TOORX

FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



SRXSPEED MAG

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

Code: GRLDTOORXSRXSPDM

Revision: 01

Ausgabe: 08/20

CE

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. 16 3.1 GEBRAUCH DES BRUSTGURTS (OPTIONAL).....S. 17 3.2 PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE ZUR NUTZUNG.....S. 18 3.3 FUNKTIONEN DES COMPUTERS.....S. 20

4.0 WARTUNG.....S. 21 4.1 BATTERIEWECHSEL.....S. 22

5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG.....S. 23

6.0 ERSATZTEILKATALOG – ERSATZTEILBESTELLUNG.....S. 23 6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG – TAF. 1.....S. 24 6.2 EXPLOSIONSZEICHNUNG – TAF. 2.....S. 25 6.3 ERSATZTEILLISTE.....S. 26

7.0 GARANTIE UND GEWÄHRLEISTUNG.....S. 27

1.0 SICHERHEITSHINWEISE

ZULÄSSIGES VERHALTEN

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

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

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

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

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

• Immer geeignete Sportkleidung tragen, die die Bewegungsfreiheit nicht einschränkt. Stets zum Laufen geeignete Sportschuhe verwenden. Keine Kleidung tragen, die die Atmungsaktivität behindert, und keine Schuhe mit Leder- oder anderen harten Sohlen.

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

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

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

UNZULÄSSIGES VERHALTEN

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

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

• 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.

• 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. 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.

• Beim Training KEINE Kleidung aus Kunstfaser oder Wollmischgewebe tragen. Ungeeignete Kleidung kann hygienische Probleme verursachen und elektrostatische Aufladung erzeugen.

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.

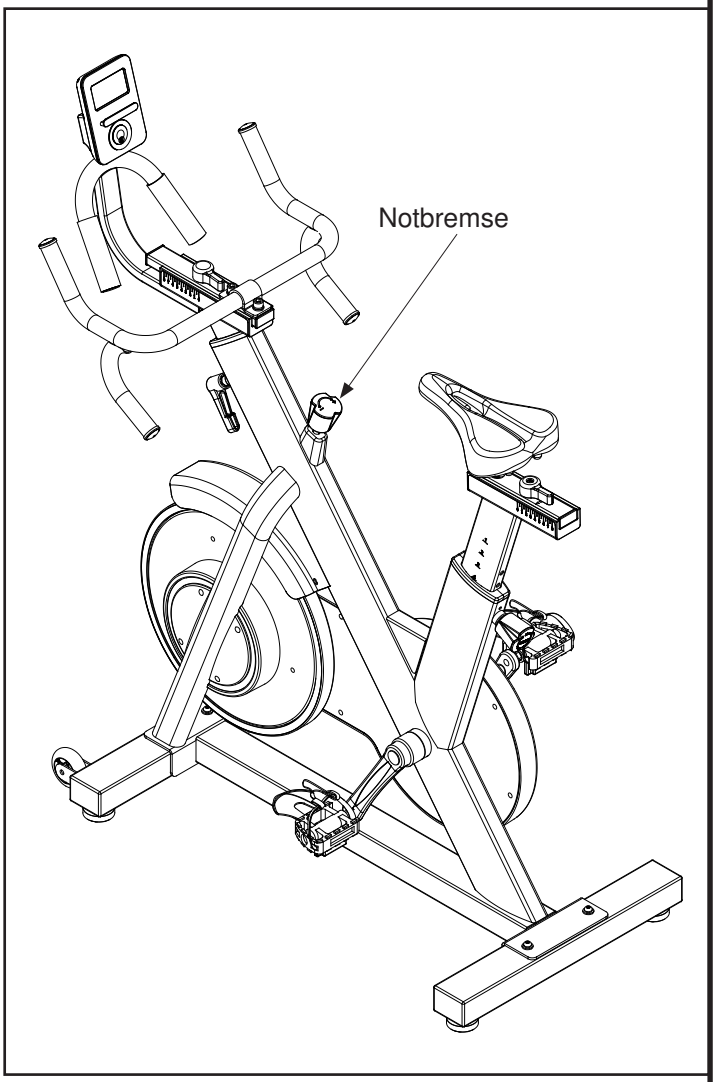
HINWEIS:
Die Abbildungen in dieser Anleitung dienen der Veranschaulichung. Aufgrund laufender Produktaktualisierungen können einzelne Abbildungen vom gekauften Produkt abweichen; dabei handelt es sich um optische Abweichungen, die Sicherheit und die Sicherheitsinformationen bleiben davon unberührt. Der 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 verschlossenen Raum stehen. Bei Nichtbenutzung die Notbremse ziehen und die Pedale mit einer Schnur festbinden, damit sich Kinder beim Spielen nicht verletzen.



Das Gerät hat eine im Intensitäts-Drehknopf integrierte Sicherheitsvorrichtung. Die Notbremse wird durch Drücken auf den Intensitäts-Drehknopf betätigt.

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 STOPPEN DER PEDALE IMMER AUSSCHLIESSLICH DIE NOTBREMSE VERWENDEN.

1.3 AUFKLEBER AM PRODUKT

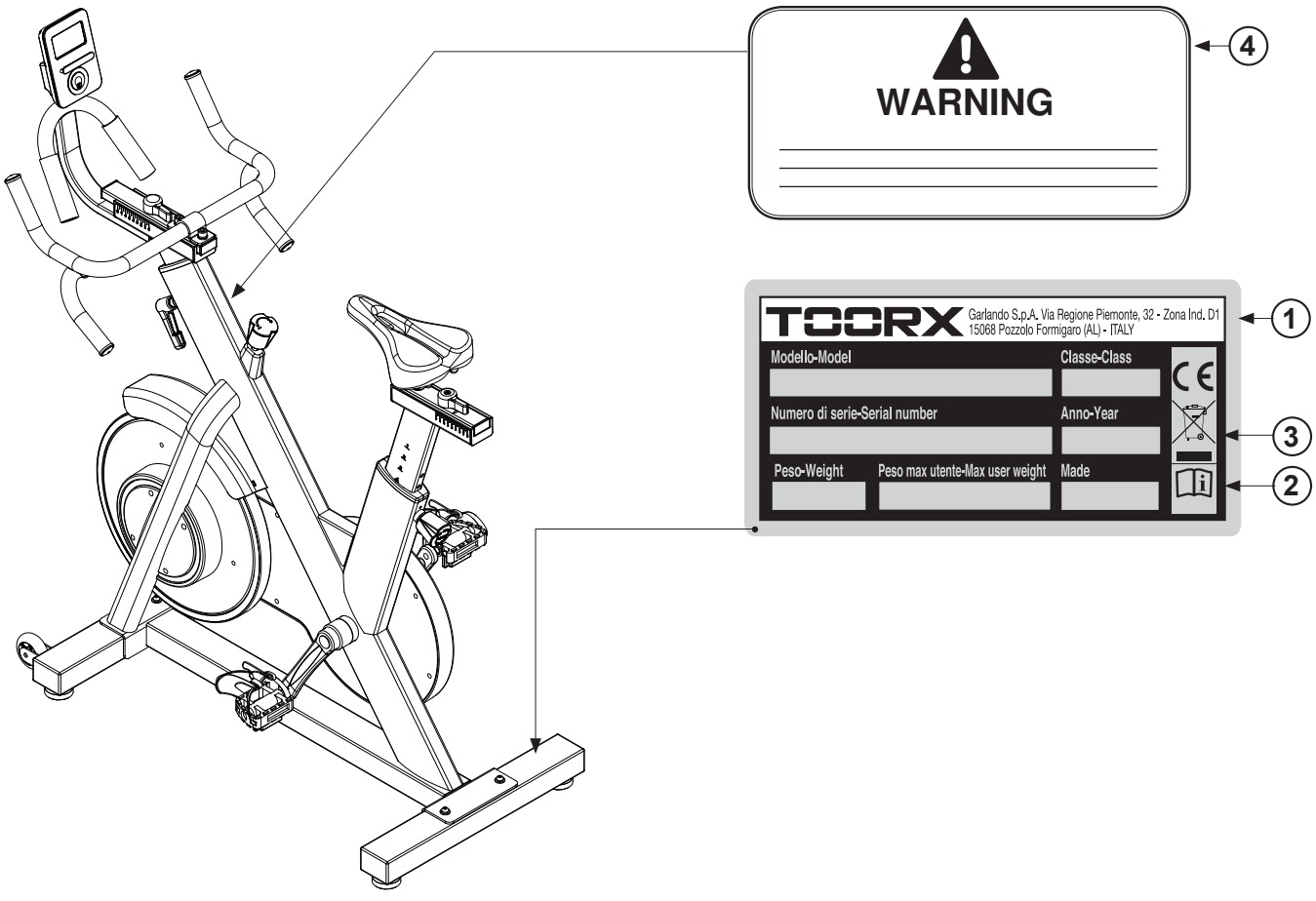
1) Das Typenschild des Produkts enthält die technischen Daten und die Seriennummer.

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	Feineinstellung über Drehknopf
BREMSSYSTEM	manuell eingestellte Magnetbremse
ANTRIEB	Riemenantrieb mit Starrlauf
SCHWUNGMASSE	20 kg
MAX. ABMESSUNGEN (LXBXH)	1220 x 510 x 1340 mm
GEWICHT	42 kg
GEWICHT VERPACKT	45.5 kg
MAX. BENUTZERGEWICHT	130 kg
HERZFREQUENZMESSUNG	kabelloser HR-Empfänger (*
SATTELVERSTELLUNG	vertikal und horizontal (Feinverstellung)
LENKERVERSTELLUNG	vertikal und horizontal, feinstufig
COMPUTERANZEIGEN	RPM, Geschwindigkeit, Zeit, Distanz, Kalorien, Puls
STROMVERSORGUNG COMPUTER	2 Alkali-Batterien 1,5 Vdc, Micro (AAA)
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 eingebaute kabellose HR-Empfänger ist für TOORX-Brustgurte geeignet und mit nicht codierten Sendern mit 5 kHz kompatibel. Der Brustgurt ist auf Anfrage erhältlich.

2.0 AUFSTELLRAUM DES PRODUKTS

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.



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



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

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

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

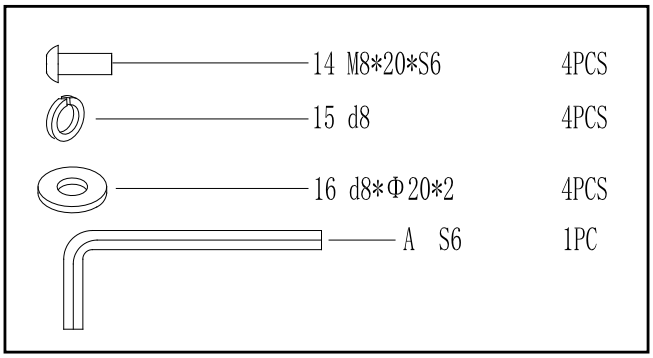
2.2 MONTAGE DES PRODUKTS

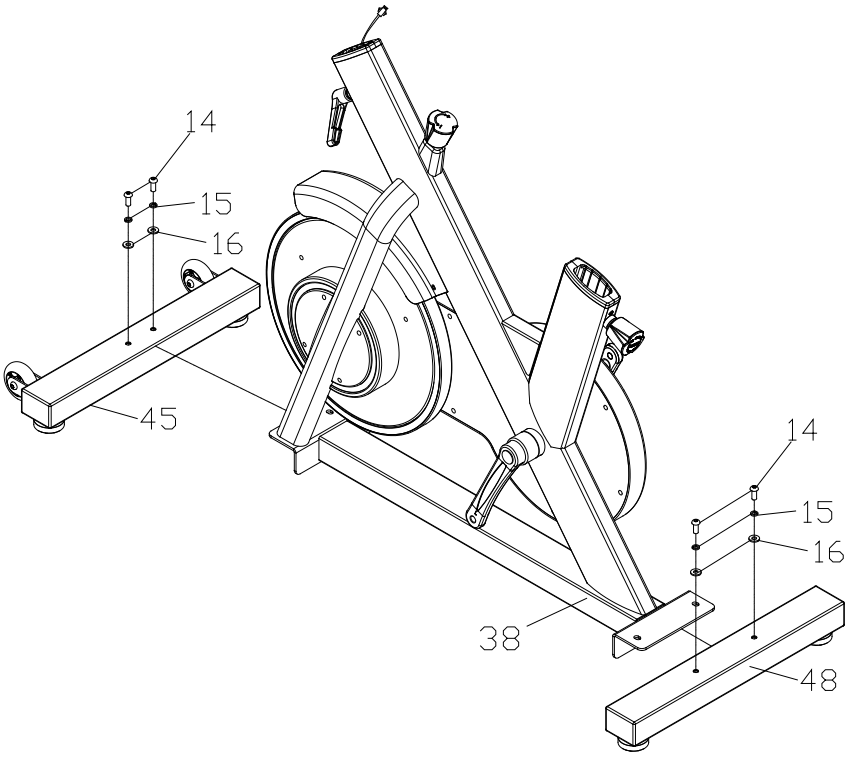
HINWEIS
Das Montagematerial (Schrauben, Muttern, Bolzen und Unterlegscheiben) liegt in einem separaten Beutel zusammen mit dem Werkzeug bei oder ist werkseitig in den Montagebohrungen vormontiert. Ist es vormontiert, entfernen Sie es vor jedem der folgenden Montageschritte.

Montage der Standfüße

• Befestigen Sie den vorderen Standfuß 45 am Hauptrahmen 38 mit zwei Schrauben 14 mit Federringen 15 und flachen Unterlegscheiben 16; verwenden Sie den mitgelieferten Innensechskantschlüssel A.

• Befestigen Sie den hinteren Standfuß 48 am Hauptrahmen 38 mit zwei Schrauben 14 mit Federringen 15 und flachen Unterlegscheiben 16; verwenden Sie den mitgelieferten Innensechskantschlüssel A.





Montage von Sattel- und Lenkerstütze

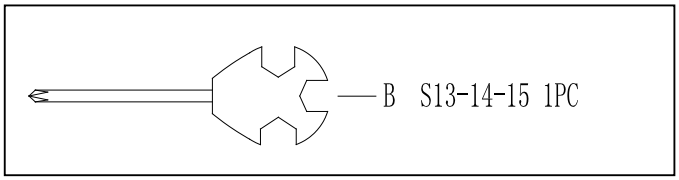
• Ziehen Sie den Drehknopf 37 und stecken Sie die Sattelstütze 35 in die Öffnung am Rahmen 38. Stellen Sie die Stütze 35 ein (oberhalb der Markierung MAX), lassen Sie den Höhenverstellknopf 37 los und ziehen Sie ihn fest, um das Rohr zu fixieren.

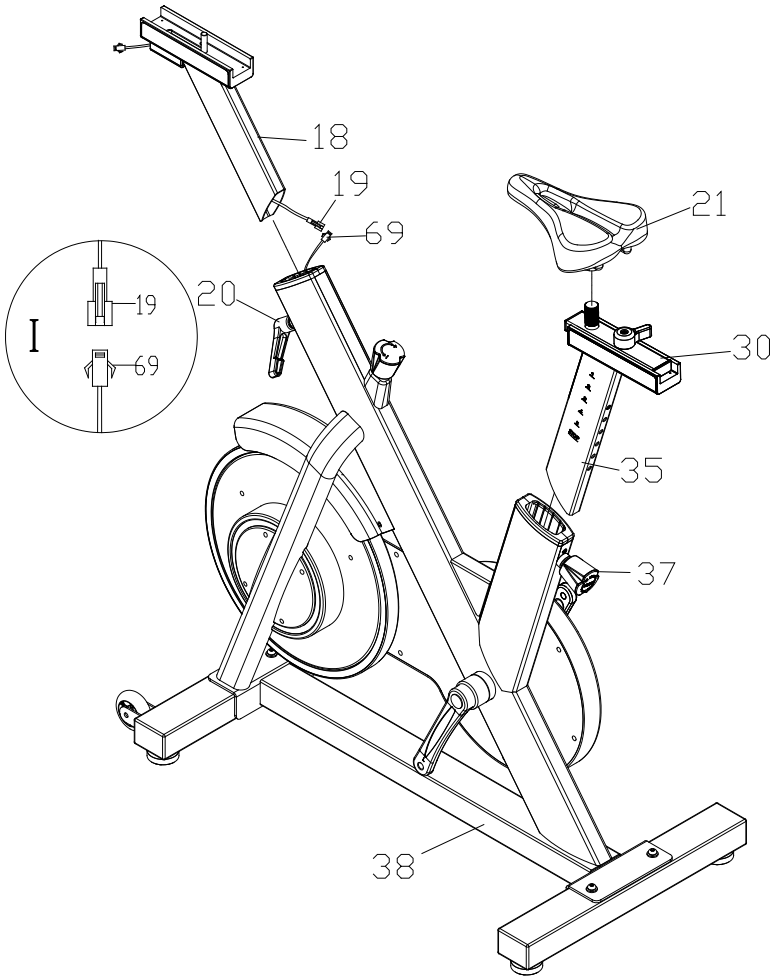
• Setzen Sie die Sattelklemme 21 in die Sattelstütze am Schlitten 30 am oberen Ende der Sattelstütze 35. Richten Sie den Sattel waagrecht und quer aus und ziehen Sie die beiden Muttern der Klemme mit dem mitgelieferten Schlüssel B fest an.

• Halten Sie die Lenkerstütze 18 an den Rahmen und verbinden Sie den Stecker des Zwischenkabels 19 mit dem Stecker des Kabels 69 des Geschwindigkeitssensors.

• Lösen Sie den Klemmhebel 20, stecken Sie die Lenkerstütze 18 in die Aufnahme am Rahmen 38 und ziehen Sie den Klemmhebel 20 fest.

HINWEIS: Die Sattelstütze hat einen Standarddurchmesser, daher kann der Sattel des Produkts nach Wunsch durch handelsübliche Sättel anderer Ausführung ersetzt werden.

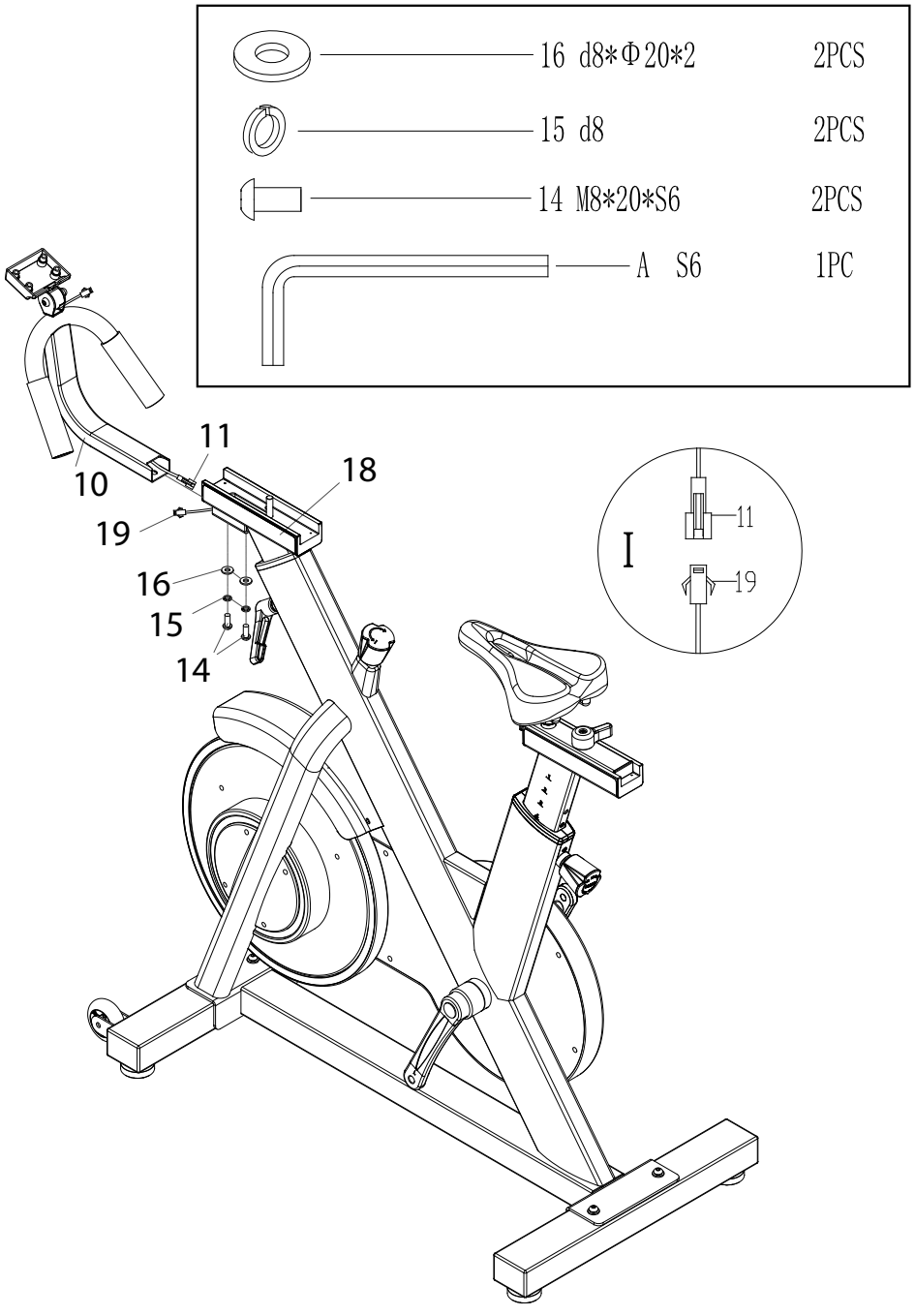




Montage der Computerstütze

• Halten Sie die Computerstütze 10 an die Lenkerstütze 18 und verbinden Sie den Stecker des Zwischenkabels 19 mit dem Stecker des oberen Kabels **II**.

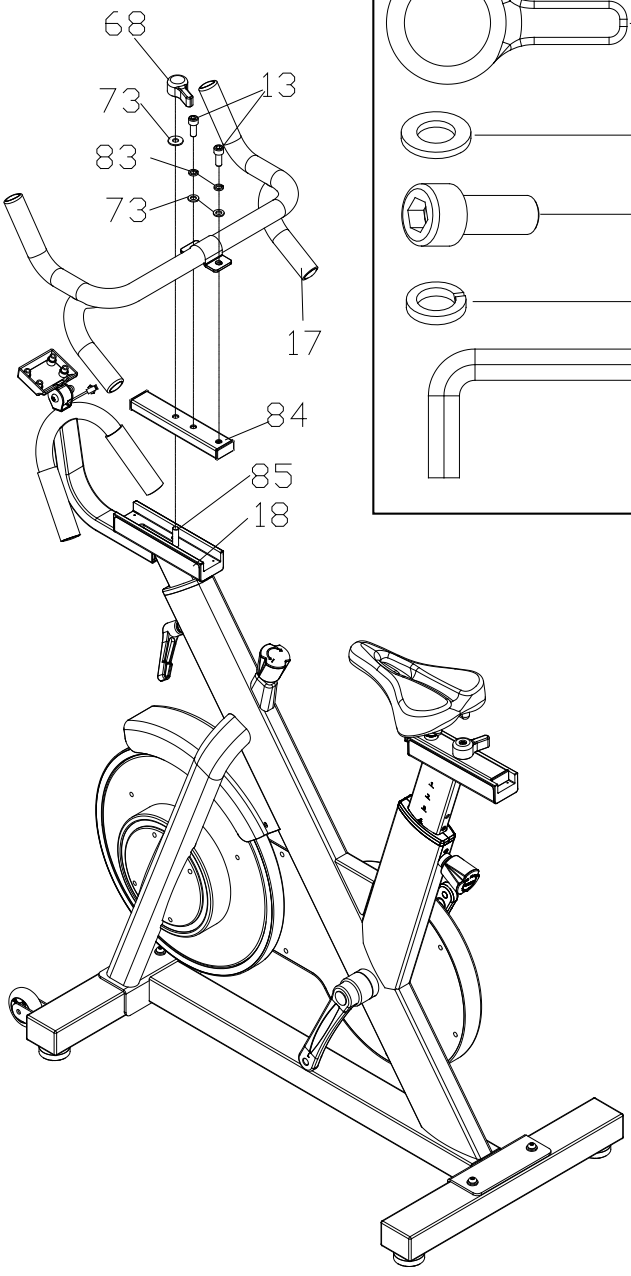
• Stecken Sie die Computerstütze 10 in die quadratische Öffnung am Ende der Lenkerstütze 18, richten Sie die Befestigungslöcher aus und ziehen Sie zwei Schrauben 14 mit Federringen 15 und flachen Unterlegscheiben 16 mit dem mitgelieferten Innensechskantschlüssel A fest.

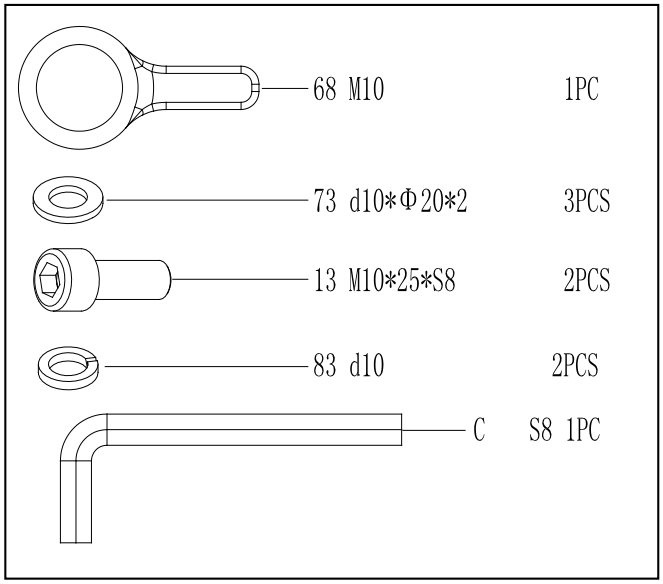


Montage des Lenkers

• Setzen Sie den Schlitten 84 auf das Ende der Lenkerstütze 18, sodass die Durchgangsbohrung auf dem Gewindebolzen 85 sitzt (siehe Abbildung). Fixieren Sie den Schlitten 84 mit dem Hebel 68 und der flachen Unterlegscheibe 73.

• Befestigen Sie den Lenker 17 in den beiden Gewindebohrungen des Schlittens 84 mit zwei Schrauben 13 mit Federringen 83 und flachen Unterlegscheiben 73; verwenden Sie den mitgelieferten Innensechskantschlüssel C.





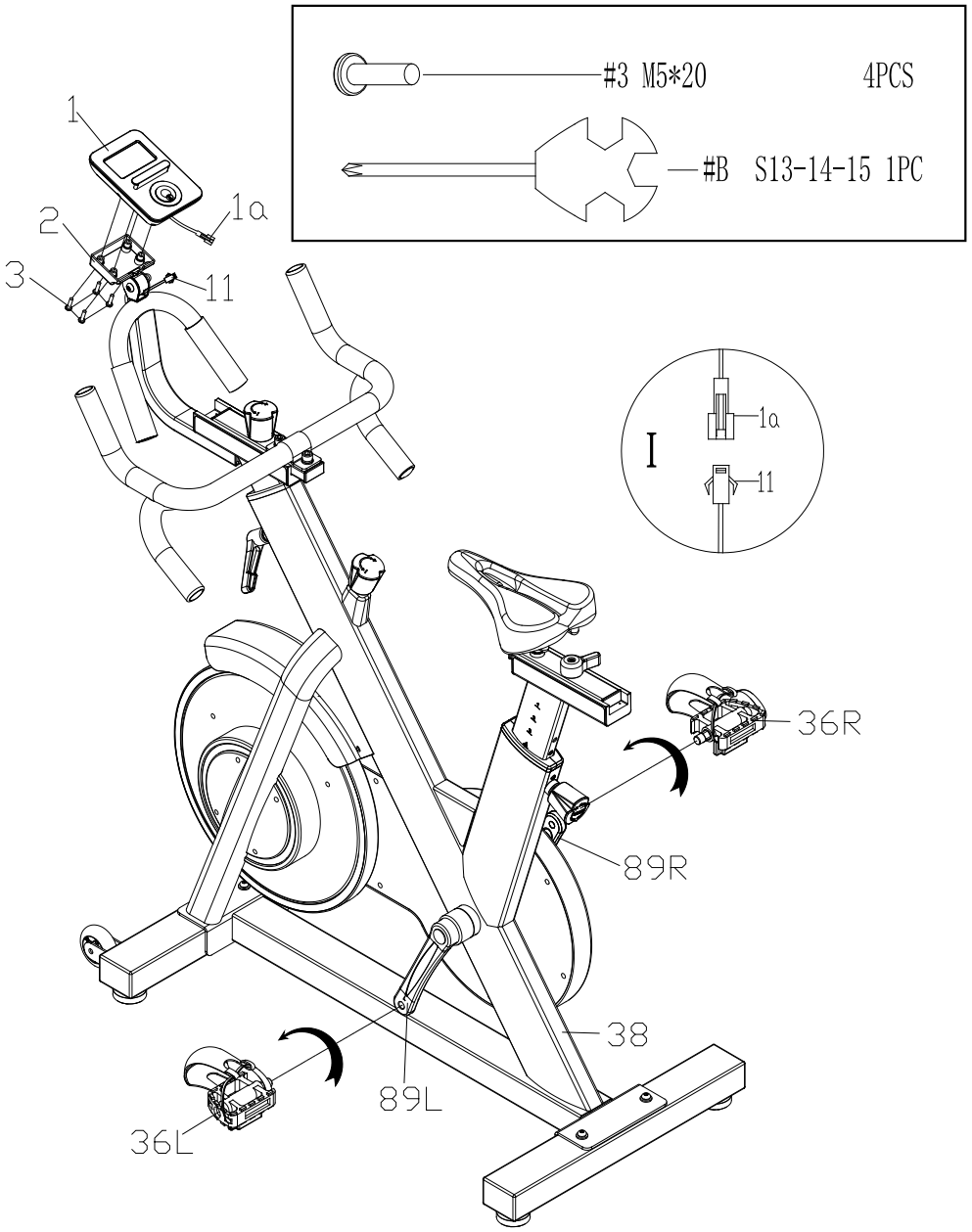
Montage von Pedalen und Computer

• Schrauben Sie das linke Pedal 36L (Kennzeichnung L) gegen den Uhrzeigersinn an die linke Tretkurbel 89L. Auf der anderen Seite das rechte Pedal 36R (Kennzeichnung R) im Uhrzeigersinn an die rechte Tretkurbel 89R schrauben.

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

• Verbinden Sie den Stecker des oberen Kabels 11 mit der Buchse 1a, die aus dem Computer kommt (siehe Abbildung).

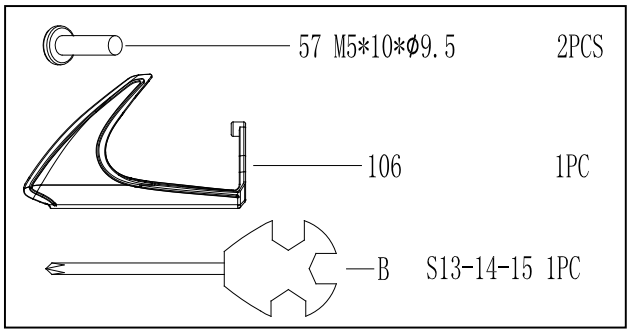
• Befestigen Sie den Computer 1 am Computerhalter 2 mit vier Schrauben 3; verwenden Sie den mitgelieferten Innensechskantschlüssel B.

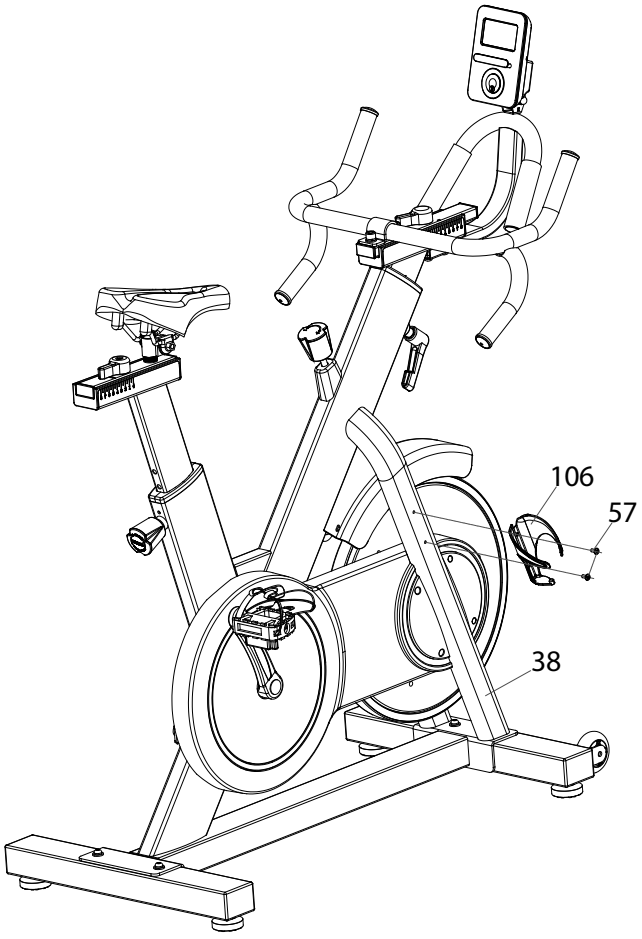


Montage des Flaschenhalters

• 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.

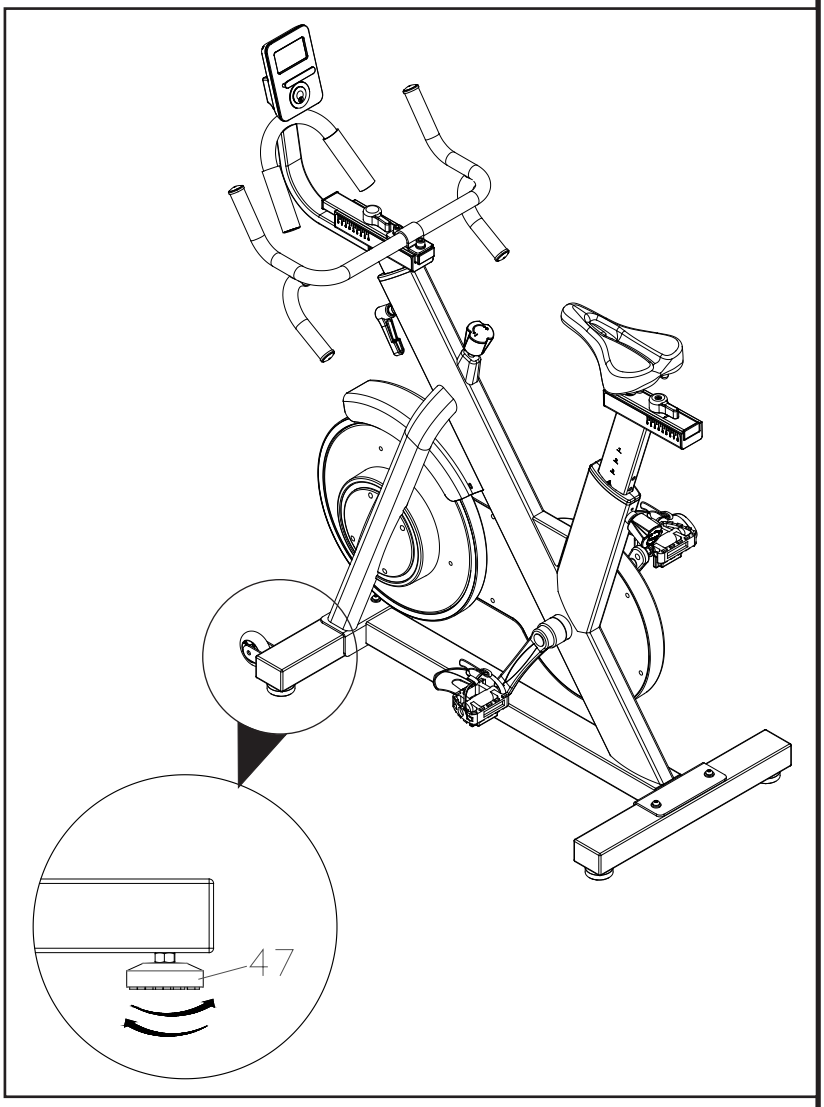




Ausrichten

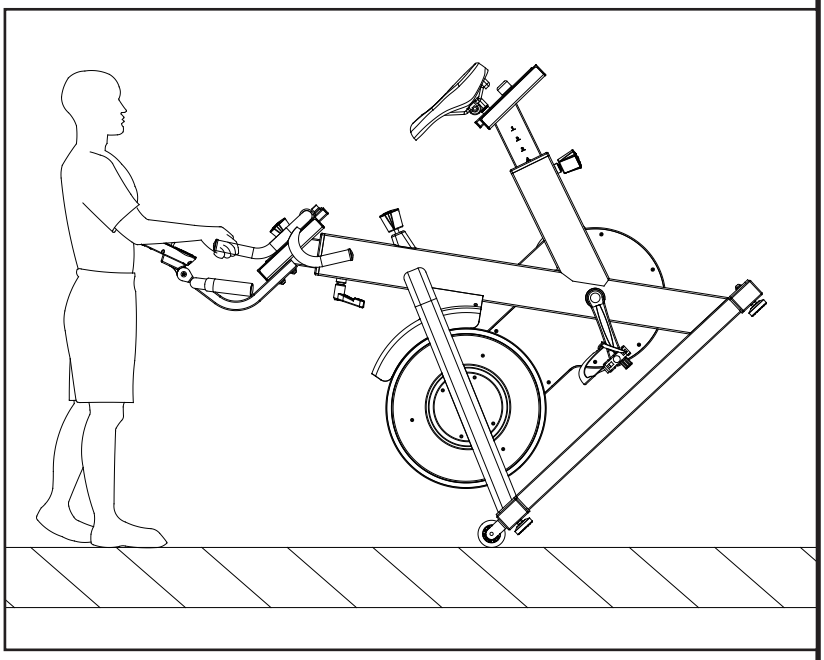
• Gleichen Sie Bodenunebenheiten durch Drehen der Stellfüße 47 unter dem hinteren und vorderen Standfuß aus.

• 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 Strecken im Raum fassen Sie die Lenkergriffe wie abgebildet, ziehen nach hinten und drücken nach unten, sodass das hintere Ende angehoben wird und das Gerät auf den Transportrollen am vorderen Standfuß aufliegt. Halten Sie das Gerät dann gekippt im Gleichgewicht und schieben Sie es nach vorne in die gewünschte Richtung.



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:

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

Das Training mit dem Produkt gliedert sich in drei Phasen.

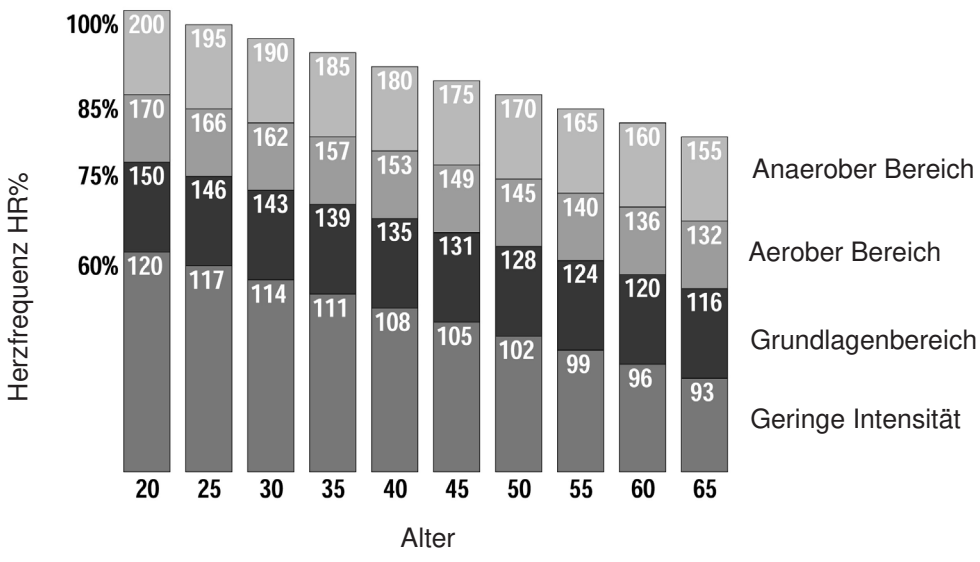
AUFWÄRMEN: Machen Sie vor dem Training mit dem Produkt stets einige Übungen zum Aufwärmen und Lockern der Muskulatur, um den Körper auf die Belastung vorzubereiten.

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

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

GEFAHR

Training im anaeroben Bereich ist nur gut trainierten Leistungssportlern gestattet.



3.1 VERWENDUNG DES BRUSTGURTS (OPTIONAL)

ACHTUNG

- Lesen Sie vor der Verwendung des Brustgurts die Anweisungen auf dieser Seite und gegebenenfalls die des Herstellers sorgfältig durch.

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

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

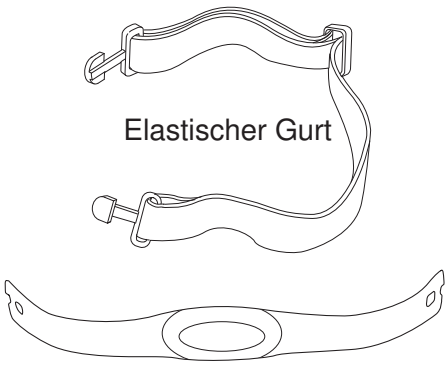
- Bewahren Sie Gurt und Sender nicht in Schubladen, geschlossenen Beuteln oder anderen Behältern auf; hängen Sie sie am besten an die Wand, damit sie vollständig trocknen.

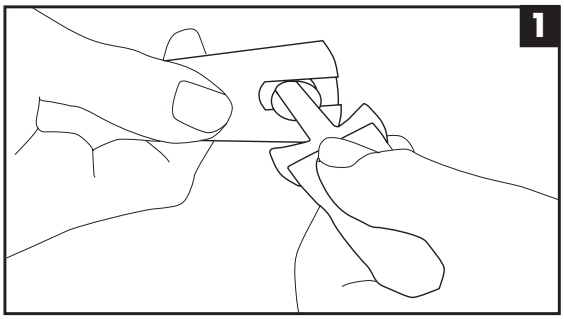
Der Brustgurt ist auf Anfrage erhältlich. Der Sender ist nicht codiert, Frequenzbereich 5.0/5.3 kHz, und besteht aus zwei Teilen: dem Sender, der die Funksignale an den Computer überträgt, und dem elastischen Gurt, der den Sender an der Brust hält. Die genauen Anweisungen zum Brustgurt finden Sie in der beiliegenden Anleitung des Brustgurts.

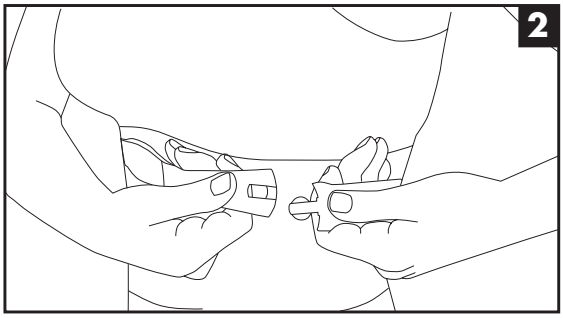
1) Haken Sie ein Ende des Senders am elastischen Gurt ein. 2) Stellen Sie die Länge des Gurts mit der Schnalle passend zu Ihrem Brustumfang ein. Legen Sie den Gurt direkt unterhalb der Brustmuskeln an (siehe Abbildung) und haken Sie das andere Ende am Sender ein. 3) Heben Sie den Sender an und befeuchten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

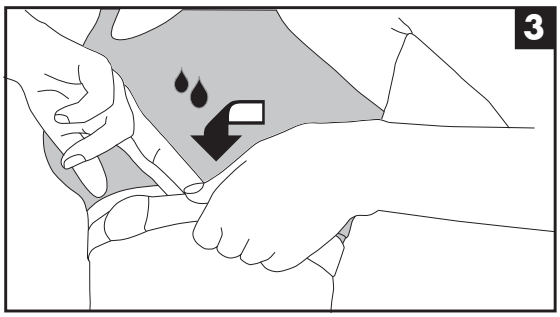
ACHTUNG

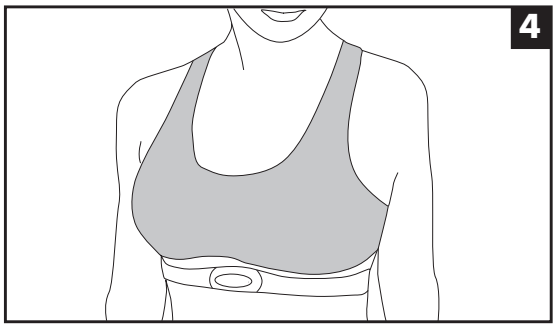
Der mit dem Brustgurt gemessene Puls ist nur ein Richtwert zur Kontrolle der Herzfrequenz im gewählten Trainingsbereich und zur Abschätzung des Kalorienverbrauchs. Die vom Gerät angezeigte Messung ist in keinem Fall ein medizinischer Wert.











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.

Stellen Sie ein Pedal nach oben, setzen Sie den Fuß in den Pedalkorb und den Vorfuß mittig auf das Pedal. Das Bein soll im 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 Höheneinstellung des Sattels (je nach Körpergröße) steigen Sie ab, lösen den Drehknopf 37 und ziehen ihn heraus. Sattel auf die gewünschte Höhe bringen, Drehknopf loslassen und im Uhrzeigersinn wieder festziehen. Zur waagrechten Einstellung steigen Sie ab und lösen den Hebel 24 gegen den Uhrzeigersinn. Sattel nach vorne oder hinten schieben und den Knopf im Uhrzeigersinn wieder festziehen.

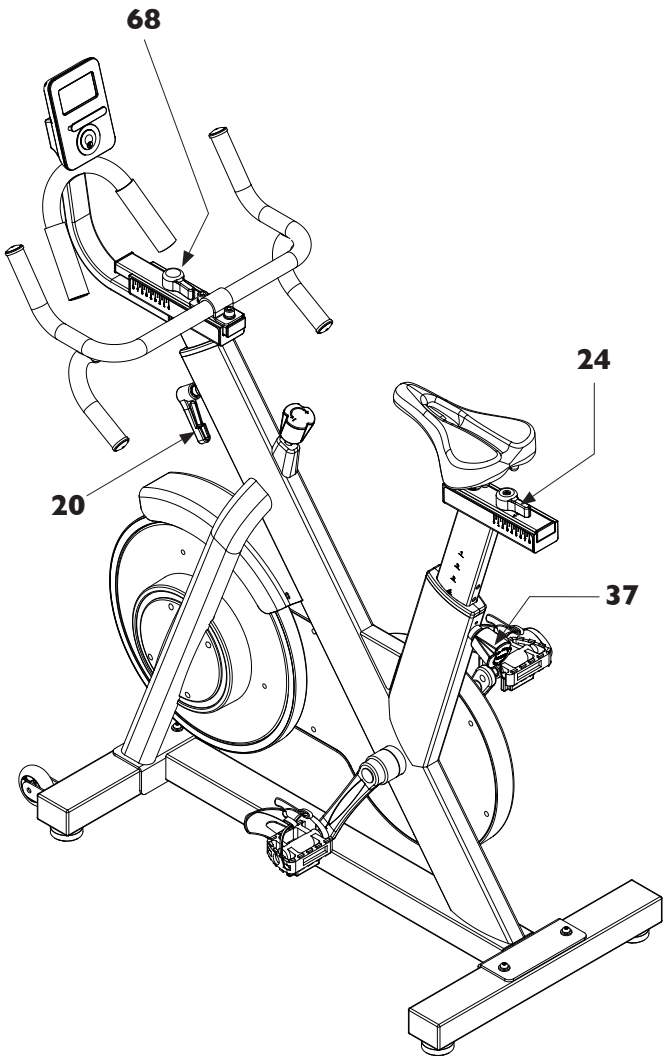
GEFAHR

Prüfen Sie vor dem Aufsteigen immer, dass Drehknopf 37 und Hebel 34 festgezogen sind, und rütteln Sie am Sattel, um sicherzugehen, dass er fest sitzt.

LENKEREINSTELLUNG Zum Anheben oder Absenken des Lenkers den Klemmhebel 20 lösen, den Lenker in die gewünschte Position bringen und den Klemmhebel 20 im Uhrzeigersinn festziehen; für die waagrechte Position den Hebel 68 verwenden.

ACHTUNG

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

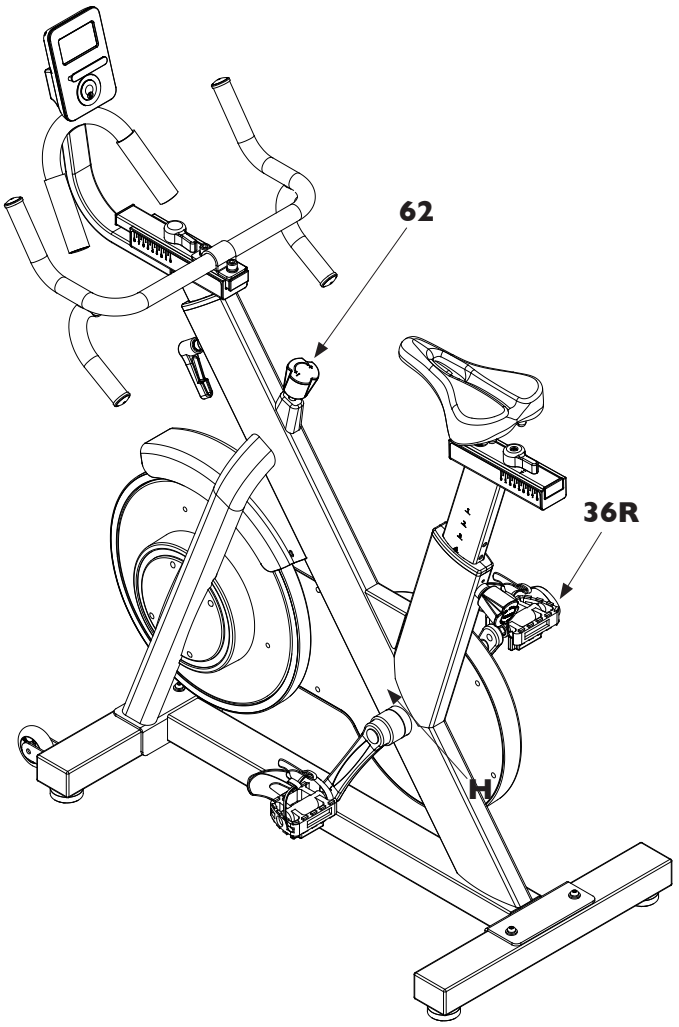


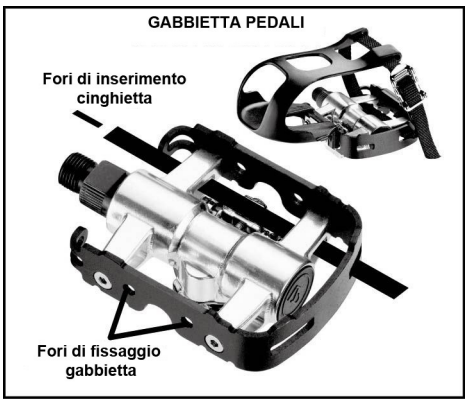
GEFAHR

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.

EINSTELLUNG DER PEDALKÖRBE Setzen Sie den rechten Fuß in den Pedalkorb des rechten Pedals 36R und schieben Sie ihn nach vorne, bis die Schuhspitze den Korb berührt. Ziehen Sie mit einer Hand das freie Ende des Riemens durch die Schnalle, bis der Korb den Fuß rundum umschließt, und fixieren Sie den Riemen in der Schnalle. Wiederholen Sie dies für den linken Fuß. Richten Sie Füße und Knie gerade nach vorne aus, um gleichmäßig zu treten.

EINSTELLUNG DER TRAININGSINTENSITÄT Die Intensität stellen Sie mit dem Drehknopf 62 unter dem Lenker ein; er verringert oder verstärkt die Wirkung der Magnetbremse. • Drehen im Uhrzeigersinn: höherer Tretwiderstand. • Drehen gegen den Uhrzeigersinn: geringerer Tretwiderstand. Der Widerstand kann auch während des Tretens eingestellt werden.





GEFAHR

Durch Drücken des Intensitätsreglers wird die Notbremse ausgelöst; die Bremse stoppt das Schwungrad dann sofort.

ACHTUNG

Vor dem Aufsteigen den Zustand des Bremsklotzes und die Funktion des Intensitätsreglers prüfen.

3.3 FUNKTIONEN DES COMPUTERS

Der Computer zeigt auf einem großen Flüssigkristalldisplay die nachfolgend aufgeführten Informationen. Display und Training starten, sobald Sie zu treten beginnen.

Displayfunktionen:

• (SPEED): momentane GESCHWINDIGKEIT während des Trainings in km/h (Bereich: 0.0 - 99.9 km/h). • (RPM): TRITTFREQUENZ pro Minute während des Trainings (Bereich: 0 - 1500 U/min).

• (TIME): TRAININGSDAUER (Bereich: 0.00 - 99 min. und 59 s).

• (DISTANCE): zurückgelegte DISTANZ seit Trainingsbeginn (Bereich: 00.0 - 99.9 km).

• (CALORIES): KALORIENVERBRAUCH während des Trainings (Bereich: 0 - 999 Cal) (*). • (TEMPERATURE): gemessene RAUMTEMPERATUR im Aufstellraum.

• (PULSE): HERZFREQUENZ, gemessen mit dem Brustgurt (optional), in bpm (Schläge pro Minute) (Bereich:
40 - 240 bpm) (*).

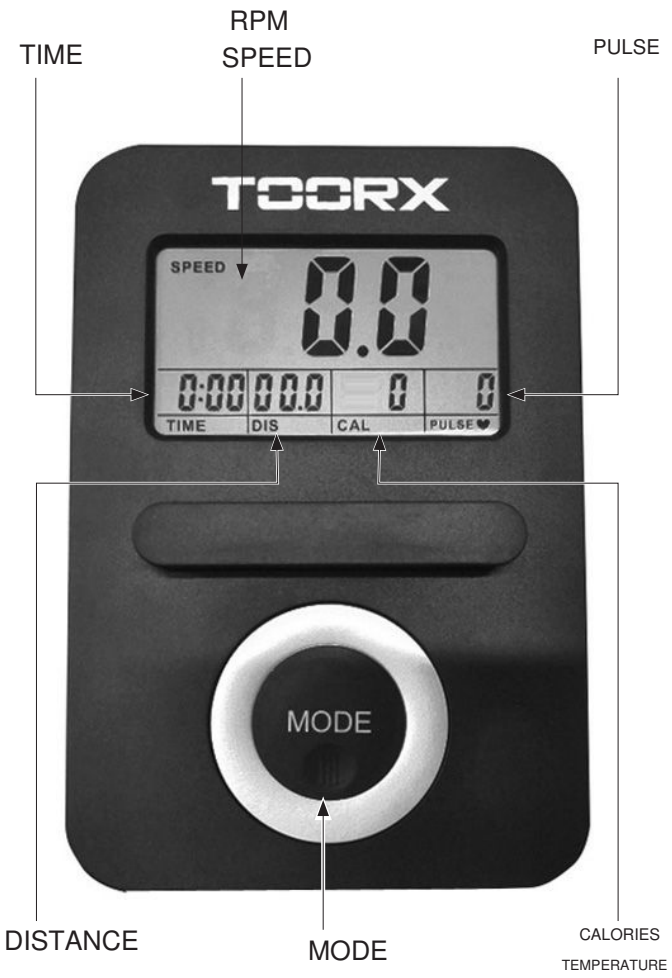
HINWEIS: (*) Der angezeigte Wert ist nur ein ungefährer Richtwert und keinesfalls ein medizinischer Messwert.

• Ist das Gerät länger als acht Minuten unbenutzt, schaltet sich der Computer ab und alle Trainingsdaten werden auf null gesetzt; zum Einschalten genügt es, wieder zu treten.

• Für die Herzfrequenzanzeige muss der Brustgurt (optional) getragen werden.

Taste MODE Drücken Sie während des Trainings MODE, um den Wert im mittleren Display zu wählen, oder drücken Sie bis zur Anzeige SCAN für den automatischen Wechsel der Werte.

Intensitätseinstellung Zum Erhöhen der Intensität den Bremsknopf im Uhrzeigersinn (+) drehen, zum Verringern gegen den Uhrzeigersinn (-).



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 reinigen und schmieren Sie vor allem: • Lenker und Sattel mit ihren Rohren, Gleitführungen und Klemmknöpfen, • Pedale und Tretkurbeln, • Rahmen und Riemenabdeckung, besonders den Intensitäts-Drehknopf, • das Schwungrad, das durch die Magnetbremse Staub anziehen kann, der mit Schweiß Korrosion verursacht, • Schrauben und Bolzen, die Korrosion ausgesetzt sind.

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.

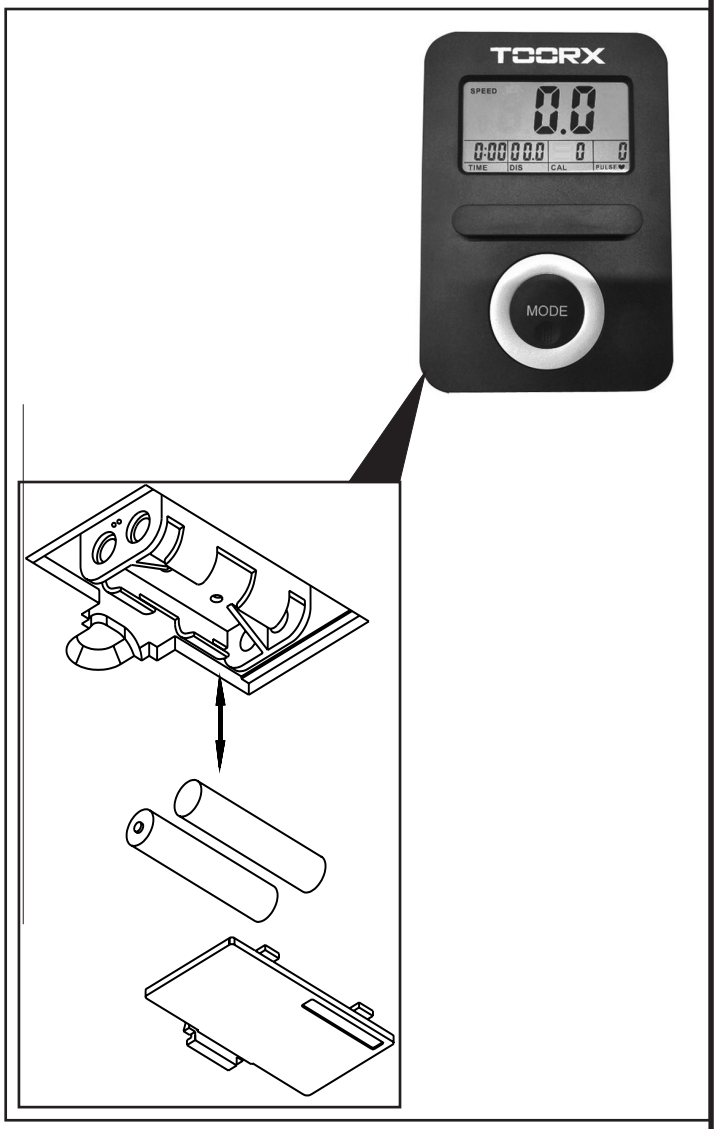
Bei Kratzern oder Abschürfungen am Rahmen empfiehlt sich ein Anstrich mit Rostschutzlack, um Rostbildung und deren Ausbreitung an Metallteilen vorzubeugen.

4.1 BATTERIEWECHSEL

GEFAHR

- **Auf die Polarität achten: Lage von Plus- und Minuspol anhand des Aufdrucks prüfen.**
- **Verbrauchte Batterien nicht ins Feuer werfen.**
- **Verbrauchte Batterien nicht mit dem Hausmüll entsorgen. In den dafür vorgesehenen Batterie-Sammelbehältern getrennt entsorgen.**
- **Verbrauchte Batterien nicht aufladen; nur neue Micro-Batterien (AAA) verwenden.**

Wenn das Display die Zahlen kontrastarm und verzögert anzeigt, muss die Batterie gewechselt werden. Entfernen Sie dazu den Deckel an der Rückseite des Computers, nehmen Sie die beiden verbrauchten Batterien heraus und setzen Sie zwei neue Alkali-Micro-Batterien (AAA) LR6 ein.



5.0 AUSSERBETRIEBNAHME – ENTSORGUNG



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

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



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

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

6.0 ERSATZTEILKATALOG – BESTELLUNG VON ERSATZTEILEN

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

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

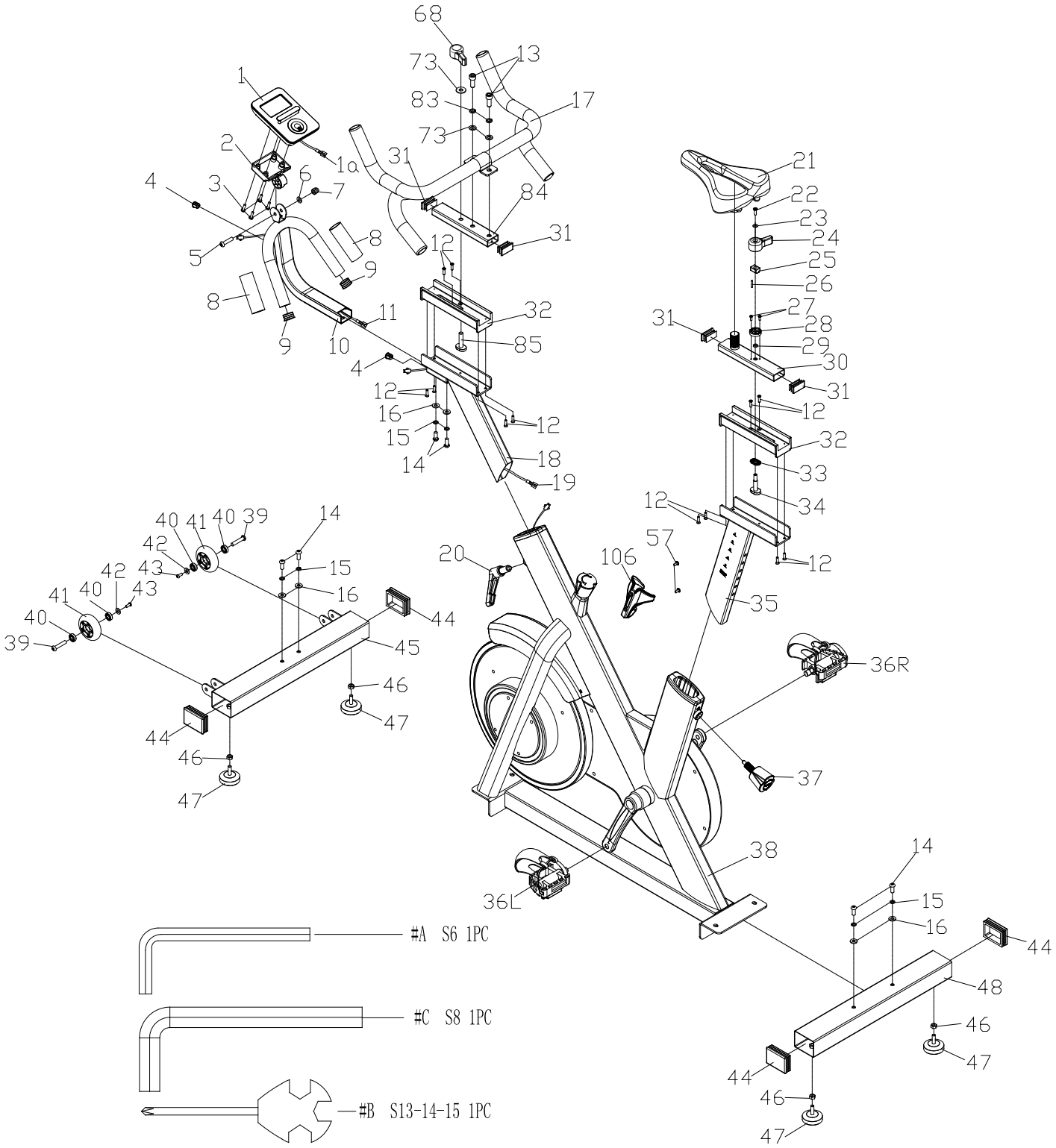
Verwenden Sie für die Bestellung eine Kopie des Bestellformulars für Ersatzteile auf der beiliegenden Karte, zusammen mit dem Garantieschein.

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

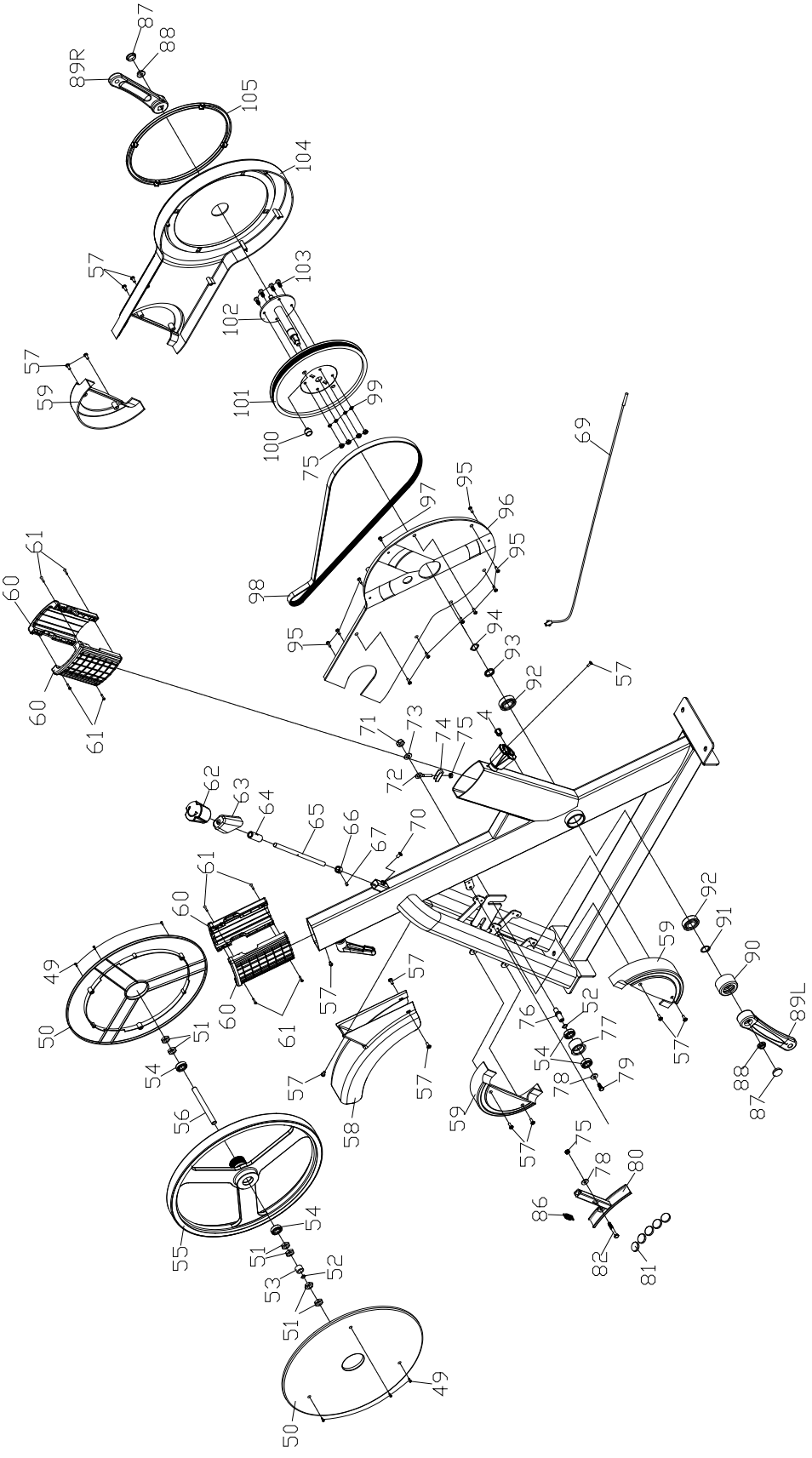
Fax 0143/318594 ·
assistenza.toorx@garlando.it

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

6.1 EXPLOSIONSZEICHNUNG – TAF 1



6.2 EXPLOSIONSZEICHNUNG – TAF 2



6.2 ERSATZTEILLISTE

Pos.	Beschreibung	Menge
1	Computer	1
2	Computerhalter	1
3	Schraube M5x20 mm	4
4	Kabeldurchführung Gummi Ø12.5	2
5	Schraube M8x35xS6 mm	1
6	Unterlegscheibe Ø8xØ16x1.5	1
7	Hutmutter M8xH16xS13	1
8	Abdeckung Mittelgriff	2
9	Runde Kappe Mittelgriff	2
10	Computerstütze	1
11	Oberes Verlängerungskabel	1
12	Schraube M5x18 mm	12
13	Schraube M10x25 mm	2
14	Schraube M8x20 mm	6
15	Federring Ø8 mm	6
16	Flache Unterlegscheibe Ø8 mm	6
17	Lenker	1
18	Lenkerstütze	1
19	Zwischen-Verlängerungskabel	1
20	Klemmhebel	1
21	Sattel	1
22	Schraube M5x16 mm	1
23	Flache Unterlegscheibe Ø5 mm	1
24	Hebel waagrechte Sattelverstellung	1
25	Distanzstück	1
26	Passfeder Ø3x20 mm	1
27	Schraube M4x12 mm	2
28	Anschlagbegrenzer	1
29	Gummidichtung	1
30	Sattelschlitten (horizontal)	1
31	Rechteckige Kappe Schlitten	4
32	Gleitplatte Schlitten	2
33	Gummiformteil	1
34	Fixierbolzen Sattelschlitten	1
35	Sattelstütze	1
36L/R	Pedal links/rechts	1
37	Höhenverstellknopf Sattel	1
38	Hauptrahmen	1
39	Bolzen Ø7.8x30xM6x15xS5	2
40	Lager 608ZZ	4
41	Transportrolle	2
42	Flache Unterlegscheibe Ø6xØ12x1.5	2
43	Schraube M6x12 mm	2
44	Rechteckige Kappe Standfüße	4
45	Vorderer Standfuß	1
46	Mutter M8	4
47	Stellfuß	4
48	Hinterer Standfuß	1
49	Blechschraube ST3x12 mm	6
50	Schwungradabdeckung	2
51	Mutter M12	6
52	Wellscheibe Ø12xØ15.5x0.3	2
53	Distanzstück Ø18xØ12.1x12.5	1
54	Lager 6001Z	4

Pos.	Beschreibung	Menge
55	Schwungrad	1
56	Schwungradwelle	1
57	Schraube M5x10 mm	15
58	Abdeckung Magnetbremse	1
59	Halbmondabdeckung	3
60	Gleithülse Sattel-/Lenkerstütze	4
61	Blechschraube ST3x16 mm	8
62	Einstellknopf Magnetbremse	1
63	Abdeckung Bremsknopf	1
64	Buchse	1
65	Bolzen	1
66	Buchse	1
67	Schraube M5x5 mm	1
68	Hebel waagrechte Lenkerverstellung	1
69	Geschwindigkeitssensor mit Kabel	1
70	Schraube M6x10 mm	1
71	Sicherungsmutter M10	1
72	Schraube M6x52 mm	1
73	Flache Unterlegscheibe Ø10 mm	4
74	U-Lasche für Spannstange	1
75	Sicherungsmutter M6	6
76	Achse Riemenspannrolle	1
77	Riemenspannrolle	1
78	Flache Unterlegscheibe Ø6xØ16x1.5	2
79	Schraube M6x10 mm	1
80	Bremsplatte	1
81	Dauermagnete Bremse	5
82	Schraube M6x30 mm	1
83	Federring Ø10 mm	2
84	Lenkerschlitten (horizontal)	1
85	Fixierbolzen Lenkerschlitten	1
86	Feder	1
87	Runde Kurbelabdeckung	2
88	Mutter M10	2
89L/R	Tretkurbel links/rechts	1/1
90	Distanzstück	1
91	Unterlegscheibe Ø20 mm	1
92	Lager 6004-RZ	2
93	Buchse Ø25xØ21x4	1
94	Wellscheibe Ø20xØ26x0.3	1
95	Blechschraube ST4.2x16 mm	10
96	Riemenabdeckung innen	1
97	Blechschraube ST4.2x8 mm	1
98	Riemen	1
99	Federring Ø6	4
100	Dauermagnet für Geschwindigkeitssensor	1
101	Antriebsriemenscheibe	1
102	Tretlagerwelle	1
103	Schraube M6x16 mm	4
104	Riemenabdeckung außen	1
105	Ring	1
106	Flaschenhalter	1
A	Innensechskantschlüssel M6	1
B	Mehrfach-Gabelschlüssel 13-14-15	1
C	Innensechskantschlüssel M8	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.

2.12

3.2

3.3

3.4

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

5.1

6.1

Batterien und Akkus: Entfernen, Austauschen, Sicherheit



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

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

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

Sicherheit

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

Rückgabe

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

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

Garlando

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