

10009109 10022293

Mobi FX 250

Fahrrad-Heimtrainer

Exercise Bike

Bicicleta Estática

Vélo d'exercice

Cyclette

Sehr geehrter Kunde,

wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Gerätes. Lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie diese, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Hinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung. Scannen Sie den folgenden QR-Code, um Zugriff auf die aktuellste Bedienungsanleitung und weitere Informationen rund um das Produkt zu erhalten.



INHALTSVERZEICHNIS

Sicherheitshinweise	4
Vor dem Zusammenbau	6
Zusammenbau	7
Trainingscomputer	14
Spezielle Entsorgungshinweise für Verbraucher in Deutschland	17
Hinweise zur Entsorgung	19
Hersteller & Importeur (UK)	19

English 21
Français 37
Español 53
Italiano 69

TECHNISCHE DATEN

Artikelnummer	10009109, 10022293
Stromversorgung (Computer)	AA-Batterien

SICHERHEITSHINWEISE

Lesen Sie sich die Bedienungsanleitung vor der Verwendung des Geräts aufmerksam durch und bewahren Sie diese für den zukünftigen Gebrauch auf. Die Produktmerkmale können leicht von den auf den Abbildungen dargestellten Merkmalen abweichen. Veränderungen können vom Hersteller ohne Benachrichtigung vorgenommen werden.

- Bewahren Sie die Bedienungsanleitung an einem sicheren Ort auf, so dass Sie jederzeit auf diese zugreifen können.
- Bauen Sie das Gerät erst dann zusammen, wenn Sie die Bedienungsanleitung vollständig durchgelesen haben. Die Sicherheit und die Effizienz des Geräts können nur dann gewährleistet werden, wenn das Gerät richtig zusammengesetzt wurde und fachgerecht gewartet und verwendet wird. Es liegt in Ihrer eigenen Verantwortung sicherzustellen, dass alle Nutzer des Geräts über Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen informiert werden.
- Das Gerät muss auf einer stabilen und geraden Oberfläche platziert werden, um sicher verwendet werden zu können. Schützen Sie den Boden durch eine Matte. Verwenden Sie das Gerät nicht in feuchter Umgebung, wie beispielsweise an Pools etc. Der Sicherheitsabstand rund um das Gerät muss mindestens 0,6 Meter betragen.
- Konsultieren Sie vor der Verwendung der Trainingsprogramme zwingend einen Arzt, um feststellen zu lassen, ob Sie körperliche oder gesundheitliche Probleme haben, welche durch die Verwendung des Geräts ein Risiko für Ihre Gesundheit und Sicherheit darstellen könnten, oder Sie daran hindern, das Gerät ordnungsgemäß zu verwenden. Der Rat Ihres Arztes ist lebenswichtig, wenn Sie Medikamente einnehmen, welche Einfluss auf Puls, Blutdruck oder den Cholesterinspiegel haben.
- Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Ein falsches oder übermäßiges Trainieren kann gesundheitsschädigend sein. Hören Sie mit dem Training auf, wenn eines der folgenden Symptome auftritt: Schmerz, Enge in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Schwindel oder Übelkeit. Sollte bei Ihnen einer dieser Zustände auftreten, müssen Sie zwingen einen Arzt konsultieren, bevor Sie das Training fortsetzen können.
- Trainieren Sie nicht direkt im Anschluss an Mahlzeiten.
- Das Gerät darf ausschließlich von Erwachsenen zusammengesetzt werden. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern.
- Das Gerät darf ausschließlich im häuslichen Bereich verwendet werden.
- Das Gerät ist nicht für die therapeutische Verwendung geeignet. Es kann nur für die in der Anleitung dargestellten Übungen verwendet werden.
- Tragen Sie bei der Verwendung des Geräts adäquate Trainingskleidung und Trainingsschuhe. Vermeiden Sie lose Kleidung, da diese sich im Gerät verfangen oder Kleidung, welche Sie in Ihrer Bewegungsfreiheit einschränken könnte.
- Halten Sie Ihren Rücken während des Trainings gerade.

- Überprüfen Sie vor jeder Verwendung des Geräts, ob die Handgriffe, der Sattel, Muttern und Bolzen richtig festgezogen wurden.
- Beachten Sie die maximale Position für anpassbare Geräteteile und gehen Sie nicht über die Markierung „Stopp“ hinaus, da dadurch ein Risiko entstehen würde.
- Verwenden Sie das Gerät nur wie dargestellt. Sollten Sie während des Zusammenbaus oder der Überprüfung defekte Teile feststellen oder während der Verwendung seltsame Geräusche, welche vom Gerät ausgehen hören, stoppen Sie augenblicklich die Verwendung. Verwenden Sie das Gerät erst dann wieder, wenn das Problem behoben wurde.
- Lassen Sie beim Anheben oder Verschieben des Geräts Vorsicht walten, damit Sie Ihren Rücken nicht verletzen. Verwenden Sie immer rückenschonende Hebetekniken und suchen Sie sich gegebenenfalls Hilfe einer weiteren Person.
- Alle beweglichen Geräteteile (z.B. Pedale, Handgriffe, Sattel... etc.) müssen wöchentlich gewartet werden. Überprüfen Sie diese vor jeder Verwendung. Sollte etwas kaputt oder lose sein, reparieren oder fixieren Sie das entsprechende Teil sofort. Fahren Sie erst dann mit der Verwendung des Geräts fort, wenn Sie den guten Ausgangszustand wieder hergestellt haben.
- Halten Sie das Netzkabel fern von Wärmequellen.
- Stecken Sie keine Gegenstände in die Geräteöffnungen.
- Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker, bevor Sie das Gerät bewegen oder reinigen. Reiben Sie die Oberflächen zur Reinigung mit einem milden Reinigungsmittel und einem feuchten Tuch ab. Verwenden Sie keinesfalls Lösungsmittel.
- Verwenden Sie das Gerät nicht an Orten, welche nicht temperiert sind, wie beispielsweise Garagen, Verandas, Badezimmern, Carports oder im Freien.
- Verwenden Sie das Gerät ausschließlich wie in der Bedienungsanleitung beschrieben.
- Eine inkorrekte Reparatur und strukturelle Modifikationen (z.B. das Entfernen oder Ersetzen von Originalteilen) kann den Gerätenutzer in Gefahr bringen.
- Die Schwungscheibe wird während der Verwendung sehr heiß.
- Aktivieren Sie die Tastensperre, wenn Sie das Gerät nicht verwenden.
- Kinder ab 8 Jahren, psychisch und körperlich eingeschränkte Menschen dürfen das Gerät nur benutzen, wenn sie vorher von einer für Sie verantwortlichen Aufsichtsperson ausführlich mit den Funktionen und den Sicherheitsvorkehrungen vertraut gemacht wurden.
- Achten Sie darauf, dass Kinder nicht mit dem Gerät spielen.
- Prüfen Sie vor der Benutzung die Spannung auf dem Typenschild. Schließen Sie das Gerät nur an Steckdosen an, die der Spannung des Geräts entsprechen.

Hinweis: Maximalgewicht des Benutzers: 100 kg.

VOR DEM ZUSAMMENBAU

Öffnen der Verpackung

Prüfen Sie ob alle Teile vorhanden sind. Nehmen Sie Hierzu die Stückliste und prüfen Sie auf die Anzahl der einzelnen Teile.

Werkzeug bereitstellen

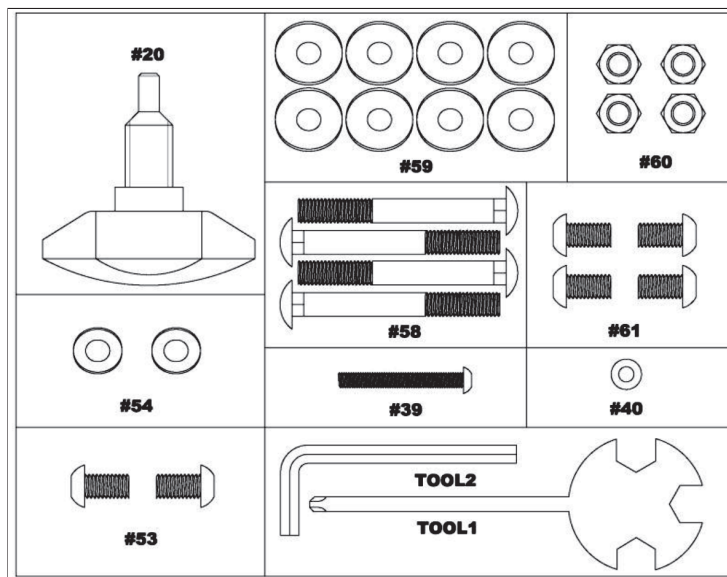
Haben Sie vor Beginn der Montage das notwendige Werkzeug zur Hand. Dies spart Zeit und garantiert einen einfacheren, schnellen Aufbau.

Arbeitsfläche frei halten

Vergewissern Sie sich, dass Sie genügend Platz für den Aufbau um sich herum haben. Entfernen Sie alle Gegenstände an denen Sie sich unter Umständen verletzen könnten. Prüfen Sie nach dem vollständigen Aufbau, dass genügend Platz für die Verwendung vorhanden ist.

Stückliste

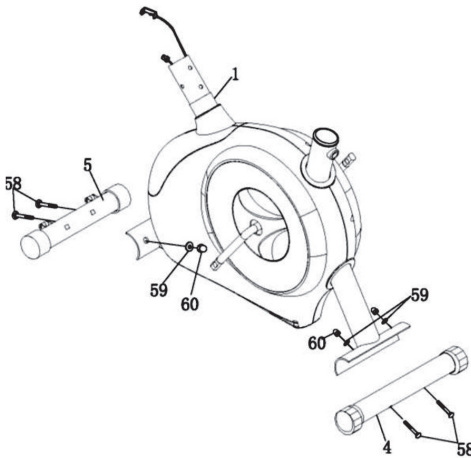
Zu Ihrem Komfort haben wir eine Stückliste zusammengestellt. Es sind alle Bauteile und deren Anzahl aufgeführt. Diese Liste hilft Ihnen die unbekanntenen Teile zu identifizieren. Falls Teile fehlen sollten, wenden Sie sich an den Kundenservice.



Nr.	Bezeichnung	Stk.	Nr.	Bezeichnung	Stk.
20	Sitzpositionsregler M16*19	1	59	Scheibe gebogen ID8.2*OD22.2	8
39	Schraube für Widerstandsregler	1	60	Abstandshalter	4
40	Scheibe für Widerstandsregler	1	61	Halteschraube M8*70	4
53	T-Typregler M8*45	2	62	Inbusschlüssel	1
54	Sicherheitsmutter	2	63	Inbusschlüssel	1
58	Scheibe ID8.2*OD16.8	4			

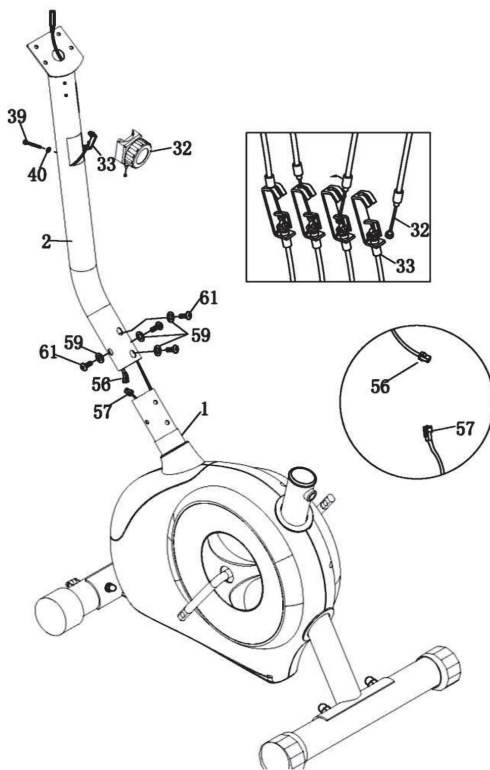
ZUSAMMENBAU

1



Befestigen Sie den vorderen Standfuß (5) mit dem Hauptteil (1), nehmen Sie hierzu 2 Halteschrauben (58) mit gebogenen Scheiben (59) und Hutmuttern (60).

Befestigen Sie den hinteren Standfuß (4) mit dem Hauptteil (1), nehmen Sie hierzu 2 Halteschrauben (58) mit gebogenen Scheiben (59) und Hutmuttern (60).



Nehmen Sie die vordere Stütze (2) und verbinden das mittlere Computerkabel (56) mit dem unteren Computerkabel (57). Befestigen Sie die Stütze (2) mittels 4 Innusschrauben (61) und gebogenen Scheiben (59) am Hauptrahmen (1).

Ziehen Sie das Verlängerungskabel (33) aus dem oberen Loch der Stütze (2).

Verbinden Sie das Verlängerungskabel (33) mit dem Widerstandsregler (32) in Pfeilrichtung. Befestigen Sie danach die Widerstandsregler mit Scheibe (40) und Schraube (39).

Wie man das Verlängerungskabel aus der vorderen Stütze zieht:

Bild 1: Nehmen Sie das untere Computerkabel und das Verlängerungskabel.

Bild 2: Verbinden Sie das mittlere Computerkabel mit dem Unteren.

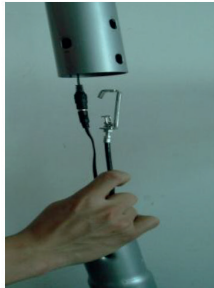
Bild 3: Ziehen Sie das Widerstandskabel vorne aus der Stütze.

Bild 4 und 5: Schließen Sie das Kabel an der Rückseite des Widerstandsreglers an, indem Sie das Ende des Kabels in die Klammer am Ende des unteren Widerstandskabel einführen. Dann ziehen Sie dieses nach oben und stecken das Ende des äußeren Kabels in die U-förmige Klammer. Bitte beachten Sie, dass Sie zu diesem Zeitpunkt eventuell die Stütze mit Kraft nach oben ziehen müssen, um die Länge des Kabels zu vergrößern.

Bild 6 und 7: Befestigen Sie das Gehäuse des Widerstandsreglers mit der Schraube an der vorderen Stütze.



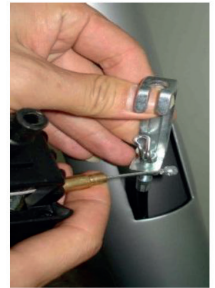
1



2



3



4



5

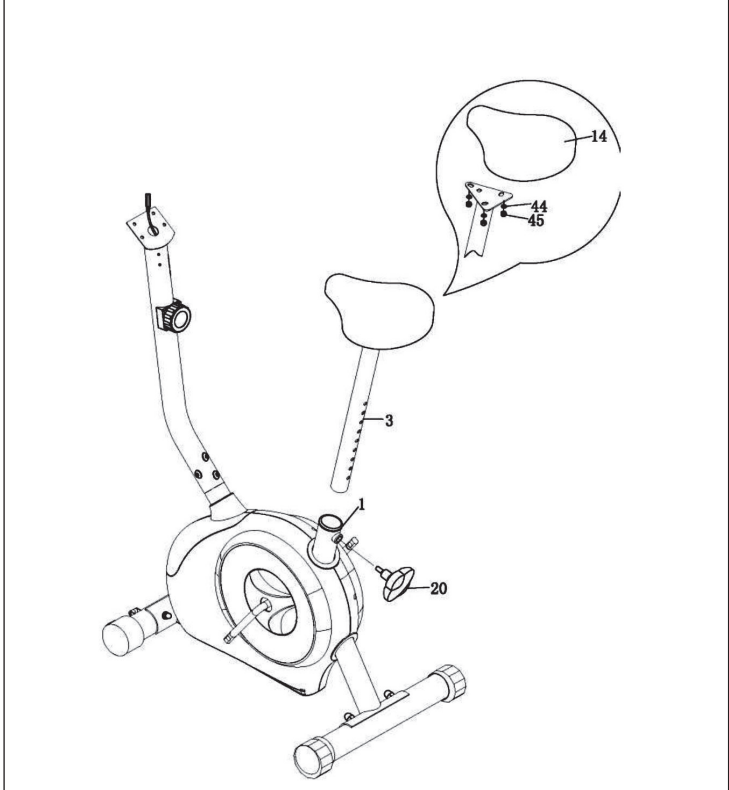


6



7

3

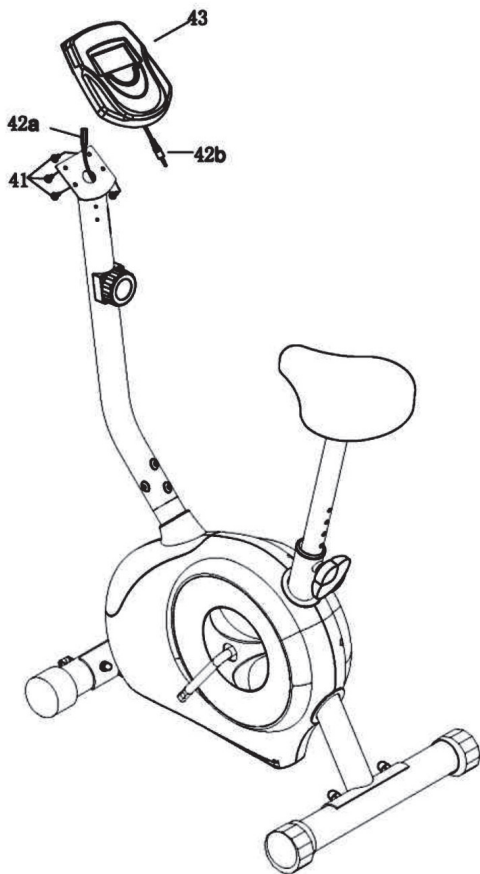


Um den Sattel (14) zu befestigen, drehen Sie den Sattel (14) um, befestigen die Sattelstütze (3) mit 3 Federscheiben (44) und einer Sicherungsmutter (45) und schieben danach die Sattelstütze in den Hauptrahmen (1).

Bringen Sie die Löcher übereinander und sicher Sie diese Position mittels Einstellknaufs (20).

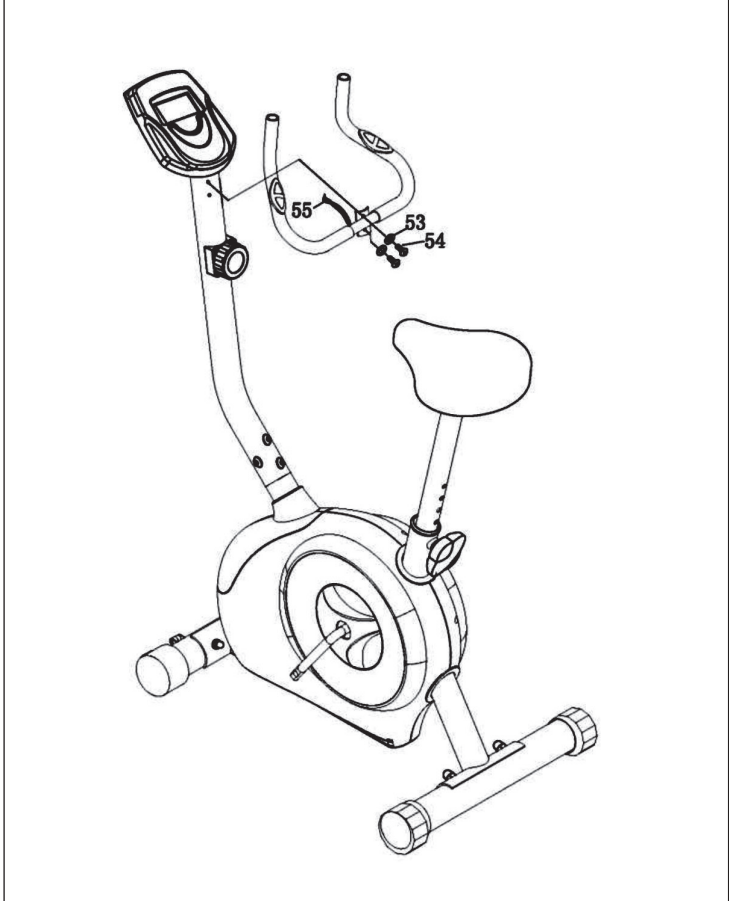
Die richtige Höhe des Sattels kann erst nach dem vollständigen Zusammenbau erfolgen.

4

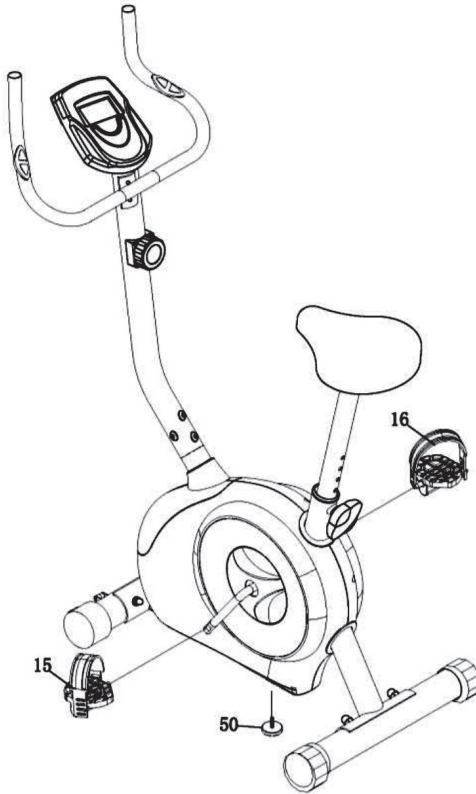


Verbinden Sie das Computerkabel (42b) mit dem mittleren Computerkabel (42a). Schieben Sie dann den Computer (43) auf den Halter und befestigen diesen dort mit einer Schraube (41).

5



Befestigen Sie den Handgriff (6) mit einer Scheibe (53) und einem Abstandshalter (54) auf der Klammer der vorderen Stütze (2), verwenden Sie dann den T-Typregler (60). Schließen Sie das Pulshandsensorkabel (55) am Anschluss „pulse“ am Computer an.



A: Bringen Sie den linken Pedalriemen am linken Pedal (15), welches mit „L“ markiert ist, an. Machen Sie dieses auch am Rechten. Befestigen Sie nun die Pedale links (15) und rechts (16) an den entsprechenden Kurbelarmen (28). Das rechte Pedal muss, wenn Sie auf dem Trainer sitzen, rechts von Ihnen sein. Beachten Sie, dass das rechte Pedal im Uhrzeigersinn und das linke Pedal gegen den Uhrzeigersinn festgezogen werden.

B: Stellen Sie abschließend des Heimtrainer an die gewünschter Position auf. Stellen Sie, wenn er richtig steht, den Drehknopf (50) ein. Vergewissern Sie sich, dass der Knauf den Boden berührt und der Trainer stabil steht. Falls Sie den Heimtrainer an eine Position bringen, prüfen Sie den zentralen Knauf (50) und stellen Sie ggf. ein.

Wichtig:
Überprüfen Sie vor Gebrauch alle Schrauben und Muttern auf festen und sicheren Sitz.

TRAININGSCOMPUTER



Funktionstasten

MODE	<ul style="list-style-type: none"> • Drücken, um Voreinstellungen zu Zeit, Entfernung und Kalorien vorzunehmen. • Drücken, um den eingestellten Wert anzuzeigen oder nach der Eingabe des Werts. • Drücken und für 2 Sek. halten, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf 0 zurückzusetzen. • Wenn Sie die Batterie ersetzen werden alle Werte auf 0 zurückgesetzt.
SET	<ul style="list-style-type: none"> • Stellen Sie hiermit den Zielwert von Zeit, Entfernung und Kalorien ein. Drücken und für 2 Sek. halten, um die Einstellung zu verschnellern.
RESET	<ul style="list-style-type: none"> • Drücken, um die Funktionswerte zurückzusetzen. • Drücken und für 2 Sek. halten, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf 0 zurückzusetzen. • Wenn Sie die Batterie ersetzen werden alle Werte auf 0 zurückgesetzt.

Funktionen und Bedienung

Batterien einlegen: Bitte legen Sie 2 AA 1.5 V Batterien in das Batteriefach auf der Rückseite des Computers ein. **HINWEIS:** Wenn Sie die Batterie ersetzen werden alle Werte auf 0 zurückgesetzt.

Auto Ein/Aus: Sobald Sie Ihr Training beginnen, zeigt die Anzeige automatisch die Trainingswerte an. Sollten Sie das Training für 256 Sek. unterbrechen, schaltet sich die Anzeige ab. Die Trainingswerte werden jedoch gespeichert. Setzen Sie Ihr Training fort, werden die Werte zu den vorherigen Werten hinzugefügt.

Auto-Scanner: Nachdem sich die Anzeige eingeschaltet oder die Mode-Taste gedrückt wurde, zeigt die Anzeige alle Werte Zeit-Kalorien-Kilometer-Puls-Geschwindigkeit-Entfernung an. Jeder Wert wird für 6 Sek. angezeigt.

Geschwindigkeit: Zeigt die aktuelle Trainingsgeschwindigkeit von 0.0 bis 99.9 KM/H oder MPH an.

Entfernung: Addiert die zurückgelegte Entfernung von 0.0 bis 999.9 an. Sie können eine voreingestellte Zielentfernung mittels SET & MODE einstellen. Jeder Tastendruck erhöht den Wert um 0.1 KM oder M, jeder Tastendruck erhöht den Wert bei einer Entfernung über 100 um 1 KM oder M. Während des Trainings wird dann von der voreingestellten Distanz zurückgezählt.

Zeit: Zählt die Gesamtzeit von 00:00 bis zu 99:59. Sie können eine voreingestellte Zielzeit mittels SET & MODE einstellen. Jeder Tastendruck erhöht die Zeit um 1 Minute. Während des Trainings wird dann von der voreingestellten Zeit zurückgezählt.

Kalorien: Zählt den Kalorienverbrauch während des Trainings von 0 bis max. 9999 Kalorien. Sie können eine voreingestellte Kalorienziel mittels SET & MODE einstellen. Jeder Tastendruck erhöht den Wert um 1 kcal bis 1000, Jeder Tastendruck erhöht den Wert bei Kalorien über 1000 um 10 kcal. Während des Trainings wird dann von den voreingestellten Kalorien zurückgezählt.

Hinweis: Diese Daten sind nur eine grobe Richtlinie und sollten nicht für medizinische Behandlungen genutzt werden.

Kilometer: Zeigt die gesamte zurückgelegte Distanz von 0.0 bis 999.9 an. Drücken Sie die Mode- Taste, um sich diesen Wert anzeigen zu lassen.

Puls: Diese Anzeige zeigt Ihnen während des Trainings ihre Herzfrequenz in Schlägen pro Minute an.

Zurücksetzen: Drücken und für 2 Sek. halten, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf 0 zurückzusetzen.

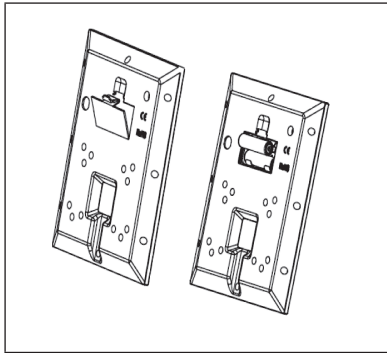
Wichtige Hinweise zum Batteriewechsel

- Falls die Anzeige fehlerhaft ist, entfernen Sie die Batterien, setzen diese wieder ein und versuchen es erneut.
- Batteriedaten: 1.5 V UM-3 oder AA (2 Stück).
- Vor Batterien müssen vor der Entsorgung des Gerätes entfernt und separat entsorgt werden.

Batteriewechsel


Falls die Anzeige nicht zufriedenstellend ist, ersetzen Sie bitte Batterien durch neue. Sie benötigen zwei „AA“. Ersetzen Sie immer beide Batterien zugleich.

Wie Sie die Batterien austauschen: Entfernen Sie die Batteriefachabdeckung an der Rückseite und tauschen dann die Batterien aus (siehe Bild).



SPEZIELLE ENTSORGUNGSHINWEISE FÜR VERBRAUCHER IN DEUTSCHLAND

Entsorgen Sie Ihre Altgeräte fachgerecht. Dadurch wird gewährleistet, dass die Altgeräte umweltgerecht verwertet und negative Auswirkungen auf die Umwelt und menschliche Gesundheit vermieden werden. Bei der Entsorgung sind folgende Regeln zu beachten:

- Jeder Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet, Elektro- und Elektronikaltgeräte (Altgeräte) sowie Batterien und Akkus getrennt vom Hausmüll zu entsorgen. Sie erkennen die entsprechenden Altgeräte durch folgendes Symbol der durchgestrichene Mülltonne (WEEE Symbol). 
- Sie haben Altbatterien und Altakkumulatoren, die nicht vom Altgerät umschlossen sind, sowie Lampen, die zerstörungsfrei aus dem Altgerät entnommen werden können, vor der Abgabe an einer Entsorgungsstelle vom Altgerät zerstörungsfrei zu trennen.
- Bestimmte Lampen und Leuchtmittel fallen ebenso unter das Elektro- und Elektronikgesetz und sind dementsprechend wie Altgeräte zu behandeln. Ausgenommen sind Glühbirnen und Halogenlampen. Entsorgen Sie Glühbirnen und Halogenlampen bitte über den Hausmüll, sofern Sie nicht das WEEE Symbol tragen.
- Jeder Verbraucher ist für das Löschen von personenbezogenen Daten auf dem Elektro- bzw. Elektronikgerät selbst verantwortlich.

Rücknahmepflicht der Vertreiber

Vertreiber mit einer Verkaufsfläche für Elektro- und Elektronikgeräte von mindestens 400 Quadratmetern sowie Vertreiber von Lebensmitteln mit einer Gesamtverkauffläche von mindestens 800 Quadratmetern, die mehrmals im Kalenderjahr oder dauerhaft Elektro- und Elektronikgeräte anbieten und auf dem Markt bereitstellen, sind verpflichtet,

- 1 bei der Abgabe eines neuen Elektro- oder Elektronikgerätes an einen Endnutzer ein Altgerät des Endnutzers der gleichen Geräteart, das im Wesentlichen die gleichen Funktionen wie das neue Gerät erfüllt, am Ort der Abgabe oder in unmittelbarer Nähe hierzu unentgeltlich zurückzunehmen und
- 2 auf Verlangen des Endnutzers Altgeräte, die in keiner äußeren Abmessung größer als 25 Zentimeter sind, im Einzelhandelsgeschäft oder in unmittelbarer Nähe hierzu unentgeltlich zurückzunehmen; die Rücknahme darf nicht an den Kauf eines Elektro- oder Elektronikgerätes geknüpft werden und ist auf drei Altgeräte pro Geräteart beschränkt.

- Bei einem Vertrieb unter Verwendung von Fernkommunikationsmitteln ist die unentgeltliche Abholung am Ort der Abgabe auf Elektro- und Elektronikgeräte der Kategorien 1, 2 und 4 gemäß § 2 Abs. 1 ElektroG, nämlich „Wärmeüberträger“, „Bildschirmgeräte“ (Oberfläche von mehr als 100 cm²) oder „Großgeräte“ (letztere mit mindestens einer äußeren Abmessung über 50 Zentimeter) beschränkt. Für andere Elektro- und Elektronikgeräte (Kategorien 3, 5, 6) ist eine Rückgabemöglichkeit in zumutbarer Entfernung zum jeweiligen Endnutzer zu gewährleisten.
- Altgeräte dürfen kostenlos auf dem lokalen Wertstoffhof oder in folgenden Sammelstellen in Ihrer Nähe abgegeben werden:
www.take-e-back.de
- Für Elektro- und Elektronikgeräte der Kategorien 1, 2 und 4 an bieten wir auch die Möglichkeit einer unentgeltlichen Abholung am Ort der Abgabe. Beim Kauf eines Neugeräts haben sie die Möglichkeit eine Altgerätabholung über die Webseite auszuwählen.
- Batterien können überall dort kostenfrei zurückgegeben werden, wo sie verkauft werden (z. B. Super-, Bau-, Drogeriemarkt). Auch Wertstoff- und Recyclinghöfe nehmen Batterien zurück. Sie können Batterien auch per Post an uns zurücksenden. Altbatterien in haushaltsüblichen Mengen können Sie direkt bei uns von Montag bis Freitag zwischen 07:30 und 15:30 Uhr unter der folgenden Adresse unentgeltlich zurückgeben:

Chal-Tec GmbH
Member of Berlin Brands Group
Handwerkerstr. 11
15366 Dahlewitz-Hoppegarten
Deutschland

- Wichtig zu beachten ist, dass Lithiumbatterien aus Sicherheitsgründen vor der Rückgabe gegen Kurzschluss gesichert werden müssen (z. B. durch Abkleben der Pole).
- Finden sich unter der durchgestrichenen Mülltonne auf der Batterie zusätzlich die Zeichen Cd, Hg oder Pb ist das ein Hinweis darauf, dass die Batterie gefährliche Schadstoffe enthält. (»Cd« steht für Cadmium, »Pb« für Blei und »Hg« für Quecksilber).

Hinweis zur Abfallvermeidung

Indem Sie die Lebensdauer Ihrer Altgeräte verlängern, tragen Sie dazu bei, Ressourcen effizient zu nutzen und zusätzlichen Müll zu vermeiden. Die Lebensdauer Ihrer Altgeräte können Sie verlängern indem Sie defekte Altgeräte reparieren lassen. Wenn sich Ihr Altgerät in gutem Zustand befindet, könnten Sie es spenden, verschenken oder verkaufen.

HINWEISE ZUR ENTSORGUNG



Wenn es in Ihrem Land eine gesetzliche Regelung zur Entsorgung von elektrischen und elektronischen Geräten gibt, weist dieses Symbol auf dem Produkt oder auf der Verpackung darauf hin, dass dieses Produkt nicht im Hausmüll entsorgt werden darf. Stattdessen muss es zu einer Sammelstelle für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten gebracht werden. Durch regelkonforme Entsorgung schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen vor negativen Konsequenzen. Informationen zum Recycling und zur Entsorgung dieses Produkts, erhalten Sie von Ihrer örtlichen Verwaltung oder Ihrem Hausmüllentsorgungsdienst.

Dieses Produkt enthält Batterien. Wenn es in Ihrem Land eine gesetzliche Regelung zur Entsorgung von Batterien gibt, dürfen die Batterien nicht im Hausmüll entsorgt werden. Informieren Sie sich über die örtlichen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien. Durch regelkonforme Entsorgung schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen vor negativen Konsequenzen.

HERSTELLER & IMPORTEUR (UK)

Hersteller:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland.

Importeur für Großbritannien:

Berlin Brands Group UK Ltd

PO Box 1145

Oxford, OX1 9UW

United Kingdom

Dear customer,

Congratulations on the purchase of your device. Please read the following instructions carefully and follow them to prevent potential damage. We accept no liability for damage caused by disregarding the instructions and improper use. Please scan the QR code to access the latest operating instructions and further information about the product.



CONTENTS

Safety Instructions	22
Before assembly	24
Assembly	25
Training computer	32
Disposal Considerations	35
Manufacturer & Importer (UK)	35

TECHNICAL DATA

Item number	10009109, 10022293
Power supply (Computer)	AA batteries

SAFETY INSTRUCTIONS

Read the operating instructions carefully before using the appliance and keep them for future use. Product features may differ slightly from those shown in the illustrations. Changes can be made by the manufacturer without notification.

- Keep the operating instructions in a safe place so that you can access them at any time.
- Do not assemble the appliance until you have read the operating instructions completely. The safety and efficiency of the appliance can only be guaranteed if the appliance has been correctly assembled and is properly maintained and used. It is your own responsibility to ensure that all users of the appliance are informed of warnings and precautions.
- The appliance must be placed on a stable and straight surface to be used safely. Protect the floor with a mat. Do not use the appliance in humid environments, such as pools, etc. The safety distance around the appliance must be at least 0.6 metres.
- Before using the exercise programmes, it is essential that you consult a doctor to determine whether you have any physical or health problems that could pose a risk to your health and safety by using the machine or prevent you from using the machine properly. Your doctor's advice is vital if you are taking medication that affects your pulse, blood pressure or cholesterol levels.
- Pay attention to your body's signals. Exercising incorrectly or excessively can be detrimental to your health. Stop exercising if any of the following symptoms occur: pain, tightness in the chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, dizziness or nausea. If you experience any of these conditions, you must consult a doctor before continuing your training.
- Do not exercise directly after meals.
- The appliance may only be assembled by adults. Keep children and pets away from the appliance.
- The appliance may only be used in domestic areas.
- The device is not suitable for therapeutic use. It can only be used for the exercises shown in the instructions.
- Wear adequate exercise clothing and exercise shoes when using the machine. Avoid loose clothing as it may get caught in the appliance or clothing that may restrict your movement.
- Keep your back straight during exercise.

- Before each use of the unit, always check that the handles, saddle, nuts and bolts have been properly tightened.
- Observe the maximum position for adjustable parts of the appliance and never go beyond the "Stop" mark as this would pose a risk.
- Only use the appliance as shown. If you notice any defective parts during assembly or inspection, or if you hear strange noises coming from the appliance during use, stop use immediately. Do not use the machine again until the problem has been corrected.
- Take care when lifting or moving the unit so that you do not injure your back. Always use back-friendly lifting techniques and seek help from another person if necessary.
- All moving parts of the device (e.g. pedals, handles, saddle... etc.) must be serviced weekly. Check these before each use. If something is broken or loose, repair or fix the relevant part immediately. Do not continue using the appliance until you have restored it to a good initial condition.
- Keep the power cord away from heat sources.
- Do not insert any objects into the machine openings.
- Switch off and unplug the appliance before moving or cleaning the appliance. To clean, rub the surfaces with a mild detergent and a damp cloth. Do not use solvents under any circumstances.
- Do not use the appliance in places that are not temperature-controlled, such as garages, verandas, bathrooms, carports or outdoors.
- Only use the appliance as described in the operating instructions.
- Incorrect repair and structural modifications (e.g. removal or replacement of original parts) may put the user of the appliance at risk.
- The flywheel becomes very hot during use.
- Activate the key lock when you are not using the machine.
- Children from the age of 8, mentally and physically impaired persons may only use the device if they have been familiarised in detail with the functions and safety precautions by a supervisor responsible for them beforehand.
- Make sure that children do not play with the appliance.
- Bearing Ensure that you only connect the appliance to sockets with the appropriate voltage.

Note: Maximum user weight: 100 kg.

BEFORE ASSEMBLY

Opening the packaging

Check that all the parts are present. To do this, take the parts list and check for the number of individual parts.

Prepare tools

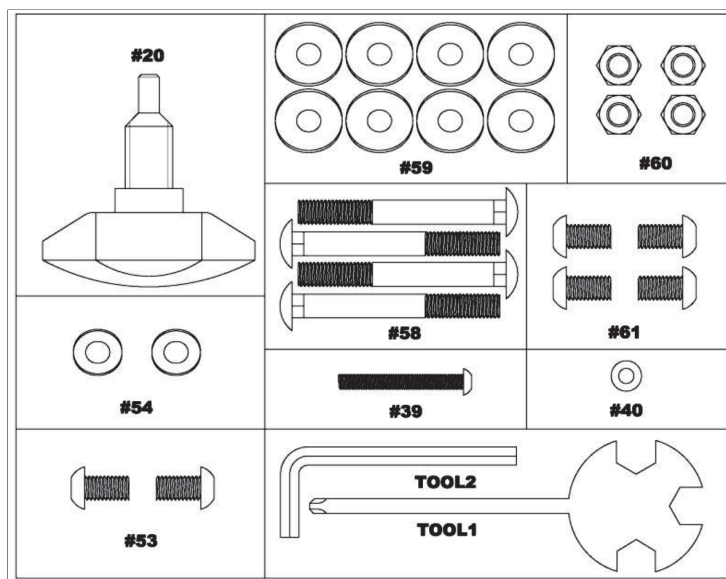
Have the necessary tools to hand before starting assembly. This saves time and guarantees an easier, quicker set-up.

Keep work surface free

Make sure you have enough space around you for the set-up. Remove all objects on which you could possibly injure yourself. After complete assembly, check that there is sufficient space for use.

Parts list

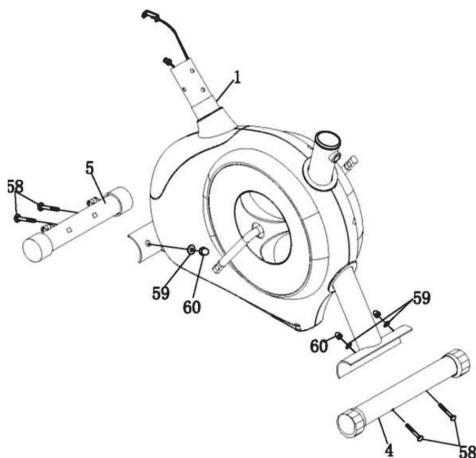
For your convenience, we have compiled a parts list. All components and their number are listed. This list will help you identify the unknown parts. If any parts are missing, contact the customer service.



No.	Designation	Pc.	No.	Designation	Pc.
20	Seat position controller M16*19	1	59	Disc curved ID8.2*OD22.2	8
39	Screw for resistance regulator	1	60	Spacer	4
40	Disc for resistance regulator	1	61	Retaining screw M8*70	4
53	T-type regulator M8*45	2	62	Allen key	1
54	Safety nut	2	63	Allen key	1
58	Washer ID8.2*OD16.8	4			

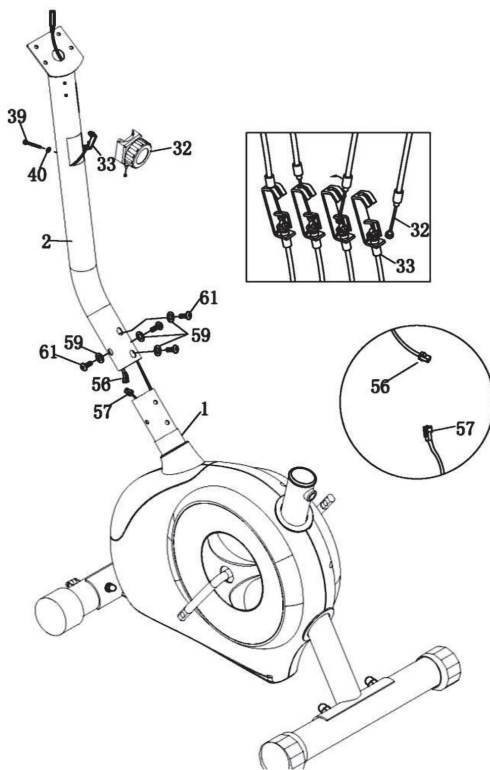
ASSEMBLY

1



Attach the front foot (5) to the main body (1) using 2 retaining screws (58) with curved washers (59) and cap nuts (60).

Attach the rear stand (4) to the main body (1) using 2 retaining screws (58) with curved washers (59) and cap nuts (60).



Take the front support (2) and connect the middle computer cable (56) to the lower computer cable (57). Secure the support (2) to the main frame (1) using 4 Allen screws (61) and curved washers (59).

Pull the extension cable (33) out of the upper hole of the support (2).

Connect the extension cable (33) to the resistance regulator (32) in the direction of the arrow. Then fix the resistance regulators with washer (40) and screw (39).

How to pull the extension cable out of the front support:

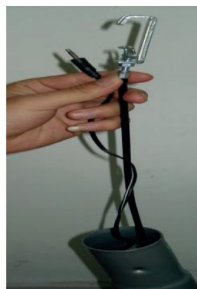
Picture 1: Take the lower computer cable and the extension cable.

Picture 2: Connect the middle computer cable to the lower one.

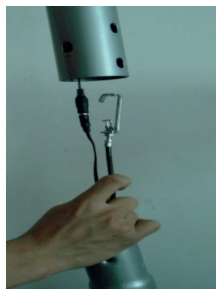
Figure 3: Pull the resistance cable out of the front of the support.

Picture 4 and 5: Connect the cable to the back of the resistance controller by inserting the end of the cable into the clip at the end of the lower resistance cable. Then pull this up and insert the end of the outer cable into the U-shaped clip. Please note that at this stage you may need to pull the support upwards with force to increase the length of the cable.

Fig. 6 and 7: Fasten the resistance regulator housing to the front support with the screw.



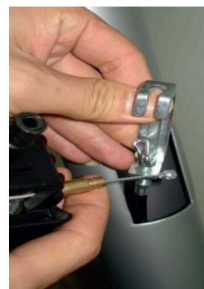
1



2



3



4



5

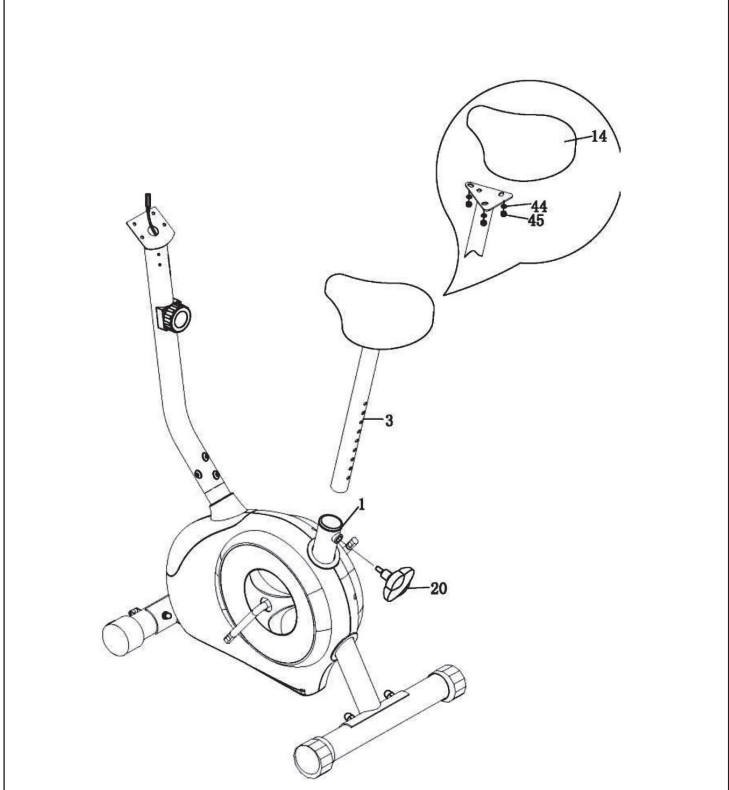


6



7

3

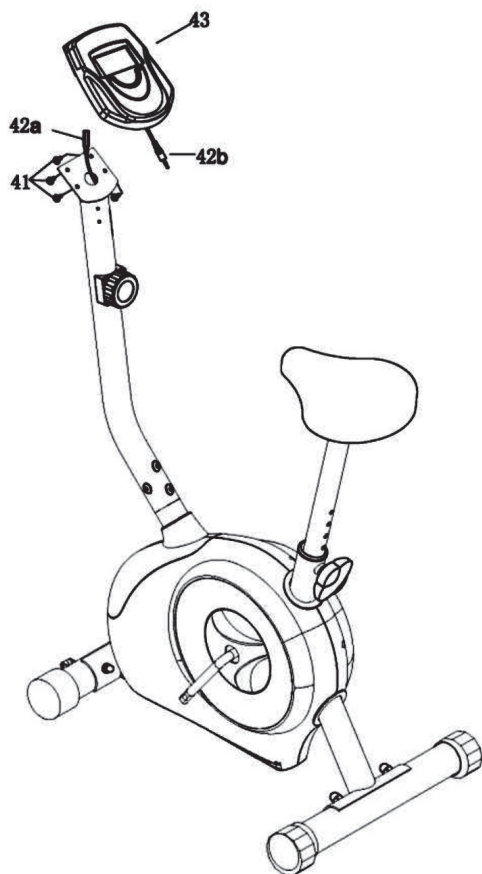


To attach the saddle (14), turn the saddle (14) around, attach the seat post (3) with 3 spring washers (44) and a lock nut (45) and then slide the seat post into the main frame (1).

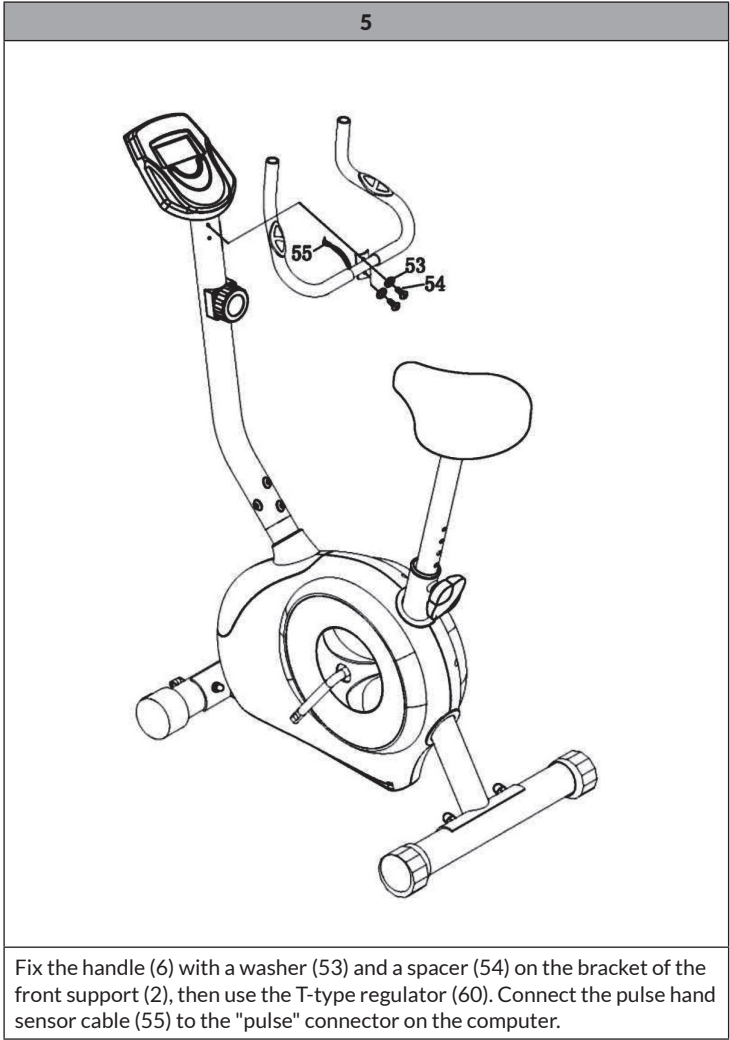
Place the holes on top of each other and secure this position with the adjustment knob (20).

The correct height of the saddle can only be made after it has been fully assembled.

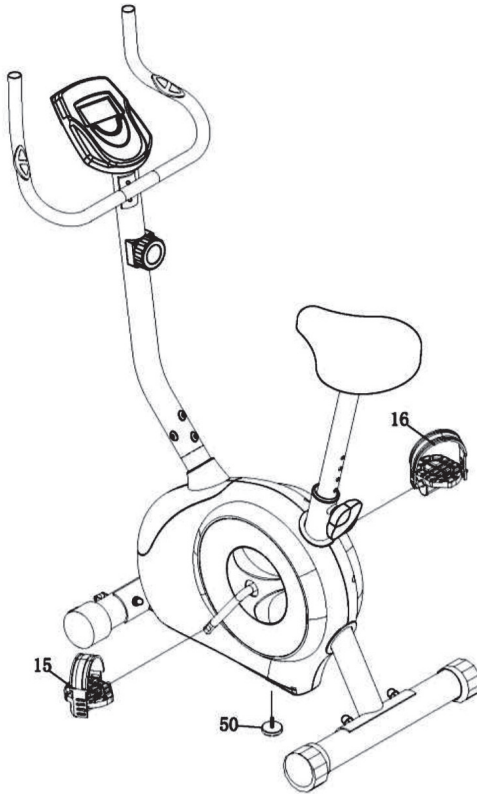
4



Connect the computer cable (42b) to the middle computer cable (42a). Then slide the computer (43) onto the holder and fasten it there with a screw (41).



6



A: Attach the left pedal strap to the left pedal (15) marked "L". Also do this on the right. Now attach the left (15) and right (16) pedals to the corresponding crank arms (28). The right pedal must be to your right when you are sitting on the trainer. Note that the right pedal is tightened clockwise and the left pedal anti-clockwise.

B: Finally, place the home trainer in the desired position. When it is in the right position, adjust the knob (50). Make sure that the pommel touches the floor and the trainer is stable. If you move the home trainer to a position, check the central knob (50) and adjust if necessary.

Important: Check that all screws and nuts are tight and have a secure fit before use.

TRAINING COMPUTER



Function keys

MODE	<ul style="list-style-type: none"> • Press to select presets for time, distance and calories. • Press to display the set value or after entering the value. • Press and hold for 2 sec. to reset all values except the odometer to 0. • (When you replace the battery, all values are reset to 0)
SET	<ul style="list-style-type: none"> • Use this to set the target time, distance and calories. Press and hold for 2 sec. to speed up the setting.
RESET	<ul style="list-style-type: none"> • Press to reset the functional values. • Press and hold for 2 sec. to reset all values except the odometer to 0. • (When you replace the battery, all values are reset to 0)

Functions and operation

Insert batteries: Please insert 2 AA 1.5 V batteries into the battery compartment on the back of the computer. NOTE: (When you replace the battery, all values are reset to 0)

Auto on/off: As soon as you start your training, the display automatically shows the training values. If you interrupt the training for 256 sec. the display switches off. But the exercise values are saved. If you continue your training, the values are added to the previous values.

Auto-Scanner: After the display turns on or the Mode button is pressed, the display shows all the values Time-Calories-Kilometres-Pulse-Speed-Distance. Each value is displayed for 6 sec.

Speed: Displays the current training speed from 0.0 to 99.9 KM/H or MPH.

Distance: Displays the distance that you have covered from 0.0 to 999.9. You can set a preset target distance using SET & MODE. Each keystroke increases the value by 0.1 km or m, each press of the button increases the value by 1 km or m at a distance over 100. During the training it will then count down from the preset distance.

Time: Counts the total time from 00:00 up to 99:59. You can set a preset target time using SET & MODE. Each press of the button increases the time by 1 minute. During the training, the time is counted down from the preset time.

Calories: Counts calories burned during exercise from 0 to max. 9999 calories. You can set a preset calorie target using SET & MODE. Each press of the button increases the value by 1 kcal up to 1000, each press of the button increases the value by 10 kcal for calories over 1000. During the workout, it then counts down from the preset calories.

Note: These data are only a rough guide and should not be used for medical treatment

Kilometre: Displays the total distance travelled from 0.0 to 999.9. Press the Mode button to display this value.

Pulse: This display shows you your heart rate in beats per minute during exercise.

Reset: Press and hold for 2 sec. to reset all values except the odometer to 0.

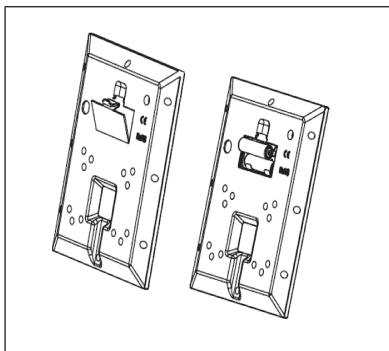
Important information about changing the batteries

- If the display is erratic, remove and reinsert the batteries and try again.
- Battery data: 1.5 V UM-3 or AA (2 pieces).
- Batteries must be removed and disposed of separately.

Battery change

If the display is not satisfactory, please replace batteries with new ones. You need two "AA". Always replace both batteries at the same time.

How to replace the batteries: Remove the battery cover on the back and then replace the batteries (see picture).



DISPOSAL CONSIDERATIONS



If there is a legal regulation in your country regarding the disposal of electrical and electronic equipment, this symbol on the product or on the packaging indicates that this product must not be disposed of with household waste. Instead, it must be taken to a collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By disposing of this product in accordance with the regulations, you protect the environment and the health of those around you from negative consequences. For information on recycling and disposal of this product, contact your local government or household waste disposal service.

This product contains batteries. If there is a legal regulation in your country regarding the disposal of batteries, the batteries must not be disposed of in household waste. Consult your local regulations for the disposal of batteries. By disposing of this product in accordance with the regulations, you protect the environment and the health of those around you from negative consequences.

MANUFACTURER & IMPORTER (UK)

Manufacturer:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Germany.

Importer for Great Britain:

Berlin Brands Group UK Ltd
PO Box 1145
Oxford, OX1 9UW
United Kingdom

Cher client, chère cliente,

Toutes nos félicitations pour l'acquisition de ce nouvel appareil. Lisez attentivement les indications suivantes et suivez-les pour éviter d'éventuels dommages. Nous ne saurions être tenus pour responsables des dommages dus au non-respect des consignes et à la mauvaise utilisation de l'appareil. Scannez le QR-Code pour obtenir la dernière version du mode d'emploi ainsi que d'autres informations concernant le produit.



SOMMAIRE

Consignes de sécurité 38
Avant l'assemblage 40
Assemblage 41
Ordinateur d'entraînement 48
Informations sur le recyclage 51
Fabricant et importateur (GB) 51

FICHE TECHNIQUE

Numéro d'article	10009109, 10022293
Alimentation (de l'ordinateur)	piles AA

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Avant d'utiliser l'appareil, lisez attentivement et intégralement le mode d'emploi et conservez-le en lieu sûr pour vous y référer ultérieurement. Les caractéristiques du produit peuvent différer légèrement de celles présentées dans les illustrations. Des modifications peuvent être apportées par le fabricant sans notification.

- Conservez le mode d'emploi en lieu sûr afin de pouvoir y accéder à tout moment.
- Ne montez pas l'appareil avant d'avoir lu entièrement le mode d'emploi. La sécurité et l'efficacité de l'appareil ne peuvent être garanties que s'il a été correctement assemblé et s'il est correctement entretenu et utilisé. Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les utilisateurs de l'appareil sont informés des avertissements et des précautions à prendre.
- L'appareil doit être placé sur une surface stable et droite pour être utilisé en toute sécurité. Protégez le sol avec un tapis. N'utilisez pas l'appareil dans des environnements humides, tels que des piscines, etc. La distance de sécurité autour de l'appareil doit être d'au moins 0,6 mètre.
- Avant d'utiliser les programmes d'exercices, il est essentiel que vous consultiez un médecin pour déterminer si vous avez des problèmes physiques ou de santé qui pourraient présenter un risque pour votre santé et votre sécurité en utilisant la machine ou vous empêcher de l'utiliser correctement. L'avis de votre médecin est essentiel si vous prenez des médicaments qui affectent votre pouls, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol.
- Prêtez attention aux signaux de votre corps. Un entraînement inadapté ou excessif peut nuire à votre santé. Arrêtez de faire de l'exercice si l'un des symptômes suivants se manifeste : douleur, oppression dans la poitrine, rythme cardiaque irrégulier, essoufflement extrême, vertiges ou nausées. Si vous présentez l'un de ces symptômes, consultez un médecin avant de poursuivre votre entraînement.
- Ne faites pas d'exercice directement après les repas.
- L'appareil ne doit être monté que par des adultes. Tenez les enfants et les animaux domestiques à distance de l'appareil.
- L'appareil ne doit être utilisé que dans un environnement domestique.
- L'appareil n'est pas adapté à une utilisation thérapeutique. Il ne peut être utilisé que pour les exercices indiqués dans les instructions.
- Portez des vêtements et des chaussures d'exercice adéquats lorsque vous utilisez l'appareil. Évitez les vêtements amples qui pourraient s'accrocher à l'appareil et limiter vos mouvements.
- Gardez le dos droit pendant l'exercice.

- Avant chaque utilisation de la machine, vérifiez que les poignées, la selle, les écrous et les boulons ont été correctement serrés.
- Respectez la position maximale des pièces réglables de l'appareil et ne dépassez pas le repère « Stop » car cela créerait un risque.
- N'utilisez l'appareil que comme indiqué. Si vous remarquez des pièces défectueuses lors du montage ou de l'inspection, ou si vous entendez des bruits étranges provenant de l'appareil pendant son utilisation, arrêtez immédiatement de l'utiliser. N'utilisez plus l'appareil tant que le problème n'a pas été corrigé.
- Faites attention lorsque vous soulevez ou déplacez l'appareil afin de ne pas vous blesser le dos. Utilisez toujours des techniques de levage respectueuses du dos et demandez l'aide d'une autre personne si nécessaire.
- Toutes les pièces mobiles de l'appareil (par exemple, les pédales, les poignées, la selle... etc.) doivent être entretenues chaque semaine. Vérifiez-les avant chaque utilisation. Si quelque chose est cassé ou desserré, réparez ou fixez immédiatement la partie concernée. Ne continuez pas à utiliser l'appareil avant de l'avoir remis dans son état initial.
- Éloignez le cordon d'alimentation des sources de chaleur.
- N'insérez pas d'objets dans les ouvertures de l'appareil.
- Éteignez l'appareil et débranchez la fiche avant de le déplacer ou de le nettoyer. Pour le nettoyage, frottez les surfaces avec un détergent doux et un chiffon humide. N'utilisez en aucun cas des solvants.
- N'utilisez pas l'appareil dans des endroits où la température n'est pas contrôlée, comme les garages, les vérandas, les salles de bains, les abris pour voitures ou à l'extérieur.
- N'utilisez l'appareil que comme décrit dans ce mode d'emploi.
- Une réparation incorrecte et des modifications structurelles (par exemple, le retrait ou le remplacement de pièces d'origine) peuvent mettre en danger l'utilisateur de l'appareil.
- Le volant d'inertie devient très chaud pendant l'utilisation.
- Activez le verrouillage des touches lorsque vous n'utilisez pas l'appareil.
- Les enfants à partir de 8 ans et les personnes souffrant de handicaps mentaux, sensoriels et physiques ne peuvent utiliser l'appareil que s'ils ont été parfaitement familiarisés avec les fonctions et les précautions de sécurité par une personne responsable.
- Veillez à ce que les enfants ne jouent pas avec l'appareil.
- Vérifiez la tension indiquée sur la plaque signalétique avant utilisation. Connectez l'appareil uniquement à des prises qui correspondent à sa tension.

Remarque : poids maximal de l'utilisateur : 100 kg.

AVANT L'ASSEMBLAGE

Ouverture de l'emballage

Vérifiez que toutes les pièces sont présentes. Pour ce faire, prenez la liste des pièces et vérifiez les quantités de chaque pièce.

Préparation des outils

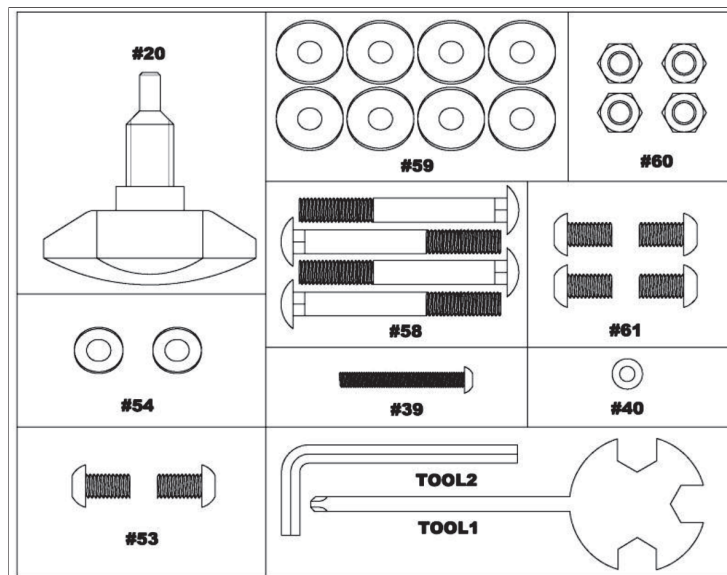
Ayez les outils nécessaires à portée de main avant de commencer le montage. Cela permet de gagner du temps et garantit un montage plus simple et plus rapide.

Gardez la surface de travail libre

Assurez-vous d'avoir suffisamment d'espace autour de vous pour le montage. Retirez tous les objets qui pourraient vous blesser. Après le montage complet, vérifiez qu'il y a suffisamment de place pour utiliser l'appareil.

Liste de pièces

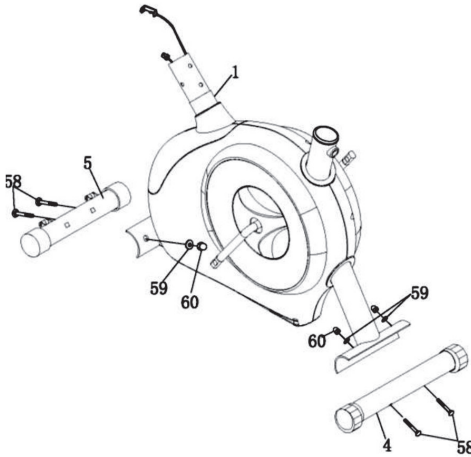
Pour votre confort, nous avons établi une liste de pièces. Tous les composants et leur nombre sont indiqués. Cette liste vous aidera à identifier les pièces inconnues. S'il manque des pièces, contactez le service clientèle.



N°	Description	Qté	N°	Description	Qté
20	Régulateur de position de siège M16*19	1	59	Rondelle courbée ID8.2*OD22.2	8
39	Vis de réglage de la résistance	1	60	Entretoise	4
40	Rondelle pour le réglage de la résistance	1	61	Vis de retenue M8*70	4
53	Régulateur de type T M8*45	2	62	Clé Allen	1
54	Écrou de sécurité	2	63	Clé Allen	1
58	Rondelle ID8.2*OD16.8	4			

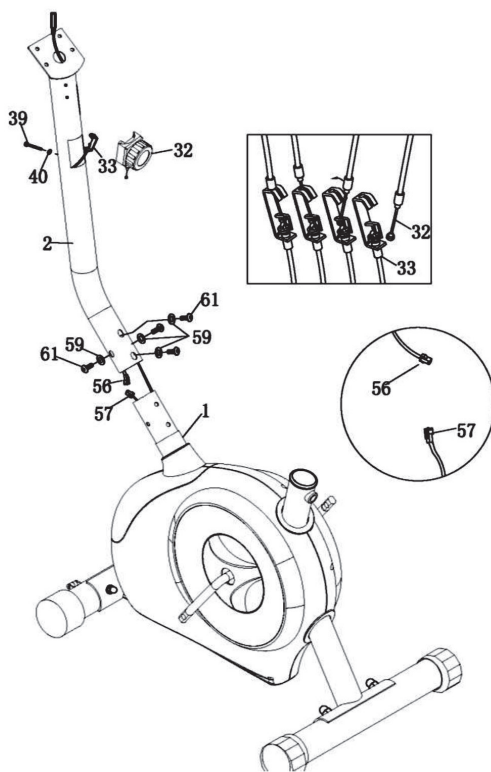
ASSEMBLAGE

1



Fixez le pied avant (5) au corps principal (1) à l'aide des vis de retenue (58) avec rondelles courbes (59) et écrous borgnes (60).

Fixez le pied arrière (4) au corps principal (1) à l'aide des vis de retenue (58) avec rondelles courbes (59) et écrous borgnes (60).



Prenez le support avant (2) et connectez le câble d'ordinateur central (56) au câble d'ordinateur inférieur (57). Fixez le support (2) au cadre principal (1) à l'aide de 4 vis Allen (61) et de rondelles courbées (59).

Sortez le câble de rallonge (33) par le trou supérieur du support (2).

Raccordez le câble de rallonge (33) au régulateur de résistance (32) dans le sens de la flèche. Fixez ensuite le régulateur de résistance avec la rondelle (40) et la vis (39).

Comment retirer la rallonge du support avant :

Figure 1 : Prenez le câble inférieur de l'ordinateur et le câble rallonge.

Figure 2 : Connectez le câble central de l'ordinateur à celui du bas.

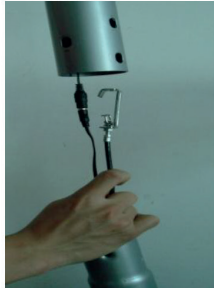
Figure 3 : Retirez le câble de la résistance à l'avant du support.

Figures 4 et 5 : Connectez le câble à l'arrière du régulateur de résistance en insérant l'extrémité du câble dans la pince à l'extrémité du câble de résistance inférieur. Ensuite, tirez celui-ci vers le haut et insérez l'extrémité du câble extérieur dans l'attache en U. Veuillez noter qu'à ce stade, vous devrez peut-être tirer avec force le support vers le haut pour augmenter la longueur du câble.

Figures 6 et 7 : Fixez le boîtier du régulateur de résistance sur le support avant à l'aide de la vis.



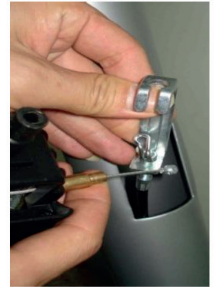
1



2



3



4



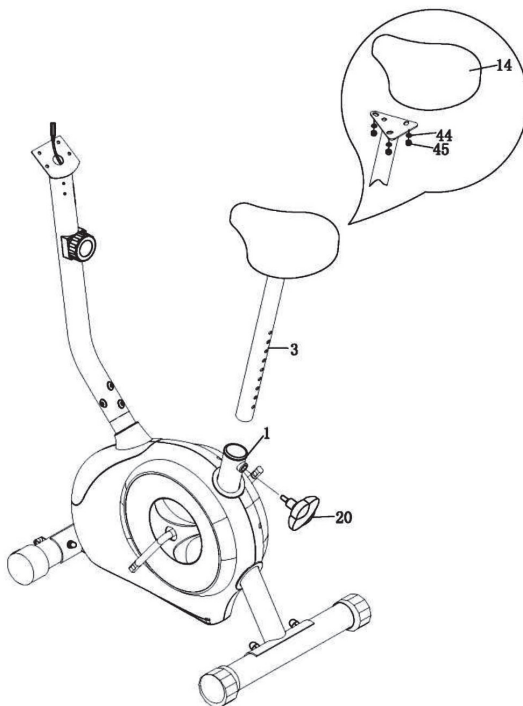
5



6



7

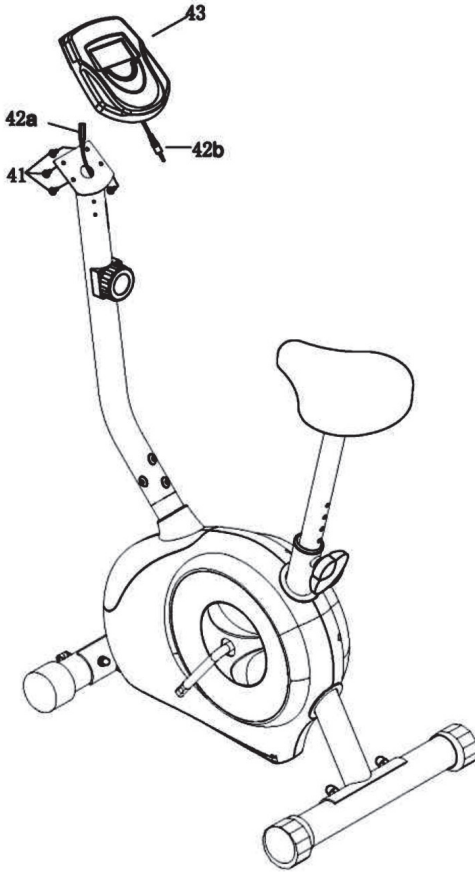


Pour fixer la selle (14), retournez la selle (14), fixez la tige de selle (3) avec 3 rondelles élastiques (44) et un écrou de blocage (45), puis insérez la tige de selle dans le cadre principal (1).

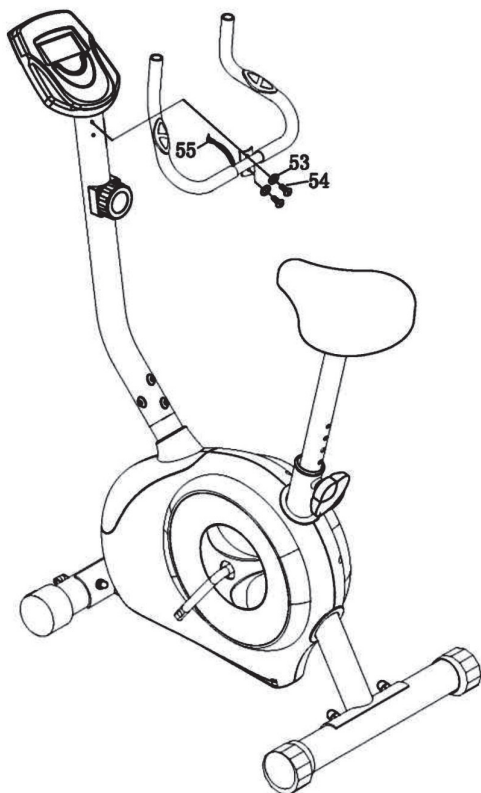
Faites se chevaucher les trous et sécurisez cette position à l'aide du bouton de réglage (20).

La hauteur correcte de la selle ne peut être obtenue qu'après l'assemblage complet.

4

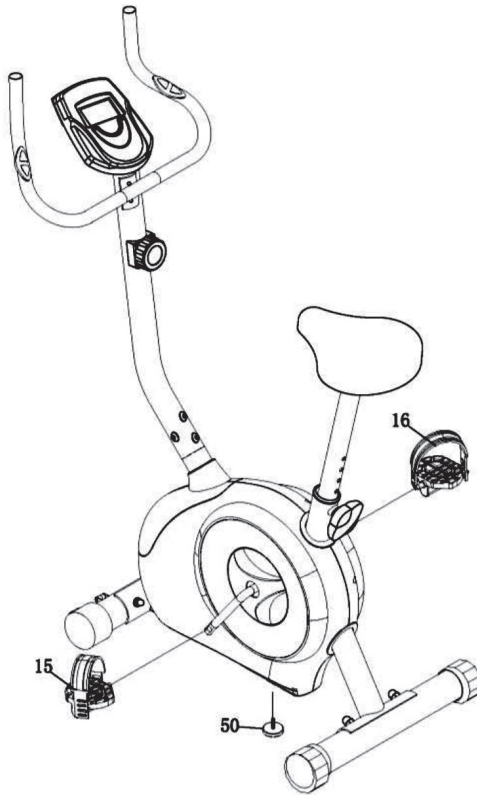


Connectez le câble de la console (42b) au câble central de l'ordinateur (42a).
Faites ensuite glisser l'ordinateur (43) sur le support, puis fixez-le avec une vis (41).



Fixez la poignée (6) avec une rondelle (53) et une entretoise (54) sur la pince du support avant (2), puis utilisez le régulateur de type T (60). Raccordez le câble du capteur manuel de pulsation (55) à la prise « pulse » de l'ordinateur.

6



A : Fixez la courroie de pédale gauche à la pédale gauche (15) marquée « L ». Faites de même à droite. Fixez maintenant les pédales gauche (15) et droite (16) sur les bras de manivelle correspondants (28). La pédale de droite doit être à votre droite lorsque vous êtes assis sur le vélo d'entraînement. Notez que la pédale droite doit être serrée dans le sens des aiguilles d'une montre et la pédale gauche dans le sens inverse.

B : Enfin, placez le vélo d'appartement dans la position souhaitée. Lorsqu'il est correctement positionné, réglez le bouton rotatif (50). Assurez-vous que le bouton touche le sol et que le vélo est stable. Si vous placez le vélo d'appartement dans une position, vérifiez le bouton central (50) et réglez-le si nécessaire.

Important : vérifiez que toutes les vis et tous les écrous sont bien serrés et sécurisés avant de les utiliser.

ORDINATEUR D'ENTRAÎNEMENT



Touches de fonction

MODE	<ul style="list-style-type: none"> • Appuyez sur cette touche pour effectuer des préréglages de temps, de distance et de calories. • Appuyez pour afficher la valeur définie ou après avoir saisi la valeur. • Maintenez cette touche pendant 2 secondes pour remettre à zéro toutes les valeurs, à l'exception du compteur kilométrique. • Lorsque vous remplacez la pile, toutes les valeurs sont remises à 0
SET	<ul style="list-style-type: none"> • Utilisez cette fonction pour définir le temps, la distance et les calories cibles. Maintenez la touche pendant 2 secondes pour accélérer le réglage.
RESET	<ul style="list-style-type: none"> • Appuyez sur cette touche pour réinitialiser les valeurs de la fonction. • Maintenez cette touche pendant 2 secondes pour remettre à zéro toutes les valeurs, à l'exception du compteur kilométrique. • Lorsque vous remplacez la pile, toutes les valeurs sont remises à 0

Fonctions et utilisation

Insertion des piles : Veuillez insérer 2 piles AA 1,5 V dans le compartiment à piles situé à l'arrière de l'ordinateur. **REMARQUE :** Lorsque vous remplacez la pile, toutes les valeurs sont remises à 0

Marche/arrêt auto : Dès que vous commencez votre entraînement, l'écran affiche automatiquement les valeurs d'entraînement. Si vous interrompez l'entraînement pendant 256 secondes, l'écran s'éteint. Cependant, les valeurs d'entraînement sont sauvegardées. Lorsque vous poursuivez l'exercice, les valeurs s'ajoutent aux valeurs précédentes.

Scanner auto : Une fois que l'écran s'allume ou que vous appuyez sur la touche Mode, l'écran affiche toutes les valeurs Temps-Calories-Kilomètres-Pulsations-Vitesse-Distance. Chaque valeur est affichée pendant 6 secondes.

Vitesse : Affiche la vitesse d'entraînement instantanée de 0,0 à 99,9 KM/H ou MPH.

Distance : Cumule la distance parcourue de 0,0 à 999,9. Vous pouvez définir une distance cible prédéfinie à l'aide de SET & MODE. Chaque pression sur la touche augmente la valeur de 0,1 KM ou M, chaque pression sur la touche augmente la valeur de 1 KM ou M à une distance supérieure à 100. Pendant l'entraînement, le compte se fait alors à rebours à partir de la distance prédéfinie.

Durée : Compte le temps total de 00:00 à 99:59. Vous pouvez définir une durée cible prédéfinie en utilisant SET & MODE. Chaque pression sur le bouton augmente la durée d'une minute. Pendant l'entraînement, le temps est décompté à partir de la durée programmée.

Calories : Compte les calories brûlées pendant l'exercice de 0 à 9999 calories maximum. Vous pouvez définir un objectif calorique prédéfini à l'aide de SET & MODE. Chaque pression sur la touche augmente la valeur de 1 kcal jusqu'à 1000, Chaque pression sur la touche augmente la valeur de 10 kcal pour les calories supérieures à 1000. Pendant l'entraînement, l'ordinateur compte à rebours à partir des calories programmées.

Remarque : Ces données ne sont qu'un guide approximatif et ne doivent pas être utilisées à des fins médicales

Kilomètres : affiche la distance totale parcourue de 0,0 à 999,9. Appuyez sur la touche Mode pour afficher cette valeur.

Pulsations : Cet écran vous indique votre fréquence cardiaque en battements par minute pendant l'exercice.

Réinitialisation : Maintenez cette touche pendant 2 secondes pour remettre à zéro toutes les valeurs, à l'exception du compteur kilométrique.

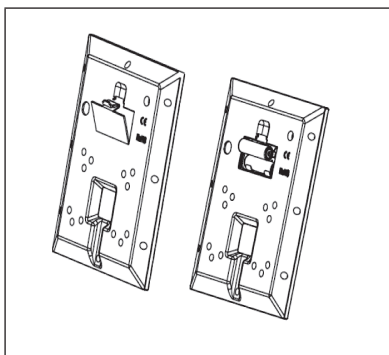
Remarques importantes sur le remplacement des piles

- Si l'écran est défectueux, retirez les piles, réinsérez-les et réessayez.
- Caractéristiques des piles : 1,5 V UM-3 ou AA (2 piles).
- Les piles doivent être retirées avant la mise au rebut de l'appareil et éliminées séparément.

Remplacement des piles

Si l'affichage n'est pas satisfaisant, veuillez remplacer les piles par des piles neuves. Vous avez besoin de deux « AA ». Remplacez toujours les deux piles en même temps.

Comment remplacer les piles : Retirez le couvercle du compartiment à piles à l'arrière, puis remplacez les piles (voir l'image).



INFORMATIONS SUR LE RECYCLAGE



Si la mise en rebut des appareils électriques et électroniques est réglementée dans votre pays, ce symbole sur le produit ou sur l'emballage indique qu'il ne doit pas être éliminé avec les ordures ménagères. Vous devez l'acheminer vers un point de collecte pour le recyclage des appareils électriques et électroniques. En respectant des règles de recyclage, vous protégez l'environnement et la santé de vos semblables des conséquences négatives. Pour plus d'informations sur le recyclage et l'élimination de ce produit, contactez votre autorité locale ou votre service d'élimination des déchets ménagers.

Ce produit contient des batteries. S'il existe une réglementation légale pour l'élimination des batteries dans votre pays, ne les jetez pas avec les ordures ménagères. Renseignez-vous sur les réglementations locales concernant la mise au rebut des batteries. En respectant des règles de recyclage, vous protégez l'environnement et la santé de vos semblables des conséquences négatives.

FABRICANT ET IMPORTATEUR (GB)

Fabricant :

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Allemagne.

Importateur pour la Grande Bretagne :

Berlin Brands Group UK Ltd
PO Box 1145
Oxford, OX1 9UW
United Kingdom

Estimado cliente:

Le felicitamos por la adquisición de este producto. Lea atentamente el siguiente manual y siga cuidadosamente las instrucciones de uso con el fin de evitar posibles daños. La empresa no se responsabiliza de los daños ocasionados por un uso indebido del producto o por haber desatendido las indicaciones de seguridad. Escanee el siguiente código QR para obtener acceso al manual de usuario más reciente y otra información sobre el producto.



ÍNDICE

Indicaciones de seguridad	54
Antes del montaje	56
Montaje	57
Ordenador de entrenamiento	64
Indicaciones sobre la retirada del aparato	67
Fabricante e importador (Reino Unido)	67

DATOS TÉCNICOS

Número de artículo	10009109, 10022293
Suministro eléctrico (Ordenador)	Baterías AA

INDICACIONES DE SEGURIDAD

Lea atentamente el manual de instrucciones antes de utilizar el aparato y guárdelo para un futuro uso. Las características del producto pueden diferir ligeramente de las mostradas en las ilustraciones. El fabricante puede realizar cambios sin previo aviso.

- Guarde las instrucciones de uso en un lugar seguro para poder acceder a ellas en cualquier momento.
- No monte el aparato hasta haber leído completamente las instrucciones de uso. La seguridad y la eficacia del aparato sólo pueden garantizarse si el aparato ha sido montado correctamente y se mantiene y utiliza adecuadamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios del aparato estén informados de las advertencias y precauciones.
- La unidad debe ser colocada en una superficie estable y lisa para ser utilizada con seguridad. Proteja el suelo con una alfombra. No utilice la unidad en ambientes húmedos, como piscinas, etc. La distancia de seguridad alrededor de la unidad debe ser de al menos 0,6 metros.
- Antes de utilizar los programas de ejercicios, es esencial que consulte a un médico para determinar si tiene algún problema físico o de salud que pueda suponer un riesgo para su salud y seguridad al utilizar la máquina que le impida utilizarla correctamente. El consejo de su médico es vital si está tomando medicamentos que afectan a su pulso, su presión arterial o sus niveles de colesterol.
- Preste atención a las señales de su cuerpo. Un entrenamiento incorrecto o excesivo puede ser perjudicial para su salud. Deje de hacer ejercicio si se presenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos irregulares del corazón, dificultad extrema para respirar, mareos o náuseas. Si padece alguna de estas afecciones, debes consultar a un médico antes de continuar con tu entrenamiento.
- No haga ejercicio directamente después de las comidas.
- El aparato sólo puede ser montado por adultos. Mantenga a los niños y mascotas lejos del dispositivo.
- El aparato sólo puede utilizarse en áreas domésticas.
- El dispositivo no es adecuado para uso terapéutico. Sólo puede utilizarse para los ejercicios indicados en las instrucciones.
- Lleve ropa y calzado adecuado para hacer ejercicio cuando utilice la máquina. Evite la ropa suelta, ya que puede quedar atrapada en la unidad, o la ropa que pueda restringir su movimiento.
- Mantenga la espalda recta durante el ejercicio.

- Antes de cada uso de la máquina, compruebe que las asas, el sillín, las tuercas y los tornillos están bien apretados.
- Observe la posición máxima de las partes ajustables de la unidad y no sobrepase la marca de "Stop", ya que esto crearía un riesgo.
- Utilice la unidad sólo como se muestra. Si observa alguna pieza defectuosa durante el montaje o la inspección, o si oye ruidos extraños procedentes del aparato durante su uso, deje de utilizarlo inmediatamente. No vuelva a utilizar la unidad hasta que se haya corregido el problema.
- Tenga cuidado al levantar o mover la unidad para no lesionarse la espalda. Utiliza siempre técnicas de levantamiento respetuosas con la espalda y busca la ayuda de otra persona si es necesario.
- Todas las partes móviles del aparato (por ejemplo, los pedales, las empuñaduras, el sillín... etc.) deben ser revisadas semanalmente. Compruébelo antes de cada uso. Si algo se rompe o se afloja, repare o arregle la parte correspondiente inmediatamente. No continúe utilizando la unidad hasta que la haya restaurado a un buen estado inicial.
- Mantenga el cable de alimentación alejado de fuentes de calor.
- No introduzca ningún objeto en las aberturas de la unidad.
- Apague el aparato completamente antes de conectar o desconectar el enchufe de la toma de corriente. Para limpiarlo, frote las superficies con un detergente suave y un paño húmedo. No utilice disolventes en ningún caso.
- No utilice la unidad en lugares que no tengan la temperatura controlada, como garajes, galerías, baños, cocheras o al aire libre.
- Utilice el aparato exclusivamente como se describe en este manual de instrucciones.
- Las reparaciones incorrectas y las modificaciones estructurales (por ejemplo, la retirada o la sustitución de piezas originales) pueden poner en peligro al usuario de la unidad.
- El volante se calienta mucho durante el uso.
- Active el bloqueo de teclas cuando no utilice el aparato.
- Los niños mayores de 8 años y las personas con discapacidad física o psíquica, o con falta de experiencia y conocimientos pueden utilizar el aparato si han sido previamente instruidos por su tutor o supervisor sobre el funcionamiento del mismo y conocen las funciones y las indicaciones de seguridad.
- No permita que los niños jueguen con el aparato.
- Compruebe el voltaje en la placa de características antes de utilizarlo. Conecte el aparato a tomas de corriente que se adecuen a su tensión.

Nota: peso máximo del usuario: 100 kg.

ANTES DEL MONTAJE

Abrir el embalaje

Compruebe que todas las piezas de la lista se hayan suministrado. Para ello, consulte la lista de piezas y compruebe el número de piezas individuales.

Preparar las herramientas

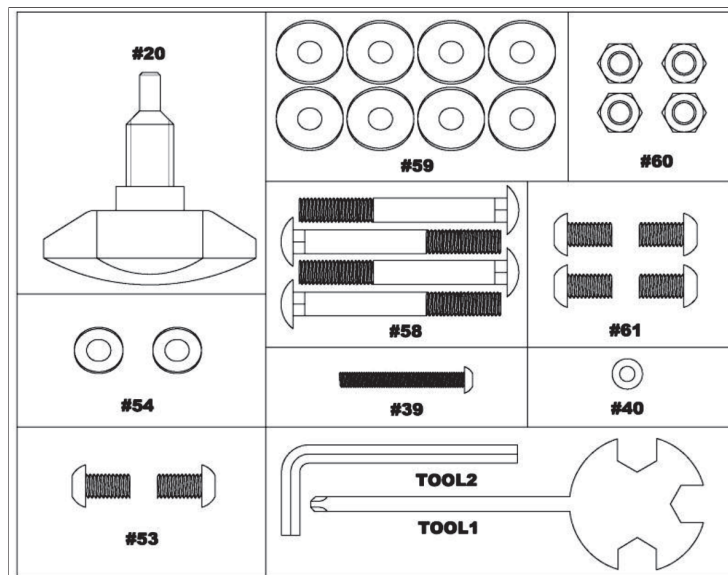
Tenga a mano las herramientas necesarias antes de comenzar el montaje. Esto ahorra tiempo y garantiza una configuración más fácil y rápida.

Mantener libre la superficie de trabajo

Asegúrese de tener suficiente espacio a su alrededor para el montaje. Retire todos los objetos sobre los que pueda lesionarse dado el caso. Tras completar el montaje, compruebe que haya espacio suficiente para el uso.

Lista de piezas

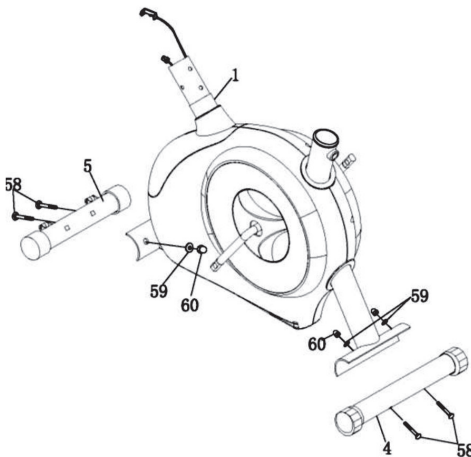
Para su comodidad, hemos elaborado una lista de piezas. Se enumeran todos los componentes y su cantidad. Esta lista le ayudará a identificar las partes que desconozca. Si falta alguna pieza, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente.



Núm.	Descripción	Uds.	Núm.	Descripción	Uds.
20	Regulador de la posición del asiento M16*19	1	59	Arandela curva ID8.2 x OD22.2	8
39	Tornillo para el regulador de resistencia	1	60	Separador	4
40	Arandela para el regulador de resistencia	1	61	Tornillo de sujeción M8*70	4
53	Regulador tipo T M8*45	2	62	Llave Allen	1
54	Tuerca de seguridad	2	63	Llave Allen	1
58	Arandela ID8.2*OD16.8	4			

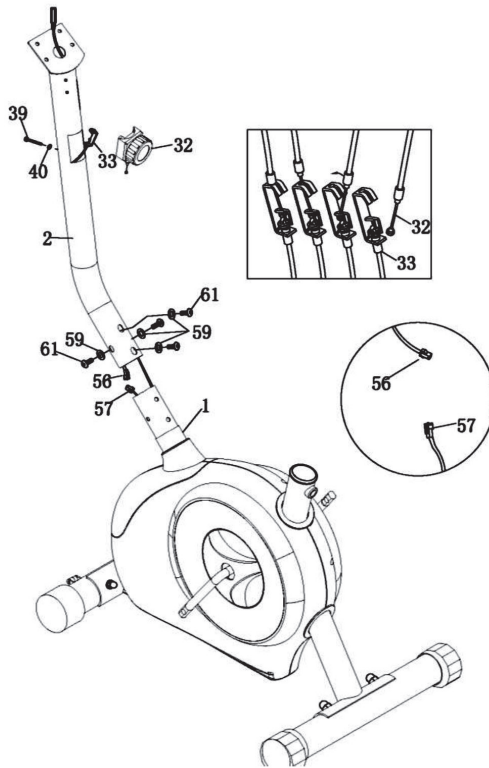
MONTAJE

1



Fije la base delantera (5) a la estructura principal (1) mediante 2 tornillos de sujeción (58) con arandelas curvas (59) y tuercas de sombrerete (60).

Fije la base delantera (4) a la estructura principal (1) mediante 2 tornillos de sujeción (58) con arandelas curvas (59) y tuercas de sombrerete (60).



Tome el soporte delantero (2) y conecte el cable central del ordenador (56) al cable inferior del ordenador (57). Fije el soporte (2) a la estructura principal (1) con 4 tornillos allen (61) y arandelas curvadas (59).

Saque el cable alargador (33) del orificio superior del soporte (2).

Conecte el cable alargador (33) al regulador de resistencia (32) en la dirección de la flecha. A continuación, fije los reguladores de resistencia con la arandela (40) y el tornillo (39).

Cómo sacar el cable alargador del soporte delantero:

Imagen 1: tome el cable inferior del ordenador y el cable alargador.

Imagen 2: conecte el cable central de ordenador al inferior.

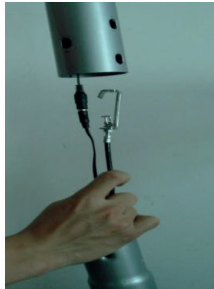
Imagen 3: saque el cable de resistencia de la parte delantera del soporte.

Imagen 4 y 5: conecte el cable a la parte trasera del regulador de resistencia introduciendo el extremo del cable en el clip situado en el extremo del cable inferior de resistencia. A continuación, tire de él e introduzca el extremo del cable exterior en el clip en forma de U. Tenga en cuenta que en esta fase puede ser necesario tirar del soporte hacia arriba con fuerza para aumentar la longitud del cable.

Imagen 6 y 7: fije la carcasa del regulador de resistencia al soporte delantero con el tornillo.



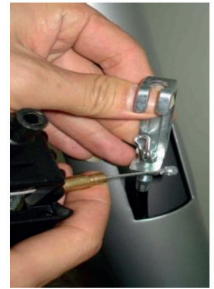
1



2



3



4



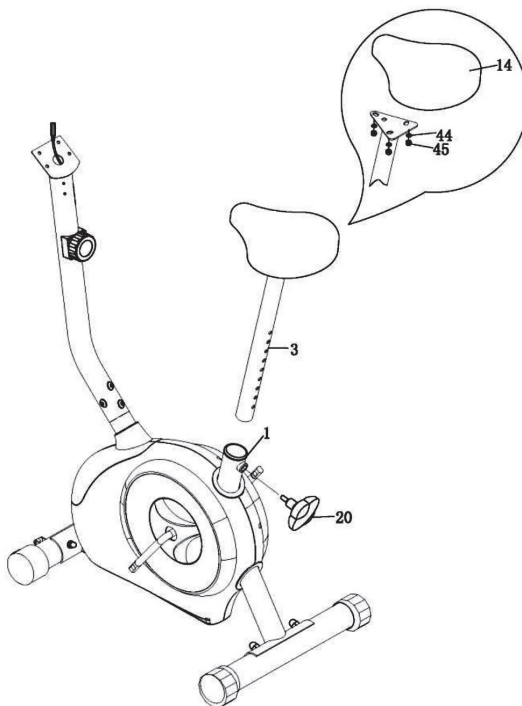
5



6



7

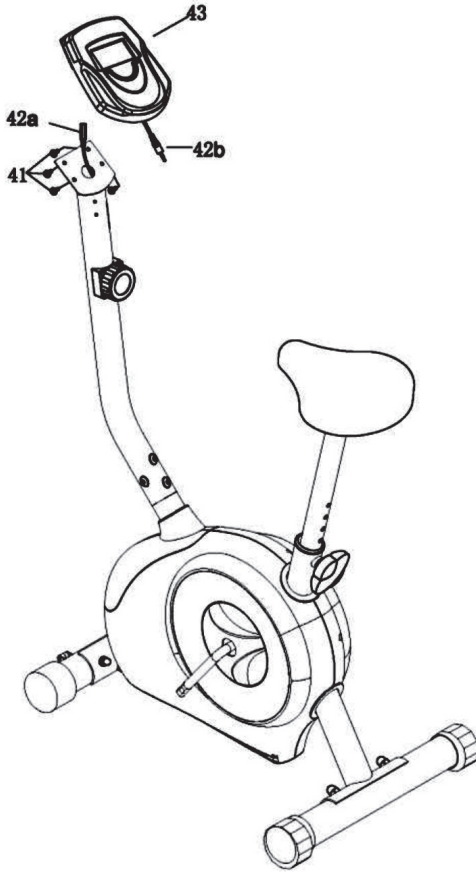


Para fijar el sillín (14), gire el sillín (14), fije la tija de sillín (3) con 3 arandelas elásticas (44) y una contratuerca (45) y, a continuación, deslice la tija de sillín por la estructura principal (1).

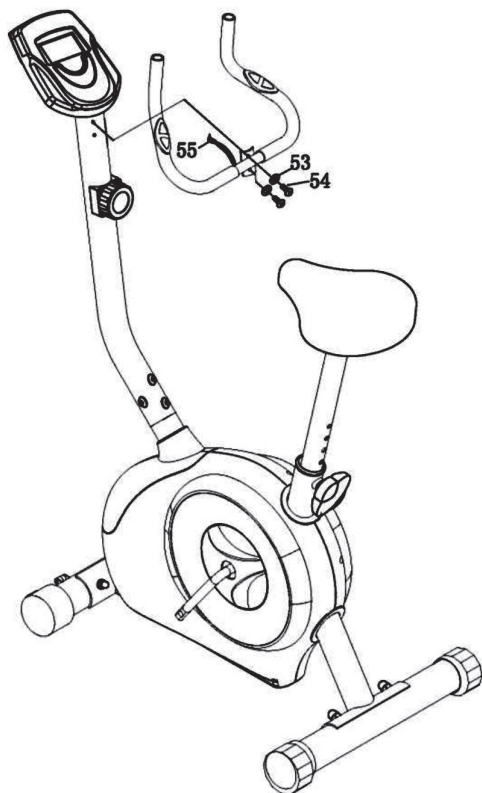
Superponga los orificios y asegure esta posición con el pin de ajuste (20).

La altura correcta del sillín solo puede hacerse después de que esté completamente montada.

4

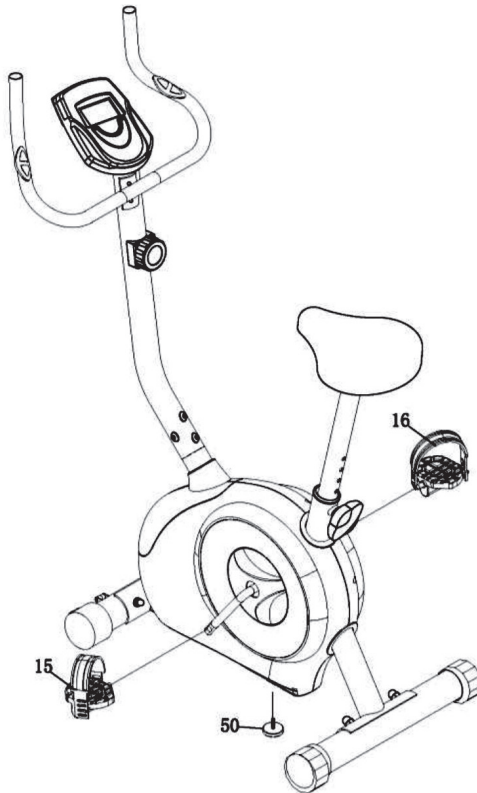


Conecte el cable del ordenador (42b) al cable central del ordenador (42a).
Deslice el ordenador (43) por el soporte y fíjelo con un tornillo (41).



Fije la agarradera (6) con una arandela (53) y un espaciador (54) en la abrazadera del soporte delantero (2); luego utilice el regulador tipo T (60). Conecte el cable del pulsómetro (55) al conector "pulse" del ordenador.

6



A: Coloque la correa del pedal izquierdo en el pedal izquierdo (15) marcado como "L". Repita el proceso para el lado derecho. Ahora fije los pedales izquierdo (15) y derecho (16) a las bielas correspondientes (28). El pedal derecho debe estar a su derecha cuando se sienta en el aparato de entrenamiento. Observe que el pedal derecho se aprieta en el sentido de las agujas del reloj y el izquierdo, en sentido contrario.

B: Por último, coloque la bicicleta estática en la posición deseada. Cuando esté en la posición correcta, ajuste el pomo (50). Asegúrese de que el pomo toque el suelo y de que la bicicleta esté estable. Si mueve la bicicleta estática a una posición, compruebe el pomo central (50) y ajústelo si es necesario.

Importante:
compruebe que todos los tornillos y tuercas estén bien apretados y seguros antes de usarlos.

ORDENADOR DE ENTRENAMIENTO



Teclas de control

MODE	<ul style="list-style-type: none"> • Pulse para realizar preajustes de tiempo, distancia y calorías. • Pulse para visualizar el valor ajustado o después de introducir el valor. • Mantenga pulsada la tecla durante 2 segundos para poner a cero todos los valores excepto el cuentakilómetros. • Cuando se sustituye la batería, todos los valores se ponen a 0.
SET	<ul style="list-style-type: none"> • Utilice esta opción para establecer el tiempo, la distancia y las calorías objetivo. Mantenga pulsado durante 2 segundos para acelerar el ajuste.
RESET	<ul style="list-style-type: none"> • Pulse para restablecer los valores de la función. • Mantenga pulsada la tecla durante 2 segundos para poner a cero todos los valores excepto el cuentakilómetros. • Cuando se sustituye la batería, todos los valores se ponen a 0.

Funcionamiento y manejo

Introducir las pilas: por favor, introduzca 2 pilas AA de 1,5 V en el compartimento de pilas de la parte trasera del ordenador. **AVISO:** cuando se sustituye la batería, todos los valores se ponen a 0.

Apagado/encendido automático: en cuanto se inicia el entrenamiento, la pantalla muestra automáticamente los valores de entrenamiento. Si interrumpe el entrenamiento durante 256 segundos, la pantalla se apaga. Sin embargo, los valores de entrenamiento se guardan. Si continúa su entrenamiento, los valores se suman a los anteriores.

Lectura automática: Tras el encendido de la pantalla o pulsar el botón Mode, la pantalla muestra todos los valores Tiempo-Calorías-Kilómetros-Pulso-Velocidad-Distancia. Cada valor se muestra durante 6 segundos.

Velocidad: muestra la velocidad de entrenamiento actual de 0,0 a 99,9 KM/H o MPH.

Distancia: añade la distancia recorrida de 0,0 a 999,9. Puede establecer una distancia objetivo preestablecida utilizando SET & MODE. Cada vez que pulse la tecla aumenta el valor en 0,1 KM o M si la distancia es inferior a 100. Durante el entrenamiento, la distancia se cuenta hacia abajo desde la distancia preestablecida.

Tiempo: cuenta el tiempo total desde las 00:00 hasta las 99:59. Puede establecer un tiempo objetivo preestablecido utilizando SET & MODE. Cada pulsación del botón aumenta el tiempo en 1 minuto. Durante el entrenamiento, el tiempo se cuenta hacia atrás a partir de la hora preestablecida.

Calorías: cuenta las calorías quemadas durante el ejercicio desde 0 hasta un máximo de 9999 calorías. Puede establecer un objetivo de calorías preestablecido utilizando SET & MODE. Cada vez que pulse el botón aumenta el valor en 1 kcal hasta 1000. Cada vez que pulse botón aumenta el valor en 10 kcal para las calorías superiores a 1000. Durante el entrenamiento, realiza una cuenta atrás a partir de las calorías preestablecidas.

Nota: estos datos son solo una guía aproximada y no deben usarse para tratamientos médicos.

Kilómetros: muestra la distancia total recorrida de 0,0 a 999,9. Pulse el botón de modo para mostrar este valor.

Pulso: esta pantalla le muestra su ritmo cardíaco en pulsaciones por minuto durante el ejercicio.

Restablecer: mantenga pulsada la tecla durante 2 segundos para poner a cero todos los valores excepto el cuentakilómetros.

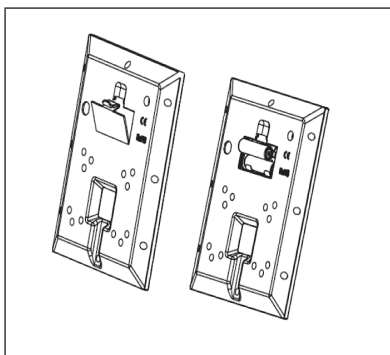
Indicaciones importantes sobre el cambio de las baterías

- Si la pantalla no funciona correctamente, retire las pilas, vuelva a colocarlas y pruebe otra vez.
- Datos de las baterías: 1,5 V UM-3 o AA (2 unidades).
- Las baterías deben ser retiradas antes de eliminar el aparato y ser desechadas por separado.

Cambio de batería

Si la visualización no es satisfactoria, sustituya las baterías por otras nuevas. Necesita dos "AA". Cambie siempre las dos baterías al mismo tiempo.

Cómo cambiar las baterías: retire la tapa de las baterías situada en la parte trasera y luego reemplácelas (ver imagen).



INDICACIONES SOBRE LA RETIRADA DEL APARATO



Si en su país existe una disposición legal relativa a la eliminación de aparatos eléctricos y electrónicos, este símbolo estampado en el producto o en el embalaje advierte de que no debe eliminarse como residuo doméstico. En lugar de ello, debe depositarse en un punto de recogida de reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos. Una retirada de aparatos conforme a las leyes contribuye a proteger el medio ambiente y a las personas a su alrededor frente a posibles consecuencias perjudiciales para la salud. Para obtener información más detallada sobre el reciclaje de este producto, póngase en contacto con su ayuntamiento o con el servicio de eliminación de residuos domésticos.

Este producto contiene baterías. Si en su país existe una normativa para la eliminación de baterías, estas no deben ser arrojadas al cubo de la basura común. Infórmese sobre la legislación de su país sobre la retirada y eliminación de las pilas y baterías. Una retirada de aparatos conforme a las leyes contribuye a proteger el medio ambiente y a las personas a su alrededor frente a posibles consecuencias perjudiciales para la salud.

FABRICANTE E IMPORTADOR (REINO UNIDO)

Fabricante:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlín, Alemania.

Importador para el Reino Unido:

Berlin Brands Group UK Ltd
Apartado de correos 1145
Oxford, OX1 9UW
United Kingdom

Gentile cliente,

La ringraziamo per l'acquisto del dispositivo. La preghiamo di leggere attentamente le seguenti istruzioni per l'uso e di seguirle per evitare possibili danni. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per danni scaturiti da una mancata osservanza delle avvertenze di sicurezza e da un uso improprio del dispositivo. Scansionare il seguente codice QR per accedere al manuale d'uso più recente e ricevere informazioni sul prodotto.



INDICE

Avvertenze di sicurezza	70
Prima del montaggio	72
Montaggio	73
Computer di allenamento	80
Avviso di smaltimento	83
Produttore e importatore (UK)	83

DATI TECNICI

Numero articolo	10009109, 10022293
Alimentazione (computer)	Batterie AA

AVVERTENZE DI SICUREZZA

Leggere attentamente il manuale d'uso prima di utilizzare il dispositivo e conservarlo per futuri utilizzi. Le caratteristiche del prodotto possono essere leggermente diverse da quelle rappresentate in immagine. Il produttore si riserva il diritto di modifiche senza preavviso.

- Conservare il manuale d'uso in un luogo sicuro, in modo da poterlo consultare in ogni momento.
- Procedere al montaggio del dispositivo solo dopo aver letto completamente il manuale d'uso. La sicurezza e l'efficienza del dispositivo possono essere garantite solo se il dispositivo è stato montato correttamente e viene utilizzato e mantenuto in modo adeguato. È vostra responsabilità assicurarvi che tutti gli utenti del dispositivo siano informati sulle avvertenze e sulle misure di sicurezza.
- Per poter utilizzare il dispositivo in sicurezza, deve essere posizionato su una superficie stabile e dritta. Proteggere il pavimento con un tappetino. Non utilizzare il dispositivo in ambienti umidi, ad es. nei pressi di piscine, ecc. La distanza di sicurezza intorno al dispositivo deve essere di almeno 0,6 metri.
- Prima di iniziare programmi di allenamento, consultare assolutamente il proprio medico, per assicurarsi che non ci siano problemi fisici o di salute, che attraverso l'utilizzo del dispositivo potrebbero rappresentare un rischio per la salute e la sicurezza o che non permettono di utilizzare il dispositivo correttamente. Il parere del medico è di importanza vitale se si assumono medicinali che influiscono sulla frequenza cardiaca, sulla pressione arteriosa e sul livello di colesterolo.
- Fare attenzione ai segnali del proprio corpo. Un allenamento errato o eccessivo può avere effetti negativi sulla salute. Interrompere l'allenamento se compare uno dei seguenti sintomi: dolore, sensazione di costrizione toracica, frequenza cardiaca irregolare, estrema mancanza di fiato, capogiro o nausea. Se dovesse comparire uno di questi sintomi, consultare assolutamente un medico prima di procedere con l'allenamento.
- Non allenarsi subito dopo i pasti.
- Il dispositivo può essere montato solo da persone adulte. Tenere bambini e animali domestici lontano dal dispositivo.
- Il dispositivo può essere utilizzato solo in contesti domestici.
- Il dispositivo non è adatto all'utilizzo terapeutico. Può essere utilizzato solo per gli esercizi indicati nel manuale.
- Durante l'allenamento, indossare indumenti e scarpe adeguati. Evitare indumenti ampi, dato che potrebbero restare impigliati nel dispositivo e indumenti che limitano la libertà di movimento.
- Tenere la schiena dritta durante l'allenamento.

- Prima di ogni utilizzo, controllare che impugnature, sella, dadi e bulloni siano fissati saldamente.
- Rispettare la posizione massima dei componenti regolabili e non superare il segno "Stop", altrimenti possono risultare pericoli.
- Usare il dispositivo solo come descritto. Se si notano componenti difettosi durante montaggio o controllo o se si sentono rumori strani provenienti dal dispositivo durante l'utilizzo, smettere immediatamente di usarlo. Tornare a utilizzarlo solo dopo aver risolto il problema.
- Prestare attenzione quando si solleva o sposta il dispositivo, in modo da non farsi male alla schiena. Utilizzare sempre una tecnica di sollevamento che non carica eccessivamente la schiena e, se necessario, chiedere aiuto a una seconda persona.
- Tutti i componenti mobili (ad es. pedali, impugnature, sella, ecc.) devono essere mantenuti settimanalmente. Controllarli prima di ogni utilizzo. Se si nota qualcosa di rotto o allentato, ripararlo o fissarlo immediatamente. Procedere all'utilizzo del dispositivo solo quando si trova di nuovo nel suo stato originario.
- Tenere il cavo di alimentazione lontano da fonti di calore.
- Non inserire oggetti nelle aperture del dispositivo.
- Spegnerne il dispositivo e staccare la spina prima di spostarlo o pulirlo. Per pulirlo, strofinare la superficie con un detergente delicato e un panno umido. Non utilizzare assolutamente solventi.
- Non utilizzare il dispositivo in luoghi non temperati, come garage, verande, bagni, carport o all'aperto.
- Utilizzare il dispositivo esclusivamente secondo le modalità descritte nel manuale d'uso.
- Riparazioni errate o modifiche strutturali (ad es. la rimozione o sostituzione di componenti originali) possono rappresentare un pericolo per l'utente.
- Il volano diventa molto caldo durante l'utilizzo.
- Attivare il blocco dei tasti quando non si utilizza il dispositivo.
- I bambini a partire da 8 anni e le persone con limitate capacità fisiche e psichiche possono utilizzare il dispositivo solo se sono stati istruiti da una persona responsabile della loro supervisione sulle modalità d'uso e sulle procedure di sicurezza.
- Assicurarsi che i bambini non giochino con il dispositivo.
- Prima dell'utilizzo, controllare la tensione sulla targhetta del dispositivo. Collegare il dispositivo solo a prese elettriche con tensione corrispondente a quella indicata.

Nota: il peso massimo consentito dell'utente è di 100 kg.

PRIMA DEL MONTAGGIO

Apertura dell'imballaggio

Controllare che tutte le parti siano presenti. A tal fine, controllare la quantità dei singoli componenti sull'apposito elenco.

Preparare gli attrezzi

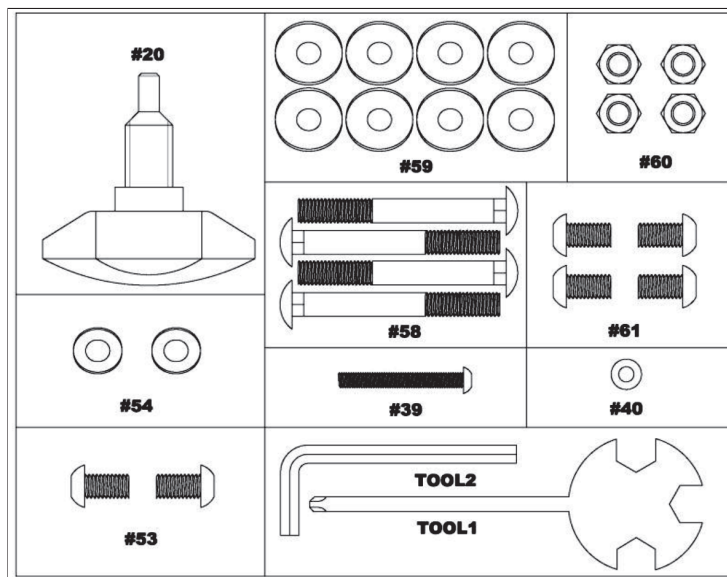
Preparare gli attrezzi necessari prima di iniziare il montaggio. Questo permette di risparmiare tempo e garantisce un montaggio più semplice e veloce.

Mantenere la superficie di lavoro libera

Assicurarsi di avere abbastanza spazio per il montaggio. Rimuovere tutti gli oggetti che potrebbero causare lesioni. Dopo aver completato il montaggio, controllare che ci sia spazio sufficiente per l'uso.

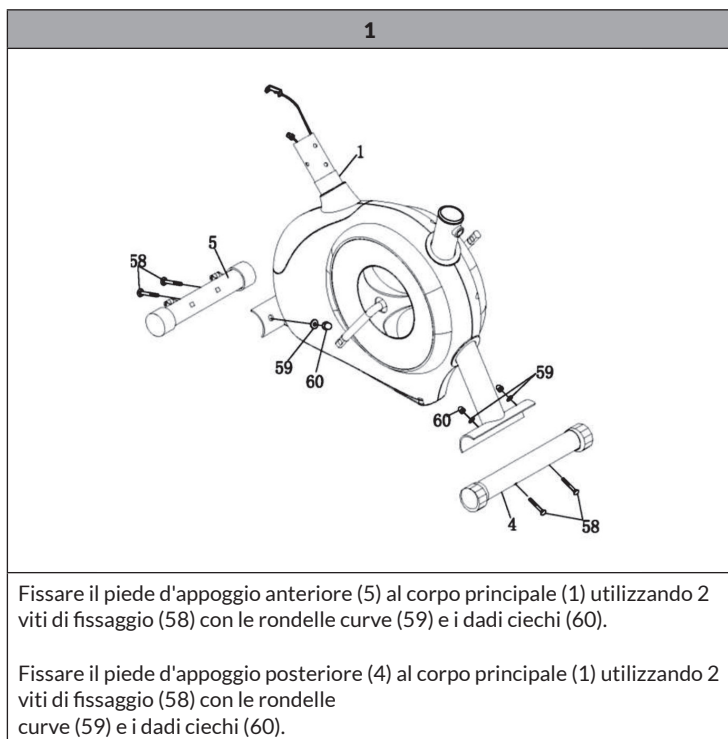
Elenco delle parti

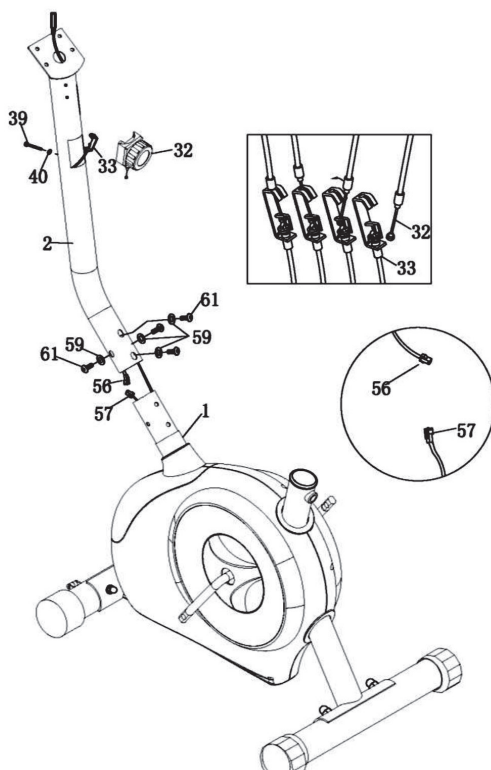
Per vostra comodità, abbiamo compilato un elenco delle parti. Indica tutti i componenti e le rispettive quantità. Questo elenco aiuterà a identificare componenti sconosciuti. Se mancano delle parti, contattare il servizio di assistenza ai clienti.



N.	Denominazione	Pz.	N.	Denominazione	Pz.
20	Regolatore di posizione del sedile M16 x 19	1	59	Rondella curva ID8.2 x OD22.2	8
39	Vite per il regolatore della resistenza	1	60	Distanziatore	4
40	Rondella per il regolatore della resistenza	1	61	Vite di fissaggio M8 x 70	4
53	Regolatore a T M8 x 45	2	62	Chiave a brugola	1
54	Dado di sicurezza	2	63	Chiave a brugola	1
58	Rondella ID8.2 x OD16.8	4			

MONTAGGIO





Prendere il supporto anteriore (2) e collegare il cavo centrale del computer (56) al cavo inferiore (57). Fissare il supporto (2) al telaio principale (1) con 4 viti a brugola (61) e le rondelle curve (59).

Estrarre il cavo di prolunga (33) dal foro superiore del supporto (2).

Collegare il cavo di prolunga (33) al regolatore della resistenza (32) in direzione della freccia. Fissare poi i regolatori della resistenza con la rondella (40) e la vite (39).

Come estrarre il cavo di prolunga dal supporto anteriore:

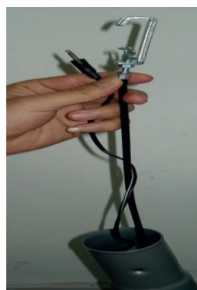
Immagine 1: prendere il cavo inferiore del computer e il cavo di prolunga.

Immagine 2: collegare il cavo centrale del computer a quello inferiore.

Immagine 3: estrarre il cavo della resistenza dalla parte anteriore del supporto.

Immagini 4 e 5: collegare il cavo sul lato posteriore del regolatore della resistenza inserendo l'estremità nella clip alla fine del cavo della resistenza inferiore. Tirarlo verso l'alto e inserire l'estremità del cavo esterno nella clip a forma di U. Si prega di notare, che in questa fase potrebbe essere necessario tirare il supporto verso l'alto con forza per aumentare la lunghezza del cavo.

Immagini 6 e 7: fissare l'alloggiamento del regolatore della resistenza al supporto anteriore con la vite.



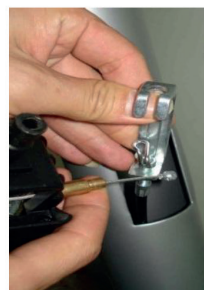
1



2



3



4



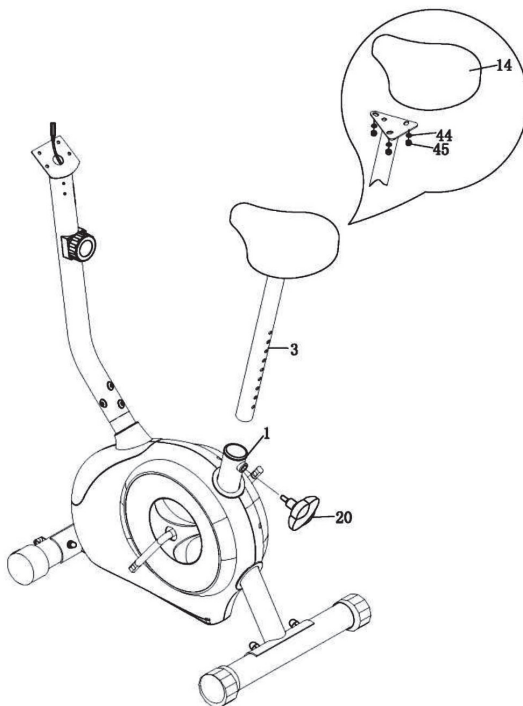
5



6



7

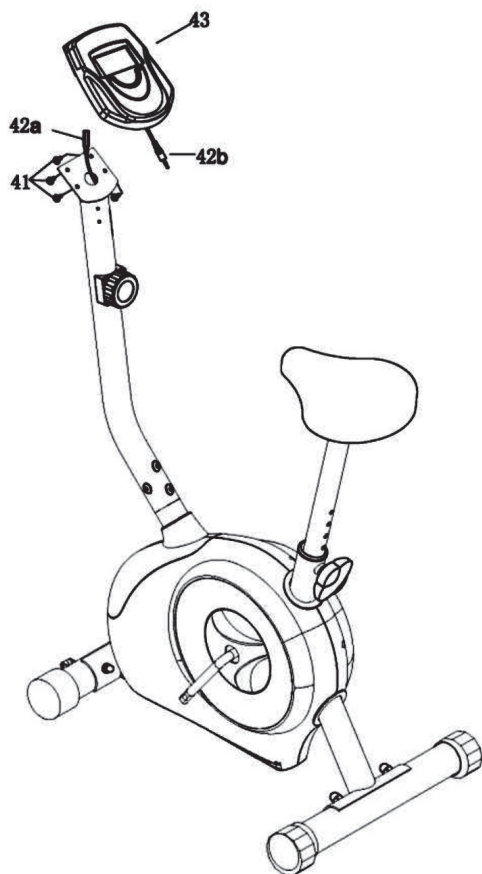


Per fissare la sella (14), ruotarla (14), fissare il reggisella (3) con 3 rondelle elastiche (44) e un dado di sicurezza (45) e poi far scorrere il reggisella nel telaio principale (1).

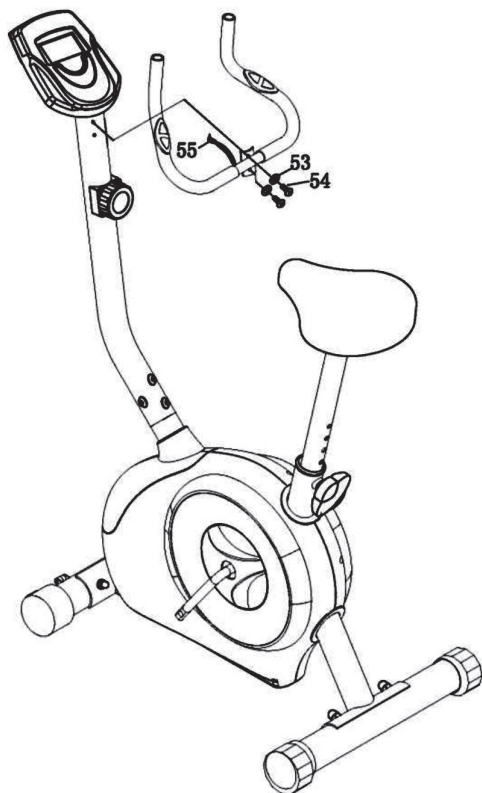
Posizionare i fori uno sopra l'altro e fissare questa posizione con la manopola di regolazione (20).

L'altezza corretta della sella può essere impostata solo dopo averla completamente assemblata.

4

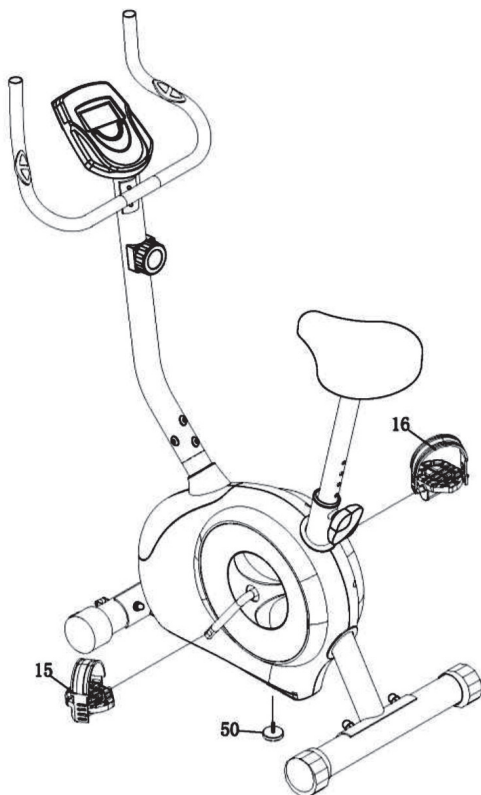


Collegare il cavo del computer (42b) con il cavo centrale (42a). Far scorrere il computer (43) sul supporto e fissarlo con una vite (41).



Fissare l'impugnatura (6) con una rondella (53) e un distanziatore (54) sulla clip del supporto anteriore (2), quindi utilizzare il regolatore a T (60). Collegare il cavo del sensore del cardiofrequenzimetro (55) alla connessione "pulse" del computer.

6



A: fissare la fascetta del pedale sinistro al pedale sinistro (15) contrassegnato con "L". Fare lo stesso anche sul lato destro. Ora fissare i pedali sinistro (15) e destro (16) ai corrispondenti bracci delle pedivelle (28). Il pedale destro deve essere sul lato destro quando si è seduti sul dispositivo. Tenere presente, che il pedale destro viene stretto in senso orario e quello sinistro in senso antiorario.

B: infine, mettere il dispositivo nella posizione desiderata. Quando è nella posizione giusta, regolare la manopola (50). Assicurarsi che tocchi il pavimento e che il dispositivo sia stabile. Quando si mette il dispositivo in una determinata posizione, controllare la manopola centrale (50) e regolarla secondo necessità.

Importante:
controllare che
tutte le viti e i
dadi siano stretti
saldamente prima
dell'uso.

COMPUTER DI ALLENAMENTO



Tasti funzione

MODE	<ul style="list-style-type: none"> • Premere per inserire impostazioni predefinite per il tempo, la distanza e le calorie. • Premere per visualizzare il valore impostato o dopo aver inserito il valore. • Tenere premuto per 2 secondi per riportare a 0 tutti i valori tranne il contachilometri. • Quando si cambia la batteria, tutti i valori vengono riportati a 0.
SET	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzarlo per impostare il tempo, la distanza e le calorie da raggiungere. Tenere premuto per 2 secondi per accelerare l'impostazione.
RESET	<ul style="list-style-type: none"> • Premere per azzerare i valori delle funzioni. • Tenere premuto per 2 secondi per riportare a 0 tutti i valori tranne il contachilometri. • Quando si cambia la batteria, tutti i valori vengono riportati a 0.

Funzioni e utilizzo

Inserire le batterie: si prega di inserire 2 batterie AA da 1,5 V nel vano sul lato posteriore del computer. **NOTA:** quando si cambiano le batterie, tutti i valori vengono riportati a 0.

On/off automatico: non appena si inizia l'allenamento, il display mostra automaticamente i valori di allenamento. Se si interrompe l'allenamento per 256 secondi, il display si spegne. I valori di allenamento vengono però salvati. Se si continua l'allenamento, i valori vengono aggiunti a quelli precedenti.

Scansione automatica: dopo aver acceso il display o premuto Mode, il display mostra tutti i valori: Tempo-Calorie-Chilometri-Battito cardiaco-Velocità-Distanza. Ogni valore viene mostrato per 6 secondi.

Velocità: indica la velocità di allenamento corrente da 0,0 a 99,9 KM/H o MPH.

Distanza: mostra la distanza percorsa da 0,0 a 999,9. Si può impostare una distanza da raggiungere predefinita usando SET & MODE. Ogni volta che si preme il tasto, il valore aumenta di 0,1 KM o M. Per una distanza superiore a 100, ogni volta che si preme il tasto il valore aumenta di 1 KM o M. Durante l'allenamento, la distanza viene contata alla rovescia a partire dal valore impostato,

Tempo: calcola il tempo totale da 00:00 fino a 99:59. Si può impostare un tempo da raggiungere predefinito usando SET & MODE. Ogni volta che si preme il tasto, il tempo aumenta di 1 minuto. Durante l'allenamento, il tempo viene contato alla rovescia a partire dal valore impostato.

Calorie: calcola le calorie bruciate durante l'allenamento da 0 a un massimo di 9999 calorie. È possibile impostare un livello calorico predefinito da raggiungere utilizzando SET & MODE. Ogni volta che si preme il tasto, il valore aumenta di 1 kcal fino a 1000. Per livelli calorici oltre 1000, ogni volta che si preme il tasto, il valore aumenta di 10 kcal. Durante l'allenamento, le calorie vengono contate alla rovescia a partire dal valore impostato.

Nota: questi dati sono solo un riferimento approssimativo e non devono essere usati per trattamenti medici.

Chilometri: indica la distanza totale percorsa da 0,0 a 999,9. Premere Mode per visualizzare questo valore.

Frequenza cardiaca: questa indicazione mostra la frequenza cardiaca in battiti al minuto durante l'esercizio.

Reset: tenere premuto per 2 secondi per riportare a 0 tutti i valori tranne il contachilometri.

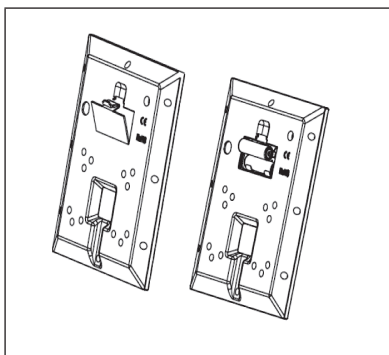
Note importanti per cambiare le batterie

- Se il display è difettoso, rimuovere le batterie, reinserirle e riprovare.
- Dati della batteria: 1,5 V UM-3 o AA (2 pezzi).
- Le batterie devono essere rimosse dal dispositivo e smaltite separatamente.

Cambiare le batterie

Se la qualità del display non è soddisfacente, sostituire le batterie con delle nuove. Sono necessarie due batterie "AA". Sostituire sempre entrambe le batterie allo stesso tempo.

Come sostituire le batterie: rimuovere il coperchio del vano sul retro e sostituire le batterie (v. immagine).



AVVISO DI SMALTIMENTO



Se nel vostro Paese sono vigenti regolamenti legislativi relativi allo smaltimento di dispositivi elettrici ed elettronici, questo simbolo sul prodotto o sull'imballaggio indica che non è consentito smaltire questo prodotto nei rifiuti casalinghi. Il dispositivo deve invece essere portato in un centro di raccolta per il riciclaggio di dispositivi elettrici ed elettronici. Lo smaltimento conforme tutela l'ambiente e salvaguarda la salute del prossimo da conseguenze negative. Informazioni riguardanti il riciclaggio e lo smaltimento di questo prodotto sono disponibili presso l'amministrazione locale o il servizio di smaltimento dei rifiuti.

Questo prodotto contiene batterie. Se nel vostro Paese sono presenti regolamenti legislativi per lo smaltimento di batterie, queste non possono essere smaltite nei rifiuti casalinghi. Informarsi in relazione alle normative locali sullo smaltimento di batterie. Lo smaltimento conforme tutela l'ambiente e salvaguarda la salute del prossimo da conseguenze negative.

PRODUTTORE E IMPORTATORE (UK)

Produttore:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlino, Germania.

Importatore per la Gran Bretagna:

Berlin Brands Group UK Ltd
PO Box 1145
Oxford, OX1 9UW
United Kingdom

