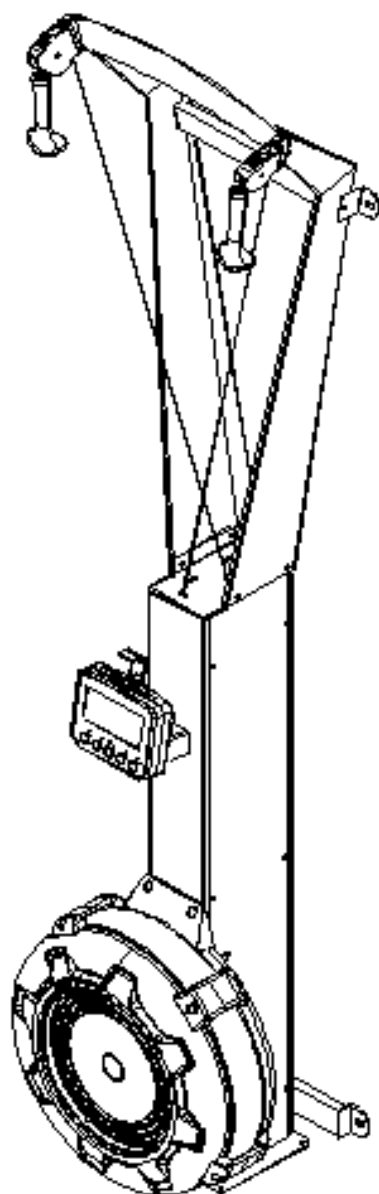


XC-Classic 2000

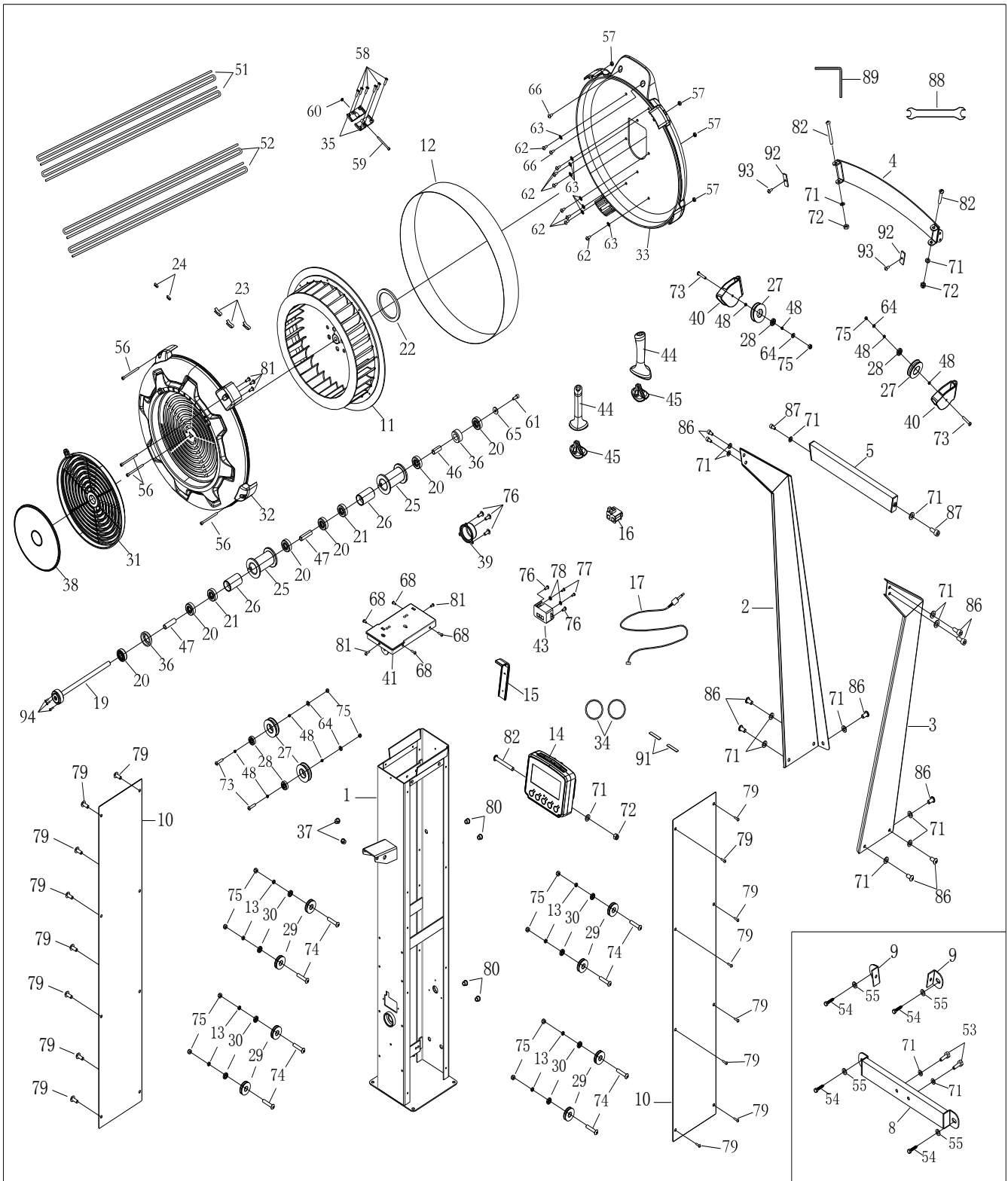


Art.nr. 373 324
Model: SKI 2000Y

INNHold / INNEHåLL / CONTENTS / SISåLLYS/INHAlt

3		Deletegning / Språngskiss / Parts drawing / Osakuvaus /Teilezeichnung – Wall Mounted Version
4		Deleliste / Dellista / Parts List / Osaluettelo/ Liste der Einzelteile – Wall Mounted Version
5		Deletegning / Språngskiss / Parts drawing / Osakuvaus /Teilezeichnung – Free Standing version
6		Deleliste / Dellista / Parts List / Osaluettelo/ Liste der Einzelteile
7		Pre-Assembly Check List
9		Montering / Assembly / Asennus/Montage
19	NO DK	Viktig informasjon
20		Betjening av computeren
23		Reklamasjonsvillkår
24		Kontaktinformasjon (Norge og Danmark)
25	SE	Viktig information
26		Betjåning av datorn
29		Reklamationsvillkor
30		Kontaktinformation
31	GB	Important information
32		Operating the console
35		Warranty regulations
36		Conatct information
37	FI	Tårkeitå tietojat
38		Tietokoneen huolto
41		Valitusehdot
42		Yhteystiedot
43	DE	Wichtige Informationen
44		Bedienung das computeres
48		Reklamationsbestimmungen
49		Wichtige Informationen Zum Service

**DELETEDGNING / SPRÄNGSKISS / EXPLODED VIEW / OSAKUVAUS /
 TEILEZEICHNUNG - *Wall Mounted Version***



**DELELISTE / DELLISTA / PARTS LIST / OSALUETTELO/ LISTE DER
EINZELTEILE – *Wall Mounted Version***

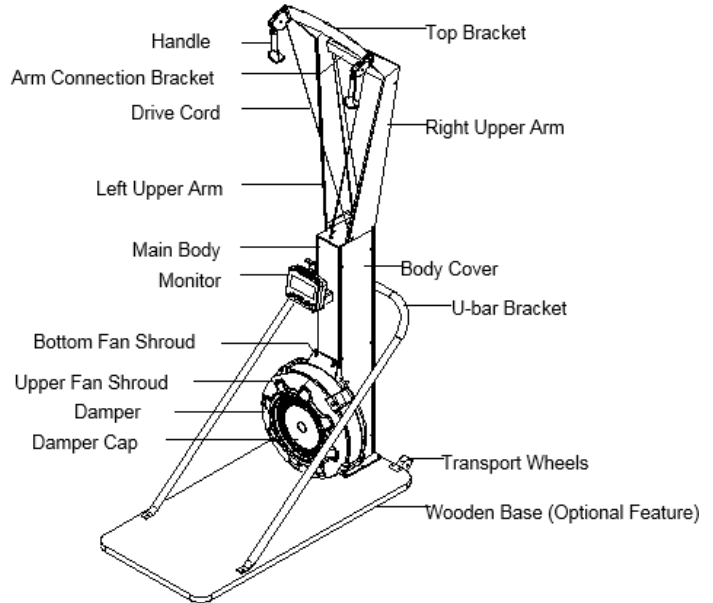
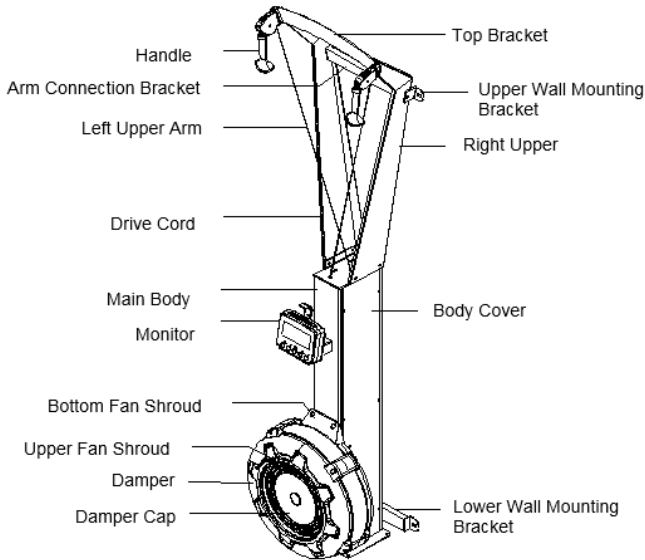
No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
1	Main Body	1	51	Bungee Cord	2
2	Left Upper Arm	1	52	Drive Cord	2
3	Right Upper Arm	1	53	Socket Head Cap Screw, M8x35 mm	2
4	Top Bracket	1	54	Socket Head Cap Screw, ST8.0x50mm	4
5	Arm Connection Bracket	1	55	Flat Washer, $\Phi 22 \times \Phi 9 \times 2.0$ mm	4
8	Lower Wall Mounting Bracket	1	56	Socket Head Cap Screw, M5x92mm	4
9	Upper Wall Mounting Bracket	2	57	Hex Nut, M5	4
10	Body Cover (Left/Right)	2	58	Philips Head Screw, ST4.2x6mm	6
11	Fan	1	59	Philips Head Screw, M4x45mm	1
12	Perforated Steel Mesh	1	60	Hex Nut, M4	1
13	Console Pulley Spacer	8	61	Socket Head Cap Screw, M6x12mm	1
14	Console Monitor	1	62	Philips Head Screw, M6x10mm	8
15	Cell Phone Bracket	1	63	Lock Washer, Internal Tooth M6	8
16	Generator	1	64	Flat Washer, M6	4
17	Sensor Cable	1	65	Flat Washer, $\varnothing 16 \times \varnothing 6.2 \times 1.5$ mm	1
19	Fan Axle	1	66	Philips Head Screw, M6x16mm	2
20	Bearing 6001RS	6	68	Philips Head Screw, ST4.2x16mm	4
21	One Way Bearing (HF1212,12t)	2	71	Flat Washer, M8	17
22	Magnet	1	72	Nylon Nut, M8	3
23	Balance Weight	3	73	Button Head Cap Screw, M6x35mm	4
24	Small Balance Weight	2	74	Philips Head Screw, M6x20mm	8
25	Cord Pulley	2	75	Nylon Nut, M6	12
26	Pulley Spacer	2	76	Philips Head Screw, ST4.2x10mm	5
27	Cord Pulley	4	77	Philips Head Screw, ST3.5x12mm	2
28	Bearing 6000ZZ	4	78	Flat Washer, $\Phi 12 \times \Phi 3.5 \times 1.0$ mm	2
29	Console Pulley	8	79	Philips Head Screw, M5x8mm	16
30	Bearing 606ZZ	8	80	Hex Nut, M8	4
31	Damper	1	81	Philips Head Screw, ST4.2x16mm	5
32	Upper Fan Shroud	1	82	Button Head Cap Screw, M8x75mm	3
33	Bottom Fan Shroud	1	86	Socket Head Cap Screw, M8x12mm	10
34	Rubber Band	2	87	Socket Head Cap Screw, M8x15mm	2
35	Steel Plate	2	88	Wrench	1
36	Bushing 6001	2	89	Allen Wrench 6mm	1
37	Cable Plug	2	91	EVA Single Glue	2
38	Damper Cap	1	92	Rubber Cushion	2
39	Pulley Cover	1	93	Philips Head Screw, M5x8mm	2
40	Pulley Bracket	2	94	Socket Head Cap Screw, M4x12mm	3
41	Body Upper Cover	1			
43	Generator Base	1			
44	Handle	2			
45	Handle Plug	2			
46	Short Spacer	1			
47	Long Spacer	2			
48	Cord Pulley Spacer	8			

**DELELISTE / DELLISTA / PARTS LIST / OSALUETTELO/ LISTE DER
EINZELTEILE – *Free Standing Version***

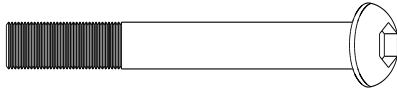


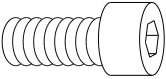
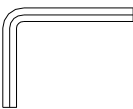
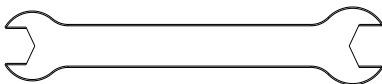
No.	Description	QTY	No.	Description	QTY
1	Main Body	1	49	Transport Wheel	2
2	Left Upper Arm	1	50	Wooden Base Cushion	6
3	Right Upper Arm	1	51	Bungee Cord	2
4	Top Bracket	1	52	Drive Cord	2
5	Arm Connection Bracket	1	56	Socket Head Cap Screw, M5x92mm	4
6	U-bar Bracket	1	57	Hex Nut, M5	4
7	Transport Wheel Cover	2	58	Philips Head Screw, ST4.2x6mm	6
10	Body Cover (Left/Right)	2	59	Philips Head Screw, M4x45mm	1
11	Fan	1	60	Hex Nut, M4	1
12	Perforated Steel Mesh	1	61	Socket Head Cap Screw, M6x12mm	1
13	Console Pulley Spacer	8	62	Philips Head Screw, M6x10mm	8
14	Console Monitor	1	63	Lock Washer, Internal Tooth M6	8
15	Cell Phone Bracket	1	64	Flat Washer, M6	4
16	Generator	1	65	Flat Washer, Ø16xØ6.2x1.5mm	1
17	Sensor Cable	1	66	Philips Head Screw, M6x16mm	2
18	Wooden Base	1	67	Cushion Nut, M8	6
19	Fan Axle	1	68	Philips Head Screw, ST4.2x16mm	22
20	Bearing 6001RS	6	69	Socket Head Cap Screw, M8x40mm	2
21	One Way Bearing (HF1212,12t)	2	70	Philips Head Screw, ST4.2x25mm	26
22	Magnet	1	71	Flat Washer, M8	25
23	Balance Weight	3	72	Nylon Nut, M8	5
24	Small Balance Weight	2	73	Button Head Cap Screw, M6x35mm	4
25	Cord Pulley	2	74	Philips Head Screw, M6x20mm	8
26	Pulley Spacer	2	75	Nylon Nut, M6	12
27	Cord Pulley	4	76	Philips Head Screw, ST4.2x13mm	5
28	Bearing 6000ZZ	4	77	Philips Head Screw, ST3.5x12mm	2
29	Console Pulley	8	78	Flat Washer, Φ12xΦ3.5x1.0mm	2
30	Bearing 606ZZ	8	79	Philips Head Screw, M5x8mm	16
31	Damper	1	80	Hex Nut, M8	4
32	Upper Fan Shroud	1	81	Philips Head Screw, ST4.2x16mm	5
33	Bottom Fan Shroud	1	82	Button Head Cap Screw, M8x75mm	3
34	Rubber Band	2	83	Socket Head Cap Screw, M8x30mm	6
35	Steel Plate	2	84	Button Head Cap Screw, M8x50mm	2
36	Bushing 6001	2	85	Arc washer, M8	2
37	Cable Plug	2	86	Socket Head Cap Screw, M8x12mm	10
38	Damper Cap	1	87	Socket Head Cap Screw, M8x15mm	2
39	Pulley Cover	1	88	Wrench	1
40	Pulley Bracket	2	89	Allen Wrench 6mm	1
41	Body Upper Cover	1	90	Allen Wrench 5mm	1
42	U-bar Bracket Cushion	1	91	EVA Single Glue	2
43	Generator Base	1	92	Rubber Cushion	2
44	Handle	2	93	Philips Head Screw, M5x8mm	2
45	Handle Plug	2	94	Socket Head Cap Screw, M4x12mm	3
46	Short Spacer	1			
47	Long Spacer	2			
48	Cord Pulley Spacer	8			

PRE-ASSEMBLY CHECK LIST

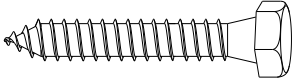
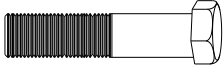

Wall mounted and Wooden Base/Free standing



Below chart include the fasteners for Main Body assembly:

Drawing of Parts	Parts No.	Description	QTY
	#82	Button Head Cap Screw, M8x75 mm	1
	#71	Flat Washer, M8	13
	#72	Nylon Nut, M8	1
	#86 #87	Socket Head Cap Screw, M8x12 mm Socket Head Cap Screw, M8x15 mm	10 2
	#89	Allen Wrench 6mm	1
	#88	Wrench 13-15	1

Below chart include the EXTRA fasteners for Wall Mounted Style assembly:

Drawing of Parts	Parts No.	Description	QTY
	#54	Socket Head Cap Screw, ST8x50mm	4
	#53	Socket Head Cap Screw, M8x35 mm	2
	#71 #55	Flat Washer, M8 Flat Washer, Φ22xΦ9x2.0mm	2 4

Below chart include the EXTRA fasteners for Free Standing Style assembly:

Drawing of Parts	Parts No.	Description	QTY
	#84	Button Head Cap screw, M8x50 mm	2
	#85	Arc washer, M8	2
	#83	Socket Head Cap Screw, M8x30 mm	6
	#71	Flat Washer, M8	6
	#90	Allen Wrench 5mm	1

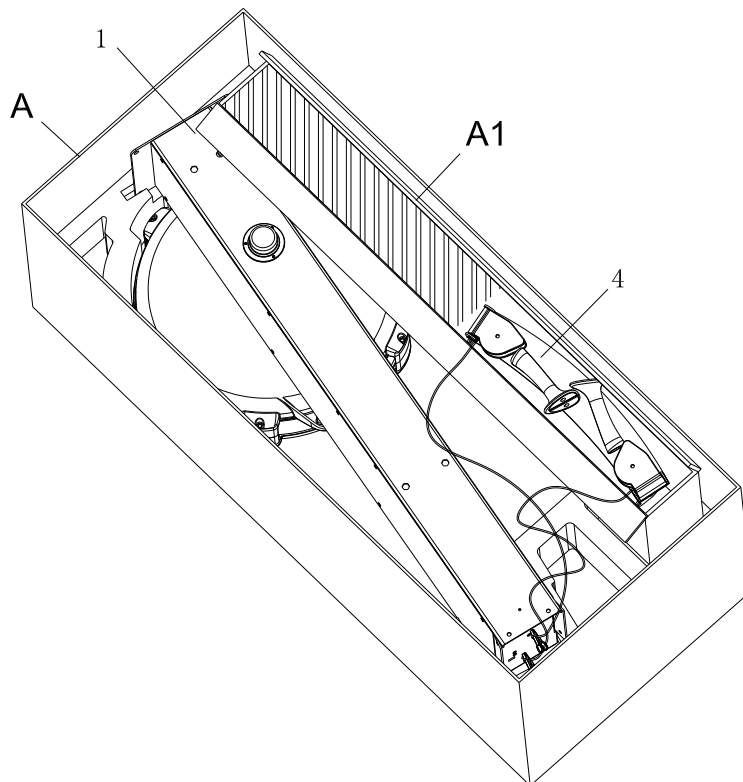
MONTERING / ASSEMBLY/ ASENUS/ MONTAGE

STEP 1

Take out **Top Bracket (4)** and place it on the ground right next to Box 1 (called Box A in the drawings), and continue to take out **Main Body (1)**.

NOTE: Fan Shrouds will be easily damaged if it faces down on the ground during the assembly.

NOTE: Do not throw away styrofoams until the assembly is completed.



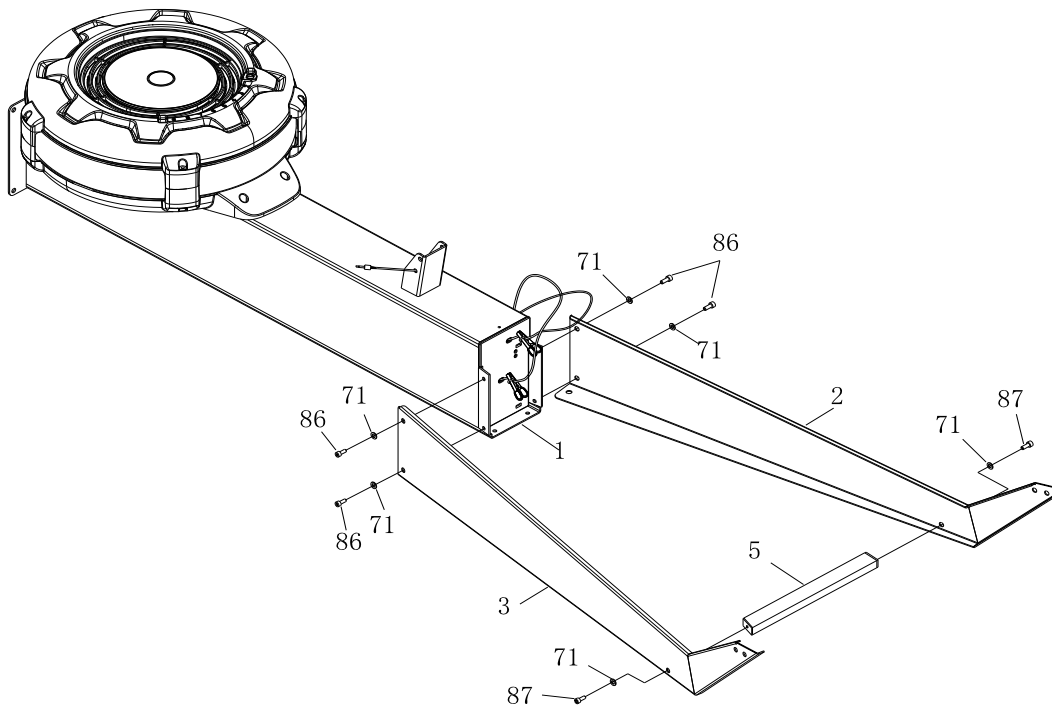
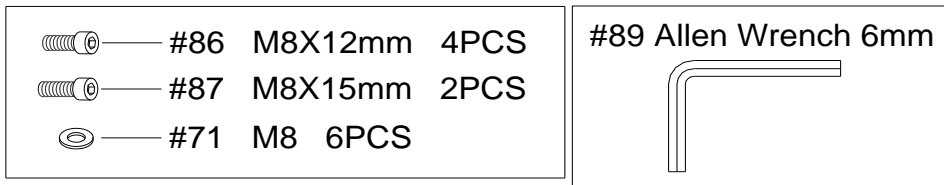
STEP 2

Attach the **Left and Right Upper Arms (2/3)** to **Main Body (1)** to using: 4 PCs of **M8x12mm Socket Head Cap Screw (86)** and **M8 Flat Washer (71)**. Then tighten all bolts.

STEP 3

Attach the **Arm Connection Bracket (5)** to **Left and Right Upper Arms (2/3)** using: 2 PC of **M8x15mm Socket Head Cap Screw (87)** and 2 PC of **M8 Flat Washer (71)**. Then tighten all bolts.

NOTE: Fully tighten bolts at end of above steps






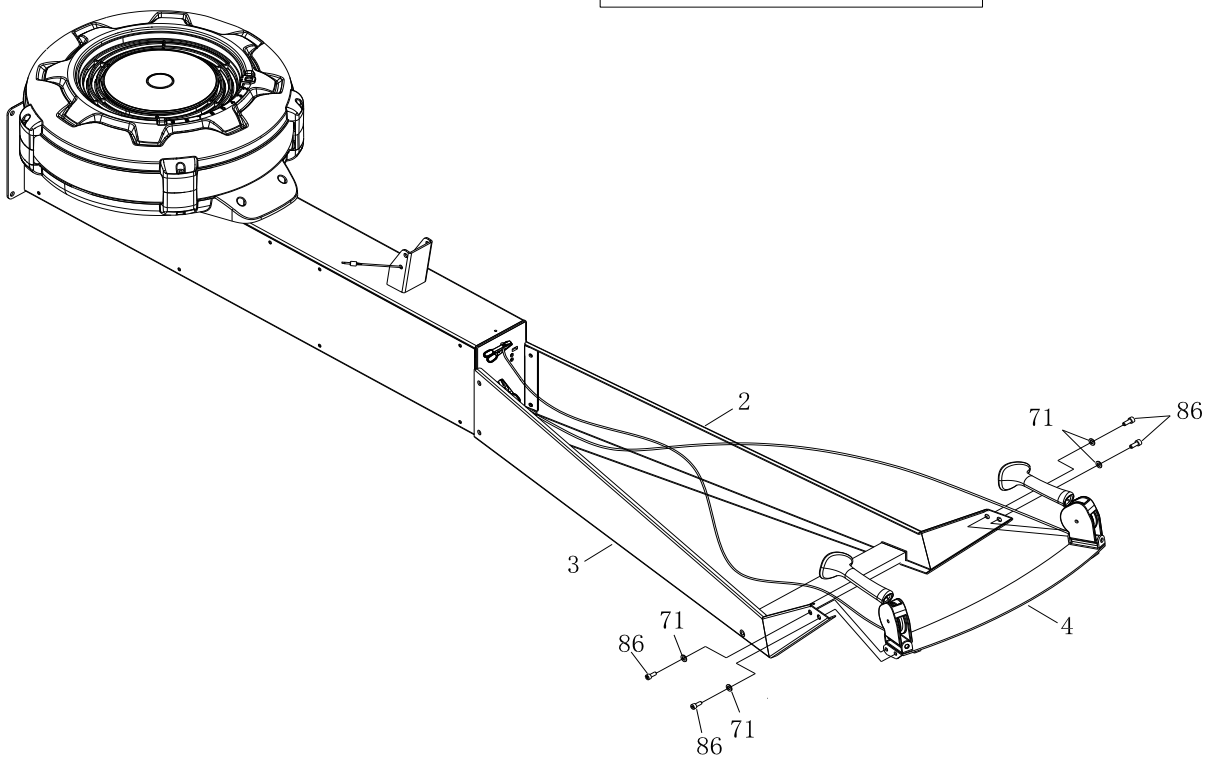
STEP 4

Attach the **Top Bracket (4)** to **Left and Right Upper Arms (2/3)** using: 4 PCs of **M8x12mm Socket Head Cap Screw (86)** and **M8 Flat Washer (71)**. Then tighten all bolts.

NOTE: Fully tighten bolts at end of above step.

NOTE: Before assembling check if Drive Cord (52) is untangled.

 — #86 M8X12mm 4PCS	#89 Allen Wrench 6mm 
 — #71 M8 4PCS	



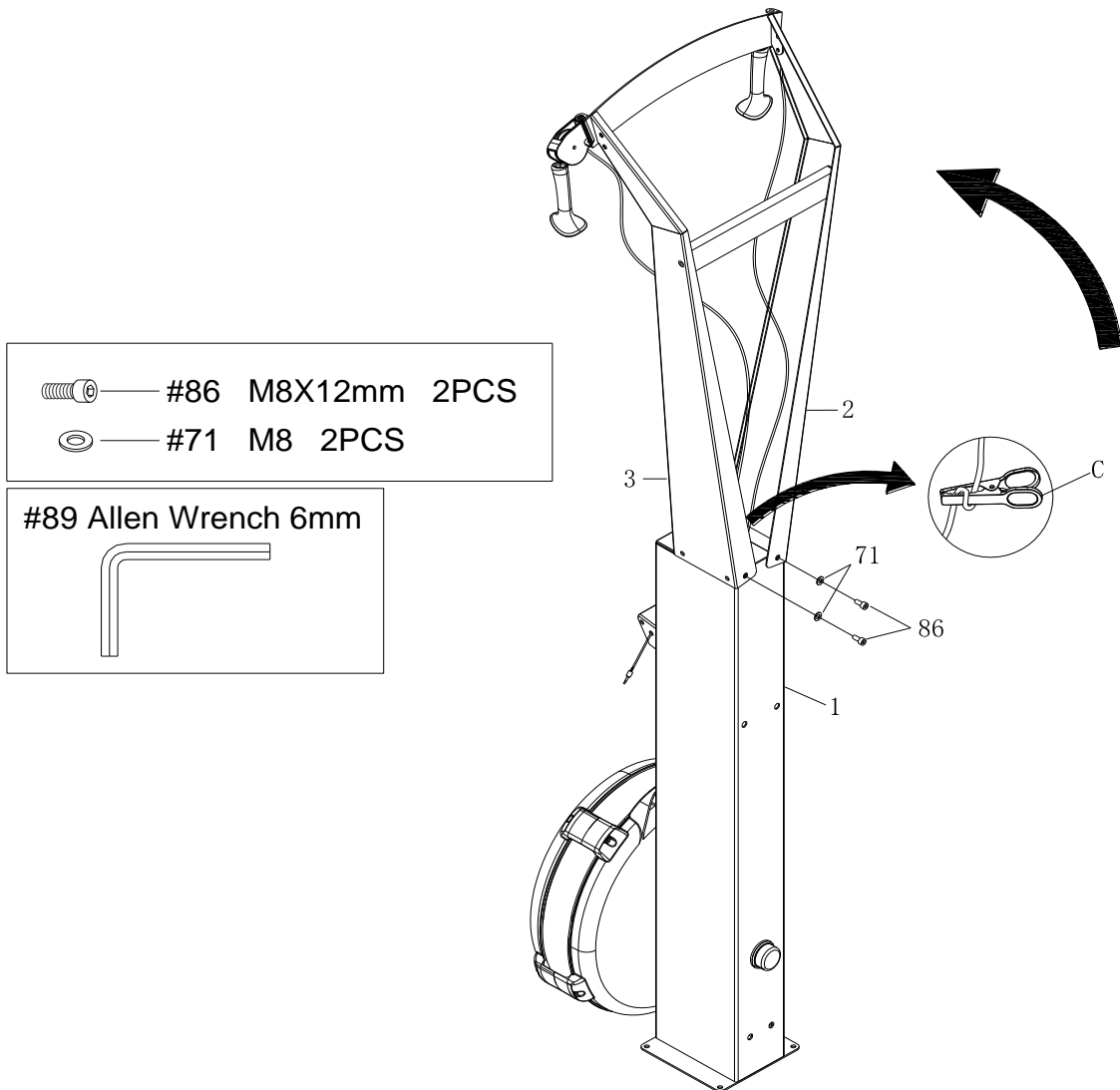
STEP 5

Make the assembly stand up. Tighten the **Left and Right Upper Arms (2/3)** using: 2 PCs of **M8x12mm Socket Head Cap Screw (86)** and **M8 Flat Washer (71)**. Then tighten all bolts.

NOTE: Fully tighten bolts at end of this step.

STEP 6

Remove the clicker from the **Drive Cord (52)**.



STEP 7

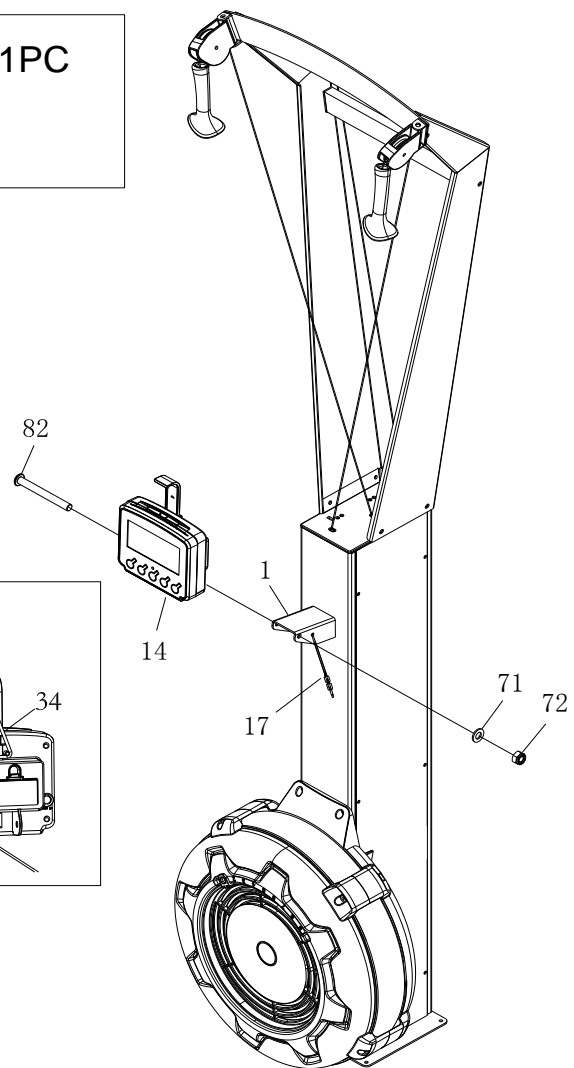
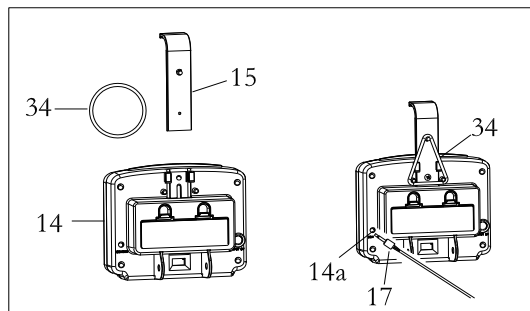
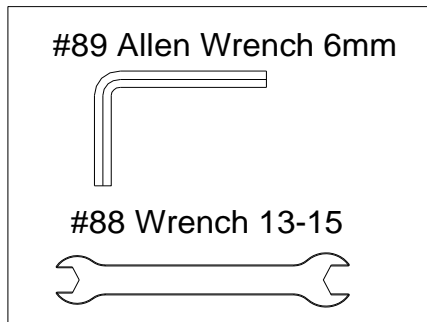
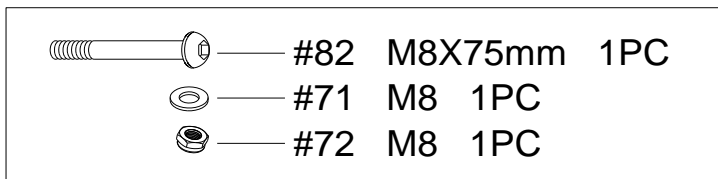
Attach **Cell Phone Bracket (15)** to the **Console Monitor (14)** using **Rubber Band (34)**.

STEP 8

Attach the **Console Monitor (14)** to the console mounting bracket on **Main Body (1)** using: 1 PC of **M8x75mm Button Head Cap Screw (82)**, **M8 Flat Washer (71)**, and **M8 Nylon Nut (72)**.

STEP 9

Connect **Sensor Cable (17)** into the back of the **Console Monitor (14a)**.



Wall Mounted Version

STEP 10

Attach the **Lower Wall Mounting Bracket (8)** to **Main Body (1)** using: 2 PCs of **M8x35mm Socket Head Screw (53)** and **M8 Flat Washer (71)**.

STEP 11

Remove 1 PC of **M8x15mm Socket Head Cap Screw (87)** and **M8 Flat Washer (71)** on the **Left Upper Arm (2)**.

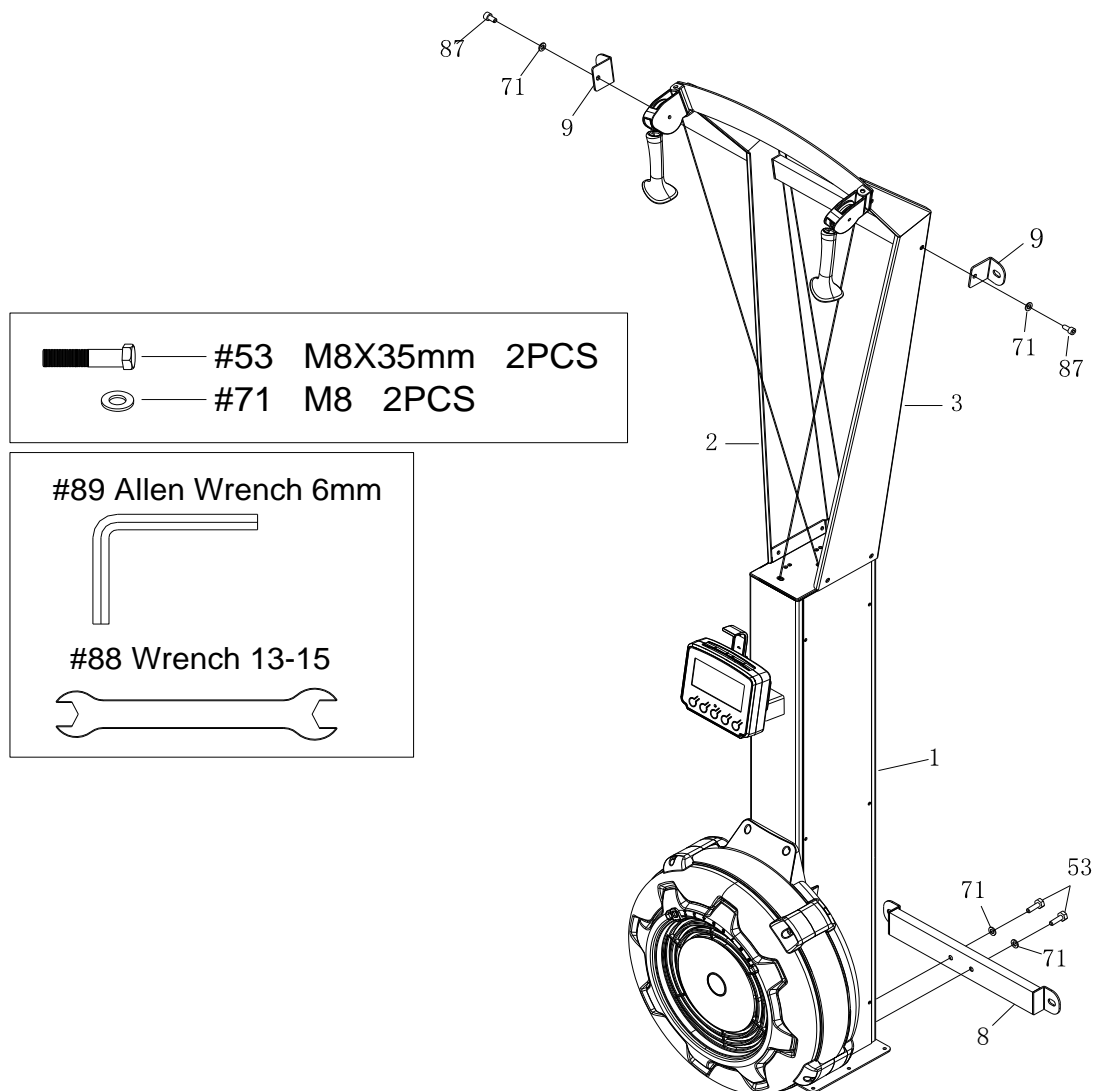
Attach the **Upper Wall Mounting Bracket (9)** on **Left Upper Arm (2)** using: the same screw and washer (**87/71**).

STEP 12

Remove 1 PC of **M8x15mm Socket Head Cap Screw (87)** and **M8 Flat Washer (71)** on the **Right Upper Arm (3)**.

Attach the **Upper Wall Mounting Bracket (9)** on **Right Upper Arm (3)** using: the same screw and washer (**87&71**).

NOTE: Fully tighten bolts at end of above steps.



STEP 13

Hold the assembly up against a solid wall.

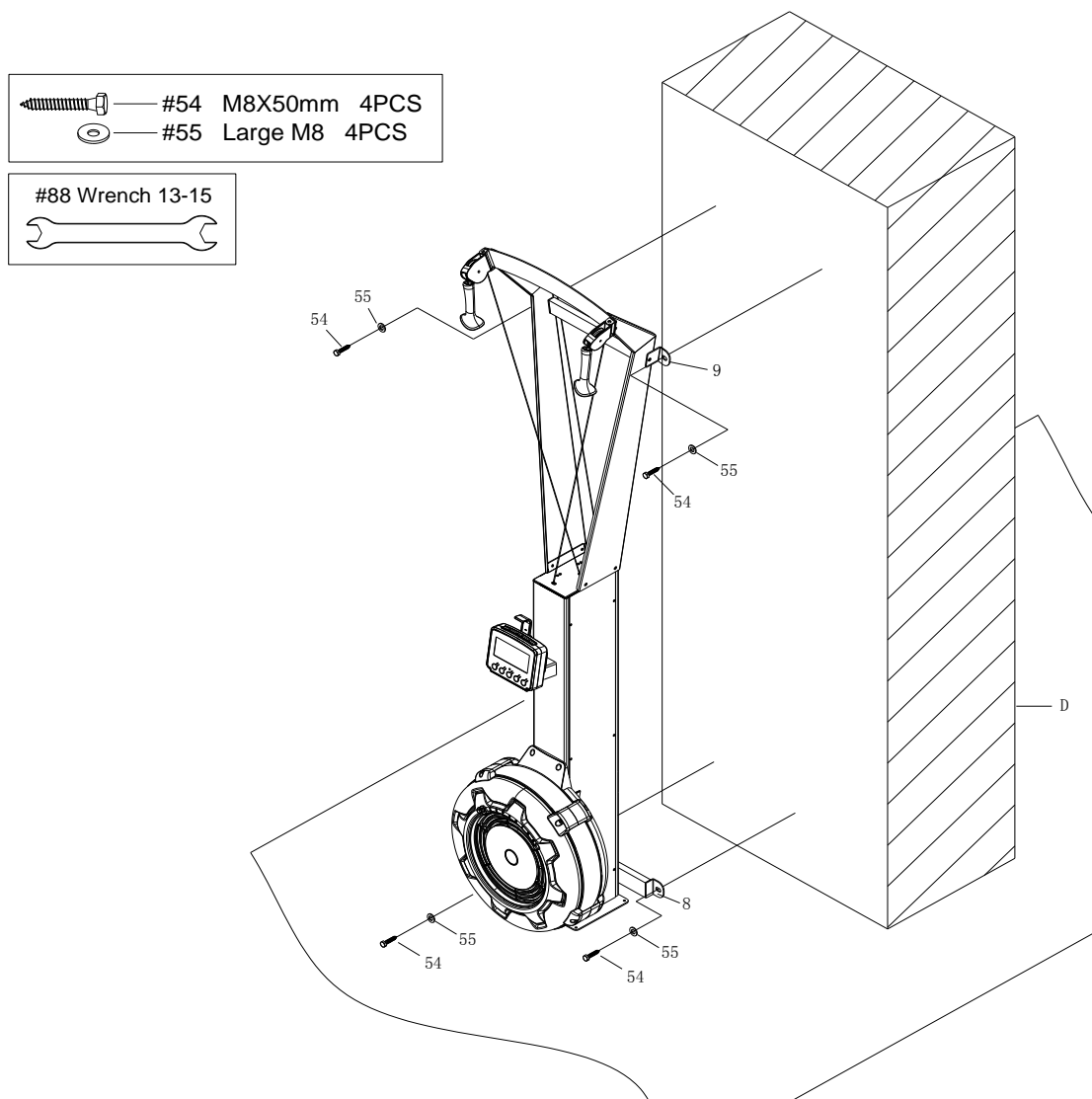
Make 4 positioning marks on the solid wall according to the positions from **Upper Wall Mounting Bracket (9)** and **Lower Wall Mounting Bracket (8)**.

Drill 4 holes based on the positioning marks.

STEP 14

Attach and tighten the assembly to the solid wall using: 4 PCs of **ST8x50mm Socket Head Cap Screw (54)** and **Flat Washer $\Phi 22 \times \Phi 9 \times 2.0 \text{mm}$ (55)**.

NOTE: Fully tighten bolts at end of this step.

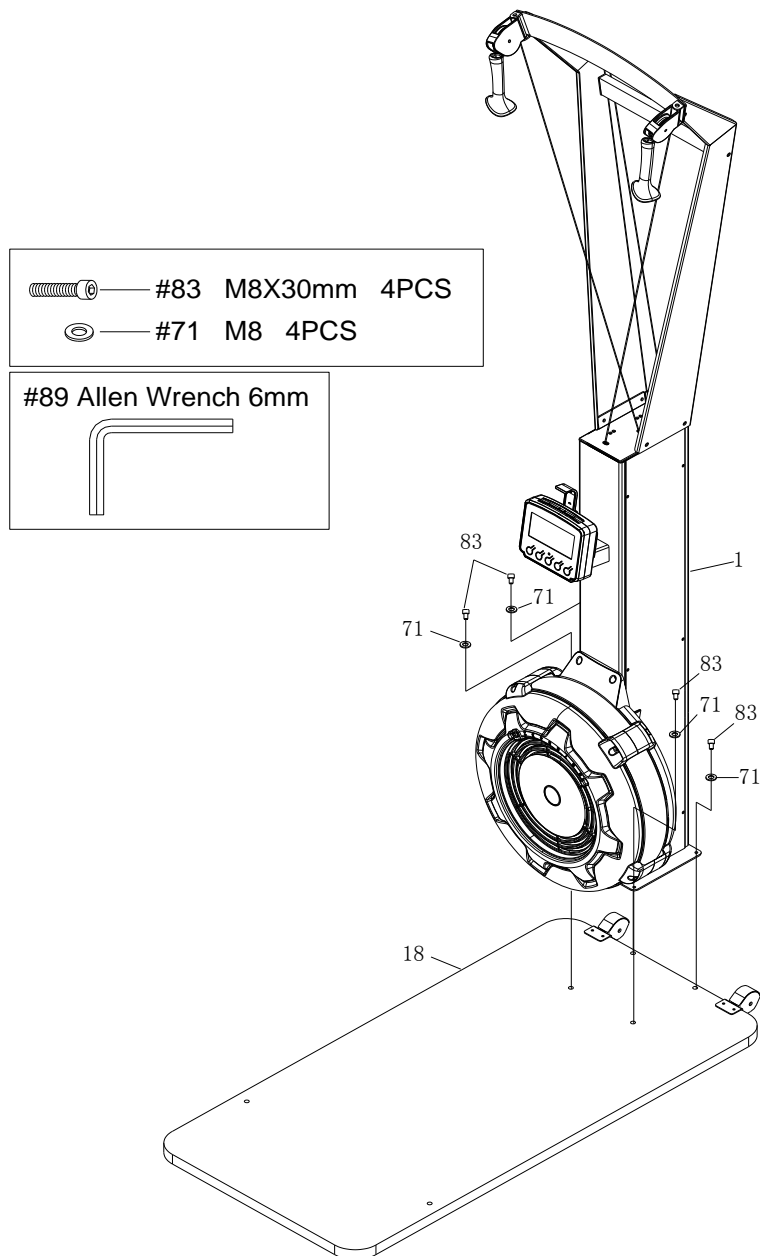


Free Standing Version

STEP 10

Attach the **Main Body (1)** to **Wooden Base (18)** using: 4 PCs of **M8x30mm Socket Head Screw (83)** and **M8 Flat Washer (71)**.

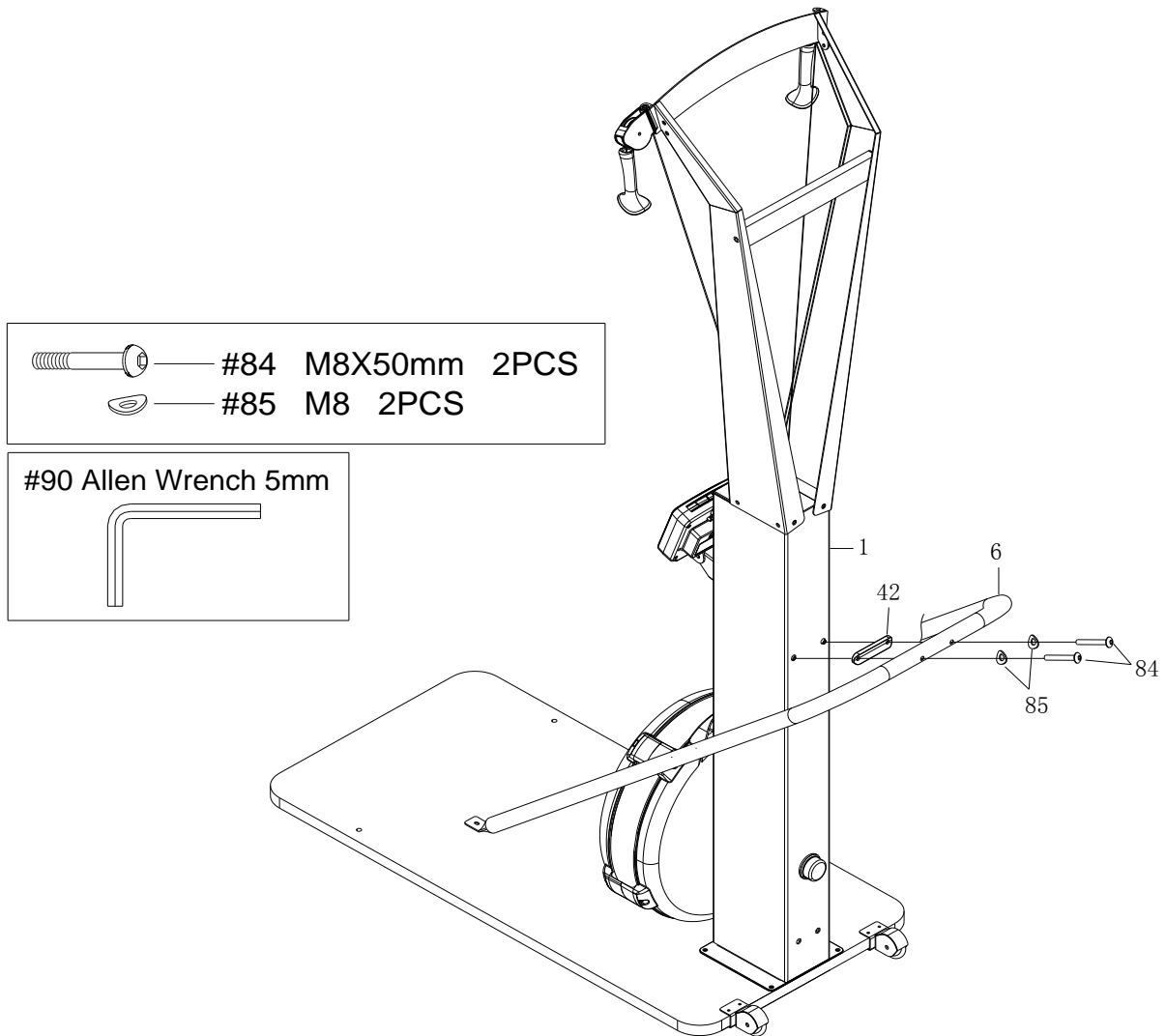
NOTE: Fully tighten bolts at end of this step.



STEP 11

Attach the **U-bar Bracket (6)** to **Main Body (1)** using: 2 PCs of **M8x50mm Button Head Cap Screw (84)**, **M8 Arc washer (85)**, and 1 PC of **U-bar Bracket Cushion (42)**.

NOTE: Fully tighten bolts at end of this step.

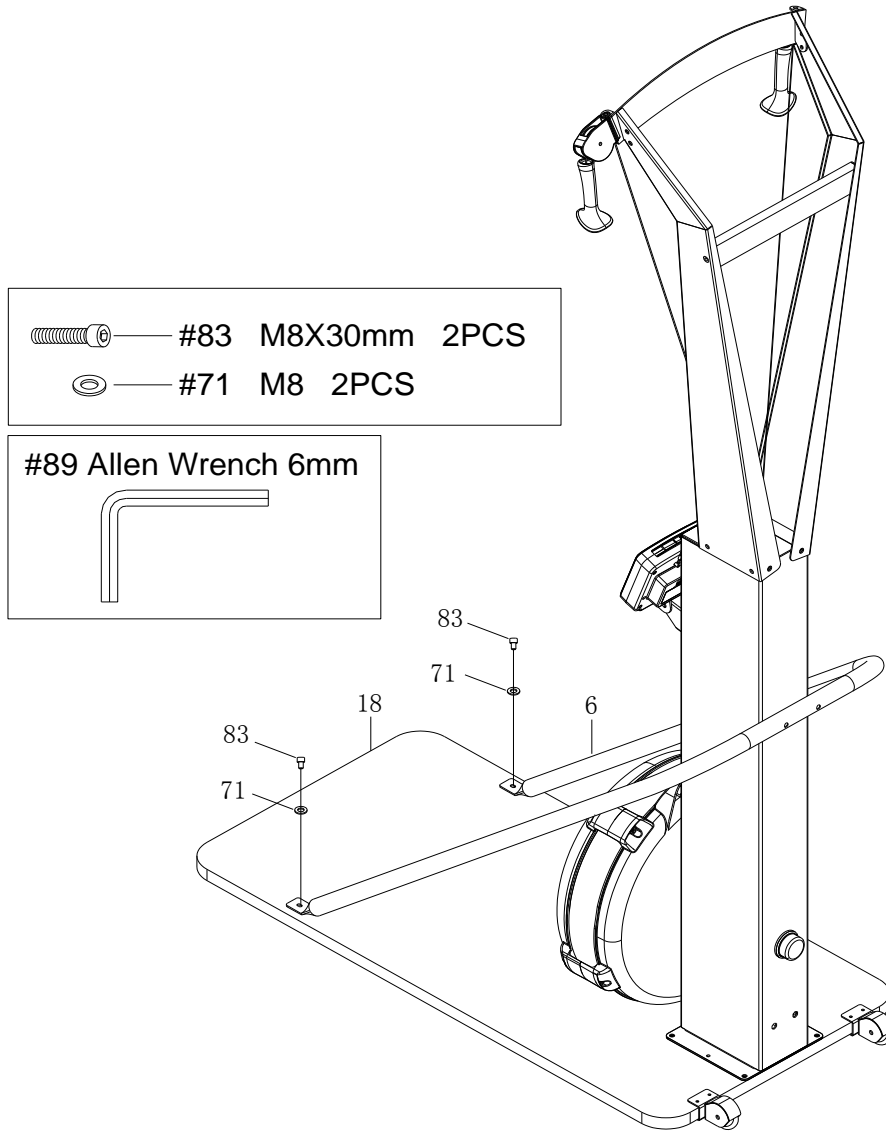


STEP 12

Attach the **U-bar Bracket (6)** to **Wooden Base (18)** using: **M8x30mm Socket Head Screw (83)** and **M8 Flat Washer (71)**.

Tighten all screws on the **U-bar Bracket(6)**.

NOTE: Fully tighten bolts at end of this step.



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.

Apparatet skal kun benyttes av en person av gangen.

Det anbefales å bruke hansker ved bruk av apparatet, for å unngå ubehagelige blemmer i hendene.

Sitt alltid på setet under bruk.

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 180 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



Når det ikke er satt inn batterier, kan konsollen fortsatt fungere i hurtigstartprogrammet. (2 x C-batterier)

Knapp	Beskrivelse
UP (opp)▲ / DOWN (ned)▼	- Trykk for å justere ethvert funksjonsprogram, og for å velge mellom disse forhåndslagrede programmene.
BACK (tilbake):	- Når du velger program kan du trykke denne knappen for å gå tilbake til forrige program. - Når du er ferdig med et løpeprogram, kan du trykke knappen for å gå til MENU-modus (meny)
ENTER / STOP (stopp)	- Når du velger programmer og angir målverdier, må du trykke denne knappen for å bekrefte. - Trykk knappen og hold i tre sekunder for å tilbakestille alle funksjoner til null, og starte computeren på nytt. - Under trening, når bakgrunnsbelysningen er slått av, vil det første trykket på knappen slå på bakgrunnsbelysningen. Mens bakgrunnsbelysningen fortsatt er på må du trykke knappen en gang til for å pause tellingen av alle funksjonsverdier. Trykk knappen en tredje gang for å starte treningen på nytt og fortsette tellingen av alle funksjonsverdier.

Skjerm	Beskrivelse
STROKE RATE (stakehastighet)	- Viser antall stavganger per minutt under trening. - Den lysende halvsirkelen tilsvarer stakehastigheten vist i tall. Jo flere felter den viser, jo høyere er hastigheten din.
TIME & TIME/500m AVG (tid og tid/500 m gjennomsnitt)	- Visningsområde: 00:00–99:59 minutter. - Treningstiden måles for alle treningsmoduser. - Det blinker "00:00" på skjermen når du skal stille inn TIME-programmet (nedtelling). - Du kan stille inn tiden fra 1:00 til 99:00 minutter. - Du kan ikke lagre tid for programmet 10/10 INTERVAL (intervall). Innstillingsområdet er 10–99. - Time/500mAVG viser hvor lang tid du i gjennomsnitt bruker per time for å nå 500 meter.
TIME/500m (tid/500 m)	- Visningsområde: 00:00–99:59 minutter. - Time/500m viser hvor lang tid du bruker per time for å nå 500 meter for øyeblikket.
WATTs AVG & PULSE (watt gjennomsnitt og puls)	- Visningsområde for gjennomsnittlig watt: 0–999 watt. - Viser gjennomsnittlig mengde kraft generert under treningen. - Viser hjerterytmen fra 40 til 220 slag i minutt under treningen. For å bruke denne funksjonen må du ha på deg pulsmåler rundt brystet.
DISTANCE & DISTANCE 30min (distanse og distanse 30 min)	- Visningsområde: 0–9999 meter. Teller oppover i syklusmodus slik at tallet går tilbake til 0 dersom distansen går forbi 9999 meter. - Treningstidstansen måles for alle treningsmoduser.

	<ul style="list-style-type: none"> - Det blinker "500" på skjermen når du skal stille inn DISTANCE-programmet (nedtelling). Du kan stille inn målverdien for distansen fra 500 til 9999 meter. - Dist/30min er den estimerte distansen for 30 minutter med stakkehastigheten du holder for øyeblikket.
CALORIES & CAL/HOUR (kalorier og kalorier/time)	<ul style="list-style-type: none"> - Visningsområde: 0–999 kalorier. - Det blinker "100" på skjermen når du skal stille inn CALORIES-programmet (nedtelling). Du kan stille inn målverdien for kalorier fra 10 til 999 kalorier. - Cal/hour er den gjennomsnittlige mengden kalorier du forbrenner per time under treningen.
CYCLE & WATT (syklus og watt)	<ul style="list-style-type: none"> - Vises kun for INTERVAL-programmet. - Det blinker "8" på skjermen når du skal stille inn målrundene for treningen i INTERVAL-programmet. Du kan stille inn målverdien for syklusen fra 1 til 99 runder. - Visningsområde: 0–999 watt. - Viser mengden kraft generert til enhver tid under treningen.

PROGRAMMER

Konsollmonitoren har åtte programmer: QUICK START (hurtigstart), TIME (tid – nedtelling), DISTANCE (distanse – nedtelling), CALORIES (kalorier – nedtelling), GAME (spill) og INTERVAL (intervall) på 20/10, 10/20 og 10/10.

Trykk på "Select" (velg) for å endre treningsprogram i henhold til denne sekvensen: Quick Start → Distance → Time → Calories → Game → 20/10 Interval → 10/20Interval → 10/10 User Setting Interval

1. QUICK START-PROGRAM

- Dra i håndtaket (3) for å starte Quick Start-programmet. Alle funksjonsverdier for konsollen teller oppover.
- Trykk en gang på "**STOP**"-knappen for å stanse telling av verdiene midlertidig (pausefunksjon). Dra i håndtaket (3) igjen for å fortsette tellingen. Hold inne "**STOP**"-knappen for å slette alle telledata.
- For både Quick Start og alle tre nedtellingsprogrammene kan du trykke på "**SELECT**"-knappen for å velge hvilke data som skal vises på displayet, inkludert Time og Time/500m AVG.
- For de andre sju programmene kan du trykke på "**BACK**"-knappen (tilbake) for å gå over til hvilemodus. Eller hold inne "**ENTER/STOP**"-knappen i over 3 sekunder for å starte konsollen på nytt. Bruk "**SELECT**"-knappen for å veksle mellom programmene. Bruk "**OPP**"- og "**NED**"-knappene for å justere verdien, og trykk på "**ENTER/STOP**" for å bekrefte.

2. DISTANCE-PROGRAM (nedtelling)

- "**DISTANCE**"-programmet teller ned fra en forhåndsinnstilt verdi under treningen.
- Programmet starter når du drar i håndtaket (44). Når programmet er fullført, viser monitoren "**WINNER**" (vinner) med en hørbar alarm. Trykk på "**BACK**"-knappen for å gå til forrige modus.

3. TIME-PROGRAM (nedtelling)

- "**TIME**"-programmet teller ned fra en forhåndsinnstilt verdi under treningen. Programmet starter når du

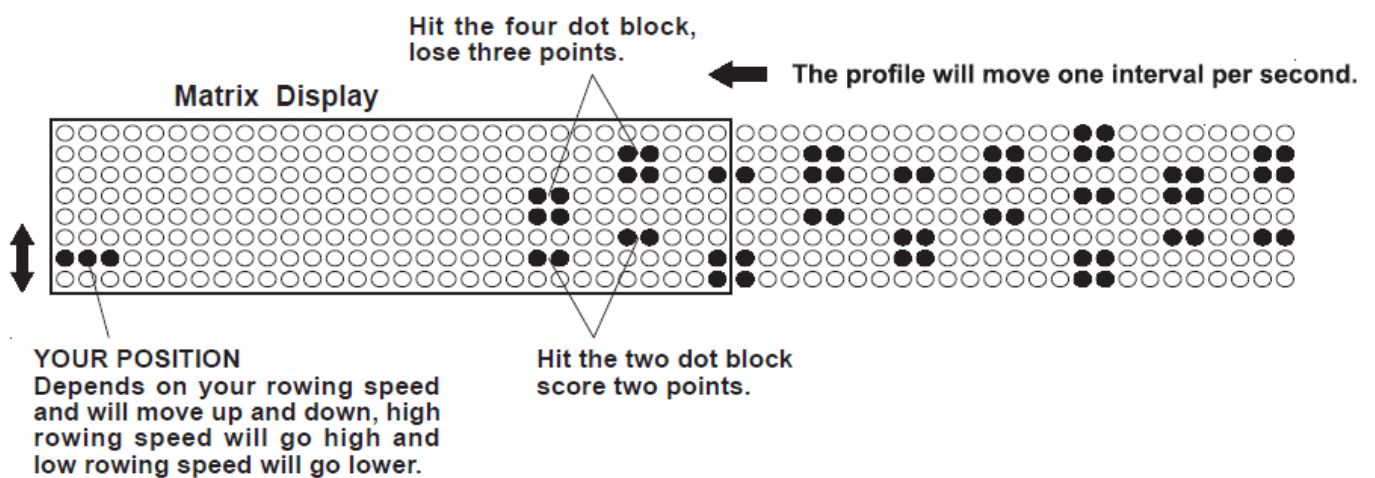
drar i håndtaket (44). Når programmet er fullført, avslutter monitoren med en hørbar alarm. Trykk på "BACK"-knappen for å gå til forrige modus.

4. CALORIES-PROGRAM (nedtelling)

- "CALORIES"-programmet teller ned fra en forhåndsinnstilt verdi under treningen. Programmet starter når du drar i håndtaket (44). Når programmet er fullført, viser monitoren "END" (slutt) med en hørbar alarm. Trykk på "BACK"-knappen for å gå til forrige modus.

5. GAME-PROGRAM

- Når du har valgt "GAME"-programmet, kan du starte det ved å dra i håndtaket. Du trenger ikke legge inn noen forhåndsinnstilte verdier. Når programmet er fullført, viser monitoren poengene dine med en hørbar alarm. Trykk på "BACK"-knappen for å gå til forrige modus.



6. 20/10 INTERVAL-PROGRAM

- I "20/10 INTERVAL"-programmet blinker det "8" på konsollmonitoren når du skal stille inn syklusverdien. "20" betyr 20 sekunder trening, og "10" betyr 10 sekunder hvile. Du kan bruke "OPP"- og "NED"-knappene for å endre verdien fra 1 til 99. Du trener i 20 sekunder og hviler deretter i 10 sekunder. Når programmet er fullført, avslutter monitoren med en hørbar alarm. Trykk på "BACK"-knappen for å gå til forrige modus.

7. 10/20 INTERVAL-PROGRAM

- I "10/20 INTERVAL"-programmet blinker det "8" på konsollmonitoren når du skal stille inn syklusverdien. Du kan bruke "OPP"- og "NED"-knappene for å endre verdien fra 1 til 99. Du trener i 10 sekunder og hviler deretter i 20 sekunder. Programmet starter når du drar i håndtaket (44). Når programmet er fullført, avslutter monitoren med en hørbar alarm. Trykk på "BACK"-knappen for å gå til forrige modus.

8. 10/10 INTERVAL-PROGRAM

- I "10/10 INTERVAL"-programmet blinker det "8" på konsollmonitoren når du skal stille inn syklusverdien. Du kan bruke "OPP"- og "NED"-knappene for å endre verdien fra 1 til 99 for antall sykluser, treningstid og hviletid. Programmet starter når du drar i håndtaket (44). Når programmet er fullført, avslutter monitoren med en hørbar alarm. Trykk på "BACK"-knappen for å gå til forrige modus.

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

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



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.

Endast en person åt gången får använda träningsredskapet.

Du rekommenderas att använda handskar när du använder träningsredskapet för att undvika obehagliga blemmor i händerna.

Sitt alltid på sätet under användning.

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 180 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 ANVENDER DATORN



Om inga batterier är installerade kan displayen fortfarande användas i snabbstartsprogrammet. (2 x C-batterier)

Knapp	Beskrivning
UP ▲ / DOWN ▼	- Tryck för att justera funktionsvärden och för att välja mellan förinställda program
BACK:	- När du väljer program trycker du på knappen för att återgå till föregående program. - När du är färdig med ett program trycker du på knappen för att gå till läget MENU
ENTER/STOP	- När du väljer program och ställer in målvärden trycker du på knappen för att bekräfta. - Tryck på knappen och håll den intryckt i tre sekunder för att nollställa alla funktioner och starta om datorn, - Om bakgrundsbelysningen är avstängd under träning tänds den när du trycker en gång på knappen. När bakgrundsbelysningen är tänd kan du trycka på knappen igen för att pausa räkningen av alla funktionsvärden. Tryck på knappen en tredje gång för att starta om träningspasset och fortsätta räkningen av alla funktionsvärden.

Display	Beskrivning
STROKE RATE	- Visar antal drag per minut under träningen. - Den upplysta halvcirkeln motsvarar dragfrekvens som visas i siffror. Ju fler rutnät den visas ju högre är dragfrekvensen.
TIME & TIME/500m AVG	- Visningsområde: 00:00–99:59 minuter. - Träningstiden ackumuleras i alla träningslägen. - "00:00" blinkar på displayen för inställning av programmet TIME (nedräkning) - Tiden kan ställas in på 1:00 till 99:00 minuter. - Tiden kan inte sparas under programmet 10/10 INTERVAL. Inställningsintervallet är 10–99. - TIME/500m AVG är den genomsnittliga tiden per timme det tar att nå sträckor på 500 meter.
TIME/500m	- Visningsområde: 00:00–99:59 minuter. - TIME/500m är den nuvarande tiden per timme det tar att nå sträckor på 500 meter.
WATTs AVG & PULSE	- Visningsområde för WATTs AVG: 0–999 watt. - Visar den genomsnittliga effektmängden som genereras under träningspasset. - Visar hjärtfrekvens på mellan 40 och 220 slag per minut under träningen. För att använda den här funktionen måste användare använda ett pulsband.
DISTANCE & DISTANCE 30min	- Visningsområde: 0–9 999 meter. I cykelläget återgår räknaren till 0 om sträckan överskrider 9 999 meter. - Träningsdistansen ackumuleras i alla träningslägen. - "500" blinkar på displayen för inställning av programmet DISTANCE (nedräkning) Måldistansvärdet kan ställas in på 500 till 9 999 meter.

	- DIST/30min är den beräknade distansen på 30 minuter med innevarande dragfrekvens.
CALORIES & CAL/HOUR	- Visningsområde: 0–999 kalorier. - "100" blinkar på displayen för inställning av programmet CALORIES (nedräkning) Målkalorivärdet kan ställas in på 10 till 999 kalorier. - CAL/HOUR är get genomsnittliga antalet kalorier som förbrukas per timme under träningen.
CYCLE & WATT	- Visas endast i programmet INTERVAL. - "8" blinkar på displayen för inställning av antal träningsrundor i programmet INTERVAL. Målcykeltvärdet kan ställas in på 1 till 99 rundor. - Visningsområde: 0–999 watt. - Visar effektmängden som genereras när som helst under träningspasset.

PROGRAM

Displayen har åtta olika program: QUICK START, TIME (nedräkning), DISTANCE (nedräkning), CALORIES (nedräkning), GAME och INTERVAL på 20/10, 10/20 och 10/10.

Tryck på "Select" för att ändra träningsprogram enligt följande sekvens: Quick Start → Distance → Time → Calories → Game → 20/10 Interval → 10/20Interval → 10/10 User Setting Interval

9. PROGRAMMET QUICK START

- För att starta snabbstartsprogrammet drar du i handtaget (3). Alla funktionsvärden på displayen räknas uppåt.
- Tryck på **STOP**-knappen en gång för att tillfälligt stoppa räkningen av alla färden (pausfunktionen). Dra i handtaget (3) igen för att återuppta räkningen. Håll in **STOP**-knappen för att rensa alla räknade data.
- För att utföra en snabbstart och starta alla tre nedräkningsprogram trycker du på **SELECT**-knappen för att välja data som visas i samma visningsfönster, inklusive Time och Time/500m AVG.
- För de andra sju programmen trycker du på **BACK**-knappen för att aktivera läget IDLE. Eller håll in **ENTER/STOP**-knappen i mer än tre sekunder för att starta om displayen. Tryck på **SELECT**-knappen för att växla mellan program. Tryck på knapparna **UP** och **DOWN** för att justera värdet och tryck på **ENTER/STOP** för att bekräfta.

10. PROGRAMMET DISTANCE (nedräkning)

- Under träningspasset räknar programmet **DISTANCE** ned från ett förinställt värde.
- Programmet startar när användaren drar i handtaget (44). När programmet är färdigt visar skärmen **WINNER** och ett larm ljuder. Tryck på **BACK**-knappen för att återgå till föregående läge.

11. PROGRAMMET TIME (nedräkning)

- Under träningspasset räknar programmet **TIME** ned från ett förinställt värde. Programmet startar när användaren drar i handtaget (44). När programmet är färdigt ljuder ett larm. Tryck på **BACK**-knappen

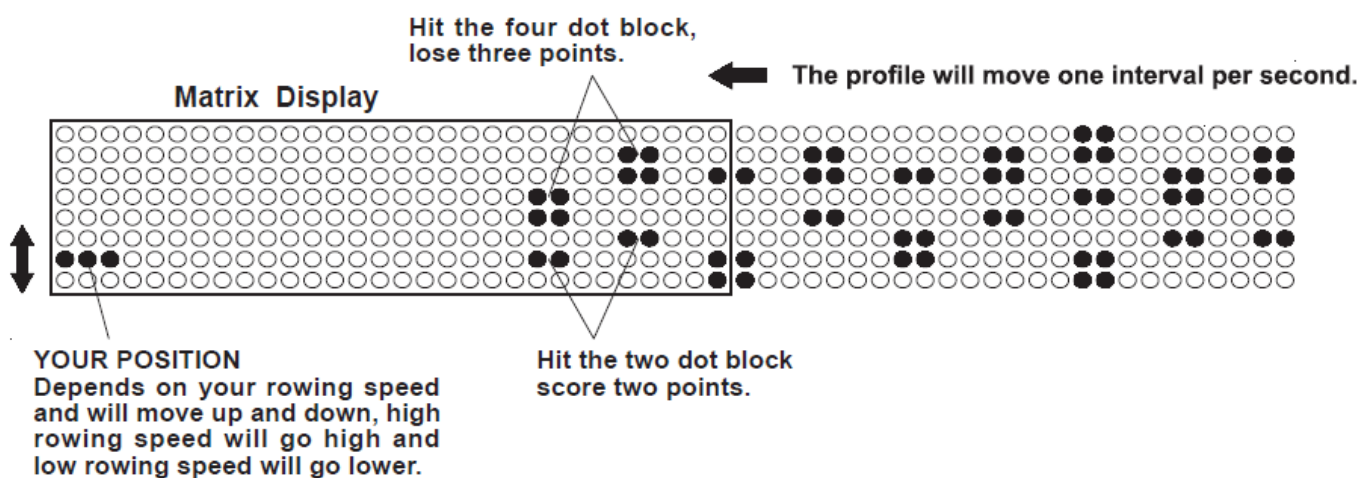
för att återgå till föregående läge.

12. PROGRAMMET CALORIES (nedräkning)

- Under träningspasset räknar programmet **CALORIES** ned från ett förinställt värde. Programmet startar när användaren drar i handtaget (44). När programmet är färdigt visar skärmen **END** och ett larm ljuder. Tryck på **BACK**-knappen för att återgå till föregående läge.

13. PROGRAMMET GAME

- När programmet **GAME** väljs startar programmet när användaren drar i handtaget. Inget förinställt värde kan anges. När programmet är färdigt visar skärmen din poäng och ett larm ljuder. Tryck på **BACK**-knappen för att återgå till föregående läge.



14. PROGRAMMET 20/10 INTERVAL

- I programmet **20/10 INTERVAL** blinkar "8" på displayen för inställning av cykelvärde. **20** står för 20 sekunders arbete och **10** står för 10 sekunders vila. Användaren kan använda knapparna **UP** och **DOWN** för att ange ett värde mellan 1 och 99. Användaren arbetar i 20 sekunder och vilar sedan i 10 sekunder. När programmet är färdigt ljuder ett larm. Tryck på **BACK**-knappen för att återgå till föregående läge.

15. PROGRAMMET 10/20 INTERVAL

- I programmet **10/20 INTERVAL** blinkar "8" på displayen för inställning av cykelvärde. Användaren kan använda knapparna **UP** och **DOWN** för att ange ett värde mellan 1 och 99. Användaren arbetar i 10 sekunder och vilar sedan i 20 sekunder. Programmet startar när användaren drar i handtaget (44). När programmet är färdigt ljuder ett larm. Tryck på **BACK**-knappen för att återgå till föregående läge.

16. PROGRAMMET 10/10 INTERVAL

- I programmet **10/10 INTERVAL** blinkar "8" på displayen för inställning av cykelvärde. Användaren kan använda knapparna **UP** och **DOWN** för att ange ett värde mellan 1 och 99 för antal cykler, arbetstid och vilotid. Programmet startar när användaren drar i handtaget (44). När programmet är färdigt ljuder ett larm. Tryck på **BACK**-knappen för att återgå till föregående läge

REKLAMATIONSVILLKOR



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, justeringskruvar, 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



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.mylnasport.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.

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

To avoid uncomfortable blisters in the palms, it is recommended to use suitable gloves when using the rower.

Always use the exercise machine sitting down only.

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 180 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



When there's no batteries installed, console can still work in Quick start program. (2 x C size battery)

Button	Description
UP ▲ / DOWN ▼	-Press to adjust any function value, and to choose between the preset programs.
BACK:	-When selecting the programs, press the button to return to the previous program. -When you finish a running program, press the button to jump into the MENU mode
ENTER / STOP	-When selecting the programs and presetting target values, press the button to confirm. -Press the button and hold it down for three seconds to reset all functions to zero and restart the computer. -During exercise, when backlight is turned off, the first pressing of this button will turn on the back light. When the back light is still lit, press the button a second time to pause the counting of all function values. Press the button a third time to restart the workout and continue of the counting of all function values.

Display	Description
STROKE RATE	-Display the current stroke per minute during exercise. -The lightened up semi-circle equals to the stroke rate that displayed in numbers. The more grids it shows, the higher your stroke rate is.
TIME & TIME/500m AVG	-D-splay range: 00:00 ~ 99:59 minutes. -The workout time is accumulated when under any workout mode. -Display flashing "00:00" for presetting the TIME (countdown) program. --Time can be set from 1:00 to 99:00 minutes. -Time cannot be saved under 10/10 INTERVAL program. Setting range is 10 ~ 99. -The time/500mAVG is the average time per hour for reaching distance of 500 meters.
TIME/500m	-Display range: 00:00 ~ 99:59 minutes. -The time/500m is the current time per hour for reaching distance of 500 meters.
WATTs AVG & PULSE	-Display range for watts AVG: 0 ~ 999 watts. -Display the average amount of power generated during the workout. -Display the heart rate from 40 to 220 beats per minute during exercise. To use this function, the user must wear Heart Rate Chest Strap.
DISTANCE & DISTANCE 30miin	-Display range: 0 ~ 9999 meters. It's accumulated in cycle mode that numbers go back to 0 if the distance exceeds 9999 meters. -The workout distance is accumulated when under any workout mode. -Display flashing "500" for presetting DISTANCE (countdown) program. The target distance value can be set from 500 to 9999 meters.

	-The dist/30min is the estimated distance for 30 minutes with the current stroke rate.
CALORIES & CAL/HOUR	-Display range: 0 ~ 999 cal. -Display flashing "100" for presetting CALORIES (countdown) program. The target calories value can be set from 10 to 999 cal. -The cal/hour is the average calories consumed per hour during the workout.
CYCLE & WATT	-Display only in INTERVAL program. -Display flashing "8" for presetting the target rounds of exercise in INTERVAL program. The target cycle value can be set from 1 to 99 rounds. -Display range: 0 ~ 999 watts. -Display the amount of power generated at any moment during the workout.

PROGRAMS

The Console Monitor has eight programs: QUICK START, TIME (countdown), DISTANCE (countdown), CALORIES (countdown), GAME, and INTERVAL PROGRAMS of 20/10, 10/20, & 10/10.

Press "Select" to change workout program according to the following sequence: Quick Start → Distance → Time → Calories → Game → 20/10 Interval → 10/20Interval → 10/10 User Setting Interval

17. QUICK START PROGRAM

- To Quick Start the program, you can pull on the Handlebar(3) to start. All function values for the console will count up.
- Press "**STOP**" button once to temporarily stop counting all values (Pause function). Pull the Handlebar (3) again to continue the counting. Long press "**STOP**" button to delete all counting data.
- For Quick Start and all three countdown programs, press "**SELECT**" button to choose the data displayed in the same display window, including Time & Time/500m AVG.
- For the other seven programs, press "**BACK**" button to enter IDLE mode. Or press and hold "**ENTER/STOP**" button for over 3 seconds to re-start the console. Use "**SELECT**" button to toggle between programs. Use "**UP**" and "**DOWN**" buttons to adjust the value and press "**ENTER/STOP**" to confirm.

18. DISTANCE (Countdown) PROGRAM

- During the workout, the "**DISTANCE**" program will count down from preset value.
- The program will start once the user pulls the Handle (44). When the program is finished, the monitor will show "**WINNER**" with an audible alarm. Press the "**BACK**" button to go to the previous mode.

19. TIME (Countdown) PROGRAM

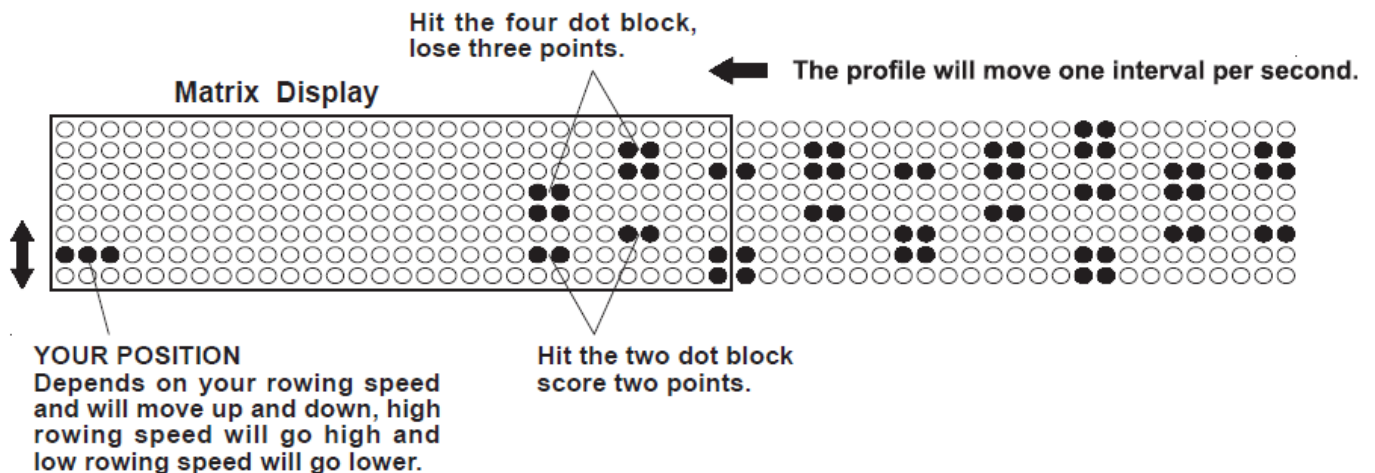
- During the workout, the "**TIME**" program will count down from preset value. The program will start once the user pulls the Handle (44). When the program is finished, the monitor will end with an audible alarm. Press "**BACK**" button to go to the previous mode.

20. CALORIES (Countdown) PROGRAM

- During the workout, the “**CALORIES**” program will count down from preset value. The program will start once the user pulls the Handle (44). When the program is finished, the monitor will show “**END**” with an audible alarm. Press “**BACK**” button to go to the previous mode.

21. GAME PROGRAM

- When the “**GAME**” program is selected, the program will start once the user pulls the Handlebar. There is no presetting value to be entered. When the program is finished, the monitor will show your score with an audible alarm. Press the “**BACK**” button to go to the previous mode.



22. 20/10 INTERVAL PROGRAM

- When it is in the “**20/10 INTERVAL**” program, the console monitor will display flashing “8” for presetting value of cycle. “**20**” is 20 seconds for exercising, and “**10**” is 10 seconds for resting. Then user can use “**UP**” and “**DOWN**” buttons to input the value from 1 to 99. The user will workout for 20 seconds and then rest for 10 seconds. When the program is finished, the monitor will end with an audible alarm. Press the “**BACK**” button to go to the previous mode.

23. 10/20 INTERVAL PROGRAM

- When it is in the “**10/20 INTERVAL**” program, the console monitor will display flashing “8” for presetting value of cycle. Then user can use “**UP**” and “**DOWN**” buttons to input the value from 1 to 99. User will workout for 10 seconds and then rest for 20 seconds. The program will start once the user pulls the Handle (44). When the program is finished, the monitor will end with an audible alarm. Press the “**BACK**” button to go to the previous mode.

24. 10/10 INTERVAL PROGRAM

- When it is in the “**10/10 INTERVAL**” program, the console monitor will display flashing “8” for presetting value of cycle. Then user can use “**UP**” and “**DOWN**” buttons to input the value from 1 to 99 for number of cycle, workout time, and rest time. The program will start once the user pulls the Handle (44). When the program is finished, the monitor will end with an audible alarm. Press the “**BACK**” button to go to the previous mode.

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.mylnasport.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.

TÄRKEITÄ TIETOJA



Tämän kuntolaitteen käyttötarkoitus on kotikuntoilu.

Laitetta saa käyttää vain näissä käyttöohjeissa kuvatulla tavalla.

Kuntolaitteen omistaja on vastuussa siitä, että käyttäjät tuntevat nämä turvallisuusohjeet.

Huolehdi asennuksen aikana, että kaikki ruuvit ja mutterit ovat oikeilla paikoillaan ja kierrä ne hyvin paikalleen, ennen kuin aloitat niiden kiristämisen.

Sijoita kuntolaite tasaiselle ja vakaalle alustalle.

Kuntolaitetta ei saa käyttää ulkona tai tiloissa, joissa ilmankosteus on normaalia korkeampi. Suositus on, ettei laitetta käytetä autotallissa, pysäköintitalossa tai katetulla ulkokuistilla.

Alusmaton käyttöä suositellaan, jotta vältetään lattian tai lattiapinnoitteen vahingoittuminen jne. laitteen käytön vuoksi.

Laitte on säilytettävä kuivassa tilassa jäätymiseltä suojattuna. Näyttöä ei saa altistaa suoralle auringonvalolle.

Tarkista ennen jokaista käyttöä, että kaikki ruuvit ja mutterit on hyvin kiristetty. Jos huomataan irrallisia tai viallisia osia, huolehdi, ettei kukaan käytä laitetta ennen kuin vikat on korjattu.

Laitetta saa käyttää kerrallaan vain yksi henkilö.

Käsineiden käyttöä suositellaan laitetta käytettäessä, jotta käsiin ei tule ikäviä hiertymiä.

Istu käytön aikana aina laitteen istuimella.

Lapset eivät saa käyttää laitetta ilman valvontaa eivätkä olla laitteen läheisyydessä sen ollessa käytössä.

Yli 180 kg painavat henkilöt eivät saa käyttää laitetta.

Laitetta ei saa käyttää lääketieteellisen tai fysikaalisen hoidon yhteydessä, jollei lääkäri tai fysioterapeutti ole sitä erikseen määrännyt.

Oppaassa olevista painovirheistä ei vastata.

TIETOKONEEN HUOLTO



Vaikka paristoja ei olisi asennettu, konsoli toimii pikäkäynnistysohjelmassa. (2 x C-kokoista paristoa)

Painike	Kuvaus
YLÖS▲/ ALAS▼	-Paina säätääksesi minkä tahansa toiminnon arvoa, ja valitse esiasetetuista ohjelmista.
BACK:	-Ohjelmia valittaessa paina painiketta palataksesi edelliseen ohjelmaan. -Kun lopetat ohjelman, paina painiketta siirtyäksesi MENU-tilaan.
ENTER / STOP	-Ohjelmia valitessa ja tavoitearvoja asetettaessa vahvasta painamalla painiketta. -Paina painiketta ja pidä sitä painettuna kolmen sekunnin ajan nollataksesi kaikki toiminnot ja käynnistääksesi tietokoneen uudelleen. -Kun taustavalo on sammunut harjoituksen aikana, tämän painikkeen ensimmäinen painallus kytkee taustavalon takaisin päälle. Kun taustavalo palaa edelleen, paina painiketta toisen kerran pysäyttääksesi kaikkien arvojen laskemisen. Paina painiketta kolmannen kerran käynnistääksesi harjoituksen uudelleen ja jatkaaksesi kaikkien arvojen laskemista.

Näyttö	Kuvaus
STROKE RATE (VETOTIHEYS)	-Näyttää nykyisen vetomäärän minuutissa harjoituksen aikana. -Valaistu puoliympyrä tarkoittaa vetotiheyttä, joka näytetään numeroina. Mitä enemmän kuviota se näyttää, sitä korkeampi vetotiheytesi on.
TIME & TIME/500m AVG (AIKA JA AIKA/500M)	-Näyttöalue: 00:00 ~ 99:59 minuuttia. -Harjoitusaika kertyy jokaisessa harjoittelutilassa. -Näytössä välkkyvä "00:00" TIME (countdown) -ohjelman esiasetukselle. -Aika voidaan asettaa 1:00 - 99:00 minuuttiin. -Aikaa ei voi tallentaa 10/10 INTERVAL -ohjelmassa. Asetusalue on 10 ~ 99. -Time/500mAVG on keskimääräinen aika tunnissa 500 metrin matkalle.
TIME/500m (AIKA/500m)	-Näyttöalue: 00:00 ~ 99:59 minuuttia. -Time/ 500m on nykyinen aika tunnissa 500 metrin matkalle.
Wattit AVG & PULSE (KA. WATIT JA SYKE)	-Näyttöalue wattimäärän keskiarvolle: 0 ~ 999 wattia. -Näyttää harjoituksen aikana muodostuneen keskimääräisen tehon. -Näyttää sykkeen 40 - 220 lyöntiä minuutissa harjoituksen aikana. Tämän toiminnon käyttämiseksi käyttäjällä täytyy olla sykevyö.
DISTANCE & DISTANCE 30min (MATKA)	-Näyttöalue: 0 ~ 9999 metriä. Tämä kertyy kierrostilassa, jonka numerot palaavat nolnaan, kun matka ylittää 9999 metriä. -Harjoitusmatka kertyy kaikissa harjoittelutiloissa. -Näytössä välkkyvä "500" DISTANCE (countdown) -ohjelman esiasetukselle. (Alaspäin laskeva matka) Tavoitematkan arvo voidaan asettaa 500-9999 metriin. -"Dist/30min" on arvioitu matka 30 minuutissa nykyisellä vetotiheydellä.
CALORIES & CAL/HOUR (KALORIT JA KALORIA/TUNNISSA)	-Näyttöalue: 0 ~ 999 kaloria. -Näyttö välkkyvä "100" CALORIES (countdown) -ohjelman esiasetukselle. Tavoitekalorien arvo voidaan asettaa 10-999 kalorille.

	-Cal/hour on keskimääräinen kulutettujen kalorien määrä tunnissa harjoituksen aikana.
CYCLE & WATT (KIERROS JA WATTI)	-Näkyvyyden ohjelma. -Näytössä välkkyvä "8" kierrosten tavoitemääränä INTERVAL-ohjelmassa. Tavoitekierrosten arvo voidaan asettaa 1-999 kierrokseen. -Näyttöalue: 0 ~ 999 wattia. -Näyttää muodostuneen tehon millä tahansa hetkellä harjoituksen aikana.

OHJELMAT

Konsolimonitorissa on kahdeksan ohjelmaa: QUICK START, TIME (countdown), DISTANCE (countdown), CALORIES (countdown), GAME, ja INTERVAL -ohjelmat 20/10, 10/20, & 10/10.

Paina "Valitse" muuttaaksesi harjoitusohjelmaa seuraavassa järjestyksessä: Quick Start (*Pika-aloitus*) → Distance (*Matka*) → Time (*Aika*) → Calories (Kalorit) → Game (Peli) → 20/10 Interval → 10/20 Interval → 10/10 User Setting Interval (*Käyttäjän asettama intervalli*)

25. QUICK START-OHJELMA (PIKA-ALOITUS)

- Vedä kahvaa (3) pikakäynnistystä varten. Kaikkien toimintojen arvot laskevat ylöspäin.
- Paina "**STOP**" -painiketta kerran pysäyttääksesi kaikkien arvojen laskemisen väliaikaisesti (pysäytystoiminto). Vedä kahvaa (3) uudestaan ja laskeminen jatkuu. Pitkä painallus "**STOP**" -painikkeesta poistaa kaikki laskentatiedot.
- Paina pikakäynnistystä ja kaikkia kolme alaspäin laskevaa ohjelmaa varten "**SELECT**" -painiketta valitaksesi tiedot, jotka näytetään samassa näyttöikkunassa, kuten myös "Time & Time/500m AVG".
- Muissa seitsemässä ohjelmassa painetaan "**BACK**" -painiketta IDLE-tilaan siirtymiseksi. Tai paina ja pidä painettuna "**ENTER/STOP**" -painiketta yli 3 sekunnin ajan käynnistääksesi konsolin uudelleen. Käytä "**SELECT**" -painiketta vaihdellaksesi eri ohjelmien välillä. Käytä ylös- ja alaspainikkeita säätääksesi arvoa ja vahvista painamalla "**ENTER/STOP**".

26. DISTANCE (Countdown) -OHJELMA

- Harjoituksen aikana "**DISTANCE**" -ohjelma laskee alas esiasetetusta arvosta.
- Ohjelma käynnistyy kahvaa vetämällä (44). Kun ohjelma on valmis, monitori näyttää "**WINNER**" ja antaa äänimerkin. Paina "**BACK**" -painiketta palataksesi edelliseen tilaan.

27. TIME (Countdown) -OHJELMA

- Harjoituksen aikana "**TIME**" -ohjelma laskee alaspäin esiasetetusta arvosta. Ohjelma käynnistyy kahvaa vetämällä (44). Kun ohjelma on valmis, näyttö pysähtyy ja äänimerkki soi. Paina "**BACK**" -painiketta palataksesi edelliseen tilaan.

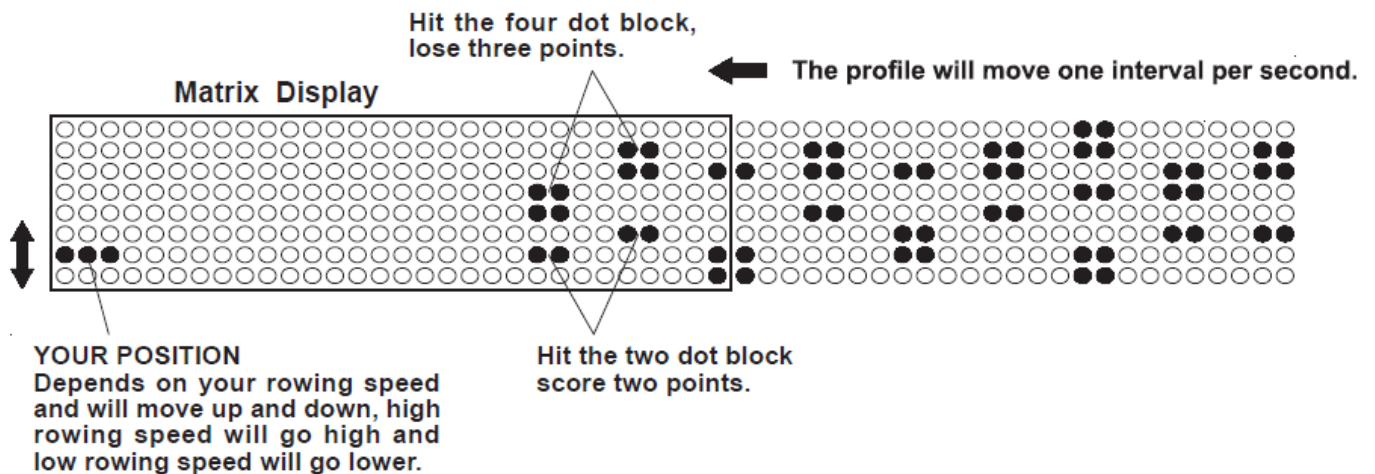
28. CALORIES (Countdown) -OHJELMA

- Harjoituksen aikana "**CALORIES**" -ohjelma laskee alaspäin esiasetetusta arvosta. Ohjelma käynnistyy

kahvaa vetämällä (44). Kun ohjelma on valmis, monitori näyttää "END" ja äänimerkki soi. Paina "BACK"-painiketta palataksesi edelliseen tilaan.

29. GAME-OHJELMA (PELI)

- Kun "GAME"-ohjelma on valittu, ohjelma käynnistyy, kun käyttäjä vetää kahvaa. Tässä ole arvoa, joka voidaan syöttää esiasetukseksi. Kun ohjelma on valmis, näytössä näkyy pistemääräsi ja äänimerkki soi. Paina "BACK"-painiketta palataksesi edelliseen tilaan.



30. 20/10 INTERVAL -OHJELMA

- Kun konsoli "20/10 INTERVAL" ohjelmassa, konsolin monitori näyttää välkkyvän "8" esiasettuna kierrosmääränä. "20" tarkoittaa 20 sekuntia harjoitusta ja "10" tarkoittaa 10 sekunnin lepoa. Sitten käyttäjä voi painaa ylös- ja alaspainikkeita syöttääkseen arvon 1 - 99. Harjoitus kestää 20 sekuntia ja lepo 10 sekuntia. Kun ohjelma on valmis, näyttö pysähtyy ja äänimerkki soi. Paina "BACK"-painiketta palataksesi edelliseen tilaan.

31. 10/20 INTERVAL -OHJELMA

- Kun se on "10/20 INTERVAL" -ohjelmassa, konsolin monitori näyttää välkkyvän "8" esiasettuna kierrosmääränä. Sitten käyttäjä voi painaa ylös- ja alaspainikkeita syöttääkseen arvon 1 - 99. Harjoitus kestää 20 sekuntia ja lepo 10 sekuntia. Ohjelma käynnistyy kahvaa vetämällä (44). Kun ohjelma on valmis, näyttö pysähtyy ja äänimerkki soi. Paina "BACK"-painiketta palataksesi edelliseen tilaan.

32. 10/10 INTERVAL -OHJELMA

- Kun se on "10/10 INTERVAL" -ohjelmassa, konsolin monitori näyttää välkkyvän "8" esiasettuna kierrosmääränä. Sitten käyttäjä voi painaa ylös- ja alaspainikkeita syöttääkseen arvot 1 - 99 kierrosten määräksi sekä harjoitus- ja lepointervalleille. Ohjelma käynnistyy kahvaa vetämällä (44). Kun ohjelma on valmis, näyttö pysähtyy ja äänimerkki soi. Paina "BACK"-painiketta palataksesi edelliseen tilaan.

VALITUSOHJEET



Valitusehdot koskevat kotikuntoilussa käytettyjä tuotteita. Yritysmarkkinoille on oma jakso puoliammattilaisvälineiden takuuehdoista.

Kuntoilulaitteiden tapaiset komponentit on koottu pääasiassa kolmeen pääryhmään jaettavista osista: **kulutuset** **muut vaihdettavat osat** ja **rakenne/runko-osat**.

Kulutuset tarkoitetään osia, jotka normaalissa käytössä kuluvat ja joita on vaihdettava säännöllisin väliajoin. Näitä ovat esimerkiksi jarrupalat, pyörät, vaijerit, säätöruuvit, kuulalaakerit ja jouset.

Kuluttajasuojalain mukaan tällaisista osista ei lakisääteisesti ole valitusoikeutta. Annamme tällaisille osille kuitenkin yhden vuoden takuun.

*HUOMIO Jotta myyntiehtoja voidaan markkinoida tai kutsua TAKUUksi, laki edellyttää että tarjoamme huomattavasti paremmat oikeudet kuin mitä laki takaa. Myynti- tai markkinointimateriaaleissa **on laitonta** kutsua normaalia VALITUSOIKEUTTA TAKUUksi.*

Muilla vaihdettavilla osilla tarkoitetään kaikki muita laitteessa olevia irt-osia. Näitä ovat esimerkiksi istuintyyntyy, pehmusteet, polkimet, harjoittelutietokone ja muu elektroniikka. Tämän tyyppisiä osia koskee lakisääteinen kahden vuoden valitusoikeus, edellyttäen, ettei niitä ole altistettu epätavallisen suurelle kulutukselle.

Poikkeus tähän luokkaan ovat juoksumattojen moottorit.

Kaikkia juoksumattojen moottoreita koskee viiden vuoden valitusoikeus, edellyttäen ettei sitä ole altistettu epätavallisen suurelle kulutukselle tai vaurioille kunnossapidon laiminlyönnin vuoksi.

Rakenne-/runko-osilla tarkoitetään kuntoiluvälineen pääosia, eli teräsrakenteita ja niiden hitsausseamoja.

Tämän tyyppisiä osia koskee viiden vuoden valitusoikeus, edellyttäen, ettei niitä ole altistettu epätavallisen suurelle kulutukselle.

Kunkin laitteen kohdalla on erikseen mainittu rakenne- ja runko-osien mahdollisesta pidemmästä takuua ajasta/elinikäisestä takuusta.

TÄRKEÄÄ LIITTYEN HUOLTOON



Jos jonkinlaisia ongelmia tuotteen kanssa sattuisi ilmenemään, ole yhteydessä Mylna Serviceen.

Haluamme auttaa teitä parhaalla mahdollisella tavalla ja toivoisimme että olette yhteydessä meihin suoraan ennen asiointia myyjän kanssa.

Tutustu sivuihimme www.mylناسport.fi - Sieltä löydät mm. Tuotetietoa, ohjekirjoja ja yhteydenottolomakkeen. Tätä kautta voit olla meihin yhteydessä ja mm. tilata varaosia. Täyttämällä lomakkeen me saamme kaiken tarvittavan tiedon, jolla voimme palvella sinua parhaalla tavalla

WICHTIGE INFORMATIONEN



Das Gerät darf ausschließlich gemäß dieser Bedienungsanleitung verwendet werden.

Der Eigentümer des Fitnessgeräts ist dafür verantwortlich dafür, dass alle Nutzer mit diesen Sicherheitsregeln vertraut sind.

Stellen Sie bei der Montage sicher, dass alle Schrauben und Muttern an den richtigen Positionen verbaut und korrekt in den Bohrungen sitzen, bevor Sie mit dem Festziehen beginnen.

Stellen Sie das Fitnessgerät auf einem flachen und ebenen Untergrund auf.

Das Fitnessgerät darf nicht im Außenbereich oder in Räumen mit außergewöhnlich hoher Luftfeuchtigkeit verwendet werden.

Es wird davon abgeraten, das Gerät in einer Garage, einem Carport oder auf einer überdachten Terrasse zu nutzen.

Das Gerät ist an einem trockenen und frostfreien Ort aufzubewahren.

Es wird empfohlen, das Gerät auf einer Unterlage aufzustellen, um eventuelle Schäden am Fußboden oder Bodenbelag infolge der Nutzung des Geräts zu vermeiden.

Achten Sie vor jeder Verwendung darauf, dass Schrauben und Muttern ordnungsgemäß festgezogen sind. Wenn lose oder defekte Teile festgestellt werden, sorgen Sie dafür, dass das Gerät nicht verwendet wird, bevor ein einwandfreier Zustand wiederhergestellt ist.

Tragen Sie immer Schuhe mit einer guten Gummisohle, wenn Sie das Gerät verwenden.

Die maximale Gewichtsbelastung pro Haltepunkt beträgt 180 kg.

Das Gerät darf nicht in Verbindung mit medizinischen oder physischen Behandlungen verwendet werden, sofern dies nicht explizit durch den Arzt oder Physiotherapeuten empfohlen wird.

Eventuelle Druckfehler im Handbuch vorbehalten.

BEDIENUNG DES COMPUTERS



Auch wenn keine Batterien eingesetzt sind, funktioniert die Konsole weiterhin im Schnellstartprogramm. (2 x Batterien Größe C)

Taste	Beschreibung
UP (Nach oben) ▲ / DOWN (Nach unten) ▼	- Mit diesen Tasten wählen Sie eine beliebige Funktion aus und wechseln zwischen voreingestellten Programmen.
BACK (Zurück)	- Drücken Sie diese Taste bei der Auswahl von Programmen, um zum vorherigen Programm zurückzukehren. - Wenn Sie ein Programm abgeschlossen haben, drücken Sie diese Taste, um in den Modus MENU (Menü) zu wechseln.
ENTER (Eingabe)/STOP (Stopp)	- Mit dieser Taste bestätigen Sie die Auswahl von Programmen und die Voreinstellung von Werten. - Halten Sie diese Taste drei Sekunden lang gedrückt, um alle Funktionen auf null zurückzusetzen und den Computer neu zu starten. - Wenn während einer Trainingseinheit die Hintergrundbeleuchtung ausgeschaltet ist, wird beim ersten Drücken dieser Taste die Beleuchtung aktiviert. Während die Hintergrundbeleuchtung noch leuchtet, drücken Sie die Taste ein zweites Mal, um das Zählen aller Funktionswerte zu unterbrechen. Drücken Sie die Taste ein drittes Mal, um das Training und das Zählen aller Funktionswerte fortzusetzen.

Display	Beschreibung
"STROKE RATE" (Herzfrequenz)	- Zeigt die aktuelle Herzfrequenz pro Minute während des Trainings an. - Der beleuchtete Halbkreis entspricht der in Zahlen dargestellten Herzfrequenz. - Je mehr Raster angezeigt werden, desto höher ist die Herzfrequenz.
"TIME" (Zeit) & "TIME/500m AVG" (Zeit/500 m Durchschnitt)	- Anzeigebereich: 00:00 bis 99:59 Minuten. - Die Trainingszeit wird in jedem Trainingsmodus weitergezählt. - Das Display blinkt und zeigt "00:00" für die Voreinstellung der Zeit (TIME) für das Countdown-Programm an. - Die Zeit kann auf einen Wert von 1:00 bis 99:00 Minuten eingestellt werden. - Im Intervallprogramm "10/10 INTERVAL" kann die Zeit nicht gespeichert werden. - Der Einstellungsbereich ist 10 bis 99. - Der Wert "TIME/500m AVG" bezeichnet die durchschnittliche Zeit, die pro Stunde benötigt wird, um eine Distanz von 500 Metern zurückzulegen.
"TIME/500m" (Zeit/500 m)	- Anzeigebereich: 00:00 bis 99:59 Minuten. - Der Wert "TIME/500m" bezeichnet die aktuelle Zeit, die pro Stunde benötigt wird, um eine Distanz von 500 Metern zurückzulegen.
"WATTs AVG" (Watt-Leistung Durchschnitt) & "PULSE" (Puls)	- Anzeigebereich für "Watts AVG": 0 bis 999 Watt. - Zeigt die durchschnittlich während des Trainings erzeugte Leistung an. - Zeigt die Herzfrequenz von 40 bis 220 Schlägen pro Minute während der Trainingseinheit an.. Um diese Funktion nutzen zu können, muss der Benutzer einen Brustgürtel zur Messung der Herzfrequenz tragen.

<p>"DISTANCE" (Distanz) & "DISTANCE 30min" (Distanz 30 Min.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Anzeigebereich: 0 bis 9999 Meter. Im Durchgangsmodus wird aufwärts gezählt, und die Zahlen werden auf 0 zurückgesetzt, wenn die Distanz 9999 Meter überschreitet. - Die Trainingsdistanz wird in jedem Trainingsmodus weitergezählt. - Das Display blinkt und zeigt "500" für die Voreinstellung der Distanz (DISTANCE) für das Countdown-Programm an. - Der Zieldistanzwert kann auf 500 bis 9999 Meter eingestellt werden. - Der Wert "dis/30min" ist die geschätzte Distanz für 30 Minuten bei der aktuellen Tretgeschwindigkeit
<p>"CALORIES" (Kalorien) & "CAL/HOUR" (Kalorien/Stunde)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Anzeigebereich: 0-999 kcal - Das Display blinkt und zeigt "100" für die Voreinstellung der Kalorien (CALORIES) für das Countdown-Programm an. - Der Zielkalorienwert kann auf 10 bis 999 kcal eingestellt werden. - Der Wert "cal/hour" (kcal/Stunde) bezeichnet die während der Trainingseinheit durchschnittlich pro Stunde verbrannten Kalorien.
<p>"CYCLE" (Durchgang) & "WATT" (Leistung)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Wird nur im Programm "INTERVAL" angezeigt. - Das Display blinkt und zeigt "8" für die Voreinstellung der Zielrunden im Programm "INTERVAL" (INTERVALL) an. - Der Zielwert für den Durchgang kann auf 1 bis 99 Runden eingestellt werden. - Anzeigebereich: 0 bis 999 Watt. - Zeigt die zu einem beliebigen Zeitpunkt des Trainings erzeugte Leistung an.

PROGRAMME

Der Konsolenmonitor verfügt über acht Programme: "QUICK START" (Schnellstart), "TIME" (Zeit) (Countdown), "DISTANCE" (Distanz) (Countdown), "CALORIES" (Kalorien) (Countdown), "GAME" (Spiel) und "INTERVAL PROGRAMS" (Intervallprogramme) "20/10", "10/20" sowie "10/10".

Drücken Sie "Select" (Auswählen), um das Trainingsprogramm in folgender Reihenfolge zu ändern: "Quick Start" (Schnellstart) → "Distance" (Distanz) → "Time" (Zeit) → "Calories" (Kalorien) → "Game" (Spiel) → "20/10" "Interval" (Intervall) → "10/20" "Interval" (Intervall) → "10/10" "User Setting Interval" (Benutzerdefiniertes Intervall)

33. SCHNELLSTART DES PROGRAMMS

- Für den Schnellstart des Programms ziehen Sie an der Lenkstange (3). Alle Funktionswerte der Konsole zählen aufwärts.
- Drücken Sie einmal die Taste "**STOP**" (Stopp), um das Weiterzählen aller Werte vorübergehend zu unterbrechen (Pausenfunktion). Ziehen Sie erneut an der Lenkstange (3), um den Zählvorgang fortzusetzen. Drücken Sie lang auf die Taste "**STOP**" (Stopp), um alle Zählraten zu löschen.
- Um einen Schnellstart durchzuführen und alle drei Countdown-Programme zu starten, drücken Sie die Taste "**SELECT**" (Auswählen), damit die Daten im selben Anzeigefenster angezeigt werden (einschließlich "Time" (Zeit) und "Time/500m AVG" (Zeit/500 m Durchschnitt)).

- Für die anderen sieben Programme drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um den Ruhemodus (IDLE) aufzurufen. Alternativ halten Sie die Taste "**ENTER/STOP**" (Eingabe/Stop) länger als drei Sekunden gedrückt, um die Konsole neu zu starten. Drücken Sie die Taste "**SELECT**" (Auswählen), um zwischen den Programmen zu wechseln. Wählen Sie die Tasten "**UP**" (Nach oben) und "**DOWN**" (Nach unten), um die Werte anzupassen. Bestätigen Sie die Werte mit "**ENTER/STOP**" (Eingabe/Stop).

34. Countdown-Programm "**DISTANCE**" (Distanz)

- Während der Trainingseinheit zählt das Programm "**DISTANCE**" (Distanz) von einem voreingestellten Wert rückwärts.
- Das Programm startet, sobald der Benutzer am Griff (44) zieht. Am Ende des Programms zeigt der Monitor "**WINNER**" (Gewinner) an und gibt einen akustischen Alarm aus. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.

35. Countdown-Programm "**TIME**" (Zeit)

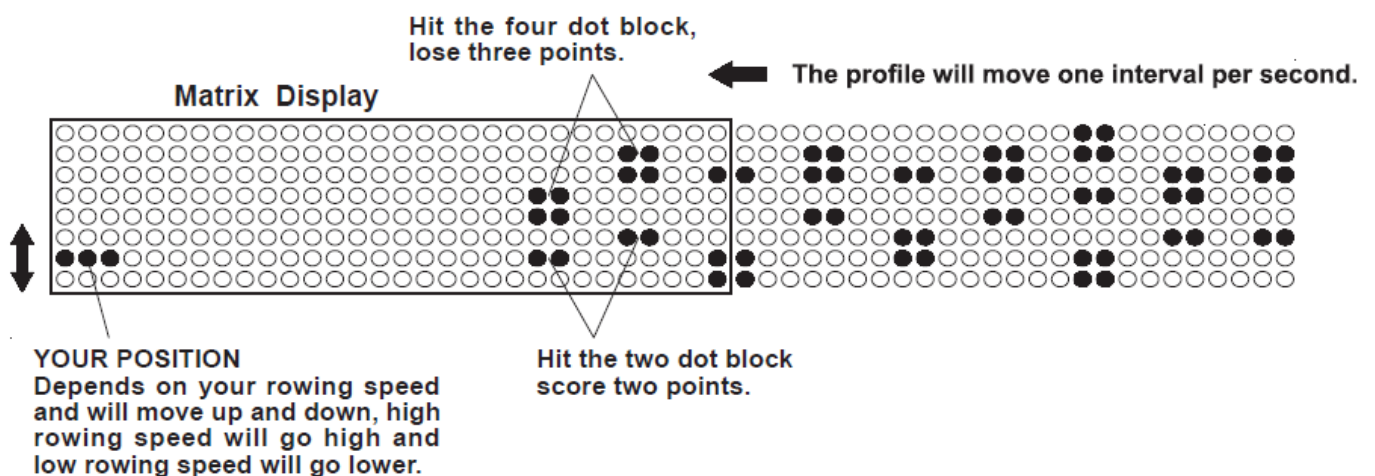
- Während der Trainingseinheit zählt das Programm "**TIME**" (Zeit) von einem voreingestellten Wert rückwärts. Das Programm startet, sobald der Benutzer am Griff (44) zieht. Am Ende des Programms endet die Anzeige und ein akustischer Alarm wird ausgegeben. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.

36. Countdown-Programm "**CALORIES**" (Kalorien)

- Während der Trainingseinheit zählt das Programm "**CALORIES**" (Kalorien) von einem voreingestellten Wert rückwärts. Das Programm startet, sobald der Benutzer am Griff (44) zieht. Am Ende des Programms zeigt der Monitor "**END**" (Ende) an und gibt einen akustischen Alarm aus. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.

37. Programm "**GAME**" (Spiel)

- Wenn das Programm "**GAME**" (Spiel) ausgewählt ist, startet das Programm, sobald der Benutzer an der Lenkstange zieht. Es wird kein Voreinstellungswert eingegeben. Am Ende des Programms zeigt der Monitor Ihren Punktestand an und gibt einen akustischen Alarm aus. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.



38. PROGRAMM "20/10 INTERVAL" (Intervall 20/10)

- Im Programm "**20/10 INTERVAL**" blinkt der Konsolenmonitor und zeigt "8" für die Voreinstellung des Werts für den aktuellen Durchgang an. "**20**" steht für 20 Sekunden Training und "**10**" für 10 Sekunden Pause. Der Benutzer kann über die Tasten "**UP**" (Nach oben) und "**DOWN**" (Nach unten) einen Wert zwischen 1 und 99 einstellen. Der Benutzer trainiert 20 Sekunden lang und ruht sich dann 10 Sekunden aus. Am Ende des Programms endet die Anzeige und ein akustischer Alarm wird ausgegeben. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.

39. PROGRAMM "10/20 INTERVAL" (Intervall 20/10)

- Im Programm "**10/20 INTERVAL**" blinkt der Konsolenmonitor und zeigt "8" für die Voreinstellung des Werts für den aktuellen Durchgang an. Der Benutzer kann über die Tasten "**UP**" (Nach oben) und "**DOWN**" (Nach unten) einen Wert zwischen 1 und 99 einstellen. Der Benutzer trainiert 10 Sekunden lang und ruht sich dann 20 Sekunden aus. Das Programm startet, sobald der Benutzer am Griff (44) zieht. Am Ende des Programms endet die Anzeige und ein akustischer Alarm wird ausgegeben. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.

40. PROGRAMM "10/10 INTERVAL" (Intervall 20/10)

- Im Programm "**10/10 INTERVAL**" blinkt der Konsolenmonitor und zeigt "8" für die Voreinstellung des Werts für den aktuellen Durchgang an. Der Benutzer kann über die Tasten "**UP**" (Nach oben) und "**DOWN**" (Nach unten) einen Wert zwischen 1 und 99 für die Anzahl an Durchgängen, die Trainingszeit und die Pausenzeit einstellen. Das Programm startet, sobald der Benutzer am Griff (44) zieht. Am Ende des Programms endet die Anzeige und ein akustischer Alarm wird ausgegeben. Drücken Sie die Taste "**BACK**" (Zurück), um zum vorherigen Modus zurückzukehren.

RICHTLINIEN FÜR DAS REKLAMATIONSVERFAHREN



Die Reklamationsbestimmungen betreffen Produkte, die für das Heimtraining verwendet werden.

Für den Betriebsmarkt gibt es eine separate Übersicht über die Garantiebestimmungen für semiprofessionelle Ausrüstung.

Die Komponenten, aus denen Fitnessgeräte sich zusammensetzen, unterteilen sich im Wesentlichen in drei Hauptgruppen, **Verschleißteile**, **Andere austauschbare Teile** und **Konstruktion/Rahmen**.

Als **Verschleißteile** werden Teile bezeichnet, für die bei regulärer Verwendung ein Austausch innerhalb regelmäßiger Abstände vorgesehen ist. Dazu gehören beispielsweise Bremsklötze, Laufrollen, Gummibänder, Einstellschrauben, Kugellager, Leinen, Federn etc.

Gemäß Kaufrecht und Verbraucherkaufrecht gibt es kein gesetzlich geregeltes Reklamationsrecht auf diese Teile. Dennoch gewähren wir für diese Teile ein Jahr Garantie.

*Hinweis: Damit Kaufbedingungen als GARANTIE vermarktet und bezeichnet werden dürfen, wird vorausgesetzt, dass der Käufer deutlich bessere Rechte erhält als vom Gesetz vorgeschrieben. Es ist **ungesetzlich**, reguläres REKLAMATIONSRECHT in Verkaufs- oder Marketingunterlagen als GARANTIE zu bezeichnen.*

Als **Andere austauschbare Teile** werden alle anderen losen Teile bezeichnet, die das Gerät umfasst. Beispiele sind u. a. Sitzkissen, Polster, Pedale, Trainingscomputer und weitere Elektronik. Für diese Teile gilt eine gesetzlich vorgeschriebene Reklamationsfrist von zwei Jahren, sofern diese keiner übermäßigen äußeren Einwirkung ausgesetzt sind.

Von dieser Kategorie ausgenommen ist der Motor für Laufbänder.

Für alle Laufbandmotoren gilt ein fünfjähriges Reklamationsrecht, sofern diese keiner übermäßigen äußeren Einwirkung oder unnötigem Verschleiß aufgrund von mangelnder Wartung ausgesetzt sind.

Mit **Konstruktionsteilen /Rahmen** werden die Hauptbestandteile des Trainingsgeräts bezeichnet, d. h. die Stahlkonstruktionen und zugehörigen Schweißnähte.

Für diese Teile gilt eine Reklamationsfrist von fünf Jahren, sofern diese keiner übermäßigen äußeren Einwirkung ausgesetzt sind.

Eventuelle verlängerte Garantien/Garantien auf Lebenszeit auf den Rahmen sind explizit für einzelne Produkte angegeben.

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUM SERVICE



Im Falle jeglicher Probleme bitten wir Sie, Mylna Service zu kontaktieren. Bitte kontaktieren Sie uns, bevor Sie sich an die Geschäftsfiliale wenden, damit wir Ihnen die bestmögliche Hilfestellung geben können.

Auf unserer Website www.mylnasport.com finden Sie Informationen zu unseren Produkten, Bedienungsanleitungen und ein Kontaktformular, über das Sie uns erreichen können. Über das Kontaktformular können Sie auch Ersatzteile bestellen. Indem Sie das Kontaktformular ausfüllen, erhalten wir alle erforderlichen Informationen, um Ihnen so effektiv wie möglich weiterzuhelfen.



Leverandør:
Mylna Sport AS
Postboks 244
3051 Mjøndalen
Norge
www.abilica.no
www.mylnasport.no

Leverantör:
Mylna Sport AB
Box 181
56624 Habo
Sverige
www.abilica.se
www.mylnasport.se

Supplier:
Mylna Sport AS
P.O. Box 244
N-3051 Mjoendalen
Norway
www.abilica.com
www.mylnasport.com