

# cecotec

## DRUMFIT ELLIPTICAL 8000 MOTOR PRO

Bicicleta elíptica de resistencia magnética motorizada/  
Elliptical cross trainer with motorised magnetic resistance



# DRUMFIT

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

Instrucciones de seguridad	4
Safety instructions	7
Instructions de sécurité	9
Sicherheitshinweise	13
Istruzioni di sicurezza	16
Instruções de segurança	19
Veiligheidsvoorschriften	21
Instrukcja bezpieczeństwa	24
Bezpečnostní pokyny	27

## ÍNDICE

1. Piezas y componentes	31
2. Antes de usar	34
3. Montaje	34
4. Funcionamiento	35
5. Información relativa al ejercicio	38
6. Limpieza y mantenimiento	39
7. Resolución de problemas	40
8. Especificaciones técnicas	40
9. Reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos	41
10. Garantía y SAT	41
11. Copyright	41
12. Declaración UE de conformidad simplificada.	41

## INDEX

1. Parts and components	42
2. Before use	45
3. Assembly	45
4. Operation	46
5. Information on exercising	49
6. Cleaning and maintenance	50
7. Troubleshooting	50
8. Technical specifications	51
9. Disposal of old electrical and electronic appliances	51
10. Technical support and warranty	51
11. Copyright	52
12. Simplified EU Declaration of Conformity	52

## SOMMAIRE

1. Pièces et composants	53
2. Avant utilisation	56
3. Montage	56
4. Fonctionnement	57
5. Informations concernant l'exercice	60
6. Nettoyage et entretien	61
7. Résolution de problèmes	62
8. Spécifications techniques	62
9. Recyclage des équipements électriques et électroniques	63
10. Garantie et SAV	63
11. Copyright	63
12. Déclaration de conformité simplifiée de l'UE	63

## INHALT

1. Teile und Komponenten	64
2. Vor dem Gebrauch	67
3. Installation	67
4. Bedienung	68
5. Fitnessinformation	72
6. Reinigung und Wartung	72
7. Problembhebung	73
8. Technische Spezifikationen	73
9. Recycling von Elektro- und Elektronikgeräten	74
10. Garantie und Kundendienst	74
11. Copyright	74
12. Vereinfachte EU-Konformitätserklärung.	75

## INDICE

1. Parti e componenti	76
2. Prima dell'uso	79
3. Montaggio	79
4. Funzionamento	80
5. Informazioni relative all'allenamento	83
6. Pulizia e manutenzione	84
7. Risoluzione dei problemi	85
8. Specifiche tecniche	85
9. Riciclaggio di apparecchiature elettriche ed elettroniche	85
10. Garanzia e supporto tecnico	86
11. Copyright	86
12. Dichiarazione di conformità UE semplificata	86

## ÍNDICE

1. Peças e componentes	87
2. Antes de usar	90
3. Montagem	90
4. Funcionamento	91
5. Informações relativas ao exercício	94
6. Limpeza e manutenção	95
7. Resolução de problemas	96
8. Especificações técnicas	96
9. Reciclagem de produtos elétricos e eletrônicos	96
10. Garantia e SAT	97
11. Copyright	97
12. Declaração de conformidade simplificada da UE.	97

## INHOUD

1. Onderdelen en componenten	98
2. Vóór u het apparaat gebruikt	101
3. Montage	101
4. Werking	102
5. Informatie over de training.	105
6. Schoonmaak en onderhoud	106
7. Probleemoplossing	107
8. Technische specificaties	107
9. Recycling van elektrische en elektronische apparatuur	107
10. Garantie en technische ondersteuning	108
11. Copyright	108
12. Vereenvoudigde EU-Verklaring van Overeenstemming.	108

## SPIS TREŚCI

1. Części i komponenty	109
2. Przed użyciem	112
3. Montaż	112
4. Funkcjonowanie	113
5. Informacje związane z ćwiczeniami	116
6. Czyszczenie i konserwacja	117
7. Rozwiązywanie problemów	118
8. Specyfikacja techniczna	118
9. Recykling urządzeń elektrycznych i elektronicznych	118
10. Gwarancja i Serwis Pomocy Technicznej	119
11. Prawa autorskie	119
12. Uproszczona deklaracja zgodności UE	119

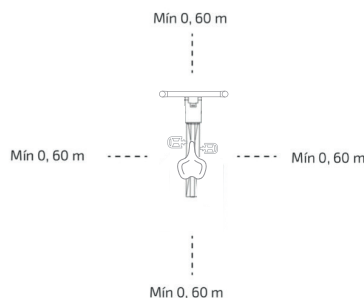
## OBSAH

1. Díly a součásti	120
2. Před použitím	123
3. Montáž	123
4. Provoz	124
5. Informace týkající se cvičení	127
6. Čištění a údržba	128
7. Řešení problémů	129
8. Technické specifikace	129
9. Recyklace elektrických a elektronických zařízení	129
10. Záruka a technický servis	130
11. Copyright	130
12. Zjednodušené EU prohlášení o shodě.	130

## INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

Por favor, guarde este manual de instrucciones en un lugar seguro para futuras consultas o nuevos usuarios.

- Lea íntegramente estas instrucciones antes de montar o utilizar su equipo, contienen información importante que le ayudará a conseguir el mejor rendimiento de su equipo.
- Este equipo no está equipado con una rueda libre, por lo que las partes móviles no pueden detenerse inmediatamente después de dejar de ejercitarse.
- Advertencia: este tipo de equipo no es adecuada para fines de alta precisión.
- El área libre no será inferior a 0,6 m mayor que el área de entrenamiento en las direcciones desde las que se accede al equipo. El área libre también debe incluir el área para el desmontaje de emergencia. Cuando haya equipos situados uno junto al otro, el valor del área libre podrá compartirse.



- Este equipo puede ser usado por niños a partir de 14 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 equipo.

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

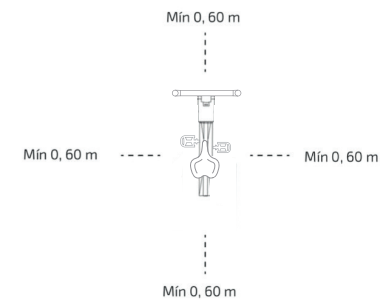
- Advertencia: un entrenamiento incorrecto o excesivo puede provocar lesiones para la salud.
- Advertencia: si alguno de los dispositivos de ajuste queda saliente, podría interferir con el movimiento del usuario.
- Advertencia: el equipo debe instalarse sobre una base estable y nivelada.
- Este aparato está diseñado exclusivamente para uso doméstico quedando excluido su uso en bares, restaurantes, granjas, hoteles, moteles y oficinas.
- El producto solo será seguro si está bien montado y cuidado, y se le da un uso correcto.
- Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios estén 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 del equipo. 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.
- Advertencia: el nivel de seguridad del equipo sólo puede mantenerse si se examina periódicamente para detectar daños y desgaste.

- Advertencia: sustituya inmediatamente los componentes defectuosos y/o mantenga el equipo fuera de uso hasta su reparación.
- Preste especial atención a los componentes más susceptibles de desgaste.
- 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 del equipo. No permita que los niños usen y/o jueguen con el equipo. Está diseñada únicamente para adultos.
- Asegúrese de que los tornillos y las tuercas están bien apretadas antes de usar el equipo.
- Use el equipo como se indica en este manual de instrucciones. Si encuentra alguna pieza defectuosa al montar o probar el equipo, o si esta emite un ruido inusual durante su uso, pare de usarlo. No lo use hasta que el problema haya sido resuelto.
- Vista ropa adecuada cuando use el equipo. Evite usar ropa ancha, ya que podría atascarse en el equipo o dificultar el movimiento.
- 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.
- Este equipo no es apto para usos terapéuticos.
- Tenga cuidado cuando levante o mueva el equipo, para no lesionar su espalda.

## SAFETY INSTRUCTIONS

Please, keep this instruction manual in a safe place for future reference or new users.

- Read these instructions carefully before assembling or using your rowing machine. These instructions contain important information that will help you get the best out of your equipment.
- This equipment is not equipped with a freewheel, so the moving parts cannot stop immediately after stopping the exercise.
- Warning: this type of equipment is not suitable for high precision purposes.
- The free space shall not be less than 0.6 m larger than the training area in the directions from which the equipment is accessed. The free space shall also include the area for emergency dismounting. For equipment located next to each other, the value of the free space may be shared.



- This machine can be used by children aged 14 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 appliance. Cleaning and user maintenance should not be carried out by unsupervised children.

- Warning: incorrect or excessive training can lead to health injuries.
- Warning: if any of the adjustment devices are protruding, they may interfere with the user's movement.
- Warning: the equipment must be installed on a stable and level surface.
- This device is designed for domestic use only and is not intended for bars, restaurants, farmhouses, hotels, motels, and offices.
- Safe and efficient use can be only achieved if the machine is properly assembled, maintained, and used.
- 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 machine 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.
- Warning: the safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly checked for damage and wear.

- Warning: replace faulty components immediately and/or keep the equipment out of use until repaired.
- Pay special attention to the components that are most susceptible to mechanical wear.
- 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 and/or play with the machine. It is designed for adults only.
- Make sure the screws and nuts are securely tightened before using the machine.
- Use the machine as indicated in this instruction manual. If you find any defective parts when assembling or testing the machine, or if it emits an unusual noise during use, stop using it. Do not use the machine until the problem has been solved.
- Wear suitable clothing when using the machine. Avoid wearing baggy clothing, as it may get caught in the equipment or hinder movement.
- If repairs are required, please consult your supplier for further information or contact Cecotec Customer Service.
- The air bike is not suitable for therapeutic use.
- Be careful when moving or lifting the machine to avoid injuring your back.

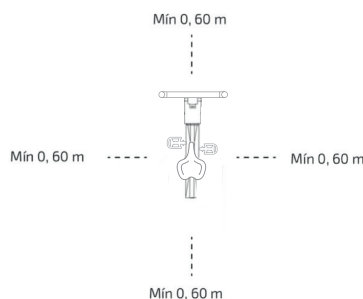
## INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

Veillez garder ce manuel d'instructions dans un lieu sécurisé pour de futures références ou pour tout nouvel utilisateur.

- Veuillez lire ces instructions avant d'assembler ou d'utiliser votre machine, elles contiennent des informations

importantes qui vous aideront à obtenir les meilleurs résultats avec votre équipement.

- Cet équipement n'est pas doté d'une roue libre, de sorte que les pièces mobiles ne peuvent pas s'arrêter immédiatement après l'arrêt de l'exercice.
- Avertissement : ce type d'équipement n'est pas adapté à des fins de haute précision.
- La zone libre ne doit pas être de moins de 0,6 m que la zone d'entraînement dans les directions à partir desquelles on accède à l'équipement. La zone libre doit également comprendre la zone de démontage d'urgence. Lorsque les équipes sont situées l'une à côté de l'autre, la valeur de la zone libre peut être partagée.



- Cet appareil peut être utilisé par des enfants de 14 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 l'équipement. Le nettoyage et l'entretien du produit ne peuvent pas être menés à terme par les enfants.
- Avertissement : un entraînement incorrect ou excessif peut entraîner des dommages pour la santé.

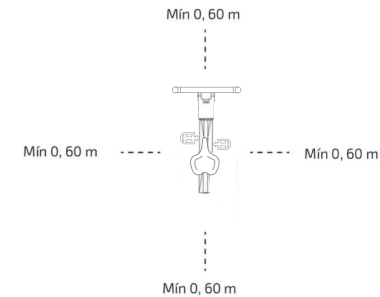
- Avertissement : Si l'un des dispositifs de réglage est en saillie, il peut gêner les mouvements de l'utilisateur.
- Avertissement : l'appareil doit être installé sur une base stable et plane.
- Cet appareil est conçu pour un usage domestique uniquement et ne doit pas être utilisé dans les bars, restaurants, fermes, hôtels, motels et bureaux.
- Le produit ne sera sûr que s'il est correctement assemblé et entretenu, et s'il est utilisé correctement.
- Veuillez 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 défavorable qui peuvent présenter des risques pour votre sécurité ou qui vous empêchent d'utiliser correctement cet appareil. 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.
- Avertissement : le niveau de sécurité de l'équipement ne peut être maintenu que s'il est régulièrement inspecté pour vérifier qu'il n'est pas endommagé ou usé.
- Avertissement : remplacez immédiatement les composants défectueux et/ou mettez l'équipement hors service jusqu'à ce qu'il soit réparé.

- Accordez une attention particulière aux composants les plus sensibles à l'usure.
- 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.
- Maintenez aux enfants et aux animaux hors de portée de cet appareil. Ne laissez pas les enfants utiliser et/ou jouer avec cet appareil. Il a été exclusivement conçu pour les adultes.
- Assurez-vous que les vis et les écrous soient bien serrés avant d'utiliser l'appareil.
- Utilisez la machine comme indiqué dans ce manuel d'instructions. Si vous trouvez une pièce défectueuse en assemblant ou en essayant la machine 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.
- Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez cet appareil. Évitez d'utiliser des vêtements amples qui risqueraient de se coincer dans la machine ou de rendre difficile vos mouvements.
- 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.
- Cet appareil n'est pas adapté aux usages thérapeutiques.
- Faites attention lorsque vous soulevez ou déplacez l'appareil, pour ne pas blesser votre dos.

## SICHERHEITSHINWEISE

Bitte bewahren Sie diese Bedienungsanleitung für ein zukünftiges Nachschlagen oder für neue Benutzer an einem sicheren Ort auf.

- Lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Gerät zusammenbauen oder in Betrieb nehmen. Sie enthält wichtige Informationen, die Ihnen helfen werden, die beste Leistung aus Ihrem Gerät herauszuholen.
- Dieses Gerät ist nicht mit einem Freilauf ausgestattet, so dass die beweglichen Teile nach dem Stoppen der Übung nicht sofort anhalten können.
- Achtung: Diese Art von Geräten ist nicht für Hochpräzisionszwecke geeignet.
- Die Freifläche muss in den Richtungen, aus denen das Gerät betreten wird, mindestens 0,6 m größer sein als der Übungsplatz. Die Räumungsfläche sollte auch den Bereich für den Notabbau umfassen. Liegen Teams nebeneinander, kann der Wert der freien Fläche geteilt werden.



- Dieses Gerät kann von Kindern ab 14 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 daraus resultierenden Gefahren verstehen. Kinder sollten nicht mit den Geräten spielen. Die Reinigung und Wartung durch den Benutzer darf nicht von unbeaufsichtigten Kindern durchgeführt werden.

- Achtung: Falsches oder übermäßiges Training kann zu Gesundheitsschäden führen.
- Warnung: Wenn eine der Einstellvorrichtungen hervorsteht, kann sie die Bewegungsfreiheit des Benutzers beeinträchtigen.
- Warnung: Das Gerät muss auf einem stabilen und ebenen Untergrund aufgestellt werden.
- Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch bestimmt und darf nicht in Bars, Restaurants, Bauernhöfen, Hotels, Motels und Büros verwendet werden.
- Das Produkt ist nur sicher, wenn es ordnungsgemäß zusammengebaut wurde, regelmäßig gepflegt wird und es ordnungsgemäß 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, das Gerät 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.

- Warnung: Das Sicherheitsniveau des Geräts kann nur aufrechterhalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß überprüft wird.
- Warnung: Tauschen Sie defekte Komponenten sofort aus und/oder setzen Sie das Gerät bis zur Reparatur außer Betrieb.
- Achten Sie besonders auf die verschleißanfälligen Teile.
- 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 fern von diesem Gerät. Erlauben Sie Kindern nicht, das Gerät zu benutzen und/oder damit zu spielen. Es ist nur für Erwachsene Personen vorgesehen.
- Stellen Sie sicher, dass die Schrauben und Muttern fest angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Verwenden Sie das Gerät wie in dieser Bedienungsanleitung beschrieben. Wenn Sie beim Zusammenbau oder Testen des Geräts defekte Teile finden oder wenn das Gerät während des Gebrauchs ungewöhnliche Geräusche von sich gibt, verwenden Sie es nicht mehr. Verwenden Sie es nicht, bis das Problem gelöst ist.
- Tragen Sie bei der Verwendung des Geräts geeignete Kleidung. Vermeiden Sie weite Kleidung, da sie sich in den Geräten verfangen oder die Bewegungsfreiheit einschränken kann.
- Im Falle eines Schadens wenden Sie sich bitte an den



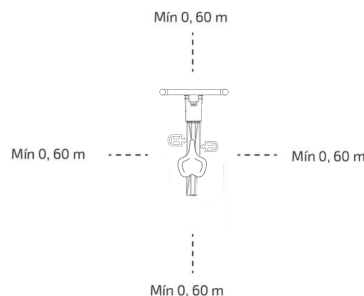
offiziellen technischen Kundendienst von Cecotec für Informationen, Reparaturen oder Rücksendungen.

- Dieses Gerät darf nicht für therapeutische Anwendungen verwendet werden.
- Seien Sie beim Anheben oder Bewegen des Geräts vorsichtig, um Ihren Rücken nicht zu verletzen.

## ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Conservare questo manuale di istruzioni in un luogo sicuro per consultazioni future o nuovi utenti.

- Il presente manuale contiene informazioni utili ad ottenere le migliori prestazioni dall'apparecchio: leggere attentamente il manuale prima del montaggio o uso.
- Questo apparecchio non è dotato di ruota libera, quindi le parti in movimento non possono fermarsi immediatamente dopo aver interrotto l'esercizio.
- Attenzione: questo tipo di apparecchiatura non è adatto a scopi di alta precisione.
- Assicurarsi di lasciare uno spazio minimo di 0,6 m attorno alle zone accessibili dell'apparecchio. L'area di sgombero deve includere anche l'area per lo smontaggio di emergenza. Lo spazio può essere condiviso da altri apparecchi se posizionati di fianco.



- Questo apparecchio può essere usato da bambini a partire da 14 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. I bambini non devono giocare con l'attrezzatura. La pulizia e la manutenzione non devono essere effettuate da bambini non sorvegliati.
- Attenzione: un allenamento scorretto o eccessivo può influire negativamente sulla salute.
- Attenzione: se una delle parti di regolazione sporge dall'apparecchio, potrebbe interferire con i movimenti dell'utente.
- Attenzione: installare l'apparecchio su una superficie piana e stabile.
- Questo apparecchio è stato progettato solo per uso domestico e non può essere utilizzato in bar, ristoranti, aziende agricole, alberghi, motel e uffici.
- L'apparecchio è sicuro solo se montato e usato correttamente.
- È propria responsabilità assicurarsi che tutti gli utenti siano informati riguardo quanto indicato in questo manuale.
- 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 dell'apparecchio. 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

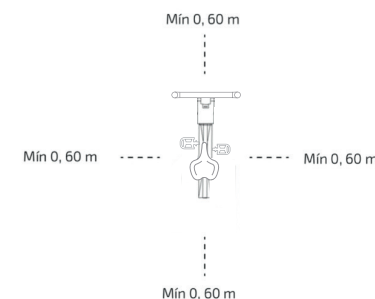
o náusea. Se si avverte uno di questi sintomi, contattare il proprio medico prima di continuare con l'allenamento.

- Attenzione: il livello di sicurezza dell'apparecchio può essere mantenuto solo se viene ispezionato regolarmente in cerca di danni o usura.
- Attenzione: sostituire immediatamente i componenti difettosi e/o non usare l'apparecchio fino alla riparazione.
- Prestare particolare attenzione ai componenti più soggetti a usura.
- 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.
- Assicurarsi di mantenere bambini e animali lontani dall'apparecchio. Non permettere ai bambini di usare e/o giocare con l'apparecchio. È stata progettata esclusivamente per adulti.
- Prima dell'uso, accertarsi che le viti e i dadi siano ben serrati.
- Usare l'apparecchio come indicato nel presente manuale di istruzioni. Se durante l'assemblaggio o il collaudo dell'apparecchio si riscontrano parti difettose o se l'apparecchio emette un rumore insolito durante l'uso, interrompere l'uso. Non utilizzare l'apparecchio finché il problema non sia stato risolto.
- Indossare un abbigliamento adeguato quando si utilizza l'apparecchio. Evitare di indossare indumenti larghi che possano impigliarsi nell'apparecchio od ostacolare i movimenti.
- In caso fosse necessaria una riparazione, consultare il proprio distributore per maggiori informazioni o contattare il Servizio di Assistenza Clienti di Cecotec.
- Questa attrezzatura non è adatta all'uso terapeutico.
- Fare attenzione quando si solleva o si sposta l'apparecchio per evitare lesioni lombari.

## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

Por favor, mantenha este manual de instruções num local seguro para referência futura ou para novos utilizadores.

- Leia estas instruções na sua totalidade antes de montar ou usar o aparelho. Elas contêm informação importante que o ajudará a obter o melhor desempenho do seu aparelho.
- Este aparelho não está equipado com uma roda livre, pelo que as peças móveis não podem parar imediatamente após a paragem do exercício.
- Atenção: Este tipo de aparelho não é adequado para fins de alta precisão.
- A área livre não deve ser inferior a 0,6 m da área de treino nas direções a partir das quais se acede ao aparelho. A área livre deve também incluir a área para desmontagem de emergência. Se houver vários aparelhos próximos uns dos outros, o valor da área livre pode ser menor.



- Este aparelho pode ser utilizado por crianças a partir dos 14 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.

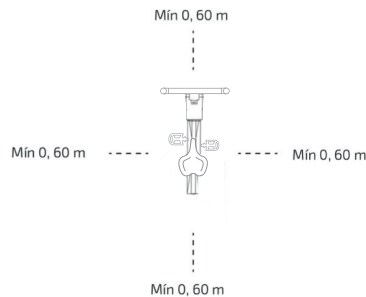
- Atenção: um treino incorreto ou excessivo pode provocar lesões para a saúde.
- Atenção: se algum dos dispositivos de ajuste ficar saliente, pode dificultar o movimento do utilizador.
- Atenção: o aparelho deve ser instalado numa base estável e nivelada.
- Este aparelho foi desenhado apenas para uso doméstico e não para uso em cafés, restaurantes, quintas, hotéis, motéis e escritórios.
- 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 do aparelho. 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.
- Atenção: o nível de segurança do aparelho só pode ser mantido se este for regularmente inspecionado quanto a danos e desgaste.

- Aviso: substitua imediatamente os componentes defeituosos e/ou mantenha o aparelho fora de serviço até ser reparado.
- Preste especial atenção aos componentes mais suscetíveis ao desgaste.
- 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 de estimação afastados do aparelho. Não permita que as crianças usem e/ou brinquem com o aparelho. Foi concebida apenas para adultos.
- Certifique-se de que os parafusos e as porcas estejam bem apertados antes de utilizar o aparelho.
- Utilize o aparelho tal como descrito neste manual de instruções. Se encontrar peças defeituosas ao subir ou ao testar o aparelho, ou se esta emitir um ruído invulgar durante a sua utilização, pare de o utilizar. Não o utilize até que o problema esteja resolvido.
- Use roupa adequada enquanto usar o aparelho. Evite usar roupas largas, que possam ficar presas no aparelho ou dificultar o movimento.
- No caso de precisar reparações, consulte o seu distribuidor para mais informações ou contacte o Serviço de Atendimento ao Consumidor da Cecotec.
- Este aparelho não é adequado para fins terapêuticos.
- Tenha cuidado ao levantar ou mover o aparelho para não magoar as costas.

## **VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN**

Bewaar deze gebruiksaanwijzing op een veilige plaats voor toekomstige naslag of nieuwe gebruikers.

- Lees deze instructies grondig door voordat u het apparaat in elkaar zet of bedient. Ze bevatten belangrijke informatie die u zal helpen de beste prestaties uit uw apparaat te halen.
- Dit apparaat is niet uitgerust met een vrij wiel, zodat de bewegende delen niet onmiddellijk kunnen stoppen na het stoppen van de oefening.
- Waarschuwing: Dit type apparatuur is niet geschikt voor hoge precisiedoelinden.
- De vrije ruimte mag niet minder dan 0,6 m groter zijn dan de trainingsruimte in de richtingen van waaruit de apparatuur toegankelijk is. De vrije ruimte moet ook de zone voor noodontmanteling omvatten. Als apparaten naast elkaar staan, kan de waarde van de vrije ruimte gedeeld worden.



- Deze apparatuur kan worden gebruikt door kinderen vanaf 14 jaar en personen met beperkte fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten of met een gebrek aan ervaring en kennis, als ze onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het veilige gebruik van het apparaat en de gevaren begrijpen. Kinderen mogen niet met de apparatuur spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd.
- Waarschuwing: onjuiste of overmatige training kan leiden tot gezondheidsletsel.

- Waarschuwing: Als een van de verstelinrichtingen uitsteekt, kan dit de beweging van de gebruiker belemmeren.
- Waarschuwing: De apparatuur moet op een stabiele en vlakke ondergrond worden geïnstalleerd.
- Dit apparaat is uitsluitend bestemd voor huishoudelijk gebruik en is niet bestemd voor gebruik in bars, restaurants, boerderijen, hotels, motels en kantoren.
- Het product is alleen veilig als het op de juiste wijze 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.
- Waarschuwing: Het veiligheidsniveau van de apparatuur kan alleen worden gehandhaafd als deze regelmatig wordt geïnspecteerd op schade en slijtage.
- Waarschuwing: Vervang defecte onderdelen onmiddellijk en/of stel de apparatuur buiten gebruik tot deze gerepareerd is.

- Besteed vooral aandacht aan de onderdelen die het meest aan slijtage onderhevig zijn.
- 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 deze apparatuur. Sta niet toe dat kinderen het apparaat gebruiken en/of ermee spelen. Het is alleen bedoeld voor volwassenen.
- Zorg ervoor dat de bouten en moeren vastzitten voordat u de apparatuur gebruikt.
- Gebruik het apparaat zoals aangegeven in deze handleiding. Als u defecte onderdelen aantreft bij het monteren of testen van het apparaat, of als het tijdens het gebruik een ongewoon geluid maakt, moet u het apparaat niet meer gebruiken. Gebruik het niet totdat het probleem is opgelost.
- Draag geschikte kleding wanneer u het product gebruikt. Draag geen wijde kleding, want die kan in de apparatuur blijven haken of de beweging belemmeren.
- Als het apparaat een reparatie nodig heeft, raadpleeg dan uw distributeur voor meer informatie of neem contact op met de klantenservice van Cecotec.
- Deze apparatuur is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Wees voorzichtig als u het product optilt of verplaatst, zodat u uw rug niet bezeert.

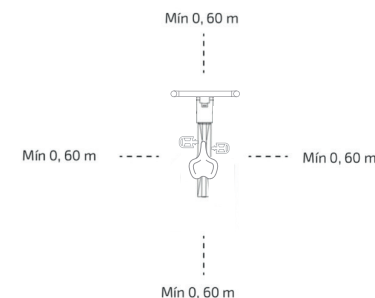
## INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA

Prosimy zachować tę instrukcję w bezpiecznym miejscu do wykorzystania w przyszłości lub dla nowych użytkowników.

- Przed montażem lub użyciem sprzętu prosimy o dokładne

zapoznanie się z niniejszą instrukcją; zawiera ona ważne informacje, które pomogą uzyskać najlepszą wydajność sprzętu.

- To urządzenie nie jest wyposażone w ostre koło, więc ruchome części nie mogą zatrzymać się natychmiast po zatrzymaniu pedałowania.
- Ostrzeżenie: ten typ sprzętu nie nadaje się do treningów wymagających wysokiej precyzji.
- Wolna przestrzeń wokół przyrządu i dojście do niego nie powinny wynosić mniej niż 0,6 m. Wolna przestrzeń musi obejmować również przestrzeń do awaryjnego demontażu. Gdy obok siebie znajdują się inne urządzenia, mogą one ze sobą dzielić wolną przestrzeń.



- To urządzenie może być używane przez dzieci w wieku od 14 lat oraz osoby o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych lub umysłowych lub bez doświadczenia i wiedzy, jeśli są pod nadzorem lub są odpowiednio poinstruowane odnośnie bezpiecznego korzystania z urządzenia i rozumieją związane z nim zagrożenia. Dzieci nie mogą bawić się urządzeniem. Czyszczenie i konserwacja urządzenia nie mogą być przeprowadzane przez dzieci.
- Ostrzeżenie: nieprawidłowy lub nadmierny trening może spowodować obrażenia ciała.

- Ostrzeżenie: jeśli którekolwiek z elementów regulacyjnych wystają, mogą zakłócać ruch użytkownika.
- Ostrzeżenie: urządzenie powinno stać na stabilnym i równym podłożu.
- To urządzenie przeznaczone jest wyłącznie do użytku domowego i nie nadaje się do użytku w barach, restauracjach, gospodarstwach rolnych, hotelach, motelach i biurach.
- Produkt będzie bezpieczny tylko wtedy, gdy będzie prawidłowo zmontowany, utrzymany i używany.
- Twoim obowiązkiem jest upewnienie się, że wszyscy użytkownicy zostali poinformowani o środkach ostrożności wymienionych w niniejszej instrukcji.
- Przed rozpoczęciem sesji treningowej zaleca się konsultację z lekarzem w przypadku wystąpienia jakichkolwiek schorzeń fizycznych lub zdrowotnych, które mogą stanowić zagrożenie dla bezpieczeństwa lub utrudniają prawidłowe korzystanie ze sprzętu. Porada lekarza jest niezbędna, jeśli zażywasz leki na ciśnienie lub cholesterol.
- Słuchaj 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.
- Ostrzeżenie: poziom bezpieczeństwa urządzenia można utrzymać tylko wtedy, gdy jest ono regularnie sprawdzane pod kątem uszkodzeń i zużycia.
- Ostrzeżenie: natychmiast wymień wadliwe elementy i/lub nie używaj urządzenia do czasu naprawy.
- Zwróć szczególną uwagę na elementy najbardziej podatne na zużycie.
- Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od miejsca montażu,

ponieważ znajdują się tam małe części, które mogą stwarzać ryzyko zadławienia w przypadku połknięcia.

- Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od sprzętu. Nie pozwalaj dzieciom używać i/lub bawić się sprzętem. Przeznaczony jest wyłącznie dla osób dorosłych.
- Przed użyciem urządzenia upewnij się, że śruby i nakrętki są dokręcone.
- Używaj sprzętu w sposób wskazany w niniejszej instrukcji obsługi. Jeśli podczas montażu lub testowania sprzętu znajdziesz wadliwe części lub jeśli podczas użytkowania wydaje on nietypowy dźwięk, zaprzestań jego używania. Nie używaj go, dopóki problem nie zostanie rozwiązany.
- Podczas używania urządzenia noś odpowiednią odzież. Unikaj noszenia luźnej odzieży, ponieważ może ona wciągnąć się w sprzęt lub utrudniać ruch.
- Jeśli przypadku konieczności naprawy, skonsultuj się z dystrybutorem, aby uzyskać więcej informacji lub skontaktuj się z Działem Obsługi Klienta Cecotec.
- To urządzenie nie nadaje się do użytku terapeutycznego.
- Zachowaj ostrożność podczas podnoszenia lub przenoszenia sprzętu, aby nie nadwyrężyć pleców.

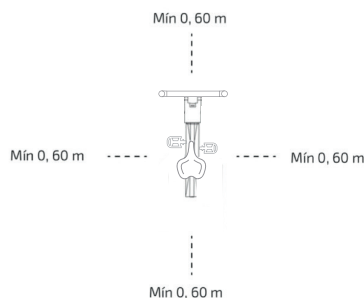
## BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

Prosím, uschovejte tento návod k použití na bezpečném místě pro budoucí použití nebo pro nové uživatele.

- Přečtěte si prosím důkladně tento návod před montáží nebo provozem vašeho zařízení, obsahuje důležité informace, které vám pomohou dosáhnout optimálního výkonu vašeho zařízení.
- Toto zařízení není vybaveno volnoběžkou, takže se pohyblivé

části nemohou zastavit ihned po zastavení cvičení.

- Varování: Tento typ zařízení není vhodný pro vysoce přesné účely.
- Volná plocha nesmí být menší než 0,6 m, ale musí být větší než tréninková plocha ve směrech, ze kterých se k zařízení přistupuje. Volný prostor by měl zahrnovat také prostor pro nouzovou demontáž. Pokud jsou přístroje umístěny vedle sebe, volnou plochu je možné sdílet.



- Tento spotřebič mohou používat děti od 14 let a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo s nedostatečnými zkušenostmi a znalostmi, pokud jsou pod dohledem nebo byly poučeny o používání spotřebiče bezpečným způsobem a rozumí souvisejícím nebezpečím. Děti si se spotřebičem nesmí hrát. Čištění a údržbu, které provádí uživatel, nesmí provádět děti bez dozoru.
- Varování: nesprávný nebo nadměrný trénink může vést k újmě na zdraví.
- Varování: pokud některý z nastavovacích dílů vyčnívá, může uživateli bránit v pohybu.
- Varování: zařízení musí být instalováno na stabilním a rovném základě.
- Tento spotřebič je určen pouze pro domácí použití a je

vyločen z použití v barech, restauracích, farmách, hotelech, motelech a kancelářích.

- Výrobek je bezpečný pouze v případě, že je správně sestaven, udržován a používán.
- Je vaší povinností zajistit, aby všichni uživatelé byli informováni o bezpečnostních opatřeních uvedených v tomto návodě.
- Před zahájením tréninku doporučujeme, abyste se poradili se svým lékařem, pokud trpíte jakýmkoli nepříznivým zdravotním nebo fyzickým stavem, který by mohl ohrozit bezpečnost nebo ztížit správné používání přístroje. Pokud užíváte léky na krevní tlak nebo cholesterol, je nezbytná rada 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.
- Varování: úroveň bezpečnosti zařízení může být zachována pouze tehdy, pokud je pravidelně kontrolováno, zda není poškozeno a opotřebováno.
- Varování: poškozené součásti okamžitě vyměňte a/nebo zařízení nepoužívejte, dokud nebude opraveno.
- Zvláštní pozornost věnujte součástem, které jsou nejvíce náchylné k opotřebení.
- Zabraňte dětem a zvířatům v přístupu do montážního prostoru, protože se v něm nacházejí malé díly, které by v případě spolknutí mohly způsobit udušení.
- Udržujte děti a domácí zvířata v dostatečné vzdálenosti od zařízení. Nedovolte dětem, aby přístroj používaly a/nebo si s



- ním hrály. Toto zařízení je určeno pouze pro dospělé.
- Před použitím zařízení se ujistěte, že šrouby a matice jsou pevně utaženy.
  - Zařízení používejte tak, jak je popsáno v tomto návodu k použití. Pokud při montáži nebo testování zařízení objevíte nějaké poškozené díly nebo pokud zařízení během používání vydává neobvyklý hluk, přestaňte jej používat. Nepoužívejte jej, dokud nebude problém vyřešen.
  - Při používání zařízení noste vhodný oděv. Vyvarujte se nošení příliš volného oblečení, protože by se mohlo zachytit do zařízení nebo bránit v pohybu.
  - V případě potřeby opravy se obraťte na svého prodejce, který vám poskytne další informace nebo na Zákaznický servis společnosti Cecotec.
  - Toto zařízení není vhodné pro terapeutické účely.
  - Při zvedání nebo přenášení zařízení buďte opatrní, abyste si neporanili záda.

## 1. PIEZAS Y COMPONENTES

Nº de pieza	Descripción	Cantidad
1	Bastidor principal	1
2	Tija del manillar	1
3L/R	Guía	2
4L/R	Barra oscilante	2
5 L/R	Barra de los pedales	2
6L/R	Pedales	2
7	Junta de unión	2
8	Biela	2
9	Barra de soporte del manillar	1
10L/R	Manillar	2
11	Tubo estabilizador inferior delantero	1
12	Eje abatible	1
13	Tornillo hexagonal interior M10x25	2
14	Tornillo hexagonal interior $\phi$ 10x57	2
15	Tornillo hexagonal interior $\phi$ 10x45	2
16	Tornillo hexagonal interior M6x16	4
17	Perno de cuello cuadrado M8 x L45 x $\phi$ 8 M8 x L45 x $\phi$ 8	4
18	Tornillo hexagonal interior M8x35	2
19	Tornillo hexagonal interior M8x38x L12	2
20	Tornillo hexagonal interior M8x20	4
21	Tornillo hexagonal interior M8x16	2
22	Tornillo de cabeza cilíndrica M8x16	4
23	Tornillo hexagonal exterior M8x45	4
24	Perno hexagonal exterior M8x16	4

25	Perno hexagonal exterior M8x20	2
26	Tornillo de rosca Philip ST4.2*18	12
27	Arandela elástica D10	2
28	Tornillo Philip de cabeza Allen M6*13	2
29	Arandela plana $\phi 17 * \phi 22 * 1$	4
30	Tuerca de brida	2
31	Arandela plana D8*D32*2	6
32	Arandela elástica D8	18
33	Arandela plana D8*D20*2	6
34	Arandela plana D8*D16*1.5	10
35	Eje de balance	1
36	Arandela alabeada $\phi 8 * 1.5 * \phi 20$	6
37	Eje corto $\phi 17 * 59$	2
38	Arandela ondulada D17	6
39	Ruedecilla	2
40	Tuerca de nylon M8	10
41	Tuerca de sombrerete M8	2
42	Cojinete 6003Z	4
43	Tuerca hexagonal exterior M10	2
44	Arandela plana D10* $\phi 58 * 3$	2
45	Pestillo	2
46	Resorte	2
47	Pasador de tracción	2
48	Tapa de la biela	2
49	Tapón de cierre de la biela	2
50	Separador de plástico $\phi 32 * \phi 16 * 22$	14
51	Separador de plástico $\phi 28 * \phi 10 * 18$	4
52	Separador de plástico $\phi 32 * \phi 10 * 15.5$	4

53	Separador de plástico $\phi 32 * \phi 16.2 * 14$	2
54	Chapa de aluminio	2
55	Tapón de cierre	2
56L/R	Rodamiento	2
57	Mango de espuma 1	2
58	Mango de espuma 2	2
59	Tapa enroscable	2
60	Tapa ovalada 1	2
61	Reposapiés regulable 1	2
62	Reposapiés regulable 2	3
63	Tapa redonda 1	2
64	Tapa redonda 2	2
65	Tapa ovalada 2	2
66	Tapa esférica	6
67	Pulsómetro	2
68	Teleflex	2
69	Adaptador	1
70L/R	Cubierta delantera	2
71	Tornillo Philip M5*20	1
72	Perno de cuello cuadrado M8*55	2
73	Cable sensor	1
74	Alargador	1
75	Cable de pulso	2
76	Monitor	1

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 elíptica
- Kit de montaje
- Adaptador de corriente
- Este manual de instrucciones

## 3. MONTAJE

### Paso 1

Fig. 2

Retire la tapa (A) del bastidor principal (1).

### Paso 2

Fig. 3

- Bloquee el reposapiés regulable 1 (61) en el tubo estabilizador inferior delantero (11).
- Bloquee el tubo estabilizador inferior delantero (11) en el bastidor principal (1) con el perno (72), la arandela elástica (32), la arandela plana (33) y la tuerca de sombrerete (41).
- Retire la tapa enroscable (59) de la guía (3L/R) como se muestra en la imagen B de la figura 3.
- Introduzca el eje abatible (12) en el orificio del bastidor principal (1), luego fije firmemente las guías (3L/R) en el eje abatible (12) con el tornillo (13), la arandela elástica (27) y la arandela plana grande (44), por último, coloque la tapa enroscable (59) en el extremo.

### Paso 3

Fig. 4

- Conecte el cable del sensor (73) y el alargador (74), y luego conecte el adaptador (69) con el cable de tensión como muestra la imagen C.
- Bloquee la tija del manillar (2) en el bastidor principal (1) con el tornillo de cabeza cilíndrica (22), la arandela elástica (32) y la arandela plana (34).

### Paso 4

Fig. 5

- Fije la barra oscilante (4L/R), la arandela ondulada (38), el eje de balance (35) en la tija del del manillar (2) con el perno hexagonal exterior (25), la arandela elástica (32) y la arandela plana (31), pero no los apriete.
- Encaje previamente las barras de los pedales (5L/R) en los pedales (6L/R) con el tornillo (20), la arandela elástica (32), la arandela plana (31) y la arandela ondulada (38).
- Conecte la barra de los pedales (5L/R) y la barra oscilante (4L/R) con el tornillo (16) y el tornillo (15); apriete el perno (25) y el tornillo (20).
- Encaje firmemente los pedales (6L/R) en la barra de los pedales (5L/R) con el tornillo (23), la arandela plana (34) y la tuerca de nylon (40).

### Paso 5

Fig. 6

Encaje el manillar (10L/R) en la barra oscilante (4L/R) respectivamente con el perno (17), la arandela alabeada (36) y la tuerca de nylon (40).

### Paso 6

Fig. 7

- Coloque el cable de pulso (75) en el orificio de la tija del manillar (2). A continuación, fije la barra de soporte del manillar (9) a la tija del manillar (2) con el tornillo (21), la arandela elástica (32) y la arandela alabeada (36);
- Conecte el cable pulso (75) y el alargador (74) al monitor (76) y, a continuación, fije el monitor (76) a la tija del manillar (2) con el tornillo Philip (71).
- Coloque la cubierta delantera (70) en la tija del manillar (2) y, a continuación, fíjela firmemente con el tornillo de rosca Philip (26).

## 4. FUNCIONAMIENTO

### Modos del monitor

- Modo apagado. Cuando el monitor está apagado
- Modo Activo. Cuando el monitor está encendido y no se detecta movimiento. Se accede al modo activo pulsando el monitor o girando el selector cuando el monitor está apagado. Permite establecer valores objetivo para los registros de tiempo, calorías y distancia.
- Modo Movimiento. Se accede cuando estando en modo activo, se detecta un movimiento o se pulsa el monitor. No importa si se han establecido objetivos de entrenamiento previamente o no. Si se ha establecido un valor objetivo para algún dato, en la pantalla se mostrará lo que falta para alcanzar el objetivo. Si no se ha establecido ningún objetivo, la pantalla actúa como un contador.

**Botones del monitor**

Pulsador. El monitor entero es un pulsador (Fig. 8). Si se presiona hacia abajo se puede observar cómo se desplaza. Tiene diversas funciones:

1. Pasar de modo apagado a modo activo con una pulsación.
2. Cuando se han fijado los objetivos de distancia, tiempo y calorías, mediante una pulsación se pasa al Modo Movimiento. Si no se quieren ajustar los valores, con una pulsación también se pasa al modo movimiento.
3. En modo movimiento, una pulsación del monitor sirve para desactivar la función SCAN y fijar los datos que se visualizan en pantalla. Con cada pulsación se cambian los datos que muestra la pantalla.
4. Si se pulsa el monitor por más de 2 segundos, sale del modo movimiento y entra en modo activo. Si en modo activo se mantiene 2 segundos pulsado, se eliminan los valores objetivos establecidos por última vez.

Selector. El selector circular puede rotar hacia la izquierda y hacia la derecha sin límite. Funciones:

1. Para encender el monitor
2. En Modo Activo sirve para ajustar el valor objetivo que se quiera poner.
3. En modo Movimiento sirve para incrementar o reducir el nivel de resistencia.

Datos que muestra la pantalla del monitor

NO.	Icono	Descripción
1		<b>Frecuencia cardiaca:</b> Muestra la frecuencia cardiaca en tiempo real si se recibe una señal de pulso, de lo contrario no se muestra nada.
2		<b>Nivel de resistencia</b> Rango de ajuste: 1 ~ 24/32 Cuanto mayor sea el nivel, mayor será la resistencia
3		<b>Escáner</b> Icono Scan encendido: los datos que muestra la pantalla van cambiando cada 3 segundos. Icono Scan apagado: Sólo se muestra el dato que esté fijo en la pantalla

4		<b>Velocidad</b> Rango: 0,0 ~ 999,9 km/h
5		<b>Tiempo</b> Rango: 00:00 ~ 99:59 El contador se inicia una vez se detecte el movimiento o se pulse brevemente la pantalla. El contador para de contar si pasan más de 4 segundos sin que detecte movimiento.
6		<b>Distancia</b> Rango de visualización: 0,0 ~ 999,9 km
7		<b>Calorías</b> Rango de visualización: 0,0 ~ 999,9 kcal Muestra un valor aproximado de las calorías consumidas, es un dato proporcional al nivel de resistencia: La resistencia 1 corresponde a 11,4 kcal/km, y la resistencia 32 a 44,6 kcal/km.
8		<b>Bluetooth</b> Si está este icono se muestra en la pantalla significa que el Bluetooth está conectado Si no se muestra, el Bluetooth no está conectado.
9		<b>Fijación de objetivos</b> <b>Cuando aparece este icono se puede establecer un dato como objetivo del entrenamiento</b> Si el icono de tiempo está activado, se puede establecer un objetivo de tiempo (min). Si el icono de distancia está activado, se puede establecer un objetivo de distancia (km). Si el icono de calorías está activado, se puede establecer un objetivo de calorías (Kcal).

**Fijación de objetivos**

Puede fijar metas objetivo de los parámetros Tiempo, Distancia y Calorías. Para ello gire el mando hasta que se ilumine el parámetro que desee.

- Ajuste del tiempo: gire el selector en el sentido de las agujas del reloj, aumentará 1 minuto por cada rotación y disminuirá 1 minuto en caso contrario. La meta objetivo más baja es 1 minuto.
- Ajuste de la distancia: girar el selector en el sentido de las agujas del reloj, aumentará 0,5 km por rotación, disminuirá 0,5 km al contrario. La meta objetivo mínima es de 0,5 km.
- Ajuste del consumo de calorías: gire el selector en el sentido de las agujas del reloj, aumentará 1 kcal por cada giro, disminuirá 1 kcal en caso contrario. La meta objetivo más baja es 1 kcal.

Cuando alcance la meta objetivo, el mando emitirá tres pitidos rápidos consecutivos.

Los datos de movimiento no vuelven a cero hasta que entra en estado de espera.

Mantenga pulsado el monitor durante 2 segundos para salir del modo movimiento. Cuando salga del modo movimiento la pantalla mostrará el valor objetivo establecido por última vez. Pulse y mantenga pulsado de nuevo el monitor durante 2 segundos para borrar el objetivo.

**Visualización de los datos en el monitor**

- Por defecto, siempre que se inicia un entrenamiento el monitor tiene activada la función SCAN y va mostrando los distintos parámetros. Con una pulsación del botón se desactiva la función SCAN y se fijan en la pantalla los datos del entrenamiento.
- Si se detecta una señal en el sensor de frecuencia cardíaca, las pulsaciones por minuto se mostrarán en la parte superior del monitor, justo donde se indica el nivel de resistencia. Se irá alternando la visualización de estos 2 parámetros cada 3 segundos. Si no se detecta ninguna señal de pulso, solamente se mostrará el nivel de resistencia. Véase la Fig. 9

**Apagado automático:** Después de 3 min de inactividad, el display se apaga automáticamente.

**Encendido automático:** Si se detecta movimiento o se pulsa o se gira el monitor se enciende automáticamente.

**Conexión Bluetooth:**

Escaneando el siguiente código QR podrá acceder a un manual en el que se explica cómo realizar la vinculación de la bicicleta elíptica DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro con la aplicación Kinomap:

**5. 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. Fig. 10

- 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). Fig. 11
- Enfriamiento: estire de 5 a 10 minutos. Esto incrementará su flexibilidad y le ayudará a prevenir posibles lesiones tras el ejercicio. Fig. 10

**Rutina de ejercicio**

Para mantener o mejorar su forma física, realice tres sesiones de ejercicio semanalmente, como mínimo debe descansar un día entre cada sesión de ejercicio. Después de varios meses de ejercicio, puede aumentar el número de sesiones semanales hasta cinco. Para obtener los mejores resultados debe ser constante a la hora de hacer ejercicio.

**6. 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.
- Evite que la máquina esté expuesta a la luz solar directa, sobre todo el monitor.
- 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.
- Para mover la máquina, tire hacia abajo del manillar hasta que la parte trasera de la bicicleta quede en el aire o bien levante la bicicleta cogiéndola del estabilizador trasero. Así podrá mover la bicicleta a la posición deseada con total seguridad.

Aviso:

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

**Plegado Fig. 12**

1. Quite el pestillo (45), levante la guía derecha (3R) como muestra la flecha, use la otra mano para levantar el pedal derecho (6R), hasta que el pestillo (45) encaje en el agujero automáticamente, finalmente, enrosque el tornillo (15) en el pedal derecho (6R).
2. Para plegar la guía izquierda (3L) del mismo modo.

**Desplegado** Fig. 13

1. Saque el pestillo (45), desenrosque el tornillo (18) unido al pedal derecho (6R), sujete el pedal derecho (6R) con una mano y use la otra para tirar hacia abajo de la guía derecha (3R) hasta que el pestillo (45) encaje en el agujero automáticamente.
2. Proceda de la misma manera para desplegar la guía izquierda (3L).

**7. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**

Problema	Posibles causas	Solución
La máquina se tambalea durante el uso.	Los pies no están nivelados.	Gire las patas hasta que la bicicleta esté nivelada.
Ruido fuerte de las piezas móviles.	Las piezas no están bien apretadas.	Apriételas.

Si ninguna de estas situaciones coincide con su problema, no intente desmontar ni reparar la máquina usted mismo. Las reparaciones realizadas por personas inexpertas pueden provocar lesiones o graves fallos de funcionamiento. Póngase en contacto con el Servicio de Asistencia Técnica de Cecotec. Un técnico autorizado debe realizar la reparación y debe utilizar únicamente piezas de repuesto originales.

El auto-mantenimiento o mantenimiento no autorizado afectará a la seguridad del uso del producto y a la aplicación de la política de garantía.

**8. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS**

Referencia del producto: 07232  
 Producto: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro  
 Peso máximo del usuario: 110 kg  
 Clase HC  
 Banda de frecuencia de operación del módulo bluetooth: 2.4 GHz  
 Máxima potencia transmitida por el módulo Bluetooth: 1.45 dBm  
 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.

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 UE DE CONFORMIDAD SIMPLIFICADA.**



Por la presente, Cecotec Innovaciones declara que la bicicleta elíptica con modelo 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro 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:

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

## 1. PARTS AND COMPONENTS

Part No.	Description	Quantity
1	Main frame	1
2	Handlebar stem	1
3L/R	Guides	2
4L/R	Oscillating tube	1
5 L/R	Pedals bar	1
6L/R	Pedals	1
7	Sealing gasket	2
8	Crank	2
9	Handlebar support bar	1
10L/R	Handlebar	1
11	Front lower stabiliser	1
12	Hinged shaft	1
13	Hexagon socket screw M10x25	2
14	Hexagon socket screw $\phi 10 \times 57$	2
15	Hexagon socket screw $\phi 10 \times 45$	2
16	Hexagon socket screw M6x16	4
17	Square neck bolt M8 x L45 x $\phi 8$ M8 x L45 x $\phi 8$	4
18	Hexagon socket screw M8x35	2
19	Hexagon socket screw M8x38x L12	2
20	Hexagon socket screw M8x20	4
21	Hexagon socket screw M8x16	2
22	Cylindrical head screw M8x16	4
23	External hexagonal screw M8x45	4
24	Outer hex bolt M8x16	4

25	Outer hex bolt M8x20	2
26	Phillips threaded bolt ST4.2*18	12
27	Spring washer D10	2
28	Phillips Allen head screw M6*13	2
29	Plain washer $\phi 17 \times \phi 22 \times 1$	4
30	Flange nut	2
31	Plain washer D8*D32*2	6
32	Spring washer D8	18
33	Plain washer D8*D20*2	6
34	Plain washer D8*D16*1.5	10
35	Balance shaft	1
36	Wave washer $\phi 8 \times 1.5 \times \phi 20$	6
37	Short shaft	2
38	Curved washer D17	6
39	Ferrule	2
40	Nylon nut M8	10
41	Cap nut M8	2
42	Bearing 6003Z	4
43	External hexagonal nut M10	2
44	Plain washer D10* $\phi 58 \times 3$	2
45	Bolt	2
46	Spring	2
47	Pull pin	2
48	Crank cover	2
49	Crank cover cap	2
50	Plastic separator $\phi 32 \times \phi 16 \times 22$	14
51	Plastic separator $\phi 28 \times \phi 10 \times 18$	4



52	Plastic separator $\phi 32 \times \phi 10 \times 15.5$	4
53	Plastic separator $\phi 32 \times \phi 16.2 \times 14$	2
54	Aluminium sheet	2
55	Closing cap	2
56L/R	Bearing	1
57	Foam handle 1	2
58	Foam handle 2	2
59	Screw cap	2
60	Oval cap 1	2
61	Adjustable feet 1	2
62	Adjustable feet 2	3
63	Round cap 1	2
64	Round cap 2	2
65	Oval cap 2	2
66	Round cap	6
67	Heart rate monitor	2
68	Ferrule	2
69	Adapter	1
70L/R	Front cover	1
71	Phillips screw M5*20	1
72	Square bolt M8*55	2
73	Sensor cable	1
74	Extension lead	1
75	Pulse cable	2
76	Console	1

**NOTE:**

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

**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**

- Elliptical cross trainer
- Assembly kit
- Power adapter
- Instruction manual

**3. ASSEMBLY****Step 1**

Fig. 2

Remove the cap (A) from the main frame (1).

**Step 2**

Fig. 3

- Lock the adjustable feet 1 (61) on the front lower stabiliser (11).
- Lock the front lower stabiliser (11) on the main frame (1) using the square bolt (72), spring washer (32), plain washer (33) and cap nut (41).
- Remove the screw cap (59) from the guide (3L/R) as shown in picture B, figure 3.
- Insert the hinged shaft (12) into the hole of the main frame (1). Then, firmly fix the guides (3L/R) on the hinged shaft (12) using the screw (13), spring washer (27) and the big plain washer (44). Finally, place the screw cap (59) on the end.

**Step 3**

Fig. 4

- Connect the sensor cable (73) and the extension lead (74), then connect the adapter (69) with the voltage cable as shown in picture C.
- Lock the handlebar stem (2) on the main frame (1) using the cylindrical head screw (22), spring washer (32) and plain washer (34).

**Step 4**

Fig. 5

- Fix the oscillating tube (4L/R), the curved washer (38) and balance shaft (35) to the handlebar stem (2) using the outer hex bolt (25), spring washer (32) and plain washer (31), but do not tighten them.
- Pre-fit the pedals bar (5L/R) to the pedals (6L/R) with the screw (20), spring washer (32), plain washer (31) and curved washer (38).
- Connect the pedals bar (5L/R) and the oscillating tube (4L/R) with the screw (16) and screw (15). Tighten the knob (25) and the screw (20).
- Securely fit the pedals (6L/R) to the pedals bar (5L/R) with the screw (23), plain washer (34) and nylon nut (40).

**Step 5**

Fig. 6.

Fit the handlebar (10L/R) to the oscillating tube (4L/R) respectively with the bolt (17), wave washer (36) and nylon nut (40).

**Step 6**

Fig. 7

- Fit the pulse cable (75) into the hole in the handlebar stem (2). Then, fix the handlebar support bar (9) to the handlebar stem (2) with the screw (21), spring washer (32) and wave washer (36).
- Connect the pulse cable (75) and the extension lead (74) to the console (76); then, secure the console (76) to the handlebar stem (2) with the Phillips screw (71).
- Place the front cover (70) on the handlebar stem (2), then secure it firmly with the Phillips threaded bolt (26).

**4. OPERATION**

**Console modes**

- Shutdown mode. When the console is switched off.
- Active mode. When the console is on and no motion is detected. Active mode is accessed by pressing the console or by turning the knob when the console is off. Allows you to set target values for time, calorie, and distance records.
- Motion mode. Accessed when in active mode, a movement is detected or the console is pressed. It does not matter whether training targets have been set previously or not. If a target value has been set for any data, the display will show how far short of the target the target is. If no target has been set, the display acts as a counter.

**Console buttons**





Push button. The whole console is a push button (Fig. 8). If you press down you can see how it scrolls. It has several functions:






1. Switch from shutdown mode to active mode with one press.
2. When the distance, time and calorie targets have been set, one press switches to motion mode. If you do not want to adjust the values, you can also switch to motion mode by pressing once.
3. In motion mode, one press on the console is used to deactivate the SCAN function and fix the data shown on the display. Each press changes the data shown on the display.
4. If the console is pressed for more than 2 seconds, it exits motion mode and enters active mode. If pressed and held for 2 seconds in active mode, the target values last set are deleted.

Knob. The knob can be rotated to the left and right without limit. Functions:

1. To switch on the console.
2. In active mode, it is used to set the desired target value.
3. In motion mode, it is used to increase or decrease the level of resistance.

Data shown on the console display

No.	Icon	Description
1		<b>Heart rate</b> Displays real-time heart rate if a pulse signal is received, otherwise nothing is displayed.
2		<b>Resistance level</b> Setting range: 1 ~ 24/32 The higher the level, the greater the resistance.
3		<b>Scan</b> Scan icon on: the data displayed on the display changes every 3 seconds. Scan icon off: only the data that is fixed on the display is shown.
4		<b>Speed</b> Range: 0.0 ~ 999.9 km/h

5		<p><b>Time</b> Range: 00:00 ~ 99:59 The counter starts once motion is detected or the display is briefly pressed. The counter stops counting if more than 4 seconds pass without detecting movement.</p>
6		<p><b>Distance</b> Display range: 0.0 ~ 999.9 km</p>
7		<p><b>Calories</b> Display range: 0.0 ~ 999.9 kcal Displays an approximate value of calories burned, proportional to the level of resistance: Resistance 1 corresponds to 11.4 kcal/km, and resistance 32 to 44.6 kcal/km.</p>
8		<p><b>Bluetooth</b> If this icon is shown on the display, it means that Bluetooth is connected. If not displayed, Bluetooth is not connected.</p>
9		<p><b>Setting targets</b> <b>When this icon appears, you can set a data as a target for the training.</b> If the time icon is activated, a time target (min) can be set. If the distance icon is activated, a distance target (km) can be set. If the calorie icon is activated, a calorie target (Kcal) can be set.</p>

**Setting targets**

You can set target goals for the parameters Time, Distance and Calories. To do this, turn the knob until the desired parameter is lit.

- Time setting: turn the knob clockwise, it will increase by 1 minute for each rotation and decrease by 1 minute otherwise. The lowest target goal is 1 minute.
- Distance adjustment: turn the knob clockwise, it will increase by 0.5 km per rotation, decrease by 0.5 km the other way round. The minimum target goal is 0.5 km.
- Setting the calorie consumption: turn the knob clockwise, it will increase by 1 kcal for each turn, decrease by 1 kcal otherwise. The lowest target goal is 1 kcal.

When the target goal is reached, the controller will beep three times in quick succession. The motion data does not return to zero until it enters the standby mode.

Press and hold the console for 2 seconds to exit motion mode. When you exit motion mode the display will show the target value last set. Press and hold the console again for 2 seconds to clear the target.

**Data display on the console**

- By default, whenever a training session is started, the console has the SCAN function activated and displays the different parameters. One press of the button deactivates the SCAN function and sets the training data on the display.
- If a signal is detected in the heart rate sensor, the beats per minute will be displayed at the top of the console, right where the resistance level is indicated. The display of these 2 parameters shall alternate every 3 seconds. If no pulse signal is detected, only the resistance level is displayed. Fig. 9

**Auto switch-off:** after 3 minutes of inactivity, the display switches off automatically.

**Auto switch-on:** if motion is detected or the console is pressed or rotated, the console turns on automatically.

**Bluetooth connection:**

By scanning the QR code below you can access a manual explaining how to pair the DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro elliptical cross trainer with the Kinomap app:



**5. INFORMATION ON EXERCISING**

A proper workout should consist of the following 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. Fig. 10
- 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). Fig. 11
- Cool-down: consists of 5 to 10 minutes of stretching exercises. This will increase the flexibility of your muscles and will help prevent injuries. Fig. 10

**Workout routine**

To maintain or improve your physical condition, exercise three times per week, with at least one day of rest between workouts. After a few months of regular exercise, you may exercise up to five times a week, if desired. Keep in mind that the key to success is making exercise a regular and enjoyable part of your everyday life.

## 6. 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.
- Avoid exposing the machine to direct sunlight, especially the console.
- 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.
- To move the machine, either pull down on the handlebars until the rear of the bike is in the air or lift the bike by grasping the rear stabiliser. This allows you to move the bike to the desired position in complete safety.

Note:

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

### Folding Fig. 12

1. Remove the bolt (45), lift the right guide (3R) as shown by the arrow, use the other hand to lift the right pedal (6R), until the bolt (45) clicks into the hole automatically. Finally, screw the screw (15) into the right pedal (6R).
2. To fold the left guide (3L), follow the previous step in the same way.

### Unfolding Fig. 13

1. Pull out the bolt (45), unscrew the screw (18) attached to the right pedal (6R), hold the right pedal (6R) with one hand and use the other hand to pull down the right guide (3R) until the bolt (45) locks into the hole automatically.
2. Proceed in the same way to unfold the left guide (3L).

## 7. TROUBLESHOOTING

Problem	Possible causes	Solution
The machine wobbles during use	Feet are not level.	Rotate the feet until the bike is level.
Loud noise from moving parts	The parts are not tightened properly.	Tighten them.

If none of these situations match your problem, do not attempt to disassemble or repair the machine by yourself. Repairs carried out by unqualified persons may result in injury or serious malfunctions. Contact the official Cecotec Technical Support Service. The repair must be carried out by an authorised technician, and you must use only original spare parts.

Unauthorised self-maintenance or maintenance will affect the safe use of the product and the application of the warranty policy.

## 8. TECHNICAL SPECIFICATIONS

Product reference: 07232

Product: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Maximum user weight: 110 kg

HC Class

Operating frequency band of the Bluetooth module: 2.4 GHz

Maximum power transmission of Bluetooth module: 1.45 dBm

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 EU DECLARATION OF CONFORMITY



Cecotec Innovaciones hereby declares that this elliptical cross trainer, model 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro 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:

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

## 1. PIÈCES ET COMPOSANTS

N° de pièce	Description	Quantité
1	Cadre principal	1
2	Tige du guidon	1
3L/R	Rail	2
4L/R	Bras	2
5 L/R	Barre des pédales	2
6L/R	Pédales	2
7	Joint	2
8	Bielle	2
9	Barre de support du guidon	1
10L/R	Guidon	2
11	Stabilisateur inférieur avant	1
12	Barre	1
13	Vis hexagonale intérieure M10x25	2
14	Vis hexagonale intérieure $\phi$ 10x57	2
15	Vis hexagonale intérieure $\phi$ 10x45	2
16	Vis hexagonale intérieure M6x16	4
17	Boulon à collet carré M8 x L45 x $\phi$ 8 M8 x L45 x $\phi$ 8	4
18	Vis hexagonale intérieure M8x35	2
19	Vis hexagonale intérieure M8x38x L12	2
20	Vis hexagonale intérieure M8x20	4
21	Vis hexagonale intérieure M8x16	2
22	Vis à tête cylindrique M8x16	4
23	Vis hexagonale extérieure M8x45	4
24	Boulon hexagonal extérieur M8x16	4

25	Boulon hexagonal extérieur M8×20	2
26	Vis filetée Phillips ST4.2*18	12
27	Rondelle élastique D10	2
28	Vis Phillips à tête cylindrique M6*13	2
29	Rondelle plate φ17*φ22*1	4
30	Écrou à bride	2
31	Rondelle plate D8*D32*2	6
32	Rondelle élastique D8	18
33	Rondelle plate D8*D20*2	6
34	Rondelle plate D8*D16*1.5	10
35	Axe balancement	1
36	Rondelle déformée φ8*1.5*φ20	6
37	Essieu court φ17*59	2
38	Rondelle ondulée D17	6
39	Roue	2
40	Écrou en nylon M8	10
41	Écrou borgne M8	2
42	Roulement 6003Z	4
43	Écrou hexagonal extérieur M10	2
44	Rondelle plate D10*φ58*3	2
45	Pièce de verrouillage	2
46	Ressort	2
47	Goupille de traction	2
48	Couvercle de la bielle	2
49	Capuchon de la bielle	2
50	Séparateur en plastique φ32*φ16*22	14
51	Séparateur en plastique φ28*φ10*18	4
52	Séparateur en plastique φ32*φ10*15.5	4

53	Séparateur en plastique φ32*φ16.2*14	2
54	Tôle d'aluminium	2
55	Bouchon	2
56L/R	Roulement	2
57	Poignée avec rembourrage en mousse 1	2
58	Poignée avec rembourrage en mousse 2	2
59	Capuchon	2
60	Couvercle ovale 1	2
61	Pied réglable 1	2
62	Pied réglable 2	3
63	Couvercle 1	2
64	Couvercle 2	2
65	Couvercle ovale 2	2
66	Couvercle	6
67	Pulsomètre	2
68	Douille	2
69	Adaptateur	1
70L/R	Couvercle avant	2
71	Vis Phillips M5*20	1
72	Boulon à collet carré M8*55	2
73	Câble du capteur	1
74	Câble de connexion	1
75	Câble de fréquence cardiaque	2
76	Moniteur	1

## 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 elliptique
- Kit de montage
- Adaptateur de courant
- Manuel d'instructions

## 3. MONTAGE

### Étape 1

Img. 2

Retirez le couvercle (A) du cadre principal (1).

### Étape 2

Img. 3

- Fixez le pied réglable 1 (61) au stabilisateur inférieur avant (11).
- Fixez le stabilisateur inférieur avant (11) au cadre principal (1) à l'aide du boulon (72), de la rondelle élastique (32), de la rondelle plate (33) et de l'écrou borgne (41).
- Retirez les capuchons (59) des rails (3L/R) comme indiqué dans l'image 3.B.
- Insérez la barre (12) dans le trou du cadre principal (1), puis fixez solidement les rails (3L/R) à la barre (12) à l'aide de la vis (13), de la rondelle élastique (27) et de la grande rondelle plate (44). Pour finir, installez les capuchons (59) à l'extrémité.

### Étape 3

Img. 4

- Connectez le câble du capteur (73) et le câble de connexion (74), puis connectez l'adaptateur (69) au câble de tension comme indiqué sur l'image C.
- Fixez la tige du guidon (2) au cadre principal (1) à l'aide de la vis à tête cylindrique (22), de la rondelle élastique (32) et de la rondelle plate (34).

### Étape 4

Img. 5

- Fixez les bras (4L/R), la rondelle ondulée (38), l'axe de balancement (35) à la tige du guidon (2) avec le boulon hexagonal extérieur (25), la rondelle élastique (32) et la rondelle plate (31), mais sans les serrer.
- Préfixez les barres de pédales (5L/R) aux pédales (6L/R) à l'aide de la vis (20), de la rondelle élastique (32), de la rondelle plate (31) et de la rondelle ondulée (38).
- Fixez les barres des pédales (5L/R) aux bras (4L/R) avec la vis (16) et la vis (15). Serrez le boulon (25) et la vis (20).
- Fixez fermement les pédales (6L/R) aux barres des pédales (5L/R) à l'aide de la vis (23), de la rondelle plate (34) et de l'écrou en nylon (40).

### Étape 5

Img. 6

Fixez le guidon (10L/R) aux bras (4L/R) avec le boulon (17), la rondelle déformée (36) et l'écrou en nylon (40).

### Étape 6

Img. 7

- Insérez le câble de fréquence cardiaque (75) dans le trou de la tige du guidon (2). Fixez ensuite la barre de support du guidon (9) à la tige du guidon (2) à l'aide de la vis (21), de la rondelle élastique (32) et de la rondelle déformée (36).
- Connectez le câble de fréquence cardiaque (75) et le câble de connexion (74) au moniteur (76), puis fixez le moniteur (76) à la tige du guidon (2) à l'aide de la vis Phillips (71).
- Placez le couvercle avant (70) sur la tige du guidon (2), puis fixez-le fermement à l'aide de la vis filetée Phillips (26).


## 4. FONCTIONNEMENT

### Modes

- Mode Arrêt. Le moniteur est éteint.
- Mode Actif. Le moniteur est allumé et aucun mouvement n'est détecté. Le mode Actif peut être activé en appuyant sur le moniteur ou en tournant le sélecteur lorsque le moniteur est éteint. Ce mode permet de définir des valeurs cibles pour le temps, les calories et la distance.
- Mode Mouvement. Ce mode est accessible lorsqu'en mode Actif, un mouvement est détecté ou lorsque vous appuyez sur le bouton. Le fait que des objectifs d'entraînement aient été définis précédemment ou non n'a pas d'importance. Si une valeur cible a été définie pour une donnée, l'écran affichera la distance restante pour atteindre l'objectif. Si aucun objectif n'a été fixé, l'écran fonctionnera comme un compteur.



**Moniteur**




Bouton sélecteur. Le moniteur a un bouton sélecteur.  Si vous le tournez vers le bas, vous pouvez voir comment il passe d'un mode à l'autre. Il a plusieurs fonctions :


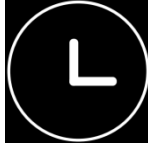


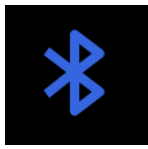

1. En appuyant une seule fois sur le bouton, vous passerez du mode Éteint au mode Actif.
2. Lorsque les objectifs de distance, de temps et de calories ont été définis, vous passerez en mode Mouvement en appuyant une seule fois sur le bouton. Si vous ne souhaitez pas ajuster les valeurs, vous pourrez également passer en mode Mouvement en appuyant une fois sur le bouton.
3. En mode mouvement, il suffit d'appuyer sur le bouton pour désactiver la fonction SCAN et fixer les données affichées à l'écran. Chaque appui modifie les données affichées à l'écran.
4. Si vous appuyez sur le bouton pendant plus de 2 secondes, vous quitterez le mode Mouvement et passerez en mode Actif. Si vous appuyez sur le bouton pendant 2 secondes en mode Actif, les dernières valeurs cibles réglées seront effacées.

Sélecteur. Le sélecteur peut être tourné à gauche et à droite. Fonctions :

1. Il permet d'allumer le moniteur.
2. En mode actif, il permet de définir la valeur cible souhaitée.
3. En mode Mouvement, il permet d'augmenter ou de diminuer le niveau de résistance.

**Données affichées sur l'écran du moniteur**

N°	Icône	Description
1		<b>Fréquence cardiaque</b> La fréquence cardiaque en temps réel est affichée si un signal de battement est détecté, autrement rien n'est affiché.
2		<b>Niveau de résistance</b> Intervalle ajustable : 1 ~ 24/32 Plus le niveau est élevé, plus la résistance est grande.
3		<b>Scan</b> Icône Scan allumée : les données affichées à l'écran changent toutes les 3 secondes. Icône Scan éteinte : seules les données fixées à l'écran sont affichées.

4		<b>Vitesse</b> Intervalle : 0,0 ~ 999,9 km/h
5		<b>Temps</b> Intervalle : 00:00 ~ 99:59 Le compteur démarrera dès qu'un mouvement sera détecté ou lorsque vous appuierez brièvement sur le bouton. Le compteur arrêtera de compter si plus de 4 secondes s'écoulent sans détecter de mouvement.
6		<b>Distance</b> Intervalle : 0,0 ~ 999,9 km
7		<b>Calories</b> Intervalle : 0,0 ~ 999,9 kcal La valeur approximative des calories brûlées, proportionnelle au niveau de la résistance, est affichée : La résistance 1 correspond à 11,4 kcal/km et la résistance 32 à 44,6 kcal/km.
8		<b>Bluetooth</b> Si cette icône s'affiche à l'écran, cela signifie que le Bluetooth est activé. Si elle n'est pas affichée, le Bluetooth n'est pas activé.
9		<b>Définir des objectifs</b> <b>Lorsque cette icône apparaît, vous pouvez définir une donnée comme cible d'entraînement</b> Si l'icône du temps est allumée, il est possible de définir un objectif de temps (min). Si l'icône de distance est allumée, il est possible de définir un objectif de distance (km). Si l'icône des calories est allumée, il est possible de définir un objectif de calories (Kcal).

### Définir des objectifs

Vous pouvez définir des objectifs pour les paramètres Temps, Distance et Calories. Pour ce faire, tournez le sélecteur jusqu'à ce que le paramètre souhaité s'allume.

- Réglage du temps : tournez le sélecteur dans le sens des aiguilles d'une montre, le temps augmentera d'une minute à chaque rotation et diminuera d'une minute dans le cas contraire. L'objectif le plus bas est d'1 minute.
- Réglage de la distance : tournez le sélecteur dans le sens des aiguilles d'une montre, la distance augmentera de 0,5 km, et diminuera de 0,5 km dans l'autre sens. L'objectif minimal est de 0,5 km.
- Réglage de la consommation de calories : tournez le sélecteur dans le sens des aiguilles d'une montre, le nombre de calories augmente d'1 kcal en tournant le sélecteur, et diminue d'1 kcal dans le sens contraire. L'objectif le plus bas est d'1 kcal.

Lorsque l'objectif est atteint, le moniteur émettra trois bips successifs.

Les données de mouvement ne reviennent pas à zéro tant qu'il n'entre pas en état de veille.

Appuyez sur le bouton pendant 2 secondes pour quitter le mode Mouvement. Lorsque vous quittez le mode Mouvement, l'écran affichera la dernière valeur cible réglée. Appuyez à nouveau sur le bouton pendant 2 secondes pour effacer la valeur cible.

### Affichage des données sur le moniteur

- Par défaut, lorsque vous commencez une séance d'entraînement, le moniteur active la fonction SCAN et affiche les différents paramètres. En appuyant une fois sur le bouton, la fonction SCAN est désactivée et les données d'entraînement s'affichent à l'écran.
- Si un signal est détecté dans le capteur de fréquence cardiaque, les battements par minute s'affichent en haut du moniteur, au même endroit que le niveau de résistance. L'affichage de ces deux paramètres changera toutes les 3 secondes. Si aucun signal de fréquence cardiaque n'est détecté, seul le niveau de résistance sera affiché. Voir Img. 9

**Arrêt automatique :** Après 3 minutes d'inactivité, l'écran s'éteindra automatiquement.

**Allumage automatique :** Si un mouvement est détecté ou si vous appuyez sur le bouton sélecteur ou le tournez, le moniteur s'allumera automatiquement.

### Connexion Bluetooth

En scannant le code QR ci-dessous, vous pourrez accéder au manuel expliquant comment connecter le vélo elliptique DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro à l'application Kinomap :



## 5. 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. Img. 10

- 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). Img. 11
- Étirement : étirez-vous pendant 5-10 minutes. Cela augmente la flexibilité et aide à prévenir les lésions après l'exercice. Img. 10

### Routine d'exercice

Pour maintenir ou améliorer votre forme physique, réalisez trois entraînements par semaine et reposez-vous au moins un jour entre chaque session. Après plusieurs mois d'exercice, vous pouvez augmenter le nombre de séances hebdomadaires jusqu'à 5. Pour obtenir de meilleurs résultats, vous devez être constant lors de vos entraînements.

## 6. 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.
- L'équipement peut être nettoyé avec un chiffon légèrement humide et du détergent non abrasif. N'utilisez pas de solvants.
- Évitez d'exposer la machine à la lumière directe du soleil, en particulier le moniteur.
- 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.
- Pour déplacer la machine, tirez sur le guidon jusqu'à ce que l'arrière du vélo soit soulevé ou soulevez le vélo en saisissant le stabilisateur arrière. Cela vous permettra de déplacer le vélo dans la position souhaitée en toute sécurité.

### Avertissement

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

### Pliage. Img. 12

1. Retirez la pièce de verrouillage (45), soulevez le rail droit (3R) comme indiqué par la flèche, utilisez l'autre main pour soulever la pédale droite (6R), jusqu'à ce que la pièce de verrouillage (45) s'emboîte automatiquement dans le trou. Vissez la vis (15) dans la pédale droite (6R).
2. Pour plier le rail gauche (3L), procédez de la même manière.

**Dépliage.** Img. 13

1. Retirez la pièce de verrouillage (45), dévissez la vis (18) fixée à la pédale droite (6R), tenez la pédale droite (6R) avec une main et utilisez l'autre main pour tirer le rail droit (3R) vers le bas jusqu'à ce que la pièce de verrouillage (45) s'insère dans le trou.
2. Procédez de la même manière pour déplier le rail gauche (3L).

**7. RÉOLUTION DE PROBLÈMES**

Problème	Possibles causes	Solution
La machine oscille pendant l'utilisation.	Les pieds ne sont pas de niveau.	Tournez les pieds jusqu'à ce que le vélo soit de niveau.
Bruit fort des pièces mobiles.	Les pièces ne sont pas correctement serrées.	Serrez-les.

Si aucune de ces situations ne correspond à votre problème, n'essayez pas de démonter ou de réparer la machine vous-même. Les réparations effectuées par des personnes inexpérimentées peuvent entraîner des blessures ou des mauvais fonctionnements. Veuillez contacter le Service Après-Vente Officiel de Cecotec. La réparation doit être effectuée par un technicien autorisé et seules des pièces de rechange originales doivent être utilisées.

L'entretien non autorisé compromet l'utilisation sûre du produit et l'application de la politique de garantie.

**8. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES**

Référence : 07232

Produit : Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Poids maximum de l'utilisateur : 110 kg

Classe HC

Bande de fréquence Bluetooth : 2.4 GHz

Puissance maximale transmise par le Bluetooth : 1,45 dBm

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 lignes directrices 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 DE L'UE**

Par la présente, Cecotec Innovaciones déclare que ce vélo elliptique, modèle 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro 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 :

<https://cecotec.es/es/information/declaracion-of-conformity>

## 1. TEILE UND KOMPONENTEN

Teil Nr.	Beschreibung	Menge
1	Hauptstruktur	1
2	Lenkervorbau	1
3L/R	Gleitschiene	2
4L/R	Stabilisator	2
5 L/R	Pedalstange	2
6L/R	Pedale	2
7	Dichtungsring	2
8	Pleuelstange	2
9	Lenkerstütze	1
10L/R	Lenker	2
11	Vorderer unterer Stabilisator	1
12	Klappbare Achse	1
13	Innensechskantschraube M10x25	2
14	Innensechskantschraube $\phi 10 \times 57$	2
15	Innensechskantschraube $\phi 10 \times 45$	2
16	Innensechskantschraube M6x16	4
17	Vierkant-Halsbolzen M8 x L45 x $\phi 8$ M8 x L45 x $\phi 8$	4
18	Innensechskantschraube M8x35	2
19	Innensechskantschraube M8x38x L12	2
20	Innensechskantschraube M8x20	4
21	Innensechskantschraube M8x16	2
22	Zylinderkopfschraube M8x16	4
23	Außensechskantschraube M8x45	4
24	Außensechskantbolzen M6x15	4

25	Außensechskantbolzen M8x20	2
26	Kreuzschlitzschraube ST4.2*18	12
27	Elastische Unterlegscheibe D10	2
28	Kreuzschlitzschraube mit Innensechskant M6*13	2
29	Flache Unterlegscheibe $\phi 17 * \phi 22 * 1$	4
30	Flanschmutter	2
31	Flache Unterlegscheibe D8*D32*2	6
32	Elastische Unterlegscheibe D8	18
33	Flache Unterlegscheibe D8*D20*2	6
34	Flache Unterlegscheibe D8*D16*1.5	10
35	Ausgleichswelle	1
36	Verzogene Unterlegscheibe $\phi 8 * 1.5 * \phi 20$	6
37	Kurze Achse $\phi 17 * 59$	2
38	Wellige Unterlegscheibe D17	6
39	Rolle	2
40	Nylonmutter M8	10
41	Hutmutter M8	2
42	Lager 6003Z	4
43	Außensechskantmutter M10	2
44	Flache Unterlegscheibe D10* $\phi 58 * 3$	2
45	Riegel	2
46	Feder	2
47	Zugschraube	2
48	Pleuelstangenkappe	2
49	Verschlussstopfen für die Pleuelstange	2
50	Kunststoffabscheider $\phi 32 * \phi 16 * 22$	14
51	Kunststoffabscheider $\phi 28 * \phi 10 * 18$	4
52	Kunststoffabscheider $\phi 32 * \phi 10 * 15.5$	4

53	Kunststoffabscheider $\phi 32 * \phi 16.2 * 14$	2
54	Aluminiumblech	2
55	Dichtungsstopfen	2
56L/R	Lager	2
57	Schaumstoff-Griff 1	2
58	Schaumstoff-Griff 2	2
59	Schraubbarer Deckel	2
60	Ovaler Deckel 1	2
61	Verstellbare Fußstütze 1	2
62	Verstellbare Fußstütze 2	3
63	Runder Deckel 1	2
64	Runder Deckel 2	2
65	Ovaler Deckel 2	2
66	Kugelförmige Kappe	6
67	Herzfrequenzmessgerät	2
68	Teleflex	2
69	Netzteil	1
70L/R	Vordere Abdeckung	2
71	Kreuzschlitzschraube M5*20	1
72	Vierkantansatzschraube M8*55	2
73	Sensorkabel	1
74	Verbindungsrohr	1
75	Pulskabel	2
76	Monitor	1

**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**

- Ellipsentrainer
- Montage-Kit
- Netzstecker
- Diese Bedienungsanleitung

**3. INSTALLATION****Schritt 1**

Abb. 2

Nehmen Sie die Abdeckung (A) vom Hauptrahmen (1) ab.

**Schritt 2**

Abb. 3

- Verriegeln Sie die verstellbare Fußstütze 1 (61) mit dem vorderen unteren Stabilisierungsrohr (11).
- Befestigen Sie das vordere untere Stabilisierungsrohr (11) mit der Schraube (72), der Federscheibe (32), der Unterlegscheibe (33) und der Hutmutter (41) am Hauptrahmen (1).
- Entfernen Sie die Schraubkappe (59) von der Führung (3L/R), wie in Bild B von Abbildung 3 dargestellt.
- Stecken Sie die Gelenkwelle (12) in das Loch im Hauptrahmen (1), befestigen Sie dann die Führungen (3L/R) mit der Schraube (13), der Federscheibe (27) und der großen Unterlegscheibe (44) an der Gelenkwelle (12) und setzen Sie schließlich die Schraubkappe (59) auf das Ende.

**Schritt 3**

Abb. 4

- Schließen Sie das Sensorkabel (73) und das Verlängerungskabel (74) an, und verbinden Sie dann den Adapter (69) mit dem Spannungskabel, wie in Abbildung C dargestellt.

- Befestigen Sie den Lenkervorbau (2) mit der Zylinderkopfschraube (22), der Federscheibe (32) und der Unterlegscheibe (34) am Hauptrahmen (1).

**Schritt 4**

Abb. 5

- Befestigen Sie den Stabilisator (4L/R), die Wellenscheibe (38) und die Ausgleichswelle (35) mit der äußeren Sechskantschraube (25), der Federscheibe (32) und der Unterlegscheibe (31) am Lenkervorbau (2), ziehen Sie sie jedoch nicht fest.
- Montieren Sie die Pedalstangen (5L/R) mit Schraube (20), Federscheibe (32), Unterlegscheibe (31) und Wellenscheibe (38) an den Pedalen (6L/R).
- Verbinden Sie die Pedalstange (5L/R) und die Stabilisatorstange (4L/R) mit Bolzen (16) und Schraube (15); ziehen Sie Bolzen (25) und Schraube (20) fest.
- Befestigen Sie die Pedale (6L/R) mit der Schraube (23), der Unterlegscheibe (34) und der Nylonmutter (40) an der Pedalstange (5L/R).

**Schritt 5**

Abb. 6

Befestigen Sie den Lenker (10L/R) mit der Schraube (17), der gewölbten Unterlegscheibe (36) und der Nylonmutter (40) an der Stabilisatorstange (4L/R).

**Schritt 6**

Abb. 7

- Stecken Sie das Puls kabel (75) in das Loch im Lenkervorbau (2). Befestigen Sie dann die Lenkerstütze (9) mit der Schraube (21), der Federscheibe (32) und der gewölbten Unterlegscheibe (36) am Lenkervorbau (2);
- Schließen Sie das Impulskabel (75) und das Verlängerungskabel (74) an den Monitor (76) an, und befestigen Sie den Monitor (76) mit der Kreuzschlitzschraube (71) am Lenkervorbau (2).
- Setzen Sie die vordere Abdeckung (70) auf den Lenkervorbau (2) und befestigen Sie sie mit der Kreuzschlitzschraube (26).

**4. BEDIENUNG**

**Monitor-Modi**

- Aus-Modus. Wenn der Monitor ausgeschaltet ist
- Ein-Modus. Wenn der Monitor eingeschaltet ist und keine Bewegung erkannt wird. Der aktive Modus wird durch Drücken des Monitors oder durch Drehen des Wahlschalters bei ausgeschaltetem Monitor aufgerufen. Ermöglicht die Festlegung von Zielwerten für Zeit-, Kalorien- und Streckenaufzeichnungen.
- Bewegungsmodus. Wird im aktiven Modus aufgerufen, wenn eine Bewegung erkannt

oder der Monitor gedrückt wird. Dabei spielt es keine Rolle, ob zuvor Ausbildungsziele festgelegt wurden oder nicht. Wenn für einen Wert ein Zielwert festgelegt wurde, wird auf dem Display angezeigt, wie weit der Zielwert vom Zielwert entfernt ist. Wenn kein Ziel festgelegt wurde, fungiert die Anzeige als Zähler.

**Monitor-Tasten**




Drucktaste. Der gesamte Monitor ist ein Drucktaste. (Abb. 8). Wenn Sie die Taste nach unten drücken, können Sie sehen, wie es blättert. Es hat mehrere Funktionen:

1. Mit einem Druck vom ausgeschalteten in den aktiven Modus wechseln.
2. Wenn die Distanz-, Zeit- und Kalorienziele eingestellt sind, schaltet ein Druck auf den Bewegungsmodus um. Wenn Sie die Werte nicht anpassen möchten, können Sie auch durch einmaliges Drücken in den Bewegungsmodus wechseln.
3. Im Bewegungsmodus genügt ein Druck auf den Monitor, um die SCAN-Funktion zu deaktivieren und die auf dem Bildschirm angezeigten Daten zu fixieren. Mit jedem Druck werden die auf dem Bildschirm angezeigten Daten geändert.
4. Wird der Monitor länger als 2 Sekunden gedrückt, verlässt er den Bewegungsmodus und geht in den aktiven Modus über. Wird die Taste im aktiven Modus 2 Sekunden lang gedrückt gehalten, werden die zuletzt eingestellten Sollwerte gelöscht.

Wahlschalter: Der Drehwähler kann ohne Einschränkung nach links und rechts gedreht werden. Funktionen:

1. Um den Monitor einzuschalten
2. Im aktiven Modus wird damit der gewünschte Zielwert eingestellt.
3. Im Bewegungsmodus wird damit der Widerstand erhöht oder verringert.

Auf dem Bildschirm angezeigte Daten

Nº.	Symbol	Beschreibung
1		<b>Herzfrequenz:</b> Zeigt die Echtzeit-Herzfrequenz an, wenn ein Pulssignal empfangen wird, ansonsten wird nichts angezeigt.
2		<b>Widerstandsniveau</b> Einstellungsbereich: 1 ~ 24/32 Je höher das Niveau, desto größer ist der Widerstand.
3		<b>Scanner</b> Scan-Symbol an: Die auf dem Bildschirm angezeigten Daten ändern sich alle 3 Sekunden. Scan-Symbol aus: Es werden nur die Daten angezeigt, die auf dem Bildschirm fixiert sind.

4		<b>Geschwindigkeit</b> Bereich: 0,0 ~ 999,9 km/h
5		<b>Zeit</b> Bereich: 00:00 ~ 99:59 Der Zähler startet, sobald eine Bewegung erkannt oder das Display kurz gedrückt wird. Der Zähler hört auf zu zählen, wenn mehr als 4 Sekunden vergehen, ohne dass eine Bewegung erkannt wird.
6		<b>Strecke</b> Anzeigebereich: 0,0 ~ 999,9 km
7		<b>Kalorien</b> Anzeigebereich: 0,0 ~ 999,9 kcal Zeigt den ungefähren Wert der verbrauchten Kalorien an, proportional zum Ausdauerlevel: Der Widerstand 1 entspricht 11,4 kcal/km, der Widerstand 32 44,6 kcal/km.
8		<b>Bluetooth</b> Wenn dieses Symbol auf dem Bildschirm angezeigt wird, bedeutet dies, dass eine Bluetooth-Verbindung besteht. Wird nicht angezeigt, ist keine Bluetooth-Verbindung vorhanden.
9		<b>Zielvorgabe</b> <b>Wenn dieses Symbol erscheint, können die Daten als Trainingsziel festgelegt werden</b> Wenn das Zeitsymbol aktiviert ist, kann ein Zeitziel (min) eingestellt werden. Wenn das Entfernungssymbol aktiviert ist, kann ein Entfernungsziel (km) festgelegt werden. Wenn das Kalorien-Symbol aktiviert ist, kann ein Kalorienziel (Kcal) festgelegt werden.

**Zielvorgabe**

Sie können Zielvorgaben für die Parameter Zeit, Distanz und Kalorien festlegen. Drehen Sie dazu den Drehknopf, bis der gewünschte Parameter leuchtet.

- Zeiteinstellung: Drehen Sie den Knopf im Uhrzeigersinn, bei jeder Umdrehung erhöht sich die Zeit um 1 Minute, ansonsten verringert sie sich um 1 Minute. Die niedrigste Zielvorgabe ist 1 Minute.
- Entfernungseinstellung: Drehen Sie den Knopf im Uhrzeigersinn, so erhöht sich die Entfernung um 0,5 km pro Umdrehung, in umgekehrter Richtung verringert sie sich um 0,5 km. Das Mindestziel ist 0,5 km.
- Einstellung des Kalorienverbrauchs: Drehen Sie den Knopf im Uhrzeigersinn, er erhöht sich bei jeder Drehung um 1 kcal, andernfalls verringert er sich um 1 kcal. Die niedrigste Zielvorgabe ist 1 kcal.

Wenn das Ziel erreicht ist, piept der Controller dreimal kurz hintereinander.

Die Bewegungsdaten kehren erst dann auf Null zurück, wenn sie in den Standby-Zustand übergehen.

Halten Sie den Monitor 2 Sekunden lang gedrückt, um den Bewegungsmodus zu beenden. Wenn Sie den Bewegungsmodus verlassen, wird auf dem Display der zuletzt eingestellte Zielwert angezeigt. Halten Sie den Monitor erneut 2 Sekunden lang gedrückt, um das Ziel zu löschen.

**Anzeige der Daten auf dem Monitor**

- Wenn eine Trainingseinheit gestartet wird, ist auf dem Monitor standardmäßig die SCAN-Funktion aktiviert und die verschiedenen Parameter werden angezeigt. Durch einmaliges Drücken der Taste wird die SCAN-Funktion deaktiviert und die Trainingsdaten werden auf dem Display angezeigt.
- Wenn der Herzfrequenzsensor ein Signal erkennt, werden die Schläge pro Minute oben auf dem Bildschirm angezeigt, genau dort, wo die Widerstandsstufe angegeben ist. Die Anzeige dieser beiden Parameter wechselt alle 3 Sekunden. Wenn kein Impulssignal erkannt wird, wird nur der Widerstandswert angezeigt. Siehe Abb. 9

**Abschaltautomatik:** Nach 3 Minuten Inaktivität schaltet sich das Display automatisch ab.

**Automatische Zündung:** Wenn eine Bewegung erkannt oder der Monitor gedrückt oder gedreht wird, schaltet sich der Monitor automatisch ein.

**Bluetooth-Verbindung:**

Durch Scannen des untenstehenden QR-Codes können Sie auf eine Anleitung zugreifen, die erklärt, wie Sie den Ellipsentrainer DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro mit der Kinomap-Anwendung koppeln:



## 5. 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. Abb. 10
- Training: Es handelt sich um eine Übungseinheit von 20 bis 30 Minuten Dauer. (Hinweis: Halten Sie in den ersten Wochen des Trainings Ihre Herzfrequenz nicht länger als 20 Minuten hoch). Abb. 11
- Dehnung: 5 bis 10 Minuten dehnen. Dies erhöht Ihre Flexibilität und hilft, möglichen Verletzungen nach dem Training vorzubeugen. Abb. 10

### Training

Um Ihre Fitness zu erhalten oder zu verbessern, führen Sie drei Trainingseinheiten pro Woche durch, wobei zwischen den einzelnen Trainingseinheiten mindestens ein Ruhetag liegen muss. Nach einigen Monaten des Trainings können Sie die Anzahl der wöchentlichen Sitzungen auf fünf erhöhen. Um beste Ergebnisse zu erzielen, sollten Sie beim Training konsequent sein.

## 6. 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.
- Der Heimtrainer kann mit einem leicht angefeuchteten Tuch und ein mildes Reinigungsmittel gereinigt werden. Keine Lösungsmittel verwenden.
- Vermeiden Sie es, das Gerät, insbesondere das Monitor direktem Sonnenlicht auszusetzen.
- 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.
- Um das Gerät zu bewegen, ziehen Sie entweder den Lenker nach unten, bis das Heck des Ellipsentrainers in der Luft ist, oder heben Sie das Gerät an, indem Sie den hinteren Stabilisator anfassen. So können Sie das Gerät sicher in die gewünschte Position bringen.

Hinweis:

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

**Zusammenfallen.** Abb. 12

1. Entfernen Sie den Riegel (45), heben Sie die rechte Führung (3R) wie durch den Pfeil gezeigt an, heben Sie mit der anderen Hand das rechte Pedal (6R) an, bis der Riegel (45) automatisch in das Loch einrastet, schrauben Sie schließlich die Schraube (15) in das rechte Pedal (6R).
2. Die linke Schiene (3L) wird auf die gleiche Weise gefaltet.

**Aufgeklappt** Abb. 13

1. Ziehen Sie den Riegel (45) heraus, schrauben Sie die Schraube (18) am rechten Pedal (6R) ab, halten Sie das rechte Pedal (6R) mit einer Hand fest und ziehen Sie mit der anderen Hand die rechte Führung (3R) nach unten, bis der Riegel (45) automatisch in der Öffnung einrastet.
2. Gehen Sie auf die gleiche Weise vor, um die linke Schiene (3L) aufzuklappen.

## 7. PROBLEMBEHEBUNG

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Das Gerät wackelt bei der Benutzung.	Die Beine sind nicht eben.	Drehen Sie die Beine, bis das Gerät gerade steht.
Laute Geräusche von sich bewegenden Teilen.	Die Teile sind nicht richtig angezogen.	Ziehen Sie sie fest.

Wenn keine dieser Situationen auf Ihr Problem zutrifft, versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu zerlegen oder zu reparieren. Reparaturen, die von unerfahrenen Personen durchgeführt werden, können zu Verletzungen oder schwerwiegenden Fehlfunktionen führen. Kontaktieren Sie den Technischen Kundendienst von Cecotec. Die Reparatur muss von einem autorisierten Techniker durchgeführt werden und es dürfen nur Originalersatzteile verwendet werden.

Unerlaubte Selbstwartung oder Instandhaltung beeinträchtigt die sichere Nutzung des Produkts und die Anwendung der Garantiebestimmungen.

## 8. TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

Referenz des Gerätes: 07232

Produkt: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Maximales Benutzergewicht: 110 kg



Klasse HC

Betriebsfrequenzband des Bluetooth-Moduls: 2.4 GHz

Maximale Sendeleistung des Bluetooth-Moduls: 1,45 dBm

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 der Akku gemäß den geltenden Vorschriften getrennt vom Hausmüll 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 EU-KONFORMITÄTSERKLÄRUNG.



Cecotec Innovaciones erklärt hiermit, dass dieser Ellipsentrainer, Modell 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro, mit der Richtlinie 2014/53/EU über Funkanlagen konform ist.

Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist auf der folgenden Website

zu finden:

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

## 1. PARTI E COMPONENTI

N.° parte	Descrizione	Quantità
1	Telaio principale	1
2	Asta del manubrio	1
3L/R	Guida	2
4L/R	Barra di oscillazione	2
5 L/R	Barra dei pedali	2
6L/R	Pedali	2
7	Guarnizione di tenuta	2
8	Pedivella	2
9	Barra di supporto del manubrio	1
10L/R	Manubrio	2
11	Stabilizzatore anteriore	1
12	Asse pieghevole	1
13	Vite a testa cilindrica esagonale M10x25	2
14	Vite a testa cilindrica esagonale $\phi 10 \times 57$	2
15	Vite a testa cilindrica esagonale $\phi 10 \times 45$	2
16	Vite a testa cilindrica esagonale M6x16	4
17	Bullone a collo quadro M8 x L45 x $\phi 8$ M8 x L45 x $\phi 8$	4
18	Vite a testa cilindrica esagonale M8x35	2
19	Vite a testa cilindrica esagonale M8x38x L12	2
20	Vite a testa cilindrica esagonale M8x20	4
21	Vite a testa cilindrica esagonale M8x16	2
22	Vite a testa cilindrica M8x16	4
23	Vite a testa cilindrica esagonale M8x45	4
24	Bullone esagonale esterno M8x16	4

25	Bullone esagonale esterno M8x20	2
26	Bullone filettato Philip ST4.2*18	12
27	Rondella elastica D10	2
28	Vite a testa cilindrica con impronta a croce M6*13	2
29	Rondella piatta $\phi 17 \times \phi 22 \times 1$	4
30	Dado della flangia	2
31	Rondella piatta D8*D32*2	6
32	Rondella elastica D8	18
33	Rondella piatta D8*D20*2	6
34	Rondella piatta D8*D16*1.5	10
35	Albero di bilanciamento	1
36	Rondella deformata $\phi 8 \times 1,5 \times 1,5 \times \phi 20$	6
37	Asse corto $\phi 17 \times 59$	2
38	Rondella ondulata D17	6
39	Ruota	2
40	Dado in nylon M8	10
41	Dado con cappuccio M8	2
42	Cuscinetto 6003Z	4
43	Dado esagonale esterno M10	2
44	Rondella piatta D10* $\phi 58 \times 3$	2
45	Scrocchio	2
46	Molla	2
47	Perno di trazione	2
48	Tappo della biella	2
49	Tappo di tenuta della biella	2
50	Separatore di plastica $\phi 32 \times \phi 16 \times 22$	14
51	Separatore di plastica $\phi 28 \times \phi 10 \times 18$	4
52	Separatore di plastica $\phi 32 \times \phi 10 \times 15.5$	4

53	Separatore di plastica $\phi 32 \times \phi 16.2 \times 14$	2
54	Lamiera di alluminio	2
55	Tappo di tenuta	2
56L/R	Cuscinetti	2
57	Manico in shiuma 1	2
58	Manico in shiuma 2	2
59	Coperchio a vite	2
60	Coperchio ovale 1	2
61	Poggiapiedi regolabile 1	2
62	Poggiapiedi regolabile 2	3
63	Coperchio rotondo 1	2
64	Coperchio rotondo 2	2
65	Coperchio ovale 2	2
66	Coperchio sferico	6
67	Cardiofrequenzimetro.	2
68	Teleflex	2
69	Adattatore	1
70L/R	Copertina anteriore	2
71	Vite a croce M5*20	1
72	Bullone a collo quadro M8*55	2
73	Cavo sensore	1
74	Cavo di connessione	1
75	Cavo a impulsi	2
76	Console	1

**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**

- Bici ellittica
- Kit di montaggio
- Adattatore di corrente
- Il presente manuale di istruzioni

**3. MONTAGGIO****Passaggio 1**

Fig. 2

Rimuovere il coperchio (A) dal telaio principale (1).

**Passaggio 2**

Fig. 3

- Bloccare la pedana regolabile 1 (61) sul tubo stabilizzatore anteriore inferiore (11).
- Bloccare il tubo stabilizzatore anteriore inferiore (11) al telaio principale (1) con il bullone (72), la rondella elastica (32), la rondella piatta (33) e il dado (41).
- Rimuovere il tappo a vite (59) dalla guida (3L/R) come mostrato nella figura B della figura 3.
- Inserire l'albero incernierato (12) nel foro del telaio principale (1), quindi fissare saldamente le guide (3L/R) all'albero incernierato (12) con la vite (13), la rondella elastica (27) e la rondella piatta grande (44); infine, montare il tappo a vite (59) sull'estremità.

**Passaggio 3**

Fig. 4

- Collegare il cavo del sensore (73) e il cavo di prolunga (74), quindi collegare l'adattatore (69) con il cavo di tensione come illustrato nella figura C.
- Fissare l'attacco manubrio (2) al telaio principale (1) con il bullone a testa esagonale (22), la rondella elastica (32) e la rondella piatta (34).

**Passaggio 4**

Fig. 5

- Fissare la barra stabilizzatrice (4L/R), la rondella ondulata (38), l'albero di bilanciamento (35) all'attacco del manubrio (2) con il bullone esagonale esterno (25), la rondella elastica (32) e la rondella piana (31), senza serrarli.
- Premontare le barre dei pedali (5L/R) sui pedali (6L/R) con la vite (20), la rondella elastica (32), la rondella piatta (31) e la rondella ondulata (38).
- Collegare la barra dei pedali (5L/R) e la barra di oscillazione (4L/R) con il bullone (16) e la vite (15); serrare il bullone (25) e la vite (20).
- Fissare i pedali (6L/R) alla barra dei pedali (5L/R) con il bullone (23), la rondella piatta (34) e il dado in nylon (40).

**Passaggio 5**

Fig. 6

Montare il manubrio (10L/R) sulla barra di scorrimento (4L/R) rispettivamente con il bullone (17), la rondella deformata (36) e il dado in nylon (40).

**Passaggio 6**

Fig. 7

- Inserire il cavo dell'impulso (75) nel foro dell'attacco manubrio (2). Fissare quindi la barra di supporto del manubrio (9) all'attacco del manubrio (2) con la vite (21), la rondella elastica (32) e la rondella deformata (36);
- Collegare il cavo degli impulsi (75) e il cavo di prolunga (74) al monitor (76), quindi fissare il monitor (76) all'attacco del manubrio (2) con la vite Philip (71).
- Posizionare il coperchio anteriore (70) sull'attacco manubrio (2), quindi fissarlo saldamente con il bullone filettato Philip (26).

**4. FUNZIONAMENTO****Modalità del monitor**

- Spegnimento. Quando il monitor è spento
- Modalità attiva. Quando il monitor è acceso e non viene rilevato alcun movimento. Si accede alla modalità attiva premendo il monitor o ruotando il selettore quando il monitor è spento. Consente di impostare i valori target per i record di tempo, calorie e distanza.
- Modalità movimento. Accede quando, in modalità attiva, viene rilevato un movimento o viene premuto il monitor. Non importa se gli obiettivi di formazione sono stati fissati in precedenza o meno. Se è stato impostato un valore target per qualsiasi dato, il display mostrerà quanto manca al target. Si no se ha establecido ningún objetivo, la pantalla actúa como un contador.

**Tasti del monitor**




Pulsante. L'intero monitor è un pulsante (Fig. 8). Se si preme verso il basso si può vedere come scorre. Ha diverse funzioni:

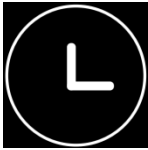




1. Passa dalla modalità spegnimento alla modalità attiva con una sola pressione.
2. Una volta impostati gli obiettivi di distanza, tempo e calorie, con una sola pressione si passa alla modalità Movimento. Se non si desidera regolare i valori, è possibile passare alla modalità di movimento premendo una volta.
3. In modalità movimento, una pressione sul monitor serve a disattivare la funzione SCAN e a fissare i dati visualizzati sullo schermo. Ogni pressione modifica i dati visualizzati sullo schermo.
4. Se il monitor viene premuto per più di 2 secondi, esce dalla modalità di movimento ed entra in quella attiva. Se si tiene premuto per 2 secondi in modalità attiva, i valori target impostati per ultimi vengono cancellati.

Manopola della temperatura. Il selettore rotante può essere ruotato a sinistra e a destra senza limiti. Funzioni

1. Per accendere il monitor
2. In modalità attiva viene utilizzato per impostare il valore target desiderato.
3. In modalità movimento si usa per aumentare o diminuire il livello di resistenza.

Dati visualizzati sullo schermo del monitor

Nº.	Icona	Funzione
1		<b>Frequenza cardiaca:</b> Visualizza la frequenza cardiaca in tempo reale se viene ricevuto un segnale di polso, altrimenti non viene visualizzato nulla.
2		<b>Livello di resistenza</b> Intervallo di regolazione: 1 ~ 24/32 Più alto è il livello, maggiore è la resistenza.
3		<b>Scanner</b> Icona di scansione accesa: i dati visualizzati sullo schermo cambiano ogni 3 secondi. Icona di scansione disattivata: Vengono visualizzati solo i dati fissati sullo schermo.
4		<b>Display della velocità</b> Intervallo: 0,0 ~ 999,9 km/h

5		<p><b>Display del tempo</b> Intervallo: 00:00 ~ 99:59</p> <p>Il contatore si avvia non appena viene rilevato un movimento o viene premuto brevemente il display. Il contatore interrompe il conteggio se passano più di 4 secondi senza rilevare alcun movimento.</p>
6		<p><b>Distanza</b> Intervallo di visualizzazione: 0,0 ~ 999,9 km</p>
7		<p><b>Calorie</b> Intervallo di visualizzazione: 0,0 ~ 999,9 kcal</p> <p>Visualizza un valore approssimativo delle calorie consumate, proporzionale al livello di resistenza: La resistenza 1 corrisponde a 11,4 kcal/km e la resistenza 32 a 44,6 kcal/km.</p>
8		<p><b>Bluetooth</b></p> <p>Se sullo schermo viene visualizzata questa icona, significa che il Bluetooth è collegato. Se non viene visualizzato, il Bluetooth non è collegato.</p>
9		<p><b>Fissazione degli obiettivi</b> <b>Quando appare questa icona, è possibile impostare un dato come target di addestramento</b></p> <p>Se l'icona del tempo è attivata, è possibile impostare un obiettivo di tempo (min). Se l'icona della distanza è attivata, è possibile impostare un obiettivo di distanza (km). Se l'icona delle calorie è attivata, è possibile impostare un obiettivo calorico (Kcal).</p>

#### Fissazione degli obiettivi

È possibile impostare obiettivi per i parametri Tempo, Distanza e Calorie. A tal fine, ruotare la manopola finché non si accende il parametro desiderato.

- Impostazione del tempo: ruotando la manopola in senso orario, il tempo aumenta di 1 minuto per ogni rotazione e diminuisce di 1 minuto in caso contrario. L'obiettivo minimo è 1 minuto.

- Regolazione della distanza: ruotando la manopola in senso orario, la distanza aumenta di 0,5 km per rotazione, mentre diminuisce di 0,5 km al contrario. L'obiettivo minimo è di 0,5 km.
- Impostazione del consumo calorico: ruotare la manopola in senso orario, aumenterà di 1 kcal per ogni giro, altrimenti diminuirà di 1 kcal. L'obiettivo minimo è di 1 kcal.

Quando viene raggiunto l'obiettivo, il controller emette tre segnali acustici in rapida successione.

I dati di movimento non tornano a zero finché non si passa allo stato di standby.

Tenere premuto il monitor per 2 secondi per uscire dalla modalità movimento. Quando si esce dalla modalità movimento, il display visualizza il valore target impostato per ultimo. Tenere premuto nuovamente il monitor per 2 secondi per cancellare il bersaglio.

#### Visualizzazione dei dati sul monitor

- Per impostazione predefinita, ogni volta che si avvia una sessione di allenamento, il monitor ha la funzione SCAN attivata e visualizza i diversi parametri. Una pressione del tasto disattiva la funzione SCAN e imposta i dati di allenamento sul display.
- Se viene rilevato un segnale nel sensore di frequenza cardiaca, i battiti al minuto vengono visualizzati nella parte superiore del monitor, proprio dove è indicato il livello di resistenza. La visualizzazione di questi due parametri si alterna ogni 3 secondi. Se non viene rilevato alcun segnale di impulso, viene visualizzato solo il livello di resistenza. Vedi Fig. 9

**Autospegnimento:** Dopo 3 minuti di inattività, il display si spegne automaticamente.

**Accensione automatica:** Se viene rilevato un movimento o se il monitor viene premuto o ruotato, il monitor si accende automaticamente.

#### Connessione Bluetooth:

Scansionando il codice QR qui sotto è possibile accedere a un manuale che spiega come associare la Cyclette ellittica DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro all'applicazione Kinomap:



## 5. 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. Fig. 10
- 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). Fig. 11

- Raffreddamento: stretching da 5 a 10 minuti. Questo aumenterà la flessibilità e aiuterà a prevenire possibili lesioni dopo l'esercizio. Fig. 10

### Routine di allenamento

Per mantenere o migliorare la propria forma fisica, realizzare tre sessioni di esercizio settimanali, riposando un giorno ogni due sessioni di esercizio come minimo. Dopo vari mesi di allenamento, è possibile aumentare il numero di sessioni settimanali fino a cinque. Per ottenere i migliori risultati bisogna mantenere una certa costanza negli allenamenti.

## 6. 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 un componente è danneggiato, interrompere l'uso e sostituirlo immediatamente.
- L'apparecchio può essere pulito con un panno leggermente umido e un detergente non abrasivo. Non usare solventi.
- Evitare di esporre la macchina alla luce diretta del sole, in particolare il monitor.
- 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.
- Per spostare la macchina, tirare verso il basso il manubrio fino a quando la parte posteriore della bicicletta è in aria o sollevare la bicicletta afferrando lo stabilizzatore posteriore. Ciò consente di spostare la bicicletta nella posizione desiderata in tutta sicurezza.

Attenzione:

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

### Piegatura Fig. 12

1. Rimuovere il fermo (45), sollevare la guida destra (3R) come indicato dalla freccia, sollevare con l'altra mano il pedale destro (6R), finché il fermo (45) non scatta automaticamente nel foro, infine avvitare la vite (15) nel pedale destro (6R).
2. Per ripiegare la guida sinistra (3L) procedere allo stesso modo.

### Svolgimento Fig. 13

1. Estrarre il fermo (45), svitare la vite (18) fissata al pedale destro (6R), tenere il pedale destro (6R) con una mano e con l'altra tirare verso il basso la guida destra (3R) finché il fermo (45) non si blocca automaticamente nel foro.
2. Procedere allo stesso modo per dispiegare la guida sinistra (3L).

## 7. RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Problema	Possibili cause	Soluzione
La macchina oscilla durante l'uso.	I piedi non sono in piano.	Ruotare le gambe finché la bicicletta non è in piano.
Le parti mobili fanno molto rumore.	Le parti mobili non sono ben serrate.	Serrarle.

Se nessuna di queste situazioni corrisponde al problema, non tentare di smontare o riparare la macchina da soli. Le riparazioni effettuate da persone inesperte possono provocare lesioni o gravi malfunzionamenti. Contattare il Servizio di Assistenza Tecnica di Cecotec. Le riparazioni devono essere effettuate da un tecnico autorizzato e devono essere utilizzati solo pezzi di ricambio originali.

L'automanutenzione o la manutenzione non autorizzata compromettono l'uso sicuro dell'apparecchio e l'applicazione della politica di garanzia.

## 8. SPECIFICHE TECNICHE

Codice prodotto: 07232

Prodotto: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Ma il massimo dell'utente: 110 kg.

Classe HC

Banda di frequenza operativa del modulo Bluetooth: 2,4 GHz

Potenza massima trasmessa dal modulo Bluetooth: 1,45 dBm

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

Fabbricato 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 le pile/batterie 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 informazioni dettagliate su come smaltire correttamente le apparecchiature elettriche ed elettroniche e/o le pile/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 UE SEMPLIFICATA



Con la presente, Cecotec Innovaciones dichiara che questa cyclette ellittica, modello 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro è conforme alla Direttiva 2014/53/UE sulle apparecchiature radio.

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

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

## 1. PEÇAS E COMPONENTES

Nº de peça	Descrição	Quantidade
1	Estrutura principal	1
2	Avanço do guiador	1
3L/R	Guia	1
4L/R	Barra oscilante	1
5 L/R	Barra dos pedais	1
6L/R	Pedais	1
7	Junta de ligação	2
8	Biela	2
9	Barra de suporte	1
10E/D	Guiador	1
11	Tubo estabilizador inferior dianteiro	1
12	Eixo articulado	1
13	Parafuso sextavado interior M10x25	2
14	Parafuso sextavado interior $\phi$ 10x57	2
15	Parafuso sextavado interior $\phi$ 10x45	2
16	Parafuso sextavado interior M6x16	4
17	Parafuso de pescoço quadrado M8 x L45 x $\phi$ 8	4
18	Parafuso sextavado interior M8x35	2
19	Parafuso sextavado interior M8x38x L12	2
20	Parafuso sextavado interior M8x20	4
21	Parafuso sextavado interior M8x16	2
22	Parafuso de cabeça cilíndrica M8x16	4
23	Parafuso sextavado exterior M8x45	4
24	Parafuso sextavado exterior M8x16	4

25	Parafuso sextavado exterior M8x20	2
26	Parafuso de rosca Phillips ST4,2*18	12
27	Arruela de pressão D10	2
28	Parafuso Phillips de cabeça Allen M6*13	2
29	Arruela plana $\phi 17 * \phi 22 * 1$	4
30	Porca de flange	2
31	Arruela plana D8*D32*2	6
32	Arruela de pressão D8	18
33	Arruela plana D8*D20*2	6
34	Arruela plana D8*D16*1.5	10
35	Eixo de balanço	1
36	Arruela curva $\phi 8 * 1.5 * \phi 20$	6
37	Eixo curto $\phi 17 * 59$	2
38	Arruela curva D17	6
39	Rodinha	2
40	Porca de nylon M8	10
41	Porca de capa M8	2
42	Rolamento 6003Z	4
43	Porca sextavada exterior M10	2
44	Arruela plana D10* $\phi 58 * 3$	2
45	Trinco	2
46	Mola	2
47	Cavilha de tração	2
48	Tampa da biela	2
49	Tampão de vedação da biela	2
50	Separador de plástico $\phi 32 * \phi 16 * 22$	14
51	Separador de plástico $\phi 28 * \phi 10 * 18$	4

52	Separador de plástico $\phi 32 * \phi 10 * 15.5$	4
53	Separador de plástico $\phi 32 * \phi 16.2 * 14$	2
54	Chapa de alumínio	2
55	Tampão de vedação	2
56E/D	Rolamento	1
57	Punho de espuma 1	2
58	Punho de espuma 2	2
59	Tampa de rosca	2
60	Tampa oval 1	2
61	Apoio para pés regulável 1	2
62	Apoio para pés regulável 2	3
63	Tampa redonda 1	2
64	Tampa redonda 2	2
65	Tampa oval 2	2
66	Tampa esférica	6
67	Monitor cardíaco	2
68	Teleflex	2
69	Adaptador	1
70E/D	Cobertura frontal	1
71	Parafuso Phillips M5*20	1
72	Parafuso M8*L45	2
73	Cabo do sensor	1
74	Cabo de extensão	1
75	Cabo de ritmo cardíaco	2
76	Monitor	1

## 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 elíptica
- Kit de montagem
- Adaptador de corrente
- Manual de instruções

## 3. MONTAGEM

### Passo 1

Fig. 2

Retire a tampa (A) da estrutura principal (1).

### Passo 2

Fig. 3

- Fixe o apoio para os pés regulável 1 (61) ao tubo estabilizador inferior dianteiro (11).
- Fixe o tubo estabilizador inferior dianteiro (11) à estrutura principal (1) com o parafuso (72), a arruela de pressão (32), a arruela plana (33) e a porca de capa (41).
- Retire a tampa de rosca (59) da guia (3L/R). Fig. 3 – B
- Insira o eixo articulado (12) no orifício da estrutura principal (1), depois fixe bem as guias (3L/R) ao eixo articulado (12) com o parafuso (13), a arruela de pressão (27) e a arruela plana grande (44), por fim, coloque a tampa de rosca (59) na extremidade.

### Passo 3

Fig. 4

- Ligue o cabo do sensor (73) e o cabo de extensão (74) e, em seguida, ligue o adaptador (69) ao cabo de tensão, como indicado na figura C.
- Fixe o avanço do guiador (2) à estrutura principal (1) com o parafuso de cabeça de cabeça cilíndrica (22), a arruela de pressão (32) e a arruela plana (34).

### Passo 4

Fig. 5

- Fixe a barra oscilante (4L/R), a arruela de pressão (38), o eixo de balanço (35) ao avanço do guiador (2) com o parafuso sextavado exterior (25), a arruela de pressão (32) e a arruela plana (31), mas não os aperte.
- Fixe previamente as barras dos pedais (5L/R) aos pedais (6L/R) com o parafuso (20), a arruela de pressão (32), a arruela plana (31) e a arruela curva (38).
- Ligue a barra dos pedais (5L/R) e a barra oscilante (4L/R) com o parafuso (16) e o parafuso (15); aperte o parafuso (25) e o parafuso (20).
- Fixe os pedais (6L/R) na barra dos pedais (5L/R) com o parafuso (23), a arruela plana (34) e a porca de nylon (40).

### Passo 5

Fig. 6

Encaixe o guiador (10L/R) na barra oscilante (4L/R), respetivamente, com o parafuso (17), a arruela deformada (36) e a porca de nylon (40).

### Passo 6

Fig. 7

- Encaixe o cabo de ritmo cardíaco (75) no orifício do avanço do guiador (2). Em seguida, fixe a barra de suporte do guiador (9) ao avanço do guiador (2) com o parafuso (21), a arruela de pressão (32) e a arruela de pressão (36);
- Ligue o cabo de ritmo cardíaco (75) e o cabo de extensão (74) ao monitor (76) e, em seguida, fixe o monitor (76) ao avanço do guiador (2) com o parafuso Phillips (71).
- Coloque a cobertura frontal (70) no avanço do guiador (2) e fixe-a firmemente com o parafuso roscado Phillips (26).

## 4. FUNCIONAMENTO

### Modos do monitor

- Modo Desligado: o monitor está desligado.
- Modo Ativo: o monitor está ligado e não deteta movimento. O modo ativo é acedido premindo o botão ou rodando o seletor quando o monitor está desligado. Permite-lhe definir valores-alvo para as definições de tempo, calorías e distância.
- Modo Movimento: no modo ativo, é detetado um movimento ou o monitor é premido. Não importa se os alvos de treino foram definidos previamente ou não. Se tiver sido definido um valor-alvo para qualquer dado, o ecrã mostrará a que distância está do alvo. Se não tiver sido definido um alvo, o ecrã funciona como um contador.

**Botões do monitor**

Botão: todo o monitor é um botão (Fig. 8). Se premir para baixo, pode ver como se desloca. Tem várias funções:

1. Passe do modo Desligado para o modo ativo com uma pressão.
2. Quando os alvos de distância, tempo e calorias tiverem sido definidos, basta premir para mudar para o modo Movimento. Se não quiser ajustar os valores, também pode mudar para o modo de movimento premindo uma vez.
3. No modo Movimento, uma pressão no botão é utilizada para desativar a função SCAN e fixe os dados apresentados no ecrã. Cada pressão altera os dados apresentados no ecrã.
4. Se o botão for premido durante mais de 2 segundos, sai do modo Movimento e entra no modo Ativo. Se mantiver premido durante 2 segundos no modo Ativo, os últimos valores-alvo definidos são apagados.

Seletor: o seletor pode ser rodado sem limites para a esquerda e para a direita. Funções:

1. Para ligar o monitor
2. No modo Ativo, é utilizado para definir o valor-alvo pretendido.
3. No modo Movimento, é utilizado para aumentar ou diminuir o nível de resistência.

Dados apresentados no ecrã do monitor

Nº.	Ícone	Descrição
1		<b>Frequência cardíaca:</b> Apresenta o ritmo cardíaco em tempo real se for recebido um sinal de pulso; caso contrário, não é apresentado nada.
2		<b>Nível de resistência</b> Intervalo de ajuste: 1 – 24/32 Quanto mais elevado for o nível, maior será a resistência.
3		<b>Scan</b> Ícone aceso: os dados apresentados no ecrã mudam de 3 em 3 segundos. Ícone desligado: só são apresentados os dados que estão fixados no ecrã.
4		<b>Velocidade</b> Intervalo: 0,0 – 999,9 km/h.

5		<b>Tempo</b> Intervalo: 00:00 – 99:59 O contador inicia-se quando é detetado um movimento ou quando o ecrã é premido por breves instantes. O contador pára de contar se passarem mais de 4 segundos sem detetar movimento.
6		<b>Distância</b> Intervalo: 0,0 – 999,9 km.
7		<b>Calorias</b> Intervalo: 0,0 – 999,9 kcal. Apresenta um valor aproximado de calorias consumidas, proporcional ao nível de resistência: A resistência 1 corresponde a 11,4 kcal/km e a resistência 32 a 44,6 kcal/km.
8		<b>Bluetooth</b> Se este ícone for apresentado no ecrã, significa que o Bluetooth está ligado. Se não for apresentado, o Bluetooth não está ligado.
9		<b>Definição de alvos</b> <b>Quando este ícone aparece, um dado pode ser definido como um alvo de treino</b> Se o ícone de tempo estiver ativado, pode ser definido um alvo de tempo (min). Se o ícone de distância estiver ativado, pode ser definido um alvo de distância (km). Se o ícone de calorias estiver ativado, pode ser definido um alvo de calorias (kcal).

**Definição de alvos**

Pode definir alvos para os parâmetros Tempo, Distância e Calorias. Para o fazer, rode o botão até o parâmetro pretendido ficar aceso.

- Definição do tempo: rodando o botão em sentido horário, aumentará 1 minuto por cada rotação e diminuirá 1 minuto no sentido contrário. O alvo mais baixo é 1 minuto.
- Definição da distância: rodando o botão em sentido horário, aumentará 0,5 km por rotação,

e diminuirá 0,5 km no sentido contrário. O alvo mínimo é de 0,5 km.

- Definição das calorias: rodando o botão em sentido horário, aumentará 1 kcal por cada rotação e diminuirá 1 kcal no sentido contrário. O alvo mais baixo é 1 kcal.

Quando o objetivo pretendido é atingido, o controlador emite três bips em sucessão rápida.

Os dados de movimento não regressam a zero até entrarem no modo Standby.

Mantenha premido o botão durante 2 segundos para sair do modo Movimento. Quando sair do modo Movimento, o ecrã apresentará o último valor-alvo definido. Mantenha premido o botão novamente durante 2 segundos para limpar o alvo.

#### Visualização dos dados no monitor

- Por defeito, sempre que uma sessão de treino é iniciada, o monitor tem a função SCAN ativada e apresenta os diferentes parâmetros. Uma pressão no botão desativa a função SCAN e coloca os dados de treino no ecrã.
- Se for detetado um sinal no sensor de ritmo cardíaco, os batimentos por minuto serão apresentados na parte superior do monitor, exatamente onde está indicado o nível de resistência. A visualização destes dois parâmetros alterna-se de 3 em 3 segundos. Se não for detetado qualquer sinal de ritmo cardíaco, apenas será apresentado o nível de resistência. Fig. 9

**Desligamento automático:** depois de 3 minutos de inatividade, o monitor desligar-se-á automaticamente.

**Ligação automática:** se for detetado movimento ou se o monitor for pressionado ou rodado, o monitor liga-se automaticamente.

#### Ligação Bluetooth:

Ao digitalizar o código QR abaixo, pode aceder a um manual que explica como emparelhar a bicicleta DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro com a aplicação Kinomap:



## 5. 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. Fig. 10
- Treino: uma sessão de exercício de 20 até 30 minutos. (Nota: durante as primeiras semanas de exercício, não mantenha o seu ritmo cardíaco elevado durante mais de 20 minutos). Fig. 11
- Arrefecimento: alonge de 5 a 10 minutos. Isto aumentará a sua flexibilidade e ajudará a prevenir possíveis lesões após o exercício. Fig. 10

#### Rotina de exercício

Para manter ou melhorar a sua condição física, realize três sessões de exercício por semana, pelo menos um dia de descanso entre cada sessão de exercício. Após vários meses de exercício, pode aumentar o número de sessões semanais até cinco. Para obter os melhores resultados, deve ser consistente ao fazer exercício.

## 6. 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 aparelho até que esteja em perfeito estado.
- O aparelho pode ser limpo com um pano ligeiramente humedecido e um detergente não abrasivo. Não utilize dissolventes.
- Evite expor o aparelho à luz solar direta, especialmente o monitor.
- Não tente reparar o aparelho 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.
- Para deslocar o aparelho, puxe o guiador para baixo até a parte traseira da bicicleta estar no ar ou levante a bicicleta agarrando no estabilizador traseiro. Isto permite-lhe deslocar a bicicleta com toda a segurança.

Aviso:

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

#### Dobrar. Fig. 12

1. Retire o trinco (45), levante a guia direita (3R) como indicado pela seta, use a outra mão para levantar o pedal direito (6R), até o trinco (45) encaixar automaticamente no orifício, finalmente, aparafuse o parafuso (15) no pedal direito (6R).
2. Para dobrar a guia esquerda (3L), proceder do mesmo modo.

#### Desdobrar. Fig. 13

1. Puxe o trinco (45), desaperte o parafuso (18) ligado ao pedal direito (6R), segure o pedal direito (6R) com uma mão e use a outra mão para puxar para baixo a guia direita (3R) até que o trinco (45) encaixe automaticamente no orifício.
2. Proceda do mesmo modo para desdobrar a guia esquerda (3L).

## 7. RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

Problema	Possíveis causas	Solução
O aparelho oscila durante a utilização.	Os pés não estão nivelados.	Rode os pés até a bicicleta ficar nivelada.
Ruído forte de peças móveis.	As peças não estão bem apertadas.	Aperte-as.

Se nenhuma destas situações corresponder ao seu problema, não tente desmontar ou reparar o aparelho por si próprio. As reparações efetuadas por pessoas inexperientes podem resultar em ferimentos ou avarias graves. Se tiver alguma dúvida, entre em contacto com o Serviço de Assistência Técnica da Cecotec. A reparação deve ser efetuada por um técnico autorizado e só devem ser utilizadas peças sobressalentes originais.

A automanutenção ou manutenção não autorizada afetará a utilização segura do produto e a aplicação da política de garantia.

## 8. ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Referência: 07232

Produto: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Peso máximo do utilizador: 110 kg

Classe HC

Banda de frequência de funcionamento do módulo Bluetooth: 2.4 GHz

Potência máxima de transmissão do módulo Bluetooth: 1,45 dBm

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 ELETRÓNICOS



Este símbolo indica que, de acordo com os regulamentos aplicáveis, o produto e/ou bateria deve ser eliminado 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 aparelhos elétricos e eletrónicos e/ou as correspondentes baterias, o consumidor deverá contactar com as autoridades locais.

A conformidade com as diretivas 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 DA UE.



A Cecotec Innovaciones declara que esta bicicleta elíptica, modelo 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro, está em conformidade com a Directiva de Aparelho de Rádio 2014/53/UE.

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

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

**1. ONDERDELEN EN COMPONENTEN**

Onderdeel n°	Beschrijving	Aantal
1	Hoofdframe	1
2	Stuurstang	1
3L/R	Geleider	2
4L/R	Stabilisatorstang	2
5 L/R	Pedaalstang	2
6L/R	Pedalen	2
7	Pakking	2
8	Koppelstang	2
9	Stuursteun	1
10L/R	Stuur	2
11	Voorste lagere stabilisatorbuis	1
12	Inklapbare as	1
13	Zeskantschroef M10x25	2
14	Zeskantschroef $\phi 10 \times 57$	2
15	Zeskantschroef $\phi 10 \times 45$	2
16	Zeskantschroef M6x16	4
17	Vierkante halsbout M8 x L45 x $\phi 8$ M8 x L45 x $\phi 8$	4
18	Zeskantschroef M8x35	2
19	Zeskantschroef M8x38x L12	2
20	Zeskantschroef M8x20	4
21	Zeskantschroef M8x16	2
22	Dopschroef M8x16	4
23	Zeskantschroef M8x45	4
24	Zeskantbout M8x16	4
25	Zeskantbout M8x20	2

26	Bout met schroefdraad Philip ST4.2*18	12
27	Elastische sluitring D10	2
28	Philip inbusbout M6*13	2
29	Platte sluitring $\phi 17 \times \phi 22 \times 1$	4
30	Flensmoer	2
31	Platte sluitring D8*D32*2	6
32	Elastische sluitring D8	18
33	Platte sluitring D8*D20*2	6
34	Platte sluitring D8*D16*1.5	10
35	Balans as	1
36	Verbogen sluitring $\phi 8 \times 1.5 \times \phi 20$	6
37	Korte as $\phi 17 \times 59$	2
38	Gebogen sluitring D17	6
39	Wieltje	2
40	Nylon moer M8	10
41	Dopmoer M8	2
42	Lager 6003Z	4
43	Zeskantmoer M10	2
44	Platte sluitring D10* $\phi 58 \times 3$	2
45	Vergrendeling	2
46	Ondersteuning	2
47	Trekpen	2
48	Deksel van de drijfstang	2
49	Afdichtstop voor drijfstang	2
50	Plastic scheidingsselement $\phi 32 \times \phi 16 \times 22$	14
51	Plastic scheidingsselement $\phi 28 \times \phi 10 \times 18$	4
52	Plastic scheidingsselement $\phi 32 \times \phi 10 \times 15.5$	4
53	Plastic scheidingsselement $\phi 32 \times \phi 16.2 \times 14$	2

54	Aluminiumplaat	2
55	Afdichtstop	2
56L/R	Lager	2
57	Schuimrubber handvat 1	2
58	Schuimrubber handvat 2	2
59	Deksel met schroefsluiting	2
60	Ovalen deksel 1	2
61	Verstelbare voetsteun 1	2
62	Verstelbare voetsteun 2	3
63	Ronde dop 1	2
64	Ronde dop 2	2
65	Ovalen deksel 2	2
66	Bolvormige deksel	6
67	Hartslagmonitor	2
68	Teleflex	2
69	Adapter	1
70L/R	Voorste afdekking	2
71	Philip schroef M5*20	1
72	Vierkante halsbout M8*55	2
73	Sensorkabel	1
74	Verlengkabel	1
75	Hartslagkabel	2
76	Monitor	1

**OPMERKING:**

De figuren 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

- Elliptische trainer
- Montage kit
- Voedingsadapter
- Handleiding

## 3. MONTAGE

### Stap 1

Fig. 2

Verwijder het deksel (A) van het hoofdframe (1).

### Stap 2

Fig. 3

- Vergrendel de verstelbare voetsteun 1 (61) aan de voorste onderste stabilisatiebuis (11).
- Zet de voorste onderste stabilisatiebuis (11) vast aan het hoofdframe (1) met de bout (72), elastische sluitring (32), platte sluitring (33) en dopmoer (41).
- Verwijder de deksel met schroefsluiting (59) van de geleider (3L/R) zoals weergegeven in figuur B van figuur 3.
- Steek de inklapbare as (12) in het gat in het hoofdframe (1), bevestig vervolgens de geleiders (3L/R) stevig op de scharnierende as (12) met de zeskantschroef (13), elastische sluitring (27) en platte sluitring (44) en plaats tot slot de deksel met schroefsluiting (59) op het uiteinde.

### Stap 3

Fig. 4

- Sluit de sensorkabel (73) en de verlengkabel (74) aan en verbind vervolgens de adapter (69) met de spanningskabel zoals getoond in figuur C.
- Zet de stuurstang (2) vast op het hoofdframe (1) met de dopschroef (22), elastische sluitring (32) en platte sluitring (34).

**Stap 4**

Fig. 5

- Bevestig de stabilisatorstang (4L/R), gebogen sluitring (38), balans as (35) aan de stuurstang (2) met de buitenste zeskantbout (25), elastische sluitring (32) en platte sluitring (31), maar draai ze niet vast.
- Bevestig de pedaalstangen (5L/R) aan de pedalen (6L/R) met de zeskantschroef (20), elastische sluitring (32), platte sluitring (31) en gebogen sluitring (38).
- Verbind de pedaalstang (5L/R) en de stabilisatorstang (4L/R) met zeskantschroef (16) en zeskantschroef (15); draai zeskantbout (25) en zeskantschroef (20) vast.
- Bevestig de pedalen (6L/R) aan de pedaalstang (5L/R) met de zeskantschroef (23), platte sluitring (34) en nylon moer (40).

**Stap 5.**

Fig. 6

Monteer het stuur (10L/R) aan de stabilisatorstang (4L/R) met de vierkante halsbout (17), de verbogen sluitring (36) en de nylon moer (40).

**Stap 6**

Fig. 7

- Steek de hartslagkabel (75) in het gat in de stuurpen (2). Bevestig vervolgens de stuursteunstang (9) aan de stuurstang (2) met de zeskantschroef (21), elastische sluitring (32) en verbogen sluitring (36);
- Sluit de hartslagkabel (75) en de verlengkabel (74) aan op de monitor (76) en zet de monitor (76) vervolgens vast op de stuurpen (2) met de Philip schroef (71).
- Plaats de voorste afdekking (70) op de stuurpen (2) en zet hem vervolgens stevig vast met de Philip-draadbout (26).

**4. WERKING**

**Modi van de monitor**

- Uit modus. Wanneer de monitor is uitgeschakeld
- Actieve modus. Wanneer de monitor aan staat en er geen beweging wordt gedetecteerd. De actieve modus wordt geopend door op de monitor te drukken of door de selecteur te draaien wanneer de monitor uit staat. Hiermee kunt u streefwaarden instellen voor tijd-, calorieën- en afstandsrecords.
- Beweging modus. Wordt geopend wanneer in de actieve modus een beweging wordt gedetecteerd of op de monitor wordt gedrukt. Het maakt niet uit of er eerder trainingsdoelen zijn ingesteld of niet. Als er voor een waarde een doelwaarde is ingesteld, wordt op het scherm weergegeven hoe ver het gewenste doel nog verwijderd is. Als er geen doel is ingesteld, werkt het scherm als een teller.

**Knoppen van de monitor**



Drukknop. De hele monitor is een drukkноп (Fig. 8). Als u naar beneden drukt, kunt u zien hoe het scrolt. Het heeft verschillende functies:

1. Schakel met één druk op de knop van de uit modus naar de actieve modus.
2. Wanneer de doelen voor afstand, tijd en calorieën zijn ingesteld, schakelt u met één druk op de knop over naar de bewegingsmodus. Als u de waarden niet wilt aanpassen, kunt u ook overschakelen naar de beweging modus door één keer te drukken.
3. In de beweging modus wordt één druk op de monitor gebruikt om de SCAN-functie uit te schakelen en de gegevens op het scherm vast te zetten. Elke druk op deze toets verandert de gegevens die op het scherm worden weergegeven.
4. Als de monitor langer dan 2 seconden wordt ingedrukt, wordt de beweging modus verlaten en wordt de actieve modus geactiveerd. Als u deze toets 2 seconden ingedrukt houdt in de actieve modus, worden de laatst ingestelde doelen gewist.

Keuzeknop. De draaiknop kan onbeperkt naar links en rechts worden gedraaid. Functies:

1. Om de monitor in te schakelen
2. In Actieve modus wordt deze gebruikt om het gewenste doel in te stellen.
3. In de beweging modus wordt deze gebruikt om het weerstandsniveau te verhogen of te verlagen.

Gegevens weergegeven op het scherm van de monitor

NO.	Icoon	Beschrijving
1		<b>Hartslag:</b> Toont real-time hartslag als er een puls-siginaal wordt ontvangen, anders wordt er niets weergegeven.
2		<b>Weerstandsniveau</b> Instelbereik: 1 ~ 24/32 Hoe hoger het niveau, hoe groter de weerstand.
3		<b>Scanner</b> Scan icoon aan: de gegevens op het scherm veranderen om de 3 seconden. Scan icoon uit: Alleen de gegevens die op het scherm zijn vastgelegd, worden weergegeven.
4		<b>Snelheid</b> Bereik: 0,0 ~ 999,9 km/u

5		<p><b>Tijd</b>                  Bereik: 00:00 ~ 99:59                  De teller start zodra beweging wordt gedetecteerd of het scherm kort wordt ingedrukt.                  De teller stopt met tellen als er meer dan 4 seconden voorbijgaan zonder beweging te detecteren.</p>
6		<p><b>Afstand</b>                  Weergavebereik: 0,0 ~ 999,9 km</p>
7		<p><b>Calorieën</b>                  Weergavebereik: 0,0 ~ 999,9 kcal                  Toont een geschatte waarde van verbruikte calorieën, evenredig met het uithoudingsvermogen:                  Weerstand 1 komt overeen met 11,4 kcal/km en weerstand 32 met 44,6 kcal/km.</p>
8		<p><b>Bluetooth</b>                  Als dit icoon op het scherm wordt weergegeven, betekent dit dat Bluetooth verbonden is.                  Als dit niet wordt weergegeven, is Bluetooth niet verbonden.</p>
9		<p><b>Instellen van doelen</b>  <b>Wanneer dit icoon verschijnt, kan een gegeven worden ingesteld als trainingsdoel</b>                  Als het tijd-icoon is geactiveerd, kan een tijdsdoel (min) worden ingesteld.                  Als het afstands-icoon geactiveerd is, kan een afstandsdoel (km) worden ingesteld.                  Als het calorieën-icoon is geactiveerd, kan een caloriëdoel (Kcal) worden ingesteld.</p>

**Instellen van doelen**

U kunt doelen instellen voor de parameters Tijd, Afstand en Calorieën. Draai hiervoor aan de knop tot de gewenste parameter oplicht.

- Tijdstelling: draai de knop met de klok mee, bij elke omwenteling wordt de tijd met 1 minuut verhoogd of met 1 minuut verlaagd. Het laagste doel is 1 minuut.
- Afstands aanpassing: draai de knop met de klok mee en de afstand wordt per omwenteling

0,5 km groter, of 0,5 km kleiner. Het laagste doel is 0,5 km.

- Calorieverbruik instellen: draai de knop met de klok mee, bij elke draai wordt het calorieverbruik met 1 kcal verhoogd of met 1 kcal verlaagd. Het laagste doel is 1 kcal. Als het doel is bereikt, geeft de controller drie pieptonen vlak na elkaar. De bewegingsgegevens worden pas weer nul als het systeem in de stand-bystand komt. Houd de monitor 2 seconden ingedrukt om de bewegingsmodus te verlaten. Wanneer u de bewegingsmodus verlaat, toont het scherm de laatst ingestelde doelwaarde. Houd de monitor nogmaals 2 seconden ingedrukt om het doel te wissen.

**Weergave van gegevens op de monitor**

- Wanneer een trainingssessie wordt gestart, is de SCAN-functie standaard geactiveerd op de monitor en worden de verschillende parameters weergegeven. Met één druk op de knop wordt de SCAN-functie gedeactiveerd en worden de trainingsgegevens op het scherm weergegeven.
- Als er een signaal wordt gedetecteerd in de hartslagsensor, worden de slagen per minuut bovenin de monitor weergegeven, precies waar het weerstandsniveau wordt aangegeven. De weergave van deze 2 parameters wisselt om de 3 seconden. Als er geen puls-sigitaal wordt gedetecteerd, wordt alleen het weerstandsniveau weergegeven. Zie Fig. 9

**Automatische uitschakeling:** Na 3 minuten inactiviteit wordt het scherm automatisch uitgeschakeld.

**Automatische inschakeling:** Als er beweging wordt gedetecteerd of als de monitor wordt ingedrukt of gedraaid, wordt de monitor automatisch ingeschakeld.

**Bluetooth-verbinding:**

Door de QR-code hieronder te scannen krijgt u toegang tot een handleiding waarin wordt uitgelegd hoe u de DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro elliptische trainer kunt koppelen met de Kinomap-applicatie:



**5. 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. Fig. 10
- Training: dit is een trainingssessie van 20 tot 30 minuten. (Let op: houd uw hartslag tijdens de eerste paar weken van de training niet langer dan 20 minuten hoog). Fig. 11
- Afkoeling: 5 tot 10 minuten rekken. Dit verhoogt uw flexibiliteit en helpt mogelijke blessures na het sporten te voorkomen. Fig. 10



**Sport routine**

Om uw conditie op peil te houden of te verbeteren, voert u drie trainingsessies per week uit, met minstens één dag rust tussen elke trainingssessie. Na enkele maanden van trainen kunt u het aantal wekelijkse sessies verhogen tot vijf. Voor de beste resultaten moet u consequent zijn bij het sporten.

**6. 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.
- De apparatuur kan worden gereinigd met een licht vochtige doek en een niet-schurend reinigingsmiddel. Gebruik geen oplosmiddelen.
- Stel het apparaat niet bloot aan direct zonlicht, vooral de monitor niet.
- 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.
- Om de machine te verplaatsen, trekt u aan het stuur totdat de achterkant van de hometrainer in de lucht is of tilt u de hometrainer op door de achterste stabilisator vast te pakken. Hierdoor kunt u de hometrainer in alle veiligheid in de gewenste positie zetten.

Opmerking:

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

**Opvouwen** Fig. 12

1. Verwijder de vergrendeling (45), til de rechter geleider (3R) op zoals aangegeven door de pijl, gebruik de andere hand om het rechter pedaal (6R) op te tillen, totdat de vergrendeling (45) automatisch in het gat klikt, schroef ten slotte de zeskantschroef (15) in het rechter pedaal (6R).
2. Klap de linker geleider (3L) op dezelfde manier in.

**Uitvouwen** Fig. 13

1. Trek de vergrendeling (45) naar buiten, draai de zeskantschroef (18) los die aan het rechterpedaal (6R) is bevestigd, houd het rechterpedaal (6R) met één hand vast en trek met de andere hand de rechter geleider (3R) naar beneden totdat de vergrendeling (45) automatisch in het gat vergrendelt.
2. Ga op dezelfde manier te werk om de linker geleider (3L) uit te klappen.

**7. PROBLEEMOPLOSSING**

Probleem	Mogelijke oorzaken	Oplossing
De hometrainer wiebelt tijdens het gebruik.	Voeten staan niet waterpas.	Draai de poten totdat de fiets waterpas staat.
Hard geluid van bewegende onderdelen.	De onderdelen zitten niet goed vast.	Draai ze vast.

Als geen van deze situaties overeenkomt met uw probleem, probeer dan niet zelf het apparaat te demonteren of te repareren. Reparaties door onervaren personen kunnen letsel of ernstige storingen tot gevolg hebben. Neem contact op met de Technische Dienst van Cecotec. De reparatie moet worden uitgevoerd door een erkende monteur en er mogen uitsluitend originele reserveonderdelen worden gebruikt.

Ongeoorloofd zelfonderhoud of onderhoud heeft invloed op het veilige gebruik van het product en de toepassing van het garantiebeleid.

**8. TECHNISCHE SPECIFICATIES**

Productreferentie: 07232

Product: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Maximaal gebruikersgewicht: 110 kg

Class HC

Frequentieband van de Bluetooth-module: 2.4 GHz

Maximaal vermogen verzonden door de Bluetooth-module: 1,45 dBm

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 batterij 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 richtlijnen helpt het milieu te beschermen.

## 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 EU-VERKLARING VAN OVEREENSTEMMING.



Cecotec Innovations verklaart hierbij dat de elliptische trainer met model 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro in overeenstemming is met de Radio Equipment Directive 2014/53/EU.

De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is te vinden op de volgende website:  
<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

## 1. CZĘŚCI I KOMPONENTY

Nr części	Opis	Ilość
2	Główna rama	2
2	Sztyca kierownicy	2
3L/R	Prowadnica	2
4L/R	Drążek oscylujący	2
5 L/R	Drążek pedałów	2
6L/R	Pedały	2
7	Złącze	2
8	Korbowód	2
9	Wspornik kierownicy	2
10L/R	Kierownica	2
11	Drążek stabilizujący przedni dolny	2
12	Wał przegubowy	2
13	Śruba sześciokątna wewnętrzna M10x25	2
14	Śruba sześciokątna wewnętrzna $\phi$ 10x57	2
15	Śruba sześciokątna wewnętrzna $\phi$ 10x45	2
16	Śruba sześciokątna wewnętrzna M6x16	4
17	Śruba z kwadratowym kołnierzem M8 x L45 x $\phi$ 8 M8 x L45 x $\phi$ 8	4
18	Śruba sześciokątna wewnętrzna M8x35	2
19	Śruba sześciokątna wewnętrzna M8x38x L12	2
20	Śruba sześciokątna wewnętrzna M8x20	4
21	Śruba sześciokątna wewnętrzna M8x16	2
22	Śruba z główką cylindryczną M8x16	4
23	Śruba sześciokątna zewnętrzna M8x45	4
24	Śruba sześciokątna zewnętrzna M8x16	4
25	Śruba sześciokątna zewnętrzna M8x20	2

26	Wkręt Philip ST4.2*18	12
27	Podkładka sprężysta D10	2
28	Wkręt Philip sześciokątny M6*13	2
29	Płaska podkładka $\phi 17 \times \phi 22 \times 1$	4
30	Nakrętka z kotnierzem	2
31	Płaska podkładka D8*D32*2	6
32	Podkładka sprężysta D8	18
33	Płaska podkładka D8*D20*2	6
34	Płaska podkładka D8*D16*1.5	10
35	Watek wyrównoważający	2
36	Podkładka wypukła $\phi 8 \times 1.5 \times \phi 20$	6
37	Oś krótka $\phi 17 \times 59$	2
38	Podkładka falista D17	6
39	Kółko	2
40	Nakrętka nylonowa M8	10
41	Nakrętka kołpakowa M8	2
42	Łożysko 6003Z	4
43	Nakrętka sześciokątna zewnętrzna M10	2
44	Płaska podkładka D10* $\phi 58 \times 3$	2
45	Zasuwka	2
46	Sprężyna	2
47	Trzpień nośny	2
48	Pokrywka korbowodu	2
49	Zatyczka korbowodu	2
50	Separator plastikowy $\phi 32 \times \phi 16 \times 22$	14
51	Separator plastikowy $\phi 28 \times \phi 10 \times 18$	4
52	Separator plastikowy $\phi 32 \times \phi 10 \times 15.5$	4

53	Separator plastikowy $\phi 32 \times \phi 16.2 \times 14$	2
54	Płyta aluminiowa	2
55	Zatyczka	2
56L/R	Łożysko toczne	2
57	Uchwyt z pianki 1	2
58	Uchwyt z pianki 2	2
59	Zaślepka przykręcana	2
60	Zaślepka owalna 1	2
61	Stopka regulowana 1	2
62	Stopka regulowana 2	3
63	Okrągła zaślepka 1	2
64	Okrągła zaślepka 2	2
65	Zaślepka owalna 2	2
66	Zaślepka kulista	6
67	Pulsometr	2
68	Nakładka	2
69	Adapter	2
70L/R	Ostona przednia	2
71	Wkrętka Philip M5*20	2
72	Śruba z kwadratowym kotnierzem M8*55	2
73	Kabel czujnika	2
74	Przedłużacz	2
75	Przewód do mierzenia tętna	2
76	Monitor	2

## WAŻNE:

Grafika tej instrukcji obsługi jest schematyczna i możliwe, że nie będzie całkowicie zgodna 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 któregokolwiek z nich brakuje lub nie są w dobrym stanie, należy niezwłocznie skontaktować się z oficjalnym Serwisem Technicznym Cecotec.

### Zawartość opakowania

- Rower eliptyczny
- Zestaw do montażu
- Adapter
- Ta instrukcja obsługi

## 3. MONTAŻ

### Krok 1

Rys. 2

Zdejmij nakładkę z głównej ramy (A).

### Krok 2

Rys. 3

- Zamocuj stopkę regulowaną 1 (61) do drążka stabilizującego przedniego dolnego (11).
- Zamocuj drążek stabilizujący przedni dolny (11) do ramy głównej (1) za pomocą śruby (72), podkładki sprężystej (32), podkładki płaskiej (33) i nakrętki kołpakowej (41).
- Zdejmij zaślepkę przykręcaną (59) z prowadnicy (3L/R), jak pokazano na rysunku B na rysunku 3.
- Włóż wał przegubowy (12) do otworu w ramie głównej (1), a następnie dobrze przymocuj prowadnicę (3L/R) do wału przegubowego (12) za pomocą śruby (13), podkładki sprężystej (27) i dużej podkładki płaskiej (44), a na koniec przykręć zaślepkę (59).

### Krok 3

Rys. 4

- Podłącz kabel czujnika (73) i przedłużacz (74), a następnie podłącz adapter (69) do kabla napięciowego, jak pokazano na rysunku C.
- Przytwierdź sztycę kierownicy (2) do ramy głównej (1) za pomocą śruby z główką cylindryczną (22), podkładki sprężystej (32) i podkładki płaskiej (34).

### Krok 4

Rys. 5

- Przymocuj drążek oscylujący (4L/R), podkładkę falistą (38), wałek wyrównowazający (35) do sztycy kierownicy (2) za pomocą śruby sześciokątnej zewnętrznej (25), podkładki sprężystej (32) i podkładki płaskiej (31), ale nie dokracaj ich.
- Zamontuj wstępnie drążki pedałów (5L/R) do pedałów (6L/R) za pomocą śruby (20), podkładki sprężystej (32), podkładki płaskiej (31) i podkładki falistej (38).
- Połącz drążek pedału (5L/R) i drążek oscylujący (4L/R) za pomocą śrub (16) i (15); dokręć śruby (25) i (20).
- Zamocuj pedały (6L/R) do drążka pedałów (5L/R) za pomocą śruby (23), płaskiej podkładki (34) i nylonowej nakrętki (40).

### Krok 5

Rys. 6

Zamontuj kierownicę (10L/R) do drążka oscylującego (4L/R) odpowiednio za pomocą śruby (17), wypukłej podkładki (36) i nylonowej nakrętki (40).

### Krok 6

Rys. 7

- Zamontuj przewód do mierzenia tętna (75) w otworze sztycy kierownicy (2). Następnie przymocuj wspornik kierownicy (9) do sztycy kierownicy (2) za pomocą śruby (21), podkładki sprężystej (32) i podkładki wygiętej (36);
- Podłącz przewód do mierzenia tętna (75) i przedłużacz (74) do monitora (76), a następnie przymocuj monitor (76) do sztycy kierownicy (2) za pomocą śruby Philip (71).
- Umieść przednią osłonę (70) na sztycy kierownicy (2), a następnie zamocuj ją mocno za pomocą wkrętem Philip (26).

## 4. FUNKCJONOWANIE

### Tryby monitora

- Tryb wyłączenia. Kiedy monitor jest wyłączony.
- Tryb Aktywny. Gdy monitor jest włączony i nie wykryto ruchu. Dostęp do trybu aktywnego uzyskuje się poprzez dotknięcie monitora lub przekręcenie selektora, gdy monitor jest wyłączony. Umożliwia ustawienie wartości docelowych dla zapisu czasu, kalorii i dystansu.
- Tryb Ruchu. Dostęp w trybie aktywnym, po wykryciu ruchu lub naciśnięciu dotknięcia monitora. Nie ma znaczenia czy cele treningowe zostały ustalone wcześniej, czy nie. Jeśli został ustawiony cel, na wyświetlaczu pojawi się informacja o tym, ile brakuje do jego osiągnięcia. Jeśli nie ustawiono celu, wyświetlacz działa jak licznik.

**Przyciski monitora**

Przycisk. Cały monitor jest przyciskiem (rys. 8). Jeśli naciśniesz przycisk w dół, zobaczysz, jak się przewija. Posiada on kilka funkcji:






1. Przetaczanie z trybu wyłączenia do trybu aktywnego jednym naciśnięciem.
2. Po ustawieniu docelowego dystansu, czasu i kalorii, jedno naciśnięcie powoduje przejście do Trybu Ruchu. Jeśli nie chcesz ustawiać wartości docelowych, możesz również przetączyć się do trybu ruchu, naciskając jeden raz.
3. W trybie ruchu jedno naciśnięcie monitora służy do dezaktywacji funkcji SCAN i pokazania danych wyświetlanych na ekranie. Każde naciśnięcie zmienia dane wyświetlane na ekranie.
4. Naciśnięcie przycisku przez ponad 2 sekundy powoduje wyjście z trybu ruchu i przejście do trybu aktywnego. Naciśnięcie i przytrzymanie przez 2 sekundy w trybie aktywnym powoduje usunięcie ostatnio ustawionych wartości docelowych.

Pokrętło selektora: Pokrętło można obracać w lewo i w prawo bez ograniczeń. Funkcje:

1. Aby włączyć monitor
2. W trybie aktywnym służy do ustawiania żądanej wartości docelowej.
3. W trybie ruchu służy do zwiększania lub zmniejszania poziomu oporu.

Dane wyświetlane na ekranie monitora

Lp.	Ikona	Opis
2		<b>Tętno:</b> Wyświetla tętno w czasie rzeczywistym, jeśli odbierany jest sygnał tętna, w przeciwnym razie nic nie jest wyświetlane.
2		<b>Poziom oporu:</b> Zakres ustawień: 1 ~ 24/32 Im wyższy poziom, tym większy opór.
3		<b>Skaner</b> Ikona Scan włączona: dane wyświetlane na ekranie zmieniają się co 3 sekundy. Ikona Scan wyłączona: Wyświetlane są tylko wybrane dane na ekranie.
4		<b>Prędkość</b> Zasięg: 0,0 ~ 999,9 km/h

5		<b>Czas</b> Zakres: 00:00 ~ 99:59 Licznik uruchamia się po wykryciu ruchu lub po krótkim naciśnięciu wyświetlacza. Licznik przestaje zliczać, jeśli miną ponad 4 sekundy bez wykrycia ruchu.
6		<b>Dystans</b> Zakres wyświetlania: 0,0 ~ 999,9 km
7		<b>Kalorie</b> Zakres wyświetlania: 0,0 ~ 999,9 kcal Wyświetla przybliżoną wartość spalonych kalorii, proporcjonalną do poziomu oporu: Opór 1 odpowiada 11,4 kcal/km, a opór 32 - 44,6 kcal/km.
8		<b>Bluetooth</b> Jeśli ta ikona jest wyświetlana na ekranie, oznacza to, że Bluetooth jest podłączony. Jeśli nie jest wyświetlana, Bluetooth nie jest podłączony.
9		<b>Wyznaczanie celów</b> <b>Pojawienie się tej ikony oznacza, że dane można ustawić jako cel treningowy</b> Jeśli ikona czasu jest aktywna, można ustawić docelowy czas (min). Jeśli ikona dystansu jest aktywna, można ustawić docelowy dystans (km). Jeśli ikona kalorii jest aktywna, można ustawić docelowe spalanie kalorii (kcal).

**Wyznaczanie celów**

Można ustawić cele dla parametrów Czas, Dystans i Kalorie. W tym celu należy obracać pokrętłem, aż żądany parametr zostanie podświetlony.

- Ustawienie czasu: obróć pokrętło zgodnie z ruchem wskazówek zegara, zwiększy się o 1 minutę za każdy obrót i zmniejszy się o 1 minutę za obrót w przeciwną stronę. Najniższy cel to 1 minuta.
- Ustawienie odległości: przekręć pokrętło zgodnie z ruchem wskazówek zegara, zwiększy

się o 0,5 km na obrót, zmniejszy się o 0,5 km za obrót w drugą stronę. Minimalny cel to 0,5 km.

- Ustawienie spalania kalorii: obróć pokrętko zgodnie z ruchem wskazówek zegara, zwiększy się o 1 kcal za każdy obrót i zmniejszy się o 1 kcal za obrót w przeciwną stronę. Najniższy cel to 1 kcal.

Gdy cel zostanie osiągnięty, usłyszysz trzy sygnały dźwiękowe w krótkich odstępach czasu. Dane ruchu nie powrócą do zera, dopóki nie przejdzie w stan gotowości.

Naciśnij i przytrzymaj monitor przez 2 sekundy, aby wyjść z trybu ruchu. Po wyjściu z trybu ruchu na wyświetlaczu pojawi się ostatnio ustawiona wartość docelowa. Ponownie naciśnij i przytrzymaj monitor przez 2 sekundy, aby wyczyścić cel.

#### Wyświetlanie danych na monitorze

- Domyślnie po każdym rozpoczęciu sesji treningowej monitor ma włączoną funkcję SCAN i wyświetla różne parametry. Jedno naciśnięcie przycisku dezaktywuje funkcję SCAN i pokazuje dane treningowe na wyświetlaczu.
- Jeśli czujnik tętna wykryje sygnał, wartość uderzeń na minutę zostanie wyświetlona w górnej części monitora, w miejscu, w którym wskazywany jest poziom oporu. Te 2 parametry będą wyświetlane naprzemiennie co 3 sekundy. Jeśli nie zostanie wykryty żaden sygnał pulsu, wyświetlany będzie tylko poziom oporu. Zobacz Rys. 9

**Automatyczne wyłączenie:** Po 3 minutach bezczynności wyświetlacz wyłączy się automatycznie.

**Włączanie automatyczne:** Jeśli wykryty zostanie ruch lub monitor zostanie naciśnięty lub obrócony, włączy się on automatycznie.

#### Połączenie Bluetooth:

Skanując poniższy kod QR, można uzyskać dostęp do instrukcji wyjaśniającej, jak sparować rower eliptyczny DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro z aplikacją Kinomap:



## 5. 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. Rys. 10
- Trening: jest to sesja ćwiczeń trwająca od 20 do 30 minut. (Ważne: podczas pierwszych kilku tygodni ćwiczeń nie utrzymuj wysokiego tętna dłużej niż 20 minut). Rys. 11
- Wyciszenie: rozciągnij się przez 5 do 10 minut. Zwiększy to elastyczność i pomoże zapobiec możliwym kontuzjom po wysiłku. Rys. 10

#### Rutyna ćwiczeń

Aby utrzymać lub poprawić swoją kondycję, wykonuj trzy sesje treningowe w tygodniu z co najmniej jednodniową przerwą między sesjami. Po kilku miesiącach ćwiczeń możesz zwiększyć liczbę tygodniowych sesji do pięciu. Aby uzyskać najlepsze rezultaty, ćwiczenia należy wykonywać regularnie.

## 6. CZYSZCZENIE I KONSERWACJA

- Okresowo smaruj części, które poruszają się podczas ćwiczeń, aby zapobiec ich przedwczesnemu zużyciu.
- 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.
- Sprzęt można czyścić lekko wilgotną ściereczką i łagodnym detergentem. Nie używaj rozpuszczalników.
- Unikaj wystawiania urządzenia, zwłaszcza monitora, na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- Nie próbuj samodzielnie naprawiać sprzętu. Jeśli masz trudności z montażem, użytkowaniem lub uważasz, że brakuje części, skontaktuj się z oficjalnym Serwisem Pomocy Technicznej Cecotec.
- Aby przesunąć maszynę, pociągnij w dół za kierownicę, aż tył roweru się podniesie lub podnieś rower za tylny stabilizator. W ten sposób można całkowicie bezpiecznie przestawić rower w wybrane miejsce.

Uwaga:

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

#### Składanie Fig. 12

1. Wyjmij zasuwkę (45), podnieś prawą prowadnicę (3R), jak pokazano strzałką, drugą ręką podnieś prawy pedał (6R), aż zasuwka (45) zatrzaśnie się automatycznie w otworze, a następnie wkręć śrubę (15) w prawy pedał (6R).
2. Aby złożyć lewą szynę (3L) postępuj w ten sam sposób.

#### Rozkładanie Fig. 13

1. Wyciągnij zasuwkę (45), odkręć śrubę (18) przymocowaną do prawego pedału (6R), przytrzymaj prawy pedał (6R) jedną ręką, a drugą pociągnij w dół prawą prowadnicę (3R), aż zasuwka (45) automatycznie zatrzaśnie się w otworze.
2. W ten sam sposób rozłóż lewą szynę (3L).

## 7. ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Problem	Prawdopodobna przyczyna	Rozwiązanie
Rower chwieje się podczas użytkowania	Stopki nie są wypoziomowane.	Wyreguluj stopki aż rower zostanie wypoziomowany.
Głośny dźwięk ruchomych części.	Części nie są dobrze dokręcone.	Dokręć je.

Jeśli żadna z tych sytuacji nie odpowiada problemowi, nie próbuj samodzielnie demontować ani naprawiać urządzenia. Naprawy przeprowadzane przez niedoświadczonych osób mogą spowodować obrażenia lub poważne awarie. Skontaktuj się z Serwisem Pomocy Technicznej Cecotec. Naprawę musi przeprowadzić autoryzowany specjalista, który może używać wyłącznie oryginalnych części zamiennych.

Samodzielna lub nieautoryzowana konserwacja wpłynie na bezpieczeństwo użytkownika produktu i zastosowanie zasad gwarancji.

## 8. SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Referencja produktu: 07232

Produkt: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Waga maksymalna użytkownika: 110 kg

Klasa HC

Pasma częstotliwości pracy modułu Bluetooth: 2.4 GHz

Maksymalna moc przesyłana przez moduł Bluetooth: 1,45 dBm

Specyfikacje techniczne mogą 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 baterię należy utylizować 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 sprzętów elektrycznych i elektronicznych i/lub odpowiednich baterii, konsument powinien skontaktować się z lokalnymi władzami.

Przestrzeżenie powyższych wytycznych pomoże chronić środowisko.

## 10. GWARANCJA I SERWIS POMOCY TECHNICZNEJ

Cecotec odpowiada przed użytkownikiem lub konsumentem końcowym 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. PRAWA AUTORSKIE

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 (elektryczny, mechaniczny, fotokopiowany, nagrywany lub podobny) bez uprzedniej zgody CECOTEC INNOVACIONES, SL

## 12. UPROSZCZONA DEKLARACJA ZGODNOŚCI UE



Niniejszym Cecotec Innovaciones oświadcza, że ten rower, model 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro, jest zgodny z dyrektywą 2014/53/UE w sprawie sprzętu radiowego i elektrycznego.

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

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

## 1. DÍLY A SOUČÁSTI

Č. dílu	Popis	Počet
1	Hlavní rám	1
2	Představec řídicítek	1
3L/R	Lišta	2
4L/R	Kyvná tyč	2
5 L/R	Tyč pedálů	2
6L/R	Pedály	2
7	Kloubní spoje	2
8	Klika	2
9	Nosná tyč řídicítek	1
10L/R	Řídítka	2
11	Tyč předního spodního stabilizátoru	1
12	Skládací osa	1
13	Šroub s vnitřním šestihranem M10x25	2
14	Šroub s vnitřním šestihranem $\phi 10 \times 57$	2
15	Šroub s vnitřním šestihranem $\phi 10 \times 45$	2
16	Šroub s vnitřním šestihranem M6x16	4
17	Šroub s čtyřhranným krkem M8 x L45 x $\phi 8$ M8 x L45 x $\phi 8$	4
18	Šroub s vnitřním šestihranem M8x35	2
19	Šroub s vnitřním šestihranem M8x38x L12	2
20	Šroub s vnitřním šestihranem M8x20	4
21	Šroub s vnitřním šestihranem M8x16	2
22	Šroub s válcovou hlavou M8x16	4
23	Šroub s vnějším šestihranem M8x45	4
24	Čep s vnějším šestihranem M8x16	4

25	Čep s vnějším šestihranem M8x20	2
26	Šroub se závitem Philip ST4.2*18	12
27	Pružinová podložka D10	2
28	Šroub Philip s imbusovou hlavou M6*13	2
29	Plochá podložka $\phi 17 \times \phi 22 \times 1$	4
30	Přírubová matice	2
31	Plochá podložka D8*D32*2	6
32	Pružinová podložka D8	18
33	Plochá podložka D8*D20*2	6
34	Plochá podložka D8*D16*1.5	10
35	Vyrovnávací osa	1
36	Zakřivená podložka $\phi 8 \times 1.5 \times \phi 20$	6
37	Krátká osa $\phi 17 \times 59$	2
38	Vlnitá podložka D17	6
39	Kolečko	2
40	Nylonová matice M8	10
41	Krytka matice M8	2
42	Ložisko 6003Z	4
43	Vnější šestihranná matice M10	2
44	Plochá podložka D10* $\phi 58 \times 3$	2
45	Západka	2
46	Pružina	2
47	Vytahovací kolík	2
48	Kryt kliky	2
49	Uzavírací zátka kliky	2
50	Plastový oddělovač $\phi 32 \times \phi 16 \times 22$	14
51	Plastový oddělovač $\phi 28 \times \phi 10 \times 18$	4
52	Plastový oddělovač $\phi 32 \times \phi 10 \times 15.5$	4



53	Plastový oddělovač $\phi 32 \times \phi 16.2 \times 14$	2
54	Hliníková lišta	2
55	Uzavírací zátka	2
56L/R	Ložisko	1
57	Pěnová rukojeť 1	2
58	Pěnová rukojeť 2	2
59	Šroubovací krytka	2
60	Oválná krytka 1	2
61	Nastavitelná opěrka nohou 1	2
62	Nastavitelná opěrka nohou 2	3
63	Kulatá krytka 1	2
64	Kulatá krytka 2	2
65	Oválná krytka 2	2
66	Kulová krytka	6
67	Pulzometr	2
68	Teleflex	2
69	Adaptér	1
70L/R	Přední kryt	2
71	Šroub Philip M5*20	1
72	Šroub s čtyřhranným krkem M8*55	2
73	Kabel snímače	1
74	Prodlužovací kabel	1
75	Pulzní kabel	2
76	Monitor	1

## 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 části recyklujete správně.
- Zkontrolujte, zda jsou všechny díly a komponenty součástí balení a v dobrém stavu. Pokud některý z nich chybí nebo není v dobrém stavu, okamžitě kontaktujte Oficiální technický servis společnosti Cecotec.

## Obsah krabice

- Eliptický trenažér
- Montážní sada
- Napájecí adaptér
- Tento návod k použití

## 3. MONTÁŽ

## Krok 1

Obr. 2

Odstraňte krytku (A) z hlavního rámu (1).

## Krok 2

Obr. 3

- Připevněte nastavitelnou opěrku nohou 1 (61) na spodní přední stabilizační tyč (11).
- Zajistěte přední spodní stabilizační tyč (11) k hlavnímu rámu (1) pomocí šroubu (72), pružinové podložky (32), ploché podložky (33) a krytky matice (41).
- Odstraňte šroubovací krytku (59) z lišty (3L/R), jak je znázorněno na vyobrazení B obrázku 3.
- Zasuňte skládací osu (12) do otvoru v hlavním rámu (1), poté pevně upevněte lišty (3L/R) na skládací osu (12) pomocí šroubu (13), pružinové podložky (27) a velké ploché podložky (44) a nakonec na konec nasadte šroubovací krytku (59).

## Krok 3

Obr. 4

- Propojte kabel snímače (73) a prodlužovací kabel (74) a poté připojte adaptér (69) s napětovým kabelem, jak je znázorněno na vyobrazení C.
- Připevněte představec řídítek (2) k hlavnímu rámu (1) pomocí šroubu s válcovou hlavou (22), pružinové podložky (32) a ploché podložky (34).

**Krok 4**

Obr. 5

- Připevněte kyvnou tyč (4L/R), vlnitou podložku (38), vyrovnávací osu (35) k představci řídicí (2) pomocí čepu s vnějším šestihranem (25), pružinové podložky (32) a ploché podložky (31), ale nedotahujte je.
- Předem připevněte tyče pedálů (5L/R) k pedálům (6L/R) pomocí šroubu (20), pružinové podložky (32), ploché podložky (31) a vlnité podložky (38).
- Spojte pedálovou tyč (5L/R) a kyvnou tyč (4L/R) pomocí šroubu (16) a šroubu (15); utáhněte čep (25) a šroub (20).
- Pevně namontujte pedály (6L/R) na pedálovou tyč (5L/R) pomocí šroubu (23), ploché podložky (34) a nylonové matice (40).

**Krok 5**

Obr. 6

Nasadte řídicí (10L/R) na kyvnou tyč (4L/R) pomocí šroubu (17), zakřivené podložky (36) a nylonové matice (40).

**Krok 6**

Obr. 7

- Zasuňte pulzní kabel (75) do otvoru v představci řídicí (2). Poté připevněte nosnou tyč řídicí (9) k představci řídicí (2) pomocí šroubu (21), pružinové podložky (32) a zakřivené podložky (36);
- Zapojte pulzní kabel (75) a prodlužovací kabel (74) do monitoru (76) a poté monitor (76) připevněte k představci řídicí (2) pomocí šroubu Philip (71).
- Nasadte přední kryt (70) na představec řídicí (2) a poté jej pevně zajistěte šroubem se závitkem Philip (26).

**4. PROVOZ**

**Režimy monitoru**

- Režim vypnutí. Když je monitor vypnutý.
- Aktivní režim. Když je monitor zapnutý a není detekován žádný pohyb. Přístup do aktivního režimu se provádí stisknutím tlačítka monitoru nebo otočením voliče, když je monitor vypnutý. Umožňuje nastavit cílové hodnoty pro záznamy času, kalorií a vzdálenosti.
- Režim pohybu. Přístup do něj je možný, když je v aktivním režimu detekován pohyb nebo je stisknut monitor. Nezáleží na tom, zda byly stanovené cíle tréninku předem, nebo ne. Pokud byla stanovena cílová hodnota pro některý údaj, na monitoru se zobrazí informace o tom, kolik chybí do dosažení cílové hodnoty. Pokud nebyla nastavena žádná cílová hodnota, monitor funguje jako počítadlo.

**Tlačítka monitoru**

**Tlačítko.** Celý monitor je tvořen tlačítkem (Obr. 8). Pokud se stiskne směrem dolů, uvidíte, jak se posouvá. Má řadu funkcí:

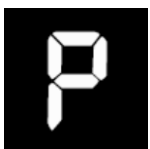
1. Přejech z vypnutého režimu do aktivního režimu jedním stisknutím.
2. Když jsou stanoveny cílové hodnoty vzdálenosti, času a kalorií, jedním stisknutím se přepne do režimu pohybu. Pokud nechcete nastavovat hodnoty, můžete také přepnout do režimu pohybu jedním stisknutím tlačítka.
3. V režimu pohybu jedno stisknutí tlačítka na monitoru se používá k deaktivaci funkce SCAN a k stanovení údajů zobrazených na obrazovce. Každým stisknutím se změní údaje zobrazené na obrazovce.
4. Pokud je monitor stisknutý déle než 2 sekundy, přejde z režimu pohybu do aktivního režimu. Pokud je stisknutý a podržený po dobu 2 sekund v aktivním režimu, naposledy nastavené cílové hodnoty se vymažou.

Volíč. Otočný volíč lze neomezeně otáčet doleva a doprava. Funkce:

1. Pro zapnutí monitoru.
2. V aktivním režimu slouží k nastavení požadované cílové hodnoty, kterou chcete nastavit.
3. V režimu pohybu se používá ke zvýšení nebo snížení úrovně odporu.

Údaje zobrazené na obrazovce monitoru

Č.	Ikona	Popis
1		<b>Tepová frekvence:</b> Zobrazuje tepovou frekvenci v reálném čase, pokud je přijímán pulzní signál, v opačném případě se nezobrazuje žádný údaj.
2		<b>Úroveň odporu:</b> Rozsah nastavení: 1 ~ 24/32 Čím vyšší je úroveň, tím větší je odpor.
3		<b>Snímač</b> Ikona Scan zapnuta: údaje zobrazené na obrazovce se mění každé 3 sekundy. Ikona Scan vypnuta: Zobrazí se pouze data, která jsou na obrazovce nastaveny.
4		<b>Rychlost</b> Rozsah: 0,0 ~ 999,9 km/h

5		<p><b>Čas</b> Rozsah: 00:00 ~ 99:59 Počítadlo se spustí po detekci pohybu nebo po krátkém stisknutí obrazovky. Počítadlo přestane počítat, pokud uplynou více než 4 sekundy bez detekce pohybu.</p>
6		<p><b>Vzdálenost</b> Rozsah zobrazení: 0,0 ~ 999,9 km</p>
7		<p><b>Kalorie</b> Rozsah zobrazení: 0,0 ~ 999,9 kcal Zobrazuje přibližnou hodnotu spálených kalorií, tento údaj je úměrný úrovni odporu: Odpor 1 odpovídá 11,4 kcal/km a odpor 32 odpovídá 44,6 kcal/km.</p>
8		<p><b>Bluetooth</b> Pokud se na obrazovce zobrazí tato ikona, znamená to, že Bluetooth je připojen. Pokud se nezobrazí, Bluetooth není připojen.</p>
9		<p><b>Stanovení cílů</b> <b>Když se zobrazí tato ikona, lze nastavit jeden údaj jako cíl tréninku</b> Pokud je aktivována ikona času, lze nastavit cílový čas (min). Pokud je aktivována ikona vzdálenosti, lze nastavit cílovou vzdálenost (km). Pokud je aktivována ikona kalorií, lze nastavit cílovou hodnotu kalorií (Kcal).</p>

**Stanovení cílů**

Můžete stanovit cílové hodnoty pro parametry Čas, Vzdálenost a Kalorie. Za tímto účelem otáčejte voličem, dokud se nerozsvítí požadovaný parametr.

- Nastavení času: otočením voliče ve směru hodinových ručiček se při každém otočení zvýší o 1 minutu a v opačném případě se sníží o 1 minutu. Nejnižší možný cílový čas je 1 minuta.
- Nastavení vzdálenosti: otočením voliče ve směru hodinových ručiček se vzdálenost zvýší o 0,5 km na jedno otočení, opačně se sníží o 0,5 km. Minimální možná cílová vzdálenost je 0,5 km.

- Nastavení spálených kalorií: otočením voliče ve směru hodinových ručiček se počet zvýší o 1 kcal za každé otočení, v opačném případě se sníží o 1 kcal. Nejnižší možná cílová hodnota je 1 kcal.

Jakmile dosáhnete cílové hodnoty, volič třikrát po sobě zapípá.

Údaje o pohybu se vynulují až po přechodu do pohotovostního režimu.

Podržte monitor stisknutý po dobu 2 sekund pro výstup z režimu pohybu. Když ukončíte režim pohybu, na monitoru se zobrazí naposledy nastavená cílová hodnota. Opětovně stiskněte a podržte monitor po dobu 2 sekund pro vymazání cíle.

**Zobrazení dat na monitoru**

- Ve výchozím nastavení je při každém spuštění tréninku na monitoru aktivována funkce SCAN a zobrazují se různé parametry. Jedním stisknutím tlačítka se deaktivuje funkce SCAN a na monitoru se stanoví tréninkové údaje.
- Pokud snímač tepové frekvence zaznamená signál, zobrazí se počet tepů za minutu v horní části monitoru, přesně tam, kde se zobrazuje úroveň odporu. Tyto 2 parametry se zobrazují střídavě každé 3 sekundy. Pokud není detekován žádný pulzní signál, zobrazí se pouze úroveň odporu. Viz Obr. 9

**Automatické vypnutí:** Po 3 minutách nečinnosti se obrazovka automaticky vypne.

**Automatické zapnutí:** Pokud je detekován pohyb nebo je monitor stisknut či otočen, monitor se automaticky zapne.

**Bluetooth připojení:**

Naskenováním níže uvedeného QR kódu získáte přístup k návodu, ve kterém se vysvětluje, jak spárovat eliptický trenažér DrumFit Elliptical 8000 Motor Pro s aplikací Kinomap:



**5. INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE CVIČENÍ**

Správný trénink by měl sestávat z následujících kroků:

- Zahřátí: skládá se ze série protahovacích a nízko intenzivních cvičení trvajících 5 až 10 minut. Správné zahřátí poskytuje zvýšení tělesné teploty, srdeční frekvence a oběhu, což vám pomůže připravit se na cvičení. Obr. 10
- Trénink: jedná se o sérii cvičení trvajících 20 až 30 minut. (Poznámka: během prvních týdnů cvičení neudržujte vysokou srdeční frekvenci déle než 20 minut). Obr. 11
- Ochlazení: protahujte se po dobu 5 až 10 minut. To zlepší vaši flexibilitu a pomůže zabránit možnému zranění po cvičení. Obr. 10

### Cvičební rutina

Abyste si udrželi nebo zlepšili kondici, provádějte tři tréninky týdně, s minimálním jednodenním odpočinkem mezi tréninky. Po několika měsících cvičení můžete zvýšit počet týdenních tréninků na pět. Pro dosažení co nejlepších výsledků musíte být při cvičení důslední.

## 6. ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA

- Pravidelně promazávejte části, které se během cvičení pohybují, abyste zabránili předčasnému poškození.
- Před použitím zkontrolujte a utáhněte všechny díly. Pokud je některý díl poškozen, okamžitě jej vyměňte a zařízení nepoužívejte, dokud nebude v bezchybném stavu.
- Zařízení lze čistit mírně navlhčeným hadříkem a neabrasivním čisticím prostředkem. Nepoužívejte rozpouštědla.
- Stroj nevystavujte přímému slunečnímu záření, zejména monitor.
- Nepokoušejte se zařízení opravit sami. Pokud máte potíže s montáží, používáním nebo pokud se domníváte, že vám chybí některé díly, obraťte se na svého prodejce nebo na Oficiální technickou asistenční službu společnosti Cecotec.
- Pro přemístění stroje zatáhněte za řídítka směrem dolů, dokud se zadní část trenažéru nezvedne, nebo jej zvedněte uchopením za zadní stabilizátor. Tak můžete trenažér zcela bezpečně přesunout na požadované místo.

Upozornění:

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

### Složení Obr. 12

1. Odstraňte západku (45), zvedněte pravou lištu (3R), jak ukazuje šipka, druhou rukou zvedněte pravý pedál (6R), dokud západka (45) automaticky nezapadne do otvoru, nakonec zašroubujte šroub (15) do pravého pedálu (6R).
2. Pro sklopení levé lišty (3L) postupujte stejným způsobem.

### Rozložení Obr. 13

1. Vytáhněte západku (45), vyšroubujte šroub (18) připevněný k pravému pedálu (6R), jednou rukou přidržejte pravý pedál (6R) a druhou rukou stlačte směrem dolů pravou lištu (3R), dokud západka (45) automaticky nezapadne do otvoru.
2. Stejným způsobem postupujte při rozkládání levé lišty (3L).

## 7. ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Problém	Možné příčiny	Řešení
Stroj se při používání kýve.	Patky nejsou v rovině.	Otáčejte patkami, dokud trenažér nebude nivelizován.
Hlasitý hluk z pohyblivých dílů.	Díly nejsou řádně utaženy.	Utáhněte je.

Pokud žádná z těchto situací neodpovídá vašemu problému, nepokoušejte se stroj rozebírat nebo opravovat sami. Opravy prováděné nezkušenými osobami mohou vést ke zranění nebo vážným poruchám v provozu. obraťte se na Technický servis společnosti Cecotec. Opravu musí provést autorizovaný technik a musí být použity pouze originální náhradní díly.

Vlastní údržba nebo neoprávněná údržba má vliv na bezpečné používání výrobku a na uplatnění záručních podmínek.

## 8. TECHNICKÉ SPECIFIKACE

Reference produktu: 07232

Výrobek: Drumfit Elliptical 8000 Motor Pro

Maximální hmotnost uživatele: 110 kg

Třída HC

Provozní frekvenční pásmo modulu Bluetooth: 2.4 GHz

Maximální výkon vysílaný modulem Bluetooth: 1.45 dBm

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

Vyrobeno 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 přispívá 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 EU PROHLÁŠENÍ O SHODĚ.



Společnost Cecotec Innovaciones tímto prohlašuje, že eliptický trenažér s modelem 07232\_DumFit Elliptical 8000 Motor Pro je v souladu se směrnicí o rádiových zařízeních 2014/53/EU.

Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese:

<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

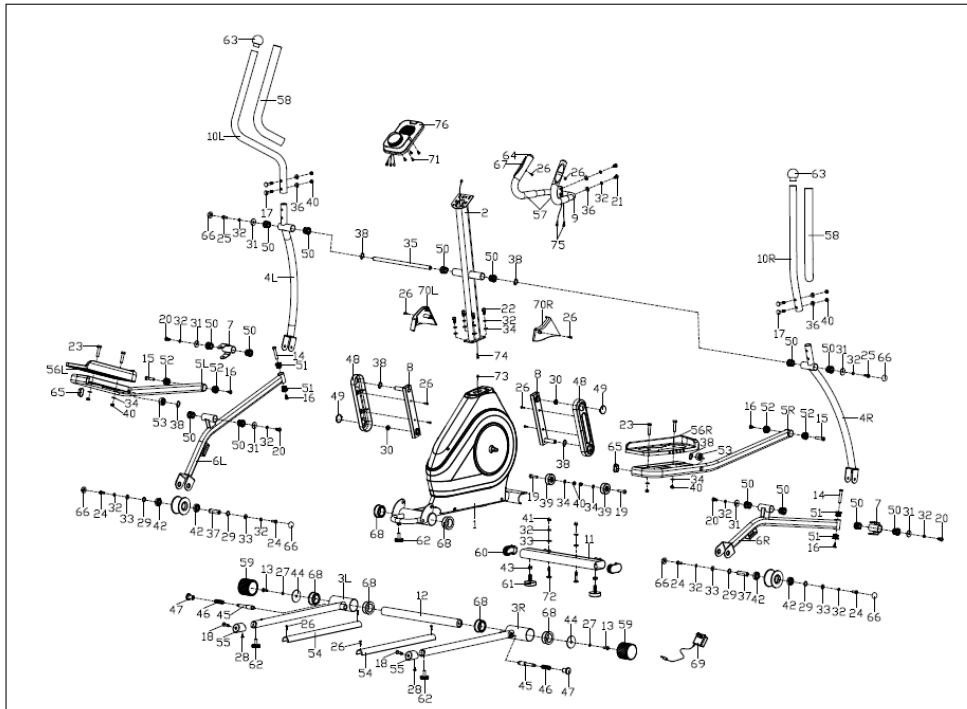


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 1

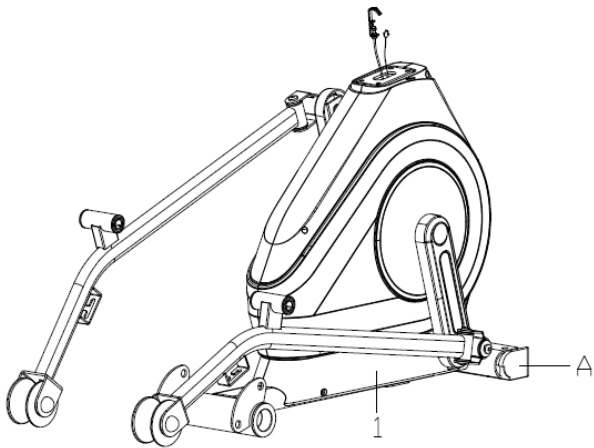


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 2

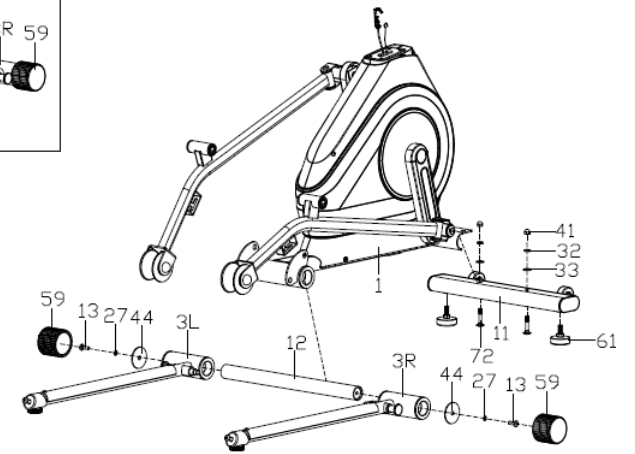
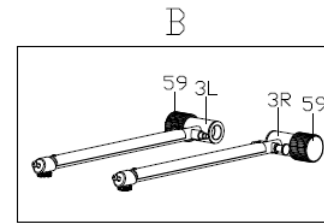


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 3

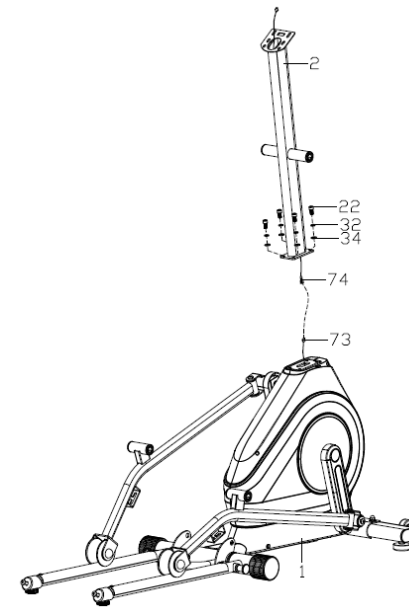


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 4

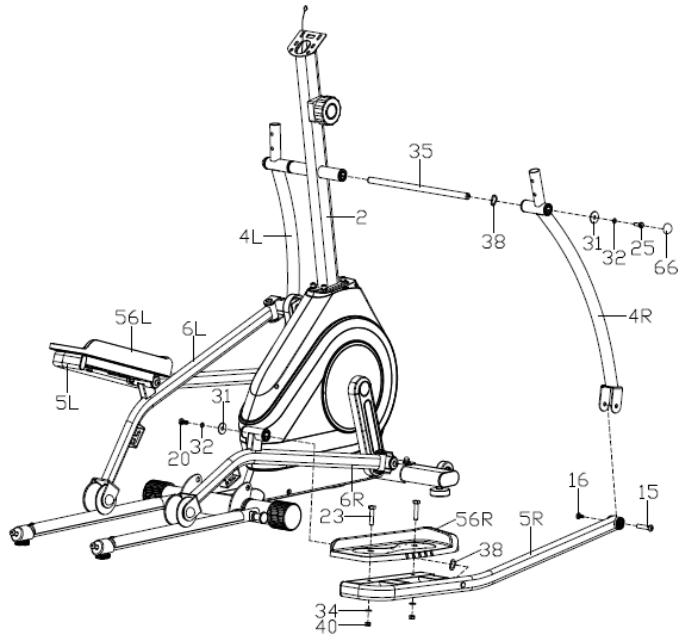


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 5

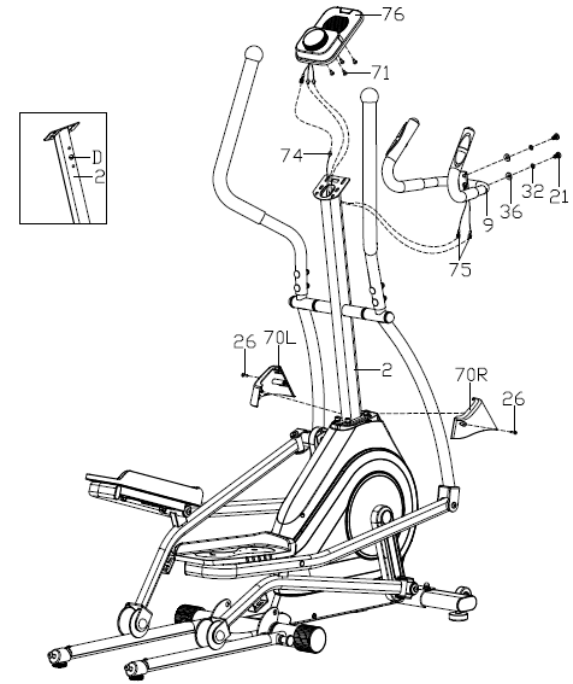


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 7

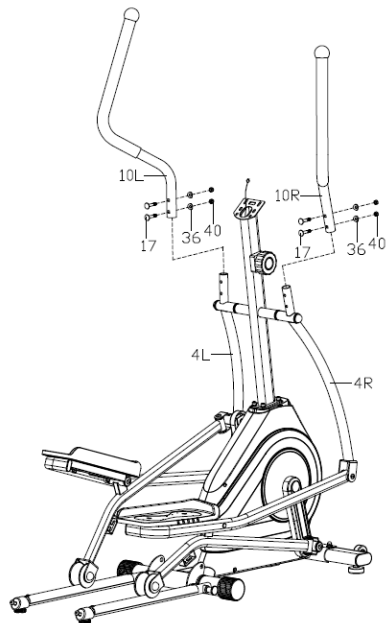


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 6

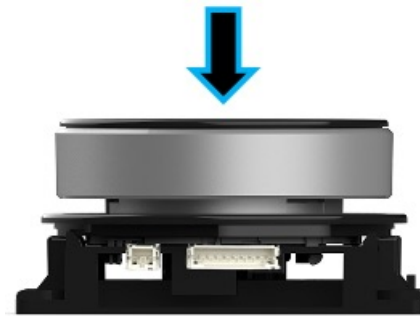


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 8



Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 9



Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 10

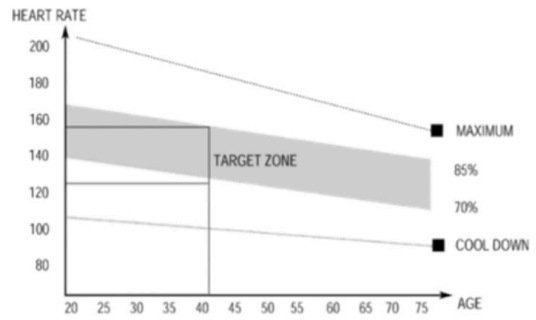


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 11

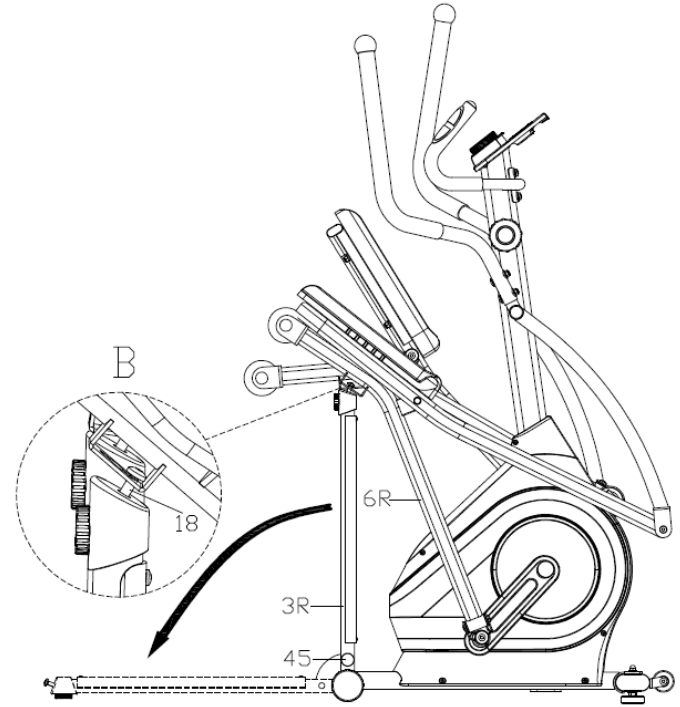


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 13

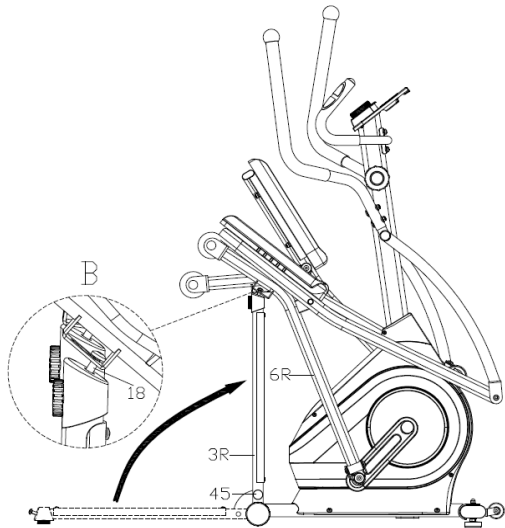


Fig./Img./Abb./Afb./ Rys. 12





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

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