

# cecotec

## DRUMFIT INDOOR 4000 MAGNETIC CONNECTED

Bicicleta indoor de resistència magnètica./

Indoor magnetic resistance bike



## DRUMFIT

Manual de instrucciones  
Instruction manual  
Manuel d'instructions  
Bedienungsanleitung  
Manuale di istruzioni  
Manual de instruções  
Handleiding  
Instrukcja obsługi  
Návod k použití

Instrucciones de seguridad	4
Safety instructions	8
Instructions de sécurité	12
Sicherheitshinweise	17
Istruzioni di sicurezza	22
Instruções de segurança	27
Veiligheidsinstructies	31
Instrukcje bezpieczeństwa	36
Bezpečnostní pokyny	41

## ÍNDICE

1. Piezas y componentes	45
2. Antes de usar	45
3. Montaje del producto	46
4. Funcionamiento	47
5. Limpieza y mantenimiento	48
6. Información relativa al ejercicio	48
7. Resolución de problemas	49
8. Especificaciones técnicas	49
9. Reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos	49
10. Garantía y SAT	50
11. Copyright	50
12. Declaración de Conformidad Simplificada	50

## INDEX

1. Parts and components	51
2. Before use	51
3. Product assembly	52
4. Operation	52
5. Cleaning and maintenance	53
6. Information on exercising	54
7. Troubleshooting	54
8. Technical specifications	55
9. Disposal of old electrical and electronic appliances	55
10. Technical support and warranty	55
11. Copyright	56
12. Simplified Declaration of Conformity	56

## SOMMAIRE

1. Pièces et composants	57
2. Avant utilisation	57
3. Montage de l'appareil	58
4. Fonctionnement	59
5. Nettoyage et entretien	59
6. Informations concernant l'exercice	60
7. Résolution de problèmes	60
8. Spécifications techniques	61
9. Recyclage des équipements électriques et électroniques	61

10. Garantie et SAV	62
11. Copyright	62
12. Déclaration de conformité simplifiée	62

## INHALT

1. Teile und Komponenten	63
2. Vor dem Gebrauch	63
3. Montage des Produkts	64
4. Bedienung	65
5. Reinigung und Wartung	65
6. Fitnessinformation	66
7. Problembhebung	66
8. Technische Spezifikationen	67
9. Recycling von Elektro- und Elektronikgeräten	67
10. Garantie und Kundendienst	68
11. Copyright	68
12. Vereinfachte Konformitätserklärung	68

## INDICE

1. Parti e componenti	69
2. Prima dell'uso	69
3. Montaggio dell'apparecchio	70
4. Funzionamento	71
5. Pulizia e manutenzione	71
6. Informazioni relative all'allenamento	72
7. Risoluzione dei problemi	72
8. Specifiche tecniche	73
9. Riciclaggio di apparecchiature elettriche ed elettroniche	73
10. Garanzia e supporto tecnico	74
11. Copyright	74
12. Dichiarazione di conformità semplificata	74

## ÍNDICE

1. Peças e componentes	75
2. Antes de usar	75
3. Montagem do aparelho	76
4. Funcionamento	76
5. Limpeza e manutenção	77
6. Informações relativas ao exercício	78
7. Resolução de problemas	78
8. Especificações técnicas	79
9. Reciclagem de produtos elétricos e eletrônicos	79
10. Garantia e SAT	79
11. Copyright	80
12. Declaração de conformidade simplificada	80

## NHOUD

1. Onderdelen en componenten	81
2. Vóór u het apparaat gebruikt	81
3. Het toestel monteren	82
4. Werking	83
5. Schoonmaak en onderhoud	83
6. Informatie over de training.	84
7. Probleemoplossing	84
8. Technische specificaties	85
9. Recycling van elektrische en elektronische apparatuur	85
10. Garantie en technische ondersteuning	86
11. Copyright	86
12. Vereenvoudigde verklaring van overeenstemming	86

## SPIS TREŚCI

1. Części i komponenty	87
2. Przed użyciem	87
3. Montaż produktu	88
4. Funkcjonowanie	89
5. Czyszczenie i konserwacja	89
6. Informacje związane z ćwiczeniami	90
7. Rozwiązywanie problemów	90
8. Specyfikacja techniczna	91
9. Recykling urządzeń elektrycznych i elektronicznych	91
10. Gwarancja i Serwis techniczny	92
11. Copyright	92
12. Uproszczona deklaracja zgodności	92

## OBSAH

1. Díly a součásti	93
2. Před použitím	93
3. Montáž produktu	94
4. Provoz	95
5. Čištění a údržba	95
6. Informace týkající se cvičení	96
7. Řešení problémů	96
8. Technické specifikace	97
9. Recyklace elektrických a elektronických zařízení	97
10. Záruka a technický servis	97
11. Copyright	98
12. Zjednodušené prohlášení o shodě	98

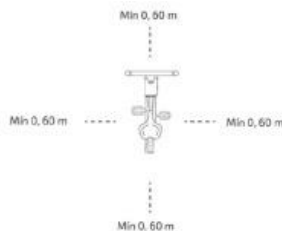
## INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

Lea las siguientes instrucciones atentamente antes de usar el producto. Guarde este manual para futuras referencias o nuevos usuarios.

- Lea el manual por completo antes de proceder al montaje de la máquina. El producto sólo será seguro si está bien montado y cuidado, y se le da un uso correcto. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios son informados acerca de las precauciones mencionadas en este manual.
- Antes de comenzar una sesión de entrenamiento, es recomendable que consulte con su doctor si padece alguna condición física o de salud adversa que pueda generar algún riesgo para su seguridad, o que dificulte el uso correcto de la bicicleta. Los consejos de su doctor son esenciales si está tomando medicación para la tensión, presión arterial o colesterol.
- Tenga en consideración las indicaciones de su cuerpo. Un ejercicio incorrecto o excesivo podría perjudicar su salud. Pare de hacer ejercicio si siente alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos irregulares, falta de aliento extrema, mareos o náuseas. Si siente cualquiera de estos síntomas, debería contactar con su médico de cabecera antes de continuar con su entrenamiento.
- Este aparato puede ser usado por niños a partir de 8 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, si se les ha dado la supervisión o formación apropiadas respecto al uso del aparato de una manera segura y comprenden los peligros que implica. Los niños no deben jugar con el

aparato. La limpieza y el mantenimiento para realizar por el usuario no deben ser realizados por niños sin supervisión.

- Mantenga a los niños y animales lejos del área de montaje, ya que hay piezas pequeñas que podrían causar un riesgo de asfixia si se ingieren.
- Mantenga a los niños y mascotas alejados de la máquina. No permita que los niños usen y/o jueguen con la máquina. Está diseñada únicamente para adultos.
- Use la bicicleta en una superficie sólida y plana, con una cubierta protectora para el suelo o alfombra.
- Asegúrese de que los tornillos y las tuercas están bien apretadas antes de usar la máquina.
- El nivel de seguridad de la máquina solo puede asegurarse a través de una revisión periódica de daños o signos de desgaste.
- Use la máquina como se indica en este manual de instrucciones. Si encuentra alguna pieza defectuosa al montar o probar la máquina, o si esta emite un ruido inusual durante su uso, pare de usarla. No la use hasta que el problema haya sido resuelto.
- Asegúrese de tener suficiente espacio para colocar las partes antes de empezar. Deje como mínimo 0,6 m de espacio en las zonas de acceso a la máquina para casos de emergencia. Puede compartir los espacios de acceso si tiene más equipos próximos. Siempre cerciórese que no tiene objetos que obstaculicen la entrada y salida de su máquina.



- Vista ropa adecuada cuando use la máquina. Evite usar ropa ancha, ya que podría atascarse en la máquina o dificultar el movimiento.
- ADVERTENCIA: este equipo de entrenamiento no es adecuado para propósitos de alta precisión. Este equipo es de clase HC.
- ADVERTENCIA: esta máquina funciona con inercia. Tenga cuidado cuando esté en movimiento y asegúrese de que esté totalmente parada antes de bajarse ya que la inercia del volante y los pedales podría causarle daños a usted o a otras personas.
- Peso máximo del usuario: 120 kg.
- No es recomendable su uso en exteriores.
- Este aparato está diseñado exclusivamente para uso doméstico quedando excluido su uso en bares, restaurantes, granjas, hoteles, moteles y oficinas.
- Este equipo no es apto para usos terapéuticos.
- Tenga cuidado cuando levante o mueva la bicicleta, para no lesionar su espalda.
- ADVERTENCIA: los sensores que indican frecuencia cardíaca pueden ser inexactos dado que no es un dispositivo médico. Los sensores pueden darle información estimada de su frecuencia cardíaca. Ante cualquier tipo de malestar detenga inmediatamente el ejercicio. Puede ser peligroso para su salud. Si persiste acuda inmediatamente al centro médico más cercano.
- En caso de necesitar alguna reparación, consulte a su distribuidor para más información o póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Cecotec.
- Si alguna de las partes sobresale del aparato, podría interferir con el movimiento del usuario.

## **Instrucciones sobre las pilas**

- No quemar ni exponer las pilas a temperaturas altas ya que pueden explotar.
- Las pilas pueden presentar fugas en condiciones extremas. Si las pilas gotean, no toque el líquido. Si el líquido entra en contacto con la piel, lávese inmediatamente con agua y jabón. Si el líquido entra en contacto con los ojos, láveselos de forma inmediata con abundante agua limpia por un mínimo de 10 minutos y busque asistencia médica. Utilice guantes para manejar la pila y deséchela inmediatamente de acuerdo con la normativa local.
- Evite el contacto entre pilas y pequeños objetos metálicos como clips, monedas, llaves, clavos o tornillos.
- No altere las pilas de ninguna forma.
- Las pilas deben retirarse del aparato para el desecho de manera segura del aparato.
- Mantenga fuera del alcance de los niños las pilas que tengan riesgo de ser ingeridas.
- La ingestión de pilas puede provocar quemaduras, perforación de partes blandas y la muerte. Pueden provocar quemaduras graves en las dos horas siguientes a la ingesta.
- En caso de ingerir pilas acuda rápidamente a su centro médico más cercano.
- Los bornes de alimentación de las pilas no deben ser cortocircuitados.
- Si el aparato va a ser almacenado un largo período de tiempo es conveniente retirar las pilas.
- Las pilas deben ser insertadas en la posición correcta. Fíjese en la polaridad a la hora de reemplazarlas.

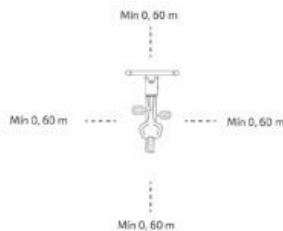
## SAFETY INSTRUCTIONS

Read these instructions thoroughly before using the device. Keep this instruction manual for future reference or new users.

- Read the entire manual before assembling and using the machine. The product will only be safe if it is properly assembled, cared for and used correctly. It is your responsibility to make sure every user is informed about the warnings and precautions stated in this instruction manual.
- Before starting a training session, it is recommended that you consult your doctor if you have any adverse health or physical condition that may pose a risk to your safety or make it difficult to use the exercise bike properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
- Be aware of your body signals. Incorrect or excessive exercise can deteriorate your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, dizziness, or nausea. If you experience any of these conditions, you should consult your doctor before continuing with your training.
- This machine can be used by children aged 8 years and above and persons with reduced physical, sensory, or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning the use of the machine in a safe way and understand the hazards involved. Children must not play with the device. Cleaning and user maintenance must not be carried out by unsupervised children.



- Keep children and animals away from the assembling area, as small parts could cause risk of suffocation if swallowed.
- Keep children and pets away from the machine. Do not allow children to use it and/or play with the machine. It is designed for adults only.
- Use the exercise bike on a solid, even surface with a protective cover for your floor or carpet.
- Make sure that the screws and nuts are securely fastened before using the machine.
- The safety level of the machine can be only maintained through regular examination for damage and/or signs of wear and tear.
- Use the machine as indicated in this instruction manual. If you find any defective component while assembling or checking the machine, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop using it. Do not use the equipment until the problem has been solved.
- Make sure you have enough space to lay out the parts before starting. Leave a free space of at least 0.6 m in front of all access areas of the machine in case of emergency. You can share the access areas with other machine nearby. Always ensure there are not any objects blocking the entrance and exit of the machine.



- Wear suitable clothing while using the machine. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment.
- WARNING: this training machine is not suitable for high-precision purposes. This equipment is HC class.
- WARNING: this machine operates by means of a flywheel. Be careful when in motion and ensure that it completely stops before getting down, as the inertia of the flywheel and pedals could cause injury to yourself or others.
- Maximum user weight: 120 kg.
- It is not recommended for outdoor use.
- This machine is designed for domestic use only and is not intended for bars, restaurants, farmhouses, hotels, motels, and offices.
- The air bike is not suitable for therapeutic use.
- Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back. Always use proper lifting techniques and/or assistance.
- WARNING: the heart rate sensors may be inaccurate, as it is not a medical device. Sensors can give you estimated heart rate information. If you feel any discomfort, stop exercising immediately. It may be dangerous for your health. If it persists, go immediately to the nearest medical centre.
- If repairs are required, please consult your supplier for further information or contact Cecotec Customer Service.
- If any parts protrude from the machine, they may interfere with the user's movement.

## **Instructions on batteries**

- Do not burn or expose the batteries to high temperatures, as they may explode.
- Leaks from the batteries can occur under extreme conditions. Do not touch any liquid that leaks from the batteries. If the liquid gets into contact with skin, wash immediately with soap and water. If the liquid gets into the eyes, wash them immediately with clean water for a minimum of 10 minutes and seek medical attention. Wear gloves to handle the battery and dispose of it immediately in accordance with local regulations.
- Avoid contact between the batteries and small metal objects such as paper clips, coins, keys, nails, or screws.
- Do not tamper with the batteries in any way.
- The batteries must be removed for safe disposal of the machine.
- Keep the batteries out of the reach of children when there is a risk of ingestion.
- Battery ingestion can cause burns, soft-tissue perforation, and death. It can cause severe burns within two hours of the ingestion.
- In case of battery ingestion, please seek medical help immediately.
- The batteries' power supply terminals must not be short-circuited.
- If the machine is to be stored for a long period of time, it is advisable to remove the batteries.
- The batteries must be inserted in the correct position. When replacing batteries, check the polarity.

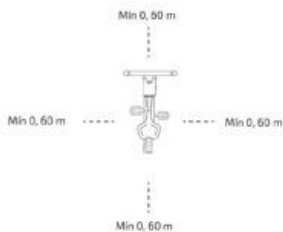
## INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

Veillez lire les instructions suivantes avec attention avant d'utiliser l'appareil. Gardez bien ce manuel pour de futures références ou pour tout nouvel utilisateur.

- Veuillez lire le manuel complètement avant de commencer à monter le vélo. Le produit ne sera sûr que s'il est correctement assemblé et entretenu, et s'il est utilisé correctement. Il est de votre responsabilité de veiller à ce que tous les utilisateurs soient informés des précautions mentionnées dans ce manuel.
- Avant de commencer une séance d'entraînement, vous devez consulter votre médecin si vous avez une condition physique ou de santé défavorables qui peuvent présenter des risques pour votre sécurité ou qui vous empêchent d'utiliser correctement votre vélo. Les conseils de votre médecin sont essentiels si vous êtes en traitement médicamenteux pour la tension, la pression artérielle ou le cholestérol.
- Veuillez tenir en compte les indications de votre corps. Un entraînement incorrect ou excessif pourrait être nuisible pour votre santé. Arrêtez de réaliser de l'exercice si vous sentez un des symptômes suivants : douleur, oppression dans la poitrine, battements irréguliers, manque de souffle extrême, vertiges ou nausées. Si n'importe lequel des ces symptômes apparaît, vous devez consulter votre médecin avant de continuer votre entraînement.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants de 8 ans et plus et par des personnes aux capacités physiques, mentales ou sensorielles réduites, ou sans expérience ni connaissances s'ils sont surveillés et/ou ont reçu les informations nécessaires à l'utilisation correcte

de l'appareil et qu'ils ont bien compris les risques qu'il implique. Empêchez les enfants de jouer avec le produit. Le nettoyage et l'entretien du produit ne peuvent pas être menés à terme par les enfants.

- Maintenez les enfants et les animaux éloignés de la zone de travail, en effet, il existe de petites pièces qui peuvent entraîner des risques d'asphyxie si elles sont avalées.
- Gardez ce vélo hors de portée des enfants et des animaux. Ne laissez pas les enfants utiliser et/ou jouer avec l'appareil. Il a été exclusivement conçu pour les adultes.
- Utilisez le vélo sur une surface solide et plate, avec une couverture protectrice pour les sols et les tapis.
- Assurez-vous que les vis et les écrous soient bien serrés avant d'utiliser le vélo.
- Le niveau de sécurité de votre appareil peut s'assurer seulement à travers une révision périodique pour vérifier les dégâts et les signes d'usure.
- Utilisez le vélo comme décrit dans le présent manuel d'instructions. Si vous trouvez une pièce défectueuse en assemblant ou en essayant le vélo ou si vous entendez un bruit inhabituel pendant son utilisation, arrêtez de l'utiliser. Ne l'utilisez pas jusqu'à ce que le problème ait été résolu.
- Assurez-vous d'avoir assez d'espace pour placer les pièces avant de commencer. Laissez au moins 0,6 m d'espace entre les zones d'accès à la machine pour les cas d'urgence. L'espace entre les zones d'accès peut être le même si vous avez plusieurs appareils à proximité. Assurez-vous toujours qu'aucun objet ne bloque l'entrée et la sortie de votre appareil.



- Habillez-vous d'une manière adéquate lorsque vous utilisez le vélo. Évitez d'utiliser des vêtements amples, qui risqueraient de se coincer dans le vélo ou de rendre difficile vos mouvements.
- **AVERTISSEMENT** : cet appareil d'entraînement n'est pas adapté à des fins de haute précision. Cet équipement est de classe HC.
- **AVERTISSEMENT** : cette machine fonctionne avec un volant d'inertie. Faites attention lorsque le vélo est en mouvement et assurez-vous qu'il est complètement arrêté avant de descendre, car l'inertie du volant et des pédales pourrait vous blesser ou blesser d'autres personnes.
- Poids maximum de l'utilisateur : 120 kg.
- Il est recommandé de ne pas utiliser cet appareil en extérieur.
- Cet appareil est conçu pour un usage domestique uniquement et ne doit pas être utilisé dans les bars, restaurants, fermes, hôtels, motels et bureaux.
- Cet appareil n'est pas adapté aux usages thérapeutiques.
- Faites attention lorsque vous levez ou déplacez le vélo, pour ne pas blesser votre dos.
- Avertissement : les capteurs qui indiquent la fréquence cardiaque peuvent être inexacts car il ne s'agit pas d'un dispositif médical. Les capteurs peuvent vous donner des informations sur la fréquence cardiaque. Si vous ressentez

un mal-être, arrêtez de vous entraîner immédiatement. Cela peut être dangereux pour la santé. Si cela persiste, consultez immédiatement votre médecin.

- Dans le cas où l'appareil aurait besoin d'une réparation, consultez votre distributeur pour une meilleure information ou contactez le Service Après-Vente de Cecotec.
- Si une pièce dépasse de l'appareil, elle peut entraver le mouvement de l'utilisateur.

### **Instructions pour les piles**

- Ne brûlez ni n'exposez les piles à des températures élevées, car elles pourraient exploser.
- Les piles peuvent présenter des fuites dans des conditions extrêmes. Si les piles gouttent, ne touchez pas le liquide. Si le liquide entre en contact avec la peau, lavez-la immédiatement avec de l'eau et du savon. Si le liquide entre en contact avec les yeux, lavez-les immédiatement avec de l'eau propre en abondance pendant 10 minutes minimum puis consultez votre médecin. Utilisez des gants pour manipuler la batterie et jetez-la immédiatement selon les normes locales.
- Évitez le contact entre les piles et les petits objets métalliques comme des trombones, pièces, clés, vis ou clous.
- Ne modifiez pas les piles de quelque manière que ce soit.
- Les piles doivent être retirées pour être éliminées en toute sécurité.
- Maintenez les piles hors de portée des enfants, car elles risquent d'être avalées.
- L'ingestion des piles peut provoquer des brûlures, la perforation des tissus mous et même la mort. L'ingestion

de la batterie peut causer de graves brûlures dans les deux heures suivant l'ingestion.

- En cas d'ingestion de piles, consultez immédiatement un médecin.
- Les bornes d'alimentation des piles ne doivent pas être court-circuitées.
- Si l'appareil doit être stocké pendant une longue période, il est conseillé de retirer les piles.
- Les piles doivent être insérées dans la bonne position. Faites attention à la polarité lorsque vous allez les remplacer (+/-).



## SICHERHEITSHINWEISE

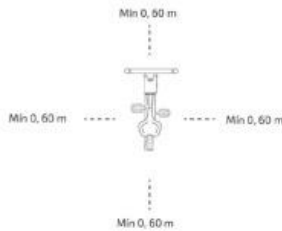
Lesen Sie die folgenden Hinweise aufmerksam durch, bevor Sie das Produkt verwenden. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung zum Nachschlagen oder für neue Benutzer auf.

- Lesen Sie die Bedienungsanleitung vollständig durch, bevor Sie das Gerät zusammenbauen. Das Produkt ist nur dann sicher, wenn es ordnungsgemäß montiert, gepflegt und verwendet wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung, sicherzustellen, dass alle Benutzer über die in dieser Bedienungsanleitung erwähnten Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.
- Bevor Sie mit Ihr Training beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, wenn Sie gesundheitliche oder körperliche Beeinträchtigungen haben, die Ihre Sicherheit gefährden oder es Ihnen erschweren könnten, Ihr Heimtrainer richtig zu benutzen. Die Ratschläge Ihres Arztes sind unerlässlich, wenn Sie Medikamente gegen Blutdruck oder Cholesterin einnehmen.
- Berücksichtigen Sie die Warnungen Ihres Körpers. Falsche oder übermäßige Bewegung könnten Ihrer Gesundheit schaden. Beenden Sie das Training, wenn Sie eines der folgenden Symptome verspüren: Schmerzen, Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Schwindel oder Übelkeit. Wenn bei Ihnen eines dieser Symptome auftritt, sollten Sie Ihren Hausarzt kontaktieren, bevor Sie Ihr Training fortsetzen.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder Mangel

an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts unterwiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Wartung durch den Benutzer darf nicht von unbeaufsichtigten Kindern durchgeführt werden.

- Halten Sie Kinder und Tiere vom Montagebereich fern, da es kleine Teile gibt, wenn Sie sie Verschlucken eine Erstickungsgefahr darstellen könnten.
- Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Erlauben Sie Kindern nicht, das Gerät zu benutzen und/oder damit zu spielen. Es ist nur für Erwachsene Personen vorgesehen.
- Benutzen Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Oberfläche mit einem schützenden Bodenbelag oder Teppich.
- Vergewissern Sie sich, dass die Schrauben und Schraubenmutter richtig angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Die Sicherheit Ihres Geräts kann nur durch eine regelmäßige Abnutzt-/ Schadenüberprüfung gewährleistet werden.
- Benutzen Sie das Gerät wie in der Gebrauchsanweisung beschrieben. Wenn Sie bei der Verwendung des Geräts defekte Teile finden oder während der Benutzung ungewöhnliche Geräusche abgibt, hören Sie auf, es zu benutzen. Verwenden Sie es nicht, bis das Problem gelöst ist.
- Stellen Sie sicher, dass Sie genügend Platz haben, um die Teile einzubauen, bevor Sie beginnen. In den Zugangsbereichen des Geräts ist ein Freiraum von mindestens 0,6 m für Notfälle vorzusehen. Wenn Sie

mehrere Heimtrainer in der Nähe haben, können Sie die Zugangsbereiche gemeinsam nutzen. Achten Sie immer darauf, dass keine Gegenstände den Ein- und Ausstieg des Geräts behindern.



- Tragen Sie angemessene Kleidung, wenn Sie das Gerät benutzen. Vermeiden Sie weite Kleidung, die auf dem Gerät stecken bleiben oder die Bewegung erschweren könnte.
- HINWEIS: Dieses Trainingsgerät ist nicht für hochpräzise Zwecke geeignet. Dieses Gerät gehört zur Klasse HC.
- WARNUNG: Diese Maschine arbeitet mit Trägheit. Seien Sie während der Fahrt vorsichtig und vergewissern Sie sich, dass Sie zum Stillstand gekommen sind, bevor Sie aussteigen, da die Trägheit des Lenkrads und der Pedale zu Verletzungen bei Ihnen oder anderen führen kann.
- Max. Tragbarkeit: 120 kg.
- Es wird nicht für den Außeneinsatz empfohlen.
- Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch bestimmt und darf nicht in Bars, Restaurants, Bauernhöfen, Hotels, Motels und Büros verwendet werden.
- Dieses Gerät darf nicht für therapeutische Anwendungen verwendet werden.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie das Gerät anheben oder bewegen, und so nicht Ihren Rücken nicht verletzen.

- HINWEIS: Sensoren, die die Herzfrequenz anzeigen, können ungenau sein, da es sich nicht um ein medizinisches Gerät handelt. Die Sensoren können die geschätzte Herzfrequenz anzeigen. Wenn Sie sich unwohl fühlen, hören Sie sofort auf zu trainieren. Das kann für Ihre Gesundheit gefährlich sein. Bei anhaltenden Beschwerden ist unverzüglich ein Arzt aufzusuchen.
- Im Falle eines Schadens wenden Sie sich bitte an den offiziellen technischen Kundendienst von Cecotec für Informationen, Reparaturen oder Rücksendungen.
- Wenn Teile aus dem Gerät herausragen, können sie die Bewegungsfreiheit des Benutzers einschränken.

### **Anleitungen der Batterien**

- Batterien nicht verbrennen oder hohen Temperaturen aussetzen, da sie explodieren können.
- Batterien können unter extremen Bedingungen auslaufen. Wenn die Batterien auslaufen, berühren Sie die Flüssigkeit nicht. Wenn Flüssigkeit mit der Haut in Kontakt kommt, sofort mit Wasser und Seife waschen. Falls die Flüssigkeit in Kontakt mit den Augen kommt, waschen Sie sich die Augen während mindestens 10 Minuten und suchen Sie sich ärztliche Hilfe auf. Verwenden Sie beim Umgang mit der Batterie Handschuhe und entsorgen Sie sie sofort gemäß den örtlichen Vorschriften.
- Vermeiden Sie den Kontakt zwischen Batterien/Akkus und kleinen Metallgegenständen wie Büroklammern, Münzen, Schlüsseln, Nägeln oder Schrauben.
- Nehmen Sie keine Eingriffe an den Batterien vor.
- Die Batterien müssen zur sicheren Entsorgung aus dem Gerät entfernt werden.
- Bewahren Sie Batterien, die verschluckt werden können,

außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

- Das Verschlucken von Batterien kann zu Verbrennungen, Perforation von Weichteilen und zum Tod führen. Kann innerhalb von zwei Stunden nach Verschlucken schwere Verbrennungen verursachen.
- Wenn Batterien/ Akkus verschluckt werden, sofort einen Arzt aufsuchen.
- Die Stromversorgungsklemmen der Batterien und die Batterien dürfen nicht kurzgeschlossen werden.
- Wenn das Gerät über einen längeren Zeitraum gelagert werden soll, ist es ratsam, Batterien zu entfernen.
- Die Batterien müssen in der richtigen Position eingelegt werden. Achten Sie beim Auswechseln auf die Polarität.

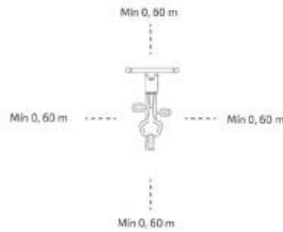
## ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Leggere le seguenti istruzioni prima di usare l'apparecchio. Conservare questo manuale per consultazioni future o nuovi utenti.

- Leggere il manuale completamente prima di procedere al montaggio dell'apparecchio. L'apparecchio è sicuro solo se montato e usato correttamente. È propria responsabilità assicurarsi che tutti gli utenti siano informati riguardo quanto riportato nel presente manuale di istruzioni.
- Prima di iniziare un programma di allenamento, si consiglia di consultare il proprio medico in caso si soffra di una condizione fisica o di salute avversa che possa causare rischi per la sicurezza o che renda difficile l'uso della cyclette. Il consiglio del medico è essenziale se si stanno prendendo farmaci per la pressione sanguigna o il colesterolo.
- Tenere in considerazione le indicazioni del proprio corpo. Un esercizio incorretto o eccessivo può essere dannoso per la salute. Interrompere l'esercizio se si verifica uno dei seguenti sintomi: dolore, oppressione al petto, battito cardiaco irregolare, estrema mancanza di respiro, vertigini o nausea. Se si avverte uno di questi sintomi, contattare il proprio medico prima di continuare con l'allenamento.
- Questo apparecchio può essere usato da bambini a partire da 8 anni e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che siano supervisionati o istruiti sull'uso dell'apparecchio in modo sicuro e che comprendano i pericoli connessi. Non permettere ai

bambini di giocare con l'apparecchio. La pulizia e la manutenzione non devono essere effettuate da bambini senza supervisione.

- Tenere i bambini e gli animali lontani dall'area di montaggio, poiché l'apparecchio si compone di piccole parti che potrebbero causare soffocamento se inghiottite.
- Tenere i bambini e gli animali lontani dall'apparecchio. Non permettere ai bambini di usare e/o giocare con l'apparecchio. È stata progettata esclusivamente per adulti.
- Usare la cyclette su una superficie solida e piana, con una protezione per pavimenti e tappeti.
- Prima di usare l'apparecchio, controllare che tutte le viti e i bulloni siano avvitati correttamente.
- Il livello di sicurezza dell'apparecchio può essere garantito solo attraverso un controllo regolare dei danni o dei segni di usura.
- Usare l'apparecchio come viene indicato in questo manuale di istruzioni. Se qualche pezzo risulta difettoso durante il montaggio o la prova dell'apparecchio, o se questo emette un rumore inusuale durante l'uso, smettere di usarla. Non utilizzare la cyclette finché il problema non è stato risolto.
- Verificare di avere sufficiente spazio per collocare le parti prima di iniziare. Lasciare almeno 60 cm di spazio nelle zone di accesso all'apparecchio in caso di emergenza. È possibile condividere gli spazi di accesso se si hanno altre attrezzature nelle immediate vicinanze. Assicurarsi sempre di non avere oggetti che ostruiscano l'ingresso e uscita dell'apparecchio.



- Indossare un abbigliamento adeguato quando si usa l'apparecchio. Evitare di indossare indumenti larghi, poiché possono impigliarsi nell'apparecchio o rendere difficile il movimento.
- ATTENZIONE: questa attrezzatura da allenamento non è adatta per scopi di alta precisione. Questo apparecchio è di classe HC.
- ATTENZIONE: questo apparecchio funziona ad inerzia. Fare attenzione quando si è in movimento e assicurarsi che la cyclette sia completamente ferma prima di scendere, poiché l'inerzia del volano e dei pedali potrebbe causare lesioni a se stessi o ad altri.
- Peso massimo dell'utente: 120 kg.
- L'uso all'aperto non è raccomandato.
- Questo apparecchio è stato progettato solo per uso domestico e non può essere utilizzato in bar, ristoranti, aziende agricole, alberghi, motel e uffici.
- Questa attrezzatura non è adatta all'uso terapeutico.
- Fare attenzione quando si solleva o si sposta la cyclette per evitare lesioni alla schiena.
- ATTENZIONE: i sensori d'indicazione della frequenza cardiaca possono essere imprecisi, in quanto non si tratta di un dispositivo medico. I sensori possono dare una



stima della frequenza cardiaca. Se si avverte qualsiasi tipo di disagio, smettere immediatamente di allenarsi. Può essere pericoloso per la salute. Se persiste, recarsi immediatamente al centro medico più vicino.

- In caso fosse necessaria una riparazione, consultare il proprio distributore per maggiori informazioni o contattare il Servizio di Assistenza Clienti di Cecotec.
- Se alcune parti sporgono dal l'apparecchio, potrebbero interferire con il movimento dell'utente.

### **Istruzioni relative all'uso delle pile**

- Non bruciare o esporre le pile ad alte temperature, poiché potrebbero esplodere.
- Le pile possono presentare fughe in condizioni estreme. Se le pile perdono, non toccare il liquido. Se il liquido entra in contatto con la pelle, lavare immediatamente con acqua e sapone. Se il liquido entra in contatto con gli occhi, sciacquare immediatamente gli occhi con abbondante acqua pulita per almeno 10 minuti e consultare un medico. Utilizzare guanti per maneggiare le pile e smaltirle immediatamente secondo la normativa locale.
- Evitare il contatto tra le pile e piccoli oggetti metallici come graffette, monete, chiavi, chiodi o viti.
- Non manipolare in alcun modo le pile.
- Le pile devono essere rimosse dall'apparecchio per uno smaltimento sicuro dello stesso.
- Tenere le pile che rischiano di essere ingerite fuori dalla portata dei bambini.
- L'ingestione di pile può causare ustioni, perforazione dei tessuti molli e morte. Può causare gravi ustioni entro due ore dall'ingestione.

- In caso di ingestione delle pile, rivolgersi immediatamente a un medico.
- Non cortocircuitare i poli delle pile.
- È consigliabile rimuovere le pile se non si intende utilizzare l'apparecchio per un lungo periodo di tempo.
- Inserire le pile nella posizione corretta. Fare attenzione alla polarità quando si sostituiscono.

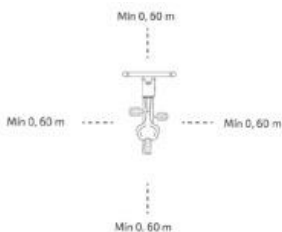
## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

Leia atentamente as instruções seguintes antes de utilizar o aparelho. Guarde este manual para referências futuras ou novos utilizadores.

- Leia completamente o manual antes de montar a máquina. O aparelho só será seguro se for devidamente montado e cuidado, e se lhe for dada uma utilização adequada. É da sua responsabilidade assegurar que todos os utilizadores sejam informados sobre as precauções mencionadas neste manual.
- Antes de iniciar uma sessão de treino, deve consultar o seu médico se tiver qualquer condição física ou de saúde adversa que possa constituir um risco para a sua segurança ou dificultar a utilização correta da sua bicicleta. O conselho do seu médico é essencial se estiver a tomar medicamentos para a tensão arterial ou para o colesterol.
- Tenha em consideração as indicações do seu corpo. O exercício incorreto ou excessivo pode prejudicar a sua saúde. Pare de fazer exercício se sentir algum dos seguintes sintomas: dor, opressão no peito, batimento cardíaco irregular, extrema falta de ar, tonturas ou náuseas. Se sentir algum destes sintomas, deve contactar o seu médico de família antes de continuar o seu treino.
- Este aparelho pode ser utilizado por crianças a partir dos 8 anos de idade e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou com falta de experiência e conhecimentos, se lhes tiver sido dada supervisão ou instruções relativas à utilização do aparelho de uma forma segura e compreenderem os perigos envolvidos. Não permita que as crianças brinquem com o

aparelho. A limpeza e manutenção do aparelho não devem ser efetuadas por crianças sem supervisão.

- Mantenha crianças e animais afastados da área de trabalho, uma vez que existem pequenas peças que podem causar um risco de asfixia se ingeridas.
- Mantenha as crianças e os animais longe da máquina. Não permita que as crianças usem e brinquem com a máquina. Foi concebida apenas para adultos.
- Utilize a bicicleta sobre uma superfície sólida e plana com uma cobertura protetora para o chão ou um tapete.
- Certifique-se de que os parafusos e porcas estejam bem apertados antes de utilizar a máquina.
- O nível de segurança do seu equipamento só pode ser garantido através de uma inspeção regular por danos ou sinais de desgaste.
- Use a máquina como indicado no manual de instruções. Se encontrar quaisquer peças defeituosas ao subir ou ao testar a máquina, ou se esta emitir um ruído invulgar durante a sua utilização, pare de a utilizar. Não a utilize até que o problema esteja resolvido.
- Certifique-se de que tem espaço suficiente para colocar as peças antes de começar. Deixe pelo menos 0,6 m de espaço nas áreas de acesso à máquina para casos de emergência. Pode partilhar espaços de acesso se tiver mais computadores nas proximidades. Certifique-se sempre de que não haja objetos a obstruir a entrada nem a saída da sua máquina.



- Use roupa apropriada quando use a máquina. Evite usar roupas largas, que possam ficar presas na bicicleta ou dificultar o movimento.
- AVISO: este equipamento de formação não é adequado para fins de alta precisão. Este equipamento é de classe HC.
- ATENÇÃO: esta máquina funciona com inércia. Tenha cuidado quando estiver em movimento e certifique-se de que a bicicleta esteja completamente parada antes de sair, pois a inércia do volante e dos pedais pode causar ferimentos a si próprio ou aos outros.
- Peso máximo do utilizador: 120 kg
- Não é recomendada para utilização no exterior.
- Este aparelho foi desenhado apenas para uso doméstico e não para uso em cafés, restaurantes, quintas, hotéis, motéis e escritórios.
- Este aparelho não é adequado para fins terapêuticos.
- Tenha cuidado ao levantar ou mover a bicicleta, para não magoar as costas.
- ADVERTÊNCIA: os sensores que indicam o ritmo cardíaco podem ser imprecisos, não é um dispositivo médico. Os sensores podem dar-lhe informação estimada do ritmo cardíaco. Se sentir algum desconforto, pare imediatamente de fazer exercício. Pode ser perigoso para a sua saúde. Se persistir, dirija-se imediatamente ao centro médico mais próximo.
- No caso de precisar reparações, consulte o seu distribuidor para mais informações ou contacte o Serviço de Atendimento ao Consumidor da Cecotec.
- Se quaisquer peças sobressaírem da passadeira, podem interferir com o movimento do utilizador.

## **Instruções sobre as pilhas**

- Não a queime nem a exponha a temperaturas altas, pois podem explodir.
- As pilhas podem apresentar fugas em condições extremas. Se as pilhas deitarem gotas, não toque no líquido. Se o líquido entrar em contacto com a pele, lave-se imediatamente com água e sabão. Se o líquido entrar em contacto com os olhos, lave imediatamente com água abundante durante o mínimo 10 minutos e procure assistência médica. Utilize luvas para manejar a pilha e deite-a fora imediatamente de acordo com a normativa local.
- Evite o contacto entre as pilhas e os pequenos objetos metálicos como cliques, moedas, chaves, parafusos ou pregos.
- Não altere as pilhas de forma alguma.
- As pilhas devem ser removidas do aparelho para uma eliminação segura.
- Mantenha as pilhas que possam ser engolidas fora do alcance das crianças.
- Engolir as pilhas pode causar queimaduras, perfuração de tecido mole e morte. Pode causar queimaduras graves nas duas horas seguintes à sua ingestão.
- Se as pilhas forem engolidas, procure prontamente cuidados médicos nas instalações médicas mais próximas.
- Os terminais de alimentação das pilhas não devem estar em curto-circuito.
- Se o dispositivo tiver de ser armazenado por um longo período de tempo, é aconselhável remover as pilhas.
- As pilhas devem ser inseridas na posição correta. Tenha em conta a polaridade das pilhas ao substituí-las.

## VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

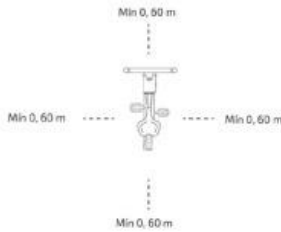
Lees de volgende instructies aandachtig voordat u het product gebruikt. Bewaar deze handleiding voor toekomstig(e) gebruik of gebruikers.

- Lees de hele handleiding voordat u het apparaat in elkaar zet. Het product is alleen veilig als het op de juiste manier wordt gemonteerd, onderhouden en gebruikt. Het is uw verantwoordelijkheid ervoor te zorgen dat alle gebruikers op de hoogte zijn van de voorzorgsmaatregelen die in deze handleiding worden genoemd.
- Voordat u met een training begint, is het raadzaam uw arts te raadplegen als u een ongunstige gezondheidstoestand of lichamelijke gesteldheid hebt die een veiligheidsrisico kan vormen of het moeilijk kan maken de hometrainer op de juiste manier te gebruiken. Als u medicijnen neemt tegen bloeddruk, hoge bloeddruk of cholesterol, is het advies van uw arts essentieel.
- Houd rekening met de aanwijzingen van uw lichaam. Onjuiste of overmatige lichaamsbeweging kan uw gezondheid schaden. Stop met trainen als u een van de volgende symptomen voelt: pijn, benauwdheid, pijn op de borst, onregelmatige hartslag, extreme kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid. Als u een van deze symptomen ervaart, moet u contact opnemen met uw huisarts voordat u verder gaat met het trainingsprogramma.
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen vanaf 8 jaar en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens of met gebrek aan ervaring en kennis, indien zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het veilig gebruik van het apparaat en de

gevaren ervan begrijpen. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd.

- Houd kinderen en dieren uit de buurt van het montagegebied, omdat er kleine onderdelen zijn die bij doorslikken een verstikkingsgevaar kunnen veroorzaken.
- Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van het apparaat. Sta niet toe dat kinderen het apparaat gebruiken en/of ermee spelen. Het is alleen bedoeld voor volwassenen.
- Gebruik de hometrainer op een stevige, vlakke ondergrond met een beschermende vloerbedekking of tapijt.
- Zorg ervoor dat de bouten en moeren goed zijn aangedraaid voordat u het apparaat gebruikt.
- De veiligheid van uw apparatuur kan alleen worden gegarandeerd door regelmatige inspectie op schade of tekenen van slijtage.
- Gebruik het apparaat zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing. Als u tijdens gebruiken of het testen van het apparaat defecte onderdelen aantreft, of als het apparaat tijdens het gebruik een ongewoon geluid maakt, stop dan met het gebruik ervan. Gebruik het niet totdat het probleem is opgelost.
- Zorg ervoor dat er genoeg ruimte is om alle onderdelen te plaatsen voordat u begint. Laat ten minste 0,6 m ruimte vrij in de toegangsruimten tot de machine voor noodgevallen. U kunt toegangsruimten delen als u meer apparaten in de buurt hebt. Zorg er altijd voor dat er geen voorwerpen zijn die de in- en uitgang van uw machine belemmeren.





- Draag gepaste kleding tijdens het gebruik van het apparaat. Draag geen wijde kleding, want die kan in het apparaat blijven haken of het bewegen bemoeilijken.
- **WAARSCHUWING:** Deze trainingsapparatuur is niet geschikt voor zeer nauwkeurige doeleinden. Deze uitrusting is klasse HC.
- **WAARSCHUWING:** deze machine werkt met traagheid. Wees voorzichtig wanneer u in beweging bent en zorg ervoor dat u volledig tot stilstand bent gekomen voordat u uitstapt, aangezien de traagheid van het stuur en de pedalen uzelf of anderen kunnen verwonden.
- Maximaal gebruikersgewicht: 120 kg
- Niet aanbevolen voor gebruik buitenshuis.
- Dit apparaat is uitsluitend bestemd voor huishoudelijk gebruik en is niet bestemd voor gebruik in bars, restaurants, boerderijen, hotels, motels en kantoren.
- Deze apparatuur is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Wees voorzichtig als u de hometrainer optilt of verplaatst, zodat u uw rug niet bezeert.
- **WAARSCHUWING:** sensoren die de hartslag aangeven kunnen onnauwkeurig zijn, aangezien het geen medisch toestel is. Sensoren kunnen u geschatte hartslaginformatie geven. Als u zich ongemakkelijk voelt, stop dan onmiddellijk

met trainen. Het kan gevaarlijk zijn voor uw gezondheid. Als het aanhoudt, ga dan onmiddellijk naar het dichtstbijzijnde medisch centrum.

- Als het apparaat een reparatie nodig heeft, raadpleeg dan uw distributeur voor meer informatie of neem contact op met de klantenservice van Cecotec.
- Als er onderdelen uit het toestel steken, kunnen deze de gebruiker hinderen bij het bewegen.

### **Instructies over de batterijen**

- Verbrand de batterijen niet en stel ze niet bloot aan hoge temperaturen omdat ze kunnen exploderen.
- Batterijen kunnen lekken onder extreme omstandigheden. Raak niet de vloeistof aan als de batterij lekt. Indien de vloeistof van een accu in contact komt met uw huid, spoel dan uw huid onmiddellijk met water en zeep. Als de vloeistof in contact komt met uw ogen, spoel dan onmiddellijk uw ogen grondig met schoon water voor minstens 10 minuten en zoek medische hulp. Gebruik handschoenen om de batterij vast te pakken en gooi ze onmiddellijk weg overeenkomstig de lokale wetgeving.
- Vermijd dat de accu of batterijen in contact komt met kleine metalen objecten zoals paperclips, munten, sleutels, spijkers of schroeven.
- Knoei niet met batterijen of accu's op welke manier dan ook.
- De batterijen moeten uit het apparaat worden verwijderd om het apparaat veilig te kunnen verwijderen.
- Houd batterijen en accu's die kunnen worden ingeslikt buiten het bereik van kinderen.

- Het inslikken van de batterij kan brandwonden, perforatie van weke delen en de dood tot gevolg hebben. Kan ernstige brandwonden veroorzaken binnen twee uur na inname.
- Als de batterij wordt ingeslikt, moet onmiddellijk medische hulp worden ingeroepen.
- De accuklemmen mogen niet worden kortgesloten.
- Als het toestel voor langere tijd moet worden opgeborgen, is het raadzaam de accu en batterijen te verwijderen.
- De accu en batterijen moeten in de juiste positie worden geplaatst. Let op de polariteit bij het vervangen van de batterijen.

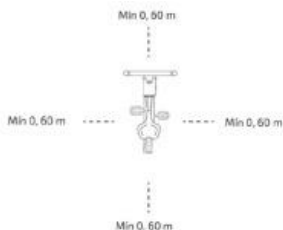
## INSTRUKCJE BEZPIECZEŃSTWA

Przed użyciem produktu należy uważnie przeczytać poniższe instrukcje. Zachowaj tę instrukcję do wykorzystania w przyszłości lub dla nowych użytkowników.

- Przeczytaj instrukcję w całości przed przystąpieniem do montażu maszyny. Produkt będzie bezpieczny tylko wtedy, gdy będzie prawidłowo zmontowany, pielęgnowany i prawidłowo używany. Twoim obowiązkiem jest upewnienie się, że wszyscy użytkownicy zostali poinformowani o środkach ostrożności wymienionych w niniejszej instrukcji.
- Przed rozpoczęciem treningu zaleca się skonsultowanie się z lekarzem, jeśli cierpisz na jakikolwiek niekorzystny stan fizyczny lub zdrowotny, który może zagrażać Twojemu bezpieczeństwu lub utrudnia prawidłowe użytkowanie roweru. Porada lekarza jest niezbędna, jeśli zażywasz leki na ciśnienie krwi, ciśnienie krwi lub cholesterol.
- Weź pod uwagę instrukcje swojego ciała. Nieprawidłowe lub nadmierne ćwiczenia mogą szkodzić zdrowiu. Przerwij ćwiczenia, jeśli wystąpi którykolwiek z następujących objawów: ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, skrajna duszność, zawroty głowy lub nudności. Jeśli odczuwasz którykolwiek z tych objawów, przed kontynuowaniem treningu skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym.
- To urządzenie może być używane przez dzieci w wieku od 8 lat i starsze oraz osoby o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych lub umysłowych lub bez doświadczenia i wiedzy, jeśli są pod nadzorem lub są poinstruowane dotyczące bezpiecznego korzystania z urządzenia i rozumieją zagrożenia zaangażowany. Dzieci nie mogą bawić się urządzeniem. Czyszczenie i

konserwacja użytkownika nie mogą być przeprowadzane przez dzieci bez nadzoru.

- Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od miejsca montażu, ponieważ znajdują się tam małe części, które mogą spowodować ryzyko zadławienia w przypadku poślknięcia.
- Utrzymywaj dzieci i zwierzęta z dala od urządzenia. Nie pozwalaj dzieciom używać i bawić się maszyną. Przeznaczony jest wyłącznie dla osób dorosłych.
- Jeździć rowerem po solidnej, płaskiej powierzchni z ochronną wykładziną podłogową lub wykładziną.
- Upewnij się, że śruby i nakrętki są dokręcone przed użyciem maszyny.
- Poziom bezpieczeństwa maszyny można zapewnić tylko poprzez regularne przeglądy pod kątem uszkodzeń lub oznak zużycia.
- Używaj maszyny w sposób wskazany w niniejszej instrukcji obsługi. Jeśli podczas montażu lub testowania urządzenia znajdziesz wadliwą część lub jeśli urządzenie wydaje nietypowy dźwięk podczas użytkowania, przestań z niego korzystać. Nie używaj go, dopóki problem nie zostanie rozwiązany.
- Przed rozpoczęciem upewnij się, że masz wystarczająco dużo miejsca, aby umieścić części. W obszarach dostępu do maszyny należy pozostawić co najmniej 0,6 m wolnej przestrzeni na wypadek sytuacji awaryjnych. Możesz udostępnić przestrzeń dostępu, jeśli masz w pobliżu więcej zespołów. Zawsze upewnij się, że żadne przedmioty nie blokują wejścia i wyjścia z maszyny.



- Podczas używania maszyny nosić odpowiednią odzież. Unikaj noszenia luźnej odzieży, ponieważ może ona wciągnąć się w maszynę lub utrudnić poruszanie się.
- **OSTRZEŻENIE:** Ten sprzęt treningowy nie nadaje się do celów wymagających wysokiej precyzji. Ten sprzęt jest klasy HC.
- **OSTRZEŻENIE:** Maszyna toczy się wybiegiem. W związku z tym, jeśli chodzi o przemieszczanie się i zabezpieczanie, tym ważniejsze jest, aby kierownica i pedały mogły zadbać o inne osoby.
- Maksymalna waga użytkownika: 120 kg.
- Nie jest zalecany do użytku na zewnątrz.
- To urządzenie przeznaczone jest wyłącznie do użytku domowego i nie nadaje się do użytku w barach, restauracjach, gospodarstwach rolnych, hotelach, motelach i biurach.
- To urządzenie nie nadaje się do użytku terapeutycznego.
- Zachowaj ostrożność podczas podnoszenia lub przenoszenia roweru, aby nie uszkodzić pleców.
- **OSTRZEŻENIE:** Czujniki wskazujące tętno mogą być niedokładne, ponieważ nie jest to urządzenie medyczne. Czujniki mogą podawać szacunkowe informacje o tętnie. W przypadku jakiegokolwiek dyskomfortu natychmiast

przerwij ćwiczenie. To może być niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli nie ustąpi, natychmiast udaj się do najbliższego centrum medycznego.

- Jeśli potrzebujesz naprawy, skonsultuj się z dystrybutorem, aby uzyskać więcej informacji lub skontaktuj się z działem obsługi klienta Cecotec.
- Jeśli którakolwiek z części wystaje z urządzenia, może przeszkadzać w ruchu użytkownika.

### **Instrukcje dotyczące baterii**

- Nie spalaj ani nie wystawiaj baterii na działanie wysokich temperatur, ponieważ mogą eksplodować.
- Zarówno akumulator, jak i akumulatory mogą wyciec w ekstremalnych warunkach. Jeśli baterie wyciekają, nie dotykaj płynu. Jeśli ciecz wejdzie w kontakt ze skórą, natychmiast przemyj ją mydłem i wodą. Jeśli płyn dostanie się do oczu, należy je natychmiast przepłukać dużą ilością czystej wody przez co najmniej 10 minut i zasięgnąć porady lekarza. Załóż rękawice, aby móc dotknąć akumulatora i natychmiast go zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami.
- Unikaj kontaktu baterii z małymi metalowymi przedmiotami, takimi jak spinacze, monety, klucze, gwoździe lub śruby.
- Nie zmieniaj baterii w żaden sposób.
- Baterie należy wyjąć z urządzenia w celu jego bezpiecznej utylizacji.
- Baterie, które mogą zostać połknięte, należy przechowywać poza zasięgiem dzieci.
- Połknięcie baterii może spowodować oparzenia, perforację tkanek miękkich i śmierć. Może powodować poważne oparzenia w ciągu dwóch godzin od spożycia.

- W przypadku potknięcia baterii udaj się szybko do najbliższego centrum medycznego.
- Zaciski zasilania akumulatora nie mogą być zwarte.
- Jeśli urządzenie będzie przechowywane przez dłuższy czas, zaleca się wyjęcie baterii.
- Baterie muszą być włożone we właściwej pozycji. Przy ich wymianie należy zwrócić uwagę na polaryzację.

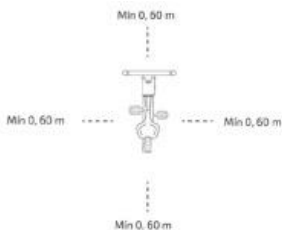


## BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Před použitím výrobku si pečlivě přečtěte následující pokyny. Uchovejte tento návod pro budoucí použití nebo pro nové uživatele.

- Před zahájením montáže přístroje si přečtěte celý návod k použití. Výrobek je bezpečný pouze v případě, pokud je řádně sestaven, udržován a správně používán. Je vaší povinností zajistit, aby všichni uživatelé byli informováni o bezpečnostních pokynech uvedených v tomto návodu.
- Před zahájením tréninku doporučujeme, abyste se poradili se svým lékařem, pokud máte nějaké nepříznivé zdravotní nebo fyzické potíže, které by mohly ohrozit bezpečnost nebo ztížit správné používání kola. Pokud užíváte léky na krevní tlak nebo cholesterol, je nezbytná rada vašeho lékaře.
- Vezměte v úvahu reakce svého těla. Nesprávné nebo nadměrné cvičení by mohlo ublížit vašemu zdraví. Přerušete cvičení, pokud pocítíte některý z následujících příznaků: bolest, svírání na hrudi, nepravidelný srdeční tep, extrémní dušnost, závratě nebo nevolnost. Pokud pocítíte některý z těchto příznaků, měli byste se před pokračováním v tréninku obrátit na svého praktického lékaře.
- Tento spotřebič mohou používat děti od 8 let a starší a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dohledem nebo byly poučeny o bezpečném používání spotřebiče a rozumí souvisejícím nebezpečím. Děti si se strojem nesmí hrát. Čištění a údržbu, které má provádět uživatel, nesmí provádět děti bez dozoru.

- Zabraňte dětem a zvířatům v přístupu do montážního prostoru, protože se v něm nacházejí malé části, které by v případě spolknutí mohly způsobit nebezpečí udušení.
- Udržujte děti a domácí zvířata mimo dosah stroje. Nedovolte dětem, aby přístroj používaly a/nebo si s ním hrály. Toto zařízení je určen pouze pro dospělé.
- Cyklotrenažér používejte na pevném, rovném povrchu s ochrannou podlahovou krytinou nebo kobercem.
- Před použitím zařízení se ujistěte, že jsou šrouby a matice utaženy.
- Bezpečnostní úroveň zařízení lze zajistit pouze pravidelnou kontrolou, zda není poškozena nebo nese známky opotřebení.
- Používejte stroj tak, jak je uvedeno v tomto návodu k použití. Pokud při montáži nebo testování stroje naleznete poškozené díly nebo pokud stroj během používání vydává neobvyklý hluk, přestaňte jej používat. Nepoužívejte jej, dokud nebude problém vyřešen.
- Než začnete, ujistěte se, že máte dostatek místa pro umístění dílů. V místech přístupu k strojů ponechte alespoň 0,6 m volného prostoru pro nouzové situace. Pokud máte v blízkosti více zařízení, můžete přístupové prostory sdílet. Vždy se ujistěte, že vstupu a výstupu ze stroje nebrání žádné před



- Při používání stroje noste vhodný oděv. Vyvarujte se nošení širokého oblečení, protože by se mohlo zachytit ve stroji nebo překážet v pohybu.
- VAROVÁNÍ: toto tréninkové zařízení není vhodné pro vysoce přesné účely. Toto zařízení patří do třídy HC.
- VAROVÁNÍ: tento stroj funguje na principu setrvačnosti. Za provozu buďte opatrní a před sesednutím se ujistěte, že jste ho zcela zastavili, protože setrvačnost volantu a pedálů by mohla způsobit zranění vám nebo jiným osobám.
- Maximální hmotnost uživatele: 120 kg
- Nedoporučuje se pro venkovní použití.
- Tento spotřebič je určen pouze pro domácí použití a je vyloučen z použití v barech, restauracích, farmách, hotelech, motelech a kancelářích.
- Toto zařízení není vhodné pro terapeutické použití.
- Při zvedání nebo přemísťování cyklotrenažéru buďte opatrní, abyste si neporanili záda.
- VAROVÁNÍ: snímače srdečního tepu mohou být nepřesné, protože se nejedná o lékařský přístroj. Senzory vám mohou poskytnout orientační informace o srdečním tepu. Pokud pocítíte jakékoli potíže, okamžitě přestaňte cvičit. Může to být nebezpečné pro vaše zdraví. Pokud obtíže přetrvávají, okamžitě navštivte nejbližší lékařské středisko.
- V případě potřeby opravy se obraťte na svého prodejce, který vám poskytne další informace, nebo na zákaznický servis společnosti Cecotec.
- Pokud některá z částí ze zařízení vyčnívá, může uživateli bránit v pohybu.

## **Instrukce ohledně baterií**

- Baterie nespalujte ani je nevystavujte vysokým teplotám, protože mohou explodovat.
- V extrémních podmínkách může dojít k vytečení baterií. Pokud baterie vytečou, nedotýkejte se kapaliny. Pokud se kapalina dostane do kontaktu s pokožkou, okamžitě ji omyjte vodou a mýdlem. Při vniknutí kapaliny do očí okamžitě vypláchněte oči velkým množstvím čisté vody po dobu nejméně 10 minut a vyhledejte lékařskou pomoc. Pro manipulaci s baterií používejte rukavice a okamžitě ji vyhodte podle místních předpisů.
- Vyvarujte se kontaktu mezi bateriemi a malými kovovými předměty, jako jsou kancelářské sponky, mince, klíče, hřebíky nebo šrouby.
- Baterie žádným způsobem neupravujte.
- Pro bezpečnou likvidaci zařízení je nutné z přístroje vyjmout baterie.
- Baterie, u kterých hrozí spolknutí, uchovávejte mimo dosah dětí.
- Spolknutí baterií může způsobit popáleniny, perforaci měkkých tkání a smrt. Může způsobit těžké popáleniny do dvou hodin po spolknutí.
- V případě spolknutí baterií okamžitě vyhledejte nejbližší lékařskou pomoc.
- Napájecí svorky baterie nesmí být zkratovány.
- Pokud bude zařízení delší dobu skladováno, je vhodné vyjmout baterii.
- Baterie musí být vloženy ve správné poloze. Při jejich výměně dbejte na polaritu.

## 1. PIEZAS Y COMPONENTES

Fig. 1

1. Soporte para Tablet
2. Manillar
3. Pomo de ajuste de resistencia
4. Sillín
5. Pomo de ajuste de distancia de sillín
6. Pomo de ajuste de altura
7. Tijera del manillar
8. Estructura principal
9. Pedales
10. Volante de inercia
11. Barra estabilizadora delantera
12. Barra estabilizadora trasera

**Kit de montaje.** Fig. 2

- S.1. Tornillo de cabeza hexagonal M6x10 (x4)
- S2. Arandela elástica (x4)
- S3. Arandela plana (x4)
- S4. Llave Allen 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Llave inglesa (x1)

Nota

Los gráficos de este manual son representaciones esquemáticas y puede que no coincidan exactamente con los del producto.

## 2. ANTES DE USAR

- Este aparato presenta un embalaje diseñado para protegerlo durante su transporte. Saque el aparato de su caja y retire todo el material de embalaje. Puede guardar la caja original y otros elementos del embalaje en un lugar seguro para prevenir daños en el aparato si necesita transportarlo en el futuro. Si desea deshacerse del embalaje original, asegúrese de reciclar todos los elementos correctamente.
- Asegúrese de que todas las piezas y componentes están incluidos y en buen estado. Si faltara alguno o no estuviera en buen estado, contacte de forma inmediata con el Servicio de Atención Técnica oficial de Cecotec.

### Contenido de la caja

- Bicicleta de spinning Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Herramientas de montaje
- Este manual de instrucciones

## 3. MONTAJE DEL PRODUCTO

### Instalación de los estabilizadores. Fig. 3

1. Retire los tornillos de cabeza hexagonal preinstalados del estabilizador con la llave Allen de 6 mm (S4) proporcionada.
2. Alinee los orificios de los tornillos de la estructura principal con los del estabilizador, instale los tornillos de cabeza hexagonal y las arandelas curvas y apriételes con la llave Allen de 6 mm (S4) proporcionada.

### Instalación de la tija del manillar. Fig. 4

1. Retire los tornillos de cabeza hexagonal preinstalados de la tija del manillar con la llave Allen de 5 mm (S4) proporcionada.
2. Alinee los orificios de los tornillos de la estructura principal con los de la tija del manillar, instale los tornillos de cabeza hexagonal y las arandelas curvas y apriételes con la llave Allen de 6 mm (S4) proporcionada.

### Instalación del manillar y del soporte para Tablet. Fig. 5

1. Alinee los orificios de los tornillos del manillar con los de la tija del manillar, instale los tornillos de cabeza hexagonal, las arandelas planas y las arandelas elásticas y apriételes con la llave Allen de 5 mm (S4) proporcionada (la llave más pequeña).
2. Coloque el soporte para Tablet en el manillar.

### Instalación de los pedales y del sillín. Fig.6

1. Introduzca los pedales en la biela y fíjelos con la llave inglesa (S5) proporcionada. Atención: Los pedales se distinguen entre izquierdo (L) y derecho (R) con las letras correspondientes. No los instale en la posición incorrecta.
2. Introduzca el sillín en la tija y apriete los tornillos con ayuda de las llaves proporcionadas. Atención: La inclinación del sillín se puede regular.

## 4. FUNCIONAMIENTO

### **Ajuste de la resistencia.** Fig. 7

Para ajustar el nivel de resistencia, basta con utilizar el pomo de ajuste situado en la estructura principal. Para aumentar la tensión, gire el pomo en sentido horario (+), y para reducirla, gírelo en sentido antihorario (-). Presione el pomo para detener el movimiento de la bicicleta estática.

### **Ajuste de la altura del sillín.** Fig. 8

Para regular la altura del sillín, basta con girar el pomo situado en la tija del sillín en el sentido contrario a las agujas del reloj hasta que se suelte y, a continuación, ajustar libremente la altura deseada. Una vez completado el ajuste, apriete el pomo girando en sentido horario.

### **Ajuste de la distancia del sillín.** Fig. 9

Para regular la distancia del sillín, basta con girar el pomo situado debajo del sillín en el sentido contrario a las agujas del reloj hasta que se suelte y, a continuación, ajustar libremente la distancia deseada. Una vez completado el ajuste, apriete el pomo girando en sentido horario.

### **Kinomap**

Busque, descargue e instale la APP Kinomap en Apple Store o en Google Play según el sistema de su teléfono móvil.

1. Acceda a la APP y pulse en la página "Más".
  2. Seleccione la opción "Añadir nueva máquina de entrenamiento".
  3. Seleccione el tipo de equipo "bicicleta estática".
  4. A continuación, pulse sobre el dispositivo o sobre "Cecotec" para emparejar la máquina.
  5. Busque vídeos para iniciar el entrenamiento.
- Comprenda que no podemos ofrecer una guía completa de la aplicación en este manual, ya que se trata de una aplicación gratuita de terceros y, además, la aplicación se actualiza continuamente.
  - Para más información sobre la aplicación, consulte las instrucciones que se encuentran dentro de la aplicación específica o en Google PlayStore o la AppStore.

## 5. LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

- Lubrique periódicamente las piezas que se mueven durante el ejercicio para evitar un deterioro prematuro.
- Inspeccione y apriete todas las piezas antes de su utilización. Si alguna pieza se encuentra en mal estado, cámbiela inmediatamente y no utilice el equipo hasta que se encuentre en perfecto estado.
- El equipo se puede limpiar con un trapo ligeramente humedecido y con un detergente no abrasivo. No utilice disolventes.
- No intente reparar el equipo por sí mismo. Si tiene dificultades para su montaje, uso o piensa que le faltan piezas, contacte con su distribuidor o con el Servicio de Asistencia Técnica oficial de Cecotec.

### Aviso

La frecuencia de limpieza y mantenimiento del equipo depende de la frecuencia e intensidad del uso.

## 6. INFORMACIÓN RELATIVA AL EJERCICIO

Un correcto entrenamiento debe estar compuesto de los siguientes pasos:

- **Calentamiento:** consiste en una sesión de estiramientos y ejercicio de baja intensidad con una duración de 5 a 10 minutos. Un calentamiento correcto proporciona un aumento de la temperatura corporal, la frecuencia cardíaca y la circulación, lo que favorece la preparación para el ejercicio.
- **Entrenamiento:** se trata de una sesión de ejercicio de una duración de 20 a 30 minutos. (Nota: durante las primeras semanas de ejercicio no mantenga su frecuencia cardíaca alta durante más de 20 minutos).
- **Enfriamiento:** estire de 5 a 10 minutos. Esto incrementará su flexibilidad y le ayudará a prevenir posibles lesiones tras el ejercicio.
- No empiece una sesión sin haber calentado previamente. Antes de comenzar cada sesión de entrenamiento, es aconsejable preparar el cuerpo de cara a un ejercicio más intenso, calentando y estirando los músculos, aumentando la circulación y el pulso y suministrando más oxígeno a estos.



## 7. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Problema	Causa	Solución
La base es inestable.	El suelo no es plano o hay un objeto debajo del estabilizador. Las tapas de los extremos del estabilizador trasero no se han nivelado al ajustarlas.	Retire el objeto. Ajuste las tapas de los extremos del estabilizador trasero.
El manillar no está estable.	Los pernos están sueltos.	Apriete los pernos.
Ruido fuerte de las piezas móviles.	Las piezas no están bien apretadas.	Apriételas.

## 8. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Referencia del producto: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Peso Máximo de usuario: 120 Kg.

Clase HC

Conexión Bluetooth 5.0

Banda de Frecuencia de operación: 2,4 GHz

Máxima transmisión de potencia del módulo bluetooth: 2,69 dBm

Dimensiones: 100 x 47 x 106 cm

Peso: 29 kg

Las especificaciones técnicas

pueden cambiar sin notificación previa para mejorar la calidad del producto.

Fabricado en China | Diseñado en España

## 9. RECICLAJE DE APARATOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS



Este símbolo indica que, de acuerdo con las normativas aplicables, el producto y/o la batería deberán desecharse de manera independiente de los residuos domésticos. Cuando este producto alcance el final de su vida útil, deberá extraer las pilas/baterías/acumuladores y llevarlo a un punto de recogida designado por las autoridades locales.

## ESPAÑOL

Para obtener información detallada acerca de la forma más adecuada de desechar sus aparatos eléctricos y electrónicos y/o las correspondientes baterías, el consumidor deberá contactar con las autoridades locales.

El cumplimiento de las pautas anteriores ayudará a proteger el medio ambiente.

## 10. GARANTÍA Y SAT

Cecotec responderá ante el usuario o consumidor final de cualquier falta de conformidad que exista en el momento de la entrega del producto en los términos, condiciones y plazos que establece la normativa aplicable.

Se recomienda que las reparaciones se efectúen por personal especializado.

Si detecta una incidencia con el producto o tiene alguna consulta, póngase en contacto con el Servicio de Asistencia Técnica oficial de Cecotec a través del número de teléfono +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

Los derechos de propiedad intelectual sobre los textos de este manual pertenecen a CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Quedan reservados todos los derechos. El contenido de esta publicación no podrá, ni en parte ni en su totalidad, reproducirse, almacenarse en un sistema de recuperación, transmitirse o distribuirse por ningún medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o similar) sin la previa autorización de CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD SIMPLIFICADA

Por la presente, Cecotec Innovaciones declara que esta bicicleta de spinning, modelo 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected es conforme con la Directiva 2014/53/EU de equipos radioeléctricos.

El texto completo de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección de internet siguiente:



[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)

## 1. PARTS AND COMPONENTS

Fig. 1

13. Tablet holder.
1. Handlebar
2. Resistance adjustment knob
3. Saddle
4. Saddle-distance adjustment knob
5. Height adjustment knob
6. Handlebar stem
7. Main frame
8. Pedals
9. Flywheel
10. Front stabiliser
11. Rear stabiliser

**Assembly kit.** Fig. 2

- S.1. Hex head screw M6x10 (x4)
- S2. Spring washer (x4)
- S3. Plain washer (x4)
- S4. Allen key 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Spanner (x1)

Please note

The graphics in this manual are schematic representations and may not exactly match the appliance.

## 2. BEFORE USE

- This appliance is packaged in a way as to protect it during transport. Take the device out of its box and remove all packaging materials. You can keep the original box and other packaging elements in a safe place. This will help you prevent damage to the device when transporting it in the future. In case the original packaging is disposed of, make sure all packaging materials are recycled accordingly.
- Make sure all parts and components are included and in good conditions. If there is any piece missing or in bad conditions, contact the official Cecotec Technical Support Service immediately.

**Box content**

- Drumfit Indoor 4000 Magentic Connected stationary bicycle
- Assembly tools
- Instruction manual

### 3. PRODUCT ASSEMBLY

**Stabilisers installation.** Fig. 3

1. Remove the pre-installed hex head screws from the stabiliser with the 6 mm Allen key (S4) provided.
2. Align the main frame screw holes with the stabiliser screw holes. Install the hex head screws and curved washers and tighten them with the 6 mm (S4) Allen key provided.

**Handlebar stem installation.** Fig. 4

1. Remove the pre-installed hex head screws from the handlebar stem with the 5 mm Allen key (S4) provided.
2. Align the main frame screw holes with the handlebar stem holes. Install the hex head screws and curved washers and tighten them with the 6 mm (S4) Allen key provided.

**Handlebar and tablet holder installation.** Fig. 5

1. Align the handlebar screw holes with the handlebar stem holes. Install the hex head screws, plain washers, and the spring washers, and tighten them with the 5 mm (S4) Allen key provided.
2. Attach the tablet holder to the handlebars.

**Pedals and saddle installation.** Fig. 6

1. Insert the pedals into the crank and secure them with the (S5) Spanner provided.  
Warning: the pedals are distinguished between left (L) and right (R) with the corresponding letters. Do not install them in the wrong position.
2. Insert the saddle into the handlebar stem and tighten the screws using the spanners provided.

Warning: the saddle inclination can be adjusted.

### 4. OPERATION

**Adjusting the resistance.** Fig. 7

To adjust the resistance level, simply use the adjustment knob on the main frame. To increase the tension, turn the knob clockwise (+); to decrease the tension, turn it counterclockwise (-). Press the knob to stop the stationary bike from moving.

**Adjusting the height of the saddle.** Fig. 8

To adjust the saddle height, simply turn the knob on the saddle post counterclockwise until it releases and then freely adjust to the desired height. Once adjustment is complete, tighten the knob by turning it clockwise.

**Adjusting the saddle distance.** Fig. 9

To adjust the saddle distance, simply turn the knob under the saddle counterclockwise until it releases and then freely adjust the desired distance. Once adjustment is complete, tighten the knob by turning it clockwise.

**Kinomap**

Search, download and install the Kinomap app from the Apple Store or Google Play depending on your mobile phone operating system.

1. Access the app and click on the "More" page.
  2. Select the option "Add new training machine".
  3. Select the type of equipment "stationary bike".
  4. Then click on the device or on "Cecotec" to pair the machine.
  5. Look for videos to start the training.
- Please, understand that we cannot provide a complete guide to the application in this manual, as it is a free third-party application, and the application is continuously updated.
  - For more information about the app, please refer to the instructions found within the specific application or in the Google PlayStore or the AppStore.

**5. CLEANING AND MAINTENANCE**

- Lubricate the moving parts periodically to prevent premature wear.
- Inspect and tighten all parts before using the machine. Replace any defective parts immediately, and do not use the equipment again until it is in perfect working condition.
- The machine can be cleaned using a slightly damp cloth and mild non-abrasive detergent. Do not use solvents.
- Do not try to repair the machine by yourself. Should you have any difficulty with the assembly or operation of the exercise bike, or if you think that any part is missing, contact the official Cecotec Technical Support Service.

**Note**

The cleaning and maintenance frequency depends on the use frequency and intensity.

## 6. INFORMATION ON EXERCISING

A proper workout should consist of the following three phases:

- Warm-up: consists of a session of stretching and low-intensity exercise lasting 5 to 10 minutes. A proper warm-up increases your body temperature, heart rate, and circulation in preparation for exercise.
- Training: consists of 20 to 30 minutes of exercise. (Note: during the first few weeks of exercise do not keep your heart rate high for more than 20 minutes).
- Cool-down: consists of 5 to 10 minutes of stretching exercises. This will increase the flexibility of your muscles and will help prevent injuries.
- Never start a training session without warming up. Before starting each training session, it is advisable to prepare the body for more intense exercise by warming up and stretching the muscles, increasing circulation and pulse, and supplying more oxygen to the muscles.

## 7. TROUBLESHOOTING

Problem	Cause	Solution
The base is unstable	The ground is not flat or there is an object under the stabiliser. The rear stabiliser end caps have not levelled out when adjusted.	Remove the object. Tighten the rear stabiliser end caps.
The handlebar is not stable	The screws are loose.	Tighten the screws.
Loud noise from moving parts	The parts are not tightened properly.	Tighten them.

## 8. TECHNICAL SPECIFICATIONS

Product reference: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Maximum user weight: 120 kg.

HC Class

Bluetooth 5.0 connection

Operating Frequency Band: 2.4 GHz

Maximum power transmission of Bluetooth module: 2.69 dBm

Size: 100 x 47 x 106 cm

Weight: 29 kg

Technical specifications

Technical specifications may change without prior notification to improve product quality.

Made in China | Designed in Spain

## 9. DISPOSAL OF OLD ELECTRICAL AND ELECTRONIC APPLIANCES



This symbol indicates that, according to the applicable regulations, the product and/or batteries must be disposed of separately from household waste. When this product reaches the end of its shelf life, you should dispose of the cells/batteries/accumulators and take them to a collection point designated by the local authorities.

Consumers must contact their local authorities or retailer for information concerning the correct disposal of old appliances and/or their batteries.

Compliance with the above guidelines will help protecting the environment.

## 10. TECHNICAL SUPPORT AND WARRANTY

Cecotec shall be liable to the end user or consumer for any lack of conformity that exists at the time of delivery of the product under the terms, conditions, and deadlines established by the applicable regulations.

It is recommended that repairs be carried out by qualified personnel.

If at any moment you detect any problem with your product or have any doubt, do not hesitate to contact the official Cecotec Technical Support Service at +34 963 210 728.

## 11. COPYRIGHT

The intellectual property rights over the texts in this manual belong to CECOTEC INNOVACIONES, S.L. All rights reserved. The contents of this publication may not, in whole or in part, be reproduced, stored in a retrieval system, transmitted, or distributed by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or similar) without the prior authorization of CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. SIMPLIFIED DECLARATION OF CONFORMITY

Cecotec Innovaciones hereby declares that this stationary bike, model 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected, is in conformity with the Radio Equipment Directive 2014/53/EU. The full text of the EU Declaration of Conformity can be found on the following website:



[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)



## 1. PIÈCES ET COMPOSANTS

Img. 1

1. Support pour tablettes
2. Guidon
3. Molette de réglage de la résistance
4. Selle
5. Molette de réglage de la distance de la selle
6. Molette de réglage de la hauteur
7. Tige du guidon
8. Cadre principal
9. Pédales
10. Volant d'inertie
11. Barre stabilisatrice avant
12. Barre stabilisatrice arrière

**Kit de montage.** Img. 2

- S.1. Vis à tête hexagonale M6x10 (x4)
- S2. Rondelle élastique (x4)
- S3. Rondelle plate (x4)
- S4. Clé Allen 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Clé à molette (x1)

Note

Les graphiques de ce manuel sont des représentations schématiques et peuvent ne pas correspondre exactement à ceux du produit.

## 2. AVANT UTILISATION

- Cet appareil possède un emballage conçu pour le protéger pendant son transport. Sortez l'appareil de sa boîte et retirez tout le matériel qui compose l'emballage. Rangez la boîte d'origine et le reste des éléments provenant de l'emballage dans un endroit sûr pour éviter d'endommager l'appareil si vous devez le transporter à l'avenir. Si vous devez vous défaire de l'emballage d'origine, assurez-vous de recycler tous les éléments correctement.
- Assurez-vous que toutes les pièces et les composants sont inclus et en bon état. S'il manque une pièce, une partie, un accessoire ou que l'appareil ou ses accessoires ne sont pas en bon état, veuillez contacter le Service Après-Vente officiel de Cecotec.

### Contenu de la boîte

- Vélo d'appartement Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Outils pour le montage
- Manuel d'instructions

## 3. MONTAGE DE L'APPAREIL

### Installation des stabilisateurs. Img. 3

1. Retirez les vis à tête hexagonale préinstallées du stabilisateur à l'aide de la clé Allen de 6 mm (S4) fournie.
2. Alignez les trous des vis du cadre principal avec les trous des vis du stabilisateur, installez les vis à tête hexagonale et les rondelles courbes et serrez-les avec la clé Allen de 6 mm (S4) fournie.

### Installation de la tige du guidon. Img. 4

1. Retirez les vis à tête hexagonale préinstallées de la tige du guidon à l'aide de la clé Allen de 5 mm (S4) fournie.
2. Alignez les trous des vis du cadre principal avec ceux de la tige du guidon, installez les vis à tête hexagonale et les rondelles courbes et serrez-les avec la clé Allen de 6 mm (S4) fournie.

### Installation du guidon et du support pour tablettes. Img. 5

1. Alignez les trous des vis du guidon avec ceux de la tige du guidon, installez les vis à tête hexagonale, les rondelles plates et les rondelles élastiques et serrez-les avec la clé Allen de 5 mm (S4) fournie (la plus petite clé).
2. Fixez le support pour tablettes au guidon.

### Installation des pédales et de la selle. Img. 6

1. Insérez les pédales dans la bielle et fixez-les avec la clé (S5) fournie.  
Attention : Les pédales sont distinguées entre gauche (L) et droite (R) par les lettres correspondantes. Ne les installez pas dans une mauvaise position.
2. Insérez la selle dans la tige de selle et serrez les vis à l'aide des clés fournies.  
Attention : L'inclinaison de la selle peut être réglée.

## 4. FONCTIONNEMENT

### Réglage de la résistance. Img. 7

Pour régler le niveau de la résistance, utilisez la molette de réglage située sur le cadre principal. Pour augmenter la tension, tournez la molette dans le sens des aiguilles d'une montre (+), et pour diminuer la tension, tournez-la dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (-). Appuyez sur la molette pour arrêter le mouvement du vélo d'appartement.

### Réglage de la hauteur de la selle. Img. 8

Pour régler la hauteur de la selle, tournez la molette de la tige de la selle dans le sens inverse des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'elle se desserre, puis réglez-la à la hauteur souhaitée. Une fois le réglage terminé, serrez la molette en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

### Réglage de la distance de la selle. Img. 9

Pour régler la distance de la selle, il suffit de tourner la molette située sous la selle dans le sens inverse des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'elle se desserre, puis de régler la distance souhaitée. Une fois le réglage terminé, serrez la molette en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

### Kinomap

Recherchez, téléchargez et installez l'application Kinomap depuis l'Apple Store ou Google Play en fonction de votre système de téléphonie mobile.

1. Accédez à l'application et appuyez sur « Plus ».
  2. Sélectionnez l'option « Ajouter une nouvelle machine d'entraînement ».
  3. Sélectionnez le type d'équipement « vélo d'appartement ».
  4. Appuyez ensuite sur l'appareil ou sur « Cecotec » pour connecter l'appareil.
  5. Consultez des vidéos pour commencer l'entraînement.
- Veuillez comprendre que ce manuel ne peut pas fournir un guide complet de l'application, car il s'agit d'une application tierce gratuite qui est continuellement mise à jour.
  - Pour plus d'informations sur l'application, veuillez vous référer aux instructions contenues dans l'application spécifique ou dans le Google PlayStore ou l'AppStore.

## 5. NETTOYAGE ET ENTRETIEN

- Lubrifiez périodiquement les pièces qui se déplacent au cours de l'exercice pour prévenir leur détérioration.
- Inspectez et serrez toutes les pièces avant son utilisation. Si une pièce est endommagée, veuillez la remplacer immédiatement et n'utilisez pas l'appareil jusqu'à ce qu'il soit en parfait état.

## FRANÇAIS

- L'équipement peut être nettoyé avec un chiffon légèrement humide et du détergent non abrasif. N'utilisez pas de solvants.
- N'essayez pas de réparer le produit vous-même. Si vous avez des difficultés lors de son assemblage, lors de son utilisation ou vous pensez qu'il vous manque des pièces, contactez le Service d'Assistance Technique Officiel de Cecotec.

### Avertissement

La fréquence du nettoyage et de l'entretien dépend de la fréquence et de l'intensité d'utilisation.

## 6. INFORMATIONS CONCERNANT L'EXERCICE

Un correct entraînement doit comprendre les étapes suivantes :

- Échauffement : séance d'étirements et d'exercices de faible intensité pendant 5-10 minutes. Un échauffement correct augmente la température corporelle, le rythme cardiaque et la circulation, favorisant ainsi la préparation à l'exercice.
- Entraînement : séance d'exercices d'une durée de 20 à 30 minutes. (Note : pendant les premières semaines d'exercice, ne maintenez pas votre fréquence cardiaque élevée pendant plus de 20 minutes).
- Étirement : étirez-vous pendant 5-10 minutes. Cela augmente la flexibilité et aide à prévenir les lésions après l'exercice.
- Ne vous entraînez jamais sans avoir échauffé au préalable. Avant chaque séance d'entraînement, il est conseillé de préparer le corps à un exercice plus intense en réchauffant et en étirant les muscles, en augmentant la circulation et la fréquence cardiaque et en apportant plus d'oxygène aux muscles.

## 7. RÉOLUTION DE PROBLÈMES

Problème	Cause	Solution
La base est instable.	Le sol n'est pas plat ou un objet se trouve sous le stabilisateur. Les pieds du stabilisateur arrière n'ont pas été mis à niveau lorsqu'ils ont été installés.	Retirez l'objet. Ajustez les pieds du stabilisateur arrière.

Le guidon n'est pas stable.	Les boulons sont desserrés.	Serrez les boulons.
Bruit fort des pièces mobiles.	Les pièces ne sont pas correctement serrées.	Serrez-les.

## 8. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

Référence : 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Poids maximum de l'utilisateur : 120 Kg.

Classe HC

Connexion Bluetooth 5.0

Bande de fréquence de fonctionnement : 2,4 GHz

Transmission de puissance maximale du Bluetooth : 2,69 dBm

Dimensions : 100 x 47 x 106 cm

Poids : 29 kg

Les spécifications techniques peuvent être modifiées sans notification préalable afin d'améliorer la qualité du produit.

Produit fabriqué en Chine | Conçu en Espagne

## 9. RECYCLAGE DES ÉQUIPEMENTS ÉLECTRIQUES ET ÉLECTRONIQUES



Ce symbole indique que, conformément à la réglementation en vigueur, le produit et/ou la batterie doivent être éliminés séparément des déchets municipaux. Lorsque ce produit atteint la fin de sa vie utile, vous devez retirer les piles ou batteries et les apporter à un point de collecte désigné par les autorités locales.

Pour obtenir des informations détaillées sur la manière la plus adéquate de vous défaire de vos appareils électriques et électroniques et/ou des batteries correspondantes, vous devez contacter les autorités locales.

Le respect des directives susmentionnées contribuera à la protection de l'environnement.

## 10. GARANTIE ET SAV

Cecotec est responsable envers l'utilisateur final ou le consommateur de tout défaut de conformité existant au moment de la livraison du produit dans les termes, conditions et délais établis par la réglementation applicable.

Il est recommandé que les réparations soient effectuées par du personnel qualifié.

Si vous détectez un incident ou un problème avec le produit, vous devez contacter le Service Après-Vente officiel de Cecotec au +34 9 63 21 07 28.

## 11. COPYRIGHT

Les droits de propriété intellectuelle des textes de ce manuel appartiennent à CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Tous droits réservés. Le contenu de cette publication ne peut être, en totalité ou en partie, reproduit, stocké dans un système de récupération de données, transmis ou distribué par quelque moyen que ce soit (électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou similaire) sans l'autorisation préalable de CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. DÉCLARATION DE CONFORMITÉ SIMPLIFIÉE

Par la présente, Cecotec Innovaciones déclare que ce vélo d'appartement, modèle 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected est conforme à la directive 2014/53/UE sur les équipements radioélectriques.

Le texte intégral de la déclaration de conformité de l'UE peut être consulté sur le site web suivant :



[www.cecotec.com](http://www.cecotec.com)

## 1. TEILE UND KOMPONENTEN

Abb. 1

1. Tablet-Halterung
2. Griffstange
3. Widerstandseinstellknopf
4. Sattel
5. Einstellknopf für den Sattelabstand
6. Einstellknopf für die Sattelhöhe
7. Lenkervorbau
8. Hauptstruktur
9. Pedale
10. Schwungrad
11. Vorderer Stabilisator
12. Hinterer Stabilisator

**Montage-Kit.** Abb. 2

- S.1. Sechskantschraube M6x10 (x4)
- S2. Federscheibe (x4)
- S3. Flache Unterlegscheibe (x4)
- S4. Inbusschlüssel 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Gabelschlüssel (x1)

Hinweis

Die Grafiken in dieser Bedienungsanleitung sind schematische Darstellungen und entsprechen möglicherweise nicht genau dem Gerät.

## 2. VOR DEM GEBRAUCH

- Dieses Gerät ist so verpackt, dass es während des Transports geschützt bleibt. Nehmen Sie das Gerät aus dem Karton und entfernen Sie das gesamte Verpackungsmaterial. Bewahren Sie die Verpackung an einem sicheren Ort auf, damit das Gerät nicht beschädigt wird, wenn Sie ihn später transportieren müssen. Wenn Sie die Originalverpackung entsorgen möchten, stellen Sie sicher, dass alle Artikel wiederverwerten.
- Prüfen Sie, ob die Lieferung vollständig und in gutem Zustand ist. Wenn die Lieferung fehlt oder nicht in gutem Zustand ist, kontaktieren Sie den technischen Kundendienst von Cecotec.

### **Vollständiger Inhalt**

- Heimtrainer Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Montagewerkzeuge
- Bedienungsanleitung

## **3. MONTAGE DES PRODUKTS**

### **Einbau der Stabilisatoren.** Abb. 3

1. Entfernen Sie die vorinstallierten Sechskantschrauben mit dem mitgelieferten 6-mm-Inbusschlüssel (S4) vom Stabilisator.
2. Richten Sie die Schraubenlöcher des Hauptrahmens auf die Schraubenlöcher des Stabilisators aus, setzen Sie die Sechskantschrauben und die gebogenen Unterlegscheiben ein und ziehen Sie sie mit dem mitgelieferten 6-mm-Inbusschlüssel (S4) fest.

### **Einbau des Lenkervorbaus.** Abb. 2

1. Entfernen Sie die vorinstallierten Sechskantschrauben vom Lenkervorbau mit dem mitgelieferten 5 mm Inbusschlüssel (S4).
2. Richten Sie die Schraubenlöcher im Hauptrahmen auf die Löcher im Lenkervorbau aus, installieren Sie die Sechskantschrauben und die gebogenen Unterlegscheiben und ziehen Sie sie mit dem mitgelieferten 6-mm-Inbusschlüssel (S4) fest.

### **Installation von Lenker und Tablet-Halterung.** Abb. 5

1. Richten Sie die Löcher für die Lenkerschrauben auf die Löcher im Lenkervorbau aus, montieren Sie die Sechskantschrauben, Unterlegscheiben und Federringe und ziehen Sie sie mit dem mitgelieferten 5 mm Inbusschlüssel (S4) fest (kleinster Schlüssel).
2. Befestigen Sie den Tablet-Halter am Lenker.

### **Montage der Pedale und des Sattels.** Abb.6

1. Stecken Sie die Pedale in die Kurbel und sichern Sie sie mit dem mitgelieferten Schraubenschlüssel (S5).

Achtung: Die Pedale werden mit den entsprechenden Buchstaben zwischen links (L) und rechts (R) unterschieden. Installieren Sie sie nicht in der falschen Position.

2. Setzen Sie den Sattel in die Sattelstütze ein und ziehen Sie die Schrauben mit den mitgelieferten Schlüsseln fest.

Achtung: Die Neigung des Sattels kann eingestellt werden.



## 4. BEDIENUNG

### **Einstellung des Widerstandes.** Abb. 7

Um den Widerstand einzustellen, verwenden Sie einfach den Einstellknopf am Hauptrahmen. Um die Spannung zu erhöhen, drehen Sie den Knopf im Uhrzeigersinn (+), und um die Spannung zu verringern, drehen Sie ihn gegen den Uhrzeigersinn (-). Drücken Sie den Knopf, um die Bewegung des Heimtrainers zu stoppen.

### **Sattelhöhenverstellung.** Abb. 8

Zum Einstellen der Sattelhöhe drehen Sie einfach den Knopf an der Sattelstütze gegen den Uhrzeigersinn, bis er sich löst, und stellen dann die gewünschte Höhe frei ein. Wenn die Einstellung abgeschlossen ist, ziehen Sie den Knopf durch Drehen im Uhrzeigersinn fest.

### **Einstellung des Abstandes des Sattels.** Abb. 9

Um den Sattelabstand einzustellen, drehen Sie einfach den Knopf unter dem Sattel gegen den Uhrzeigersinn, bis er sich löst, und stellen dann den gewünschten Abstand frei ein. Wenn die Einstellung abgeschlossen ist, ziehen Sie den Knopf durch Drehen im Uhrzeigersinn fest.

### **Kinomap**

Suchen Sie die Kinomap APP, laden Sie sie herunter und installieren Sie sie im Apple Store oder bei Google Play, je nach Ihrem Mobiltelefonsystem.

1. Rufen Sie die APP auf und klicken Sie auf die Seite „Mehr“.
  2. Wählen Sie die Option „Neue Trainingsmaschine hinzufügen“.
  3. Wählen Sie die Art des Geräts „Heimtrainer“.
  4. Klicken Sie dann auf das Gerät oder auf „Cecotec“, um das Gerät zu koppeln.
  5. Suchen Sie nach Videos, um ein Training zu beginnen.
- Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir in diesem Handbuch keine vollständige Anleitung für die Anwendung geben können, da es sich um eine kostenlose Anwendung eines Drittanbieters handelt und die Anwendung ständig aktualisiert wird.
  - Weitere Informationen zur Anwendung finden Sie in der Anleitung der jeweiligen Anwendung oder im Google PlayStore oder AppStore.

## 5. REINIGUNG UND WARTUNG

- Schmieren Sie regelmäßig die Teile, die sich während des Trainings bewegen, um eine vorzeitige Abnutzung zu verhindern.
- Prüfen und ziehen Sie alle Teile vor der Verwendung nach. Wenn ein Teil in schlechtem Zustand ist, ersetzen Sie es sofort und benutzen Sie das Gerät nicht, bis es in einwandfreiem Zustand ist.

## DEUTSCH

- Der Heimtrainer kann mit einem leicht angefeuchteten Tuch und ein mildes Reinigungsmittel gereinigt werden. Keine Lösungsmittel verwenden.
- Versuchen Sie nicht, den Heimtrainer selbst zu reparieren. Wenn Sie Schwierigkeiten beim Zusammenbau oder bei der Verwendung haben oder glauben, Teile zu vermissen, wenden Sie sich an Ihren Händler oder den offiziellen technischen Kundendienst von Cecotec.

### Hinweis

Die Häufigkeit der Reinigung und Wartung der Geräte hängt von der Häufigkeit und Intensität der Nutzung ab.

## 6. FITNESSINFORMATION

Eine angemessene Schulung sollte die folgenden Schritte umfassen:

- Aufwärmen: besteht aus einer 5 bis 10 Minuten dauernden Dehnungs- und Übungseinheit mit geringer Intensität. Ein richtiges Aufwärmen sorgt für einen Anstieg der Körpertemperatur, der Herzfrequenz und des Kreislaufs, was die Vorbereitung auf das Training erleichtert.
- Training: Dies ist eine 20-30-minütige Trainingseinheit. (Hinweis: Halten Sie in den ersten Wochen des Trainings Ihre Herzfrequenz nicht länger als 20 Minuten hoch).
- Dehnung: 5 bis 10 Minuten dehnen. Dies erhöht Ihre Flexibilität und hilft, möglichen Verletzungen nach dem Training vorzubeugen.
- Beginnen Sie eine Sitzung nicht, ohne sich vorher aufzuwärmen. Vor jeder Trainingseinheit ist es ratsam, den Körper durch Aufwärmen und Dehnen der Muskeln, Erhöhung des Kreislaufs und des Pulses sowie durch eine bessere Sauerstoffversorgung der Muskeln auf eine intensivere Belastung vorzubereiten.

## 7. PROBLEMBEHEBUNG

Problem	Ursache	Lösung
Die Basis ist instabil.	Der Boden ist nicht eben oder es befindet sich ein Gegenstand unter dem Stabilisator. Die Endkappen der hinteren Stabilisatoren haben sich beim Einstellen nicht nivelliert.	Entfernen Sie das Objekt. Montieren Sie die Endkappen der hinteren Stabilisatoren.

Der Lenker ist nicht stabil.	Die Bolzen sind lose.	Ziehen Sie die Schrauben fest.
Laute Geräusche von sich bewegenden Teilen.	Die Teile sind nicht richtig angezogen.	Ziehen Sie sie fest.

## 8. TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

Referenz des Gerätes: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Maximales Benutzergewicht: 120 Kg.

Klasse HC

Bluetooth-Verbindung 5.0

Frequenzbereich für den Betrieb: 2,4 GHz

Maximale Sendeleistung des Bluetooth-Moduls: 2,69 dBm

Ausmaß: 100 x 47 x 106 cm

Gewicht: 29 kg

Die technischen Daten

können ohne vorherige Ankündigung geändert werden, um die Produktqualität zu verbessern.  
Hergestellt in China | Entworfen in Spanien

## 9. RECYCLING VON ELEKTRO- UND ELEKTRONIKGERÄTEN



Dieses Symbol weist darauf hin, dass das Produkt und/oder die Batterie gemäß den geltenden Vorschriften getrennt vom Haushaltsabfall entsorgt werden muss. Wenn dieses Produkt das Ende seiner Nutzungsdauer erreicht hat, sollten Sie die Batterien/Akkus entfernen und es zu einer von den örtlichen Behörden bestimmten Sammelstelle bringen.

Die Verbraucher müssen sich mit Ihren örtlichen Behörden oder Einzelhändlern in Verbindung setzen, um Informationen über die ordnungsgemäße Entsorgung ihrer Altgeräte und/ oder ihre Akkus zu erhalten.

Die Einhaltung der oben genannten Leitlinien trägt zum Schutz der Umwelt bei.

## 10. GARANTIE UND KUNDENDIENST

Cecotec haftet gegenüber dem Endnutzer oder Verbraucher für jegliche Konformitätsmängel, die zum Zeitpunkt der Lieferung des Produkts bestehen, gemäß den in den geltenden Vorschriften festgelegten Bedingungen und Fristen.

Es wird empfohlen, dass Reparaturen von qualifiziertem Personal durchgeführt werden. Sollte unerwartet eine Störung auftreten oder haben Sie Fragen über Ihrem Produkt, können Sie sich mit dem Kundendienst in Verbindung setzen über die Telefonnummer: +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

Die geistigen Eigentumsrechte an den Texten in dieser Bedienungsanleitung liegen bei CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Alle Rechte vorbehalten. Der Inhalt dieser Veröffentlichung darf ohne vorherige Genehmigung von CECOTEC INNOVACIONES, S.L. weder ganz noch teilweise vervielfältigt, in einem Wiederherstellungssystem gespeichert, übertragen oder verbreitet werden (elektronisch, mechanisch, Fotokopie, Aufzeichnung oder ähnliches).

## 12. VEREINFACHTE KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Cecotec Innovations erklärt hiermit, dass dieser Heimtrainer, Modell 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected, mit der Richtlinie 2014/53/EU über Funkanlagen konform ist. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist auf der folgenden Website zu finden:



[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)

## 1. PARTI E COMPONENTI

Fig. 1

1. Supporto per tablet
2. Barra di trazione
3. Manopola di regolazione della resistenza
4. Sellino
5. Manopola di regolazione della distanza del sellino
6. Manopola di regolazione dell'altezza
7. Asta del manubrio
8. Telaio principale
9. Pedali
10. Volano
11. Stabilizzatore anteriore
12. Stabilizzatore posteriore

**Kit di montaggio.** Fig. 2

- S.1. Vite a testa esagonale M6x10 (x4)
- S2. Rondella elastica (x4)
- S3. Rondella piatta (x4)
- S4. Chiave a brugola 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Chiave inglese (x1)

Nota bene

Le immagini di questo manuale sono rappresentazioni schematiche e potrebbero non corrispondere esattamente all'apparecchio.

## 2. PRIMA DELL'USO

- Questo apparecchio ha un imballaggio progettato per proteggerlo durante il trasporto. Estrarre l'apparecchio dalla scatola e rimuovere tutto il materiale presente nell'imballaggio. Conservare la scatola originale e gli altri elementi in un luogo sicuro per prevenire danni all'apparecchio in caso di necessità di trasportarlo in futuro. Se si desidera smaltire l'imballaggio originale, assicurarsi di riciclare tutti gli elementi in modo appropriato.
- Verificare che tutte le parti e componenti siano inclusi e in buono stato. Se uno di essi mancasse o non fosse in buone condizioni, contattare immediatamente il Servizio di Assistenza Tecnica ufficiale di Cecotec.

### **Contenuto della scatola**

- Cyclette da casa Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Attrezzatura per il montaggio
- Il presente manuale di istruzioni

## **3. MONTAGGIO DELL'APPARECCHIO**

### **Installazione degli stabilizzatori.** Fig. 3

1. Rimuovere le viti a testa esagonale preinstallate dallo stabilizzatore con la chiave a brugola da 6 mm (S4) in dotazione.
2. Allineare i fori dei viti del telaio principale con quelli dello stabilizzatore, installare i viti a testa esagonale e le rondelle curve e serrarli con la chiave a brugola da 6 mm (S4) in dotazione.

### **Installazione dell'asta del manubrio.** Fig. 4

1. Rimuovere i viti a testa esagonale preinstallati dall'attacco del manubrio con la chiave a brugola da 5 mm (S4) in dotazione.
2. Allineare i fori dei viti nel telaio principale con quelli dell'asta del manubrio, installare i viti a testa esagonale e le rondelle curve e serrare con la chiave a brugola da 6 mm (S4) in dotazione.

### **Installazione del manubrio e del supporto per tablet.** Fig. 5

1. Allineare i fori dei viti del manubrio con i fori dell'attacco manubrio, installare i viti a testa esagonale, le rondelle piane e le rondelle elastiche e serrarli con la chiave a brugola da 5 mm (S4) in dotazione (la chiave più piccola).
2. Fissare il supporto per tablet al manubrio.

### **Installazione di pedali e sellino.** Fig. 6

1. Inserire i pedali nella pedivella e fissarli con la chiave inglese (S5) in dotazione.  
Attenzione: Il pedale destro è contrassegnato da (R), mentre quello sinistro da (L). Non installarli nella posizione sbagliata.
2. Inserire il sellino nel reggisella e serrare i viti con le chiavi in dotazione.  
Attenzione: L'inclinazione del sellino può essere regolata.

## 4. FUNZIONAMENTO

### **Regolazione della resistenza.** Fig. 7

Per regolare il livello di resistenza, è sufficiente utilizzare la manopola di regolazione sul telaio principale. Per aumentare la tensione, ruotare la manopola in senso orario (+) e per diminuirla, ruotarla in senso antiorario (-). Premere la manopola per arrestare il movimento della cyclette.

### **Regolazione dell'altezza del sellino.** Fig. 8

Per regolare l'altezza del sellino, è sufficiente ruotare la manopola sul reggisella in senso antiorario finché non si sblocca, quindi regolare liberamente all'altezza desiderata. Una volta completata la regolazione, serrare la manopola ruotandola in senso orario.

### **Regolazione della distanza del sellino.** Fig. 9

Per regolare la distanza del sellino, è sufficiente ruotare la manopola sotto il sellino in senso antiorario finché non si sblocca, quindi regolare liberamente la distanza desiderata. Una volta completata la regolazione, serrare la manopola ruotandola in senso orario.

### **Kinomap**

Cercare, scaricare e installare l'app Kinomap dall'Apple Store o da Google Play, a seconda del sistema di telefonia mobile in uso.

1. Accedere all'app e fare clic su "Altro".
  2. Selezionare l'opzione "Aggiungi una nuova macchina di allenamento".
  3. Selezionare il tipo di macchina "cyclette".
  4. Quindi fare clic sul dispositivo o su "Cecotec" per associare la macchina.
  5. Cercare video per iniziare l'allenamento.
- Si ricorda che in questo manuale non è possibile fornire una guida completa all'applicazione, in quanto si tratta di un'applicazione gratuita di terzi e in continuo aggiornamento.
  - Per ulteriori informazioni sull'applicazione, consultare le istruzioni contenute nell'applicazione specifica o nel Google PlayStore o nell'AppStore.

## 5. PULIZIA E MANUTENZIONE

- Lubrificare periodicamente le parti che si muovono durante l'esercizio per evitare un deterioramento prematuro.
- Ispezionare e stringere tutte le parti prima dell'uso. Se qualche pezzo si trova incattivito stato cambiarlo immediatamente e non utilizzare il dispositivo finché non si trova in perfetto stato.

## ITALIANO

- L'apparecchio può essere pulito con un panno leggermente umido e un detergente non abrasivo. Non usare solventi.
- Non tentare di riparare l'attrezzatura da soli. In caso di difficoltà nel montaggio, nell'uso o se mancano dei pezzi, contattare il proprio rivenditore o il Servizio di Assistenza Tecnica ufficiale di Cecotec.

### Attenzione

La frequenza della pulizia e della manutenzione dipende dalla frequenza e dall'intensità dell'uso.

## 6. INFORMAZIONI RELATIVE ALL'ALLENAMENTO

Un corretto allenamento deve essere composto dai seguenti passaggi:

- Riscaldamento: consiste in una sessione di stretching e una di esercizi a bassa intensità con una durata da 5 a 10 minuti. Un riscaldamento corretto provoca un aumento della temperatura corporea, frequenza cardiaca e circolazione che predispone all'allenamento.
- Allenamento: si tratta di una sessione di esercizi che dura da 20 a 30 minuti (Nota: durante le prime settimane di esercizio, non mantenere la frequenza cardiaca alta per più di 20 minuti).
- Raffreddamento: stretching da 5 a 10 minuti. Questo aumenterà la flessibilità e aiuterà a prevenire possibili lesioni dopo l'esercizio.
- Non iniziare mai una sessione senza previo riscaldamento. Prima di iniziare l'allenamento, è consigliabile preparare il corpo a un esercizio più intenso riscaldando e allungando i muscoli, aumentando la circolazione e il battito cardiaco e fornendo più ossigeno ai muscoli.

## 7. RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Problema	Causa	Soluzione
La base è instabile.	Il pavimento non è piano o c'è un oggetto sotto lo stabilizzatore. Lo stabilizzatore posteriore non è stato regolato correttamente.	Rimuovere l'oggetto sotto lo stabilizzatore, Regolare correttamente lo stabilizzatore posteriore.
Il manubrio è instabile.	Le viti sono allentate.	Allentare le viti.



Le parti mobili fanno molto rumore.	Le parti mobili non sono ben serrate.	Serrarle.
-------------------------------------	---------------------------------------	-----------

## 8. SPECIFICHE TECNICHE

Codice prodotto: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Peso massimo utente: 120 kg.

Classe HC

Connessione Bluetooth 5.0

Banda di frequenza di funzionamento: 2,4 GHz

Potenza massima di trasmissione del modulo bluetooth: 2,69 dBm

Dimensioni: 100 x 47 x 106 cm

Peso: 29 kg

Le specifiche tecniche possono cambiare senza previa notifica per migliorare la qualità del prodotto.

Prodotto in Cina | Progettato in Spagna

## 9. RICICLAGGIO DI APPARECCHIATURE ELETTRICHE ED ELETTRONICHE



Questo simbolo indica che, in conformità con le normative vigenti, il prodotto e/o la batteria devono essere smaltiti separatamente dai rifiuti domestici.

Quando questo prodotto raggiunge la fine della sua vita utile, è necessario rimuovere le pile/batterie/accumulatori e portarlo in un punto di raccolta designato dalle autorità locali.

Per ottenere informazioni dettagliate sulla forma più adeguata per gettare gli elettrodomestici e/o le corrispondenti batterie, il consumatore dovrà contattare le autorità locali.

Il rispetto delle linee guida di cui sopra aiuterà a proteggere l'ambiente.

## 10. GARANZIA E SUPPORTO TECNICO

Cecotec sarà responsabile nei confronti dell'utente finale o del consumatore per qualsiasi difetto di conformità esistente al momento della consegna del prodotto nei termini, condizioni e scadenze stabilite dalla normativa vigente.

Si raccomanda che le riparazioni siano effettuate da personale specializzato.

Se si riscontra un problema con il prodotto o in caso di dubbi, si prega di contattare il Servizio di Assistenza Tecnica ufficiale di Cecotec al numero +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

I diritti di proprietà intellettuale dei testi di questo manuale appartengono a CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Tutti i diritti riservati. Il contenuto di questa pubblicazione non può essere, in tutto o in parte, riapparecchio, archiviato in un sistema di recupero, trasmesso o distribuito con qualsiasi mezzo (elettronico, meccanico, fotocopia, registrazione o simile) senza la previa autorizzazione di CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ SEMPLIFICATA

Con la presente, Cecotec Innovaciones dichiara che questa cyclette da casa, modello 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected, è conforme alla Direttiva 2014/53/UE sulle apparecchiature radio.

Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile nel seguente sito web:



[www.cecotec.com](http://www.cecotec.com)

## 1. PEÇAS E COMPONENTES

Fig. 1

1. Suporte para tablet
2. Guiador
3. Roda de ajuste da resistência
4. Selim
5. Roda de ajuste da distância do selim
6. Roda de ajuste da altura
7. Espigão do guiador
8. Estrutura principal
9. Pedais
10. Volante de inércia
11. Estabilizador dianteiro
12. Estabilizador traseiro

**Kit de montagem.** Fig.2

- S.1. Parafuso de cabeça sextavada M6x10 (x4)
- S2. Arruela elástica (x4)
- S3. Arruela plana (x4)
- S4. Chave Allen 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Chave inglesa (x1)

Nota

Os gráficos deste manual são representações esquemáticas e podem não corresponder exatamente ao aparelho.

## 2. ANTES DE USAR

- Este aparelho é acondicionado em embalagens concebidas para o proteger durante o transporte. Retire o aparelho da sua caixa e remova todo o material de embalagem. Pode manter a caixa original e outras embalagens num local seguro para evitar danos no aparelho, caso necessite de o transportar no futuro. Se desejar descartar a embalagem original, certifique-se de reciclar todos os itens corretamente.
- Certifique-se de que todas as peças e componentes estejam incluídos e em bom estado. Se algum deles faltar ou não estiver em boas condições, contactar imediatamente o Serviço de Assistência Técnica oficial da Cecotec.

### Conteúdo da caixa

- Bicicleta indoor Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Ferramentas de montagem
- Este manual de instruções

## 3. MONTAGEM DO APARELHO

### Instalar os estabilizadores. Fig. 3

1. Retire os parafusos de cabeça sextavada pré-instalados do estabilizador com a chave Allen de 6 mm (S4) fornecida.
2. Alinhe os orifícios dos parafusos da estrutura principal com os do estabilizador, instale os parafusos de cabeça sextavada e as arruelas curvas e aperte-os com a chave Allen de 6 mm (S4) fornecida.

### Instalar o avanço do guidador. Fig. 4

1. Retire os parafusos de cabeça sextavada pré-instalados do avanço com a chave Allen de 5 mm (S4) fornecida.
2. Alinhe os orifícios dos parafusos da estrutura principal com os do avanço, instale os parafusos de cabeça sextavada e as arruelas curvas e aperte-os com a chave Allen de 6 mm (S4) fornecida.

### Instalar o guidador e o suporte para tablet. Fig. 5

1. Alinhe os orifícios dos parafusos do guidador com os orifícios do avanço do guidador, instale os parafusos de cabeça sextavada, as arruelas planas e as arruelas de pressão e aperte-os com a chave Allen de 5 mm (S4) fornecida (chave mais pequena).
2. Fixe o suporte para tablet ao guidador.

### Instalar os pedais e o selim. Fig.6

1. Introduza os pedais na biela e fixe-os com a chave (S5) fornecida.  
Atenção: os pedais distinguem-se entre esquerda (L) e direita (R) com as letras correspondentes. Não os instale na posição errada.
2. Introduza o selim no espigão do selim e aperte os parafusos com as chaves fornecidas.  
Atenção: a inclinação do selim pode ser ajustada.

## 4. FUNCIONAMENTO

### Ajuste da resistência. Fig. 7

Para ajustar o nível de resistência, basta utilizar a roda de ajuste na estrutura principal. Para aumentar a resistência, rode a roda em sentido horário (+), e para diminuir a resistência,

rode-o em sentido anti-horário (-). Prima a roda para parar o movimento da bicicleta estática.

#### **Ajuste de altura do selim.** Fig. 8

Para ajustar a altura do selim, basta rodar a roda no espigão do selim em sentido anti-horário até este se soltar e depois ajustar livremente a altura desejada. Quando o ajuste estiver concluído, aperte a roda rodando-a em sentido horário.

#### **Ajuste da distância do selim.** Fig.9

Para ajustar a distância do selim, basta rodar a roda por baixo do selim em sentido anti-horário até este se soltar e depois ajustar livremente a distância desejada. Quando o ajuste estiver concluído, aperte a roda rodando-a em sentido horário.

#### **Kinomap**

Procure, descarregue e instale a app Kinomap na App Store ou no Google Play, consoante o sistema do seu telemóvel.

1. Aceda à app e clique na página "Mais".
  2. Selecione a opção "Adicionar nova máquina de treino".
  3. Selecione o tipo de equipamento "bicicleta estática".
  4. Em seguida, clique no aparelho ou em "Cecotec" para emparelhar.
  5. Procure vídeos para iniciar o treino.
- É importante compreender que não podemos fornecer as instruções completas da app neste manual, uma vez que se trata de uma app gratuita de terceiros e que a app é continuamente atualizada.
  - Para mais informações sobre a app, consulte as instruções contidas na app específica ou na Google Play ou na App Store.

## **5. LIMPEZA E MANUTENÇÃO**

- Lubrifique periodicamente as peças que se movem durante o exercício para evitar o desgaste prematuro.
- Inspeccione e aperte todas as peças antes da sua utilização. Se qualquer peça estiver em mau estado, substitua-a imediatamente e não utilize o equipamento até que esteja em perfeito estado.
- O aparelho pode ser limpo com um pano ligeiramente humedecido e um detergente não abrasivo. Não utilize dissolventes.
- Não tente reparar o produto por si próprio. Se tiver dificuldades na montagem, utilização, ou se pensar que lhe faltam peças, contacte o Serviço Oficial de Assistência Técnica da Cecotec.

## PORTUGUÊS

### Aviso

A frequência de limpeza e manutenção depende da frequência e intensidade de utilização.

## 6. INFORMAÇÕES RELATIVAS AO EXERCÍCIO

O treino correto deve consistir nos seguintes passos:

- Aquecimento: consiste numa sessão de alongamento e exercício de baixa intensidade com a duração de 5 até 10 minutos. Um aquecimento adequado proporciona um aumento da temperatura corporal, ritmo cardíaco e circulação, o que ajuda a preparar para o exercício.
- Treino: uma sessão de exercício de 20 a 30 minutos. (Nota: durante as primeiras semanas de exercício, não mantenha o seu ritmo cardíaco elevado durante mais de 20 minutos).
- Arrefecimento: esticar de 5 a 10 minutos. Isto aumentará a sua flexibilidade e ajudará a prevenir possíveis lesões após o exercício.
- Nunca inicie uma sessão sem aquecer primeiro. Antes de iniciar cada sessão de treino, recomenda-se que o corpo se prepare para um exercício mais intenso, aquecendo e alongando os músculos, aumentando a circulação e o ritmo cardíaco e fornecendo mais oxigénio aos músculos.

## 7. RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

Problema	Causa	Solução
A base é instável.	O chão não é plano ou existe um objeto por baixo do estabilizador. As extremidades do estabilizador traseiro não estão niveladas quando ajustadas.	Retire o objeto. Coloque as tampas das extremidades do estabilizador traseiro.
O guiador não é estável.	Os parafusos estão soltos.	Aperte os parafusos.
Ruído forte de peças móveis.	As peças não estão bem apertadas.	Aperte-as.

## 8. ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Referência: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Peso máximo utilizador: 120 kg

Classe: HC

Ligação Bluetooth: 5.0

Banda de frequência de funcionamento: 2,4 GHz

Potência máxima de transmissão do módulo Bluetooth: 2,69 dBm

Dimensões: 100 x 47 x 106 cm

Peso: 29 kg

Especificações técnicas

As especificações técnicas podem ser alteradas sem notificação prévia para melhorar a qualidade do produto.

Fabricado na China | Desenhado na Espanha

## 9. RECICLAGEM DE PRODUTOS ELÉTRICOS E ELETRÔNICOS



Este símbolo indica que, de acordo com os regulamentos aplicáveis, o produto e/ou a bateria devem ser eliminados separadamente do lixo doméstico.

Quando este produto atingir o fim da sua vida útil, deverá remover as pilhas/baterias/acumuladores e levá-lo para um ponto de recolha designado pelas autoridades locais.

Para obter informação detalhada acerca da forma mais adequada de eliminar os seus equipamentos elétricos e eletrônicos e/ou as correspondentes baterias, o consumidor deverá contactar com as autoridades locais.

A conformidade com as diretrizes acima referidas ajudará a proteger o ambiente.

## 10. GARANTIA E SAT

A Cecotec será responsável perante o utilizador final ou consumidor por qualquer falta de conformidade que exista no momento da entrega do produto nos termos, condições e prazos estabelecidos pelos regulamentos aplicáveis.

Recomenda-se que as reparações sejam efetuadas por pessoal qualificado.

Se detetar um incidente com o produto ou tiver alguma dúvida, contacte o Serviço de Assistência Técnica oficial da Cecotec através do número +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

Os direitos de propriedade intelectual dos textos deste manual pertencem à CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Todos os direitos reservados. O conteúdo desta publicação não pode, no todo ou em parte, ser reproduzido, armazenado num sistema de recuperação, transmitido ou distribuído por qualquer meio (eletrónico, mecânico, fotocópia, gravação ou similar) sem a autorização prévia da CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE SIMPLIFICADA

A Cecotec Innovaciones declara que esta bicicleta indoor, modelo 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected está em conformidade com a Directiva de Equipamento de Rádio 2014/53/UE.

O texto completo da Declaração de Conformidade da UE pode ser encontrado no seguinte website:



[www.cecotec.com](http://www.cecotec.com)



## 1. ONDERDELEN EN COMPONENTEN

Fig. 1

1. Houder voor tablet
2. Stuur
3. Knop voor aanpassing weerstand
4. Zadel
5. Knop voor aanpassen zadelf afstand
6. Knop voor hoogte-instelling
7. Stuurstang
8. Hoofdframe
9. Pedalen
10. Vlieg wiel
11. Voorste stabilisatiesteun
12. Achterste stabilisatorstang

**Set voor montage.** Fig. 2

- S.1. Zeskantbout M6x10 (x4)
- S2. Veerring (x4)
- S3. Vlakke sluitring (x4)
- S4. Inbussleutel 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Moersleutel (x1)

Opmerking

De afbeeldingen in deze handleiding zijn schematische voorstellingen en komen mogelijk niet exact overeen met het product.

## 2. VÓÓR U HET APPARAAT GEBRUIKT

- Dit apparaat heeft een verpakking die ontworpen is om het tijdens het transport te beschermen. Haal het apparaat uit de doos en verwijder al het verpakkingsmateriaal. U kunt de originele doos en andere verpakking op een veilige plaats bewaren om beschadiging van het apparaat te voorkomen als u het in de toekomst moet vervoeren. Als u de verpakking toch weggooit, zorg er dan voor een correcte recyclage.
- Controleer of alle onderdelen en componenten aanwezig en in goede staat zijn. Als een van deze ontbreekt of niet in goede staat is, neem dan onmiddellijk contact op met de Technische Dienst van Cecotec.

### Inhoud van de doos

- Hometrainer Drumfit Indoor 4000 Magentic Connected
- Montagegereedschap
- Handleiding

## 3. HET TOESTEL MONTEREN

### Installatie van de stabilisatoren. Fig. 3

1. Verwijder de vooraf geïnstalleerde zeskantbouten van de stabilisator met de bijgeleverde 6 mm inbussleutel (S4).
2. Lijn de gaten voor de bouten van het hoofdframe uit met de gaten voor de stabilisatorbouten, monteer de zeskantbouten en de gebogen sluitringen en draai ze vast met de bijgeleverde 6 mm (S4) inbussleutel.

### Installatie van de stuurpen. Fig. 4

1. Verwijder de vooraf geïnstalleerde zeskantbouten van de stuurpen met de bijgeleverde 5 mm inbussleutel (S4).
2. Lijn de boutgaten in het hoofdframe uit met die in de stuurpen, monteer de zeskantbouten en de gebogen sluitringen en draai ze vast met de bijgeleverde 6mm inbussleutel (S4).

### Installatie van stuur en tablethouder. Fig. 5

1. Lijn de boutgaten van het stuur uit met de gaten in de stuurpen, monteer de zeskantbouten, platte sluitringen en veerringen en draai ze vast met de bijgeleverde 5mm inbussleutel (S4) (kleinste sleutel).
2. Bevestig de tablethouder aan het stuur.

### Installatie van pedalen en zadel. Fig. 6

1. Plaats de pedalen in de crank en zet ze vast met de meegeleverde sleutel (S5).  
Let op: De pedalen worden onderscheiden in links (L) en rechts (R) met de corresponderende letters. Installeer ze niet in de verkeerde positie.
2. Plaats het zadel in de zadelpen en draai de bouten vast met de bijgeleverde steeksleutels.  
Let op: De helling van het zadel kan worden aangepast.

## 4. WERKING

### **Instellen van de weerstand.** Fig. 7

Om het weerstandsniveau aan te passen, gebruikt u gewoon de instelknop op het hoofdframe. Als u de spanning wilt verhogen, draait u de knop met de klok mee (+) en als u de spanning wilt verlagen, draait u de knop tegen de klok in (-). Druk op de knop om de hometrainer te stoppen met bewegen.

### **De hoogte van het zadel verstellen.** Fig. 8

Om de zadelhoogte in te stellen, draait u gewoon de knop op de zadelpen tegen de klok in totdat deze loslaat en stelt u hem vervolgens vrij in op de gewenste hoogte. Als de afstelling is voltooid, draait u de knop vast door rechtsom te draaien.

### **Aanpassing van de zadelfstand.** Fig. 9

Om de zadelfstand aan te passen, draait u gewoon de knop onder het zadel tegen de klok in totdat deze loslaat en stelt u vervolgens vrij de gewenste afstand in. Als de afstelling is voltooid, draait u de knop vast door rechtsom te draaien.

### **Kinomap**

Zoek, download en installeer de Kinomap APP in de Apple Store of Google Play, afhankelijk van het systeem van uw mobiele telefoon.

1. Ga naar de APP en klik op de pagina "Meer".
  2. Selecteer de optie "Nieuwe trainingsmachine toevoegen".
  3. Selecteer het type apparaat "hometrainer".
  4. Klik vervolgens op het apparaat of op "Cecotec" om het apparaat te koppelen.
  5. Kijk voor video's om de training te beginnen.
- Houd er rekening mee dat we in deze handleiding geen volledige handleiding voor de toepassing kunnen geven, omdat het een gratis toepassing van derden is en de toepassing voortdurend wordt bijgewerkt.
  - Raadpleeg voor meer informatie over de applicatie de instructies in de specifieke applicatie of in de Google PlayStore of AppStore.

## 5. SCHOONMAAK EN ONDERHOUD

- Smeer periodiek onderdelen die tijdens de training bewegen in, om vroegtijdige slijtage te voorkomen.
- Inspecteer alle onderdelen voor gebruik en zet ze vast. Als een onderdeel in slechte staat is, vervang het dan onmiddellijk en gebruik de apparatuur niet totdat het in perfecte staat is.

## NEDERLANDS

- De apparatuur kan worden gereinigd met een licht vochtige doek en een niet-schurend reinigingsmiddel. Gebruik geen oplosmiddelen.
- Probeer het toestel niet zelf te repareren. Als u problemen heeft met de montage, het gebruik of denkt dat u onderdelen mist, neem dan contact op met uw leverancier of met de Technische Dienst van Cecotec.

Let op

De frequentie van reiniging en onderhoud hangt af van de frequentie en intensiteit van het gebruik.

## 6. INFORMATIE OVER DE TRAINING.

Een goede training moet bestaan uit de volgende stappen:

- Warming-up: bestaat uit een stretch- en trainingssessie van 5 tot 10 minuten met een lage intensiteit. Een goede opwarming zorgt voor een verhoging van de lichaamstemperatuur, de hartslag en de bloedsomloop, wat helpt bij de voorbereiding op de training.
- Training: Dit is een 20-30 minuten durende trainingssessie. (Let op: houd uw hartslag tijdens de eerste paar weken van de training niet langer dan 20 minuten hoog).
- Afkoeling: 5 tot 10 minuten rekken. Dit verhoogt uw flexibiliteit en helpt mogelijke blessures na het sporten te voorkomen.
- Begin nooit een sessie zonder eerst op te warmen. Voor het begin van elke trainingssessie is het aan te raden om het lichaam voor te bereiden op intensievere training door de spieren op te warmen en te strekken, de bloedsomloop en hartslag te verhogen en meer zuurstof naar de spieren te voeren.

## 7. PROBLEEMOPLOSSING

Probleem	Oorzaak	Oplossing
De basis is instabiel.	De grond is niet vlak of er bevindt zich een voorwerp onder de stabilisator. De eindkappen van de achterstabilisator zijn niet waterpas gesteld.	Verwijder het object. Monteer de eindkappen van de achterste stabilisator.

Het stuur is niet stabiel.	De bouten zitten los.	Draai de bouten vast.
Hard geluid van bewegende onderdelen.	De onderdelen zitten niet goed vast.	Draai ze vast.

## 8. TECHNISCHE SPECIFICATIES

Productreferentie: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Maximaal gebruikersgewicht: 120 Kg.

Class HC

Bluetooth-verbinding 5.0

Frequentieband: 2,4 GHz

Maximale vermogenstransmissie van bluetoothmodule: 2,69 dBm

Afmetingen: 100 x 47 x 106 cm

Gewicht: 29 kg

Technische specificaties kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd om de productkwaliteit te verbeteren.

Gemaakt in China/ Ontworpen in Spanje

## 9. RECYCLING VAN ELEKTRISCHE EN ELEKTRONISCHE APPARATUUR



Dit symbool geeft aan dat, volgens de geldende voorschriften, het product en/of de accu gescheiden van het huisvuil moeten worden afgevoerd. Wanneer dit product het einde van zijn levensduur bereikt, dient u de batterijen/accumulatoren te verwijderen en het naar een door de plaatselijke autoriteiten aangewezen inzamelpunt te brengen.

Voor gedetailleerde informatie over de aangewezen manier om elektrische apparaten en/of hun batterijen moet de consument de plaatselijke overheid contacteren.

Naleving van de bovenstaande richtsnoeren zal bijdragen tot de bescherming van het milieu.

## 10. GARANTIE EN TECHNISCHE ONDERSTEUNING

Cecotec is aansprakelijk tegenover de eindgebruiker of consument voor elk gebrek aan overeenstemming dat bestaat op het ogenblik van de levering van het product onder de voorwaarden, bepalingen en termijnen die zijn vastgelegd in de toepasselijke regelgeving. Het wordt aanbevolen reparaties te laten uitvoeren door gekwalificeerd personeel.

Als u ooit een incident met het product ontdekt of vragen hebt, neem dan contact op met de officiële Technische Assistentie van Cecotec via het telefoonnummer +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

De intellectuele eigendomsrechten op de teksten in deze handleiding behoren toe aan CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Alle rechten voorbehouden. De inhoud van deze publicatie mag niet, geheel of gedeeltelijk, worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, doorgegeven of verspreid op welke wijze dan ook (elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen en dergelijke) zonder voorafgaande toestemming van CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. VEREENVOUDIGDE VERKLARING VAN OVEREENSTEMMING

Cecotec Innovaciones verklaart hierbij dat deze hometrainer, model 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected in overeenstemming is met de Richtlijn voor radioapparatuur 2014/53/EU.

De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is te vinden op de volgende website:



[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)

## 1. CZĘŚCI I KOMPONENTY

Rys. 1

1. Uchwyt na tablet
2. Kierownica
3. Pokrętło regulacji oporu
4. Siodełko
5. Pokrętło regulacji odległości siodełka
6. Pokrętło regulacji wysokości
7. Szytca kierownicy
8. Główna struktura
9. Pedaty
10. Koło zębate
11. Stabilizator przedni
12. Stabilizator tylny

**Zestaw do montażu.** Rys. 2

- S.1. Śruba z łbem sześciokątnym M6x10 (x4)
- S2. Podkładka sprężysta (x4)
- S3. Podkładka płaska (x4)
- S4. Klucz imbusowy 5 mm/6 mm (x1)
- S5. Klucz angielski (x1)

Uwaga

Grafika tej instrukcji obsługi tak jak rysunki w niej zawarte, są schematyczną prezentacją i możliwe, że nie będą się zgadzać dokładnie wraz z produktem.

## 2. PRZED UŻYCIEM

- To urządzenie jest zapakowane w opakowanie zaprojektowane w celu ochrony podczas transportu. Wyjmij urządzenie z pudełka i usuń wszystkie materiały opakowaniowe. Oryginalne pudełko i inne elementy opakowania można przechowywać w bezpiecznym miejscu, aby zapobiec uszkodzeniu urządzenia w przypadku konieczności jego transportu w przyszłości. Jeśli chcesz pozbyć się oryginalnego opakowania, pamiętaj o prawidłowym recyklingu wszystkich jego elementów.
- Upewnij się, że wszystkie części i komponenty są dołączone i są w dobrym stanie. Jeśli któregoś z nich brakuje lub jest w złym stanie, natychmiast skontaktuj się z oficjalnym Serwisem Pomocy Technicznej Cecotec.

### Zawartość opakowania

- Bicycleta de spinning Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Narzędzia montażowe
- Ta instrukcja obsługi

## 3. MONTAŻ PRODUKTU

### Montaż stabilizatorów. Rys. 3

1. Wykręć wstępnie zamontowane śruby z tłem sześciokątnym ze stabilizatora za pomocą dostarczonego klucza imbusowego 6 mm (S4).
2. Dopasuj otwory na śruby w ramie głównej do otworów na stabilizatorze, wkręć śruby z tłem sześciokątnym i podkładki zakrzywione, a następnie dokręć je dostarczonym kluczem imbusowym 6 mm (S4).

### Montaż słupka kierownicy. Rys. 4

1. Wykręć wstępnie zamontowane śruby z tłem sześciokątnym ze wspornika kierownicy za pomocą dostarczonego klucza imbusowego 5 mm (S4).
2. Dopasuj otwory na śruby w ramie głównej do otworów we wsporniku kierownicy, wkręć śruby z tłem sześciokątnym i podkładki zakrzywione, a następnie dokręć je dostarczonym kluczem imbusowym 6 mm (S4).

### Montaż kierownicy i uchwytu na tablet. Rys. 5

1. Dopasuj otwory na śruby w kierownicy do otworów we wsporniku kierownicy, wkręć śruby z tłem sześciokątnym, podkładki płaskie i podkładki sprężyste, a następnie dokręć je za pomocą dostarczonego klucza imbusowego 5 mm (S4) (najmniejszy klucz).
2. Umieść uchwyt na tablet na kierownicy.

### Montaż pedałó*w* i siodeł*ka*. Rys.6

1. Włóż pedały do korby i zabezpiecz je dostarczonym kluczem (S5).

Uwaga: Pedały są rozróżniane pomiędzy lewym (L) i prawym (R) za pomocą odpowiednich liter. Nie instaluj ich w niewłaściwej pozycji.

2. Włóż siodeł*ko* do sztycy i dokręć śruby za pomocą dostarczonych kluczy.

Uwaga: Istnieje możliwość regulacji nachylenia siedziska.



## 4. FUNKCJONOWANIE

### **Regulacja oporu.** Rys. 7

Aby wyregulować poziom oporu, wystarczy użyć pokrętła regulacyjnego znajdującego się na głównej konstrukcji. Aby zwiększyć napięcie, obróć pokrętło w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara (+), a aby zmniejszyć napięcie, obróć je w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara (-). Naciśnij pokrętło, aby zatrzymać ruch roweru treningowego.

### **Ustawienie wysokości siodełka.** Rys. 8

Aby wyregulować wysokość siodełka, wystarczy obrócić pokrętło na sztycy w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aż się zwolni, a następnie swobodnie ustawić żądaną wysokość. Po zakończeniu regulacji dokręć pokrętło, obracając je w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.

### **Regulacja odległości siodełka.** Rys. 9

Aby wyregulować odległość siodełka, wystarczy obrócić pokrętło pod siodełkiem w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aż do jego zwolnienia, a następnie dowolnie ustawić żądaną odległość. Po zakończeniu regulacji dokręć pokrętło, obracając je w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara.

### **Kinomap**

Wyszukaj, pobierz i zainstaluj aplikację Kinomap w sklepie Apple Store lub Google Play, w zależności od systemu telefonu komórkowego.

1. Uzyskaj dostęp do aplikacji i kliknij stronę „Więcej”.
2. Wybierz opcję „Dodaj nową maszynę treningową”.
3. Wybierz rodzaj sprzętu „rower statyczny”.
4. Następnie kliknij urządzenie lub „Cecotec”, aby sparować urządzenie.
5. Wyszukaj filmy, aby rozpocząć trening.

- Prosimy o zrozumienie, że w tej instrukcji nie możemy przedstawić pełnego przewodnika po aplikacji, ponieważ jest to bezpłatna aplikacja strony trzeciej, która jest stale aktualizowana.
- Więcej informacji na temat aplikacji można znaleźć w instrukcjach znajdujących się wewnątrz konkretnej aplikacji lub w sklepie Google PlayStore lub AppStore.

## 5. CZYSZCZENIE I KONSERWACJA

- Okresowo smaruj części, które poruszają się podczas ćwiczeń, aby zapobiec przedwczesnemu pogorszeniu.
- Sprawdź i dokręć wszystkie części przed użyciem. Jeśli jakkolwiek część jest w złym stanie, natychmiast ją wymień i nie używaj sprzętu, dopóki nie będzie w idealnym stanie.

## POLSKI

- Sprzęt można czyścić lekko wilgotną ściereczką i łagodnym detergentem. Nie używaj rozpuszczalników.
- Nie próbuj samodzielnie naprawiać sprzętu. Jeśli masz trudności z montażem, użytkowaniem lub uważasz, że brakuje części, skontaktuj się z oficjalnym serwisem pomocy technicznej Cecotec.

### Ostrzeżenie

Częstotliwość czyszczenia i konserwacji sprzętu zależy od częstotliwości i intensywności użytkowania.

## 6. INFORMACJE ZWIĄZANE Z ĆWICZENIAMI

Prawidłowy trening powinien składać się z następujących kroków:

- Rozgrzewka: składa się z sesji rozciągania i ćwiczeń o niskiej intensywności trwających od 5 do 10 minut. Prawidłowa rozgrzewka zapewnia wzrost temperatury ciała, tętna i krążenia, pomagając przygotować się do ćwiczeń.
- Trening: jest to sesja ćwiczeń trwająca od 20 do 30 minut. (Uwaga: podczas pierwszych kilku tygodni ćwiczeń nie utrzymuj wysokiego tętna dłużej niż 20 minut).
- Ochłódź: rozciągaj przez 5-10 minut. Zwiększy to Twoją elastyczność i pomoże zapobiec możliwym kontuzjom po wysiłku.
- Nie rozpoczynaj sesji bez uprzedniej rozgrzewki. Przed rozpoczęciem każdej sesji treningowej wskazane jest przygotowanie organizmu do bardziej intensywnych ćwiczeń poprzez rozgrzewkę i rozciąganie mięśni, zwiększenie krążenia i tętna oraz dostarczenie im większej ilości tlenu.

## 7. ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Problem	Powód	Rozwiązanie
Fundament jest niestabilny.	Podłoże nie jest płaskie lub pod stabilizatorem znajduje się jakiś przedmiot. Zaślepki tylnego stabilizatora nie były wypoziomowane podczas regulacji.	Usuń przedmiot. Zamontować zaślepki tylnego stabilizatora.

Kierownica nie jest stabilna.	Gałki są luźne.	Dokręć śruby.
Głośny dźwięk ruchomych części.	Kawałki nie są ciasne.	Ścisnąć je.

## 8. SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Referencje produktu: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Waga maksymalna użytkownika: 120 kg.

Clase HC

Łączność bluetooth 5.0

Pasma częstotliwości roboczej: 2,4 GHz

Maksymalna transmisja mocy modułu bluetooth: 2,69 dBm

Wymiary: 100 x 47 x 106 cm

Waga: 29 kg

Specyfikacja techniczna

Mogą one ulec zmianie bez wcześniejszego powiadomienia w celu poprawy jakości produktu.

Wyprodukowano w Chinach | Zaprojektowano w Hiszpanii

## 9. RECYKLING URZĄDZEŃ ELEKTRYCZNYCH I ELEKTRONICZNYCH



Ten symbol oznacza, że zgodnie z obowiązującymi przepisami produkt i/ lub bateria muszą być utylizowane oddzielnie od odpadów domowych. Kiedy ten produkt osiągnie koniec okresu użytkowania, należy wyjąć baterie/ akumulatory i przekazać go do punktu zbiórki wyznaczonego przez władze lokalne.

Aby uzyskać szczegółowe informacje na temat najbardziej odpowiedniego sposobu utylizacji sprzętu gospodarstwa domowego i / lub odpowiednich baterii, konsument powinien skontaktować się z lokalnymi władzami.

Przestrzeganie powyższych wytycznych pomoże chronić środowisko.

POLSKI

## 10. GWARANCJA I SERWIS TECHNICZNY

Cecotec odpowie użytkownikowi lub konsumentowi końcowemu za wszelkie niezgodności występujące w momencie dostawy produktu na warunkach i terminach określonych w obowiązujących przepisach.

Zaleca się, aby naprawy były przeprowadzane przez wyspecjalizowany personel.

Jeśli wykryjesz problem z produktem lub masz jakiegokolwiek pytania, skontaktuj się z oficjalnym Serwisem Pomocy Technicznej Cecotec pod numerem telefonu +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

Prawa własności intelektualnej do tekstów tej instrukcji obsługi należą do CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Wszelkie prawa zastrzeżone. Treść niniejszej publikacji nie może być w całości ani w części reprodukowana, przechowywana w systemie wyszukiwania, przekazywana lub rozpowszechniana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny, fotokopiowany, nagrywany lub podobny) bez uprzedniej zgody CECOTEC INNOVACIONES, SL

## 12. UPROSZCZONA DEKLARACJA ZGODNOŚCI

Niniejszym firma Cecotec Innovaciones oświadcza, że rower spinningowy model 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE w sprawie sprzętu radioelektrycznego.

Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod następującym adresem internetowym:



[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)

## 1. DÍLY A SOUČÁSTI

Obr. 1

1. Držák na tablet
2. Řídítka
3. Kolečko pro nastavení odporu
4. Sedlo
5. Kolečko pro nastavení vzdálenosti sedla
6. Kolečko pro nastavení výšky
7. Představec řídítek
8. Hlavní struktura
9. Pedály
10. Setrvačnick
11. Přední stabilizační tyč
12. Zadní stabilizační tyč

**Montážní sada** Obr. 2

- S.1. Šroub se šestihrannou hlavou M6x10 (x4)
- S.2. Pružinová podložka (x4)
- S.3. Plochá podložka (x4)
- S.4. Imbusový klíč 5 mm/6 mm (x1)
- S.5. Klíč (x1)

Poznámka

Grafika v této příručce je schematickým znázorněním a nemusí přesně odpovídat výrobku.

## 2. PŘED POUŽITÍM

- Tento spotřebič je zabalen v obalu určeném k ochraně při přepravě. Vyjměte zařízení z krabice a odstraňte veškerý obalový materiál. Původní krabici a další obaly můžete uschovat na bezpečném místě, aby nedošlo k poškození zařízení, pokud byste jej v budoucnu potřebovali přepravovat. Pokud chcete zlikvidovat původní obal, ujistěte se, že všechny položky správně recyklujete.
- Zkontrolujte, zda jsou všechny díly a komponenty součástí dodávky a v dobrém stavu. Pokud některá chybí nebo není v dobrém stavu, okamžitě kontaktujte oficiální servisní službu Cecotec.

### Obsah krabice

- Cyklotrenažér Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected
- Montážní nářadí
- Tento návod k použití

## 3. MONTÁŽ PRODUKTU

### Instalace stabilizátorů. Obr. 3

1. Odstraňte šrouby se šestihrannou hlavou ze stabilizátoru pomocí přiloženého imbusového klíče 6 mm (S4).
2. Zarovnejte otvory pro šrouby hlavního rámu s otvory pro šrouby stabilizátoru, namontujte šrouby se šestihrannou hlavou a zakřivené podložky a utáhněte je dodaným imbusovým klíčem 6 mm (S4).

### Instalace představce řídítek. Obr. 4

1. Odstraňte předinstalované šrouby se šestihrannou hlavou z představce řídítek pomocí dodaného 5mm imbusového klíče (S4).
2. Zarovnejte otvory pro šrouby v hlavním rámu s otvory v představci řídítek, namontujte šrouby se šestihrannou hlavou a zakřivené podložky a utáhněte je dodaným imbusovým klíčem 6 mm (S4).

### Instalace řídítek a držáku na tablet. Obr. 5

1. Zarovnejte otvory pro šrouby řídítek s otvory v představci řídítek, namontujte šrouby se šestihrannou hlavou, ploché podložky a pružinové podložky a utáhněte je dodaným imbusovým klíčem 5 mm (S4) (nejmenší klíč).
2. Připevněte držák na tablet na řídítka.

### Instalace pedálů a sedla. Obr.6

1. Vložte pedály do kliky a zajistěte je dodaným klíčem (S5).  
Pozor: Pedály se rozlišují na levé (L) a pravé (R) s příslušnými písmeny. Neinstalujte je v nesprávné poloze.
2. Vložte sedlo do sloupku sedla a utáhněte šrouby pomocí přiložených klíčů.  
Pozor: Sklon sedla lze nastavit.

## 4. PROVOZ

### **Nastavení odporu.** Obr. 7

Pro nastavení úrovně odporu stačí použít nastavovací kolečko na hlavním rámu. Pro zvýšení napětí otočte kolečkem ve směru hodinových ručiček (+), pro snížení napětí otočte kolečkem proti směru hodinových ručiček (-). Stiskněte kolečko pro zastavení pohybu cyklotrenažeru.

### **Nastavení výšky sedla.** Obr. 8

Pro nastavení výšky sedla stačí otáčet kolečkem na sloupku sedla proti směru hodinových ručiček, dokud se neuvolní, a poté volně nastavit požadovanou výšku. Po dokončení nastavení utáhněte kolečko otáčením ve směru hodinových ručiček.

### **Nastavení vzdálenosti sedla.** Obr. 9

Pro nastavení vzdálenosti sedla stačí otočit kolečkem pod sedlem proti směru hodinových ručiček, dokud se neuvolní, a poté volně nastavit požadovanou vzdálenost. Po dokončení nastavení utáhněte kolečko otáčením ve směru hodinových ručiček.

### **Kinomapa**

Vyhledejte, stáhněte a nainstalujte aplikaci Kinomapa z obchodu Apple Store nebo Google Play v závislosti na systému vašeho mobilního telefonu.

1. Vstupte do aplikace APP a klikněte na stránku "Více".
  2. Vyberte možnost "Přidat nový tréninkový stroj".
  3. Vyberte typ zařízení "cyklotrenažér".
  4. Poté klikněte na zařízení nebo na "Cecotec" a zařízení spárujte.
  5. Podívejte se na videa pro zahájení tréninku.
- Uvědomte si prosím, že v tomto návodu nemůžeme poskytnout úplný návod k aplikaci, protože se jedná o bezplatnou aplikaci třetí strany a aplikace je průběžně aktualizována.
  - Další informace o aplikaci naleznete v pokynech v konkrétní aplikaci nebo v obchodě Google PlayStore či AppStore.

## 5. ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

- Pravidelně promazávejte části, které se během cvičení pohybují, abyste zabránili předčasnému poškození.
- Před použitím zkontrolujte a utáhněte všechny součásti. Pokud je některá část ve špatném stavu, okamžitě ji vyměňte a nepoužívejte zařízení, dokud není v bezvadném stavu.
- Zařízení lze čistit mírně navlhčeným hadříkem a neabrazivním čisticím prostředkem. Nepoužívejte rozpouštědla.

## ČEŠTINA

- Nepokoušejte se zařízení opravit sami. Pokud máte potíže s montáží, používáním nebo uvažováním o chybějících součástech, kontaktujte svého distributora nebo oficiální technickou asistenční službu Cecotec.

Upozornění

Četnost čištění a údržby zařízení závisí na frekvenci a intenzitě používání.

## 6. INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE CVIČENÍ

Správný trénink by měl sestávat z následujících kroků:

- Zahřátí: spočívá v protažení a cvičení nízké intenzity v délce 5 až 10 minut. Správné zahřátí poskytuje zvýšení tělesné teploty, srdeční frekvence a oběhu, což vám pomůže připravit se na cvičení.
- Trénink: jedná se o cvičení trvající 20 až 30 minut. (Poznámka: během prvních několika týdnů cvičení neudržujte vysokou srdeční frekvenci déle než 20 minut).
- Zklidnění: protahujte se po dobu 5 až 10 minut. To zlepší vaši flexibilitu a pomůže zabránit možnému zranění po cvičení.
- Nezačínajte trénink, aniž byste se nejprve zahřáli. Před zahájením každého tréninku je vhodné připravit tělo na intenzivnější cvičení zahřátím a protažením svalů, zvýšením krevního oběhu a pulsu a dodáním většího množství kyslíku do svalů.

## 7. ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Problém	Příčina	Řešení
Základna je nestabilní.	Plocha není rovná nebo se pod stabilizátorem nachází nějaký předmět. Koncové krytky zadního stabilizátoru se po seřízení nesrovnaly.	Odstraňte předmět. Upravte koncové krytky zadního stabilizátoru.
Řídítka nejsou stabilní.	Šrouby jsou povoleno.	Dotáhněte šrouby.
Hlasitý zvuk z pohyblivých částí.	Díly nejsou řádně utaženy.	Utáhněte je.



## 8. TECHNICKÉ SPECIFIKACE

Reference produktu: 07211

Drumfit Indoor 4000 Magnetic Connected

Maximální hmotnost uživatele: 120 Kg.

Třída HC

Připojení Bluetooth 5.0

Frekvenční pásmo provozu: 2,4 GHz

Maximální přenosový výkon modulu bluetooth: 2,69 dBm

Rozměry: 100 x 47 x 106 cm

Hmotnost: 29 kg

Technické specifikace

se mohou změnit bez předchozího upozornění za účelem zlepšení kvality produktu.

Vyrobena v Číně | Navrženo ve Španělsku

## 9. RECYKLACE ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH ZAŘÍZENÍ



Tento symbol označuje, že v souladu s platnými předpisy musí být produkt a/nebo baterie zlikvidovány odděleně od domovního odpadu. Po skončení životnosti tohoto výrobku byste měli baterie/akumulátory vyjmout a odnést na sběrné místo určené místními úřady.

Podrobné informace o tom, jak správně likvidovat elektrická a elektronická zařízení a/nebo baterie, by měli spotřebitelé získat od místních úřadů.

Dodržování výše uvedených pokynů přispěje k ochraně životního prostředí.

## 10. ZÁRUKA A TECHNICKÝ SERVIS

Společnost Cecotec odpovídá konečnému uživateli nebo spotřebiteli za jakýkoli nesoulad, který existuje v době dodání výrobku za podmínek a ve lhůtách stanovených platnými předpisy.

Doporučuje se, aby opravy prováděl kvalifikovaný personál.

Pokud zjistíte incident s produktem nebo máte nějaké dotazy, kontaktujte oficiální službu technické pomoci společnosti Cecotec na telefonním čísle +34 96 321 07 28.

## 11. COPYRIGHT

Práva duševního vlastnictví k textům v této příručce jsou majetkem společnosti CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Všechna práva jsou vyhrazena. Obsah této publikace nesmí být, zčásti nebo jako celek, reprodukován, ukládán do systému obnovy, přenášen nebo distribuován žádnými prostředky (elektronicky, mechanicky, fotokopírováním, nahráváním nebo podobným způsobem) bez předchozího souhlasu společnosti CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

## 12. ZJEDNODUŠENÉ PROHLÁŠENÍ O SHODĚ

Cecotec Innovaciones tímto prohlašuje, že tento cyklotrenažér, model 07211 DrumFit Indoor 4000 Magnetic Connected, je v souladu se směrnicí o rádiových zařízeních 2014/53/EU. Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese:



[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)

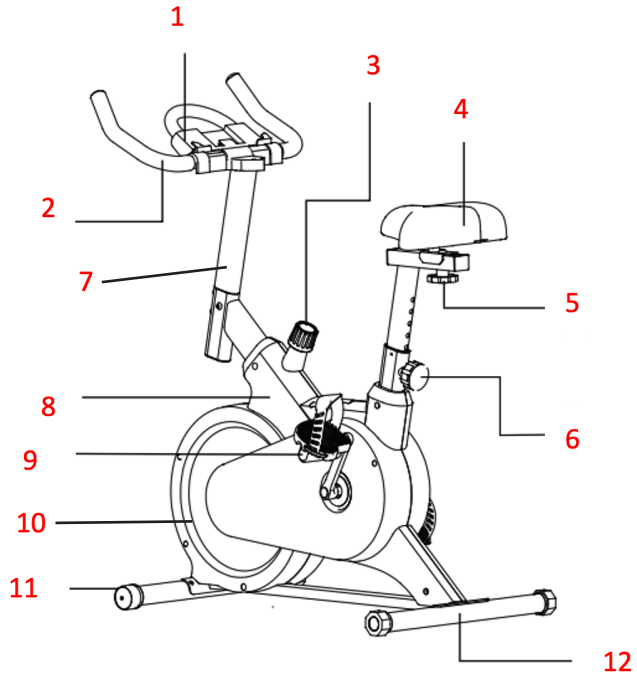


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 1

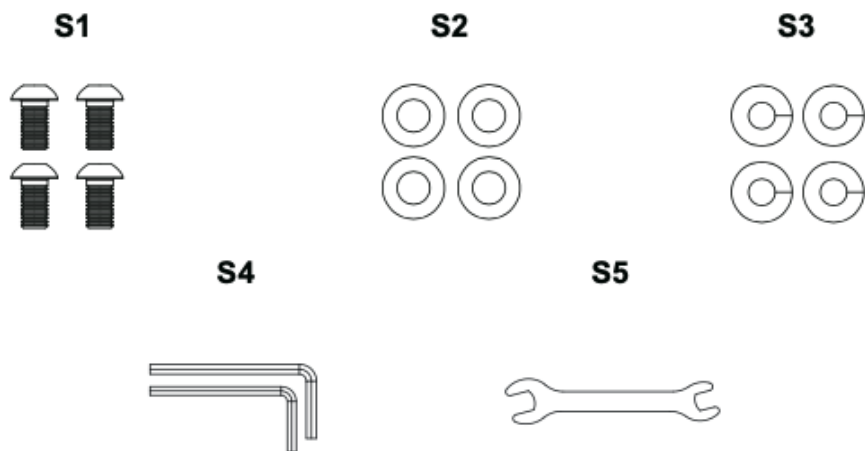


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 2

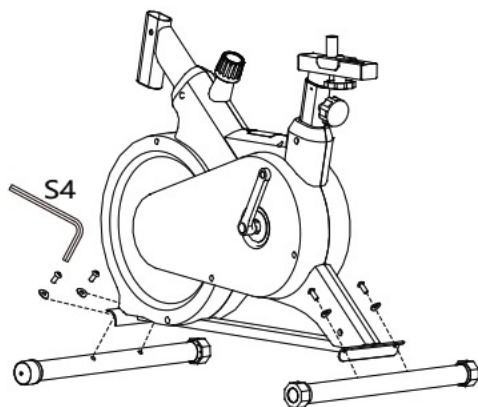


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 3

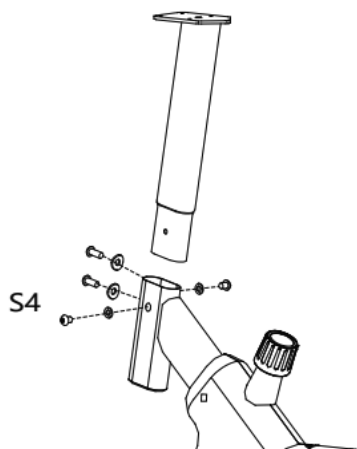


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 4

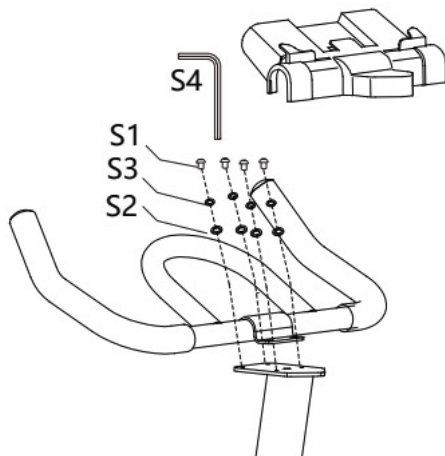


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 5

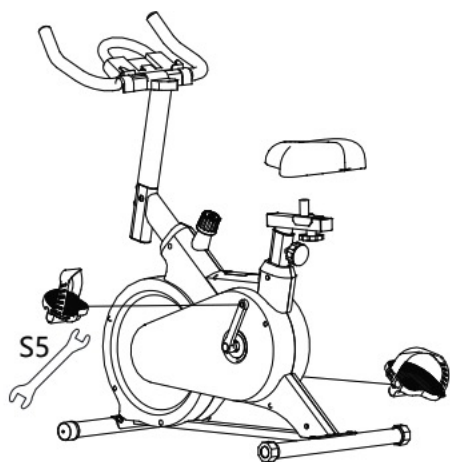


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 6



Fig. / Img. / Rys. / Obr. 7

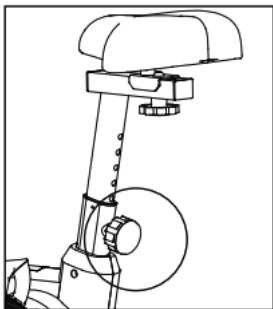


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 8

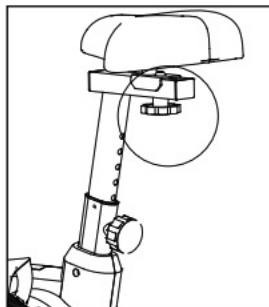


Fig. / Img. / Rys. / Obr. 9

[www.cecotec.es](http://www.cecotec.es)

Cecotec Innovaciones S.L.  
Av. Reyes Católicos, 60  
46910, Alfafar (Valencia), Spain

RP01230905