

**I** MANUALE UTENTE  
**D** BENUTZERHANDBUCH

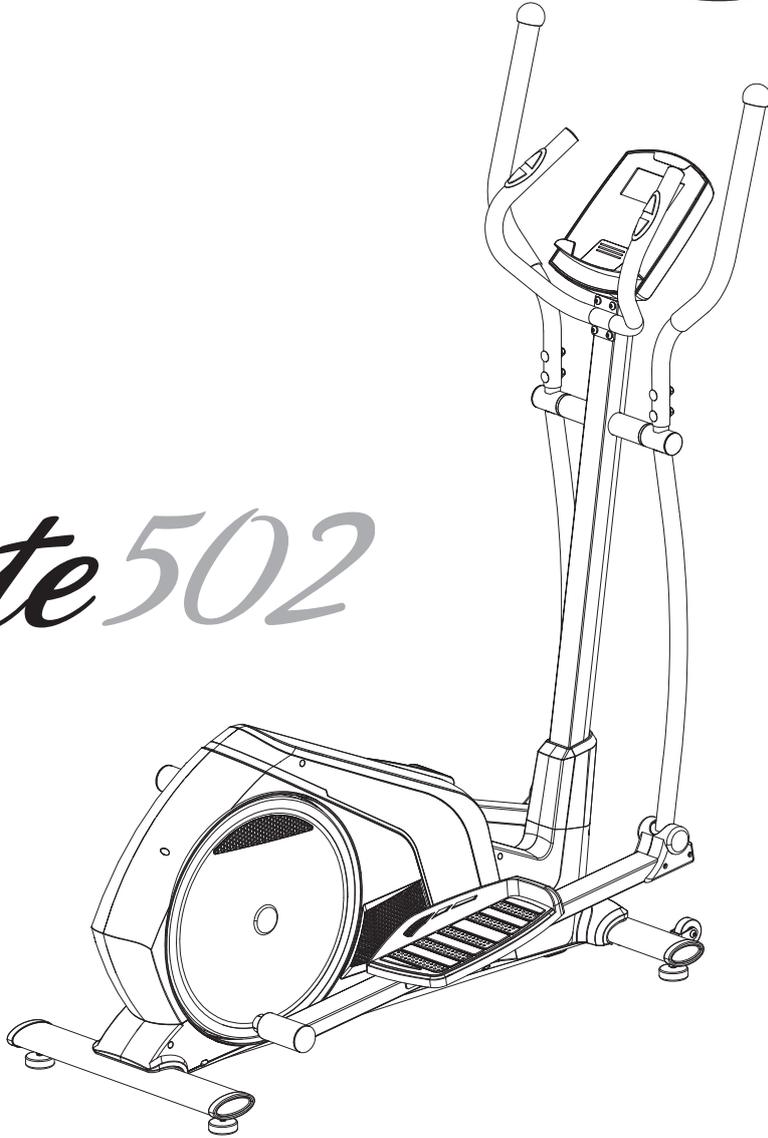


Codice : SPADOCCELIT502  
Kennziffer :

Revisione :  
Überarbeitung : 00

Edizione : 06/15  
Ausgabe:

# Elite 502



	<p><i>Istruzioni originali in lingua italiana.</i> <b>Leggere il manuale con la massima attenzione e tenerlo sempre a portata di mano vicino al prodotto.</b></p>
	<p>Übersetzung der Originalanleitung <b>Sorgfältig durchlesen und für zukünftige Verwendung aufbewahren.</b></p>





## INDICE DEGLI ARGOMENTI

• AVVERTENZE .....	pag. 3
• USO PREVISTO - REQUISITI UTENTE .....	pag. 3
• SIMBOLI - SIGNIFICATO E IMPIEGO .....	pag. 4
• DATI TECNICI .....	pag. 4
• ETICHETTE ADESIVE .....	pag. 5
• REQUISITI DI INSTALLAZIONE .....	pag. 6
• DISIMBALLO - CONTENUTO SCATOLA.....	pag. 6
• MONTAGGIO .....	pag. 7
• PRINCIPI DI ALLENAMENTO .....	pag. 14
• CARDIOFREQUENZIMETRO A FASCIA (OPTIONAL).....	pag. 15
• CONSIGLI PRATICI .....	pag. 16
• COMPUTER - (DISPLAY) .....	pag. 17
• COMPUTER - (PULSANTI).....	pag. 18
• ACCENSIONE - MODO QUICK START.....	pag. 19
• PROGRAMMA MANUALE .....	pag. 19
• PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI.....	pag. 20
• PROGRAMMA BODY FAT .....	pag. 20
• PROGRAMMA HRC TARGET.....	pag. 21
• PROGRAMMA HRC 60% - 75% - 85%.....	pag. 21
• PROGRAMMA UTENTE .....	pag. 22
• MANUTENZIONE.....	pag. 23
• SMALTIMENTO .....	pag. 23
• ESPLOSO RICAMBI-A.....	pag. 24
• ESPLOSO RICAMBI-B.....	pag. 25
• LISTA RICAMBI .....	pag. 26
• ORDINE RICAMBI.....	pag. 27
• SCHEDA PER L'ORDINE DEI RICAMBI.....	pag. 27
• GARANZIA .....	pag. 28



## AVVERTENZE

### OBBLIGHI

- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato soltanto all'interno di ambienti domestici.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato soltanto da persone in perfette condizioni fisiche e di età superiore a 16 anni.
- È obbligatorio, prima di ogni operazione sul prodotto, leggere con la massima attenzione il manuale utente e tenerlo sempre a portata di mano.
- È obbligatorio fornire istruzioni sull'uso corretto del prodotto agli eventuali utilizzatori, quali amici e familiari.
- È obbligatorio che il prodotto sia impiegato indossando un abbigliamento comodo composto da scarpe e tuta da ginnastica oppure leggero, adatto alla corsa. Indumenti che impediscono la traspirazione oppure scarpe rigide o inadatte all'uso sportivo sono dannosi.
- È obbligatorio allontanare bambini e animali domestici durante l'impiego del prodotto; le parti in movimento dell'attrezzo possono diventare la causa di ferite agli arti.
- È obbligatorio interrompere immediatamente l'esercizio e chiamare un medico qualora, durante l'allenamento con l'attrezzo, si avverte senso di svenimento, dolore toracico o sensazione di affanno.
- È obbligatorio controllare periodicamente il serraggio della viteria il buono stato di tutte le parti del prodotto.

### DIVIETI

- È vietato impiegare l'attrezzo in centri medici o palestre.
- È vietato impiegare l'attrezzo per test oppure per scopi terapeutici e/o riabilitativi.
- È vietata la presenza di bambini o animali domestici in prossimità del prodotto in funzione, durante l'allenamento.
- È vietato avvicinare contenitori con liquidi vicino o sopra l'attrezzo.
- È vietato impiegare per la pulizia del prodotto sostanze chimiche aggressive, spazzole o spugne abrasive.
- È vietato smontare parti dell'attrezzo, ad esclusione dei casi espressamente indicati nel manuale utente.
- È vietato l'impiego del prodotto in caso di guasto o cattivo funzionamento. In caso di malfunzionamenti, spegnere l'attrezzo e non manometterlo. Contattare il servizio assistenza per la riparazione.
- È vietato indossare un abbigliamento in materiale sintetico o misto lana, durante l'allenamento. L'impiego di indumenti inadeguati può comportare problemi di natura igienica e la possibilità di creare pericolose cariche elettrostatiche.



## USO PREVISTO REQUISITI UTENTE

Grazie alla serie di prodotti per uso sportivo della linea Get-Fit, si possono praticare attività fisiche all'interno delle proprie mura domestiche, in qualunque stagione, quando il troppo caldo, il troppo freddo o la pioggia non permettono di uscire da casa, oppure per brevi pause da dedicare all'attività fisica quando non si ha modo o tempo per frequentare una palestra o per intraprendere un programma di allenamento.

Il prodotto documentato in questo Manuale Utente è progettato e certificato per un utilizzo privato all'interno di un ambiente domestico ed è un attrezzo per uso sportivo che consente di riprodurre il movimento ideale della marcia a piedi evitando alle articolazioni traumi da impatto col suolo, in un movimento articolare che comprende anche gli arti superiori.

Allenarsi in sicurezza e in modo consapevole, entro i limiti della propria età e della propria condizione fisica è un fattore importante che deve essere valutato attraverso un esame di controllo presso il proprio medico curante, prima di cominciare ad utilizzare il prodotto.

### *L'impiego del prodotto è vietato nelle seguenti condizioni:*

- **utilizzatore di età inferiore a 16 anni;**
- **utilizzatore di peso superiore al limite indicato nella targa e nei dati tecnici;**
- **utilizzatore in stato di gravidanza;**
- **utilizzatore con diabete;**
- **utilizzatore con patologie legate a cuore, ai polmoni, o ai reni.**



### *La garanzia sul prodotto e la responsabilità del distributore vengono a decadere nei seguenti casi:*

- **uso improprio del prodotto diverso da quello specificato nel manuale utente;**
- **mancato rispetto degli intervalli e delle modalità della manutenzione;**
- **manomissione del prodotto**
- **impiego di ricambi non originali;**
- **inosservanza degli avvisi di sicurezza riportati nei pittogrammi e nel manuale utente.**



Questo manuale contiene tutte le informazioni per l'installazione, la manutenzione e l'uso corretto dell'attrezzo.

L'utilizzatore del prodotto, amici e familiari che faranno uso di questo attrezzo, hanno l'obbligo di leggere con la massima attenzione le informazioni contenute in questo manuale per un impiego corretto e sicuro.



## SIMBOLI - SIGNIFICATO E IMPIEGO

Istruzioni e avvertenze contenute nel manuale utente garantiscono la massima sicurezza d'uso ed la migliore durata del prodotto.

Avvisi e particolari richiami che comportano delle operazioni a rischio sono stati evidenziati in testo grassetto e sono precedute dai simboli qui di seguito illustrati e definiti.



**PERICOLO:** una operazione che comporta il rischio di ferite personali o a persone nelle vicinanze.

**Attenersi scrupolosamente alle istruzioni indicate.**



**AVVERTENZA:** una operazione che comporta il rischio di danneggiamento al prodotto.

**Prestare massima attenzione!**



**NOTA:** un avviso o una nota su funzioni chiave o informazioni utili.



*Le illustrazioni presenti nel manuale utente rendono più chiari concetti e informazioni. Un continuo aggiornamento dei prodotti può comportare lievi differenze tra il disegno riportato e il prodotto acquistato.*

*Nel caso le illustrazioni nel manuale non corrispondano per qualche dettaglio al prodotto in vostro possesso, ricordiamo che tali differenze sono a carattere estetico e non riguardano le istruzioni per la sicurezza che sono comunque garantite.*

*Il costruttore persegue una politica di costante sviluppo ed aggiornamento e può apportare modifiche alle parti estetiche del prodotto senza specifico preavviso.*



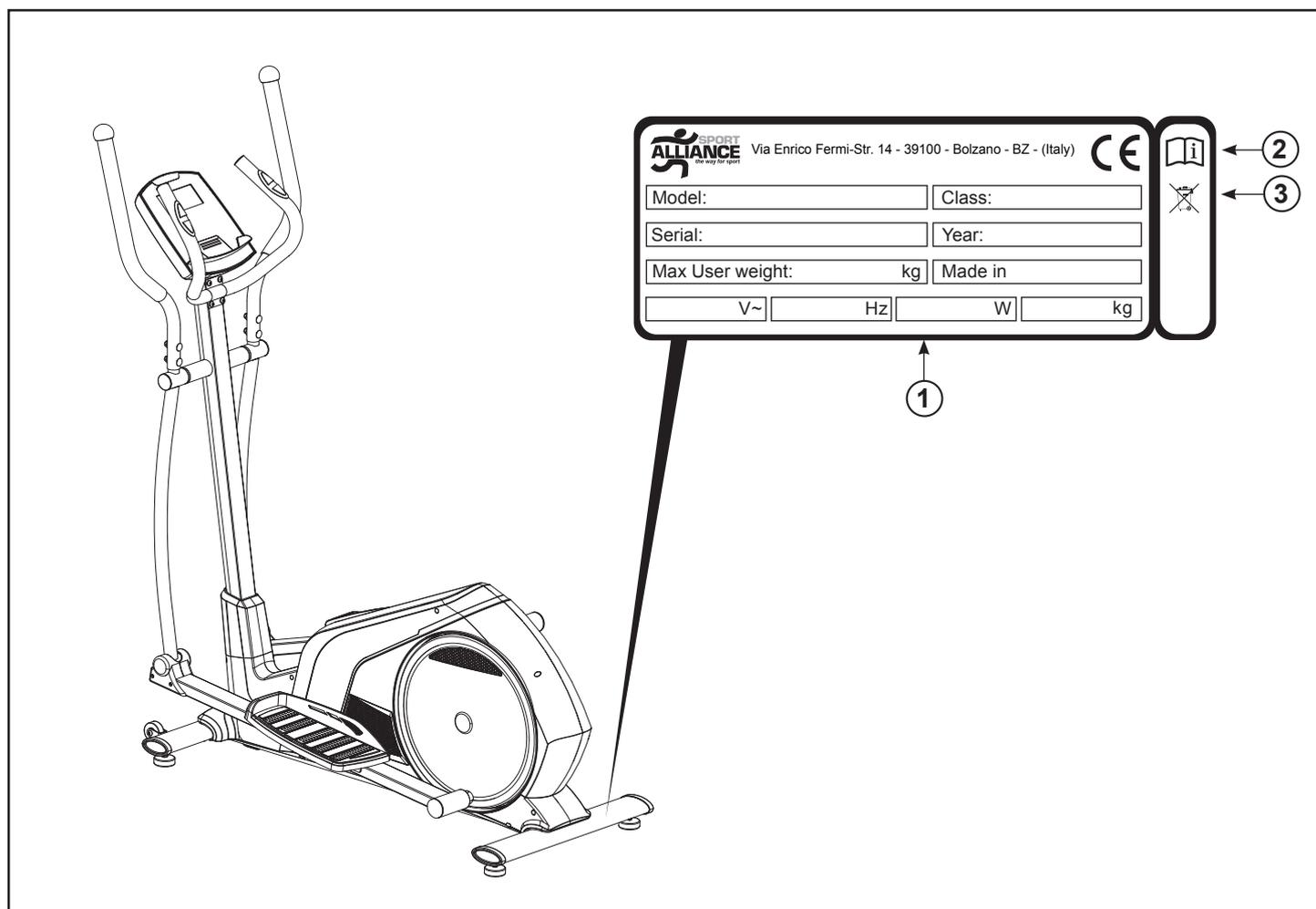
## DATI TECNICI

SISTEMA DI RALLENTAMENTO :	freno a induzione magnetica
REGOLAZIONE DELLA RESISTENZA :	regolazione elettronica a 16 livelli
PRESTAZIONI DEL COMPUTER :	Tempo, Distanza, Velocità, Calorie, Pulsazioni, Watt, Cadenza
PROGRAMMI :	6 Pre-impostati, Body Fat, HRC Target, 60%, 75%, 80%, User
PESO GRUPPO VOLANO :	10 kg
INGOMBRI MAX (LxPxh) :	1560 x 720 x 1690 mm
PESO NETTO :	51,6 kg
PESO LORDO :	59,3 kg
PESO MASSIMO UTENTE :	125 kg
ALIMENTAZIONE DI RETE :	IN: [240VAC - 50Hz] - OUT: [9VDC - 500 mA - 4,5 VA]
RILEVAZIONE CARDIACA :	sensori palmari sul manubrio e cardiofrequenzimetro optional
CONFORMITÀ :	Norme: EN ISO 20957-1 - EN 957-9 (classe HB)
	Direttive: 2001/95/CE - 2014/30/UE - 2014/35/UE - 2011/65/UE



## ETICHETTE ADESIVE

- 1) La Targa di Identificazione del prodotto riporta i dati tecnici, e il numero di serie.
- 2) Simbolo di richiamo all'obbligo di lettura del manuale utente prima dell'impiego.
- 3) Simboli di indicazione di conformità del prodotto alle direttive comunitarie che riguardano il trattamento e lo smaltimento di sostanze pericolose in apparecchiature elettriche ed elettroniche.





## REQUISITI DI INSTALLAZIONE

**Scegliere la stanza nella quale installare il prodotto.**

- L'ambiente dove si installa e si impiega il prodotto dev'essere coperto (il prodotto non può essere installato all'aperto, come ad esempio su un terrazzo) ma deve essere aerato e bene illuminato.
- La zona della stanza nella quale si posiziona il prodotto non deve essere esposta al sole o troppo vicino ad un termosifone o a un impianto di climatizzazione e possibilmente deve disporre di una presa elettrica.
- La pavimentazione deve essere piana e priva di irregolarità; nel caso di pavimenti rivestiti con materiali pregiati quali ad esempio moquettes o parquet, consigliamo di provvedere a proteggere i punti di contatto con materiale morbido.
- È preferibile installare il prodotto in una camera che disponga di porta, in modo che non sia accessibile a bambini o animali domestici.



*Si consiglia di non danneggiare l'imballo originale ed eventualmente di custodirlo nell'eventualità il prodotto presenti dei difetti e sia necessaria la riparazione in garanzia.*



## DISIMBALLO CONTENUTO SCATOLA

L'imballo è costituito da una scatola in cartone chiusa con punti metallici e nastri di reggiatura. Per sollevare e spostare la scatola chiedere l'aiuto di altre persone, nel caso di imballi voluminosi e pesanti. Quando si depone la scatola sul pavimento rispettare l'eventuale indicazione "Lato Alto", segnalato dalla freccia apposita stampata sul cartone. Per aprire la scatola, tagliare i nastri di reggiatura con delle forbici, poi con una pinza rimuovere ed eliminare i punti metallici di chiusura.



**L'imballo è realizzato in materiale riciclabile; per lo smaltimento degli elementi da imballo rispettare le norme locali per il recupero dei materiali riciclabili. Gli elementi dell'imballo (cartone e sacchetti), non devono essere lasciati alla portata dei bambini, in quanto potenziali fonti di pericolo.**



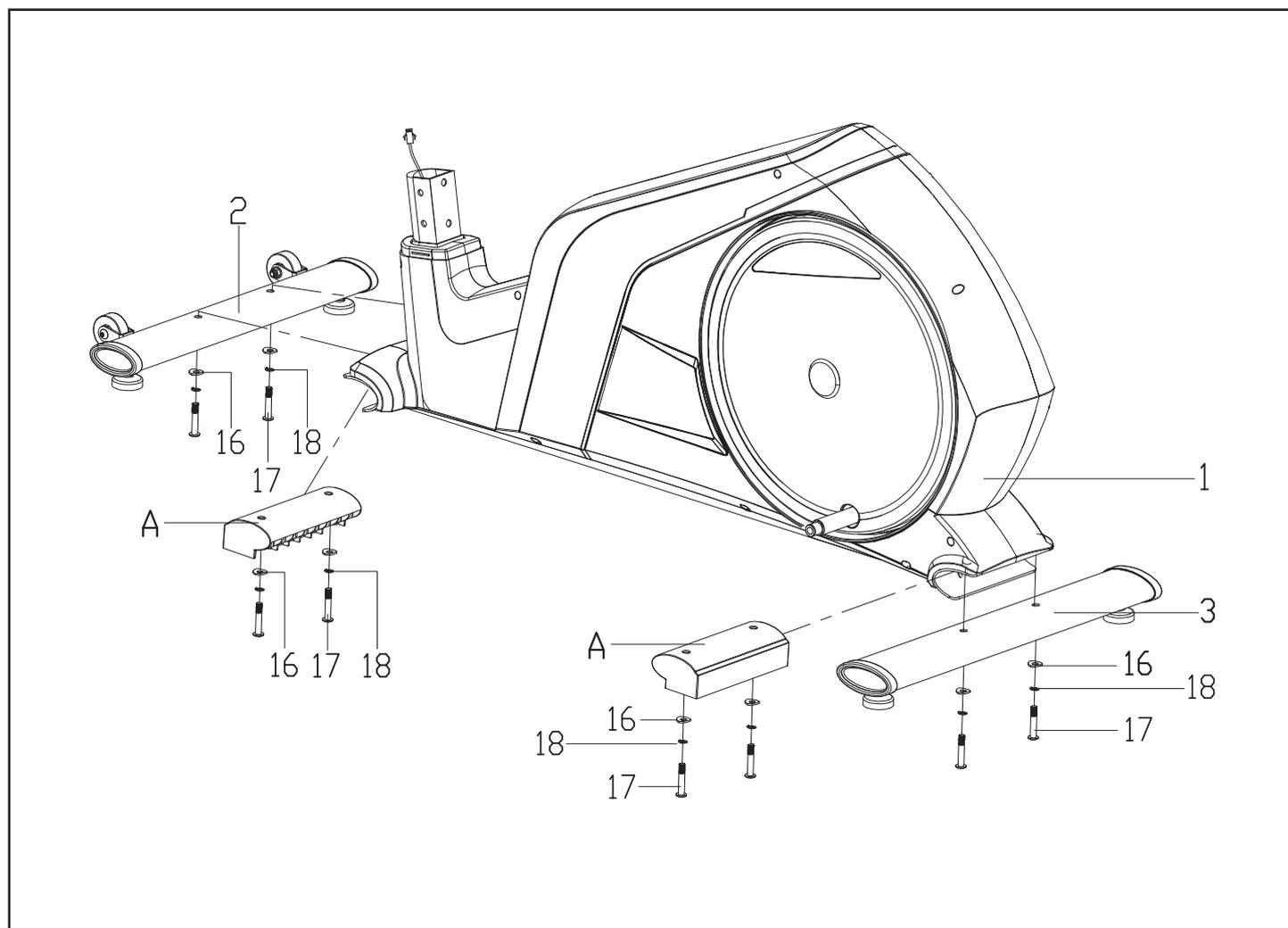
*Dopo aver tolto il prodotto dalla scatola, verificate eventuali danni subiti durante il trasporto e controllate la presenza di tutte le parti.*



## MONTAGGIO

### Montaggio barre di appoggio

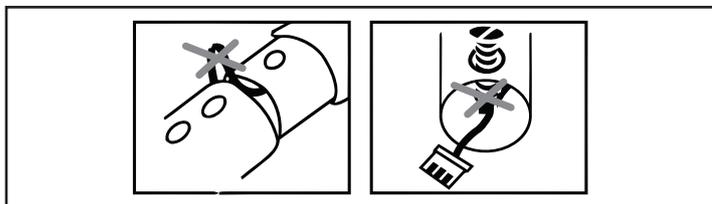
- Rimuovere i due blocchetti in plastica **A**, utilizzati nella fase di l'imballaggio e il trasporto del prodotto, svitando in ciascuno due viti **17** [M8x58L], due rondelle spaccate **18** [Ø8 mm] e due rondelle ondulate **16** [Ø8x2xØ25xR39].
- Collegare la barra di appoggio posteriore **3** e la barra di appoggio anteriore **2** alle rispettive estremità del telaio principale **1**, e fissarli tramite le viti precedentemente rimosse: serrando ciascuno con due viti **17** [M8x58L], due rondelle spaccate **18** [Ø8 mm] e due rondelle ondulate **16** [Ø8x2xØ25xR39].



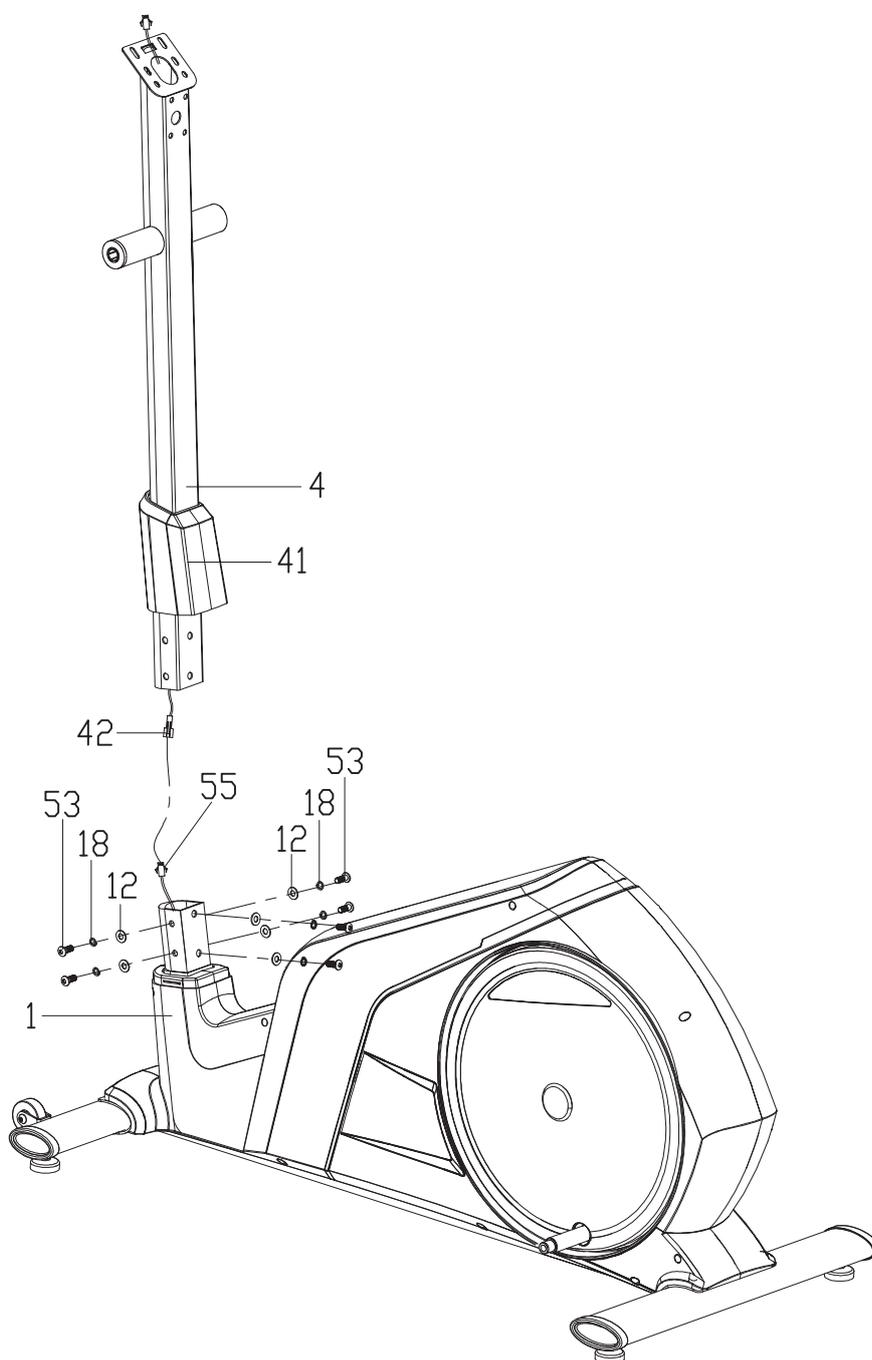
### Montaggio tubo di supporto manubrio



Durante il fissaggio del tubo supporto del manubrio al telaio dell'attrezzo fate attenzione a non schiacciare o tagliare tra i tubolari, il cavo di collegamento del computer.

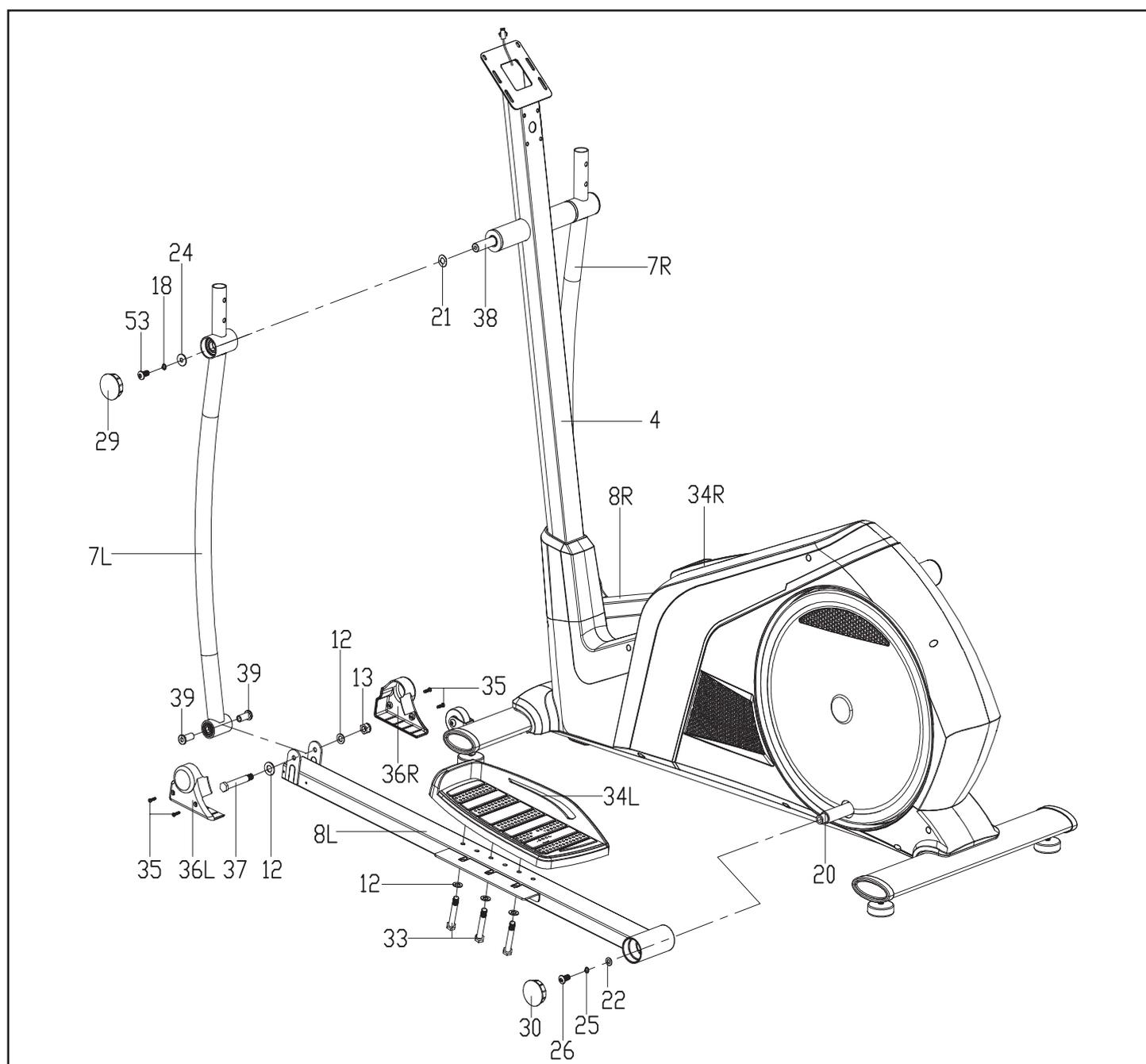


- Avvicinare il tubo di supporto manubrio **4** al punto di innesto sul corpo principale, quindi dalla parte inferiore infilare il rivestimento conico **41**, rispettando l'orientamento dello stesso, come illustrato.
- Collegare il connettore **42** proveniente dal supporto del manubrio **4**, alla relativa presa **55**, proveniente dal corpo principale **1**, quindi infilare il tubo supporto manubrio **4** nell'imbocco predisposto sul telaio **1**.
- Fissare il tubo di supporto **4** al telaio **1** tramite quattro viti **53** [M8x16L], corredate di quattro rondelle spaccate **18** [Ø8 mm] e quattro rondelle piane **12** [ØxØ16x1.5 mm].

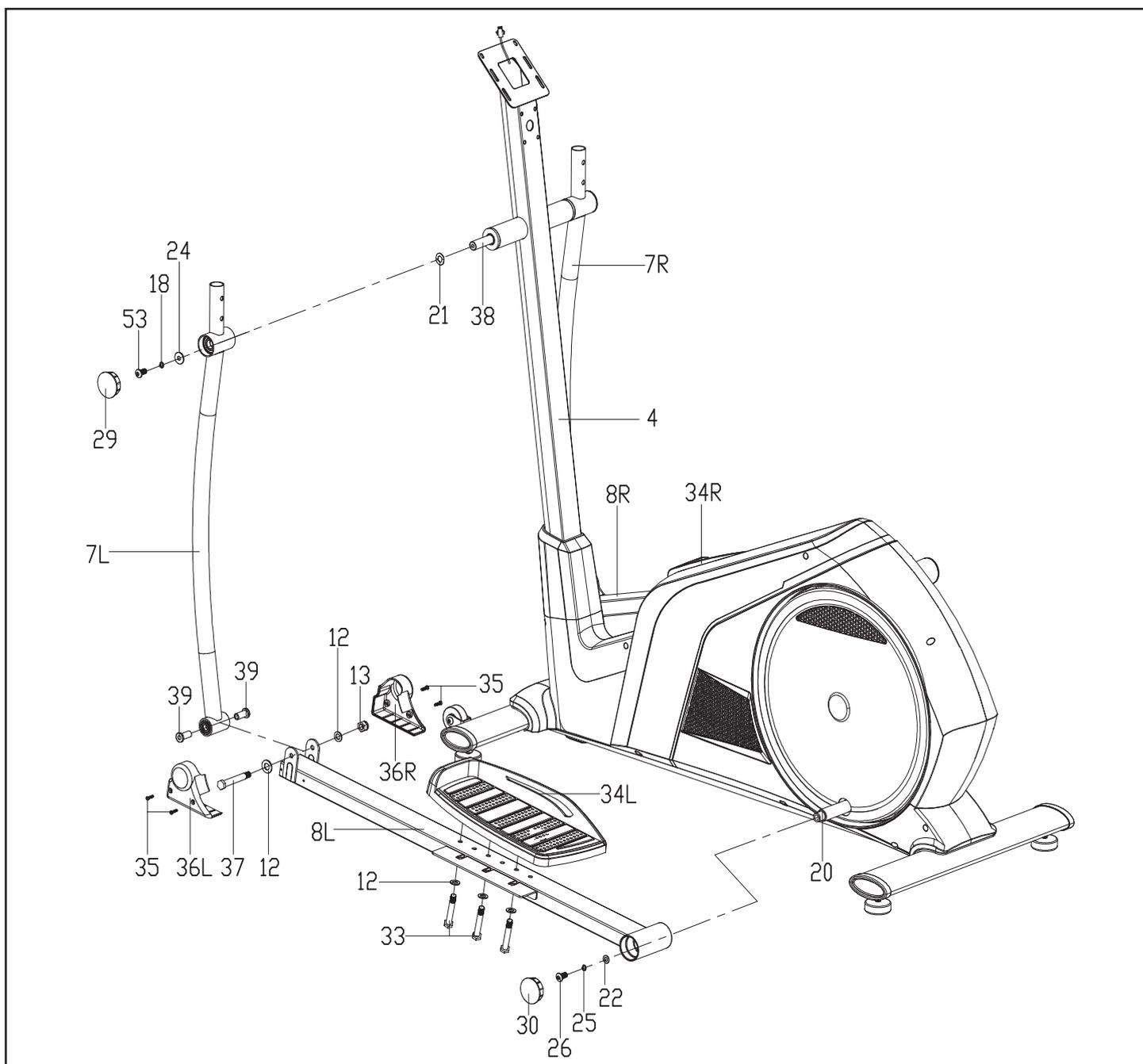


### Montaggio leve, pedaliera e pedane

- Inserire nel perno della pedivella sinistra **20** la parte posteriore della pedaliera sinistra **8L**.
- Fissare la parte posteriore della pedaliera sinistra **8L** alla pedivella serrando una vite **26** [M10x20L] corredata in cascata da una rondella spaccata **25** [Ø10 mm] e rondella piana **22** [Ø10xØ26x2T], quindi chiudere il foro con un tappo tondo in plastica **30**, nel modo illustrato.
- Inserire una rondella ondulata **21** [Ø17xØ23x0.3T] in ciascuno dei perni **38** nei fulcri rotazione del tubo di supporto manubrio **4**.
- Collegare la parte superiore della leva sinistra **7L** nel perno **38** sul tubo di supporto manubrio **4** e bloccarla avvitando senza serrare una vite **53** [M8x16L] corredata di rondella spaccata **18** [Ø8 mm] e rondella piana **24** [Ø8xØ22x2T], nel modo illustrato. Ripetere le medesime operazioni per il collegamento della parte superiore della leva destra **7R** all'estremità del perno **38**.
- Inserire nella pedivella sinistra **20** la parte posteriore della pedaliera sinistra **8L**. Bloccare la parte posteriore della pedaliera sinistra **8L** alla pedivella avvitando senza serrare una vite **26** [M10x20L] corredata da una rondella spaccata **25** [Ø10 mm] e una rondella piana **22** [Ø10xØ26x2T], nel modo illustrato.

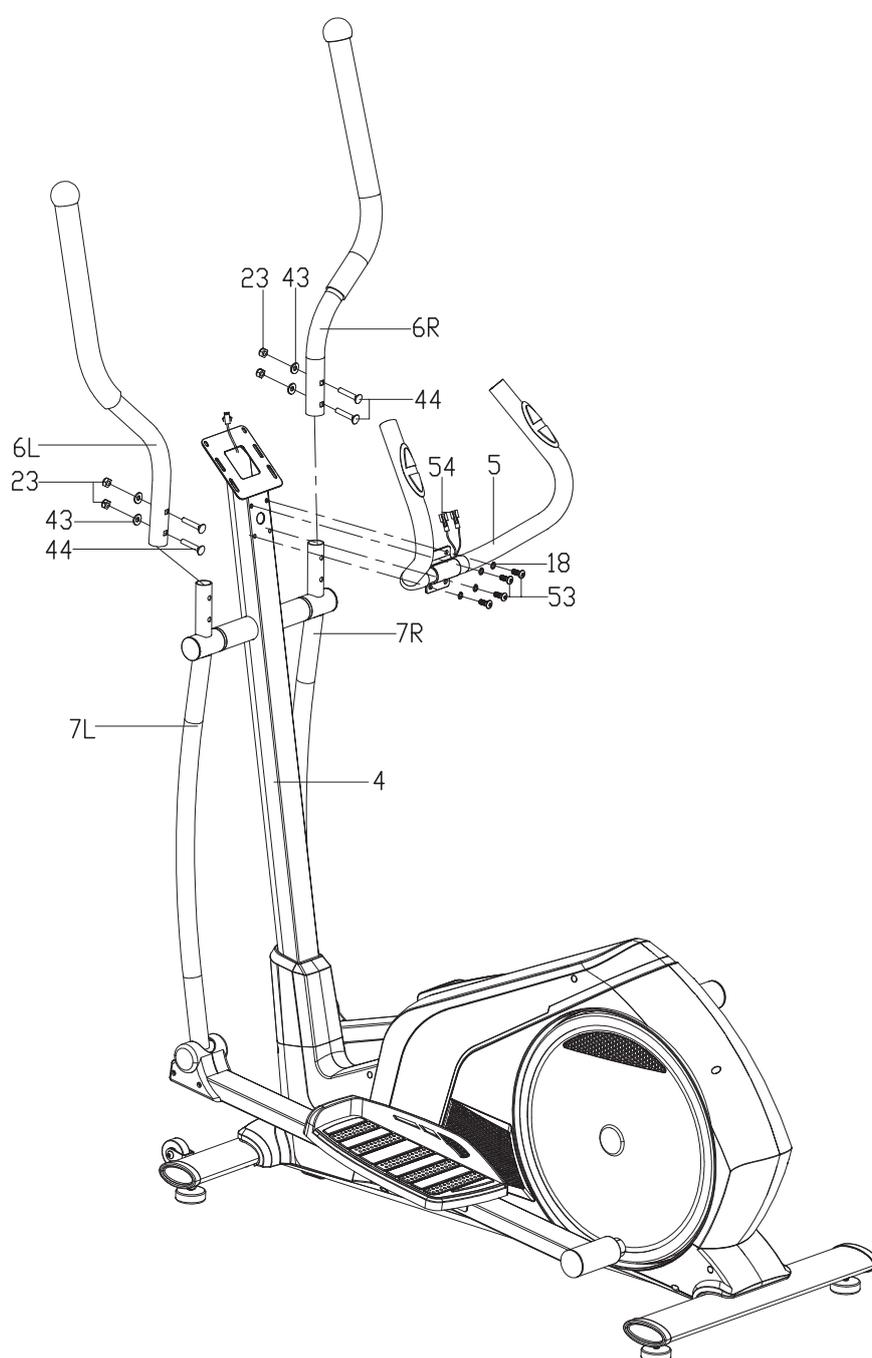


- Inserire due bocche **39** nei fori all'estremità inferiore della leva sinistra **7L** quindi fissarla all'estremità anteriore della pedaliera sinistra **8L** serrando una vite **37** [M8x80L] completa di rondella piana **12** [Ø8xØ16x1.5T]. Accoppiare alle estremità dello snodo le coperture in plastica sx/dx **36L/36R** e fissarle serrandole con quattro viti **35** [ST4.2x18]. Ripetere le medesime operazioni per il fissaggio della parte inferiore della leva destra **7R** all'estremità anteriore della pedaliera destra **8R**.
- Serrare le viti **53** e **26** lasciate precedentemente lente quindi inserire i tappi tondi **29** e **30**, ripetere l'operazione anche al gruppo leva+pedaliera di destra.
- Accoppiare la pedana sinistra **34L** sulla pedaliera sinistra **8L** e fissarla serrando dalla parte inferiore tre viti **33** [M6x45L] complete di rondelle piane **12** [Ø8xØ16x1.5T]. Ripetere le medesime operazioni per il fissaggio della pedana destra **34R** sulla pedaliera destra **8R**.



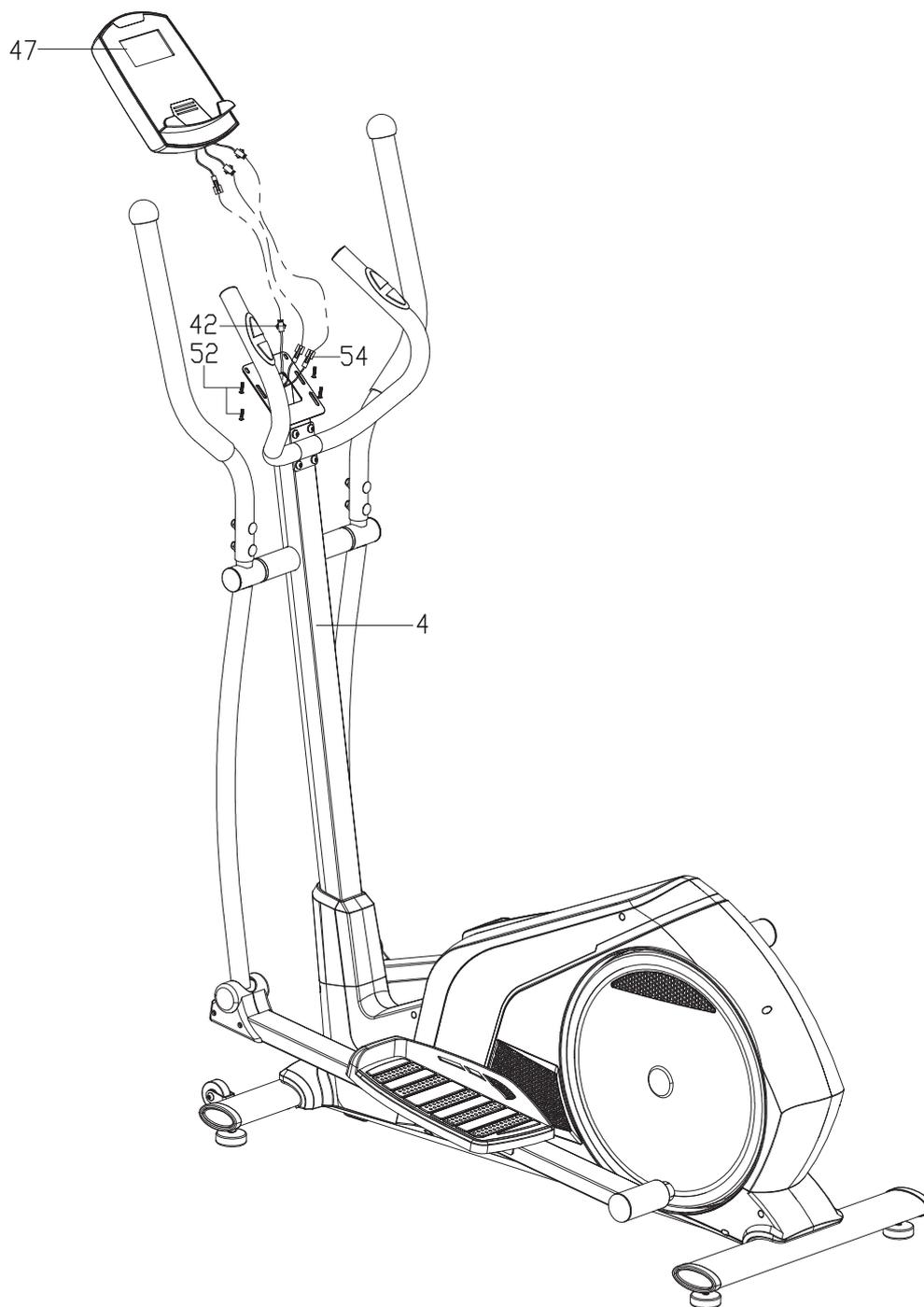
### Montaggio impugnature e manubrio

- Infilare l'impugnatura sinistra **6L** e l'impugnatura destra **6R**, nelle rispettive leve di sinistra **7L** e destra **7R**.
- Fissare ciascuna impugnatura serrando due viti a incasso **44** [M8x45L] con due dadi **23** [M8] corredati da rondella curva **43** [Ø8xØ19x1.5TxR30].
- Avvicinare il manubrio **5** alla sede di montaggio posta all'estremità del tubo di supporto manubrio **4**.
- Infilare i due connettori dei sensori palmari **54** nel foro posto sopra la sede di fissaggio del manubrio e spingerli fino a farli fuoriuscire dalla cavità sulla testa del tubo di supporto manubrio.
- Fissare il manubrio **5** serrando quattro viti **53** [M8x16 mm] corredate di rondelle spaccate **18** [Ø8 mm].



### Montaggio computer

- Avvicinare il computer **47** alla piastra di fissaggio all'estremità del tubo di supporto **4**, quindi collegare ai connettori in uscita dal computer il connettore **42** del cavo di estensione e i due connettori dei sensori di palmari **54**.
- Bloccare il computer **47** sulla piastra di fissaggio del tubo di supporto, serrando le quattro viti **52** [M4x10L].

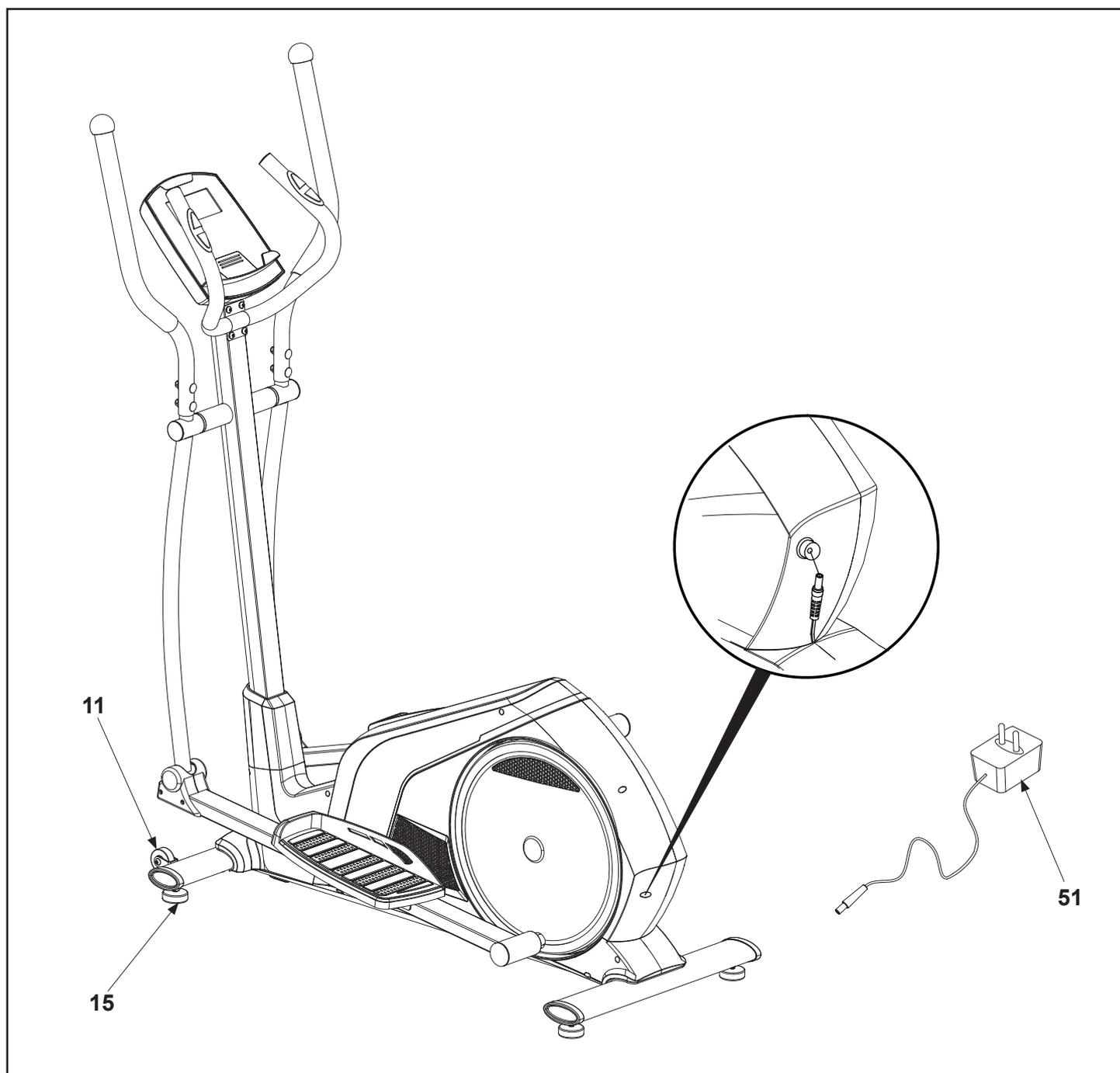


### Completamento

- Per compensare eventuali dislivelli del pavimento agire ruotando quattro piedi regolabili **15** posti alle estremità della barra di appoggio anteriore e posteriore.
- Collegare l'attrezzo alla rete elettrica tramite l'apposito adattatore di rete **51** fornito in dotazione, lo spinotto di alimentazione si trova sulla parte posteriore del prodotto.



*Per i piccoli spostamenti all'interno della stanza, afferrare la barra di appoggio posteriore, sollevare l'attrezzo fino a portare le ruote di spostamento **11** a contatto del pavimento, quindi spingerlo in avanti nel punto desiderato.*





## PRINCIPI DI ALLENAMENTO

Prima di cominciare ad utilizzare il prodotto è consigliato consultare il proprio medico per una verifica delle condizioni fisiche e per valutare con lui particolari precauzioni conseguenti alla pratica di questa attività fisica.

Per tutti coloro che sono poco allenati si deve cominciare ad utilizzare il prodotto poco per volta, con sessioni di allenamento di breve durata ai primi approcci, e aumentare i tempi di allenamento giornaliero gradualmente, cercando di rimanere costanti.

Si consiglia di preparare i muscoli interessati al movimento effettuando adatti esercizi di stretching e di riscaldamento prima di ogni sessione di allenamento.

Monitorando le pulsazioni cardiache durante l'allenamento si può finalizzare la propria attività per 3 obiettivi:

- Regime idoneo a bruciare grassi: mantenendo un regime cardiaco **tra 60% e 75%** si possono consumare calorie senza dover fare sforzi;
- Regime idoneo al miglioramento delle capacità respiratorie: mantenendo un regime cardiaco **tra 75% e 85%** si possono allenare i polmoni, lavorando a regime aerobico;
- Regime idoneo al miglioramento delle capacità cardiovascolari: mantenendo un regime cardiaco **tra 85% e 100%** si può allenare il cuore lavorando, a regime anaerobico.



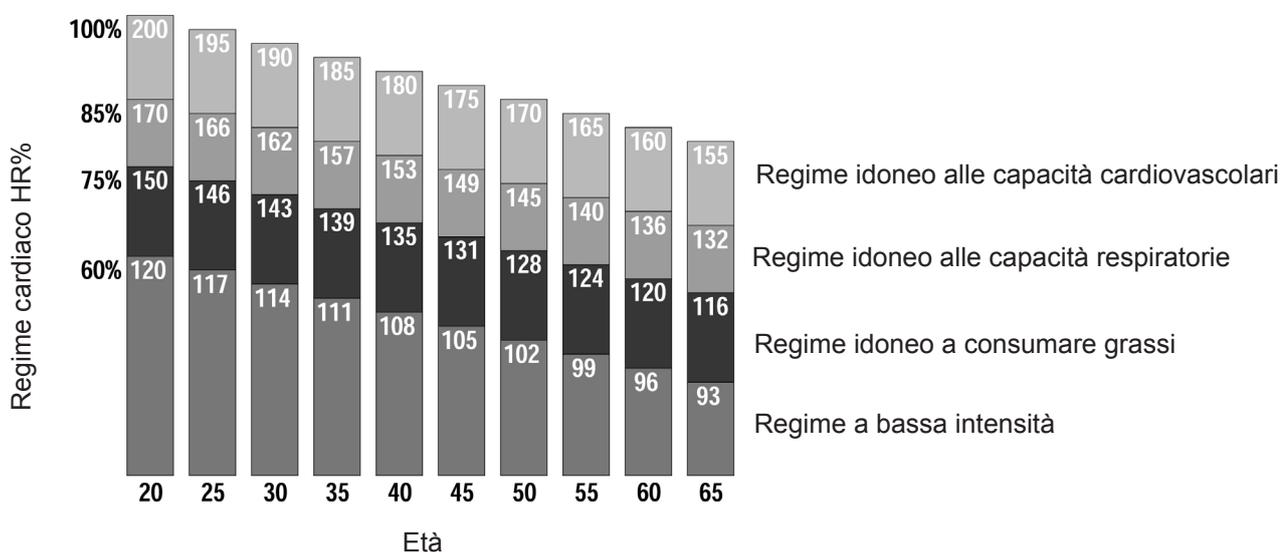
**L'attività in regime di allenamento anaerobico è consentita solo a sportivi professionisti bene allenati.**

*Una seduta di allenamento comprende tre fasi.*

**Riscaldamento:** fare alcuni esercizi per il riscaldamento e lo scioglimento dei muscoli, per portare il corpo in temperatura e preparare cuore e polmoni.

**Attività sull'attrezzo:** partire con una intensità moderata e aumentare gradualmente l'intensità dell'esercizio fino a quando il battito cardiaco raggiunge il valore di soglia desiderato. Mantenere più costante possibile la frequenza cardiaca sul valore di soglia.

**Raffreddamento:** al termine della seduta di utilizzo del prodotto, rilassarsi praticando il defaticamento per alcuni minuti con degli esercizi di stretching.





## CARDIOFREQUENZIMETRO A FASCIA (OPTIONAL)



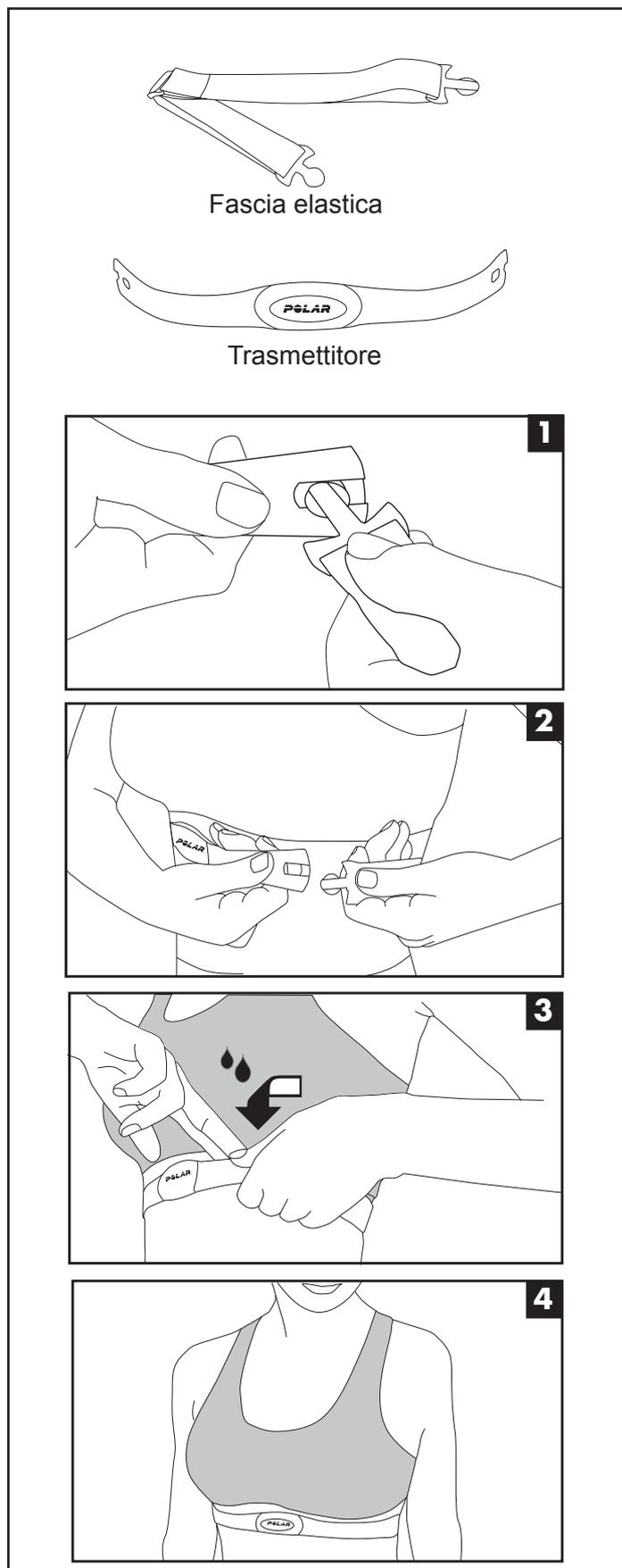
### AVVERTENZE PER IL CARDIOFREQUENZIMETRO

- È **obbligatorio** prima di utilizzare il cardiofrequenzimetro a fascia, leggere con la massima attenzione le istruzioni di questa pagina e quelle eventuali fornite dal costruttore.
- È **obbligatorio** dopo ogni utilizzo pulire e asciugare accuratamente il trasmettitore e la fascia elastica, per evitare una scarica precoce della batteria, quindi staccare il trasmettitore e riporlo separato dalla fascia elastica.
- È **obbligatorio** pulire il trasmettitore con un panno umido e sapone neutro, la fascia elastica deve venire lavata a mano con normale detergente.
- È **obbligatorio** conservare fascia e trasmettitore fuori da cassetti, buste chiuse o altri contenitori, si consiglia di appenderli ad una parete, in modo da garantirne la buona asciugatura.

Il cardiofrequenzimetro Polar® T34 compatibile con il ricevitore installato nell'attrezzo, è costituito da due elementi: il trasmettitore che invia i segnali radio alla plancia e la fascia elastica che permette il bloccaggio del trasmettitore al torace. Il trasmettitore è del tipo 'sigillato', la batteria integrata ha una durata dichiarata di 2500 ore in condizioni di servizio, dopodiché è necessario sostituire il cardiofrequenzimetro.

- 1) Agganciare un'estremità del trasmettitore alla fascia elastica.
- 2) Regolare la lunghezza della fascia elastica (in base al proprio torace), agendo sull'apposita fibbia.  
Posizionare la fascia elastica appena sotto ai pettorali o sotto i seni, come mostrato, quindi agganciare l'altro capo della fascia elastica al trasmettitore.
- 3) Sollevare il trasmettitore e inumidire con le dita bagnate d'acqua gli elettrodi posti sul retro.
- 4) Verificare che la superficie con gli elettrodi aderisca bene sulla pelle.

*L'indicazione delle pulsazioni cardiache misurate tramite il cardiofrequenzimetro è soltanto un valore di riferimento utile a monitorare la frequenza del cuore a seconda del regime di allenamento che si intende svolgere e per ottenere un riferimento per il consumo calorico. In nessun caso la misura rilevata dal cardiofrequenzimetro può essere considerata come dato medico.*





## CONSIGLI PRATICI

Chi si accinge ad utilizzare il prodotto per la prima volta dovrà anzitutto familiarizzare con il computer e studiarne il funzionamento, prima di avventurarsi in un programma di allenamento, ma è anche importante abituarsi al particolare movimento flottante della ellittica e a mantenere un controllo muscolare corretto per evitare di annullare i risultati degli allenamenti.

- 1) Con un piede alla volta, salire sulle pedane **A** dalla parte posteriore, afferrando saldamente con le mani il manubrio **B**.



**NON perdetevi l'equilibrio nel momento in cui salite sulle pedane, cercate prima una presa sicura al manubrio.**

- 2) Portate a contatto la punta dei piedi con parte frontale delle pedane.
- 3) Abbandonare con le mani il manubrio e afferrare le impugnature **C** destro e sinistro, quindi spingere con le gambe sulle pedane per prendere confidenza con il ritmo dell'attrezzo.
- 4) Impostare il tipo di allenamento desiderato sul computer, a tal scopo, leggi il paragrafo seguente.

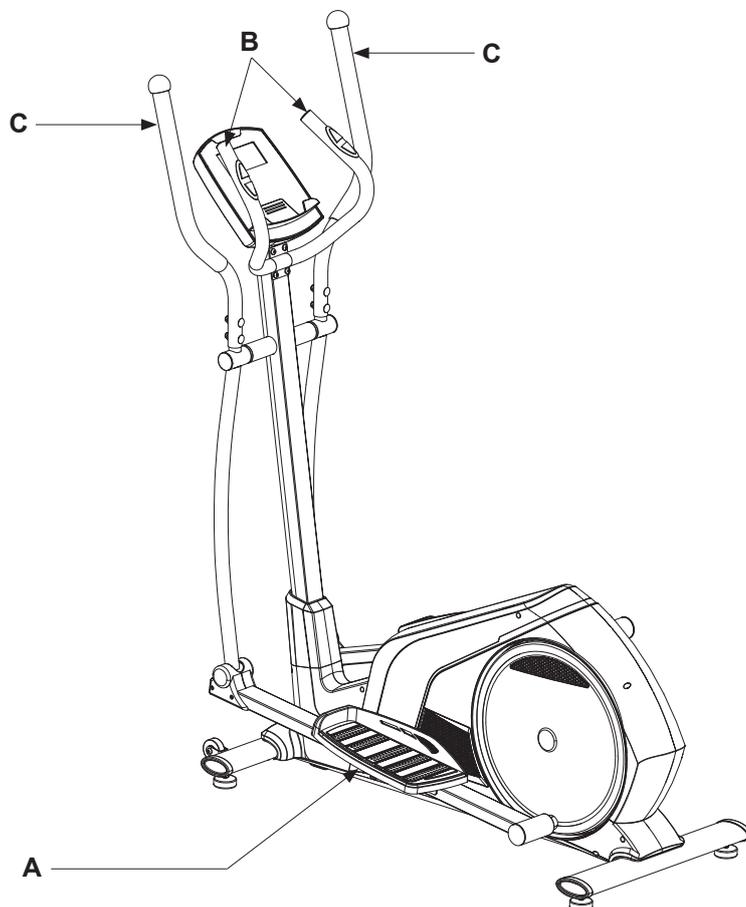


**Per una buona postura sull'attrezzo è importante mantenere la schiena ben retta, evitando di sbilanciare il corpo in avanti o indietro. Spingete sempre con entrambe le gambe e le braccia, coordinando il movimento, appoggiare le mani sulle impugnature non produrrà alcun allenamento alla parte superiore se sfruttate solo la spinta delle gambe.**

- 5) Durante l'esercizio si può valutare il proprio battito cardiaco impugnando le piastre di rilevazione pulsazioni cardiache sul manubrio.

Tramite i pulsanti sul computer si può regolare l'intensità dell'esercizio in maniera rapida e precisa.

Si consiglia di preparare i muscoli interessati al movimento effettuando adatti esercizi di stretching (letteralmente significa "stiramento"), coordinati da un istruttore professionista, questo permette di sciogliere le articolazioni rigide e allungare la muscolatura. Come per tutte le tecniche, soprattutto se nuove, all'inizio è bene affidarsi a persone esperte (vedi paragrafo precedente).





## COMPUTER - (DISPLAY)

Il computer è costituito principalmente da un ampio display a cristalli liquidi che consente la visualizzazione dei seguenti dati:

- **(SPEED) - (RPM)** - La VELOCITÀ istantanea che viene raggiunta durante l'esercizio in km/h. Il NUMERO DI PEDALATE AL MINUTO che vengono effettuate durante l'esercizio (cadenza).
- **(TIME)** - Il TEMPO di durata dell'esercizio, partendo da zero, oppure il conteggio alla rovescia dal tempo impostato fino a zero.
- **(DISTANCE)** - La DISTANZA parziale accumulata dall'inizio dell'esercizio.
- **(CALORIES) - (WATT)**: Indica il consumo di CALORIE durante l'esercizio. (\*) Indica l' **ENERGIA** espressa in Watt, che viene prodotta nel corso dell'esercizio.
- **(PULSE)**: la FREQUENZA CARDICA, rilevata impugnando i sensori posti sul manubrio o tramite il cardiofrequenzimetro a fascia optional. Il valore viene misurato in bpm (battiti al minuto) (\*).
- **(RECOVERY)** - Indice di RECUPERO, valore numerico espresso tra sei livelli (F1 ÷ F6) che indica la capacità di recupero del sistema cardiovascolare fornendo un dato sulla propria condizione di forma fisica.  
F1 = ottimo indice di performance  
F6 = indice di performance insoddisfacente.

- **(LOAD)** - Indica il LIVELLO DI INTENSITA' dell'esercizio riferito alla forza antagonista presentata dai pedali, può essere regolato su differenti livelli, tramite comando elettrico.
- Il **DISPLAY GRAFICO** a matrice, posto al centro svolge funzioni di visualizzazione grafica del profilo dei programmi pre-impostati, permette l'editing dei programmi utente e visualizza il livello di intensità in qualunque modalità d'uso dell'attrezzo.



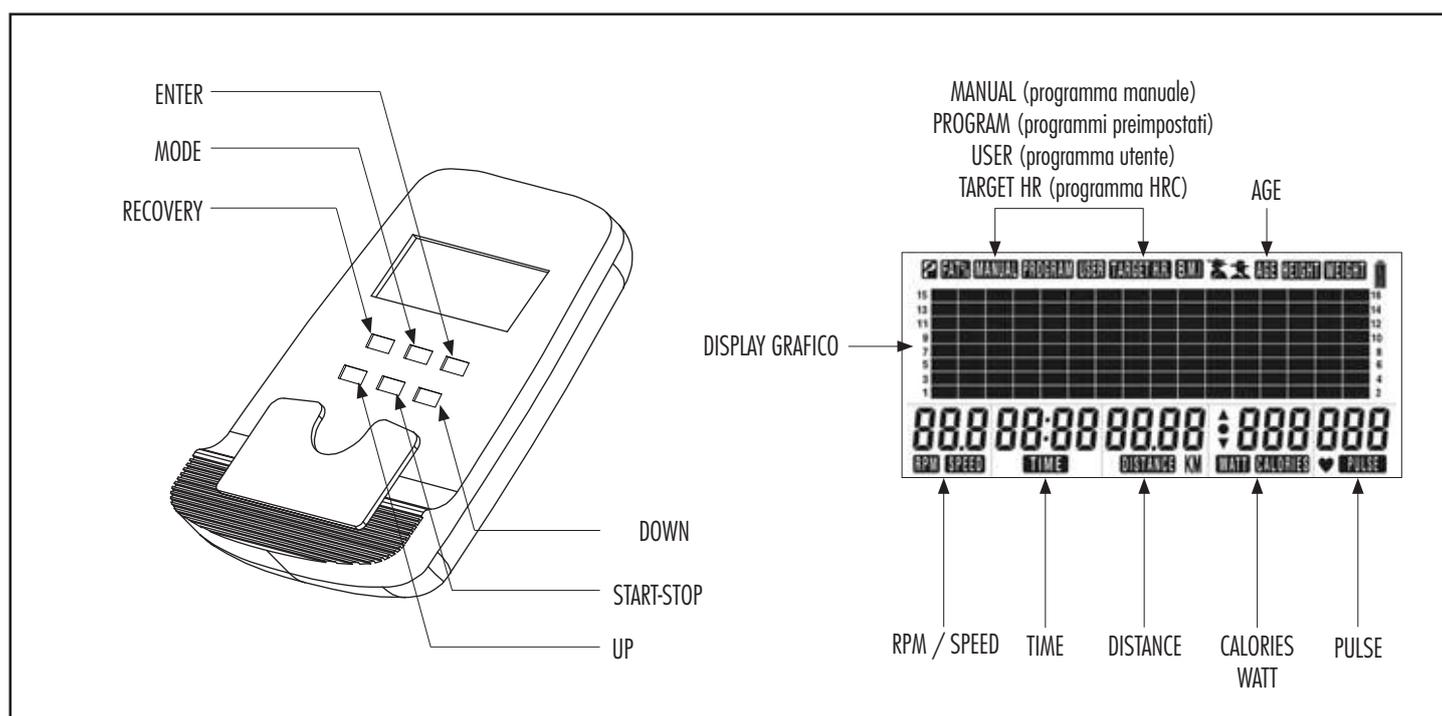
(\*) Ricordiamo che la misura indicata sul display è solamente un dato di riferimento approssimativo e in nessun caso può essere considerato come un dato di riferimento medico.



Quando l'attrezzo rimane inattivo per più di cinque minuti il computer si spegne e tutti i dati dell'esercizio in svolgimento vengono memorizzati. Per riattivare il computer è sufficiente premere un pulsante o muovere le pedaliere.



Qualora i display mostrino cifre errate, staccare l'alimentatore di rete, attendere alcuni secondi, quindi ricollegarlo.





## COMPUTER - (PULSANTI)

### START/STOP

*Prima di cominciare un esercizio:*

- premere START/STOP per avviare un esercizio in qualunque modalità e far partire quindi il conteggio dei display e le funzioni del programma di allenamento selezionato.

*Con esercizio in corso:*

- premere il pulsante START/STOP per arrestare immediatamente il conteggio in modalità "PAUSA", per riprendere il conteggio dei dati premere nuovamente START/STOP.

*Con esercizio fermo in Pausa:*

- mantenere premuto il pulsante per 3 secondi per azzerare tutti i dati.

### ENTER

- Premere il pulsante ENTER per confermare la selezione di un programma di allenamento.
- Premere il pulsante ENTER per confermare l'impostazione di tutti i parametri di lavoro di un programma (Tempo, Distanza, Calorie, Pulsazioni, Watt).

### Pulsanti UP/DOWN

*Prima di cominciare un esercizio:*

- agire sui pulsanti UP/DOWN per selezionare uno dei programmi disponibili,
- agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare una delle variabili di allenamento: Durata, Distanza, Calorie, Pulsazioni,
- agire sui pulsanti UP/DOWN per introdurre tutti i dati dei programmi di allenamento.

*Con esercizio in corso:*

- agire sui pulsanti Up/Down per aumentare o diminuire l'intensità dell'esercizio (16 livelli di regolazione).

### MODE

*Durante un esercizio:*

- premere MODE per alternare la visualizzazione dei display a doppia funzione, alternando RPM con SPEED, ODO con DISTANCE e WATT con CALORIES.

### RECOVERY

La funzione RECOVERY permette di ottenere un indice di riscontro dei miglioramenti acquisiti della capacità cardiovascolare, in relazione ai progressi del proprio allenamento. Per questa funzione, si suggerisce di effettuare dei test settimanali dopo un esercizio a durata costante di 30 minuti, al termine del quale occorre smettere di pedalare (non premere il pulsante di "START/STOP") e premere il pulsante "RECOVERY" mettendo poi le mani sulle piastre di rilevazione battito cardiaco.

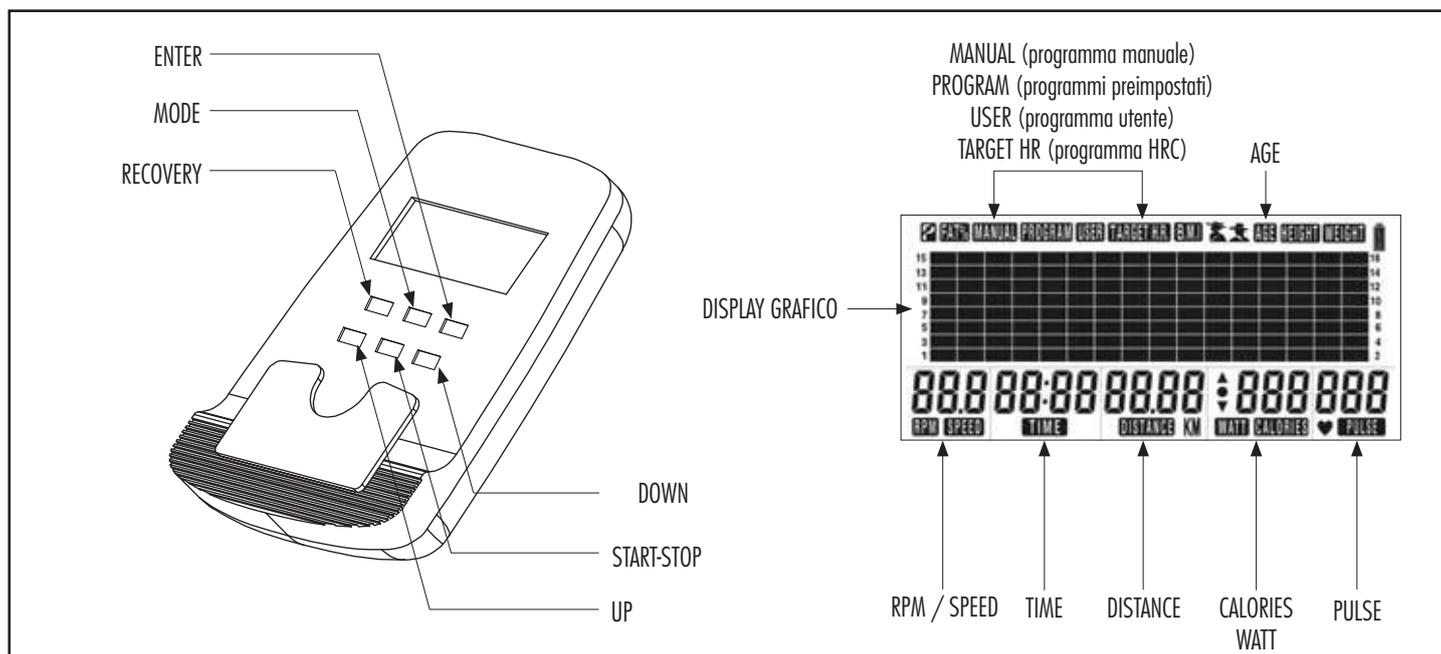
Dopo un conteggio alla rovescia della durata di 60 secondi sul display verrà visualizzato l'indice di performance rilevato, indicato da sei livelli:

- F1 = OTTIMO indice di performance
- F2 = ECCELLENTE indice di performance
- F3 = BUON indice di performance
- F4 = DISCRETO indice di performance
- F5 = SUFFICIENTE indice di performance
- F6 = INSODDISFACENTE indice di performance.

Nel caso i sensori di rilevazione pulsazioni cardiache non rilevano alcun segnale, sul display grafico viene segnalato un errore.

### AUTO ON/OFF

Per accendere il computer premere un pulsante oppure cominciare a pedalare. Dopo alcuni minuti dal termine dell'esercizio (quando si è smesso di pedalare) il computer si spegne automaticamente.





## ACCENSIONE - MODO QUICK START

- Inserire lo spinotto dell'alimentatore nell'apposita presa sulla parte posteriore dell'attrezzo.
- Inserire la spina di rete dell'alimentatore, nella presa a muro più vicina all'attrezzo.  
Dopo l'accensione si possono selezionare differenti modalità di allenamento tramite i pulsanti UP/DOWN:
  - **P1** Programma Manuale,
  - **P2/P7** Programmi Pre-impostati,
  - **P8** Programma Body Fat,
  - **P9** Programma HRC con soglia impostabile,
  - **P10** Programma HRC con soglia al 60%,
  - **P11** Programma HRC con soglia al 75%,
  - **P12** Programma HRC con soglia al 85%,
  - **P13** Programma personalizzato dall'utente.

### Modalità Quick Start

La modalità Quick Start è il modo più semplice e veloce per usare subito l'attrezzo.

Dopo aver alimentato l'attrezzo premere il pulsante START/STOP e incominciare a pedalare per partire subito con l'allenamento in modalità manuale.

- In modalità QuickStart i display Time, Distance, Calories, cominciano subito il conteggio partendo da zero e per tutta la durata dell'esercizio.
- Nel corso dell'allenamento è possibile variare a piacere il livello di intensità agendo sui pulsanti UP/DOWN.
- Nel corso dell'allenamento il display SPEED alterna il dato della velocità con quello del conteggio del numero di pedalate al minuto (RPM) e il display WATT alterna il dato dell'energia prodotta con quello del consumo calorico (CALORIES).  
Il display PULSE visualizza le pulsazioni al minuto quando vengono impugnati i sensori di rilevazione pulsazioni sul manubrio.
- Per fermare in modalità PAUSA l'esercizio premere START/STOP. Per ripartire con l'esercizio premere nuovamente il pulsante START/STOP.

## PROGRAMMA MANUALE

- Dopo l'accensione dell'attrezzo agire sui pulsanti UP/DOWN fino a selezionare la modalità Programma Manuale indicata dalla sigla **P1** (MANUAL), quindi premere il pulsante ENTER per confermare.
- Premere START/STOP per partire immediatamente con l'esercizio in modalità Quick Start, oppure premere ENTER per definire un parametro sul quale si desidera definire il proprio allenamento impostandolo sulla Durata, sulla Distanza oppure sulle Calorie.
- Dopo la pressione del pulsante ENTER lampeggia il display 'TIME', nel quale si imposta la durata del programma. Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare la durata e premere ENTER per confermare.
- Dopo l'impostazione della durata lampeggia il display 'DISTANCE', nel quale si imposta la distanza che si desidera raggiungere. Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare la distanza in e premere ENTER per confermare.
- Dopo l'impostazione della distanza lampeggia il display 'CALORIES', nel quale si imposta il dato del consumo calorico che si intende raggiungere. Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare la quantità di calorie che si intende consumare durante l'allenamento e premere ENTER per confermare.
- Una volta inserito il dato desiderato, per avviare il programma Manuale premere il pulsante START/STOP, dopodiché agire sui pulsanti UP/DOWN per regolare l'intensità dell'esercizio.
- Quando viene impostato uno dei parametri: durata, distanza, calorie e viene premuto il pulsante START/STOP per avviare il programma, il display corrispondente al parametro selezionato esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero.  
Dopo avere concluso il programma il computer rimanda un segnale acustico e l'esercizio si arresta.  
Nel caso fossero impostati più parametri (tra durata, distanza e calorie), dopo aver concluso un esercizio per esaurimento del primo parametro, premendo nuovamente il pulsante START/STOP si può portare a termine anche uno degli altri parametri rimasti inconclusi.

## PROGRAMMI PRE-IMPOSTATI

Dopo l'accensione dell'attrezzo agire sui pulsanti UP/DOWN per selezionare uno dei programmi preimpostati **P2÷P7**, nel quale l'intensità viene regolata dal computer secondo i diagrammi dei profili riprodotti sul display a matrice.

- Dopo l'accensione agire sui pulsanti UP/DOWN per scorrere i programmi disponibili (Programmi Pre-impostati P2 ÷ P7), sul display grafico viene visualizzato il numero di programma alternato con il diagramma del profilo corrispondente. Per selezionare uno dei programmi premere ENTER.
- A questo punto è possibile partire immediatamente con il programma selezionato premendo il pulsante START/STOP.
- In alternativa, prima di avviare il programma si può definire un parametro sul quale si desidera definire il proprio allenamento impostandolo sulla Durata, sulla Distanza oppure sulle Calorie; in tal caso premere ENTER fino a quando lampeggia il display corrispondente, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare l'obiettivo del programma impostando durata, distanza o calorie.
- Una volta inseriti tutti i dati, per avviare il programma Pre-impostato, premere il pulsante START/STOP per partire immediatamente con l'allenamento.
- Nel corso dell'allenamento il display SPEED alterna il dato della velocità con quello del conteggio del numero di pedalate al minuto (RPM) e il display WATT alterna il dato dell'energia prodotta con quello del consumo calorico (CALORIES).  
Il display PULSE visualizza le pulsazioni al minuto quando vengono impugnati i sensori di rilevazione pulsazioni sul manubrio.
- Quando viene impostata la durata del programma, oppure la distanza da percorrere, oppure le calorie da consumare, il display corrispondente esegue il conteggio alla rovescia del valore impostato fino a zero.
- Quando viene impostato uno dei parametri: durata, distanza, calorie e viene premuto il pulsante START/STOP per avviare il programma, il display corrispondente al parametro selezionato esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero.  
Dopo avere concluso il programma il computer rimanda un segnale acustico e l'esercizio si arresta.  
Nel caso fossero impostati più parametri (tra durata, distanza e calorie), dopo aver concluso un esercizio per esaurimento del primo parametro, premendo nuovamente il pulsante START/STOP si può portare a termine anche uno degli altri parametri rimasti inconclusi.

## PROGRAMMA BODY FAT

Tramite i sensori di rilevazione pulsazioni cardiache sui corrimano, il programma Body Fat Test permette di eseguire la misura della percentuale di massa grassa corporea.



*Si ricorda che questo dato è solo un indice di riferimento approssimativo e non un riscontro medico, serve per valutare gli eventuali progressi dello stato di forma fisica, nel corso di un programma di allenamento protratto nel tempo.*

- Per avviare la procedura di misurazione della massa grassa occorre sedersi sulla sella e senza pedalare, in modalità STOP, premere i pulsanti UP/DOWN per scorrere i programmi disponibili fino a visualizzare sul display il programma **P8** per entrare nella procedura di rilevazione dell'indice di massa grassa dell'utilizzatore.
- Premere il pulsante ENTER, il display visualizza l'icona **GENDER**, viene richiesta la selezione *del genere* di utilizzatore (maschio o femmina), quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per effettuare la scelta.
- Premere ancora il pulsante ENTER, il display visualizza **HEIGHT**, viene richiesta l'introduzione *dell'altezza (statura)* dell'utilizzatore, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per inserire il dato.
- Premere ancora il pulsante ENTER, il display visualizza **WEIGHT**, viene richiesta l'introduzione *del peso* dell'utilizzatore, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per inserire il dato.
- Premere ancora il pulsante ENTER, il display visualizza **AGE**, viene richiesta l'introduzione *dell'età* dell'utilizzatore, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per inserire il dato.
- Premere i pulsanti START/STOP e quindi stringere con forza e con entrambe le mani i sensori di rilevazione battito sul manubrio e attendere alcuni secondi affinché il computer effettui la misura. Terminata la misura, i display visualizzano i dati di:

- FAT %= Massa grassa percentuale
- BMI= Indice di massa corporea

B.M.I. (Body mass index)

SCALA B.M.I	<b>Sottopeso</b>	<b>Peso Normale</b>	<b>Sovrappeso</b>	<b>Obesità</b>
RANGE	<20	20-24	24.1-26.5	>26.5

BODY FAT

SIMBOLO	—	+	▲	◆
---------	---	---	---	---

FAT%	<b>Sottopeso</b>	<b>Peso Normale</b>	<b>Sovrappeso</b>	<b>Obesità</b>
MASCHIO	<13%	13%-25.9%	26%-30%	>30%
FEMMINA	<23%	23%-35.9%	36%-40%	>40%



## PROGRAMMA HRC TARGET

Il programma Pulsazioni Costanti è un sistema di allenamento nel quale il computer regola automaticamente l'intensità dell'esercizio in funzione della frequenza cardiaca rilevata.

- Dopo l'accensione del computer agire sui pulsanti UP/DOWN fino a visualizzare la sigla **P9** e premere ENTER per confermare.
- Dopo la pressione del pulsante ENTER si può stabilire il parametro sul quale si desidera definire il proprio allenamento impostandolo sulla Durata, sulla Distanza oppure sulle Calorie; in tal caso premere ENTER fino a quando lampeggia il display corrispondente, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare il parametro desiderato.
- Viene richiesta l'introduzione dell'età dell'utilizzatore, lampeggia il display con sigla 'AGE'. Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare l'età e premere ENTER per confermare.
- Viene richiesta l'introduzione della **frequenza cardiaca di soglia** (TARGET HRC) che si desidera mantenere durante l'allenamento, tenendo conto dell'età dell'utilizzatore. Sul display lampeggiante 'Pulse' impostare la frequenza di soglia che si intende mantenere (battiti cardiaci al minuto che vengono mantenuti costanti nel corso del programma di allenamento). Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare il dato e premere ENTER per confermare.
- Per avviare il programma premere il pulsante START/STOP, quindi indossare la fascia del cardiofrequenzimetro.
- Quando viene impostato uno dei parametri: durata, distanza, calorie e viene premuto il pulsante START/STOP per avviare il programma, il display corrispondente al parametro selezionato esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero. Dopo avere concluso il programma il computer rimanda un segnale acustico e l'esercizio si arresta. Nel caso fossero impostati più parametri (tra durata, distanza e calorie), dopo aver concluso un esercizio per esaurimento del primo parametro, premendo nuovamente il pulsante START/STOP si può portare a termine anche uno degli altri parametri rimasti inconclusi.

### NOTE:

- Nell'esecuzione del programma H.R.C. è consigliato l'utilizzo del cardiofrequenzimetro, poichè fornisce un dato più accurato rispetto ai sensori di rilevazione sul manubrio.
- Quando non viene rilevato in modo continuo il segnale della frequenza cardiaca tramite i sensori di rilevazione sul manubrio oppure il cardiofrequenzimetro, il computer arresta l'esercizio e rimanda un segnale acustico.

## PROGRAMMA HRC 60%-75%-85%

Il programma Pulsazioni Costanti è un sistema di allenamento nel quale il computer regola automaticamente l'intensità dell'esercizio in funzione della frequenza cardiaca rilevata.

- Dopo l'accensione del computer agire sui pulsanti UP/DOWN fino a visualizzare la sigla **P10** oppure **P11** oppure **P12** a seconda del regime cardiaco che si desidera mantenere, quindi premere ENTER per confermare.  
P10: HRC60% = regime cardiaco per il dimagrimento  
P11: HRC75% = regime cardiaco per allenamento aerobico  
P12: HRC85% = regime cardiaco per allenamento anaerobico
- Dopo la pressione del pulsante ENTER si può stabilire il parametro sul quale si desidera definire il proprio allenamento impostandolo sulla Durata, sulla Distanza oppure sulle Calorie; in tal caso premere ENTER fino a quando lampeggia il display corrispondente, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare il parametro desiderato.
- Viene richiesta l'introduzione dell'età dell'utilizzatore sulla quale il computer calcola il regime cardiaco a seconda del programma selezionato, lampeggia il display con sigla 'AGE'. Agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare l'età e premere ENTER per confermare.
- Per avviare il programma premere il pulsante START/STOP, quindi indossare la fascia del cardiofrequenzimetro.
- Quando viene impostato uno dei parametri: durata, distanza, calorie e viene premuto il pulsante START/STOP per avviare il programma, il display corrispondente al parametro selezionato esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero. Dopo avere concluso il programma il computer rimanda un segnale acustico e l'esercizio si arresta. Nel caso fossero impostati più parametri (tra durata, distanza e calorie), dopo aver concluso un esercizio per esaurimento del primo parametro, premendo nuovamente il pulsante START/STOP si può portare a termine anche uno degli altri parametri rimasti inconclusi.

### NOTE:

- Nell'esecuzione del programma H.R.C. è consigliato l'utilizzo del cardiofrequenzimetro, poichè fornisce un dato più accurato rispetto ai sensori di rilevazione sul manubrio.
- Quando non viene rilevato in modo continuo il segnale della frequenza cardiaca tramite i sensori di rilevazione sul manubrio oppure il cardiofrequenzimetro, il computer arresta l'esercizio e rimanda un segnale acustico.

## PROGRAMMA UTENTE

Il programma Utente permette di costruirsi un programma di allenamento con la variazione dell'intensità programmata a piacere.

- Dopo l'accensione del computer agire sui pulsanti UP/DOWN fino a visualizzare la sigla **P13** (USER) e premere ENTER per confermare.
- Dopo la pressione del pulsante ENTER si può stabilire il parametro sul quale si desidera definire il proprio allenamento impostandolo sulla Durata, sulla Distanza oppure sulle Calorie; in tal caso premere ENTER fino a quando lampeggia il display corrispondente, quindi agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare il parametro desiderato.
- Si presenta lampeggiante la prima colonna del display grafico, nel quale si imposta il dato relativo all'intensità dell'esercizio nella prima sessione di allenamento; agire sui pulsanti UP/DOWN per impostare il dato e premere ENTER per confermare. Continuare a impostare tutte le colonne nella stessa maniera, una volta completata l'impostazione sul display grafico potete vedere visualizzato il diagramma con la variazione di intensità che avete appena programmato e memorizzato.
- Per avviare il programma utente premere il pulsante START/STOP, il computer modificherà il livello di intensità a seguendo le impostazioni che avete programmato.
- Quando viene impostato uno dei parametri: durata, distanza, calorie e viene premuto il pulsante START/STOP per avviare il programma, il display corrispondente al parametro selezionato esegue il conteggio alla rovescia dal valore impostato fino a zero.  
Dopo avere concluso il programma il computer rimanda un segnale acustico e l'esercizio si arresta.  
Nel caso fossero impostati più parametri (tra durata, distanza e calorie), dopo aver concluso un esercizio per esaurimento del primo parametro, premendo nuovamente il pulsante START/STOP si può portare a termine anche uno degli altri parametri rimasti inconclusi.



## MANUTENZIONE



Mantenere l'attrezzo sempre pulito e privo di polvere.



Non utilizzare sostanze infiammabili o nocive per la pulizia. Non usare solventi per pulire le parti di plastica ma soltanto prodotti a base di acqua e panni morbidi.



Solventi quali il petrolio, l'acetone, la benzina, il tetracloride di carbonio, l'ammoniaca e olio contenente sostanze cloriche possono danneggiare e corrodere le parti di plastica.

- Ogni settimana pulire le superfici esterne, utilizzando una spugna inumidita di acqua e sapone neutro.
- Per pulire il computer utilizzare un panno umido e non bagnato senza strofinare con forza.



## SMALTIMENTO



Il simbolo del cestino dei rifiuti con una croce sopra indica che i prodotti commercializzati rientrano nel campo di applicazione della Direttiva europea RoHS per lo smaltimento dei rifiuti di natura elettrica ed elettronica (RAEE).



La marcatura CE indica che il prodotto è totalmente conforme alla direttiva RoHS 2011/65/UE e nessuna delle componenti elettriche ed elettroniche incorporate al prodotto contiene livelli superiori a quelli previsti di piombo, mercurio, cadmio, cromo esavalente, bifenili polibromurati (PBB) o eteri di difenile polibromurati (PBDE).

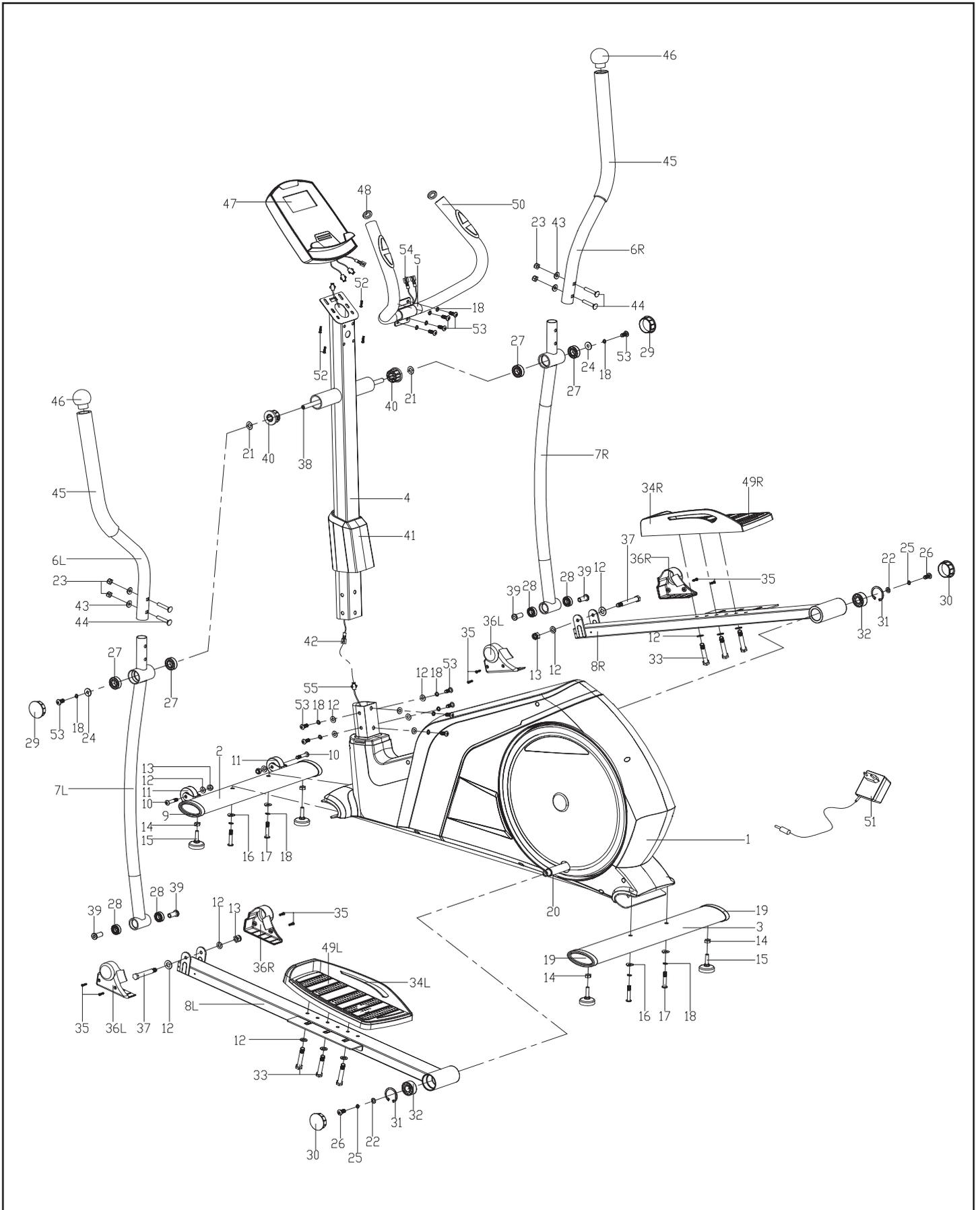


*Questo prodotto NON deve essere smaltito come rifiuto urbano, ma deve essere smaltito separatamente, conferendolo negli appositi centri di raccolta preposti per lo smaltimento e il riciclaggio di tali prodotti.*

*Per informazioni più dettagliate sul riciclaggio di questo prodotto, rivolgersi agli enti locali preposti, al fornitore del servizio di smaltimento dei rifiuti domestici, oppure direttamente al negozio in cui è stato acquistato il prodotto.*



# ESPLOSO RICAMBI-A







## LISTA RICAMBI

Pos.	Descrizione	Q.tà	Pos.	Descrizione	Q.tà
1	Telaio principale	1	54	Sensori palmari cablati	2
2	Barra di appoggio anteriore	1	55	Cablaggio computer inferiore	1
3	Barra di appoggio posteriore	1	56	Dado autobloccante M6	4
4	Tube di supporto manubrio	1	57	Cinghia	1
5	Manubrio	1	58	Vite M8x40	1
6L/R	Impugnatura sx/dx	1/1	59	Boccola Ø10xØ18x6	1
7L/R	Leva sx/dx	1/1	60	Ruota folle	1
8L/R	Pedaliera sx/dx	1/1	61L/R	Carena sx/dx	1/1
9	Tappo ovale appoggio anteriore	2	62	Disco copri-pedivella	2
10	Vite M8x38xL12	2	63	Dado flangiato	2
11	Ruota di spostamento	2	64	Vite M6x16	2
12	Rondella piana Ø8xØ16x1.5T	18	65	Rondella spaccata Ø6	6
13	Dado autobloccante M8	6	66	Rondella piana Ø6	2
14	Dado M10	4	67	Seeger Ø12	2
15	Piede regolabile	4	68	Freno a induzione magnetica	1
16	Rondella curva Ø8x2xØ25XR39	4	69	Magnete permanente quadro	14
17	Vite M8xL58	4	70	Molla	1
18	Rondella spaccata Ø8 mm	16	71	Albero freno magnetico	1
19	Tappo ovale appoggio posteriore	2	72	Vite M5x60	1
20	Pedivella a croce	2	73	Vite M5	2
21	Rondella ondulata Ø17xØ23x0.3	2	74	Sensore di velocità cablato	1
22	Rondella piana Ø10xØ26x2T	2	75	Seeger Ø20	2
23	Dado M8	4	76	Cuscinetto 6004	1
24	Rondella piana Ø8xØ22x2T	2	77	Tappo tondo carena	2
25	Rondella spaccata Ø10 mm	2	78	Cavo d'acciaio controllo freno	1
26	Vite M10x20	2	79	Motore	1
27	Cuscinetto 6003-2RS	4	80	Vite M10x1.0	2
28	Cuscinetto 6001Z	4	81	Vite M6	2
29	Tappo tondo leve Ø42 mm	2	82	Blocchetto filettato a U	2
30	Tappo tondo pedaliera Ø50 mm	2	83	Vite di registro volano	2
31	Seeger Ø40	2	84	Vite M10x1.0	2
32	Cuscinetto	2	85	Boccola	2
33	Vite M8x45	6	86	Cuscinetto 6000	2
34L/R	Pedana sx/dx	1/1	87	Volano	1
35	Vite autofilettante ST4.2x18	37	88	Albero volano	1
36L/R	Copertura plastica sx/dx	2/2	89	Vite	4
37	Vite M8x80	2	90	Puleggia	1
38	Albero fulcro leve	1	91	Albero movimento centrale	1
39	Boccola	4			
40	Boccola plastica Ø42xØ17x23	2			
41	Rivestimento conico	1			
42	Cablaggio computer intermedio	1			
43	Rondella curva Ø8xØ19x1.5xR30	4			
44	Bullone a incasso M8xL45	4			
45	Rivestimento impugnatura	2			
46	Tappo sferico	2			
47	Computer	1			
48	Tappo tondo manubrio	2			
49L/R	Inserti antiscivolo per pedana sx/dx	1/1			
50	Rivestimento manubrio	2			
51	Adattatore di rete	1			
52	Vite M4x10	4			
53	Vite M8x16	12			



## ORDINE RICAMBI

Per ordinare parti di ricambio riferirsi al disegno in esploso che si trova alla pagina precedente.

L'ordine delle parti di ricambio deve riportare le seguenti indicazioni:

- 1) Marca e modello del prodotto.
- 2) Nome del particolare da sostituire.
- 3) Numero di riferimento del particolare.
- 4) Quantità richiesta.
- 5) Recapito e informazioni per la spedizione.

Per maggiore chiarezza si consiglia di effettuare l'ordine utilizzando una copia della scheda di seguito proposta.



Il presente catalogo può presentare talune piccole differenze dal prodotto posseduto; possono mancare eventuali aggiornamenti che il costruttore ha applicato nel contempo. In caso di difficoltà nella comprensione di disegni e descrizioni contattare il Centro Assistenza Tecnica al numero verde:

**800.046.137** ( ☎ 9:00 AM → 12:00 AM )

## SCHEDA PER L'ORDINE DEI RICAMBI

Denominazione

Nome

Cognome

Indirizzo



Tel

Fax

E-mail

Pos.	Descrizione del pezzo	Q.tà	Prezzo cad.	Totale
Costi di trasporto				

Invio della scheda per l'ordine dei ricambi:

fax +39 0471.208310

e-mail: [assistenzagetfit@sportalliance.it](mailto:assistenzagetfit@sportalliance.it)

*NB: conferma d'ordine e tempo di consegna viene comunicata telefonicamente dal centro assistenza.*



## GARANZIA

SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL s.p.a. garantisce la conformità del Prodotto contro i difetti di fabbricazione e la sua idoneità all'uso per il quale è stato specificamente concepito e progettato, ossia per l'esercizio fisico del corpo in ambiente domestico e per un uso esclusivamente sportivo e non terapeutico e/o riabilitativo.

### DURATA E VALIDITÀ DELLA GARANZIA

- La Garanzia Convenzionale prestata da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. è valida all'interno dei paesi dell'Unione Europea per un periodo di 24 mesi dalla consegna del Prodotto.
- La presente Garanzia è riferita ai prodotti commercializzati e distribuiti da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. e i suoi partners acquistati dal Consumatore esclusivamente presso un Venditore autorizzato, ed è prestata a titolo meramente convenzionale e nei limiti qui stabiliti; restano salvi ed impregiudicati i rimedi stabiliti dalla legge a favore del consumatore in materia di vendita di beni di consumo di cui alla Parte IV, Titolo III del d.lgs. 6 settembre 2005, n. 206 (Codice del consumo).
- Per le richieste di intervento in Garanzia, il Consumatore deve dichiarare la data di consegna del Prodotto tramite lo scontrino fiscale (o altro documento compatibile), deve inoltre comunicare il nominativo del Venditore e gli estremi identificativi del Prodotto (modello e numero di matricola).  
**Nota:** per la validità della Garanzia è pertanto necessario conservare con cura lo scontrino fiscale (o altro documento compatibile) riportante gli estremi dell'acquisto.
- Per registrare il prodotto e fruire della Garanzia Convenzionale, si richiede al Consumatore di provvedere alla compilazione online del form di registrazione in internet all'indirizzo: <http://www.getfit-fitness.it/it/fitness-home/54/3/garanzia-getfit-attrezzatura-fitness-> o eventualmente all'invio tramite posta (Sport Alliance International S.p.A. - Via E. Fermi, 14 - 39100 - Bolzano - BZ - Italia), fax (+39 0471 208310), oppure e-mail ([assistenzagetfit@sportalliance.it](mailto:assistenzagetfit@sportalliance.it)) del Tagliando di Garanzia, allegato al Manuale Utente, debitamente compilato. La registrazione deve essere effettuata entro un mese dall'acquisto del Prodotto.
- La Garanzia comprende la riparazione o la sostituzione gratuita delle parti componenti il Prodotto che presentino difetti di conformità regolarmente e tempestivamente denunciati dal Consumatore tramite l'avvio della pratica di intervento in garanzia accordata con il nostro Servizio Assistenza al numero verde: **800.046.137** ed imputabili ad un'azione o ad un'omissione del produttore. Si provvederà alla sostituzione dell'intero Prodotto, in luogo della riparazione o della sostituzione di singoli componenti, nel caso in cui tali ultimi rimedi siano oggettivamente impossibili o eccessivamente onerosi.
- La sostituzione dell'intero Prodotto o di un suo componente non comporta una proroga della Garanzia Convenzionale. La Garanzia Convenzionale avrà termine alla scadenza dei 24 mesi dalla data di consegna del Prodotto originario, seguendo il contratto di vendita pattuito. Trascorso il periodo di ventiquattro mesi di garanzia, ogni intervento di riparazione e/o sostituzione di componenti del Prodotto è totalmente a carico del Consumatore.

### ESCLUSIONI DELLA GARANZIA

- La Garanzia è **esclusa** nei casi seguenti:
  - a. mancata osservanza delle istruzioni, indicazioni ed avvertenze finalizzate a consentire la corretta installazione/montaggio ed il regolare funzionamento del Prodotto (le regole di corretta installazione/montaggio, uso e manutenzione del Prodotto sono contenute nel Manuale Utente, allegato alla presente Garanzia, di cui costituisce parte integrante);
  - b. uso del Prodotto per finalità diverse da quelle per le quali il Prodotto

- a. è stato specificatamente concepito/progettato;
  - c. manomissioni del Prodotto;
  - d. trascuratezza e/o negligenza nell'uso e nella manutenzione del Prodotto;
  - e. danni causati dal trasporto o dalla spedizione del Prodotto;
  - f. riparazione eseguita da centri assistenza non autorizzati;
  - g. riparazione del prodotto da parte dell'utilizzatore stesso, tranne il caso in cui l'operazione di riparazione/sostituzione parti è autorizzata dal Servizio Assistenza SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A.;
  - h. difetti di conformità che, per qualsiasi motivo, non possono in alcun modo farsi risalire ad azioni od omissioni del Produttore e/o Distributore;
  - i. la Garanzia NON comprende gli interventi inerenti all'installazione del Prodotto ed all'allacciamento agli impianti di alimentazione.
- L'usura conseguente al normale utilizzo del Prodotto e dei suoi componenti NON può in alcun modo configurare difetto di conformità e non può pertanto essere coperta dalla presente Garanzia.

#### Elenco componenti soggetti a normale usura:

- TAPIS ROULANT, elementi soggetti ad usura per normale utilizzo: rulli, piano di corsa, nastro, grip, cinghia, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.
- HOME BIKE, elementi soggetti ad usura per normale utilizzo: pedali e cinghietti, sella, cinghia di trasmissione, guarnizioni, manopole, parti asportabili, accessori e materiali di consumo in genere.

### MODALITÀ DI ESECUZIONE INTERVENTI IN GARANZIA

Durante il periodo coperto dalla Garanzia, le prestazioni oggetto della stessa saranno effettuate a titolo completamente gratuito dal Servizio Assistenza del Distributore secondo le modalità e i tempi concordati telefonicamente con il tecnico contattato tramite il numero verde. È facoltà Consumatore richiedere le eventuali parti di ricambio coperte da garanzia e provvedere alla sostituzione delle stesse secondo le istruzioni concordate con i tecnici del servizio assistenza, mentre nell'eventualità in cui il Prodotto o suoi componenti fossero da sottoporre a riparazione presso la stessa sede di Sport Alliance International S.p.A. (indirizzo), sarà cura e spese del Consumatore provvedere alla spedizione del Prodotto da ripararsi o sostituirsi presso la suddetta sede.

**Nota:** In tale eventualità tutti i rischi correlati al trasporto del Prodotto saranno posti a carico del Consumatore ed in ogni caso SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A. non risponderà di eventuali danni arrecati al Prodotto o ai suoi componenti dal trasporto effettuato dal Corriere e/o Vettore.

Qualora il Consumatore risulti irreperibile al momento della consegna presso il suo domicilio del Prodotto riparato o sostituito da parte del Corriere e/o del Vettore incaricato da SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL S.p.A., saranno posti a suo carico i corrispettivi dovuti a Corriere/Vettore relativi alle successive spedizioni, corrispettivi che dovranno essere liquidati al Corriere/Vettore direttamente dal Consumatore all'atto della consegna del Prodotto.

 9:00 AM  12:00 AM	<b>SERVIZIO ASSISTENZA</b> Numero Verde <b>800.046.137</b>
---	--



## INHALTSVERZEICHNIS

• WARNHINWEISE .....	seite 30
• VORGESEHENER GEBRAUCH – ANFORDERUNGEN AN DEN NUTZER .....	seite 30
• SYMBOLE – BEDEUTUNG UND ANWENDUNG .....	seite 31
• TECHNISCHE DATEN .....	seite 31
• TYPENSCHILDER .....	seite 32
• ANFORDERUNGEN AN DIE MONTAGE .....	seite 33
• AUSPACKEN – VERPACKUNGSINHALT .....	seite 33
• MONTAGE .....	seite 34
• HINWEISE ZUM TRAINING .....	seite 41
• BRUSTGURT ZUR HERZFREQUENZMESSUNG (ALS ZUBEHÖR ERHÄLTlich) .....	seite 42
• PRAKTISCHE HINWEISE .....	seite 43
• COMPUTER - (DISPLAY) .....	seite 44
• COMPUTER - (TASTEN) .....	seite 45
• ANSCHALTEN - MODUS QUICK START .....	seite 46
• MANUELLES PROGRAMM .....	seite 46
• VOREINGESTELLTE PROGRAMME .....	seite 47
• BODY FAT PROGRAMM .....	seite 47
• TARGET HRC-PROGRAMM .....	seite 48
• HRC-PROGRAMM 60% - 75% - 85% .....	seite 48
• BENUTZERDEFINIERTER PROGRAMME .....	seite 49
• WARTUNG .....	seite 50
• ENTSORGUNG .....	seite 50
• EXPLOSIONSZEICHNUNG-A .....	seite 51
• EXPLOSIONSZEICHNUNG-B .....	seite 52
• ZUBEHÖRLISTE .....	seite 53
• ERSATZTEILBESTELLUNG .....	seite 54
• FORMULAR FÜR DIE ERSATZTEILBESTELLUNG .....	seite 54
• GARANTIE .....	seite 55



## WARNHINWEISE

### OBLIEGENHEITEN

- Das Gerät ist für den Hausgebrauch konzipiert und darf nur in Innenräumen benutzt werden.
- Es darf nur von Personen benutzt werden, die sich in sehr gutem gesundheitlichen Zustand befinden und älter als 16 Jahre sind.
- Lesen Sie vor Benutzung des Gerätes das Benutzerhandbuch genau durch, und halten Sie es immer in Reichweite.
- Informieren Sie weitere Nutzer wie Freunde und Familienangehörige über die korrekte Nutzung des Gerätes.
- Tragen Sie während der Nutzung des Gerätes bequeme Kleidung, bestehend aus Sportschuhen und Trainingsbekleidung oder aber leichte Bekleidung, die für das Radtraining geeignet ist. Schweißundurchlässige Kleidung oder unbequeme oder für die sportliche Betätigung ungeeignete Schuhe können zu Schäden führen.
- Halten Sie Kinder und Haustiere während der Nutzung des Gerätes von diesem entfernt; bewegliche Teile des Gerätes können zu Körperschäden führen.
- Sollten Sie während des Trainings Schwindel, Brustschmerzen oder Atemlosigkeit verspüren, beenden Sie sofort das Training und rufen Sie einen Arzt.
- Kontrollieren Sie regelmäßig, dass alle Teile richtig verschraubt und in gutem Zustand sind.

### VERBOTE

- Das Gerät darf nicht in ärztlichen Einrichtungen oder Fitnessstudios verwendet werden.
- Das Gerät darf nicht für Untersuchungen oder für therapeutische oder Rehabilitationszwecke benutzt werden.
- Kinder und Haustiere sind während des Trainings vom Gerät fernzuhalten.
- Flüssigkeitsbehälter sind vom Gerät fernzuhalten.
- Für die Reinigung des Gerätes dürfen keine aggressiven chemischen Substanzen, Bürsten oder kratzende Schwämme verwendet werden.
- Vom Gerät dürfen keine Teile abmontiert werden, es sei denn, es ist im Benutzerhandbuch ausdrücklich vorgeschrieben.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt ist oder schlecht funktioniert. Sollte das Gerät schlecht funktionieren, stellen Sie es aus und rufen Sie den für die Reparatur zuständigen Kundenservice an.
- Tragen Sie während des Trainings keine Kleidung aus synthetischen Materialien oder solche, die Wolle enthält. Das Tragen solcher ungeeigneten Kleidung kann zu hygienischen Problemen oder zu gefährlichen elektrostatischen Aufladungen führen.



## VORGESEHENER GEBRAUCH – ANFORDERUNGEN AN DEN NUTZER

Dank der Fitnessgeräte der Linie Get-Fit können Sie sich innerhalb Ihrer eigenen vier Wände zu jeder Jahreszeit sportlich bewegen; sei es, sie können das Haus wegen großer Hitze, Kälte oder auf Grund von Regenwetter nicht verlassen, oder Sie wollen sich während einer kurzen Pause sportlich betätigen, haben aber keine Zeit, ein Fitnessstudio aufzusuchen oder ein Trainingsprogramm aufzunehmen.

Das in diesem Benutzerhandbuch beschriebene Produkt wurde für den privaten Hausgebrauch konzipiert und zertifiziert. Es handelt sich um ein Sportgerät, das in einer gemeinsamen Bewegung Schritt- und Armbewegungen vereint und gleichzeitig die typischen Traumata an den unteren Extremitäten infolge des Aufsetzens reduziert.

Um ein sicheres und bewußtes, dem Alter und den eigenen körperlichen Möglichkeiten entsprechendes, Training zu gewährleisten, sollte vor Trainingsbeginn eine ärztliche Untersuchung beim behandelnden Arzt durchgeführt werden.

**Das Gerät darf unter den folgenden Umständen nicht verwendet werden:**

- **der Nutzer ist jünger als 16 Jahre;**
- **der Nutzer hat ein höheres Gewicht, als das auf dem Typenschild mit den technischen Daten angegebene;**
- **die Nutzerin ist schwanger;**
- **der Nutzer leidet an Diabetes;**
- **der Nutzer leidet an einer Herz-, Lungen- oder Nierenerkrankung.**



**In den folgenden Fällen verfällt die Produkt- und die Händlergarantie:**

- **bei einer vom im Benutzerhandbuch abweichenden Nutzung des Produktes;**
- **bei Nichteinhaltung der Wartungsarbeiten und -intervalle;**
- **bei unberechtigten am Produkt vorgenommenen Veränderungen;**
- **bei Nichtverwendung von Originalersatzteilen;**
- **bei Nichtbeachtung der im Benutzerhandbuch angegebenen Sicherheitshinweise.**



Dieses Handbuch enthält alle Informationen in Bezug auf den Aufbau, die Wartung und den richtigen Gebrauch des Gerätes. Die Nutzer dieses Produktes sowie Freunde und Familienangehörige, die dieses Produkt nutzen, werden angehalten, dieses Benutzerhandbuch aufmerksam zu lesen, um eine korrekte und sichere Nutzung des Gerätes sicherzustellen.



## SYMBOLE – BEDEUTUNG UND ANWENDUNG

Die in diesem Benutzerhandbuch enthaltenen Anweisungen und Warnhinweise garantieren maximale Sicherheit bei der Nutzung sowie eine erhöhte Lebensdauer des Produktes. Warnungen und besondere Hinweise in Bezug auf gefährliche Situationen werden fettgedruckt hervorgehoben und durch im folgenden dargestellte Symbole näher erläutert.



**GEFAHR:** Hinweis auf eine Handlung, die die Gefahr eigener Verletzungen oder Verletzungen für die in der Umgebung befindlichen Personen mit sich bringt.  
**Folgen Sie gewissenhaft allen Anweisungen!**



**WARNUNG:** Hinweis auf eine Handlung, die die Gefahr der Beschädigung des Produktes mit sich bringt. Achten Sie darauf!



**HINWEIS:** Warnungen oder Hinweise über die wichtigsten Funktionen und nützliche Informationen.



Die in diesem Benutzerhandbuch enthaltenen Erläuterungen machen bestimmte Vorgehensweisen und Informationen deutlicher. Eine ständige Weiterentwicklung der Produkte kann leichte Unterschiede zwischen der Explosionszeichnung und dem gekauften Produkt mit sich bringen.

In den Fällen, in denen die Erläuterungen des Benutzerhandbuches in einigen Details nicht mit dem in Ihrem Besitz befindlichen Produkt übereinstimmen sollten, wird daran erinnert, dass diese Unterschiede rein ästhetischen Charakter haben und nicht die Hinweise auf die in jedem Fall garantierte Sicherheit betreffen.

Der Hersteller entwickelt seine Produkte ständig weiter und kann daher ohne Vorankündigung ästhetische Veränderungen vornehmen.



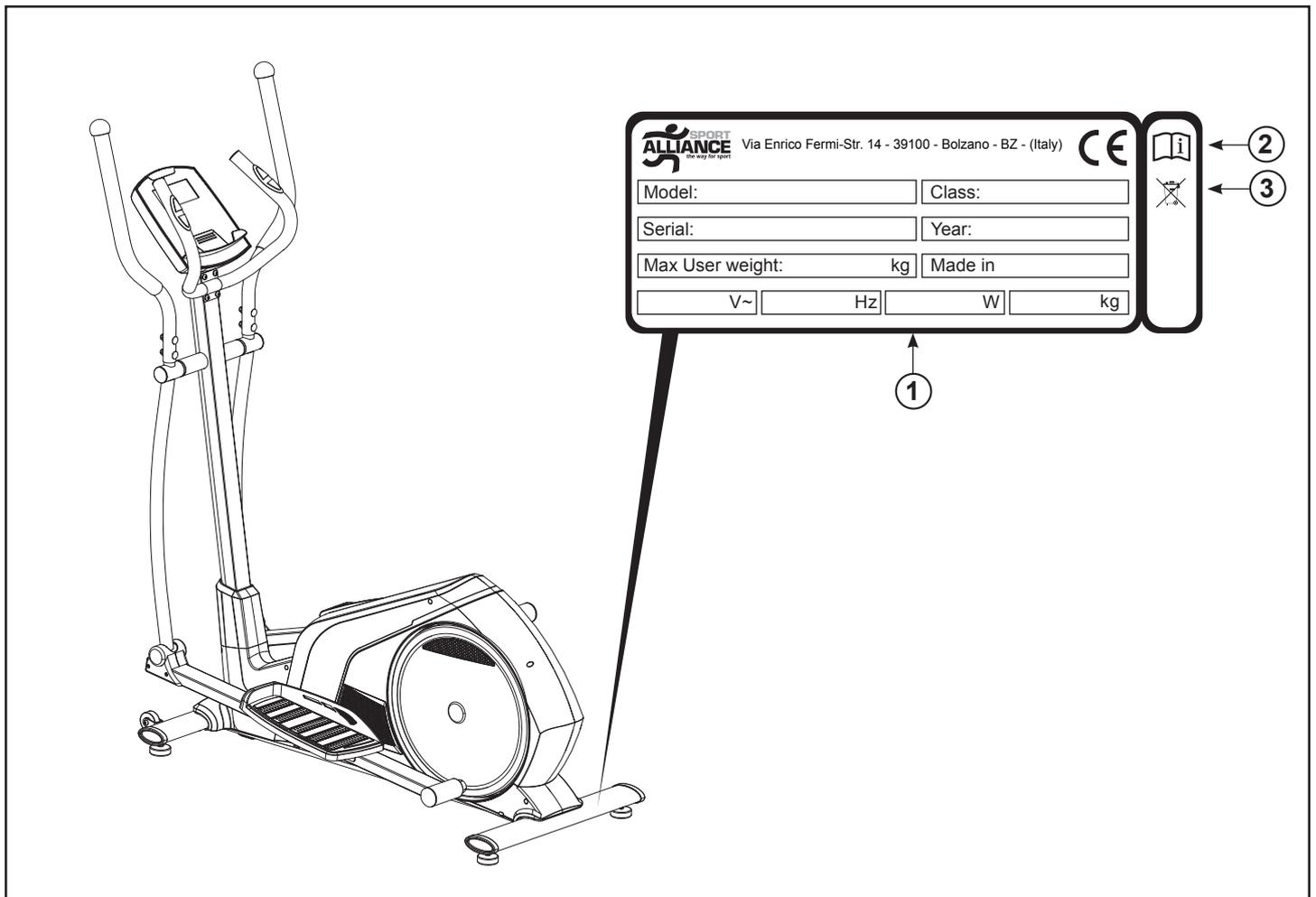
## TECHNISCHE DATEN

BREMSSYSTEM:	Magnetbremse
REGULIERUNG DES WIDERSTANDES:	elektrische Regulierung in 16 Stufen
COMPUTER:	Zeit, Strecke, Geschwindigkeit, Kalorien, Puls, Gesamtstrecke, Rpm, Watt
PROGRAMME:	6 Voreingestellte programme, Benutzerdefinierte programm, H.R.C.programme 60%,75%,80%, funktion Body Fat
GEWICHT DES SCHWUNGRADES:	10 kg
ABMAßE MAX (LXBXH):	1560 x 720 x 1690 mm
NETTOGEWICHT:	51,6 kg
BRUTTOGEWICHT:	59,3 kg
MAXIMALES NUTZERGEWICHT:	125 kg
STROMVERSORGUNG :	IN: [240VAC - 50Hz] - OUT: [9Vdc - 500 mA - 4,5 VA]
HERZFREQUENZMESSUNG:	Handsensoren auf handlauf und brustgurt (als zubehör erhältlich)
KONFORMITÄT:	Normen: EN ISO 20957-1 - EN 957-9 (classe HB) Richtlinien: 2001/95/EG - 2014/30/EG - 2014/35/EG - 2011/65/EG



## TYPENSCHILD

- 1) Das Typenschild gibt die technischen Daten und die Seriennummer wieder.
- 2) Symbol mit dem Hinweis, vor Inbetriebnahme unbedingt das Benutzerhandbuch zu lesen.
- 3) Symbole, die darauf hinweisen, dass das Produkt den europäischen Richtlinien in Bezug auf die Behandlung und Entsorgung von Gefahrenstoffen in elektrischen und elektronischen Geräten entspricht.





## ANFORDERUNGEN AN DIE MONTAGE

**Wählen Sie die Umgebung aus, in der Sie das Gerät aufstellen möchten.**

- Die Umgebung, in der das Gerät aufgestellt und genutzt werden soll, sollte überdacht (das Produkt sollte nicht im Freien, wie beispielsweise auf einer Terrasse, aufgestellt werden), gut belüftet und beleuchtet sein.
- Der Bereich, in dem das Gerät aufgestellt werden soll, sollte nicht zu stark dem Sonnenlicht ausgesetzt sein oder sich zu nah an der Heizung oder der Klimaanlage befinden und sollte, sofern möglich, über eine Steckdose verfügen.
- Der Fußboden sollte glatt und frei von Unregelmäßigkeiten sein; im Falle von verkleideten Fußböden, wie Teppichböden oder Parkett, wird empfohlen, die Kontaktpunkte mit einem weichen Material zu schützen.
- Es wird empfohlen, das Gerät in einem Raum aufzustellen, der über eine Tür verfügt, damit Kinder und Haustiere nicht in den Bereich des Gerätes gelangen können.



*Es wird empfohlen, die Originalverpackung nicht zu beschädigen und sie für den Fall aufzubewahren, dass das Produkt Fehler aufweist und eine Garantiereparatur notwendig sein sollte.*



## AUSPACKEN - VERPACKUNGSGEHÄLT

Die Verpackung besteht aus einer mit Metallheftklammern und Umreifungsbändern verschlossenen Kartonschachtel. Um die große und schwere Verpackung anzuheben und zu versetzen, sollten weitere Personen zu Hilfe gebeten werden. Bevor Sie die Verpackung auf dem Boden abstellen, achten Sie auf eine mögliche Angabe "OBEN", gekennzeichnet durch einen entsprechenden Pfeil auf der Verpackung. Um die Verpackung zu öffnen, schneiden Sie die Umreifungsbänder mit der Schere durch und entfernen Sie dann die Heftklammern mit einer Zange.



**Die Verpackung besteht aus wiederverwertbaren Materialien. Für die Entsorgung der einzelnen Verpackungsmaterialien beachten Sie bitte die örtlichen Anforderungen an die Verwertung von Verpackungsabfällen.**

**Die einzelnen Verpackungsmaterialien (Karton und Plastiktüten) sollen außer Reichweite von Kindern aufbewahrt werden, da sie eine potentielle Gefahrenquelle darstellen.**



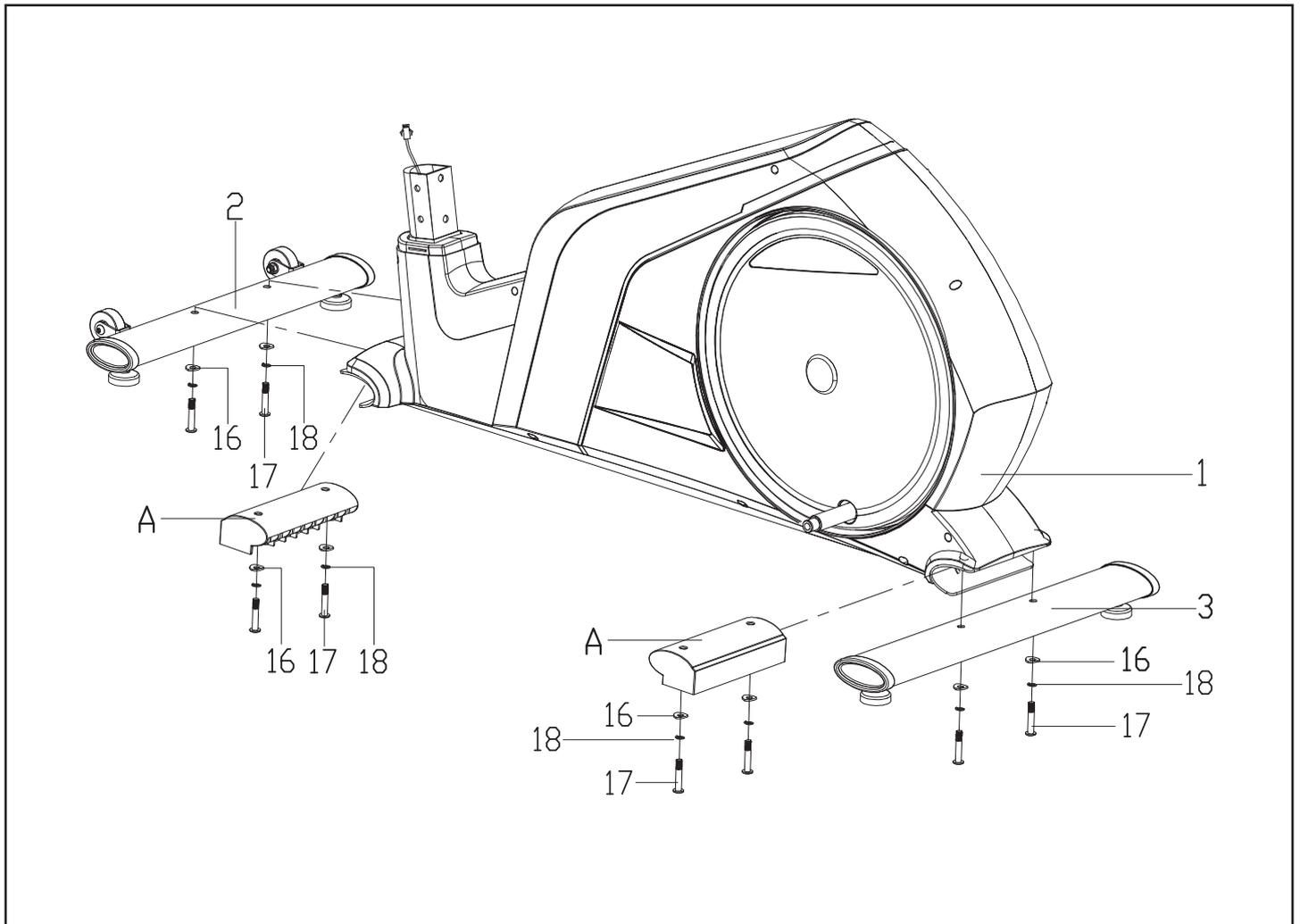
*Untersuchen Sie das Gerät nach der Entnahme aus der Verpackung auf mögliche Transportschäden und vergewissern Sie sich, dass alle Teile vorhanden sind.*



## MONTAGE

### Montage der Standfüße

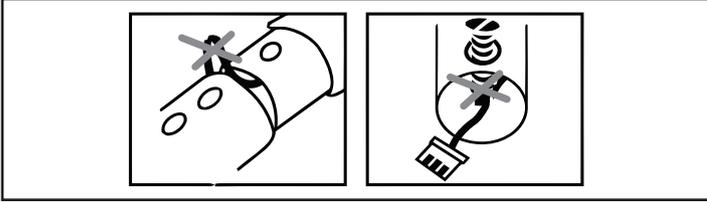
- Entfernen Sie die beiden Kunststoffblöcke **A**, die während des Verpackens und zum Transport des Geräts verwendet wurden, indem Sie aus einem jeden beide Schrauben **17** [M8x58L] herausdrehen und die beiden Federringe **18** [Ø8 mm] und die zwei gewellten Unterlegscheiben **16** [Ø8x2xØ25xR39] entfernen.
- Befestigen Sie den hinteren Standfuß **3** und den vorderen Standfuß **2** an den jeweiligen äußeren Enden des Hauptrahmens **1** mit den zuvor entfernten Schrauben: Befestigen Sie einen jeden mit zwei Schrauben **17** [M8x58L], zwei Federringen **18** [Ø8 mm] und zwei gewellten Unterlegscheiben **16** [Ø8x2xØ25xR39].



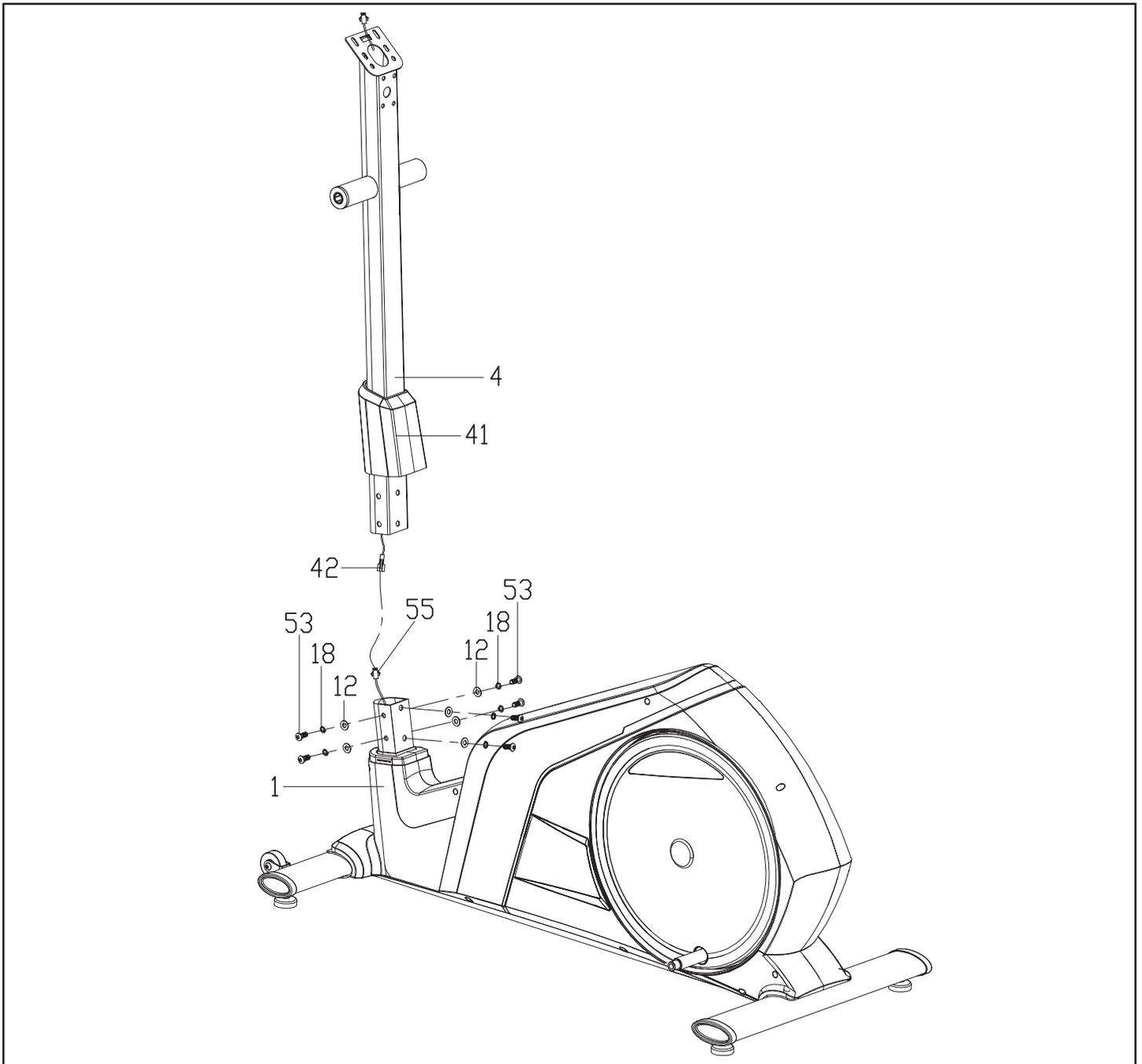
### Montage des Lenkstützrohrs



Achten Sie während der Montage des Lenkstützrohrs am Hauptrahmen darauf, dass das Verbindungskabel des Computers nicht zwischen den Rohren eingequetscht oder sogar durchtrennt wird.

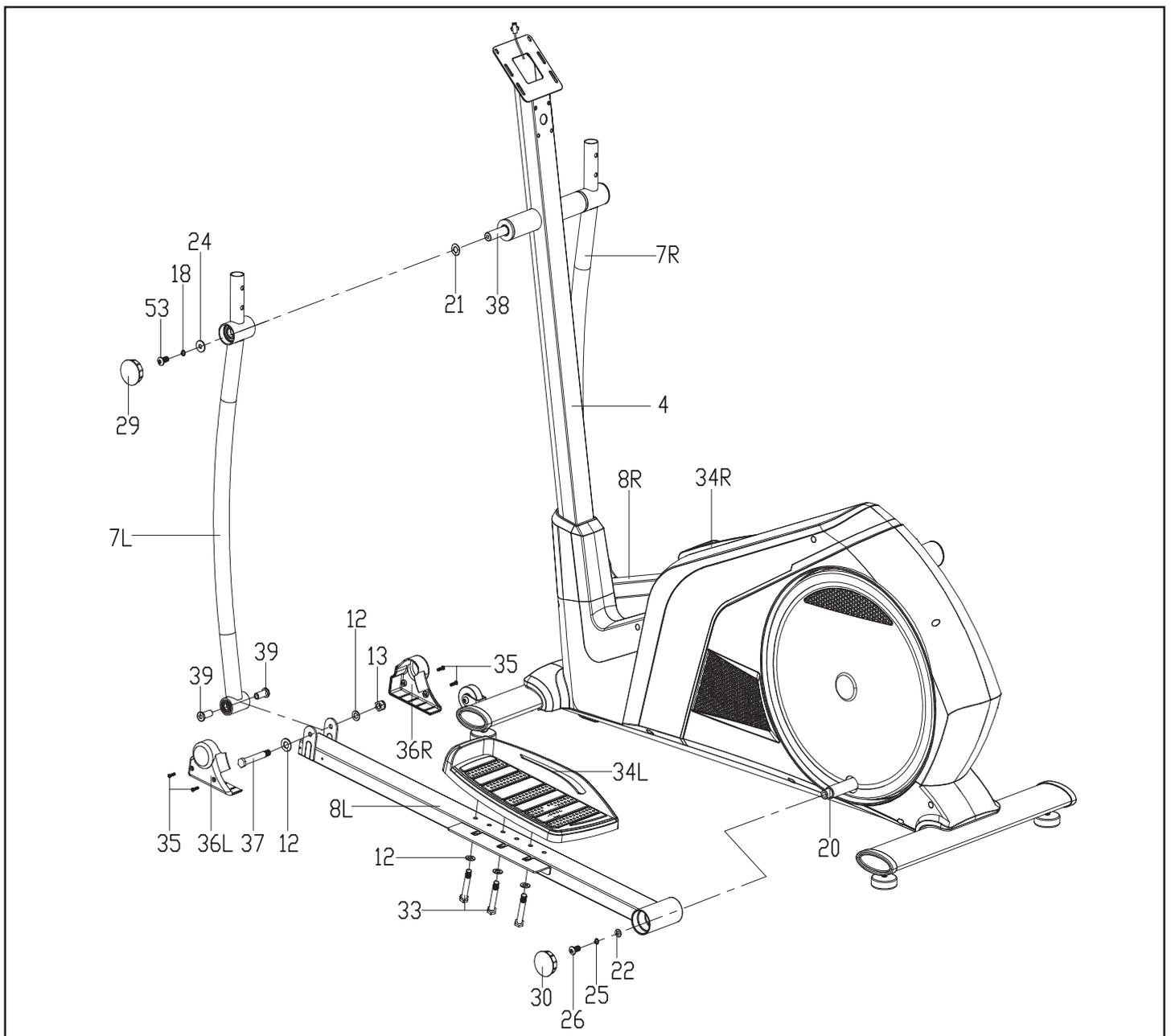


- Nähern Sie das Lenkstützrohr 4 an die Steckverbindung des Hauptrahmens an und stecken Sie die konische Blende 41 von unten auf das Lenkstützrohr. Achten Sie dabei auf die richtige Ausrichtung, so wie auf der Abbildung gezeigt.
- Verbinden Sie den aus dem Lenkstützrohr 4 herausragenden Stecker 42 mit der jeweiligen, aus dem Hauptrahmen 1 herausragenden Steckbuchse 55. Stecken Sie dann das Lenkstützrohr 4 in die entsprechende Öffnung im Hauptrahmen 1.
- Befestigen Sie das Lenkstützrohr 4 am Hauptrahmen 1 mit vier Schrauben 53 [M8x16L], vier Federringen 18 [Ø8] und vier flachen Unterlegscheiben 12 [Ø8xØ16x1.5].

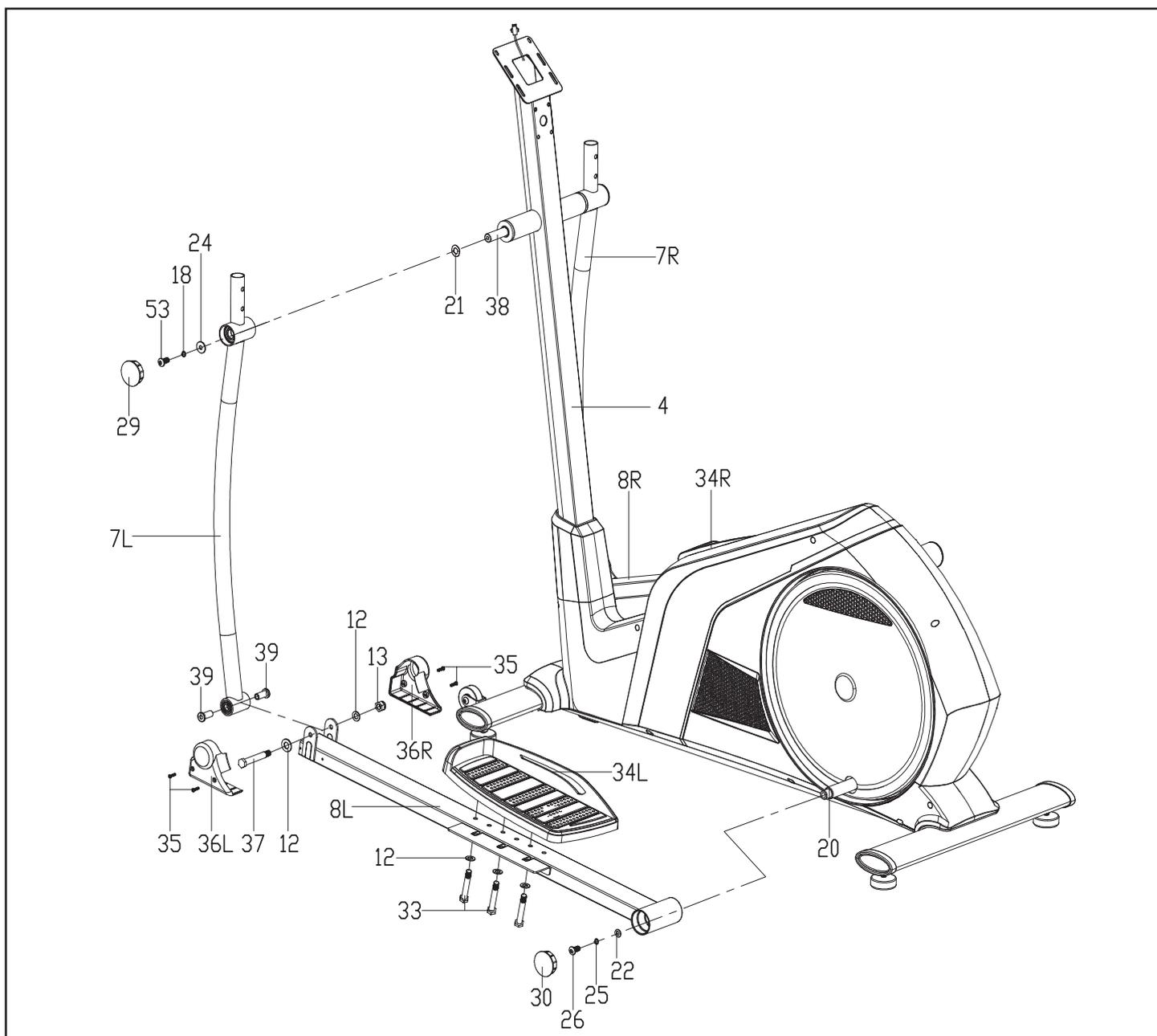


### Montage der Armstangen, Pedalarme und Pedale

- Stecken Sie das hintere Ende des linken Pedalarms **8L** auf den Zapfen der linken Tretkurbel **20**.
- Befestigen Sie das hintere Ende des linken Pedalarms **8L** an der Tretkurbel mit einer Schraube **26** [M10x20L] und einem vorgelagerten Federring **25** [Ø10 mm] sowie einer flachen Unterlegscheibe **22** [Ø10xØ26x2T]. Schließen Sie die Öffnung mit einem runden Verschlussstopfen **30**, so wie auf der Abbildung gezeigt.
- Stecken Sie auf einen jeden Zapfen **38** des Drehgelenks des Lenkstützrohrs **4** einen Federring **21** [Ø17xØ23x0.3T].
- Stecken Sie den oberen Teil der linken Armstange **7L** auf den Zapfen **38** des Lenkstützrohrs **4** und befestigen Sie ihn mit einer Schraube **53** [M8x16L], ohne sie anzuziehen, einem vorgelagerten Federring **18** [Ø8 mm] und einer flachen Unterlegscheibe **24** [Ø8xØ22x2T], so wie auf der Abbildung gezeigt. Wiederholen Sie diese Arbeitsschritte zur Befestigung des oberen Teils der rechten Armstange **7R** am rechten Zapfen **38**.
- Stecken Sie das hintere Ende des linken Pedalarms **8L** auf den Zapfen der linken Tretkurbel **20**. Befestigen Sie den hinteren Teil des linken Pedalarms **8L** an der Tretkurbel mit einer Schraube **26** [M10x20L], ohne sie anzuziehen, einem vorgelagerten Federring **25** [Ø10 mm] und einer flachen Unterlegscheibe **22** [Ø10xØ26x2T], so wie auf der Abbildung gezeigt.

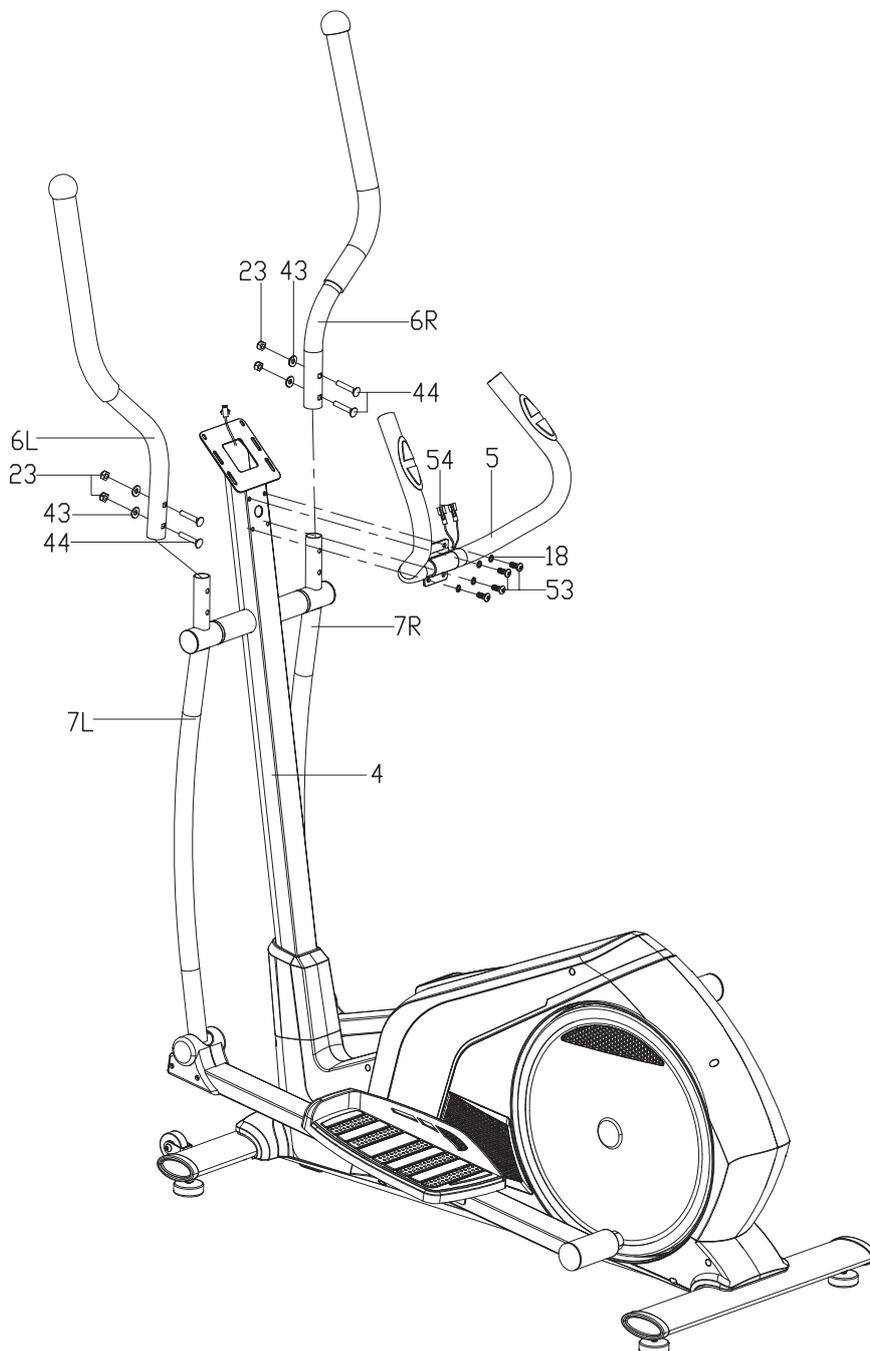


- Stecken Sie in die Öffnungen am unteren Ende der linken Armstange **7L** zwei Buchsen **39**. Befestigen Sie die Armstange dann im vorderen Bereich des linken Pedalarms **8L** mit einer Schraube **37** [M8x80L], einer vorgelagerten flachen Unterlegscheibe **12** [Ø8xØ16x1.5T] sowie einer selbstsichernden Mutter **13** [M8] mit vorgelagerter Unterlegscheibe **12** [Ø8xØ16x1.5T]. Koppeln Sie an den äußeren Enden des Drehgelenks die Kunststoffblenden links/rechts **36L/36R** und befestigen Sie sie mit vier Schrauben **35** [ST4.2x18]. Wiederholen Sie diese Arbeitsschritte zur Befestigung des unteren Teils der rechten unteren Armstange **7R** am vorderen Ende des rechten Pedalarms **8R**.
- Ziehen Sie die zuvor gelösten Schrauben **53** und **26** an. Setzen Sie die runden Verschlussstopfen **29** und **30** ein und wiederholen Sie diese Schritte auch an der rechten Armstange und am rechten Pedalarm.
- Verbinden Sie das linke Pedal **34L** am linken Pedalarm **8L** und befestigen Sie es, indem Sie von unten drei Schrauben **33** [M6x45L] mit den vorgelagerten Unterlegscheiben **12** [Ø8xØ16x1.5T] verschrauben. Wiederholen Sie diese Arbeitsschritte bei der Befestigung des rechten Pedals **34R** am rechten Pedalarm **8R**.



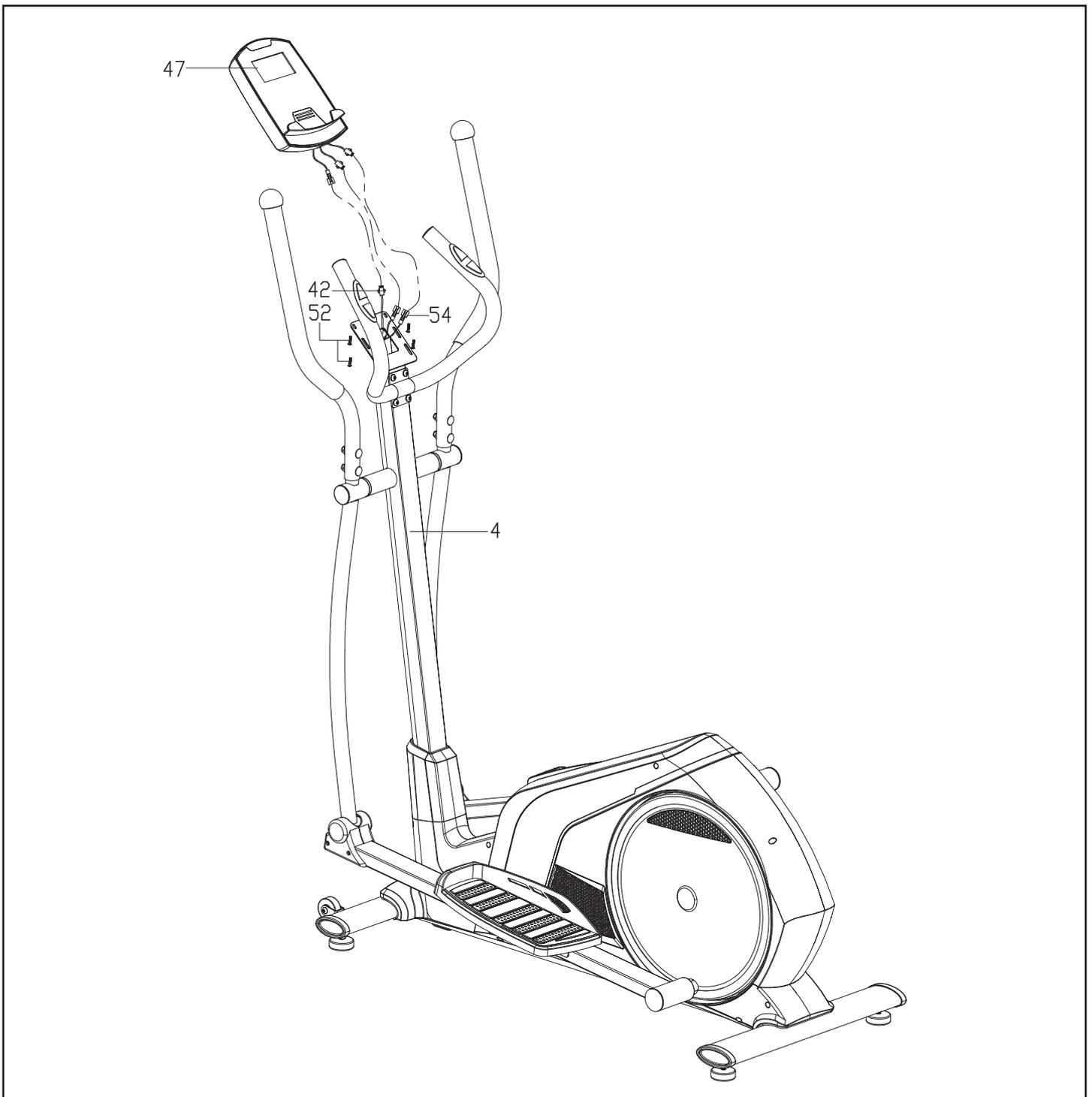
### Montage der oberen Armstangen und der Lenkstange

- Stecken Sie die linke obere Armstange **6L** und die rechte obere Armstange **6R** auf die jeweilige linke untere **7L** bzw. die rechte untere **7R** Armstange
- Befestigen Sie jede obere Armstange mit zwei Senkschrauben **44** [M8x45L] und zwei Muttern **23** [M8] mit vorgelagerten gekrümmten Unterlegscheiben **43** [Ø8xØ19x1.5TxR30].
- Nähern Sie die Lenkstange **5** dem oberen Ende des Lenkstützrohrs **4** am Montagepunkt an.
- Stecken Sie die zwei Stecker der Handsensoren **54** in die Öffnung über dem Montagepunkt der Lenkstange und schieben Sie sie soweit hinein, bis sie am oberen Ende des Lenkstützrohrs herausragen.
- Befestigen Sie die Lenkstange **5** mit vier Schrauben **53** [M8x16 mm], einschließlich der vorgelagerten Federringe **18** [Ø8 mm].



### Montage der Computerkonsole

- Nähern Sie den Computer **47** an die Befestigungsplatte am oberen Ende des Lenkstützrohrs **4** an. Verbinden Sie die Ausgangsstecker des Computers mit dem Stecker **42** des Verlängerungskabels und den zwei Steckern der Handsensoren **54**.
- Befestigen Sie den Computer **47** an der Befestigungsplatte des Lenkstützrohrs mit vier Schrauben **52** [M4x10L].



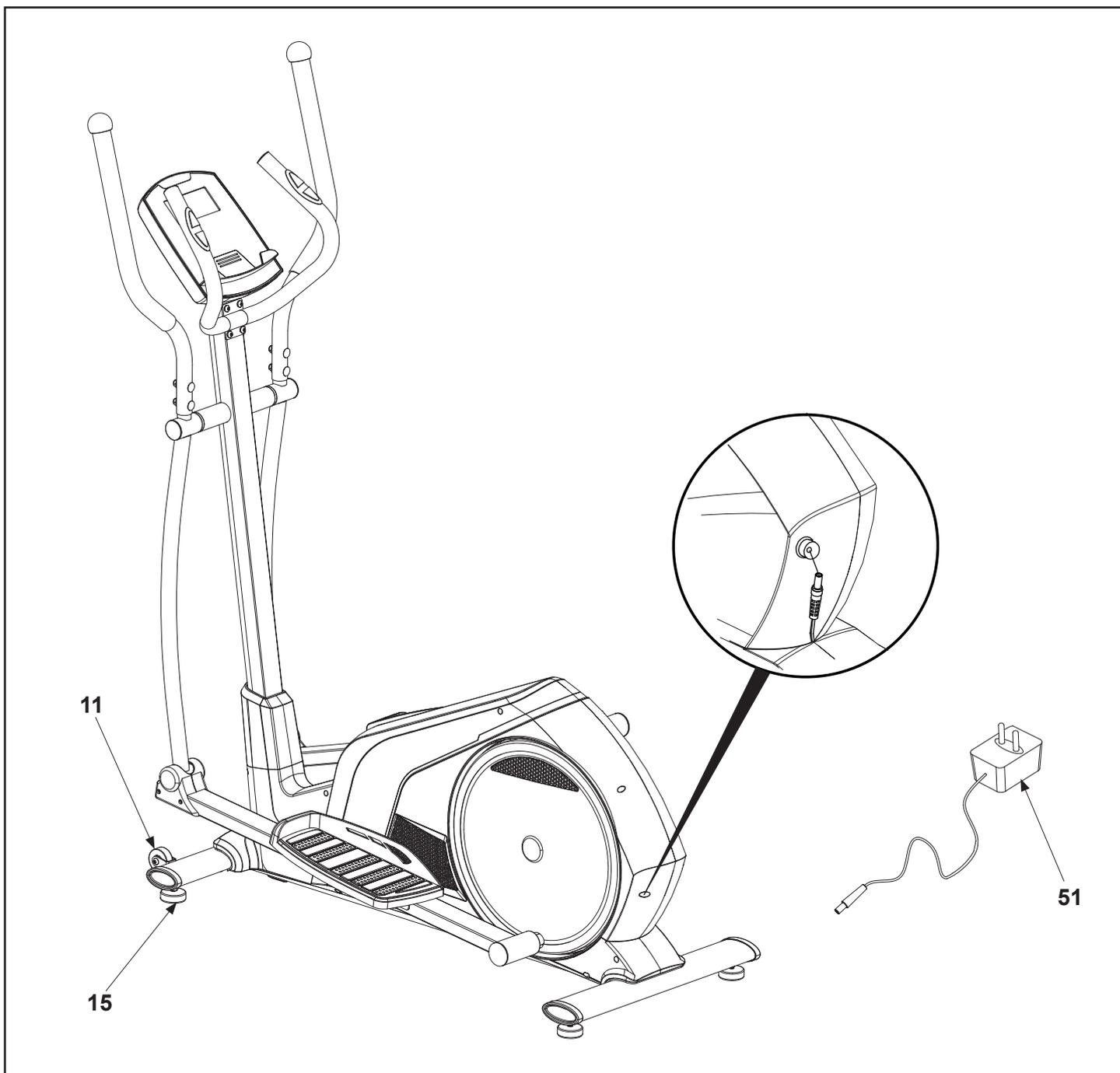
### Fertigstellung

- Um mögliche Unebenheiten des Fußbodens auszugleichen, stellen Sie die Stellfüße **15** an den äußeren Enden des hinteren Standfußes entsprechend ein.



*Umfassen Sie für kleinere Bewegungen im Inneren eines Raumes den hinteren Standfuß. Heben Sie das Gerät an, bis die Transporträder **11** auf dem Fußboden aufsetzen. Schieben Sie das Gerät nunmehr nach vorn, bis Sie die gewünschte Position erreicht haben.*

- Schließen Sie das Gerät mithilfe des mitgelieferten Netzadapters **51** an das Stromnetz an. Der Stecker des Stromkabels befindet sich im hinteren Bereich des Geräts.





## HINWEISE ZUM TRAINING

Es wird empfohlen, einen Arzt zu konsultieren, bevor Sie mit dem Training beginnen, der Sie auf Ihren körperlichen Zustand untersucht und Sie hinsichtlich etwaiger Vorsichtsmaßnahmen in Bezug auf die Ausübung dieser sportlichen Aktivität berät.

Die noch ungeübten Nutzer sollten das Gerät nur nach und nach und mit zu Beginn kurzen Trainingseinheiten benutzen und diese dann täglich steigern, wobei versucht werden sollte, konstant zu bleiben.

Es wird empfohlen, die zur Anwendung kommenden Muskeln vor jeder Trainingseinheit durch geeignete Stretching- und Aufwärmübungen auf das Training vorzubereiten.

Durch Überwachung der Herzfrequenz können Sie während des Trainings 3 Trainingsziele erreichen:

- Training zur Fettverbrennung: bewegt sich die Herzfrequenz zwischen **60% und 75%**, können ohne übermäßige Anstrengung Kalorien verbrannt werden;
- Training zur Verbesserung der Atmung: bewegt sich die Herzfrequenz zwischen **75% und 85%**, wird durch Ausdauer- und Konditionstraining die Leistung der Lungen verbessert;
- Training zur Verbesserung von Herz- und Kreislauf: bewegt sich die Herzfrequenz zwischen **85% und 100%**, wird das Herz im Bereich der anaeroben Trainingszone trainiert.



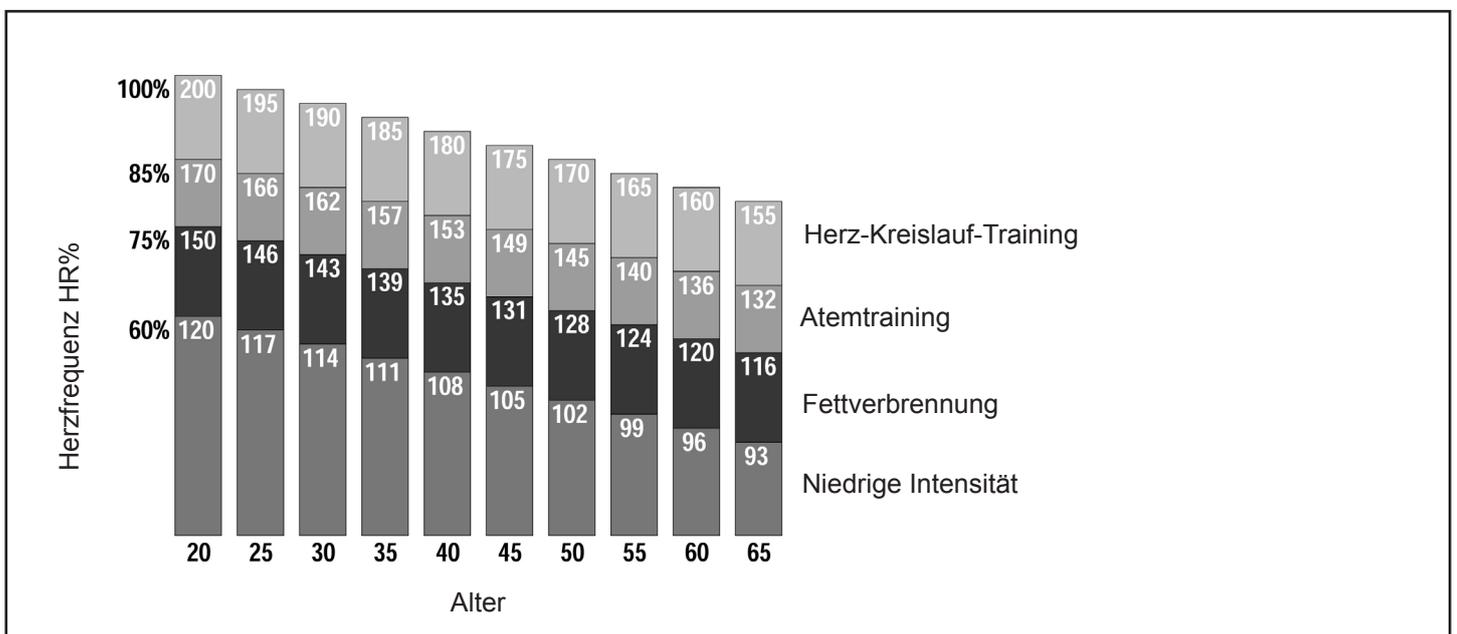
**Ein Training im anaeroben Bereich wird nur sehr gut trainierten Athleten empfohlen.**

*Eine Trainingseinheit umfasst drei Phasen.*

**Aufwärmen:** Lockern und erwärmen Sie Ihre Muskeln mit Hilfe einiger Aufwärmübungen, um Ihre Körpertemperatur zu erhöhen sowie Herz und Lungen auf das Training vorzubereiten.

**Training auf dem Gerät:** Beginnen Sie Ihr Training bei einem geringen Schwierigkeitsgrad und erhöhen Sie schrittweise die Intensität, bis Ihre Herzfrequenz den gewünschten Wert erreicht. Halten Sie Ihre Herzfrequenz möglichst konstant am Schwellenwert.

**Abkühlung:** Entspannen Sie sich am Ende der Trainingseinheit für einige Minuten mit Hilfe einiger Stretchingübungen.





## BRUSTGURT ZUR HERZFREQUENZMESSUNG (als Zubehör erhältlich)



### HINWEISE ZUR HERZFREQUENZMESSUNG

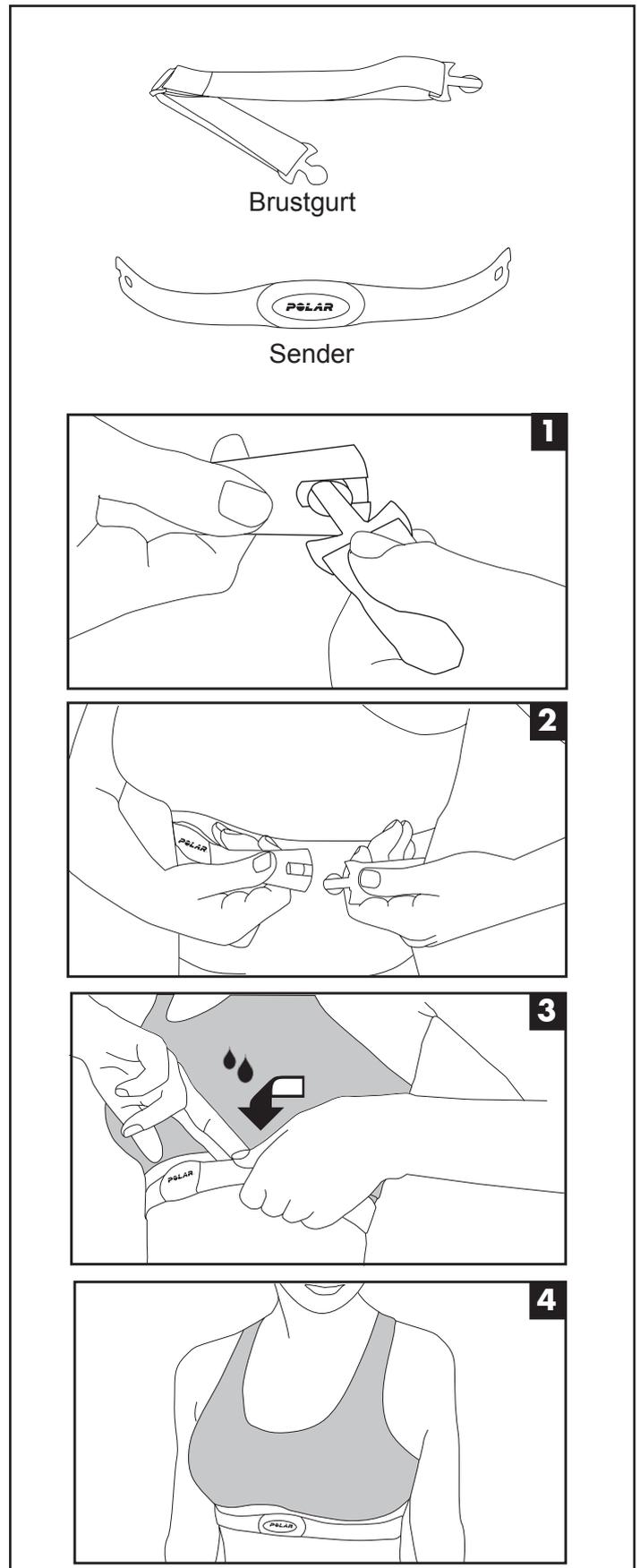
- Lesen Sie aufmerksam alle Hinweise auf dieser Seite und diejenigen, die Ihnen vom Hersteller mitgeliefert wurden, bevor Sie den Brustgurt zur Herzfrequenzmessung benutzen.
- Reinigen und trocknen Sie den Sender und den elastischen Brustgurt nach jedem Gebrauch sorgfältig, um ein frühzeitiges Entladen der Batterie zu verhindern. Entfernen Sie hierzu den Sender vom Brustgurt und bewahren Sie ihn separat auf.
- Reinigen Sie den Sender mit einem feuchten Tuch und neutraler Seife. Der elastische Brustgurt ist mit der Hand und einem normalem Reinigungsmittel zu reinigen.
- Bewahren Sie den Brustgurt und den Sender außerhalb von Schubladen, geschlossenen Tüten oder ähnlichen Behältern auf. Es wird empfohlen, sie an der Wand aufzuhängen, um zu gewährleisten, dass sie ausreichend trocknen können.

Der Herzfrequenzmesser Polar® T34, der mit dem im Laufband integrierten Empfänger kompatibel ist, besteht aus zwei Komponenten: dem Sender, der die Funksignale an den Computer sendet und dem elastischen Brustgurt, mit dessen Hilfe der Sender am Oberkörper befestigt wird. Der Sender ist versiegelt. Die eingebaute Batterie hat eine Lebensdauer von 2500 Stunden im Nutzungszustand. Danach muss der Herzfrequenzmesser ausgewechselt werden.

- 1) Befestigen Sie den Sender am Brustgurt.
- 2) Regeln Sie die Länge des Brustgurtes (je nach Oberkörpergröße) mit Hilfe der Verschlussvorrichtung.  
Legen Sie den Brustgurt kurz unter der Brustmuskulatur oder der Brust, so wie auf der Abbildung dargestellt, an und schließen Sie die Verschlussvorrichtung.
- 3) Heben Sie den Sender ab und befeuchten Sie die Elektroden auf seiner Rückseite mit nassen Fingern.
- 4) Stellen Sie sicher, dass die Oberfläche mit den Elektroden gut auf der Haut aufliegt.



Die Angabe der Herzschläge, die mit Hilfe des Herzfrequenzmessers gemessen werden, stellen lediglich einen nützlichen Referenzwert dar, um die Herzfrequenz je nach Art des Trainings, das durchgeführt wird, zu messen, und um einen Referenzwert in Bezug auf den Kalorienverbrauch zu erhalten. In keinem Fall haben die ermittelten Werte den Stellenwert medizinischer Daten.





## PRAKTISCHE HINWEISE

Die, die das Gerät zum ersten Mal benutzen, sollten sich zuerst mit dem Computer und dessen Funktionsweise vertraut machen, bevor sie mit dem Training beginnen. Darüber hinaus ist es wichtig, mit den elliptischen Bewegungen des Gerätes vertraut zu werden und seine Körperhaltung zu kontrollieren, um zu vermeiden, die Trainingsergebnisse einzubüßen.

- 1) Steigen Sie zuerst mit einem Fuß, dann mit dem anderen, von hinten auf die Pedale **A**. Halten Sie die Lenkstange **B** mit beiden Händen gefasst.



**Verlieren Sie beim Aufsteigen auf die Pedale NICHT das Gleichgewicht. Halten Sie sich zuvor gut an der Lenkstange fest.**

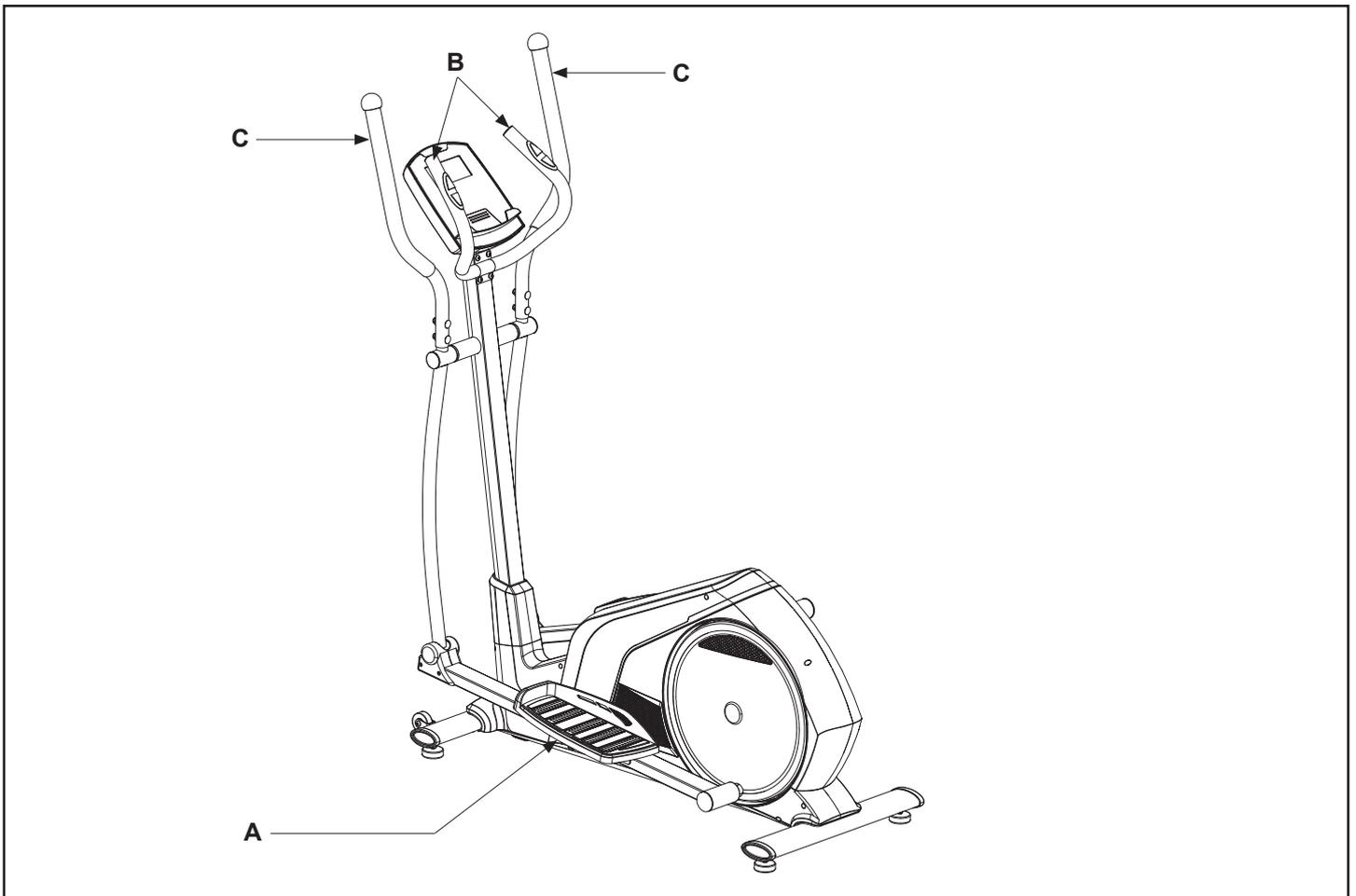
- 2) Berühren Sie mit den Zehen die Vorderkante der Pedale.
- 3) Lassen Sie die Lenkstange los und umfassen Sie die Handgriffe der rechten und linken Armstange **C**. Schieben Sie sodann mit den Beinen die Pedale nach vorn, um sich an den Bewegungsablauf des Gerätes zu gewöhnen.
- 4) Wählen Sie das gewünschte Trainingsprogramm auf dem Computer aus. Lesen Sie hierzu den folgenden Absatz.



**Um eine korrekte Körperhaltung auf dem Gerät zu gewährleisten, ist es wichtig, den Rücken immer gerade zu halten und zu vermeiden, den Körper durch Bewegungen nach vorn oder hinten aus dem Gleichgewicht zu bringen. Schieben Sie immer mit beiden Beinen und Armen und koordinieren Sie Ihre Bewegungen. Sie trainieren Ihren Oberkörper nicht, wenn Sie sich mit den Armen lediglich an den Armstangen festhalten und nur die Beine bewegen.**

- 5) Sie können während der Übung Ihren Herzschlag durch Ergreifen der Handsensoren zur Herzfrequenzmessung überwachen. Mit den Tasten auf dem Computer können Sie die Intensität der Übung auf schnelle und genaue Weise einstellen.

Es wird empfohlen, unter Anleitung eines professionellen Trainers die Muskeln, die trainiert werden sollen, vor Beginn des Trainings durch einige Stretchingübungen (übersetzt "Dehnung") vorzubereiten. Dies erlaubt ihnen, steife Gelenke zu lockern und Muskeln zu dehnen. Wie bei allen Techniken, insbesondere bei neuen, ist es ratsam, sich an einen Experten zu wenden (siehe vorhergehenden Absatz).





## COMPUTER - (DISPLAY)

Der Computer besteht hauptsächlich aus einem großen Flüssigkristalldisplay, der die folgenden Angaben wiedergibt

- **(SPEED) - (RPM)** - Zeigt die gegenwärtig erreichte GESCHWINDIGKEIT in km/h an.  
Zeigt die UMDREHUNGEN PRO MINUTE, die während der Übung erreicht werden, an.
- **(TIME)** - Zeigt die DAUER der Übung, bei Null beginnend, an, oder zählt eine noch fehlende Zeitspanne ab einem eingestellten zeitlichen Wert zurück.
- **(DISTANCE)** - Zeigt die von Beginn der Übung zurückgelegte TEILSTRECKE an.
- **(CALORIES) - (WATT)**: Zeigt den KALORIENVERBRAUCH während der Übung an (\*).  
Zeigt die in Watt angegebene ENERGIE an, die während der Übung produziert wird.
- **(PULSE)**: Zeigt die HERZFREQUENZ, die durch Umfassen der Handsensoren auf der Lenkstange oder durch das Tragen des mitgelieferten Brustgurtes zur Herzfrequenzmessung (als zubehör erhältlich), an. Der Wert wird in bpm (Schläge pro Minute) (\*) gemessen.
- **(RECOVERY) - ERHOLUNGSSINDEX**, ein in 6 Stufen angegebener numerische Wert (F1 - F6), der durch die Bereitstellung von Daten über den körperlichen Trainingszustand die Belastbarkeit des Herz-Kreislauf-Systems anzeigt.  
F1 = sehr guter Leistungsindex  
F6 = ungenügender Leistungsindex

- **(LOAD)** - Zeigt die INTENSITÄTSSTUFE der Übung im Hinblick auf die von den Pedalen ausgehende Gegenkraft an und kann elektrisch auf verschiedene Stufen eingestellt werden.
- Das **GRAFISCHE MATRIX-DISPLAY** in der Mitte zeigt auf grafische Weise das Profil der voreingestellten Programme an, ermöglicht die Einstellung der Nutzerprogramme und zeigt die Intensitätsstufen zur jeder Zeit in jeder Nutzungsmodalität des Gerätes an.



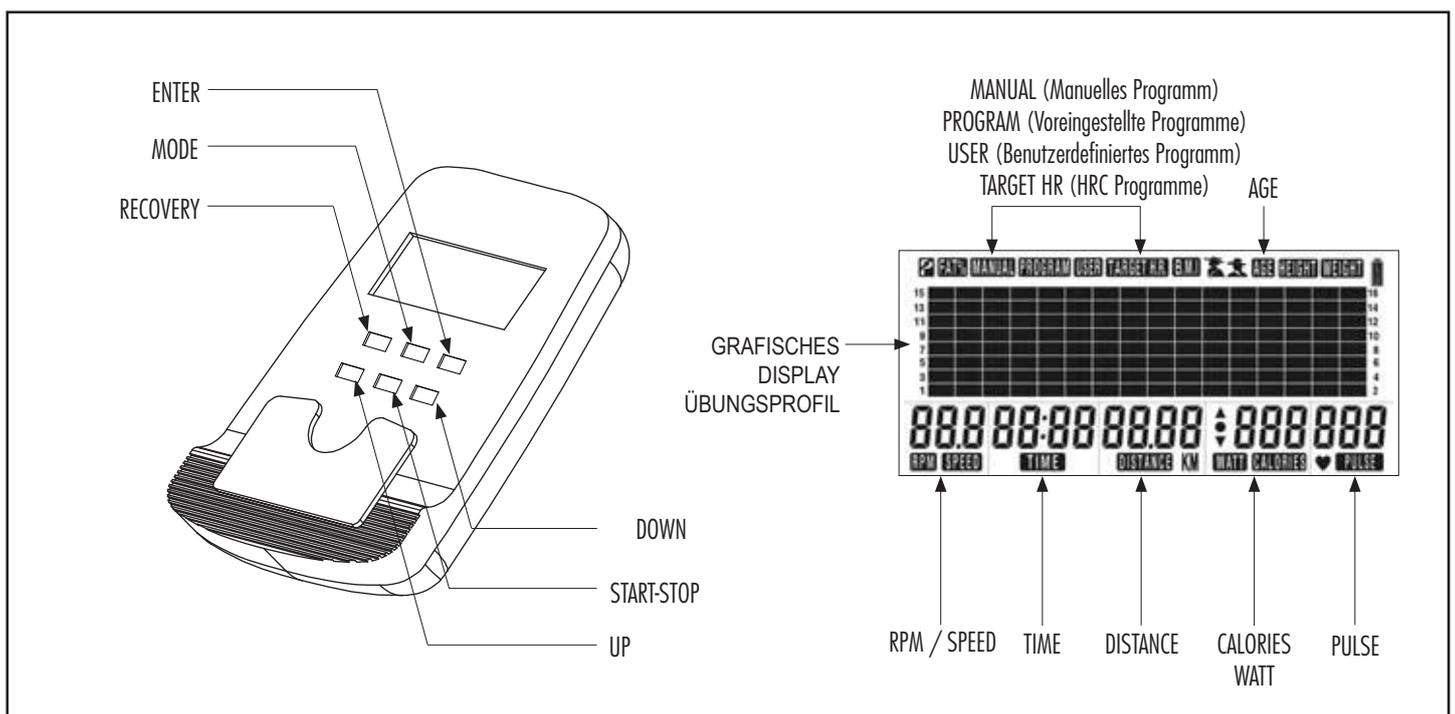
(\*) Es wird daran erinnert, dass die Angaben auf dem Display nur der Orientierung dienen und in keinem Falle als medizinische Angabe betrachtet werden dürfen.



Wird das Gerät für mehr als vier Minuten nicht benutzt, schaltet sich der Computer aus. Alle Daten der laufenden Übung werden gespeichert. Um den Computer neu zu starten, ist es ausreichend, eine Taste zu drücken oder mit dem Treten der Pedale zu beginnen.



Sollte der Computer falsche Angaben machen, ziehen Sie den Netzstecker, warten Sie für einige Sekunden, und schließen Sie das Gerät wieder an das Netz an.





## COMPUTER - (TASTEN)

### START/STOP

*Bevor mit einer Übung begonnen wird*

- Drücken Sie START/STOP, um ein Programm in einem beliebigen Modus zu starten und mit der Zählung auf dem Display und der Anzeige der Funktionen des ausgewählten Trainingsprogramms zu beginnen.

*Bei laufender Übung*

- Drücken Sie die Taste START/STOP, um die Zählung in der Modalität „PAUSE“ sofort zu unterbrechen. Um die Zählung der Daten wieder aufzunehmen, drücken Sie erneut die Taste START/STOP.

*Mit der Übung im Pause-Zustand*

- Halten Sie, um alle Daten auf Null zu setzen, die Taste für 3 Sekunden gedrückt.

### ENTER

- Drücken Sie die Taste ENTER, um die Auswahl eines Trainingsprogramms zu bestätigen.
- Drücken Sie die Taste ENTER, um die Einstellungen sämtlicher Parameter eines Programms zu bestätigen (Zeit, Strecke, Kalorien, Puls, Watt).

### Pulsanti UP/DOWN

*Während des Trainings:*

- Drücken Sie die Tasten Up/Down, um die Intensität der Übung zu erhöhen oder zu verringern (Widerstandskraft).

*Während der Eingabe der Daten:*

- Drücken Sie die Tasten Up/Down, um die Parameter der Übung einzugeben: Dauer, Strecke, Kalorien und Puls,
- Drücken Sie die Tasten Up/Down, um ein voreingestelltes Programm auszuwählen,
- Drücken Sie die Tasten Up/Down, um ein benutzerdefiniertes Programm auszuwählen.

### MODE

*Während der Übung*

- Drücken Sie MODE, um zwischen den Anzeigen auf dem Doppelfunktions-Display zwischen RPM mit SPEED, ODO mit DISTANCE und WATT mit CALORIES zu wechseln.

### RECOVERY

Mit Hilfe der Funktion RECOVERY erhält man einen Überblick über die Verbesserung der Herz-Kreislauf-Leistung im Verhältnis zu den eigenen Trainingsfortschritten.

In Bezug auf diese Funktion ist es empfehlenswert, einen wöchentlichen Test durchzuführen. Hierzu beginnen Sie eine Übung von 30 Minuten Dauer, an deren Ende Sie mit dem Treten der Pedalen aufhören (drücken Sie nicht die Taste "Start/Stop"), drücken Sie sodann die Taste "Recovery", und umschließen Sie mit beiden Händen die Handsensoren zur Herzfrequenzmessung.

Nach einem Countdown von 60 Sekunden wird auf dem Display der Leistungs-Index in sechs Stufen angezeigt:

F1 = AUSGEZEICHNETER Leistungsindex

F2 = SEHR GUTER Leistungsindex

F3 = GUTER Leistungsindex

F4 = BEFRIEDIGENDER Leistungsindex

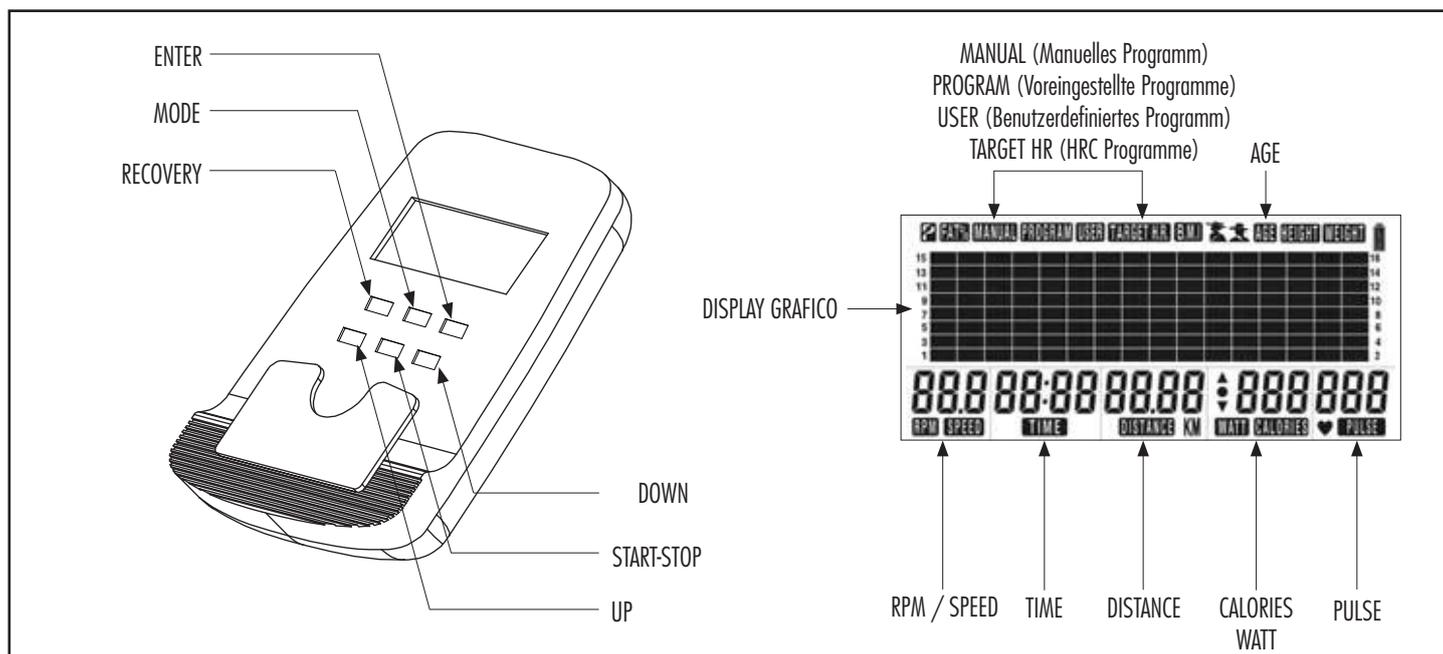
F5 = AUSREICHENDER Leistungsindex

F6 = UNBEFRIEDIGENDER Leistungsindex

Sollten die Sensoren zur Herzfrequenzmessung kein Signal erkennen, wird auf dem graphischen Display ein Fehler angezeigt.

### AUTO ON/OFF

Um den Computer anzustellen, drücken Sie eine Taste, oder beginnen Sie mit dem Treten. Einige Minuten nach Ende der Übung (wenn das Treten unterbrochen wurde) stellt sich der Computer automatisch aus.



## ANSCHALTEN - MODUS QUICK START

- Stecken Sie den Netzstecker in die hierfür vorgesehene Dose am hinteren Geräteteil des Gerätes.
- Stecken Sie den Netzstecker des Adapters in die dem Gerät nächste Wandsteckdose. Nach dem Einschalten können mit Hilfe der Tasten UP/DOWN verschiedene Trainingsmodalitäten ausgewählt werden:
- **P1** Manuelles Programm,
- **P2/P7** Voreingestellte Programme,
- **P8** Programm Body Fat,
- **P9** Programm HRC mit einstellbarem Schwellenwert,
- **P10** Programm HRC mit einstellbarem Schwellenwert von 60%,
- **P11** Programm HRC mit einstellbarem Schwellenwert von 75%,
- **P12** Programm HRC mit einstellbarem Schwellenwert von 85%,
- **P13** Benutzerdefiniertes Programm.

### *Modus Quick Start*

Der Modus QuickStart ist eine einfache und schnelle Möglichkeit, um das Gerät umgehend in Betrieb zu nehmen.

Nachdem Sie auf das Gerät aufgestiegen sind, drücken Sie die Taste START/STOP, um sofort mit dem Training zu beginnen.

- Im Modus QuickStart beginnen die Displays Time, Distance und Calories sofort und für die Dauer der ganzen Übung mit der Angabe der ermittelten Werte, wobei bei dem Wert Null begonnen wird.
- Im Laufe der Übung ist es möglich, die Intensitätsstufe durch Drücken der Taste Up/Down zu verändern.
- Im Laufe der Übung zeigt die Anzeige Speed abwechselnd die Geschwindigkeit und die Anzahl der Pedalumdrehungen pro Minute (RPM) an und die Anzeige WATT abwechselnd die erzeugte Energie und den Kalorienverbrauch (CALORIES).  
Das Display Pulse zeigt die Pulsschläge pro Minute an, wenn die Sensoren zur Herzfrequenzmessung auf dem Lenker umfasst werden oder ein Brustgurt zur Herzfrequenzmessung getragen wird.
- Drücken Sie, um die Übung in der Modalität PAUSE anzuhalten, START/STOP. Um mit der Übung fortzufahren, drücken Sie erneut die Taste START/STOP.

## MANUELLES PROGRAMM

- Drücken Sie nach Einschalten des Gerätes die Tasten UP/DOWN, bis Sie die Modalität Manuelles Programm mit der Bezeichnung **P1** (MANUAL) ausgewählt haben. Drücken Sie zur Bestätigung die Taste ENTER.
- Drücken Sie START/STOP, um in der Modalität Quick Start sofort mit der Übung zu beginnen, oder drücken Sie ENTER, um einen Parameter auszuwählen, nach dem sich die Übung richten soll; wählen Sie Dauer, Strecke oder Kalorien.
- Nach Drücken der Taste ENTER blinkt das Display 'Time', mit dem die Dauer des Programms eingestellt wird. Drücken Sie die Tasten Up/Down, um die Dauer einzustellen und ENTER zur Bestätigung.
- Nach dem Einstellen der Dauer blinkt das Display 'Distance', mit dem die zu erreichende Strecke eingestellt wird. Drücken Sie die Tasten Up/Down, um die Strecke einzustellen und ENTER zur Bestätigung.
- Nach dem Einstellen der Strecke blinkt das Display 'Calories', mit dem der gewünschte Kalorienverbrauch eingestellt wird. Drücken Sie die Tasten Up/Down, um die Kalorien einzustellen, die während der Übung verbraucht werden sollen. Drücken Sie ENTER zur Bestätigung.
- Nachdem die gewünschten Daten eingegeben wurden, starten Sie das Manuelle Programm durch Drücken der Taste START/STOP. Drücken Sie danach die Tasten Up/Down, um die Intensität der Übung zu regulieren.
- Wenn einer der Parameter Dauer, Strecke, Kalorien eingestellt und die Taste START/STOP gedrückt wird, um das Programm zu starten, zeigt das dem ausgewählten Parameter entsprechende Display ab einem eingestellten Wert den noch fehlenden Wert bis auf Null an.  
Nach Beendigung des Programms gibt der Computer ein akustisches Signal wieder und die Übung wird beendet. Sollten mehrere Parameter (zwischen Dauer, Strecke und Kalorien) angezeigt werden, nachdem die Übung wegen Ablaufs des ersten Parameters beendet wurde, können durch erneutes Drücken der Taste START/STOP auch die anderen, unvollständig gebliebenen Parameter zu Ende gebracht werden.

## VOREINGESTELLTE PROGRAMME

Drücken Sie nach Einschalten des Geräts die Tasten UP/DOWN, um eines der voreingestellten Programme **P2÷P7** auszuwählen, in dem die Intensität vom Computer in Übereinstimmung mit den auf dem Matrix-Display wiedergegebenen Diagrammen reguliert wird.

- Drücken Sie nach Einschalten des Geräts die Tasten UP/DOWN, um die verfügbaren Programme (Voreingestellte Programme **P2 ÷ P7**) durchzublätern. Auf dem Display wird die Nummer des Programms im Wechsel mit dem Diagramm des entsprechenden Profils angezeigt. Drücken Sie ENTER, um eines der Programme auszuwählen.
- An dieser Stelle ist es möglich, durch Drücken der Taste START/STOP sofort mit dem ausgewählten Programm zu beginnen.
- Alternativ kann man vor dem Starten eines Programms einen Parameter auswählen, nach dem sich die Übung richten soll; wählen Sie Dauer, Strecke oder Kalorien. Drücken Sie in diesem Fall ENTER, bis das entsprechende Display blinkt. Drücken Sie die Tasten UP/DOWN, um das Ziel des Programms einzugeben; wählen Sie zwischen Dauer, Strecke oder Kalorien.
- Nachdem alle Daten eingegeben wurden, drücken Sie die Taste START/STOP, um das Voreingestellte Programm zu starten und sofort mit der Übung zu beginnen.
- Im Laufe der Übung zeigt die Anzeige SPEED abwechselnd die Geschwindigkeit und die Anzahl der Pedalumdrehungen pro Minute (RPM) an und die Anzeige WATT abwechselnd die erzeugte Energie und den Kalorienverbrauch (CALORIES).

Die Anzeige Pulse zeigt die Pulsschläge pro Minute an, wenn die Sensoren zur Herzfrequenzmessung auf der Lenkstange umfasst werden.

- Wenn die Dauer des Programms, die zurückzulegende Strecke oder die zu verbrauchenden Kalorien eingestellt werden, zeigt das entsprechende Display ab einem eingestellten Wert den noch fehlenden Wert bis auf Null an.
- Wenn einer der Parameter Dauer, Strecke, Kalorien eingestellt und die Taste START/STOP gedrückt wird, um das Programm zu starten, zeigt das dem ausgewählten Parameter entsprechende Display ab einem eingestellten Wert den noch fehlenden Wert bis auf Null an. Nach Beendigung des Programms gibt der Computer ein akustisches Signal wieder und die Übung wird beendet. Sollten mehrere Parameter (zwischen Dauer, Strecke und Kalorien) angezeigt werden, nachdem die Übung wegen Ablaufs des ersten Parameters beendet wurde, können durch erneutes Drücken der Taste START/STOP auch die anderen, unvollständig gebliebenen Parameter zu Ende gebracht werden.

## BODY FAT PROGRAMM

Mit Hilfe der Sensoren zur Pulsfrequenzmessung auf den Handläufen kann während des Programms Body Fat Test der Körperfettanteil in Prozent gemessen werden.



*Es wird daran erinnert, dass der ermittelte Wert nur einen ungefähren Referenzwert darstellt, und es sich hierbei nicht um das Ergebnis einer ärztlichen Untersuchung handelt. Er soll Aufschlüsse über eventuelle Fortschritte in Bezug auf den körperlichen Zustand im Laufe des Trainingsprogramms geben.*

- Um den Prozess der Körperfettmessung zu starten, setzen Sie sich im Stop-Modus auf den Sattel, drücken Sie die Tasten Up/Down, um die verfügbaren Programme durchzublätern, bis auf dem Display das Programm **P8** angezeigt wird, um das Verfahren zur Erfassung des Körperfettindex des Nutzers einzuleiten.
- Drücken Sie die Taste ENTER. Das Display zeigt **GENDER** an. Sie werden aufgefordert, das Geschlecht des Nutzers (Mann oder Frau) einzugeben. Drücken Sie die Tasten SPEED, um das Geschlecht auszuwählen.
- Drücken Sie die Taste ENTER noch einmal. Das Display zeigt **HEIGHT** an. Sie werden aufgefordert, die Größe (Statur) des Nutzers einzugeben. Drücken Sie die Tasten SPEED, um die Größe einzugeben.
- Drücken Sie die Taste ENTER noch einmal. Das Display zeigt **WEIGHT** an. Sie werden aufgefordert, das Gewicht des Nutzers einzugeben. Drücken Sie die Tasten UP/DOWN, um das Gewicht einzugeben.
- Drücken Sie die Taste ENTER noch einmal. Das Display zeigt **ALTER** an. Sie werden aufgefordert, das Alter des Nutzers einzugeben. Drücken Sie die Tasten SPEED, um das Alter einzugeben.
- Drücken Sie die Taste START/STOP, halten Sie sodann mit beiden Händen die Handsensoren zur Herzfrequenzmessung auf dem Lenker fest umschlossen, und warten Sie einige Sekunden, damit der Computer die Messung vornehmen kann, nach Abschluss der Messung zeigt das Display die folgenden Werte an

- FAT %= Körperfett in Prozent
- BMI= Bodymaßindex

B.M.I	Untergewicht	Normalgewicht	Übergewicht	Fettleibigkeit
REICHWEITE	<20	20-24	24.1-26.5	>26.5

### BODY FAT

SYMBOL	—	+	▲	◆
--------	---	---	---	---

KÖRPERFETTANTEIL	Untergewicht	Normalgewicht	Übergewicht	Fettleibigkeit
MANN	<13%	13%-25.9%	26%-30%	>30%
FRAU	<23%	23%-35.9%	36%-40%	>40%



## TARGET HRC PROGRAMM

Bei dem Programm "Puls konstant" handelt es sich um ein Trainingssystem, bei dem der Computer automatisch die Intensität der Übung aufgrund der ermittelten Herzfrequenz berechnet.

- Drücken Sie nach Einschalten des Computers die Tasten Up/Down, bis die Anzeige **P9** erscheint. Drücken Sie zur Bestätigung ENTER.
- Nach Drücken der Taste ENTER kann man einen Parameter auswählen, nach dem sich die Übung richten soll; wählen Sie Dauer, Strecke oder Kalorien. Drücken Sie in diesem Fall ENTER, bis das entsprechende Display blinkt. Drücken Sie die Tasten UP/DOWN, um das gewünschte Ziel einzugeben.
- Es wird zur Eingabe des Alters des Nutzers aufgefordert. Das Display mit der Anzeige 'AGE' blinkt. Drücken Sie die Tasten Up/Down, um das Alter einzugeben und ENTER zur Bestätigung.
- Es wird zur Eingabe des Schwellenwertes der Herzfrequenz (TARGET HRC), der während der Übung beibehalten werden soll und der sich nach dem Alter des Nutzers richtet, aufgefordert.  
Stellen Sie auf dem blinkenden Display 'Pulse' den Schwellenwert (Herzschläge pro Minute, die im Laufe der Übung konstant gehalten werden) ein, der beibehalten werden soll. Drücken Sie die Tasten Up/Down, um den Wert einzustellen und ENTER zur Bestätigung.
- Drücken Sie, um das Programm zu starten, die Taste START/STOP. Legen Sie dann den Brustgurt zur Herzfrequenzmessung an.
- Wenn einer der Parameter Dauer, Strecke, Kalorien eingestellt und die Taste START/STOP gedrückt wird, um das Programm zu starten, zeigt das dem ausgewählten Parameter entsprechende Display ab einem eingestellten Wert den noch fehlenden Wert bis auf Null an.  
Nach Beendigung des Programms gibt der Computer ein akustisches Signal wieder und die Übung wird beendet. Sollten mehrere Parameter (zwischen Dauer, Strecke und Kalorien) angezeigt werden, nachdem die Übung wegen Ablaufs des ersten Parameters beendet wurde, können durch erneutes Drücken der Taste START/STOP auch die anderen, unvollständig gebliebenen Parameter zu Ende gebracht werden.

### NOTE:

- Für das HRC-Programm wird das Tragen des mitgelieferten Herzfrequenzmessers empfohlen da dadurch eine genauere Erhebung der Herzfrequenz gewährleistet wird, verglichen mit der Erhebung mittels den Sensoren auf der Lenkstange.
- Sollte der Computer keine Herzfrequenz erkennen, wird die Übung unterbrochen. Ein akustisches Signal ertönt.

## HRC PROGRAMM 60%-75%-85%

Bei dem Programm "Puls konstant" handelt es sich um ein Trainingssystem, bei dem der Computer automatisch die Intensität der Übung aufgrund der ermittelten Herzfrequenz berechnet.

- Drücken Sie nach Einschalten des Computers die Tasten Up/Down, bis entsprechend dem Herzfrequenz-Regime, das beibehalten werden soll, die Anzeige **P10**, **P11** oder **P12** erscheint. Drücken Sie zur Bestätigung ENTER.  
**P10**: HRC60% = Training zur Gewichtsabnahme,  
**P11**: HRC75% = Aerobes Training,  
**P12**: HRC85% = Anaerobes Training.
- Nach Drücken der Taste ENTER kann man einen Parameter auswählen, nach dem sich die Übung richten soll; wählen Sie Dauer, Strecke oder Kalorien. Drücken Sie in diesem Fall ENTER, bis das entsprechende Display blinkt. Drücken Sie die Tasten UP/DOWN, um das gewünschte Ziel einzugeben.
- Wird dazu aufgefordert, das Alter des Nutzers einzugeben, auf dessen Grundlage der Computer das Herzfrequenz-Regime in Übereinstimmung mit dem ausgewählten Programm wählt, blinkt das Display mit der Anzeige 'AGE'. Drücken Sie die Tasten Up/Down, um das Alter einzugeben und ENTER zur Bestätigung.
- Drücken Sie, um das Programm zu starten, die Taste START/STOP. Legen Sie dann den Brustgurt zur Herzfrequenzmessung an.
- Wenn einer der Parameter Dauer, Strecke, Kalorien eingestellt und die Taste START/STOP gedrückt wird, um das Programm zu starten, zeigt das dem ausgewählten Parameter entsprechende Display ab einem eingestellten Wert den noch fehlenden Wert bis auf Null an.  
Nach Beendigung des Programms gibt der Computer ein akustisches Signal wieder und die Übung wird beendet. Sollten mehrere Parameter (zwischen Dauer, Strecke und Kalorien) angezeigt werden, nachdem die Übung wegen Ablaufs des ersten Parameters beendet wurde, können durch erneutes Drücken der Taste START/STOP auch die anderen, unvollständig gebliebenen Parameter zu Ende gebracht werden.

### NOTE:

- Für das HRC-Programm wird das Tragen des mitgelieferten Herzfrequenzmessers empfohlen da dadurch eine genauere Erhebung der Herzfrequenz gewährleistet wird, verglichen mit der Erhebung mittels den Sensoren auf der Lenkstange.
- Sollte der Computer keine Herzfrequenz erkennen, wird die Übung unterbrochen. Ein akustisches Signal ertönt.

## BENUTZERDEFINIERTES PROGRAMM

Mit dem benutzerdefinierten Programm ist es möglich, sich ein Trainingsprogramm einzurichten, bei dem die programmierte Intensität nach Wunsch.

- Drücken Sie nach Einschalten des Computers die Tasten Up/Down, bis die Anzeige **P13** (USER) erscheint. Drücken Sie zur Bestätigung ENTER.
- Nach Drücken der Taste ENTER kann man einen Parameter auswählen, nach dem sich die Übung richten soll; wählen Sie Dauer, Strecke oder Kalorien. Drücken Sie in diesem Fall ENTER, bis das entsprechende Display blinkt. Drücken Sie die Tasten UP/DOWN, um das gewünschte Ziel einzugeben.
- An dieser Stelle blinkt die erste Kolonne des Displays. Hier können nunmehr die Werte in Bezug auf die Intensität der Übung im ersten Übungsabschnitt eingegeben werden; Drücken Sie die Tasten UP/DOWN, um die Werte auszuwählen und bestätigen Sie mit der Taste ENTER. Verfahren Sie auf diese Weise mit den restlichen Kolonnen. Wenn Sie die Einstellungen im Display abgeschlossen haben, wird der Übungsablauf in Diagrammform mit den von Ihnen eingestellten und gespeicherten Veränderungen der Intensität angezeigt.
- Um das benutzerdefinierte Programm zu starten, drücken Sie die Taste START/STOP. Der Computer verändert die Intensitätsstufe entsprechend den gespeicherten Einstellungen.
- Wenn einer der Parameter Dauer, Strecke, Kalorien eingestellt und die Taste START/STOP gedrückt wird, um das Programm zu starten, zeigt das dem ausgewählten Parameter entsprechende Display ab einem eingestellten Wert den noch fehlenden Wert bis auf Null an. Nach Beendigung des Programms gibt der Computer ein akustisches Signal wieder und die Übung wird beendet. Sollten mehrere Parameter (zwischen Dauer, Strecke und Kalorien) angezeigt werden, nachdem die Übung wegen Ablaufs des ersten Parameters beendet wurde, können durch erneutes Drücken der Taste START/STOP auch die anderen, unvollständig gebliebenen Parameter zu Ende gebracht werden.



## WARTUNG



Halten Sie das Gerät immer sauber und staubfrei.



Benutzen Sie zur Reinigung keine entflammaren oder giftigen Substanzen. Benutzen Sie keine Lösungsmittel zur Reinigung der Kunststoffteile, sondern lediglich Produkte auf Wassergrundlage und ein weiches Tuch.



Lösungsmittel wie Öle, Aceton, Benzin, Tetrachlorkohlenstoff, Ammoniak und chlorhaltige Öle können die Kunststoffteile schädigen und verätzen.

- Reinigen Sie jede Woche die äußeren Teile des Gerätes. Benutzen Sie dazu einen mit Wasser getränkten Schwamm und neutrale Seife.
- Zur Reinigung des Computers benutzen Sie ein leicht angefeuchtetes Tuch. Reiben Sie nicht zu stark!



## ENTSORGUNG



Das Symbol der durchgekreuzten Mülltonne weist darauf hin, dass die gehandelten Produkte unter den Anwendungsbereich der Europäischen Richtlinie RoHS in Bezug auf die Entsorgung von elektrischen und elektronischen Produkten (WEEE) fallen.



Das Symbol CE weist darauf hin, dass die gehandelten Produkte entsprechend den internationalen Vorschriften in Bezug auf die Verwendung von Gefahrenstoffen in elektrischen und elektronischen Produkten hergestellt wurden (2011/65/EG - RoHS - Restriction of Hazardous Substances) und dass keine der elektrischen und elektronischen Bauteile des Produktes Substanzen wie Blei, Merkur, Kadmium, Chrom, Polybromierte Biphenyle (PBB), Polybromierte Diphenylether (PBDE) mit höheren Werten als den gesetzlich vorgesehenen aufweisen.



*Dieses Produkt darf NICHT als Hausmüll, sondern muss separat (entsprechend den Vorschriften der Europäischen Union) in speziellen Müllannahmestellen, die auf die umweltverträgliche Entsorgung solcher Produkte spezialisiert sind, entsorgt werden.*

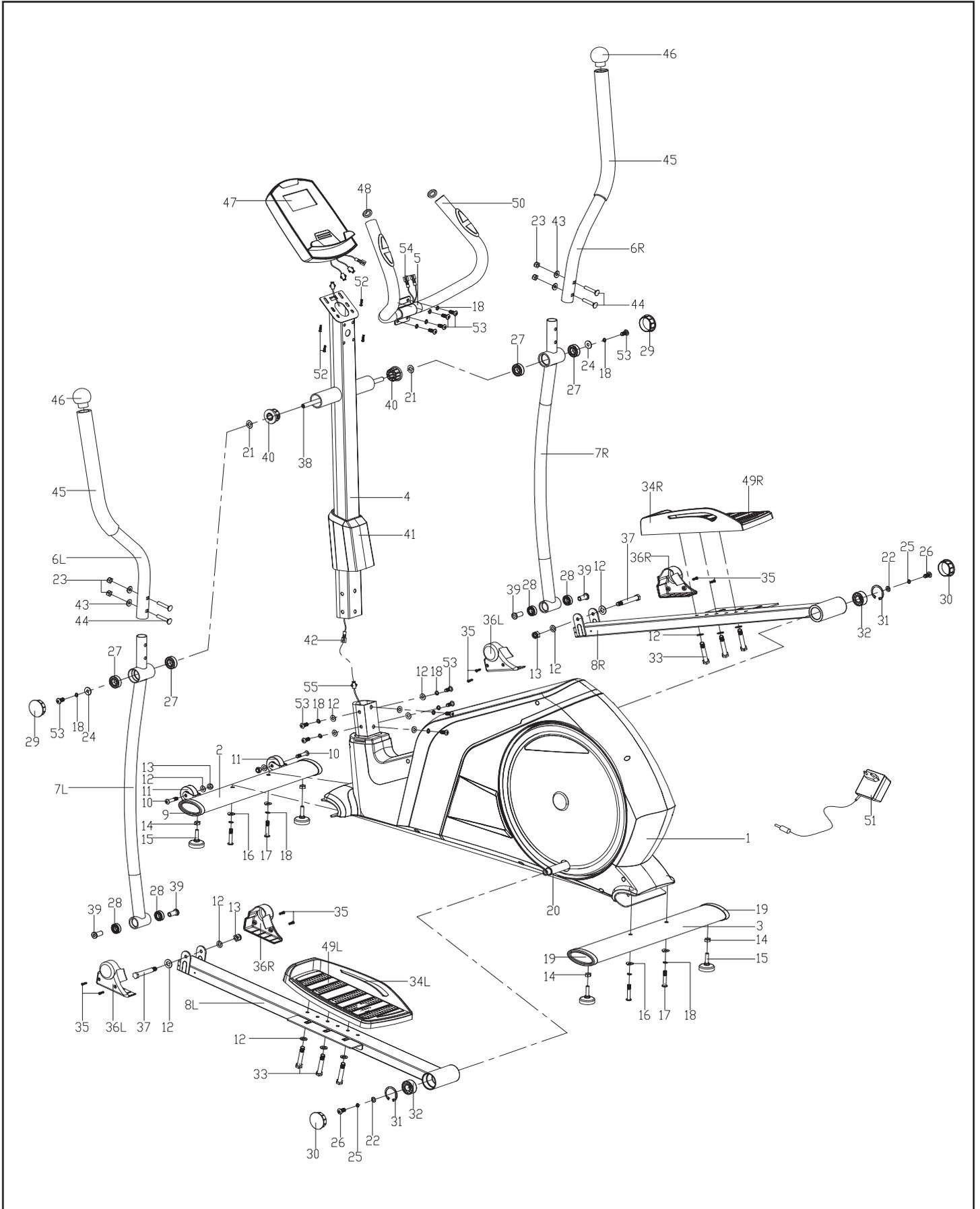
*Wenden Sie sich wegen genauerer Informationen zur Entsorgung dieses Produktes an Ihre zuständige örtliche Behörde, Müllannahmestelle zur Entsorgung des Hausmülls oder direkt an das Geschäft, bei dem Sie das Produkt erworben haben.*



# EXPLOSIONSZEICHNUNG-A

DEUTSCH

DEUTSCH







## ZUBEHÖRLISTE

Pos.	Beschreibung	Anz.
1	Hauptrahmen	1
2	Vorderer Standfuß	1
3	Hinterer Standfuß	1
4	Lenkstützrohr	1
5	Lenkstange	1
6L/R	Obere Armstange links/rechts	1/1
7L/R	Untere Armstange links/rechts	1/1
8L/R	Pedalarm links/rechts	1/1
9	Ovale Verschlusskappe vorderer Standfuß	2
10	Schraube M8x38xL12	2
11	Transportrad	2
12	Flache Unterlegscheibe Ø8xØ16x1.5T	18
13	Selbtsichernde Mutter M8	6
14	Mutter M10	4
15	Stellfuß	4
16	Gekrümmte Unterlegscheibe Ø8x2xØ25XR39	4
17	Schraube M8xL58	4
18	Federring Ø8 mm	16
19	Ovale Verschlusskappe hinterer Standfuß	2
20	Kreuzkurbel	2
21	Gewellte Unterlegscheibe Ø17xØ23x0.3	2
22	Flache Unterlegscheibe Ø10xØ26x2T	2
23	Mutter M8	4
24	Flache Unterlegscheibe Ø8xØ22x2T	2
25	Federring Ø10 mm	2
26	Schraube M10x20	2
27	Lager 6003-2RS	4
28	Lager 6001Z	4
29	Runder Verschlussstopfen Armstangen Ø42 mm	2
30	Runder Verschlussstopfen Pedalarms Ø50 mm	2
31	Seeger Ø40	2
32	Lager	2
33	Schraube M8x45	6
34L/R	Pedal links/rechts	1/1
35	Gewindeschneidende Schraube ST4.2x18	37
36L/R	Kunststoffblende links/rechts	2/2
37	Schraube M8x80	2
38	Zentrales Drehgelenk Armstangen	1
39	Buchse	4
40	Kunststoffbuchse Ø42xØ17x23	2
41	Konische Blende	1
42	Mittleres Computerkabel	1
43	Gekrümmte Unterlegscheibe Ø8xØ19x1.5xR30	4
44	Senkbolzen M8xL45	4
45	Armstangenverkleidung	2
46	Kugelkalotte	2
47	Computer	1
48	Runder Verschlussstopfen Lenkstange	2
49L/R	Anti-Rutsch-Einsätze für Pedale links/rechts	1/1
50	Kunststoffverkleidung Lenkstange	2

Pos.	Beschreibung	Anz.
51	Netzadapter	1
52	Schraube M4x10	4
53	Schraube M8x16	12
54	Verkabelte Handsensoren	2
55	Unteres Computerkabel	1
56	Selbtsichernde Mutter M6	4
57	Riemen	1
58	Schraube M8x40	1
59	Buchse Ø10xØ18x6	1
60	Freilauf	1
61L/R	Gehäuse links/rechts	1/1
62	Abdeckung Tretkurbel	2
63	Flanschmutter	2
64	Schraube M6x16	2
65	Federring Ø6	6
66	Flache Unterlegscheibe Ø6	2
67	Seeger Ø12	2
68	Magnetische Induktionsbremse	1
69	Quadratischer Dauermagnet	14
70	Feder	1
71	Welle Magnetbremse	1
72	Schraube M5x60	1
73	Schraube M5	2
74	Verkabelter Sensor zur Geschwindigkeitsmessung	1
75	Seeger Ø20	2
76	Lager 6004	1
77	Verschlussstopfen Abdeckung	2
78	Stahlkabel zur Bremssteuerung	1
79	Motor	1
80	Schraube M10x1.0	2
81	Schraube M6	2
82	U-förmiger Gewindeblock	2
83	Stellschraube Schwungrad	2
84	Schraube M10x1.0	2
85	Buchse	2
86	Lager 6000	2
87	Schwungrad	1
88	Schwungradwelle	1
89	Schraube	4
90	Riemenscheibe	1
91	Zentralwelle	1





## GARANTIE

Die SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG garantiert die Übereinstimmung des Produktes mit den Angaben im Kaufvertrag, die Abwesenheit von Herstellungsfehlern und seine Eignung für den Nutzungszweck, für den es konzipiert wurde, d.h. für die körperliche Betätigung in häuslicher Umgebung zu rein sportlichen, jedoch nicht zu therapeutischen oder Rehabilitationszwecken.

### DAUER UND GÜLTIGKEITSVORAUSSETZUNGEN DER GARANTIE

- Die Garantie von SPORT Alliance International AG gilt innerhalb der Länder der Europäischen Union für einen Zeitraum von 24 Monaten ab Lieferung des Produkts.
- Die Garantie bezieht sich auf die von SPORT Alliance International AG und seinen Partnern vertriebenen Produkte, die von dem Verbraucher ausschließlich über einen autorisierten Händler erworben wurden, und wird auf rein vertraglicher Grundlage in dem hier näher beschriebenen Rahmen erteilt; hiervon unberührt bleiben die vom Verbraucherschutzgesetz in Bezug auf den Verkauf von Konsumgütern vorgesehenen Rechtsbehelfe gemäß Teil IV Titel III des Gesetzesdekretes vom 6. September 2005, No 206 (Verbraucherschutzgesetz).
- Um Garantieleistungen in Anspruch nehmen zu können, muss der Verbraucher das Lieferdatum des Produkts mittels des Kaufbeleges (oder mit Hilfe eines anderen geeigneten Dokumentes) nachweisen. Darüber hinaus muss er Angaben zum Verkäufer sowie zum Produkt selbst machen (Modell und Seriennummer).

**Hinweis:** Für die Gültigkeit der Garantie ist es notwendig, den Kaufbeleg oder ein anderes geeignetes Dokument, aus dem die Einzelheiten des Kaufes hervorgehen, sorgfältig aufzubewahren.

- Um das Produkt zu registrieren und in den Genuss der Garantie zu kommen, wird der Verbraucher gebeten, das entweder im Internet unter: <http://www.getfit-fitness.it/it/fitness-home/54/3/garanzia-getfit-attrezzatura-fitness-> befindliche Online-Formular auszufüllen oder aber den diesem Benutzerhandbuch beigelegten und sorgfältig ausgefüllten Garantieabschnitt mit der Post an SPORT Alliance International AG - Via E. Fermi, 14 bis 39100 - Bozen - BZ - Italien, per Fax (+39 0471 208310) oder per E-Mail ([assistenzagetfit@sportalliance.it](mailto:assistenzagetfit@sportalliance.it)) zu versenden. Die Anmeldung muss innerhalb eines Monats nach Kauf des Produkts vorgenommen werden.
- Die Garantie umfasst die Reparatur oder den kostenlosen Ersatz von defekten Bestandteilen des Produkts, sofern diese umgehend vom Verbraucher durch Anfrage auf Garantieleistung beim Kundenservice unter der folgenden gebührenfreien Nummer **800.046.137** mitgeteilt werden und der Defekt auf einem Handeln oder Unterlassen des Herstellers beruht. Es wird das gesamte Produkt ersetzt, sofern die Reparatur oder der Austausch einzelner Komponenten unmöglich oder unverhältnismäßig teuer sein sollte.
- Der Austausch des gesamten Produktes oder nur einer Komponente führt nicht zur Verlängerung der Garantiedauer. Die Garantie endet 24 Monate nach dem Datum der auf dem Kaufvertrag beruhenden ursprünglichen Lieferung des Produktes. Nach Ablauf der 24-Monate-Garantie, sind sämtliche Reparaturleistungen und / oder der Austausch von Komponenten des Produktes vom Verbraucher zu tragen.

### AUSSCHLUSS DER GARANTIE

- Die Garantie ist in den folgenden Fällen ausgeschlossen:
  - a. bei Nichtbeachtung von Anweisungen, Warnungen und Hinweisen in Bezug auf die korrekte Montage und die ordnungsgemäße Nutzung des Produktes (alle Angaben zur korrekten Montage, zur Nutzung und zur Wartung des Produktes sind im Benutzerhandbuch enthalten, das Bestandteil der Garantie ist);
  - b. das Produkt wird für andere Zwecke als für die verwendet, für die es

- eigens konzipiert wurde;
  - c. bei unsachgemäßer Behandlung des Produktes;
  - d. bei Vernachlässigung der Wartung oder fahrlässig falscher Wartung des Produktes;
  - e. für Schäden, die durch Transport oder Versand des Produktes verursacht wurden;
  - f. die Reparatur wurde von einem nicht autorisierten Kundenservice durchgeführt;
  - g. die Reparatur ist vom Nutzer selbst ausgeführt worden, es sei denn, die Reparatur oder der Austausch von Komponenten ist von SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG ausdrücklich genehmigt worden;
  - h. im Falle von Konformitätsfehlern, die, aus welchem Grund auch immer nicht auf den Hersteller oder den Vertrieb zurückgeführt werden können;
  - i. die Garantie deckt NICHT Eingriffe im Zusammenhang mit dem Aufbau des Produktes und dem Anschluss an die Stromversorgung.
- Abnutzungserscheinungen am Produkt oder seinen Komponenten, die auf der normalen Nutzung des Produktes beruhen, stellen KEINEN Konformitätsfehler dar und sind daher nicht Gegenstand von Garantieleistungen.

### Auflistung der Komponenten, die dem normalen Verschleiß unterliegen:

- LAUFBAND, Bestandteile die dem normalen Verschleiß unterliegen: Rollen, Lauffläche, Laufmatte, Griff, Riemen, Dichtungen, Handgriffe, herausnehmbare Teile, Zubehör und Verschleißmaterial im allgemeinen.
- HOME BIKE, Bestandteile die dem normalen Verschleiß unterliegen: Pedale und Riemen, Sattel, Übertragungsriemen, Dichtungen, Handgriffe, herausnehmbare Teile, Zubehör und Verschleißmaterial im allgemeinen.

### ART DER AUSFÜHRUNG DER GARANTIELEISTUNGEN

Während des Garantiezeitraumes werden die der Garantie unterliegenden Leistungen kostenlos von Kundenservice des Vertriebes durchgeführt. Einzelheiten wie Art und Dauer der Reparatur werden mit dem Techniker, den Sie gebührenfrei telefonisch erreichen können, abgesprochen. Dem Verbraucher steht es frei, die von der Garantie gedeckten Ersatzteile zu bestellen und selbst den Austausch der Teile nach Absprache mit dem Techniker des Kundenservices vorzunehmen. Für den Fall, dass eine Reparatur des Produktes oder seiner Bestandteile am Sitz der Sport Alliance International AG (Adresse) notwendig sein sollte, ist der Transport vom Verbraucher zu veranlassen. Die Kosten des Transportes sind vom Verbraucher zu tragen.

**Hinweis:** In diesem Falle treffen alle mit dem Transport des Produktes verbundenen Risiken den Verbraucher. SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG tritt nicht für etwaige am Produkt oder seinen Bestandteilen entstandene Schäden ein, die vom Transport durch einen Kurierdienst/ein Transportunternehmen herrühren.

Falls der Verbraucher zu dem Zeitpunkt, zu dem das reparierte oder ausgetauschte Produkt vom, von SPORT ALLIANCE INTERNATIONAL AG benannten, Kurierdienst/Transportunternehmen zugestellt werden soll, nicht anzutreffen sein sollte, werden ihm die hierdurch entstandenen Mehrkosten des Kurierdienstes/Transportunternehmens für Folgeauslieferungen auferlegt. Diese sind vom Verbraucher direkt zum Zeitpunkt der Auslieferung des Produktes zu tragen.

 9:00 AM ↓ 12:00 AM	<b>KUNDENSERVICE</b>  <b>800.046.137</b>
------------------------------	--

DISTRIBUTORI EUROPEI  
EUROPÄISCHEN DISTRIBUTOREN

Italy: *Sport Alliance International Spa - [www.sportalliance.it](http://www.sportalliance.it)*  
Austria, Czechoslovakia, Slovenia, Slovakia: *Giga Sport - [www.gigasport.at](http://www.gigasport.at)*



Sport Alliance International S.p.A. - Via Enrico Fermi, 14 - 39100 - Bolzano - BZ - (Italia) - [info@sportalliance.it](mailto:info@sportalliance.it)