzer, deren Gewicht die auf dem Typenschild und in den technischen Daten angegebene Grenze überschreitet; • Schwangere; • Benutzer mit Diabetes; • Benutzer mit Herz-, Lungen- oder Nierenerkrankungen.**

**Die Herstellergarantie erlischt in folgenden Fällen (gesetzliche Rechte bleiben unberührt):**

**• nicht bestimmungsgemäßer Gebrauch abweichend von der Bedienungsanleitung; • Nichteinhaltung der Wartungsintervalle und -vorgaben; • Eingriffe am Produkt; • Verwendung nicht originaler Ersatzteile; • Nichtbeachtung der Sicherheitshinweise auf Piktogrammen und in der Bedienungsanleitung.**

Diese Anleitung enthält alle Informationen zu Aufstellung, Wartung und richtiger Benutzung des Bikes. Der Benutzer und alle weiteren Personen (Freunde, Familienmitglieder), die das Gerät verwenden, müssen die Informationen in dieser Anleitung sorgfältig lesen, um eine sichere Aufstellung und richtige Benutzung zu gewährleisten.

Die Beachtung der Hinweise in dieser Anleitung dient Ihrer persönlichen Sicherheit und der Lebensdauer des Produkts. Sicherheitshinweise und wichtige Textstellen sind fett hervorgehoben und mit den nachfolgend erläuterten Symbolen gekennzeichnet.




**Mit diesem Symbol gekennzeichnete Informationen weisen auf GEFAHR hin. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, um Verletzungen zu vermeiden.**




**Mit diesem Symbol gekennzeichnete Informationen weisen auf VORSICHT hin. Gehen Sie besonders vorsichtig vor, um Schäden am Produkt zu vermeiden.**

**HINWEIS:**
Die Abbildungen in dieser Anleitung dienen der Veranschaulichung. Aufgrund laufender Produktaktualisierungen können einzelne Abbildungen vom gekauften Produkt abweichen; dabei handelt es sich um optische Abweichungen, die Sicherheit und die Sicherheitsinformationen bleiben davon unberührt. Der Hersteller entwickelt seine Produkte laufend weiter und kann optische Teile ohne Vorankündigung ändern.

### BESONDERE WARNHINWEISE




**Die Benutzung des Produkts in Anwesenheit von Haustieren oder Kindern ist VERBOTEN: Sie könnten sich schwer verletzen, wenn sie Finger oder Gegenstände zwischen die Schutzgitter des Lüfterrads stecken.**

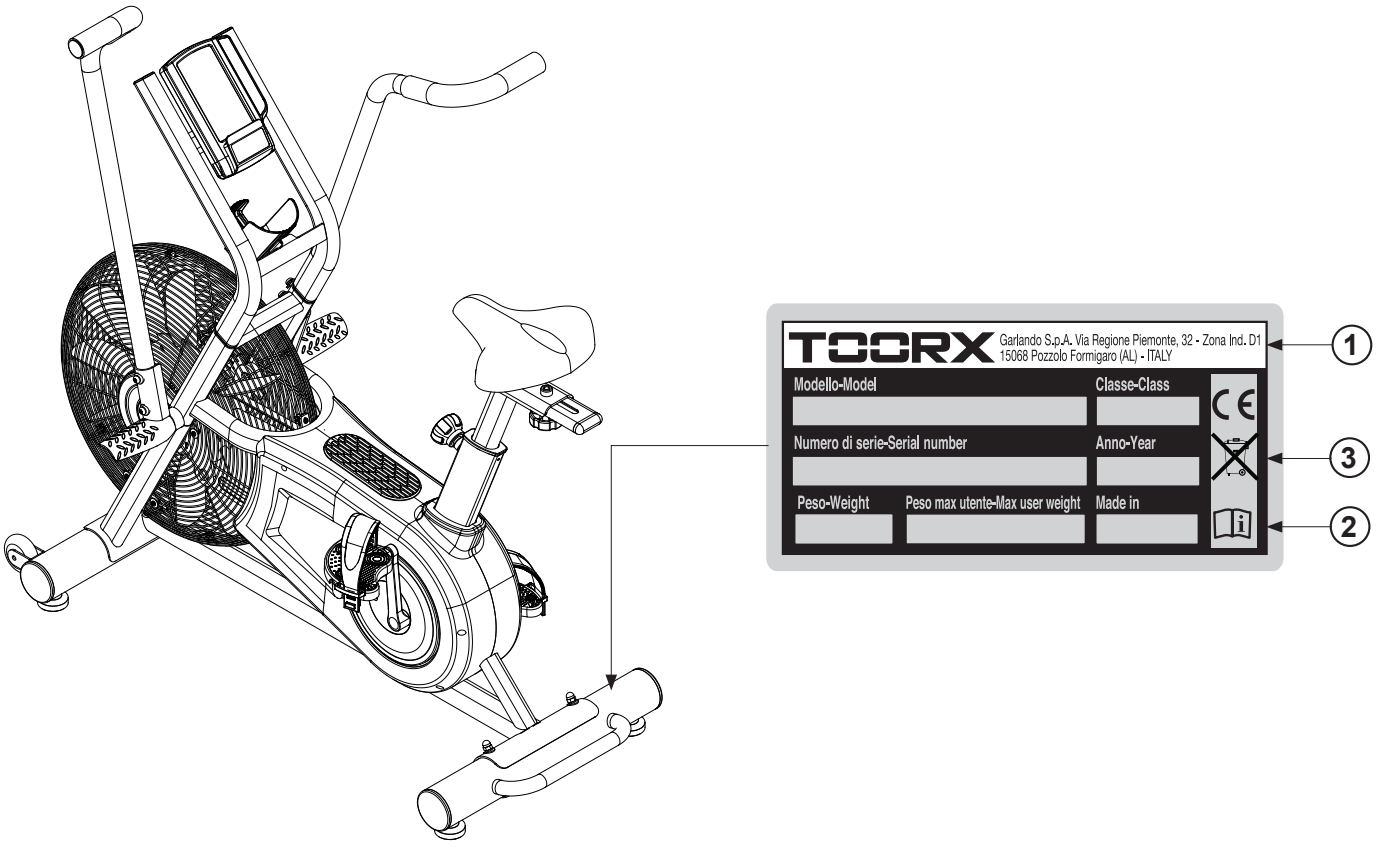
## 1.2 AUFKLEBER AM PRODUKT

1) Das Typenschild des Produkts enthält die Anschrift des Händlers, die wichtigsten technischen Daten und die Seriennummer.

**2) Symbol: Vor jeder Montage und jeder Wartung des Produkts muss die Bedienungsanleitung gelesen werden.**

**3) Symbole zur Konformität des Produkts mit den EU-Richtlinien über die Behandlung und Entsorgung gefährlicher Stoffe in Elektro- und Elektronikgeräten.**

Das Typenschild darf nicht entfernt oder verändert werden. Bei Ersatzteilbestellungen sind stets die Modellbezeichnung und die Seriennummer anzugeben.



## 1.3 TECHNISCHE DATEN

| | |
|---|---|
| ANTRIEB | Riemen |
| BREMSSYSTEM | Luftwiderstand, Lüfterrad mit 12 radialen Schaufeln |
| KONSOLENANZEIGEN | Zeit, Distanz, Kalorien, Geschwindigkeit, RPM, Puls, Watt |
| PROGRAMME | Manuelles Programm, Zielprogramme: Zeit, Distanz, Kalorien, Puls<br>3 Intervallprogramme: 10/20, 20/10, Custom. |
| AUSSENMASSE (LXBXH) | 1210 x 650 x 1280 mm |
| GEWICHT DES PRODUKTS | 41 kg |
| GEWICHT MIT VERPACKUNG | 54 kg |
| MAX. BENUTZERGEWICHT | 135 kg |
| HERZFREQUENZMESSUNG | kabelloser HR-Empfänger (*) |
| SATTELVERSTELLUNG | vertikal und horizontal |
| STROMVERSORGUNG KONSOLE | 2 Alkalibatterien 1,5 V DC, Mignon (AA) |
| KONFORMITÄT | Normen: EN ISO 20957-1 - EN ISO 20957-5 (Klasse HC)<br>Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EU - 2014/35/EU - 2011/65/EU |

(*) Der kabellose HR-Empfänger des Geräts ist für TOORX-Brustgurte geeignet und mit nicht codierten Sendern mit 5 kHz kompatibel. Der Brustgurt ist auf Anfrage erhältlich.

## 2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS

ANFORDERUNGEN AN DEN RAUM: • Der Raum für Aufstellung und Aufbewahrung des Geräts muss: - ein Wohnraum sein, - überdacht und ausreichend groß sein, - über geeignete künstliche und natürliche Beleuchtung verfügen, - ein oder mehrere Fenster zur Belüftung haben, - eine Betriebstemperatur zwischen 5 °C und 32 °C aufweisen, - eine relative Luftfeuchtigkeit zwischen 20 % und 90 % aufweisen. Das Gerät darf NICHT im Freien, in feuchten Räumen oder in salzhaltiger Luft aufgestellt werden.

BODENBESCHAFFENHEIT: • Der Boden für die Aufstellung des Produkts muss: - vollkommen eben sein, - eine für das Produktgewicht ausreichende Tragfähigkeit haben. Hochwertige Böden (z. B. Teppich oder Parkett) sind an den Auflagestellen mit einer Gummimatte oder Filzstücken zu schützen.

ANFORDERUNGEN AN DEN AUFSTELLRAUM: • Der Aufstellbereich darf nicht der Sonne ausgesetzt sein; bei großen Fensterflächen ist ein blickdichter Vorhang anzubringen. Halten Sie das Produkt auch von Klima- und Heizungsanlagen fern, damit Sie beim Training keinem Luftzug ausgesetzt sind.

SICHERHEITSANFORDERUNGEN: • Bei privater Nutzung zu Hause stellen Sie das Gerät vorzugsweise in einem abschließbaren Raum auf, damit Kinder und Haustiere keinen Zugang haben.

## 2.1 AUSPACKEN – INHALT DER VERPACKUNG

Die Verpackung besteht aus einem mit Metallklammern und Umreifungsbändern verschlossenen Karton. Lassen Sie sich bei großen und schweren Verpackungen von anderen Personen beim Anheben und Tragen helfen. Beachten Sie beim Abstellen des Kartons den Hinweis „Oben“ (Pfeil auf dem Karton). Schneiden Sie zum Öffnen die Umreifungsbänder mit einer Schere durch und entfernen Sie die Metallklammern mit einer Zange.

**ACHTUNG**

**Beschädigen Sie die Originalverpackung nicht und bewahren Sie sie nach Möglichkeit auf, falls das Produkt Mängel aufweist und eine Reparatur oder ein Austausch erforderlich wird.**

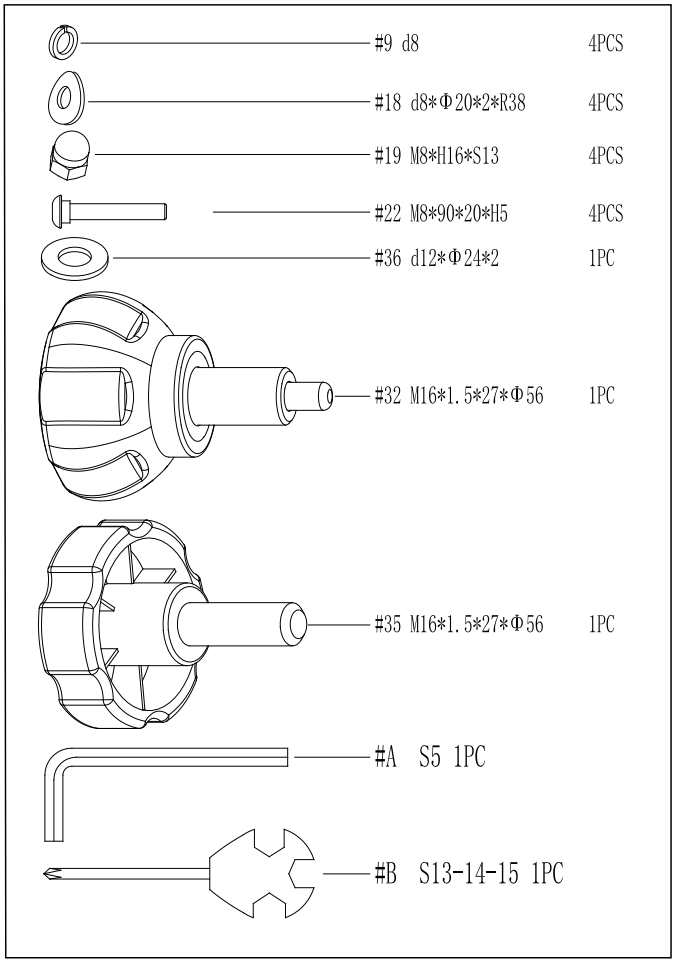
**GEFAHR**

**Die Verpackung unterliegt der Verordnung (EU) 2025/40; beachten Sie bei der Entsorgung die örtlichen Vorschriften zur Verwertung und zum Recycling.**

**Verpackungsteile (Karton und Beutel) dürfen nicht in Reichweite von Kindern bleiben, da sie eine Gefahrenquelle darstellen können.**

Prüfen Sie nach dem Auspacken das Produkt auf Transportschäden und kontrollieren Sie, ob alle abgebildeten Teile vorhanden sind.

KLEINTEILE FÜR DIE MONTAGE



## 2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

Schaffen Sie nach dem Öffnen der Originalverpackung am Aufstellort eine freie Fläche ohne Möbel, um die Montage zu erleichtern. Nehmen Sie alle Teile aus der Verpackung und legen Sie sie montagebereit auf den Boden. Das Montagematerial und das benötigte Werkzeug befinden sich in einem Beutel.

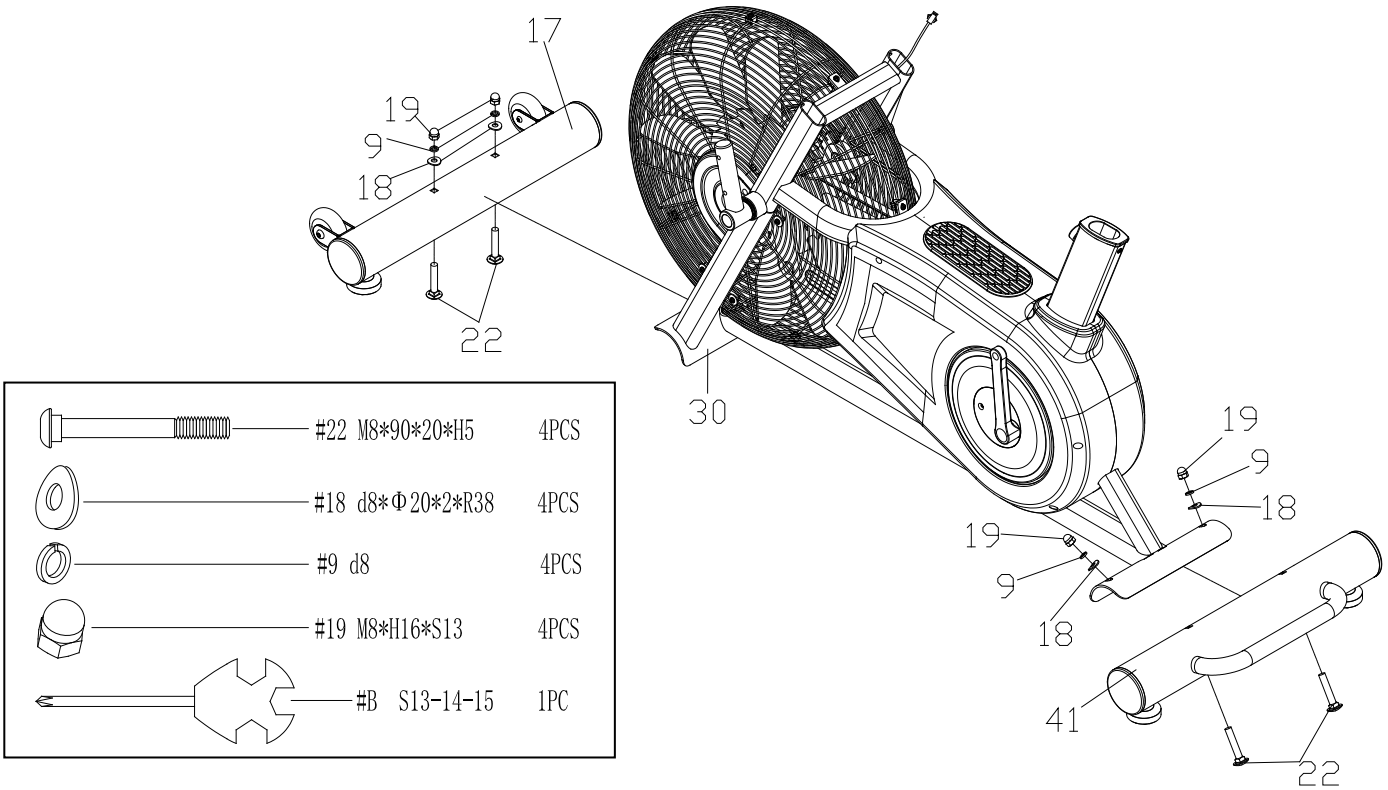
**GEFAHR**

**Halten Sie Kinder und Haustiere während der Montage fern.**

**Montage der Standfüße**

• Den hinteren Standfuß 41 am Mittelrahmen 30 mit zwei Schlossschrauben 22 [M8x90 mm] befestigen und zwei Hutmuttern 19 [M8] mit je einer gebogenen Unterlegscheibe 18 [Ø8 xØ20x2xR98] und einem Federring 9 [Ø8 mm] festziehen.

• Den vorderen Standfuß 17 am Mittelrahmen 30 mit zwei Schlossschrauben 22 [M8x90 mm] befestigen und zwei Hutmuttern 19 [M8] mit je einer gebogenen Unterlegscheibe 18 [Ø8 xØ20x2xR98] und einem Federring 9 [Ø8 mm] festziehen.



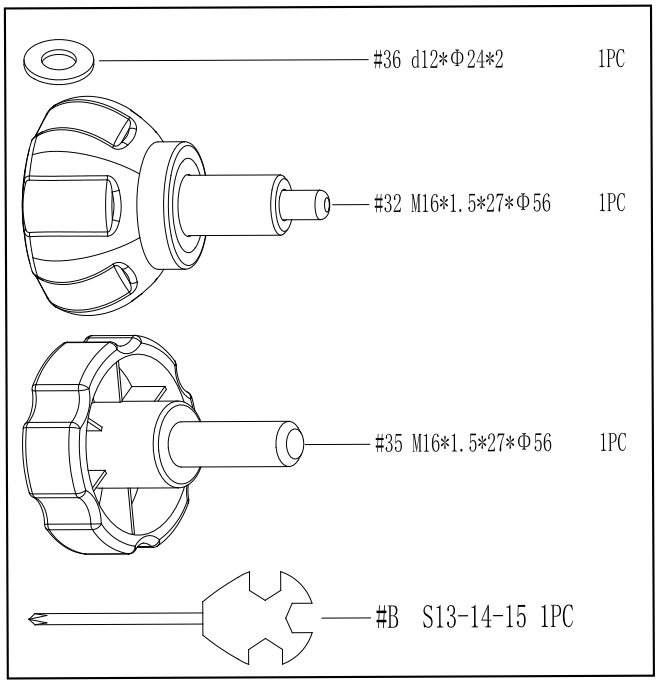
**Montage des Sattels**

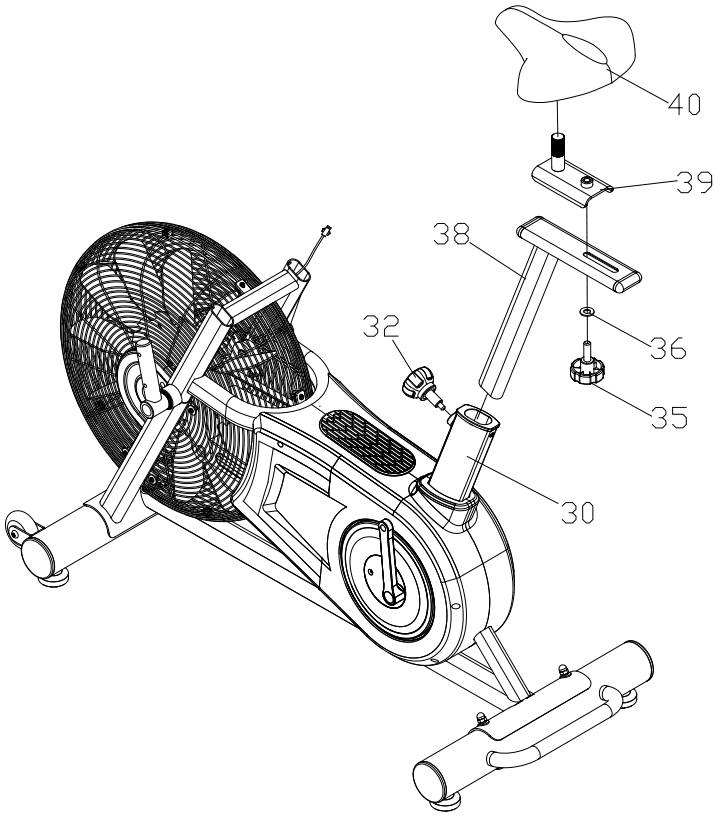
• Den Sattelbolzen des Schlittens 39 in die Sattelklemme 40 stecken und die Klemme fixieren, indem Sie die beiden Muttern unter dem Sattel auf beiden Seiten mit dem mitgelieferten Schlüssel festziehen.

**Hinweis: Die Sattelstütze ist mit handelsüblichen Fahrradsätteln kompatibel. Der Benutzer kann den mitgelieferten Sattel nach Bedarf durch einen anderen handelsüblichen Sattel ersetzen.**

• Den Sattelschlitten 39 auf das Vierkantrohr am Ende der Sattelstütze 38 schieben und von unten mit dem Drehknopf 35 und der Unterlegscheibe 36 [Ø12xØ24x2] fixieren.

**• Den Drehknopf 32 in den Mittelrahmen 30 schrauben, dann den Knauf ziehen und die Sattelstütze 38 in die Aufnahme am Mittelrahmen 30 stecken; die Sattelhöhe einstellen, indem Sie die Sattelstütze 38 anheben oder absenken und auf das passende Loch einstellen (NIE über die Markierung MAX an der Sattelstütze hinaus), dann den Drehknopf 32 loslassen und den Knauf festdrehen, bis das Rohr fixiert ist.**



## Montage Konsolenstütze

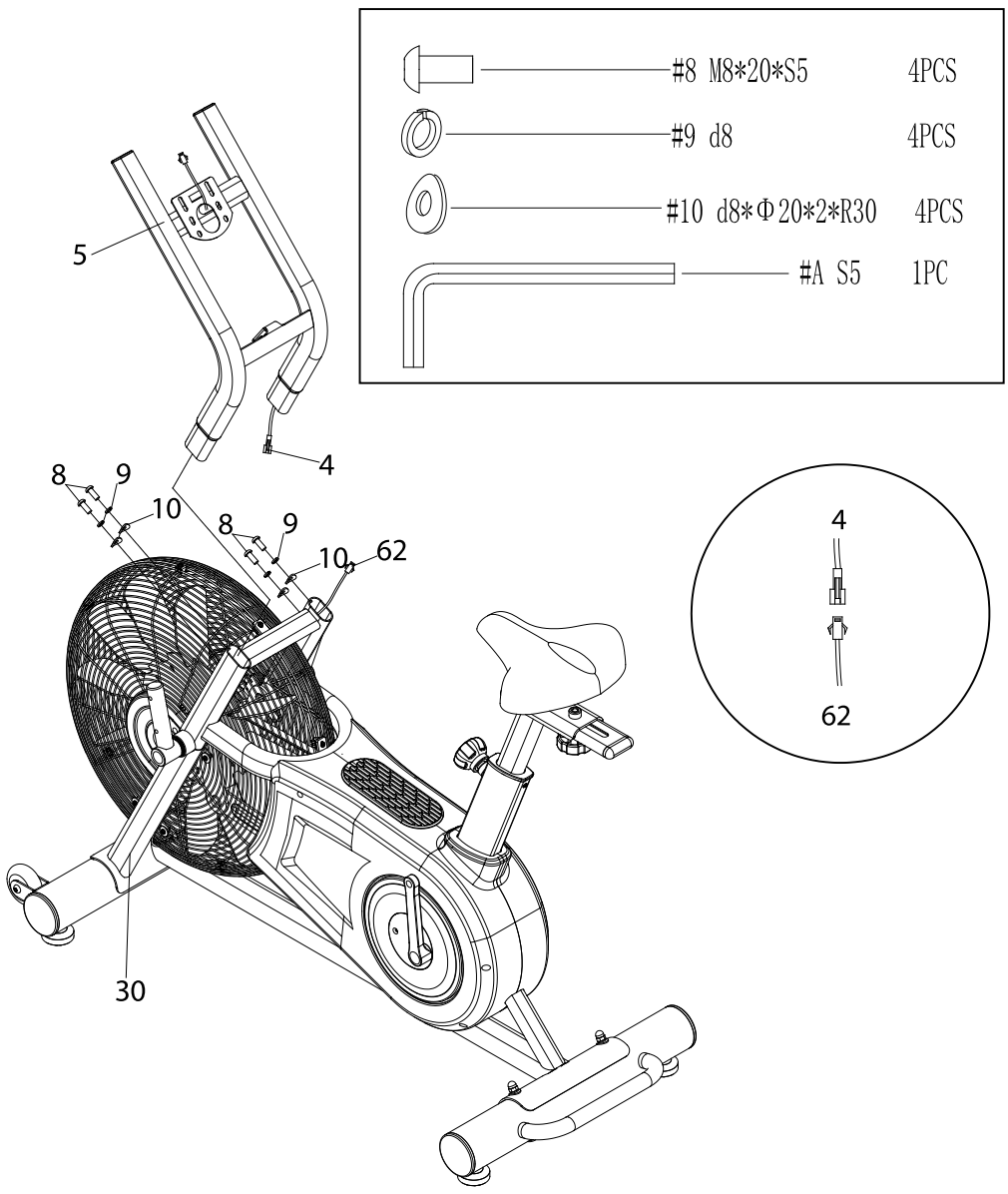
**GEFAHR**

**Beim Befestigen der Konsolenstütze am Hauptrahmen kann das Sensorkabel zwischen den Rohren abgeschnitten oder von den Schrauben gequetscht werden; besonders vorsichtig arbeiten.**

**• Die vier werkseitig vormontierten Schrauben 8 mit Federring 9 und gebogener Unterlegscheibe 10 vom Hauptrahmen 30 abschrauben.**

• Die Konsolenstütze 5 an die Aufnahme am Hauptrahmen 30 heranführen und den Stecker des Geschwindigkeitssensors 62 mit der Buchse des Verlängerungskabels 4 verbinden.

• Die Konsolenstütze 5 in die Aufnahme am Hauptrahmen 30 stecken und von vorne mit vier Schrauben 8 [M8×20 mm] mit Federring 9 [Ø8 mm] und gebogener Unterlegscheibe 10 [Ø8xØ20x2xR30 mm] befestigen.



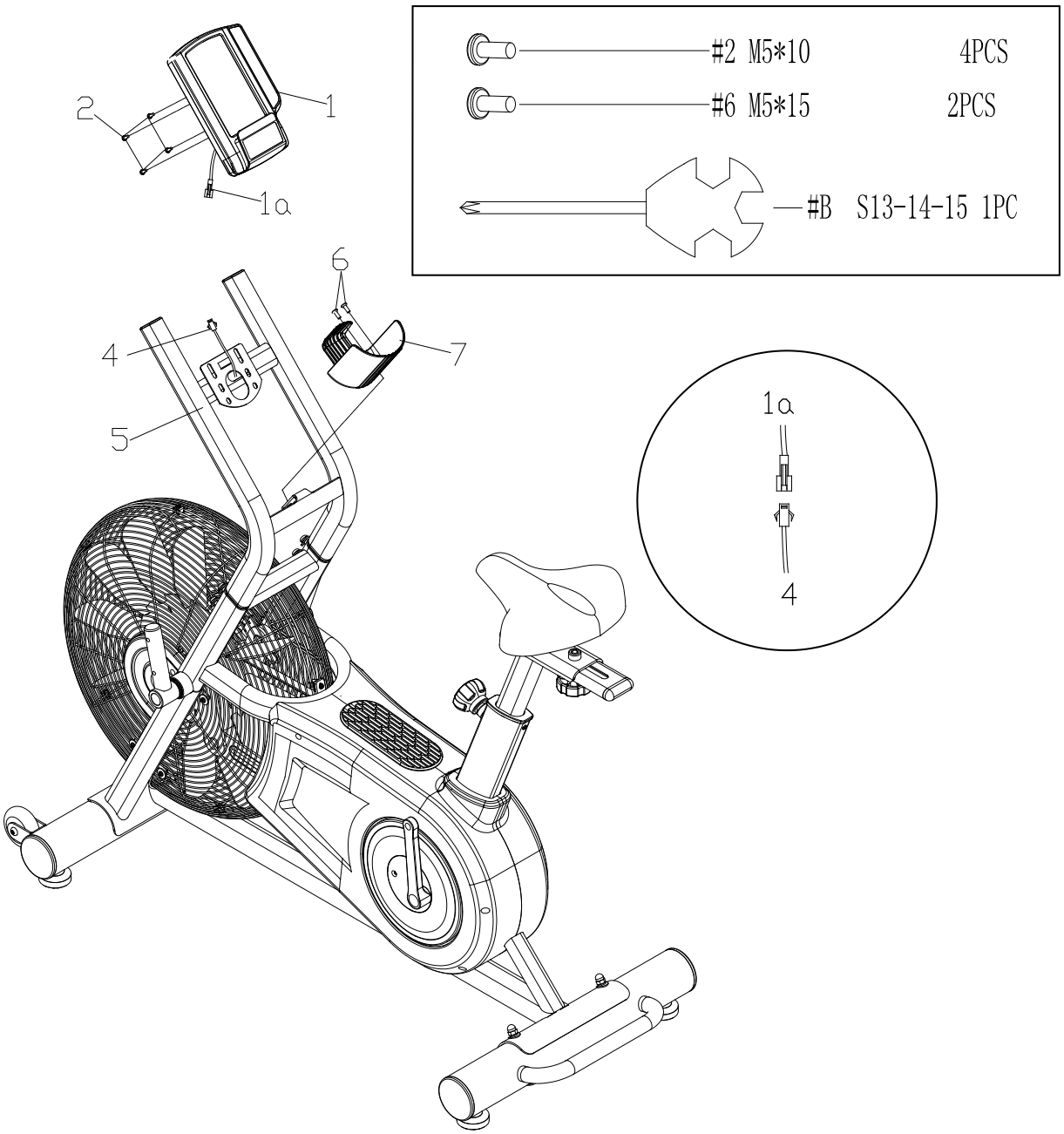
**Montage der Konsole**

• Vier Schrauben 2 und zwei Schrauben 6, die werkseitig vormontiert sind, von der Konsolenstütze 5 abschrauben.

• Die Konsole 1 an die Halterung heranführen und das Verlängerungskabel des Geschwindigkeitssensors 4 mit der Buchse der Konsole verbinden; die Kabel in das Rohr schieben und darauf achten, dass sie nicht zwischen Platte und Konsole gequetscht werden.

• Die Konsole 1 auf die Halteplatte am Ende der Konsolenstütze 5 setzen, die Befestigungslöcher ausrichten und mit den vier zuvor entfernten Schrauben 2 [M5x10 mm] befestigen.

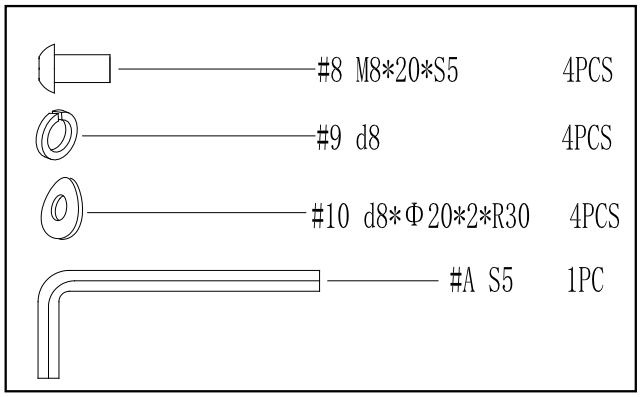
• Den Flaschenhalter 7 mit den zwei zuvor entfernten Schrauben 6 [M5x15 mm] an der Konsolenstütze 5 befestigen.

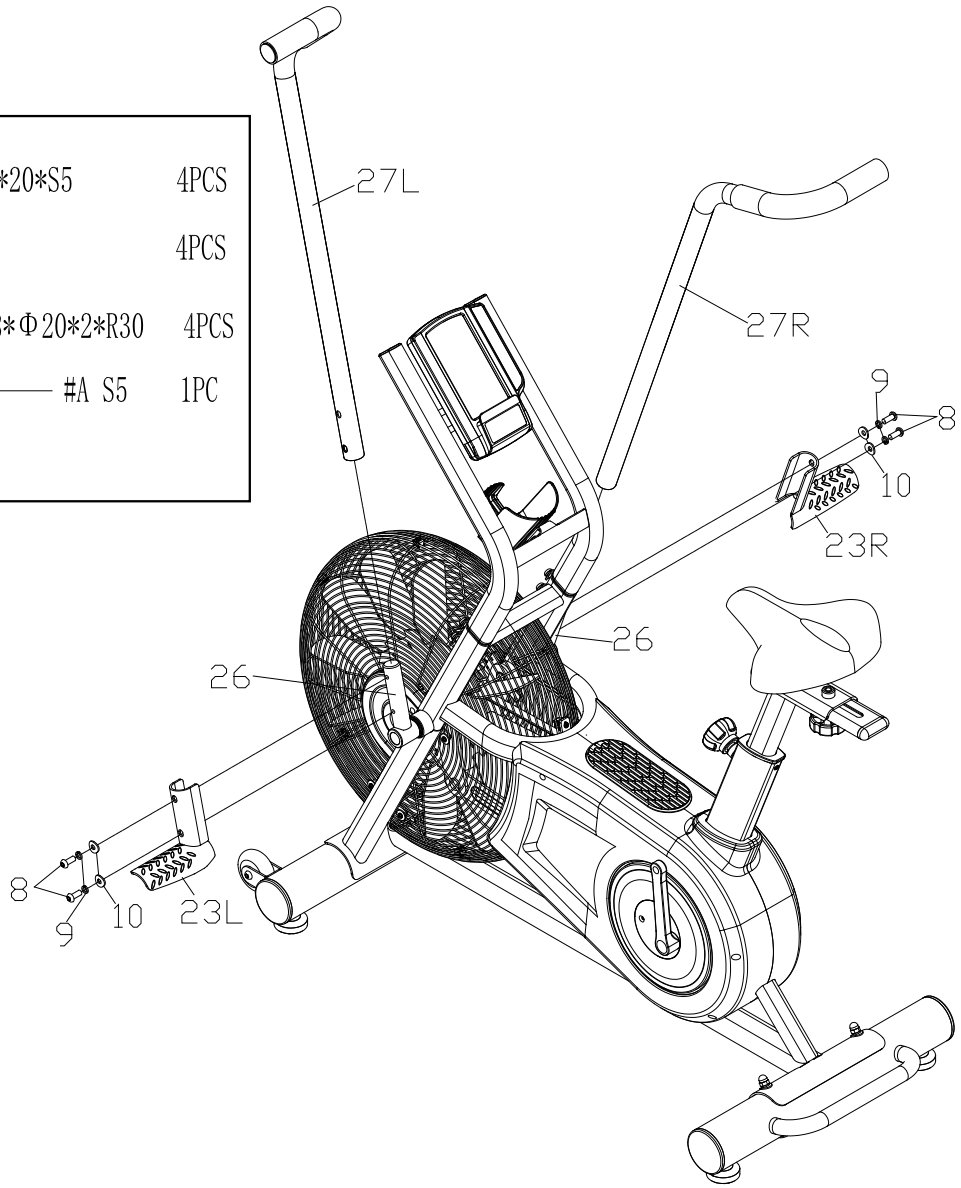


**Montage Lenker**

• Von jedem Pendelhebel 26 zwei werkseitig vormontierte Schrauben 8 mit Federring 9 und gebogener Unterlegscheibe 10 abschrauben.

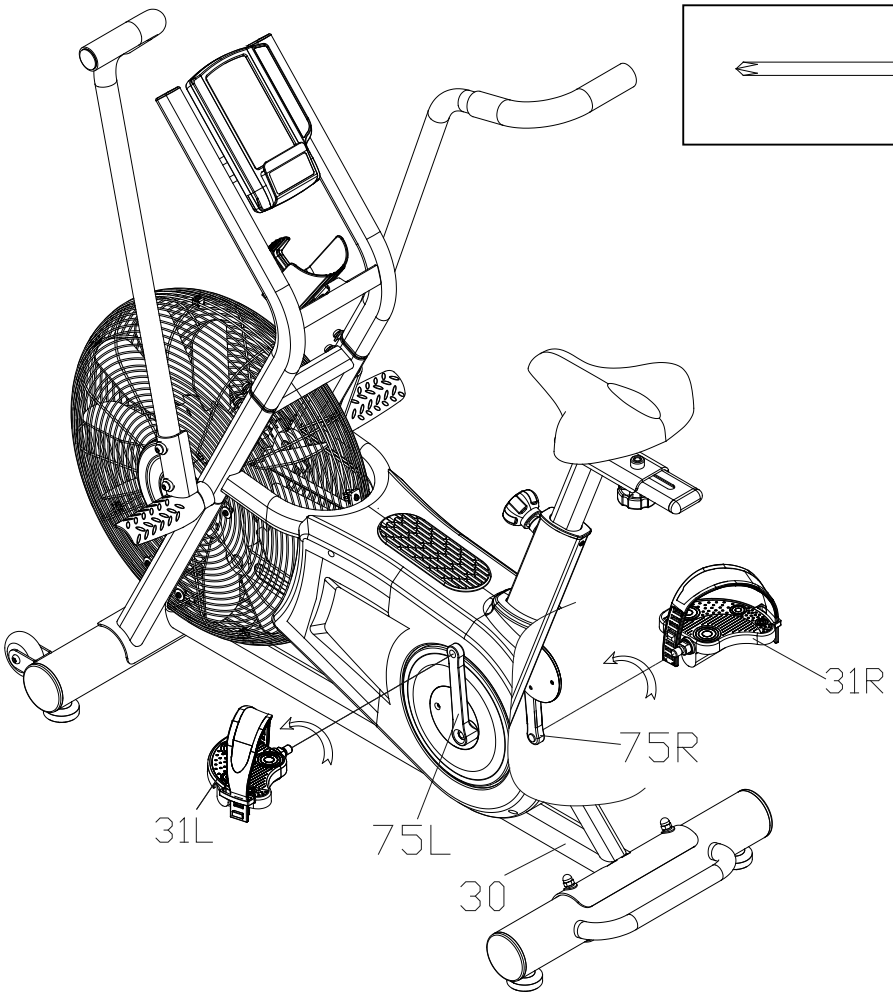
• Das untere Ende der beiden Lenker L/R 27L/R auf die jeweiligen Pendelhebel 26 stecken. • Die Fußstützen L/R 23L/R an den Befestigungslöchern der Pendelhebel 26 ausrichten und jeweils mit zwei zuvor entfernten Schrauben 8 [M8×20 mm] mit Federring 9 [Ø8 mm] und gebogener Unterlegscheibe 10 [Ø8xØ20x2xR30 mm] befestigen.

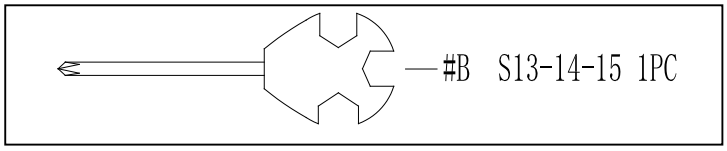


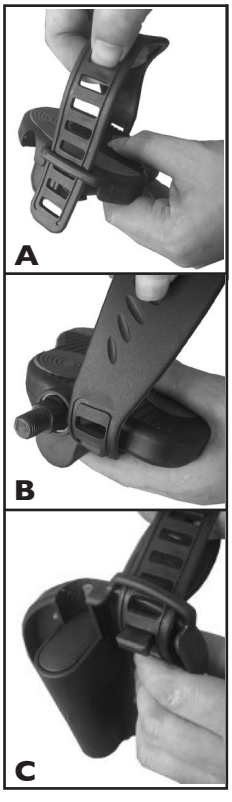



**Montage der Pedale**

- **Das linke Pedal 31L, gekennzeichnet mit dem** Buchstaben (L), gegen den Uhrzeigersinn an die linke Tretkurbel 75L schrauben.
- **Auf der anderen Seite das rechte Pedal 31R, gekenn-** zeichnet mit dem Buchstaben (R), im Uhrzeigersinn an die rechte Tretkurbel 75R schrauben.
- **Falls noch nicht montiert, die Riemen einhängen** am rechten und linken Pedal einhängen, indem die Ösen in die vorgesehenen Zapfen eingehängt werden; die Montagerichtung des Riemens beachten (siehe Abbildung A-B-C).



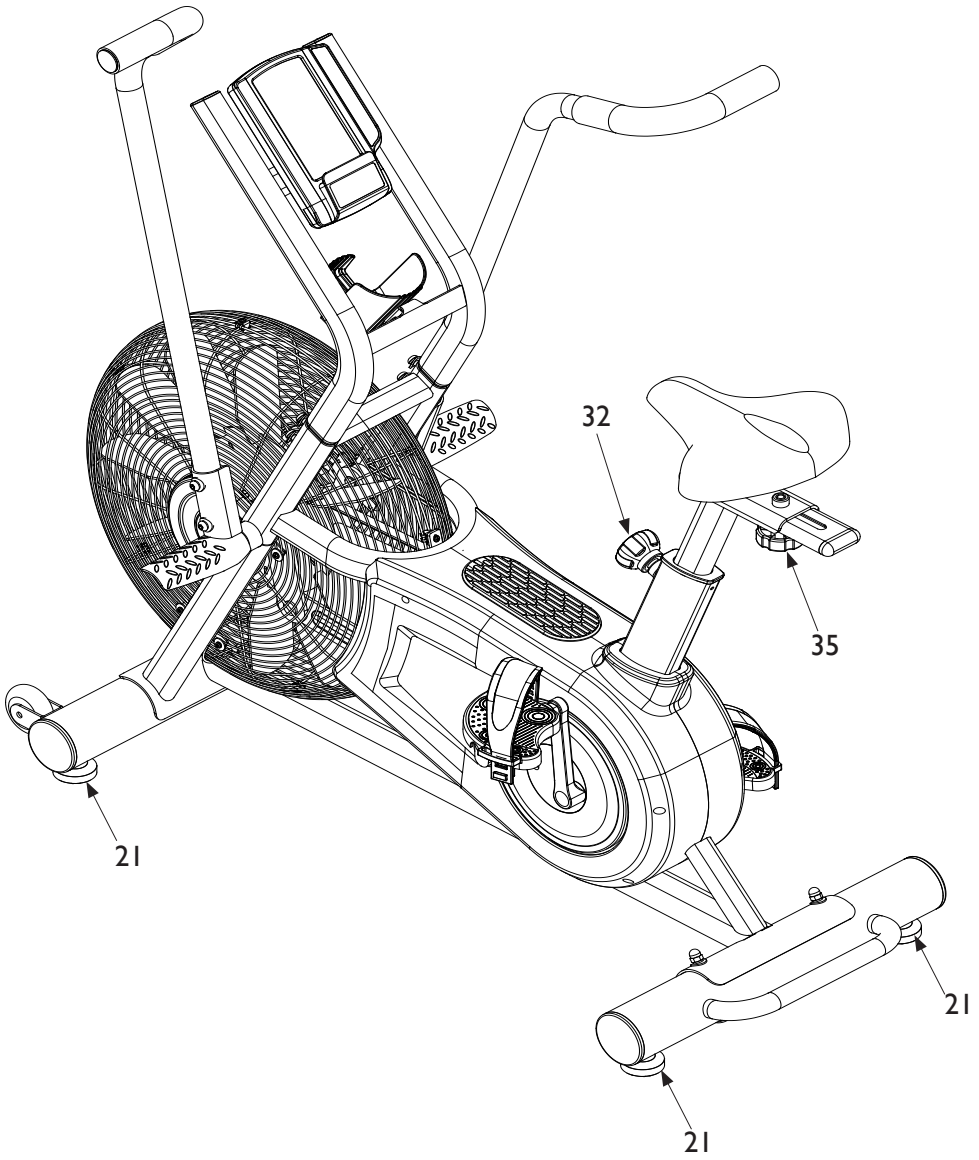
## 2.3 LIVELLAMENTO

• Zum Ausgleich von Bodenunebenheiten hat das Gerät vier Stellfüße 21 unter dem vorderen und hinteren Standfuß.

• Die Montage ist damit abgeschlossen. Lesen Sie vor dem Gebrauch die übrigen Kapitel der Anleitung, um alle Informationen zum sicheren Gebrauch des Produkts zu kennen.

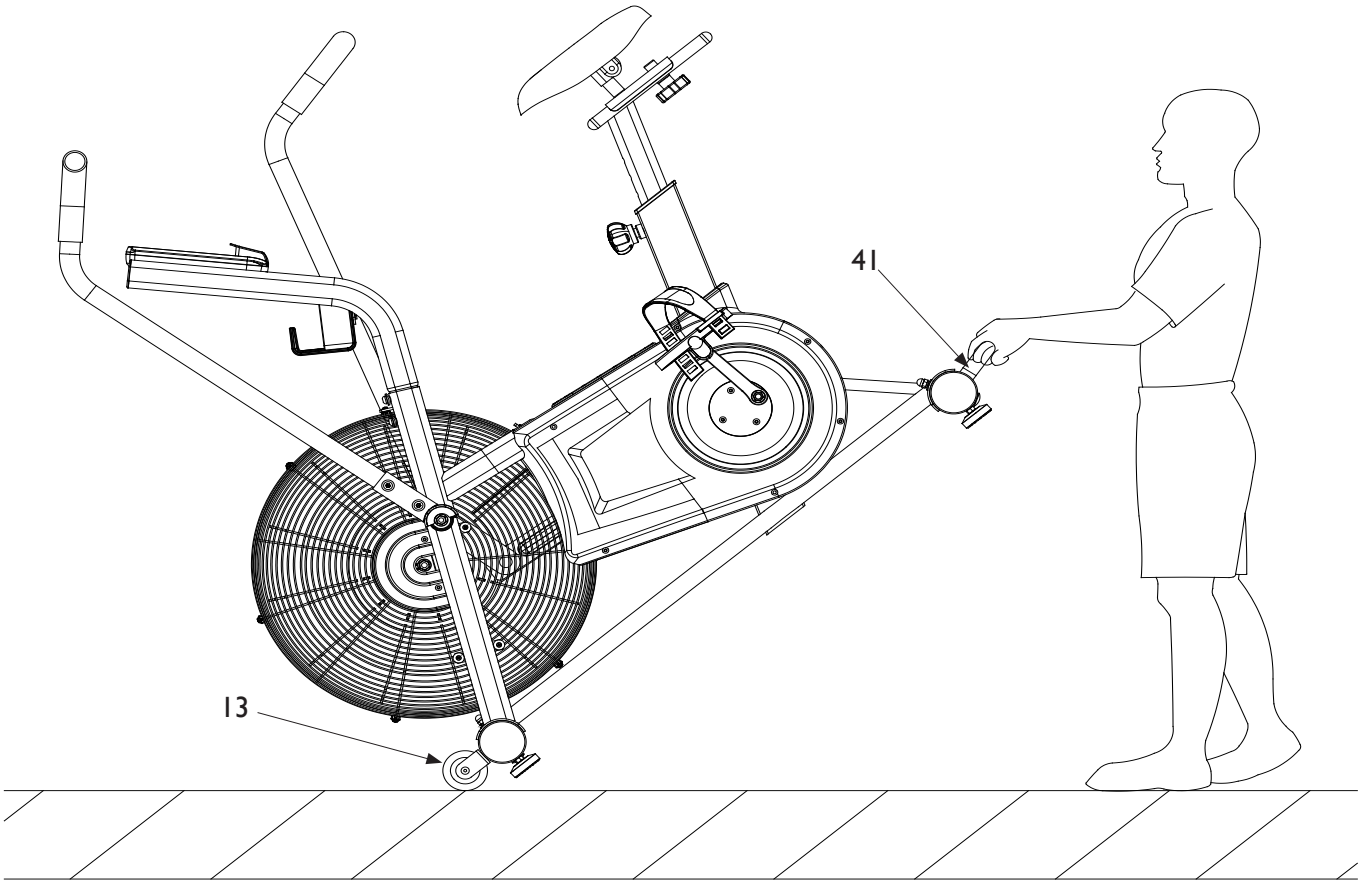
**GEFAHR**

**Vor dem Aufsteigen stets prüfen, ob der Sattel fest sitzt und die Drehknöpfe 32 und 35 festgezogen sind.**



**Transport des Produkts**

• An den Enden des vorderen Standfußes befinden sich zwei Rollen 13 zum Verschieben des Geräts. Zum Verschieben im Raum den Griff am hinteren Standfuß 41 fassen und das Gerät kippen, bis es auf den vorderen Rollen balanciert. Das Gerät auf den Rollen nach vorne an die gewünschte Stelle schieben und dann mit Armkraft vorsichtig absenken.



# 3.0 TRAININGSPROGRAMM

Lassen Sie vor Beginn des Trainings Ihre körperliche Verfassung von Ihrem Arzt prüfen und besprechen Sie mit ihm eventuell erforderliche Vorsichtsmaßnahmen. Untrainierte Personen sollten behutsam beginnen: höchstens drei Einheiten pro Woche, mit kurzen Zeiten und niedriger Geschwindigkeit, um sich mit der Konsole vertraut zu machen und sich langsam an die Belastung zu gewöhnen. Sportlich Aktiven, die das Produkt ergänzend zu ihrem Training nutzen möchten, empfehlen wir, Trainingseinheiten und Trainingsplan mit einem Personal Trainer zu erstellen. Anhand der Herzfrequenz während des Trainings lassen sich 3 Trainingsbereiche unterscheiden:

- niedrige Intensität: bei einer Herzfrequenz zwischen 60% und 75% wird mit geringer Belastung trainiert; - mittlere Intensität: bei einer Herzfrequenz zwischen 75% und 85% wird im aeroben Bereich trainiert; - hohe Intensität: bei einer Herzfrequenz zwischen 85% und 100% wird im anaeroben Bereich trainiert.

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

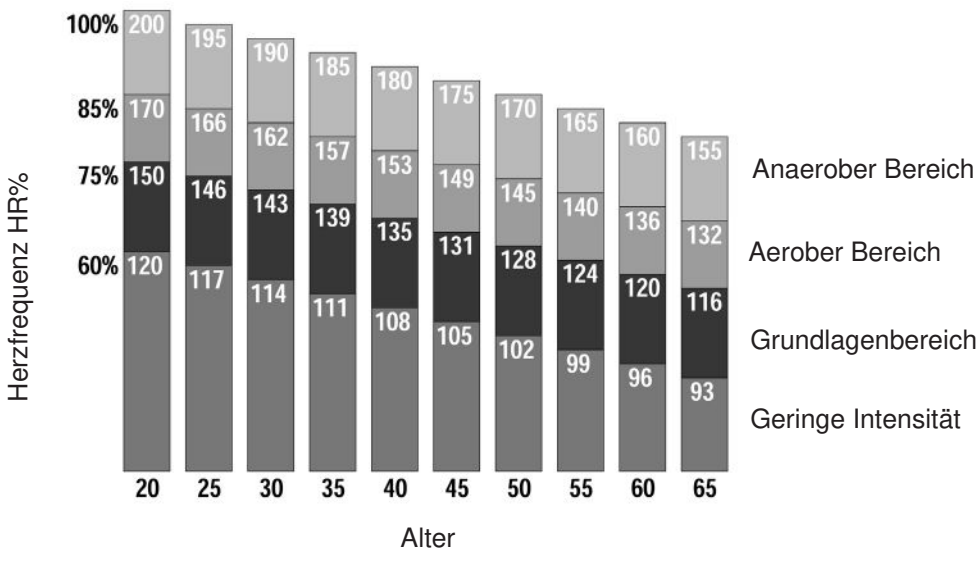
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

TRAINING: Beginnen Sie mit geringer Belastung und steigern Sie nach dem Aufwärmen die Intensität schrittweise, bis die Herzfrequenz den gewünschten Zielwert erreicht. Halten Sie die Herzfrequenz im gewünschten Trainingsbereich konstant. In den ersten Wochen sollten die Trainingseinheiten nicht länger als 20 Minuten dauern; mit zunehmender Übung können sie auf bis zu 60 Minuten verlängert werden.

ABKÜHLEN: Entspannen Sie sich nach dem Training einige Minuten mit Dehnübungen.

**GEFAHR**

**Training im anaeroben Bereich ist nur gut trainierten Leistungssportlern gestattet.**



# 3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL)

**ACHTUNG**

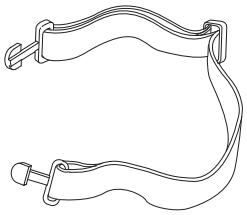
**• Lesen Sie vor Gebrauch des Brustgurts die Hinweise auf dieser Seite und etwaige Herstellerangaben sorgfältig. • Sender und Gurt nach jedem Gebrauch gründlich reinigen und trocknen, um eine vorzeitige Entladung der Batterie zu vermeiden; den Sender danach abnehmen und getrennt vom Gurt aufbewahren. • Den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife reinigen, den Gurt von Hand mit normalem Waschmittel waschen. • Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder Behältern aufbewahren; am besten an einer Wand aufhängen, damit sie vollständig trocknen.**

Das Produkt hat einen eingebauten HR-Empfänger für nicht codierte Brustgurtsender mit 5-kHz-Protokoll (Brustgurt nicht im Lieferumfang). Er besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der die Funksignale an die Konsole überträgt, und dem elastischen Gurt, der den Sender am Brustkorb hält. Der Sender wird von einer Knopfzelle versorgt, die bei zu schwachem Signal ersetzt werden muss (siehe Wartung - Batteriewechsel).

**1) Ein Ende des Senders am Gurt einhaken. 2) Die Gurtlänge mit der Schnalle an Ihren Brustumfang anpassen. Den Gurt wie abgebildet direkt unterhalb der Brustmuskeln bzw. der Brust anlegen und das andere Gurtende am Sender einhaken. 3) Den Sender anheben und die Elektroden auf der Rückseite mit nassen Fingern befeuchten. 4) Prüfen, ob die Elektrodenfläche gut auf der Haut aufliegt.**

**ACHTUNG**

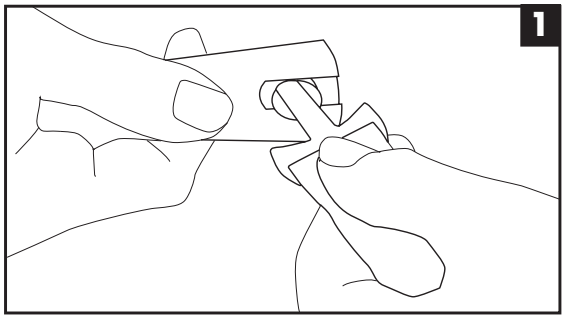
**Der mit dem Brustgurt gemessene Puls ist nur ein Richtwert zur Kontrolle der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Abschätzung des Kalorienverbrauchs. Die vom Gerät angezeigte Messung ist in keinem Fall ein medizinischer Wert.**

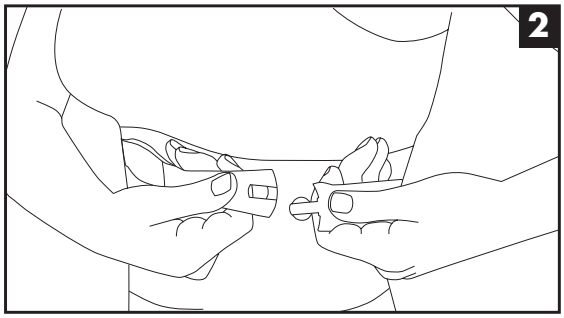


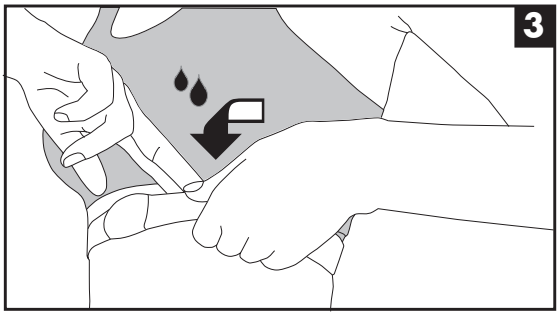
Elastischer Gurt

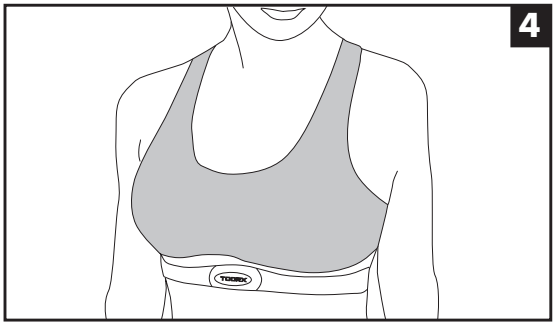



Sender



## 3.2 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG

Zum Aufsteigen zuerst einen Fuß auf das mittlere Trittbrett stellen und sich auf den Sattel setzen.

**ACHTUNG**

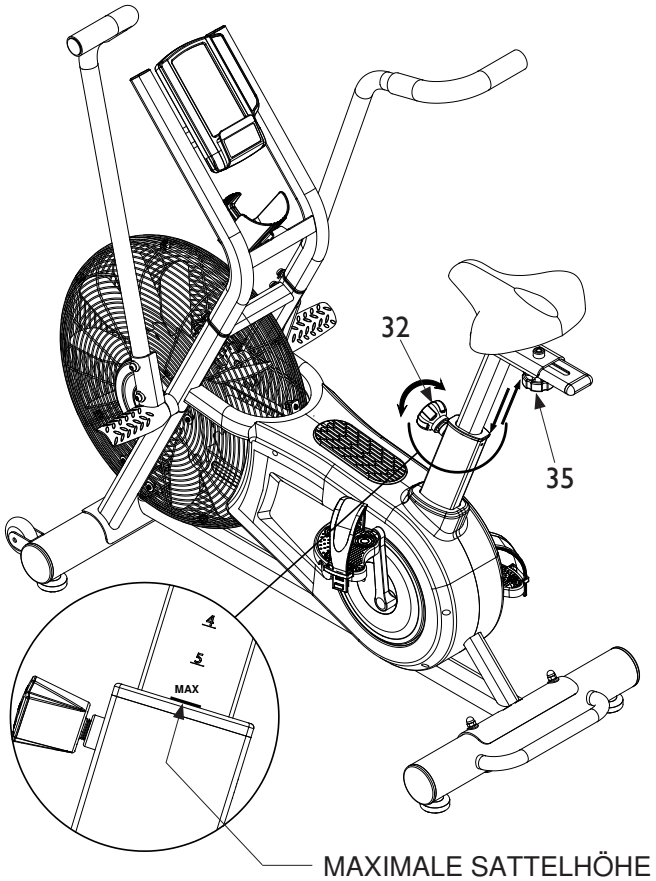
**Steigen Sie NICHT auf den Sattel, indem Sie sich auf einem Pedal abstützen; das gesamte Gewicht auf einem Pedal kann das Produkt beschädigen.**

Den Lenker mit einer Hand halten, ein Pedal nach oben stellen, die Fußspitze in den Fußriemen schieben und den Vorfuß mittig auf das Pedal setzen; dann die Sattelhöhe prüfen: Bei voll gestrecktem Pedal muss das Bein im Knie leicht gebeugt bleiben. Ist das Bein zu gestreckt oder passt der Fuß nicht ganz in den Pedalriemen, den Sattel tiefer stellen. Ist das Bein zu stark gebeugt, den Sattel höher stellen. Sattelhöhe an die Körpergröße anpassen: - vom Gerät absteigen, - Drehknopf 32 gegen den Uhrzeigersinn lösen und herausziehen, - gleichzeitig die Sattelstütze anheben oder absenken und auf das passende Loch einstellen, - Drehknopf 32 loslassen und im Uhrzeigersinn festdrehen. Horizontale Sattelposition (Abstand Lenker–Sattel) einstellen: - vom Gerät absteigen und Drehknopf 35 gegen den Uhrzeigersinn lösen; - den Schlitten in die gewünschte Position schieben, - Drehknopf 35 im Uhrzeigersinn wieder festdrehen.

**GEFAHR**

**Achten Sie auf eine korrekte Haltung und treten Sie nur im Sitzen. Ein zu hoch oder zu tief eingestellter Sattel führt zu falschen Bewegungsabläufen, was häufig Muskelschmerzen verursacht.**

Setzen Sie sich mit leicht nach vorn geneigtem Oberkörper auf den Sattel, halten Sie den Rücken stets gerade und greifen Sie die Enden der beweglichen Lenker; die Arme bleiben leicht gebeugt.




MAXIMALE SATTELHÖHE

**GEFAHR**

**Den Sattel NICHT über die maximal zulässige Höhe anheben. Auf der Sattelstütze ist die Markierung für die maximale Verstellhöhe eingraviert (siehe Abbildung); sie darf nie überschritten werden, da sonst die Sattelstütze brechen oder sich lösen und der Benutzer stürzen kann.**

**GEFAHR**

**Vor dem Aufsteigen stets prüfen, dass die Drehknöpfe 32 und 35 festgezogen sind (zum Festziehen im Uhrzeigersinn drehen), und den Sattel kräftig bewegen, um zu prüfen, ob er fest sitzt.**

## 3.3 KONSOLENFUNKTIONEN – DISPLAY

SPEED – Aktuelle GESCHWINDIGKEIT während des Trainings in km/h.

RPM – UMDREHUNGEN PRO MINUTE der Pedale während des Trainings.

TIME – TRAININGSZEIT ab null bzw. Countdown von der eingestellten Zielzeit auf null.

DISTANCE – Seit Trainingsbeginn zurückgelegte DISTANZ bzw. Countdown der eingestellten Zieldistanz auf null.

WATT - Zeigt die während des Trainings erbrachte LEISTUNG in Watt an.

CALORIES – KALORIENVERBRAUCH während des Trainings in kcal bzw. Countdown des eingestellten Zielverbrauchs auf null (*).

PULSE – Aktuelle HERZFREQUENZ, gemessen über den Brustgurt (optional), in bpm (Schläge pro Minute) (*). Wird der Buchstabe P angezeigt, wird kein Puls erfasst (kein Brustgurt).

- Puls unter dem Zielbereich: 65% HRmax,
- Puls im Zielbereich: 65%÷85% HRmax,
- Puls über dem Zielbereich: 85% HRmax,

**AGE** • Anzeige-LED für die Funktion Alter.

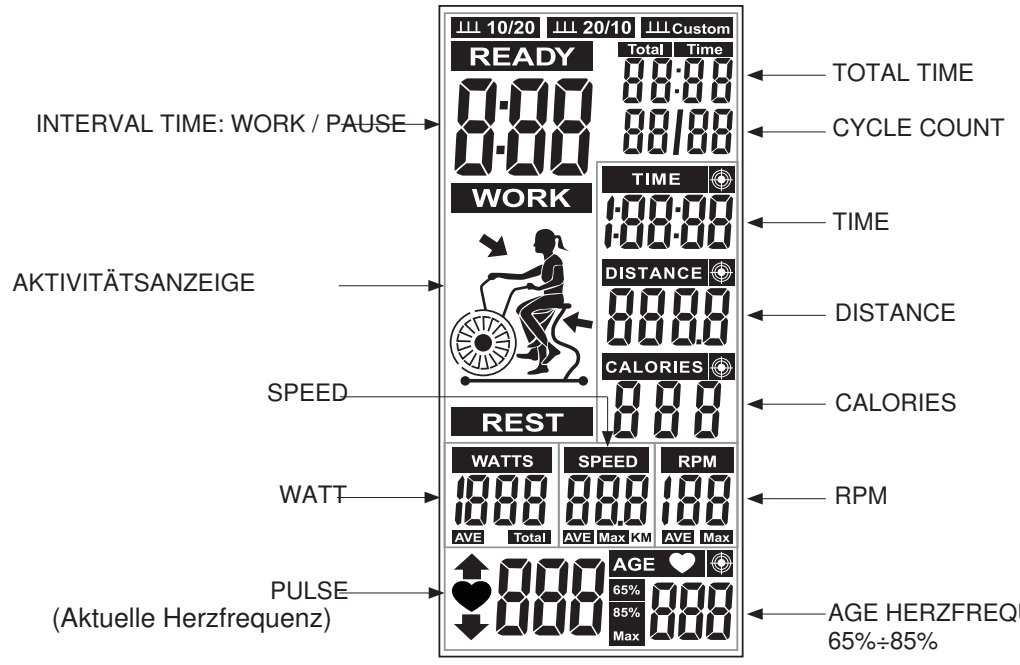
AGE – HERZFREQUENZBEREICH 65%÷85% Display mit Doppelfunktion: - AGE erscheint, wenn das Alter des Benutzers einzugeben ist. - HERZFREQUENZBEREICH zeigt abwechselnd die Herzfrequenz bei 65% und 85% der maximalen Herzfrequenz (HR max).

Die AKTIVITÄTSANZEIGE zeigt bei den Intervallprogrammen per Animation den Status der laufenden Trainingsphase.

CYCLE COUNT Anzeige in den Intervallprogrammen: ABSOLVIERTE ZYKLEN / GESAMTZYKLEN DES PROGRAMMS.

TOTAL TIME GESAMTDAUER des Trainings und der Intervallprogramme.

**(*) Der angezeigte Wert ist nur ein ungefährer Richtwert und in keinem Fall als medizinischer Wert zu betrachten.**



## 3.4 KONSOLENFUNKTIONEN – TASTEN

Taste START Vor Trainingsbeginn: - START drücken, um ein Training in beliebiger Betriebsart zu starten; die Displays beginnen zu zählen und das gewählte Programm läuft an. Während des Trainings: - START drücken, um ein pausiertes Training fortzusetzen.

Taste STOP Vor Trainingsbeginn: - STOP drücken, um die eingegebenen Daten zu löschen. Während des Trainings: - STOP drücken, um das Training sofort zu unterbrechen („PAUSE“), - STOP mindestens 2 Sekunden gedrückt halten, um das Training abzubrechen und die Daten zu löschen.

Taste ENTER Vor Trainingsbeginn: - ENTER drücken, um die Auswahl eines Trainingsprogramms zu bestätigen; - ENTER drücken, um eingegebene Daten und alle Programmparameter zu bestätigen.

Tasten UP/DOWN Vor Trainingsbeginn: - mit UP/DOWN eines der verfügbaren Programme wählen: Manuelles Programm, vordefinierte Programme, Cardio-Programm, Watt-Programm, Benutzerprogramm; - mit UP/DOWN einen Trainingsparameter einstellen: Dauer, Distanz, Kalorien, Puls, Watt; - mit UP/DOWN alle Daten der Trainingsprogramme eingeben.

Tasten PROGRAMMWAHL Mit dem Tastenfeld rechts wählen Sie eines der sieben vordefinierten Programme: Manuelles Programm, Zielprogramme (4 frei einstellbare Ziele: Dauer, Distanz, Kalorien, Puls), Intervallprogramme (10/20 Interval, 20/10 Interval, Custom Interval).

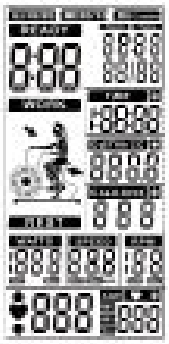
AUTO ON/OFF Zum Einschalten der Konsole zu treten beginnen oder eine beliebige Taste drücken. Werden Pedale und Tasten nicht betätigt, schaltet sich die Konsole nach einigen Minuten automatisch aus.

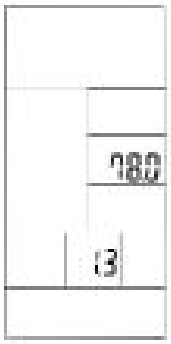


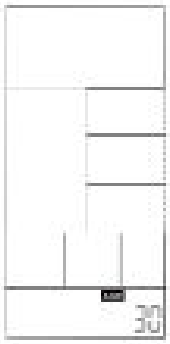
# 3.5 EINSCHALTEN – MANUELLES PROGRAMM

## Einschalten und Konfiguration

• Nach dem Einschalten (beliebige Taste oder Treten) führt das Display zwei Sekunden lang einen Selbsttest durch (Abbildung 1), danach ertönt ein Signalton. Anschließend zeigt das Display „Distance“ den Raddurchmesser (Abbildung 2; werkseitig eingestellt, für die Distanzberechnung nötig), danach wird das Alter des Benutzers „AGE“ abgefragt (Abbildung 3). Alter mit UP/DOWN eingeben und mit ENTER bestätigen; die Konsole ist nun im Stand-by-Modus und bereit zur Programmwahl.


Figura 1


Figura 2


Figura 3

• Im Stand-by-Modus blinken abwechselnd die Programm- und Statusanzeigen (Abbildung 4): Interval 10/20, Interval 20/10, Interval Custom, Ready, Work, Rest, Time, Distance, Calorie, Watts, Speed, RPM, Pulse.

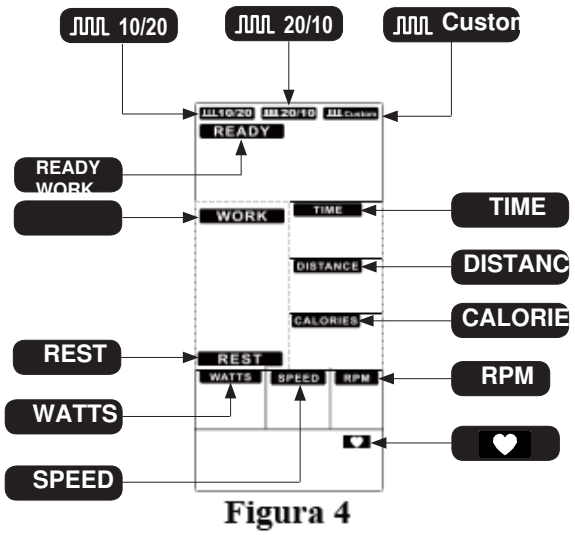


Figura 4

## Manuelles Programm

• Mit dem manuellen Programm können Sie das Gerät sofort benutzen. Setzen Sie sich auf den Sattel, schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein, drücken Sie im Stand-by-Modus START und beginnen Sie zu treten.

• Im manuellen Modus zählen die Displays Time, Distance, Calories, Watts, Speed, RPM und Total Time (Abbildung 5) sofort ab null und während des gesamten Trainings aufwärts.



Figura 5



Figura 6

• Mit Brustgurt (optional) zeigt das Display Pulse die Herzfrequenz (Abbildung 6) in bpm (Schläge pro Minute), andernfalls den Buchstaben „P“ (Abbildung 5).

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen START drücken.

• Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Zum Beenden des manuellen Trainings STOP drücken; das Display zeigt: TIME die Trainingsdauer, DISTANCE die zurückgelegte Distanz, CALORIES die verbrauchten Kalorien, WATT, SPEED, RPM die Durchschnitts- und Höchstwerte, PULSE abwechselnd den Puls bei 65%, 85% und den MAX-Wert.

## 3.6 ZIELPROGRAMME: Distanz, Dauer, Kalorien, Puls


Anzeige-LED des gewählten TARGET-Programms.

**Zeitprogramm (TIME Program)**

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste TARGET TIME: Die LED TIME zugehörige Display blinkt und ein kurzer Signalton ertönt. Stellen Sie mit UP/ DOWN die gewünschte Dauer ein und bestätigen Sie mit ENTER; nach dem Signalton beginnen Sie zu treten, um das Programm mit eingestellter Dauer zu starten.

• Während des Zielprogramms Dauer zählt das Display TIME vom eingestellten Wert auf null herunter, die übrigen Displays zählen aufwärts.

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen des Zielprogramms START drücken. • Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Zum Beenden des Zielprogramms Dauer STOP drücken; das Display zeigt: TIME die Trainingsdauer (eingestellte Dauer), DISTANCE die zurückgelegte Distanz, CALORIES die verbrauchten Kalorien, WATT, SPEED, RPM abwechselnd die Durchschnitts- und Höchstwerte, PULSE abwechselnd den Puls bei 65%, 85% und den MAX-Wert.

• Mit Brustgurt (optional) zeigt das Display Pulse die Herzfrequenz in bpm (Schläge pro Minute), andernfalls den Buchstaben „P“.

**Distanzprogramm (DISTANCE Program)**

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste TARGET DISTANCE: Die L DISTANCE as zugehörige Display blinkt und ein kurzer Signalton ertönt. Stellen Sie mit UP/DOWN die gewünschte Distanz ein und bestätigen Sie mit ENTER; beginnen Sie nach dem Signalton zu treten, um das Programm mit eingestellter Distanz sofort zu starten.

• Während des Zielprogramms Distanz zählt das Display DISTANCE vom eingestellten Wert auf null herunter, die übrigen Displays zählen aufwärts.

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen des Zielprogramms START drücken. • Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Zum Beenden des Zielprogramms Distanz STOP drücken; das Display zeigt: TIME die Trainingsdauer, DISTANCE die zurückgelegte Distanz (eingestellte Distanz), CALORIES die verbrauchten Kalorien, WATT, SPEED, RPM abwechselnd die Durchschnitts- und Höchstwerte, PULSE abwechselnd den Puls bei 65%, 85% und den MAX-Wert.

• Mit Brustgurt (optional) zeigt das Display Pulse die Herzfrequenz in bpm (Schläge pro Minute), andernfalls den Buchstaben „P“.

### Kalorienprogramm (CALORIES Program)

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste TARGET CALORIES: Die CALORIES das zugehörige Display blinkt und ein kurzer Signalton ertönt. Stellen Sie mit UP/DOWN den gewünschten Kalorienverbrauch ein und bestätigen Sie mit ENTER; nach dem Signalton beginnen Sie zu treten, um das Programm mit eingestelltem Kalorienziel zu starten.

• Während des Zielprogramms Kalorien zählt das Display CALORIES vom eingestellten Wert auf null herunter, die übrigen Displays zählen aufwärts.

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen des Zielprogramms START drücken.

• Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Zum Beenden des Zielprogramms Kalorien STOP drücken; das Display zeigt: TIME die Trainingsdauer, DISTANCE die zurückgelegte Distanz, CALORIES die verbrauchten Kalorien (eingestelltes Ziel), WATT, SPEED, RPM abwechselnd die Durchschnitts- und Höchstwerte, PULSE abwechselnd den Puls bei 65%, 85% und den MAX-Wert.

• Mit Brustgurt (optional) zeigt das Display Pulse die Herzfrequenz in bpm (Schläge pro Minute), andernfalls den Buchstaben „P“.

### Pulsprogramm (PULSE Program)

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste TARGET PULSE: Die LE[illegible]htet, das Display AGE blinkt und ein kurzer Signalton ertönt. Legen Sie nun den Brustgurt (optional) an, der für dieses Programm erforderlich ist. Stellen Sie mit UP/DOWN das Alter des Benutzers ein und bestätigen Sie mit ENTER; nach dem Signalton beginnen Sie zu treten, um das Programm mit eingestelltem Pulsbereich zu starten (Max HR wird aus dem eingestellten Alter berechnet).

MAX HR [illegible]

• Während des Programms zeigt das Display PULSE abwechselnd d[illegible]e[illegible]es Pulsbereichs, die übrigen Displays TIME, DISTANCE, CALORIES, WATTS, SPEED, RPM erfassen die Trainingswerte.

• Liegt die Herzfrequenz unter 65% oder über 85% der Max HR (aus dem eingestellten Alter berechnet), ertönt alle 10 Sekunden ein Signalton und die Anzeigen blinken. Liegt die Herzfrequenz zwischen 65% und 85%, zeigt das Display Pulse die gemessenen Schläge p[illegible]e[illegible]die Anzeige blinkt.

♥

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen des Pulsprogramms START drücken. • Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Zum Beenden des Zielprogramms Puls STOP drücken; das Training endet nach 15 Sekunden und das Display zeigt: TIME die Trainingsdauer, DISTANCE die zurückgelegte Distanz, CALORIES die verbrauchten Kalorien, WATT, SPEED, RPM abwechselnd die Durchschnitts- und Höchstwerte, PULSE abwechselnd den Puls bei 65%, 85% und den MAX-Wert.

## 3.7 INTERVALLPROGRAMME

**Intervallprogramm 20/10 (Interval Program)**

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste 20/10 INTERVAL: Die LED leuchtet und ein Signalton ertönt eine Sekunde lang. Das Programm wechselt zwischen Belastung (20 Sekunden) und Erholung (10 Sekunden) über 8 Zyklen (4 Minuten). Mit ENTER starten: Vor dem Start läuft ein 3-Sekunden-Countdown mit Signaltönen, angezeigt durch die blinkende Anzeige und das Zyklus-Display „00/08“.

READY

• Der Countdown der aktiven Trittphase von 20 auf 0 Sekunden beginnt, angezeigt durch die blinkende Anzeige und die Animation d WORK sanzeige; die Gesamtzeit von 4 Minuten läuft im Display INTERVAL TIME rückwärts. Nach dem ersten 20-Sekunden-Intervall zeigt das Zyklus-Display „01/08“.

• Der Countdown der Ruhephase von 10 auf 0 Sekunden beginnt (nicht treten), angezeigt durch die blinkende Anzeige und einen REST on pro Sekunde; die letzten 3 Sekunden werden durch das Aufleuchten der Anzeige hervorgehoben. Na READY zweiten 10-Sekunden-Intervall zeigt das Zyklus-Display „02/08“.

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen des Pulsprogramms START drücken. • Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Nach 4 Minuten Training (Zyklus-Display „08/08“) endet das Programm.

**Intervallprogramm 10/20 (Interval Program)**

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste 10/20 INTERVAL: Die LED leuchtet und ein Signalton ertönt eine Sekunde lang. Das Programm wechselt zwischen Belastung (10 Sekunden) und Erholung (20 Sekunden) über 8 Zyklen (4 Minuten). Mit ENTER starten: Vor dem Start läuft ein 3-Sekunden-Countdown mit Signaltönen, angezeigt durch die blinkende Anzeige und das Zyklus-Display „00/08“.

READY

• Der Countdown der aktiven Trittphase von 10 auf 0 Sekunden beginnt, angezeigt durch die blinkende Anzeige und die Animation d WORK sanzeige; die Gesamtzeit von 4 Minuten läuft im Display INTERVAL TIME rückwärts. Nach dem ersten 10-Sekunden-Intervall zeigt das Zyklus-Display „01/08“.

• Der Countdown der Ruhephase von 20 auf 0 Sekunden beginnt (nicht treten), angezeigt durch die blinkende Anzeige und einen REST on pro Sekunde; die letzten 3 Sekunden werden durch das Aufleuchten der Anzeige hervorgehoben. Na READY zweiten 20-Sekunden-Intervall zeigt das Zyklus-Display „02/08“.

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT. Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt; dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton. Zum Fortsetzen des Pulsprogramms START drücken. • Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Nach 4 Minuten Training (Zyklus-Display „08/08“) endet das Programm.

**Programm mit einstellbarem Intervall**

**(Custom Interval Program)**

• Setzen Sie sich auf den Sattel und schalten Sie die Konsole mit einer beliebigen Taste ein. Drücken Sie im Stand-by-Modus rechts die Taste CUSTOM INTERVAL: Die LED leuchtet und ein Signalton ertönt eine Sekunde lang. Das Programm wechselt wiederholt zwischen einstellbaren Belastungs- und Erholungszeiten. Mit ENTER das Programm einstellen: Das Zyklus-Display „00/XX“ blinkt und ein kurzer Signalton ertönt. Mit UP/DOWN die Anzahl der Zyklen „00/XX“ (1 bis 99) einstellen und mit ENTER bestätigen; ein Signalton zeigt den nächsten Einstellschritt an.

TIME

• Die Anzeige WORK t, die Anzeige und das Display „0:01“ blinken; mit UP/DOWN die Dauer des aktiven Trittintervalls (0:01 bis 9:59) einstellen und mit ENTER bestätigen; ein Signalton zeigt den nächsten Einstellschritt an.

TIME

• Die Anzeige REST t, die Anzeige und das Display „0:01“ blinken; mit UP/DOWN die Dauer der Ruhepause (0:01 bis 9:59) einstellen und mit ENTER bestätigen; ein Signalton zeigt den Programmstart an.

• Vor dem Start des Intervallprogramms läuft ein 3-Sekunden-Countdown mit Signaltönen, angezeigt durch die blinkende Anzeige und das Zyklus-Display „00/XX“. READY

• Der Countdown der eingestellten aktiven Trittphase beginnt, angezeigt durch die blinkende Anzeige und die Animation der Statusanz WORK eingestellte Gesamtzeit läuft im Display INTERVAL TIME rückwärts. Nach dem ersten Intervall zeigt das Zyklus-Display „01/XX“.

• Der Countdown der eingestellten Ruhephase beginnt (nicht treten), angezeigt durch die blinkende Anzeige und einen Signalton pro REST de; die letzten 3 Sekunden werden durch das Aufleuchten der Anzeige hervorgehoben. READY

• Nach dem zweiten Intervall zeigt das Zyklus-Display „02/XX“.

• Durch einmaliges Drücken von START wird das Training PAUSIERT.
Im PAUSE-Modus blinkt das Display 5 Minuten lang, bevor es in den Energiesparmodus wechselt;
dabei ertönt alle 30 Sekunden ein Signalton.
Zum Fortsetzen des Programms nach der PAUSE START drücken.

• Wird länger als 30 Sekunden nicht getreten, ertönt ein kurzer Signalton und die Konsole wechselt in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken.

• Nach Ablauf der eingestellten Anzahl von Intervallzyklen endet das Programm.

# 4.0 MANUTENZIONE




**• Halten Sie das Gerät stets sauber und staubfrei.**

**• Verwenden Sie zur Reinigung keine brennbaren oder schädlichen Mittel. Reinigen Sie Kunststoffteile nicht mit Lösungsmitteln, sondern nur mit Mitteln auf Wasserbasis und weichen Tüchern.**

**• Lösungsmittel wie Petroleum, Aceton, Benzin, Tetrachlorkohlenstoff, Ammoniak und chlorhaltige Öle können Kunststoffteile beschädigen und angreifen.**

REINIGUNG DES GERÄTS • Die Außenflächen wöchentlich mit einem feuchten Schwamm und mildem Reinigungsmittel reinigen.

• Reinigen Sie die Konsole mit einem feuchten, nicht nassen Tuch, ohne kräftig zu reiben.

• Den Boden rund um das Produkt am besten täglich reinigen, damit das Lüfterrad keinen Staub aufwirbelt, der Allergiker oder hausstaubempfindliche Personen reizen kann.

• Gitter und Lüfterrad mit einem weichen Tuch und einem Staubsauger reinigen.

BATTERIEWECHSEL




**• Auf die Polarität achten: Lage von Plus- und Minuspol anhand des Aufdrucks prüfen.**

**• Verbrauchte Batterien nicht ins Feuer werfen.**

**• Verbrauchte Batterien nicht mit dem Hausmüll entsorgen. In den dafür vorgesehenen Batterie-Sammelbehältern getrennt entsorgen.**

**• Leere Batterien nicht aufladen, nur neue Mignonzellen (Typ AA) verwenden.**

Zeigt das Display die Ziffern verzögert an, sind die Batterien zu wechseln. Entfernen Sie dazu die Abdeckung an der Rückseite der Konsole, nehmen Sie die leeren Batterien heraus und setzen Sie zwei neue Mignonzellen (Typ AA) ein.

## 5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG



Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne bedeutet, dass die Produkte in den Anwendungsbereich der EU-Richtlinie über die Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten (WEEE) fallen.

Dieses Produkt darf NICHT über den Hausmüll entsorgt werden, sondern muss (in den Staaten der Europäischen Union) getrennt bei den dafür vorgesehenen Sammelstellen zur Entsorgung und Verwertung abgegeben werden.



Die CE-Kennzeichnung bedeutet, dass das Produkt der RoHS-Richtlinie 2011/65/EU entspricht und keines der eingebauten elektrischen und elektronischen Bauteile bestimmte gesundheitsgefährdende Stoffe über den zulässigen Grenzwerten enthält.

Garlando S.p.A. bittet Verbraucher außerhalb der Europäischen Union, die örtlichen Vorschriften zur Entsorgung und Verwertung zu beachten und, wo möglich, elektrische und elektronische Geräte sowie wiederverwertbare Bestandteile (z. B. Eisen, Kupfer, Kunststoffe) getrennt zu sammeln.

## 6.0 ERSATZTEILKATALOG – BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

Zur Bestellung von Ersatzteilen beachten Sie die Explosionszeichnung auf der folgenden Seite.

**Die Ersatzteilbestellung muss folgende Angaben enthalten: 1. Marke und Modell des Produkts – siehe Typenschild 2. Bezeichnung des zu ersetzenden Teils – siehe Ersatzteilliste 3. Positionsnummer des Teils – siehe Explosionszeichnung 4. Gewünschte Menge 5. Anschrift und Versandangaben – siehe Bestellformular für Ersatzteile, das der Anleitung beiliegt**

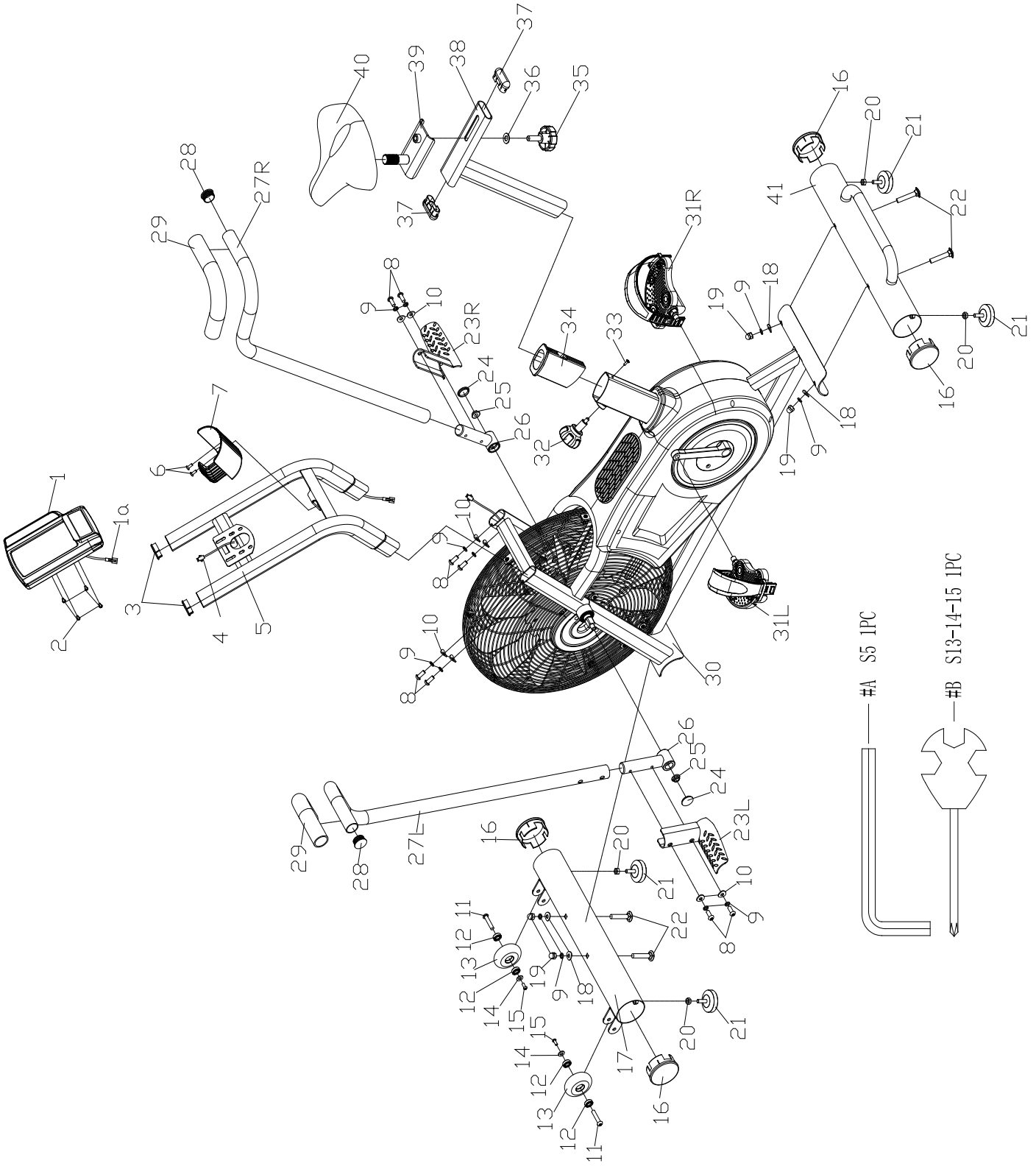
Verwenden Sie für die Bestellung eine Kopie des Bestellformulars für Ersatzteile auf der beiliegenden Karte, zusammen mit dem Garantieschein.

Ersatzteile sind schriftlich per Fax oder E-Mail an folgende Adresse anzufordern:

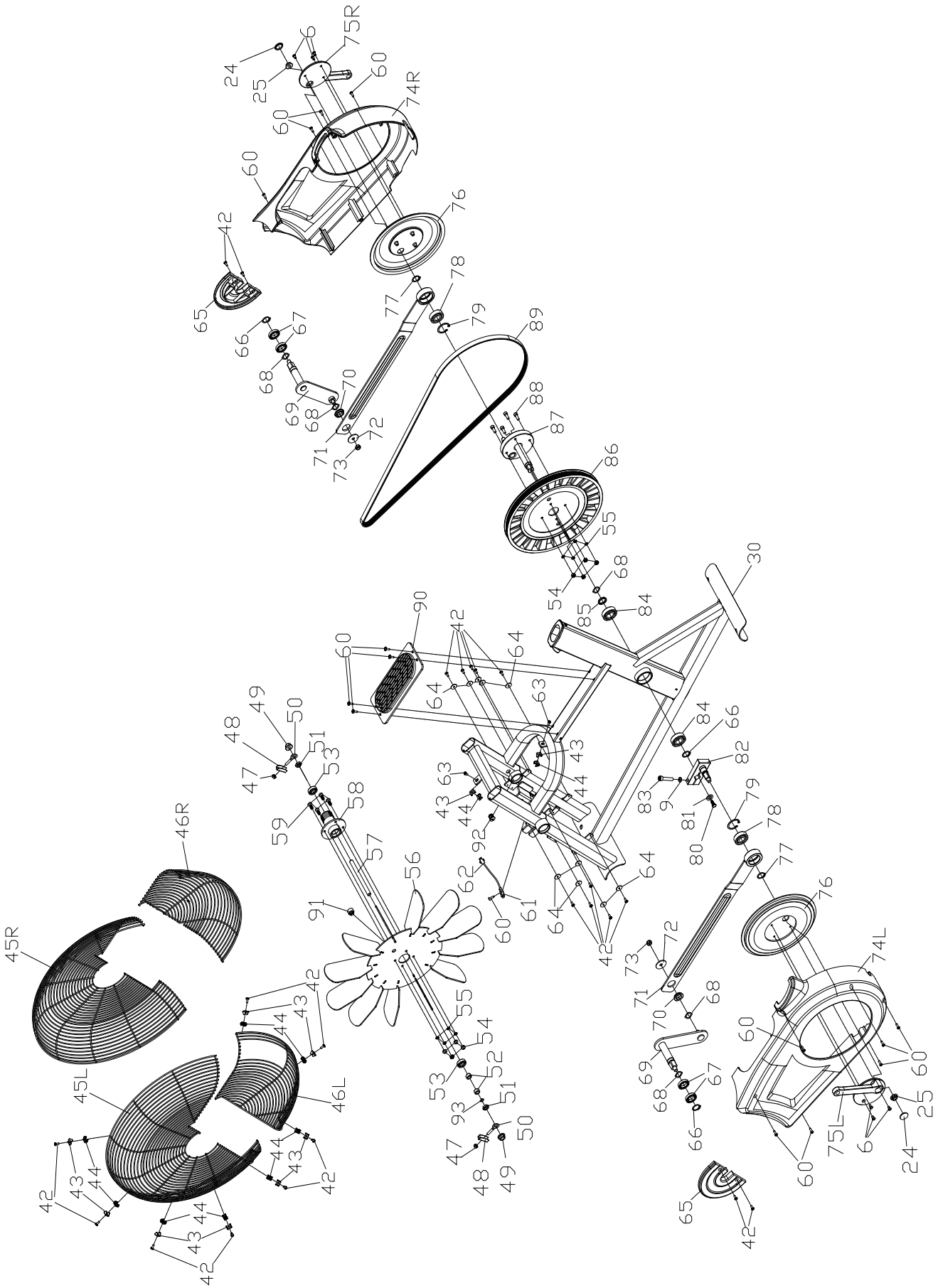
Fax 0143/318594 ·
assistenza.toorx@garlando.it

Dieser Katalog kann geringfügig vom vorhandenen Produkt abweichen; zwischenzeitliche Änderungen des Herstellers sind eventuell nicht enthalten. Bei Fragen zu Zeichnungen und Beschreibungen wenden Sie sich an den technischen Kundendienst: 0143/318540, Mo–Fr 9:00–12:00 Uhr

# 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG - BLATT 1



# 6.2 EXPLOSIONSZEICHNUNG - BLATT 2



# 6.3 TEILELISTE

| Pos. | Beschreibung | Menge |
|---|---|---|
| 1 | Konsole | 1 |
| 2 | Schraube M5x10 | 4 |
| 3 | Vierkantkappe | 2 |
| 4 | Verlängerungskabel Geschwindigkeitssensor | 1 |
| 5 | Konsolenstütze | 1 |
| 6 | Schraube M8x15 | 6 |
| 7 | Flaschenhalter | 1 |
| 8 | Schraube M8x20 | 8 |
| 9 | Federring Ø8 | 13 |
| 10 | Gebogene Unterlegscheibe Ø8xØ20x2xR16 | 8 |
| 11 | Schraube M8x30 | 2 |
| 12 | Lager 608Z | 4 |
| 13 | Transportrolle | 2 |
| 14 | Unterlegscheibe Ø6xØ12x1.5 | 2 |
| 15 | Schraube M6x15 | 2 |
| 16 | Runde Kappe Ø76 | 4 |
| 17 | Vorderer Standfuß | 1 |
| 18 | Gebogene Unterlegscheibe Ø8xØ20x2xR38 | 8 |
| 19 | Hutmutter M8xH16xS13 | 4 |
| 20 | Mutter M8xH5.5xS14 | 4 |
| 21 | Stellfuß | 4 |
| 22 | Schlossschraube M8x90x20xH5 | 4 |
| 23L/R | Fußstütze L/R | 1/1 |
| 24 | Runde Kappe | 4 |
| 25 | Mutter M10x1.25xH7.5xS14 | 4 |
| 26 | Pendelhebel | 2 |
| 27L/R | Lenker L/R | 1/1 |
| 28 | Runde Kappe Ø32 | 2 |
| 29 | Lenkerbezug | 2 |
| 30 | Hauptrahmen | 1 |
| 31L/R | Pedal L/R | 1/1 |
| 32 | Federrastknopf vertikale Sattelverstellung | 1 |
| 33 | Blechschraube ST4.2x10xØ8 | 1 |
| 34 | Buchse | 1 |
| 35 | Drehknopf horizontale Sattelverstellung | 1 |
| 36 | Unterlegscheibe Ø12xØ24x2 | 1 |
| 37 | Rechteckige Kappe | 2 |
| 38 | Sattelstütze | 1 |
| 39 | Schlitten horizontale Sattelverstellung | 1 |
| 40 | Sattel | 1 |
| 41 | Hinterer Standfuß | 1 |
| 42 | Schraube M4x10xØ8 | 18 |
| 43 | Äußere Halteklammer Lüftergitter | 10 |
| 44 | Innere Halteklammer Lüftergitter | 10 |
| 45L/R | Vorderer Teil Lüftergitter L/R | 1/1 |
| 46L/R | Hinterer Teil Lüftergitter L/R | 1/1 |
| 47 | Mutter M6xH6xS10 | 2 |
| 48 | U-Bügel Riemenspannung | 2 |
| 49 | Mutter M10x1xH8xS15 | 2 |
| 50 | Riemenspannschraube | 2 |
| 51 | Mutter M10x1xH5xS17 | 2 |
| 52 | Distanzstück Ø10.1xØ15x9 | 2 |
| 53 | Lager 6000-2RS | 2 |
| 54 | Sicherungsmutter M6 | 8 |

| Pos. | Beschreibung | Menge |
|---|---|---|
| 55 | Federring Ø6 | 8 |
| 56 | Lüfterrad | 1 |
| 57 | Lüfterradwelle | 1 |
| 58 | Hülse | 1 |
| 59 | Schraube M6x16xS10 | 4 |
| 60 | Blechschraube ST4.2x19xØ8 | 15 |
| 61 | Halterung Geschwindigkeitssensor | 1 |
| 62 | Geschwindigkeitssensor mit Kabel | 1 |
| 63 | Schraube M4x15xØ8 | 2 |
| 64 | Unterlegscheibe Ø4xØ18x1.5 | 10 |
| 65 | Vordere Abdeckung | 2 |
| 66 | Unterlegscheibe | 3 |
| 67 | Lager 6804-2RS | 4 |
| 68 | Wellscheibe Ø20xØ26x0.3 | 3 |
| 69 | Pendelbolzen | 2 |
| 70 | Buchse Ø28x6.2 | 2 |
| 71 | Verbindungsstange | 2 |
| 72 | Unterlegscheibe Ø8xØ32x2 | 2 |
| 73 | Sicherungsmutter M8xH7.5xS13 | 2 |
| 74L/R | Verkleidung L/R | 1/1 |
| 75L/R | Tretkurbel L/R | 1/1 |
| 76 | Abdeckring Verkleidung | 2 |
| 77 | Feder Ø17 | 2 |
| 78 | Lager 6203-2RS | 2 |
| 79 | Feder Ø40 | 2 |
| 80 | Schraube M6x16xS10 | 1 |
| 81 | Unterlegscheibe Ø6xØ20x2 | 1 |
| 82 | Kurbeladapter | 1 |
| 83 | Schraube M8x40xS6 | 1 |
| 84 | Lager 6004-2RS | 2 |
| 85 | Distanzstück Ø25xØ20.1x4 | 1 |
| 86 | Antriebsriemenscheibe | 1 |
| 87 | Tretlagerwelle | 1 |
| 88 | Schraube M6x16xS5 | 4 |
| 89 | Antriebsriemen | 1 |
| 90 | Mittlere Trittplatte | 1 |
| 91 | Permanentmagnet Ø15x7 | 1 |
| 92 | Gummipuffer Ø12,5 | 1 |
| 93 | Wellscheibe Ø10xØ15x0.3 | 1 |
| A | Innensechskantschlüssel M5 | 1 |
| B | Gabelschlüssel S13-14.15 | 1 |

# 7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG

HINWEIS ZUR GARANTIE IN ÖSTERREICH Die im italienischen Original an dieser Stelle abgedruckte Herstellergarantie der Garlando S.p.A. gilt nur für Produkte, die in Italien bei einem autorisierten Händler gekauft wurden. Für in Österreich bei der Bodyfit Handels KG gekaufte Produkte gilt die gesetzliche Gewährleistung. Ob und in welchem Umfang zusätzlich eine Herstellergarantie besteht, steht in Ihrem Angebot bzw. in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Bodyfit Handels KG. Ihre gesetzlichen Rechte werden dadurch nicht eingeschränkt. Bei Fragen zu Gewährleistung, Garantie und Ersatzteilen wenden Sie sich an: Bodyfit Handels KG, Wiener Straße 190, 4020 Linz, Österreich, info@bodyfit-shop.at, +43 5356 90990.

**3.2**

**3.3**

**3.4**

BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND FEHLGEBRAUCH Das Produkt ist ausschließlich für den Sport bestimmt. Die Benutzung setzt eine ärztliche Bestätigung der körperlichen Eignung voraus. Für Schäden an Personen, Haustieren und Sachen, die direkt oder indirekt durch Nichtbeachtung der Anweisungen und Warnhinweise dieser Bedienungsanleitung entstehen, übernimmt der Hersteller keine Haftung. Das Produkt ist nicht für therapeutische oder rehabilitative Zwecke geeignet. Unfälle oder Erkrankungen infolge einer solchen Fehlanwendung können nicht dem Hersteller angelastet werden.

**5.1**

**6.1**

# Batterien und Akkus: Entfernen, Austauschen, Sicherheit



Falls Ihr Gerät Batterien oder Akkus enthält, finden Sie Typ und Lage in der Anleitung Ihres Geräts. So entfernen und tauschen Sie sie:

1. Schalten Sie das Gerät aus und trennen Sie es vom Strom.
2. Öffnen Sie das Batteriefach, falls vorhanden, wie in der Anleitung beschrieben, und nehmen Sie alle Batterien heraus.
3. Setzen Sie neue Batterien des in der Anleitung genannten Typs ein und achten Sie auf die richtige Polung.
4. Schließen Sie das Batteriefach.

Ist eine Batterie fest eingebaut, kontaktieren Sie uns: info@bodyfit-shop.at.

## Sicherheit

- Schließen Sie Batterien und Akkus nicht kurz, öffnen Sie sie nicht und werfen Sie sie nicht ins Feuer.
- Laden Sie nicht wiederaufladbare Batterien nicht auf.
- Fassen Sie auslaufende Batterien nicht mit bloßen Händen an.
- Halten Sie Batterien von Kindern fern.
- Nehmen Sie die Batterien heraus, wenn Sie das Gerät länger nicht benutzen.

## Rückgabe

Altbatterien und Altgeräte gehören nicht in den Hausmüll. Sie können sie kostenlos zurückgeben. Alle Rückgabemöglichkeiten:
Bodyfit: bodyfit-shop.at/pages/batterien-entsorgung
Toorx Professional: toorxprofessional.com/pages/entsorgung

Bodyfit Handels KG · Wiener Straße 190 · 4020 Linz · Österreich · info@bodyfit-shop.at

Garlando

GARLANDO SPA Via Regione Piemonte,
32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) -
Italien · www.toorx.it · info@toorx.it