

Reebok

D

I

F

Crosstrainer C 5.1e



Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

wir freuen uns, daß Sie sich für ein **Reebok** Fitnessgerät entschieden haben. Dieses Qualitätsprodukt ist für den Heimbereich konzipiert und nach der europäischen Norm EN 957-1/9 getestet. Bitte lesen Sie vor dem Aufbau und dem ersten Gebrauch zunächst sorgfältig diese Anleitung und bewahren Sie diese als Referenz und für den richtigen Umgang mit Ihrem Fitnessgerät auf.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Erfolg bei Ihrem Training.

Ihr Reebok – Team

Garantie

Reebok Qualitätsprodukte werden konstruiert und getestet um für ein engagiertes Fitness-Training im Heimbereich eingesetzt zu werden. Dieses Gerät entspricht der europäischen Norm EN 957.

Reebok gewährt auf Material- und Verarbeitungsfehler eine Garantie von 2 Jahren.

Von der Garantie ausgeschlossen sind Verschleißteile sowie Schäden, die durch unsachgemäße Anwendung des Produktes entstehen. Im Reklamationsfall wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler.

Die Garantiezeit Ihres Geräts beginnt mit dem Verkaufsdatum (bitte bewahren Sie daher den Kaufbeleg sorgfältig auf).

Die detaillierten Garantiebedingungen finden Sie unter: www.reebokfitness.ch

Kunden Service

Um Sie im Fall von Problemen mit Ihrem Gerät bestmöglich unterstützen zu können, möchten wir Sie darum bitten, sich den Modelnamen und die Seriennummer Ihres Gerätes zu notieren. Diese Informationen finden Sie auf dem Aufkleber an der Unterseite Ihres Gerätes.

Modelname:

Seriennummer:

Häufig gestellte Fragen (FAQs):

Sollten Sie Fragen zu Ihrem Produkt oder dem Aufbau haben, oder auf Probleme bei der Bedienung stoßen, finden Sie Hilfe unter:

www.reebokfitness.ch → Service → FAQs

Ersatzteilbestellung:

Auf unserer Homepage können Sie unter Angabe der Seriennummer Ihres Gerätes Ersatzteile bestellen

www.reebokfitness.ch → Service

Entsorgungshinweise



Reebok Geräte sind recyclebar. Bitte führen Sie Ihr Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle). **Batterien und Akkus** gehören nicht in den Hausmüll und dürfen auf diesem Wege nicht entsorgt werden. Bitte entsorgen Sie verbrauchte Batterien und Akkus ausschließlich über die örtlichen Sammelstellen.

Kontakt

RFE (Schweiz) GmbH

Brunnmatt 14

CH-6330 Cham

e-mail: rfeschweiz@rfeinternational.com

web: www.reebokfitness.ch

Service Hotline (gratis)

0800 111 888

Hinweis

Diese Gebrauchsanweisung dient nur zur Referenz für den Kunden. **Reebok** übernimmt keine Haftung für Fehler, die durch Übersetzung oder technische Änderungen des Produkts entstehen.

Sicherheitshinweise

Bitte lesen Sie diese Anweisung vor der Montage und vor der ersten Benutzung aufmerksam durch. Sie erhalten wichtige Hinweise für Ihre Sicherheit sowie den Gebrauch und die Wartung des Gerätes. Bewahren Sie diese Anleitung zur Information bzw. für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf.

- **Produkt-Gültigkeitsbereich:** Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimanwendungsbereich konzipiert und für ein maximales Körpergewicht von 150 Kilogramm getestet.
 - **Produkt-Leistung:** Dieses Gerät entspricht der europäischen Norm EN 957-1/9 HA.
 - **Produkt-Leistung:** Dieser Ergometer ist im Programm 8 geschwindigkeitsunabhängig, d.h. die Leistung ist unabhängig von der Trittfrequenz. In allen anderen Programmen ist der Ergometer geschwindigkeitsabhängig, d.h. die Leistung ändert sich mit der Trittfrequenz.
 - **Produkt-Eigenschaft:** Die Leistung bzw. der Widerstand kann über den Computer verändert werden.
-
- **Gebrauch-Gültigkeitsbereich:** Das Gerät darf nicht von Personen benutzt werden deren Gewicht über 150kg liegt.
 - **Gebrauch-Gültigkeitsbereich:** Das Gerät ist für das Körpertraining erwachsener Personen konzipiert. Stellen Sie sicher, daß eine Nutzung des Geräts von Kindern nur unter Aufsicht von Erwachsenen erfolgt.
 - **Gebrauch-Umgebung:** Weisen Sie anwesende Personen auf Gefährdung, z.B. durch bewegliche Teile, hin.
 - **Gebrauch-Umgebung:** Stellen Sie sicher, dass ausreichend Platz vorhanden ist, um das Gerät zu benutzen.
 - **Gebrauch-Umgebung:** Stellen Sie das Gerät auf einem ebenen, rutschfesten Untergrund auf.
 - **Gebrauch-Umgebung:** Stellen Sie sicher, daß niemals Flüssigkeiten in das Geräteeinnere oder in die Elektronik gelangen. Dies gilt auch für Körperschweiß!
 - **Gebrauch-Umgebung:** Benutzen Sie das Gerät nur innen und schützen Sie es vor Feuchtigkeit und Staub. Stellen Sie das Gerät nicht in eine Garage, auf eine überdachte Veranda, oder in die Nähe von Wasser.
 - **Gebrauch-Umgebung:** Das Gerät ist für den Einsatz im Heimbereich konzipiert. Bei gewerblicher Nutzung besteht kein Garantieanspruch und die Haftung des Herstellers ist ausgeschlossen.
 - **Benutzer-Gesundheit:** Bei gesundheitlichen Einschränkungen oder für individuelle und persönliche Trainingsparameter konsultieren Sie bitte zunächst vor dem ersten Training Ihren Arzt. Er kann Ihnen sagen, welche Art des Trainings und welche Belastung für Sie geeignet ist.
 - **Benutzer-Gesundheit:** Falsches oder exzessives Training kann Ihre Gesundheit gefährden.
 - **Benutzer-Gesundheit:** Falls Sie während des Trainings Übelkeit, Brustschmerzen, Schwindelanfälle oder Atemnot verspüren, beenden Sie Ihr Training sofort und suchen Sie einen Arzt auf.
 - **Produkt-Vorbereitung:** Beginnen Sie erst mit dem Training, nachdem Sie sichergestellt haben, daß das Gerät korrekt aufgebaut und eingestellt ist.
 - **Produkt-Vorbereitung:** Gehen Sie beim Aufbau des Geräts exakt nach der Montageanweisung vor.
 - **Produkt-Vorbereitung:** Verwenden Sie nur geeignetes Werkzeug für die Montage und lassen Sie sich ggf. von einer zweiten Person helfen.
 - **Produkt-Vorbereitung:** Verwenden Sie nur die der Lieferung beigelegten Reebok Originalteile (siehe Check-Liste).
 - **Produkt-Vorbereitung:** Schrauben Sie vor dem Training alle verstellbaren Teile gut fest, um eine Lockerung während des Trainings zu vermeiden.
 - **Gebrauch-Anleitung:** Für ein sicheres und effektives Training folgen Sie bitte den Hinweisen in der Trainingsanleitung.
 - **Gebrauch-Anleitung:** Verwenden Sie das Gerät nicht ohne Schuhe oder mit losem Schuhwerk.
 - **Gebrauch-Sicherheit:** Beachten Sie die nicht fixierten oder beweglichen Teile während der Montage/Demontage des Geräts.

- Gebrauch-Sicherheit: Verwenden Sie die Höhen- Einstellkappen an der hinteren Querstütze, um eine sichere Position des Geräts zu gewährleisten.
- Gebrauch-Sicherheit: Stellen Sie sicher, dass die vorderen Transportrollen in der richtigen Position angebracht sind. (siehe Aufbauanleitung)
- Produkt-Strom-Sicherheit: Das Gerät benötigt eine Netzspannung von 230V, 50Hz. Der Anschluss darf nur an einer mit 10A einzeln abgesicherten Schuko Steckdose erfolgen. Vor Inbetriebnahme des Gerätes ist darauf zu achten, daß das richtige Steckernetzteil (Kennzeichnung beachten) angeschlossen ist.
- Produkt-Wartung: Führen Sie ca. alle 1 bis 2 Monate eine Kontrolle aller Geräteteile, insbesondere der Schrauben und Muttern durch. Dies gilt insbesondere für die Griffbügel-, Sattel- sowie die Lenkerbefestigung.
- Produkt-Wartung: Durch unsachgemäße Reparaturen und bauliche Veränderungen (Demontage von Originalteilen, Anbau von nicht zulässigen Teilen, usw.) können Gefahren für den Benutzer entstehen.
- Produkt-Wartung: Beschädigte Bauteile können Ihre Sicherheit und die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen. Tauschen Sie deshalb beschädigte oder verschlissene Bauteile sofort aus und entziehen Sie das Gerät bis zur Instandsetzung der Benutzung.
- Produkt-Wartung: Verwenden Sie nur Reebok Originalersatzteile.
- Produkt-Wartung: Nehmen Sie niemals Eingriffe an Ihrem Stromnetz selbst vor, sondern beauftragen Sie ggf. qualifiziertes Fachpersonal.
- Produkt-Wartung: Ziehen Sie bei allen Reparatur-, Wartungs- und Reinigungsarbeiten unbedingt den Netzstecker.

Gentile Cliente,

grazie per aver scelto il nostro prodotto Reebok. Questo prodotto è stato ideato per uso esclusivamente domestico, testato e certificato secondo la Norma Europea EN 957-1/9.

ATTENZIONE: per ridurre rischi di malfunzionamento e/o danni alle persone, leggere attentamente il seguente manuale prima di assemblare ed utilizzare l'attrezzo. E' responsabilità del proprietario assicurarsi che gli utilizzatori dell'attrezzo siano adeguatamente informati su rischi e precauzioni.

Vi auguriamo un buon allenamento,

Il vostro Team Reebok.

Garanzia

La qualità dei prodotti **Reebok** è stata ideata e testata per soddisfare le richieste dell'home fitness. Questo prodotto segue le regole della Norma Europea EN 957.

Reebok garantisce al primo acquirente 2 anni di garanzia per difetti di fabbricazione.

Esclusi dalla garanzia sono i danni causati da un errato abbigliamento od errato utilizzo. In caso di reclamo, contattate il vostro rivenditore.

Il periodo di garanzia inizia dalla data di acquisto del prodotto (tenere la ricevuta).

Dettagli sui termini di garanzia li trovate su: www.reebokfitness.ch

Servizio Clienti

Per il miglior supporto possibile in caso di problemi con il prodotto, vi vogliamo chiedere cortesemente di scrivere il nome del modello ed il numero seriale.

Li trovate sull'etichetta sotto il prodotto.

Nome Modello:

Numero Seriale:

Domande frequenti (FAQs):

Se avete domande sul prodotto, l'assemblaggio o l'utilizzo, potete trovare aiuto su:

www.reebokfitness.ch → Service → FAQs

Ordinare pezzi di ricambio:

Scrivendo il numero seriale, potete ordinare i pezzi di ricambio nella nostra homepage:

www.reebokfitness.ch → Service

Dispositivo rifiuti



I prodotti **Reebok** sono riciclabili. Alla fine del loro utilizzo, per cortesia, disporne correttamente e con sicurezza (zone locali di raccolta rifiuti).

Contatti

RFE (Schweiz) GmbH

Service Hotline (gratuito)

Brunnmatt 14

0800 111 888

CH-6330 Cham

e-mail: rfeschweiz@rfeinternational.com

web: www.reebokfitness.ch

Attenzione

Il manuale è solo una referenza per il cliente. **Reebok** non può garantire per errori commessi dal cliente nella sostituzione o modifica di parti del prodotto.

Precauzioni

ATTENZIONE: per ridurre rischi di malfunzionamento, danni elettrici o alle persone, leggere attentamente le seguenti precauzioni ed informazioni prima di utilizzare l'attrezzo. E' responsabilità del proprietario assicurarsi che gli utilizzatori di questo attrezzo siano adeguatamente informati su rischi e precauzioni.

- **Scopo prodotto:** Questo attrezzo è stato creato esclusivamente ad uso domestico e per persone che non superino i 150 kg di peso.
- **Performance:** Questo attrezzo segue le norme europee EN 957-HA 1/9.
- **Performance:** Questo attrezzo è indipendente dalla velocità nel programma 8, i.e. la performance è indipendente dalla frequenza della pedalata. In tutti gli altri programmi dipende dalla velocità e dalla pedalata.
- **Caratteristiche:** La difficoltà può essere variata dal computer.

- Utilizzo: il prodotto è stato ideato solo per adulti. Assicurarsi che i bambini utilizzino l'attrezzo solo in presenza di un adulto.
- Utilizzo: Assicurarsi che l'attrezzo abbia spazio sufficiente intorno per garantire un esercizio sicuro.
- Utilizzo: Posizionarlo su di una superficie piana.
- Utilizzo: Assicurarsi che liquidi o sporcizia non entrino nelle fessure.
- Utilizzo: Tenere l'attrezzo all'interno, lontano da umidità e sporcizia. Non in garage, sotto un patio coperto o vicino all'acqua.
- Utilizzo: Il prodotto è ad uso domestico. La garanzia e [l'assicurazione](#) non valgono se l'attrezzo viene utilizzato commercialmente.
- Salute: Consultare il proprio medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi.
- Salute: Un esercizio non corretto/eccessivo può causare danni fisici.
- Salute: Se, durante l'allenamento, non vi sentite bene, se sentite dolore, fitte al petto, agli arti o mancanza di respiro, fermatevi immediatamente e consultate il vostro medico.
- Preparazione: L'allenamento può iniziare solo dopo un corretto assemblaggio e l'ispezione dell'attrezzo.
- Preparazione: Seguire attentamente gli steps dell'assemblaggio.
- Preparazione: Per l'assemblaggio utilizzare solo i tools disponibili e chiedere assistenza se necessario.
- Preparazione: Utilizzare solo parti originali Reebok (vedi lista controllo).
- Preparazione: Stringere tutte le parti regolabili per prevenire incidenti durante l'esercizio.
- Istruzioni Utilizzo: Seguire gli avvertimenti per l'esercizio contenuti nelle istruzioni.
- Istruzioni Utilizzo: Non utilizzare l'attrezzo senza scarpe o con indumenti larghi.
- Sicurezza: Assicurarsi che l'attrezzo sia ben posizionato e stabile.
- Sicurezza: Utilizzare i tappi regolabili posti sul tubo posteriore per assicurare stabilità all'attrezzo e all'utilizzatore.
- Sicurezza: Assicurarsi le ruote anteriori siano in posizione corretta: vedi istruzioni assemblaggio.
- Sicurezza: L'alimentazione richiede 220V – 230V / 50Hz. Deve essere connesso ad una presa con fuso 10A. Prima di accenderlo assicurarsi che sia collegato ad un'alimentazione corretta.
- Manutenzione: Ogni 1 – 2 mesi controllare tutti i pezzi. Porre particolare attenzione ai bulloni e ai dadi. Importanti i bulloni di sicurezza di sella e manubrio.
- Manutenzione: Una riparazione non corretta e modifiche strutturali (rimuovere o sostituire parti originali) può compromettere la sicurezza dell'utilizzatore.
- Manutenzione: Componenti danneggiati possono compromettere la vostra sicurezza e/o ridurre la durata dell'attrezzo. Per questa ragione, le parti danneggiate vanno sostituite immediatamente e l'attrezzo non va utilizzato fino a quando non è a posto.
- Manutenzione: Utilizzare solo pezzi Reebok.

- Manutenzione: Non provare a riparare danni elettrici personalmente. Assicurarsi che lo faccia un elettricista/meccanico qualificato.
- Manutenzione: Disconnettere l'attrezzo prima di ripararlo o pulirlo.

Chère cliente, cher client,

Nous sommes heureux que vous vous soyez décidé pour un appareil de fitness **Reebok**. Ce produit de qualité est conçu pour être utilisé à la maison et a été testé conformément à la norme européenne EN 957-1/9.

Veuillez lire attentivement ces instructions de service avant le montage et la première utilisation et conservez-les comme référence, elles sont importantes pour assurer la bonne utilisation de l'appareil.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir et le succès pendant votre entraînement.

Votre équipe Reebok

Garantie

Les produits de qualité **Reebok** sont fabriqués et testés pour un entraînement de fitness engagé à la maison. Cet appareil correspond à la norme européenne EN 957.

Reebok accorde une garantie de 2 ans sur les défauts de matériel.

Sont exclus de la garantie: les pièces d'usure ainsi que les dommages dus à une utilisation non conforme du produit. En cas de réclamation, veuillez vous adresser à votre revendeur.

La durée de garantie de votre appareil commence à la date de vente (veuillez conserver soigneusement le bon d'achat).

Les conditions de garantie détaillées figurent à: www.reebokfitness.ch.

SAV

Pour pouvoir vous aider au mieux en cas de problème avec votre appareil, nous vous demandons de bien vouloir noter le nom du modèle et le numéro de série. Ces informations figurent sur l'autocollant à la partie inférieure de votre appareil.

Nom du modèle:

Numéro de série:

Forum aux questions (FAQ):

Si vous avez des questions sur le produit ou le montage ou si vous avez des problèmes lors de son utilisation, consultez www.reebokfitness.ch → Service → FAQs

Commande de pièces de rechange

Vous pouvez commander des pièces de rechange par notre e-mail ou en ligne gratuitement en indiquant le numéro de série de votre appareil:

www.reebokfitness.ch → Service

Consignes d'élimination



Les appareils **Reebok** sont recyclables. A la fin de leur durée d'utilisation, éliminer l'appareil en bonne et due forme (établissement de récupération local).

Contact

RFE (Schweiz) GmbH

Brunnmatt 14

CH-6330 Cham

e-mail: rfeschweiz@rfeinternational.com

web: www.reebokfitness.ch

Service Hotline (gratuit)

0800 111 888

Consigne

Ces instructions de service ne servent que de référence pour le client. **Reebok** n'assume aucune responsabilité pour les erreurs dues à la traduction ou à des modifications techniques du produit.































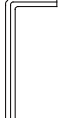

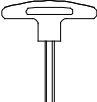
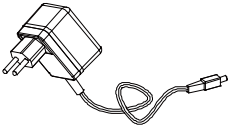
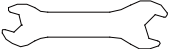
Consignes de sécurité

Lisez attentivement ces instructions avant le montage et la première utilisation. Elles contiennent des consignes importantes de sécurité ainsi que pour l'utilisation et la maintenance de l'appareil. Conservez soigneusement ces instructions à des fins d'information et de maintenance ou de commandes de pièces de rechange.

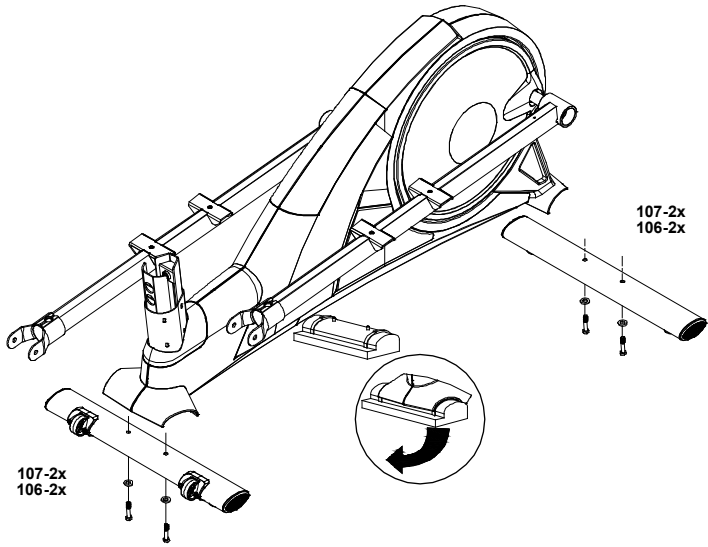
- **Domaine de validité du produit:** Cet appareil est conçu exclusivement à l'utilisation à la maison et a été testé pour un poids maximal de 150 kilogrammes.
 - **Performance du produit:** Cet appareil correspond à la norme européenne EN 957-1/9 HB et n'est pas adapté à un entraînement thérapeutique.
 - **Performance du produit:** Au programme 8, cet ergomètre est indépendant de la vitesse, c'est-à-dire la puissance est indépendante de la fréquence des pas. Dans tous les autres programmes, l'ergomètre dépend de la vitesse, c'est-à-dire la puissance dépend de la fréquence des pas.
 - **Caractéristique du produit:** La puissance et la résistance peuvent être modifiées via l'ordinateur.
- **Domaine de validité du produit:** L'appareil ne doit pas être utilisé par des personnes pesant plus de 150kg.
 - **Domaine de validité du produit:** L'appareil est conçu pour l'entraînement corporel d'adultes. Assurez-vous que l'appareil n'est utilisé par des enfants que sous surveillance d'adultes.
 - **Environnement d'utilisation du produit:** Informez les personnes présentes des dangers dus par exemple aux pièces mobiles.
 - **Environnement d'utilisation du produit:** Assurez-vous qu'il y a assez de place pour utiliser l'appareil.
 - **Environnement d'utilisation du produit:** Placez l'appareil à un endroit plan et non glissant.
 - **Environnement d'utilisation du produit:** Assurez-vous qu'aucun liquide ne pénètre à l'intérieur de l'appareil ou dans le système électronique. Il en est de même de la sueur.
 - **Environnement d'utilisation du produit:** N'utilisez l'appareil qu'à l'intérieur et protégez-le de l'humidité et de la poussière. Ne placez pas l'appareil dans un garage ou dans une véranda couverte ou à proximité de l'eau.
 - **Environnement d'utilisation du produit:** L'appareil est conçu pour être utilisé à la maison. L'utilisation à des fins commerciales annule toute exigence en garantie et la responsabilité du fabricant.
 - **Santé de l'utilisateur:** En cas de restrictions de santé ou de paramètres d'entraînement individuels et personnels, consultez tout d'abord votre médecin avant le premier entraînement. Il peut vous informer sur le type d'entraînement et sur les efforts qui vous sont adaptés.
 - **Santé de l'utilisateur:** Un mauvais entraînement ou un entraînement excessif peut nuire à votre santé.
 - **Santé de l'utilisateur:** Si pendant l'entraînement, vous ressentez des nausées, des douleurs pectorales, des vertiges ou des difficultés de respiration, arrêtez l'entraînement immédiatement et consultez un médecin.

- Préparation du produit: Ne commencez l'entraînement qu'après vous avoir convaincu que l'appareil a été assemblé et réglé correctement.
- Préparation du produit: Lors de l'assemblage de l'appareil, respectez scrupuleusement les instructions de montage.
- Préparation du produit: N'utilisez que des outils appropriés pour le montage et faites-vous aider par une deuxième personne si nécessaire.
- Préparation du produit: N'utilisez que les pièces d'origine Reebok jointes à la livraison (voir liste de contrôle).
- Préparation du produit: Avant l'entraînement, vissez bien toutes les pièces réglables pour éviter qu'elles ne se desserrent pendant l'entraînement.
- Mode d'utilisation: Veuillez suivre les consignes figurant dans les instructions de service d'entraînement afin de garantir un entraînement sûr et efficace.
- Mode d'utilisation: N'utilisez pas l'appareil sans chaussures ou avec des chaussures non fermées.
- Sécurité d'utilisation: Veillez aux pièces non fixées ou mobiles pendant le montage/le démontage de l'appareil.
- Sécurité d'utilisation: Utilisez les capuchons de réglage de hauteur se trouvant aux appuis transversaux arrières pour assurer une bonne position de l'appareil.
- Sécurité d'utilisation: Assurez-vous que les roulettes de transport avant se trouvent à la bonne position. (voir instructions d'assemblage)
- Sécurité courant du produit: L'appareil fonctionne sur une tension de réseau de 230V, 50 Hz. Le raccordement doit s'effectuer uniquement à une prise de courant de sécurité à fusible individuelle 10A. Avant la mise en service de l'appareil, veillez à ce que le bloc secteur correct soit branché (veillez à l'identification).
- Maintenance du produit: Effectuez tous les 1 à 2 mois un contrôle des toutes les pièces de l'appareil, en particulier des vis et des écrous. Ceci s'applique en particulier aux fixations de poignées, de selle et de guidon.
- Maintenance du produit: Une réparation incorrecte ou des modifications de la construction (démontage de pièces d'origine, montage de pièces non homologuées, etc.) peuvent provoquer des dangers pour l'utilisateur.
- Maintenance du produit: Les pièces endommagées peuvent nuire à votre sécurité et à la durée de vie de l'appareil. C'est la raison pour laquelle, il faut remplacer immédiatement les pièces endommagées ou usées et ne pas utiliser l'appareil tant qu'il n'est pas réparé.
- Maintenance du produit: N'utilisez que des pièces de rechange d'origine Reebok.
- Maintenance du produit: N'intervenez jamais dans le réseau de courant électrique mais chargez-en si nécessaire un spécialiste.
- Maintenance du produit: Lors des réparations, des travaux de maintenance et de nettoyage, débranchez impérativement la fiche de la prise de courant.

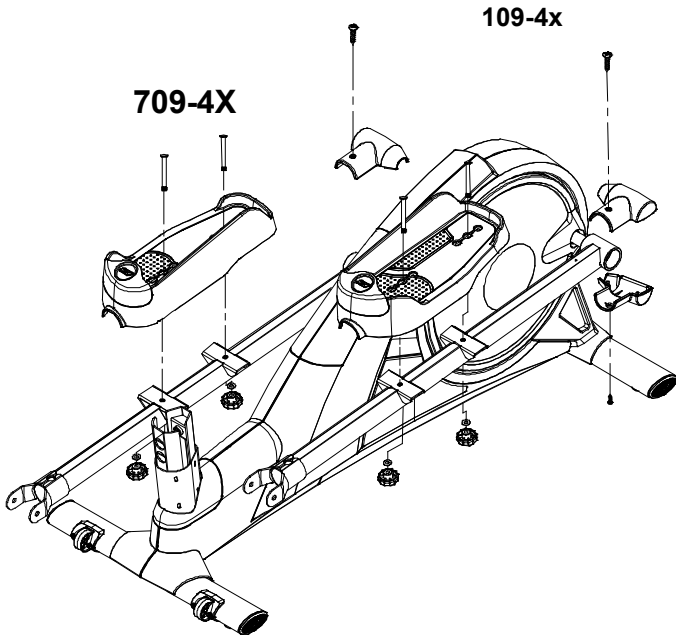
Check List

114 1X 	215 1X 	401 1X 	101 1X 	102 1X 	202 1X 	203 1X 	
715 1X 	701 1X 	407 1X 	408 1X 	205 2X 	208 2X 	223 2X 	
702 2X 	706 2X 	711 1X 	712 1X 	717 1X 	716 1X 	217 8mm 2X 	
216 8 mm 2X 	109 M4X15mm 10X 	106 M8X45mm 4X 	107 8 mm 4X 	432 M4X25mm 2X 	703 M6X12mm 4X 	705 10X68mm 2X 	218 8X15mm 2X 
A 6mm 1X 	B 5mm 1X 	C 1X 	D 5mm 1X 	E 1X 			
F 1X 							

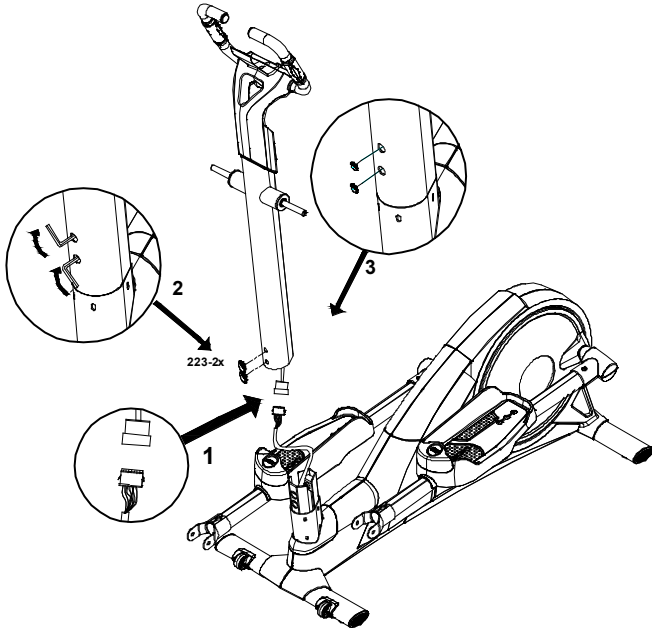
1.



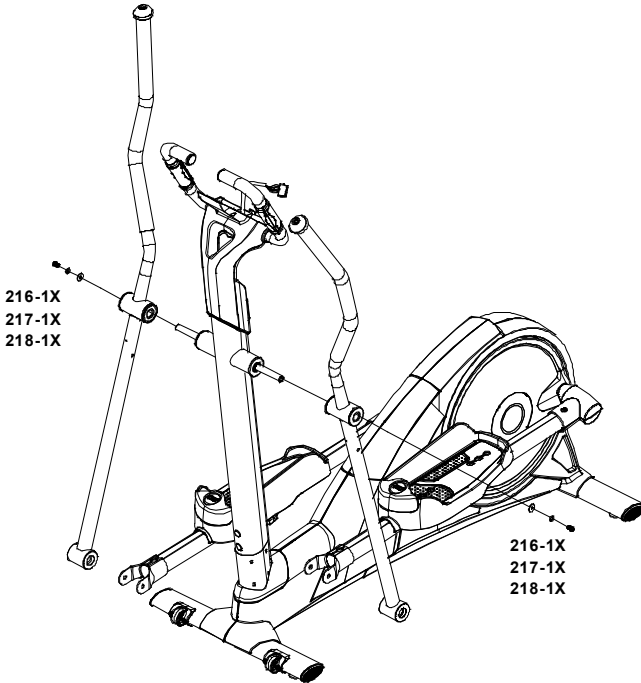
2.



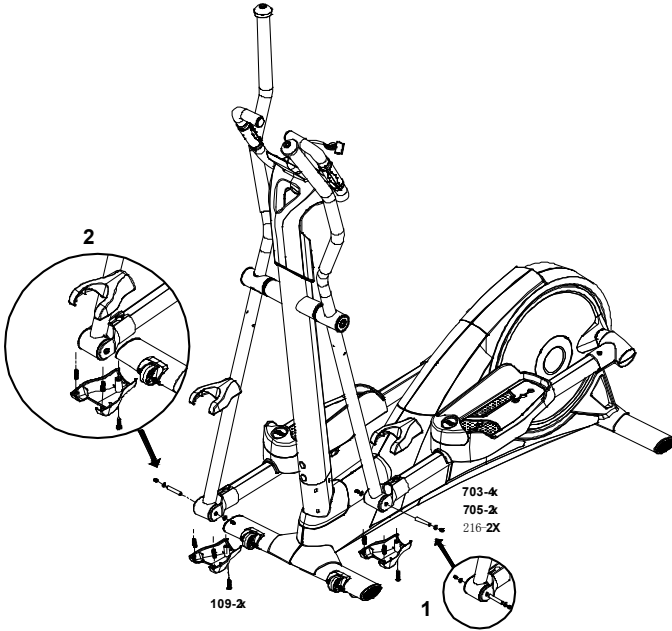
3.



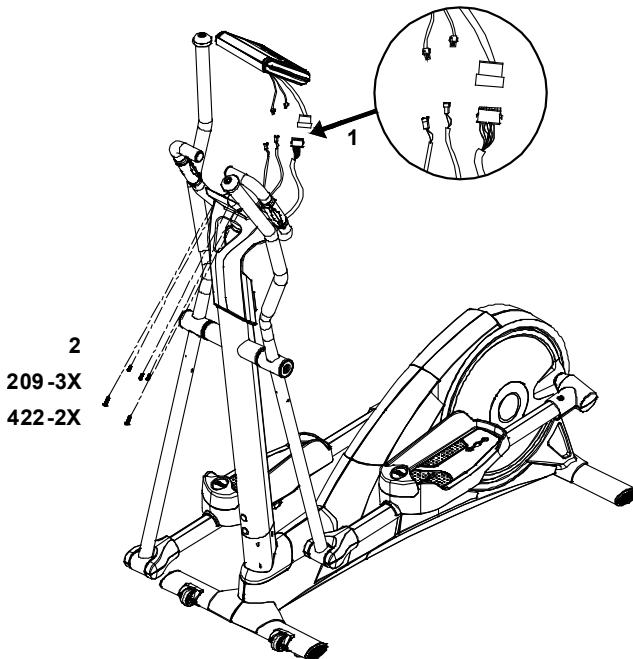
4.



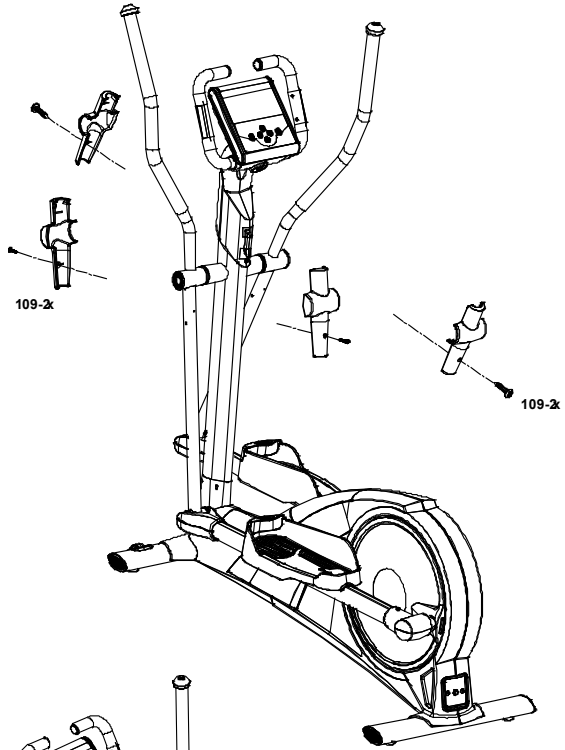
5.



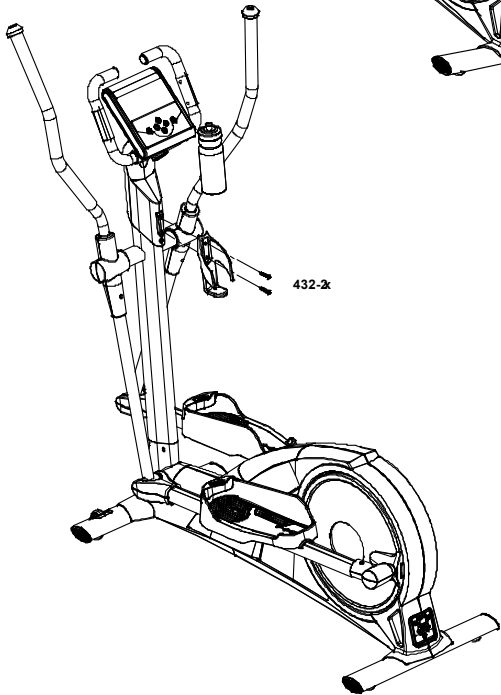
6.



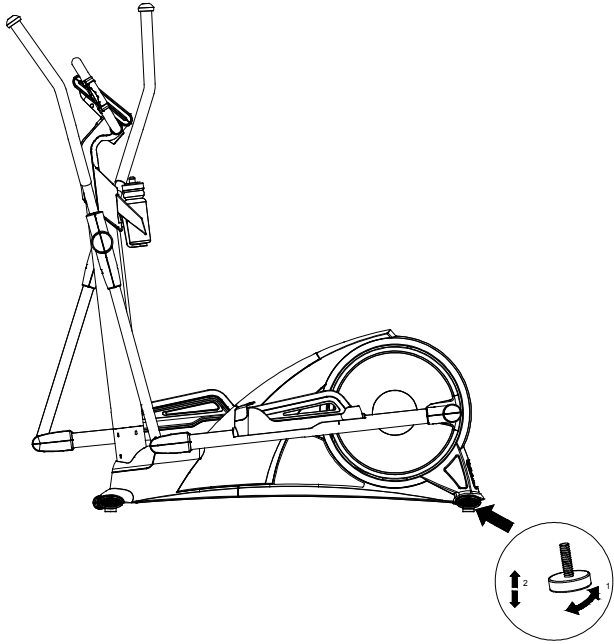
7.



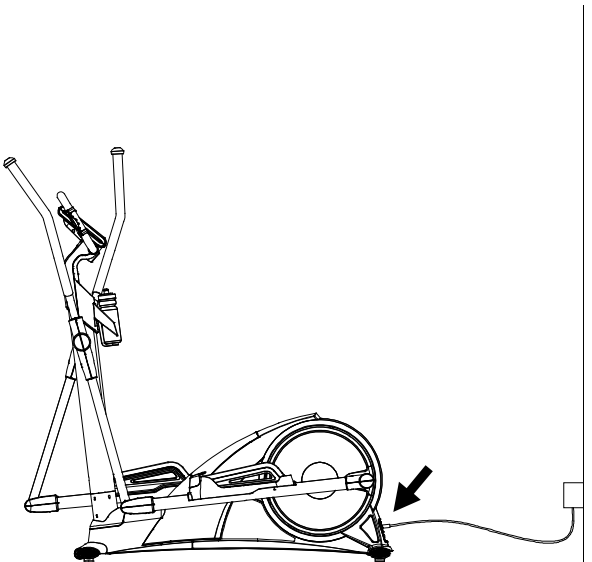
8.



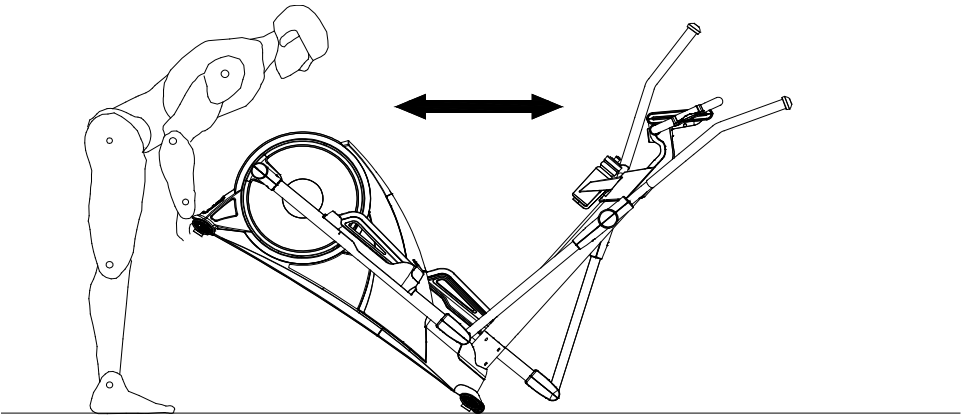
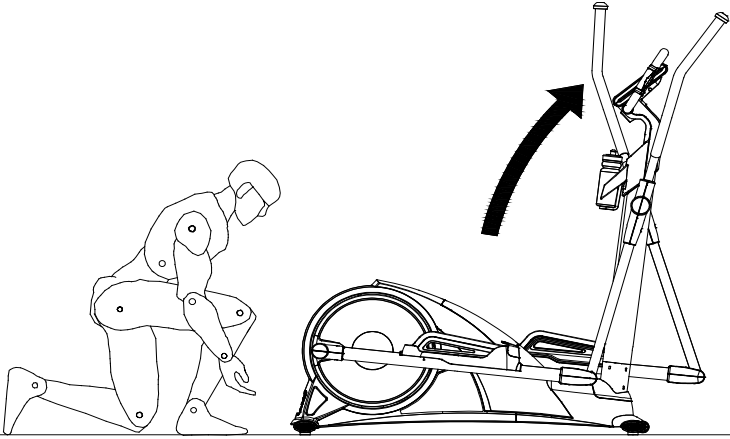
9.



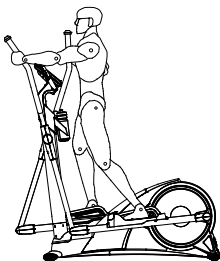
Power



Transport



Correct Use



D

Richtige Trainingsposition: Beachten Sie hierfür bitte das linke Bild.

Richtiges Aufsteigen: Greifen Sie die beweglichen Handgriffe und steigen Sie von der Seite auf die Pedale des Gerätes.

Richtiges Absteigen: Greifen Sie die beweglichen Handgriffe und steigen Sie seitlich vom Gerät ab.

Beanspruchte Muskulatur: Dieses Gerät ist für das Training Ihres Unterkörpers konzipiert und beansprucht besonders Ihre Ober- und Unterschenkelmuskulatur. In Kombination mit den beweglichen Handgriffen können Sie auch Ihren Oberkörper trainieren und ein intensives Ganzkörpertraining durchführen.

Achtung-1: Falsches und übertriebenes Training kann Ihre Gesundheit gefährden.

Achtung-2: Achten Sie auf die beweglichen Handgriffe!!

I

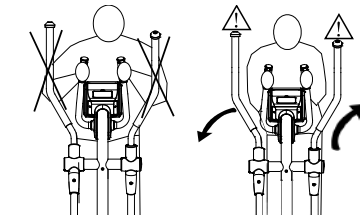
Posizione ergonomica corretta: Per cortesia riferirsi al diagramma per le indicazioni sulla giusta posizione di allenamento. Per ottenerla, regolare il manubrio e la sella in base all'altezza.

Salire/Scendere: Quando salite/scendete, assicuratevi di appoggiare il peso sui pedali solo se sono nella posizione più bassa.

Esercizi tipo: Questo attrezzo si focalizza sulla parte bassa del corpo, aiuta a tonificare cosce e muscoli gambe. Oppure potete utilizzare il manubrio mobile per allenare la parte alta del corpo.

Attenzione 1: Un allenamento non corretto e/o eccessivo può causare danni fisici.

Attenzione 2: Attenzione al manubrio!!



GB

Proper Ergonomic Positioning: Please refer to the diagram to the left as indication of the proper training position.

Mount and dismount the equipment: Select any flank of the equipment, which flank you can easy and comfortable to move your foot to mount on or dismount from the equipment. Make sure you step on the pedal in the lowest position steadily and hold the handle bars firmly.

Major exercise type: This equipment focuses on your lower body, and can tone your thigh and shank muscles. Or you can use the movable hand bar to train your upper and combined total body.

Warning-1: Incorrect and/or excessive training can cause risk of injury.

Warning-2: Please watch out for the movable handle bar!!

F

Correcte Position d'entraînement: Veuillez prêter attention à l'image gauche.

Monter Correctement: **Attrapez les guidons mobiles et montez d'une côté sur la pédale de l'appareil.**

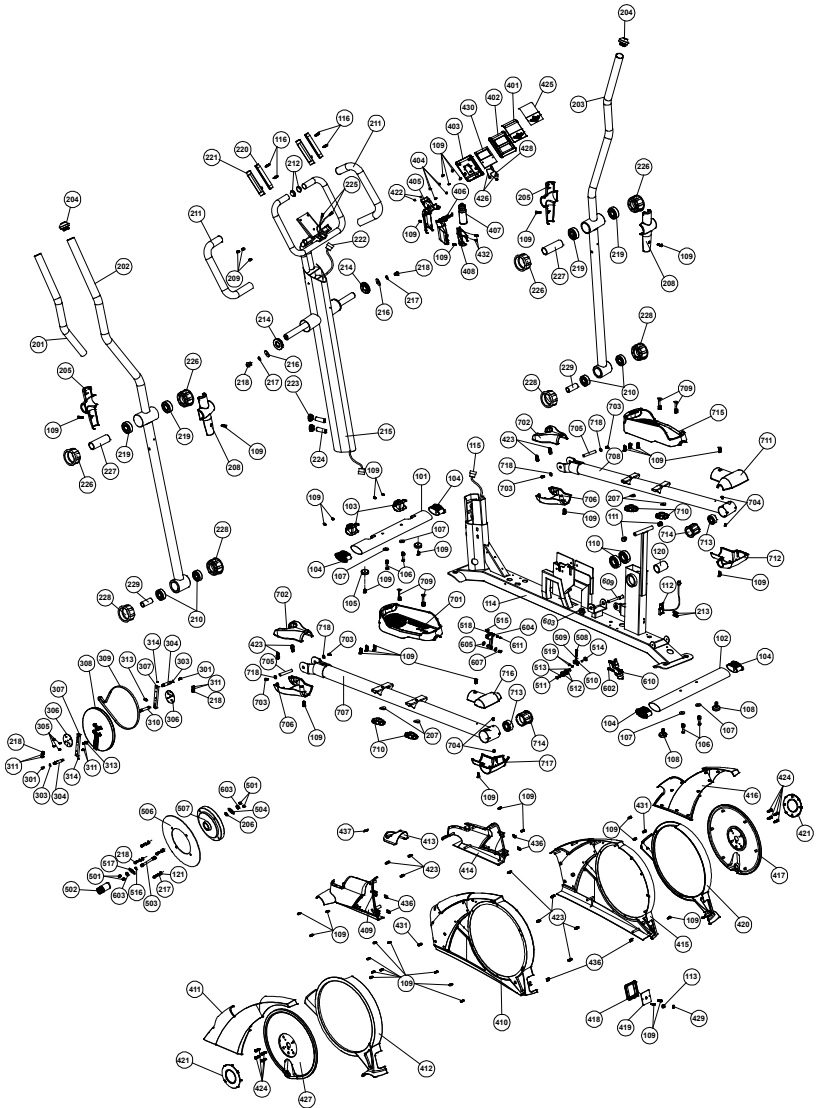
Descendre correctement: Attrapez les guidons mobiles et descendez latéral de l'appareil.

Musculation sollicité: Cet appareil est concipé pour l'entraînement de votre partie inférieure de votre corps et sollicite sur tout vos muscles fémure et pilon. En combinaison des guidons mobiles vous pouvez aussi entraîner votre haut du corps et exécuter un entraînement intensif.

Attention 1: Un entraînement mauvais ou exagérée peut compromettre votre santé.

Attention 2: Prenez garde des guidons mobiles!!

Exploded view / Explosionszeichnung



Spare Part List / Ersatzteilliste

Part No.	Part name	Bezeichnung	Quantity/Men ge
C5.1e-101	Front Stabilizer tube	Bodenrohr vorne	1
C5.1e-102	Rear Stabilizer tube	Bodenrohr hinten	1
C5.1e-103	Transportation Wheel set	Transportrollenset	2
C5.1e-104	Front Stabilizer Tube End Cap	Bodenrohrendkappen	4
C5.1e-105	Front Stabilizer Tube Foot	Bodenrohrfüße vorne	2
C5.1e-106	M8X45 Screw	Schraube M8x45mm	4
C5.1e-107	Ø8X26 Washer	Ø8x26 U-Scheibe	4
C5.1e-108	Rear Stabilizer Tube Adjustment Foot	Verstellbare Bodenrohrfüße	2
C5.1e-109	M4X19 Screw	Schraube M4x19mm	47
C5.1e-110	6004 Bearing	Kugellager 6004	2
C5.1e-111	Chain cover Location Cap	Positionskappe	2
C5.1e-112	Speed Sensor	Geschwindigkeitssensor	1
C5.1e-113	Adapter Wire	Adapterkabel	1
C5.1e-114	Main Frame	Rahmen	1
C5.1e-115	Seven PIN Wire-lower	7 Pin Kabel unten	1
C5.1e-116	M 3 x16 mm	M 3x16 mm Schraube	12
C5.1e-120	Main Frame Bearing Sleeve	Lagerhülse Hauptrahmen	1
C5.1e-121	Ø8X22washer	Ø8X22 Scheibe	4
C5.1e-201	Foam Grip	Griffschlauch	2
C5.1e-202	Action Handlebar -Left	Beweglicher Handgriff links	1
C5.1e-203	Action Handlebar -Right	Beweglicher Handgriff rechts	1
C5.1e-204	Action Handlebar End Cap Ø35	Endkappe Ø35	2
C5.1e-205	Handlebar Cover- Front	Gehäuse Handgriff vorne	2
C5.1e-206	M10 Nut	M10 Mutter	1
C5.1e-207	Ø8 Curve Washer	Ø8 gebogene Scheibe	4
C5.1e-208	Handlebar Cover- Rear	Gehäuse Handgriff hinten	2
C5.1e-210	6300 WN Bearing	Kugellager 6300WN	4
C5.1e-211	Pulse rate Handlebar Tube Foam Grip	Fester Lenker Griffschlauch	2
C5.1e-212	Pulse rate Handlebar Tube end cap	Fester Lenker Endkappe	2
C5.1e-213	M5X14 Screw	Schraube M5x14mm	5
C5.1e-214	Uprighter Axle Bushing	Vorderrohr - Distanzhülse	2
C5.1e-215	Console Upright	Vorderrohr	1
C5.1e-216	Ø8X24 Washer	Ø8x24 U-Scheibe	2
C5.1e-217	Spring Washer	Ø8 Federscheibe	6
C5.1e-218	M8X15 Screw	Schraube M8x15mm	8
C5.1e-219	6203 Bearing	Kugellager 6203	4
C5.1e-220	Hand Pulse- Bottom	Handpuls Unterteil	2
C5.1e-221	Hand Pulse- Upper	Handpuls Oberteil	2
C5.1e-222	Seven PIN Wire-Middle	7 Pin Kabel Mitte	1
C5.1e-223	Console Upright Insert	Vorderrohr Schraubenkappe	2
C5.1e-224	M12X50 mm fix Bolt	Vorderrohr Befestigungsbolzen M12x50mm	2
C5.1e-225	Handlepulse sensor wire	Handpulssensorkabel	2
C5.1e-226	Ø39.95x47.1x23 Bushing	Ø39.95x47.1x23 Buchse	4
C5.1e-227	Ø 18x22x64 Bushing	Ø 18x22x64 Buchse	2
C5.1e-228	Ø25.95x34.2x13 Bushing	Ø25.95x34.2x13 Buchse	4
C5.1e-229	Ø11x14x41 Bushing	Ø11x14x41 Buchse	2
C5.1e-301	M6X15 screw	Schraube M6x15mm	2
C5.1e-303	Ø6.5X20 Washer	Ø6.5x20 U-Scheibe	2
C5.1e-304	Foot Plate Crank	Kurbelaufnahme	2
C5.1e-305	M5X10 Screw	Schraube M5x10mm	4

Part No.	Part name	Bezeichnung	Quantity/Menge
C5.1e-306	Crank Shaft Plate	Kurbelplatte	2
C5.1e-307	Crank Arm	Kurbel	2
C5.1e-308	Driving Belt large pulley	Kurbelrad	1
C5.1e-309	Driving Belt	Riemen	1
C5.1e-310	Crank Shaft	Kurbelwelle	1
C5.1e-311	M 6X15 Screw	Schraube M 6X15mm	6
C5.1e-313	M8X20 Allen Head Bolt	Rundkopfschraube M8x20mm	2
C5.1e-314	M5X5 Screw	Schraube M5x5mm	3
C5.1e-401	Computer Button plate	Computerknopfscheibe	1
C5.1e-402	Console housing -upper	Computergehäuse Oberenteil	1
C5.1e-403	Console housing -lower	Computergehäuse Unterteil	1
C5.1e-404	Screw hole Plastic Insert	Schraubenlochknopf	4
C5.1e-405	Upright upper Cover-Front	Vorderrohrgehäuse vorne	1
C5.1e-406	Upright upper Cover-Rear	Vorderrohrgehäuse hinten	1
C5.1e-407	Water Bottle	Wasserflasche	1
C5.1e-408	Water Bottle Frame	Wasserflaschenhalter	1
C5.1e-409	Front Chain Cover- Left	Seitengehäuse vorne links	1
C5.1e-410	Main Chain Cover- Left	Gehäuse links	1
C5.1e-411	Left side Chain Cover- Front	Seitengehäuse mitte links	1
C5.1e-412	Left side Chain Cover- Rear	Seitengehäuse hinten links	1
C5.1e-413	Upright lower Cover	Vorderrohrgehäuse unten	1
C5.1e-414	Front Chain Cover- Right	Seitengehäuse vorne rechts	1
C5.1e-415	Main Chain Cover- Right	Gehäuse rechts	1
C5.1e-416	Right Side Chain Cover-Front	Seitengehäuse mitte rechts	1
C5.1e-417	Crank disk -right	Kurbelradverkleidung rechts	1
C5.1e-418	Switch Board plastic cover	Stromanschluss Plastikring	1
C5.1e-419	Switch Board	Stromanschluss	1
C5.1e-420	Right Side Chain Cover- Rear	Seitengehäuse hinten rechts	1
C5.1e-421	Side cover -outside	Kurbelradverkleidung Gehäuseering	2
C5.1e-422	M5X19 Screw	Schraube M5x19mm	2
C5.1e-423	Plastic Insert	Plastikdübel	12
C5.1e-424	M5X30 Screw	Schraube M5x30mm	8
C5.1e-425	Overlay	Displaybeschriftung	1
C5.1e-426	Hand Pulse Wire upper	Handpuls kabel oben	2
C5.1e-427	Crank disc -left	Kurbelradverkleidung links	1
C5.1e-428	Seven PIN Wire upper	7 Pin Kabel oben	1
C5.1e-429	M14 Nut	Mutter M14	1
C5.1e-430	PC Board	Computer	1
C5.1e-431	M4X15 Screw	Schraube M4x15mm	2
C5.1e-432	M4x25mm screw	Schraube M4x25mm	2
C5.1e-436	5.7X13X20 screw holder	5.7X13X20	6
C5.1e-437	Main Chain cover clip	Gehäuseklemme Hauptrahmen	1
C5.1e-501	M6X6 Screw	Schraube M6x6mm	4
C5.1e-502	Flywheel driving belt pulley	Schwungradwelle	1
C5.1e-503	Flywheel axle	Schwungradachse	1
C5.1e-504	Flywheel ring-shaped Holder	Ringförmiger Schwungradhalter	1
C5.1e-506	Aluminium Disk	Aluminiumscheibe	1
C5.1e-507	Flywheel	Schwungrad	1
C5.1e-508	M4X40 Tighten Screw	Schraube M4x40mm	1
C5.1e-509	M4 Nut	Mutter M4	2
C5.1e-510	Tension Bracket Adjustment Base	Riemenspannerbasis	1

Part No.	Part name	Bezeichnung	Quantity/ Menge
C5.1e-511	M10 Tighten Nut	Mutter M10	1
C5.1e-512	6300 Bearing	Kugellager 6300	2
C5.1e-513	Ø10X20 Washer	Ø10x20 U-Scheibe	2
C5.1e-514	Tension Pulley Bracket bolt	Sicherungsbolzen Spannungsrolle	1
C5.1e-515	M6 Tighten nut	Mutter M6	2
C5.1e-516	Ø 8.2 clip	Ø 8.2 Klemme	1
C5.1e-517	Flywheel D-shaped Holder	D-förmiger Schwungradhalter	1
C5.1e-519	M5X18Screw	Schraube M5x8mm	2
C5.1e-522	M6X61mm bolt	Schraube M6x61mm	2
C5.1e-601	Ø6 Washer	Ø6 U-Scheibe	1
C5.1e-602	M8 X13 Nut	Magnethalterbasis	1
C5.1e-603	M 10 Nut	Mutter M10	2
C5.1e-604	Magnet Bracket	Magnethalter	1
C5.1e-605	Ø10X26 Washer	Ø10x26 U-Scheibe	2
C5.1e-607	Magnet Bracket Spring	Magnethalterfeder	1
C5.1e-609	Magnet Adjustment Screw	Magnet Einstellschraube	1
C5.1e-610	Motor	Motor	1
C5.1e-611	M6X40 mm bolt	Bolzen M6x40mm	1
C5.1e-701	Foot Plate- Left	Fußplatte links	1
C5.1e-702	Front Foot Plate Tube front Cover- Upper	Fußplattenstange Gehäuseoberteil oben	2
C5.1e-703	M6x12mm screw	Schraube m6x12mm	4
C5.1e-704	M4x8x8 mm screw	M4x8x8 mm Schraube	4
C5.1e-705	M5x10x68mm Bolt	Bolzen Mx5 x10x68mm	2
C5.1e-706	Front Foot Plate Tube front Cover- Lower	Fußplattenstange Gehäuseunterteil unten	2
C5.1e-707	Foot Plate Tube- Left	Fußplattenstange links	1
C5.1e-708	Foot Plate Tube- Right	Fußplattenstange rechts	1
C5.1e-709	M8X65 CAP Allen Head Screw	Maschinenschraube M8x65mm	4
C5.1e-710	Foot Plate fix knob	Fußplattenbefestigungsknopf	2
C5.1e-711	Rear Foot Plate Tube rear Cover- Upper	Fußplattenstange Gehäuseoberteil hinten	1
C5.1e-712	Rear Foot Plate Tube rear Cover- Lower	Fußplattenstange Gehäuseunterteil hinten	1
C5.1e-713	Adjustable Bearing 2203	Pendelrollenlager	2
C5.1e-714	Ø18 Bearing Holder Washer	Ø18 Sicherungsring	2
C5.1e-715	Foot Plate- Right	Fußplatte rechts	1
C5.1e-716	Rear Foot Plate Tube rear Cover- Upper	Fußplattenstange Gehäuseoberteil hinten	1
C5.1e-717	Rear Foot Plate Tube rear Cover- Lower	Fußplattenstange Gehäuseunterteil hinten	1
C5.1e-718	Ø 6X12 washer	Ø 6X12 Scheibe	5
C5.1e-801	User Manual	Aufbauanleitung	1
C5.1e-802	Computer instruction	Computeranleitung	1
C5.1e-803	Hardware Set	Hardware set	1
C5.1e-804	Adapter	Adapter	1

Reebok