TOORX

FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



APP READY 3.0

SPEED MAG PRO

Code: GRLDTOORXSRXSPDMP

Revision: 00

Ausgabe: 12/22

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 3
BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH UND GEGENANZEIGEN - KONVENTIONEN.....S. 4
1.2 SICHERHEITSEINRICHTUNGEN.....S. 1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT.....S. 1.4 TECHNISCHE DATEN.....S. 5 6 7

2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS.....S. 8 2.1 AUSPACKEN – LIEFERUMFANG.....S. 8 2.2 MONTAGE DES PRODUKTS.....S. 9 2.3 TRANSPORT DES PRODUKTS.....S. 12

3.0 TRAININGSPROGRAMM.....S. 17 3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS.....S. 18 3.2 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG.....S. 19 3.3 COMPUTERFUNKTIONEN (DISPLAY).....S. 21 3.4 COMPUTERFUNKTIONEN (TASTEN).....S. 22 3.5 EINSCHALTEN - MANUELLES PROGRAMM (P01).....S. 23 3.6 VORDEFINIERTE PROGRAMME (P02÷P11).....S. 24 3.7 WATT-PROGRAMM (P12).....S. 25 3.8 HRC-PROGRAMM (P13÷P16).....S. 26 3.9 BENUTZERPROGRAMM (P17÷P20).....S. 27

4.0 WARTUNG.....S. 28

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

6.0 ERSATZTEILKATALOG - ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 29 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG - TAF. 1.....S. 30 6.2 EXPLOSIONSZEICHNUNG - TAF. 2.....S. 31 6.3 ERSATZTEILLISTE.....S. 32

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG.....S. 34

1.0 SICHERHEITSHINWEISE

• Lesen Sie vor Montage und Gebrauch diese Bedienungsanleitung und eventuell beiliegende weitere Anleitungen sorgfältig durch.

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

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

• Stellen Sie sicher, dass alle Benutzer die Anleitung gut verstanden haben, und beaufsichtigen Sie die ersten Trainingseinheiten. Die Bedienungsanleitung muss sich stets in der Nähe des Geräts befinden, damit sie bei Bedarf schnell nachgeschlagen werden kann.

• 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 in jedem Fall geeignete Laufschuhe. Vermeiden Sie Kleidung, die die Atmung der Haut behindert, sowie Schuhe mit Ledersohle oder anderem harten Material.

• Halten Sie beim Training den Lenker mit den Händen gut fest. Behalten Sie während des Trainings Ihre Herzfrequenz im Blick und passen Sie die Intensität entsprechend an.

• Wenn beim Gebrauch des Geräts Schwindel, Brustschmerzen oder Atemnot auftreten, das Training sofort abbrechen und einen Arzt aufsuchen.

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

• Das Gerät NICHT in Fitnessstudios oder gewerblich bzw. im Verleih genutzten Räumen aufstellen; es ist nicht für intensive professionelle Nutzung oder für Rehabilitationszwecke ausgelegt.

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

• Computer und Kunststoffteile des Geräts NICHT mit spitzen Gegenständen, Bürsten, Scheuerschwämmen oder aggressiven Chemikalien beschädigen.

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

• Das Gerät NICHT in Kellern, auf Terrassen oder in feuchten Räumen aufstellen und nicht der Witterung (Regen, Sonne usw.) aussetzen.

• Kinder und Haustiere NICHT in die Nähe des Geräts lassen. Ziehen Sie nach dem Training beim Verlassen des Geräts die Notbremse. • Das Gerät NIE benutzen, wenn es beschädigt oder nicht einwandfrei ist. Bei Defekt oder Fehlfunktion das Gerät abschalten und nicht selbst daran eingreifen. Reparaturen nur von einer Fachwerkstatt durchführen lassen.

• Während des Trainings KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischung tragen. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und zu elektrostatischer Aufladung führen.

1.1 BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH, GEGENANZEIGEN, ZEICHENERKLÄRUNG

Das in dieser Anleitung beschriebene Produkt ist für die private Nutzung im häuslichen Bereich konstruiert und zertifiziert. Es ist ein Sportgerät, das die Bewegung des Radfahrens nachbildet, für regelmäßiges Training mit hoher Intensität für Ausdauer und Kraftausdauer. Mit diesem Indoor Cycle können Sie zu Hause trainieren, auch bei schlechtem Wetter oder wenn Sie nicht zum Radfahren oder ins Fitnessstudio gehen möchten. Befolgen Sie alle Anweisungen und Warnhinweise dieser Anleitung, um sicher zu trainieren. Intensive und lange Belastungen erfordern eine gute körperliche Verfassung; beachten Sie deshalb die nachfolgend aufgeführten Gegenanzeigen.

Die Benutzung des Produkts ist in folgenden Fällen untersagt:

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

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

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

Diese Anleitung enthält alle Informationen zu Aufstellung, Wartung und richtigem Gebrauch des Indoor Cycle. Der Benutzer sowie alle Freunde und Familienmitglieder, die das Gerät nutzen, müssen diese Informationen sehr aufmerksam lesen, um das Gerät sicher aufzustellen und richtig zu benutzen.

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 abgebildeten und 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 SICHERHEITSEINRICHTUNGEN

GEFAHR

Das Gerät darf nicht benutzt werden, wenn Kinder oder Tiere im Raum spielen.

Leben Kinder im Gebäude, muss das Gerät in einem abschließbaren Raum aufgestellt werden. Wird das Gerät nicht benutzt, die Bremse sicher arretieren und die Pedale mit einem Seil festbinden, damit sich Kinder beim Spielen nicht verletzen.

Das Gerät hat am Schrägrohr eine Sicherheitsvorrichtung, um im Bedarfsfall schnell eingreifen zu können.

Die Notbremse zum sofortigen Anhalten wird durch Drücken des Knopfs 102 ausgelöst.

Die sichere Arretierung der Bremse erfolgt durch Drücken und anschließendes Drehen des Knopfs 102 im Uhrzeigersinn.

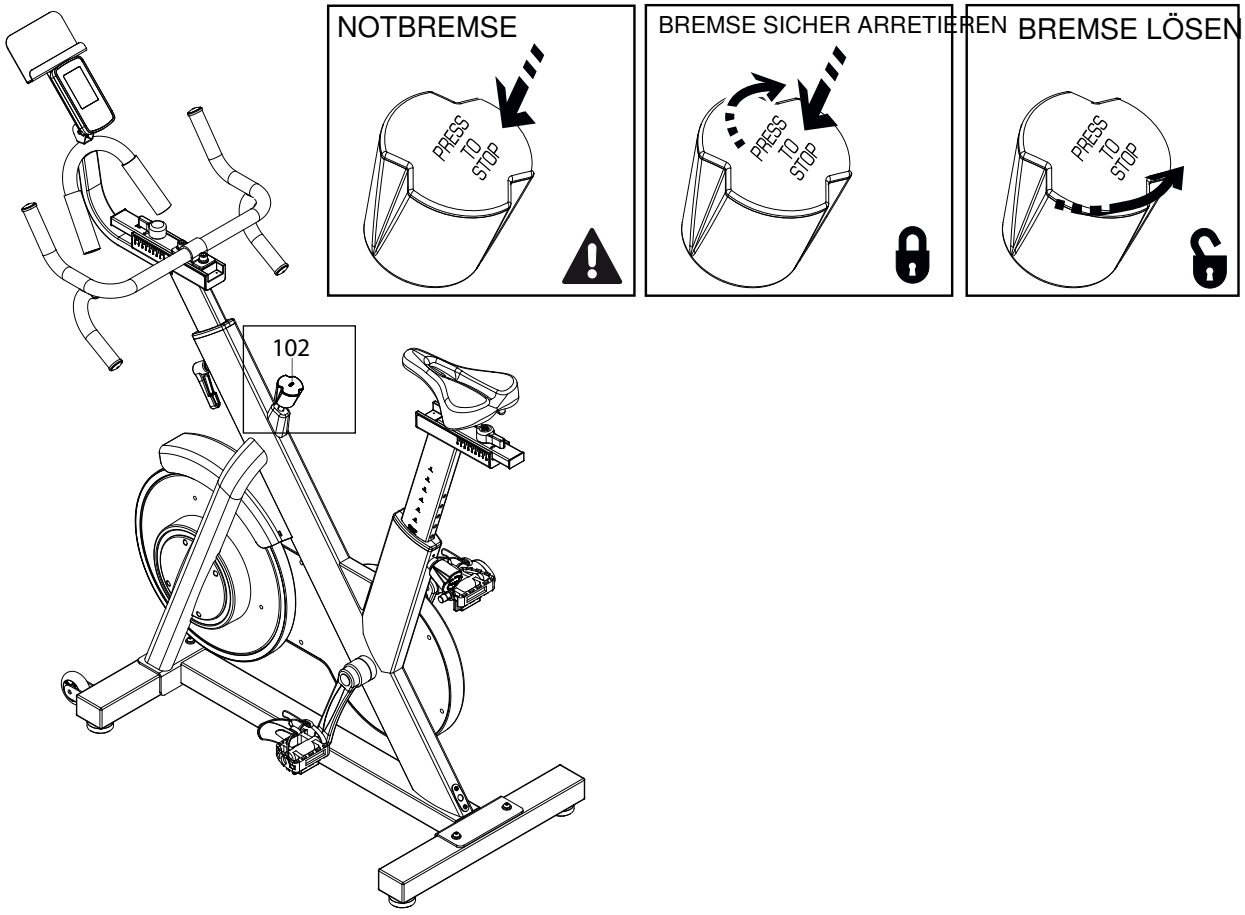
Beim Antrieb mit starrem Ritzel (durchgehende Verbindung zwischen Pedalen und Schwungrad, ohne Freilauf) werden die Pedale entsprechend der Geschwindigkeit des Schwungrads mitgedreht. NIEMALS durch Gegendruck mit den Beinen abbremsen oder anhalten: Dies gefährdet die Bänder, und der Fuß kann sich vom Pedal lösen, mit der Folge von Stößen gegen die Fersen.

GEFAHR

Zum schnellen Anhalten der Pedale immer nur die Notbremse verwenden.

Nach jedem Training und vor jeder Wartung muss die Bremse durch Drücken und anschließendes Drehen des Knopfs 102 im Uhrzeigersinn sicher arretiert werden.

Vor der Benutzung des Geräts die Bremse durch Drehen des Knopfs 102 gegen den Uhrzeigersinn lösen.



1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT

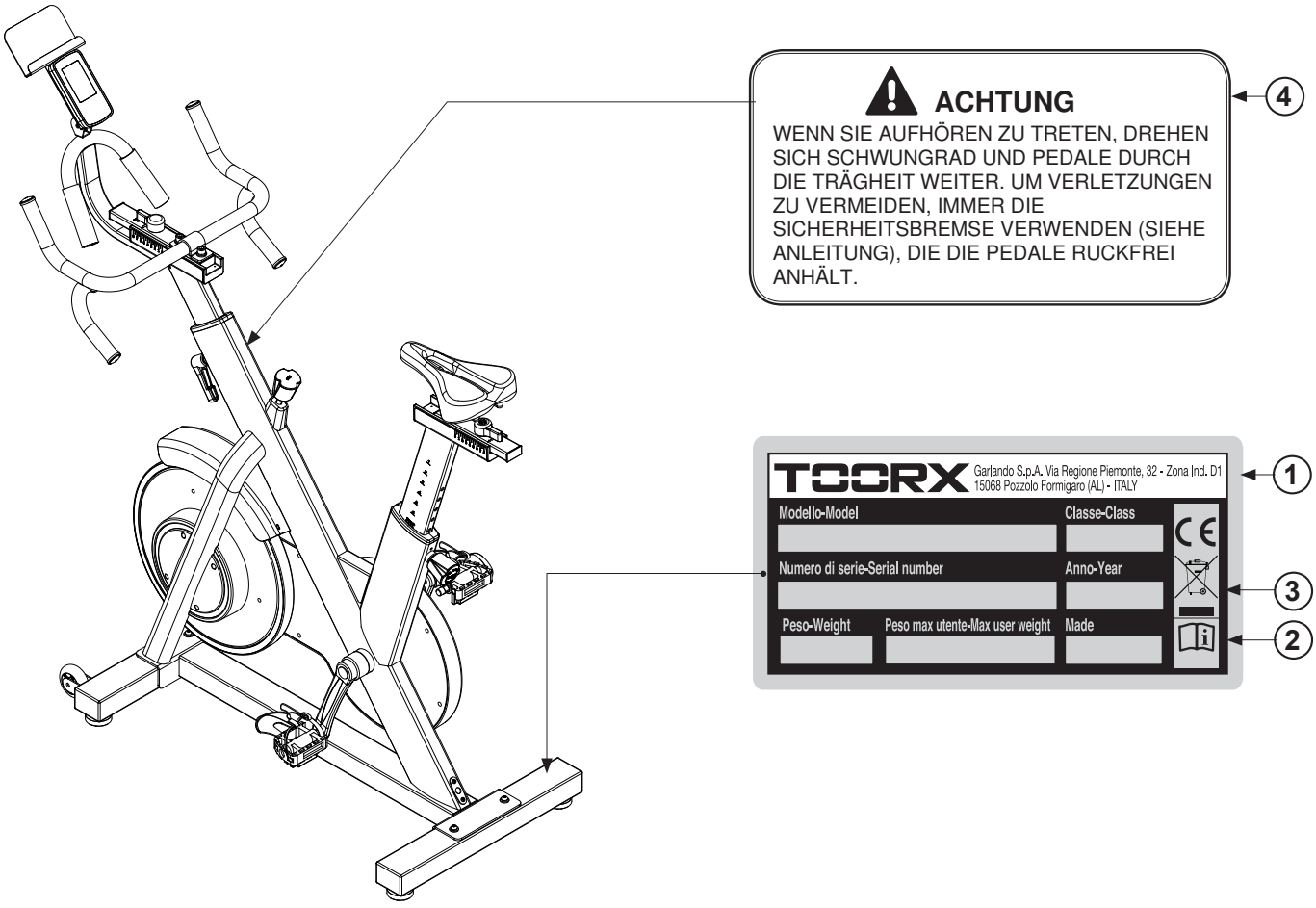
1) Das Typenschild des Produkts enthält die technischen Daten und die Seriennummer.

2) Symbol: Vor Gebrauch die Bedienungsanleitung lesen.

3) Hinweissymbol: Das Produkt fällt unter die EU-RoHS-Richtlinie zur Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten (WEEE). Das Produkt darf nicht über den Hausmüll entsorgt werden, sondern ist bei einer Sammelstelle für Entsorgung und Recycling abzugeben oder beim Kauf eines Ersatzprodukts dem Händler zu übergeben.

4) Gefahrenzeichen: weist auf die Risiken des sogenannten „Starrantriebs“ hin. Pedale und Schwungrad drehen zwangsgekoppelt; versucht man, die Tretbewegung mit den Beinen abzubremsen, besteht Verletzungsgefahr für die Beine. Das Schild trägt folgenden Text:

Achtung! Wenn Sie aufhören zu treten, drehen sich Schwungrad und Pedale durch die Trägheit weiter. Um Verletzungen zu vermeiden, immer die Sicherheitsbremse verwenden (siehe Anleitung), die die Pedale ruckfrei anhält.



1.4 TECHNISCHE DATEN

WIDERSTANDSEINSTELLUNG	elektrisch in 24 Stufen
BREMSSYSTEM	elektrisch geregelte Magnetbremse
ANTRIEB	Riemen
SCHWUNGMASSE	20 kg
MAX. ABMESSUNGEN (LxBxH)	1160 x 510 x 1320 mm
GERÄTEGEWICHT	43 kg
GEWICHT VERPACKT	48 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	130 kg
HERZFREQUENZMESSUNG	kabelloser HR-Empfänger (*
BLUETOOTH-SCHNITTSTELLE	integriertes Modul V. 4.0)(**
SATTELVERSTELLUNG	vertikal und horizontal (Feinverstellung)
LENKERVERSTELLUNG	vertikale und horizontale Feinverstellung
COMPUTERANZEIGEN	RPM, Geschwindigkeit, Zeit, Distanz, Kalorien, Puls, Watt, Intensitätsstufe
PROGRAMME	Manuelles Programm, 10 vordefinierte Programme, 4 HRC-Programme, Watt-Programm, Benutzerprogramme
NETZTEIL	IN: [240VAC - 50Hz] - OUT: [8VDC - 600 mA - 1200 mA]
KONFORMITÄT	Normen: EN ISO 20957-1 - EN 957-10 (Klasse HC)
	Richtlinien: 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2014/35/UE - 2011/65/UE

(*) Der kabellose HR-Empfänger des Produkts ist für TOORX-Brustgurte geeignet und mit nicht codierten Sendern mit 5 kHz kompatibel. Der Brustgurt ist im Lieferumfang enthalten.

(**) Die Bluetooth®-Schnittstelle ermöglicht die kabellose Verbindung der Konsole mit Tablet oder Smartphone, um das Gerät zu steuern und weitere Funktionen zu nutzen. Kompatibel mit Kinomap Fitness App und Zwift (Abos nicht enthalten). Hinweis: Auf dem Computer befindet sich eine Ablage für das Smartphone zur Nutzung der Funktionen App Ready 3.0.

2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS

UMGEBUNGSBEDINGUNGEN: • Der Raum für Aufstellung und Aufbewahrung des Produkts muss sein: - ein Wohnraum, - überdacht und ausreichend groß, - mit geeigneter künstlicher und natürlicher Beleuchtung, - mit einem oder mehreren Fenstern zur Belüftung, - mit Betriebstemperatur zwischen 5°C und 32°C, - mit relativer Luftfeuchtigkeit zwischen 20% und 90%. Das Produkt darf NICHT im Freien oder in feuchten oder salzhaltiger Luft ausgesetzten Räumen aufgestellt werden.

BODENANFORDERUNGEN: • Der Boden für die Aufstellung muss: - vollkommen eben sein, - eine für das Produktgewicht ausreichende Tragfähigkeit haben. Empfindliche Bodenbeläge (z. B. Teppichboden oder Parkett) MÜSSEN an den Auflagepunkten mit einer Gummimatte oder Filzstücken geschützt werden.

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: • Stellen Sie das Produkt möglichst in einem abschließbaren Raum auf, damit Kinder und Haustiere keinen Zugang haben.

2.1 AUSPACKEN – INHALT DER VERPACKUNG

Die Verpackung besteht aus einem Karton, der mit Heftklammern und Umreifungsbändern verschlossen ist. Heben und tragen Sie den Karton zu zweit; beim Abstellen auf den Hinweis „Oben“ (aufgedruckter Pfeil) achten. Zum Öffnen die Umreifungsbänder mit einer Schere durchschneiden und die Heftklammern mit einer Zange entfernen.

ACHTUNG

Die Originalverpackung möglichst nicht beschädigen und aufbewahren, falls das Produkt Mängel aufweist und eine Reparatur im Rahmen der Gewährleistung nötig wird.

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

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.

Verpackungsmaterialien und ihre Entsorgung:



Wellpappe (Außenverpackung) – Altpapier



Styropor (Schutzverpackung) – Kunststoff



Kunststoffbeutel – (Zubehör) Entsorgung als Kunststoff

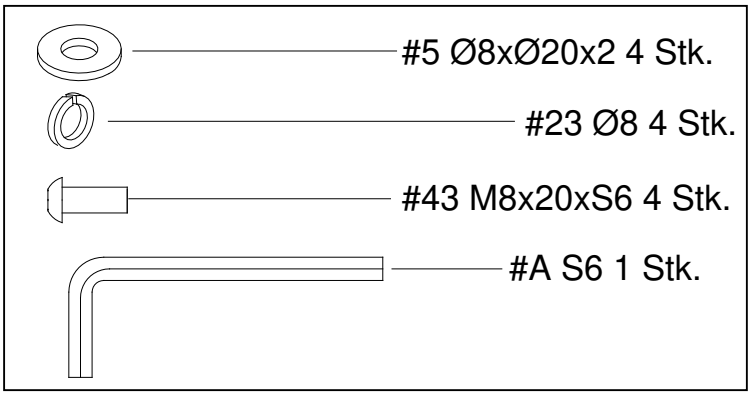
2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

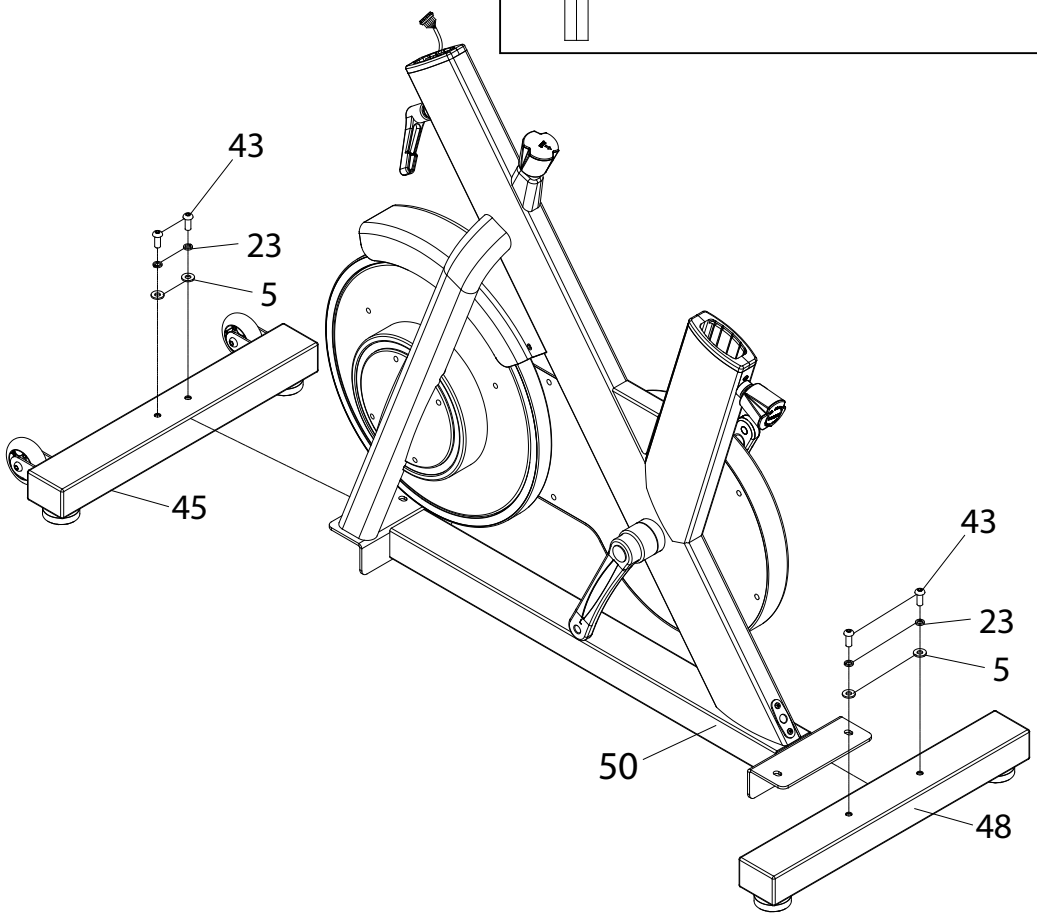
HINWEIS
Das Montagematerial (Schrauben, Muttern, Bolzen und Unterlegscheiben) liegt in einem separaten Beutel zusammen mit dem Werkzeug bei oder ist werkseitig in den Montagebohrungen vormontiert. Ist es vormontiert, entfernen Sie es vor jedem der folgenden Montageschritte.

Montage der Standfüße

• Den vorderen Standfuß 45 mit zwei Schrauben 43, Federringen 23 und Unterlegscheiben 5 mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel A am Hauptrahmen 50 befestigen.

• Den hinteren Standfuß 48 mit zwei Schrauben 43, Federringen 23 und Unterlegscheiben 5 mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel A am Hauptrahmen 50 befestigen.





Montage teleskopische Sattelstütze und Lenkerstütze

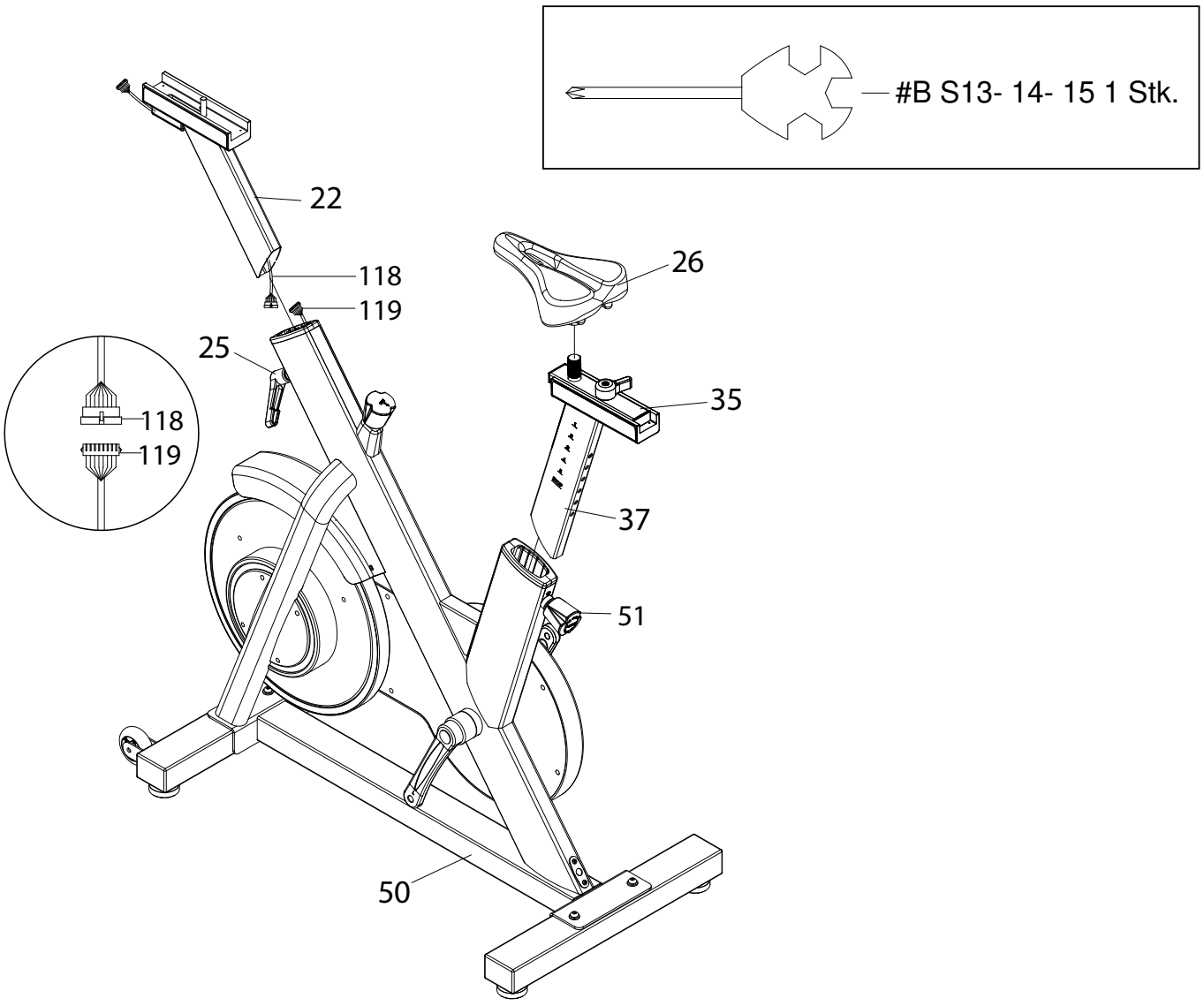
• Den Drehknopf 51 herausziehen und die Sattelstütze 37 in die Öffnung im Rahmen 50 einsetzen. Die Höhe der Sattelstütze 37 einstellen (nicht über die Markierung MAX hinaus), dann den Höhen-Drehknopf 51 loslassen und festdrehen, um sie zu fixieren.

• Den Zapfen am Schlitten 35 in die Sattelklemme 26 einsetzen. Den Sattel waagrecht und quer ausrichten, dann die beiden Muttern der Klemme mit dem mitgelieferten Schlüssel B fest anziehen.

• Die Lenkerstütze 22 an den Rahmen heranführen und den Stecker des Zwischenkabels 118 mit dem Stecker des Kabels 119 des Geschwindigkeitssensors verbinden.

• Den Klemmhebel 25 lösen, die Lenkerstütze 22 in die Aufnahme des Rahmens 50 einsetzen und den Klemmhebel 25 wieder festdrehen.

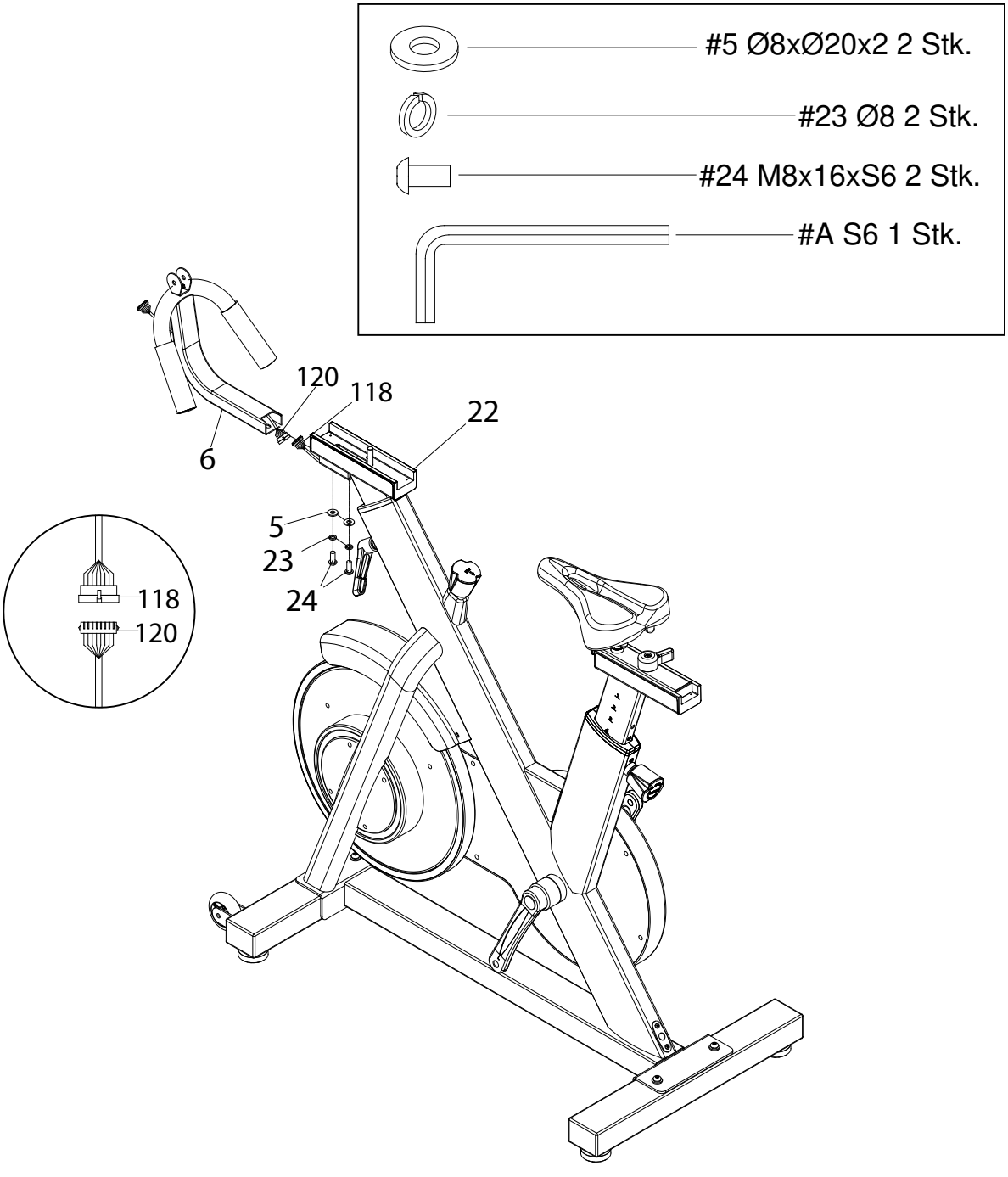
HINWEIS: Zapfen zur Sattelbefestigung hat einen Standarddurchmesser; der mitgelieferte Sattel kann daher je nach Wunsch durch einen handelsüblichen anderen Sattel ersetzt werden.



Montage Computerhalterung

• Die Computerhalterung 6 an die Lenkerstütze 22 heranführen und den Stecker des Zwischenkabels 118 mit dem Stecker des oberen Kabels 120 verbinden.

• Die Computerhalterung 6 in die Vierkantöffnung am Ende der Lenkerstütze 22 einsetzen, Befestigungslöcher ausrichten und mit zwei Schrauben 24, Federringen 15 und Unterlegscheiben 5 mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel A festziehen.

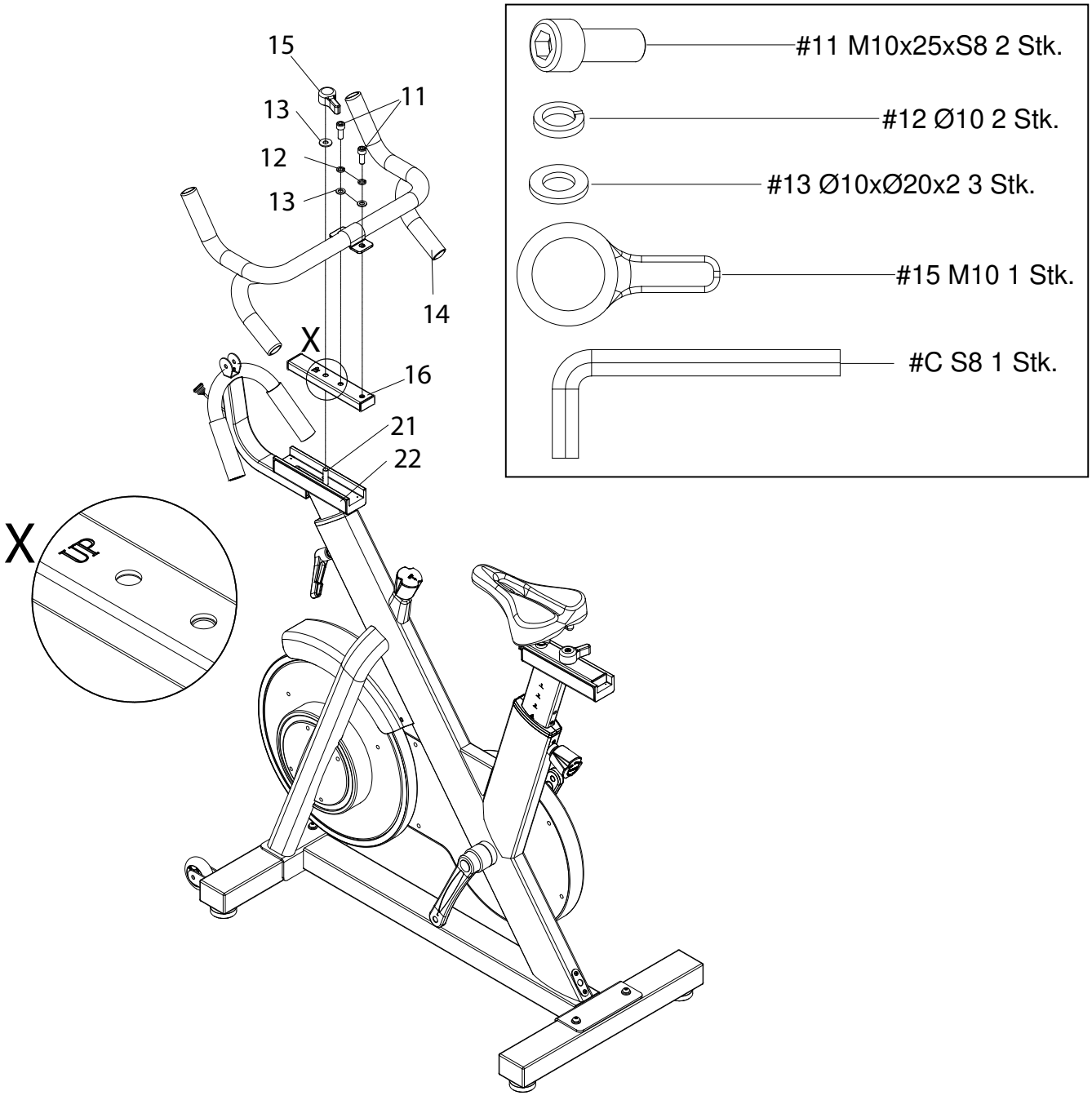


Montage des Lenkers

HINWEIS: Den Schlitten 16 so einsetzen, dass der Aufdruck UP nach oben zeigt, wie in Abbildung dargestellt.

• Den Schlitten 16 auf das Ende der Lenkerstütze 22 setzen und dabei die Referenzbohrung auf den Gewindebolzen 21 stecken, wie abgebildet. Den Schlitten 16 mit dem Klemmhebel 15 und der Unterlegscheibe 13 fixieren.

• Den Lenker 14 mit zwei Schrauben 11, Federringen 12 und Unterlegscheiben 13 mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel C an den beiden Gewindebohrungen des Schlittens 16 befestigen.



Montage von Pedalen und Computer

• Das linke Pedal 49L, gekennzeichnet mit (L), durch Drehen des Schlüssels gegen den Uhrzeigersinn an die linke Tretkurbel 68L schrauben. Auf der anderen Seite das rechte Pedal 49R, gekennzeichnet mit (R), durch Drehen des Schlüssels im Uhrzeigersinn an die rechte Tretkurbel 68R schrauben.

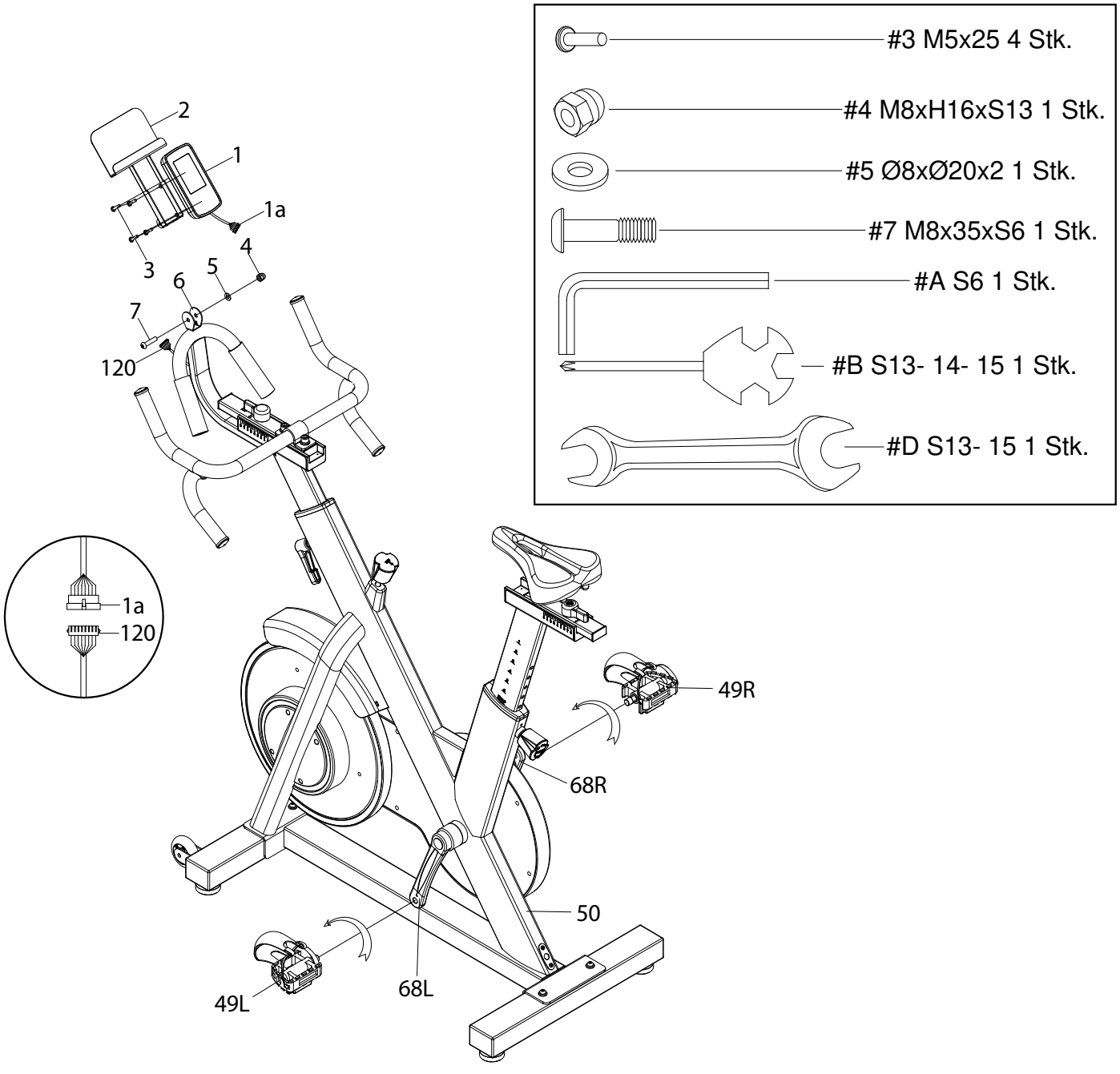
• Sind die Riemen der Pedalkörbe nicht vormontiert, stecken Sie sie in die vorgesehenen Öffnungen; die Schnalle muss immer zur Außenseite des Pedals zeigen.

• Die Halterplatte 2 an der Klemme am Ende der Computerhalterung 6 mit einer Schraube 7, einer Mutter 4 und der Unterlegscheibe 5 mit dem mitgelieferten Schlüssel A und Schraubendreher B befestigen.

• Die vier Schrauben 3 an der Rückseite des Computers 1 entfernen.

• Den Stecker des oberen Kabels 120 wie abgebildet mit der Buchse 1a am Computer verbinden.

• Den Computer 1 mit den vier zuvor entfernten Schrauben 3 mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel B auf der Halterplatte 2 befestigen.



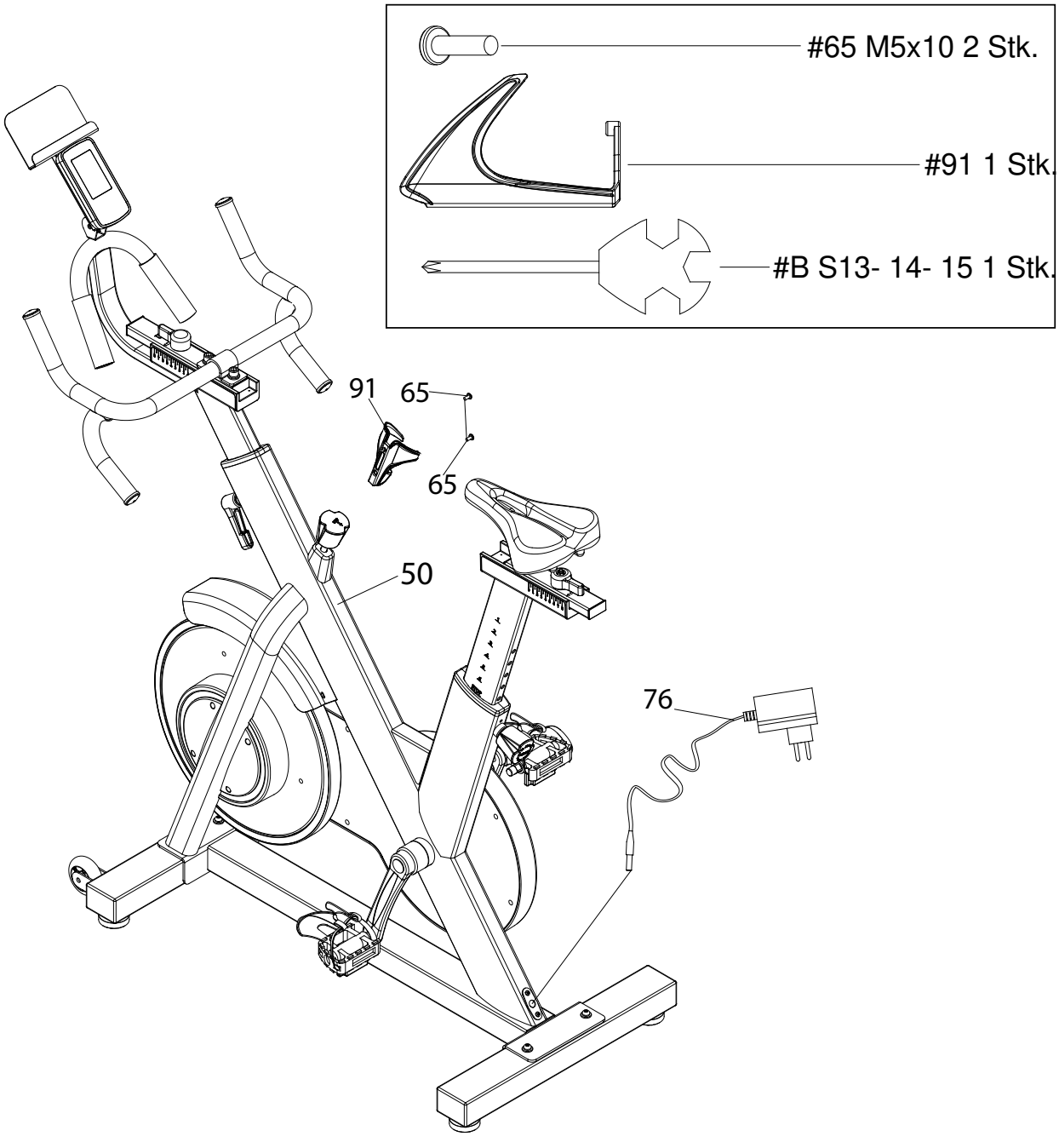
Montage des Flaschenhalters

• Befestigen Sie den Flaschenhalter 106 mit zwei Schrauben 57 (siehe Abbildung); verwenden Sie den mitgelieferten Innensechskantschlüssel B.

• Das Gerät ist nun montiert. Prüfen Sie vor der Benutzung, dass alle Montageschrauben ausreichend festgezogen sind, und lesen Sie die übrigen Teile der Anleitung zum sicheren Gebrauch.

Elektrischer Anschluss

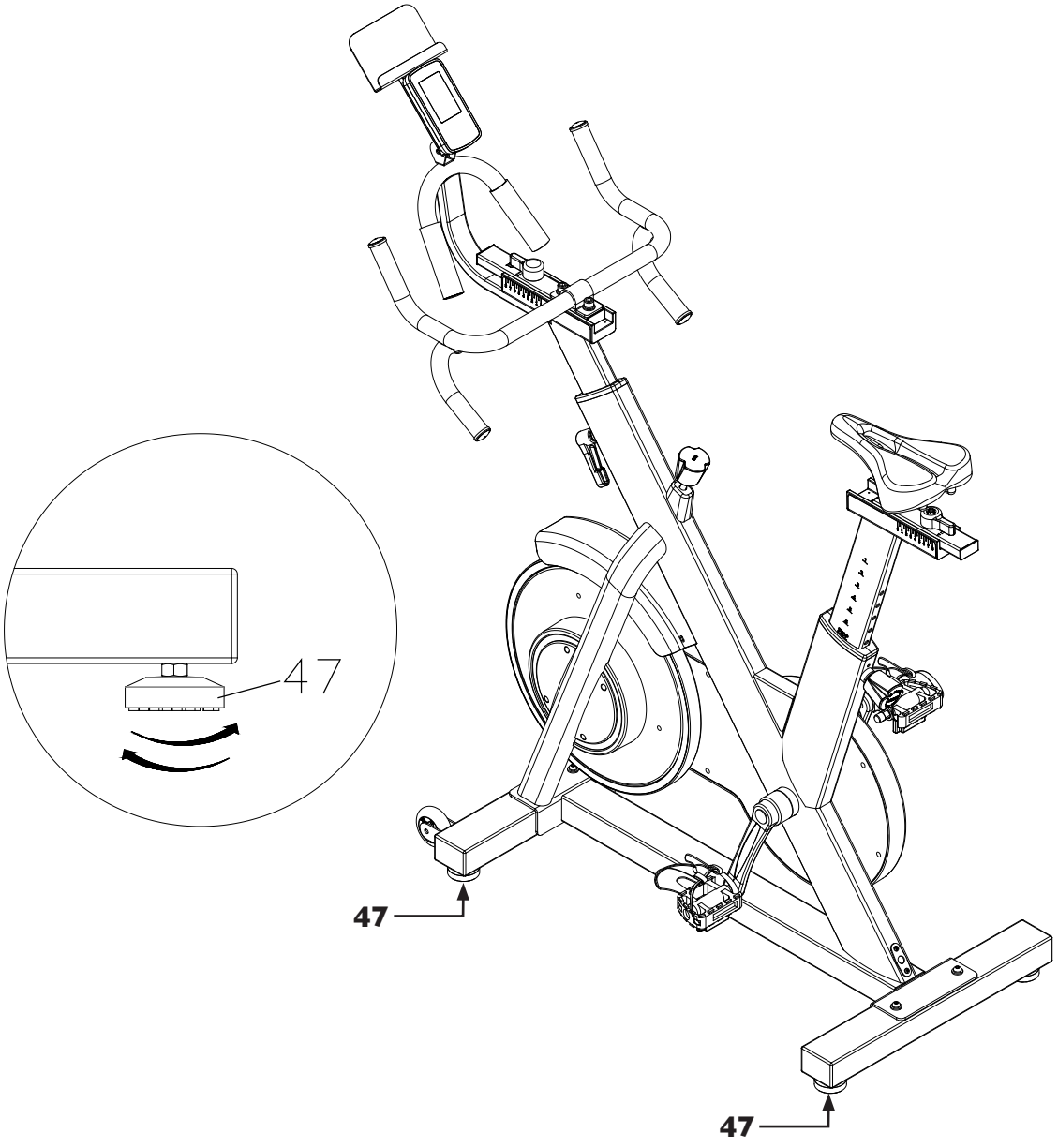
• Den Netzstecker des mitgelieferten Netzteils 76 an das Stromnetz anschließen und den Hohlstecker in die Anschlussbuchse an der Rückseite des Geräts stecken.



Ausrichten

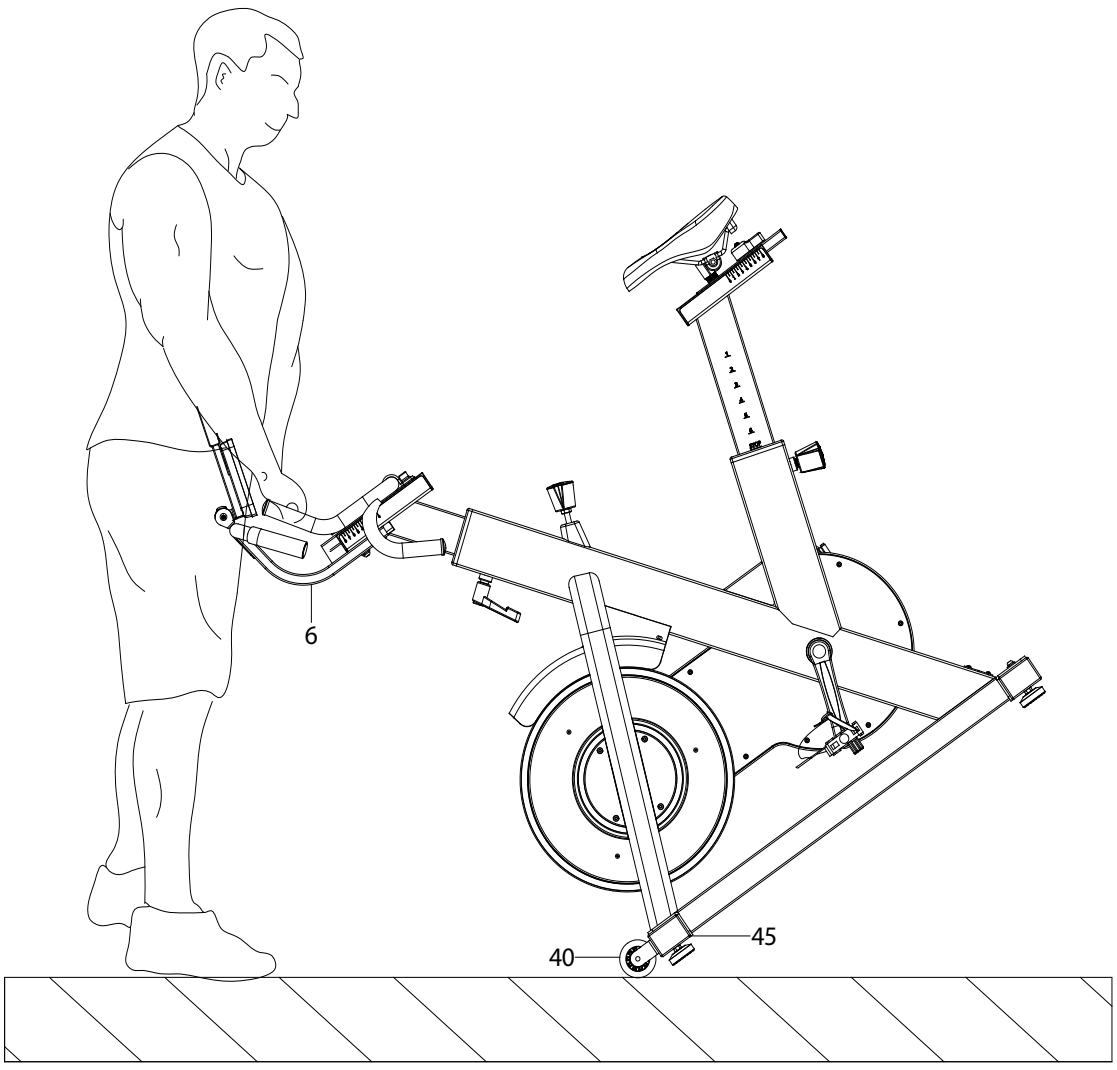
• Bodenunebenheiten durch Drehen der Stellfüße 47 unter dem hinteren und vorderen Standfuß ausgleichen.

• 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

Für kurze Wege im Raum die Griffe der Computerhalterung 6 wie abgebildet fassen, nach hinten ziehen und nach unten drücken, sodass sich der hintere Teil des Geräts hebt und die Transportrollen 40 am vorderen Standfuß 45 aufsetzen. Sobald die Rollen den Boden berühren, das Gerät geneigt im Gleichgewicht halten und in die gewünschte Richtung nach vorne schieben.



3.0 TRAININGSPROGRAMM

Lassen Sie vor der ersten Benutzung Ihre körperliche Verfassung ärztlich prüfen und besprechen Sie mit Ihrem Arzt mögliche Vorsichtsmaßnahmen für dieses Training. Wer ohne Trainingserfahrung beginnt, sollte behutsam vorgehen: höchstens drei Einheiten pro Woche, mit kurzer Dauer und niedrigem Tempo, um sich mit dem Computer vertraut zu machen und sich langsam an die Bewegung zu gewöhnen. Wer bereits Sport treibt und das Produkt ergänzend nutzen möchte, sollte sich für die Planung der Einheiten und den Trainingsplan an einen Personal Trainer wenden. Mit Kontrolle der Herzfrequenz während des Trainings lässt sich das Training auf 3 Ziele ausrichten:

- 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.

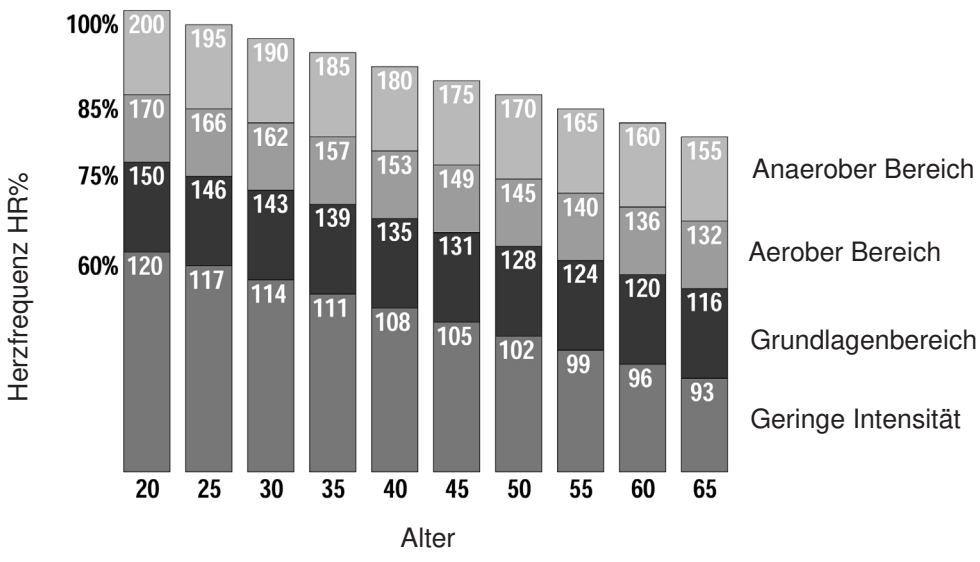
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

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 BENUTZUNG DES BRUSTGURTS

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.

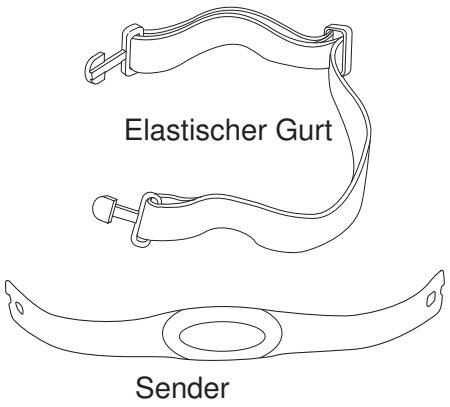
- Bewahren Sie Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder anderen Behältern auf; hängen Sie sie am besten an die Wand, damit sie vollständig trocknen.

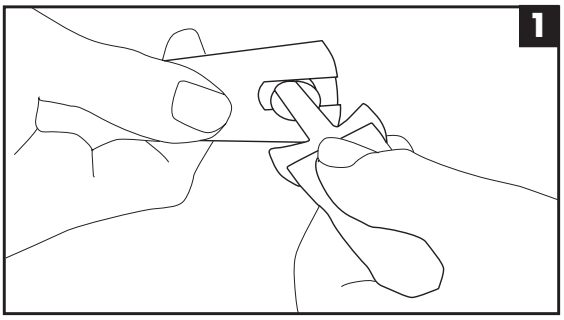
Der Brustgurt ist im Lieferumfang enthalten. Der Sender ist uncodiert, Frequenzbereich 5.0/5.3 kHz, und besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der die Funksignale an den Computer sendet, und dem elastischen Gurt, der den Sender am Brustkorb hält. Die genaue Anleitung zum Brustgurt liegt der Verpackung des Brustgurts bei.

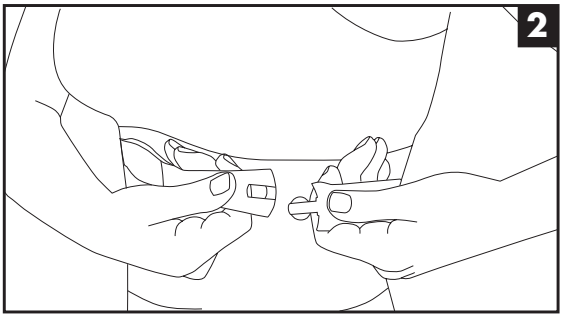
1) Haken Sie ein Ende des Senders am elastischen Gurt ein. 2) Stellen Sie die Länge des Gurts mit der Schnalle passend zu Ihrem Brustumfang ein. Legen Sie den Gurt direkt unterhalb der Brustmuskeln an (siehe Abbildung) und haken Sie das andere Ende am Sender ein. 3) Heben Sie den Sender an und befeuchten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

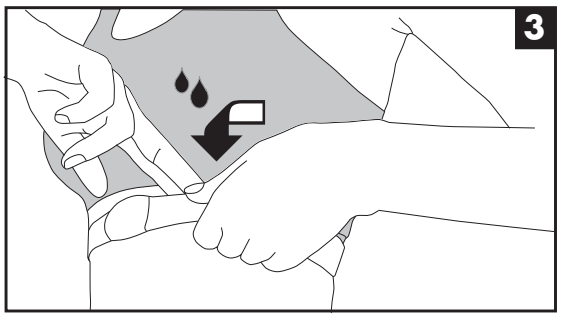
ACHTUNG

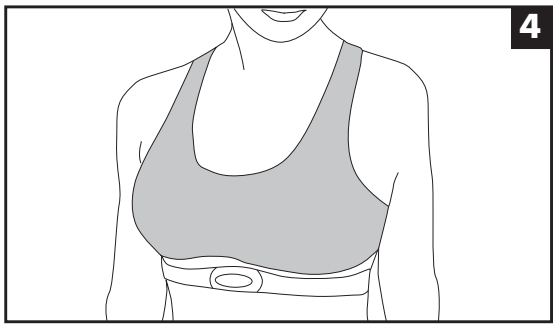
Der mit dem Brustgurt gemessene Puls ist nur ein Richtwert zur Kontrolle der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Abschätzung des Kalorienverbrauchs. Die vom Gerät angezeigte Messung ist in keinem Fall ein medizinischer Wert.











3.2 PRAKTISCHE TIPPS ZUR BENUTZUNG

SATTELEINSTELLUNG Der Sattel muss wie folgt an die jeweilige Körpergröße angepasst werden.

GEFAHR

Prüfen Sie vor der Benutzung die Satteleinstellung: Eine zu hohe oder zu niedrige Position führt zu falschen Bewegungsabläufen und häufig zu Muskelschmerzen.

Ein Pedal nach oben stellen, den Fuß in den Pedalkorb setzen und den Vorfuß mittig auf das Pedal stellen. Das Bein soll am Knie leicht gebeugt sein. Ist das Bein zu gestreckt oder erreicht der Fuß das Pedal nicht, den Sattel tiefer stellen. Ist das Bein zu stark gebeugt, den Sattel höher stellen. Zur Höhenverstellung des Sattels (je nach Körpergröße) vom Gerät absteigen, den Drehknopf 51 lösen und herausziehen. Sattel auf die gewünschte Höhe stellen, loslassen und den Drehknopf im Uhrzeigersinn wieder festdrehen. Zur Längsverstellung des Sattels vom Gerät absteigen und den Klemmhebel 29 gegen den Uhrzeigersinn lösen. Sattel nach vorne oder hinten schieben und wieder im Uhrzeigersinn festdrehen.

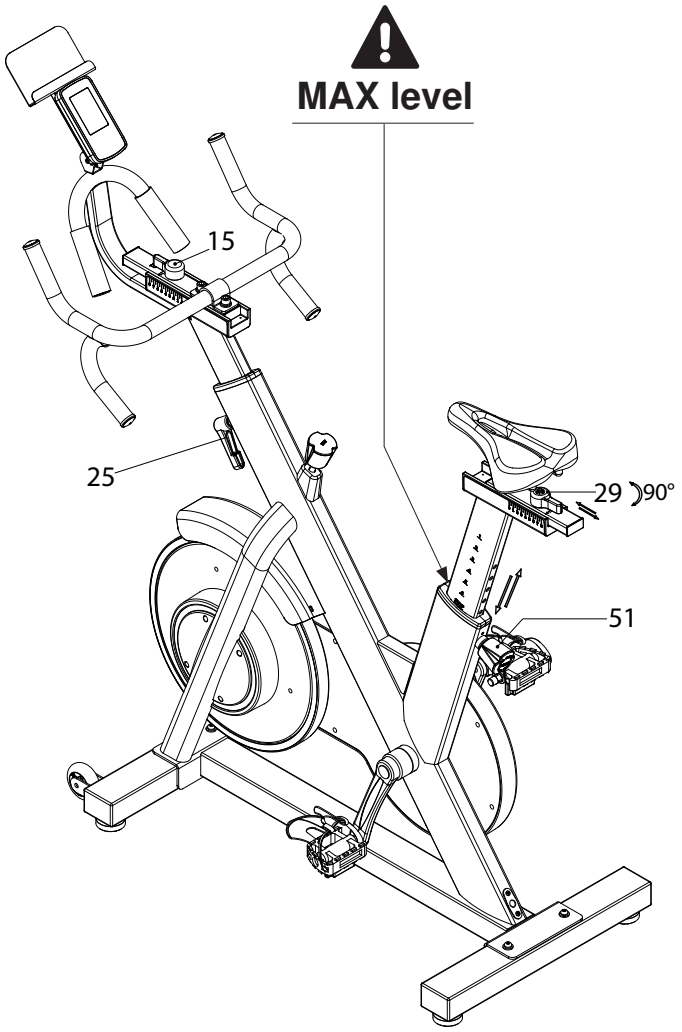
GEFAHR

Vor dem Aufsteigen immer prüfen, ob Drehknopf 51 und Klemmhebel 29 festgezogen sind, und am Sattel rütteln, um den festen Sitz zu prüfen.

LENKERVERSTELLUNG Zum Heben oder Senken des Lenkers den Klemmhebel 25 lösen, den Lenker in die gewünschte Position bringen und den Klemmhebel 25 im Uhrzeigersinn festziehen; die Längsverstellung erfolgt mit dem Klemmhebel 15.

ACHTUNG

Für eine gute Einstellung sollte sich der Lenker auf gleicher Höhe wie der Sattel befinden.



GEFAHR

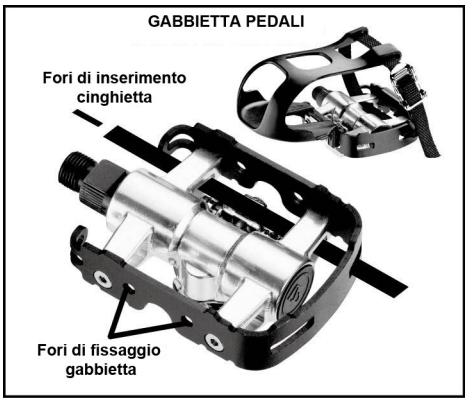
Die Markierung MAX auf den Verstellrohren von Sattel und Lenker zeigt die maximale Auszugslänge des Rohrs. Sattel- oder Lenkerrohr nie über die Markierung MAX hinaus verstellen.

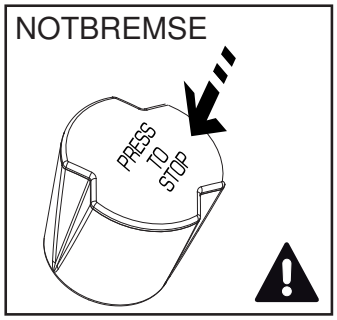
EINSTELLEN DER PEDALKÖRBE Den rechten Fuß in den Pedalkorb des rechten Pedals 49R setzen und so weit hineinschieben, bis die Schuhspitze den Anschlag berührt. Mit einer Hand das freie Ende des Riemens aus der Schnalle ziehen, bis der Pedalkorb den Fuß umschließt, dann den Riemen in der Schnalle fixieren. Für den linken Fuß wiederholen. Füße und Knie gerade nach vorne ausrichten, um gleichmäßig zu treten.

EINSTELLEN DER INTENSITÄT Die Intensität wird während des Trainings mit den Tasten UP/DOWN am Computer eingestellt.

GEFAHR

Durch Drücken des Knopfs 102 wird die Notbremse ausgelöst; die Bremse stoppt das Schwungrad sofort.





3.3 COMPUTERFUNKTIONEN (DISPLAY)

Der Computer hat ein großes LCD-Display, das folgende Werte anzeigt:

SPEED / AVG SPEED / MAX SPEED Die momentane GESCHWINDIGKEIT während des Trainings in km/h. Dasselbe Display kann die Durchschnittsgeschwindigkeit (AVG) oder die Höchstgeschwindigkeit (MAX) anzeigen.

RPM Die aktuelle Anzahl der Pedalumdrehungen pro Minute im laufenden Training.

TIME Die TRAININGSDAUER ab null oder der Countdown von der eingestellten Zielzeit bis null.

DISTANCE Die seit Trainingsbeginn zurückgelegte DISTANZ oder der Countdown von der eingestellten Zieldistanz bis null.

LEVEL Die INTENSITÄTSSTUFE des Trainings, d. h. der Widerstand an den Pedalen; einstellbar in mehreren Stufen über die Magnetbremse.

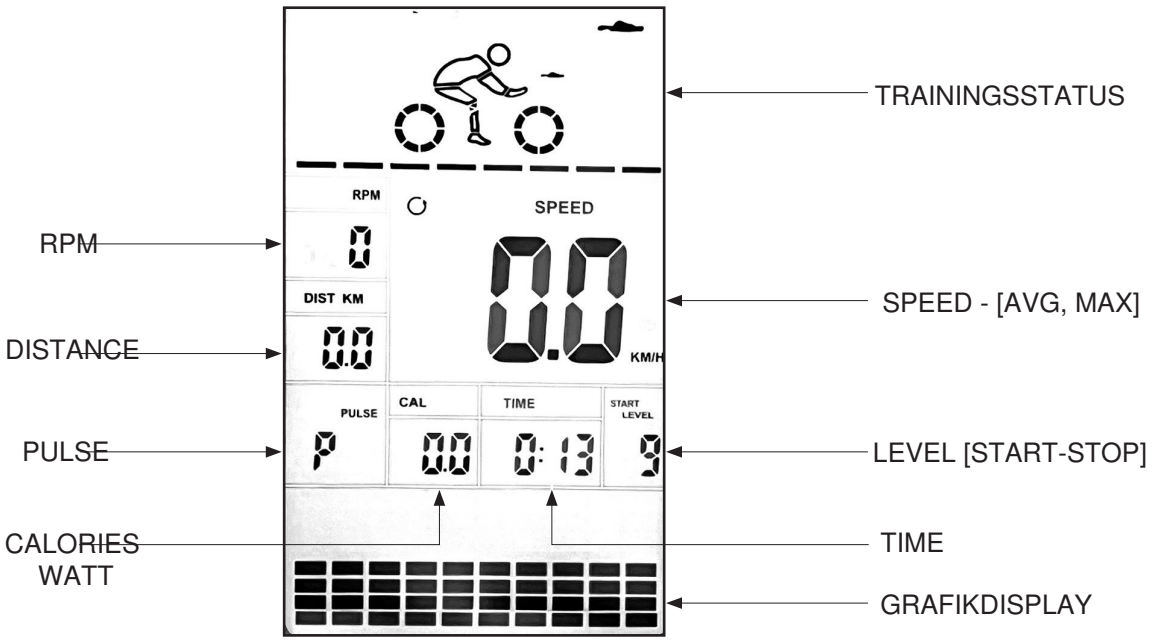
CALORIES - WATT - Der KALORIENVERBRAUCH während des Trainings in kcal bzw. der Countdown eines als Ziel eingestellten Kalorienverbrauchs bis null (*). - Die während des Trainings erbrachte LEISTUNG in Watt.

PULSE Die HERZFREQUENZ, gemessen über die Handsensoren am Lenker oder den Brustgurt (optional). Anzeige in bpm (Schläge pro Minute) (*).

Das GRAFIKDISPLAY (Matrix) zeigt das Profil der vordefinierten Programme grafisch an, ermöglicht das Bearbeiten der Benutzerprogramme und zeigt in jeder Betriebsart die Intensitätsstufe an.

Die **TRAININGSSTATUS-ANZEIGE** zeigt per grafischer Animation den Status des laufenden Trainings.

Hinweise: (*) Der angezeigte Wert ist nur ein ungefährer Richtwert und keinesfalls ein medizinischer Messwert. (**) Zum Einschalten der Konsole eine beliebige Taste drücken. Einige Minuten nach Trainingsende schaltet sich die Konsole automatisch aus.



3.4 COMPUTERFUNKTIONEN (TASTEN)

Taste START / STOP Vor Trainingsbeginn: - START/STOP drücken, um ein Training in beliebiger Betriebsart zu starten; die Displayzählung und die Funktionen des gewählten Programms beginnen. Während des Trainings: - START/STOP drücken, um die Zählung sofort anzuhalten (Modus „STOP“) und zur Dateneingabe zurückzukehren. In jeder Betriebsart: - Taste länger als zwei Sekunden gedrückt halten, um alle Werte vollständig zurückzusetzen („RESET“).

Taste UP Vor Trainingsbeginn: - nach Drücken von MODE durch die Trainingsprogramme blättern und den Zahlenwert im jeweils blinkenden Display erhöhen. Während des Trainings:

- erhöht die Intensitätsstufe und damit den Widerstand an den Pedalen.

Taste DOWN Vor Trainingsbeginn: - nach Drücken von MODE durch die Trainingsprogramme blättern und den Zahlenwert im jeweils blinkenden Display verringern. Während des Trainings:

- verringert die Intensitätsstufe und damit den Widerstand an den Pedalen.

Taste MODE Vor Trainingsbeginn: - MODE drücken, um die Programmauswahl aufzurufen und die mit UP/DOWN eingestellten Werte zu bestätigen.

Während des Trainings:
- MODE drücken, um die Anzeige der Mehrfachdisplays umzuschalten: SPEED/AVG SPEED/MAX SPEED und CALORIE/WATT.

In jeder Betriebsart: - Taste länger als zwei Sekunden gedrückt halten, um alle Werte vollständig zurückzusetzen („RESET“).

AUTO ON/OFF Vier Minuten nach Trainingsende (nach dem Aufhören zu treten) ohne Tastendruck schaltet der Computer in den Energiesparmodus. Zum Wiedereinschalten eine beliebige Taste drücken oder zu treten beginnen.



3.5 EINSCHALTEN - MANUELLES PROGRAMM (P01)

EINSCHALTEN 1 - Anschluss an das Stromnetz • Den Hohlstecker des Netzteils in die Buchse an der Rückseite des Geräts stecken. • Den Netzstecker des Netzteils in die

nächstgelegene Wandsteckdose stecken.

2 - Auswahl einer Trainingsart • Taste MODE drücken, dann mit UP/DOWN durch die verfügbaren Programme blättern, das gewünschte wählen und mit MODE bestätigen. • Nach der Programmwahl die Anleitung

zum jeweiligen Programm auf den folgenden Seiten beachten und START/STOP drücken, um das gewählte Programm zu starten.

P01 - MANUELLES PROGRAMM:

Mit Programm P01 wird ein Training im manuellen Modus eingestellt: Die Intensität kann während des Trainings beliebig verändert werden, und es kann ein Zielwert für Dauer, Distanz oder Kalorienverbrauch vorgegeben werden.

• Taste MODE drücken und mit UP/DOWN bis zum Programm P01 (Manuelles Programm) blättern, das blinkend angezeigt wird; dann MODE drücken, um die Auswahl zu bestätigen.

• Das Display TIME blinkt; hier wird die Programmdauer eingestellt. Mit UP/DOWN die DAUER (in Minuten) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display DISTANCE blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die DISTANZ (in km) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display CALORIES blinkt; hier wird der gewünschte Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN die KALORIEN (in kcal) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Nach Eingabe aller Werte START/STOP drücken, um das manuelle Programm zu starten; die Intensität mit UP/DOWN nach Belieben einstellen.

• Zum Anhalten des Trainings (Modus STOP) START/STOP drücken; zum Abbrechen des Trainings die Taste einige Sekunden gedrückt halten.

• Ist eine Vorgabe (Time, Distance, Calorie) eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter; am Trainingsende ertönt ein Signalton.

3.6 VORDEFINIERTE PROGRAMME (P02÷P11)

P02÷P11 - VORDEFINIERTE PROGRAMME:

Mit den 10 vordefinierten Programmen (P02÷P11) wird ein Training im Programmmodus gewählt: Die Intensität wird von der Konsole gesteuert oder kann während des Trainings beliebig verändert werden. Die vordefinierten Programme sind unten aufgeführt; die Diagramme in der Abbildung daneben zeigen den Schwierigkeitsgrad je Programm.

P02 = ROLLING
P03 = VALLEY
P04 = FAT BURN
P05 = RAMP P06
= MOUNTAIN
P07 = INTERVAL
P08 = CARDIO
P09
=ENDURANCE
P10 = SLOPE
PR11 = RALLY

• Taste MODE drücken und mit UP/DOWN durch die Programme blättern, bis eines der Programme P02 ÷ P11 (vordefinierte Programme) gewählt ist; dann MODE drücken, um die Auswahl zu bestätigen.

• Das Display TIME blinkt; hier wird die Programmdauer eingestellt. Mit UP/DOWN die DAUER (in Minuten) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display DISTANCE blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die DISTANZ (in km) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display CALORIES blinkt; hier wird der gewünschte Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN die KALORIEN (in Cal) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Nach Eingabe aller Werte START/STOP drücken, um das vordefinierte Programm zu starten; die Intensität mit UP/DOWN nach Belieben einstellen.

• Zum Anhalten des Trainings (Modus STOP) START/STOP drücken; zum Abbrechen des Trainings die Taste einige Sekunden gedrückt halten.

• Ist eine Vorgabe (Time, Distance, Calorie) eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter; am Trainingsende ertönt ein Signalton.

3.7 WATT-PROGRAMM (P12)

P12 - WATT-PROGRAMM:

Mit Programm P12 wird mit konstanter Leistung trainiert, umgekehrt proportional zur Trittgeschwindigkeit. Die Intensität wird von der Konsole gesteuert: Sie steigt bei langsamem Treten und sinkt bei schnellerem Treten. Die Intensitätsstufe hängt vom eingestellten WATT-Sollwert ab, der wie folgt eingestellt wird.

• Taste MODE drücken und mit UP/DOWN bis zum Programm P12 (Watt Control) blättern; dann MODE drücken, um die Auswahl zu bestätigen.

• Das Display TIME blinkt; hier wird die Programmdauer eingestellt. Mit UP/DOWN die DAUER (in Minuten) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display DISTANCE blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die DISTANZ (in km) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display CALORIES blinkt; hier wird der gewünschte Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN die KALORIEN (in Cal) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display WATT blinkt; hier wird die Intensität des Programms eingestellt. Mit UP/DOWN den Wert einstellen und mit MODE bestätigen.

• Nach Eingabe aller Werte START/STOP drücken, um das Programm zu starten. Der Computer regelt die Intensität während des Trainings automatisch nach dem eingestellten Wert; die eingestellten Watt können jederzeit mit UP/DOWN erhöht oder verringert werden.

• Zum Anhalten des Trainings (Modus STOP) START/STOP drücken; zum Abbrechen des Trainings die Taste einige Sekunden gedrückt halten.

• Ist eine Vorgabe (Time, Distance, Calorie) eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter; am Trainingsende ertönt ein Signalton.

3.8 HRC-PROGRAMM (P13÷P16)

Beim HRC-Programm regelt der Computer die Trainingsintensität automatisch nach der gemessenen Herzfrequenz.

• Taste MODE drücken und mit UP/DOWN bis zu den Programmen P13÷P16 blättern, die folgende vier Voreinstellungen bieten: P13=HRC55% = Herzfrequenzbereich niedrige Intensität P14=HRC75% = Herzfrequenzbereich aerobes Training P15=HRC90% = Herzfrequenzbereich anaerobes Training P16=T.H.R.= persönliche Einstellung der Ziel-Herzfrequenz. Die ersten drei Programme stellen den Herzfrequenz-Zielwert nach der Formel HRC=220-Alter x (55%, 75%, 90%) automatisch anhand des eingegebenen Alters ein. Mit Programm P16 kann der gewünschte Zielwert selbst eingegeben werden.

• Nach Auswahl eines der vier HRC-Programme MODE drücken, um die Wahl zu bestätigen.

• Das Display TIME blinkt; hier wird die Programmdauer eingestellt. Mit UP/DOWN die DAUER (in Minuten) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display DISTANCE blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die DISTANZ (in km) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display CALORIES blinkt; hier wird der gewünschte Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN die KALORIEN (in Cal) einstellen und mit MODE bestätigen.

Für die Programme P13, P14, P15: • Das Display AGE blinkt; hier wird das Alter eingegeben, das zur automatischen Berechnung der Herzfrequenzbereiche dient. Mit UP/DOWN den Wert einstellen und mit MODE bestätigen.

Für Programm P16: • Das Display THR blinkt; hier wird die Herzfrequenz eingegeben, die gehalten werden soll. Mit UP/DOWN den Wert einstellen und mit MODE bestätigen.

• Nach Eingabe aller Werte den Brustgurt anlegen und START/STOP drücken, um das Programm zu starten. Der Computer regelt die Intensität automatisch nach der gemessenen Herzfrequenz.

• Zum Anhalten des Trainings (Modus STOP) START/STOP drücken; zum Abbrechen des Trainings die Taste einige Sekunden gedrückt halten.

• Ist eine Vorgabe (Time, Distance, Calorie) eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter; am Trainingsende ertönt ein Signalton.

Hinweise - Für das HRC-Programm wird der Brustgurt empfohlen, da er genauere Werte liefert als die Handsensoren am Lenker. - Wird das Herzfrequenzsignal nicht durchgehend erfasst, hält der Computer das Training an und zeigt eine Fehlermeldung.

3.9 BENUTZERPROGRAMME (P17÷P20)

Mit den Benutzerprogrammen lassen sich eigene Trainingsprofile mit frei eingestelltem Intensitätsverlauf erstellen. Einmal eingestellt, werden sie gespeichert und können später wieder aufgerufen werden.

• Taste MODE drücken und mit UP/DOWN durch die Programme blättern, bis eines der Benutzerprogramme P17 ÷ P20 gewählt ist; dann MODE drücken, um die Auswahl zu bestätigen.

• Das Display TIME blinkt; hier wird die Programmdauer eingestellt. Mit UP/DOWN die DAUER (in Minuten) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display DISTANCE blinkt; hier wird die gewünschte Distanz eingestellt. Mit UP/DOWN die DISTANZ (in km) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Das Display CALORIES blinkt; hier wird der gewünschte Kalorienverbrauch eingestellt. Mit UP/DOWN die KALORIEN (in Cal) einstellen und mit MODE bestätigen.

• Die erste Spalte des Grafikdisplays blinkt; hier wird die Intensität für den ersten Trainingsabschnitt eingestellt. Mit UP/DOWN den Wert einstellen und mit MODE bestätigen. Alle weiteren Spalten auf dieselbe Weise einstellen; danach zeigt das Grafikdisplay das Diagramm mit dem soeben programmierten und gespeicherten Intensitätsverlauf.

• Zum Starten des Benutzerprogramms START/STOP drücken. Der Computer ändert die Intensität entsprechend Ihren Einstellungen; Sie können jederzeit mit UP/DOWN manuell eingreifen.

• Zum Anhalten des Trainings (Modus STOP) START/STOP drücken; zum Abbrechen des Trainings die Taste einige Sekunden gedrückt halten.

• Ist eine Vorgabe (Time, Distance, Calorie) eingestellt, zählt das entsprechende Display vom eingestellten Wert auf null herunter; am Trainingsende ertönt ein Signalton.

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 Nach jeder Benutzung den Rahmen sorgfältig trocknen und reinigen, um Schweiß und Feuchtigkeit zu entfernen. Einen nicht scheuernden, milden Reiniger in Wasserlösung verwenden und mit weichen Baumwolltüchern oder Küchenpapier trocknen. Alle Flächen nachspülen, um Reinigungsmittelreste zu entfernen.



• Den Riemen nicht nass machen und nicht mit Seife behandeln.

• Zum Reinigen und Schmieren Silikonöl-Spray auf ein sauberes Tuch sprühen und damit arbeiten; kein Schmiermittel auf andere Flächen sprühen oder tropfen lassen.

Aus hygienischen Gründen und zum Schutz vor Korrosion sind vor allem folgende Teile zu reinigen und zu schmieren: • Lenker und Sattel mit den zugehörigen Rohren, Gleitführungen und Klemmknöpfen, • Pedale und Tretkurbeln, • Rahmen und Riemenabdeckung, • das Schwungrad, das durch die Magnetbremse Staub anziehen und zusammen mit Schweiß Korrosion verursachen kann, • frei liegende Schrauben und Bolzen.

VIERTELJÄHRLICHE KONTROLLEN • Alle Ecken des Rahmens und der beweglichen Teile, die verschmutzen können, sowie Ecken, Schrauben und Bolzen sorgfältig reinigen. • Die Einstellung der Stellfüße genau prüfen. • Festen Sitz der Pedale und der Kurbelmuttern prüfen.

Bei Kratzern oder Abschürfungen am Rahmen empfiehlt sich ein Anstrich mit Rostschutzlack, um Rostbildung und deren Ausbreitung an Metallteilen vorzubeugen.

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG



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

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



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

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

6.0 ERSATZTEILKATALOG – BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

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

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

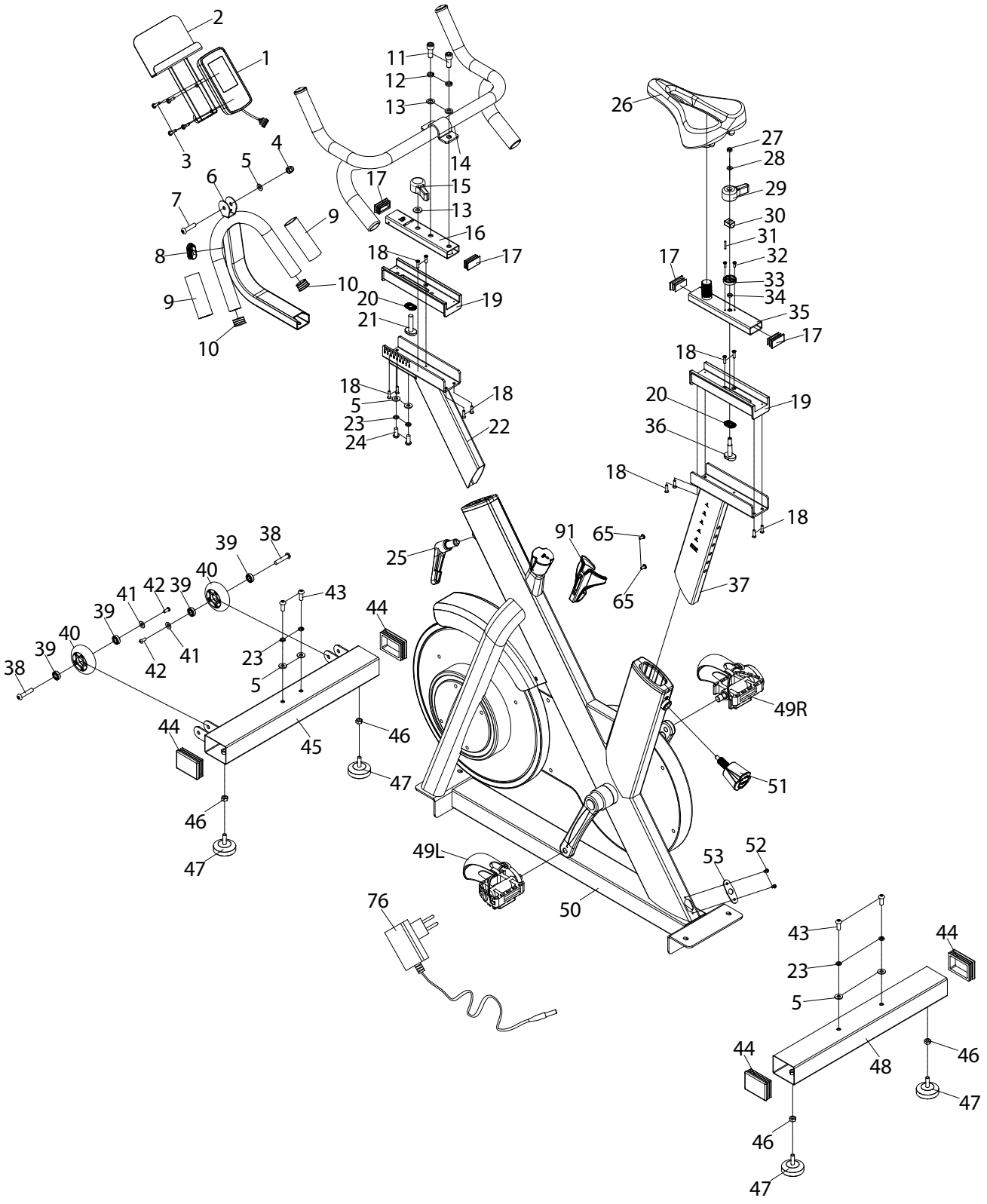
Verwenden Sie für die Bestellung eine Kopie des Bestellformulars für Ersatzteile auf der beiliegenden Karte, zusammen mit dem Garantieschein.

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

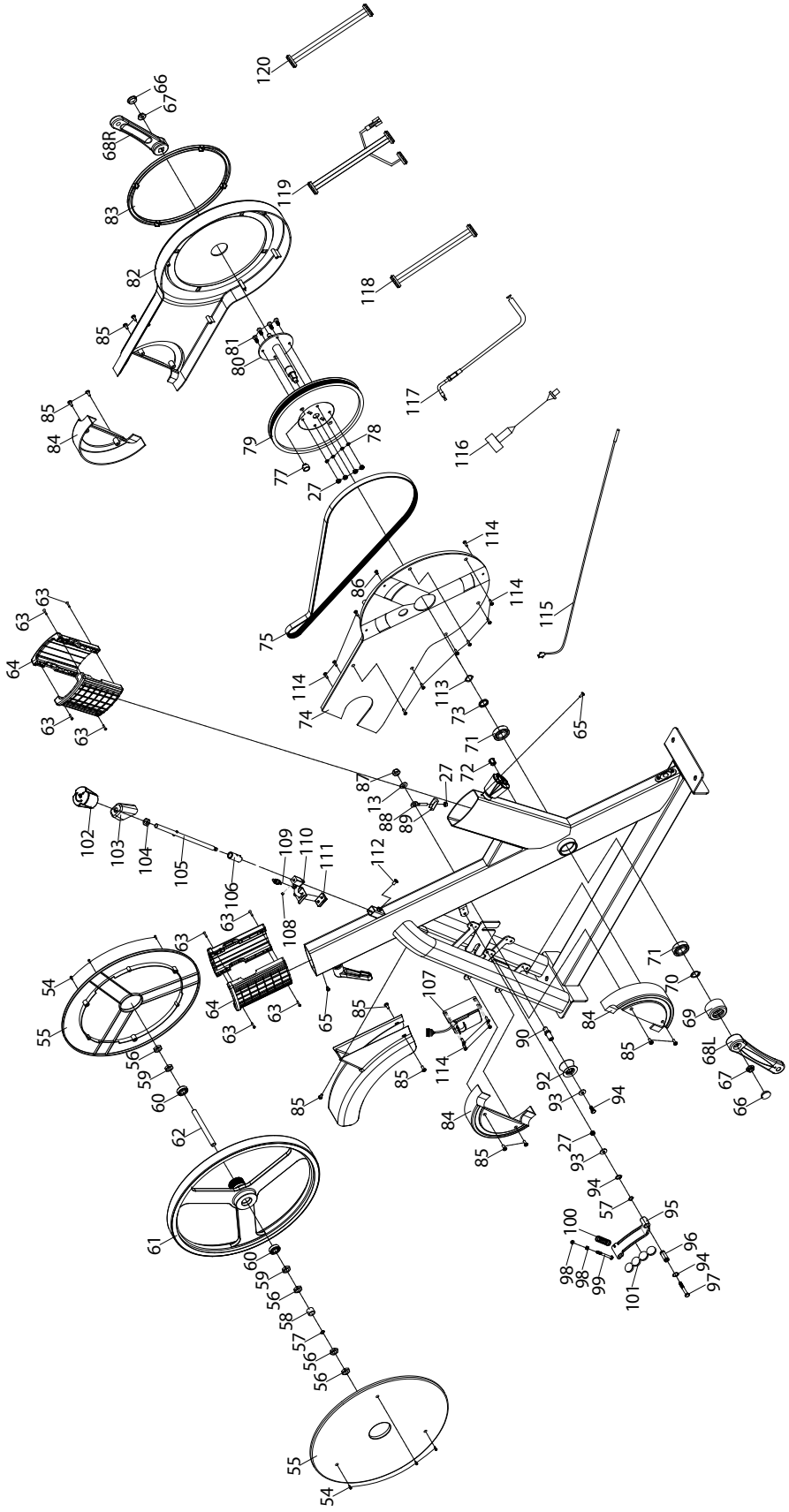
Fax 0143/318594 ·
assistenza.toorx@garlando.it

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

6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG – TAF 1



6.2 EXPLOSIONSZEICHNUNG – TAF 2



6.2 ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
1	Computer	1
2	Halterplatte Smartphone/Tablet	1
3	Schraube M5x25 mm	4
4	Hutmutter M8xH16	1
5	Unterlegscheibe Ø8xØ20x2	7
6	Computerhalterung	1
7	Schraube M8x35 mm	1
8	Ovalkappe	1
9	Schaumstoffbezug	2
10	Rundkappe Ø28 mm	2
11	Schraube M10x25 mm	2
12	Federring Ø8 mm	2
13	Unterlegscheibe Ø10xØ20x2	4
14	Lenker	1
15	Klemmhebel Lenker-Längsverstellung	1
16	Lenkerschlitten	1
17	Rechteckkappe Schlitten	4
18	Schraube M5x18 mm	12
19	Gleitplatte Schlitten	2
20	Gummiring	2
21	Befestigungsbolzen Lenkerschlitten	1
22	Lenkerstütze	1
23	Federring Ø8 mm	6
24	Schraube M8x16 mm	2
25	Klemmhebel	1
26	Sattel	1
27	Sicherungsmutter M6	7
28	Unterlegscheibe Ø6xØ12x1	1
29	Klemmhebel Sattel-Längsverstellung	1
30	Sattelschlitten	1
31	Distanzstück Ø3x20	1
32	Schraube M4x12 mm	2
33	Klemmtrommel Sattelschlitten	1
34	Kunststoffscheibe	1
35	Sattelschlitten	1
36	Befestigungsbolzen Sattelschlitten	1
37	Sattelstütze	1
38	Schraube M8x30 mm	2
39	Lager 608ZZ	4
40	Transportrolle	2
41	Unterlegscheibe Ø6xØ12x1.5	2
42	Schraube M6x12 mm	2
43	Schraube M8x20 mm	4
44	Rechteckkappe Standfüße	4
45	Vorderer Standfuß	1
46	Mutter M8	4
47	Stellfuß	4
48	Hinterer Standfuß	1
49L/R	Pedal links/rechts	1/1
50	Hauptrahmen	1
51	Drehknopf Sattelhöhe	1
52	Blechschraube ST4.2x16 mm	2
53	Platte Netzanschluss	1
54	Blechschraube ST3x12 mm	6

Pos.	Beschreibung	Menge
55	Schwungradverkleidung	2
56	Mutter M12	4
57	Wellscheibe Ø12xØ15.5x0.3	2
58	Distanzstück Ø18xØ12.1x12.5	1
59	Mutter M12x1xH6	2
60	Lager 6201-ZZ	2
61	Schwungrad	1
62	Schwungradwelle	1
63	Blechschraube ST3x16 mm	8
64	Buchse	4
65	Schraube M5x10 mm	4
66	Rundkappe Tretkurbel	2
67	Mutter M10x1.25xH7.5	2
68L/R	Tretkurbel links/rechts	1/1
69	Distanzstück	1
70	Unterlegscheibe Ø20 mm	1
71	Lager 6004-RZ	2
72	Kabeldurchführung Gummi Ø12.5	1
73	Buchse Ø25xØ21x4	1
74	Innere Riemenabdeckung	1
75	Riemen	1
76	Netzteil	1
77	Dauermagnet für Geschwindigkeitssensor	1
78	Federring Ø6 mm	4
79	Antriebsriemenscheibe	1
80	Tretlagerwelle	1
81	Schraube M6x16 mm	4
82	Äußere Riemenabdeckung	1
83	Ring	1
84	Halbmondabdeckung	3
85	Blechschraube ST4.8x16 mm	11
86	Blechschraube ST4.2x8 mm	1
87	Sicherungsmutter M10xH9.5xS17	1
88	Schraube M6x52xØ10x2.5	1
89	U-Lasche für Zugstange	1
90	Welle Riemenspannrolle	1
91	Flaschenhalter	1
92	Riemenspannrolle	1
93	Unterlegscheibe Ø6xØ16x1.5	2
94	Unterlegscheibe Ø12 mm	2
95	Magnetbremsplatte	1
96	Schraube	1
97	Schraube M6x45 mm	1
98	Mutter M5xH4	2
99	Schraube M5x60x20 mm	1
100	Feder	1
101	Dauermagnete Bremse	4
102	Betätigungsknopf Notbremse	1
103	Abdeckung Notbremsknopf	1
104	Mutter M10xH7	1
105	Bolzen	1
106	Buchse	1
107	Stellmotor Magnetbremse	1
108	Schraube M6x8 mm	1
109	Feder Ø1.2xØ12	1

Pos.	Beschreibung	Menge
110	Nocken zur Schwungradarretierung	1
111	Filzbelag für Notbremse	1
112	Schraube M6x10 mm	1
113	Wellscheibe Ø20xØ26x0.3	1
114	Blechschraube ST4.2x16 mm	14
115	Geschwindigkeitssensor mit Kabel	1
116	Netzbuchse mit Kabel für Netzteil	1
117	Steuerkabel Magnetbremse	1
118	Kabelbaum mit Steckern 1	1
119	Kabelbaum mit Steckern 2	1
120	Kabelbaum mit Steckern 3	1
A	Innensechskantschlüssel M6	1
B	Mehrfach-Gabelschlüssel 13-14-15 + Schraubendreher	1
C	Innensechskantschlüssel M8	1
D	Schlüssel S13-S15	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

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