TOORX

FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



BRXR 95 COMFORT

Code: GRLDTOORXBRXR95

Revision: 01

Ausgabe: 02/19

CE

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.

INHALTSVERZEICHNIS

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

2.0 AUFSTELLORT DES PRODUKTS.....S. 2.1 AUSPACKEN – PACKUNGSINHALT.....S. 2.2 MONTAGE DES PRODUKTS.....S. 7 7 9

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 17 3.1 BRUSTGURT-SENDER (OPTIONAL).....S. 18 3.2 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE.....S. 19 3.3 KONSOLENFUNKTIONEN - DISPLAY.....S. 20 3.4 KONSOLENFUNKTIONEN - TASTEN.....S. 21 3.5 EINSCHALTEN - MANUELLES PROGRAMM.....S. 22 3.6 VOREINGESTELLTE PROGRAMME.....S. 23 3.7 CUSTOM-PROGRAMME.....S. 24 3.8 WATT-PROGRAMM.....S. 25 3.9 CARDIO-PROGRAMME.....S. 26

4.0 WARTUNG.....S. 27

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

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

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG.....S. 33

1.0 SICHERHEITSHINWEISE

ZULÄSSIGES VERHALTEN

• Lesen Sie vor Montage und Gebrauch diese Bedienungsanleitung und alle beiliegenden Anleitungen sorgfältig durch.

• Verwenden Sie das Gerät nur im häuslichen Bereich. Die Bedienung und die Warnhinweise müssen allen Familienmitgliedern oder Freunden erklärt werden, denen die Benutzung dieses Geräts gestattet wird.

• 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 jeder Benutzer die Anleitung verstanden hat, und beaufsichtigen Sie die ersten Trainingseinheiten. Bewahren Sie die Bedienungsanleitung stets griffbereit in der Nähe des Geräts auf.

• 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 Bewegungsfreiheit nicht einschränkt. Tragen Sie stets geeignete Sportschuhe.

• Halten Sie den Lenker während des Trainings mit beiden Händen fest. Überwachen Sie während des Trainings Ihre Herzfrequenz und passen Sie die Trainingsintensität entsprechend an.

• Treten während des Trainings Schwindel, Brustschmerzen oder Atemnot auf, brechen Sie das Training sofort ab und suchen Sie Ihren Arzt auf.

• Prüfen Sie regelmäßig den festen Sitz aller Schrauben und Bolzen sowie den einwandfreien Zustand aller Geräteteile.

UNZULÄSSIGES VERHALTEN

• 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.

• Stellen Sie KEINE Gläser oder Flaschen mit Getränken neben oder auf das Gerät.

• Beschädigen Sie Konsole und Kunststoffteile NICHT mit spitzen Gegenständen, Bürsten, Scheuerschwämmen oder aggressiven Chemikalien.

• Bauen Sie KEINE Teile des Geräts ab, außer wenn dieser Vorgang in der Bedienungsanleitung beschrieben ist.

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

• Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät FERN. Stellen Sie das Gerät nach Möglichkeit in einem eigenen Raum mit Tür auf, der Unbefugten den Zugang verwehrt. • Verwenden Sie das Gerät NIEMALS, wenn es beschädigt oder nicht in einwandfreiem Zustand ist. Bei Defekt oder Fehlfunktion schalten Sie das Gerät aus und nehmen Sie keine Eingriffe vor. Wenden Sie sich für Reparaturen nur an einen Fachkundendienst.

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

• Tragen Sie KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischgewebe, die das Schwitzen behindert. Ungeeignete Kleidung kann zu hygienischen Problemen und zu elektrostatischen Aufladungen 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 Bewegung beim herkömmlichen Radfahren nachbildet und regelmäßiges Ausdauer- und Krafttraining ermöglicht. Mit diesem Gerät können Sie zu Hause trainieren, auch wenn das Wetter es nicht zulässt oder Sie keine Zeit oder Lust haben, für eine Radtour oder ins Fitnessstudio aus dem Haus zu gehen. Befolgen Sie unbedingt alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung. Intensive und lange Belastungen setzen eine gute körperliche Verfassung voraus; beachten Sie daher 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 Aufbau, Wartung und richtiger Benutzung des Liegeergometers. Der Benutzer und alle weiteren Personen (Freunde, Familienmitglieder), die das Produkt benutzen, müssen die Informationen in dieser Anleitung sorgfältig lesen, um einen sicheren Aufbau und eine 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.

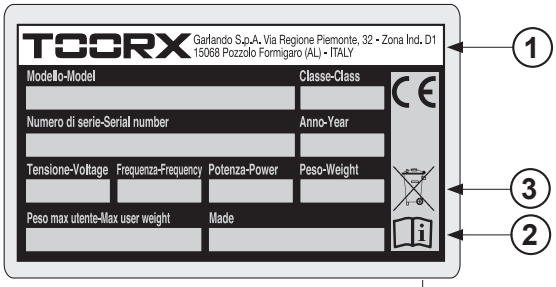
1.2 AUFKLEBER AM PRODUKT

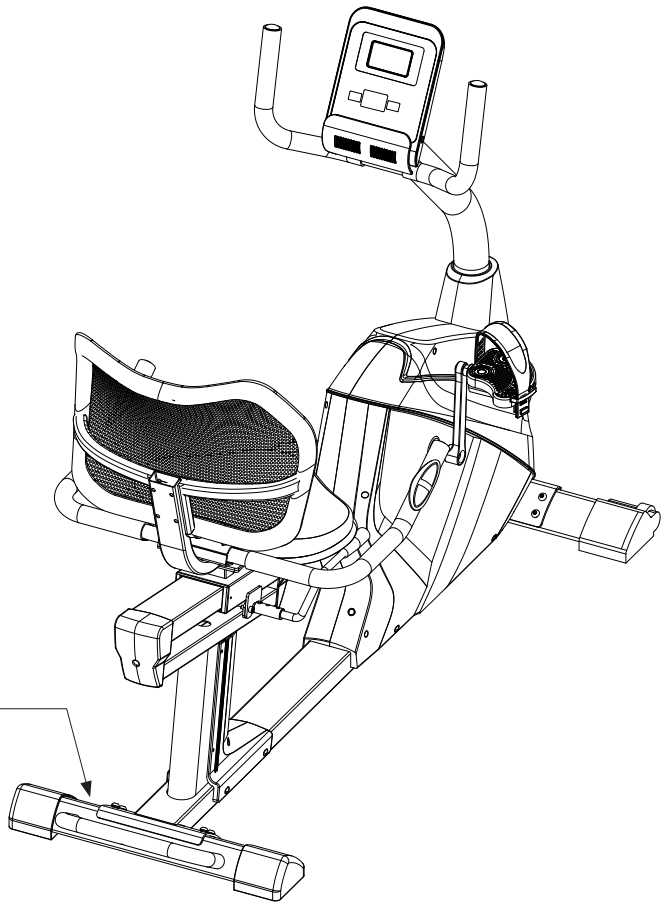
1) Das Typenschild des Produkts enthält die Anschrift des Händlers, die wichtigsten technischen Daten und die Seriennummer.

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

INTENSITÄTSVERSTELLUNG	elektronisch, 24 Stufen
BREMSSYSTEM	Magnetbremse
KONSOLENANZEIGEN	Zeit, Distanz, Kalorien, Geschwindigkeit, RPM, Puls, Watt, Recovery-Index
VERFÜGBARE PROGRAMME	Manuelles Programm, 10 voreingestellte Programme, 5 Custom-Programme,
	Watt-Programm, 4 Cardio-Programme
SCHWUNGMASSE	10 kg
MAX. ABMESSUNGEN (LXBXH)	1510 x 600 x 1160 mm
NETTOGEWICHT	43 kg
BRUTTOGEWICHT	48 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	130 kg
HERZFREQUENZMESSUNG	Handpulssensoren und kabelloser HR-Empfänger (*)
SITZVERSTELLUNG	horizontal
KONFORMITÄT	Normen : EN ISO 20957-1 - EN 957-5 (Klasse HC)
	Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EU - 2014/35/EU - 2011/65/EU
NETZTEIL	IN: [230 VAC - 50 Hz] - OUT: [8 VDC- 500 mA]

(*) Der kabellose HR-Empfänger des Produkts ist für Brustgurt-Sender geeignet, die mit den Frequenzbereichen von Polar® kompatibel sind (uncodiert). Der Brustgurt-Sender ist nicht im Lieferumfang enthalten und 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: • Das Gerät muss in einem Raum mit abschließbarer Tür aufgestellt werden, damit es für Kinder und Haustiere nicht zugänglich ist.

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

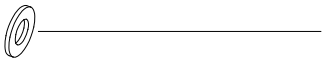
Die Verpackung unterliegt der Verordnung (EU) 2025/40; beachten Sie bei der Entsorgung die örtlichen Vorschriften zur Verwertung und zum Recycling.

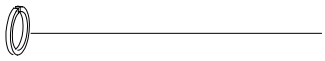
Verpackungsteile (Karton und Beutel) dürfen nicht in Reichweite von Kindern bleiben, da sie eine Gefahrenquelle darstellen können.

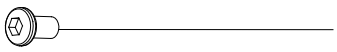
Prüfen Sie das Produkt nach dem Auspacken auf Transportschäden und kontrollieren Sie, ob alle auf der vorigen Seite abgebildeten Teile vorhanden sind.

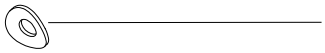
KLEINTEILE FÜR DIE MONTAGE

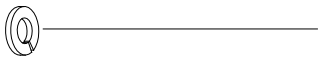

#16 M8x20xS13 (8 Stk.)

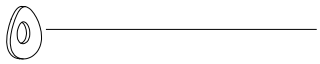

#17 Ø8xØ20x2 (18 Stk.)


#8 Ø8 (22 Stk.)


#9 M8x16xS6 (12 Stk.)


#7 Ø8xØ20x2xR30 (8 Stk.)

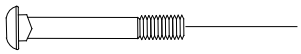

#41 Ø6 (6 Stk.)

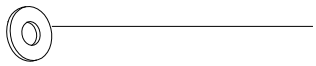

#46 Ø6xØ16x1.5xR16 (2 Stk.)


#43 M6x20xS5 (2 Stk.)


#69 M8x20xS6 (4 Stk.)

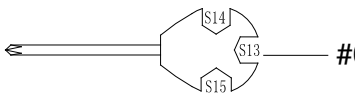

#51 M8xH16xS13 (2 Stk.)


#55 M8x47x20xH5 (2 Stk.)

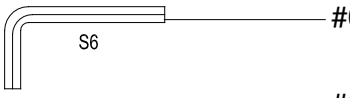

#40 Ø6xØ12x1.2 (4 Stk.)


#63 M6x40 (4 Stk.)

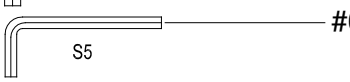

#2 M5x10xØ8 (4 Stk.)



#65 S13-14-15t (1 Stk.)



#66 S6 (1 Stk.)



#67 S5 (1 Stk.)

2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

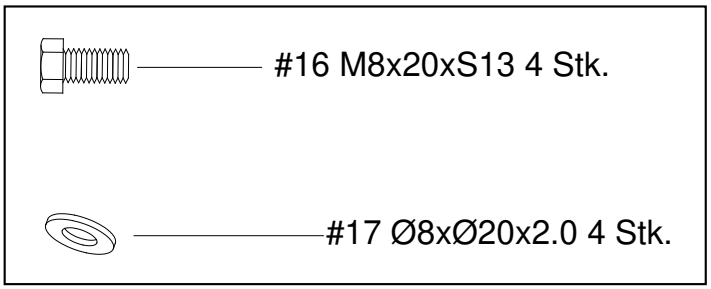
Schaffen Sie nach dem Öffnen der Originalverpackung am Aufstellort eine freie Fläche ohne Möbel, um die Montage zu erleichtern. Nehmen Sie alle Teile aus der Verpackung und legen Sie sie montagebereit auf den Boden. Das Montagematerial und das benötigte Werkzeug befinden sich in einem Beutel.

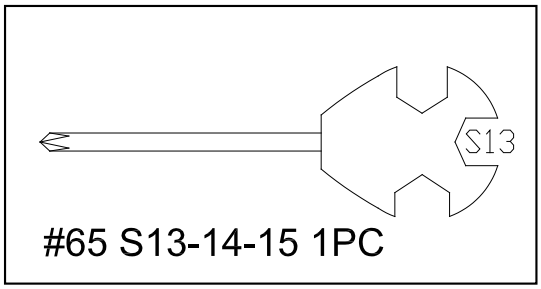
Entfernen der Verpackungsteile

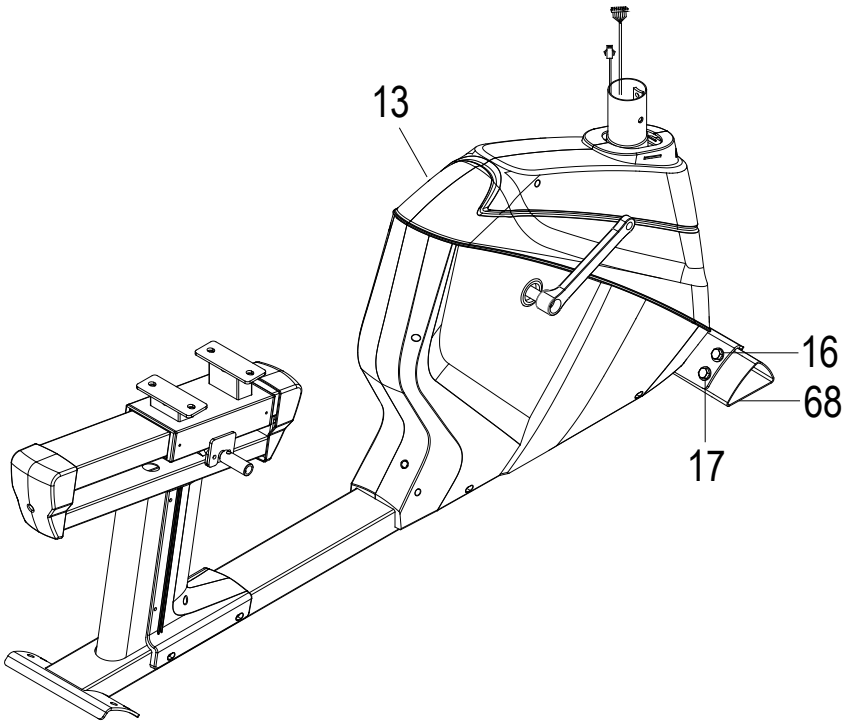
• Um das Rohr 68 zu entfernen, das die Verpackung stabilisiert, schrauben Sie die vier Bolzen 16 mit flachen Unterlegscheiben 17 vom Hauptrahmen 13 ab. Bolzen 16 und Unterlegscheiben 17 für die weiteren Montageschritte bereithalten.

GEFAHR

Halten Sie Kinder und Haustiere während der Montage fern.





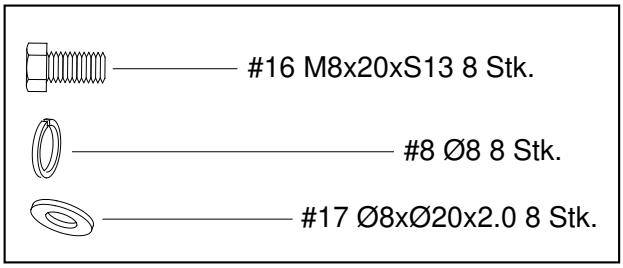


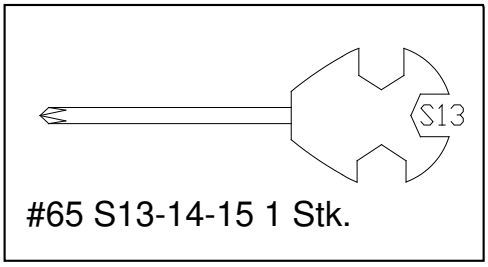
Montage der Standfüße

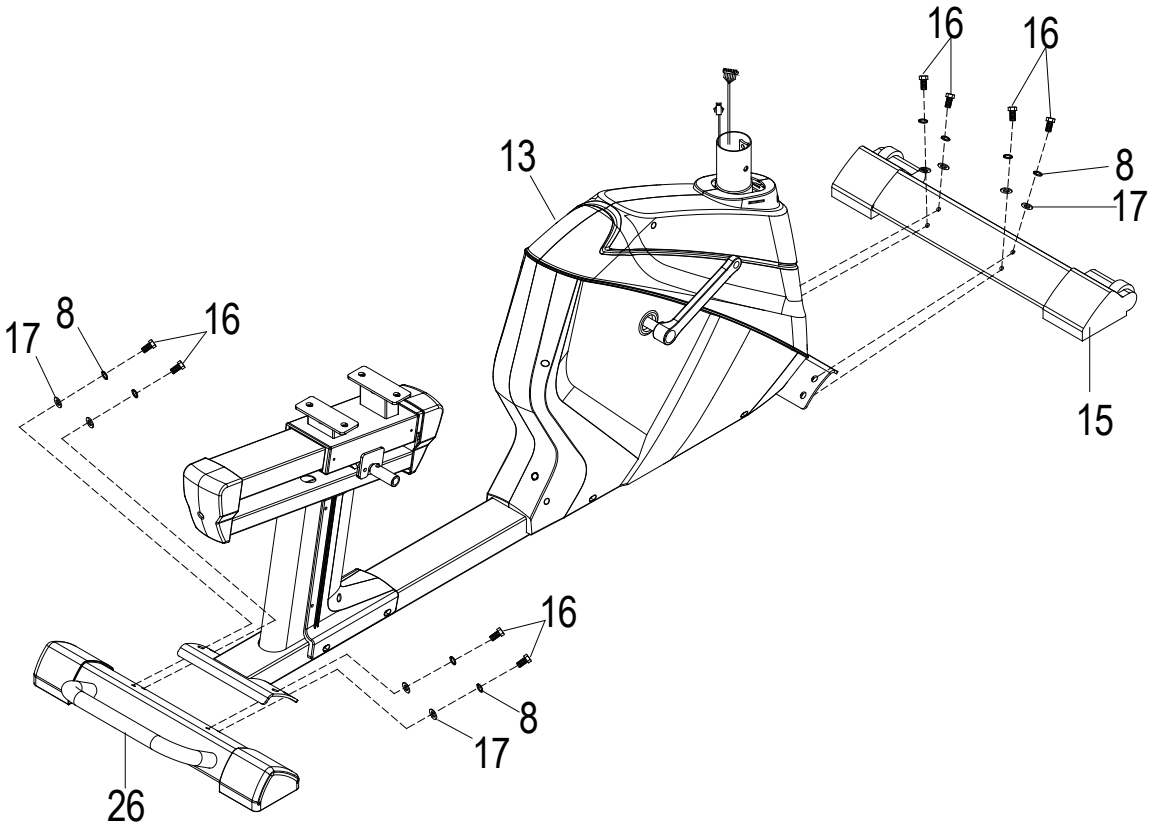
• Befestigen Sie die vordere Standfußstange 15 wie abgebildet am Hauptrahmen 13 mit den zwei Bolzen 16, zwei Federringen 8 und zwei flachen Unterlegscheiben 17, die im vorigen Schritt entfernt wurden.

• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 65 zwei Bolzen 16 mit Federringen 8 und flachen Unterlegscheiben 17 von der hinteren Standfußstange 26 ab.

• Befestigen Sie die hintere Standfußstange 26 wie abgebildet am Hauptrahmen 13 mit den zwei Bolzen 16, zwei Federringen 8 und zwei flachen Unterlegscheiben 17, die zuvor entfernt wurden.







Montage der Lenkerstütze

GEFAHR

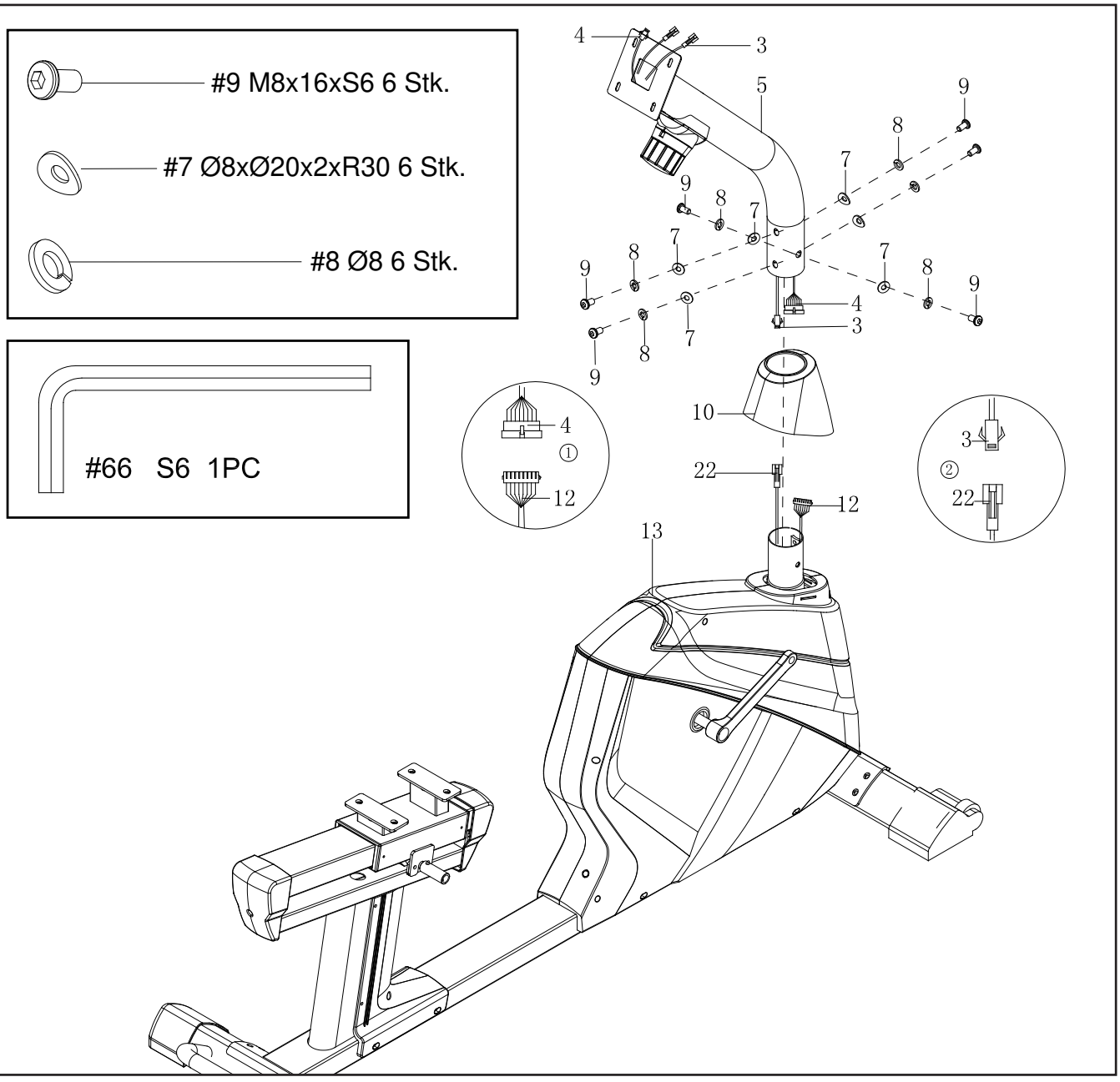
Beim Befestigen des Lenkerständers am Hauptrahmen kann das Kabel zwischen den Rohren abgeschert oder von den Bolzen gequetscht werden; besonders vorsichtig vorgehen.

• Das Stützrohr 5 an die Steckverbindung am Hauptrahmen 13 heranführen und von unten den Kunststoffkonus 10 in der abgebildeten Ausrichtung aufschieben.

• Verbinden Sie die Stecker der Kabel 4 und 3 aus dem Ständer 5 mit den jeweiligen Steckern 12 (Stromversorgung Konsole) und 22 (Pulssensoren) aus dem Hauptrahmen 13.

• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 66 sechs Bolzen 9 mit Federringen 8 und gebogenen Unterlegscheiben 7 von der Aufnahme am Hauptrahmen 13 ab.

• Das Stützrohr 5 in die Steckverbindung am Hauptrahmen 13 einsetzen und mit sechs Bolzen 9 mit Federringen 8 und gewölbten Unterlegscheiben 7 befestigen. Den Kunststoffkonus 10 so absenken, dass er Rohrverbindung und Schraubenköpfe abdeckt.



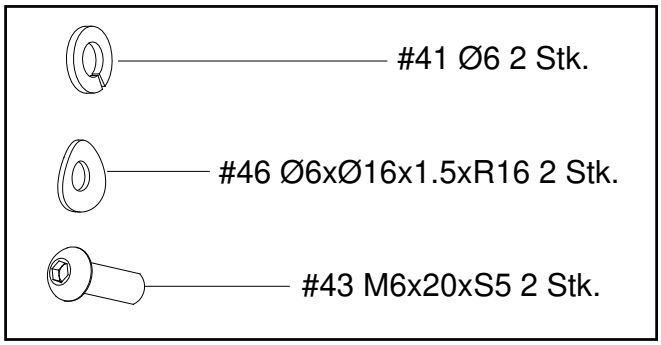
Montage der Pedale und des Sitzverstellhebels

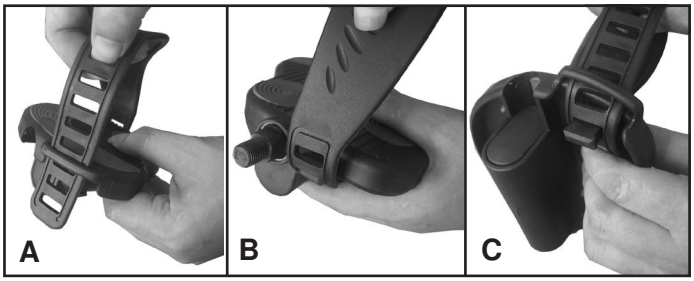
• Schrauben Sie das linke Pedal 14L (Kennzeichnung L) gegen den Uhrzeigersinn an die linke Tretkurbel 81L. Auf der anderen Seite das rechte Pedal 14R (Kennzeichnung R) im Uhrzeigersinn an die rechte Tretkurbel 81R schrauben.

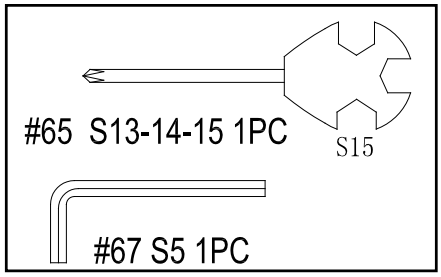
• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 67 zwei Bolzen 43 mit Federringen 41 und gebogenen Unterlegscheiben 46 vom Hebel 47 ab.

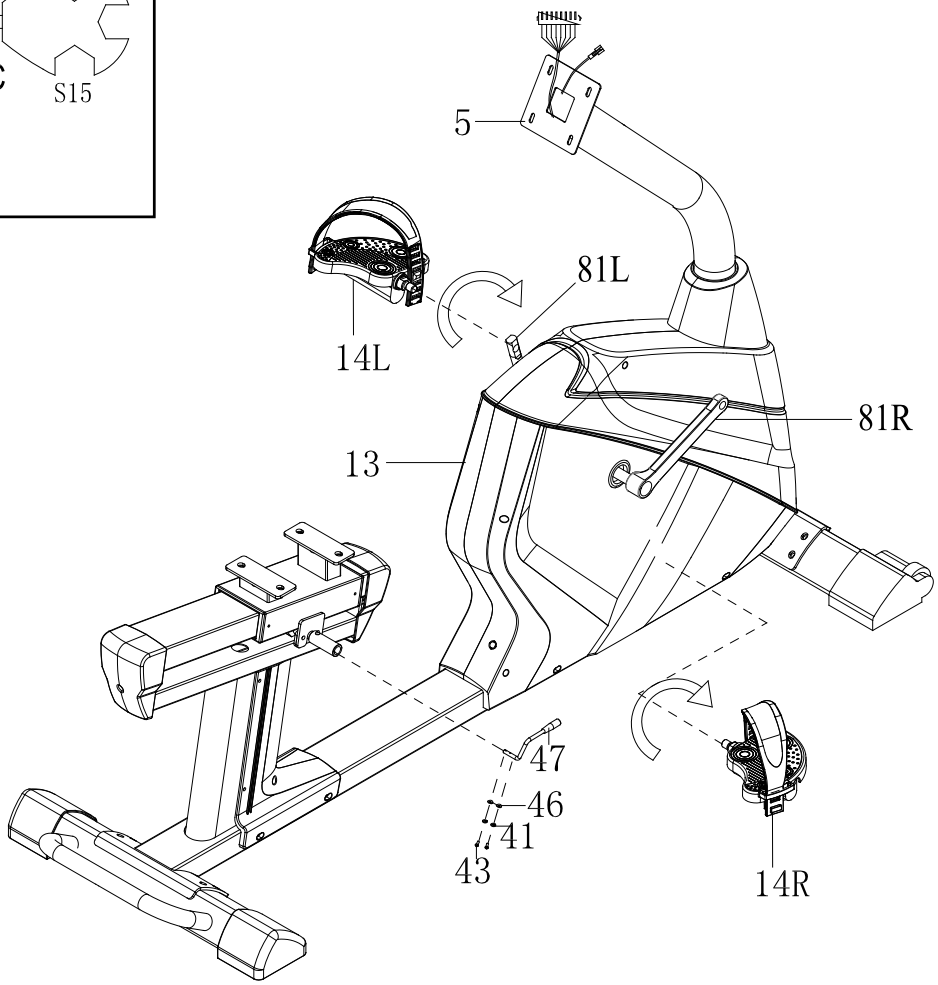
• Falls noch nicht montiert, befestigen Sie die Gummi-Fußriemen am rechten und linken Pedal, indem Sie die Ösen in die vorgesehenen Zapfen einhängen; Einbaurichtung des Riemens beachten (siehe Abbildung A-B-C).

• Befestigen Sie den Sitzverstellhebel 47 an der Aufnahme 44 mit zwei Bolzen 43, Federringen 41 und gebogenen Unterlegscheiben 46 in der abgebildeten Reihenfolge.









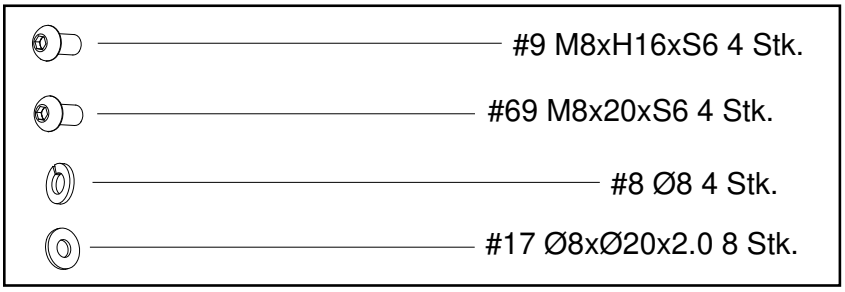
Montage von Sattel und Sitzträger

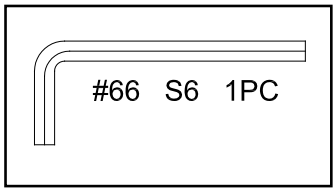
• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 66 vier Bolzen 69 mit Federringen 8 und flachen Unterlegscheiben 17 aus den Befestigungsbohrungen des Sitzwagens 35.

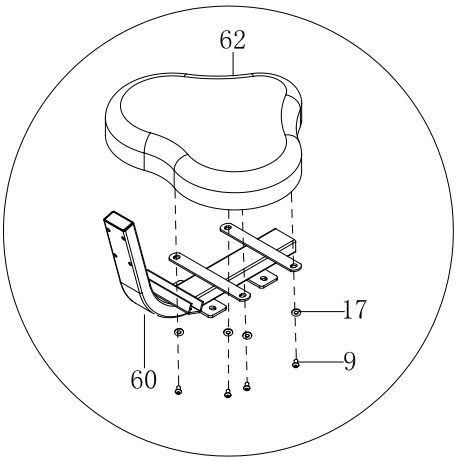
• Befestigen Sie den Sitzträgerrahmen 60 am Sitzwagen 35 mit den vier zuvor entfernten Bolzen 69, Federringen 8 und flachen Unterlegscheiben 17.

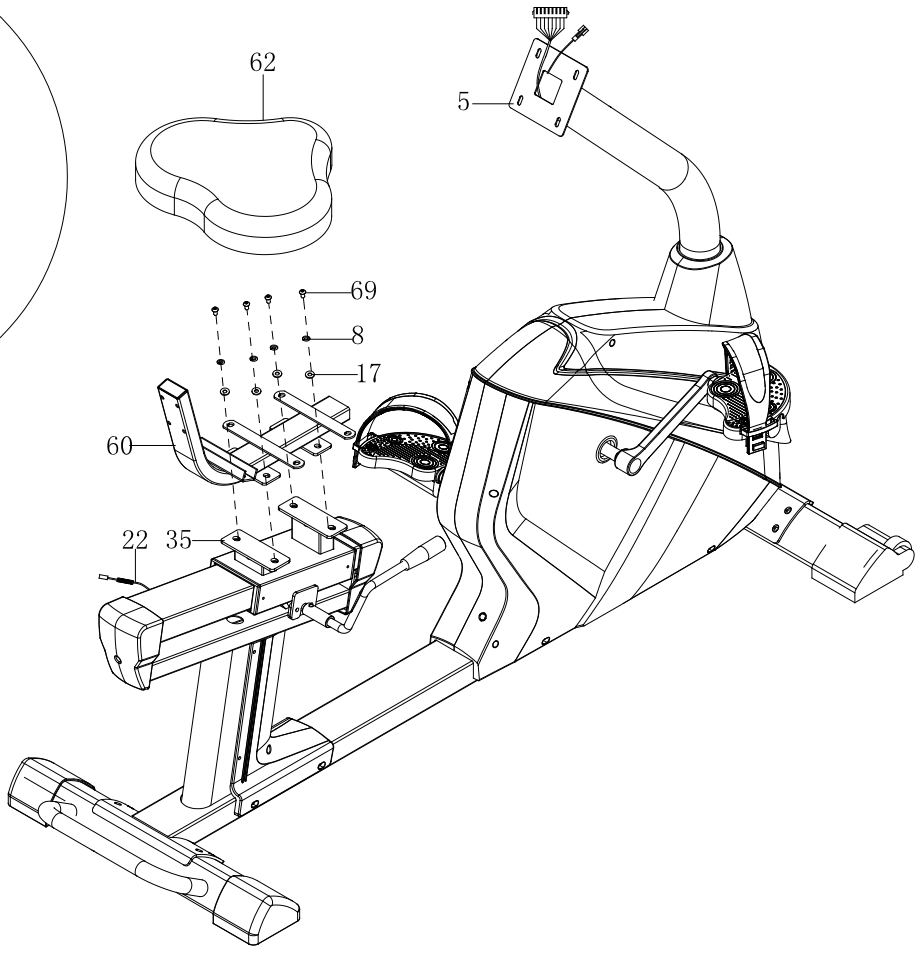
• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 66 vier Bolzen 9 mit flachen Unterlegscheiben 17 aus den Befestigungsbohrungen des Sattels 62.

• Befestigen Sie den Sattel 62 am Sitzträgerrahmen 60 mit den vier zuvor entfernten Bolzen 9 und flachen Unterlegscheiben 17.









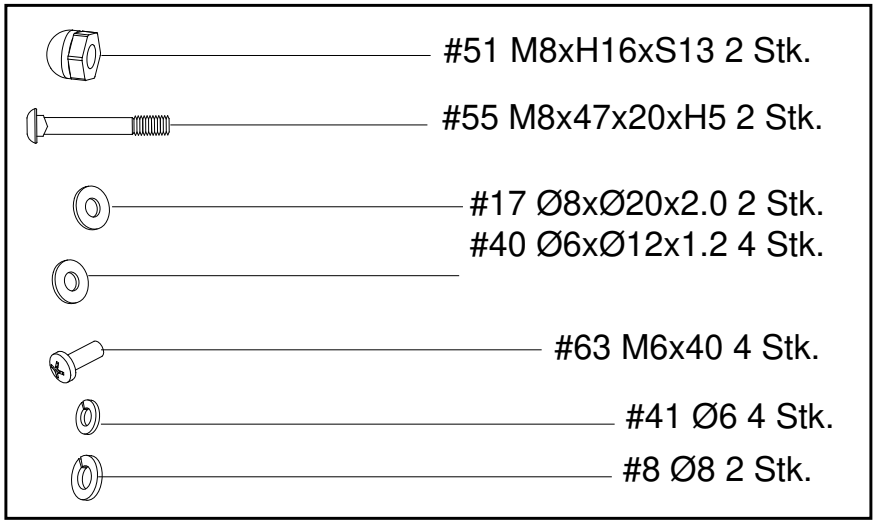
Montage von hinterem Lenker und Rückenlehne

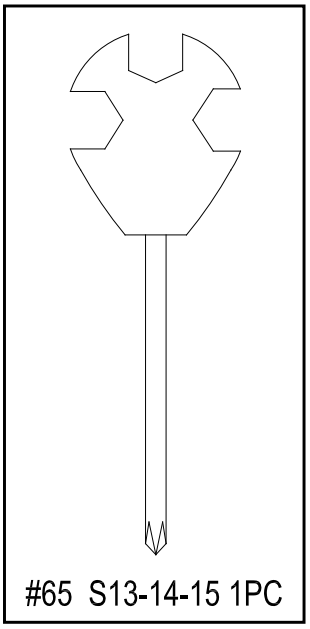
• Mit dem Schlüssel 65 vier Bolzen 63 mit Federringen 41 und Unterlegscheiben 40 vom Sitzrahmen 60 abschrauben und entfernen.

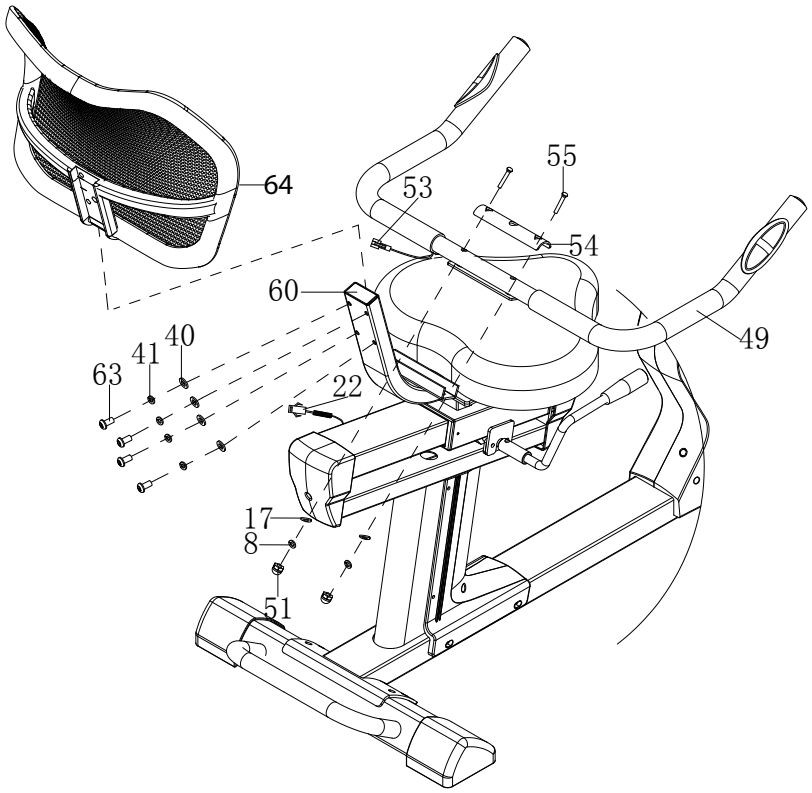
• **Befestigen Sie die Rückenlehne 64 am Sitzträgerrahmen 60 mit den vier zuvor entfernten Bolzen 63, Federringen 41 und flachen Unterlegscheiben 40.**

• Befestigen Sie den hinteren Lenker 49 mit dem Schlüssel 65 an der Halterung des Sitzträgerrahmens 60: zwei Bolzen 55 durch den gebogenen Bügel 54 führen und mit zwei Hutmuttern 51, Federringen 8 und flachen Unterlegscheiben 17 anziehen.

• Verbinden Sie den Stecker 53 der Pulssensoren am Lenker mit der Buchse 22 des Spiralkabels.







Montage von vorderem Lenker und Konsole

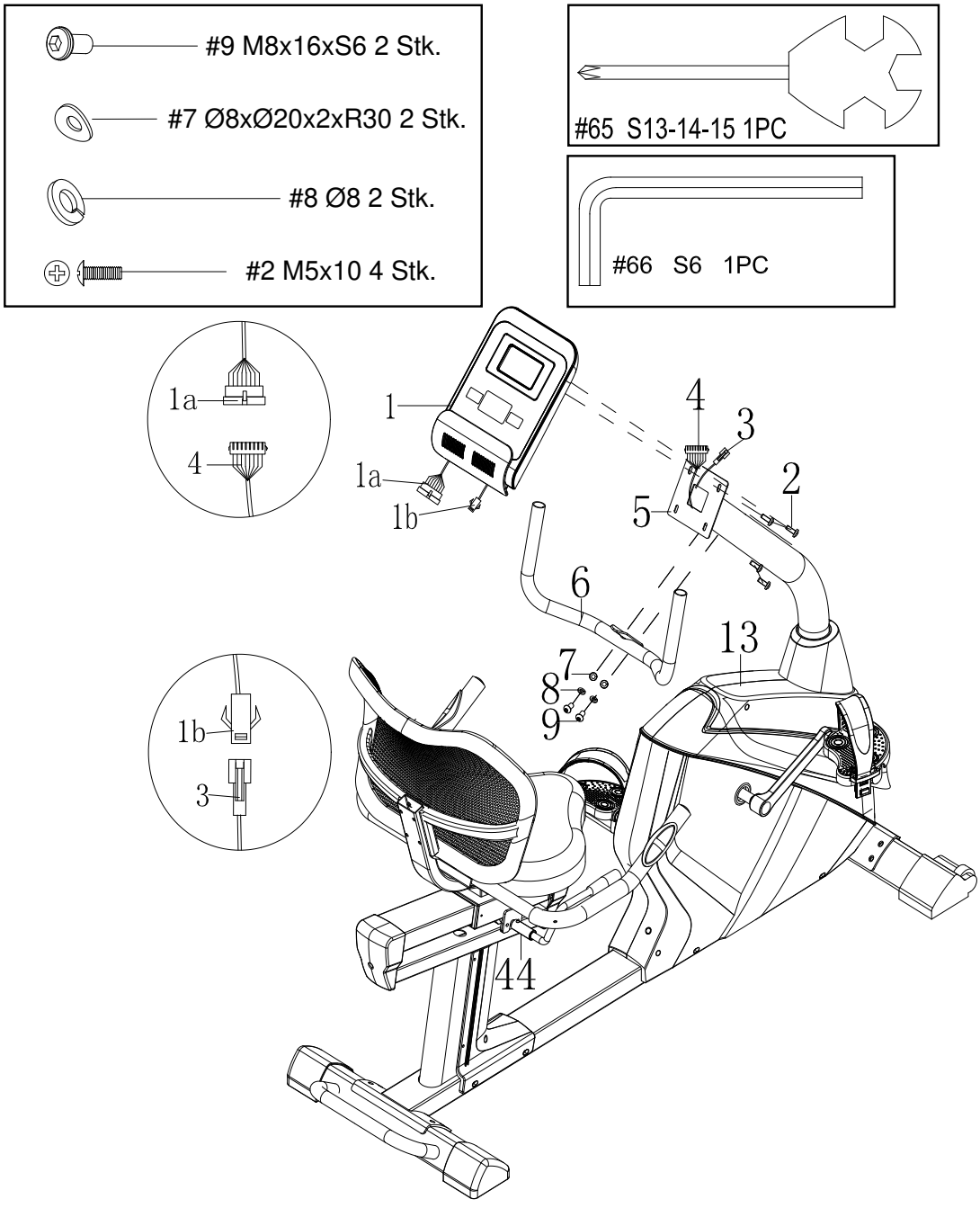
• Führen Sie die Konsole 1 an die Halterung heran; verbinden Sie den Stecker des oberen Kabels 4 mit der Buchse 1a an der Konsolenrückseite und den Stecker 3 der Pulssensor-Verkabelung mit dem Anschluss 1b der Konsole.

• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 65 vier Schrauben 2 von der Rückseite der Konsole 1 ab.

• Setzen Sie die Konsole 1 auf die Auflageplatte am Ende des Lenkerständers 5 und befestigen Sie sie mit den vier zuvor entfernten Schrauben 2.

• Schrauben Sie mit dem Schlüssel 66 zwei Bolzen 9 mit Federringen 8 und gebogenen Unterlegscheiben 7 vom Lenkerständer 5 ab.

• Befestigen Sie den vorderen Lenker 6 am Lenkerständer 5 mit zwei Bolzen 9, Federringen 8 und gebogenen Unterlegscheiben 7.



Ausrichten

• Zum Ausgleich von Bodenunebenheiten hat das Produkt zwei verstellbare Stellfüße 28 unter der hinteren Standstange, die mit dem mitgelieferten Schlüssel eingestellt werden.

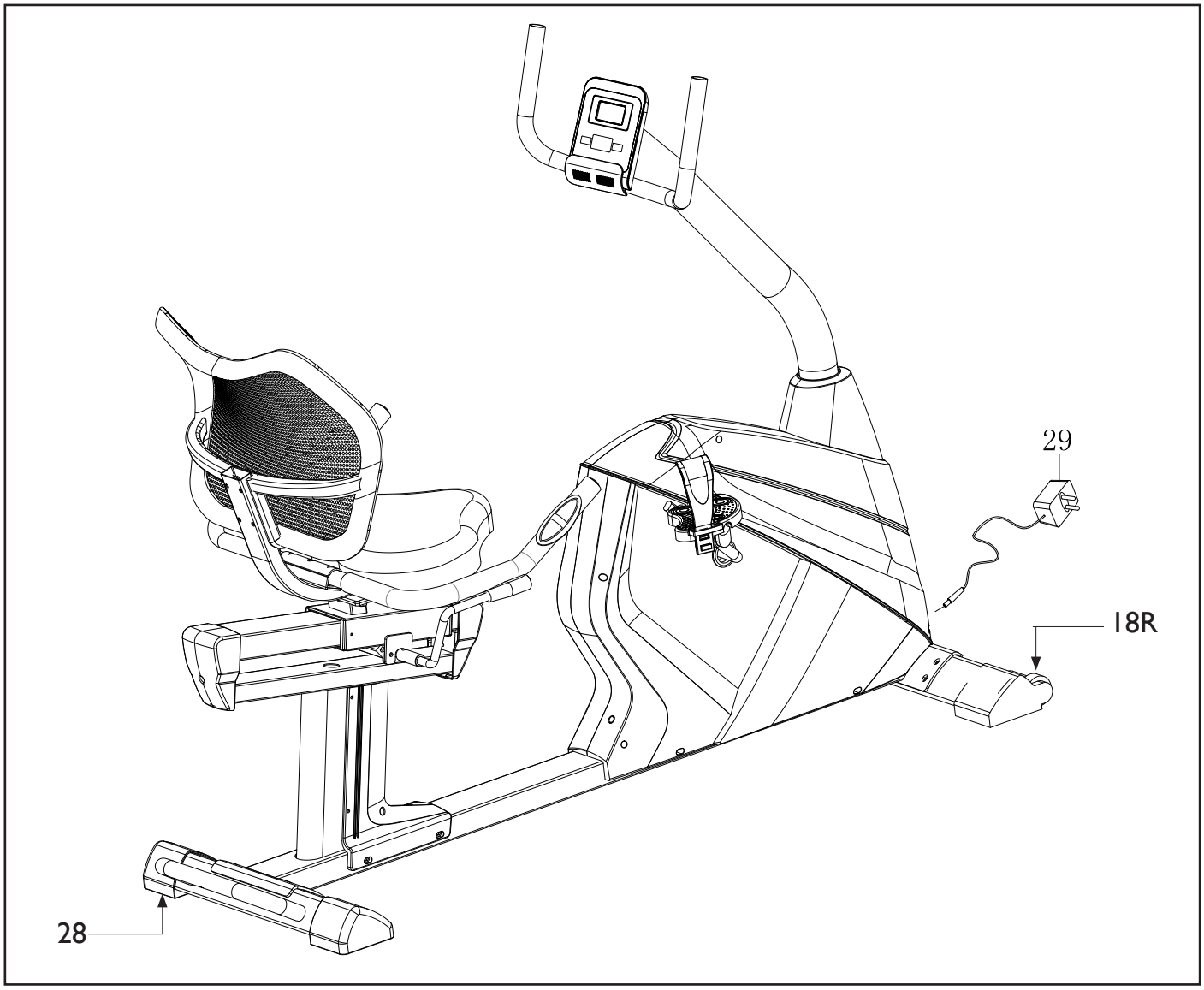
• Die Montage ist damit abgeschlossen. Lesen Sie vor dem Gebrauch die übrigen Kapitel der Anleitung, um alle Informationen zum sicheren Gebrauch des Produkts zu kennen.

Transport des Produkts

• Die beiden Enden der vorderen Standstange sind mit Rollen 18L/R ausgestattet. Für kurze Wege im Raum das Netzteil abziehen, die Enden des Lenkers fassen, die vordere Standstange mit dem Fuß blockieren und das Gerät kippen, bis es auf den Rollen im Gleichgewicht ist. Das Gerät auf den beiden Rollen an die gewünschte Stelle schieben und dann mit Armkraft vorsichtig absenken.

Elektrischer Anschluss

• Schließen Sie das mitgelieferte Netzteil 29 an und stecken Sie den Stecker in die Strombuchse an der Vorderseite des Produkts.



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.

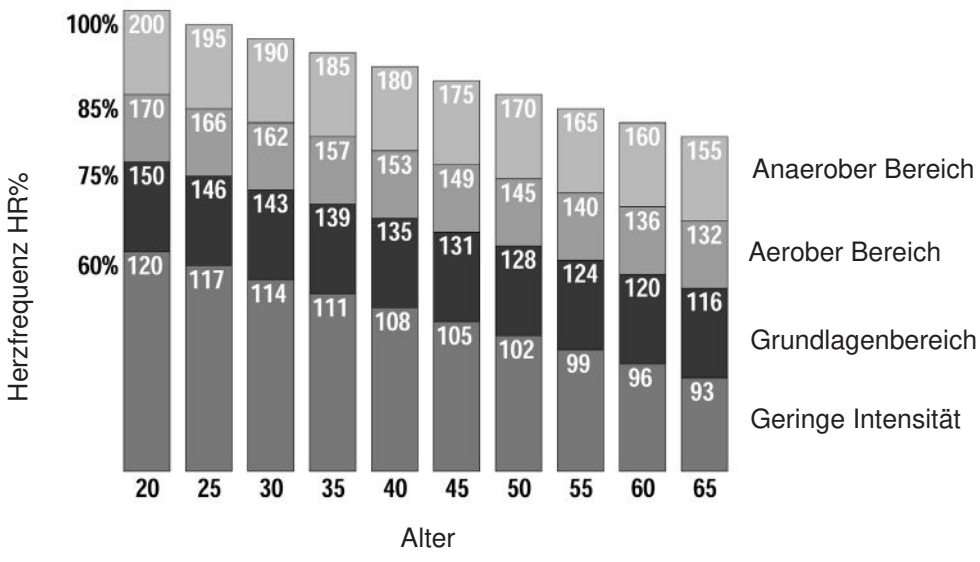
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

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 der Verwendung des Brustgurts die Anweisungen auf dieser Seite und gegebenenfalls die des Herstellers sorgfältig durch.

- Trennen Sie den Sender nach jedem Gebrauch vom elastischen Gurt, reinigen Sie beide von Schweiß und trocknen Sie sie gründlich ab.

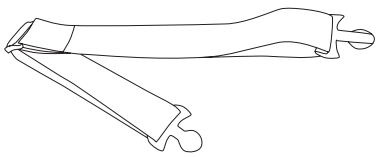
- Reinigen Sie den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife. Waschen Sie den elastischen Gurt regelmäßig, z. B. in der Waschmaschine mit der Sportkleidung bei unter 40 °C.

- Bewahren Sie Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder anderen Behältern auf; hängen Sie sie am besten an die Wand, damit sie vollständig trocknen.

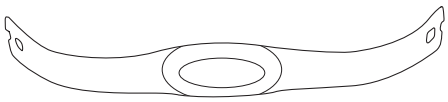
Der Brustgurt ist nicht im Lieferumfang enthalten und auf Anfrage erhältlich. Der Sender ist uncodiert, sein Frequenzbereich ist mit Polar®-Produkten kompatibel. Er besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der die Funksignale an die Konsole sendet, und dem elastischen Gurt, der den Sender an der Brust hält. Spezifische Anweisungen zum Brustgurt finden Sie in der Anleitung in dessen Verpackung.

1) Haken Sie ein Ende des Senders am elastischen Gurt ein. 2) Stellen Sie die Länge des Gurts mit der Schnalle passend zu Ihrem Brustumfang ein. Legen Sie den Gurt direkt unterhalb der Brustmuskeln an (siehe Abbildung) und haken Sie das andere Ende am Sender ein. 3) Heben Sie den Sender an und befeuchten Sie die Elektroden auf der Rückseite mit nassen Fingern. 4) Prüfen Sie, ob die Elektrodenfläche gut auf der Haut aufliegt.

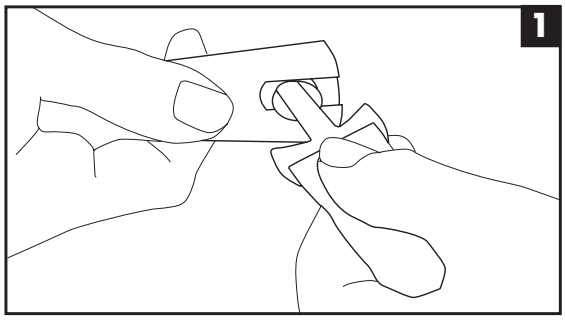
Die über den Brustgurt gemessene Herzfrequenz ist nur ein Richtwert zur Überwachung der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Orientierung beim Kalorienverbrauch. Der vom Sender gemessene Wert ist in keinem Fall als medizinischer Wert zu betrachten.

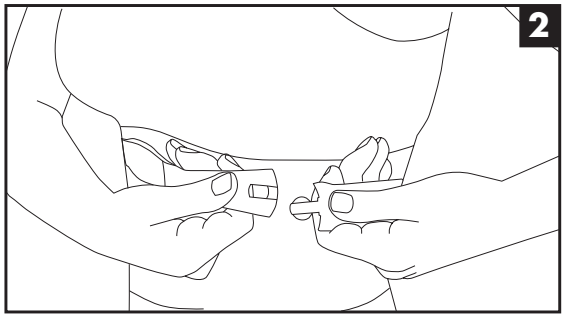


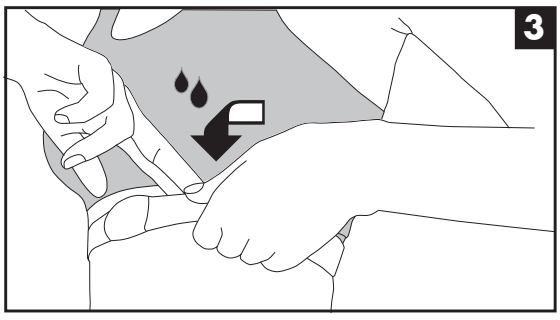
Elastischer Gurt

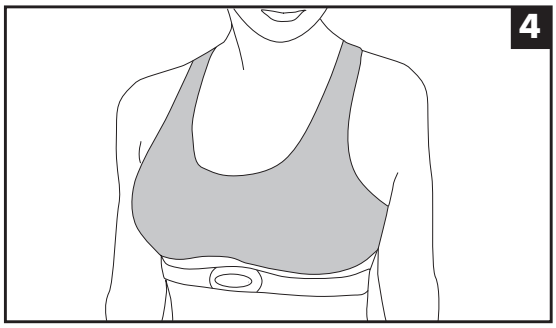


Sender









3.2 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG

Wer das Gerät zum ersten Mal benutzt, sollte sich zunächst mit der Konsole und ihrer Funktionsweise vertraut machen, bevor er ein Trainingsprogramm beginnt.

• Setzen Sie sich auf den Sattel 62. Fassen Sie den hinteren Lenker 49 und stellen Sie die Füße nacheinander in die Pedalriemen 14L/R. Sind die Riemen zu weit oder zu eng: Einstelllasche lösen und in die gewünschte Öse einhängen.

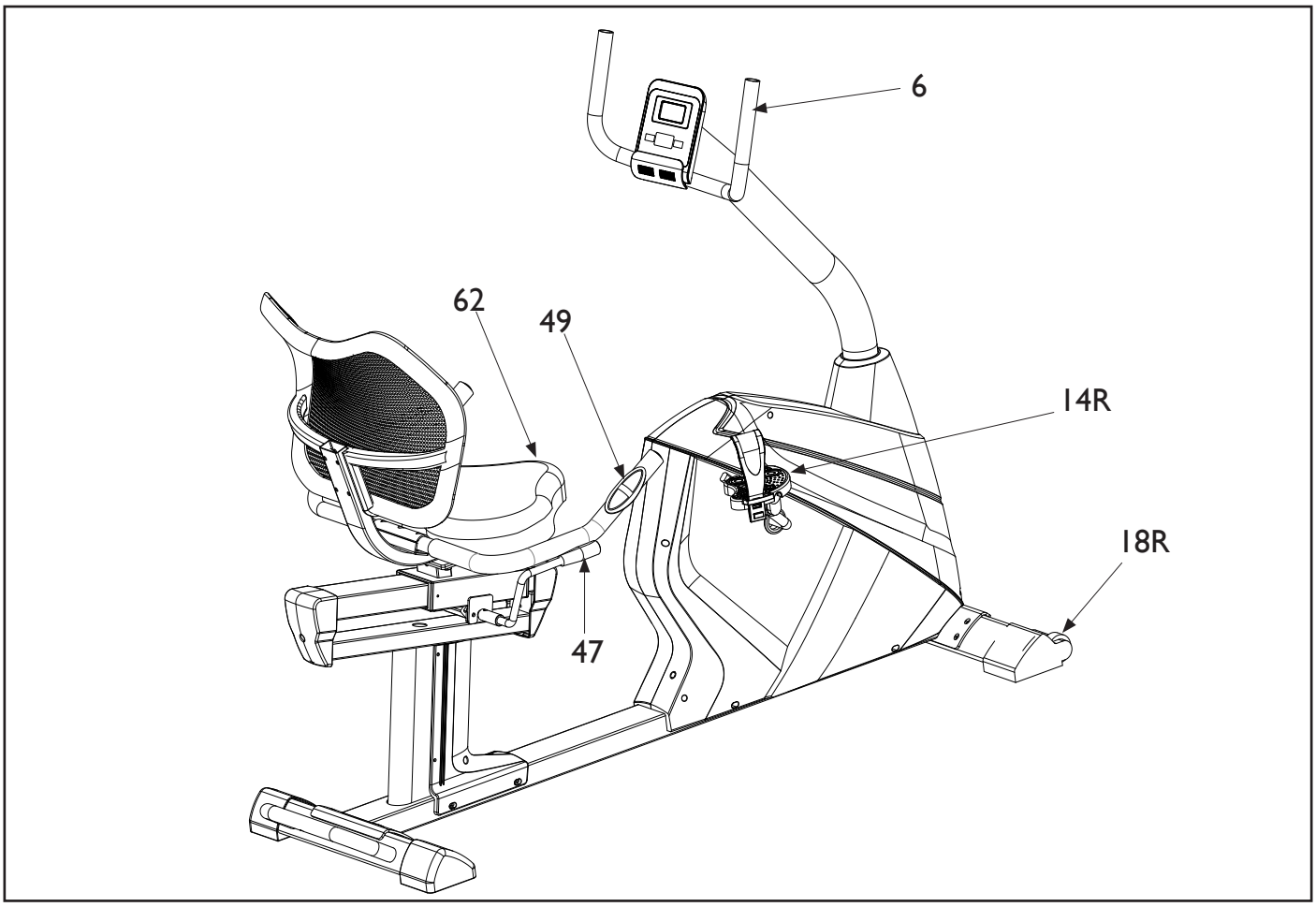
• Prüfen Sie, ob der Sitz für Ihre Körpergröße richtig eingestellt ist. Zum Verstellen entlang der Schiene den seitlichen Hebel 47 betätigen, um den Bolzen zu entriegeln, und den Sitz auf der Schiene verschieben. In der passenden Position den Hebel loslassen, um den Sitzwagen zu arretieren.

GEFAHR

Der Sitz darf weder zu weit von den Pedalen entfernt noch zu nah daran eingestellt sein. Bei maximaler Pedalstellung dürfen die Beine weder gestreckt noch zu stark gebeugt, sondern nur leicht gebeugt sein, um Zerrungen zu vermeiden. Halten Sie für eine gute Haltung den Rücken gerade an der Rückenlehne und strecken Sie den Hals nicht zu weit nach vorne.

• Der hintere Lenker 49 wird beim normalen Training gegriffen; er hat Sensoren zur Pulsmessung. Bei hochintensiven Trainingsintervallen kann umgegriffen und der vordere Lenker 6 unter der Konsole gefasst werden.

• Für kurze Wege hat das Gerät vorne zwei Rollen 18L/R; wird das Gerät am hinteren Lenker angehoben, berühren die Rollen den Boden und das Gerät lässt sich in die gewünschte Richtung lenken.



3.3 KONSOLENFUNKTIONEN – DISPLAY

Die Konsole besteht im Wesentlichen aus einem LCD-Display, das folgende Daten anzeigt:

SPEED / RPM - Die aktuelle GESCHWINDIGKEIT während des Trainings in km/h. - Die TRITTFREQUENZ (Pedalumdrehungen pro Minute) während des Trainings.

TIME / WATT - Die TRAININGSDAUER ab null oder der Countdown von der eingestellten Zielzeit auf null. - Die während des Trainings erbrachte LEISTUNG in Watt.

DISTANCE / CALORIE - Die seit Trainingsbeginn zurückgelegte DISTANZ oder der Countdown der eingestellten Zieldistanz auf null. - Der KALORIENVERBRAUCH während des Trainings in kcal oder der Countdown des eingestellten Kalorienziels auf null (*).

PULSE - Die HERZFREQUENZ, gemessen über die Sensoren am Lenker oder über den Brustgurt (optional). Der Wert wird in bpm (Schläge pro Minute) angegeben (*).

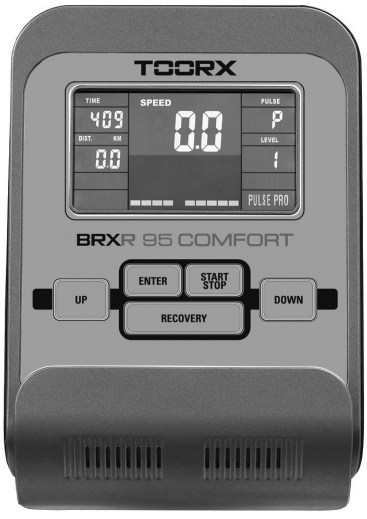
LEVEL - Zeigt die WIDERSTANDSSTUFE des Trainings, d. h. den Tretwiderstand der Pedale; elektrisch in mehreren Stufen einstellbar.

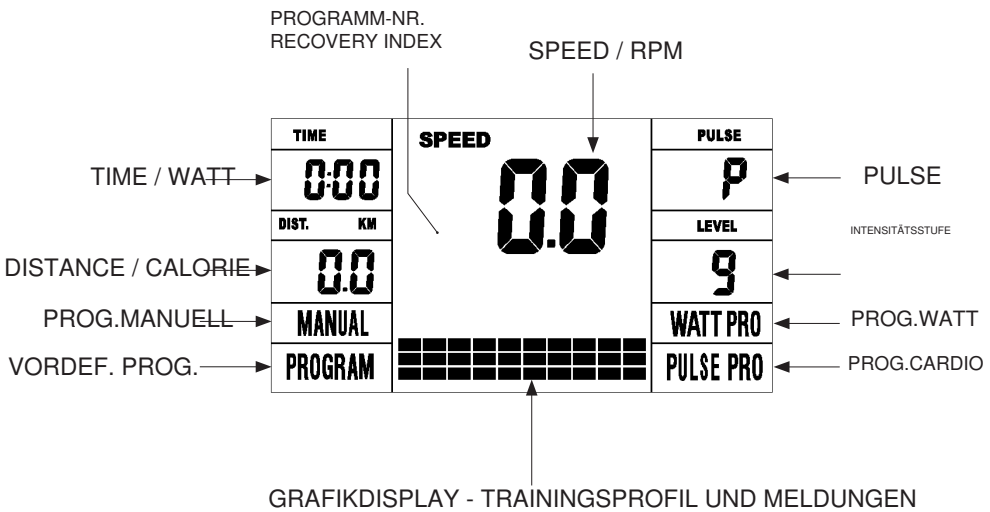
RECOVERY - ERHOLUNGSINDEX, Zahlenwert in sechs Stufen (F1 ÷ F6), der die Erholungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems angibt und einen Anhaltspunkt für Ihre Fitness liefert.

DOT **GRAFIKDISPLAY** Matrix-Display dient zur grafischen Darstellung des Profils der voreingestellten Programme, ermöglicht das Bearbeiten der Benutzerprogramme und zeigt die Intensitätsstufe in jeder Betriebsart des Geräts an. Außerdem dient das Display zur Anzeige einiger Programmfunktionen (AGE, HR%, STOP, START usw.).

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

Hinweis: Ohne optionalen Brustgurt umfassen Sie für die Herzfrequenzanzeige die Handsensoren am Lenker mit beiden Händen. Der Wert erscheint nach einigen Sekunden; bei schlechter Messung die Hände leicht befeuchten, um den Kontakt zu verbessern. Zum Einschalten der Konsole eine beliebige Taste drücken. Vier Minuten nach Trainingsende schaltet sich die Konsole automatisch aus.





3.4 KONSOLENFUNKTIONEN – TASTEN

Taste ENTER Vor Trainingsbeginn: - ENTER drücken, um die Auswahl eines Trainingsprogramms zu bestätigen: Manual - P1÷P20; - ENTER drücken, um alle Trainingsparameter eines Programms zu bestätigen.

Während des Trainings: - ENTER drücken, um zwischen Geschwindigkeit und Trittfrequenz RPM umzuschalten oder die Anzeige automatisch wechseln zu lassen.

Taste START / STOP Vor Trainingsbeginn: - START/STOP drücken, um das Training in jeder Betriebsart zu starten; die Displays beginnen zu zählen und das gewählte Programm läuft. Während des Trainings: - START/STOP drücken, um die Zählung sofort anzuhalten (Modus „STOP“) und zur Dateneingabe zurückzukehren.

Taste länger als 2 Sekunden gedrückt halten, um alle eingestellten Werte auf null zu setzen (Reset).

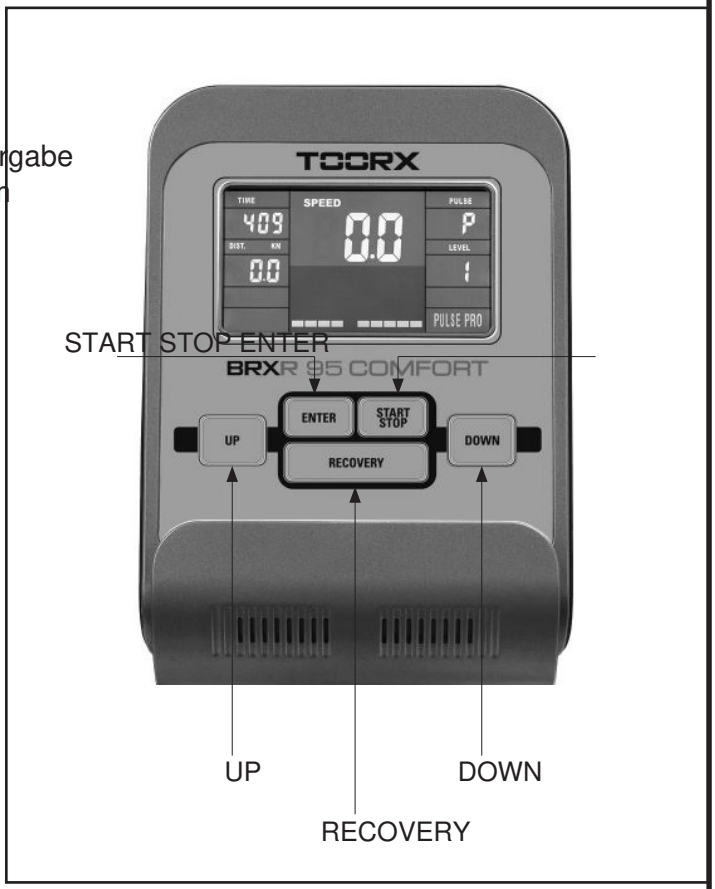
Tasten UP / DOWN
Vor Trainingsbeginn:
- UP/DOWN drücken, um eines der verfügbaren Programme zu wählen (Manual - P1÷P20),
- **UP/DOWN** drücken, um eine Trainingsvorgabe einzustellen: Dauer, Distanz, Kalorien, Puls, und um alle Daten der Trainingsprogramme einzugeben.

Während des Trainings:
- UP/DOWN drücken, um den Widerstand zu erhöhen oder zu verringern (24 Stufen).

AUTO ON/OFF Zum Einschalten der Konsole eine Taste drücken oder zu treten beginnen. Einige Minuten nach Trainingsende (wenn nicht mehr getreten wird) schaltet sich die Konsole automatisch aus.

Taste RECOVERY • Nach Trainingsende RECOVERY drücken,
um die Funktion Pulse Recovery zu starten. Die Funktion RECOVERY liefert einen Kennwert

zur Kontrolle der Entwicklung Ihrer Ausdauerleistung im Verlauf des Trainings. Empfohlen wird ein wöchentlicher Test nach einem Training von gleichbleibend 30 Minuten: Danach mit dem Treten aufhören, die Taste RECOVERY drücken und die Hände auf die Pulssensoren legen. Nach einem Countdown von 60 Sekunden zeigt das Display den ermittelten Index in sechs Stufen: F1 = HERVORRAGEND F2 = AUSGEZEICHNET F3 = GUT F4 = BEFRIEDIGEND F5 = AUSREICHEND F6 = UNGENÜGEND. Erkennen die Pulssensoren kein Signal, zeigt das grafische Display einen Fehler an.



3.5 EINSCHALTEN – MANUELLES PROGRAMM

• Stecken Sie den Stecker des Netzteils in die Buchse an der Rückseite des Geräts.

• Den Netzstecker des Netzteils in die nächstgelegene Wandsteckdose stecken; es ertönt ein Signalton und alle Displays der Konsole leuchten kurz auf (Selbsttest).

• Nach dem Einschalten ist die Konsole im Quick-Start-Modus.

Quick-Start-Modus

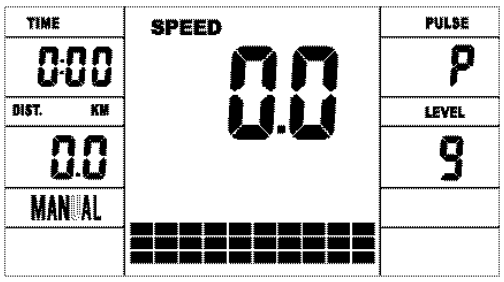
Der Quick-Modus ist der einfachste und schnellste Weg, das Gerät sofort zu benutzen. Nach dem Anschließen an den Strom und dem Aufsteigen START/STOP drücken und zu treten beginnen, um sofort mit dem Training zu starten.

• Im Modus QuickStart beginnen die Anzeigen Time, Distance, Calories sofort ab null zu zählen und zählen während des gesamten Trainings.

• Der manuelle Modus startet mit Stufe 1; während des Trainings kann der Widerstand jederzeit mit Up/Down verändert werden.

• Während des Trainings zeigt das Speed-Display abwechselnd die Geschwindigkeit und die Trittfrequenz (RPM). Das Display Pulse zeigt die Herzfrequenz pro Minute an, wenn die Handpulssensoren am Lenker umfasst werden oder der optionale Brustgurt getragen wird.

Manueller Modus



• Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN den manuellen Modus Manual wählen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Time“ blinkt; hier wird die Programmdauer eingestellt (Voreinstellung 99 Minuten). Mit UP/DOWN die Dauer einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Die Anzeige „Distance“ blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die Distanz (km) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Calories“ blinkt; hier wird der Zielwert für den Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN den Kalorienwert für das Training einstellen und ENTER drücken.

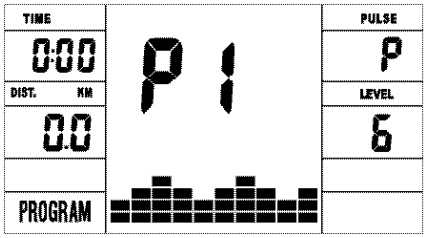
• Das Display „Pulse“ blinkt; hier wird die gewünschte konstante Herzfrequenz eingestellt. Mit UP/DOWN die Herzfrequenz (Schläge pro Minute) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Nach Eingabe aller Daten START/STOP drücken, um das manuelle Programm zu starten; mit Up/Down den Widerstand einstellen.

• Ist eine Vorgabe (Time, Distance, Calorie) eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter; am Trainingsende gibt die Konsole einen Signalton aus.

3.6 VORDEFINIERTE PROGRAMME

Mit den Programmen P1 ÷ P10 wählen Sie ein voreingestelltes Training, bei dem die Konsole den Widerstand gemäß den im Grafikdisplay dargestellten Profilen regelt. P1: Rolling, P2: Valley, P3: Fatburn, P4: Ramp, P5:Mountain, P6: Interval, P7: Cardio, P8: Endurance, P9: Slope, P10:Rally.



• Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN durch die verfügbaren Programme (vordefinierte Programme P1 ÷ P10) blättern; das mittlere Display zeigt die Programmnummer, das Grafikdisplay das zugehörige Profil. Zum Auswählen ENTER drücken.

• Nach der Programmauswahl können Zielvorgaben eingestellt werden. Das Display „Time“ blinkt (Voreinstellung 30 Minuten); hier wird die Gesamtdauer des Trainings eingestellt. Mit UP/DOWN die Dauer einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Die Anzeige „Distance“ blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die Distanz (km) einstellen und mit ENTER bestätigen.

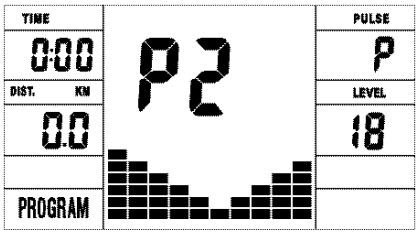
• Das Display „Calories“ blinkt; hier wird der Zielwert für den Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN den Kalorienwert für das Training einstellen und ENTER drücken.

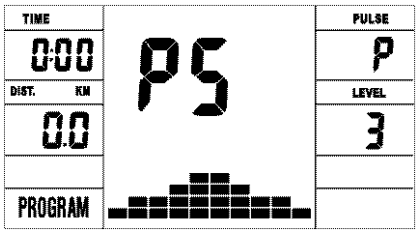
• Das Display „Pulse“ blinkt; hier wird die gewünschte konstante Herzfrequenz eingestellt. Mit UP/DOWN die Herzfrequenz (Schläge pro Minute) einstellen und mit ENTER bestätigen.

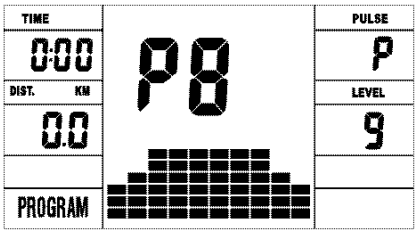
• Nach Eingabe aller Daten START/STOP drücken, um das voreingestellte Programm sofort zu starten.

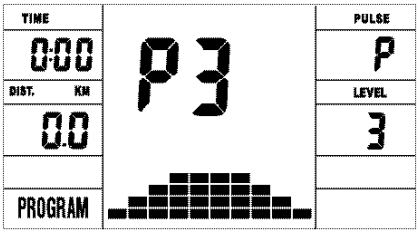
• Für eine Pause START/STOP einmal drücken; zum Fortsetzen erneut START/STOP drücken. Zum Löschen aller Daten des laufenden Trainings START/STOP länger als zwei Sekunden gedrückt halten.

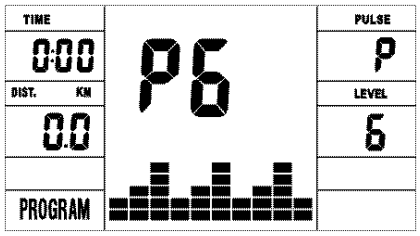
• Ist eine Zielvorgabe eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter.

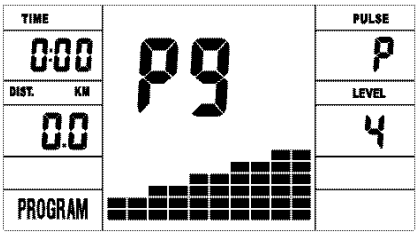


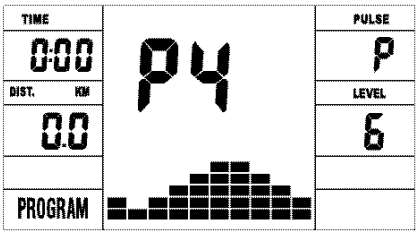


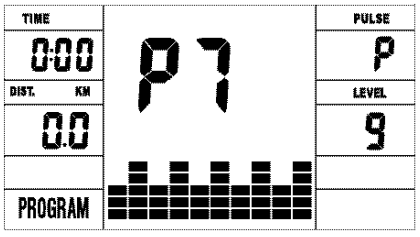


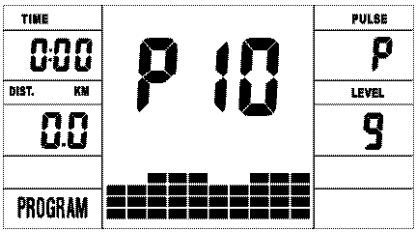












3.7 CUSTOM-PROGRAMME

Mit den Custom-Programmen erstellen Sie eigene Trainingsprofile mit frei eingestelltem Widerstandsverlauf. Einmal eingestellt, werden sie gespeichert und können später wieder aufgerufen werden. • Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN bis zu den Custom-Programmen (P11 ÷ P15) blättern, die im Grafikdisplay als U1 ÷ U5 angezeigt werden. Mit ENTER eines der Programme auswählen.

• Die erste Säule des Grafikdisplays blinkt; hier wird der Widerstand für den ersten Trainingsabschnitt eingestellt. Mit UP/DOWN den Wert einstellen und mit ENTER bestätigen. Alle weiteren Säulen ebenso einstellen; danach zeigt das Grafikdisplay das soeben programmierte und gespeicherte Widerstandsprofil.

• Nach Fertigstellung des Widerstandsprofils können Zielvorgaben eingestellt werden. Das Display „Time“ blinkt; hier wird die Gesamtdauer des Trainings eingestellt (Voreinstellung 30 Minuten). Mit UP/DOWN die Dauer einstellen und mit ENTER bestätigen.

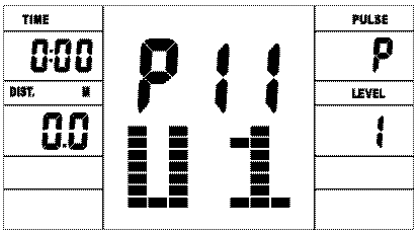
• Die Anzeige „Distance“ blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die Distanz (km) einstellen und mit ENTER bestätigen.

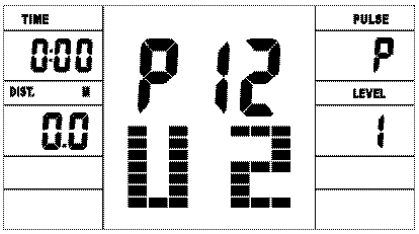
• Das Display „Calories“ blinkt; hier wird der Zielwert für den Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN den Kalorienwert für das Training einstellen und ENTER drücken.

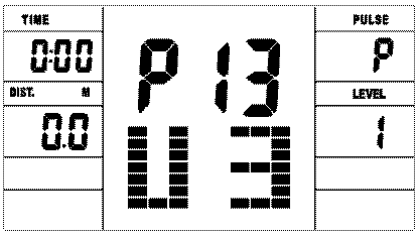
• Das Display „Pulse“ blinkt; hier wird die gewünschte konstante Herzfrequenz eingestellt. Mit UP/DOWN die Herzfrequenz (Schläge pro Minute) einstellen und mit ENTER bestätigen.

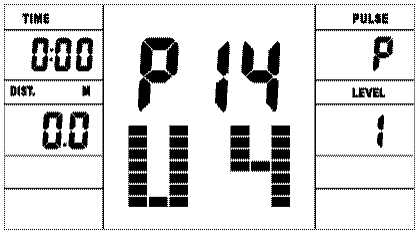
• Zum Starten des Benutzerprogramms START/STOP drücken; die Konsole verändert den Widerstand gemäß Ihrer Programmierung, Sie können ihn jedoch jederzeit mit UP/DOWN manuell anpassen.

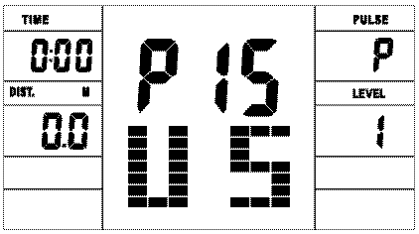
• Für eine Pause START/STOP einmal drücken; zum Fortsetzen erneut START/STOP drücken. Zum Löschen aller Daten des laufenden Trainings START/STOP länger als zwei Sekunden gedrückt halten. • Ist eine Zielvorgabe eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter.







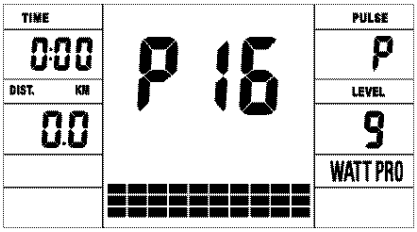




3.8 WATT-PROGRAMM

Beim Watt-Programm trainieren Sie mit gleichbleibender Leistung; der Widerstand verhält sich umgekehrt proportional zur Trittgeschwindigkeit. Die Konsole regelt den Widerstand: Bei langsamer Bewegung steigt er, bei schnellerer sinkt er. Die Belastung hängt vom eingestellten WATT-Sollwert ab, der wie folgt eingestellt wird.

• Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN bis zum Programm P16 „WATT PROGRAM“ blättern und mit ENTER bestätigen.



• Nach Auswahl des WATT-Programms können Zielvorgaben eingestellt werden. Das Display „Time“ blinkt; hier wird die Gesamtdauer des Trainings eingestellt. Mit UP/DOWN die Dauer einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Die Anzeige „Distance“ blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die Distanz (km) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Calories“ blinkt; hier wird der Zielwert für den Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN den Kalorienwert für das Training einstellen und ENTER drücken.

• Das Display „Pulse“ blinkt; hier wird die gewünschte konstante Herzfrequenz eingestellt. Mit UP/DOWN die Herzfrequenz (Schläge pro Minute) einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Watt“ blinkt; hier die Trainingsintensität einstellen. Mit UP/DOWN einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Zum Starten des Programms START/STOP drücken; die Konsole steuert die Intensität, die während des Trainings mit UP/DOWN auch manuell verändert werden kann.

• Für eine Pause START/STOP einmal drücken; zum Fortsetzen erneut START/STOP drücken. Zum Löschen aller Daten des laufenden Trainings START/STOP länger als zwei Sekunden gedrückt halten.

3.9 CARDIO-PROGRAMME

Beim Cardio-Programm passt die Konsole den Widerstand automatisch an die gemessene Herzfrequenz an.

• Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN bis zu den Programmen P17÷P20 blättern, die folgende vier Voreinstellungen bieten: P17=HRC55% = Herzfrequenzbereich für Training mit niedriger Intensität P18=HRC75% = Herzfrequenzbereich für aerobes Training P19=HRC95% = Herzfrequenzbereich für anaerobes Training P20=HRC-T.A.G. = persönliche Einstellung der Zielherzfrequenz. Die drei ersten Voreinstellungen berechnen die Zielherzfrequenz automatisch aus dem eingegebenen Alter nach der Formel HRC = (220 - Alter) x (55%, 75%, 95%).

• Nach Auswahl des gewünschten Herzfrequenzbereichs mit ENTER bestätigen.

• Nach Auswahl eines Cardio-Programms wird das Alter abgefragt: Das Grafikdisplay zeigt „Age“; mit UP/DOWN das Alter einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Nach Auswahl des Programms P20 (HRC T.A.G.) wird die „Zielherzfrequenz“ abgefragt. Das Display „Pulse“ blinkt; hier wird die Herzfrequenz eingestellt, die konstant gehalten werden soll. Mit UP/DOWN einstellen und mit ENTER bestätigen.

• Das Display „Time“ blinkt; hier wird die Gesamtdauer des Trainings eingestellt. Mit UP/DOWN die Dauer einstellen und mit ENTER bestätigen.

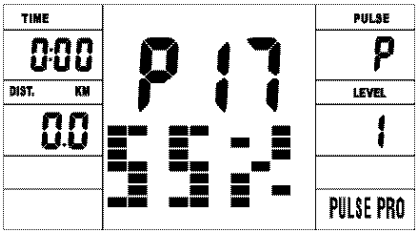
• Die Anzeige „Distance“ blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die Distanz (km) einstellen und mit ENTER bestätigen.

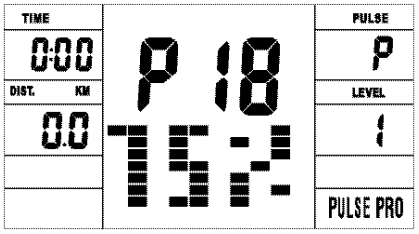
• Das Display „Calories“ blinkt; hier wird der Zielwert für den Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN den Kalorienwert für das Training einstellen und ENTER drücken.

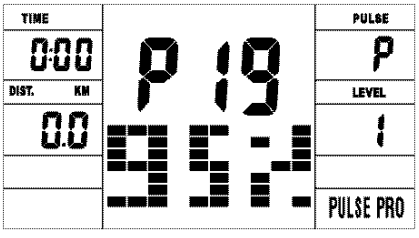
• Zum Starten des Programms START/STOP drücken und den Brustgurt anlegen.

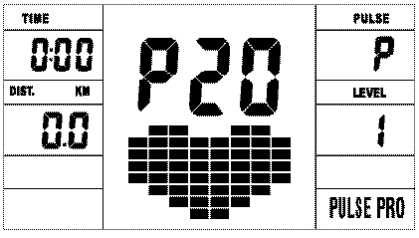
• Für eine Pause START/STOP einmal drücken; zum Fortsetzen erneut START/STOP drücken. Zum Löschen aller Daten des laufenden Trainings ENTER länger als zwei Sekunden gedrückt halten. • Ist eine Zielvorgabe eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter.

Hinweise - Für das H.R.C.-Programm wird der Brustgurt empfohlen, da er genauere Werte liefert als die Handpulssensoren. - Wird das Herzfrequenzsignal nicht durchgehend erfasst, beendet die Konsole das Training und zeigt eine Fehlermeldung.









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 • Reinigen Sie die Außenflächen wöchentlich mit einem mit Wasser und milder Seife befeuchteten Schwamm.

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

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

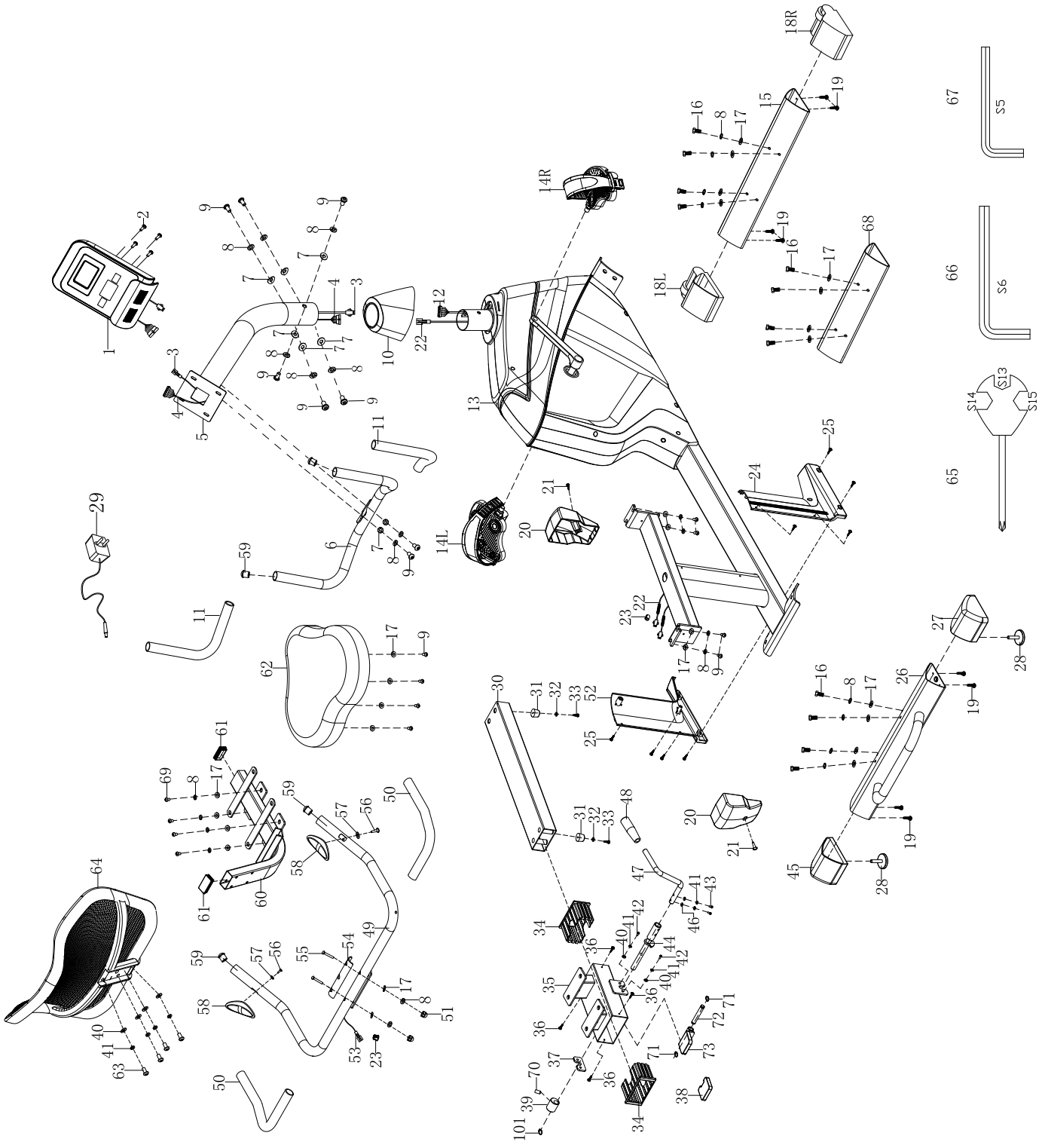
Verwenden Sie für die Bestellung eine Kopie des Bestellformulars für Ersatzteile auf der beiliegenden Karte, zusammen mit dem Garantieschein.

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

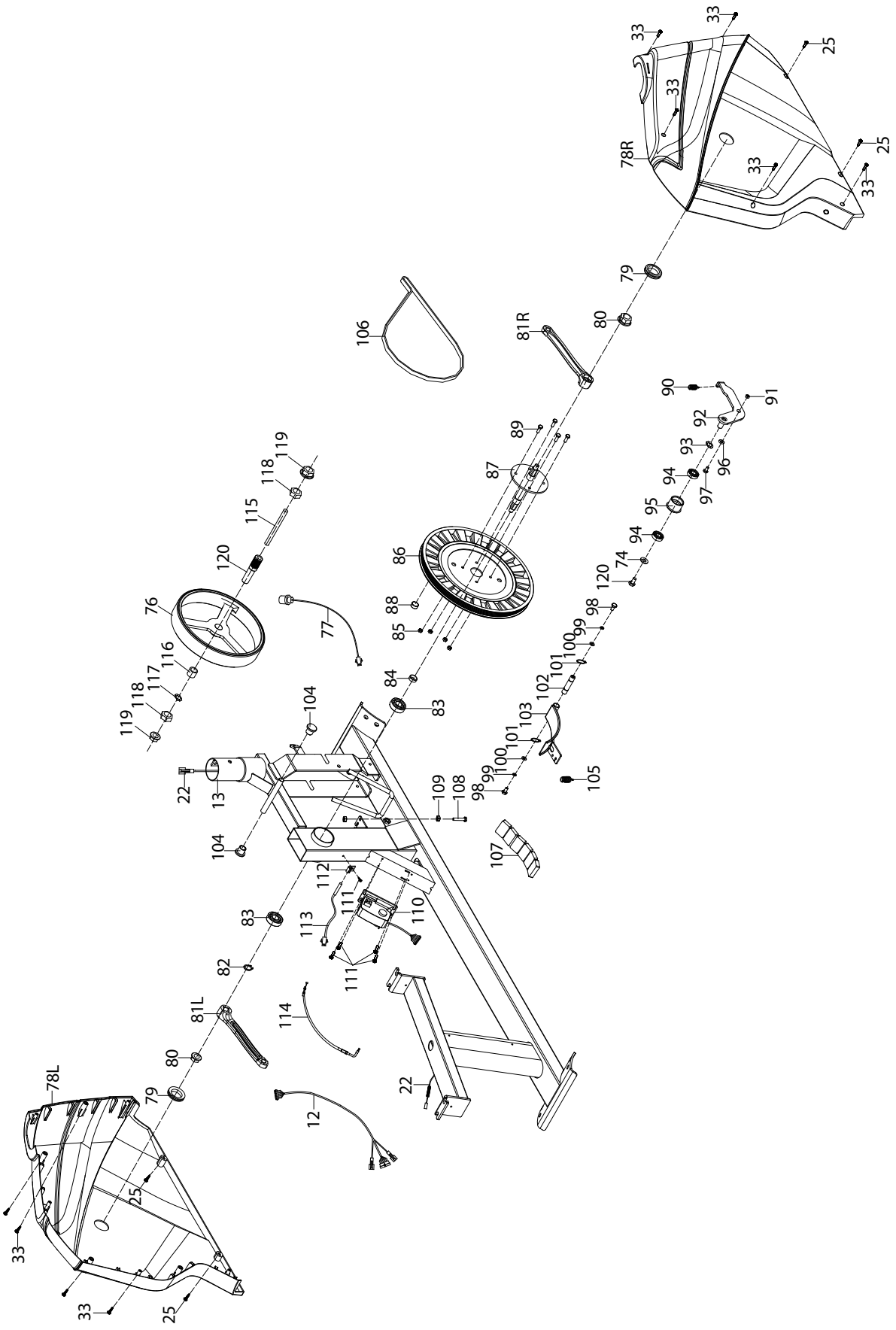
Fax 0143/318594 ·
assistenza.toorx@garlando.it

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 ERSATZTEILZEICHNUNG – TAF. 1



6.2 ERSATZTEILZEICHNUNG – TAF. 2



6.3 TEILELISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
1	Konsole	1
2	Bolzen M5x10	4
3	Oberes Kabel Pulssensoren	1
4	Verbindungskabel Konsole - oberer Teil	1
5	Lenker-Stützrohr	1
6	Vorderer Lenker	1
7	Gewölbte Unterlegscheibe Ø8xØ20x2xR30	8
8	Federring Ø8	26
9	Bolzen M8x16	16
10	Kunststoff-Abdeckkonus	1
11	Lenkerbezug vorne Ø30	2
12	Verbindungskabel Konsole - unterer Teil	1
13	Hauptrahmen	1
14L/R	Pedal links/rechts	2
15	Vordere Standstange	1
16	Bolzen M8x20	8
17	Unterlegscheibe Ø8xØ20x2.0	22
18L/R	Rollenhalter links/rechts vordere Standstange	2
19	Blechschraube ST4,2×25	8
20	Abdeckung hinten/vorne Schlittenträger	2
21	Schraube M5×8	2
22	Unteres Kabel Pulssensoren	1
23	Kabeldurchführung Ø12	2
24	Abdeckung rechts Schlittenträger	1
25	Blechschraube ST4,2×16	12
26	Hintere Standstange	1
27	Kappe rechts hintere Standstange	1
28	Stellfuß	2
29	Netzteil	1
30	Aluminiumschiene	1
31	Gummipuffer Ø22	2
32	Unterlegscheibe Ø4xØ9x1	2
33	Blechschraube ST4,2x19	11
34	Rechteckbuchse für Schlitten	2
35	Sitzschlitten	1
36	Blechschraube ST3×6	4
37	Klemmbacke für Schlitten-Verriegelungshebel	1
38	Gummiplättchen	1
39	Exzenterzahnrad Ø25	1
40	Unterlegscheibe Ø6xØ12x1.2	6
41	Federring Ø6	8
42	Bolzen M6x16	2
43	Bolzen M6x16	2
44	Welle Schlittenverstellung	1
45	Kappe links hintere Standstange	1
46	Gewölbte Unterlegscheibe Ø6xØ16x1.5xR16	2
47	Schlitten-Verriegelungshebel	1
48	Knauf für Schlittenhebel	1
49	Hinterer Lenker	1
50	Lenkerbezug hinten Ø23	2
51	Mutter M8	2
52	Abdeckung links Schlittenträger	1
53	Verkabelung Handpulssensoren	2
54	Gebogene Halterung	1

Pos.	Beschreibung	Menge
55	Bolzen M8x47	2
56	Blechschraube ST4x19	2
57	Unterlegscheibe Ø6xØ12x1	2
58	Handpulssensoren	2
59	Rundkappe Ø25	4
60	Sitzrahmen	1
61	Vierkantstopfen	2
62	Sattel	1
63	Bolzen M6x40	4
64	Rückenlehne	1
65	Mehrfachschlüssel S13-14-15	1
66	Innensechskantschlüssel S6 + Schraubendreher	1
67	Innensechskantschlüssel S5	1
68	Verpackungsrohr	1
69	Bolzen M8x20	4
70	Bolzen M8x10	1
71	Welle mit Bund Ø10	2
72	Welle Ø10	1
73	Rutschfeste Platte	1
74	Unterlegscheibe Ø6xØ16x1.5	3
75	Bolzen M6x12	2
76	Schwungrad	1
77	Netzkabel	1
78L/R	Verkleidung links/rechts	2
79	Runde Zierkappe	2
80	Mutter M10	2
81L/R	Tretkurbel links/rechts	2
82	Unterlegscheibe Ø17	1
83	Lager 6203-2RS	2
84	Distanzstück Ø22xØ18x4	1
85	Sicherungsmutter M6	4
86	Antriebsriemenscheibe	1
87	Tretlagerwelle	1
88	Dauermagnet Ø15	1
89	Bolzen M6x16	4
90	Riemenspannfeder	1
91	Sicherungsmutter M8	1
92	Riemenspannerhalterung	1
93	Wellscheibe	1
94	Lager	2
95	Riemenspannrolle Ø39xØ34x24	1
96	Unterlegscheibe Ø12xØ17x0.5	1
97	Bolzen M8x10.5xØ10x9.5xS12	1
98	Bolzen M6x16	2
99	Federring Ø6	2
100	Unterlegscheibe Ø6xØ12x1.2	2
101	Unterlegscheibe Ø12	3
102	Welle Magnetplatte Magnetbremse	1
103	Magnethalteplatte	1
104	Kappe	2
105	Rückholfeder Magnetbremse	1
106	Riemen	1
107	Dauermagnet 40x25x10	6
108	Bolzen M6x45	1

Pos.	Beschreibung	Menge
109	Mutter M6	2
110	Motor Intensitätsverstellung	1
111	Blechschraube ST4,2x16	5
112	Gehäuse Geschwindigkeitssensor	1
113	Geschwindigkeitssensor	1
114	Stahlseil Intensitätsverstellung	1
115	Schwungradwelle	1
116	Distanzstück Ø15xØ10.2x9	1
117	Wellscheibe Ø10xØ13.5x0.3	1
118	Mutter M10x1xH5xS17	2
119	Mutter M10x1xH8xS15	2
120	Feststellschraube Riemenspanner	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