TOORX

FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



ROWERSEA90

Code: GRLDTOORXRWXSEA90

Revision: 01

Ausgabe: 12/21

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 AUFSTELLRAUM DES GERÄTS.....S. 7 2.1 AUSPACKEN – LIEFERUMFANG.....S. 7 2.2 MONTAGE DES GERÄTS.....S. 9 2.3 AUSRICHTEN DES GERÄTS UND EINSTELLEN DER FUSSSTÜTZEN.....S. 13 2.4 TRANSPORT DES GERÄTS.....S. 14 2.5 PLATZSPARENDE POSITION.....S. 15

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 16 3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL).....S. 17 3.2 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG.....S. 18 3.3 BEFÜLLEN UND ENTLEEREN DES WASSERTANKS.....S. 20 3.4 FUNKTIONEN DER KONSOLE (DISPLAY).....S. 21 3.5 FUNKTIONEN DER KONSOLE (TASTEN).....S. 22 3.6 PROGRAMM QUICKSTART.....S. 23 3.7 PROGRAMM TARGET.....S. 24 3.8 PROGRAMM RACE.....S. 25 3.9 FUNKTION RECOVERY.....S. 26

4.0 WARTUNG .....S. 27

- REINIGUNG DES GERÄTS.....S. 27
- BATTERIEWECHSEL.....S. 28

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG.....S. 29

6.0 ERSATZTEILKATALOG – ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 29 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG.....S. 30 6.2 ERSATZTEILLISTE.....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.

• Befüllen Sie den Tank mit destilliertem Wasser, um Kalkablagerungen an den Tankwänden zu vermeiden. Bleibt das Wasser länger im Tank, das vorgesehene Reinigungsmittel auflösen, das Algenbildung und Trübung verhindert; Angaben zum Mittel stehen auf der Seite zum Befüllen/ Entleeren des Tanks. Das Wasser im Tank ist nach 4 Monaten zu wechseln.

• 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 beim Zusammenklappen des Geräts zur Aufbewahrung Kinder fern bzw. achten Sie darauf, dass sie die Klappteile nicht mit den Händen berühren.

• 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.

• Das Wasser aus dem Tank NICHT als Trinkwasser für Mensch oder Tier verwenden; nach dem Entleeren des Tanks das Wasser über den Ausguss des Waschbeckens entsorgen.

• Display und Kunststoffteile des Geräts 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, abschließbaren Raum auf, zu dem Unbefugte keinen Zugang haben. • Das Gerät NIE benutzen, wenn es beschädigt oder nicht in einwandfreiem Zustand ist. Bei Defekt und/oder Fehlfunktion keine eigenmächtigen Eingriffe vornehmen. Reparaturen nur von einem Fachkundendienst durchführen lassen.

• 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 für das „Rowing“ und bildet den Bewegungsablauf des Ruderns nach, der sich in vier Phasen gliedert: Fassen, Durchzug, Endzug und Vorrollen. Beim Rudern werden Arme, Beine und Rumpf gemeinsam bewegt. Mit diesem Gerät können Sie zu Hause trainieren, auch wenn das Wetter es nicht zulässt oder Sie keine Zeit oder Lust haben, mit dem Rad zu fahren oder ein Fitnessstudio zu besuchen. Befolgen Sie unbedingt alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung, um sicher 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 zur Aufstellung, Wartung und richtigen Benutzung des Geräts. Der Benutzer des Geräts sowie alle Freunde und Familienangehörigen, die es benutzen, sind verpflichtet, die Informationen in dieser Anleitung aufmerksam zu 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.

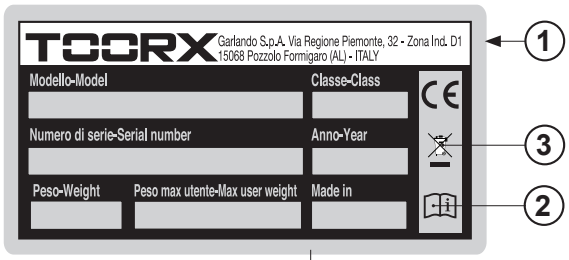
1.2 AUFKLEBER AM PRODUKT

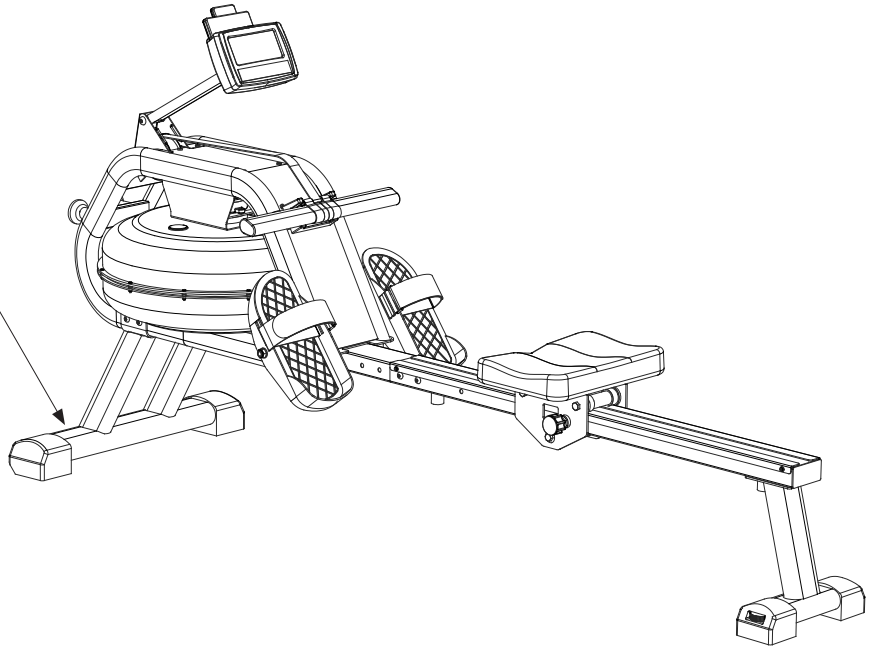
I) Das Typenschild des Produkts enthält die Anschrift des Händlers, die wichtigsten technischen Daten und die Seriennummer.

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

WIDERSTANDSSYSTEM	hydraulisches System, das die Dynamik eines Ruderboots nachbildet
EINSTELLUNG DER ZUGINTENSITÄT	6 Stufen, je nach Wassermenge im Tank
KONSOLENANZEIGEN	aktuelle Ruderschläge, Schläge/Min., Ruderschläge gesamt, Kalorien, Zeit, Zeit/500 Distanz, Puls.
SITZ RUDERGERÄT	auf kugelgelagerten Rollen auf Schiene verschiebbar
STELLMASSE HORIZONTAL (LXBXH)	2035 x 518 x 1035 mm
STELLMASSE VERTIKAL (LXBXH)	800 x 518 x 2035 mm
VERPACKUNGSMASSE	1100 x 540 x 455 mm
NETTOGEWICHT	32 kg
BRUTTOGEWICHT	36 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	130 kg
HERZFREQUENZMESSUNG	kabelloser HR-Empfänger (*)
BLUETOOTH-SCHNITTSTELLE	integriertes Modul V. 4.0 (**)
KONFORMITÄT	Normen: EN ISO 20957-1 - EN 957-7 (Klasse HC) Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EU - 2011/65/EU
STROMVERSORGUNG KONSOLE	4 Alkali-Batterien 1,5 Vdc Typ Mignon (size AA)

(*) Der eingebaute kabellose HR-Empfänger ist mit nicht codierten Brustgurt-Sendern (5,3 kHz) kompatibel. Der Brustgurt ist nicht im Lieferumfang enthalten und auf Anfrage erhältlich.

(**) Die Bluetooth®-Schnittstelle ermöglicht die kabellose Verbindung der Konsole mit Tablets und Smartphones zur Steuerung des Produkts und für zusätzliche Funktionen. Kompatibel mit der Kinomap Fitness App (Abo nicht enthalten) mit 120.000 km geolokalisierten Videos weltweit. Auf der Konsole befindet sich eine Ablage für das Smartphone.

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 keiner Sonneneinstrahlung ausgesetzt sein; bei großen Fensterflächen einen blickdichten Vorhang anbringen. Das Produkt von Klima- und Heizungsanlagen fernhalten, 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 Karton, der mit Metallklammern und Umreifungsbändern verschlossen ist.

Bei großen und schweren Verpackungen den Karton mit Hilfe weiterer Personen anheben und tragen.

Beim Abstellen des Kartons die Kennzeichnung „Oben“ (aufgedruckter Pfeil) beachten. Zum Öffnen die Umreifungsbänder mit einer Schere durchschneiden und die Metallklammern mit einer Zange entfernen.

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.

Prüfen Sie das Produkt nach dem Auspacken auf Transportschäden und auf Vollständigkeit aller auf der folgenden Seite abgebildeten Teile.

GEFAHR

Die Verpackung unterliegt der Verordnung (EU) 2025/40; entsorgen Sie die Verpackungsteile gemäß den örtlichen Vorschriften zur Verwertung und zum Recycling. Verpackungsteile (Karton und Beutel) nicht in Reichweite von Kindern lassen, da sie eine Gefahrenquelle darstellen.

Verpackungsmaterialien und ihre Entsorgung:

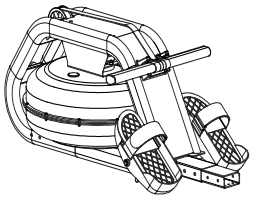
20 PAP — Wellpappe (Außenverpackung) – Altpapier

06 PS — Styropor (Schutzverpackung) – Kunststoff

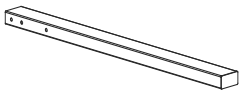
04 PE-LD — Kunststoffbeutel – (Zubehör) Entsorgung als Kunststoff

- Tiefziehblister – Restmüll

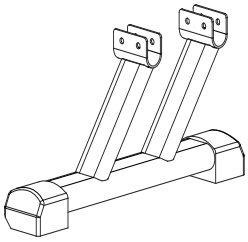
A



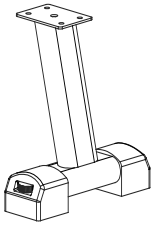
B



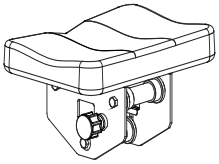
C



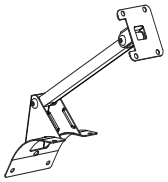
D



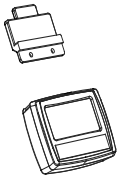
E



F



G



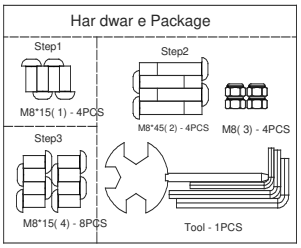
H



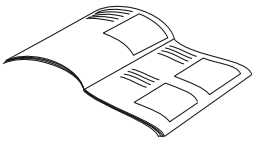
I

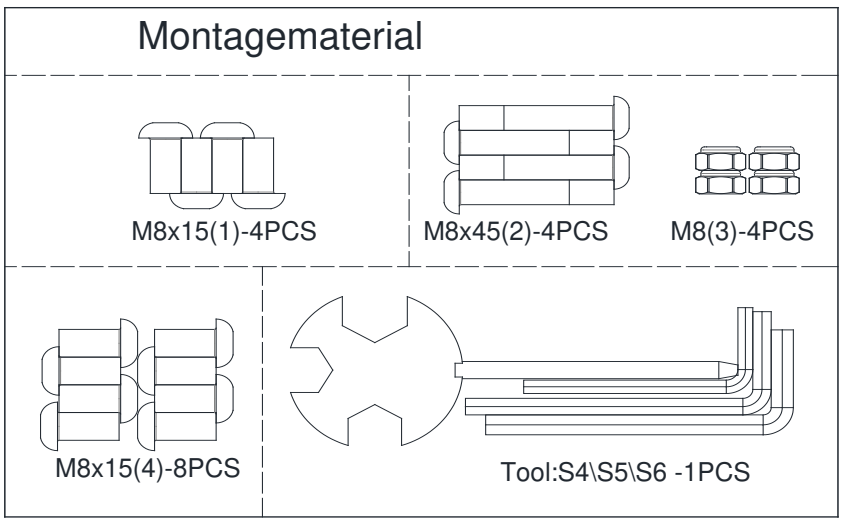


J



K





2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

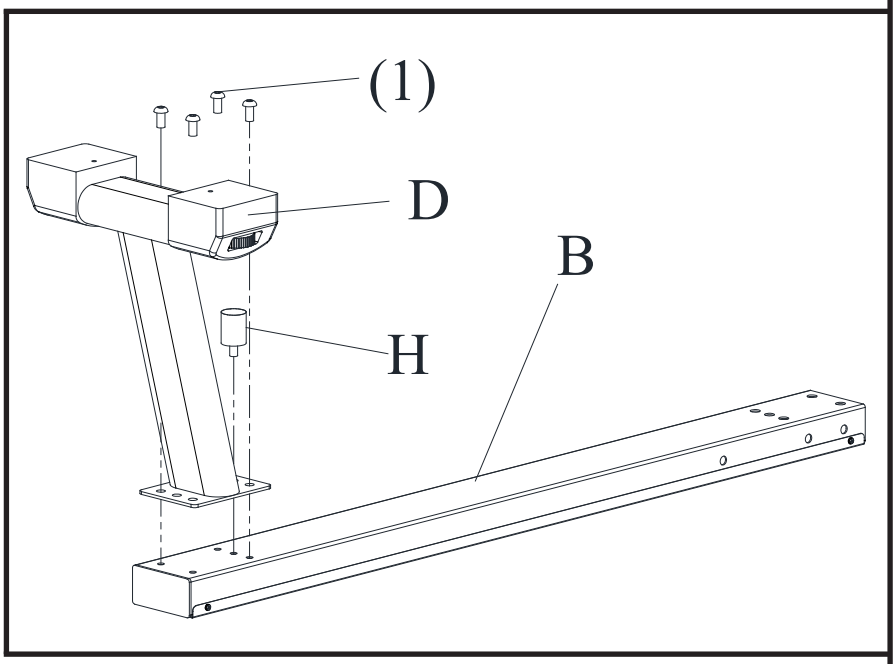
Nach dem Öffnen der Originalverpackung am Aufstellort einen möbelfreien Bereich für die Montage schaffen, dann den gesamten Inhalt der Verpackung herausnehmen und montagebereit auf dem Boden auslegen.

Montage hintere Stütze

• Legen Sie die Laufschiene B wie abgebildet umgedreht auf den Boden.

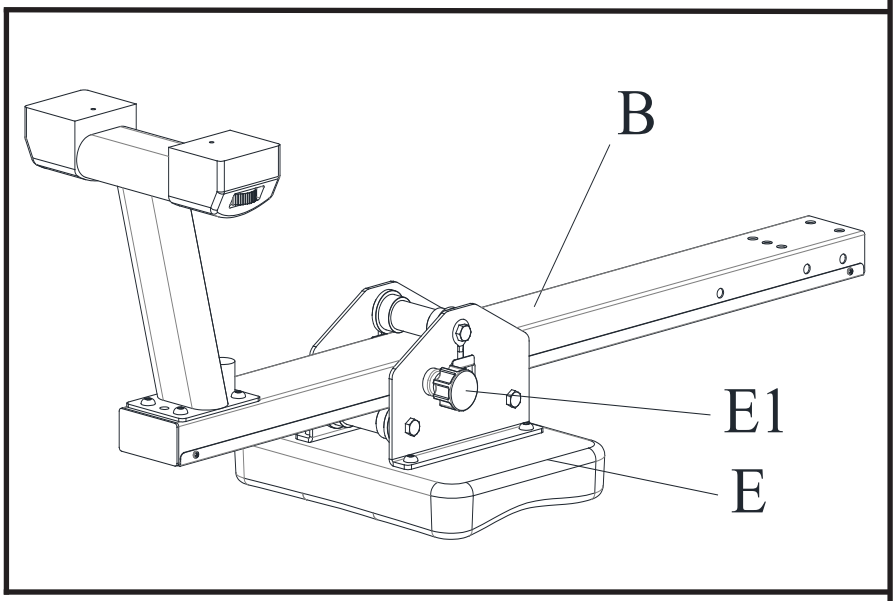
• Befestigen Sie die hintere Stütze D am Ende der Laufschiene B mit vier Schrauben (1) [M8x15 mm].

• Schrauben Sie den Gewindebolzen des Gummianschlags H wie abgebildet mittig in den hinteren Fuß.



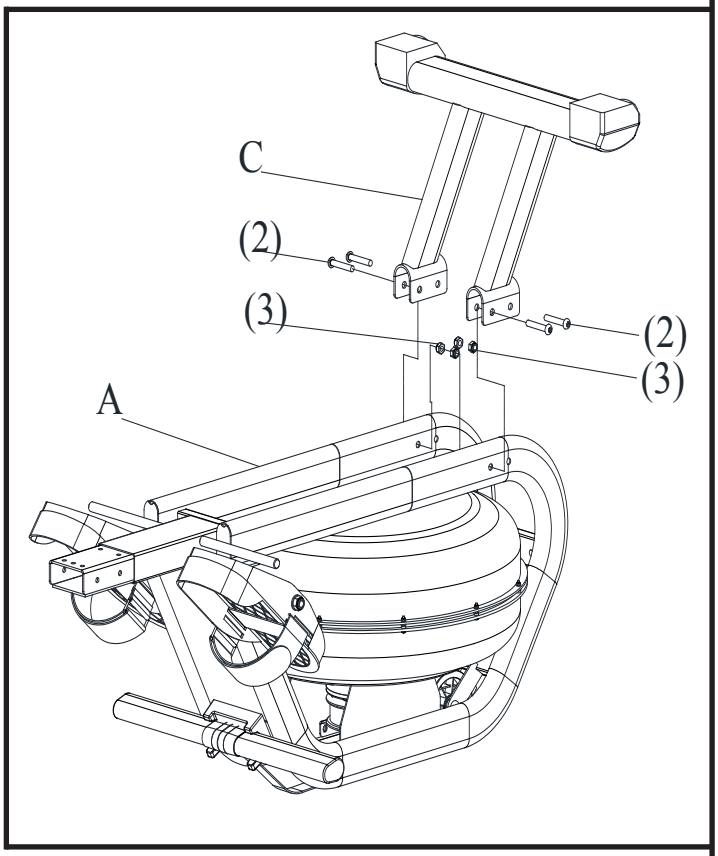
Montage Sitz

• Lösen Sie den Knauf E1, ziehen Sie ihn heraus und schieben Sie den Sitz E in der abgebildeten Richtung auf die Laufschiene B. Drehen Sie den Knauf E1 im Uhrzeigersinn, um den Sitz zu arretieren.



Montage vordere Stütze

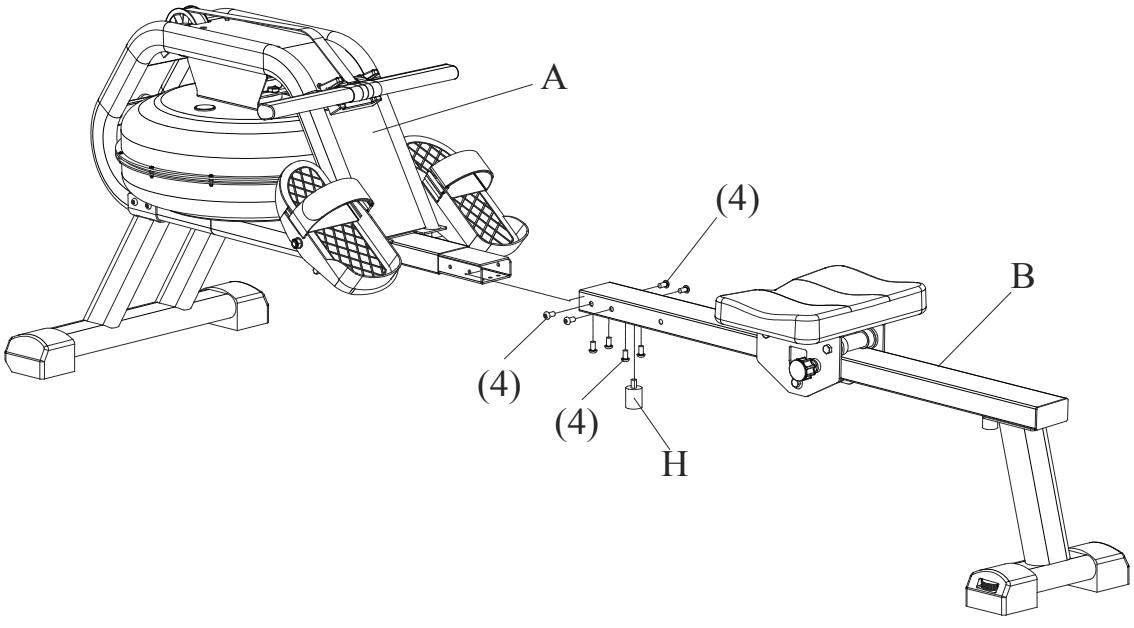
• Befestigen Sie die vordere Stütze C mit den zugehörigen Halterungen, vier Schrauben (2) [M8x45 mm] und Unterlegscheiben (3) [M8] am Hauptkörper A.



Montage Laufschiene am Hauptkörper

• Befestigen Sie die Laufschiene B mit acht Schrauben (3) [M8x15 mm] an der vorgesehenen Aufnahme des Hauptkörpers A.

• Schrauben Sie den Gewindebolzen des Gummianschlags H wie abgebildet mittig in die Laufschiene.



Montage der Konsole

• Entfernen Sie mit dem beiliegenden Kreuzschlitzschraubendreher die vier Schrauben c von der Rückseite der Konsole G-1.

• Legen Sie zwei Batterien 1,5 VDC Typ Mignon („AA size“) in das Fach auf der Rückseite der Konsole ein.

• Halten Sie die Konsole G-1 heran und verbinden Sie die Stecker b-3 der Konsole mit den Steckern b-2 des Konsolenständers F.

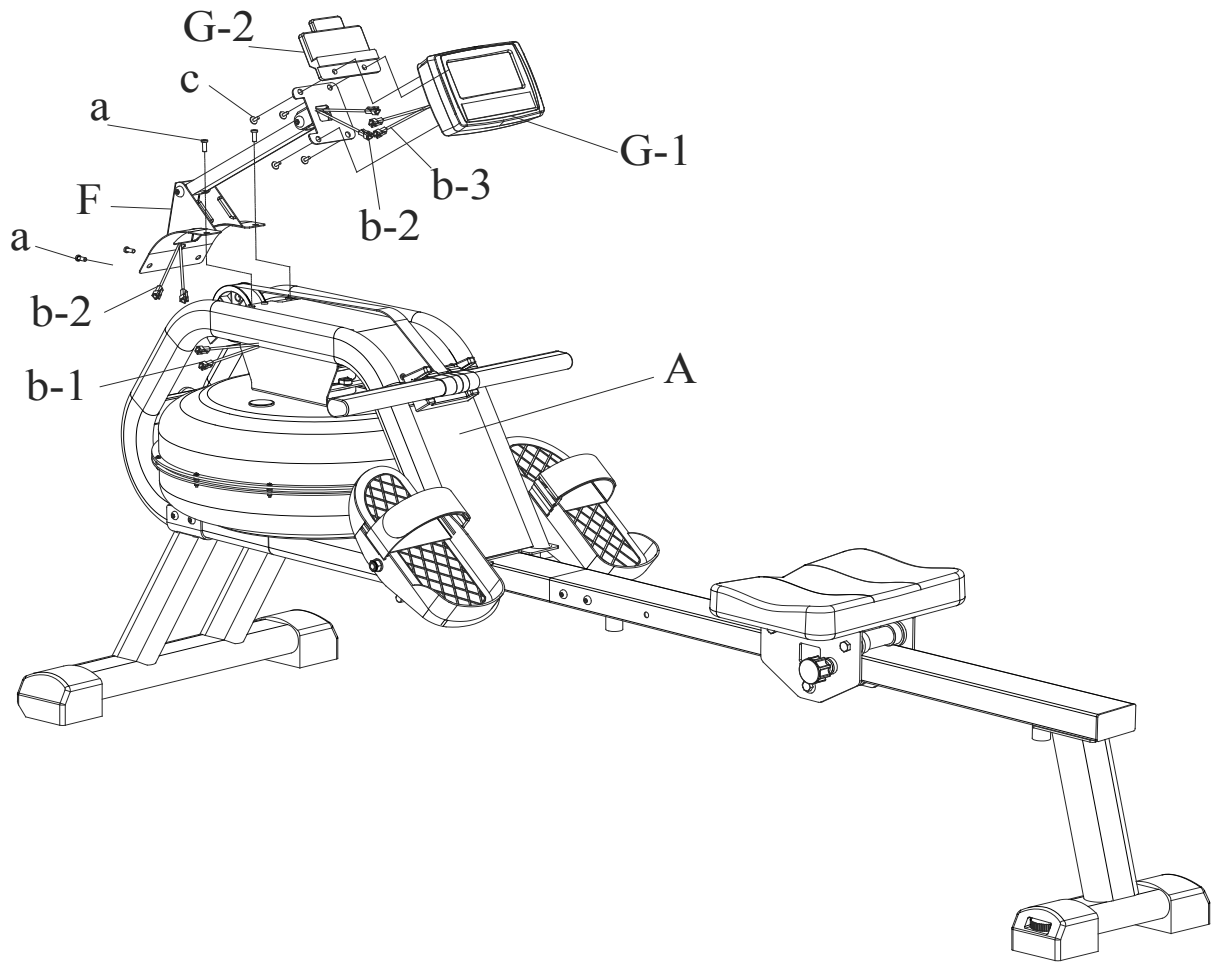
• Befestigen Sie die Konsole G-1 mit der dazwischenliegenden Smartphone-Halterung G-2 am Konsolenständer F; verwenden Sie dazu die zuvor entfernten vier Schrauben c.

• Entfernen Sie mit dem beiliegenden Innensechskantschlüssel die vier Schrauben a vom Hauptkörper A. Befestigen Sie den Konsolenständer F mit den zuvor entfernten vier Schrauben a am Hauptkörper A.

• Verbinden Sie die Stecker b-1 des Hauptkörpers mit den Steckern b-2 des Konsolenständers F.

ACHTUNG

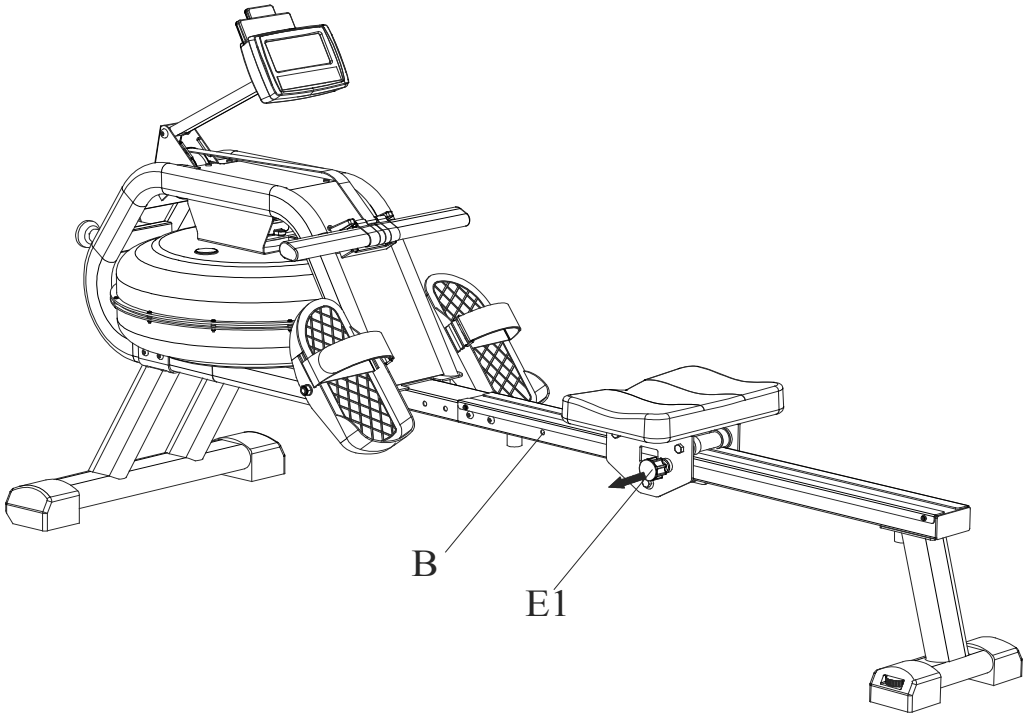
Achten Sie beim Befestigen der Konsole am Ständer und des Ständers am Hauptkörper darauf, die Verbindungskabel nicht einzuklemmen oder zu beschädigen.



Vorbereitung zur Benutzung

• Prüfen Sie vor der Benutzung, dass der Sitz entriegelt ist und frei gleitet. Ziehen und drehen Sie den Knauf E1 gegen den Uhrzeigersinn in die Entriegelungsstellung (grüne Markierung) und schieben Sie den Sitz aus der Rastbohrung B.

• Prüfen Sie außerdem, ob die Batterien der Konsole geladen sind und das Gerät eben auf dem Boden steht.



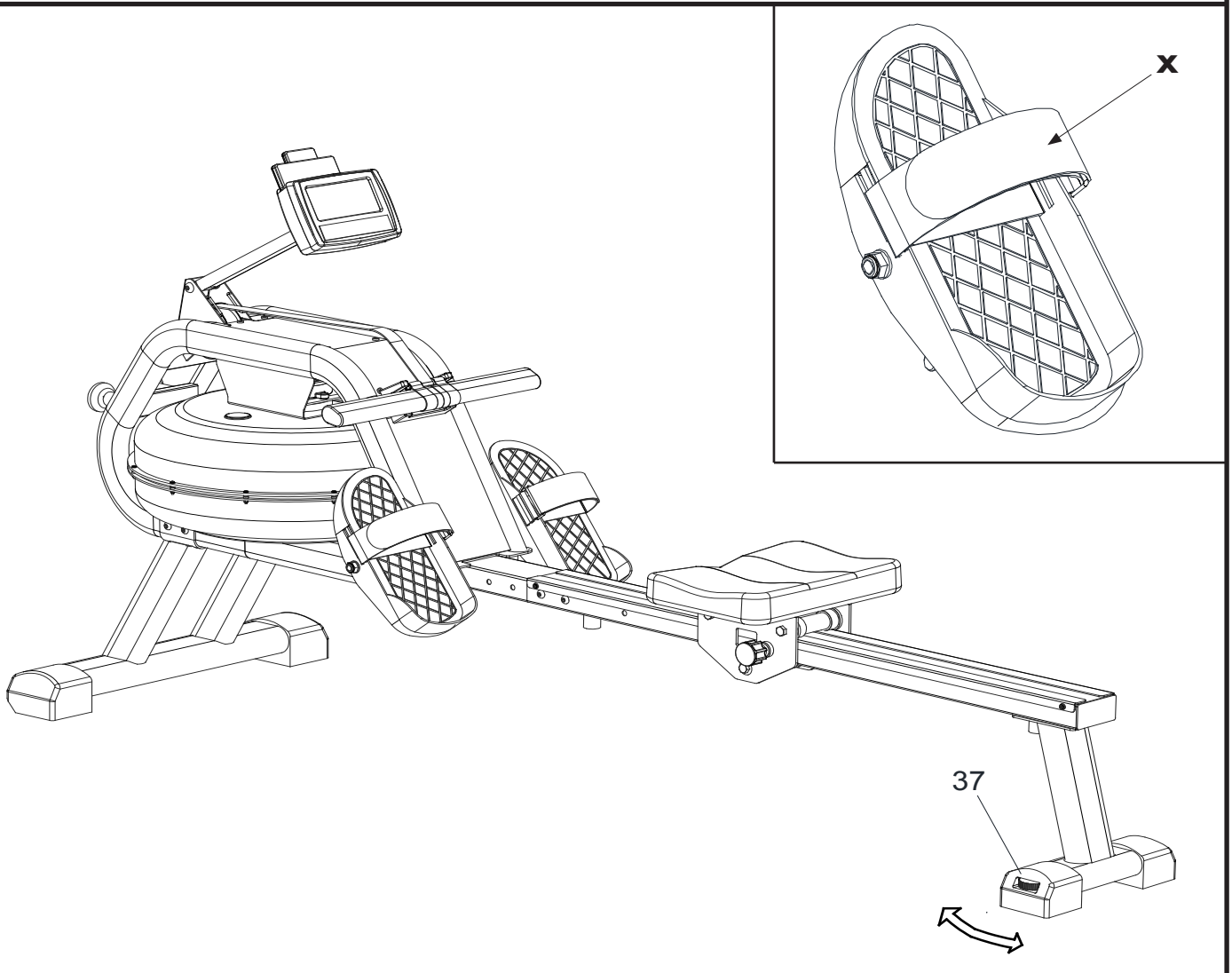
2.3 AUSRICHTEN DES GERÄTS UND EINSTELLEN DER FUSSSTÜTZEN

Ausrichten

• Zum Ausgleich von Bodenunebenheiten hat das Gerät zwei Stellschrauben 37 an den Enden der hinteren Auflagen.

Einstellung der Fußstützen

• Um die Fußstütze an die Fußgröße anzupassen, lösen Sie das Klettende des Fußriemens X an der Netzseite nach oben, stellen Sie ihn auf die Fußbreite ein und ziehen Sie ihn je nach Fußstütze nach links bzw. rechts.



2.4 TRANSPORT DES PRODUKTS

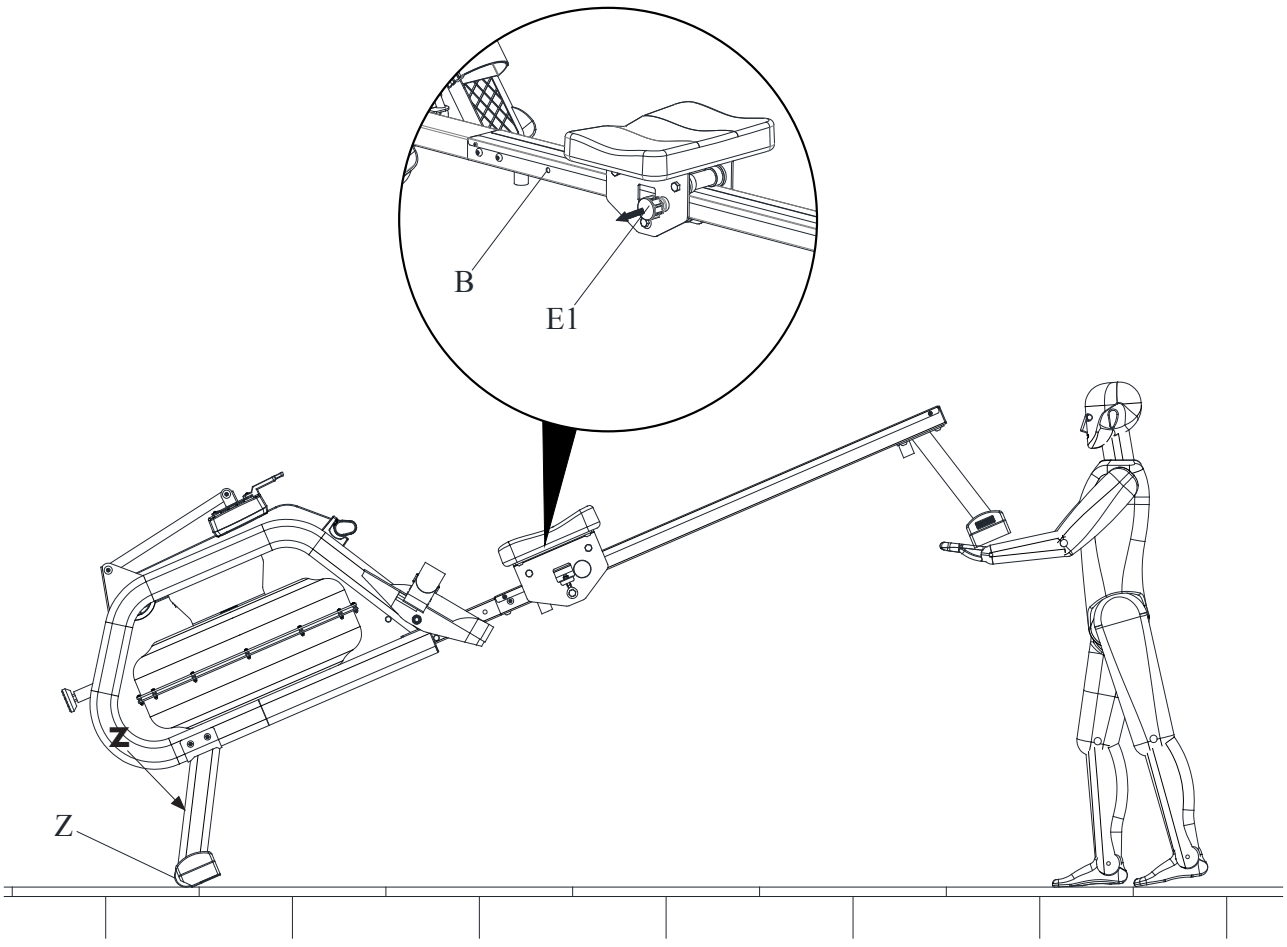
• Arretieren Sie vor dem Verschieben des Geräts den Sitz, damit er sich nicht bewegen kann. Drehen Sie den Knauf E1 im Uhrzeigersinn und lassen Sie ihn in der Verriegelungsstellung (rote Markierung) los; schieben Sie dann den Sitz Richtung Fußstützen, bis der Bolzen hörbar in die Rastbohrung B einrastet („Klick“).

• Zum Verschieben im Raum fassen Sie die hintere Auflage mit beiden Händen und kippen das Gerät, bis es auf den vorderen Transportrollen Z im Gleichgewicht steht. Schieben Sie es auf den Rollen an die gewünschte Stelle und setzen Sie die hintere Auflage langsam wieder auf den Boden ab.

Zur Erleichterung des Transports empfiehlt es sich, vorher den Wassertank zu entleeren.

ACHTUNG

Das Gerät darf nicht am Wassertank angehoben oder bewegt werden, da dieser beschädigt werden kann.



2.5 PLATZSPARENDE POSITION

Das Gerät kann bei Nichtgebrauch senkrecht aufgestellt werden, um Platz zu sparen.

GEFAHR

• Um Rost an Metallteilen zu vermeiden, das Gerät nicht in Kellern oder feuchten Räumen lagern. Zum Schutz vor Staub mit einem Baumwolltuch abdecken.

• In der platzsparenden Position muss das Gerät in einem geschlossenen Raum aufbewahrt oder zwischen Schrank und Wand gestellt werden, um ein versehentliches Umfallen durch spielende Kinder oder Tiere zu vermeiden.

Wird das Gerät längere Zeit nicht benutzt, wie folgt in die platzsparende Position bringen.

• Das Gerät mit einem Tuch reinigen.

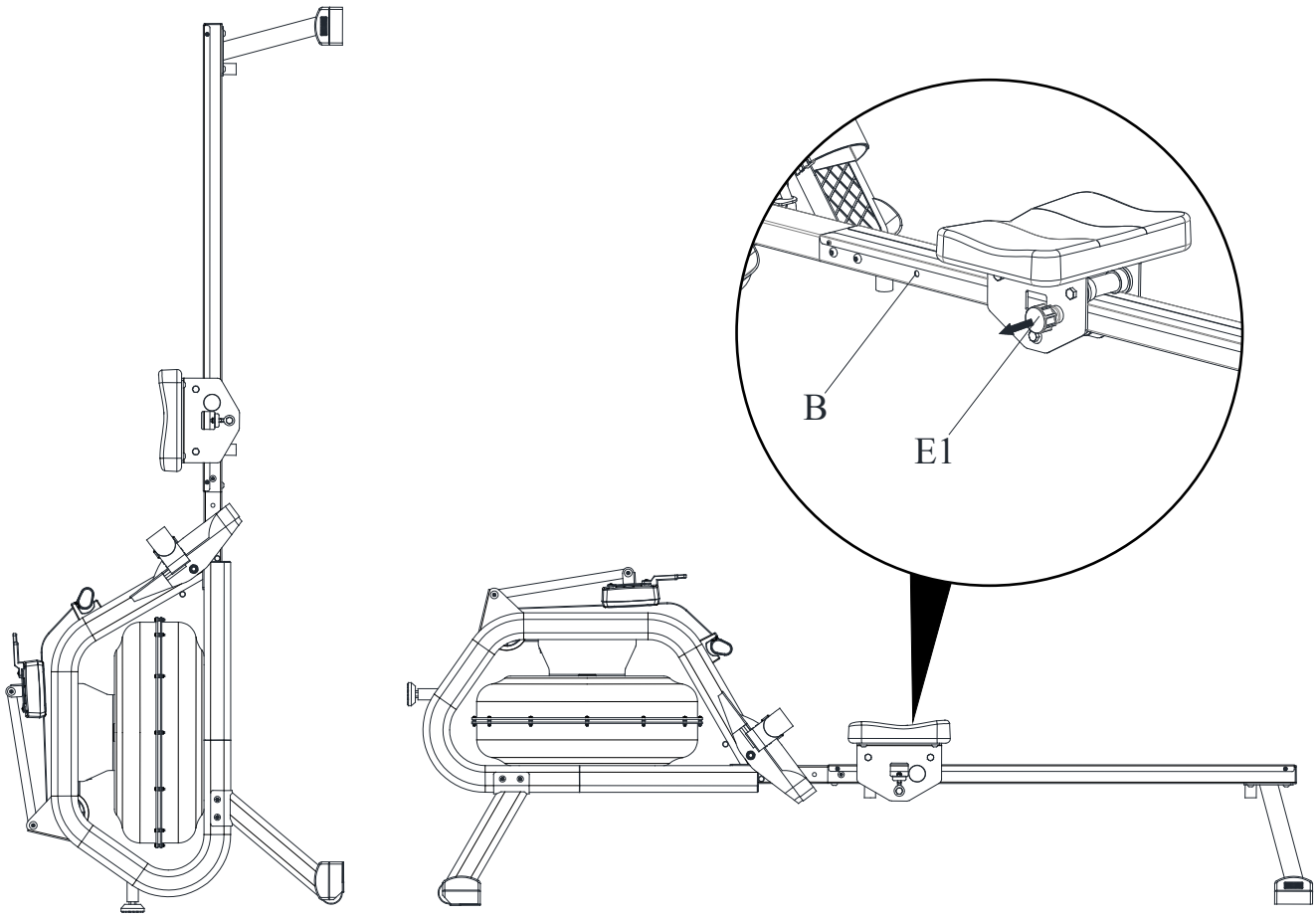
• Mit Silikonspray einen dünnen Schutzfilm auf die Metallteile auftragen.

• Arretieren Sie vor dem Aufstellen in die Senkrechte den Sitz, damit er sich nicht bewegen kann. Drehen Sie den Knauf E1 im Uhrzeigersinn und lassen Sie ihn in der Verriegelungsstellung (rote Markierung) los; schieben Sie dann den Sitz Richtung Fußstützen, bis der Bolzen hörbar in die Rastbohrung B einrastet („Klick“).

• Klappen Sie den Konsolenständer F nach unten, um den Platzbedarf der ausgeklappten Konsole zu verringern.

• Heben Sie das Gerät an der hinteren Auflage an und richten Sie es langsam auf, bis es wie unten abgebildet stabil senkrecht steht.

• Wird das Gerät länger als einen Monat nicht benutzt, muss der Wassertank entleert werden.



3.0 TRAININGSPROGRAMM

Lassen Sie vor Beginn des Trainings Ihre körperliche Verfassung ärztlich prüfen und besprechen Sie besondere Vorsichtsmaßnahmen für diese Art von Training. Untrainierte sollten langsam beginnen: höchstens drei Einheiten pro Woche mit kurzer Dauer und niedriger Schlagzahl pro Minute, um sich an das Gerät und die Belastung zu gewöhnen. Wer bereits Sport treibt und das Gerät ergänzend nutzen möchte, sollte die Trainingseinheiten und den Trainingsplan mit einem Personal Trainer erstellen. Mit der Kontrolle der Herzfrequenz während des Trainings können Sie auf 3 Ziele hin trainieren:

- Grundlagenbereich: Herzfrequenz zwischen 60% und 75%, Training mit geringer Belastung; - Aerober Bereich: Herzfrequenz zwischen 75% und 85%, Training im aeroben Bereich; - Anaerober Bereich: Herzfrequenz zwischen 85% und 95%, Training im anaeroben Bereich.

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

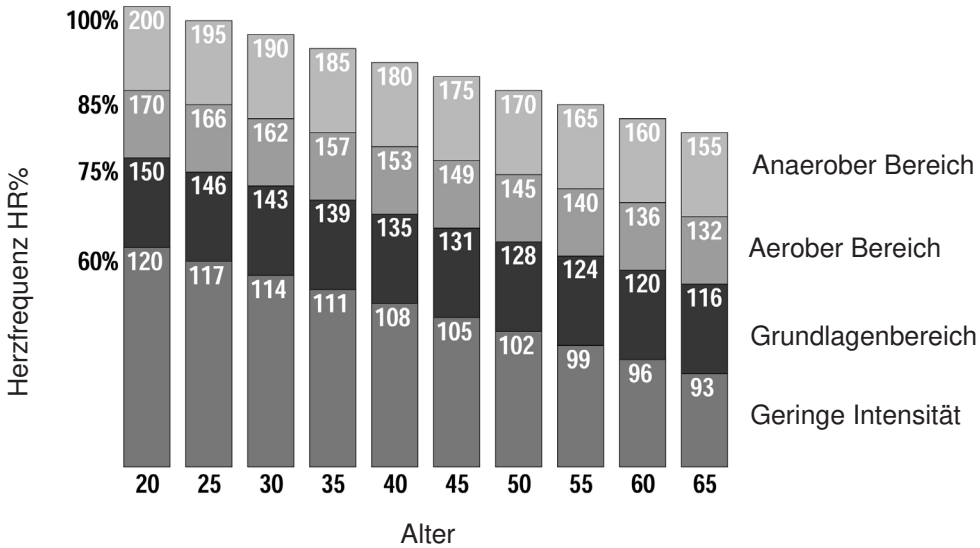
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

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

• Vor der Verwendung des Brustgurts die Anweisungen auf dieser Seite und ggf. die des Herstellers aufmerksam lesen.

• Nach jeder Benutzung den Sender vom elastischen Gurt abnehmen, beide vom Schweiß reinigen und gründlich trocknen.

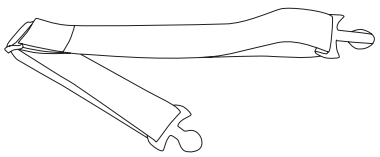
• Den Sender mit einem feuchten Tuch und milder Seife reinigen; den elastischen Gurt regelmäßig waschen, am besten in der Waschmaschine zusammen mit der Sportkleidung bei unter 40 °C.

• Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder anderen Behältern aufbewahren; am besten an einer Wand aufhängen, damit sie vollständig trocknen.

Dieses Gerät besitzt einen kabellosen HR-Empfänger, kompatibel mit den uncodierten Brustgurt-Sendern Polar® T31 oder T34. Der Brustgurt ist nicht im Lieferumfang enthalten und auf Anfrage erhältlich.

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.

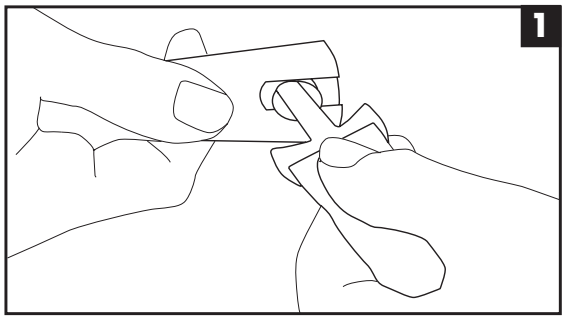
Die über den Brustgurt gemessene Herzfrequenz ist nur ein Richtwert zur Überwachung der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Orientierung beim Kalorienverbrauch. Der vom Sender gemessene Wert ist in keinem Fall als medizinischer Wert zu betrachten.

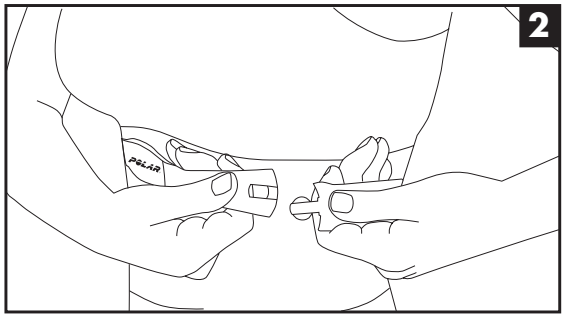


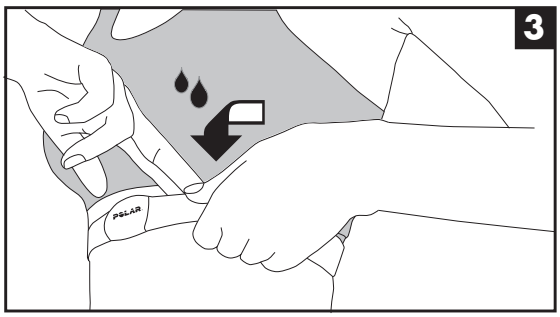
Elastischer Gurt

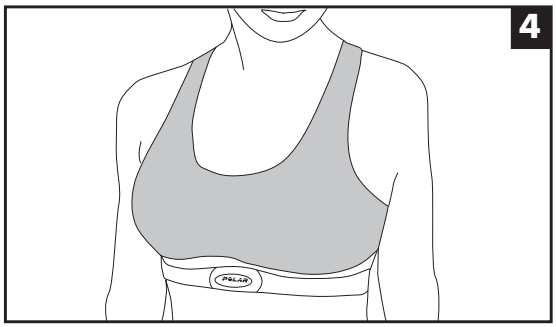


Sender









3.2 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG

GEFAHR

• Das Gerät vorsichtig benutzen. Kinder und Tiere während des Trainings fernhalten.

• Bei Erkrankungen der Wirbelsäule wird von der Benutzung abgeraten

• Das Gerät nicht von mehreren Personen gleichzeitig benutzen.

• Das Training durch Ziehen an der Zugstange beginnen; die Ruderbewegung startet die automatische Zählung der Konsolenwerte.

Bei der ersten Benutzung vor intensivem Training mit der Koordination von Ruderbewegung und Rollsitz vertraut machen.

1) Auf den Rollsitz A setzen, die Füße auf die Fußstützen B stellen und die Zugstange C greifen.

2) Die Zählung an der Konsole D startet automatisch mit dem ersten Zug am Griff oder durch Drücken der Taste START an der Konsole.

3) Mit gestrecktem Rücken eine gleichmäßige Ruderbewegung ausführen. Anfangs einige Zeit langsam rudern, um sich mit dem Bewegungsablauf vertraut zu machen.

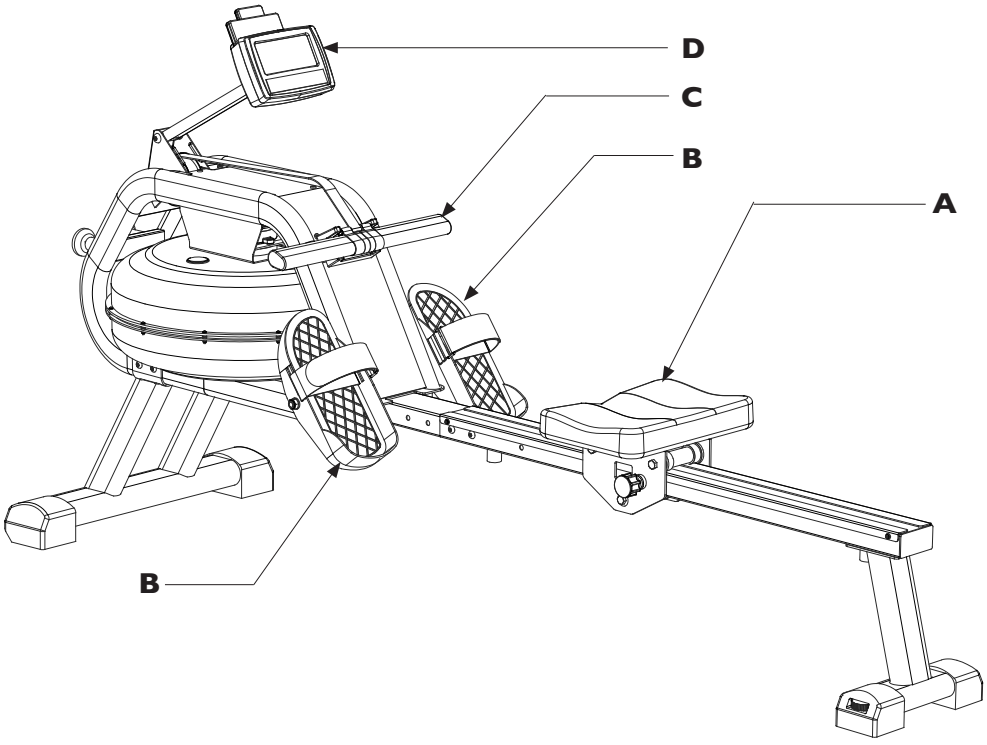
4) Die Intensität des Ruderschlags hängt von der Wassermenge im Tank ab. Zum Befüllen siehe nächsten Abschnitt.

5) Während des Trainings Bewegung und Atmung koordinieren und eine korrekte Haltung einnehmen.

GEFAHR

Für eine gute Haltung den Rücken gerade halten und den Körper nicht nach vorne oder hinten verlagern. Immer mit beiden Beinen und Armen koordiniert ziehen; werden nur die Beine eingesetzt und die Hände bloß auf die Zugstange gelegt, wird der Oberkörper nicht trainiert.

6) Vor der Benutzung die beanspruchten Muskeln mit geeigneten Dehnübungen vorbereiten, angeleitet von einem professionellen Trainer; dies lockert steife Gelenke und dehnt die Muskulatur. Wie bei allen, besonders neuen Techniken sich anfangs von erfahrenen Personen anleiten lassen.



Die Grundhaltung beim Rudern

• Setzen Sie sich auf den Sitz, fixieren Sie die Füße mit den Klettriemen auf den Fußstützen und fassen Sie die Zugstange.

• Ausgangsposition: Arme nach vorne gestreckt, Knie gebeugt wie in Abbildung (1).

• Schieben Sie sich auf dem Sitz nach hinten, die Arme bleiben gestreckt (2).

• Strecken Sie die Beine vollständig, halten Sie den Rücken gerade und ziehen Sie die Stange zum Bauch, die Ellbogen leicht nach außen (3). Kehren Sie dann in die Ausgangsposition (1) zurück und wiederholen Sie die Bewegung.

Trainingsdauer

Rudern ist körperlich anspruchsvoll. Beginnen Sie daher mit kurzen Einheiten geringer Intensität und steigern Sie Dauer und Intensität schrittweise.

Rudertechniken abwechseln

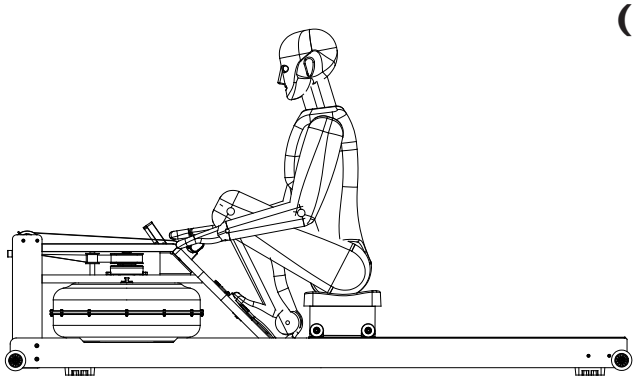
Nur Armbewegung: Diese Übung beansprucht die Muskulatur von Armen, Schultern, Rücken und Bauch.

Nur Beinbewegung: Diese Übung beansprucht die Muskulatur von Beinen und Rücken.

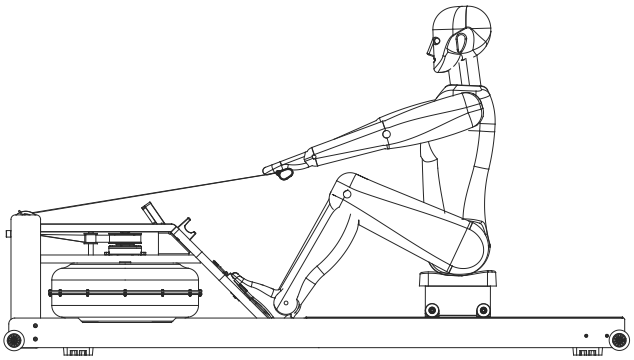
GEFAHR

Bei jeder Technik und Trainingsart muss die Zugstange mit den Händen gehalten werden, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren.

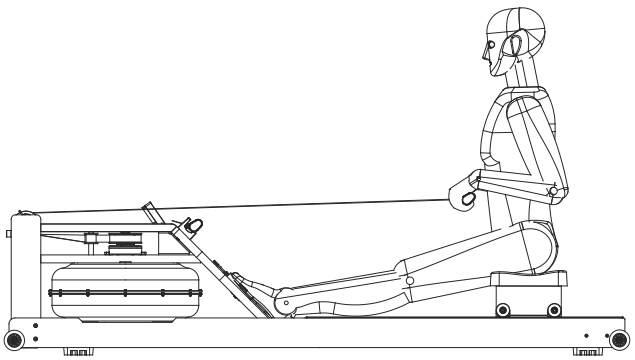
(1)



(2)



(3)



3.3 BEFÜLLEN UND ENTLEEREN DES WASSERTANKS

GEFAHR

• Um den Tank sauber zu halten und Kalkablagerungen zu vermeiden, nur destilliertes Wasser einfüllen. Damit das Wasser über längere Zeit im Tank bleiben kann, ohne dass sich Algen bilden oder es trüb wird, ein geeignetes Granulat zur Wasseraufbereitung aus dem Fachhandel für Wasseraufbereitung im Tank auflösen: Dichlor-Granulat 55 %. Wasser mit einem Gramm Dichlor-Granulat 55 % behandeln und alle 4 Monate wechseln. Ohne Wasseraufbereitung bilden sich Ablagerungen im Tank; die Herstellergarantie erlischt.

• Zur Wasserreinigung KEIN Flüssigchlor, keine Säuren und keine Entkalker verwenden; dies kann den Tank beschädigen und zum Erlöschen der Herstellergarantie führen.

• Das Wasser aus dem Tank darf nicht als Trinkwasser für Menschen oder Tiere verwendet werden, sondern muss über den Ausguss des Waschbeckens entsorgt werden.

• Stufe 6 auf dem Tankschild ist die maximal zulässige Füllmenge; mehr Wasser kann das Produkt beschädigen und die Herstellergarantie erlöschen lassen.

1) Zum Befüllen oder Entleeren den Einfüllstopfen P vom Tank abnehmen.

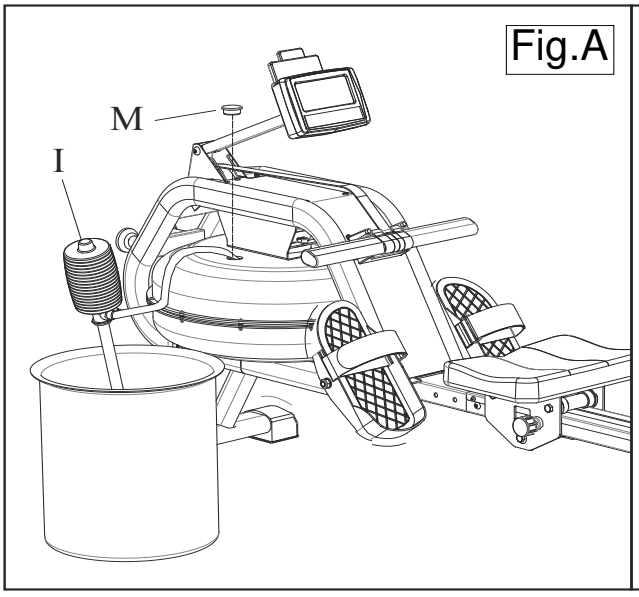
2) Befüllen siehe Fig. A. Stellen Sie links neben das Gerät einen Eimer mit der benötigten Wassermenge. Den Ansaugschlauch der Siphonpumpe L in den Eimer und den Auslaufschlauch in die Einfüllöffnung stecken, dann mit der Handpumpe das Wasser aus dem Eimer in den Tank pumpen; danach den Einfüllstopfen P wieder einsetzen.

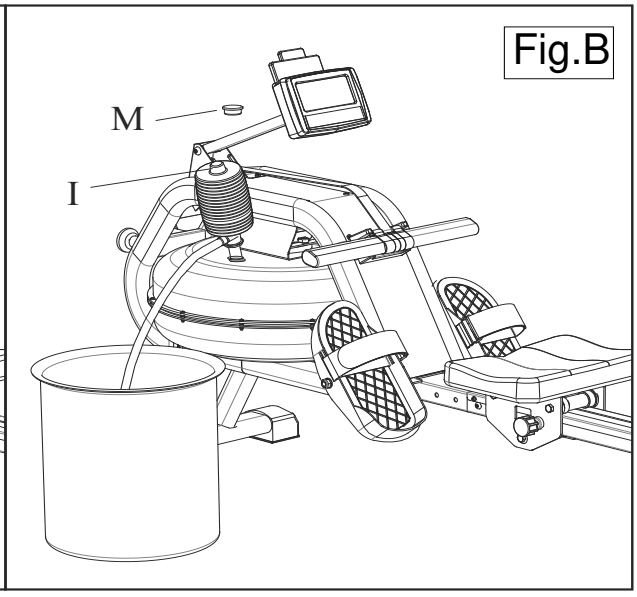
3) Entleeren siehe Fig. B. Stellen Sie links neben das Gerät einen leeren Eimer. Den Ansaugschlauch der Siphonpumpe L in den Tank und den Auslaufschlauch in den Eimer stecken und mit der Handpumpe das Wasser aus dem Tank in den Eimer pumpen.

4) Außen am Tank befindet sich eine Skala mit sechs Füllstufen, die sechs Intensitätsstufen des Zugwiderstands entsprechen: Stufe 1 = geringste Intensität, Stufe 6 = höchste Intensität. Nicht über die höchstzulässige „Stufe 6“ hinaus befüllen.

GEFAHR

Zur Handhabung und Verwendung des Wasseraufbereitungsmittels ausschließlich die Anweisungen des jeweiligen Mittels beachten. Bei Kontakt mit Augen oder Haut die Hinweise auf dem Produkt befolgen.





3.4 KONSOLENFUNKTIONEN (DISPLAY)

Die Konsole hat ein LCD-Display mit folgenden Anzeigen:

STROKES – Die ANZAHL DER RUDERSCHLÄGE im aktuellen Training.

SPM – (STROKES/MIN) – Die RUDERSCHLÄGE PRO MINUTE im aktuellen Training.

TOTAL STROKES – Die GESAMTZAHL DER RUDERSCHLÄGE seit dem letzten Batteriewechsel (bis max. 99999).

TIME – Die TRAININGSDAUER ab null bzw. im Programm TARGET der Countdown von der eingestellten Zeit bis null.

DISTANCE – Die entsprechende STRECKE seit Trainingsbeginn bzw. im Programm TARGET GOALS der Countdown der eingestellten Gesamtstrecke bis null.

CALORIES – Der KALORIENVERBRAUCH während des Trainings in kcal bzw. im Programm TARGET GOALS der Countdown des eingestellten Kalorienverbrauchs bis null (*).

PULSE – Die HERZFREQUENZ, gemessen über den Brustgurt (optional), in bpm (Schläge pro Minute) (*). Im Programm TARGET GOALS der eingestellte Herzfrequenz-Grenzwert.

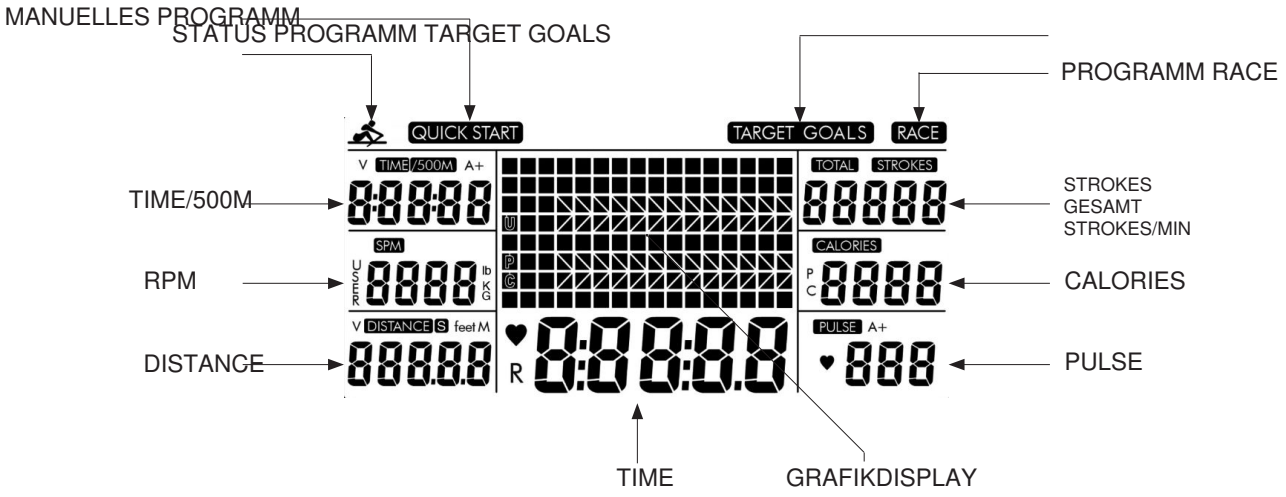
TIME/500 m – Die durchschnittliche ZEIT für 500 Meter Rudern; ein Standardmaß im Rudersport.

A+ – Zeigt den Durchschnittswert von Zeit, Kalorien und Herzfrequenz.

ANZEIGE FUNKTION UND STATUS - Zeigt die laufende Funktion und den aktuellen Status der Konsole: START oder STOP.

Das GRAFIKDISPLAY (Matrix) zeigt das Trainingsprofil in den verschiedenen Betriebsarten des Geräts grafisch an.

Hinweis: (*) Der angezeigte Wert ist nur ein ungefährer Richtwert und keinesfalls ein medizinischer Messwert. Zum Einschalten der Konsole eine beliebige Taste drücken. Etwa vier Minuten nach Trainingsende wechselt die Konsole in den Stand-by-Modus.



3.5 KONSOLENFUNKTIONEN (TASTEN)

Taste START / STOP Vor dem Training: – START/ STOP drücken, um ein Training in jedem Modus zu starten; die Anzeigen und die Funktionen des gewählten Programms beginnen. Während des Trainings: – START/STOP drücken, um das laufende Training zu beenden.

Tasten UP / DOWN Vor dem Training: – mit UP/ DOWN eine der verfügbaren Trainingsfunktionen wählen, – mit UP/DOWN eines der PROGRAMME wählen: QUICKSTART, TARGET GOALS, RACE. – mit UP/DOWN alle Werte der Trainingsfunktionen eingeben.

Taste RESET – Im Eingabemodus RESET drücken, um den voreingestellten Wert wiederherzustellen; erneut drücken, um in den Stand-by-Modus zurückzukehren. – Im STOP-Modus RESET drücken, um in den Stand-by-Modus zurückzukehren. – RESET 2 Sekunden gedrückt halten, um die Trainingsdaten zu löschen und in den Stand-by-Modus zurückzukehren.

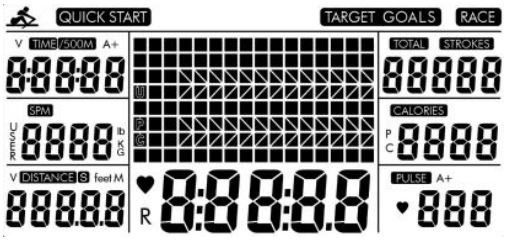
Taste ENTER Vor Trainingsbeginn: - ENTER drücken, um die Auswahl einer Funktion und die Eingabe aller Daten der Trainingseinheit zu bestätigen. Während des Trainings: - ENTER drücken, um die Anzeige der Doppelfunktionsfelder und des Grafikdisplays umzuschalten (erfolgt normalerweise automatisch).

Taste RECOVERY • Nach Trainingsende RECOVERY drücken,
um die Funktion Pulse Recovery zu starten. Pulse Recovery ermittelt den „ERHOLUNGSINDEX“, einen Zahlenwert in sechs Stufen (L1 ÷ L6), der die Pulserholung nach dem Training angibt und einen Anhaltspunkt zum eigenen Trainingszustand liefert.



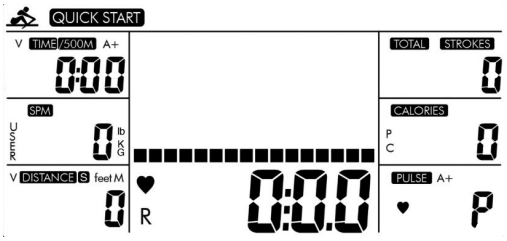
3.6 PROGRAMM QUICKSTART

Zum Einschalten der Konsole eine beliebige Taste drücken oder die Zugstange bewegen. Alle Anzeigen leuchten zwei Sekunden lang auf, danach wechselt die Konsole in den Stand-by-Modus.



Im Stand-by-Modus schaltet sich die Konsole nach vier Minuten ohne Benutzung automatisch aus; vorhandene Daten werden gelöscht.

Das Programm QuickStart ist der einfachste Weg, sofort zu trainieren. Setzen Sie sich auf den Sitz, wählen Sie mit UP/DOWN das Programm QUICK START und drücken Sie START/STOP, um sofort zu beginnen.



• Im Programm QuickStart zählen die Anzeigen Time, Spm, Strokes, Distance, Calories sofort ab null und während des gesamten Trainings.

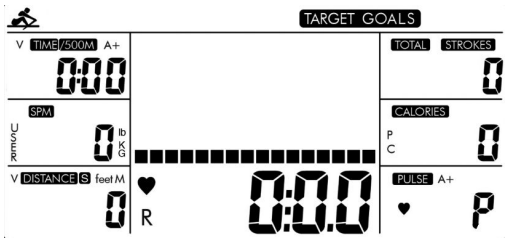
• Mit START/STOP kann das Training jederzeit beendet werden. Hinweis: Ist keine Dauer eingestellt (Zeit zählt aufwärts), entspricht jede der 16 Säulen der Grafikanzeige 100 Metern.

• Um in den Stand-by-Modus zurückzukehren, die Taste RESET gedrückt halten.

3.7 PROGRAMM TARGET GOALS

Im Programm Target mit Einzelziel legen Sie ein Training mit einem frei wählbaren Wert für Dauer, Distanz oder Kalorienverbrauch fest oder stellen den Herzfrequenz-Grenzwert T.H.R. ein, bei dessen Überschreitung ein Signalton ertönt.

• Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN das Programm TARGET GOALS wählen und mit ENTER bestätigen. Danach eines der vier Trainingsziele wählen: Dauer, Distanz, Kalorien und T.H.R.



• Die Anzeige „Time“ blinkt; hier wird die Programmdauer 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.

• Die Anzeige „Calories“ blinkt; hier wird der gewünschte Kalorienwert eingestellt. Mit UP/DOWN den Kalorienwert für das Programm einstellen und ENTER drücken.

• Die Anzeige „Pulse“ blinkt; hier wird der Herzfrequenz-Grenzwert (T.H.R.) eingestellt. Mit UP/DOWN die Herzfrequenz einstellen, die Sie im Programm halten möchten, und ENTER drücken. Hinweis: Überschreitet die Herzfrequenz den eingestellten Grenzwert, ertönt ein Signalton.

• Nach Eingabe der Werte für ein Ziel START/STOP drücken, um das Training zu starten.

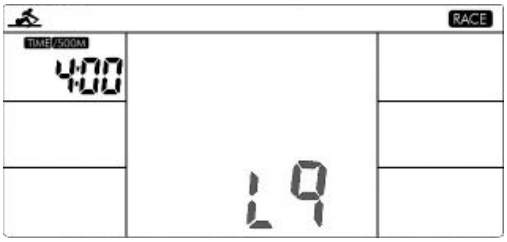
• Ist einer der Parameter (Dauer, Distanz, Kalorien) eingestellt und wird START/STOP gedrückt, zählt die zugehörige Anzeige vom eingestellten Wert bis null herunter. Nach Programmende zeigt die Konsole den Status STOP und die Anzeigen zeigen die Daten des Trainings.

• Um das Programm Target Goals zu verlassen und in den Stand-by-Modus zurückzukehren, die Taste RESET gedrückt halten.

3.8 PROGRAMM RACE

Im Programm RACE rudern Sie ein simuliertes Rennen gegen die Konsole über eine bestimmte Distanz.

• Nach dem Einschalten der Konsole mit UP/DOWN das Programm RACE wählen (Anzeige RACE oben im Display) und mit ENTER bestätigen.



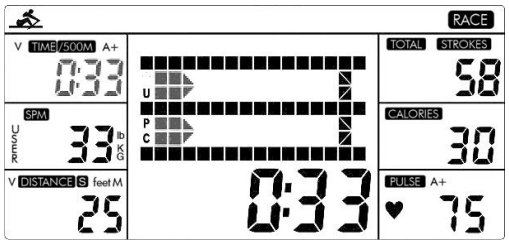
• Die Anzeige TIME/500 blinkt mit 4:00; mit UP/DOWN die Schwierigkeitsstufe zwischen L1 und L15 einstellen und mit ENTER bestätigen. Voreinstellung L9 = 4:00. Schwierigkeitsstufen: 15 Stufen L1 = 1:00 TIME/500, L15 = 8:00 TIME/500, Standardschritt: 0:30 TIME/500.

L1	8:00		L6	5:30	L11	3:00
L2	7:30		L7	5:00	L12	2:30
L3	7:00		L8	4:30	L13	2:00
L4	6:30		L9	4:00	L14	1:30
L5	6:00		L10	3:30	L15	1:00

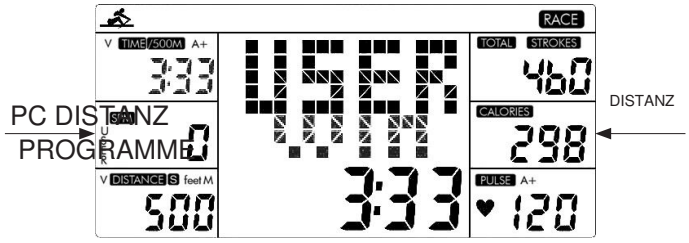
• Die Anzeige DISTANCE blinkt; mit UP/DOWN die Distanz einstellen und mit ENTER bestätigen. Hinweis: Im Programm RACE ist nur die Distanz einstellbar; Zeit/500 m ist fest, der Schwierigkeitsgrad ergibt sich aus der obigen Tabelle.



• START/STOP drücken, um das Programm RACE sofort zu starten; das Grafikdisplay zeigt den Rennverlauf, oben die Position des Benutzers (U) und unten die Position der Konsole (PC).



• Die zurückgelegte Distanz des Benutzers (U) und der Konsole (PC) wird in den jeweiligen Anzeigen rechts und links angezeigt.



• Sobald der PC oder der Benutzer das Ende des Trainings erreicht, zeigt die Konsole den Status STOP und gibt einen 8 Sekunden langen Signalton aus, der mit einer beliebigen Taste beendet werden kann. Die Anzeigen zeigen die Daten des Rennens, getrennt nach Benutzer und Konsole. Während des Trainings zeigen die Anzeigen: – Distance: Strecke seit Trainingsbeginn. – Calories: Kalorienverbrauch seit Trainingsbeginn. – Pulse: gemessene Herzfrequenz. – Time: Zeit seit Trainingsbeginn; mit ENTER wird TIME/500m A+ angezeigt. – SPM: Ruderschläge pro Minute; mit ENTER wird SPM A+ angezeigt. – Strokes: Ruderschläge seit Trainingsbeginn; mit ENTER werden die Ruderschläge gesamt (Total Strokes) angezeigt. • Das Training kann jederzeit

mit START/STOP beendet werden. Um das Programm RACE zu verlassen und in den Stand-by-Modus zurückzukehren, die Taste RESET gedrückt halten.

3.9 FUNKTION RECOVERY

• Legen Sie nach dem Training den optionalen Brustgurt an und drücken Sie RECOVERY, um die Funktion Pulse Recovery zu starten; alle Anzeigen werden ausgeblendet außer Time (Zählbeginn 0:60) und Pulse (Herzfrequenz des Benutzers mit Brustgurt).



• Die Funktion RECOVERY ermittelt einen Erholungswert der Herzfrequenz, mit dem Sie Ihren Trainingsfortschritt verfolgen können. Wir empfehlen einen wöchentlichen Test nach einem 30-minütigen Training mit gleichbleibender Belastung: danach mit dem Rudern aufhören und RECOVERY drücken; dabei einen kompatiblen Brustgurt tragen. Nach einem Countdown von 60 Sekunden zeigt das Display den ermittelten Wert in sechs Stufen: Stufe 1 = SEHR GUT Stufe 2 = AUSGEZEICHNET Stufe 3 = GUT Stufe 4 = BEFRIEDIGEND Stufe 5 = AUSREICHEND Stufe 6 = UNGENÜGEND.



Wird kein Signal vom optionalen Brustgurt empfangen, zeigt das Grafikdisplay einen Fehler an und die Funktion wird beendet.

4.0 MANUTENZIONE

GEFAHR

• 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.

• Schweißtropfen, die nach dem Training auf dem Gerät verbleiben, können Metallteile korrodieren oder elektrische Teile beschädigen. Während des Trainings Handtücher oder Schweißbänder verwenden; nach dem Training Laufschiene, Sitzwagen und alle Teile, die mit Schweiß in Berührung gekommen sind, sorgfältig reinigen.

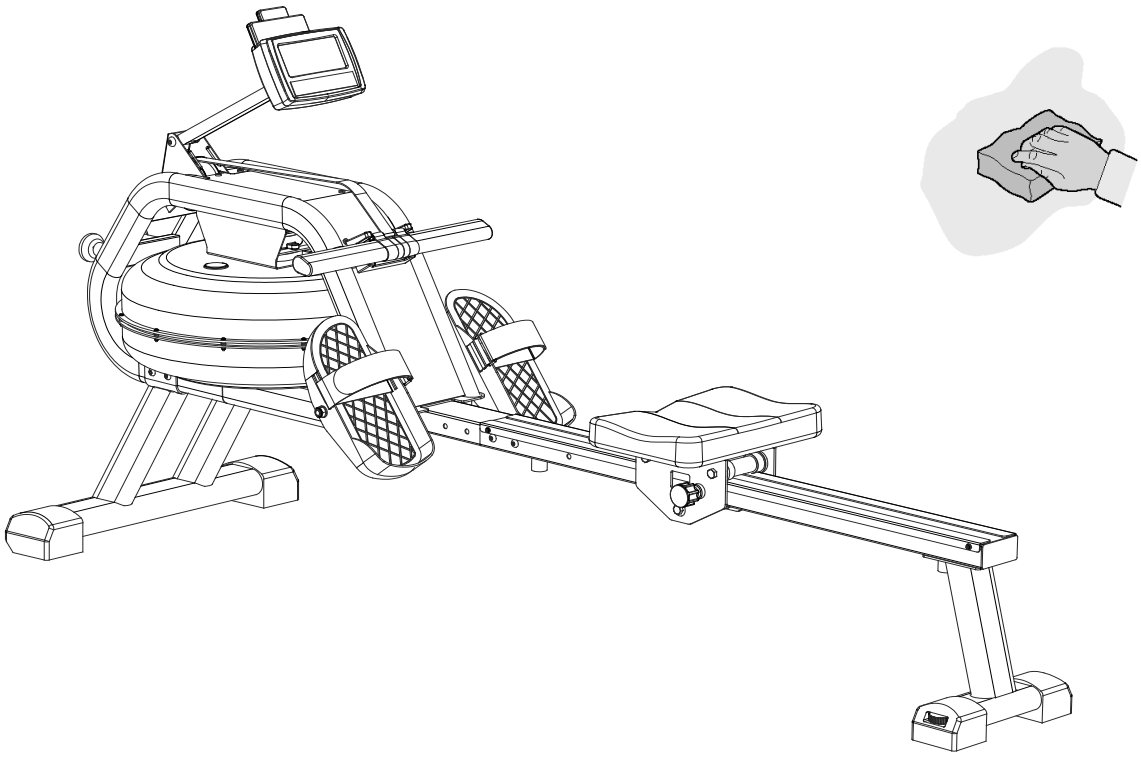
REINIGUNG DES GERÄTS

• Den Rahmen mit einem feuchten, nicht nassen Tuch reinigen.

• Lager und Laufschiene sorgfältig reinigen.

• Beim Reinigen nicht zu fest über das Konsolendisplay reiben.

• Metallteile und die Laufschiene des Sitzwagens mit Silikonspray schmieren.



BATTERIEWECHSEL

GEFAHR

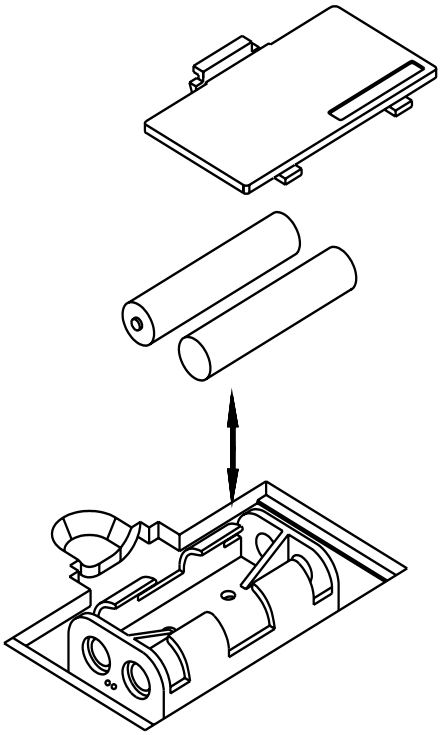
• Auf richtige Polung achten; Lage von Minus- und Pluspol am Aufdruck prüfen.

• Verbrauchte Batterien nicht ins Feuer werfen.

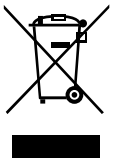
• Verbrauchte Batterien nicht mit dem Hausmüll entsorgen. In den dafür vorgesehenen Batterie-Sammelbehältern getrennt entsorgen.

• Leere Batterien nicht wieder aufladen; nur neue Mignon-Batterien (Typ AA) verwenden.

Wenn das Display die Zahlen verzögert anzeigt, müssen die Batterien gewechselt werden. Dazu die Klappe auf der Rückseite der Konsole abnehmen, die leeren Batterien entnehmen und durch vier neue Mignon-Batterien (AA) ersetzen.



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.

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.

Dieses Produkt darf NICHT über den Hausmüll entsorgt werden, sondern ist (in den Ländern der Europäischen Union) getrennt zu entsorgen und bei den dafür vorgesehenen Sammelstellen für Entsorgung und Recycling solcher Produkte abzugeben.

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

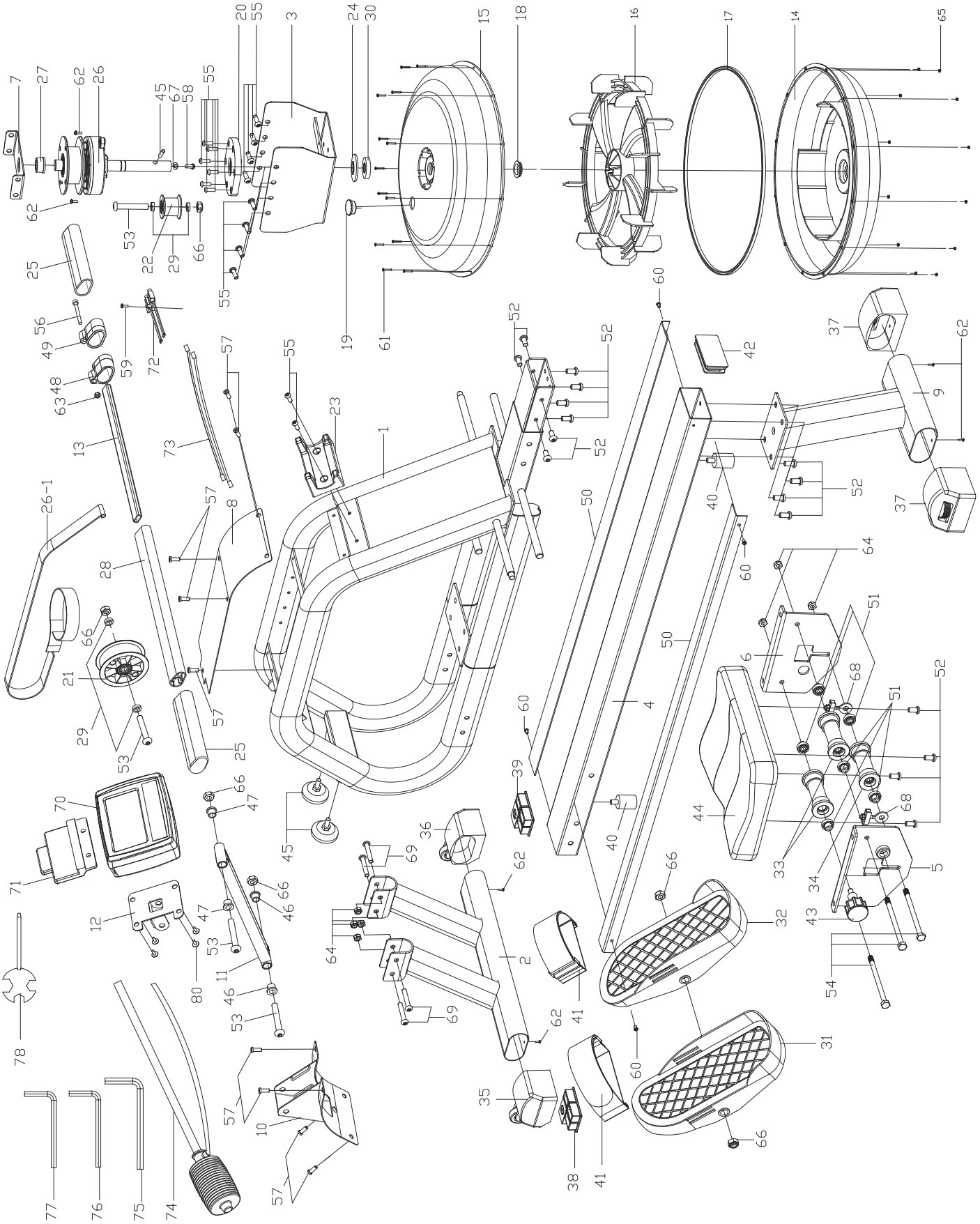
Verwenden Sie für die Bestellung eine Kopie des Bestellformulars für Ersatzteile auf der beiliegenden Karte, zusammen mit dem Garantieschein.

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 ERSATZTEILE



6.2 ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
1	Oberer Rahmen Vordere Stütze	1
2	Halterung Wassertank Laufschiene	1
3	Sitzträgerplatte li. Sitzträgerplatte re.	1
4	Halterung Laufrad Obere Abdeckung	1
5	Hintere Stütze Befestigungsplatte	1
6	Konsolenständer Konsolenständer	1
7	Befestigungsplatte Konsole Zugstange	1
8	Wassertank, Unterteil Wassertank,	1
9	Oberteil Laufrad Gummidichtung	1
10	Tankteile Dichtung Tankoberteil	1
11	Einfüllstopfen Flansch Laufradsicherung	1
12	Kunststoffrolle Riemenscheibe	1
13	Zugriemen Ablage Zugstange	1
14	Kunststoffscheibe Griff Zugstange	1
15	Flansch mit Laufradwelle Zugriemen	1
16	Rundstopfen Zugstange Verkleidung	1
17	Zugstange PVC-Buchse Ø16x4.5	1
18	Dichtring Laufrad Ø20xØ40x8 Fußstütze	1
19	li. Fußstütze re. Laufrolle Sitz,	1
20	Polycarbonat Laufrolle Sitz, Polycarbonat	1
21	Vordere Auflage li. mit Transportrolle	1
22	Vordere Auflage re. mit Transportrolle	1
23	Hintere Auflage, verstellbar mit Ring	1
24	Stellfuß li. Stellfuß re. Gummianschlag	1
25	Fußriemen Rechteckstopfen Laufschiene	2
26	Federknauf Sitz Stellfuß senkrechte	1
26-1	Position Kunststoffbuchse	1
27	Konsolenständer Kunststoffbuchse	1
28	Konsolenständer Aufnahme Zugriemen li.	1
29	Aufnahme Zugriemen re.	4
30	Aluminiumschiene Lager 608ZZ	1
31	Schraube M8×15×S5 Schraube	1
32	M10×65×15×S6 Schraube	1
33	M8×125×20×S14 Schraube M6×15×S5	2
34	Schraube M6×60	1
35		1
36		1
37		2
38		1
39		1
40		2
41		2
42		1
43		1
44		1
45		2
46		2
47		2
48		1
49		1
50		2
51		6
52		16
53		4
54		3
55		16
56		1

Pos.	Beschreibung	Menge
57	Schraube M6×15×S5	11
58	Schraube M8×20×S5	1
59	Schraube M4x6xØ7	1
60	Schraube M4x4xØ7	4
61	Schraube M3x20xØ6	12
62	Blechschraube ST4.2x16xØ7	6
63	Mutter M6xH6xS10	1
64	Mutter M8xH7.5xS13	7
65	Mutter M3xH3.8xS6	12
66	Mutter M10x1.25xH12xS17	6
67	Unterlegscheibe Ø8×Ø16×1.5	1
68	Stellschraube Sitzwagen	2
69	Schraube M8×45×15×S6	4
70	Konsole	1
71	Smartphone-Halterung	1
72	Schlagzahlsensor	2
73	Kabel Schlagzahlsensor	2
74	Siphon-Handpumpe	1
75	Innensechskantschlüssel S6	1
76	Innensechskantschlüssel S5	1
77	Innensechskantschlüssel S4	1
78	Kreuzschlitzschraubendreher	1
80	Schraube M5x8	4

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

Vertrieb in Österreich: Bodyfit Handels KG · Wiener Straße 190 · 4020 Linz · 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