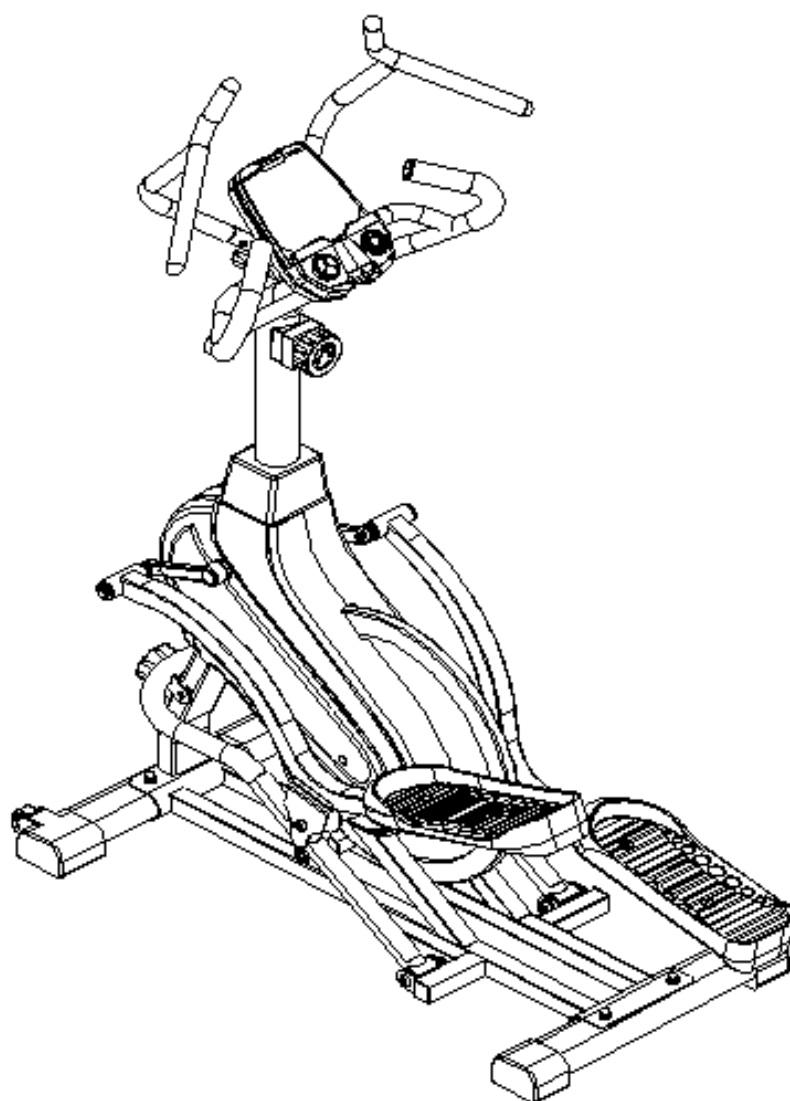


StepCross



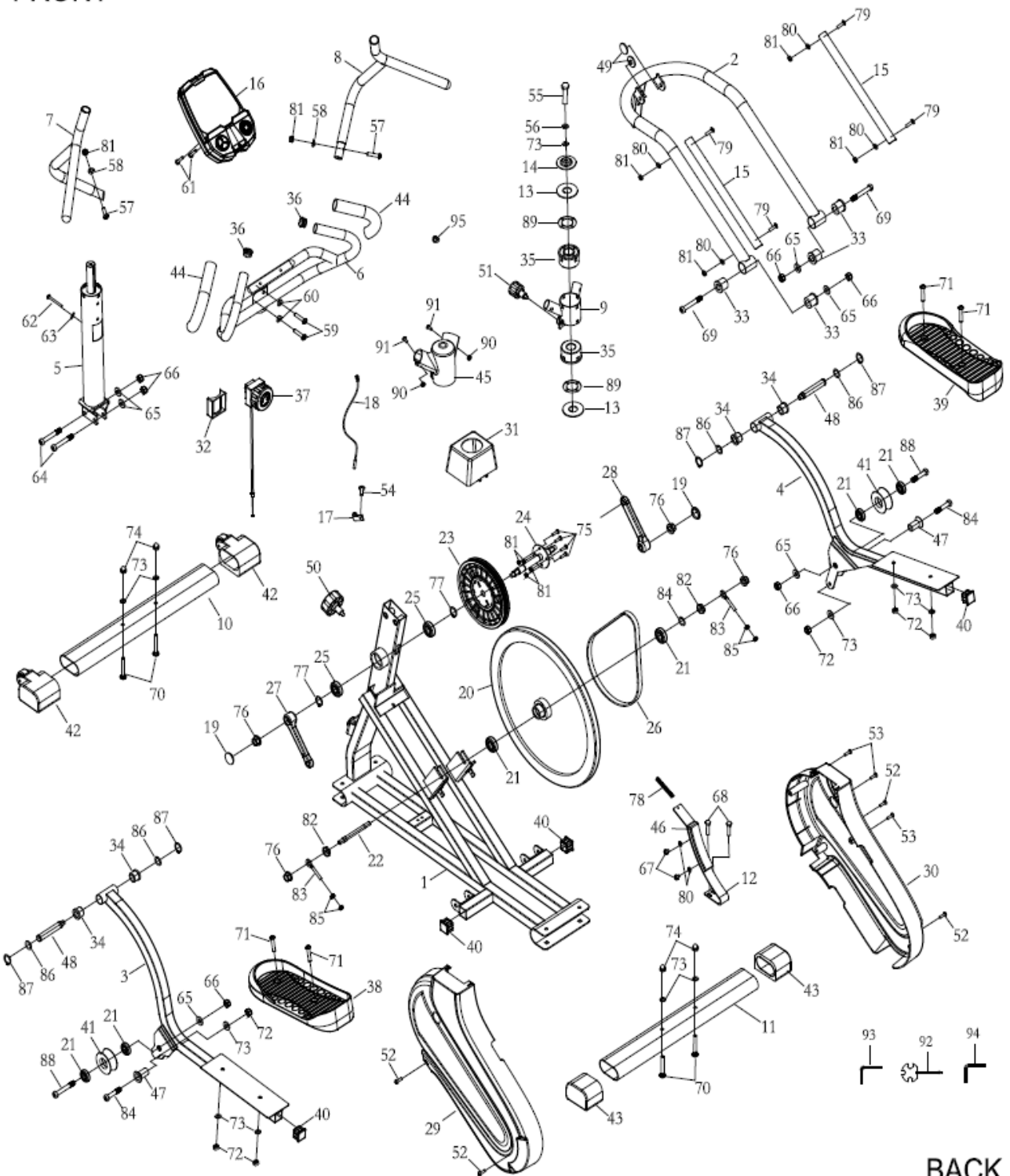
Art.nr. 300 933
Model 7200

INNHold / INNEHÅLL / CONTENTS

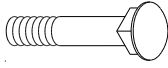


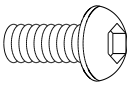

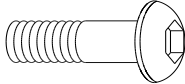

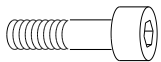
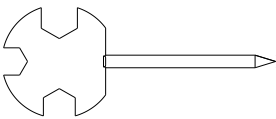
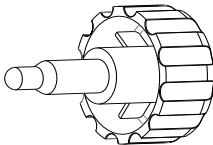
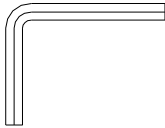
3	Deletegning / Sprängskiss / Parts drawing
4	Monteringsdeler / Parts details
5	Deleliste / Dellista / Parts List
8	Montering / Assembly
13	DK N Viktig informasjon
14	Betjening av computeren
15	Reklamasjonsvillkår
16	Kontaktinformasjon (Norge og Danmark)
17	S Viktig information
18	Betjening av datoren
19	Reklamationsvillkor
20	Kontaktinformation
21	GB Important information
22	Operating the console
23	Warranty regulations
24	Conatct information

DELETEDING / SPRÄNGSKISS / EXPLODED VIEW

FRONT



MONTERINGSDELER / MONTERINGSDELAR / ASSEMBLY PARTS

Graphic	No.	Item	Qty
	70	Oval Head Square Neck bolt M8*60	4
	74	Cap Nut M8	4
	73 65	Flat Washers M8 Flat Washers M10	4 1
	59	Round head hex bolt M8*15	6
	66 81	Nylon nut M10 Nylon nut M6	1 2
	64	Round head hex bolt M10*50	1
	58 60	Arc Washers M6 Arc Washers M8	2 2
	57	Hex round head socket bolt M6x30	2
	91	Cross Wrench	1
	50	Adjustment knob M10	1
	89 90	Hex Wrench T5 Hex Wrench T6	1 1

DELELISTE / DELLISTA / PARTS LIST

No.	Item	Qty.
1	Main Frame	1
2	Rail Tube	1
3	Left Pedal Crank	1
4	Right Pedal Crank	1
5	Upright	1
6	Handlebar	1
7	Left flexible handrail	1
8	Right flexible handrail	1
9	Bend crank	1
10	Front Stabilizer	1
11	Rear Stabilizer	1
12	Plastic Frame	1
13	Iron Sheet	1
14	Upright Cover	1
15	Stainless Steel Sheet	2
16	Meter	1
17	Sensor Bracket	1
18	Sensor	1
19	Crank Plug	2
20	Flywheel Set	1
21	Ball Bearing (6000ZZ)	8
22	Flywheel Shaft	1
23	Pulley	1
24	Pulley Shaft	1
25	Ball Bearing (6203ZZ)	2
26	V-Ribbed Belt 430J5	1
27	Left Crank Electro	1
28	Right Crank Electro	1
29	Left Cover	1
30	Right Cover	1
31	Decorative Cover	1
32	Fine-Tuning Seat	1
33	Rail tube bearing Sleeve	4

34	Pedal crank bearing Sleeve	4
35	Hollow Tube Plug	2
36	Round Inside Plug \varnothing 25.4	2
37	8-Section Tension Knob	1
38	Left Pedal	1
39	Right Pedal	1
40	Inner Square Plug S30*30	4
41	Pulley	2
42	Left adjustable foot sleeve	1
43	Outer Square Plug	2
44	Protecting Foam	2
45	Belt pulley	1
46	Brake pad	1
47	Position Limit Sleeve	2
48	Friction disc	2
49	Plastic washers	4
50	Adjustment knob M10	1
51	Latch M16	1
52	Slot Pan Head Self-Tapping-Drilling Screw ST4.2X16	7
53	Slot Pan Head Self Drilling Screw ST4.2X16	3
54	Hex head round bolt M8x50	1
55	Hex Head Bolt M8X25	1
56	Flexible Washers M8	1
57	Hex head round bolt M6x30	2
58	Arc Washers M6	6
59	Hex head round bolt M8*15	6
60	Arc Washers M8	2
61	Cross pan head bolt M5x10	2
62	Slot Truss head Screw M5x55	1
63	Flat washers M5	1
64	Hex head round bolt M10*50	2
65	Flat washers M10	10
66	Nylon Nut M10	7
68	Hex round head socket bolt M6x12	4
69	Hex head round bolt M10*70	2
70	Oval Head Square Neck Screw M8x55	4

71	Plug	1
72	Nylon Nut M8	3
73	Flat Washers M8	8
74	Cap Nut M8	4
75	Slot Pan Head Self-Tapping-Drilling Screw ST4.2X25	2
76	Flange Nuts M10x7x1.25	4
77	Flexible Shaft Ring Φ 17	2
78	Tension Spring	1
79	Hex Head Round Bolt M10*40	4
81	Nylon Nut M6	10
82	Hex Thin Nut	1
83	Flat Foot pad	2
84	Center Screw M8*45	2
85	Right adjustable foot sleeve	1
86	Large Flat Washer	4
87	Flexible Shaft Ring Φ 16	4
88	Hex Head Round Bolt M10*60	2
89	Hex Wrench T5	1
90	Hex Wrench T6	1
91	Cross Wrench	1

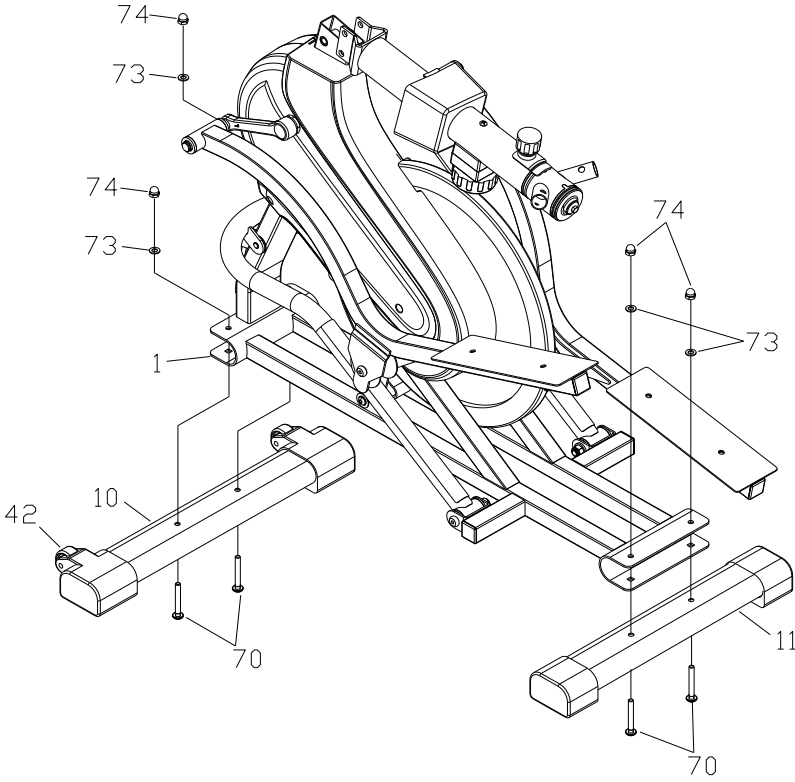
MONTERING / ASSEMBLY

Step 1

Attach the **Front Stabilizer (10)** with **Transporting Wheel (42)** on it to the **Main Frame (1)**. Lock the frame assembly by **Oval Head Square Neck Screw M8x60 (70)**, **Flat Washers M8 (73)** and **Cap Nut M8 (74)**.

Step 2

Attach the **Rear Stabilizer (11)** to the **Main Frame (1)**. Lock the frame assembly by **Oval Head Square Neck Screw M8x60 (70)**, **Flat Washers M8 (73)** and **Cap Nut M8 (74)**.

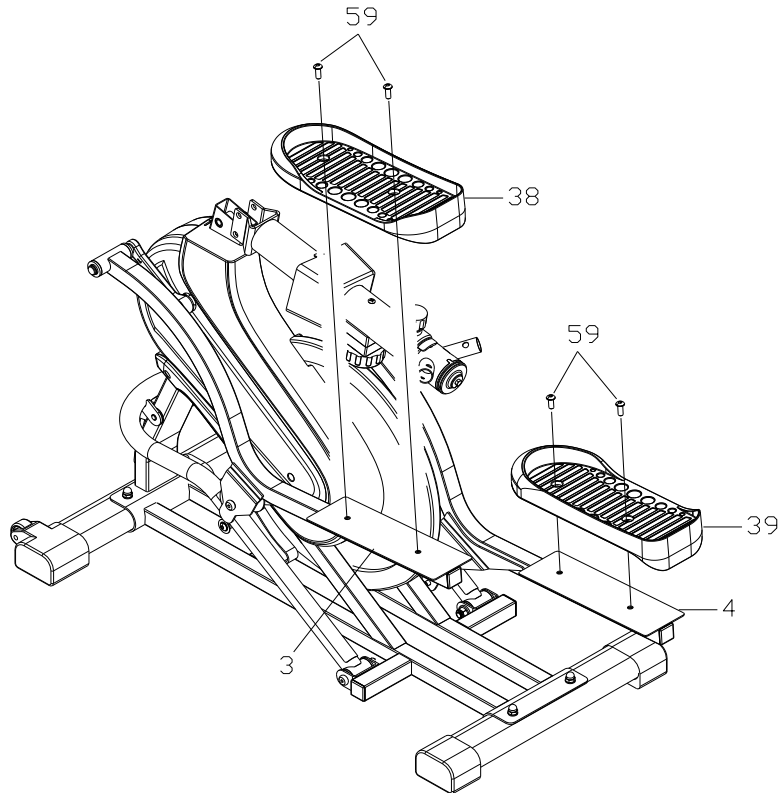


Step 3

Attach the **Left Pedal (38)** to the **Left Pedal Crank (3)** by using **Hex Head Round Bolt M8*15 (59)**.

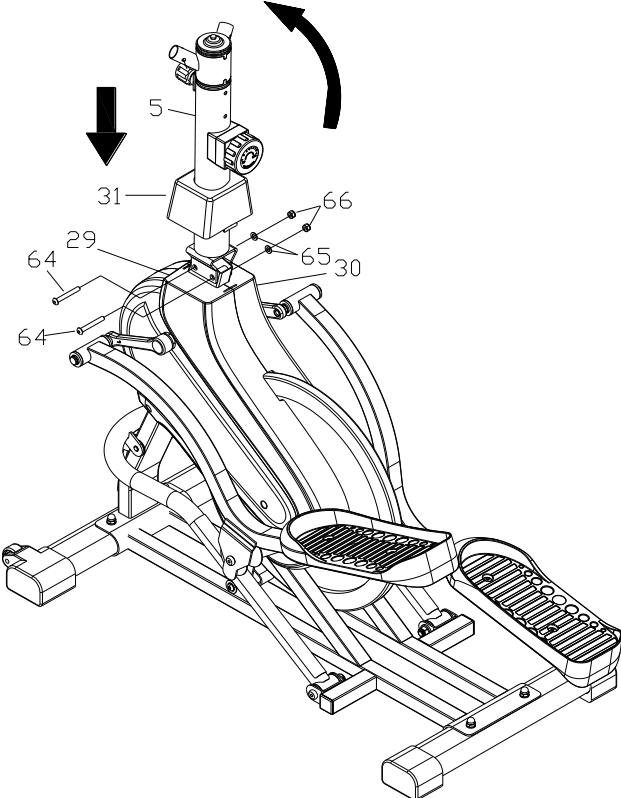
Step 4

Attach the **Right Pedal (39)** to the **Right Pedal Crank (4)** by using **Hex Head Round Bolt M8*15 (59)**.



Step 5

Lift up Upright (5) and tighten it by using Hex head round bolt M10X50 (64), Flat washers M10(65) and Nylon Nut M10(66). Attach Decorative Cover (31) to Left Cover (29) and Right Cover (30).



Step 6

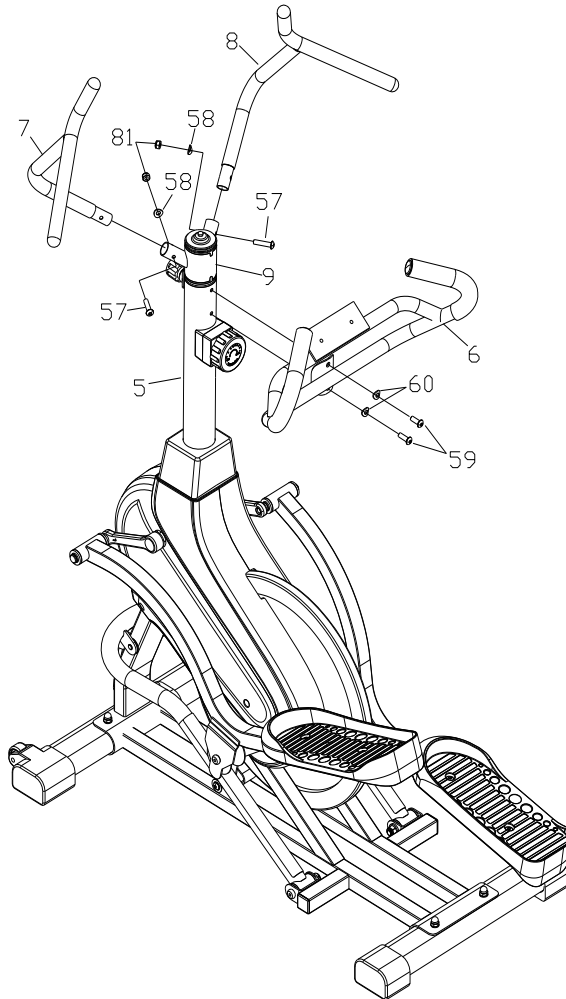
Attach **Left flexible handrail (7)** to **Bend Crank (9)** by **Hex round head socket bolt M6*30 (57)**, **Arc Washers M6 (58)** and **Nylon Nut M6 (81)**.

Step 7

Attach **Right flexible handrail (8)** to **Bend Crank (9)** by **Hex round head socket bolt M6*30 (57)**, **Arc Washers M6 (58)** and **Nylon Nut M6 (81)**.

Step 8

Attach **Handlebar (6)** to **Upright (5)** and lock by **Hex head round bolt M8*15 (59)** and **Arc Washers M8 (60)**.

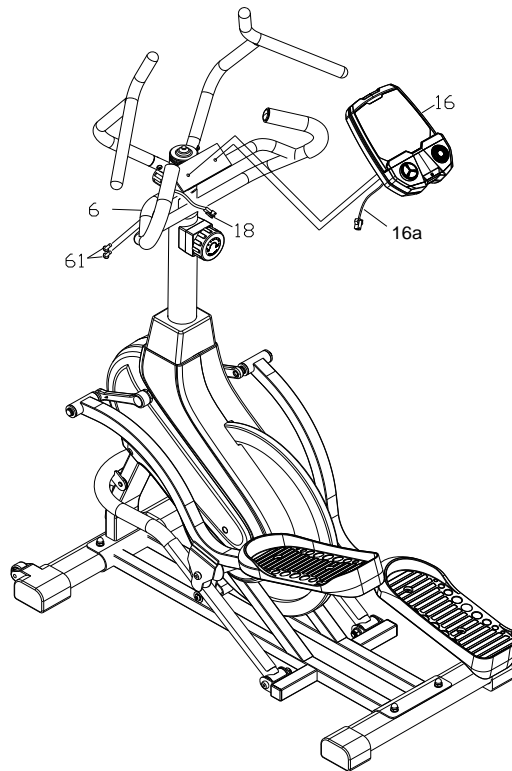


Step 9

Attached **Meter (16)** to **Handlebar (6)** and lock by using **Cross pan head bolt M5*10 (61)**.

Step 10

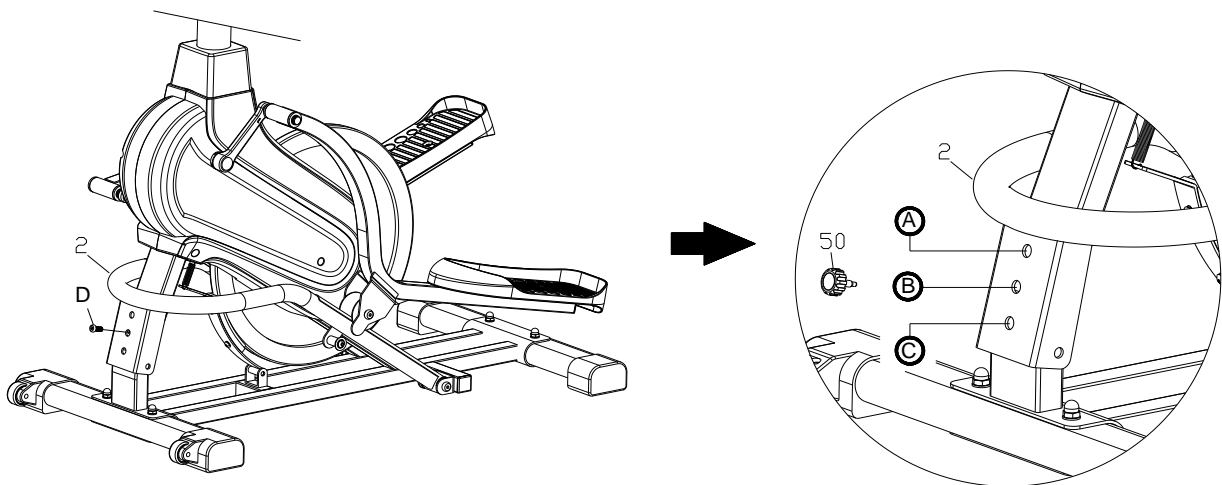
Connect the wiring of **Sensor (18)** with **Meter wire (16a)**.



Step 11

Unlock the **Bolt M10*20 (D)** from **Rail Tube (2)** and then lock the **Adjustment knob (50)**.

Adjust the height by using **Adjustment knob (50)** to A, B, C position.



VIKTIG INFORMASJON



Bruksområdet for dette treningsapparatet er hjemmetrening.

Apparatet skal kun brukes som beskrevet i denne bruksanvisningen.

Eieren av trimapparatet er ansvarlig for at alle brukere er kjent med disse sikkerhetsreglene.

Under montering; sørg for at alle skruer og muttere sitter på rett plass og at de entrer skikkelig, før du begynner å stramme noen av dem.

Plasser trimapparatet på et flatt og jevnt underlag.

Trimapparatet må ikke brukes utendørs, eller i rom med unormalt høy luftfuktighet. Det er ikke anbefalt å bruke apparatet i garasje, carport eller på overbygget terrasse.

Det anbefales å benytte en underlagsmatte, for å eliminere sjansene for at gulv eller gulvbelegg tar skade i.f.m. bruk av apparatet.

Apparatet skal oppbevares tørt og frostfritt. Displayet bør aldri utsettes for direkte sollys.

Før hver bruk; påse at alle skruer og muttere er godt strammet til. Dersom det oppdages løse eller defekte deler; sørg for at ingen benytter seg av apparatet før det er i tilfredsstillende stand igjen.

Bruk alltid sko med en god gummisåle ved bruk av apparatet.

Apparatet skal kun benyttes av en person av gangen.

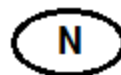
Barn må ikke benytte apparatet uten tilsyn, og bør heller ikke være i nærheten når apparatet er i bruk av andre.

Apparatet bør ikke benyttes av personer med vekt over 100 kg.

Apparatet bør ikke brukes i.f.m. medisinsk eller fysikalsk behandling, med mindre det er spesielt anbefalt av lege eller fysioterapeut.

Det tas forbehold om trykkfeil i manualen.

BETJENING AV COMPUTEREN



KNAPPER

KNAPPER	BESKRIVELSE
Mode	Velg mellom de forskjellige funksjonene ved å trykke på " mode" knappen. I Scan modus, vil " mode" knappen låse ønsket funksjon.
Set ▲	Trykk på "set " knappen for å velge verdier fra Time, Distance og Calories, deretter sette ønsket målverdi. Time kan settes fra 0:00—99:00 (hver økning representerer 1:00 min) Distance kan settes fra 0.0-999.0 (hver økning representerer 1.00 km) Calories kan settes fra 0.00-999.9 (hver økning representerer 1.00 kalori)
Reset	Ved å trykke på " Reset" knappen, vil du nullstille data i Setting modus.
Total Reset	Ved å trykke "total reset" vil du nullstille alle verdier.

FUNKSJONER

FUNKSJON	BESKRIVELSE
Scan	Skjermen ruller på å vise verdiene: TMR→SPD→ DST→CAL Computer bytter automatisk mellom hver verdi hvert 6. sekund. Trykk på " mode" for å låse skjermen til en av funksjonene.
Speed	Viser estimert fart, hvor maximum er 999:00 km/h.
Time	Viser total tid brukt på treningen, fra 0:00 til 99:00 min
Distance	Viser totale distansen som er tilbakelagt under treningen, fra 0.00 til 999.9 km.
Calories	Viser et estimat på antall kalorier forbrent underveis I treningen, fra 0.0 til 999.9 kalorier.

RETNINGSLINJER FOR REKLAMASJONSBEHANDLING

Reklamasjonsbestemmelsene omhandler produkter brukt til hjemmetrening. For bedriftsmarkedet finnes egen oversikt over garantibestemmelser for semi-proff utstyr.

Komponentene som trimutstyr er satt sammen av er i hovedsak delt inn i tre hovedgrupper; **Slitedeler**, **Andre utskiftbare komponenter** og **Konstruksjon/rammeverk**.

Med **Slitedeler** menes deler som man ved normal bruk vil måtte påregne og bytte ut med jevne mellomrom. Herunder sorterer deler som bremseklosser, trinser, vaiere, justeringsskruer kulelager, strikker, fjærer og lignende. Ifølge kjøpslov/forbrukerkjøpslov er det ingen lovfestet reklamasjonsrett på slike deler. Men vi gir ett års garanti på disse delene.

*NB. For at det skal være tillatt å markedsføre eller omtale kjøpsvilkår som en GARANTI, forutsetter det at de gir kjøper vesentlig bedre rettigheter enn det som følger av loven. Normal REKLAMASJONSRETT er **ulovlig** å omtale som GARANTI i salgs- eller markedsføringsmateriell.*

Med **Andre utskiftbare komponenter** menes alle andre løse deler som finnes på apparatene. Eksempler på slike deler kan være seteputer, polstringer, pedaler, treningscomputere og annen elektronikk. På denne typen deler gjelder den lovfestede reklamasjonsretten på to år, forutsatt at de ikke er utsatt for unormal ytre påvirkning.

Unntatt fra denne kategorien er motorer til tredemøller.

For alle tredemøllemotorer gjelder en fem års reklamasjonsrett, forutsatt at de ikke er utsatt for unormal ytre påvirkning eller unødvendig slitasje gjennom manglende vedlikehold.

Med **Konstruksjonsdeler / rammeverk** menes hovedbestanddelene i treningsapparatet, dvs. stålkonstruksjoner og tilhørende sveisesømmer.

For denne typen deler gjelder en fem års reklamasjonsrett, forutsatt at de ikke er utsatt for unormal ytre påvirkning.

Lengre garantier/livstidsgarantier på rammeverk vil evt. være spesifisert for hvert enkelt produkt.

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

N

Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Service. Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylناسport.no – her vil du finne informasjon om produktene, brukermanualer, ett kontaktskjema for å komme i kontakt med oss og mulighet for å bestille reservedeler. Ved å fylle ut kontaktskjema gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.

VIGTIGT OM SERVICE

DK

I tilfælde af problemer af nogen art, skal du kontakte Mylna Service. Vi vil gerne have dig til at kontakte os, før du kontakter butikken, så vi kan tilbyde dig den bedst mulige hjælp.

Besøg vores hjemmeside www.mylناسport.com - her vil du finde information om de produkter, brugermanualer, en kontakt formular for at komme i kontakt med os og mulighed for at bestille reservedele. Ved at udfylde kontaktformularen giver du os de oplysninger vi har brug for at hjælpe dig så effektivt som muligt.

VIKTIG INFORMATION



Användningsområdet för detta träningsredskap är hemmaträning.

Träningsredskapet får endast användas enligt beskrivningen i denna bruksanvisning.

Träningsredskapets ägare ansvarar för att alla användare har satt sig in i dessa säkerhetsföreskrifter.

Vid montering: se till att alla skruvar och muttrar sitter på rätt plats och att de är ordentligt införda innan du börjar spänna dem.

Placera träningsredskapet på ett plant och jämnt underlag.

Träningsredskapet får inte användas utomhus eller i rum med onormalt hög luftfuktighet. Du rekommenderas inte att använda träningsredskapet i ett garage, en carport eller på en överbyggd terrass.

Du rekommenderas att använda en underlagsmatta för att eliminera risken för att golv eller golvbeläggningen tar skada då träningsredskapets används.

Träningsredskapet ska förvaras torrt och frostfritt. Displayen bör aldrig utsättas för direkt solljus.

Före varje användningstillfälle: kontrollera att alla skruvar och muttrar är ordentligt åtdragna. Om du upptäcker lösa eller defekta delar: se till att ingen använder träningsredskapet förrän det befinner sig i tillfredsställande skick igen.

Bär alltid skor med en bra gummisula när du använder träningsredskapet.

Endast en person åt gången får använda träningsredskapet.

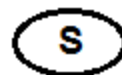
Barn får inte använda träningsredskapet utan tillsyn, och bör inte heller befinna sig i närheten när någon annan använder träningsredskapet.

Träningsredskapet bör inte användas av personer som väger över 100 kg.

Träningsredskapet bör inte användas i samband med medicinsk eller fysiologisk behandling, såvida inte detta ordinerats specifikt av läkare eller fysioterapeut.

Vi förbehåller oss eventuella tryckfel i bruksanvisningen.

HUR DU ANVÄNDER DATORN



KNAPPAR

KNAPPAR	BESKRIVNING
Mode	Välj mellan de olika funktionerna genom att trycka på "mode"-knappen. I Scan-läget låser "mode"-knappen önskad funktion.
Set ▲	Tryck på "set"-knappen för att välja värde mellan Time, Distance och Calories, ställ sedan in önskat målvärde. Time kan ställas in på 0:00 – 99:00 (varje ökning representerar 1:00 min) Distance kan ställas in på 0:00 – 999.00 (varje ökning representerar 1.00 km) Calories kan ställas in på 0.00 – 999.9 (varje ökning representerar 1.00 kalori)
Reset	Om du trycker på "Reset"-knappen nollställs data i Setting-läget.
Total Reset	Om du trycker på "total reset" nollställs alla värden.

FUNKTIONER

FUNKTION	BESKRIVNING
Scan	Skärmen växlar mellan att visa följande värden: TMR→SPD→ DST→CAL Datorn går automatiskt vidare till nästa värde var sjätte sekund. Tryck på "mode" för att låsa skärmen till någon av funktionerna.
Speed	Visar uppskattad hastighet, där maxvärdet är 999:00 km/h.
Time	Visar total tid som lagts på träningen, från 0:00 till 99:00 min
Distance	Visar den totala sträckan som tillryggalagts under träningen, från 0.00 till 999.00 km.
Calories	Visar ett uppskattat antal kalorier som förbränts under träningspasset, från 0.0 till 999.9 kalorier.

REKLAMATIONSVILLKOR

S

Reklamationsvillkoren omfattar produkter som endast användts till hemmaträning
För företagsmarknaden gäller egna villkor.

Villkoren omfattar **slitdelar**, **andra utbytbara komponenter** och **konstruktion/ramverk**.

Med **slitdelar** avses delar som man vid normal användning måste räkna med att byta ut med jämna mellanrum. Härunder inräknas delar som bromsklossar, linhjul, vajrar, justeringsskruvar, kullager, gummiband, fjädrar och liknande.

För dessa delar finns det ingen reklamationsrett enligt de lagstadgade rättigheterna i konsumentköplagen. Men vi ger ett års garanti på dessa delar.

Med **andra utbytbara komponenter** avses alla andra lösa delar som finns på apparaterna. Exempel på sådana delar kan vara sadeldynor, överdrag, pedaler, träningsdatorer och annan elektronik. För denna typ av delar gäller en 3 års reklamationsrett, under förutsättning att delarna inte utsatts för onormal yttre påverkan.

Motorer till löpband är undantagna från denna kategori.

För alla löpbandsmotorer gäller en 5 års reklamationsrett, under förutsättning att de inte utsatts för onormal yttre påverkan eller onödigt slitage genom bristfälligt underhåll.

Med **konstruktionsdelar/ramverk** avses träningsredskapets huvuddelar, dvs. stålkonstruktioner och tillhörande svetsfogar.

För denna typ av delar gäller minimum 5 års reklamationsrett. Eventuella längre garantier/livstidsgarantier specificeras för varje enskild produkt.

VIKTIGT BETRÄFFANDE SERVICE

S

Om det skulle uppstå roblem av något slag, kontakta Mylna Service. Vi skulle vilja att ni kontaktar oss innan du kontaktar butiken så att vi kan erbjuda dig bästa möjliga hjälp.

Besök vår hemsida www.mylinasport.se - här hittar du information om produkterna, bruksanvisningar, ett kontaktformulär som du kan använda för att komma i kontakt med oss och möjlighet att beställa reservdelar. Genom att fylla ut kontakformuläret ger du oss den information vi behöver för att hjälpa dig så effektivt som möjligt.

IMPORTANT INFORMATION



The area of use for this fitness equipment is home exercise.

The exercise machine should only be operated as described in this manual.

The owner of the equipment is responsible that all users of the exercise machine are familiar with the contents of these precautions.

During assembly; make sure that all nuts and bolts are in their right places and properly entered before tightening any of them.

Place the exercise machine on a flat and smooth surface.

The exercise equipment must not be used outdoors, or in rooms with extraordinary humidity. It is not recommended to use the machine in a garage, carport or covered terrace.

It is recommended to use a protective mat to eliminate the risk of damage to the floor during the use of the exercise machine.

Store the exercise machine in a frost free and dry environment. The display should never be exposed to direct sunlight.

Before every use; make sure that all nuts and bolts are securely tightened. If any loose or defective parts are revealed, make sure that no one uses the exercise machine until it has been properly replaced or tightened.

Always use shoes with a proper rubber sole when using the exercise machine.

The exercise machine should only be used by one person at the time.

Children must not use the equipment unattended, and they should not be around while the exercise machine is being used by others.

The maximum user weight for this exercise machine is 100 kg.

The exercise machine should not be used for medical purposes or physical therapy, unless it is specifically recommended by your doctor or physical therapist.

With reservation for any misprints.

HOW TO OPERATE THE CONSOLE

GB



BUTTONS

BUTTON	DESCRIPTION
Mode	Choose between functions by pressing " mode" button. In Scan mode, " mode" button will lock the current function.
Set ▲	Press "set " button to set up target exercise value of time, distance, calories. Time setting range:0:00 – 99:00(each increment is 1:00)min Distance setting range 0.0-999.0(each increment 1.0)km Calorie setting range 0.0-999.0(each increment 1.0)
Reset	During settings, press reset button once, in order to reset the current function value.
Total Reset	Pressing the "total reset" button will clear all values to zero.

KEY FUNCTION

FUNCTION	DESCRIPTION
Scan	The display changes between: TMR→SPD→ DST→CAL System automatically changes between each function every 6 seconds. Press " mode" button to lock one of the functions.
Speed	Displays current speed, the maximum is 999.9 km/h .
Time	Accumulates total distance from 0:00 up to 99.00.
Distance	Accumulates total distance from 0.00 up to 999.9 km.
Calories	Accumulates calories consumption during training from 0.00 calories to the maximum 999.9 calories.

WARRANTY REGULATIONS

The warranty regulations apply for products that are used for home exercise. For the corporate market, there are specially adapted products and separate warranty regulations apply.

Exercise equipment consist mainly of three component categories; ***Wearing parts***, ***Other replaceable labour parts***, and ***Frame / Structure***.

By **Wearing parts** is implied parts that will eventually be worn down through normal use, and thereby need to be replaced regularly. Included in this category will come breaking pads, wires, pulleys, adjustment screws, ball bearings, rubber bands, springs etc.

Normally, there is no statutory right to bring forth claims for such parts, but we offer a 1 year warranty for these parts.

By **Other replaceable labour parts** is implied all other replaceable parts on the machine or device. Examples of such parts could be seat cushions, foam padding, pedals, exercise computers and other electronics. For the consumer market, a 2 year restricted warranty applies for these parts, provided that they have not been subjected to negligence or error in handling or storing, wrong assembly, unsuitable use or unauthorized or improper repairs.

Excluded from this restriction are treadmill motors.

For all treadmill motors, there is a 5 year warranty, provided that they have not been subjected to negligence in maintenance, or unauthorized or improper repairs.

By **Frame/structure** is implied all the parts of the load-bearing steel frame, and its welding seems and joints.

For these parts, the warranty time for a minimum of 5 years is applied. Longer warranties and/or life time warranties will specified in the product information for each individual machine or device.

IMPORTANT REGARDING SERVICE

In the event of problems of any kind, please contact Mylna Service. We would like you to contact us before contacting the store so we can offer you the best possible help.

Visit our website www.mylناسport.no - here you will find information about the products, user manuals, a contact form to get in touch with us and possibility to order spare parts. By filling out the contact form you give us the information we need to help you as effectively as possible.

For user manual in other languages, please visit www.mylناسport.com

