

cecotec

DRUMFIT WOD RIDER 2000 EOLO PRO

Bicicleta de aire / Air bike



Manual de instrucciones
Instruction manual
Manuel d'instructions
Bedienungsanleitung
Manuale di istruzioni
Manual de instruções
Handleiding
Instrukcja obsługi
Návod k použití
Kullanma kılavuzu
Οδηγίες χρήσης
Manual d'instruccions
Használati utasítás

تامانيل عمل ليلد

SAFETY INSTRUCTIONS.....	5
ESPAÑOL.....	76
ENGLISH.....	90
FRANÇAIS.....	103
DEUTSCH.....	117
ITALIANO.....	132
PORTUGUÊS.....	146
NEDERLANDS.....	161
POLSKI.....	175
ČEŠTINA.....	189
MAGYAR.....	202
ΕΛΛΗΝΙΚΑ.....	216
TÜRKÇE.....	230
العربية.....	244
CATALÀ.....	256
FIGURES.....	270

NOTA

EU01_122511 Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

ES • La codificación de este manual es genérica y se aplica a todas las variantes de códigos del aparato.

EN • The coding in this manual is generic and applies to all code variants of the appliance.

FR • Le codage figurant dans ce manuel est générique et s'applique à toutes les variantes de code de l'appareil.

DE • Die Codierung in dieser Bedienungsanleitung ist allgemein und gilt für alle Codevarianten des Geräts.

IT • La codifica riportata nel presente manuale è generica e si applica a tutte le varianti di codici dell'apparecchio.

PT • A codificação apresentada neste manual é genérica e aplica-se a todas as variantes de código do aparelho.

NL • De codering in deze handleiding is algemeen en geldt voor alle codevarianten van het apparaat.

PL • Kody podane w niniejszej instrukcji są ogólne i mają zastosowanie do wszystkich wariantów kodowych urządzenia.

CZ • Kódování obsažené v tomto návodu je generické a platí pro všechny kódové varianty spotřebiče.

TR • Bu kılavuzdaki kodlama geneldir ve cihazın tüm kod varyantları için geçerlidir.

GR • Η κωδικοποίηση σε αυτό το εγχειρίδιο είναι γενική και ισχύει για όλες τις παραλλαγές κώδικα της συσκευής.

CAT • La codificació del manual és genèrica i s'aplica a totes les variants de codis de l'aparell.

HU • Ez a kézikönyv egységes kódolást használ, amely az eszköz minden típusára érvényes

زاهجلا ب ةصاخلا ةيجمر بلا تاميلعتلا تاريختم عيمج بلع قبطنيو أماع ليلدلا • بيرع.

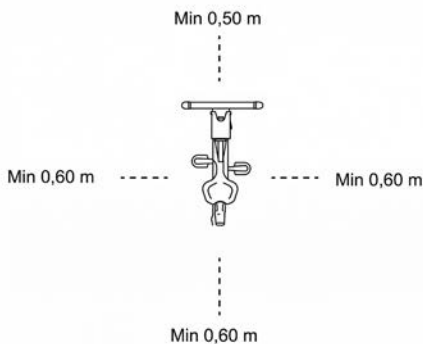
Instrucciones de seguridad

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

- Lea el manual por completo antes de proceder al montaje de la máquina. El producto sólo será seguro si está bien montado y cuidado, y se le da un uso correcto. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios son informados acerca de las precauciones mencionadas en este manual.
- Antes de comenzar una sesión de entrenamiento, es recomendable que consulte con su doctor si padece alguna condición física o de salud adversa que pueda generar algún riesgo para su seguridad, o que dificulte el uso correcto de la bicicleta. Los consejos de su doctor son esenciales si está tomando medicación para la tensión, presión arterial o colesterol.
- Tenga en consideración las indicaciones de su cuerpo. Un ejercicio incorrecto o excesivo podría perjudicar su salud. Pare de hacer ejercicio si siente alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos irregulares, falta de aliento extrema, mareos o náuseas. Si siente cualquiera de estos síntomas, debería contactar con su médico de cabecera antes de continuar con su entrenamiento.
- Este aparato puede ser usado por niños a partir de 8 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, si se les ha dado la supervisión o formación apropiadas respecto al uso del aparato de

una manera segura y comprenden los peligros que implica. Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento a realizar por el usuario no deben ser realizados por niños sin supervisión.

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



- Vista ropa adecuada cuando use la máquina. Evite usar ropa ancha, ya que podría atascarse en la máquina o dificultar el movimiento.
- ADVERTENCIA: este equipo de entrenamiento no es adecuado para propósitos de alta precisión. Este equipo es de clase HC.
- ADVERTENCIA: esta máquina funciona con inercia. Tenga cuidado cuando esté en movimiento y asegúrese de que esté totalmente parada antes de bajarse ya que la inercia del volante y los pedales podría causarle daños a usted o a otras personas.
- Peso máximo del usuario: 135 kg.
- No es recomendable su uso en exteriores.
- Este aparato está diseñado exclusivamente para uso doméstico quedando excluido su uso en bares, restaurantes, granjas, hoteles, moteles y oficinas.
- Este equipo no es apto para usos terapéuticos.
- Tenga cuidado cuando levante o mueva la bicicleta, para no lesionar su espalda.
- ADVERTENCIA: los sensores que indican frecuencia cardíaca pueden ser inexactos dado que no es un

dispositivo médico. Los sensores pueden darle información estimada de su frecuencia cardíaca. Ante cualquier tipo de malestar detenga inmediatamente el ejercicio. Puede ser peligroso para su salud. Si persiste acuda inmediatamente al centro médico más cercano.

- En caso de necesitar alguna reparación, consulte a su distribuidor para más información o póngase en contacto con el Servicio de Atención al Cliente de Cecotec.
- Si alguna de las partes sobresale del aparato, podría interferir con el movimiento del usuario.

Instrucciones sobre las pilas

- No queme ni exponga las pilas a temperaturas altas ya que pueden explotar.
- Las pilas pueden presentar fugas en condiciones extremas. Si las pilas gotean, no toque el líquido. Si el líquido entra en contacto con la piel, lávese inmediatamente con agua y jabón. Si el líquido entra en contacto con los ojos, láveselos de forma inmediata con abundante agua limpia por un mínimo de 10 minutos y busque asistencia médica. Utilice guantes para manejar la pila y deséchela inmediatamente de acuerdo con la normativa local.
- Evite el contacto entre pilas y pequeños objetos metálicos como clips, monedas, llaves, clavos o tornillos.
- No altere las pilas de ninguna forma.
- Las pilas deben retirarse del aparato para el desecho de manera segura del aparato.

- Mantenga fuera del alcance de los niños las pilas que tengan riesgo de ser ingeridas.
- La ingestión de pilas puede provocar quemaduras, perforación de partes blandas y la muerte. Pueden provocar quemaduras graves en las dos horas siguientes a la ingesta.
- En caso de ingerir pilas acuda rápidamente a su centro médico más cercano.
- Los bornes de alimentación de las pilas no deben ser cortocircuitados.
- Si el aparato va a ser almacenado un largo período de tiempo es conveniente retirar las pilas.

Safety instructions

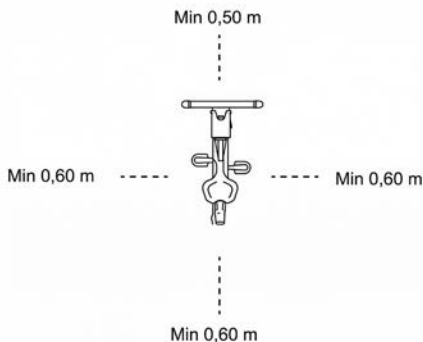
Read the following instructions carefully before using the appliance. Keep this instruction manual for future reference or new users.

- Read the entire manual before assembling and using the machine. The product will only be safe if it is properly assembled, cared for and used correctly. It is your responsibility to make sure every user is informed about the warnings and precautions stated in this instruction manual.
- Before starting a training session, it is recommended that you consult your doctor if you have any adverse health or physical condition that may pose a risk to your safety or make it difficult to use the exercise bike properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.

- Be aware of your body signals. Incorrect or excessive exercise can deteriorate your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, dizziness, or nausea. If you experience any of these conditions, you should consult your doctor before continuing with your training.
- This machine can be used by children aged 8 years and above and persons with reduced physical, sensory, or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning the use of the machine in a safe way and understand the hazards involved. Children must not play with the machine. Cleaning and user maintenance must not be carried out by children without supervision.
- Keep children and animals away from the assembling area, as small parts could cause risk of suffocation if swallowed.
- Keep children and pets away from the machine. Do not allow children to use it and/or play with the machine. It is designed for adults only.
- Use the exercise air bike on a solid, even surface with a protective cover for your floor or carpet.
- Ensure all screws and nuts are properly tightened before using the machine.
- The safety level of the machine can only be ensured through regular examination for damage or signs of wear and tear.
- Use the machine as indicated in this instruction

manual. If you find any defective component while assembling or checking the machine, or if you hear any unusual noise coming from the equipment during use, stop using it. Do not use the equipment until the problem has been solved.

- Make sure you have enough space to lay out the parts before starting. Leave a free space of at least 0.6 m in front of all access areas of the machine in case of emergency. You can share the access areas with other machine nearby. Always ensure there are not any objects blocking the entrance and exit of the machine.



- Wear suitable clothing while using the machine. Avoid wearing loose clothing which may get caught in the equipment.
- **WARNING:** this training machine is not suitable for high-precision purposes. This equipment is HC class.
- **WARNING:** this machine operates by means of a flywheel. Be careful when in motion and ensure that it completely stops before getting down, as the inertia of the flywheel and pedals could cause injury to yourself or others.

- Maximum user weight: 135 kg.
- It is not recommended for outdoor use.
- This machine is designed for domestic use only and is not intended for bars, restaurants, farmhouses, hotels, motels, and offices.
- The machine is not suitable for therapeutic use.
- Care must be taken when lifting or moving the equipment so as not to injure your back.
- **WARNING:** the heart rate sensors may be inaccurate, as it is not a medical device. Sensors can give you estimated heart rate information. If you feel any discomfort, stop exercising immediately. It may be dangerous for your health. If it persists, go immediately to the nearest medical centre.
- If repairs are required, please consult your supplier for further information or contact Cecotec Customer Service.
- If any parts protrude from the machine, they may interfere with the user's movement.

Instructions on batteries

- Do not burn or expose the batteries to high temperatures, as they may explode.
- Leaks from the batteries can occur under extreme conditions. Do not touch any liquid that leaks from the batteries. If the liquid comes into contact with skin, wash immediately with soap and water. If the liquid gets into the eyes, rinse them immediately with clean water for at least 10 minutes and seek medical attention. Wear gloves to handle the battery and

dispose of it immediately in accordance with local regulations.

- Avoid contact between the batteries and small metal objects such as paper clips, coins, keys, nails, or screws.
- Do not tamper with the batteries in any way.
- The batteries must be removed for safe disposal of the machine.
- Keep the batteries out of the reach of children when there is a risk of ingestion.
- Battery ingestion can cause burns, soft-tissue perforation, and death. It can cause severe burns within two hours of the ingestion.
- In case of battery ingestion, please seek medical help immediately.
- The batteries' power supply terminals must not be short-circuited.
- If the machine is to be stored for a long period of time, it is advisable to remove the batteries.

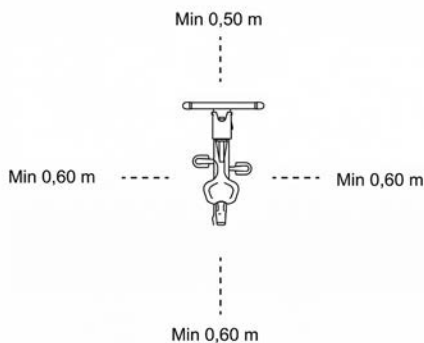
Instructions de sécurité

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

- Veuillez lire le manuel complètement avant de commencer à monter le produit. Le produit ne sera sûr que s'il est correctement assemblé et entretenu, et s'il est utilisé correctement. Il est de votre responsabilité de veiller à ce que tous les utilisateurs soient informés des précautions mentionnées dans ce manuel.

- Avant de commencer une séance d'entraînement, vous devez consulter votre médecin si vous avez une condition physique ou de santé défavorables qui peuvent présenter des risques pour votre sécurité ou qui vous empêchent d'utiliser correctement votre vélo. Les conseils de votre médecin sont essentiels si vous êtes en traitement médicamenteux pour la tension, la pression artérielle ou le cholestérol.
- Veuillez tenir en compte les indications de votre corps. Un entraînement incorrect ou excessif pourrait être nuisible pour votre santé. Arrêtez de réaliser de l'exercice si vous sentez un des symptômes suivants : douleur, oppression dans la poitrine, battements irréguliers, manque de souffle extrême, vertiges ou nausées. Si n'importe lequel des ces symptômes apparaît, vous devez consulter votre médecin avant de continuer votre entraînement.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants de 8 ans et plus et par des personnes aux capacités physiques, mentales ou sensorielles réduites, ou sans expérience ni connaissances s'ils sont surveillés et/ou ont reçu les informations nécessaires à l'utilisation correcte de l'appareil et qu'ils ont bien compris les risques qu'il implique. Empêchez les enfants de jouer avec le produit. Le nettoyage et l'entretien du produit ne peuvent pas être menés à terme par les enfants.
- Maintenez les enfants et les animaux éloignés de la zone de travail, en effet, il existe de petites pièces qui peuvent entraîner des risques d'asphyxie si elles sont avalées.

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



- Habillez-vous d'une manière adéquate lorsque vous utilisez l'appareil. Évitez d'utiliser des vêtements amples, qui risqueraient de se coincer dans l'appareil ou de rendre difficile vos mouvements.
- AVERTISSEMENT : cet appareil d'entraînement n'est pas adapté à des fins de haute précision. Cet équipement est de classe HC.
- AVERTISSEMENT : cette machine fonctionne avec un volant d'inertie. Faites attention lorsque le vélo est en mouvement et assurez-vous qu'il est complètement arrêté avant de descendre, car l'inertie du volant et des pédales pourrait vous blesser ou blesser d'autres personnes.
- Poids maximum de l'utilisateur : 135 kg.
- Il est recommandé de ne pas utiliser cet appareil en extérieur.
- Cet appareil est conçu pour un usage domestique uniquement et ne doit pas être utilisé dans les bars, restaurants, fermes, hôtels, motels et bureaux.
- Cet appareil n'est pas adapté aux usages thérapeutiques.

- Faites attention lorsque vous levez ou déplacez le vélo, pour ne pas blesser votre dos.
- Avertissement : les capteurs qui indiquent la fréquence cardiaque peuvent être inexacts car il ne s'agit pas d'un dispositif médical. Les capteurs peuvent vous donner des informations sur la fréquence cardiaque. Si vous ressentez un mal-être, arrêtez de vous entraîner immédiatement. Cela peut être dangereux pour la santé. Si cela persiste, consultez immédiatement votre médecin.
- Dans le cas où l'appareil aurait besoin d'une réparation, consultez votre distributeur pour une meilleure information ou contactez le Service Après-Vente de Cecotec.
- Si une pièce dépasse de l'appareil, elle peut entraver le mouvement de l'utilisateur.

Instructions pour les piles

- Ne brûlez ni n'exposez les piles à des températures élevées, car elles pourraient exploser.
- Les piles peuvent présenter des fuites dans des conditions extrêmes. Si les piles gouttent, ne touchez pas le liquide. Si le liquide entre en contact avec la peau, lavez-la immédiatement avec de l'eau et du savon. Si le liquide entre en contact avec les yeux, lavez-les immédiatement avec de l'eau propre en abondance pendant 10 minutes minimum puis consultez votre médecin. Utilisez des gants pour manipuler la batterie et jetez-la immédiatement selon les normes locales.

- Évitez le contact entre les piles et les petits objets métalliques comme des trombones, pièces, clés, vis ou clous.
- Ne modifiez pas les piles de quelque manière que ce soit.
- Les piles doivent être retirées pour être éliminées en toute sécurité.
- Maintenez les piles hors de portée des enfants, car elles risquent d'être avalées.
- L'ingestion des piles peut provoquer des brûlures, la perforation des tissus mous et même la mort. L'ingestion de la batterie peut causer de graves brûlures dans les deux heures suivant l'ingestion.
- En cas d'ingestion de piles, consultez immédiatement un médecin.
- Les bornes d'alimentation des piles ne doivent pas être court-circuitées.
- Si l'appareil doit être stocké pendant une longue période, il est conseillé de retirer les piles.

Sicherheitshinweise

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

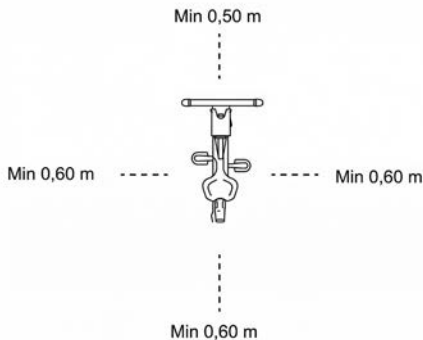
- Lesen Sie die Bedienungsanleitung vollständig durch, bevor Sie das Gerät zusammenbauen. Das Gerät ist nur dann sicher, wenn es ordnungsgemäß montiert, gepflegt und verwendet wird. Es liegt in Ihrer Verantwortung, sicherzustellen, dass alle Benutzer

über die in dieser Bedienungsanleitung erwähnten Vorsichtsmaßnahmen informiert sind.

- Bevor Sie mit Ihr Training beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, wenn Sie gesundheitliche oder körperliche Beeinträchtigungen haben, die Ihre Sicherheit gefährden oder es Ihnen erschweren könnten, Ihr Heimtrainer richtig zu benutzen. Die Ratschläge Ihres Arztes sind unerlässlich, wenn Sie Medikamente gegen Blutdruck oder Cholesterin einnehmen.
- Berücksichtigen Sie die Warnungen Ihres Körpers. Falsche oder übermäßige Bewegung könnten Ihrer Gesundheit schaden. Beenden Sie das Training, wenn Sie eines der folgenden Symptome verspüren: Schmerzen, Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Schwindel oder Übelkeit. Wenn bei Ihnen eines dieser Symptome auftritt, sollten Sie Ihren Hausarzt kontaktieren, bevor Sie Ihr Training fortsetzen.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Geräts unterwiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstehen. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die Reinigung und Wartung durch den Benutzer darf nicht von unbeaufsichtigten Kindern durchgeführt werden.
- Halten Sie Kinder und Tiere vom Montagebereich fern,

da es kleine Teile gibt, wenn Sie sie Verschlucken eine Erstickungsgefahr darstellen könnten.

- Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Erlauben Sie Kindern nicht, das Gerät zu benutzen und/oder damit zu spielen. Es ist nur für Erwachsene Personen vorgesehen.
- Benutzen Sie das Air Bike auf einer festen, ebenen Fläche mit einem schützenden Bodenbelag oder Teppich.
- Stellen Sie sicher, dass die Schrauben und Muttern fest angezogen sind, bevor Sie die Maschine benutzen.
- Die Sicherheit Ihres Geräts kann nur durch eine regelmäßige Abnutzt-/ Schadenüberprüfung gewährleistet werden.
- Benutzen Sie das Gerät wie in der Gebrauchsanweisung beschrieben. Wenn Sie bei der Verwendung des Geräts defekte Teile finden oder während der Benutzung ungewöhnliche Geräusche abgibt, hören Sie auf, es zu benutzen. Verwenden Sie es nicht, bis das Problem gelöst ist.
- Stellen Sie sicher, dass Sie genügend Platz haben, um die Teile einzubauen, bevor Sie beginnen. In den Zugangsbereichen des Geräts ist ein Freiraum von mindestens 0,6 m für Notfälle vorzusehen. Wenn Sie mehrere Heimtrainer in der Nähe haben, können Sie die Zugangsbereiche gemeinsam nutzen. Achten Sie immer darauf, dass keine Gegenstände den Ein- und Ausstieg des Geräts behindern.



- Tragen Sie angemessene Kleidung, wenn Sie das Gerät benutzen. Vermeiden Sie weite Kleidung, die auf dem Gerät stecken bleiben oder die Bewegung erschweren könnte.
- HINWEIS: Dieses Trainingsgerät ist nicht für hochpräzise Zwecke geeignet. Dieses Gerät gehört zur Klasse HC.
- WARNUNG: Diese Maschine arbeitet mit Trägheit. Seien Sie während der Fahrt vorsichtig und vergewissern Sie sich, dass Sie zum Stillstand gekommen sind, bevor Sie aussteigen, da die Trägheit des Lenkrads und der Pedale zu Verletzungen bei Ihnen oder anderen führen kann.
- Max. Tragbarkeit: 135 kg.
- Es wird nicht für den Außeneinsatz empfohlen.
- Dieses Gerät ist ausschließlich für den Hausgebrauch konzipiert und ist nicht für die Verwendung in Bars, Restaurants, Bauernhöfen, Hotels, Motels oder Büros bestimmt.
- Dieses Gerät darf nicht für therapeutische Anwendungen verwendet werden.

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

Hinweise zu Batterien/Akkus

- Batterien/Akkus nicht verbrennen oder hohen Temperaturen aussetzen, da sie explodieren können.
- Batterien/Akkus können unter extremen Bedingungen undicht werden. Wenn die Batterien auslaufen, berühren Sie die Flüssigkeit nicht. Wenn die Flüssigkeit mit der Haut in Berührung kommt, waschen Sie sich sofort mit Wasser und Seife. Falls die Flüssigkeit in Kontakt mit den Augen kommt, waschen Sie sich die Augen während mindestens 10 Minuten und suchen Sie sich ärztliche Hilfe auf. Tragen Sie beim Umgang mit dem Batterie/Akku Handschuhe und entsorgen Sie ihn umgehend gemäß den örtlichen Vorschriften.
- Vermeiden Sie den Kontakt zwischen Batterien/Akkus

und kleinen Metallgegenständen wie Büroklammern, Münzen, Schlüsseln, Nägeln oder Schrauben.

- Die Batterien/Akkus dürfen in keiner Weise verändert werden.
- Die Batterien müssen zur sicheren Entsorgung aus dem Gerät entfernt werden.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren Batterien/Akkus, die verschluckt werden können.
- Das Verschlucken von Batterien/Akkus kann zu Verbrennungen, Weichteilperforation und Tod führen. Kann innerhalb von zwei Stunden nach Verschlucken schwere Verbrennungen verursachen.
- Wenn Batterien/ Akkus verschluckt werden, sofort einen Arzt aufsuchen.
- Die Stromversorgungsklemmen der Batterien und die Batterien dürfen nicht kurzgeschlossen werden.
- Wenn das Gerät über einen längeren Zeitraum gelagert werden soll, ist es ratsam, Batterien zu entfernen.

Istruzioni di sicurezza

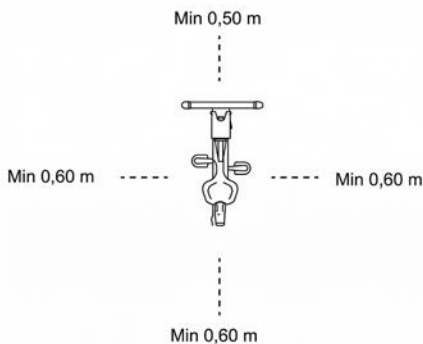
Leggere attentamente le seguenti istruzioni prima di usare l'apparecchio. Conservare questo manuale per consultazioni future o nuovi utenti.

- Leggere il manuale completamente prima di procedere al montaggio dell'apparecchio. L'apparecchio è sicuro solo se montato e usato correttamente. È propria responsabilità assicurarsi che tutti gli utenti siano informati riguardo quanto riportato nel presente manuale di istruzioni.
- Prima di iniziare un programma di allenamento, si consiglia di consultare il proprio medico in caso si

soffra di una condizione fisica o di salute avversa che possa causare rischi per la sicurezza o che renda difficile l'uso 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 nausea. Se si avverte uno di questi sintomi, contattare il proprio medico prima di continuare con l'allenamento.
- Questo apparecchio può essere usato da bambini a partire da 8 anni e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, a condizione che siano supervisionati o istruiti sull'uso dell'apparecchio in modo sicuro e che comprendano i pericoli connessi. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. La pulizia e la manutenzione non devono essere effettuate da bambini non sorvegliati.
- Tenere i bambini e gli animali lontani dall'area di montaggio, poiché l'apparecchio si compone di piccole parti che potrebbero causare soffocamento se inghiottite.
- Tenere i bambini e gli animali lontani dall'apparecchio. Non permettere ai bambini di usare e/o giocare con l'apparecchio. È stata progettata esclusivamente per adulti.

- Usare la airbike su una superficie solida e piana, con una protezione per pavimenti e tappeti.
- Prima dell'uso, controllare che tutte le viti e i dadi siano ben serrati.
- Il livello di sicurezza dell'apparecchio può essere garantito solo attraverso un controllo regolare dei danni o dei segni di usura.
- Usare l'apparecchio come viene indicato in questo manuale di istruzioni. Se qualche pezzo risulta difettoso durante il montaggio o la prova dell'apparecchio, o se questo emette un rumore inusuale durante l'uso, smettere di usarlo. Non utilizzare la airbike finché il problema non è stato risolto.
- Verificare di avere sufficiente spazio per collocare le parti prima di iniziare. Lasciare almeno 60 cm di spazio nelle zone di accesso all'apparecchio in caso di emergenza. Se desiderato, è possibile condividere gli spazi di accesso con altre attrezzature nelle immediate vicinanze. Assicurarsi sempre di non avere oggetti che ostruiscano il passaggio per salire o scendere dall'apparecchio.



- Indossare un abbigliamento adeguato quando si usa l'apparecchio. Evitare di indossare indumenti larghi, poiché possono impigliarsi nell'apparecchio o rendere difficile il movimento.
- **ATTENZIONE:** questa attrezzatura da allenamento non è adatta per scopi di alta precisione. Questo apparecchio è di classe HC.
- **ATTENZIONE:** questo apparecchio funziona ad inerzia. Fare attenzione quando si è in movimento e assicurarsi che l'airbike sia completamente ferma prima di scendere, poiché l'inerzia del volano a ventola e dei pedali potrebbe causare lesioni a se stessi o ad altri.
- Peso massimo dell'utente: 135 kg.
- L'uso all'aperto non è raccomandato.
- Questo apparecchio è stato progettato solo per uso domestico e non può essere utilizzato in bar, ristoranti, aziende agricole, alberghi, motel e uffici.
- Questa attrezzatura non è adatta all'uso terapeutico.
- Fare attenzione quando si solleva o si sposta la airbike per evitare lesioni alla schiena.
- **ATTENZIONE:** i sensori d'indicazione della frequenza

cardiaca possono essere imprecisi, in quanto non si tratta di un dispositivo medico. I sensori possono dare una stima della frequenza cardiaca. Se si avverte qualsiasi tipo di disagio, smettere immediatamente di allenarsi. Può essere pericoloso per la salute. Se persiste, recarsi immediatamente al centro medico più vicino.

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

Istruzioni relative all'uso delle pile

- Non bruciare o esporre le pile ad alte temperature, poiché potrebbero esplodere.
- Le pile possono presentare fughe in condizioni estreme. Se le pile perdono, non toccare il liquido. Se il liquido entra in contatto con la pelle, lavare immediatamente con acqua e sapone. Se il liquido entra in contatto con gli occhi, sciacquare immediatamente gli occhi con abbondante acqua pulita per almeno 10 minuti e consultare un medico. Utilizzare dei guanti per maneggiare le pile e smaltirle immediatamente secondo la normativa locale.
- Evitare il contatto tra le pile e piccoli oggetti metallici come graffette, monete, chiavi, chiodi o viti.
- Non manomettere in alcun modo le pile.
- Le pile devono essere rimosse dall'apparecchio per uno smaltimento sicuro dello stesso.

- Tenere le pile facilmente ingeribili fuori dalla portata dei bambini.
- L'ingestione di pile può causare ustioni, perforazione dei tessuti molli e morte. Possono causare gravi ustioni entro due ore dall'ingestione.
- In caso di ingestione delle pile, dirigersi immediatamente al centro medico più vicino.
- Non cortocircuitare i poli delle pile.
- È consigliabile rimuovere le pile se non si intende utilizzare l'apparecchio per un lungo periodo di tempo.

Instruções de segurança

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

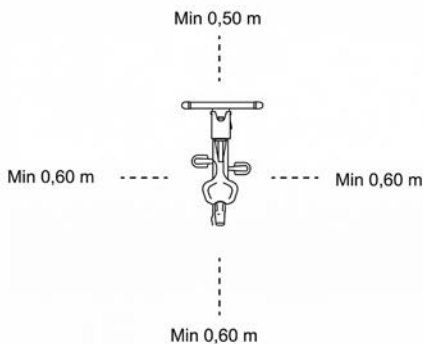
- Leia completamente o manual antes de montar a máquina. O aparelho só será seguro se for devidamente montado e cuidado, e se lhe for dada uma utilização adequada. É da sua responsabilidade assegurar que todos os utilizadores sejam informados sobre as precauções mencionadas neste manual.
- Antes de iniciar uma sessão de treino, deve consultar o seu médico se tiver qualquer condição física ou de saúde adversa que possa constituir um risco para a sua segurança ou dificultar a utilização correta da sua bicicleta. O conselho do seu médico é essencial se estiver a tomar medicamentos para a tensão arterial ou para o colesterol.
- Tenha em consideração as indicações do seu corpo. O exercício incorreto ou excessivo pode prejudicar a sua saúde. Pare de fazer exercício se sentir algum dos

seguintes sintomas: dor, opressão no peito, batimento cardíaco irregular, extrema falta de ar, tonturas, ou náuseas. Se sentir algum destes sintomas, deve contactar o seu médico de família antes de continuar o seu treino.

- Este aparelho pode ser utilizado por crianças a partir dos 8 anos de idade e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou com falta de experiência e conhecimentos, se lhes tiver sido dada supervisão ou instruções relativas à utilização do aparelho de uma forma segura e compreenderem os perigos envolvidos. Não permita que as crianças brinquem com o aparelho. A limpeza e manutenção do aparelho não devem ser efetuadas por crianças sem supervisão.
- Mantenha crianças e animais afastados da área de trabalho, uma vez que existem pequenas peças que podem causar um risco de asfixia se ingeridas.
- Mantenha as crianças e os animais longe da máquina. Não permita que as crianças usem e brinquem com a máquina. Foi concebida apenas para adultos.
- Utilize a bicicleta de ar sobre uma superfície sólida e plana com uma cobertura protetora para o chão ou um tapete.
- Certifique-se de que os parafusos e porcas estão bem apertados antes de utilizar a máquina.
- O nível de segurança do seu equipamento só pode ser garantido através de uma inspeção regular por danos ou sinais de desgaste.
- Use a máquina como indicado no manual de

instruções. Se encontrar quaisquer peças defeituosas ao subir ou ao testar a máquina, ou se esta emitir um ruído invulgar durante a sua utilização, pare de a utilizar. Não a utilize até que o problema esteja resolvido.

- Certifique-se de que tem espaço suficiente para colocar as peças antes de começar. Deixe pelo menos 0,6 m de espaço nas áreas de acesso à máquina para casos de emergência. Pode partilhar espaços de acesso se tiver mais máquinas nas proximidades. Certifique-se sempre de que não haja objetos a obstruir a entrada nem a saída da sua máquina.



- Use roupa apropriada quando use a máquina. Evite usar roupas largas, que possam ficar presas na bicicleta ou dificultar o movimento.
- AVISO: este equipamento de formação não é adequado para fins de alta precisão. Este equipamento é de classe HC.
- ATENÇÃO: esta máquina funciona com inércia. Tenha cuidado quando estiver em movimento e certifique-se de que a bicicleta esteja completamente parada antes

de sair, pois a inércia do volante e dos pedais pode causar ferimentos a si próprio ou aos outros.

- Peso máximo do utilizador: 135 kg
- Não é recomendada para utilização no exterior.
- Este aparelho foi concebido apenas para uso doméstico e não se destina a ser utilizado em bares, restaurantes, quintas, hotéis, motéis e escritórios.
- Este aparelho não é adequado para fins terapêuticos.
- Tenha cuidado ao levantar ou mover a bicicleta, para não magoar as costas.
- ADVERTÊNCIA: os sensores que indicam o ritmo cardíaco podem ser imprecisos, não é um dispositivo médico. Os sensores podem dar-lhe informação estimada do ritmo cardíaco. Se sentir algum desconforto, pare imediatamente de fazer exercício. Pode ser perigoso para a sua saúde. Se persistir, dirija-se imediatamente ao centro médico mais próximo.
- No caso de precisar reparações, consulte o seu distribuidor para mais informações ou contacte o Serviço de Atendimento ao Consumidor da Cecotec.
- Se quaisquer peças sobressaírem da passadeira, podem interferir com o movimento do utilizador.

Instruções sobre as pilhas

- Não a queime nem a exponha a temperaturas altas, pois podem explodir.
- As pilhas podem apresentar fugas em condições extremas. Se as pilhas deitarem gotas, não toque no líquido. Se o líquido entrar em contacto com a pele,

lave-se imediatamente com água e sabão. Se o líquido entrar em contacto com os olhos, lave imediatamente com água abundante durante no mínimo 10 minutos e procure assistência médica. Utilize luvas para manejar a pilha e deite-a fora imediatamente de acordo com a normativa local.

- Evite o contacto entre as pilhas e os pequenos objetos metálicos como cliques, moedas, chaves, parafusos ou pregos.
- Não altere as pilhas de forma alguma.
- As pilhas devem ser removidas do aparelho para uma eliminação segura.
- Mantenha as pilhas que possam ser engolidas fora do alcance das crianças.
- Engolir as pilhas pode causar queimaduras, perfuração de tecido mole e morte. Pode causar queimaduras graves nas duas horas seguintes à sua ingestão.
- Se as pilhas forem engolidas, procure prontamente cuidados médicos nas instalações médicas mais próximas.
- Os terminais de alimentação das pilhas não devem estar em curto-circuito.
- Se o dispositivo tiver de ser armazenado por um longo período de tempo, é aconselhável remover as pilhas.

Veiligheidsinstructies

Lees zorgvuldig de voorschriften voor het gebruik van het product. Bewaar deze handleiding voor toekomstig(e) gebruik of gebruikers.

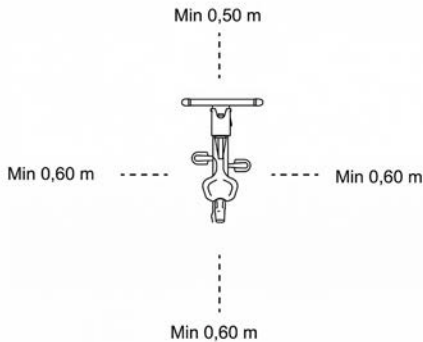
- Lees de hele handleiding voordat u het apparaat in elkaar zet. Het product is alleen veilig als het op de

juiste manier wordt gemonteerd, onderhouden en gebruikt. Het is uw verantwoordelijkheid ervoor te zorgen dat alle gebruikers op de hoogte zijn van de voorzorgsmaatregelen die in deze handleiding worden genoemd.

- Voordat u met een training begint, is het raadzaam uw arts te raadplegen als u een ongunstige gezondheidstoestand of lichamelijke gesteldheid hebt die een veiligheidsrisico kan vormen of het moeilijk kan maken de hometrainer op de juiste manier te gebruiken. Als u medicijnen neemt tegen bloeddruk, hoge bloeddruk of cholesterol, is het advies van uw arts essentieel.
- Houd rekening met de aanwijzingen van uw lichaam. Onjuiste of overmatige lichaamsbeweging kan uw gezondheid schaden. Stop met trainen als u een van de volgende symptomen voelt: pijn, benauwdheid, pijn op de borst, onregelmatige hartslag, extreme kortademigheid, duizeligheid of misselijkheid. Als u een van deze symptomen ervaart, moet u contact opnemen met uw huisarts voordat u verder gaat met het trainingsprogramma.
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen vanaf 8 jaar en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens of met gebrek aan ervaring en kennis, indien zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het veilig gebruik van het apparaat en de gevaren ervan begrijpen. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet zonder

toezicht door kinderen worden uitgevoerd.

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



- Draag gepaste kleding tijdens het gebruik van het apparaat. Draag geen wijde kleding, want die kan in het apparaat blijven haken of het bewegen bemoeilijken.
- **WAARSCHUWING:** Deze trainingsapparatuur is niet geschikt voor zeer nauwkeurige doeleinden. Deze uitrusting is klasse HC.
- **WAARSCHUWING:** deze machine werkt met traagheid. Wees voorzichtig wanneer u in beweging bent en zorg ervoor dat u volledig tot stilstand bent gekomen voordat u uitstapt, aangezien de traagheid van het stuur en de pedalen uzelf of anderen kunnen verwonden.
- Maximaal gebruikersgewicht: 135 kg
- Niet aanbevolen voor gebruik buitenshuis.
- Dit apparaat is uitsluitend bestemd voor huishoudelijk gebruik en is niet bestemd voor gebruik in bars, restaurants, boerderijen, hotels, motels en kantoren.
- Deze apparatuur is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Wees voorzichtig als u de hometrainer optilt of verplaatst, zodat u uw rug niet bezeert.

- **WAARSCHUWING:** sensoren die de hartslag aangeven kunnen onnauwkeurig zijn, aangezien het geen medisch toestel is. Sensoren kunnen u geschatte hartslaginformatie geven. Als u zich ongemakkelijk voelt, stop dan onmiddellijk met trainen. Het kan gevaarlijk zijn voor uw gezondheid. Als het aanhoudt, ga dan onmiddellijk naar het dichtstbijzijnde medisch centrum.
- Als het apparaat een reparatie nodig heeft, raadpleeg dan uw distributeur voor meer informatie of neem contact op met de klantenservice van Cecotec.
- Als er onderdelen uit het toestel steken, kunnen deze de gebruiker hinderen bij het bewegen.

Instructies over de batterijen

- Verbrand de batterijen niet en stel ze niet bloot aan hoge temperaturen omdat ze kunnen exploderen.
- Batterijen kunnen lekken onder extreme omstandigheden. Raak niet de vloeistof aan als de batterij lekt. Indien de vloeistof van een accu in contact komt met uw huid, spoel dan uw huid onmiddellijk met water en zeep. Als de vloeistof in contact komt met uw ogen, spoel dan onmiddellijk uw ogen grondig met schoon water voor minstens 10 minuten en zoek medische hulp. Gebruik handschoenen om de batterij vast te pakken en gooi ze onmiddellijk weg overeenkomstig de lokale wetgeving.
- Vermijd dat de accu of batterijen in contact komt met kleine metalen objecten zoals paperclips, munten, sleutels, spijkers of schroeven.

- Knoei niet met batterijen of accu's op welke manier dan ook.
- De batterijen moeten uit het apparaat worden verwijderd om het apparaat veilig te kunnen verwijderen.
- Houd batterijen en accu's die kunnen worden ingeslikt buiten het bereik van kinderen.
- Het inslikken van de batterij kan brandwonden, perforatie van weke delen en de dood tot gevolg hebben. Kan ernstige brandwonden veroorzaken binnen twee uur na inname.
- Als de batterij wordt ingeslikt, moet onmiddellijk medische hulp worden ingeroepen.
- De accuklemmen mogen niet worden kortgesloten.
- Als het apparaat voor langere tijd moet worden opgeborgen, is het raadzaam de accu en batterijen te verwijderen.

Instrukcje bezpieczeństwa

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

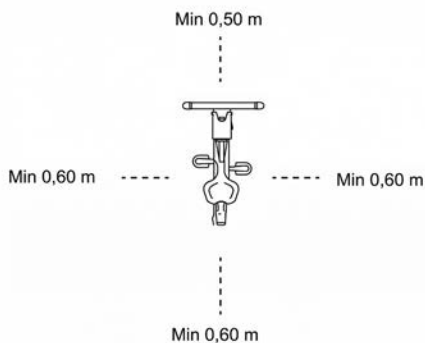
- Przed montażem urządzenia należy przeczytać całą instrukcję obsługi. Produkt będzie bezpieczny tylko wtedy, gdy zostanie prawidłowo zmontowany, będzie odpowiednio konserwowany i prawidłowo użytkowany. Obowiązkiem użytkownika jest poinformowanie wszystkich użytkowników o środkach ostrożności opisanych w niniejszej instrukcji.
- Przed rozpoczęciem treningu zaleca się konsultację z

lekarzem, jeśli występują jakiegokolwiek schorzenia fizyczne lub zdrowotne, które mogą zagrażać Twojemu bezpieczeństwu lub utrudniać prawidłowe korzystanie z roweru. Zalecenia lekarskie są niezbędne, jeśli przyjmujesz leki na nadciśnienie tętnicze, nadciśnienie tętnicze lub cholesterol.

- Słuchaj swojego ciała. Nieprawidłowy lub nadmierny wysiłek fizyczny może zaszkodzić Twojemu zdrowiu. Przerwij ćwiczenia, jeśli wystąpi którykolwiek z następujących objawów: ból, ucisk w klatce piersiowej, nieregularne bicie serca, skrajna duszność, zawroty głowy lub nudności. Jeśli wystąpi którykolwiek z tych objawów, skontaktuj się z lekarzem przed kontynuowaniem treningu.
- To urządzenie może być używane przez dzieci w wieku 8 lat i starsze oraz osoby o ograniczonej sprawności fizycznej, sensorycznej lub umysłowej, a także osoby nieposiadające odpowiedniego doświadczenia i wiedzy, pod warunkiem zapewnienia im odpowiedniego nadzoru lub poinstruowania ich w zakresie bezpiecznego użytkowania urządzenia oraz zrozumienia związanych z tym zagrożeń. Dzieci nie powinny bawić się urządzeniem. Czyszczenia i konserwacji, które powinien wykonywać użytkownik, nie powinny wykonywać dzieci bez nadzoru.
- Trzymaj dzieci i zwierzęta z dala od miejsca montażu, ponieważ znajdują się tam małe części, które w przypadku potknięcia mogą spowodować niebezpieczeństwo zadławienia.
- Trzymaj dzieci i zwierzęta domowe z dala od

urządzenia. Nie pozwalaj dzieciom korzystać z urządzenia ani się nim bawić. Urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku osób dorosłych.

- Używaj roweru powietrznego na stabilnej, płaskiej powierzchni, przykrytej ochronną osłoną podłogową lub dywanem.
- Przed użyciem urządzenia należy upewnić się, że śruby i nakrętki są odpowiednio dokręcone.
- Bezpieczeństwo maszyny można zagwarantować wyłącznie poprzez okresowe sprawdzanie jej pod kątem uszkodzeń i śladów zużycia.
- Używaj urządzenia zgodnie z instrukcją obsługi. Jeśli podczas montażu lub testowania urządzenia odkryjesz jakiegokolwiek uszkodzone części lub jeśli urządzenie wydaje nietypowe dźwięki, przerwij jego używanie. Nie używaj go, dopóki problem nie zostanie rozwiązany.
- Przed rozpoczęciem upewnij się, że masz wystarczająco dużo miejsca na umieszczenie części. Zachowaj co najmniej 0,6 m wolnej przestrzeni w strefie dostępu do maszyny na wypadek sytuacji awaryjnych. Możesz dzielić się strefą dostępu, jeśli w pobliżu znajduje się inny sprzęt. Zawsze upewnij się, że żadne przedmioty nie utrudniają wejścia i wyjścia z maszyny.



- Podczas korzystania z urządzenia należy nosić odpowiednią odzież. Unikaj noszenia luźnych ubrań, ponieważ mogą one zostać wciągnięte przez urządzenie lub ograniczać ruchy.
- OSTRZEŻENIE: Ten sprzęt treningowy nie nadaje się do celów wymagających wysokiej precyzji. Sprzęt jest klasy HC.
- OSTRZEŻENIE: Ta maszyna działa na zasadzie bezwładności. Zachowaj ostrożność podczas jazdy i upewnij się, że całkowicie się zatrzymała przed zejściem, ponieważ bezwładność kierownicy i pedałów może spowodować obrażenia u Ciebie lub innych osób.
- Maksymalna waga użytkownika: 135 kg.
- Nie zaleca się stosowania na zewnątrz.
- To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do użytku domowego i nie nadaje się do stosowania w barach, restauracjach, gospodarstwach rolnych, hotelach, motelach i biurach.
- Sprzęt ten nie nadaje się do użytku terapeutycznego.
- Podczas podnoszenia i przenoszenia roweru należy zachować ostrożność, aby nie uszkodzić sobie pleców.

- **OSTRZEŻENIE:** Czujniki tętna mogą być niedokładne, ponieważ urządzenie nie jest urządzeniem medycznym. Czujniki dostarczają jedynie szacunkowe tętno. W przypadku wystąpienia jakiegokolwiek dyskomfortu należy natychmiast przerwać ćwiczenia. Może to być niebezpieczne dla zdrowia. Jeśli dyskomfort nie ustąpi, należy natychmiast zwrócić się o pomoc lekarską do najbliższej placówki medycznej.
- Jeśli konieczna jest naprawa, skontaktuj się z dystrybutorem w celu uzyskania dalszych informacji lub skontaktuj się z działem obsługi klienta Cecotec.
- Jeśli jakakolwiek część wystaje z urządzenia, może to utrudniać poruszanie się użytkownika.

Instrukcje dotyczące baterii

- Nie spalaj baterii ani nie wystawiaj ich na działanie wysokich temperatur, ponieważ mogą eksplodować.
- Baterie mogą przeciekać w ekstremalnych warunkach. W przypadku wycieku z baterii, nie należy dotykać płynu. W przypadku kontaktu płynu ze skórą, należy natychmiast przemyć ją wodą z mydłem. W przypadku kontaktu płynu z oczami, należy natychmiast przepłukać je dużą ilością czystej wody przez co najmniej 10 minut i zasięgnąć porady lekarza. Podczas obsługi baterii należy nosić rękawice i natychmiast ją zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami.
- Unikaj kontaktu baterii z małymi przedmiotami metalowymi, takimi jak spinacze do papieru, monety, klucze, gwoździe lub śruby.
- Nie należy w żaden sposób modyfikować baterii.

- Aby bezpečne pozbyť sa urządzenia, należy wyjąć z niego baterie.
- Baterie, które mogą zostać potknięte, należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- Potknięcie baterii może spowodować oparzenia, perforację tkanek miękkich i śmierć. Mogą one spowodować poważne oparzenia w ciągu dwóch godzin od potknięcia.
- W przypadku potknięcia baterii należy natychmiast udać się do najbliższego ośrodka zdrowia.
- Zacisków zasilania akumulatora nie wolno zwierać.
- Jeżeli urządzenie będzie przechowywane przez dłuższy okres czasu, zaleca się wyjęcie baterii.

Bezpečnostní pokyny

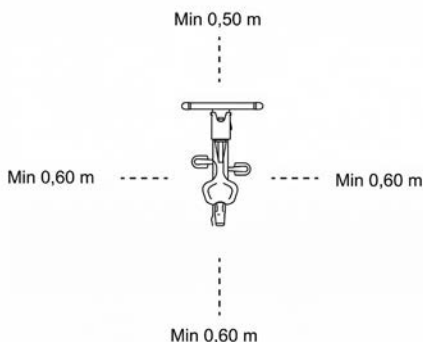
Před použitím výrobku si pečlivě přečtěte následující pokyny. Uschovejte si tento návod k obsluze pro budoucí použití nebo pro nové uživatele.

- Před sestavením stroje si přečtěte celý návod k obsluze. Výrobek bude bezpečný pouze tehdy, bude-li správně sestaven, o něj bude správně pečováno a používán. Je vaší odpovědností zajistit, aby všichni uživatelé byli informováni o bezpečnostních opatřeních uvedených v tomto návodu k obsluze.
- Před zahájením tréninku je vhodné poradit se s lékařem, pokud máte nějaké fyzické nebo zdravotní problémy, které by mohly ohrozit vaši bezpečnost nebo bránit správnému používání kola. Rada vašeho lékaře je nezbytná, pokud užíváte léky na vysoký krevní tlak, hypertenzi nebo cholesterol.

- Naslouchejte svému tělu. Nesprávné nebo nadměrné cvičení může poškodit vaše zdraví. Přestaňte cvičit, pokud se u vás objeví některý z následujících příznaků: bolest, tlak na hrudi, nepravidelný srdeční tep, extrémní dušnost, závratě nebo nevolnost. Pokud se u vás objeví některý z těchto příznaků, měli byste se před pokračováním v cvičení poradit se svým lékařem.
- Tento spotřebič mohou používat děti od 8 let a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo bez dostatečných zkušeností a znalostí, pokud jsou pod odpovídajícím dohledem nebo jsou poučeny o bezpečném používání spotřebiče a rozumí souvisejícím rizikům. Děti by si se spotřebičem neměly hrát. Čištění a údržbu, kterou má provádět uživatel, by děti neměly provádět bez dozoru.
- Udržujte děti a zvířata v dostatečné vzdálenosti od montážní oblasti, protože obsahuje malé části, které by při požití mohly způsobit nebezpečí udušení.
- Udržujte děti a domácí zvířata v dostatečné vzdálenosti od stroje. Nedovolte dětem, aby stroj používaly nebo si s ním hrály. Je určen pouze pro dospělé.
- Používejte vzduchové kolo na pevném, rovném povrchu s ochranným krytem podlahy nebo kobercem.
- Před použitím stroje se ujistěte, že jsou šrouby a matice řádně utažené.
- Úroveň bezpečnosti stroje lze zajistit pouze pravidelnou kontrolou poškození nebo známek opotřebení.
- Používejte stroj podle pokynů v tomto návodu k

obsluze. Pokud při montáži nebo testování stroje zjistíte jakékoli vadné součásti nebo pokud během používání vydává neobvyklý zvuk, přestaňte jej používat. Nepoužívejte jej, dokud nebude problém vyřešen.

- Než začnete, ujistěte se, že máte dostatek místa k umístění dílů. V přístupových prostorech stroje ponechte alespoň 0,6 m volného prostoru pro případ nouze. Pokud máte v blízkosti jiné zařízení, můžete přístupové prostory sdílet. Vždy se ujistěte, že žádné předměty nebrání vstupu do stroje a výstupu ze stroje.



- Při používání stroje noste vhodné oblečení. Nenoste volné oblečení, mohlo by se zachytit ve stroji nebo omezit pohyb.
- **VAROVÁNÍ:** Toto tréninkové vybavení není vhodné pro vysoce přesné účely. Toto vybavení je třídy HC.
- **VAROVÁNÍ:** Tento stroj pracuje s využitím setrvačnosti. Za jízdy buďte opatrní a před sesednutím se ujistěte, že se stroj zcela zastavil, protože setrvačnost volantu a pedálů by mohla způsobit zranění vám nebo jiným osobám.

- Maximální hmotnost uživatele: 135 kg.
- Nedoporučuje se pro venkovní použití.
- Tento spotřebič je určen výhradně pro domácí použití a není vhodný pro použití v barech, restauracích, na farmách, v hotelech, motelech a kancelářích.
- Toto zařízení není vhodné pro terapeutické použití.
- Při zvedání nebo přemísťování kola buďte opatrní, abyste si neporanili záda.
- VAROVÁNÍ: Snímače tepové frekvence mohou být nepřesné, protože se nejedná o zdravotnický prostředek. Snímače mohou poskytovat pouze odhadovanou tepovou frekvenci. Pokud pocítíte jakékoli nepohodlí, okamžitě přestaňte cvičit. Mohlo by to být nebezpečné pro vaše zdraví. Pokud potíže přetrvávají, vyhledejte okamžitě lékařskou pomoc v nejbližším zdravotnickém zařízení.
- Pokud potřebujete jakékoli opravy, obraťte se na svého distributora, který vám poskytne další informace, nebo kontaktujte zákaznický servis Cecotec.
- Pokud jakákoli část vyčnívá ze zařízení, mohla by překážet uživateli v pohybu.

Pokyny k baterii

- Nespalujte ani nevystavujte baterie vysokým teplotám, mohlo by dojít k jejich explozi.
- Baterie mohou za extrémních podmínek vytékat. Pokud baterie vytékají, nedotýkejte se kapaliny. Pokud se kapalina dostane do kontaktu s kůží, okamžitě ji omyjte mýdlem a vodou. Pokud se kapalina dostane do očí, okamžitě je vyplachujte velkým množstvím čisté vody

po dobu alespoň 10 minut a vyhledejte lékařskou pomoc. Při manipulaci s baterií používejte rukavice a ihned ji zlikvidujte v souladu s místními předpisy.

- Zabraňte kontaktu baterií s malými kovovými předměty, jako jsou kancelářské sponky, mince, klíče, hřebíky nebo šrouby.
- Baterie žádným způsobem neupravujte.
- Pro bezpečnou likvidaci zařízení je nutné baterie z něj vyjmout.
- Baterie, u kterých hrozí nebezpečí spolknutí, uchovávejte mimo dosah dětí.
- Požití baterií může způsobit popáleniny, perforaci měkkých tkání a smrt. Mohou způsobit těžké popáleniny do dvou hodin po požití.
- Pokud baterie požijete, okamžitě vyhledejte nejbližší lékařské středisko.
- Napájecí svorky baterie nesmí být zkratovány.
- Pokud bude zařízení skladováno po delší dobu, je vhodné vyjmout baterie.

Biztonsági utasítások

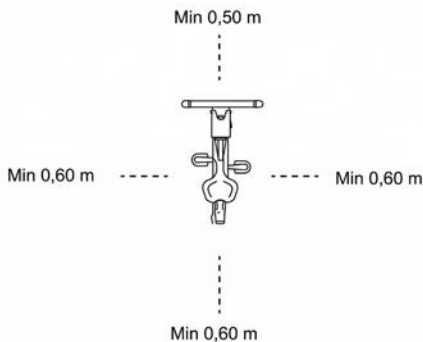
A termék használatára előtt figyelmesen olvassa el az alábbi utasításokat. Őrizze meg ezt a kézikönyvet későbbi felhasználás vagy új felhasználók számára.

- A gép összeszerelése előtt olvassa el a teljes kézikönyvet. A termék csak akkor biztonságos, ha megfelelően összeszerelik, karbantartják és helyesen használják. Az Ön felelőssége gondoskodni arról, hogy minden felhasználó tisztában legyen a kézikönyvben ismertetett óvintézkedésekkel.
- Edzés megkezdése előtt tanácsos orvosával

konzultálnia, ha bármilyen fizikai vagy egészségügyi állapota van, amely veszélyeztetheti a biztonságát, vagy akadályozhatja a kerékpár megfelelő használatát. Orvosa tanácsa elengedhetetlen, ha magas vérnyomás, magas vérnyomás vagy koleszterinszint miatt gyógyszer szed.

- Figyelj a testedre. A helytelen vagy túlzott testmozgás károsíthatja az egészségedet. Hagyd abba az edzést, ha a következő tünetek bármelyikét tapasztalod: fájdalom, mellkasi szorítás, szabálytalan szívverés, súlyos légszomj, szédülés vagy hányinger. Ha ezen tünetek bármelyikét tapasztalod, az edzés folytatása előtt fordulj orvoshoz.
- Ezt a készüléket 8 éves vagy annál idősebb gyermekek, valamint csökkent fizikai, érzékszervi vagy mentális képességű, illetve tapasztalattal és tudással nem rendelkező személyek használhatják, feltéve, hogy megfelelő felügyeletet kapnak, vagy eligazítást kaptak a készülék biztonságos használatáról, és megértik a lehetséges veszélyeket. Gyermekek nem játszhatnak a készülékkel. A felhasználó által elvégzendő tisztítási és karbantartási munkákat gyermekek felügyelet nélkül nem végezhetik.
- Tartsa távol a gyerekeket és az állatokat az összeszerelési területtől, mivel apró alkatrészeket tartalmaz, amelyek lenyelés esetén fulladásveszélyt okozhatnak.
- Tartsa távol a gyermekeket és a háziállatokat a géptől. Ne engedje, hogy gyermekek használják vagy játsszanak vele. Kizárólag felnőttek számára készült.

- A légkerékpárt szilárd, sík felületen használja, védő padlótakaróval vagy szőnyeggel letakarva.
- A gép használata előtt győződjön meg arról, hogy a csavarok és anyák megfelelően meg vannak húzva.
- A gép biztonsági szintje csak rendszeres ellenőrzéssel biztosítható a sérülések vagy kopás jelei szempontjából.
- A gépet a használati útmutatóban leírtak szerint használja. Ha a gép összeszerelése vagy tesztelése során hibás alkatrészeket talál, vagy ha használat közben szokatlan zajt ad ki, hagyja abba a használatát. Ne használja, amíg a probléma meg nem oldódott.
- Mielőtt elkezdené, győződjön meg róla, hogy elegendő hely áll rendelkezésre az alkatrészek elhelyezéséhez. Hagyjon legalább 0,6 m szabad helyet a gép hozzáférési területein vészhelyzetek esetére. Megoszthatja a hozzáférési területeket, ha más berendezés is van a közelben. Mindig győződjön meg arról, hogy semmilyen tárgy nem akadályozza a géphez való be- és kijutást.



- Viseljen megfelelő ruházatot a gép használata közben. Kerülje a bő ruházat viselését, mert az beakadhat a

- gépbe, vagy korlátozhatja a mozgást.
- **FIGYELMEZTETÉS:** Ez az edzőeszköz nem alkalmas nagy precíziós mérésekre. Ez a berendezés HC osztályú.
 - **FIGYELMEZTETÉS:** Ez a gép tehetetlenségi nyomatékkal működik. Legyen óvatos mozgás közben, és győződjön meg arról, hogy teljesen megállt, mielőtt leszáll róla, mivel a kormánykerék és a pedálok tehetetlensége sérülést okozhat Önnek vagy másoknak.
 - Maximális felhasználó súlya: 135 kg.
 - Kültéri használatra nem ajánlott.
 - Ez a készülék kizárólag háztartási használatra készült, és nem alkalmas bárokban, éttermekben, farmokon, szállodákban, motelekben és irodákban való használatra.
 - Ez az eszköz nem alkalmas terápiás használatra.
 - Legyen óvatos a kerékpár emelésekor vagy mozgatásakor, hogy ne sérüljön meg a háta.
 - **FIGYELMEZTETÉS:** A pulzusmérők pontatlanok lehetnek, mivel ez nem orvostechikai eszköz. Az érzékelők csak becsült pulzusszámot tudnak adni. Ha bármilyen kellemetlenséget tapasztal, azonnal hagyja abba az edzést. Veszélyes lehet az egészségére. Ha a kellemetlen érzés továbbra is fennáll, azonnal forduljon orvoshoz a legközelebbi egészségügyi intézményben.
 - Ha bármilyen javításra van szüksége, további információkért forduljon a forgalmazóhoz, vagy vegye fel a kapcsolatot a Cecotec ügyfélszolgálatával.

- Ha bármely alkatrész kiáll a készülékből, az zavarhatja a felhasználó mozgását.

Akkumulátor használati utasítása

- Ne égesse el és ne tegye ki az elemeket magas hőmérsékletnek, mert felrobbanhatnak.
- Az elemek szélsőséges körülmények között szivároghatnak. Ha az elemek szivárognak, ne érjen a folyadékhoz. Ha a folyadék a bőrével érintkezik, azonnal mossa le szappannal és vízzel. Ha a folyadék a szemével érintkezik, azonnal öblítse ki bő tiszta vízzel legalább 10 percig, és forduljon orvoshoz. Viseljen kesztyűt az elem kezelésekor, és azonnal ártalmatlanítsa a helyi előírásoknak megfelelően.
- Kerülje az elemek és az apró fémtárgyak, például gemkapcsok, érmék, kulcsok, szögek vagy csavarok érintkezését.
- Semmilyen módon ne alakítsa át az elemeket.
- A készülék biztonságos ártalmatlanításához az elemeket el kell távolítani a készülékből.
- A lenyelés veszélyét jelentő elemeket tartsa gyermekektől elzárva.
- Az elemek lenyelése égési sérüléseket, lágyszövet-perforációt és halált okozhat. Súlyos égési sérüléseket okozhatnak a lenyelés után két órán belül.
- Ha lenyeli az elemeket, azonnal forduljon a legközelebbi orvosi rendelőhöz.
- Az akkumulátor tápcsatlakozóit tilos rövidre zárni.
- Ha a készüléket hosszabb ideig tárolja, ajánlott az elemeket eltávolítani.

Οδηγίες ασφαλείας

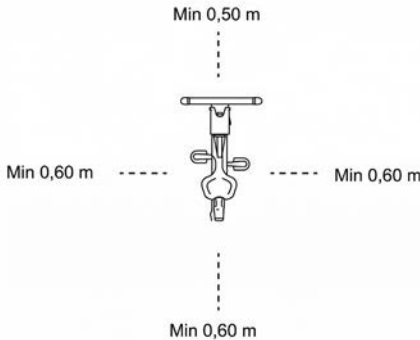
Διαβάστε προσεκτικά τις ακόλουθες οδηγίες πριν χρησιμοποιήσετε το προϊόν. Φυλάξτε αυτό το εγχειρίδιο για μελλοντική αναφορά ή για νέους χρήστες.

- Διαβάστε ολόκληρο το εγχειρίδιο πριν από τη συναρμολόγηση του μηχανήματος. Το προϊόν θα είναι ασφαλές μόνο εάν συναρμολογηθεί, φροντιστεί και χρησιμοποιηθεί σωστά. Είναι δική σας ευθύνη να διασφαλίσετε ότι όλοι οι χρήστες είναι ενημερωμένοι σχετικά με τις προφυλάξεις που περιγράφονται σε αυτό το εγχειρίδιο.
- Πριν ξεκινήσετε μια προπόνηση, συνιστάται να συμβουλευτείτε τον γιατρό σας εάν έχετε οποιαδήποτε σωματική ή υγειονομική πάθηση που θα μπορούσε να θέσει σε κίνδυνο την ασφάλειά σας ή να εμποδίσει τη σωστή χρήση του ποδηλάτου. Η συμβουλή του γιατρού σας είναι απαραίτητη εάν λαμβάνετε φάρμακα για υψηλή αρτηριακή πίεση, υπέρταση ή χοληστερόλη.
- Ακούστε το σώμα σας. Η λανθασμένη ή υπερβολική άσκηση μπορεί να βλάψει την υγεία σας. Διακόψτε την άσκηση εάν εμφανίσετε οποιοδήποτε από τα ακόλουθα συμπτώματα: πόνο, σφίξιμο στο στήθος, ακανόνιστο καρδιακό παλμό, υπερβολική δύσπνοια, ζάλη ή ναυτία. Εάν εμφανίσετε οποιοδήποτε από αυτά τα συμπτώματα, θα πρέπει να επικοινωνήσετε με τον γιατρό σας πριν συνεχίσετε την προπόνησή σας.
- Αυτή η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί από παιδιά ηλικίας 8 ετών και άνω, καθώς και από άτομα με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή νοητικές ικανότητες ή έλλειψη εμπειρίας και γνώσης, υπό την προϋπόθεση ότι έχουν λάβει την κατάλληλη επίβλεψη ή οδηγίες σχετικά με την ασφαλή χρήση της συσκευής και

κατανοούν τους κινδύνους που ενέχει. Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με τη συσκευή. Ο καθαρισμός και η συντήρηση που πρέπει να πραγματοποιούνται από τον χρήστη δεν πρέπει να εκτελούνται από παιδιά χωρίς επίβλεψη.

- Κρατήστε τα παιδιά και τα ζώα μακριά από τον χώρο συναρμολόγησης, καθώς υπάρχουν μικρά μέρη που θα μπορούσαν να προκαλέσουν κίνδυνο πνιγμού σε περίπτωση κατάποσης.
- Κρατήστε τα παιδιά και τα κατοικίδια μακριά από το μηχάνημα. Μην επιτρέπετε στα παιδιά να χρησιμοποιούν ή να παίζουν με το μηχάνημα. Έχει σχεδιαστεί μόνο για χρήση από ενήλικες.
- Χρησιμοποιήστε το ποδήλατο αέρα σε μια σταθερή, επίπεδη επιφάνεια, με προστατευτικό κάλυμμα δαπέδου ή χαλί.
- Βεβαιωθείτε ότι οι βίδες και τα παξιμάδια είναι σωστά σφιγμένα πριν χρησιμοποιήσετε το μηχάνημα.
- Το επίπεδο ασφάλειας του μηχανήματος μπορεί να διασφαλιστεί μόνο μέσω περιοδικού ελέγχου για ζημιές ή σημάδια φθοράς.
- Χρησιμοποιήστε το μηχάνημα σύμφωνα με τις οδηγίες σε αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών. Εάν εντοπίσετε ελαττωματικά εξαρτήματα κατά τη συναρμολόγηση ή τον έλεγχο του μηχανήματος ή εάν κάνει ασυνήθιστο θόρυβο κατά τη χρήση, διακόψτε τη χρήση του. Μην το χρησιμοποιείτε μέχρι να επιλυθεί το πρόβλημα.
- Βεβαιωθείτε ότι έχετε αρκετό χώρο για να τοποθετήσετε τα εξαρτήματα πριν ξεκινήσετε. Αφήστε τουλάχιστον 0,6 μέτρα απόσταση στις περιοχές πρόσβασης στο μηχάνημα για έκτακτες ανάγκες. Μπορείτε να

μοιραστείτε τις περιοχές πρόσβασης εάν έχετε άλλο εξοπλισμό κοντά. Να βεβαιώνετε πάντα ότι δεν υπάρχουν αντικείμενα που να εμποδίζουν την είσοδο και την έξοδο από το μηχάνημά σας.



- Να φοράτε κατάλληλα ρούχα όταν χρησιμοποιείτε το μηχάνημα. Αποφύγετε να φοράτε φαρδιά ρούχα, καθώς μπορεί να πιαστούν στο μηχάνημα ή να περιορίσουν την κίνηση.
- ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Αυτός ο εξοπλισμός εκπαίδευσης δεν είναι κατάλληλος για σκοπούς υψηλής ακρίβειας. Αυτός ο εξοπλισμός είναι κατηγορίας HC.
- ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Αυτό το μηχάνημα λειτουργεί με αδράνεια. Να είστε προσεκτικοί όταν βρίσκεται σε κίνηση και βεβαιωθείτε ότι έχει σταματήσει εντελώς πριν κατεβείτε από αυτό, καθώς η αδράνεια του τιμονιού και των πεντάλ μπορεί να προκαλέσει τραυματισμό σε εσάς ή σε άλλους.
- Μέγιστο βάρος χρήστη: 135 κιλά.
- Δεν συνιστάται για εξωτερική χρήση.
- Αυτή η συσκευή έχει σχεδιαστεί αποκλειστικά για οικιακή χρήση και δεν είναι κατάλληλη για χρήση σε μπαρ, εστιατόρια, αγροκτήματα, ξενοδοχεία, μοτέλ και γραφεία.

- Αυτός ο εξοπλισμός δεν είναι κατάλληλος για θεραπευτική χρήση.
- Να είστε προσεκτικοί όταν σηκώνετε ή μετακινείτε το ποδήλατο, ώστε να μην τραυματίσετε την πλάτη σας.
- ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Οι αισθητήρες καρδιακών παλμών ενδέχεται να είναι ανακριβείς, καθώς αυτή δεν είναι ιατρική συσκευή. Οι αισθητήρες μπορούν να παρέχουν μόνο μια εκτίμηση καρδιακών παλμών. Εάν αισθανθείτε οποιαδήποτε ενόχληση, διακόψτε αμέσως την άσκηση. Θα μπορούσε να είναι επικίνδυνη για την υγεία σας. Εάν η ενόχληση επιμένει, ζητήστε αμέσως ιατρική βοήθεια στο πλησιέστερο ιατρικό κέντρο.
- Εάν χρειάζεστε επισκευές, συμβουλευτείτε τον διανομέα σας για περισσότερες πληροφορίες ή επικοινωνήστε με την Εξυπηρέτηση Πελατών της Cecotec.
- Εάν οποιοδήποτε εξάρτημα προεξέχει από τη συσκευή, θα μπορούσε να επηρεάσει την κίνηση του χρήστη.

Οδηγίες για την μπαταρία

- Μην καίτε ή εκθέτετε τις μπαταρίες σε υψηλές θερμοκρασίες, καθώς ενδέχεται να εκραγούν.
- Οι μπαταρίες ενδέχεται να παρουσιάσουν διαρροή υπό ακραίες συνθήκες. Σε περίπτωση διαρροής μπαταριών, μην αγγίζετε το υγρό. Εάν το υγρό έρθει σε επαφή με το δέρμα σας, πλύνετε αμέσως με σαπούνι και νερό. Εάν το υγρό έρθει σε επαφή με τα μάτια σας, ξεπλύνετε τα αμέσως με άφθονο καθαρό νερό για τουλάχιστον 10 λεπτά και ζητήστε ιατρική βοήθεια. Να φοράτε γάντια κατά το χειρισμό της μπαταρίας και να την απορρίψετε αμέσως σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.

- Αποφύγετε την επαφή μεταξύ των μπαταριών και μικρών μεταλλικών αντικειμένων, όπως συνδετήρες, κέρματα, κλειδιά, καρφιά ή βίδες.
- Μην τροποποιείτε τις μπαταρίες με κανέναν τρόπο.
- Οι μπαταρίες πρέπει να αφαιρεθούν από τη συσκευή για την ασφαλή απόρριψή της.
- Κρατήστε τις μπαταρίες που ενέχουν κίνδυνο κατάποσης μακριά από παιδιά.
- Η κατάποση μπαταριών μπορεί να προκαλέσει εγκαύματα, διάτρηση μαλακών ιστών και θάνατο. Μπορούν να προκαλέσουν σοβαρά εγκαύματα εντός δύο ωρών από την κατάποση.
- Σε περίπτωση κατάποσης μπαταριών, μεταβείτε αμέσως στο πλησιέστερο ιατρικό κέντρο.
- Οι ακροδέκτες τροφοδοσίας της μπαταρίας δεν πρέπει να βραχυκυκλώνονται.
- Εάν η συσκευή πρόκειται να αποθηκευτεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, συνιστάται να αφαιρέσετε τις μπαταρίες.

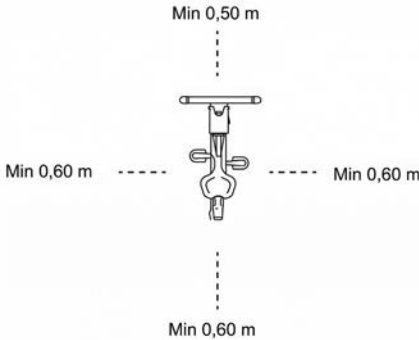
Güvenlik talimatları

Ürünü kullanmadan önce aşağıdaki talimatları dikkatlice okuyun. Bu kılavuzu ileride başvurmak veya yeni kullanıcılar için saklayın.

- Makineyi monte etmeden önce kullanım kılavuzunun tamamını okuyun. Ürün ancak doğru şekilde monte edildiğinde, bakımı yapıldığında ve doğru kullanıldığında güvenli olacaktır. Tüm kullanıcıların bu kılavuzda belirtilen önlemler hakkında bilgilendirilmesini sağlamak sizin sorumluluğunuzdadır.

- Antrenmana başlamadan önce, güvenliğinizi riske atabilecek veya bisikletin doğru kullanımını engelleyebilecek herhangi bir fiziksel veya sağlık sorununuz varsa doktorunuza danışmanız önerilir. Yüksek tansiyon, hipertansiyon veya kolesterol için ilaç kullanıyorsanız doktorunuzun tavsiyesi şarttır.
- Vücudunuzu dinleyin. Yanlış veya aşırı egzersiz sağlığınıza zarar verebilir. Aşağıdaki belirtilerden herhangi birini yaşarsanız egzersizi bırakın: ağrı, göğüs sıkışması, düzensiz kalp atışı, aşırı nefes darlığı, baş dönmesi veya mide bulantısı. Bu belirtilerden herhangi birini yaşarsanız, egzersize devam etmeden önce doktorunuza danışmalısınız.
- Bu cihaz, 8 yaş ve üzeri çocuklar ile fiziksel, duyuşsal veya zihinsel yetenekleri kısıtlı olan veya deneyim ve bilgi eksikliği bulunan kişiler tarafından, cihazın güvenli kullanımı konusunda uygun gözetim veya talimat verilmiş ve ilgili tehlikeleri anlamış olmaları koşuluyla kullanılabilir. Çocuklar cihazla oynamamalıdır. Kullanıcı tarafından yapılacak temizlik ve bakım işlemleri, gözetim olmadan çocuklar tarafından yapılmamalıdır.
- İçeride yutulması halinde boğulma tehlikesine yol açabilecek küçük parçalar bulunduğundan, çocukları ve hayvanları montaj alanından uzak tutun.
- Çocukları ve evcil hayvanları cihazdan uzak tutun. Çocukların cihazı kullanmasına veya onunla oynamasına izin vermeyin. Cihaz yalnızca yetişkin kullanımı için tasarlanmıştır.
- Hava bisikletini sağlam, düz bir yüzeyde, koruyucu bir zemin örtüsü veya halı üzerinde kullanın.

- Makineyi kullanmadan önce vidaların ve somunların iyice sıkıldığından emin olun.
- Makinenin güvenlik seviyesi ancak periyodik olarak hasar veya aşınma belirtileri açısından kontrol edilerek sağlanabilir.
- Bu kullanım kılavuzunda belirtilen talimatlara uygun olarak cihazı kullanın. Cihazı monte ederken veya test ederken herhangi bir arızalı parça bulursanız veya kullanım sırasında olağandışı bir ses çıkarırsa, kullanmayı bırakın. Sorun çözülene kadar cihazı kullanmayın.
- İşe başlamadan önce parçaları yerleştirmek için yeterli alana sahip olduğunuzdan emin olun. Acil durumlar için makine erişim alanlarında en az 0,6 m boşluk bırakın. Yakınlarda başka ekipmanınız varsa erişim alanlarını paylaşabilirsiniz. Makinenize giriş ve çıkışı engelleyen hiçbir nesne olmadığından daima emin olun.



- Makineyi kullanırken uygun kıyafetler giyin. Bol kıyafetlerden kaçının, çünkü makineye takılabilir veya hareketinizi kısıtlayabilir.

- UYARI: Bu eğitim ekipmanı yüksek hassasiyet gerektiren amaçlar için uygun değildir. Bu ekipman HC sınıfındadır.
- UYARI: Bu makine atalet prensibiyle çalışmaktadır. Hareket halindeyken dikkatli olun ve inmeden önce tamamen durduğundan emin olun, çünkü direksiyon ve pedalların ataleti size veya başkalarına yaralanmaya neden olabilir.
- Maksimum kullanıcı ağırlığı: 135 kg.
- Dış mekan kullanımı için tavsiye edilmez.
- Bu cihaz yalnızca ev kullanımı için tasarlanmıştır ve barlar, restoranlar, çiftlikler, oteller, moteller ve ofislerde kullanıma uygun değildir.
- Bu ekipman tedavi amaçlı kullanıma uygun değildir.
- Bisikleti kaldırırken veya taşıırken sırtınızı incitmemeye dikkat edin.
- UYARI: Bu tıbbi bir cihaz olmadığı için kalp atış hızı sensörleri doğru sonuç vermeyebilir. Sensörler yalnızca tahmini bir kalp atış hızı sağlayabilir. Herhangi bir rahatsızlık hissederseniz, egzersizi derhal bırakın. Sağlığınız için tehlikeli olabilir. Rahatsızlık devam ederse, en yakın sağlık kuruluşuna başvurarak derhal tıbbi yardım alın.
- Herhangi bir onarım gerekiyorsa, lütfen daha fazla bilgi için distribütörünüzle iletişime geçin veya Cecotec Müşteri Hizmetleri ile görüşün.
- Cihazın herhangi bir parçası dışarı doğru çıkıntı yaparsa, kullanıcının hareketini engelleyebilir.

Pil talimatları

- Pilleri yakmayın veya yüksek sıcaklıklara maruz bırakmayın, aksi takdirde patlayabilirler.
- Piller aşırı koşullar altında sızıntı yapabilir. Pil sızıntısı durumunda sıvıya dokunmayın. Sıvı cildinizle temas ederse, derhal sabun ve suyla yıkayın. Sıvı gözünüze temas ederse, derhal en az 10 dakika boyunca bol temiz suyla yıkayın ve tıbbi yardım alın. Pili tutarken eldiven giyin ve yerel yönetmeliklere uygun olarak derhal imha edin.
- Pillerin ataş, bozuk para, anahtar, çivi veya vida gibi küçük metal nesnelere temasından kaçınınız.
- Pilleri hiçbir şekilde değiştirmeyin.
- Cihazın güvenli bir şekilde imha edilmesi için pillerin cihazdan çıkarılması gerekmektedir.
- Yutulma riski taşıyan pilleri çocukların erişemeyeceği yerlerde saklayınız.
- Pillerin yutulması yanıklara, yumuşak doku delinmesine ve ölüme neden olabilir. Yutulduktan sonraki iki saat içinde ciddi yanıklara yol açabilirler.
- Pil yutmanız durumunda derhal en yakın sağlık merkezine gidiniz.
- Akü güç terminallerinde kısa devre oluşmamalıdır.
- Cihaz uzun süre saklanacaksa, pillerin çıkarılması tavsiye edilir.

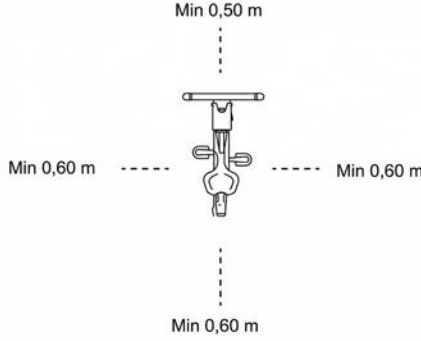
تعليمات السلامة

اقرأ التعليمات التالية بعناية قبل استخدام المنتج. احتفظ بهذا الدليل للرجوع إليه مستقبلاً أو للمستخدمين الجدد.

- اقرأ الدليل كاملاً قبل تجميع الجهاز. لن يكون المنتج آمناً إلا إذا تم تجميعه والعناية

- به واستخدامه بشكل صحيح. تقع على عاتقك مسؤولية التأكد من إبلاغ جميع المستخدمين بالاحتياطات الموضحة في هذا الدليل.
- قبل البدء بأي حصة تدريبية، يُنصح باستشارة الطبيب في حال وجود أي حالة صحية أو بدنية قد تُشكل خطراً على سلامتك أو تُعيق استخدام الدراجة بشكل صحيح. وتُعدّ استشارة الطبيب ضرورية إذا كنت تتناول أدوية لعلاج ارتفاع ضغط الدم أو ارتفاع الكوليسترول.
 - استمع إلى جسدك. قد تضرّر التمارين الرياضية غير الصحيحة أو المفرطة بصحتك. توقف عن ممارسة الرياضة إذا شعرت بأي من الأعراض التالية: ألم، ضيق في الصدر، عدم انتظام ضربات القلب، ضيق شديد في التنفس، دوام، أو غثيان. في حال شعرت بأي من هذه الأعراض، عليك استشارة طبيبك قبل استئناف التمرين.
 - يمكن استخدام هذا الجهاز من قبل الأطفال الذين تبلغ أعمارهم 8 سنوات فما فوق، ومن قبل الأشخاص ذوي القدرات البدنية أو الحسية أو العقلية المحدودة، أو الذين يفتقرون إلى الخبرة والمعرفة، شريطة أن يتلقوا إشرافاً أو توجيهاً مناسباً بشأن الاستخدام الآمن للجهاز وأن يفهموا المخاطر المحتملة. يجب ألا يلعب الأطفال بالجهاز. كما يجب ألا يقوم الأطفال بتنظيفه أو صيانته دون إشراف.
 - أبقِ الأطفال والحيوانات بعيداً عن منطقة التجميع، حيث توجد أجزاء صغيرة قد تسبب خطر الاختناق في حالة ابتلاعها.
 - أبقِ الأطفال والحيوانات الأليفة بعيداً عن الجهاز. لا تسمح للأطفال باستخدامه أو اللعب به. إنه مصمم للاستخدام من قبل البالغين فقط.
 - استخدم الدراجة الهوائية على سطح صلب ومستوي، مع غطاء أرضي واقٍ أو سجادة.
 - تأكد من إحكام ربط البراغي والصواميل بشكل صحيح قبل استخدام الجهاز.
 - لا يمكن ضمان مستوى أمان الآلة إلا من خلال الفحص الدوري بحثاً عن التلف أو علامات التآكل.
 - استخدم الجهاز وفقاً للتعليمات الواردة في دليل المستخدم هذا. إذا وجدت أي أجزاء تالفة أثناء تجميع الجهاز أو اختبار، أو إذا أصدر صوتاً غير معتاد أثناء الاستخدام، فتوقف عن استخدامه. لا تستخدمه حتى يتم حل المشكلة.
 - تأكد من وجود مساحة كافية لوضع القطع قبل البدء. اترك مسافة لا تقل عن 0.6 متر في مناطق الوصول إلى الآلة تحسباً لأي طارئ. يمكنك مشاركة مناطق

الوصول إذا كانت لديك معدات أخرى قريبة. احرص دائماً على عدم وجود أي عوائق تعيق الدخول والخروج من الآلة.



- ارتدي ملابس مناسبة عند استخدام الجهاز. تجنبي ارتداء الملابس الفضفاضة، لأنها قد تعلق في الجهاز أو تعيق الحركة.
- تحذير: هذا الجهاز التدريبي غير مناسب للأغراض التي تتطلب دقة عالية. هذا الجهاز من الفئة HC.
- تحذير: تعمل هذه الآلة باستخدام القصور الذاتي. توخ الحذر أثناء حركتها وتأكد من توقفها تماماً قبل النزول منها، حيث أن القصور الذاتي لعجلة القيادة والدواسات قد يتسبب في إصابتك أو إصابة الآخرين.
- الحد الأقصى لوزن المستخدم: 135 كجم.
- لا يُنصح باستخدامه في الهواء الطلق.
- تم تصميم هذا الجهاز للاستخدام المنزلي فقط، وهو غير مناسب للاستخدام في الحانات والمطاعم والمزارع والفنادق والنزل والمكاتب.
- هذا الجهاز غير مناسب للاستخدام العلاجي.
- توخ الحذر عند رفع الدراجة أو تحريكها، حتى لا تصاب بالآلام في ظهرك.
- تحذير: قد لا تكون أجهزة استشعار معدل ضربات القلب دقيقة، فهذا ليس جهازاً طبيّاً. لا توفر هذه الأجهزة سوى تقدير تقريبي لمعدل ضربات القلب. في حال شعورك بأي انزعاج، توقف عن ممارسة الرياضة فوراً، فقد يُشكل ذلك خطراً على صحتك. إذا استمر الانزعاج، فاطلب العناية الطبية الفورية في أقرب مركز طبي.
- إذا كنت بحاجة إلى أي إصلاحات، فيرجى استشارة الموزع الخاص بك لمزيد من

- المعلومات أو الاتصال بخدمة عملاء سيكوتيك.
- إذا برز أي جزء من الجهاز، فقد يعيق ذلك حركة المستخدم.

تعليمات البطارية

- لا تقم بحرق البطاريات أو تعريضها لدرجات حرارة عالية لأنها قد تنفجر.
- قد تنتسب البطاريات في ظروف قاسية. في حال تسربها، تجنب لمس السائل. إذا لامس السائل جلدك، اغسله فوراً بالماء والصابون. إذا لامس السائل عينيك، اشطفهما فوراً بكمية وفيرة من الماء النظيف لمدة لا تقل عن 10 دقائق، ثم استشر طبيياً. ارتد قفازات عند التعامل مع البطارية، وتخلص منها فوراً وفقاً للوائح المحلية.
- تجنب ملامسة البطاريات للأشياء المعدنية الصغيرة مثل مشابك الورق، والعملات المعدنية، والمفاتيح، والمسامير، أو البراغي.
- لا تقم بتغيير البطاريات بأي شكل من الأشكال.
- يجب إزالة البطاريات من الجهاز للتخلص منه بطريقة آمنة.
- احفظ البطاريات التي تشكل خطراً على الأطفال بعيداً عن متناولهم.
- قد يؤدي ابتلاع البطاريات إلى حروق، وتمزق الأنسجة الرخوة، والوفاة. وقد تسبب حروقاتاً شديدة في غضون ساعتين من الابتلاع.
- إذا ابتلعت بطاريات، فتوجه إلى أقرب مركز طبي على الفور.
- يجب عدم حدوث ماس كهربائي في أطراف طاقة البطارية.
- إذا كان سيتم تخزين الجهاز لفترة طويلة من الزمن، فمن المستحسن إزالة البطاريات.

Instruccions de seguretat

Llegiu les instruccions següents atentament abans d'utilitzar el producte. Deseu aquest manual per a futures referències o nous usuaris.

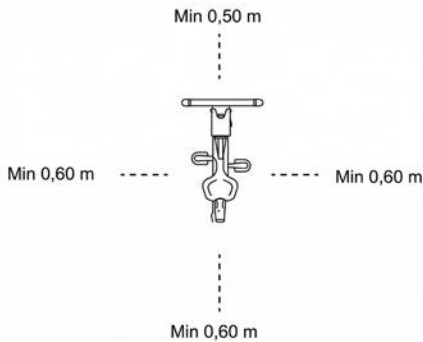
- Llegiu el manual per complet abans de muntar la màquina. El producte només serà segur si està ben muntat i cuidat, i se'n dóna un ús correcte. És responsabilitat seva assegurar-se que tots els usuaris

són informats sobre les precaucions esmentades en aquest manual.

- Abans de començar una sessió d'entrenament, és recomanable que consulteu amb el vostre doctor si pateix alguna condició física o de salut adversa que pugui generar algun risc per a la seva seguretat, o que dificulti l'ús correcte de la bicicleta. Els consells del seu doctor són essencials si esteu prenent medicació per a la tensió, pressió arterial o colesterol.
- Tingueu en compte les indicacions del vostre cos. Un exercici incorrecte o excessiu podria perjudicar la salut. Parell de fer exercici si sent algun dels símptomes següents: dolor, opressió al pit, batecs irregulars, falta d'alè extrema, marejos o nàusees. Si sentiu qualsevol d'aquests símptomes, haureu de contactar amb el vostre metge de capçalera abans de continuar amb el vostre entrenament.
- Aquest aparell pot ser usat per nens a partir de 8 anys i persones amb capacitats físiques, sensorials o mentals reduïdes o manca d'experiència i coneixement, si s'els ha donat la supervisió o formació apropiades respecte a l'ús de l'aparell d'una manera segura i comprenen els perills que implica. Els nens no han de jugar amb l'aparell. La neteja i el manteniment que l'usuari ha de fer no han de ser realitzats per nens sense supervisió.
- Mantingueu els nens i animals lluny de l'àrea de muntatge, ja que hi ha peces petites que podrien causar un risc d'asfíxia si s'ingereixen.
- Mantingueu els nens i mascotes allunyats de la

màquina. No permeteu que els nens usin i/o juguin amb la màquina. Està dissenyada únicament per a adults.

- Utilitzeu la bicicleta daire en una superfície sòlida i plana, amb una coberta protectora per al terra o catifa.
- Assegureu-vos que els cargols i les femelles estiguin ben estretes abans d'utilitzar la màquina.
- El nivell de seguretat de la màquina només es pot assegurar mitjançant una revisió periòdica de danys o signes de desgast.
- Utilitzeu la màquina tal com indica aquest manual d'instruccions. Si trobeu alguna peça defectuosa en muntar o provar la màquina, o si aquesta emet un soroll inusual durant el seu ús, pare d'usar-la. No l'utilitzeu fins que el problema hagi estat resolt.
- Assegureu-vos de tenir prou espai per posar les parts abans de començar. Deixeu com a mínim 0,6 m d'espai a les zones d'accés a la màquina per a casos d'emergència. Podeu compartir els espais d'accés si teniu més equips propers. Sempre assegureu-vos que no teniu objectes que obstaculitzin l'entrada i sortida de la vostra màquina.



- Vista roba adequada quan utilitzeu la màquina. Eviteu utilitzar roba ampla, ja que podria embussar-se a la màquina o dificultar el moviment.
- **ADVERTIMENT:** aquest equip d'entrenament no és adequat per a propòsits d'alta precisió. Aquest equip és de classe HC.
- **ADVERTIMENT:** aquesta màquina funciona amb inèrcia. Aneu amb compte quan estigui en moviment i assegureu-vos que estigui totalment parada abans de baixar ja que la inèrcia del volant i els pedals podria causar danys a vostè o a altres persones.
- Pes màxim de l'usuari: 135 kg.
- No n'és recomanable l'ús en exteriors.
- Aquest aparell està dissenyat exclusivament per a ús domèstic i en queda exclòs l'ús en bars, restaurants, granges, hotels, motels i oficines.
- Aquest equip no és apte per a usos terapèutics.
- Aneu amb compte quan aixequi o moveu la bicicleta, per no lesionar la seva esquena.
- **ADVERTIMENT:** els sensors que indiquen freqüència cardíaca poden ser inexactes atès que no és un

dispositiu mèdic. Els sensors poden donar-li informació estimada de la seva freqüència cardíaca. Davant de qualsevol tipus de malestar atureu immediatament l'exercici. Pot ser perillós per a la salut. Si persisteix acudiu immediatament al centre mèdic més proper.

- En cas de necessitar alguna reparació, consulteu el vostre distribuïdor per a més informació o poseu-vos en contacte amb el Servei d'Atenció al Client de Cecotec.
- Si alguna de les parts sobresurt de l'aparell, podria interferir amb el moviment de l'usuari.

Instruccions sobre les piles

- No cremeu ni exposeu les piles a temperatures altes ja que poden explotar.
- Les piles poden presentar fugides en condicions extremes. Si les piles degoten, no toqueu el líquid. Si el líquid entra en contacte amb la pell, renti's immediatament amb aigua i sabó. Si el líquid entra en contacte amb els ulls, renti'ls de forma immediata amb abundant aigua neta per un mínim de 10 minuts i busqui assistència mèdica. Utilitzeu guants per manejar la pila i llenceu-la immediatament d'acord amb la normativa local.
- Eviteu el contacte entre piles i petits objectes metàl·lics com clips, monedes, claus, claus o cargols.
- No alteri les piles de cap manera.
- Les piles s'han de retirar de l'aparell per a la deixalla de manera segura de l'aparell.

- Mantingueu fora de l'abast dels nens les piles que tinguin risc de ser ingerides.
- La ingestió de piles pot provocar cremades, perforació de parts toves i la mort. Poden provocar cremades greus les dues hores següents a la ingesta.
- En cas d'ingerir piles, acudiu ràpidament al vostre centre mèdic més proper.
- Els borns d'alimentació de les piles no han de ser curtcircuitats.
- Si l'aparell serà emmagatzemat un llarg període de temps és convenient retirar les piles.

ESPAÑOL

1. Piezas y componentes

Paquete de herrajes y herramientas:

Fig. 1

Nº	Descripción	Cnt	Nº	Descripción	Cnt
7	Tornillo M82055	2 uds	40	Separador 021100172012.7	2 uds
8	Arandela elástica d8	6 uds	31	M16*1.5	1 ud
9	Arandela d80161.5	2 uds	29	M12*37	1 ud
11	Arandela curva d80202*R16	4 uds	A	Llave Allen S5	1 ud
14	Tornillo M84020*S13	4 uds	B	Llave fija S13-14-15	2 uds
25	Tuerca de nailon M8H7.5S13	4 uds	C	Llave Allen S6	1 ud
28	Arandela d120242	1 ud	D	Llave fija S17-S19	1 ud
39	Arandela d17.50342	2 uds			

Conjunto principal:

Fig. 2

Nº	Descripción	Cnt	Nº	Descripción	Cnt
1	Consola	1 ud	22	Eje largo	1 ud
51	Conector/Conexión	1 ud	6	Cubierta	1 ud
26	Placa de fijación del sillín	1 ud	27	Tubo del sillín	1 ud
42L/R	Pedales (Pedal)	1 par	4	Poste de la consola	1 ud
48	Estabilizador delantero	1 ud	13L/R	Manillar	1 par
49	Estabilizador trasero	1 ud	37L/R	Biola de empuje	1 par
24	Sillín	1 ud	89	Estructura principal	1 ud
23L/R	Barra oscilante	1 par			

Lista completa de piezas:

Nº	Descripción	Cnt	Nº	Descripción	Cnt
1	Consola	1	53	Tornillo ST4.21908	6
2	Tornillo M510	4	54	Cubierta de la rueda ventilador	2
3	Tapa terminal	3	55	Tornillo ST4.21308	12
4	Poste de la consola	1	56	Arandela d40181.5	4
5	Cable troncal 2	1	57	Placa de fijación	4
6	Cubierta	1	58	Tuerca M101H9.5*S15	2

ESPAÑOL

7	Tornillo M82055	2	59	Tornillo M640010*2.5	2
8	Arandela elástica d8	11	60	Tuerca de nailon M6H6S10	10
9	Arandela d80161.5	9	61	Arandela en U 30101.5	2
10	Tornillo M81655	7	62	Tuerca M101H5*S17	2
11	Arandela curva d80202*R16	6	63	Rodamiento 6000	2
12	Tapa terminal Ø32*17	4	64	Imán 10*3	1
13L/R	Manillar	2	65	Arandela elástica D6	8
14	Tornillo M84320*H3	4	66	Arandela d60161.5	4
15	Tuerca ciega M8H16S13	4	67	Manguito 1	1
16	Capuchón S13	2	68	Manguito 2	1
17	Tornillo M816S13	2	69L/R	Tapas de red	2
18	Arandela d80322	2	70	Tornillo M64520*54	4
19	Casquillo Ø19	4	71	Eje del volante	1
20	Casquillo Ø32 323021.2*20	4	72	Tornillo ST41307	12
21	Arandela ondulada d190250.3	2	73	Tuerca M10×1.25×H7.5×S14	2
22	Eje largo Ø19*538	1	74	Arandela ondulada d10×Ø13.5×0.3	2
23L/R	Barra oscilante	2	75	Cubierta Ø25*7	2
24	Sillín	1	76L/R	Biela	2
25	Tuerca de nailon M8H7.5S13	5	77	Anillo	2
26	Placa de fijación del sillín	1	78L/R	Cubierta de cadena	2
27	Tubo del sillín	1	79	Tornillo ST4.21608	5
28	Arandela d120242	1	80	Arandela ondulada d17×Ø22×0.3	1
29	Pomo/Maneta M123715*Ø58	1	81	Rodamiento 6203	2
30	Casquillo	1	82	Sensor	1
31	Pomo/Maneta M161.522*Ø56	1	83	Soporte del sensor	1
32	Tornillo rosca-chapa ST4.21008	1	84	Separador Ø17.10254.0	1

33	Casquillo Ø181.5Ø14.65Ø10.1	4	85	Placa de correa	1
34	Tornillo M105520*56	2	86	Correa	1
35	Arandela d10Ø202	2	87	Eje	1
36	Tuerca de nailon M10H9.5S17	2	88	Tornillo M61555	4
37L/R	Biela de empuje	2	89	Estructura principal	1
38	Rodamiento FR8Z d12.7×D28.6×B8	2	90	Empuñadura de espuma 303280	2
39	Arandela d17.5Ø342	2	91	Tornillo M41008	1
40	Separador 2110Ø172Ø12.7	2	92	Hebilla exterior	1
41	Tuerca de nailon M12H11S19	2	93	Hebilla interior	1
42L/R	Pedal	2	94	Arandela D17*1.0	1
43	Tornillo M84215*55	2	95	Contrapeso	4
44	Rueda de transporte Ø62*24.3	2	96	Rueda ventilador	1
45	Tapa terminal 804025	4	97	Casquillo Ø323.3Ø2820.5Ø 19.1	2
46	Tuerca M8H5.5S14	4	98	Arandela d8Ø202	3
47	Taco de apoyo Ø5242M8*25	4	99	Tornillo ST4.213Ø8	4
48	Estabilizador delantero	1	A	Llave Allen S5	1
49	Estabilizador trasero	1	B	Llave fija S13-14-15	2
50	Cable troncal 1	1	C	Llave Allen S6	1
51	Conector/Conexión	1	D	Llave fija S17-S19	1
52	Separador Ø10.2Ø1530	2			

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. 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 estuvieran en buen estado, contacte de forma

inmediata con el Servicio de Atención Técnica oficial de Cecotec.

Contenido de la caja:

- Bicicleta de aire
- 2 pilas de 1,5V AA
- Manual de instrucciones

- No retire el número de serie del producto, para poder mantener una correcta trazabilidad de su equipo en caso de solicitar asistencia.

3. Montaje

Paso 1: Montaje de estabilizadores

Fig. 3

1. Retire los Tornillos M816S5 (10) y las Arandelas d8Ø161.5 (9) del Estabilizador delantero (48) y del Estabilizador trasero (49) utilizando la Llave Allen S5 (A).
2. Fije el Estabilizador delantero (48) y el Estabilizador trasero (49) a la Estructura principal (89) con los Tornillos M816S5 (10) y las Arandelas d8Ø161.5 (9) usando la Llave Allen S5 (A).

Paso 2: Montaje del conjunto de sillín

Fig. 4

1. Inserte el Tubo del sillín (27) en la Estructura principal (89) y bloquéelo con el Pomo/Maneta M161.522*Ø56 (31).
2. Coloque la Placa de fijación del sillín (26) en el Tubo del sillín (27) y fíjela con el Pomo/Maneta M123715Ø58 (29) y la Arandela d12Ø24*2 (28).
3. Con la Llave fija S13-14-15 (B), retire las Tuercas de nailon M8H7.5S13 (25) y las Arandelas d8Ø202 (98) del Sillín (24). Monte el Sillín (24) sobre la Placa de fijación del sillín (26) y asegure con las Tuercas de nailon M8H7.5S13 (25) y las Arandelas d8Ø202 (98) utilizando la Llave fija S13-14-15 (B).

Paso 3: Montaje del eje largo y barras oscilantes; fijación de la conexión

Fig. 5

1. Retire los Tornillos M816S13 (17), las Arandelas elásticas d8 (8), las Arandelas d8Ø322 (18), las Arandelas onduladas d19Ø250.3 (21) y los Capuchones S13 (16) del Eje largo (22). Inserte el Eje largo (22) a través de la Estructura principal (89), centrando la salida a ambos lados. Fije las Barras oscilantes (23L/R) a ambos extremos del Eje largo (22) con los Tornillos M816S13 (17), las Arandelas elásticas d8 (8), las Arandelas d8Ø322 (18) y las Arandelas onduladas d19Ø250.3 (21). Cubra los tornillos con los Capuchones S13 (16).
2. Fije la Conector/Conexión (51) a la Estructura principal (89) con los Tornillos M820S5 (7), las Arandelas elásticas d8 (8) y las Arandelas d8Ø161.5 (9) utilizando la Llave Allen S5 (A).

Paso 4: Montaje de bielas, varillas y pedales

Fig. 6

1. Retire las Tuercas de nailon M12H11S19 (41) de los Pedales (42L/R).
2. Fije la Biela de empuje (37L/R) a la Biela (76L/R) utilizando el Pedal (42L/R), las Arandelas d17.5D342 (39), los Separadores 21100172D12.7 (40) y las Tuercas de nailon M12H11S19 (41). Utilice la Llave fija S13-14-15 (B) y la Llave fija S17-S19 (D).
3. Con la Llave Allen S6 (C) y la Llave fija S17-S19 (D), retire los Tornillos M105520S6 (34), las Arandelas d100202 (35) y las Tuercas de nailon M10H9.5S17 (36) de la Biela de empuje (37L/R). A continuación, acople la Biela de empuje (37L/R) a la Barra oscilante (23L/R) y asegure con los Tornillos M105520S6 (34), las Arandelas d100202 (35) y las Tuercas de nailon M10H9.5S17 (36).

Paso 5: Montaje del poste de la consola, cubierta y manillares

Fig. 7

1. Retire los Tornillos M816S5 (10), las Arandelas d80161.5 (9), las Arandelas elásticas d8 (8) y las Arandelas curvas d80202*R16 (11) de la Conector/Conexión (51) con la Llave Allen S5 (A).
2. Deslice la Cubierta (6) en el Poste de la consola (4). Conecte el Cable troncal 1 (50) y el Cable troncal 2 (5). Inserte el Poste de la consola (4) en la Conector/Conexión (51) y fíjelo con los Tornillos M816S5 (10), las Arandelas elásticas d8 (8), las Arandelas d80161.5 (9) y las Arandelas curvas d80202*R16 (11) usando la Llave Allen S5 (A). Coloque correctamente la Cubierta (6).
3. Inserte los Manillares (13L/R) en las Barras oscilantes (23L/R) y asegure con los Tornillos M84320H3 (14), las Arandelas curvas d80202R16 (11), las Arandelas elásticas d8 (8) y las Tuercas de nailon M8H7.5S13 (25) utilizando la Llave fija S13-14-15 (B).

Paso 6: Instalación de la consola

Fig. 8

1. Retire los Tornillos M5*10 (2) de la Consola (1) utilizando la Llave fija S13-14-15 (B).
2. Conecte el Cable troncal 1 (50) al Cable de la consola (1a).
3. Fije la Consola (1) al Poste de la consola (4) con los Tornillos M5*10 (2) utilizando la Llave fija S13-14-15 (B).

Traslado de la máquina

Fig. 9

Para mover la máquina, eleve el extremo del Estabilizador trasero (49) hasta que las Ruedas de transporte (44) del Estabilizador delantero (48) contacten con el suelo. Con las ruedas apoyadas, desplace la bicicleta hasta la ubicación deseada.

Distancia perimetral

Fig. 10

Mantenga una distancia libre alrededor de la máquina tal y como se indica en el diagrama. Evite obstáculos y superficies irregulares en el área de uso.

Uso correcto

Fig. 11

Utilice la bicicleta siguiendo la postura y el gesto mostrados en la ilustración correspondiente, manteniendo las manos en los Manillares (13L/R) y los pies en los Pedales (42L/R).

Ajuste del sillín

Fig. 12

1. Gire el Pomo/Maneta M161.522*Ø56 (31) en sentido antihorario para ajustar la altura del Tubo del sillín (27) según los orificios.
2. Gire el Pomo/Maneta M123715*Ø58 (29) en sentido antihorario para ajustar la distancia horizontal siguiendo las flechas de la Placa de fijación del sillín (26).
3. Si la marca "MAX" es visible en el Tubo del sillín (27), no utilice la máquina; esa es la altura máxima permitida.
4. Tras ajustar, gire los pomos (31 y 29) en sentido horario para bloquear firmemente.

4. Funcionamiento

Botones

1. **MODE:**
Pulse este botón para cambiar de pantalla o seleccionar el campo a ajustar (el cual parpadea).
2. **RECOVERY / UP:**
 - I. En el estado de configuración, pulse este botón para aumentar el valor de configuración en la ventana parpadeante correspondiente para TIME, DIST, CAL y TEMP (°C o °F).
 - II. En estado de no ejercicio o no configuración, pulse este botón para entrar/salir de la función de recuperación del pulso.
3. **DOWN:**
En el modo de configuración, pulse este botón para reducir el valor de configuración en la ventana parpadeante correspondiente para TIME, DIST, CAL y TEMP (°C/°F).
4. **RESET / GO:**
 - I. En el estado de configuración, pulse este botón para restablecer el valor en la ventana parpadeante correspondiente para TIME, DIST y CAL.
 - II. En el estado de configuración de parámetros para la grasa corporal,

- pulse este botón para acceder a la prueba de grasa corporal.
- III. En el estado del monitor, mantenga pulsado este botón durante 3 segundos para restablecer todos los valores a cero.

5. BODYFAT:

En estado de inactividad, pulse este botón para entrar/salir de la configuración de los parámetros de grasa corporal.

Funciones

1. VELOCIDAD/PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL/RPM

- I. Muestra la velocidad instantánea y el rango es de 0,0 a 99,9 km/h. 0, si el monitor muestra M, el rango será de 0,0 a 99,9 millas/h.
- II. Muestra las repeticiones por minuto (RPM) actuales durante el ejercicio. Refleja la frecuencia de pedaleo. El rango es de 0 a 999 por minuto.
- III. Muestra el índice de grasa corporal.

2. TIEMPO/IMC

- I. Cuenta el tiempo total desde el inicio hasta el final del ejercicio, con un rango de 0 a 99 minutos y 59 segundos.
- II. El tiempo de ejercicio se puede configurar por adelantado; cuando se acerque al tiempo preestablecido, el monitor emitirá una alarma 10 segundos antes. El tiempo máximo preestablecido es de 99 minutos.
- III. Muestra el índice de masa corporal (IMC).

3. DISTANCIA/TMB

- I. Cuenta la distancia total desde el inicio hasta el final del ejercicio, con un rango de 0,00 a 9,99 a 99,9 km. 0, si el medidor muestra M, el rango será de 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 millas.
- II. La distancia del ejercicio se puede configurar de antemano, y cuando se acerque a la distancia preestablecida, el monitor emitirá una alarma de 10 segundos. La distancia máxima preestablecida es de 99,9 km o millas (si el monitor muestra M).
- III. Mostrar la tasa metabólica basal (TMB).

4. CALORÍAS/TEMPERATURA

- I. Cuenta las calorías totales consumidas desde el inicio hasta el final del ejercicio y el rango es de 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
- II. El valor de calorías se puede configurar de antemano, cuando se aproxima a las calorías preestablecidas, el monitor emitirá una alarma de 10 segundos.
- III. Muestra la temperatura ambiente (TEMP).

5. PULSO
 - I. Sostenga el sensor de pulso y lea su frecuencia cardíaca por minuto. El rango es de 40 a 240 bpm.
 - II. Si no se detecta ninguna señal de pulso durante 60 segundos, aparecerá «P» para pausar la prueba de pulso. Puede pulsar UP o DOWN para volver a iniciar la prueba de pulso.

6. TONO DE TECLA

El monitor emitirá un pitido al pulsar cualquier botón. Este sonido es el tono de tecla. Si no oye el sonido, significa que la tecla no se ha pulsado correctamente o que la tecla no funciona correctamente.

7. ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO Y ARRANQUE/PARADA AUTOMÁTICOS
 - I. Si no se detecta ninguna señal de ejercicio o funcionamiento durante 8 minutos, el dispositivo se apagará automáticamente y se borrarán todos los datos de la memoria, excepto los parámetros de grasa corporal y la temperatura.
 - II. Una vez que se reciba una señal de ejercicio o funcionamiento, el monitor se encenderá automáticamente.

FUNCIONAMIENTO

1. CONFIGURACIÓN

Pulse MODE para seleccionar la ventana de visualización que desea preconfigurar y el valor de la ventana correspondiente parpadeará. A continuación, pulse UP/DOWN para aumentar o disminuir el valor hasta alcanzar la hora, la distancia o las calorías deseadas para la alarma. Mantenga pulsado UP/DOWN para aumentar o disminuir el valor rápidamente. Pulse RESET para restablecer el valor de la ventana parpadeante correspondiente.

2. FRECUENCIA DEL PULSO

Antes de medir la frecuencia del pulso, pulse cualquier botón para cambiar «P» por «•» en la ventana y, a continuación, entre en el modo de pulso. Coloque ambas palmas de las manos sobre las almohadillas de contacto y el monitor mostrará su frecuencia cardíaca actual en latidos por minuto (BPM) en la pantalla LCD.

Observación: durante el proceso de medición del pulso, debido al bloqueo del contacto, las lecturas iniciales pueden ser más altas que la frecuencia cardíaca real. Los valores se estabilizarán y se acercarán a las lecturas reales en un minuto. El valor de la medición no puede considerarse como base para un tratamiento médico.

Nota: Si la bicicleta está equipada con medición inalámbrica de la frecuencia cardíaca a través del cinturón transmisor, antes de medir su frecuencia cardíaca, humedezca las almohadillas conductoras de la parte inferior del transmisor con agua, sudor o un gel conductor para garantizar un buen contacto. A continuación,

colóquese el cinturón alrededor del pecho. Ajuste el cinturón hasta que el transmisor quede bien ajustado debajo de los músculos pectorales para obtener una señal precisa de la frecuencia cardíaca.

3. RECUPERACIÓN DEL PULSO

En estado de reposo y sin realizar ejercicio, compruebe primero su pulso como se ha indicado anteriormente. A continuación, pulse RECOVERY/UP para acceder a la función de recuperación del pulso. La pantalla mostrará una cuenta atrás de 1 minuto, así como su frecuencia cardíaca. Mantenga pulsado el sensor de pulso hasta que la cuenta atrás llegue a cero. A continuación, aparecerá su nivel de recuperación del pulso, desde F1 hasta F6, es decir, desde la recuperación más rápida hasta la más lenta. La recuperación más rápida, F1, es la mejor. Pulse RECOVERY/UP de nuevo para salir de la función de recuperación del pulso.

4. GRASA CORPORAL, IMC Y TMB

En estado de reposo, pulse BODYFAT para acceder a los ajustes de los parámetros de grasa corporal. Puede configurarlos siguiendo la secuencia siguiente: número de usuario (1- 8), peso (kg), altura (cm), edad (años) y sexo. Sin embargo, si el medidor muestra M, el peso se mostrará en «lb» y la altura en «in». Pulse MODE para pasar al siguiente ajuste de parámetros. Pulse UP para aumentar el valor de ajuste y DOWN para disminuirlo.

Cuando haya terminado el ajuste, sostenga el sensor de pulso y pulse RESET/GO. A continuación, la pantalla mostrará su grasa corporal en 6 segundos.

Pulse BODYFAT de nuevo para salir de la prueba de grasa corporal.

Observación:

- I. Durante el ajuste de los parámetros, saldrá automáticamente de la prueba de grasa corporal si no detecta ninguna señal de funcionamiento durante 10 segundos.
- II. Durante la prueba de grasa corporal, mostrará Er.1 si no detecta ningún objetivo de prueba durante 10 segundos.

Contraste de grasa corporal

Sexo/edad	Bajo peso	Sano	Ligero sobrepeso	Sobrepeso	Obesidad
Hombre/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Hombre/>30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Mujer/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%

Mujer/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%
-----------	------	---------	-----------	-----------	------

SUSTITUCIÓN DE LAS PILAS

Cuando la pantalla se vea tenue o ilegible, retire la batería y sustitúyala por dos pilas AA.

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. 13
- **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. 14

- **Enfriamiento:** estire de 5 a 10 minutos. Esto incrementará su flexibilidad y le ayudará a prevenir posibles lesiones tras el ejercicio. Fig. 13

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

- Para limpiar la bicicleta utilice un paño suave y húmedo. No utilice productos de limpieza abrasivos ni disolventes para limpiar las piezas de plástico. Después de cada uso, limpie el sudor que haya podido quedar en la bicicleta. Tenga cuidado de que no entre demasiada humedad en la pantalla del monitor, ya que podría generar un riesgo de descarga eléctrica o provocar fallos en los componentes eléctricos.
- Mantenga la bicicleta, especialmente el monitor, alejado de la luz solar directa para evitar que se dañe la pantalla.
- Compruebe semanalmente y antes de cada uso que todos los pernos de montaje y los pedales de la máquina están bien apretados.
- Guarde la bicicleta en un lugar limpio y seco, lejos del alcance de los niños.

7. Especificaciones técnicas

Producto: EU01_122511

Referencia del producto: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Fuente de alimentación para la pantalla: 2 pilas de 1,5V AA

Peso máximo del usuario: 135 Kg.

Clase: HC

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

Fabricado en China | Diseñado en España

8. 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, deberás 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.

Puede consultar la información sobre los sistemas nacionales de reciclaje de embalajes y su marcado en nuestra página web.

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

9. 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.

10. 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.

11. Declaración UE de conformidad simplificada



Por la presente, Cecotec Innovaciones declara que este producto cumple con los requisitos esenciales y otras disposiciones relevantes de las normativas aplicables en la Unión Europea. Este producto ha sido diseñado, fabricado y probado con el cumplimiento de los estándares de seguridad y calidad requeridos. El texto completo de la Declaración de Conformidad de la UE se puede encontrar en la siguiente dirección web:
<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

ENGLISH

1. Parts and components

Hardware and tooling package:

Fig. 1

No.	Description	Qt	No.	Description	Qt
7	Screw M820S5	2 units	40	Separator 021100172012. 7	2 units
8	Spring washer d8	6 units	31	M16*1.5	1 pc.
9	Washer d80161.5	2 units	29	M12*37	1 pc.
11	Curved washer d80202*R16	4 units	A	Allen key S5	1 pc.
14	Screw M84020*S13	4 units	B	Fixed spanner S13-14-15	2 units
25	Nylon nut M8H7.5S13	4 units	C	S6 Allen key	1 pc.
28	Washer d120242	1 pc.	D	Fixed wrench S17-S19	1 pc.
39	Washer d17.50342	2 units			

Main set:

Fig. 2

No.	Description	Qt	No.	Description	Qt
1	Console	1 pc.	22	Long shaft	1 pc.
51	Connector/Connection	1 pc.	6	Cover	1 pc.
26	Saddle mounting plate	1 pc.	27	Saddle tube	1 pc.
42L/ R	Pedals (Pedal)	1 pair	4	Console post	1 pc.
48	Front stabiliser	1 pc.	13L/R	Handlebar	1 pair
49	Rear stabiliser	1 pc.	37L/R	Push rod	1 pair
24	Saddle	1 pc.	89	Main frame	1 pc.
23L/ R	Oscillating bar	1 pair			

Complete parts list:

No.	Description	Qt	No.	Description	Qt
1	Console	1	53	Screw ST4.21908	6
2	Screws M510	4	54	Fan wheel cover	2
3	End cap	3	55	Screw ST4.21308	12
4	Console post	1	56	Washer d40181.5	4
5	Trunk cable 2	1	57	Fixing plate	4

ENGLISH

6	Cover	1	58	Nut M101H9.5*S15	2
7	Screw M820S5	2	59	Screw M640010*2.5	2
8	Spring washer d8	11	60	Nylon nut M6H6S10	10
9	Washer d80161.5	9	61	U-washer 30101.5	2
10	Screw M816S5	7	62	Nut M101H5*S17	2
11	Curved washer d80202*R16	6	63	Bearing 6000	2
12	End cap 032*17	4	64	Magnet 10*3	1
13L/R	Handlebar arm	2	65	Spring washer D6	8
14	Screw M84320*H3	4	66	Washer d60161.5	4
15	Cap nut M8H16S13	4	67	Sleeve 1	1
16	S13 Cap	2	68	Sleeve 2	1
17	Screw M816S13	2	69L/R	Net covers	2
18	Washer d80322	2	70	Screw M64520*S4	4
19	Ø19 bushing	4	71	Wheel shaft	1
20	Sleeve 032 323021.2*20	4	72	Screw ST41307	12
21	Curved washer d190250.3	2	73	Nut M10×1.25×H7. 5×S14	2
22	Long shaft Ø19*538	1	74	Wave washer d10×Ø13.5×0.3	2
23L/ R	Oscillating bar	2	75	Cover Ø25*7	2
24	Saddle	1	76L/R	Crank	2
25	Nylon nut M8H7.5S13	5	77	Ring assembly	2
26	Saddle mounting plate	1	78L/R	Chain cover	2
27	Saddle tube	1	79	Screw ST4.21608	5
28	Washer d120242	1	80	Wave washer d17×Ø22×0.3	1
29	Knob/Handle M123715*Ø58	1	81	Bearing 6203	2
30	Bushing	1	82	Sensor	1
31	Knob/Handle M161.522*Ø56	1	83	Sensor holder	1
32	ST4.21008 threaded-plate screw	1	84	Spacer Ø17.10254.0	1

33	Sleeve Ø181.5Ø14.65Ø10.1	4	85	Belt plate	1
34	Screw M105520*56	2	86	Belt	1
35	Washer d10Ø202	2	87	Shaft	1
36	Nylon nut M10H9.5S17	2	88	Screw M61555	4
37L/ R	Push rod	2	89	Main frame	1
38	FR8Z bearing d12.7×D28.6×B8	2	90	Foam handle 303280	2
39	Washer d17.5Ø342	2	91	Screw M410Ø8	1
40	Separator 2110Ø172Ø12.7	2	92	Outer buckle	1
41	Nylon nut M12H11S19	2	93	Inner buckle	1
42L/ R	Foot control	2	94	Washer D17*1.0	1
43	Screw M84215*55	2	95	Counterweigh t	4
44	Transport wheel Ø62*24.3	2	96	Fan wheel	1
45	End cap 804025	4	97	Sleeve Ø323.3Ø2820. 5Ø19.1	2
46	Nut M8H5.5S14	4	98	Washer d8Ø202	3
47	Supporting dowel Ø5242M8*25	4	99	Screw ST4.213Ø8	4
48	Front stabiliser	1	A	Allen key S5	1
49	Rear stabiliser	1	B	Fixed spanner S13-14-15	2
50	Trunk cable 1	1	C	S6 Allen key	1
51	Connector/Connectio n	1	D	Fixed wrench S17-S19	1
52	Separator Ø10.2Ø1530	2			

Note:

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

2. Before use

- This appliance comes in a packaging designed to protect it during transport. Remove the appliance from its box. You can keep the original box and other packaging materials in a safe place to prevent damage to the appliance if you need to transport it in the future. If you wish to dispose of the original packaging, make sure all items are recycled properly.
- Check that all parts and components are included and in good condition. If any of

them are missing or damaged, please contact Cecotec's Official Technical Support Service immediately.

Box content:

- Air bikes
- 2 x 1.5V AA batteries
- Instruction manual

- Do not remove the product's serial number in order to keep proper traceability if technical assistance is required.

3. Assembly

Step 1: Assembly of the stabilisers

Fig. 3

1. Remove the Screws M816S5 (10) and Washers d80161.5 (9) from the front Stabilizer (48) and rear Stabilizer (49) using the Allen Key S5 (A).
2. Secure the front stabiliser (48) and rear stabiliser (49) to the main frame (89) with M816S5 screws (10) and d80161.5 washers (9) using the S5 Allen key (A).

Step 2: Assembly of the saddle

Fig. 4

1. Insert the Saddle Tube (27) into the Main Frame (89) and lock it with the Knob/Handle M161.522*056 (31).
2. Place the Saddle Clamp Plate (26) on the Saddle Tube (27) and secure with Knob/Handle M123715058 (29) and Washer d12024*2 (28).
3. Using the open-end wrench S13-14-15 (B), remove the Nylon Nuts M8H7.5S13 (25) and Washers d80202 (98) from the Saddle (24). Mount the Saddle (24) on the Saddle Fixing Plate (26) and secure with Nylon Nuts M8H7.5S13 (25) and Washers d80202 (98) using Spanner S13-14-15 (B).

Step 3: Assembly of the long shaft and swing bars; securing the connection

Fig. 5.

1. Remove the Screws M816S13 (17), Spring Washers d8 (8), Washers d80322 (18), Washers d190250.3 (21) and Caps S13 (16) from the Long Shaft (22). Insert the Long Shaft (22) through the Main Frame (89), centring the output on both sides. Attach the Pivot Rods (23L/R) to both ends of the Long Shaft (22) with M816S13 Screws (17), d8 Spring Washers (8), d80322 Washers (18) and d190250.3 Washers (21). Cover the screws with the S13 Caps (16).
2. Fasten the Connector/Connection (51) to the Main Frame (89) with the M820S5 Screws (7), the d8 Spring Washers (8) and the d80161.5 Washers (9) using the S5 Allen Key (A).

Step 4: Assembly of cranks, rods and pedals

Fig. 6.

1. Remove the nylon nuts M12H11S19 (41) from the Pedals (42L/R).
2. Attach the Push Rod (37L/R) to the Connecting Rod (76L/R) using the Pedal (42L/R), Washers d17.50342 (39), Spacers 21100172012.7 (40) and Nylon Nuts M12H11S19 (41). Use open-end wrench S13-14-15 (B) and open-end wrench S17-519 (D).
3. Using Allen Key S6 (C) and Spanner S17-519 (D), remove the Screws M105520S6 (34), Washers d100202 (35) and Nylon Nuts M10H9.5S17 (36) from the Thrust Rod (37L/R). Then attach the Thrust Rod (37L/R) to the Sway Bar (23L/R) and secure with M105520S6 Screws (34), d100202 Washers (35) and M10H9.5S17 Nylon Nuts (36).

Step 5: Mounting of console post, cover and handlebars

Fig. 7

1. Remove the M816S5 Screws (10), d80161.5 Washers (9), d8 Spring Washers (8) and d80202*R16 Curved Washers (11) from the Connector/Connection (51) with the S5 Allen Key (A).
2. Slide the Cover (6) onto the Console Post (4). Connect Trunk cable 1 (50) and Trunk cable 2 (5). Insert the Console Post (4) into the Connector/Connection (51) and secure it with the M816S5 Screws (10), d8 Spring Washers (8), d80161.5 Washers (9) and d80202*R16 Curved Washers (11) using the S5 Allen Key (A). Correctly position the Cover (6).
3. Insert the Handlebars (13L/R) into the Sway Bars (23L/R) and secure with Screws M84320H3 (14), Curved Washers d80202R16 (11), Spring Washers d8 (8) and Nylon Nuts M8H7.5S13 (25) using Spanner Wrench S13-14-15 (B).

Step 6: Monitor installation

Fig. 8

1. Remove the M5*10 Screws (2) from the Console (1) using the open-end wrench S13-14-15 (B).
2. Connect Trunk Cable 1 (50) to the Console Cable (1a).
3. Fasten the Console (1) to the Console Post (4) with the M5*10 Screws (2) using the S13-14-15 open end wrench (B).

Machine relocation

Fig. 9

To move the machine, raise the end of the Rear Stabilizer (49) until the Transport Wheels (44) of the Front Stabilizer (48) contact the ground. With the wheels supported, move the bicycle to the desired location.

Perimeter distance

Fig. 10

Maintain a clear distance around the machine as shown in the diagram. Avoid obstacles and uneven surfaces in the area of use.

Correct use

Fig. 11

Use the bicycle following the posture and gesture shown in the corresponding illustration, keeping your hands on the Handlebars (13L/R) and your feet on the Pedals (42L/R).

Assembling the saddle

Fig. 12

1. Turn the Knob/Handle M161.522*Ø56 (31) counterclockwise to adjust the height of the Saddle Tube (27) according to the holes.
2. Turn the Knob/Handle M123715*Ø58 (29) counterclockwise to adjust the horizontal distance following the arrows on the Saddle Attachment Plate (26).
3. If the "MAX" mark is visible on the saddle tube (27), do not use the machine; this is the maximum permitted height.
4. After adjusting, turn the knobs (31 and 29) clockwise to lock firmly.

4. Operation

Buttons

1. **MODE:**
Press this button to change the display or select the field to be adjusted (which flashes).
2. **RECOVERY / UP:**
 - I. In the setting status, press this button to increase the setting value in the corresponding blinking window for TIME, DIST, CAL and TEMP (°C or °F).
 - II. In non-exercise or non-configuration state, press this button to enter/exit the pulse recovery function.
3. **DOWN:**
In setting mode, press this button to decrease the setting value in the corresponding flashing window for TIME, DIST, CAL and TEMP (°C/°F).
4. **RESET / GO:**
 - I. In the setup state, press this button to reset the value in the corresponding flashing window for TIME, DIST and CAL.
 - II. In the parameter setting state for body fat, press this button to access the body fat test.
 - III. In the monitor status, press and hold this button for 3 seconds to reset all values to zero.

5. BODYFAT:

In idle state, press this button to enter/exit the body fat parameter settings.

Functions

1. SPEED/PERCENTAGE OF BODY FAT/RPM

- I. It shows the instantaneous speed, and the range is from 0.0 to 99.9 km/h (0.0 to 99.9 km/h). Or, if the monitor displays M, the range will be 0.0 to 99.9 mph.
- II. Displays the current repetitions per minute (RPM) during the exercise. Displays the pedalling frequency. The range is 0 to 999 per minute.
- III. Displays the body fat index.

2. TIME/IMC

- I. It counts the total time from the beginning to the end of the exercise, with a range from 0 to 99 minutes and 59 seconds.
- II. The workout time can be set in advance; when approaching the preset time, the monitor will sound an alarm 10 seconds beforehand. The maximum preset time is 99 minutes.
- III. Displays the body mass index (BMI).

3. DISTANCE/TMB

- I. Counts the total distance from the start to the end of the exercise, ranging from 0.00 to 9.99 to 99.9 km. Or, if the meter displays M, the range will be 0.00 ~ 9.99 ~ 99.9 miles.
- II. The exercise distance can be set in advance, and when you approach the preset distance, the monitor will sound a 10-second alarm. The maximum preset distance is 99.9 km or miles (if the monitor shows M).
- III. Display the basal metabolic rate (BMR).

4. CALORIES/TEMPERATURE

- I. It counts the total calories consumed from the beginning to the end of the exercise and the range is 0.0 ~ 99.9 ~ 999 KCAL.
- II. The calorie value can be set in advance, when approaching the preset calories, the monitor will emit a 10-second alarm.
- III. Displays the ambient temperature (TEMP).

5. HEART RATE

- I. Hold the pulse sensor and read your heart rate per minute. The range is 40 to 240 bpm.
- II. If no pulse signal is detected for 60 seconds, "P" will appear to pause the pulse test. You can press UP or DOWN to restart the pulse test.

6. KEY TONE

The monitor will beep when any button is pressed. This sound is the key tone. If you do not hear the sound, it means that the key has not been pressed correctly or that the key is not working properly.

7. AUTO ON/OFF AND AUTO START/STOP

- I. If no exercise or running signal is detected for 8 minutes, the device will automatically turn off and all data in the memory will be erased, except for body fat and temperature parameters.
- II. Once an exercise or running signal is received, the monitor will automatically turn on.

OPERATION

1. CONFIGURATION

Press MODE to select the display window you want to preset and the corresponding window value will flash. Then press UP/DOWN to increase or decrease the value until the desired alarm time, distance or calories are reached. Press and hold UP/DOWN to increase or decrease the value rapidly. Press RESET to reset the value of the corresponding flashing window.

2. PULSE RATE

Before measuring the pulse rate, press any button to change "P" to "-" in the window, and then enter the pulse mode. Place both palms of your hands on the contact pads and the monitor will display your current heart rate in beats per minute (BPM) on the LCD.

Note: During the pulse measurement process, due to contact blocking, the initial readings may be higher than the actual heart rate. The values will stabilize and approach the actual readings within one minute. The value of the measurement cannot be considered as a basis for medical treatment.

Note: If the bicycle is equipped with wireless heart rate measurement through the transmitter belt, before measuring your heart rate, moisten the conductive pads on the bottom of the transmitter with water, sweat or a conductive gel to ensure good contact. Next, place the belt around your chest. Adjust the belt until the transmitter fits snugly under the pectoral muscles to obtain an accurate heart rate signal.

3. PULSE RECOVERY

At rest and without exercise, first check your pulse as above. Then press RECOVERY/UP to access the pulse recovery function. The display will show a 1-minute countdown as well as your heart rate. Press and hold the pulse sensor

until the countdown reaches zero. Your pulse recovery level will then be displayed, from F1 to F6, i.e. from the fastest to the slowest recovery. The fastest recovery, F1, is the best. Press RECOVERY/UP again to exit the pulse recovery function.

4. BODY FAT, IMC AND TMB

In the idle state, press BODYFAT to access the body fat parameter settings. You can configure them in the following sequence: user number (1- 8), weight (kg), height (cm), age (years) and gender. However, if the meter displays M, the weight will be displayed in "lb" and the height in "in". Press MODE to move to the next parameter setting. Press UP to increase the setting value and DOWN to decrease it.

When you have finished the setting, hold the pulse sensor and press RESET/GO. The display will then show your body fat in 6 seconds.

Press BODYFAT again to exit the body fat test.

Note:

- I. During parameter setting, it will automatically exit the body fat test if it does not detect any operating signal for 10 seconds.
- II. During the body fat test, it will display Er.1 if no test target is detected for 10 seconds.

Body fat contrast

Sex/Age	Underweight	Healthy	Slightly overweight	Overweight	Obese
Male/≤30	<14%	14%-20%	20.1%-25%	25.1%-35%	>35%
Male/>30	<17%	17%-23%	23.1%-28%	28.1%-38%	>38%
Female/≤30	<17%	17%-24%	24.1-30%	30.1%-40%	>40%
Female/>30	<20%	20%-27%	27.1%-33%	33.1%-43%	>43%

BATTERY REPLACEMENT

When the display becomes dim or unreadable, remove the battery and replace it with two AA batteries.

5. Exercise guidelines

A proper workout should consist of the following phases:

- Warm-up: 5-10 minutes of stretching and low-intensity exercise. A proper warm-up increases body temperature, heart rate and circulation, preparing you for exercise. Fig. 13
- Training: 20-30 minutes of exercise.

(Note: during the first weeks of training, do not maintain a high heart rate for more than 20 minutes). Fig. 14

- Cool-down: 5-10 minutes of stretching. This increases flexibility and helps prevent post-exercise injuries. Fig. 13

Workout routine

To maintain or improve fitness, complete three workout sessions weekly, with at least one day's rest between sessions. After several months of training, you may increase to five sessions weekly. Consistency is key for optimal results.

6. Cleaning and maintenance

- To clean the bike, use a soft, damp cloth. Do not use abrasive cleaning agents or solvents to clean plastic parts. Wipe off any perspiration that may remain on the bike after each use. Be careful not to allow too much moisture to enter the console display, as this may create a risk of electric shock or cause failure of electrical components.
- Please keep the air bike, especially the console, away from direct sunlight to prevent damage to the display.
- Check weekly and before each use that all mounting bolts and the machine pedals are tightened securely.
- Store the air bike in a clean and dry place, out of the reach of children and pets.

7. Technical specifications

Product: EU01_122511

Product reference: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Power supply for display: 2 x 1.5V AA batteries

Maximum user weight: 135 kg.

Class: HC

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

Made in China | Designed in Spain

8. Recycling of electrical and electronic equipment



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

For detailed information on how to properly dispose of electrical and electronic equipment and/or the corresponding batteries, consumers should contact their local authorities.

Information regarding national packaging recycling systems and their marking can be found on our website.

Compliance with the above guidelines will help protecting the environment.

9. 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 product delivery under the terms, conditions and deadlines established by applicable regulations.

Repairs should 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 96 321 07 28.

10. Copyright

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

11. Simplified EU Declaration of Conformity



Cecotec Innovaciones hereby declares that this appliance complies with the essential requirements and other relevant provisions of the regulations applicable in the European Union. This appliance has been designed, manufactured and tested in compliance with required safety and quality standards. The full text of the EU Declaration of Conformity can be found on the following website:

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

FRANÇAIS

1. Pièces et composants

Ensemble de matériel et d'outils :

Img. 1

N°	Description	Cnt	N°	Description	Cnt
7	Vis M82055	2 unités	40	Séparateur 021100172012.7	2 unités
8	Rondelle élastique d8	6 unités	31	M16*1.5	1 pièce
9	Rondelle d80161.5	2 unités	29	M12*37	1 pièce
11	Rondelle courbe d80202*R16	4 unités	A	Clé Allen S5	1 pièce
14	Vis M84020*S13	4 unités	B	Clé de serrage S13-14-15	2 unités
25	Écrou en nylon M8H7.5S13	4 unités	C	Clé Allen S6	1 pièce
28	Rondelle d120242	1 pièce	D	Clé fixe S17-S19	1 pièce
39	Rondelle d17.50342	2 unités			

Ensemble principal :

Img. 2

N°	Description	Cnt	N°	Description	Cnt
1	Console	1 pièce	22	Essieu long	1 pièce
51	Connecteur/Con nexion	1 pièce	6	Couvercle	1 pièce
26	Plaque de montage de la selle	1 pièce	27	Tube de la selle	1 pièce
42L/R	Pédales (Pedal)	1 paire	4	Poteau de console	1 pièce
48	Stabilisateur avant	1 pièce	13L/R	Guidon	1 paire
49	Stabilisateur arrière	1 pièce	37L/R	Tige de poussée	1 paire
24	Selle	1 pièce	89	Structure principale	1 pièce
23L/R	Barre stabilisatrice	1 paire			

Liste complète des pièces :

N°	Description	Cnt	N°	Description	Cnt
1	Console	1	53	Vis ST4.21908	6
2	Vis M510	4	54	Enveloppe de roue de ventilateur	2
3	Capuchon d'extrémité	3	55	Vis ST4.21308	12

FRANÇAIS

4	Poteau de console	1	56	Rondelle d40181.5	4
5	Câble interurbain 2	1	57	Plaque de fixation	4
6	Couvercle	1	58	Écrou M101H9.5*515	2
7	Vis M82055	2	59	Vis M640010*2.5	2
8	Rondelle élastique d8	11	60	Écrou en nylon M6H6S10	10
9	Rondelle d80161.5	9	61	Rondelle en U 30101.5	2
10	Vis M81655	7	62	Écrou M101H5*S17	2
11	Rondelle courbe d80202*R16	6	63	Roulement 6000	2
12	Capuchon d'extrémité 032*17	4	64	Aimant 10*3	1
13L/R	Guidon	2	65	Rondelle élastique D6	8
14	Vis M84320*H3	4	66	Rondelle d60161.5	4
15	Écrou borgne M8H16S13	4	67	Manchon 1	1
16	Casquette S13	2	68	Manchon 2	1
17	Vis M816S13	2	69L/R	Plafonds nets	2
18	Rondelle d80322	2	70	Vis M64520*S4	4
19	Manchon Ø19	4	71	Axe du volant	1
20	Douille Ø32 323021.2*20	4	72	Vis ST41307	12
21	Rondelle ondulée d190250.3	2	73	Écrou M10x1.25xH 7.5xS14	2
22	Arbre long Ø19*538	1	74	Rondelle ondulée d10xØ13.5x0.3	2
23L/R	Barre stabilisatrice	2	75	Couvercle Ø25*7	2
24	Selle	1	76L/R	Bielle	2
25	Écrou en nylon M8H7.5S13	5	77	Anneau	2

FRANÇAIS

26	Plaque de montage de la selle	1	78L/R	Protection de la chaîne	2
27	Tube de la selle	1	79	Vis ST4.21608	5
28	Rondelle d120242	1	80	Rondelle ondulée d17×Ø22×0.3	1
29	Bouton/poignée M123715*Ø58	1	81	Roulement 6203	2
30	Capuchon	1	82	Capteur	1
31	Bouton/poignée M161.522*Ø56	1	83	Support du capteur	1
32	Vis à plaque fileté ST4.21008	1	84	Entretoise Ø17.10254.0	1
33	Manchon Ø181.5Ø14.65Ø10.1	4	85	Plaque de sangle	1
34	Vis M105520*56	2	86	Sangle	1
35	Rondelle d100202	2	87	Essieu	1
36	Écrou en nylon M10H9.5S17	2	88	Vis M61555	4
37L/R	Tige de poussée	2	89	Structure principale	1
38	Roulement FR8Z d12.7×D28.6×B8	2	90	Poignée en mousse 303280	2
39	Rondelle d17.5Ø342	2	91	Vis M41008	1
40	Séparateur 21100172Ø12.7	2	92	Boucle extérieure	1
41	Écrou en nylon M12H11S19	2	93	Boucle intérieure	1
42L/R	Pédale	2	94	Rondelle D17*1.0	1
43	Vis M84215*55	2	95	Poids	4
44	Roue de transport Ø62*24.3	2	96	Roue de ventilateur	1
45	Capuchon d'extrémité 804025	4	97	Manchon Ø323.3Ø282.0.5Ø19.1	2
46	Ecrou M8H5.5S14	4	98	Rondelle d8Ø202	3
47	Cheville de support Ø5242M8*25	4	99	Vis ST4.21308	4
48	Stabilisateur	1	A	Clé Allen S5	1

	avant				
49	Stabilisateur arrière	1	B	Clé de serrage S13-14-15	2
50	Câble interurbain 1	1	C	Clé Allen S6	1
51	Connecteur/Connexion	1	D	Clé fixe S17-S19	1
52	Entretoise Ø10.2Ø1530	2			

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. 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 à air
- 2 piles de 1,5V AA
- Manuel d'instructions
- Ne retirez pas le numéro de série du produit, afin de conserver un suivi correct de votre produit en cas de problème.

3. Montage

Étape 1 : Montage des stabilisateurs

Img. 3

1. Retirer les vis M816S5 (10) et les rondelles d8Ø161.5 (9) du stabilisateur avant (48) et du stabilisateur arrière (49) à l'aide de la clé Allen S5 (A).
2. Fixez le stabilisateur avant (48) et le stabilisateur arrière (49) à la structure principale (89) à l'aide des vis M816S5 (10) et des rondelles d8Ø161,5 (9) à l'aide de la clé Allen S5 (A).

Étape 2 : Montage de l'ensemble selle

Fig. 4

1. Insérer le tube de la selle (27) dans le cadre principal (89) et le verrouiller à l'aide du bouton/poignée M161.522*Ø56 (31).
2. Monter la plaque de fixation de la selle (26) sur le tube de la selle (27) et la fixer avec le bouton/poignée M123715058 (29) et la rondelle d12024*2 (28).
3. A l'aide de la clé plate S13-14-15 (B), retirer les écrous en nylon M8H7.5S13 (25) et les rondelles d80202 (98) de la selle (24). Monter la selle (24) sur la plaque de fixation de la selle (26) et la fixer avec les écrous en nylon M8H7.5S13 (25) et les rondelles d80202 (98) à l'aide de la clé S13-14-15 (B).

Étape 3 : Montage de l'arbre long et des barres oscillantes ; fixation du raccordement

Img. 5

1. Retirer les vis M816S13 (17), les rondelles élastiques d8 (8), les rondelles d80322 (18), les rondelles d190250.3 (21) et les capuchons S13 (16) de l'arbre long (22). Insérer l'arbre long (22) dans le cadre principal (89), en centrant la sortie des deux côtés. Fixer les tiges pivotantes (23L/R) aux deux extrémités de l'arbre long (22) avec les vis M816S13 (17), les rondelles élastiques d8 (8), les rondelles d80322 (18) et les rondelles d190250.3 (21). Couvrir les vis avec les capuchons S13 (16).
2. Fixer le connecteur/la connexion (51) au cadre principal (89) avec les vis M820S5 (7), les rondelles élastiques d8 (8) et les rondelles d80161.5 (9) à l'aide de la clé Allen S5 (A).

Étape 4 : Montage des manivelles, tringles et pédales

Img. 6

1. Retirer les écrous en nylon M12H11S19 (41) des pédales (42L/R).
2. Fixer la tige de poussée (37L/R) à la tige de connexion (76L/R) à l'aide de la pédale (42L/R), des rondelles d17.50342 (39), des entretoises 21100172012.7 (40) et des écrous en nylon M12H11S19 (41). Utiliser les clés à fourche S13-14-15 (B) et les clés à fourche S17-S19 (D).
3. A l'aide de la clé Allen S6 (C) et de la clé à fourche S17-S19 (D), retirer les vis M105S20S6 (34), les rondelles d100202 (35) et les écrous en nylon M10H9.5S17 (36) de la tige de poussée (37L/R). Ensuite, monter la tige de poussée (37L/R) sur la barre stabilisatrice (23L/R) et la fixer avec les vis M105S20S6 (34), les rondelles d100202 (35) et les écrous en nylon M10H9.5S17 (36).

Étape 5 : Montage du mât de la console, du capot et des poignées

Img. 7

1. Retirer les vis M816S5 (10), les rondelles d80161.5 (9), les rondelles élastiques d8 (8) et les rondelles courbes d80202*R16 (11) du connecteur/connexion (51) à l'aide de la clé Allen S5 (A).
2. Faites glisser le couvercle (6) sur le montant de la console (4). Connecter le câble de liaison 1 (50) et le câble de liaison 2 (5). Insérez le montant de la console (4)

dans le connecteur/la connexion (51) et fixez-le avec les vis M816S5 (10), les rondelles élastiques d8 (8), les rondelles d8Ø161,5 (9) et les rondelles incurvées d8Ø202*R16 (11) à l'aide de la clé Allen S5 (A). Positionner correctement le couvercle (6).

3. Insérer le guidon (13L/R) dans les barres stabilisatrices (23L/R) et le fixer avec les vis M84320H3 (14), les rondelles courbes d8Ø202R16 (11), les rondelles élastiques d8 (8) et les écrous en nylon M8H7.5S13 (25) à l'aide de la clé S13-14-15 (B).

Étape 6 : Installation de la console

Img. 8

1. Retirer les vis M5*10 (2) de la console (1) à l'aide de la clé plate S13-14-15 (B).
2. Connecter le câble de liaison 1 (50) au câble de la console (1a).
3. Fixer la console (1) au montant de la console (4) avec les vis M5*10 (2) à l'aide de la clé plate S13-14-15 (B).

Transporter la machine

Img. 9

Pour déplacer la machine, relevez l'extrémité du stabilisateur arrière (49) jusqu'à ce que les roues de transport (44) du stabilisateur avant (48) touchent le sol. En soutenant les roues, déplacez la bicyclette jusqu'à l'endroit souhaité.

Distance du périmètre

Img. 10

Maintenez une distance suffisante autour de la machine, comme indiqué sur le schéma. Éviter les obstacles et les surfaces inégales dans la zone d'utilisation.

Utilisation correcte

Img. 11

Utilisez la bicyclette en suivant la posture et le geste indiqués dans l'illustration correspondante, en gardant les mains sur le guidon (13L/R) et les pieds sur les pédales (42L/R).

Réglage de la selle

Img. 12

1. Tourner le bouton/poignée M161.522*Ø56 (31) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour régler la hauteur du tube de la selle (27) en fonction des trous.
2. Tourner le bouton/poignée M123715*Ø58 (29) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour régler la distance horizontale en suivant les flèches sur la plaque de fixation de la selle (26).
3. Si la marque « MAX » est visible sur le tube de selle (27), n'utilisez pas la machine ; il s'agit de la hauteur maximale autorisée.
4. Après le réglage, tourner les boutons (31 et 29) dans le sens des aiguilles d'une montre pour les bloquer fermement.

4. Fonctionnement

Boutons

1. **MODE :**
Appuyez sur cette touche pour modifier l'affichage ou pour sélectionner le champ à régler (qui clignote).
2. **RECOVERY / UP :**
 - I. Dans l'état de réglage, appuyez sur ce bouton pour augmenter la valeur de réglage dans la fenêtre clignotante correspondante pour TIME, DIST, CAL et TEMP (°C ou °F).
 - II. En l'absence d'exercice ou de configuration, appuyez sur ce bouton pour entrer/sortir de la fonction de récupération d'impulsions.
3. **DOWN:**
En mode réglage, appuyez sur ce bouton pour diminuer la valeur de réglage dans la fenêtre clignotante correspondante pour TIME, DIST, CAL et TEMP (°C/°F).
4. **RESET / GO :**
 - I. Dans l'état de configuration, appuyez sur ce bouton pour remettre à zéro la valeur dans la fenêtre clignotante correspondante pour TIME, DIST et CAL.
 - II. En mode de paramétrage de la graisse corporelle, appuyez sur cette touche pour accéder au test de la graisse corporelle.
 - III. En mode moniteur, appuyez sur ce bouton et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes pour remettre toutes les valeurs à zéro.
5. **BODYFAT (GRAISSE CORPORELLE) :**
En mode veille, appuyez sur cette touche pour entrer/sortir du réglage des paramètres de la graisse corporelle.

Fonctions

1. **VITESSE/POURCENTAGE DE GRAISSE CORPORELLE/TR/MIN**
 - I. Affiche la vitesse instantanée, de 0,0 à 99,9 km/h. Ou, si le moniteur affiche M, la plage sera de 0,0 à 99,9 mph.
 - II. Affiche le nombre de répétitions par minute (RPM) pendant l'exercice. Indique la fréquence de pédalage. La plage est comprise entre 0 et 999 par minute.
 - III. Affiche l'indice de graisse corporelle.
2. **TEMPS/IMC**
 - I. Compte le temps total entre le début et la fin de l'exercice, avec une

plage de 0 à 99 minutes et 59 secondes.

- II. La durée de l'exercice peut être configurée à l'avance ; lorsque la durée prédéfinie touche à sa fin, le moniteur émet une alarme 10 secondes avant. La durée maximale prédéfinie est de 99 minutes.
- III. Affiche l'indice de masse corporelle (IMC).

3. DISTANCE/TMB

- I. Compte la distance totale entre le début et la fin de l'exercice, allant de 0,00 à 9,99 à 99,9 km. Ou, si le compteur affiche M, la portée sera de 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 miles.
- II. La distance d'exercice peut être réglée à l'avance, et lorsque vous approchez de la distance prédéfinie, le moniteur émet une alarme de 10 secondes. La distance maximale pré-réglée est de 99,9 km ou miles (si l'écran affiche M).
- III. Affiche le taux métabolique de base (BMR).

IV. CALORIES/TEMPÉRATURE

- V. Il compte les calories totales consommées du début à la fin de l'exercice et la plage est de 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
- VI. La valeur des calories peut être réglée à l'avance. Lorsque le nombre de calories atteint le seuil prédéfini, le moniteur émet une alarme d'une durée de 10 secondes.
- VII. Affiche la température ambiante (TEMP).

4. POULS

- I. Tenez le capteur de pouls et lisez votre fréquence cardiaque par minute. La fourchette est comprise entre 40 et 240 bpm.
- II. Si aucun signal d'impulsion n'est détecté pendant 60 secondes, le message "P" s'affiche pour interrompre le test d'impulsion. Vous pouvez appuyer sur UP ou DOWN pour redémarrer le test d'impulsion.

5. TONALITÉ DE LA TOUCHE

Le moniteur émet un signal sonore lorsque l'on appuie sur un bouton. Ce son est la tonalité de la touche. Si vous n'entendez pas le son, cela signifie que la touche n'a pas été appuyée correctement ou que la touche ne fonctionne pas correctement.

6. MARCHE/ARRÊT AUTOMATIQUE ET DÉMARRAGE/ARRÊT AUTOMATIQUE

- I. Si aucun signal d'exercice ou de fonctionnement n'est détecté pendant 8 minutes, l'appareil s'éteint automatiquement et toutes les données en mémoire sont effacées, à l'exception des paramètres de graisse corporelle et de température.
- II. Dès qu'un signal d'exercice ou de fonctionnement est reçu, le moniteur

s'allume automatiquement.

FUNCTIONNEMENT

1. CONFIGURATION

Appuyez sur MODE pour sélectionner la fenêtre d'affichage que vous souhaitez pré-régler et la valeur de la fenêtre correspondante clignotera. Appuyez ensuite sur UP/DOWN pour augmenter ou diminuer la valeur jusqu'à ce que l'heure d'alarme, la distance ou les calories souhaitées soient atteintes. Maintenez la touche UP/DOWN enfoncée pour augmenter ou diminuer rapidement la valeur. Appuyez sur RESET pour remettre à zéro la valeur de la fenêtre clignotante correspondante.

2. FRÉQUENCE DU POULS

Avant de mesurer la fréquence du pouls, appuyez sur n'importe quel bouton pour faire passer "P" à "." dans la fenêtre, puis entrez dans le mode de pouls. Placez les deux paumes de vos mains sur les coussinets de contact et le moniteur affichera votre fréquence cardiaque actuelle en battements par minute (BPM) sur l'écran LCD.

Remarque : pendant la mesure du pouls, en raison du blocage du contact, les relevés initiaux peuvent être supérieurs à la fréquence cardiaque réelle. Les valeurs se stabilisent et se rapprochent des valeurs réelles en l'espace d'une minute. La valeur de la mesure ne peut pas être considérée comme une base pour un traitement médical.

Note : Si votre vélo est équipé d'un système de mesure de la fréquence cardiaque sans fil via la ceinture émettrice, avant de mesurer votre fréquence cardiaque, humidifiez les coussinets conducteurs situés sous l'émetteur avec de l'eau, de la sueur ou un gel conducteur afin d'assurer un bon contact. Placez ensuite la ceinture autour de votre poitrine. Ajustez la ceinture jusqu'à ce que l'émetteur soit bien ajusté sous les muscles pectoraux afin d'obtenir un signal de fréquence cardiaque précis.

3. RÉCUPÉRATION DU POULS

Au repos et sans exercice, vérifiez d'abord votre pouls comme indiqué ci-dessus. Appuyez ensuite sur RECOVERY/UP pour accéder à la fonction de récupération des impulsions. L'écran affiche un compte à rebours d'une minute ainsi que votre fréquence cardiaque. Appuyez sur le capteur d'impulsion et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que le compte à rebours atteigne zéro. Le niveau de récupération de votre pouls s'affiche alors, de F1 à F6, c'est-à-dire de la récupération la plus rapide à la plus lente. La récupération la plus rapide, F1, est la meilleure. Appuyez à nouveau sur RECOVERY/UP pour quitter la fonction de récupération des impulsions.

4. GRAISSE CORPORELLE, IMC ET TMB

En mode veille, appuyez sur BODYFAT pour accéder aux réglages des paramètres de graisse corporelle. Vous pouvez les configurer dans l'ordre suivant : numéro d'utilisateur (1- 8), poids (kg), taille (cm), âge (années) et sexe. Toutefois, si le lecteur affiche M, le poids sera affiché en "lb" et la taille en "in". Appuyez sur MODE pour passer au paramètre suivant. Appuyez sur HAUT pour augmenter la valeur de réglage et sur BAS pour la diminuer.

Lorsque le réglage est terminé, maintenez le capteur d'impulsion et appuyez sur RESET/GO. L'écran affiche alors votre taux de graisse corporelle en 6 secondes.

Appuyez à nouveau sur BODYFAT pour quitter le test de graisse corporelle.

Observation :

- I. Pendant le réglage des paramètres, l'appareil quitte automatiquement le test de graisse corporelle si aucun signal de fonctionnement n'est détecté pendant 10 secondes.
- II. Pendant l'analyse de la graisse corporelle, Er.1 s'affiche si aucune cible n'est détectée pendant 10 secondes.

Contraste de graisse corporelle

Sexe/âge	Poids léger	En bonne santé	Légère surcharge pondérale	Surpoids	Obésité
Homme/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Homme/>30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Femme/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Femme/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

REPLACEMENT DES PILES

Lorsque l'affichage devient faible ou illisible, retirez la pile et remplacez-la par deux piles AA.

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. 13

- 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. 14

- Étirement : étirez-vous pendant 5-10 minutes. Cela augmente la flexibilité et aide à prévenir les lésions après l'exercice. Img. 13

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

- Pour nettoyer le vélo, utilisez un chiffon doux et humide. N'utilisez pas de produits abrasifs ou de solvants pour nettoyer les pièces en plastique. Après chaque utilisation, essuyez la sueur qui pourrait rester sur le vélo. Veillez à ce qu'il n'y ait pas trop d'humidité dans l'écran du moniteur, car cela peut créer un risque d'électrocution ou entraîner une défaillance des composants électriques.
- Le vélo, en particulier le moniteur, ne doit pas être exposé à la lumière directe du soleil afin d'éviter d'endommager l'écran.
- Vérifiez chaque semaine et avant chaque utilisation que tous les boulons de fixation et les pédales de la machine sont bien serrés.
- Rangez le vélo dans un endroit propre et sec, hors de portée des enfants.

7. Spécifications techniques

Modèle : EU01_122511

Référence : Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Alimentation de l'écran : 2 piles AA de 1,5 V

Poids maximum de l'utilisateur : 135 Kg.

Classe : HC

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

Produit fabriqué en Chine | Conçu en Espagne

8. 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.

Vous pouvez consulter les informations sur les systèmes nationaux de recyclage des emballages et leur marquage sur notre site web.

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

9. 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.

10. 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.

11. Déclaration de conformité simplifiée de l'UE



Par la présente, Cecotec Innovaciones déclare que ce produit est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la réglementation applicable dans l'Union européenne. Ce produit a été conçu, fabriqué et testé pour répondre aux normes de sécurité et de qualité requises. Le texte intégral de la déclaration de conformité de l'UE peut être consulté sur le site web suivant :

<https://www.storececotec.fr/fr/information/declaration-of-conformity>

DEUTSCH

1. Teile und Komponenten

Paket mit Befestigungsmaterial und Werkzeugen:

Abb. 1

N°	Beschreibung	Stk.	N°	Beschreibung	Stk.
7	Schraube: M82035	2 Stk.	40	Distanzstück: Ø21,1 / Ø17,2 / Ø12,7	2 Stk.
8	Federscheibe: d8	6 Stk.	31	M16*1.5	1 Stk.
9	Unterlegscheibe: d8 Ø16 1,5	2 Stk.	29	M12*37	1 Stk.
11	Gewölbte Unterlegscheibe: d8 Ø20,2 R16	4 Stk.	A	Sechskantschlüss el S5	1 Stk.
14	Schraube: M84020*S13	4 Stk.	B	Maulschlüssel: S13-14-15	2 Stk.
25	Nylonsicherungsmutter: M8 H7,5 S13	4 Stk.	C	Sechskantschlüss el S6	1 Stk.
28	Unterlegscheibe: d12 Ø24 2	1 Stk.	D	Maulschlüssel: S17-S19	1 Stk.
39	Unterlegscheibe: d17,5 Ø34 2	2 Stk.			

Hauptbaugruppe:

Abb. 2

N°	Beschreibung	Stk.	N°	Beschreibung	Stk.
1	Konsole	1 Stk.	22	Lange Achse	1 Stk.
51	Steckverbinder/A nschluss	1 Stk.	6	Abdeckung	1 Stk.
26	Sattel-Befestigu ngsplatte	1 Stk.	27	Sattelrohr	1 Stk.
42L/R	Pedale (Pedal)	1 Paar	4	Konsolenmast	1 Stk.
48	Vorderer Stabilisator	1 Stk.	13L/R	Lenker	1 Paar
49	Hintere Stabilisator	1 Stk.	37L/R	Pleuelstange	1 Paar
24	Sattel	1 Stk.	89	Hauptstruktur	1 Stk.
23L/R	Stabilisatoren	1 Paar			

Vollständige Stückliste:

N°	Beschreibung	Stk.	N°	Beschreibung	Stk.
1	Konsole	1	53	Schraube: ST4.2x19 (Ø8)	6
2	M510 Schraube	4	54	Abdeckung des Lüfterrads	2
3	Endkappe	3	55	Schraube: ST4.2x13 (Ø8)	12
4	Konsolenmast	1	56	Unterlegscheibe: d4 Ø18 1,5	4

DEUTSCH

5	Hauptkabel (2 Stk.)	1	57	Befestigungsplatte	4
6	Abdeckung	1	58	Mutter: M10 1H9,5*S15	2
7	Schraube: M82035	2	59	Schraube: M6×40 Ø10×2,5	2
8	Federscheibe: d8	11	60	Nylonsicherungsmutter: M6 H6 S10	10
9	Unterlegscheibe: d8 Ø16 1,5	9	61	U-Scheibe: 3010 1,5	2
10	Schraube: M8×16 S5	7	62	Mutter: M10 1H5*S17	2
11	Gewölbte Unterlegscheibe: d8 Ø20,2 R16	6	63	Kugellager: 6000	2
12	Endkappe (Terminal): Ø32×17	4	64	Magnet: 10×3	1
13L/R	Lenker	2	65	Elastische Unterlegscheibe D6	8
14	Schraube: M8×43×20 (H3)	4	66	Unterlegscheibe: d6 Ø16 1,5	4
15	Hutmutter: M8 H16 S13	4	67	Distanzhülse: 1	1
16	Kappe: S13	2	68	Distanzhülse: 2	1
17	Schraube: M8×16 S13	2	69L/R	Schutzgitterabdeckung	2
18	Unterlegscheibe: d8 Ø32 2	2	70	Schraube: M64520*S4	4
19	Buchse: Ø19	4	71	Lenkradwelle	1
20	Buchse: Ø32,3 Ø21,2×20	4	72	Schraube: ST4.13 Ø7	12
21	Wellenscheibe: d19 Ø25 0,3	2	73	Mutter: M10×1,25×H7,5×S14	2
22	Lange Achse: Ø19×538	1	74	Wellenscheibe: d10 Ø13,5×0,3	2
23L/R	Stabilisatoren	2	75	Abdeckung: Ø25×7	2
24	Sattel	1	76L/R	Pleuelstange	2
25	Nylonsicherungsmutter: M8 H7,5 S13	5	77	Drering	2
26	Sattel-Befestigungsplatte	1	78L/R	Kettenabdeckung	2
27	Sattelrohr	1	79	Schraube: ST4.2×16 Ø8	5
28	Unterlegscheibe: d12 Ø24 2	1	80	Wellenscheibe: d17 × Ø22 × 0,3	1
29	Drehknopf/Griff: M123715*Ø58	1	81	Kugellager: 6203	2
30	Buchse	1	82	Sensor	1

DEUTSCH

31	Drehknopf/Griff: M161.522*Ø56	1	83	Sensorhalterung	1
32	Blechschraube (selbstschneidend) ST4.2x10 (Ø8)	1	84	Distanzstück: Ø17,1 / Ø25 / 4,0	1
33	Buchse: Ø18 x 1,5 / Ø14,65 / Ø10,1	4	85	Riemenplatte	1
34	Schraube: M105520*S6	2	86	Gurt	1
35	Unterlegscheibe: d10 Ø20 2	2	87	Achse	1
36	Nylonsicherungsmutter: M10H9.5S17	2	88	Schraube: M615S5	4
37L/R	Schubstange	2	89	Hauptstruktur	1
38	Kugellager: FR8Z d12,7 x D28,6 x B8	2	90	Schaumstoffgriff: 303280	2
39	Unterlegscheibe: d17,5 Ø34 2	2	91	Schraube: M4x10 Ø8	1
40	Distanzstück: 21 10 Ø17,2 Ø12,7	2	92	Schnalle, außen	1
41	Nylonsicherungsmutter: M12 H11 S19	2	93	Schnalle, innen	1
42L/R	Pedal	2	94	Unterlegscheibe: D17*1.0	1
43	Schraube: M84215*S5	2	95	Gegengewicht	4
44	Transportrad: Ø62x24,3	2	96	Lüfterrad	1
45	Endkappe: 804025	4	97	Buchse: Ø32,3 / Ø28 / 20,5 / Ø19,1	2
46	Mutter: M8 H5,5 S14	4	98	Unterlegscheibe: d8 Ø20 2	3
47	Auflagepuffer: Ø52x42, M8x25	4	99	Schraube: ST4.2x13 (Ø8)	4
48	Vorderer Stabilisator	1	A	Sechskantschlüssel S5	1
49	Hintere Stabilisator	1	B	Maulschlüssel: S13-14-15	2
50	Hauptkabel (1 Stk.)	1	C	Sechskantschlüssel S6	1
51	Steckverbinder/A nschluss	1	D	Maulschlüssel: S17-S19	1
52	Distanzstück: Ø10,2 / Ø15 30	2			

Hinweis:

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

2. Vor dem Gebrauch

- Dieses Gerät ist so verpackt, dass es während des Transports geschützt bleibt. Nehmen Sie das Gerät aus seiner Verpackung. 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, vergewissern Sie sich, dass Sie alle Teile korrekt recyceln.
- Vergewissern Sie sich, dass alle Teile und Komponenten enthalten und in gutem Zustand sind. Sollte ein Teil fehlen oder beschädigt sein, wenden Sie sich bitte umgehend an den offiziellen technischen Kundendienst von Cecotec.

Vollständiger Inhalt:

- Air Bike
- 2 AA-Batterien (1,5 V)
- Diese Bedienungsanleitung
- Entfernen Sie die Seriennummer des Produkts nicht, um im Falle einer Serviceanfrage die korrekte Rückverfolgbarkeit Ihres Geräts sicherzustellen.

3. Montage

Schritt 1: Montage der Stabilisatoren

Abb. 3

1. Entfernen Sie die Schrauben M8×16 (Innensechskant S5) (10) und die Unterlegscheiben d8 Ø16 1,5 (9) vom vorderen Stabilisator (48) und vom hinteren Stabilisator (49) mithilfe des Innensechskantschlüssels S5 (A).
2. Befestigen Sie den vorderen Stabilisator (48) und den hinteren Stabilisator (49) am Hauptrahmen (89) mit den Schrauben M8×16 (Innensechskant S5) (10) und den Unterlegscheiben d8 Ø16 1,5 (9) mithilfe des Innensechskantschlüssels S5 (A).

Schritt 2: Montage der Sattelbaugruppe

Abb. 4

1. Setzen Sie das Sattelrohr (27) in den Hauptrahmen (89) ein und verriegeln Sie es mit dem Drehknopf/Griff M161.522×Ø56 (31).
2. Setzen Sie die Sattel-Befestigungsplatte (26) auf das Sattelrohr (27) und befestigen Sie sie mit dem Drehknopf/Griff M123715×Ø58 (29) sowie der Unterlegscheibe d12 Ø24×2 (28).
3. Entfernen Sie mit dem Maulschlüssel S13-14-15 (B) die Nylonsicherungsmuttern M8 H7,5 S13 (25) und die Unterlegscheiben d8 Ø20 2 (98) vom Sattel (24). Montieren Sie den Sattel (24) auf der Sattel-Befestigungsplatte (26) und sichern Sie ihn mit den Nylonsicherungsmuttern M8 H7,5 S13 (25) und den Unterlegscheiben d8 Ø20 2 (98). Verwenden Sie hierzu den Maulschlüssel S13-14-15 (B).

Schritt 3: Montage der langen Achse und der Schwingstangen; Befestigung der Verbindung

Abb. 5

1. Entfernen Sie die Schrauben M8×16 S13 (17), die Federscheiben d8 (8), die Unterlegscheiben d8 Ø32 (18), die Wellenscheiben d19 Ø25 0,3 (21) sowie die Kappen S13 (16) von der langen Achse (22). Führen Sie die lange Achse (22) durch den Hauptrahmen (89) und richten Sie sie so aus, dass sie auf beiden Seiten gleichmäßig übersteht. Befestigen Sie die Schwingstangen (L/R) (23L/R) an beiden Enden der langen Achse (22) mit den Schrauben M8×16 S13 (17), den Federscheiben d8 (8), den Unterlegscheiben d8 Ø32 (18) und den Wellenscheiben d19 Ø25 0,3 (21). Setzen Sie die Kappen S13 (16) auf die Schrauben auf.
2. Befestigen Sie das Verbindungsteil (51) am Hauptrahmen (89) mit den Schrauben M8×20 (Innensechskant S5) (7), den Federscheiben d8 (8) und den Unterlegscheiben d8 Ø16 1,5 (9). Verwenden Sie hierzu den Innensechskantschlüssel S5 (A).

Schritt 4: Montage von Kurbeln, Stangen und Pedalen

Abb. 6

1. Entfernen Sie die Nylonsicherungsmuttern M12H11S19 (41) von den Pedalen (42L/R).
2. Befestigen Sie die Schubstange (L/R) (37L/R) an der Kurbel (L/R) (76L/R). Verwenden Sie hierzu das Pedal (42L/R), die Unterlegscheiben d17,5 Ø34×2 (39), die Distanzstücke 21×10 (Ø17,2/Ø12,7) (40) sowie die Nylonsicherungsmuttern M12H11S19 (41). Verwenden Sie den Maulschlüssel S13–14–15 (B) und den Maulschlüssel S17–S19 (D).
3. Entfernen Sie mit dem Innensechskantschlüssel S6 (C) und dem Maulschlüssel S17–S19 (D) die Schrauben M10×55 (Innensechskant S6) (34), die Unterlegscheiben d10 Ø20×2 (35) und die Nylonsicherungsmuttern M10H9,5S17 (36) von der Schubstange (L/R) (37L/R). Kuppeln Sie anschließend die Schubstange (L/R) (37L/R) an die Schwingstange (L/R) (23L/R) an und sichern Sie sie mit den Schrauben M10×55 (Innensechskant S6) (34), den Unterlegscheiben d10 Ø20×2 (35) und den Nylonsicherungsmuttern M10H9,5S17 (36).

Schritt 5: Montage des Konsolenmasts, der Abdeckung und der Lenker

Abb. 7

1. Entfernen Sie die Schrauben M8×16 (Innensechskant S5) (10), die Unterlegscheiben d8 Ø16×1,5 (9), die Federscheiben d8 (8) sowie die gewölbten Unterlegscheiben d8 Ø20×2 R16 (11) vom Verbindungsteil/Anschluss (51) mithilfe des Innensechskantschlüssels S5 (A).
2. Schieben Sie die Abdeckung (6) auf den Konsolenmast (4). Verbinden Sie Hauptkabel 1 (50) mit Hauptkabel 2 (5). Setzen Sie den Konsolenmast (4) in das Verbindungsteil/den Anschluss (51) ein und befestigen Sie ihn mit den Schrauben M8×16 (Innensechskant S5) (10), den Federscheiben d8 (8), den Unterlegscheiben

d8 Ø16×1,5 (9) und den gewölbten Unterlegscheiben d8 Ø20×2 R16 (11). Verwenden Sie hierzu den Innensechskantschlüssel S5 (A). Setzen Sie die Abdeckung (6) korrekt auf.

3. Setzen Sie die Lenker (L/R) (13L/R) in die Schwingstangen (L/R) (23L/R) ein und sichern Sie sie mit den Schrauben M8×43×20 (H3) (14), den gewölbten Unterlegscheiben d8 Ø20×2 R16 (11), den Federscheiben d8 (8) und den Nylonsicherungsmuttern M8 H7,5 S13 (25). Verwenden Sie hierzu den Maulschlüssel S13-14-15 (B).

Schritt 6: Installation der Konsole

Abb. 8

1. Entfernen Sie die Schrauben M5×10 (2) von der Konsole (1) mithilfe des Maulschlüssels S13-14-15 (B).
2. Verbinden Sie das Hauptkabel 1 (50) mit dem Konsolenkabel (1a).
3. Befestigen Sie die Konsole (1) am Konsolenmast (4) mit den Schrauben M5×10 (2) mithilfe des Maulschlüssels S13-14-15 (B).

Transport des Geräts

Abb. 9

Zum Bewegen des Geräts heben Sie das Ende des hinteren Stabilisators (49) an, bis die Transportrollen (44) des vorderen Stabilisators (48) den Boden berühren. Wenn die Rollen aufliegen, bewegen Sie das Fahrrad zur gewünschten Position.

Sicherheitsabstand

Abb. 10

Halten Sie um das Gerät herum einen freien Abstand ein, wie in der Abbildung dargestellt. Vermeiden Sie Hindernisse und unebene Oberflächen im Nutzungsbereich.

Richtige Benutzung

Abb. 11

Verwenden Sie das Air Bike gemäß der in der entsprechenden Abbildung dargestellten Körperhaltung und Bewegung. Halten Sie dabei die Hände an den Lenkern (13L/R) und die Füße auf den Pedalen (42L/R).

Einstellung des Sattels

Abb. 12

1. Drehen Sie den Drehknopf/Griff M161.522×Ø56 (31) gegen den Uhrzeigersinn, um die Höhe des Sattelrohrs (27) entsprechend den Bohrungen einzustellen.
2. Drehen Sie den Drehknopf/Griff M123715×Ø58 (29) gegen den Uhrzeigersinn, um den horizontalen Abstand gemäß den Pfeilen auf der Sattel-Befestigungsplatte (26) einzustellen.
3. Wenn die Markierung „MAX“ am Sattelrohr (27) sichtbar ist, verwenden Sie das Gerät nicht; dies entspricht der maximal zulässigen Höhe.
4. Drehen Sie nach der Einstellung die Drehknöpfe (31 und 29) im Uhrzeigersinn, um

sie fest zu verriegeln.

4. Bedienung

Tasten

1. **MODE:**
Drücken Sie diese Taste, um die Anzeige zu wechseln oder das einzustellende Feld auszuwählen (das Feld blinkt).
2. **RECOVERY / UP:**
 - I. Im Einstellmodus: Drücken Sie diese Taste, um den Einstellwert im entsprechenden blinkenden Anzeigefeld zu erhöhen: TIME, DIST, CAL und TEMP (°C oder °F).
 - II. Im Nicht-Trainings-/Nicht-Einstellmodus: Drücken Sie diese Taste, um die Pulserholungsfunktion aufzurufen bzw. zu verlassen.
3. **DOWN:**
Im Einstellmodus: Drücken Sie diese Taste, um den Einstellwert im entsprechenden blinkenden Anzeigefeld zu verringern: TIME, DIST, CAL und TEMP (°C/°F).
4. **RESET / GO:**
 - I. Im Einstellmodus: Drücken Sie diese Taste, um den Wert im entsprechenden blinkenden Anzeigefeld für TIME, DIST und CAL zurückzusetzen.
 - II. Im Modus zur Einstellung der Körperfett-Parameter: Drücken Sie diese Taste, um den Körperfett-Test zu starten.
 - III. Im Monitorbetrieb: Halten Sie diese Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte auf 0 zurückzusetzen.
5. **BODYFAT:**
Im Standby-/Ruhezustand: Drücken Sie diese Taste, um die Einstellung der Körperfett-Parameter zu öffnen/schließen.

Funktionen

1. **GESCHWINDIGKEIT / KÖRPERFETT-PROZENT / RPM (U/min)**
 - I. Zeigt die momentane Geschwindigkeit an; Messbereich: 0,0–99,9 km/h. Wenn der Monitor „M“ anzeigt, beträgt der Messbereich 0,0 bis 99,9 Meilen/h (mph).
 - II. Zeigt die aktuellen Umdrehungen pro Minute (RPM) während des Trainings an. Dies entspricht der Trittfrequenz. Messbereich: 0 bis 999 pro Minute.
 - III. Zeigt den Körperfettindex an.

2. ZEIT / BMI

- I. Erfasst die Gesamttrainingszeit vom Beginn bis zum Ende des Trainings; Messbereich: 0 bis 99 Minuten 59 Sekunden.
- II. Die Trainingszeit kann vorab eingestellt werden; nähert sich die Zeit dem voreingestellten Wert, gibt der Monitor 10 Sekunden vorher ein Alarmsignal aus. Die maximal voreinstellbare Zeit beträgt 99 Minuten.
- III. Zeigt den Body-Mass-Index (BMI) an.

3. DISTANZ / BMR

- I. Erfasst die Gesamtdistanz vom Beginn bis zum Ende des Trainings; Messbereich: 0,00 bis 99,9 km. Wenn der Monitor „M“ anzeigt, beträgt der Messbereich 0,0 bis 99,9 Meilen/h (mph).
- II. Die Trainingsdistanz kann vorab eingestellt werden. Nähert sich die Distanz dem voreingestellten Wert, gibt der Monitor 10 Sekunden vorher ein Alarmsignal aus. Die maximal einstellbare Distanz beträgt 99,9 km bzw. 99,9 Meilen (wenn der Monitor „M“ anzeigt).
- III. Zeigt den Grundumsatz (BMR) an.

4. KALORIEN / TEMPERATUR

- I. Erfasst die insgesamt verbrauchten Kalorien vom Beginn bis zum Ende des Trainings; Messbereich: 0,0–99,9–999 kcal.
- II. Der Kalorienwert kann vorab eingestellt werden. Nähert sich der Wert dem voreingestellten Ziel, gibt der Monitor 10 Sekunden vorher ein Alarmsignal aus.
- III. Zeigt die Umgebungstemperatur (TEMP) an.

5. PULS

- I. Halten Sie die Handpulssensoren fest; die Herzfrequenz wird in Schlägen pro Minute angezeigt. Messbereich: 40–240 bpm.
- II. Wenn innerhalb von 60 Sekunden kein Puls erkannt wird, erscheint „P“, um den Pulstest zu pausieren. Drücken Sie UP oder DOWN, um den Pulstest erneut zu starten.

6. TASTENTON

Beim Drücken einer beliebigen Taste gibt der Monitor einen Signalton aus. Dieser Signalton ist der Tastenton. Wenn kein Ton zu hören ist, bedeutet dies, dass die Taste nicht korrekt gedrückt wurde oder dass die Taste nicht ordnungsgemäß funktioniert.

7. AUTOMATISCHES EIN-/AUSSCHALTEN UND AUTOMATISCHER START/STOPP

- I. Wenn 8 Minuten lang kein Trainings- oder Bedien-Signal erkannt wird, schaltet sich das Gerät automatisch ab und alle gespeicherten Daten werden gelöscht, ausgenommen die Körperfett-Parameter und die

- Temperatur.
- II. Sobald wieder ein Trainings- oder Bedien-Signal erkannt wird, schaltet sich der Monitor automatisch ein.

BETRIEB

1. EINSTELLUNG

Drücken Sie **MODE**, um das Anzeigefeld auszuwählen, das Sie vorab einstellen möchten; der Wert des entsprechenden Anzeigefeldes blinkt. Drücken Sie anschließend **UP/DOWN**, um den Wert zu erhöhen bzw. zu verringern, bis die für den Alarm gewünschte Zeit, Distanz oder Kalorienzahl erreicht ist. Halten Sie **UP/DOWN** gedrückt, um den Wert schnell zu erhöhen bzw. zu verringern. Drücken Sie **RESET**, um den Wert des entsprechenden blinkenden Anzeigefeldes zurückzusetzen.

2. PULSFREQUENZ

Bevor Sie die Pulsfrequenz messen, drücken Sie eine beliebige Taste, um in der Anzeige „P“ zu «» zu ändern; wechseln Sie anschließend in den Pulsmodus. Legen Sie beide Handflächen auf die Kontaktpads; der Monitor zeigt Ihre aktuelle Herzfrequenz in Schlägen pro Minute (BPM) auf dem LCD-Display an.

Hinweis: Während der Pulsmessung können aufgrund eines unzureichenden Kontakts die Anfangswerte höher sein als die tatsächliche Herzfrequenz. Die Werte stabilisieren sich und nähern sich innerhalb einer Minute den tatsächlichen Messwerten an. Der Messwert darf nicht als Grundlage für eine medizinische Behandlung herangezogen werden.

Hinweis: Wenn die Air Bike mit einer drahtlosen Herzfrequenzmessung über einen Brustgurt-Sender ausgestattet ist, befeuchten Sie vor der Messung die leitfähigen Kontaktflächen an der Unterseite des Senders mit Wasser, Schweiß oder einem Kontaktgel, um einen guten Kontakt sicherzustellen. Legen Sie anschließend den Brustgurt um den Brustkorb. Stellen Sie den Gurt so ein, dass der Sender fest unterhalb der Brustmuskulatur anliegt, um ein präzises Herzfrequenzsignal zu erhalten.

3. PULSERHOLUNG

Im Ruhezustand und ohne zu trainieren prüfen Sie zunächst Ihren Puls, wie zuvor beschrieben. Drücken Sie anschließend **RECOVERY/UP**, um die Pulserholungsfunktion aufzurufen. Das Display zeigt einen 1-minütigen Countdown sowie Ihre Herzfrequenz an. Halten Sie die Handpulssensoren weiterhin fest, bis der Countdown 0 erreicht. Anschließend wird Ihr Pulserholungsgrad von F1 bis F6 angezeigt, d. h. von der schnellsten bis zur langsamsten Erholung. Die schnellste Erholung, F1, ist die beste. Drücken Sie **RECOVERY/UP** erneut, um die Pulserholungsfunktion zu verlassen.

4. KÖRPERFETT, BMI UND BMR

Im Ruhezustand drücken Sie BODYFAT, um die Einstellungen der Körperfett-Parameter aufzurufen. Sie können die Parameter in der folgenden Reihenfolge einstellen: Benutzernummer (1–8), Gewicht (kg), Körpergröße (cm), Alter (Jahre) und Geschlecht. Wenn der Monitor jedoch „M“ anzeigt, wird das Gewicht in „lb“ und die Körpergröße in „in“ angezeigt. Drücken Sie MODE, um zum nächsten Parameter zu wechseln. Drücken Sie UP, um den Einstellwert zu erhöhen, und DOWN, um ihn zu verringern.

Wenn Sie die Einstellung abgeschlossen haben, halten Sie die Handpulssensoren fest und drücken Sie RESET/GO. Anschließend zeigt das Display innerhalb von 6 Sekunden Ihren Körperfettwert an.

Drücken Sie BODYFAT erneut, um den Körperfett-Test zu verlassen.

Hinweis:

- I. Während der Parametereinstellung wird der Körperfett-Test automatisch beendet, wenn innerhalb von 10 Sekunden kein Bediensignal erkannt wird.
- II. Während des Körperfett-Tests zeigt der Monitor „Er.1“ an, wenn innerhalb von 10 Sekunden kein Testziel erkannt wird.

Körperfett-Klassifizierung

Geschlecht/Alter	Untergewicht	Gesunde	Leichtes Übergewicht	Übergewicht	Adipositas
Mann/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Mann/>30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Frau/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Frau/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

AUSTAUSCH DER BATTERIEN

Wenn die Anzeige schwach oder schwer lesbar ist, entnehmen Sie die Batterien und ersetzen Sie sie durch zwei AA-Batterien.

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. 13

- 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. 14

- Dehnung: 5 bis 10 Minuten dehnen. Dies erhöht Ihre Flexibilität und hilft, möglichen Verletzungen nach dem Training vorzubeugen. Abb. 13

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 der Übung 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

- Zur Reinigung des Fahrrads verwenden Sie ein weiches, leicht feuchtes Tuch. Verwenden Sie zum Reinigen von Kunststoffteilen keine scheuernden Reinigungsmittel oder Lösungsmittel. Wischen Sie nach jedem Gebrauch den Schweiß ab, der auf dem Fahrrad zurückbleibt. Achten Sie darauf, dass nicht zu viel Feuchtigkeit in den Bildschirm eindringt, da sonst die Gefahr eines elektrischen Schlags besteht oder elektrische Komponenten ausfallen können.
- Schützen Sie das Fahrrad, insbesondere den Monitor, vor direkter Sonneneinstrahlung, um Schäden am Display zu vermeiden.
- Prüfen Sie wöchentlich und vor jedem Einsatz, ob alle Befestigungsschrauben und Maschinenpedale fest angezogen sind.
- Bewahren Sie das Fahrrad an einem sauberen, trockenen Ort außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

7. Technische Spezifikationen

Produkt: EU01_122511

Referenz des Gerätes: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Stromversorgung des Displays: 2 × AA-Batterien (1,5 V)

Maximales Benutzergewicht: 135 Kg.

Klasse: HC

Die technischen Daten können ohne vorherige Ankündigung geändert werden, um die Produktqualität zu verbessern.

Made in China | Entworfen in Spanien

8. Recycling von Elektro- und Elektronikgeräten



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

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

Informationen über nationale Verpackungsrecyclingprogramme und deren Kennzeichnung finden Sie auf unserer Website.

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

9. 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 963210728.

10. Copyright

Die geistigen Eigentumsrechte an den Texten dieses Handbuchs liegen bei CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Alle Rechte vorbehalten. Der Inhalt dieser Veröffentlichung darf ohne die vorherige Genehmigung von CECOTEC INNOVACIONES, S.L. weder ganz noch teilweise vervielfältigt, in einem Datenabrufsystem gespeichert oder auf irgendeine Weise (elektronisch, mechanisch, durch Fotokopieren, Aufzeichnen oder Ähnliches) übertragen oder verbreitet werden.

11. Vereinfachte EU-Konformitätserklärung



Cecotec Innovaciones erklärt hiermit, dass dieses Produkt mit den grundlegenden Anforderungen und anderen relevanten Bestimmungen der in der Europäischen Union geltenden Vorschriften übereinstimmt. Dieses Produkt wurde unter Einhaltung der erforderlichen Sicherheits- und Qualitätsstandards entwickelt, hergestellt und geprüft. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist auf folgender Website zu finden: <https://storececotec.de/de/information/declaration-of-conformity>

ITALIANO

1. Parti e componenti

Pacchetto hardware e strumenti:

Fig. 1

N°	Descrizione	Cnt	N°	Descrizione	Cnt
7	Vite M82055	2 unità	40	Separatore 021100172012,7	2 unità
8	Rondella elastica d8	6 unità	31	M16*1.5	1 pezzo
9	Rondella d80161,5	2 unità	29	M12*37	1 pezzo
11	Rondella curva d80202*R16	4 unità	A	Chiave a brugola S5	1 pezzo
14	Vite M84020*S13	4 unità	B	Chiave fissa S13-14-15	2 unità
25	Bullone in nylon M8H7.5S13	4 unità	C	Chiave di Allen S6	1 pezzo
28	Rondella d120242	1 pezzo	D	Chiave fissa S17-S19	1 pezzo
39	Rondella d17,50342	2 unità			

Set principale:

Fig. 2

N°	Descrizione	Cnt	N°	Descrizione	Cnt
1	Console	1 pezzo	22	Albero lungo	1 pezzo
51	Connettore/Connes sione	1 pezzo	6	Copertura	1 pezzo
26	Piastra di montaggio della sella	1 pezzo	27	Reggisella	1 pezzo
42L/R	Pedali	1 coppia	4	Palo della console	1 pezzo
48	Stabilizzatore anteriore	1 pezzo	13L/R	Manubrio	1 coppia
49	Stabilizzatore posteriore	1 pezzo	37L/R	Asta di spinta	1 coppia
24	Sellino	1 pezzo	89	Telaio principale	1 pezzo
23L/R	Barra di oscillazione	1 coppia			

Elenco completo delle parti:

N°	Descrizione	Cnt	N°	Descrizione	Cnt
1	Console	1	53	Vite ST4.21908	6
2	Vite M510	4	54	Copriventola	2
3	Tappo terminale	3	55	Vite ST4.21308	12
4	Palo della console	1	56	Rondella d40181,5	4
5	Cavo dorsale 2	1	57	Piastra di fissaggio	4
6	Coperchio	1	58	Dado M101H9,5*S15	2
7	Vite M82055	2	59	Vite M640010*2.5	2

8	Rondella elastica d8	11	60	Bullone in nylon M6H6S10	10
9	Rondella d80161,5	9	61	Rondella a U 30101.5	2
10	Vite M81655	7	62	Dado M101H5*S17	2
11	Rondella curva d80202*R16	6	63	Cuscinetto 6000	2
12	Tappo terminale 032*17	4	64	Magnete 10*3	1
13L/R	Braccio del manubrio	2	65	Rondella elastica D6	8
14	Vite M84320*H3	4	66	Rondella d60161,5	4
15	Dado a cappello M8H16S13	4	67	Manicotto 1	1
16	Cap S13	2	68	Manicotto 2	1
17	Vite M816S13	2	69L /R	Tappi netti	2
18	Rondella d80322	2	70	Vite M64520*S4	4
19	Manicotto 019	4	71	Albero del volano	1
20	Boccola 032 323021,2*20	4	72	Vite ST41307	12
21	Rondella ondulata d190250.3	2	73	Dado M10x1,25xH7,5xS14	2
22	Albero lungo 019*538	1	74	Rondella d'onda d10x013,5x0,3	2
23L/R	Barra di oscillazione	2	75	Coperchio 025*7	2
24	Sellino	1	76L /R	Pedivella	2
25	Bullone in nylon M8H7.5S13	5	77	Anello	2
26	Piastra di montaggio della sella	1	78L /R	Copertura della catena	2
27	Reggisella	1	79	Vite ST4.21608	5
28	Rondella d120242	1	90	Rondella d'onda d17x022x0,3	1
29	Manopola/maniglia M123715*058	1	81	Cuscinetto 6203	2
30	Boccola	1	82	Sensore	1
31	Manopola/maniglia M161.522*056	1	83	Supporto del sensore	1
32	Vite a piastra filettata ST4.21008	1	84	Distanziale 017,10254,0	1
33	Manicotto 0181,5014,65010,1	4	85	Piastra cintura	1
34	Vite M105520*S6	2	86	Cinghia	1
35	Rondella d100202	2	87	Asse	1
36	Bullone in nylon M10H9.5S17	2	88	Vite M61555	4

37L/R	Asta di spinta	2	89	Telaio principale	1
38	Cuscinetto FR8Z d12,7×D28,6×B8	2	90	Maniglia in schiuma 303280	2
39	Rondella d17,50342	2	91	Vite M41008	1
40	Separatore 21100172012,7	2	92	Fibbia esterna	1
41	Bullone in nylon M12H11S19	2	93	Fibbia interna	1
42L/ R	Pedale	2	94	Rondella D17*1.0	1
43	Vite M84215*S5	2	95	Contrappeso	4
44	Ruota per il trasporto Ø62*24.3	2	96	Ruota ventola	1
45	Tappo terminale 804025	4	97	Manicotto Ø323,302820,5019 .1	2
46	Dado M8H5.5S14	4	98	Rondella d80202	3
47	Tassello di supporto Ø5242M8*25	4	99	Vite ST4.21308	4
48	Stabilizzatore anteriore	1	A	Chiave a brugola S5	1
49	Stabilizzatore posteriore	1	B	Chiave fissa S13-14-15	2
50	Cavo dorsale 1	1	C	Chiave di Allen S6	1
51	Connettore/Connes- sione	1	D	Chiave fissa S17-S19	1
52	Distanziale Ø10,201530	2			

Nota:

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 il prodotto dalla scatola. Conservare la scatola originale e gli altri elementi in un luogo sicuro per prevenire danni all'apparecchio qualora fosse necessario 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 i componenti siano compresi nella scatola 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:

- Air bike
- 2 pile da 1,5V AA

- Manuale di istruzioni
- Non rimuovere il numero di serie del prodotto, al fine di mantenere una corretta tracciabilità dell'apparecchiatura in caso di richiesta di assistenza.

3. Montaggio

Step 1: Montaggio degli stabilizzatori

Fig. 3

1. Rimuovere le viti M81655 (10) e le rondelle d80161,5 (9) dallo stabilizzatore anteriore (48) e dallo stabilizzatore posteriore (49) utilizzando la chiave a brugola S5 (A).
2. Fissare lo stabilizzatore anteriore (48) e lo stabilizzatore posteriore (49) alla struttura principale (89) con le viti M81655 (10) e le rondelle d80161,5 (9) utilizzando la chiave a brugola S5 (A).

Passaggio 2: Montaggio sella

Fig. 4

1. Inserire il tubo della sella (27) nel telaio principale (89) e bloccarlo con la manopola/maniglia M161,522*056 (31).
2. Montare la piastra di fissaggio della sella (26) sul tubo della sella (27) e fissarla con il pomello/maniglia M123715058 (29) e la rondella d12024*2 (28).
3. Utilizzando la chiave aperta S13-14-15 (B), rimuovere i dadi in nylon M8H7,5S13 (25) e le rondelle d80202 (98) dalla sella (24). Montare la sella (24) sulla piastra di fissaggio della sella (26) e fissarla con i dadi in nylon M8H7,5S13 (25) e le rondelle d80202 (98) utilizzando la chiave S13-14-15 (B).

Passaggio 3: Montaggio dell'asse lungo e delle barre oscillanti; fissaggio del collegamento

Fig. 5

1. Rimuovere le viti M816513 (17), le rondelle elastiche d8 (8), le rondelle d80322 (18), le rondelle d190250,3 (21) e i tappi S13 (16) dall'albero lungo (22). Inserire l'albero lungo (22) attraverso il telaio principale (89), centrando l'uscita su entrambi i lati. Fissare le aste del perno (23L/R) alle due estremità dell'albero lungo (22) con le viti M816513 (17), le rondelle elastiche d8 (8), le rondelle d80322 (18) e le rondelle d190250.3 (21). Coprire le viti con i tappi S13 (16).
2. Fissare il connettore/collegamento (51) al telaio principale (89) con le viti M82055 (7), le rondelle elastiche d8 (8) e le rondelle d80161,5 (9) utilizzando la chiave a brugola S5 (A).

Passaggio 4: Montaggio di pedivelle, aste e pedali

Fig. 6

1. Rimuovere i dadi in nylon M12H11S19 (41) dai pedali (42L/R).
2. Fissare la biella (37L/R) alla biella (76L/R) utilizzando il pedale (42L/R), le

rondelle d17,50342 (39), i distanziali Z1100172012,7 (40) e i dadi in nylon M12H11519 (41). Utilizzare la chiave aperta S13-14-15 (B) e la chiave aperta S17-519 (D).

3. Utilizzando la chiave a brugola S6 (C) e la chiave aperta S17-519 (D), rimuovere le viti M10552056 (34), le rondelle d100202 (35) e i dadi in nylon M10H9,5S17 (36) dall'asta di spinta (37L/R). Montare quindi l'asta di spinta (37L/R) sulla barra di oscillazione (23L/R) e fissarla con le viti M10552056 (34), le rondelle d100202 (35) e i dadi in nylon M10H9,5S17 (36).

Passaggio 5: Montaggio del montante della console, della copertura e delle maniglie

Fig. 7

1. Rimuovere le viti M81655 (10), le rondelle d80161,5 (9), le rondelle elastiche d8 (8) e le rondelle curve d80202*R16 (11) dal connettore/collegamento (51) con la chiave a brugola S5 (A).
2. Far scorrere il coperchio (6) sul montante della console (4). Collegare il cavo dorsale 1 (50) e il cavo dorsale 2 (5). Inserire il montante della console (4) nel connettore/collegamento (51) e fissarlo con le viti M81655 (10), le rondelle elastiche d8 (8), le rondelle d80161,5 (9) e le rondelle curve d80202*R16 (11) utilizzando la chiave a brugola S5 (A). Posizionare correttamente il coperchio (6).
3. Inserire i manubri (13L/R) nelle barre di sospensione (23L/R) e fissarli con le viti M84320H3 (14), le rondelle curve d80202R16 (11), le rondelle elastiche d8 (8) e i dadi in nylon M8H7,5S13 (25) utilizzando la chiave S13-14-15 (B).

Passaggio 6: Installazione della console

Fig. 8

1. Rimuovere le viti M5*10 (2) dalla console (1) utilizzando la chiave aperta S13-14-15 (B).
2. Collegare il cavo di collegamento 1 (50) al cavo della console (1a).
3. Fissare la console (1) al montante della console (4) con le viti M5*10 (2) utilizzando la chiave aperta S13-14-15 (B).

Spostamento della macchina

Fig. 9

Per spostare la macchina, sollevare l'estremità dello stabilizzatore posteriore (49) finché le ruote di trasporto (44) dello stabilizzatore anteriore (48) non toccano il suolo. Con le ruote sostenute, spostare la cyclette nella posizione desiderata.

Distanza perimetrale

Fig. 10

Mantenere una distanza libera intorno alla macchina, come indicato nella figura. Evitare ostacoli e superfici irregolari nell'area di utilizzo.

Uso corretto

Fig. 11

Utilizzare la cyclette seguendo la postura e i gesti indicati nella figura corrispondente, tenendo le mani sul manubrio (13L/R) e i piedi sui pedali (42L/R).

Regolazione del sellino

Fig. 12

1. Ruotare la manopola/maniglia M161,522*Ø56 (31) in senso antiorario per regolare l'altezza del tubo della sella (27) in base ai fori.
2. Ruotare la manopola/maniglia M123715*Ø58 (29) in senso antiorario per regolare la distanza orizzontale seguendo le frecce sulla piastra di fissaggio della sella (26).
3. Se sul tubo sella (27) è visibile il marchio "MAX", non utilizzare la macchina; quella è l'altezza massima consentita.
4. Dopo la regolazione, ruotare le manopole (31 e 29) in senso orario per bloccarle saldamente.

4. Funzionamento

Tasti

1. **MODE:**
Premere questo pulsante per modificare la visualizzazione o per selezionare il campo da regolare (che lampeggia).
2. **RECOVERY / UP:**
 - I. Nello stato di impostazione, premere questo pulsante per aumentare il valore di impostazione nella finestra lampeggiante corrispondente per TIME, DIST, CAL e TEMP (°C o °F).
 - II. Nello stato di non esercizio o di non configurazione, premere questo pulsante per entrare/uscire dalla funzione di recupero degli impulsi.
3. **DOWN:**
In modalità di impostazione, premere questo pulsante per diminuire il valore di impostazione nella finestra lampeggiante corrispondente per TIME, DIST, CAL e TEMP (°C/°F).
4. **RESET / GO:**
 - I. Nello stato di configurazione, premere questo pulsante per azzerare il valore della finestra lampeggiante corrispondente per TIME, DIST e CAL.
 - II. Nello stato di impostazione dei parametri di grasso corporeo, premere questo pulsante per accedere al test del grasso corporeo.
 - III. Nello stato di monitoraggio, tenere premuto questo pulsante per 3 secondi per azzerare tutti i valori.

5. BODYFAT:

In stato di riposo, premere questo pulsante per entrare/uscire dalle impostazioni di parametri del grasso corporeo.

Funzioni

1. VELOCITÀ/PERCENTUALE DI GRASSO CORPOREO/RPM

- I. Visualizza la velocità istantanea e la gamma va da 0,0 a 99,9 km/h. Oppure, se il monitor visualizza M, l'intervallo sarà compreso tra 0,0 e 99,9 miglia orarie.
- II. Visualizza le ripetizioni al minuto (RPM) correnti durante l'esercizio. Visualizza la frequenza di pedalata. L'intervallo va da 0 a 999 al minuto.
- III. Visualizza l'indice di grasso corporeo.

2. TEMPO/IMC

- I. Conta il tempo totale dall'inizio alla fine dell'esercizio, con un intervallo compreso tra 0 e 99 minuti e 59 secondi.
- II. Il tempo di esercizio può essere impostato in anticipo; quando ci si avvicina al tempo prestabilito, il monitor emetterà un allarme 10 secondi prima. Il tempo massimo preimpostato è di 99 minuti.
- III. Mostra l'indice di massa corporea (BMI).

3. DISTANZA/TMB

- I. Conta la distanza totale dall'inizio alla fine dell'esercizio, da 0,00 a 9,99-99,9 km. Oppure, se il contatore visualizza M, l'autonomia sarà di 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 miglia.
- II. La distanza di allenamento può essere impostata in anticipo e quando ci si avvicina alla distanza prestabilita, il monitor emette un allarme di 10 secondi. La distanza massima preimpostata è di 99,9 km o miglia (se il monitor visualizza M).
- III. Visualizzare il tasso metabolico basale (BMR).

4. CALORIE/TEMPERATURA

- I. Conta le calorie totali consumate dall'inizio alla fine dell'esercizio e l'intervallo è 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
- II. Il valore delle calorie può essere impostato in anticipo; quando ci si avvicina alle calorie preimpostate, il monitor emette un allarme di 10 secondi.
- III. Visualizza la temperatura ambiente (TEMP).

5. BATTITO

- I. Impugnare il sensore del polso e leggere la frequenza cardiaca al minuto. L'intervallo è compreso tra 40 e 240 bpm.
- II. Se non viene rilevato alcun segnale di impulso per 60 secondi, viene

visualizzato "P" per mettere in pausa il test degli impulsi. È possibile premere SU o GIÙ per riavviare il test degli impulsi.

6. TONO DEL TASTO

Il monitor emette un segnale acustico quando viene premuto un qualsiasi pulsante. Questo suono è il tono della chiave. Se non si sente il suono, significa che il tasto non è stato premuto correttamente o che il tasto non funziona correttamente.

7. ACCENSIONE/SPEGNIMENTO AUTOMATICO E AVVIO/ARRESTO AUTOMATICO

- I. Se non viene rilevato alcun segnale di esercizio o di funzionamento per 8 minuti, il dispositivo si spegne automaticamente e tutti i dati in memoria vengono cancellati, ad eccezione dei parametri di grasso corporeo e temperatura.
- II. Una volta ricevuto un segnale di esercizio o operativo, il monitor si accende automaticamente.

FUNZIONAMENTO

1. CONFIGURAZIONE

Premere MODE per selezionare la finestra di visualizzazione che si desidera preimpostare e il valore della finestra corrispondente lampeggia. Quindi premere SU/GIÙ per aumentare o diminuire il valore fino a raggiungere il tempo di allarme, la distanza o le calorie desiderate. Tenere premuto SU/GIÙ per aumentare o diminuire rapidamente il valore. Premere RESET per azzerare il valore della finestra lampeggiante corrispondente.

2. FREQUENZA DEL BATTITO

Prima di misurare la frequenza del polso, premere un pulsante qualsiasi per cambiare "P" in "-" nella finestra, quindi accedere alla modalità polso. Posizionare entrambi i palmi delle mani sulle piastre di contatto e il monitor visualizzerà la frequenza cardiaca corrente in battiti al minuto (BPM) sullo schermo LCD.

Nota: durante il processo di misurazione del polso, a causa del blocco del contatto, le letture iniziali potrebbero essere superiori alla frequenza cardiaca effettiva. I valori si stabilizzano e si avvicinano alle letture reali entro un minuto. Il valore di misurazione non può essere considerato una base per il trattamento medico.

Nota: Se la cyclette è dotata di misurazione wireless della frequenza cardiaca tramite la cintura del trasmettitore, prima di misurare la frequenza cardiaca, inumidire i cuscinetti conduttivi sul fondo del trasmettitore con acqua, sudore o un gel conduttivo per garantire un buon contatto. Quindi posizionare la cintura intorno al petto. Regolare la cintura in modo che il trasmettitore si inserisca perfettamente sotto i muscoli pettorali per ottenere un segnale di frequenza cardiaca preciso.

3. RECUPERO DEL BATTITO

A riposo e senza esercizio fisico, controllare innanzitutto il polso come indicato sopra. Quindi premere RECUPERO/UP per accedere alla funzione di recupero degli impulsi. Il display visualizza un conto alla rovescia di 1 minuto e la frequenza cardiaca. Tenere premuto il sensore di impulsi finché il conto alla rovescia non raggiunge lo zero. Verrà quindi visualizzato il livello di recupero del polso, da F1 a F6, cioè dal recupero più veloce a quello più lento. Il recupero più veloce, la F1, è il migliore. Premere nuovamente RECOVERY/UP per uscire dalla funzione di recupero degli impulsi.

4. GRASSO CORPOREO, IMC E TMB

In stato di riposo, premere BODYFAT per accedere alle impostazioni dei parametri della massa grassa. È possibile configurarli nella seguente sequenza: numero utente (1- 8), peso (kg), altezza (cm), età (anni) e sesso. Tuttavia, se il misuratore visualizza M, il peso verrà visualizzato in "lb" e l'altezza in "in". Premere MODE per passare all'impostazione del parametro successivo. Premere SU per aumentare il valore di impostazione e GIÙ per diminuirlo.

Al termine della regolazione, tenere il sensore di impulsi e premere RESET/GO. Il display visualizza il grasso corporeo in 6 secondi.

Premere nuovamente BODYFAT per uscire dal test della massa grassa.

Osservazione:

- I. Durante la regolazione dei parametri, il test della massa grassa esce automaticamente se non viene rilevato alcun segnale operativo per 10 secondi.
- II. Durante il test del grasso corporeo, se non viene rilevato alcun target per 10 secondi, viene visualizzato il messaggio Er.1.

Contrasto del grasso corporeo

Sesso/ età	Sottopeso	Sano	Leggerment e in sovrappeso	Sovrappeso	Obesità
Uomo/≤ 30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Uomo/>30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Donna/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Donna/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

SOSTITUZIONE DELLE PILE

Quando il display diventa opaco o illeggibile, rimuovere la batteria e sostituirla con due batterie AA.

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. 13
- **Allenamento:** si tratta di una sessione di esercizi che dura da 20 a 30 minuti

(nota bene: durante le prime settimane di esercizio, non mantenere la frequenza cardiaca alta per più di 20 minuti). Fig. 14

- **Raffreddamento:** stretching da 5 a 10 minuti. Questo aumenterà la flessibilità e aiuterà a prevenire possibili lesioni dopo l'esercizio. Fig. 13

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

- Per pulire l'airbike, usare un panno morbido e umido. Non utilizzare detergenti abrasivi o solventi per pulire le parti in plastica. Dopo ogni uso, asciugare il sudore rimanente sull'airbike. Fare attenzione a non far penetrare troppa umidità nella console per evitare il rischio di scosse elettriche o causare guasti ai componenti elettrici.
- Tenere l'airbike, in particolare la console, al riparo dalla luce diretta del sole per evitare danni al display.
- Controllare settimanalmente e prima di ogni uso che tutti i bulloni di montaggio e i pedali dell'apparecchio siano ben serrati.
- Conservare l'airbike in un luogo pulito e asciutto, fuori dalla portata dei bambini.

7. Specifiche tecniche

Prodotto: EU01_122511

Codice prodotto: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO
Alimentazione per il display: 2 batterie AA da 1,5 V

Peso massimo utente: 135 kg.
Classe: HC

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

Fabbricato in Cina | Progettato in Spagna

8. 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 smaltite 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. Le informazioni sui sistemi nazionali di riciclaggio degli imballaggi sono disponibili sul nostro sito web.

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

9. 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.

10. 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, riprodotto, 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.

11. Dichiarazione di conformità UE semplificata



Con la presente, Cecotec Innovaciones dichiara che questo prodotto è conforme ai requisiti essenziali e alle altre disposizioni pertinenti delle normative applicabili nell'Unione Europea. Questo prodotto è stato progettato, fabbricato e testato per soddisfare gli standard di sicurezza e qualità richiesti. Il testo completo della Dichiarazione di Conformità UE è disponibile al seguente link:
<https://storececotec.it/it/information/declaration-of-conformity>

PORTUGUÊS

1. Peças e componentes

Conjunto de ferragens e ferramentas:

Fig. 1

N.º	Descrição	Cnt	N.º	Descrição	Cnt
7	Parafuso M82055	2 unidades	40	Separador Q21100172012,7	2 unidades
8	Arruela elástica d8	6 unidades	31	M16*1,5	1 unidade
9	Arruela d80161,5	2 unidades	29	M12*37	1 unidade
11	Arruela curva d80202*R16	4 unidades	A	Chave Allen S5	1 unidade
14	Parafuso M84020*S13	4 unidades	B	Chave fixa S13-14-15	2 unidades
25	Porca de nylon M8H7.5S13	4 unidades	C	Chave Allen S6	1 unidade
28	Arruela d120242	1 unidade	D	Chave fixa S17-S19	1 unidade
39	Arruela d17,50342	2 unidades			

Conjunto principal:

Fig. 2

N.º	Descrição	Cnt	N.º	Descrição	Quantidade
1	Console	1 unidade	22	Eixo longo	1 unidade
51	Conector/Conexão	1 unidade	6	Tampa	1 unidade
26	Placa de fixação do selim	1 unidade	27	Tubo do selim	1 unidade
42L/R	Pedais (Pedal)	1 par	4	Poste da consola	1 unidade
48	Estabilizador dianteiro	1 unidade	13L/R	Guiador	1 par
49	Estabilizador traseiro	1 unidade	37L/R	Biela de impulso	1 par
24	Selim	1 unidade	89	Estrutura principal	1 unidade
23L/R	Barra oscilante	1 par			

Lista completa de peças:

N.º	Descrição	Cnt	N.º	Descrição	Cnt
1	Console	1	53	Parafuso ST4.21908	6
2	Parafuso M510	4	54	Tampa da roda do ventilador	2
3	Tampa terminal	3	55	Parafuso ST4.21308	12
4	Poste da consola	1	56	Arruela d40181,5	4
5	Cabo troncal 2	1	57	Placa de fixação	4
6	Tampa	1	58	Porca M101H9.5*S15	2
7	Parafuso M82055	2	59	Parafuso M640010*2,5	2
8	Arruela elástica d8	11	60	Porca de nylon M6H6S10	10
9	Arruela d80161,5	9	61	Arandela em U 30101,5	2

PORTUGUÊS

10	Parafuso M81655	7	62	Porca M101H5*S17	2
11	Arruela curva d80202*R16	6	63	Rolamento 6000	2
12	Tampa terminal 032*17	4	64	Íman 10*3	1
13L /R	Guiador	2	65	Arruela elástica D6	8
14	Parafuso M84320*H3	4	66	Arruela d60161,5	4
15	Porca cega M8H16S13	4	67	Manguito 1	1
16	Tampa S13	2	68	Manga 2	1
17	Parafuso M816S13	2	69L/R	Tampas de rede	2
18	Arandela d80322	2	70	Parafuso M64520*S4	4
19	Casquilho 019	4	71	Eixo do volante	1
20	Casquilho 032 323021,2*20	4	72	Parafuso ST41307	12
21	Arruela ondulada d190250,3	2	73	Porca M10×1,25×H7,5×S14	2
22	Eixo longo 019*538	1	74	Arruela ondulada d10×013,5×0,3	2
23L /R	Barra oscilante	2	75	Tampa 025*7	2
24	Selim	1	76L/R	Biela	2
25	Porca de nylon M8H7.5S13	5	77	Anel	2
26	Placa de fixação do selim	1	78L/R	Tampa da corrente	2
27	Tubo do selim	1	79	Parafuso ST4.21608	5
28	Arruela d120242	1	80	Arruela ondulada d17×022×0,3	1
29	Puxador/Manete M123715*058	1	81	Rolamento 6203	2
30	Buchsa	1	82	Sensor	1
31	Puxador/Manípulo M161.522*056	1	83	Suporte do sensor	1
32	Parafuso roscado ST4.21008	1	84	Separador 017,10254,0	1
33	Casquilho 0181,5014,65010,1	4	85	Placa da correia	1
34	Parafuso M105520*S6	2	86	Correia	1
35	Arruela d100202	2	87	Eixo	1
36	Porca de nylon M10H9.5S17	2	88	Parafuso M615S5	4
37L /R	Biela de impulso	2	89	Estrutura principal	1
38	Rolamento FR8Z d12,7×D28,6×B8	2	90	Punho de espuma 303280	2

39	Arruela d17,50342	2	91	Parafuso M41008	1
40	Separador Z1100172012,7	2	92	Fivela exterior	1
41	Porca de nylon M12H11S19	2	93	Fivela interna	1
42L /R	Pedal	2	94	Arruela D17*1,0	1
43	Parafuso M84215*55	2	95	Contrapeso	4
44	Roda de transporte 062*24,3	2	96	Roda ventilador	1
45	Tampa terminal 804025	4	97	Casquilho 0323,302820,5019,1	2
46	Porca M8H5,5S14	4	98	Arruela d80202	3
47	Taco de apoio 05242M8*25	4	99	Parafuso ST4.21308	4
48	Estabilizador dianteiro	1	A	Chave Allen S5	1
49	Estabilizador traseiro	1	B	Chave fixa S13-14-15	2
50	Cabo troncal 1	1	C	Chave Allen S6	1
51	Conector/Conexão	1	D	Chave fixa S17-S19	1
52	Separador 010,201530	2			

Nota:

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

2. Antes de utilizar

- Este aparelho apresenta uma embalagem concebida para o proteger durante o transporte. Retire o aparelho da caixa. Pode guardar a caixa original e outros elementos da embalagem num local seguro para evitar danos no aparelho, caso precise de o transportar no futuro. Se desejar deitar fora a embalagem original, certifique-se de que recicla todos os elementos corretamente.
- Certifique-se de que todas as peças e componentes estão incluídos e em bom estado. Se algum estiver em falta ou não estiver em bom estado, contacte imediatamente o Serviço de Assistência Técnica oficial da Cecotec.

Conteúdo da caixa:

- Bicicleta de ar
- 2 pilhas de 1,5V AA
- Manual de instruções

- Não remova o número de série do produto, para poder manter uma rastreabilidade correta do seu equipamento em caso de solicitação de assistência.

3. Montagem

Passo 1: Montagem dos estabilizadores

Fig. 3

1. Retire os parafusos M816S5 (10) e as anilhas d80161,5 (9) do estabilizador dianteiro (48) e do estabilizador traseiro (49) utilizando a chave Allen S5 (A).
2. Fixe o estabilizador dianteiro (48) e o estabilizador traseiro (49) à estrutura principal (89) com os parafusos M816S5 (10) e as anilhas d80161,5 (9) utilizando a chave Allen S5 (A).

Passo 2: Montagem do conjunto do selim

Fig. 4

1. Insira o Tubo do selim (27) na Estrutura principal (89) e bloqueie-o com o Puxador/Manete M161.522*056 (31).
2. Coloque a placa de fixação do selim (26) no tubo do selim (27) e fixe-a com o botão/alavanca M123715058 (29) e a anilha d12024*2 (28).
3. Com a Chave fixa S13-14-15 (B), retire as Porcas de nylon M8H7.5S13 (25) e as Anilhas d80202 (98) do Selim (24). Monte o selim (24) na placa de fixação do selim (26) e fixe com as porcas de nylon M8H7.5S13 (25) e as anilhas d80202 (98) utilizando a chave fixa S13-14-15 (B).

Passo 3: Montagem do eixo longo e das barras oscilantes; fixação da ligação

Fig. 5

1. Retire os parafusos M816S13 (17), as anilhas elásticas d8 (8), as anilhas d80322 (18), as anilhas onduladas d190250.3 (21) e as tampas S13 (16) do eixo longo (22). Insira o eixo longo (22) através da estrutura principal (89), centralizando a saída em ambos os lados. Fixe as barras oscilantes (23L/R) em ambas as extremidades do eixo longo (22) com os parafusos M816S13 (17), as anilhas elásticas d8 (8), as anilhas d80322 (18) e as anilhas onduladas d190250.3 (21). Cubra os parafusos com as Tampas S13 (16).
2. Fixe o conector/conexão (51) à estrutura principal (89) com os parafusos M820S5 (7), as anilhas elásticas d8 (8) e as anilhas d80161,5 (9) utilizando a chave Allen S5 (A).

Passo 4: Montagem das bielas, hastes e pedais

Fig. 6

1. Retire as Porcas de nylon M12H11S19 (41) dos Pedais (42L/R).
2. Prenda a biela de impulso (37L/R) à biela (76L/R) utilizando o pedal (42L/R), as anilhas d17.50342 (39), os espaçadores 21100172012.7 (40) e as porcas de nylon M12H11S19 (41). Utilize a chave fixa S13-14-15 (B) e a chave fixa S17-519 (D).

3. Com a chave Allen S6 (C) e a chave fixa S17-S19 (D), remova os parafusos M105520S6 (34), as anilhas d10Q202 (35) e as porcas de nylon M10H9.5S17 (36) da biela de empurrar (37L/R). Em seguida, acople a biela de empurrar (37L/R) à barra oscilante (23L/R) e fixe com os parafusos M105520S6 (34), as anilhas d10Q202 (35) e as porcas de nylon M10H9.5S17 (36).

Passo 5: Montagem do poste da consola, cobertura e punhos

Fig. 7

1. Retire os parafusos M816S5 (10), as anilhas d8Q161,5 (9), as anilhas elásticas d8 (8) e as anilhas curvas d8Q202*R16 (11) do conector/ligação (51) com a chave Allen S5 (A).
2. Deslize a tampa (6) no poste da consola (4). Ligue o cabo troncal 1 (50) e o cabo troncal 2 (5). Insira o poste da consola (4) no conector/ligação (51) e fixe-o com os parafusos M816S5 (10), as anilhas elásticas d8 (8), as anilhas d8Q161,5 (9) e as anilhas curvas d8Q202*R16 (11) usando a chave Allen S5 (A). Coloque corretamente a tampa (6) e a t .
3. Insira os Manípulos (13L/R) nas Barras oscilantes (23L/R) e fixe com os Parafusos M84320H3 (14), as anilhas curvas d8Q202R16 (11), as anilhas elásticas d8 (8) e as porcas de nylon M8H7.5S13 (25) utilizando a chave fixa S13-14-15 (B).

Passo 6: Instalação da consola

Fig. 8

1. Retire os parafusos M5*10 (2) da consola (1) utilizando a chave fixa S13-14-15 (B).
2. Ligue o cabo troncal 1 (50) ao cabo da consola (1a).
3. Fixe a consola (1) ao poste da consola (4) com os parafusos M5*10 (2) utilizando a chave fixa S13-14-15 (B).

Transporte da máquina

Fig. 9

Para mover a máquina, levante a extremidade do estabilizador traseiro (49) até que as rodas de transporte (44) do estabilizador dianteiro (48) entrem em contacto com o solo. Com as rodas apoiadas, desloque a bicicleta até ao local desejado.

Distância periférica

Fig. 10

Mantenha uma distância livre ao redor da máquina, conforme indicado no diagrama. Evite obstáculos e superfícies irregulares na área de utilização.

Utilização correta

Fig. 11

Utilize a bicicleta seguindo a postura e o movimento mostrados na ilustração correspondente, mantendo as mãos nos Guiadores (13L/R) e os pés nos Pedais (42L/R).

Ajuste do selim

Fig. 12

1. Gire o botão/alavanca M161.522*Ø56 (31) no sentido anti-horário para ajustar a altura do tubo do selim (27) de acordo com os orifícios.
2. Gire o botão/alavanca M123715*Ø58 (29) no sentido anti-horário para ajustar a distância horizontal seguindo as setas da placa de fixação do selim (26).
3. Se a marca "MAX" estiver visível no Tubo do selim (27), não utilize a máquina; essa é a altura máxima permitida.
4. Após o ajuste, rode os botões (31 e 29) no sentido horário para bloquear firmemente.

4. Funcionamento

Botões

1. **MODE:**
Pressione este botão para mudar de ecrã ou selecionar o campo a ajustar (que pisca).
2. **RECOVERY / UP:**
 - I. No estado de configuração, pressione este botão para aumentar o valor de configuração na janela intermitente correspondente para TIME, DIST, CAL e TEMP (°C ou °F).
 - II. No estado de não exercício ou não configuração, pressione este botão para entrar/sair da função de recuperação do pulso.
3. **DOWN:**
No modo de configuração, pressione este botão para diminuir o valor de configuração na janela intermitente correspondente para TIME, DIST, CAL e TEMP (°C/°F).
4. **RESET / GO:**
 - I. No estado de configuração, pressione este botão para redefinir o valor na janela intermitente correspondente para TIME, DIST e CAL.
 - II. No estado de configuração dos parâmetros para a gordura corporal, pressione este botão para aceder ao teste de gordura corporal.
 - III. No estado do monitor, mantenha este botão pressionado por 3 segundos para redefinir todos os valores para zero.
5. **BODYFAT:**
No estado de inatividade, pressione este botão para entrar/sair da configuração dos parâmetros de gordura corporal.

Funções

1. VELOCIDADE/PERCENTAGEM DE GORDURA CORPORAL/RPM

- I. Mostra a velocidade instantânea e o intervalo é de 0,0 a 99,9 km/h. Ou, se o monitor mostrar M, o intervalo será de 0,0 a 99,9 milhas/h.
 - II. Mostra as repetições por minuto (RPM) atuais durante o exercício. Reflete a frequência de pedalada. O intervalo é de 0 a 999 por minuto.
 - III. Mostra o índice de gordura corporal.
2. TEMPO/IMC
- I. Conta o tempo total desde o início até ao fim do exercício, com um intervalo de 0 a 99 minutos e 59 segundos.
 - II. O tempo de exercício pode ser configurado antecipadamente; quando se aproximar do tempo pré-definido, o monitor emitirá um alarme 10 segundos antes. O tempo máximo pré-definido é de 99 minutos.
 - III. Mostra o índice de massa corporal (IMC).
3. DISTÂNCIA/TMB
- I. Conta a distância total desde o início até ao fim do exercício, com um intervalo de 0,00 a 9,99 a 99,9 km. Ou, se o medidor mostrar M, o intervalo será de 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 milhas.
 - II. A distância do exercício pode ser configurada antecipadamente e, quando se aproximar da distância pré-definida, o monitor emitirá um alarme de 10 segundos. A distância máxima pré-definida é de 99,9 km ou milhas (se o monitor mostrar M).
 - III. Mostrar a taxa metabólica basal (TMB).
4. CALORIAS/TEMPERATURA
- I. Conta as calorias totais consumidas desde o início até ao final do exercício e o intervalo é de 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
 - II. O valor das calorias pode ser configurado antecipadamente. Quando se aproximar das calorias pré-definidas, o monitor emitirá um alarme de 10 segundos.
 - III. Mostra a temperatura ambiente (TEMP).
5. PULSO
- I. Segure o sensor de pulso e leia a sua frequência cardíaca por minuto. O intervalo é de 40 a 240 bpm.
 - II. Se nenhum sinal de pulso for detetado durante 60 segundos, aparecerá «P» para pausar o teste de pulso. Pode pressionar UP ou DOWN para reiniciar o teste de pulso.
6. TONO DA TECLA
- O monitor emitirá um sinal sonoro ao pressionar qualquer botão. Este som é o tom da tecla. Se não ouvir o som, significa que a tecla não foi pressionada corretamente ou que a tecla não está a funcionar corretamente.

7. LIGAÇÃO/DESLIGAÇÃO AUTOMÁTICA E ARRANQUE/PARAGEM AUTOMÁTICOS
 - I. Se não for detetado qualquer sinal de exercício ou funcionamento durante 8 minutos, o dispositivo desligar-se-á automaticamente e todos os dados da memória serão apagados, exceto os parâmetros de gordura corporal e temperatura.
 - II. Assim que for recebido um sinal de exercício ou funcionamento, o monitor ligar-se-á automaticamente.

FUNCIONAMENTO

1. CONFIGURAÇÃO

Prima **MODE** para selecionar a janela de visualização que pretende pré-configurar e o valor da janela correspondente piscará. Em seguida, prima **UP/DOWN** para aumentar ou diminuir o valor até atingir a hora, distância ou calorías desejadas para o alarme. Mantenha premido **UP/DOWN** para aumentar ou diminuir o valor rapidamente. Prima **RESET** para restabelecer o valor da janela correspondente que está a piscar.

2. FREQUÊNCIA DO PULSO

Antes de medir a frequência cardíaca, pressione qualquer botão para alterar «P» para «*» na janela e, em seguida, entre no modo de pulsação. Coloque as palmas das mãos sobre as almofadas de contacto e o monitor exibirá a sua frequência cardíaca atual em batimentos por minuto (BPM) no ecrã LCD.

Observação: durante o processo de medição do pulso, devido ao bloqueio do contacto, as leituras iniciais podem ser mais altas do que a frequência cardíaca real. Os valores estabilizarão e se aproximarão das leituras reais em um minuto. O valor da medição não pode ser considerado como base para um tratamento médico.

Nota: Se a bicicleta estiver equipada com medição sem fios da frequência cardíaca através do cinto transmissor, antes de medir a sua frequência cardíaca, humedeça as almofadas condutoras na parte inferior do transmissor com água, suor ou um gel condutor para garantir um bom contacto. Em seguida, coloque o cinto à volta do peito. Ajuste o cinto até que o transmissor fique bem ajustado sob os músculos peitorais para obter um sinal preciso da frequência cardíaca.

3. RECUPERAÇÃO DO PULSO

Em repouso e sem fazer exercício, verifique primeiro o seu pulso como indicado acima. Em seguida, prima **RECOVERY/UP** para aceder à função de recuperação do pulso. O ecrã mostrará uma contagem decrescente de 1 minuto, bem como a sua frequência cardíaca. Mantenha premido o sensor de pulso até que a contagem decrescente chegue a zero. Em seguida, aparecerá o seu nível de recuperação do pulso, de F1 a F6, ou seja, da recuperação mais rápida à mais lenta. A recuperação

mais rápida, F1, é a melhor. Pressione RECOVERY/UP novamente para sair da função de recuperação do pulso.

4. GORDURA CORPORAL, IMC E TMB

Em estado de repouso, prima BODYFAT para aceder aos ajustes dos parâmetros de gordura corporal. Pode configurá-los seguindo a seguinte sequência: número de utilizador (1-8), peso (kg), altura (cm), idade (anos) e sexo. No entanto, se o medidor mostrar M, o peso será apresentado em «lb» e a altura em «in». Prima MODE para passar para a próxima configuração de parâmetros. Prima UP para aumentar o valor da configuração e DOWN para diminuí-lo.

Quando terminar a configuração, segure o sensor de pulsação e pressione RESET/GO. Em seguida, o ecrã mostrará a sua gordura corporal em 6 segundos.

Prima BODYFAT novamente para sair do teste de gordura corporal.

Observação:

- I. Durante o ajuste dos parâmetros, sairá automaticamente do teste de gordura corporal se não detetar qualquer sinal de funcionamento durante 10 segundos.
- II. Durante o teste de gordura corporal, será exibido Er.1 se não for detetado nenhum objetivo de teste durante 10 segundos.

Contraste da gordura corporal

Sexo/idade	Baixo peso	Saudável	Ligeiro excesso de peso	Excesso de peso	Obesidade
Homem/≤30	<14%	14%-20	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Homem/>30	<17	17%-23	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Mulher/≤30	<17	17%-24	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Mulher/>30	<20	20%-27	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

SUBSTITUIÇÃO DAS PILHAS

Quando o ecrã ficar fraco ou ilegível, retire a bateria e substitua-a por duas pilhas AA.

5. Informações relativas ao exercício

Um treino adequado deve ser composto pelas seguintes etapas:

- Aquecimento: consiste numa sessão de alongamentos e exercícios de baixa

intensidade com uma duração de 5 a 10 minutos. Um aquecimento correto proporciona um aumento da temperatura corporal, da frequência cardíaca e da circulação, o que favorece a preparação para o exercício. Fig. 13

- Treino: trata-se de uma sessão de exercícios com duração de 20 a 30 minutos.

(Nota: durante as primeiras semanas de exercício, não mantenha a frequência cardíaca elevada por mais de 20 minutos). Fig. 14

- Arrefecimento: alongue-se durante 5 a 10 minutos. Isto aumentará a sua flexibilidade e ajudará a prevenir possíveis lesões após o exercício. Fig. 13

Rotina de exercício

Para manter ou melhorar a sua forma física, faça três sessões de exercício por semana, com pelo menos um dia de descanso entre cada sessão. Após vários meses de exercício, pode aumentar o número de sessões semanais para cinco. Para obter os melhores resultados, deve ser constante na prática de exercício.

6. Limpeza e manutenção

- Para limpar a bicicleta, use um pano macio e húmido. Não use produtos de limpeza abrasivos ou solventes para limpar as peças de plástico. Após cada utilização, limpe o suor que possa ter ficado na bicicleta. Tenha cuidado para que não entre demasiada humidade no ecrã do monitor, pois isso pode gerar risco de choque elétrico ou provocar falhas nos componentes elétricos.
- Mantenha a bicicleta, especialmente o monitor, longe da luz solar direta para evitar danos ao ecrã.
- Verifique semanalmente e antes de cada utilização se todos os parafusos de montagem e os pedais da máquina estão bem apertados.
- Guarde a bicicleta num local limpo e seco, fora do alcance das crianças.

7. Especificações técnicas

Produto: EU01_122511

Referência do produto: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Fonte de alimentação para o ecrã: 2 pilhas de 1,5 V AA

Peso máximo do utilizador: 135 kg.

Classe: HC

As especificações técnicas podem ser alteradas sem aviso prévio para melhorar a qualidade do produto.

Fabricado na China | Concebido em Espanha

8. Reciclagem de aparelhos elétricos e eletrônicos



Este símbolo indica que, de acordo com as normas aplicáveis, o produto e/ou a bateria devem ser descartados separadamente do lixo doméstico. Quando este produto chegar ao fim da sua vida útil, deve retirar as pilhas/baterias/acumuladores e levá-lo a um ponto de recolha designado pelas autoridades locais.

Para obter informações detalhadas sobre a forma mais adequada de descartar os seus aparelhos elétricos e eletrônicos e/ou as baterias correspondentes, o consumidor deve contactar as autoridades locais.

Pode consultar as informações sobre os sistemas nacionais de reciclagem de embalagens e a sua marcação na nossa página web.

O cumprimento das diretrizes acima ajudará a proteger o ambiente.

9. Garantia e SAT

A Cecotec responderá perante o utilizador ou consumidor final por qualquer falta de conformidade existente no momento da entrega do produto, nos termos, condições e prazos estabelecidos pela regulamentação aplicável.

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

Se detetar uma incidência com o produto ou tiver alguma dúvida, contacte o serviço de assistência técnica oficial da Cecotec através do número de telefone +34 96 321 07 28.

10. Direitos de autor

Os direitos de propriedade intelectual sobre os textos deste manual pertencem à CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Todos os direitos reservados. O conteúdo desta publicação não pode, nem parcialmente nem na sua totalidade, ser reproduzido, armazenado num sistema de recuperação, transmitido ou distribuído por qualquer meio (eletrónico, mecânico, fotocópia, e gravação ou similar) sem a autorização prévia da CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

11. Declaração de conformidade simplificada da UE



A Cecotec Innovaciones declara que este produto cumpre os requisitos essenciais e outras disposições relevantes das normas aplicáveis na União Europeia. Este produto foi concebido, fabricado e testado em conformidade com as normas de segurança e qualidade exigidas. O texto completo da Declaração de Conformidade da UE pode ser encontrado no seguinte endereço web:

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

NEDERLANDS

1. Onderdelen en componenten

Hardware en gereedschapskit:

Afbeelding 1

Nee.	Beschrijving	Cnt	Nee.	Beschrijving	Cnt
7	M82055 schroef	2 eenheden	40	Separator 021100172012.7	2 eenheden
8	Veerring d8	6 eenheden	31	M16*1.5	1 eenheid
9	Ring d80161.5	2 eenheden	29	M12*37	1 eenheid
11	Gebogen ring d80202*R16	4 eenheden	NAAR	S5 inbus sleutel	1 eenheid
14	Schroef M84020*S13	4 eenheden	B	Vaste sleutel S13-14-15	2 eenheden
25	Nylon moer M8H7.5S13	4 eenheden	C	S6 inbus sleutel	1 eenheid
28	Ring d120242	1 eenheid	D	Vaste sleutel S17-S19	1 eenheid
39	Ring d17.50342	2 eenheden			

Hoofdset:

Afbeelding 2

Nee.	Beschrijving	Cnt	Nee.	Beschrijving	Cnt
1	Troosten	1 eenheid	22	Lange as	1 eenheid
51	Connector/Aansluiting	1 eenheid	6	Dek	1 eenheid
26	Zadelbevestigingsplaat	1 eenheid	27	Zadelbuis	1 eenheid
42L/R	Pedalen	1 paar	4	Consolebericht	1 eenheid
48	Voorste stabilisator	1 eenheid	13L/R	Stuur	1 paar
49	Achterstabilisator	1 eenheid	37L/R	duwstang	1 paar
24	Zadel	1 eenheid	89	Hoofdstructuur	1 eenheid
23L/R	oscillerende stang	1 paar			

Complete onderdelenlijst:

Nee.	Beschrijving	Cnt	Nee.	Beschrijving	Cnt
1	Troosten	1	53	Schroef ST4.21908	6
2	M510 schroef	4	54	Ventilatorwielkap	2
3	Aansluitingsafdekking	3	55	Schroef ST4.21308	12
4	Consolebericht	1	56	Ring d40181.5	4
5	Trunkkabel 2	1	57	Bevestigingsplaat	4
6	Dek	1	58	Moer M101H9.5*S15	2

NEDERLANDS

7	M820S5 schroef	2	59	M640010*2.5 schroef	2
8	Veerring d8	11	60	Nylon moer M6H6S10	10
9	Ring d80161.5	9	61	U-vormige ring 30101.5	2
10	M816S5 schroef	7	62	Moer M101H5*S17	2
11	Gebogen ring d80202*R16	6	63	6000 Lager	2
12	Aansluitkap 032*17	4	64	Magneet 10*3	1
13L/R	Stuur	2	65	D6 veerring	8
14	Schroef M84320*H3	4	66	Ring d60161.5	4
15	Blindmoer M8H16S13	4	67	Mouw 1	1
16	Hoofdstuk S13	2	68	Mouw 2	1
17	M816S13 schroef	2	69L/ R	Netten bedekken	2
18	Ring d80322	2	70	M64520*S4 schroef	4
19	019 bus	4	71	Stuurkolom	1
20	Bus 032 323021.2*20	4	72	Schroef ST41307	12
21	Golfring d190250.3	2	73	M10x1.25xH7.5xS1 4 Moer	2
22	Lange as 019*538	1	74	Golfring d10x013,5x0,3	2
23L/ R	oscillerende stang	2	75	Omslag 025*7	2
24	Zadel	1	76L/ R	Drijfstang	2
25	Nylon moer M8H7,5S13	5	77	Ring	2
26	Zadelbevestigingsplaat	1	78L/ R	Kettingafdekking	2
27	Zadelbuis	1	79	Schroef ST4.21608	5
28	Ring d120242	1	80	Golfring d17x022x0.3	1
29	Knop/Handgreep M123715*058	1	81	Lager 6203	2
30	Bus	1	82	Sensor	1
31	Knop/Handgreep M161.522*056	1	83	Sensorondersteuning	1
32	ST4.21008 Plaatschroef	1	84	Separator 017.10254.0	1
33	Bus 0181.5014.65010.1	4	85	Riemplaat	1
34	M105520*S6 Schroef	2	86	Riem	1
35	Ring d100202	2	87	As	1
36	Nylon moer M10H9.5S17	2	88	M615S5 schroef	4

37L/ R	duwstang	2	89	Hoofdstructuur	1
38	FR8Z lager d12.7×D28.6×B8	2	90	Schuimrubberen handgreep 303280	2
39	Ring d17.50342	2	91	M41008 schroef	1
40	Separator Z110017Z012.7	2	92	Buitenste gesp	1
41	Nylon moer M12H11S19	2	93	Binnenste gesp	1
42L/ R	Pedaal	2	94	D17*1.0 Ring	1
43	Schroef M84215*55	2	95	Tegengewicht	4
44	Transportwiel 062*24.3	2	96	Ventilatorwiel	1
45	Aansluitkap 804025	4	97	Bus 0323.302820.501 9.1	2
46	M8H5.5S14 Moer	4	98	Ring d80202	3
47	Steunblok 05242M8*25	4	99	Schroef ST4.21308	4
48	Voorste stabilisator	1	NAA R	S5 inbusleutel	1
49	Achterstabilisator	1	B	Vaste sleutel S13-14-15	2
50	Trunkkabel 1	1	C	S6 inbusleutel	1
51	Connector/Aansluiting	1	D	Vaste sleutel S17-S19	1
52	Separator 010.201530	2			

Opmerking:

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

2. Voor gebruik

- Dit apparaat wordt geleverd in een verpakking die het tijdens transport beschermt. Haal het apparaat uit de doos. U kunt de originele doos en ander verpakkingsmateriaal op een veilige plaats bewaren om schade aan het apparaat te voorkomen als u het in de toekomst moet vervoeren. Als u de originele verpakking wilt weggooien, zorg er dan voor dat u alle materialen op de juiste manier recycleert.
- Zorg ervoor dat alle onderdelen en componenten aanwezig en in goede staat zijn. Als er onderdelen ontbreken of beschadigd zijn, neem dan onmiddellijk contact op met de officiële technische ondersteuningsdienst van Cecotec.

Inhoud van de doos:

- Luchtfiets
- 2 x 1,5V AA-batterijen
- Gebruiksaanwijzing

- Verwijder het serienummer niet van het product, zodat uw apparatuur traceerbaar blijft in geval van nood.

3. Montage

Stap 1: Stabilisatormontage

Afbeelding 3

1. Verwijder de M81655-schroeven (10) en d80161.5-ringen (9) van de voorste stabilisator (48) en de achterste stabilisator (49) met behulp van de S5-inbussleutel (A).
2. Bevestig de voorste stabilisator (48) en de achterste stabilisator (49) aan het hoofdframe (89) met de M81655-schroeven (10) en d80161.5-ringen (9) met behulp van de S5-inbussleutel (A).

Stap 2: Het zadel monteren

Afbeelding 4

1. Steek de zadelbuis (27) in het hoofdframe (89) en vergrendel deze met de knop/hendel M161.522*056 (31).
2. Plaats de zadelbevestigingsplaat (26) op de zadelbuis (27) en zet deze vast met de knop/hendel M123715058 (29) en de ring d12024*2 (28).
3. Verwijder met de S13-14-15 (B) sleutel de M8H7.5S13 nylon moeren (25) en de d80202 ringen (98) van het zadel (24). Monteer het zadel (24) op de zadelmontageplaat (26) en zet het vast met de M8H7.5S13 nylon moeren (25) en de d80202 ringen (98) met behulp van de S13-14-15 (B) sleutel.

Stap 3: Montage van de lange as en de zwenkstangen; het vastzetten van de verbinding

Afbeelding 5

1. Verwijder de M816513-schroeven (17), de d8-veerringen (8), de d80322-ringen (18), de d190250.3-golfringen (21) en de S13-doppen (16) van de lange as (22). Steek de lange as (22) door het hoofdframe (89) en centreer de uitlaat aan beide zijden. Bevestig de tuimelaars (23L/R) aan beide uiteinden van de lange as (22) met behulp van de M816513-schroeven (17), de d8-veerringen (8), de d80322-ringen (18) en de d190250.3-golfringen (21). Dek de schroeven af met de S13-doppen (16).
2. Bevestig de connector/verbinding (51) aan de hoofdstructuur (89) met de M82055-schroeven (7), de d8-veerringen (8) en de d80161,5-ringen (9) met behulp van de S5-inbussleutel (A).

Stap 4: Het monteren van de cranks, stangen en pedalen

Afbeelding 6

1. Verwijder de M12H11S19 (41) nylon moeren van de pedalen (42L/R).
2. Bevestig de duwstang (37L/R) aan de verbindingstang (76L/R) met behulp van het pedaal (42L/R), de d17.5Ø342 ringen (39), de 21100172Ø12.7 afstandhouders (40) en de M12H11S19 nylon moeren (41). Gebruik de S13-14-15 sleutel (B) en de S17-S19 sleutel (D).
3. Verwijder met inbussleutel S6 (C) en steeksleutel S17-S19 (D) de schroeven M105520S6 (34), ringen d100202 (35) en nylon moeren M10H9.5S17 (36) van de duwstang (37L/R). Bevestig vervolgens de duwstang (37L/R) aan de tuimelaar (23L/R) en zet deze vast met schroeven M105520S6 (34), ringen d100202 (35) en nylon moeren M10H9.5S17 (36).

Stap 5: Het monteren van de consolepaal, de afdekking en het stuur.

Afbeelding 7

1. Verwijder de M816S5-schroeven (10), d8Ø161.5-ringen (9), d8-veerringen (8) en d8Ø202*R16-gebogen ringen (11) van de connector/aansluiting (51) met behulp van de S5-inbussleutel (A).
2. Schuif de afdekking (6) op de consolepaal (4). Sluit kabelboom 1 (50) en kabelboom 2 (5) aan. Steek de consolepaal (4) in de connector/aansluiting (51) en bevestig deze met M816S5-schroeven (10), d8-veerringen (8), d8Ø161.5-ringen (9) en d8Ø202*R16-gebogen ringen (11) met behulp van inbussleutel S5 (A). Plaats de afdekking (6) correct.
3. Plaats het stuur (13L/R) in de achterbrug (23L/R) en zet het vast met de M84320H3 schroeven (14), de d8Ø202R16 gebogen ringen (11), de d8 veerringen (8) en de M8H7.5S13 nylon moeren (25) met behulp van de S13-14-15 vaste sleutel (B).

Stap 6: Console-installatie

Afbeelding 8

1. Verwijder de M5*10 schroeven (2) uit de console (1) met behulp van de vaste sleutel S13-14-15 (B).
2. Sluit Trunkkabel 1 (50) aan op Consolekabel (1a).
3. Bevestig de console (1) aan de consolepaal (4) met de M5*10 schroeven (2) met behulp van de vaste sleutel S13-14-15 (B).

Machineverplaatsing

Afbeelding 9

Om de machine te verplaatsen, tilt u het uiteinde van de achterste stabilisator (49) omhoog totdat de transportwielen (44) van de voorste stabilisator (48) de grond raken. Zodra de wielen op de grond staan, verplaatst u de fiets naar de gewenste locatie.

Omtrekafstand

Afbeelding 10

Houd voldoende afstand rondom de machine, zoals aangegeven in het diagram. Vermijd obstakels en oneffenheden in het werkgebied.

Correct gebruik

Afbeelding 11

Gebruik de fiets volgens de houding en het gebaar zoals weergegeven in de bijbehorende afbeelding, met uw handen op het stuur (13L/R) en uw voeten op de pedalen (42L/R).

Zadelafstelling

Afbeelding 12

1. Draai de knop/hendel M161.522*Ø56 (31) tegen de klok in om de hoogte van de zadelbuis (27) aan te passen aan de gaten.
2. Draai de knop/hendel M123715*Ø58 (29) tegen de klok in om de horizontale afstand aan te passen volgens de pijlen op de zittingbevestigingsplaat (26).
3. Als de markering "MAX" zichtbaar is op de zadelbuis (27), gebruik de machine dan niet; dat is de maximaal toegestane hoogte.
4. Draai na het afstellen de knoppen (31 en 29) met de klok mee om ze stevig vast te zetten.

4. Bediening

Knoppen

1. **MODUS:**
Druk op deze knop om het scherm te wijzigen of selecteer het veld dat u wilt aanpassen (dit knippert).
2. **HERSTEL / OMHOOG:**
 - I. In de configuratiemodus drukt u op deze knop om de configuratiewaarde in het bijbehorende knipperende venster voor TIJD, AFSTAND, KAL en TEMP (°C of °F) te verhogen.
 - II. Druk in de niet-trainings- of niet-configuratiemodus op deze knop om de hartslagherstelfunctie in/uit te schakelen.
3. **OMLAAG:**
In de configuratiemodus drukt u op deze knop om de instellingswaarde in het bijbehorende knipperende venster voor TIME, DIST, CAL en TEMP (°C / °F) te verlagen.
4. **RESET / GA:**
 - I. In de configuratiemodus drukt u op deze knop om de waarde in het bijbehorende knipperende venster voor TIME, DIST en CAL te resetten.
 - II. Druk in de configuratiemodus voor lichaamsvetparameters op deze

knop om de lichaamsvetmeting te starten.

- III. In de monitormodus houdt u deze knop 3 seconden ingedrukt om alle waarden op nul te zetten.

5. LICHAAMSVET:

In de stand-bymodus kunt u op deze knop drukken om de instellingen voor de lichaamsvetparameters te openen/sluiten.

Funcities

1. SNELHEID/LICHAAMSVETPERCENTAGE/TOERENTAL

- I. Het display toont de actuele snelheid en het bereik is van 0,0 tot 99,9 km/u. Of, als het display 'M' weergeeft, is het bereik van 0,0 tot 99,9 mph.
- II. Geeft het huidige aantal herhalingen per minuut (RPM) tijdens de oefening weer. Geeft de trapfrequentie aan. Het bereik is 0 tot 999 per minuut.
- III. Het geeft de lichaamsvetindex weer.

2. TIJD/BMI

- I. Het meet de totale tijd vanaf het begin tot het einde van de oefening, met een bereik van 0 tot 99 minuten en 59 seconden.
- II. De trainingstijd kan van tevoren worden ingesteld; wanneer de ingestelde tijd bijna is verstreken, geeft de monitor 10 seconden van tevoren een alarm af. De maximale ingestelde tijd is 99 minuten.
- III. Geeft de body mass index (BMI) weer.

3. AFSTAND/TMB

- I. Het apparaat meet de totale afstand van begin tot eind van de oefening, met een bereik van 0,00 tot 9,99 tot 99,9 km. Of, als de meter een M weergeeft, is het bereik 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 mijl.
- II. De trainingsafstand kan vooraf worden ingesteld. Wanneer u de ingestelde afstand nadert, geeft de monitor een alarm van 10 seconden. De maximale vooraf ingestelde afstand is 99,9 km of mijl (als de monitor een M weergeeft).
- III. Toon de basale stofwisselingssnelheid (BMR).

4. CALORIEËN/TEMPERATUUR

- I. Het berekent het totale aantal verbruikte calorieën van begin tot eind van de oefening, met een bereik van 0,0 ~ 99,9 ~ 999 kcal.
- II. De caloriewaarde kan van tevoren worden ingesteld; wanneer deze het ingestelde niveau nadert, geeft de monitor een alarm van 10 seconden.
- III. Geeft de omgevingstemperatuur (TEMP) weer.

5. POLS
 - I. Houd de pulssensor tegen uw pols en lees uw hartslag per minuut af. Het bereik is 40 tot 240 bpm.
 - II. Als er gedurende 60 seconden geen pulssignaal wordt gedetecteerd, verschijnt "P" om de pulstest te pauzeren. U kunt op OMHOOG of OMLAAG drukken om de pulstest opnieuw te starten.

6. TOONT

De monitor geeft een pieptoon wanneer u op een knop drukt. Dit geluid is de toetstoon. Als u het geluid niet hoort, betekent dit dat de toets niet correct is ingedrukt of dat de toets niet goed werkt.

7. AUTOMATISCH AAN/UIT EN AUTOMATISCH STARTEN/STOPPEN
 - I. Als er gedurende 8 minuten geen tekenen van lichaamsbeweging of activiteit worden gedetecteerd, schakelt het apparaat automatisch uit en worden alle gegevens uit het geheugen gewist, met uitzondering van de parameters voor lichaamsvet en temperatuur.
 - II. Zodra een trainings- of bedieningssignaal wordt ontvangen, schakelt de monitor automatisch in.

OPERATIE

1. CONFIGURATIE

Druk op MODE om het gewenste weergavevenster te selecteren. De bijbehorende vensterwaarde zal knipperen. Druk vervolgens op OMHOOG/OMLAAG om de waarde te verhogen of te verlagen totdat u de gewenste tijd, afstand of calorieën voor het alarm hebt bereikt. Houd OMHOOG/OMLAAG ingedrukt om de waarde snel te verhogen of te verlagen. Druk op RESET om de waarde van het knipperende venster te resetten.

2. HARTSLAG

Voordat u uw hartslag meet, drukt u op een willekeurige knop om "P" in "." in het venster te veranderen en vervolgens de hartslagmodus te activeren. Plaats beide handpalmen op de contactpunten en de monitor geeft uw huidige hartslag in slagen per minuut (bpm) weer op het lcd-scherm.

Let op: Tijdens de polsmeting kunnen de eerste metingen, vanwege contactblokkering, hoger uitvallen dan de werkelijke hartslag. De waarden stabiliseren zich en benaderen de werkelijke hartslag binnen één minuut. De meetwaarde mag niet als basis voor medische behandeling worden gebruikt.

Let op: Als uw fiets is uitgerust met draadloze hartslagmeting via een borstbandzender, bevochtigt dan vóór de hartslagmeting de geleidende pads aan

de onderkant van de zender met water, zweet of geleidende gel om goed contact te garanderen. Plaats vervolgens de borstband om uw borst. Stel de band zo af dat de zender goed aansluit onder uw borstspieren voor een nauwkeurig hartslagsignaal.

3. POLSHERSTEL

Controleer, terwijl u rust en niet aan het sporten bent, eerst uw hartslag zoals hierboven beschreven. Druk vervolgens op RECOVERY/UP om de hartslagherstelfunctie te activeren. Op het scherm verschijnt een aftelling van 1 minuut, samen met uw hartslag. Houd de hartslagsensor ingedrukt totdat de aftelling nul bereikt. Uw hartslagherstelniveau wordt dan weergegeven, van F1 tot F6, waarbij F1 het snelste en F6 langzaamste herstel aangeeft. Het snelste herstel, F1, is het beste. Druk nogmaals op RECOVERY/UP om de hartslagherstelfunctie te verlaten.

4. Lichaamsvet, BMI en basaalmetabolisme

Druk in ruststand op BODYFAT om de instellingen voor de lichaamsvetparameters te openen. U kunt deze in de volgende volgorde configureren: gebruikersnummer (1-8), gewicht (kg), lengte (cm), leeftijd (jaren) en geslacht. Als het apparaat echter "M" weergeeft, wordt het gewicht in ponden en de lengte in inches weergegeven. Druk op MODE om naar de volgende parameterinstelling te gaan. Druk op OMHOOG om de instellingswaarde te verhogen en op OMLAAG om deze te verlagen.

Zodra de aanpassing is voltooid, houdt u de hartslagsensor vast en drukt u op RESET/GO. Het scherm toont vervolgens binnen 6 seconden uw lichaamsvetpercentage.

Druk nogmaals op BODYFAT om de lichaamsvetmeting te verlaten.

Observatie:

- I. Tijdens het aanpassen van de parameters wordt de lichaamsvetmeting automatisch beëindigd als er gedurende 10 seconden geen werkingssignaal wordt gedetecteerd.
- II. Tijdens de lichaamsvetmeting wordt Er.1 weergegeven als er gedurende 10 seconden geen testdoelwit wordt gedetecteerd.

Lichaamsvetcontrast

Geslacht/leeftijd	Laag gewicht	Gezond	Licht overgewicht	Overgewicht	Obesitas
Hombre/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Man />30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Mujer/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Vrouw/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

BATTERIJVERVANGING

Als het scherm zwak of onleesbaar lijkt, verwijder dan de batterij en vervang deze door twee AA-batterijen.

5. Informatie met betrekking tot de oefening

Een goede training moet uit de volgende stappen bestaan:

- Opwarming: Dit bestaat uit een sessie van 5 tot 10 minuten met rek- en strekoefeningen en lichte oefeningen. Een goede warming-up verhoogt de lichaamstemperatuur, de hartslag en de bloedsomloop, waardoor het lichaam wordt voorbereid op de inspanning. Afbeelding 13
- Training: Dit is een oefensessie van 20 tot 30 minuten.

(Let op: Houd uw hoge hartslag gedurende de eerste weken van de training niet langer dan 20 minuten aan.) Afbeelding 14

- Afkoelen: Rek je 5 tot 10 minuten uit. Dit verbetert je flexibiliteit en helpt blessures na het sporten te voorkomen. Afbeelding 13

Trainen

Om je conditie te behouden of te verbeteren, doe je drie trainingssessies per week, met minstens één rustdag tussen elke sessie. Na een paar maanden trainen kun je het aantal wekelijkse sessies verhogen naar vijf. Voor de beste resultaten is consistentie in je trainingsschema essentieel.

6. Reiniging en onderhoud

- Om de fiets schoon te maken, gebruikt u een zachte, vochtige doek. Gebruik geen schurende reinigingsmiddelen of oplosmiddelen op de plastic onderdelen. Veeg na elk gebruik eventueel zweet van de fiets. Zorg ervoor dat er niet te veel vocht op het scherm komt, omdat dit een risico op een elektrische schok kan opleveren of de elektrische componenten kan beschadigen.

- Houd de fiets, en met name het scherm, uit de buurt van direct zonlicht om schade aan het scherm te voorkomen.
- Controleer wekelijks en vóór elk gebruik of alle bevestigingsbouten en machinepedalen goed vastzitten.
- Bewaar de fiets op een schone, droge plaats, buiten het bereik van kinderen.

7. Technische specificaties

Product: EU01_122511

Productreferentie: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Voeding voor het display: 2 x 1,5V AA-batterijen

Maximaal gebruikersgewicht: 135 kg.

Klasse: HC

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

Gemaakt in China | Ontworpen in Spanje

8. Recycling van elektrische en elektronische apparatuur



Dit symbool geeft aan dat het product en/of de batterij, conform de geldende regelgeving, gescheiden van het huishoudelijk afval moeten worden afgevoerd. Wanneer dit product het einde van zijn levensduur bereikt, dient u de batterijen te verwijderen en het product naar een door de lokale autoriteiten aangewezen inzamelpunt te brengen.

Voor gedetailleerde informatie over de meest geschikte manier om uw elektrische en elektronische apparatuur en/of de bijbehorende batterijen af te voeren, dient de consument contact op te nemen met de plaatselijke autoriteiten.

Op onze website vindt u informatie over nationale systemen voor het recyclen van verpakkingen en de bijbehorende markering.

Het naleven van bovenstaande richtlijnen draagt bij aan de bescherming van het milieu.

9. Garantie en technische dienst

Cecotec is aansprakelijk jegens de eindgebruiker of consument voor eventuele gebreken die bestaan op het moment van levering van het product, conform de voorwaarden, bepalingen en termijnen die zijn vastgesteld in de toepasselijke regelgeving.

Het wordt aanbevolen om reparaties te laten uitvoeren door gespecialiseerd personeel.

Mocht u een probleem met het product ondervinden of vragen hebben, neem dan contact op met de officiële technische ondersteuning van Cecotec via +34 96 321 07 28.

10. Copyright

De intellectuele eigendomsrechten van de teksten in deze handleiding behoren toe aan CECOTEC INNOVACIONES, SL. Alle rechten voorbehouden. De inhoud van deze publicatie mag niet, geheel of gedeeltelijk, worden gereproduceerd, opgeslagen in een gegevensbanksysteem, verzonden of verspreid op welke wijze dan ook (elektronisch, mechanisch, door middel van fotokopiëren, opnemen of soortgelijke methoden) zonder de voorafgaande schriftelijke toestemming van CECOTEC INNOVACIONES, SL.

11. Vereenvoudigde EU-conformiteitsverklaring



Cecotec Innovaciones verklaart hierbij dat dit product voldoet aan de essentiële eisen en andere relevante bepalingen van de toepasselijke regelgeving van de Europese Unie. Dit product is ontworpen, gefabriceerd en getest in overeenstemming met de vereiste veiligheids- en kwaliteitsnormen. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring is te vinden op het volgende webadres: <https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

POLSKI

1. Części i komponenty

Zestaw sprzętu i narzędzi:

Rys. 1

NI E.	Opis	Licznik	NIE.	Opis	Licznik
7	Śruba M82055	2 jednostki	40	Separator 021100172012,7	2 jednostki
8	Podkładka sprężysta d8	6 jednostek	31	M16*1,5	1 jednostka
9	Podkładka d80161,5	2 jednostki	29	M12*37	1 jednostka
11	Podkładka zakrzywiona d80202*R16	4 jednostki	DO	Klucz imbusowy S5	1 jednostka
14	Śruba M84020*513	4 jednostki	B	Klucz stały S13-14-15	2 jednostki
25	Nakrętka nylonowa M8H7,5S13	4 jednostki	C	Klucz imbusowy S6	1 jednostka
28	Podkładka d120242	1 jednostka	D	Klucz stały S17-519	1 jednostka
39	Podkładka d17,50342	2 jednostki			

Zestaw główny:

Rys. 2

NIE.	Opis	Licznik	NIE.	Opis	Licznik
1	Konsola	1 jednostka	22	Długa oś	1 jednostka
51	Złącze/Połączenie	1 jednostka	6	Pokład	1 jednostka
26	Płytki mocująca siodło	1 jednostka	27	Rura podsiodłowa	1 jednostka
42L/P	Pedały	1 para	4	Stupek konsoli	1 jednostka
48	Stabilizator przedni	1 jednostka	13L/P	Kierownica	1 para
49	Stabilizator tylny	1 jednostka	37L/P	popychacz	1 para
24	Siodło	1 jednostka	89	Główna struktura	1 jednostka
23L/P	drażek oscylacyjny	1 para			

Pełna lista części:

NIE.	Opis	Licznik	NIE.	Opis	Licznik
1	Konsola	1	53	Śruba ST4.21908	6
2	Śruba M510	4	54	Ostona koła wentylatora	2

3	Ostona zacisku	3	55	Śruba ST4.21308	12
4	Stupek konsoli	1	56	Podkładka d40181,5	4
5	Kabel bagażnika 2	1	57	Płytką mocująca	4
6	Pokład	1	58	Nakrętka M101H9,5*S15	2
7	Śruba M82055	2	59	Śruba M640010*2,5	2
8	Podkładka sprężysta d8	11	60	Nakrętka nylonowa M6H6S10	10
9	Podkładka d80161,5	9	61	Podkładka w kształcie litery U 30101.5	2
10	Śruba M81655	7	62	Nakrętka M101H5*S17	2
11	Podkładka zakrzywiona d80202*R16	6	63	6000 tożysk	2
12	Zaślepka zaciskowa Q32*17	4	64	Magnes 10*3	1
13L/ P	Kierownica	2	65	Podkładka sprężysta D6	8
14	Śruba M84320*H3	4	66	Podkładka d60161,5	4
15	Nakrętka zaślepiająca M8H16S13	4	67	Rękaw 1	1
16	Czapka S13	2	68	Rękaw 2	1
17	Śruba M816513	2	69L /P	Pokrywy siatkowe	2
18	Podkładka d80322	2	70	Śruba M64520*S4	4
19	Tuleja Ø19	4	71	Kolumna kierownicza	1
20	Tuleja Ø32 323021,2*20	4	72	Śruba ST41307	12
21	Podkładka falista d190250.3	2	73	Nakrętka M10x1,25xH7,5xS14	2
22	Wątek d19*538	1	74	Podkładka falowa d10xØ13,5x0,3	2
23L/ P	drażek oscylacyjny	2	75	Pokrywa Ø25*7	2
24	Siodło	1	76L /P	Korbówód	2
25	Nakrętka nylonowa M8H7.5S13	5	77	Pierścień	2
26	Płytką mocująca siodło	1	78L /R	Ostona tańcucha	2
27	Rura podsiodłowa	1	79	Śruba ST4.21608	5
28	Podkładka d120242	1	80	Podkładka falowa d17xØ22x0,3	1
29	Gatka/Uchwyt M123715*Ø58	1	81	Łożysko 6203	2
30	Tuleja	1	82	Transduktor	1

31	Gatka/Uchwyt M161.522*Ø56	1	83	Wsparcie czujnika	1
32	Wkręt do blachy ST4.21008	1	84	Separator Ø17,10254,0	1
33	Tuleja Ø181,5014,65010,1	4	85	Płyta pasa	1
34	Śruba M105520*S6	2	86	Pasek	1
35	Podkładka d100202	2	87	Óś	1
36	Nakrętka nylonowa M10H9.5S17	2	88	Śruba M615S5	4
37L/ P	popychacz	2	89	Główna struktura	1
38	Łożysko FR8Z d12,7xD28,6xB8	2	90	Uchwyt piankowy 303280	2
39	Podkładka d17,50342	2	91	Śruba M41008	1
40	Separator Z1100172012,7	2	92	Zewnętrzna klamra	1
41	Nakrętka nylonowa M12H11S19	2	93	Wewnętrzna klamra	1
42L/ P	Pedał	2	94	Podkładka D17*1,0	1
43	Śruba M84215*S5	2	95	Przeciwwaga	4
44	Koło transportowe Ø62*24,3	2	96	Koło wentylatora	1
45	Ostona zacisku 804025	4	97	Tuleja Ø323,302820,5019,1	2
46	Nakrętka M8H5.5S14	4	98	Podkładka d80202	3
47	Blok podporowy Ø5242M8*25	4	99	Śruba ST4.21308	4
48	Stabilizator przedni	1	DO	Klucz imbusowy S5	1
49	Stabilizator tylny	1	B	Klucz staty S13-14-15	2
50	Kabel bagażnika 1	1	C	Klucz imbusowy S6	1
51	Złącze/Połączenie	1	D	Klucz staty S17-S19	1
52	Separator Ø10,201530	2			

Notatka:

Ilustracje zawarte w niniejszej instrukcji mają charakter schematyczny i mogą nie odzwierciedlać dokładnie wyglądu produktu.

2. Przed użyciem

- To urządzenie jest dostarczane w opakowaniu zaprojektowanym w celu ochrony podczas transportu. Wymij urządzenie z pudełka. Oryginalne pudełko i inne materiały opakowaniowe możesz zachować w bezpiecznym miejscu, aby zapobiec uszkodzeniu urządzenia w razie konieczności jego transportu w przyszłości. Jeśli chcesz pozbyć się oryginalnego opakowania, upewnij się, że wszystkie elementy zostaną poddane recyklingowi zgodnie z przepisami.

- Upewnij się, że wszystkie części i komponenty są w zestawie i w dobrym stanie. Jeśli któregoś brakuje lub jest uszkodzony, skontaktuj się natychmiast z oficjalnym Działem Wsparcia Technicznego Cecotec.

Zawartość pudełka:

- Rower powietrzny
- 2 baterie AA 1,5 V
- Instrukcja obsługi
- Nie usuwaj numeru seryjnego z produktu, aby zachować możliwość prawidłowego śledzenia sprzętu w przypadku konieczności uzyskania pomocy.

3. Montaż

Krok 1: Montaż stabilizatora

Rys. 3

1. Zdejmij śruby M816S5 (10) i podkładki d80161,5 (9) ze stabilizatora przedniego (48) i stabilizatora tylnego (49) za pomocą klucza imbusowego S5 (A).
2. Przymocuj przedni stabilizator (48) i tylny stabilizator (49) do ramy głównej (89) za pomocą śrub M816S5 (10) i podkładek d80161,5 (9) przy użyciu klucza imbusowego S5 (A).

Krok 2: Montaż zespołu siodełka

Rys. 4

1. Włóż rurę siedziska (27) do ramy głównej (89) i zablokuj ją za pomocą pokrętła/dźwigni M161.522*056 (31).
2. Na rurę siodełka (27) nałóż płytkę mocującą siodełko (26) i zabezpiecz ją pokrętłem/dźwignią M123715058 (29) oraz podkładką d12024*2 (28).
3. Za pomocą klucza S13-14-15 (B) odkręć nakrętki nylonowe M8H7.5S13 (25) i podkładki d80202 (98) z siodełka (24). Zamontuj siodełko (24) na płycie montażowej siodełka (26) i zabezpiecz je nakrętkami nylonowymi M8H7.5S13 (25) i podkładkami d80202 (98) za pomocą klucza S13-14-15 (B).

Krok 3: Montaż długiego wału i drążków wahadłowych; zabezpieczenie połączenia

Rys. 5

1. Zdejmij śruby M816S13 (17), podkładki sprężyste d8 (8), podkładki d80322 (18), podkładki faliste d190250.3 (21) i zaślepki S13 (16) z długiego wału (22). Przetnij długi wał (22) przez ramę główną (89), centrując wyloty po obu stronach. Przymocuj drążki wahacza (23L/R) do obu końców długiego wału (22) za pomocą śrub M816S13 (17), podkładek sprężystych d8 (8), podkładek d80322 (18) i podkładek falistych d190250.3 (21). Zakryj śruby zaślepkami S13 (16).
2. Przymocuj łącznik/połączenie (51) do głównej konstrukcji (89) za pomocą śrub

M82055 (7), podkładek sprężystych d8 (8) i podkładek d80161,5 (9) przy użyciu klucza imbusowego S5 (A).

Krok 4: Montaż korb, drążków i pedałów

Rys. 6

1. Zdejmij nakrętki nylonowe M12H11S19 (41) z pedałów (42L/R).
2. Przymocuj popychacz (37L/R) do korbowodu (76L/R) za pomocą pedału (42L/R), podkładek d17,50342 (39), podkładek dystansowych Z1100172012,7 (40) i nakrętek nylonowych M12H11S19 (41). Użyj klucza S13-14-15 (B) i klucza S17-S19 (D).
3. Używając klucza imbusowego S6 (C) i klucza płaskiego S17-S19 (D), wykręć śruby M105520S6 (34), podkładki d100202 (35) i nakrętki nylonowe M10H9.5S17 (36) z popychacza (37L/R). Następnie przymocuj popychacz (37L/R) do wahacza (23L/R) i zabezpiecz go śrubami M105520S6 (34), podkładkami d100202 (35) i nakrętkami nylonowymi M10H9.5S17 (36).

Krok 5: Montaż konsoli, osłony i kierownicy

Rys. 7

1. Zdejmij śruby M816S5 (10), podkładki d80161,5 (9), podkładki sprężyste d8 (8) i podkładki zakrzywione d80202*R16 (11) ze złącza/przyłącza (51) za pomocą klucza imbusowego S5 (A).
2. Nasuń osłonę (6) na słupek konsoli (4). Podłącz kabel bagażnika 1 (50) i kabel bagażnika 2 (5). Włóż słupek konsoli (4) do złącza/przyłącza (51) i zabezpiecz go śrubami M816S5 (10), podkładkami sprężynowymi d8 (8), podkładkami d80161,5 (9) i podkładkami zakrzywionymi d80202*R16 (11) za pomocą klucza imbusowego S5 (A). Prawidłowo załóż osłonę (6).
3. Włóż kierownicę (13L/R) do drążków obrotowych (23L/R) i zabezpiecz śrubami M84320H3 (14), podkładkami zakrzywionymi d80202R16 (11), podkładkami sprężynowymi d8 (8) i nakrętkami nylonowymi M8H7.5S13 (25) za pomocą klucza płaskiego S13-14-15 (B).

Krok 6: Instalacja konsoli

Rys. 8

1. Wyjmij śruby M5*10 (2) z konsoli (1) za pomocą klucza płaskiego S13-14-15 (B).
2. Podłącz kabel bagażnika 1 (50) do kabla konsoli (1a).
3. Przymocuj konsolę (1) do słupka konsoli (4) za pomocą śrub M5*10 (2) i klucza płaskiego S13-14-15 (B).

Relokacja maszyn

Rys. 9

Aby przesunąć maszynę, unieś koniec tylnego stabilizatora (49), aż koła transportowe (44) przedniego stabilizatora (48) dotkną podłoża. Z kotami na podłożu przesunąć rower w żądane miejsce.

Odległość obwodowa

Rys. 10

Zachowaj wolną przestrzeń wokół maszyny, jak pokazano na schemacie. Unikaj przeszkód i nierównych powierzchni w obszarze użytkowania.

Prawidłowe użycie

Rys. 11

Jeźdź na rowerze, zachowując postawę i gesty przedstawione na odpowiedniej ilustracji, trzymając ręce na kierownicy (13L/P) i stopy na pedałach (42L/P).

Regulacja siodełka

Rys. 12

1. Obróć pokrętko/dźwignię M161.522*056 (31) przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, aby wyregulować wysokość rury podsiodłowej (27) zgodnie z otworami.
2. Obróć pokrętko/dźwignię M123715*058 (29) przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, aby wyregulować odległość poziomą zgodnie ze strzałkami na płytce mocującej siedzisko (26).
3. Jeżeli na rurze podsiodłowej (27) widoczny jest znak „MAX”, nie należy korzystać z urządzenia; jest to maksymalna dozwolona wysokość.
4. Po dokonaniu regulacji należy przekręcić pokrętko (31 i 29) zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aby je mocno zablokować.

4. Operacja**Pikolok**

1. TRYB:
Naciśnij ten przycisk, aby zmienić ekran lub wybrać pole, które chcesz dostosować (które miga).
2. REGENERACJA / W GÓRĘ:
 - I. W trybie konfiguracji naciśnij ten przycisk, aby zwiększyć wartość konfiguracji w odpowiednim migającym oknie dla opcji TIME, DIST, CAL i TEMP (°C lub °F).
 - II. W trybie innym niż ćwiczenia lub tryb bez konfiguracji naciśnij ten przycisk, aby wejść/wyjść z funkcji odzyskiwania tętna.
3. W DÓŁ:
W trybie konfiguracji naciśnij ten przycisk, aby zmniejszyć wartość ustawienia w odpowiednim migającym oknie dla opcji TIME, DIST, CAL i TEMP (°C / °F).
4. RESET / START:
 - I. W trybie konfiguracji naciśnij ten przycisk, aby zresetować wartość w odpowiednim migającym oknie dla TIME, DIST i CAL.
 - II. W trybie konfiguracji parametrów tkanki tłuszczowej naciśnij ten przycisk, aby uzyskać dostęp do testu tkanki tłuszczowej.

- III. W trybie monitorowania naciśnij i przytrzymaj ten przycisk przez 3 sekundy, aby zresetować wszystkie wartości do zera.
5. **TŁUSZCZ:**
W trybie czuwania naciśnij ten przycisk, aby wejść/wyjść z ustawień parametrów tkanki tłuszczowej.

Funkcje

1. **PRĘDKOŚĆ/PROCENT TŁUSZCZU W CIALE/OBROTY NA PUNKT MINUTOWY**
 - I. Wyświetla prędkość chwilową w zakresie od 0,0 do 99,9 km/h. Jeśli natomiast monitor wyświetla M, zakres będzie wynosił od 0,0 do 99,9 mph.
 - II. Wyświetla aktualną liczbę powtórzeń na minutę (RPM) podczas ćwiczeń. Odzwierciedla częstotliwość pedałowania. Zakres od 0 do 999 powtórzeń na minutę.
 - III. Wyświetla wskaźnik tkanki tłuszczowej.
2. **CZAS/BMI**
 - I. Licznik mierzy całkowity czas od początku do końca ćwiczenia, w zakresie od 0 do 99 minut i 59 sekund.
 - II. Czas ćwiczeń można ustawić z wyprzedzeniem; gdy zbliża się ustawiony czas, monitor uruchomi alarm 10 sekund wcześniej. Maksymalny ustawiony czas to 99 minut.
 - III. Wyświetla wskaźnik masy ciała (BMI).
3. **DYSTANS/TMB**
 - I. Licznik zlicza całkowity dystans od początku do końca ćwiczenia, w zakresie od 0,00 do 9,99 do 99,9 km. Jeśli licznik wyświetla M, zakres będzie wynosił 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 mili.
 - II. Dystans ćwiczeń można ustawić wstępnie, a po jego osiągnięciu monitor uruchomi 10-sekundowy alarm. Maksymalny ustawiony dystans to 99,9 km lub mil (jeśli monitor wyświetla M).
 - III. Wyświetla podstawową przemianę materii (PPM).
4. **KALORIE/TEMPERATURA**
 - I. Licznik zlicza całkowitą liczbę kalorii spożytych od początku do końca ćwiczeń. Zakres wynosi 0,0 ~ 99,9 ~ 999 kcal.
 - II. Wartość kaloryczną można ustawić z wyprzedzeniem; gdy zbliży się ona do ustawionego poziomu kalorii, monitor uruchomi 10-sekundowy alarm.
 - III. Wyświetla temperaturę otoczenia (TEMP).

5. PULS
 - I. Przytrzymaj czujnik tętna i odczytaj tętno na minutę. Zakres pomiaru wynosi od 40 do 240 uderzeń na minutę.
 - II. Jeśli przez 60 sekund nie zostanie wykryty sygnał tętna, pojawi się „P”, aby wstrzymać test tętna. Możesz nacisnąć przycisk W GÓRĘ lub W DÓŁ, aby wznowić test tętna.

6. DŹWIĘK KLUCZOWY
 - I. Monitor wyda sygnał dźwiękowy po naciśnięciu dowolnego przycisku. Ten dźwięk to dźwięk klawisza. Jeśli nie słyszysz dźwięku, oznacza to, że klawisz nie został naciśnięty prawidłowo lub nie działa prawidłowo.

7. AUTOMATYCZNE WŁĄCZANIE/WYŁĄCZANIE I AUTOMATYCZNE START/STOP
 - I. Jeżeli w ciągu 8 minut nie zostanie wykryty żaden ślad wysiłku ani czynności, urządzenie automatycznie się wyłączy, a wszystkie dane zostaną usunięte z pamięci, z wyjątkiem parametrów tkanki tłuszczowej i temperatury.
 - II. Monitor włączy się automatycznie po otrzymaniu sygnału ćwiczeń lub operacji.

DZIAŁANIE

1. KONFIGURACJA

Naciśnij przycisk MODE, aby wybrać okno wyświetlacza, które chcesz zaprogramować. Wartość w odpowiednim oknie zacznie migać. Następnie naciśnij przyciski UP/DOWN, aby zwiększać lub zmniejszać wartość, aż osiągniesz żądany czas, dystans lub kalorie dla alarmu. Naciśnij i przytrzymaj przycisk UP/DOWN, aby szybko zwiększyć lub zmniejszyć wartość. Naciśnij przycisk RESET, aby zresetować wartość w migającym oknie.

2. TĘTNO

Przed pomiarem tętna naciśnij dowolny przycisk, aby zmienić symbol „P” na „•” w okienku, a następnie przejdź do trybu pomiaru tętna. Potóż obie dłonie na płytkach kontaktowych, a monitor wyświetli aktualne tętno w uderzeniach na minutę (BPM) na ekranie LCD.

Uwaga: Podczas pomiaru tętna, ze względu na blokowanie styków, początkowe odczyty mogą być wyższe niż rzeczywiste tętno. Wartości ustabilizują się i zbliżą do rzeczywistych odczytów w ciągu jednej minuty. Wartość pomiaru nie powinna być traktowana jako podstawa do podjęcia leczenia.

Uwaga: Jeśli rower jest wyposażony w bezprzewodowy pomiar tętna za pomocą nadajnika na klatkę piersiową, przed pomiarem tętna zwilż przewodzące

podkładki na spodzie nadajnika wodą, potem lub żelom przewodzącym, aby zapewnić dobry kontakt. Następnie załóż pas piersiowy na klatkę piersiową. Dopasuj pas, aż nadajnik będzie ściśle przylegał do mięśni piersiowych, aby uzyskać dokładny sygnał tętna.

3. REGENERACJA TĘTNA

W spoczynku i bez ćwiczeń, najpierw sprawdź tętno, jak opisano powyżej. Następnie naciśnij przycisk RECOVERY/UP, aby uzyskać dostęp do funkcji odzyskiwania tętna. Na ekranie wyświetli się 1-minutowe odliczanie wraz z tętnem. Naciśnij i przytrzymaj czujnik tętna, aż odliczanie dojdzie do zera. Wyświetli się wówczas poziom odzyskiwania tętna (od F1 do F6), reprezentujący najszybszy do najwolniejszego poziomu odzyskiwania. Najszybszy poziom odzyskiwania, F1, jest najlepszy. Naciśnij ponownie przycisk RECOVERY/UP, aby wyjść z funkcji odzyskiwania tętna.

4. TŁUSZCZ W CIALE, BMI I PPM

W spoczynku naciśnij przycisk BODYFAT, aby uzyskać dostęp do ustawień parametrów tkanki tłuszczowej. Możesz je skonfigurować w następującej kolejności: numer użytkownika (1-8), waga (kg), wzrost (cm), wiek (lata) i płeć. Jeśli jednak urządzenie wyświetla „M”, waga będzie wyświetlana w funtach, a wzrost w calach. Naciśnij przycisk MODE, aby przejść do następnego ustawienia parametru. Naciśnij przycisk UP, aby zwiększyć wartość ustawienia, lub przycisk DOWN, aby ją zmniejszyć.

Po zakończeniu regulacji przytrzymaj czujnik tętna i naciśnij przycisk RESET/GO. Po 6 sekundach na ekranie wyświetli się procentowa zawartość tkanki tłuszczowej.

Naciśnij ponownie przycisk BODYFAT, aby zakończyć test tkanki tłuszczowej.

Obserwacja:

- I. Podczas regulacji parametrów urządzenie automatycznie zakończy test tkanki tłuszczowej, jeżeli w ciągu 10 sekund nie zostanie wykryty żaden sygnał operacyjny.
- II. Podczas badania tkanki tłuszczowej wyświetli się Er.1, jeśli przez 10 sekund nie zostanie wykryty żaden cel testowy.

Kontrast tkanki tłuszczowej

Płeć/wiek	Niska waga	Zdrowy	Lekka nadwaga	Nadwaga	Otyłość
Hombre/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%

Mężczyzna />30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Mujer/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Kobieta />30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

WYMIANA BATERII

Jeśli ekran stanie się przyciemniony lub nieczytelny, wyjmij baterię i zastąp ją dwiema bateriami AA.

5. Informacje dotyczące ćwiczenia

Prawidłowe szkolenie powinno składać się z następujących kroków:

- Rozgrzewka: Składa się z 5-10-minutowej sesji rozciągania i ćwiczeń o niskiej intensywności. Prawidłowa rozgrzewka podnosi temperaturę ciała, tętno i krążenie, przygotowując ciało do wysiłku. Rys. 13
- Trening: Jest to sesja ćwiczeń trwająca od 20 do 30 minut.

(Uwaga: w ciągu pierwszych kilku tygodni ćwiczeń nie utrzymuj wysokiego tętna dłużej niż 20 minut.) Ryc. 14

- Rozluźnienie: Rozciągaj się przez 5 do 10 minut. Zwiększy to Twoją elastyczność i pomoże zapobiec ewentualnym kontuzjom po ćwiczeniach. Rys. 13

Ćwiczyć

Aby utrzymać lub poprawić kondycję, wykonuj trzy sesje ćwiczeń tygodniowo, odpoczywając co najmniej jeden dzień między każdą sesją. Po kilku miesiącach ćwiczeń możesz zwiększyć liczbę sesji tygodniowo do pięciu. Aby uzyskać najlepsze rezultaty, bądź konsekwentny w swoim planie ćwiczeń.

6. Czyszczenie i konserwacja

- Do czyszczenia roweru należy używać miękkiej, wilgotnej ściereczki. Nie należy używać ściernych środków czyszczących ani rozpuszczalników do czyszczenia części plastikowych. Po każdym użyciu należy wytrzeć pot, który mógł się nagromadzić na rowerze. Należy uważać, aby na ekran monitora nie dostała się zbyt duża ilość wilgoci, ponieważ może to spowodować ryzyko porażenia prądem lub uszkodzenie podzespołów elektrycznych.
- Aby zapobiec uszkodzeniu ekranu, trzymaj rower, a w szczególności monitor, z dala od bezpośredniego światła słonecznego.
- Sprawdzaj co tydzień oraz przed każdym użyciem, czy wszystkie śruby mocujące i

pedały maszyny są odpowiednio dokręcone.

- Przechowuj rower w czystym i suchym miejscu, poza zasięgiem dzieci.

7. Specyfikacje techniczne

Produkt: EU01_122511

Numer referencyjny produktu: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Zasilanie wyświetlacza: 2 baterie AA 1,5 V

Maksymalna waga użytkownika: 135 kg.

Klasa: HC

Dane techniczne mogą ulec zmianie bez wcześniejszego powiadomienia w celu poprawy jakości produktu.

Wyprodukowano w Chinach | Zaprojektowano w Hiszpanii

8. Recykling sprzętu elektrycznego i elektronicznego



Ten symbol oznacza, że zgodnie z obowiązującymi przepisami, produkt i/lub bateria muszą być utylizowane oddzielnie od odpadów domowych. Po upływie okresu użytkowania produktu należy wyjąć baterie i dostarczyć je do punktu zbiórki wyznaczonego przez lokalne władze.

Aby uzyskać szczegółowe informacje na temat najbardziej odpowiedniego sposobu utylizacji sprzętu elektrycznego i elektronicznego i/lub baterii, użytkownik powinien skontaktować się z lokalnymi władzami.

Informacje na temat krajowych systemów recyklingu opakowań i ich oznaczeń można znaleźć na naszej stronie internetowej.

Przestrzeżenie powyższych wytycznych pomoże chronić środowisko.

9. Gwarancja i SAT

Cecotec będzie odpowiadać użytkownikowi końcowemu lub konsumentowi za wszelkie niezgodności istniejące w momencie dostawy produktu na warunkach, zasadach i terminach określonych w obowiązujących przepisach.

Zaleca się, aby naprawy wykonywał wyspecjalizowany personel.

Jeśli zauważysz problem z produktem lub będziesz mieć jakiegokolwiek pytania, skontaktuj się z oficjalnym działem pomocy technicznej Cecotec, dzwoniąc pod numer +34 96 321 07 28.

10. Prawa autorskie

Prawa własności intelektualnej do tekstów zawartych w niniejszym podręczniku należą do firmy CECOTEC INNOVACIONES, SL. Wszelkie prawa zastrzeżone. Treści niniejszej publikacji, w całości lub w części, nie mogą być powielane, przechowywane w systemie wyszukiwania, przesyłane ani rozpowszechniane w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny, kserograficzny, nagrywający lub podobny) bez uprzedniej pisemnej zgody firmy CECOTEC INNOVACIONES, SL.

11. Uproszczona deklaracja zgodności UE



Firma Cecotec Innovaciones niniejszym oświadcza, że niniejszy produkt jest zgodny z zasadniczymi wymaganiami oraz innymi stosownymi przepisami obowiązującymi w Unii Europejskiej. Produkt został zaprojektowany, wyprodukowany i przetestowany zgodnie z wymaganymi normami bezpieczeństwa i jakości. Pełny tekst Deklaracji Zgodności UE można znaleźć pod następującym adresem internetowym:
<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

ČEŠTINA

1. Součásti a komponenty

Sada hardwaru a nářadí:

Obr. 1

Žádný.	Popis	Cnt	Žádný.	Popis	Cnt
7	Šroub M82055	2 jednotky	40	Separátor 021100172012,7	2 jednotky
8	Pružná podložka d8	6 jednotek	31	M16*1,5	1 jednotka
9	Podložka d80161,5	2 jednotky	29	M12*37	1 jednotka
11	Zakřivená podložka d80202*R16	4 jednotky	NA	Imbusový klíč S5	1 jednotka
14	Šroub M84020*513	4 jednotky	B.	Pevný klíč S13-14-15	2 jednotky
25	Nylonová matice M8H7.5S13	4 jednotky	C	Imbusový klíč S6	1 jednotka
28 let	Podložka d120242	1 jednotka	D	Pevný klíč S17-S19	1 jednotka
39	Podložka d17,50342	2 jednotky			

Hlavní sada:

Obr. 2

Žádný	Popis	Cnt	Žádný.	Popis	Cnt
1	Utěšit	1 jednotka	22	Dlouhá osa	1 jednotka
51	Konektor/Připojení	1 jednotka	6	Paluba	1 jednotka
26	Upevňovací deska sedla	1 jednotka	27	Sedlová trubka	1 jednotka
42L/P	Pedály	1 pár	4	Konzolový sloupek	1 jednotka
48	Přední stabilizátor	1 jednotka	13L/P	Řídítka	1 pár
49	Zadní stabilizátor	1 jednotka	37L/P	tlačná tyč	1 pár
24	Sedlo	1 jednotka	89	Hlavní struktura	1 jednotka
23L/P	oscilační tyč	1 pár			

Kompletní seznam dílů:

Žádný.	Popis	Kontext	Žádný.	Popis	Cnt
1	Utěšit	1	53	Šroub ST4.21908	6
2	Šroub M510	4	54	Kryt kola ventilátoru	2
3	Kryt svorek	3	55	Šroub ST4.21308	12
4	Konzolový sloupek	1	56	Podložka d40181,5	4
5	Kabel hlavního	1	57	Upevňovací deska	4

ČEŠTINA

	vedení 2				
6	Paluba	1	58	Matice M101H9,5*515	2
7	Šroub M82055	2	59	Šroub M640010*2,5	2
8	Pružná podložka d8	11	60	Nylonová matice M6H6S10	10
9	Podložka d80161,5	9	61	Podložka ve tvaru U 30101.5	2
10	Šroub M81655	7	62	Matice M101H5*517	2
11	Zakřivená podložka d80202*R16	6	63	Ložisko 6000	2
12	Krytka svorkovnice Ø32*17	4	64	Magnet 10*3	1
13L/P	Řídítka	2	65	Pružná podložka D6	8
14	Šroub M84320*H3	4	66	Podložka d60161,5	4
15	Zastěpovací matice M8H16S13	4	67	Rukáv 1	1
16	Víčko S13	2	68	Rukáv 2	1
17	Šroub M816513	2	69L/P	Kryty sítě	2
18 let	Podložka d80322	2	70	Šroub M64520*S4	4
19	Pouzdro Ø19	4	71	Sloupek řízení	1
20	Pouzdro Ø32 323021,2*20	4	72	Šroub ST41307	12
21	Vlnitá podložka d190250,3	2	73	Matice M10x1,25xH7,5xS14	2
22	Dlouhá hřídel Ø19*538	1	74	Vlnitá podložka d10xØ13,5x0,3	2
23L/P	oscilační tyč	2	75	Kryt Ø25*7	2
24	Sedlo	1	76L/P	Ojnice	2
25	Nylonová matice M8H7,5S13	5	77	Kroužek	2
26	Upevňovací deska sedla	1	78L/P	Kryt řetězu	2
27	Sedlová trubka	1	79	Šroub ST4.21608	5
28 let	Podložka d120242	1	80	Vlnitá podložka d17xØ22x0,3	1
29	Knoflík/rukojeť M123715*Ø58	1	81	Ložisko 6203	2
30	Pouzdro	1	82	Senzor	1
31	Knoflík/rukojeť M161.522*Ø56	1	83	Podpora senzorů	1
32	ST4.21008 Šroub do plechu	1	84	Separátor Ø17,10254,0	1
33	Pouzdro Ø181,5014,65010,1	4	85	Pásová deska	1

34	Šroub M10S520*56	2	86	Pás	1
35 let	Podložka d100202	2	87	Osa	1
36	Nylonová matice M10H9.5S17	2	88	Šroub M61555	4
37L/P	tlačná tyč	2	89	Hlavní struktura	1
38 let	Ložisko FR8Z d12,7×D28,6×B8	2	90	Pěnová rukojeť 303280	2
39	Podložka d17,50342	2	91	Šroub M41008	1
40	Oddělovač 21100172012,7	2	92	Vnější přezka	1
41	Nylonová matice M12H11S19	2	93	Vnitřní přezka	1
42L/P	Pedál	2	94	Podložka D17*1,0	1
43	Šroub M84215*55	2	95	Protiváha	4
44	Transportní kolo 062*24,3	2	96	Kolo ventilátoru	1
45 let	Kryt svorkovnice 804025	4	97	Pouzdro 0323,302820,5019, 1	2
46	Matice M8H5.5S14	4	98	Podložka d80202	3
47	Podpěrný blok 05242M8*25	4	99	Šroub ST4.21308	4
48	Přední stabilizátor	1	NA	Imbusový klíč S5	1
49	Zadní stabilizátor	1	B.	Pevný klíč S13-14-15	2
50	Kabel hlavního vedení 1	1	C	Imbusový klíč S6	1
51	Konektor/Připojen í	1	D	Pevný klíč S17-S19	1
52	Separátor 010,201530	2			

Poznámka:

Obrázky v této příručce jsou schematické a nemusí přesně odpovídat produktu.

2. Před použitím

- Tento spotřebič je dodáván v obalu, který jej chrání během přepravy. Vyjměte spotřebič z krabice. Originální krabici a další balicí materiály můžete uschovat na bezpečném místě, abyste zabránili poškození spotřebiče v případě jeho budoucí přepravy. Pokud chcete originální obal zlikvidovat, ujistěte se, že jste všechny položky řádně recyklovali.
- Ujistěte se prosím, že všechny díly a komponenty jsou součástí dodávky a v dobrém stavu. Pokud některé chybí nebo jsou poškozené, okamžitě kontaktujte oficiální technickou podporu společnosti Cecotec.

Obsah krabice:

- Vzduchové kolo
- 2 x 1,5V AA baterie
- Návod k použití

- Neodstraňujte sériové číslo z produktu, abyste zachovali řádnou sledovatelnost vašeho zařízení v případě, že byste požádali o pomoc.

3. Montáž

Krok 1: Montáž stabilizátoru

Obr. 3

1. Odstraňte šrouby M81655 (10) a podložky d80161,5 (9) z předního stabilizátoru (48) a zadního stabilizátoru (49) pomocí imbusového klíče S5 (A).
2. Připevněte přední stabilizátor (48) a zadní stabilizátor (49) k hlavnímu rámu (89) pomocí šroubů M81655 (10) a podložek d80161,5 (9) s použitím imbusového klíče S5 (A).

Krok 2: Sestavení sedla

Obr. 4

1. Vložte sedlovou trubku (27) do hlavního rámu (89) a zajistěte ji knoflíkem/pákou M161.522*056 (31).
2. Umístěte upevňovací desku sedla (26) na sedlovou trubku (27) a zajistěte ji knoflíkem/pákou M123715058 (29) a podložkou d12024*2 (28).
3. Pomocí klíče S13-14-15 (B) odstraňte nylonové matice M8H7.5S13 (25) a podložky d80202 (98) ze sedla (24). Namontujte sedlo (24) na montážní desku sedla (26) a zajistěte jej nylonovými maticemi M8H7.5S13 (25) a podložkami d80202 (98) pomocí klíče S13-14-15 (B).

Krok 3: Montáž dlouhé hřídele a otočných tyčí; zajištění spojení

Obr. 5

1. Z dlouhé hřídele (22) odstraňte šrouby M816513 (17), pružné podložky d8 (8), podložky d80322 (18), vlnité podložky d190250.3 (21) a krytky S13 (16). Prostrčte dlouhou hřídel (22) hlavním rámem (89) a vycentrujte výstup na obou stranách. Připevněte vahadla (23L/R) k oběma koncům dlouhé hřídele (22) pomocí šroubů M816513 (17), pružných podložek d8 (8), podložek d80322 (18) a vlnitých podložek d190250.3 (21). Zakryjte šrouby krytkami S13 (16).
2. Připevněte konektor/připojení (51) k hlavní konstrukci (89) pomocí šroubů M82055 (7), pružných podložek d8 (8) a podložek d80161,5 (9) pomocí imbusového klíče S5 (A).

Krok 4: Montáž klik, tyčí a pedálů

Obr. 6

1. Odstraňte nylonové matice M12H11S19 (41) z pedálů (42L/R).
2. Připevněte tlačnou tyč (37L/R) k ojnici (76L/R) pomocí pedálu (42L/R), podložek d17,5Ø342 (39), distančních podložek 2110Ø172Ø12,7 (40) a nylonových matic M12H11S19 (41). Použijte klíč S13-14-15 (B) a klíč S17-519 (D).
3. Pomocí imbusového klíče S6 (C) a otevřeného klíče S17-519 (D) odstraňte šrouby M10S520S6 (34), podložky d10Ø202 (35) a nylonové matice M10H9.5S17 (36) z tlačné tyče (37L/R). Poté připevněte tlačnou tyč (37L/R) k vahadlu (23L/R) a zajistěte ji šrouby M10S520S6 (34), podložkami d10Ø202 (35) a nylonovými maticemi M10H9.5S17 (36).

Krok 5: Montáž sloupku konzoly, krytu a řídítek

Obr. 7

1. Odstraňte šrouby M816S5 (10), podložky d8Ø161,5 (9), pružné podložky d8 (8) a zakřivené podložky d8Ø202*R16 (11) z konektoru/přípojky (51) pomocí imbusového klíče S5 (A).
2. Nasadte kryt (6) na sloupek konzole (4). Připojte kabel hlavního rozvodu 1 (50) a kabel hlavního rozvodu 2 (5). Vložte sloupek konzole (4) do konektoru/připojení (51) a zajistěte jej šrouby M816S5 (10), pružnými podložkami d8 (8), podložkami d8Ø161,5 (9) a zakřivenými podložkami d8Ø202*R16 (11) pomocí imbusového klíče S5 (A). Správně umístěte kryt (6).
3. Vložte řídítka (13L/R) do otočných tyčí (23L/R) a zajistěte je šrouby M84320H3 (14), zakřivenými podložkami d8Ø202R16 (11), pružnými podložkami d8 (8) a nylonovými maticemi M8H7.5S13 (25) pomocí pevného klíče S13-14-15 (B).

Krok 6: Instalace konzole

Obr. 8

1. Odstraňte šrouby M5*10 (2) z konzoly (1) pomocí pevného klíče S13-14-15 (B).
2. Připojte kabel hlavního vedení 1 (50) ke kabelu konzole (1a).
3. Připevněte konzoli (1) k sloupku konzole (4) pomocí šroubů M5*10 (2) a pevného klíče S13-14-15 (B).

Přemístění stroje

Obr. 9

Pro přesun stroje zvedněte konec zadního stabilizátoru (49), dokud se přepravní kola (44) předního stabilizátoru (48) nedotknou země. S koly na zemi přemístěte jízdní kolo na požadované místo.

Obvodová vzdálenost

Obr. 10

Dodržujte kolem stroje dostatečný odstup, jak je znázorněno na obrázku. V oblasti používání se vyhýbejte překážkám a nerovným povrchům.

Správné použití

Obr. 11

Používejte kolo v postoji a gestech znázorněných na odpovídajícím obrázku, přičemž ruce držte na řídkách (13L/R) a nohy na pedálech (42L/R).

Nastavení sedla

Obr. 12

1. Otáčením knoflíku/páky M161.522*056 (31) proti směru hodinových ručiček nastavte výšku sedlové trubky (27) podle otvorů.
2. Otáčením knoflíku/páky M123715*058 (29) proti směru hodinových ručiček nastavte vodorovnou vzdálenost podle šipek na upevňovací desce sedadla (26).
3. Pokud je na sedlové trubce (27) viditelná značka „MAX“, stroj nepoužívejte; to je maximální povolená výška.
4. Po nastavení otočte knoflíky (31 a 29) ve směru hodinových ručiček pro jejich pevné zajištění.

4. Provoz

Tlačítka

1. REŽIM:
Stisknutím tohoto tlačítka změníte obrazovku nebo vyberete pole, které chcete upravit (které bliká).
2. OBNOVENÍ / NAHORU:
 - I. V konfiguračním režimu stiskněte toto tlačítko pro zvýšení konfigurační hodnoty v odpovídajícím blikajícím okně pro TIME (ČAS), DIST (VZDÁLENOST), CAL (KALORIE) a TEMP (TEMP) (°C nebo °F).
 - II. V režimu bez cvičení nebo konfigurace stiskněte toto tlačítko pro vstup/výstup z funkce zotavení pulsu.
3. DOLŮ:
V konfiguračním režimu stiskněte toto tlačítko pro snížení hodnoty nastavení v odpovídajícím blikajícím okně pro TIME (ČAS), DIST (VZDÁLENOST), CAL (KALORIE) a TEMP (TEMP) (°C / °F).
4. RESET / GO:
 - I. V konfiguračním režimu stiskněte toto tlačítko pro resetování hodnoty v odpovídajícím blikajícím okně pro TIME, DIST a CAL.
 - II. V režimu konfigurace parametru tělesného tuku stiskněte toto tlačítko pro přístup k testu tělesného tuku.
 - III. V režimu monitorování stiskněte a podržte toto tlačítko po dobu 3 sekund pro vynulování všech hodnot.

5. TĚLESNÝ TUK:

V klidovém režimu stiskněte toto tlačítko pro vstup/ukončení nastavení parametrů tělesného tuku.

Funkce

1. RYCHLOST/PROCENTO TĚLESNÉHO TUKU/OTÁČKY/MINUTA

- I. Zobrazuje okamžitou rychlost v rozsahu od 0,0 do 99,9 km/h. Nebo, pokud monitor zobrazuje M, rozsah bude od 0,0 do 99,9 mph.
- II. Zobrazuje aktuální počet opakování za minutu (RPM) během cvičení. Odráží frekvenci šlapání. Rozsah je 0 až 999 za minutu.
- III. Zobrazuje index tělesného tuku.

2. ČAS/BMI

- I. Počítá celkový čas od začátku do konce cvičení v rozsahu od 0 do 99 minut a 59 sekund.
- II. Dobu cvičení lze nastavit předem; když se blíží přednastavený čas, monitor spustí 10 sekund předem alarm. Maximální přednastavená doba je 99 minut.
- III. Zobrazuje index tělesné hmotnosti (BMI).

3. VZDÁLENOST/TMB

- I. Počítá celkovou vzdálenost od začátku do konce cvičení v rozsahu od 0,00 do 9,99 až 99,9 km. Nebo, pokud měřič zobrazuje M, rozsah bude 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 mil.
- II. Vzdálenost při cvičení lze přednastavit a když se přiblížíte k přednastavené vzdálenosti, monitor spustí 10sekundový alarm. Maximální přednastavená vzdálenost je 99,9 km nebo mil (pokud monitor zobrazuje M).
- III. Zobrazení bazálního metabolismu (BMR).

4. KALORIE/TEPLOTA

- I. Počítá celkový počet spotřebovaných kalorií od začátku do konce cvičení a rozsah je 0,0 ~ 99,9 ~ 999 kcal.
- II. Hodnotu kalorií lze nastavit předem; když se přiblíží přednastavené úrovni kalorií, monitor spustí 10sekundový alarm.
- III. Zobrazuje okolní teplotu (TEMP).

5. PULS

- I. Držte snímač pulsu a odečtěte si tepovou frekvenci za minutu. Rozsah je 40 až 240 tepů za minutu.
- II. Pokud není po dobu 60 sekund detekován žádný signál pulsu, zobrazí se „P“, čímž se test pulsu pozastaví. Stisknutím tlačítka NAHORU nebo DOLŮ můžete test pulsu restartovat.

6. KLÍČOVÝ TÓN
Monitor pípne, když stisknete libovolné tlačítko. Tento zvuk je tón klávesy. Pokud zvuk neslyšíte, znamená to, že klávesa nebyla stisknuta správně nebo že klávesa nefunguje správně.
7. AUTOMATICKÉ ZAPNUTÍ/VYPNUTÍ A AUTOMATICKÉ START/STOP
 - I. Pokud po dobu 8 minut nejsou detekovány žádné známky cvičení nebo provozu, zařízení se automaticky vypne a všechna data budou z paměti vymazána, s výjimkou parametrů tělesného tuku a teploty.
 - II. Jakmile je přijat signál o cvičení nebo provozu, monitor se automaticky zapne.

OPERACE

1. KONFIGURACE
Stisknutím tlačítka MODE vyberte okno zobrazení, které chcete přednastavit, a odpovídající hodnota okna bude blikat. Poté stiskněte tlačítko NAHORU/DOLŮ pro zvýšení nebo snížení hodnoty, dokud nedosáhnete požadovaného času, vzdálenosti nebo kalorií pro budík. Stisknutím a podržením tlačítka NAHORU/DOLŮ rychle zvýšíte nebo snížíte hodnotu. Stisknutím tlačítka RESET resetujete hodnotu odpovídajícího blikajícího okna.
2. PULZOVÁ FREKVENČIE
Před měřením tepové frekvence stiskněte libovolné tlačítko, čímž v okně změníte „P“ na „.“, a poté přejděte do režimu měření tepové frekvence. Položte obě dlaně na kontaktní plošky a monitor zobrazí na LCD obrazovce vaši aktuální tepovou frekvenci v tepch za minutu (BPM).

Poznámka: Během měření pulsu mohou být počáteční hodnoty v důsledku blokování kontaktů vyšší než skutečná tepová frekvence. Hodnoty se během jedné minuty stabilizují a přiblíží se skutečným hodnotám. Naměřená hodnota by neměla být považována za podklad pro lékařské ošetření.

Poznámka: Pokud je váš cyklistický skútr vybaven bezdrátovým měřením tepové frekvence pomocí hrudního pásu, před měřením tepové frekvence navlhčete vodivé podložky na spodní straně vysílače vodou, potem nebo vodivým gelem, abyste zajistili dobrý kontakt. Poté si hrudní pás umístěte kolem hrudníku. Upravte popruh tak, aby vysílač těsně přiléhal pod prsní svaly, a získal tak přesný signál tepové frekvence.
3. OBNOVENÍ PULZU
V klidu a bez cvičení nejprve zkontrolujte puls, jak je popsáno výše. Poté stiskněte tlačítko RECOVERY/UP pro přístup k funkci obnovení pulsu. Na obrazovce se

zobrazí odpočet 1 minuty spolu s vaší tepovou frekvencí. Stiskněte a podržte snímač pulsu, dokud odpočet nedosáhne nuly. Poté se zobrazí úroveň obnovení pulsu od F1 do F6, která představuje nejrychlejší po nejpomalejší zotavení. Nejrychlejší zotavení, F1, je nejlepší. Dalším stisknutím tlačítka RECOVERY/UP funkci obnovení pulsu ukončíte.

4. TĚLESNÝ TUK, BMI A BMR

V klidu stiskněte tlačítko BODYFAT pro přístup k nastavení parametrů tělesného tuku. Můžete je konfigurovat v následujícím pořadí: číslo uživatele (1–8), hmotnost (kg), výška (cm), věk (roky) a pohlaví. Pokud se však na zařízení zobrazí „M“, hmotnost se zobrazí v librách a výška v palcích. Stisknutím tlačítka MODE přejděte k dalšímu nastavení parametru. Stisknutím tlačítka NAHORU zvýšíte hodnotu nastavení a stisknutím tlačítka DOLŮ ji snížíte.

Jakmile je nastavení dokončeno, podržte snímač pulsu a stiskněte tlačítko RESET/GO. Na obrazovce se poté během 6 sekund zobrazí procento tělesného tuku.

Pro ukončení testu tělesného tuku stiskněte znovu tlačítko BODYFAT.

Pozorování:

- I. Během úpravy parametrů se test tělesného tuku automaticky ukončí, pokud po dobu 10 sekund nezaznamená žádný provozní signál.
- II. Během testu tělesného tuku se zobrazí Er.1, pokud po dobu 10 sekund není detekován žádný testovaný cíl.

Kontrast tělesného tuku

Pohlaví/věk	Nízká hmotnost	Zdravý	Mírná nadváha	Nadváha	Obezita
Hombre/≤30	<14 %	14 %–20 %	20,1 %–25 %	25,1 %–35 %	>35 %
Muž / nad 30 let	<17 %	17 %–23 %	23,1 %–28 %	28,1 %–38 %	>38 %
Mujer/≤30	<17 %	17 %–24 %	24,1–30 %	30,1 %–40 %	>40 %
Žena/>30	<20 %	20 %–27 %	27,1 %–33 %	33,1 %–43 %	>43 %

VÝMĚNA BATERIE

Pokud je obrazovka tmavá nebo nečitelná, vyjměte baterii a nahradte ji dvěma bateriemi typu AA.

5. Informace týkající se cvičení

Správný výcvik by měl sestávat z následujících kroků:

- Zahřátí: Spočívá v 5 až 10minutovém protahování a cvičení s nízkou intenzitou. Správné zahřátí zvyšuje tělesnou teplotu, srdeční frekvenci a krevní oběh, a tím připravuje tělo na cvičení. Obr. 13
- Trénink: Jedná se o cvičení v délce 20 až 30 minut.

(Poznámka: Během prvních několika týdnů cvičení neudržujte vysokou tepovou frekvenci déle než 20 minut.) Obr. 14

- Zklidnění: Protahujte se 5 až 10 minut. Zvýšíte tím svou flexibilitu a pomůžete předejít možným zraněním po cvičení. Obr. 13

Cvičení

Pro udržení nebo zlepšení své kondice cvičte třikrát týdně a mezi jednotlivými lekci si alespoň jeden den odpočiňte. Po několika měsících cvičení můžete počet týdenních lekcí zvýšit na pět. Pro dosažení nejlepších výsledků dodržujte svůj cvičební režim důsledně.

6. Čištění a údržba

- K čištění jízdního kola používejte měkký, vlhký hadřík. Na plastové části nepoužívejte abrazivní čisticí prostředky ani rozpouštědla. Po každém použití setřete veškerý pot, který se na kole mohl nahromadit. Dbejte na to, aby se na obrazovku monitoru nedostala příliš velká vlhkost, mohlo by dojít k úrazu elektrickým proudem nebo k poškození elektrických součástí.
- Chraňte kolo, zejména monitor, před přímým slunečním zářením, abyste zabránili poškození obrazovky.
- Týdně a před každým použitím kontrolujte, zda jsou všechny upevňovací šrouby a pedály stroje řádně utažené.
- Kolo skladujte na čistém a suchém místě mimo dosah dětí.

7. Technické specifikace

Produkt: EU01_122511

Referenční číslo produktu: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Napájení displeje: 2 x 1,5V AA baterie

Maximální hmotnost uživatele: 135 kg.

Třída: HC

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

Vyrobeno v Číně | Navrženo ve Španělsku

8. Recyklace elektrických a elektronických zařízení



Tento symbol označuje, že v souladu s platnými předpisy musí být výrobek a/nebo baterie likvidovány odděleně od domovního odpadu. Po skončení životnosti výrobku je nutné baterie vyjmout a odvézt na sběrné místo určené místními úřady.

Pro podrobné informace o nevhodnějším způsobu likvidace elektrických a elektronických zařízení a/nebo příslušných baterií by se měl spotřebitel obrátit na místní úřady.

Informace o národních systémech recyklace obalů a jejich označování naleznete na našich webových stránkách.

Dodržování výše uvedených pokynů pomůže chránit životní prostředí.

9. Záruka a SAT

Společnost Cecotec bude koncovému uživateli nebo spotřebiteli odpovídat za jakýkoli nesoulad se smlouvou, který existuje v době dodání produktu, a to v souladu s podmínkami a lhůtami stanovenými platnými předpisy.

Doporučuje se, aby opravy prováděli specializovaní pracovníci.

Pokud zjistíte problém s produktem nebo máte jakékoli dotazy, kontaktujte prosím oficiální technickou podporu společnosti Cecotec na telefonním čísle +34 96 321 07 28.

10. Autorská práva

Práva duševního vlastnictví k textům v této příručce patří společnosti CECOTEC INNOVACIONES, SL. Všechna práva vyhrazena. Obsah této publikace nesmí být, ať už zcela nebo zčásti, reprodukován, ukládán do vyhledávacího systému, přenášen ani distribuován žádnými prostředky (elektronickými, mechanickými, kopírováním, nahráváním nebo podobnými) bez předchozího písemného souhlasu společnosti CECOTEC INNOVACIONES, SL.

11. Zjednodušené prohlášení EU o shodě



Společnost Cecotec Innovaciones tímto prohlašuje, že tento výrobek splňuje základní požadavky a další příslušná ustanovení platných předpisů Evropské unie. Tento výrobek byl navržen, vyroben a testován v souladu s požadovanými bezpečnostními a kvalitativními normami. Úplné znění prohlášení EU o shodě naleznete na následující webové adrese: <https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

MAGYAR

1. Alkatrészek és részegységek

Hardver és szerszámkészlet:

1. ábra

Nem	Leírás	Cnt	Nem.	Leírás	Cnt
7	M82055 csavar	2 egység	40	Elválasztó 0211001720 12,7	2 egység
8	Rugós alátét d8	6 egység	31	M16*1,5	1 egység
9	Alátét d80161,5	2 egység	29	M12*37	1 egység
11	Ívelt alátét d80202*R16	4 egység	CÍMZETT	S5 imbuszkulcs	1 egység
14	Csavar M84020*S13	4 egység	B.	Fix villáskulcs S13-14-15	2 egység
25	Nejlon anya M8H7.5S13	4 egység	C	S6 imbuszkulcs	1 egység
28	Alátét d120242	1 egység	D	Fixkulcs S17-S19	1 egység
39	Alátét d17.50342	2 egység			

Fő készlet:

2. ábra

Nem.	Leírás	Cnt	Nem.	Leírás	Cnt
1	Konzol	1 egység	22	Hosszú tengely	1 egység
51	Csatlakozó/Csat lakozás	1 egység	6	Fedélzet	1 egység
26	Nyeregrögző lemez	1 egység	27	Nyeregcső	1 egység
42L/R	Pedálok	1 pár	4	Konzoloszlop	1 egység
48	Első stabilizátor	1 egység	13B/J	Kormány	1 pár
49	Hátsó stabilizátor	1 egység	37L/R	tolórúd	1 pár
24	Nyereg	1 egység	89	Fő szerkezet	1 egység
23B/J	oszcilláló rúd	1 pár			

Teljes alkatrészlista:

Nem.	Leírás	Cnt	Nem.	Leírás	Cnt
1	Konzol	1	53	Csavar ST4.21908	6
2	M510 csavar	4	54	Ventilátorkerék-burkolat	2
3	Csatlakozófedél	3	55	Csavar ST4.21308	12
4	Konzoloszlop	1	56	Alátét d40181,5	4

5	2. csomagtartó kábel	1	57	Rögzítőlemez	4
6	Fedélzet	1	58	Anya M101H9.5*S15	2
7	M82055 csavar	2	59	M640010*2,5 csavar	2
8	Rugós alátét d8	11	60	Nejlón anya M6H6S10	10
9	Alátét d80161,5	9	61	U alakú alátét 30101,5	2
10	M81655 csavar	7	62	Anya M101H5*S17	2
11	Ívelt alátét d80202*R16	6	63	6000-es csapágy	2
12	Csatlakozósapka Ø32*17	4	64	Mágnes 10*3	1
13B/J	Kormány	2	65	D6 rugós alátét	8
14	Csavar M84320*H3	4	66	Alátét d60161,5	4
15	Vak anya M8H16513	4	67	1. hüvely	1
16	S13 sapka	2	68	2. hüvely	1
17	M816513 csavar	2	69L/R	Hálóburkolatok	2
18 éves	Alátét d80322	2	70	M64520*S4 Csavar	4
19	Ø19-es persely	4	71	Kormányoszlop	1
20	Ø32 persely 323021.2*20	4	72	Csavar ST41307	12
21	Hullámos alátét d190250.3	2	73	M10×1,25×H7,5×S14 anya	2
22	Hosszú tengely Ø19*538	1	74	Hullámos alátét d10×Ø13,5×0,3	2
23B/J	oszilláló rúd	2	75	Fedél Ø25*7	2
24	Nyereg	1	76L/R	Összekötő rúd	2
25	Nejlón anya M8H7.5S13	5	77	Gyűrű	2
26	Nyeregrögzítő lemez	1	78L/R	Láncvédő	2
27	Nyeregcső	1	79	Csavar ST4.21608	5
28	Alátét d120242	1	80	Hullámos alátét d17×Ø22×0,3	1
29	Gomb/Fogantyú M123715*Ø58	1	81	6203-as csapágy	2
30	Persely	1	82	Érzékelő	1
31	Gomb/Fogantyú M161.522*Ø56	1	83	Szenzor támogatás	1
32	ST4.21008 Lemezcsvavar	1	84	Elválasztó Ø17,10254,0	1
33	Persely Ø181,5Ø14,65Ø10,1	4	85	Övlemez	1
34	M105520*S6 Csavar	2	86	Öv	1
35	Alátét d100202	2	87	Tengely	1

36	Nejlon anya M10H9.5S17	2	88	M615S5 csavar	4
37L/R	tolórúd	2	89	Fő szerkezet	1
38 éves	FR8Z csapágy d12,7×D28,6×B8	2	90	Habszivacs markolat 303280	2
39	Alátét d17.50342	2	91	M41008 csavar	1
40	Elválasztó Z1100172012,7	2	92	Külső csat	1
41	Nejlon anya M12H11S19	2	93	Belső csat	1
42L/R	Pedál	2	94	D17*1.0 alátét	1
43	Csavar M84215*S5	2	95	Ellensúly	4
44	Szállítókerék Ø62*24,3	2	96	Ventilátorkerék	1
45	Csatlakozófedél 804025	4	97	Persely Ø323,302820,5019,1	2
46	M8H5.5S14 anya	4	98	Alátét d80202	3
47	Támasztóblokk Ø5242M8*25	4	99	Csavar ST4.21308	4
48	Első stabilizátor	1	CÍMZET T	S5 imbuszkulcs	1
49	Hátsó stabilizátor	1	B.	Fix villáskulcs S13-14-15	2
50	1. csomagtartó kábel	1	C	S6 imbuszkulcs	1
51	Csatlakozó/Csatl akozás	1	D	Fix villáskulcs S17-S19	1
52	Elválasztó Ø10.201530	2			

Jegyzet:

A kézikönyvben található grafikák vázlatos ábrázolások, és eltérhetnek a termék képétől.

2. Használat előtt

- Ez a készülék csomagolásban érkezik, amely a szállítás közbeni védelmet szolgálja. Vegye ki a készüléket a dobozából. Az eredeti dobozt és a többi csomagolóanyagot biztonságos helyen őrizheti meg, hogy elkerülje a készülék károsodását, ha a jövőben szállítania kellene. Ha az eredeti csomagolást meg szeretné semmisíteni, ügyeljen arra, hogy minden elemet megfelelően hasznosítson újra.
- Kérjük, győződjön meg arról, hogy minden alkatrész és részegység megvan és jó állapotban van. Ha bármelyik hiányzik vagy sérült, kérjük, azonnal vegye fel a kapcsolatot a Cecotec hivatalos műszaki támogatási szolgálatával.

Doboz tartalma:

- Légbicikli
- 2 db 1,5 V-os AA elem
- Használati utasítás

- Ne távolítsa el a termék sorozatszámát, hogy a berendezés megfelelően nyomon követhető legyen, ha segítségre van szüksége.

3. Összeszerelés**1. lépés: A stabilizátor összeszerelése**

3. ábra

1. Távolítsa el az M81655 csavarokat (10) és a d80161.5 alátéteket (9) az első stabilizátorról (48) és a hátsó stabilizátorról (49) az S5 imbuszkulcs (A) segítségével.
2. Rögzítse az első stabilizátort (48) és a hátsó stabilizátort (49) a fő vázhoz (89) az M81655 csavarokkal (10) és a d80161.5 alátétekkel (9) az S5 imbuszkulcs (A) segítségével.

2. lépés: A nyeregszerkezet összeszerelése

4. ábra

1. Helyezze be az ülécscövet (27) a fő vázba (89), és rögzítse az M161.522*056 (31) gombbal/karral.
2. Helyezze a nyeregrogzító lemezt (26) a nyeregcsőre (27), és rögzítse az M123715058 gombbal/karral (29) és a d12024*2 alátéttel (28).
3. Az S13-14-15 (B) villáskulcs segítségével távolítsa el az M8H7.5S13 nejlonyányákat (25) és a d80202 alátéteket (98) a nyeregből (24). Szerelje fel a nyeret (24) a nyeregrogzító lemezre (26), és rögzítse az M8H7.5S13 nejlonyonyákkal (25) és a d80202 alátétekkel (98) az S13-14-15 (B) villáskulcs segítségével.

3. lépés: A hosszú tengely és a lengőkarok összeszerelése; a csatlakozás rögzítése

5. ábra

1. Távolítsa el az M816513 csavarokat (17), a d8 rugós alátéteket (8), a d80322 alátéteket (18), a d190250.3 hullámos alátéteket (21) és az S13 sapkákat (16) a hosszú tengelyről (22). Helyezze be a hosszú tengelyt (22) a fő kereten (89) keresztül, mindkét oldalon középre igazítva a kimenetet. Rögzítse a himbákat (23L/R) a hosszú tengely (22) mindkét végéhez az M816513 csavarok (17), a d8 rugós alátétek (8), a d80322 alátétek (18) és a d190250.3 hullámos alátétek (21) segítségével. Fedje le a csavarokat az S13 sapkákkal (16).
2. Rögzítse a csatlakozót/csatlakozót (51) a fő szerkezethez (89) az M82055 csavarokkal (7), a d8 rugós alátétekkel (8) és a d80161.5 alátétekkel (9) az S5 imbuszkulcs (A) segítségével.

4. lépés: A hajtókarok, rudak és pedálok összeszerelése

6. ábra

1. Távolítsa el az M12H11S19 (41) nejlon anyákat a pedálokról (42L/R).
2. Rögzítse a nyomórudat (37L/R) a hajtórúdhoz (76L/R) a pedál (42L/R), a d17.50342 alátétek (39), a 21100172012.7 távtartók (40) és az M12H11S19 nejlon anyák (41) segítségével. Használja az S13-14-15 villáskulcsot (B) és az S17-S19 villáskulcsot (D).
3. Az S6-os imbuszkulcs (C) és az S17-S19-es villáskulcs (D) segítségével távolítsa el az M105520S6 csavarokat (34), a d100202 alátéteket (35) és az M10H9.5S17 nejlonanyákat (36) a tolórúdról (37L/R). Ezután rögzítse a tolórudat (37L/R) a billenőkarhoz (23L/R), és rögzítse az M105520S6 csavarokkal (34), a d100202 alátétekkel (35) és az M10H9.5S17 nejlonanyákkal (36).

5. lépés: A konzoloszlop, a burkolat és a kormány felszerelése

7. ábra

1. Távolítsa el az M816S5 csavarokat (10), a d80161.5 alátéteket (9), a d8 rugós alátéteket (8) és a d80202*R16 ívelt alátéteket (11) a csatlakozóból/csatlakozóból (51) az S5 imbuszkulcs (A) segítségével.
2. Csúsztassa a fedelet (6) a konzoloszlopra (4). Csatlakoztassa az 1-es csomagtartó kábelt (50) és a 2-es csomagtartó kábelt (5). Helyezze be a konzoloszlopot (4) a csatlakozóba/csatlakozóba (51), és rögzítse M816S5 csavarokkal (10), d8 rugós alátétekkel (8), d80161.5 alátétekkel (9) és d80202*R16 ívelt alátétekkel (11) az S5 imbuszkulcs (A) segítségével. Helyezze el megfelelően a fedelet (6).
3. Helyezze be a kormányrudakat (13L/R) a lengőrudakba (23L/R), és rögzítse azokat az M84320H3 csavarokkal (14), a d80202R16 íves alátétekkel (11), a d8 rugós alátétekkel (8) és az M8H7.5S13 nejlon anyákkal (25) az S13-14-15 fix villáskulcs (B) segítségével.

6. lépés: Konzol telepítése

8. ábra

1. Távolítsa el az M5*10 csavarokat (2) a konzolból (1) az S13-14-15 fix villáskulcs (B) segítségével.
2. Csatlakoztassa az 1-es törzskábelt (50) a konzolkábelhez (1a).
3. Rögzítse a konzolt (1) a konzoloszlophoz (4) az M5*10 csavarokkal (2) az S13-14-15 fix villáskulcs (B) segítségével.

Gépáthelyezés

9. ábra

A gép mozgatásához emelje fel a hátsó stabilizátor (49) végét, amíg az első stabilizátor (48) szállítókerekei (44) el nem érik a talajt. A talajon lévő kerekekkel mozgassa a kerékpárt a kívánt helyre.

Kerületi távolság

10. ábra

Tartson megfelelő távolságot a gép körül az ábrán látható módon. Kerülje az akadályokat és az egyenetlen felületeket a használati területen.

Helyes használat

11. ábra

A kerékpárt a megfelelő ábrán látható testtartást és gesztusokat követve használja, kezeit a kormányon (13B/J), lábait pedig a pedálokra (42B/J) tartva.

Nyeregállítás

12. ábra

1. Forgassa el az M161.522*056 gombot/kart (31) az óramutató járásával ellentétes irányba a nyeregcső (27) magasságának a furatoknak megfelelő beállításához.
2. Forgassa el az M123715*058 gombot/kart (29) az óramutató járásával ellentétes irányba a vízszintes távolság beállításához, a nyereg rögzítő lemezen (26) található nyilak szerint.
3. Ha a „MAX” jelzés látható a nyeregcsövön (27), ne használja a gépet; ez a megengedett maximális magasság.
4. Beállítás után fordítsa el a gombokat (31 és 29) az óramutató járásával megegyező irányba a szoros rögzítéshez.

4. Működés**Gombok**

1. MÓD:
Nyomja meg ezt a gombot a képernyő módosításához, vagy válassza ki a módosítani kívánt mezőt (amely villog).
2. FELVÉTEL / FEL:
 - I. Beállítási módban nyomja meg ezt a gombot az éppen villogó kijelzőmezőben a beállítási érték növeléséhez a TIME, DIST, CAL és TEMP (°C vagy °F) paramétereknél.
 - II. Nem edzés közben vagy nem beállítási állapotban nyomja meg ezt a gombot a pulzus-helyreállítás funkcióba való belépéshez/kilépéshez.
3. ALAPÁLLÍTÁS / INDULÁS:
 - I. Konfigurációs módban nyomja meg ezt a gombot a TIME, DIST és CAL megfelelő villogó ablakában látható érték visszaállításához.
 - II. A testzsír paraméterek konfigurációs állapotában nyomja meg ezt a gombot a testzsír teszt eléréséhez.
 - III. Monitor módban tartsa lenyomva ezt a gombot 3 másodpercig az összes érték nullázásához.

4. TESTZSÍR:

Készenléti módban nyomja meg ezt a gombot a testzsír-paraméterek beállításainak eléréséhez/kilépéshez.

Funkciók

1. SEBESSÉG/TESTZSÍR SZÁZALÉK/FORDULAT/PERC

- I. A pillanatnyi sebességet mutatja, a tartomány 0,0 és 99,9 km/h között van. Vagy, ha a monitor M betűt mutat, a tartomány 0,0 és 99,9 mph között lesz.
- II. Kijelzi az edzés során az aktuális percenkénti ismétlések számát (RPM). A pedálozás gyakoriságát tükrözi. A tartomány 0 és 999 percenként.
- III. Megjeleníti a testzsír-indexet.

2. IDŐ/BMI

- I. A gyakorlat kezdetétől a végéig eltelt teljes időt méri, 0 és 99 perc 59 másodperc között.
- II. Az edzés időtartama előre beállítható; amikor a beállított idő közeledik, a monitor 10 másodperccel korábban hangjelzést ad. A maximálisan beállítható idő 99 perc.
- III. Megjeleníti a testtömegindexet (BMI).

3. TÁVOLSÁG/TMB

- I. A gyakorlat kezdetétől a végéig megtett teljes távolságot méri, 0,00 és 9,99 km közötti tartományban. Vagy, ha a mérő M-et mutat, a tartomány 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 mérföld lesz.
- II. Az edzés távolsága előre beállítható, és amikor közeledik az előre beállított távolsághoz, a monitor 10 másodperces riasztást ad. A maximálisan előre beállított távolság 99,9 km vagy mérföld (ha a monitor M betűt mutat).
- III. Az alap anyagcsere-ráta (BMR) megjelenítése.

4. KALÓRIA/HŐMÉRSÉKLET

- I. A gyakorlat elejétől a végéig számolja az elégetett kalóriákat, a tartomány 0,0 ~ 99,9 ~ 999 kcal.
- II. A kalóriaérték előre beállítható; amikor az eléri az előre beállított kalóriaszintet, a monitor 10 másodperces riasztást ad.
- III. Kijelzi a környezeti hőmérsékletet (TEMP).

5. IMPULZUS

- I. Fogja meg a pulzusérzékelőt, és olvassa le a percenkénti pulzusszámát. A tartomány 40 és 240 bpm között van.
- II. Ha 60 másodpercig nem érkezel pulzusjelre, a "P" betű jelenik meg, ami szünetelteti a pulzusvizsgálatot. A FEL vagy LE gomb megnyomásával

újraindíthatja a pulzusvizsgálatot.

6. BILLENTYŰHANG

A monitor sípoló hangot ad, amikor megnyom bármelyik gombot. Ez a hang a billentyűhang. Ha nem hallja a hangot, az azt jelenti, hogy a billentyűt nem nyomta meg megfelelően, vagy a billentyű nem működik megfelelően.

7. AUTOMATIKUS BE/KI ÉS AUTOMATIKUS INDÍTÁS/LEÁLLÍTÁS

- I. Ha 8 percig nem érzékel testmozgás vagy művelet jeleit, a készülék automatikusan kikapcsol, és az összes adat törlődik a memóriából, kivéve a testzír-paramétereket és a hőmérsékletet.
- II. Amint edzés- vagy működési jelet vesz, a monitor automatikusan bekapcsol.

MŰVELET

1. KONFIGURÁCIÓ

Nyomja meg a MODE gombot a beállítani kívánt kijelzőablak kiválasztásához, és a megfelelő ablakérték villogni fog. Ezután a FEL/LE gombok megnyomásával növelheti vagy csökkentheti az értéket, amíg el nem éri a riasztáshoz kívánt időt, távolságot vagy kalóriát. Nyomja meg és tartsa lenyomva a FEL/LE gombot az érték gyors növeléséhez vagy csökkentéséhez. Nyomja meg a RESET gombot a megfelelő villogó ablak értékének visszaállításához.

2. PULZUSSZÁM

A pulzusszám mérése előtt nyomjon meg egy gombot, hogy a "P" betű "-"-re változzon az ablakban, majd lépjen be a pulzuszám mérő üzemmódba. Helyezze mindkét tenyerét az érintőpárnákra, és a monitor az LCD képernyőn megjeleníti az aktuális pulzusszámát percenkénti ütésekben (BPM).

Megjegyzés: Pulzuszám mérés közben az érintkezők blokkolása miatt a kezdeti értékek magasabbak lehetnek a tényleges pulzusszámnál. Az értékek egy percen belül stabilizálódnak és megközelítik a tényleges értékeket. A mért érték nem tekinthető orvosi kezelés alapjának.

Megjegyzés: Ha a kerékpárja vezeték nélküli pulzuszám méréssel van felszerelve mellkaspántos jeladón keresztül, akkor a pulzuszám mérés megkezdése előtt nedvesítse meg a jeladó alján található vezeték nélküli párnákat vízzel, izzadsággal vagy vezeték nélküli géllal a jó érintkezés biztosítása érdekében. Ezután helyezze a mellkaspántot a mellkasára. Állítsa be a pántot úgy, hogy a jeladó szorosan illeszkedjen a mellizmok alá a pontos pulzusjel elérése érdekében.

3. PULZUS VISSZAÁLLÍTÁS

Nyugalmi állapotban, testmozgás nélkül először ellenőrizze a pulzusát a fent leírtak szerint. Ezután nyomja meg a RECOVERY/UP gombot a pulzus-regenerálódási funkció eléréséhez. A képernyőn egy 1 perces visszaszámlálás jelenik meg a pulzusszámmal együtt. Nyomja meg és tartsa lenyomva a pulzusérzékelőt, amíg a visszaszámlálás el nem éri a nullát. Ezután megjelenik a pulzus-regenerálódási szintje F1-től F6-ig, a leggyorsabbtól a leglassabb regenerálódásig. A leggyorsabb regenerálódás, az F1, a legjobb. Nyomja meg ismét a RECOVERY/UP gombot a pulzus-regenerálódási funkcióból való kilépéshez.

4. TESTZSÍR, BMI és BMR

Nyugalmi állapotban nyomja meg a BODYFAT gombot a testzsír paraméterek beállításainak eléréséhez. Ezeket a következő sorrendben konfigurálhatja: felhasználói szám (1-8), súly (kg), magasság (cm), életkor (év) és nem. Ha azonban a készülék "M"-et jelenít meg, a súly fontban, a magasság pedig hüvelykben jelenik meg. A MODE gomb megnyomásával léphet a következő paraméterbeállításra. A FEL gomb megnyomásával növelheti a beállított értéket, a LE gomb megnyomásával pedig csökkentheti azt.

A beállítás befejezése után tartsa meg a pulzusérzékelőt, és nyomja meg a RESET/GO gombot. A képernyőn 6 másodperc múlva megjelenik a testzsír-százalék.

A testzsír-tesztből való kilépéshez nyomja meg ismét a BODYFAT gombot.

Megfigyelés:

- I. A paraméterek beállítása során automatikusan kilép a testzsírtesztből, ha 10 másodpercig nem érzel semmilyen működési jelet.
- II. A testzsírteszt során az Er.1 hibakód jelenik meg, ha 10 másodpercig nem érzel tesztcélpontot.

Testzsír-kontraszt

Nem/életkor	Alacsony súly	Egészséges	Enyhe túlsúly	Túlsúly	Elhízottság
Hombre/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Férfi />30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Mujer/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Nő/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

ELEMCSERÉLÉS

Ha a képernyő halványnak vagy olvashatatlannak tűnik, vegye ki az elemet, és cserélje ki két AA elemre.

5. A gyakorlattal kapcsolatos információk

A megfelelő képzésnek a következő lépésekből kell állnia:

- Bemelegítés: Ez egy 5-10 perces nyújtásból és alacsony intenzitású gyakorlatból áll. A megfelelő bemelegítés növeli a testhőmérsékletet, a pulzusszámot és a vérkeringést, így felkészíti a testet a testmozgásra. 13. ábra
- Edzés: Ez egy 20-30 percig tartó gyakorlatsor.

(Megjegyzés: Az edzés első néhány hetében ne tartsa fenn a magas pulzusszámot 20 percnél tovább.) 14. ábra

- Levezetés: Nyújtson 5-10 percig. Ez növeli a hajlékonyságát és segít megelőzni az edzés utáni esetleges sérüléseket. 13. ábra

Edzés

A fitness fenntartása vagy javítása érdekében hetente háromszor végezzen edzést, legalább egy nap pihenővel az egyes alkalmak között. Több hónapnyi edzés után a heti edzések számát ötre növelheti. A legjobb eredmény elérése érdekében legyen következetes az edzésprogramjában.

6. Tisztítás és karbantartás

- A kerékpár tisztításához használjon puha, nedves ruhát. Ne használjon súrolószereket vagy oldószereket a műanyag alkatrészeken. Minden használat után törölje le a kerékpáron esetlegesen felhalmozódott izzadságot. Ügyeljen arra, hogy ne kerüljön túl sok nedvesség a képernyőre, mert ez áramütés veszélyét okozhatja, vagy károsíthatja az elektromos alkatrészeket.
- Tartsa távol a kerékpárt, különösen a monitort a közvetlen napfénytől, hogy elkerülje a képernyő károsodását.
- Hetente és minden használat előtt ellenőrizze, hogy az összes rögzítőcsavar és a gép pedáljai megfelelően meg vannak-e húzva.
- A kerékpárt tiszta, száraz helyen, gyermekek elől elzárva tárolja.

7. Műszaki adatok

Termék: EU01_122511

Termék hivatkozás: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Kijelző tápellátása: 2 x 1,5 V-os AA elem

Maximális felhasználó súlya: 135 kg.

Osztály: HC

A műszaki adatok előzetes értesítés nélkül változhatnak a termék minőségének javítása érdekében.

Kínában készült | Spanyolországban tervezték

8. Elektromos és elektronikus berendezések újrahasznosítása



Ez a szimbólum azt jelzi, hogy a vonatkozó előírásoknak megfelelően a terméket és/vagy az akkumulátort a háztartási hulladéktól elkülönítve kell ártalmatlanítani. Amikor a termék eléri hasznos élettartama végét, el kell távolítani az akkumulátorokat, és el kell vinni azokat a helyi hatóságok által kijelölt gyűjtőhelyre.

Az elektromos és elektronikus berendezések és/vagy a hozzájuk tartozó elemek ártalmatlanításának legmegfelelőbb módjával kapcsolatos részletes információkért a fogyasztónak a helyi hatóságokhoz kell fordulnia.

A nemzeti csomagolás-újrahasznosítási rendszerekről és azok jelöléséről weboldalunkon talál információkat.

A fenti irányelvek betartása segít megvédeni a környezetet.

9. Garancia és SAT

A Cecotec a vonatkozó szabályozásokban meghatározott feltételeknek és határidőknek megfelelően válaszol a végfelhasználónak vagy a fogyasztónak a termék kiszállításának időpontjában fennálló bármilyen nem megfelelőség esetén.

Javasoljuk, hogy a javításokat szakképzett személyzet végezze.

Ha problémát észlel a termékkel kapcsolatban, vagy bármilyen kérdése van, kérjük, vegye fel a kapcsolatot a Cecotec hivatalos műszaki támogatási szolgálatával a +34 96 321 07 28 telefonszámon.

10. Szerzői jog

A jelen kézikönyvben található szövegekhez fűződő szellemi tulajdonjogok a CECOTEC INNOVACIONES, SL tulajdonát képezik. Minden jog fenntartva. A kiadvány tartalma a CECOTEC INNOVACIONES, SL előzetes írásbeli engedélye nélkül tilos egészben vagy részben reprodukálni, adatrögzítő rendszerben tárolni, továbbítani vagy terjeszteni semmilyen módon (elektronikus, mechanikus, fénymásolás, rögzítés vagy hasonló).

11. Egyszerűsített EU-megfelelőségi nyilatkozat



A Cecotec Innovaciones ezzel kijelenti, hogy ez a termék megfelel az alkalmazandó Európai Unió előírások alapvető követelményeinek és egyéb vonatkozó rendelkezéseinek. Ezt a terméket a szükséges biztonsági és minőségi szabványoknak megfelelően tervezték, gyártották és tesztelték. Az EU megfeleléségi nyilatkozat teljes szövege a következő webcímen található:

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

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

1. Μέρη και εξαρτήματα

Κιτ υλικού και εργαλείων:

Σχήμα 1

Οχι.	Περιγραφή	Cnt	Οχι.	Περιγραφή	Cnt
7	Βίδα M820S5	2 μονάδες	40	Διαχωριστής Ø2110Ø172Ø12 .7	2 μονάδες
8	Ελατηριωτή ροδέλα d8	6 μονάδες	31	M16*1.5	1 μονάδα
9	Ροδέλα d8Ø161.5	2 μονάδες	29	M12*37	1 μονάδα
11	Καμπύλη ροδέλα d8Ø202*R16	4 μονάδες	NA	Κλειδί Άλεν S5	1 μονάδα
14	Βίδα M84020*S13	4 μονάδες	σι	Σταθερό κλειδί S13-14-15	2 μονάδες
25	Παξιμάδι νάιλον M8H7.5S13	4 μονάδες	ντο	Κλειδί Άλεν S6	1 μονάδα
28	Ροδέλα d12Ø242	1 μονάδα	ρε	Σταθερό κλειδί S17-S19	1 μονάδα
39	Ροδέλα d17.5Ø342	2 μονάδες			

Κύριο σετ:

Σχήμα 2

Οχι.	Περιγραφή	Cnt	Οχι.	Περιγραφή	Cnt
1	Κονσόλα	1 μονάδα	22	Μακρύς άξονας	1 μονάδα
51	Συνδετήρας/Σύν δεση	1 μονάδα	6	Κατάστρωμα	1 μονάδα
26	Πλάκα στερέωσης σέλας	1 μονάδα	27	Σωλήνας καθίσματος	1 μονάδα
42L/R	Πεντάλ	1 ζευγάρι	4	Δημοσίευση κονσόλας	1 μονάδα
48	Μπροστινός σταθεροποιητής	1 μονάδα	13L/R	Τιμόνι	1 ζευγάρι
49	Πίσω σταθεροποιητής	1 μονάδα	37L/R	ράβδος ώθησης	1 ζευγάρι
24	Σέλλα	1 μονάδα	89	Κύρια δομή	1 μονάδα
23L/R	ταλαντεύομενη ράβδος	1 ζευγάρι			

Πλήρης λίστα ανταλλακτικών:

Οχι.	Περιγραφή	Cnt	Οχι.	Περιγραφή	Cnt
1	Κονσόλα	1	53	Βίδα ST4.219Ø8	6
2	Βίδα M510	4	54	Κάλυμμα τροχού ανεμιστήρα	2
3	Κάλυμμα ακροδεκτών	3	55	Βίδα ST4.213Ø8	12
4	Δημοσίευση κονσόλας	1	56	Ροδέλα d4Ø181.5	4
5	Καλώδιο κορμού 2	1	57	Πλάκα στερέωσης	4

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

6	Κατάστρωμα	1	58	Παξιμάδι M101H9.5*S15	2
7	Βίδα M820S5	2	59	Βίδα M640Ø10*2,5	2
8	Ελατηριωτή ροδέλα d8	11	60	Παξιμάδι νάιλον M6H6S10	10
9	Ροδέλα d8Ø161.5	9	61	Ροδέλα σχήματος U 30101.5	2
10	Βίδα M816S5	7	62	Παξιμάδι M101H5*S17	2
11	Καμπύλη ροδέλα d8Ø202*R16	6	63	6000 Ρουλεμάν	2
12	Καπάκι ακροδεκτών Ø32*17	4	64	Μαγνήτης 10*3	1
13L/ R	Τιμόνι	2	65	Ροδέλα ελατηρίου D6	8
14	Βίδα M84320*H3	4	66	Ροδέλα d6Ø161.5	4
15	Τυφλό παξιμάδι M8H16S13	4	67	Μανίκι 1	1
16	Καπάκι S13	2	68	Μανίκι 2	1
17	Βίδα M816S13	2	69L/R	Καλύμματα διχτυού	2
18	Ροδέλα d8Ø322	2	70	Βίδα M64520*S4	4
19	Ø19 Δακτύλιος	4	71	Κολόνα τιμονιού	1
20	Δακτύλιος Ø32 323Ø21.2*20	4	72	Βίδα ST413Ø7	12
21	Ροδέλα Wave d19Ø250.3	2	73	Παξιμάδι M10×1.25×H7.5×S14	2
22	Μακρύς άξονας Ø19*538	1	74	Ροδέλα κύματος d10×Ø13.5×0.3	2
23L/ R	ταλαντευόμενη ράβδος	2	75	Κάλυμμα Ø25*7	2
24	Σέλλα	1	76L/R	Ράβδος σύνδεσης	2
25	Παξιμάδι νάιλον M8H7.5S13	5	77	Δαχτυλίδι	2
26	Πλάκα στερέωσης σέλας	1	78L/R	Κάλυμμα αλυσίδας	2
27	Σωλήνας καθίσματος	1	79	Βίδα ST4.216Ø8	5
28	Ροδέλα d12Ø242	1	80	Ροδέλα κύματος d17×Ø22×0.3	1
29	Πόμολο/Χειρισμός M123715*Ø58	1	81	Ρουλεμάν 6203	2
30	Πυκνός	1	82	Αισθητήρας	1
31	Πόμολο/Χειρισμός M161.522*Ø56	1	83	Υποστήριξη αισθητήρων	1
32	Βίδα λαμαρίνας ST4.210Ø8	1	84	Διαχωριστής Ø17.1Ø254.0	1
33	Δακτύλιος Ø181.5Ø14.65Ø1 0.1	4	85	Πλάκα ιμάντα	1
34	Βίδα M105520*S6	2	86	Ζώνη	1
35	Ροδέλα d10Ø202	2	87	Άξονας	1
36	Παξιμάδι νάιλον M10H9.5S17	2	88	Βίδα M615S5	4

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

37L/ R	ράβδος ώθησης	2	89	Κύρια δομή	1
38	Ρουλεμάν FR8Z d12.7×D28.6×B8	2	90	Λαβή αφρού 303280	2
39	Ροδέλα d17.5Ø342	2	91	Βίδα M410Ø8	1
40	Διαχωριστής 2110Ø172Ø12.7	2	92	Εξωτερική πόρπη	1
41	Παξιμάδι νάιλον M12H11S19	2	93	Εσωτερική πόρπη	1
42L/ R	Πετάλι	2	94	Ροδέλα D17*1.0	1
43	Βίδα M84215*S5	2	95	Αντίβαρο	4
44	Τροχός μεταφοράς Ø62*24,3	2	96	Τροχός ανεμιστήρα	1
45	Κάλυμμα ακροδέκτη 804025	4	97	Δακτύλιος Ø323.3Ø2820.5Ø19.1	2
46	Παξιμάδι M8H5.5S14	4	98	Ροδέλα d8Ø202	3
47	Μπλοκ στήριξης Ø5242M8*25	4	99	Βίδα ST4.213Ø8	4
48	Μπροστινός σταθεροποιητής	1	NA	Κλειδί Άλεν S5	1
49	Πίσω σταθεροποιητής	1	σι	Σταθερό κλειδί S13-14-15	2
50	Καλώδιο κορμού 1	1	ντο	Κλειδί Άλεν S6	1
51	Συνδετήρας/Σύνδε ση	1	ρε	Σταθερό κλειδί S17-S19	1
52	Διαχωριστής Ø10.2Ø1530	2			

Σημείωμα:

Τα γραφικά σε αυτό το εγχειρίδιο είναι σχηματικές αναπαραστάσεις και ενδέχεται να μην αντιστοιχούν ακριβώς σε αυτά του προϊόντος.

2. Πριν από τη χρήση

- Αυτή η συσκευή διατίθεται σε συσκευασία σχεδιασμένη να την προστατεύει κατά τη μεταφορά. Αφαιρέστε τη συσκευή από το κουτί της. Μπορείτε να φυλάξετε το αρχικό κουτί και άλλα υλικά συσκευασίας σε ασφαλές μέρος για να αποφύγετε ζημιές στη συσκευή σε περίπτωση που χρειαστεί να τη μεταφέρετε στο μέλλον. Εάν επιθυμείτε να απορρίψετε την αρχική συσκευασία, φροντίστε να ανακυκλώσετε όλα τα αντικείμενα σωστά.
- Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα και τα εξαρτήματα περιλαμβάνονται και βρίσκονται σε καλή κατάσταση. Εάν λείπουν ή έχουν υποστεί ζημιά, επικοινωνήστε αμέσως με την επίσημη Υπηρεσία Τεχνικής Υποστήριξης της Cecotec.

Περιεχόμενα κουτιού:

- Αεροποδήλατο

- 2 μπαταρίες AA 1,5V
- Εγχειρίδιο οδηγιών

- Μην αφαιρείτε τον σειριακό αριθμό από το προϊόν, προκειμένου να διατηρήσετε την ορθή ιχνηλασιμότητα του εξοπλισμού σας σε περίπτωση που ζητήσετε βοήθεια.

3. Συναρμολόγηση

Βήμα 1: Συναρμολόγηση σταθεροποιητή

Σχήμα 3

1. Αφαιρέστε τις βίδες M816S5 (10) και τις ροδέλες d8Ø161.5 (9) από τον μπροστινό σταθεροποιητή (48) και τον πίσω σταθεροποιητή (49) χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen S5 (A).
2. Συνδέστε τον μπροστινό σταθεροποιητή (48) και τον πίσω σταθεροποιητή (49) στο κύριο πλαίσιο (89) με τις βίδες M816S5 (10) και τις ροδέλες d8Ø161.5 (9) χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen S5 (A).

Βήμα 2: Συναρμολόγηση του συγκροτήματος σέλας

Σχήμα 4

1. Τοποθετήστε τον Σωλήνα Καθίσματος (27) στο Κύριο Πλαίσιο (89) και ασφαλίστε τον με το Κουμπί/Μοχλό M161.522*Ø56 (31).
2. Τοποθετήστε την πλάκα στερέωσης της σέλας (26) στον σωλήνα της σέλας (27) και ασφαλίστε την με το κουμπί/μοχλό M123715Ø58 (29) και τη ροδέλα d12Ø24*2 (28).
3. Χρησιμοποιώντας το κλειδί S13-14-15 (B), αφαιρέστε τα νάιλον παξιμάδια M8H7.5S13 (25) και τις ροδέλες d8Ø202 (98) από τη σέλα (24). Τοποθετήστε τη σέλα (24) στην πλάκα στήριξης της σέλας (26) και ασφαλίστε την με τα νάιλον παξιμάδια M8H7.5S13 (25) και τις ροδέλες d8Ø202 (98) χρησιμοποιώντας το κλειδί S13-14-15 (B).

Βήμα 3: Συναρμολόγηση του μακριού άξονα και των ράβδων ταλάντωσης· στερέωση της σύνδεσης

Σχήμα 5

1. Αφαιρέστε τις βίδες M816S13 (17), τις ελατηριωτές ροδέλες d8 (8), τις ροδέλες d8Ø322 (18), τις κυματιστές ροδέλες d19Ø250.3 (21) και τα καπάκια S13 (16) από τον μακρύ άξονα (22). Εισάγετε τον μακρύ άξονα (22) μέσα από το κύριο πλαίσιο (89), κεντράροντας την έξοδο και στις δύο πλευρές. Συνδέστε τις ράβδους ζυγοστάθμισης (23L/R) και στα δύο άκρα του μακρού άξονα (22) χρησιμοποιώντας τις βίδες M816S13 (17), τις ελατηριωτές ροδέλες d8 (8), τις ροδέλες d8Ø322 (18) και τις κυματιστές ροδέλες d19Ø250.3 (21). Καλύψτε τις βίδες με τα καπάκια S13 (16).
2. Συνδέστε τον σύνδεσμο/σύνδεση (51) στην κύρια δομή (89) με τις βίδες M820S5 (7), τις ροδέλες ελατηρίου d8 (8) και τις ροδέλες d8Ø161.5 (9) χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen S5 (A).

Βήμα 4: Συναρμολόγηση των στροφάλων, των ράβδων και των πεταλιών

Σχήμα 6

1. Αφαιρέστε τα παξιμάδια νάιλον M12H11S19 (41) από τα πετάλια (42L/R).
2. Συνδέστε την ωστική ράβδο (37L/R) στη μπίελα (76L/R) χρησιμοποιώντας το πεντάλ (42L/R), τις ροδέλες d17.5Ø342 (39), τους αποστάτες 2110Ø172Ø12.7 (40) και τα παξιμάδια από νάιλον M12H11S19 (41). Χρησιμοποιήστε το κλειδί S13-14-15 (B) και το κλειδί S17-S19 (D).
3. Χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen S6 (C) και το κλειδί ανοιχτού άκρου S17-S19 (D), αφαιρέστε τις βίδες M105520S6 (34), τις ροδέλες d10Ø202 (35) και τα παξιμάδια από νάιλον M10H9.5S17 (36) από τη ράβδο ώθησης (37L/R). Στη συνέχεια, συνδέστε τη ράβδο ώθησης (37L/R) στον βραχίονα ζυγοστάθμισης (23L/R) και στερεώστε την με τις βίδες M105520S6 (34), τις ροδέλες d10Ø202 (35) και τα παξιμάδια από νάιλον M10H9.5S17 (36).

Βήμα 5: Τοποθέτηση της κολόνας της κονσόλας, του καλύμματος και του τιμονιού

Σχήμα 7

1. Αφαιρέστε τις βίδες M816S5 (10), τις ροδέλες d8Ø161.5 (9), τις ελατηριωτές ροδέλες d8 (8) και τις καμπύλες ροδέλες d8Ø202*R16 (11) από τον σύνδεσμο/σύνδεση (51) χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen S5 (A).
2. Σύρετε το Κάλυμμα (6) στον Στύλο Κονσόλας (4). Συνδέστε το Καλώδιο Πορτμπαγκάζ 1 (50) και το Καλώδιο Πορτμπαγκάζ 2 (5). Εισάγετε τον Στύλο Κονσόλας (4) στον Σύνδεσμο/Σύνδεση (51) και ασφαλίστε τον με Βίδες M816S5 (10), Ελατηριωτές Ροδέλες d8 (8), Ροδέλες d8Ø161.5 (9) και Καμπυλωτές Ροδέλες d8Ø202*R16 (11) χρησιμοποιώντας το Κλειδί Allen S5 (A). Τοποθετήστε σωστά το Κάλυμμα (6).
3. Τοποθετήστε τις χειρολαβές (13L/R) στις μπάρες περιστροφής (23L/R) και ασφαλίστε τις με τις βίδες M84320H3 (14), τις καμπύλες ροδέλες d8Ø202R16 (11), τις ελατηριωτές ροδέλες d8 (8) και τα παξιμάδια νάιλον M8H7.5S13 (25) χρησιμοποιώντας το σταθερό κλειδί S13-14-15 (B).

Βήμα 6: Εγκατάσταση κονσόλας

Σχήμα 8

1. Αφαιρέστε τις βίδες M5*10 (2) από την κονσόλα (1) χρησιμοποιώντας το σταθερό κλειδί S13-14-15 (B).
2. Συνδέστε το καλώδιο 1 του κεντρικού αγωγού (50) στο καλώδιο κονσόλας (1a).
3. Συνδέστε την Κονσόλα (1) στον Στύλο Κονσόλας (4) με τις Βίδες M5*10 (2) χρησιμοποιώντας το Σταθερό Κλειδί S13-14-15 (B).

Μετατόπιση μηχανημάτων

Σχήμα 9

Για να μετακινήσετε το μηχάνημα, σηκώστε το άκρο του πίσω σταθεροποιητή (49) μέχρι οι τροχοί μεταφοράς (44) του μπροστινού σταθεροποιητή (48) να ακουμπήσουν στο έδαφος. Με τους τροχούς στο έδαφος, μετακινήστε το ποδήλατο στην επιθυμητή θέση.

Περιμετρική απόσταση

Σχήμα 10

Διατηρήστε μια σαφή απόσταση γύρω από το μηχάνημα όπως φαίνεται στο διάγραμμα. Αποφύγετε εμπόδια και ανώμαλες επιφάνειες στην περιοχή χρήσης.

Σωστή χρήση

Σχήμα 11

Χρησιμοποιήστε το ποδήλατο ακολουθώντας τη στάση και τις χειρονομίες που φαίνονται στην αντίστοιχη εικόνα, κρατώντας τα χέρια σας στο τιμόνι (13L/R) και τα πόδια σας στα πετάλια (42L/R).

Ρύθμιση σέλας

Σχήμα 12

1. Γυρίστε το κουμπί/μοχλό M161.522*Ø56 (31) αριστερόστροφα για να ρυθμίσετε το ύψος του σωλήνα καθίσματος (27) σύμφωνα με τις οπές.
2. Γυρίστε το κουμπί/μοχλό M123715*Ø58 (29) αριστερόστροφα για να ρυθμίσετε την οριζόντια απόσταση ακολουθώντας τα βέλη στην πλάκα στερέωσης καθίσματος (26).
3. Εάν η ένδειξη «MAX» είναι ορατή στον σωλήνα καθίσματος (27), μην χρησιμοποιήσετε το μηχάνημα. Αυτό είναι το μέγιστο επιτρεπόμενο ύψος.
4. Μετά τη ρύθμιση, περιστρέψτε τα κουμπιά (31 και 29) δεξιόστροφα για να ασφαλίσουν σταθερά.

4. Λειτουργία

Κουμπί

1. ΤΡΟΠΟΣ:

Πατήστε αυτό το κουμπί για να αλλάξετε την οθόνη ή να επιλέξετε το πεδίο που θέλετε να ρυθμίσετε (το οποίο αναβοσβήνει).

2. ΑΝΑΚΤΗΣΗ / ΑΝΕΒΑΣΗ:

Στη λειτουργία διαμόρφωσης, πατήστε αυτό το κουμπί για να αυξήσετε την τιμή διαμόρφωσης στο αντίστοιχο παράθυρο που αναβοσβήνει για τις επιλογές TIME (ΧΡΟΝΟΣ), DIST (ΑΠΟΣΤΑΣΗ), CAL (ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ) και TEMP (°C ή °F).

Σε λειτουργία χωρίς άσκηση ή χωρίς διαμόρφωση, πατήστε αυτό το κουμπί για να εισέλθετε/εξέλθετε από τη λειτουργία ανάκτησης παλμών.

3. ΚΑΤΩ:

Στη λειτουργία διαμόρφωσης, πατήστε αυτό το κουμπί για να μειώσετε την τιμή ρύθμισης στο αντίστοιχο παράθυρο που αναβοσβήνει για τις επιλογές TIME (ΧΡΟΝΟΣ), DIST (ΑΠΟΣΤΑΣΗ), CAL (ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ) και TEMP (°C / °F).

4. ΕΠΑΝΑΦΟΡΑ / ΕΝΑΡΞΗ:

Στη λειτουργία διαμόρφωσης, πατήστε αυτό το κουμπί για να επαναφέρετε την τιμή στο αντίστοιχο παράθυρο που αναβοσβήνει για τις επιλογές TIME (ΧΡΟΝΟΣ), DIST (ΑΠΟΣΤΑΣΗ) και CAL (ΘΕΡΜΑΝΣΕΙΣ).

Στην κατάσταση διαμόρφωσης παραμέτρων σωματικού λίπους, πατήστε αυτό το κουμπί για να αποκτήσετε πρόσβαση στη δοκιμή σωματικού λίπους.

Σε λειτουργία παρακολούθησης, πατήστε παρατεταμένα αυτό το κουμπί για 3 δευτερόλεπτα για να επαναφέρετε όλες τις τιμές στο μηδέν.

5. ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΛΙΠΟΣ:
6. Σε κατάσταση αναμονής, πατήστε αυτό το κουμπί για να εισέλθετε/εξέλθετε από τις ρυθμίσεις παραμέτρων σωματικού λίπους.

Συναρτήσεις

1. ΤΑΧΥΤΗΤΑ/ΠΟΣΟΣΤΟ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΛΙΠΟΥΣ/ΣΑΛΑΤΑ
Εμφανίζει την στιγμιαία ταχύτητα και το εύρος κυμαίνεται από 0,0 έως 99,9 χλμ./ώρα. Ή, εάν η οθόνη εμφανίζει την ένδειξη M, το εύρος θα είναι από 0,0 έως 99,9 μίλια/ώρα.
Εμφανίζει τις τρέχουσες επαναλήψεις ανά λεπτό (RPM) κατά τη διάρκεια της άσκησης. Αντικατοπτρίζει τη συχνότητα πεταλαρίσματος. Το εύρος είναι 0 έως 999 ανά λεπτό.
Εμφανίζει τον δείκτη σωματικού λίπους.
2. ΧΡΟΝΟΣ/ΔΜΣ
Μετράει τον συνολικό χρόνο από την αρχή έως το τέλος της άσκησης, με εύρος από 0 έως 99 λεπτά και 59 δευτερόλεπτα.
Ο χρόνος άσκησης μπορεί να ρυθμιστεί εκ των προτέρων. Όταν πλησιάσει ο προκαθορισμένος χρόνος, η οθόνη θα ηχήσει ένα ζυπνητήρι 10 δευτερόλεπτα νωρίτερα. Ο μέγιστος προκαθορισμένος χρόνος είναι 99 λεπτά.
Εμφανίζει τον δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ).
3. ΑΠΟΣΤΑΣΗ/ΤΜΒ
Μετράει τη συνολική απόσταση από την αρχή έως το τέλος της άσκησης, με εύρος από 0,00 έως 9,99 έως 99,9 χλμ. Ή, εάν ο μετρητής εμφανίζει M, το εύρος θα είναι 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 μίλια.
Η απόσταση άσκησης μπορεί να προκαθοριστεί και όταν πλησιάσετε την προκαθορισμένη απόσταση, η οθόνη θα ηχήσει έναν συναγερμό 10 δευτερολέπτων. Η μέγιστη προκαθορισμένη απόσταση είναι 99,9 χλμ. ή μίλια (εάν η οθόνη εμφανίζει M).
Εμφάνιση βασικού μεταβολικού ρυθμού (BMR)
4. ΘΕΡΜΙΔΕΣ/ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ
Μετράει τις συνολικές θερμίδες που καταναλώνονται από την αρχή έως το τέλος της άσκησης και το εύρος είναι 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
Η τιμή θερμίδων μπορεί να ρυθμιστεί εκ των προτέρων. Όταν πλησιάσει το προκαθορισμένο επίπεδο θερμίδων, η οθόνη θα ηχήσει ένα ηχητικό σήμα 10 δευτερολέπτων.
Εμφανίζει τη θερμοκρασία περιβάλλοντος (TEMP).
5. ΣΦΥΓΜΟΣ
Κρατήστε τον αισθητήρα σφυγμού και διαβάστε τον καρδιακό σας ρυθμό ανά

λεπτό. Το εύρος κυμαίνεται από 40 έως 240 bpm.

Εάν δεν ανιχνευθεί σήμα παλμού για 60 δευτερόλεπτα, θα εμφανιστεί η ένδειξη "P" για παύση της δοκιμής παλμού. Μπορείτε να πατήσετε το UP ή το DOWN για να επανεκκινήσετε τη δοκιμή παλμού.

6. ΤΟΝΟΣ ΠΛΗΚΤΡΟΛΟΓΙΩΝ

Η οθόνη θα ηχήσει όταν πατήσετε οποιοδήποτε κουμπί. Αυτός ο ήχος είναι ο ήχος του πλήκτρου. Εάν δεν ακούσετε τον ήχο, σημαίνει ότι το πλήκτρο δεν πατήθηκε σωστά ή ότι το πλήκτρο δεν λειτουργεί σωστά.

7. ΑΥΤΟΜΑΤΗ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ/ΑΠΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΜΑΤΗ ΕΝΑΡΞΗ/ΔΙΑΚΟΠΗ

- I. Εάν δεν ανιχνευθεί κανένα σημάδι άσκησης ή λειτουργίας για 8 λεπτά, η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα και όλα τα δεδομένα θα διαγραφούν από τη μνήμη, εκτός από τις παραμέτρους σωματικού λίπους και τη θερμοκρασία.
- II. Μόλις ληφθεί ένα σήμα άσκησης ή λειτουργίας, η οθόνη θα ενεργοποιηθεί αυτόματα.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

1. ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ

Πατήστε MODE για να επιλέξετε το παράθυρο εμφάνισης που θέλετε να προεπιλέξετε και η αντίστοιχη τιμή του παραθύρου θα αναβοσβήνει. Στη συνέχεια, πατήστε UP/DOWN για να αυξήσετε ή να μειώσετε την τιμή μέχρι να φτάσετε στον επιθυμητό χρόνο, απόσταση ή θερμίδες για το ζυμνητήρι. Πατήστε παρατεταμένα UP/DOWN για να αυξήσετε ή να μειώσετε γρήγορα την τιμή. Πατήστε RESET για να επαναφέρετε την τιμή του αντίστοιχου παραθύρου που αναβοσβήνει.

2. ΣΦΥΓΜΟΣ

Πριν μετρήσετε τον καρδιακό σας ρυθμό, πατήστε οποιοδήποτε κουμπί για να αλλάξετε το "P" σε "*" στο παράθυρο και, στη συνέχεια, εισέλθετε στη λειτουργία παλμών. Τοποθετήστε και τις δύο παλάμες σας στα μαξιλαράκια επαφής και η οθόνη θα εμφανίσει τον τρέχοντα καρδιακό σας ρυθμό σε παλμούς ανά λεπτό (BPM) στην οθόνη LCD.

Σημείωση: Κατά τη μέτρηση του σφυγμού, λόγω μπλοκαρίσματος επαφής, οι αρχικές μετρήσεις ενδέχεται να είναι υψηλότερες από τον πραγματικό καρδιακό ρυθμό. Οι τιμές θα σταθεροποιηθούν και θα προσεγγίσουν τις πραγματικές μετρήσεις εντός ενός λεπτού. Η τιμή μέτρησης δεν πρέπει να θεωρείται βάση για ιατρική περιθαλψη.

Σημείωση: Εάν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με ασύρματη μέτρηση καρδιακών παλμών μέσω πομπού με ιμάντα στήθους, πριν από τη μέτρηση καρδιακών παλμών, βρέξτε τα αγώγιμα μαξιλαράκια στο κάτω μέρος του πομπού με νερό, ιδρώτα ή αγώγιμο τζελ για να εξασφαλίσετε καλή επαφή. Στη συνέχεια,

τοποθετήστε τον ιμάντα στήθους γύρω από το στήθος σας. Ρυθμίστε τον ιμάντα μέχρι ο πομπός να εφαρμόσει άνετα κάτω από τους θωρακικούς μύες σας για να λάβετε ένα ακριβές σήμα καρδιακών παλμών.

3. ΑΝΑΚΤΗΣΗ ΠΑΛΜΟΥ

Ενώ βρίσκεστε σε ηρεμία και δεν ασκείστε, ελέγξτε πρώτα τον σφυγμό σας όπως περιγράφεται παραπάνω. Στη συνέχεια, πατήστε RECOVERY/UP για να αποκτήσετε πρόσβαση στη λειτουργία ανάκτησης σφυγμού. Η οθόνη θα εμφανίσει μια αντίστροφη μέτρηση 1 λεπτού, μαζί με τον καρδιακό σας ρυθμό. Πατήστε παρατεταμένα τον αισθητήρα σφυγμού μέχρι η αντίστροφη μέτρηση να φτάσει στο μηδέν. Στη συνέχεια, θα εμφανιστεί το επίπεδο ανάκτησης σφυγμού σας, από F1 έως F6, που αντιπροσωπεύει την ταχύτερη έως την πιο αργή ανάκτηση. Η ταχύτερη ανάκτηση, F1, είναι η καλύτερη. Πατήστε ξανά RECOVERY/UP για να βγείτε από τη λειτουργία ανάκτησης σφυγμού.

4. ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΛΙΠΟΣ, ΔΜΣ ΚΑΙ ΒΜΡ

Ενώ βρίσκεστε σε ηρεμία, πατήστε BODYFAT για να αποκτήσετε πρόσβαση στις ρυθμίσεις των παραμέτρων σωματικού λίπους. Μπορείτε να τις διαμορφώσετε με την ακόλουθη σειρά: αριθμός χρήστη (1-8), βάρος (kg), ύψος (cm), ηλικία (έτη) και φύλο. Ωστόσο, εάν η συσκευή εμφανίζει την ένδειξη "M", το βάρος θα εμφανίζεται σε lb και το ύψος σε in. Πατήστε MODE για να προχωρήσετε στην επόμενη ρύθμιση παραμέτρου. Πατήστε UP για να αυξήσετε την τιμή ρύθμισης και DOWN για να τη μειώσετε.

Μόλις ολοκληρωθεί η ρύθμιση, κρατήστε πατημένο τον αισθητήρα παλμών και πατήστε RESET/GO. Η οθόνη θα εμφανίσει το ποσοστό σωματικού λίπους σας σε 6 δευτερόλεπτα.

Πατήστε ξανά το BODYFAT για να βγείτε από τη δοκιμή σωματικού λίπους.

Παρατήρηση:

- I. Κατά τη διάρκεια της ρύθμισης των παραμέτρων, θα τερματίσει αυτόματα τη δοκιμή σωματικού λίπους εάν δεν ανιχνεύσει κανένα σήμα λειτουργίας για 10 δευτερόλεπτα.
- II. Κατά τη διάρκεια της δοκιμής σωματικού λίπους, θα εμφανίσει Er.1 εάν δεν ανιχνεύσει κανέναν στόχο δοκιμής για 10 δευτερόλεπτα.

Αντίθεση σωματικού λίπους

Φύλο/ηλικία	Χαμηλό βάρος	Υγιής	Ελαφρύ υπερβολικό βάρος	Υπέρβαρος	Ευσαρκία
Hombre/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Ανδρας />30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%

Mujer/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Γυναίκα/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ

Όταν η οθόνη εμφανίζεται αμυδρή ή δυσανάγνωστη, αφαιρέστε την μπαταρία και αντικαταστήστε την με δύο μπαταρίες AA.

5. Πληροφορίες σχετικά με την άσκηση

Η σωστή εκπαίδευση θα πρέπει να περιλαμβάνει τα ακόλουθα βήματα:

- Προθέρμανση: Αποτελείται από μια συνεδρία 5 έως 10 λεπτών με διατάσεις και άσκηση χαμηλής έντασης. Μια σωστή προθέρμανση αυξάνει τη θερμοκρασία του σώματος, τον καρδιακό ρυθμό και την κυκλοφορία του αίματος, προετοιμάζοντας έτσι το σώμα για άσκηση. Εικ. 13
- Προπόνηση: Πρόκειται για μια συνεδρία άσκησης που διαρκεί 20 έως 30 λεπτά.

(Σημείωση: Κατά τη διάρκεια των πρώτων εβδομάδων άσκησης, μην διατηρείτε τον υψηλό καρδιακό σας ρυθμό για περισσότερο από 20 λεπτά.) Εικ. 14

- Χαλάρωση: Κάντε διατάσεις για 5 έως 10 λεπτά. Αυτό θα αυξήσει την ευλυγισία σας και θα βοηθήσει στην πρόληψη πιθανών τραυματισμών μετά την άσκηση. Εικ. 13

Επεξεργάζομαι

Για να διατηρήσετε ή να βελτιώσετε τη φυσική σας κατάσταση, κάντε τρεις συνεδρίες άσκησης την εβδομάδα, ξεκουραζόμενοι τουλάχιστον μία ημέρα μεταξύ κάθε συνεδρίας. Μετά από αρκετούς μήνες άσκησης, μπορείτε να αυξήσετε τον αριθμό των εβδομαδιαίων συνεδριών σε πέντε. Για καλύτερα αποτελέσματα, να είστε συνεπείς με το πρόγραμμα άσκησης σας.

6. Καθαρισμός και συντήρηση

- Για να καθαρίσετε το ποδήλατο, χρησιμοποιήστε ένα μαλακό, υγρό πανί. Μην χρησιμοποιείτε λειαντικά καθαριστικά ή διαλύτες στα πλαστικά μέρη. Μετά από κάθε χρήση, σκουπίστε τυχόν ιδρώτα που μπορεί να έχει συσσωρευτεί στο ποδήλατο. Προσέξτε να μην αφήσετε υπερβολική υγρασία να εισχωρήσει στην οθόνη, καθώς αυτό θα μπορούσε να δημιουργήσει κίνδυνο ηλεκτροπληξίας ή να προκαλέσει ζημιά στα ηλεκτρικά εξαρτήματα.
- Κρατήστε το ποδήλατο, ειδικά την οθόνη, μακριά από το άμεσο ηλιακό φως για να αποφύγετε ζημιά στην οθόνη.
- Ελέγχετε εβδομαδιαίως και πριν από κάθε χρήση ότι όλες οι βίδες στερέωσης και τα πεντάλ του μηχανήματος είναι σωστά σφιγμένα.
- Φυλάξτε το ποδήλατο σε καθαρό, ξηρό μέρος, μακριά από παιδιά.

7. Τεχνικές προδιαγραφές

Προϊόν: EU01_122511

Αναφορά προϊόντος: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Τροφοδοσία για την οθόνη: 2 μπαταρίες AA 1,5V

Μέγιστο βάρος χρήστη: 135 κιλά.

Τάξη: HC

Οι τεχνικές προδιαγραφές ενδέχεται να αλλάξουν χωρίς προηγούμενη ειδοποίηση για τη βελτίωση της ποιότητας του προϊόντος.

Κατασκευασμένο στην Κίνα | Σχεδιασμένο στην Ισπανία

8. Ανακύκλωση ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού εξοπλισμού



Αυτό το σύμβολο υποδεικνύει ότι, σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς, το προϊόν ή/και η μπαταρία πρέπει να απορρίπτονται ξεχωριστά από τα οικιακά απορρίμματα. Όταν το προϊόν φτάσει στο τέλος της ωφέλιμης ζωής του, πρέπει να αφαιρέσετε τις μπαταρίες και να το παραδώσετε σε σημείο συλλογής που έχει οριστεί από τις τοπικές αρχές.

Για λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με τον καταλληλότερο τρόπο απόρριψης του ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού σας εξοπλισμού ή/και των αντίστοιχων μπαταριών, ο καταναλωτής θα πρέπει να επικοινωνήσει με τις τοπικές αρχές.

Μπορείτε να βρείτε πληροφορίες σχετικά με τα εθνικά συστήματα ανακύκλωσης συσκευασιών και τη σήμανσή τους στον ιστότοπό μας.

Η τήρηση των παραπάνω οδηγιών θα βοηθήσει στην προστασία του περιβάλλοντος.

9. Εγγύηση και SAT

Η Cecotec θα απαντήσει στον τελικό χρήστη ή καταναλωτή για οποιαδήποτε έλλειψη συμμόρφωσης που υπάρχει κατά τον χρόνο παράδοσης του προϊόντος σύμφωνα με τους όρους, τις προϋποθέσεις και τις προθεσμίες που ορίζονται από τους ισχύοντες κανονισμούς. Συνιστάται οι επισκευές να εκτελούνται από εξειδικευμένο προσωπικό.

Εάν εντοπίσετε κάποιο πρόβλημα με το προϊόν ή έχετε οποιοσδήποτε ερωτήσεις, επικοινωνήστε με την επίσημη υπηρεσία τεχνικής υποστήριξης της Cecotec καλώντας στο +34 96 321 07 28.

10. Πνευματικά δικαιώματα

Τα δικαιώματα πνευματικής ιδιοκτησίας των κειμένων αυτού του εγχειριδίου ανήκουν στην CECOTEC INNOVACIONES, SL. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. Απαγορεύεται η αναπαραγωγή, η αποθήκευση σε σύστημα ανάκτησης, η μετάδοση ή η διανομή του περιεχομένου αυτής της έκδοσης, εν όλω ή εν μέρει, με οποιονδήποτε τρόπο (ηλεκτρονικό, μηχανικό, φωτοτυπικό, ηχογραφητικό ή παρόμοιο) χωρίς την προηγούμενη γραπτή άδεια της CECOTEC INNOVACIONES, SL.

11. Απλουστευμένη Δήλωση Συμμόρφωσης ΕΕ



Η Cecotec Innovaciones δηλώνει με την παρούσα ότι το παρόν προϊόν συμμορφώνεται με τις βασικές απαιτήσεις και άλλες σχετικές διατάξεις των ισχυόντων κανονισμών της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το παρόν προϊόν έχει σχεδιαστεί, κατασκευαστεί και δοκιμαστεί σύμφωνα με τα απαιτούμενα πρότυπα ασφάλειας και ποιότητας. Το πλήρες κείμενο της Δήλωσης Συμμόρφωσης ΕΕ βρίσκεται στην ακόλουθη διεύθυνση ιστού: <https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

TÜRKÇE

1. Parçalar ve bileşenler

Donanım ve alet takımı:

Şekil 1

HAYIR.	Tanım	Cnt	HAYIR.	Tanım	Cnt
7	M820S5 Vida	2 birim	40	Ayırıcı 021100172012.7	2 birim
8	Yaylı rondela d8	6 ünite	31	M16*1.5	1 birim
9	Pul d80161.5	2 birim	29	M12*37	1 birim
11	Kavisli rondela d80202*R16	4 ünite	İLE	S5 Allen Anahtarı	1 birim
14	Vida M84020*S13	4 ünite	B	Sabit anahtar S13-14-15	2 birim
25	Naylon somun M8H7.5S13	4 ünite	C	S6 Allen Anahtarı	1 birim
28	Pul d120242	1 birim	D	Sabit anahtar S17-S19	1 birim
39	Pul d17.50342	2 birim			

Ana set:

Şekil 2

HAYIR.	Tanım	Cnt	HAYIR.	Tanım	Cnt
1	Konsol	1 birim	22	Uzun eksen	1 birim
51	Bağlayıcı/Bağla ntı	1 birim	6	Güverte	1 birim
26	Sele sabitleme plakası	1 birim	27	Sele borusu	1 birim
42L/R	Pedallar	1 çift	4	Konsol gönderisi	1 birim
48	Ön dengeleyici	1 birim	13L/R	Gidon	1 çift
49	Arka dengeleyici	1 birim	37L/R	itme çubuğu	1 çift
24	Sele	1 birim	89	Ana yapı	1 birim
23L/R	salınım çubuğu	1 çift			

Parça listesinin tamamı:

HAYIR.	Tanım	Cnt	HAYIR.	Tanım	Cnt
1	Konsol	1	53	Vida ST4.21908	6
2	M510 vida	4	54	Fan çarkı kapağı	2
3	Terminal kapağı	3	55	Vida ST4.21308	12
4	Konsol gönderisi	1	56	Pul d40181.5	4
5	Ana kablo 2	1	57	Sabitleme plakası	4
6	Güverte	1	58	Somun M101H9.5*S15	2
7	M820S5 Vida	2	59	M640010*2.5 vida	2
8	Yaylı rondela d8	11	60	Naylon somun M6H6S10	10
9	Pul d80161.5	9	61	U şeklinde rondela	2

TÜRKÇE

				30101.5	
10	M816S5 Vida	7	62	Somun M101H5*S17	2
11	Kavisli rondela d80202*R16	6	63	6000 Rulman	2
12	Terminal kapağı 032*17	4	64	Mıknatıs 10*3	1
13L/R	Gidon	2	65	D6 Yaylı Pul	8
14	Vida M84320*H3	4	66	Pul d60161.5	4
15	Kör somun M8H16S13	4	67	Kol 1	1
16	Kapak S13	2	68	Kol 2	1
17	M816S13 Vida	2	69L/R	Ağ örtüler	2
18	Çamaşır makinesi d80322	2	70	M64520*S4 Vida	4
19	019 Burç	4	71	Direksiyon kolunu	1
20	Burç 032 323021.2*20	4	72	Vida ST41307	12
21	Dalgalı rondela d190250.3	2	73	M10x1.25xH7.5xS14 Somun	2
22	Uzun şaft 019*538	1	74	Dalgalı rondela d10x013.5x0.3	2
23L/R	salınım çubuğu	2	75	Kapak 025*7	2
24	Sele	1	76L/R	Bağlantı çubuğu	2
25	Naylon somun M8H7.5S13	5	77	Yüzük	2
26	Sele sabitleme plakası	1	78L/R	Zincir kapağı	2
27	Sele borusu	1	79	Vida ST4.21608	5
28	Pul d120242	1	80	Dalgalı rondela d17x022x0.3	1
29	Topuz/Kulp M123715*058	1	81	Rulman 6203	2
30	Burç	1	82	Sensör	1
31	Topuz/Kulp M161.522*056	1	83	Sensör desteği	1
32	ST4.21008 Sac vidası	1	84	Ayırıcı 017.10254.0	1
33	Burç 0181.5014.6501 0.1	4	85	Kemer plakası	1
34	M105520*S6 Vida	2	86	Kemer	1
35	Pul d100202	2	87	Eksen	1
36	Naylon somun M10H9.5S17	2	88	M615S5 Vida	4
37L/R	itme çubuğu	2	89	Ana yapı	1
38	FR8Z rulmanı	2	90	Köpük kavrama	2

TÜRKÇE

	d12.7×D28.6×B8			303280	
39	Pul d17.50342	2	91	M41008 Vida	1
40	Ayırıcı 21100172012.7	2	92	Dış toka	1
41	Naylon somun M12H11S19	2	93	İç toka	1
42L/R	Pedal	2	94	D17*1.0 Pul	1
43	Vida M84215*S5	2	95	Karşı ağırlık	4
44	Taşıma tekerleği 062*24.3	2	96	Fan çarkı	1
45	Terminal kapağı 804025	4	97	Burç 0323.302820.5019.1	2
46	M8H5.5S14 Somun	4	98	Çamaşır makinesi d80202	3
47	Destek bloğu 05242M8*25	4	99	Vida ST4.21308	4
48	Ön dengeleyici	1	İLE	S5 Allen Anahtarı	1
49	Arka dengeleyici	1	B	Sabit anahtar S13-14-15	2
50	Ana kablo 1	1	C	S6 Allen Anahtarı	1
51	Bağlayıcı/Bağla ntı	1	D	Sabit anahtar S17-S19	1
52	Ayırıcı 010.201530	2			

Not:

Bu kılavuzdaki grafikler şematik gösterimlerdir ve ürünün grafikleriyle birebir örtüşmeyebilir.

2. Kullanmadan önce

- Bu cihaz, taşıma sırasında korunması için tasarlanmış bir ambalaj içinde gelir. Cihazı kutusundan çıkarın. Cihazı ileride taşımanız gerekirse hasar görmesini önlemek için orijinal kutuyu ve diğer ambalaj malzemelerini güvenli bir yerde saklayabilirsiniz. Orijinal ambalajı atmamak isterseniz, tüm malzemeleri doğru şekilde geri dönüştürdüğünüzden emin olun.
- Lütfen tüm parçaların ve bileşenlerin eksiksiz ve iyi durumda olduğundan emin olun. Herhangi bir parça eksik veya hasarlıysa, lütfen derhal Cecotec'in resmi Teknik Destek Servisi ile iletişime geçin.

Kutu içeriği:

- Hava bisikleti
- 2 adet 1,5V AA pil
- Kullanım kılavuzu

- Yardım talebinde bulunmanız durumunda ekipmanınızın izlenebilirliğini sağlamak için, ürün üzerindeki seri numarasını silmeyin.

3. Montaj

Adım 1: Stabilizör montajı

Şekil 3

1. S5 Allen Anahtarını (A) kullanarak Ön Stabilizörden (48) ve Arka Stabilizörden (49) M816S5 Vidaları (10) ve d80161.5 Pulları (9) çıkarın.
2. Ön Dengeleyiciyi (48) ve Arka Dengeleyiciyi (49), S5 Allen Anahtarını (A) kullanarak M816S5 Vidaları (10) ve d80161.5 Pulları (9) ile Ana Çerçeveye (89) takın.

Adım 2: Sele tertibatının montajı

Şekil 4

1. Sele Borusunu (27) Ana Çerçeveye (89) yerleştirin ve Düğme/Kol M161.522*056 (31) ile kilitleyin.
2. Sele sabitleme plakasını (26) sele borusunun (27) üzerine yerleştirin ve M123715058 (29) topuz/kol ve d12024*2 (28) rondelası ile sabitleyin.
3. S13-14-15 (B) anahtarını kullanarak, sele (24) üzerindeki M8H7.5S13 naylon somunları (25) ve d80202 rondelaları (98) çıkarın. Sele (24)'ü sele montaj plakasına (26) takın ve S13-14-15 (B) anahtarını kullanarak M8H7.5S13 naylon somunları (25) ve d80202 rondelaları (98) ile sabitleyin.

Adım 3: Uzun şaftın ve salınım çubuklarının montajı; bağlantının sabitlenmesi

Şekil 5

1. Uzun şafttan (22) M816S13 vidalarını (17), d8 yaylı rondelaları (8), d80322 rondelaları (18), d190250.3 dalgalı rondelaları (21) ve S13 kapaklarını (16) çıkarın. Uzun şaftı (22) ana çerçeveden (89) geçirin ve çıkışı her iki tarafta ortalayın. Salıncak çubuklarını (23L/R) uzun şaftın (22) her iki ucuna M816S13 vidalarını (17), d8 yaylı rondelaları (8), d80322 rondelaları (18) ve d190250.3 dalgalı rondelaları (21) kullanarak takın. Vidaları S13 kapaklarıyla (16) kapatın.
2. Bağlayıcıyı/Bağlantıyı (51), M820S5 Vidaları (7), d8 Yaylı Pulları (8) ve d80161.5 Pulları (9) kullanarak S5 Allen Anahtarı (A) ile Ana Yapıya (89) takın.

Adım 4: Krankların, çubukların ve pedalların montajı

Şekil 6

1. Pedallardan (42L/R) M12H11S19 (41) naylon somunları çıkarın.
2. Pedal (42L/R), d17.50342 rondelalar (39), 21100172012.7 ara parçalar (40) ve M12H11S19 naylon somunlar (41) kullanarak itme çubuğunu (37L/R) bağlantı çubuğuna (76L/R) takın. S13-14-15 anahtarını (B) ve S17-S19 anahtarını (D) kullanın.
3. Allen anahtarı S6 (C) ve açık uçlu anahtar S17-S19 (D) kullanarak, itme çubuğundan

(37L/R) M10552056 (34) vidalarını, d100202 (35) rondelalarını ve M10H9.5S17 (36) naylon somunlarını çıkarın. Ardından, itme çubuğunu (37L/R) salıncak koluna (23L/R) takın ve M10552056 (34) vidaları, d100202 (35) rondelaları ve M10H9.5S17 (36) naylon somunlarıyla sabitleyin.

Adım 5: Konsol direğinin, kapağının ve gidonun montajı

Şekil 7

1. S5 Allen Anahtarını (A) kullanarak M816S5 Vidaları (10), d80161.5 Pulları (9), d8 Yaylı Pulları (8) ve d80202*R16 Kavisli Pulları (11) Konektör/Bağlantıdan (51) çıkarın.
2. Kapak (6)'yı Konsol Direği (4) üzerine kaydırın. Bagaj Kablosu 1 (50) ve Bagaj Kablosu 2'yi (5) bağlayın. Konsol Direği (4)'ü Konektör/Bağlantı (51)'e yerleştirin ve M816S5 Vidalar (10), d8 Yaylı Pullar (8), d80161.5 Pullar (9) ve d80202*R16 Kavisli Pullar (11) kullanarak Allen Anahtar S5 (A) ile sabitleyin. Kapak (6)'yı doğru şekilde konumlandırın.
3. Gidonları (13L/R) Salıncak Çubuklarına (23L/R) yerleştirin ve M84320H3 Vidaları (14), d80202R16 Kavisli Pulları (11), d8 Yaylı Pulları (8) ve M8H7.5S13 Naylon Somunları (25) kullanarak S13-14-15 Sabit Anahtar (B) ile sabitleyin.

Adım 6: Konsol Kurulumu

Şekil 8

1. S13-14-15 Sabit Anahtar (B) kullanarak Konsoldan (1) M5*10 Vidaları (2) çıkarın.
2. Ana Kablo 1'i (50) Konsol Kablosuna (1a) bağlayın.
3. Konsolu (1), S13-14-15 Sabit Anahtar (B) kullanarak M5*10 Vidalar (2) ile Konsol Direğine (4) takın.

Makine yer değiştirme

Şekil 9

Makineyi hareket ettirmek için, ön dengeleyicinin (48) taşıma tekerlekleri (44) yere değene kadar arka dengeleyicinin (49) ucunu kaldırın. Tekerlekler yere değdikten sonra bisikleti istenen yere taşıyın.

Çevre mesafesi

Şekil 10

Şemada gösterildiği gibi makinenin etrafında yeterli mesafeyi koruyun. Kullanım alanındaki engellerden ve düz olmayan yüzeylerden kaçının.

Doğru kullanım

Şekil 11

İlgili resimde gösterilen duruş ve hareketi takip ederek bisikleti kullanın; ellerinizi gidonda (13L/R) ve ayaklarınızı pedallarda (42L/R) tutun.

Sele ayarı

Şekil 12

1. Sele Borusunun (27) yüksekliğini deliklere göre ayarlamak için Düğmeyi/Kol M161.522*056 (31) saat yönünün tersine çevirin.
2. Koltuk Sabitleme Plakası (26) üzerindeki okları takip ederek yatay mesafeyi ayarlamak için Düğme/Kol M123715*058 (29)'u saat yönünün tersine çevirin.
3. Sele borusunda (27) "MAX" işareti görünüyorsa, makineyi kullanmayın; bu, izin verilen maksimum yüksekliktir.
4. Ayarlamayı yaptıktan sonra, düğmeleri (31 ve 29) saat yönünde çevirerek sıkıca kilitleyin.

4. İşlem

Düğmeler

1. MOD:
Ekranı değiştirmek veya ayarlamak istediğiniz alanı seçmek için bu düğmeye basın (seçilen alan yanıp söner).
2. İYİLEŞME / YÜKSELME:
 - I. Ayar modunda, TIME, DIST, CAL ve TEMP (°C veya °F) için yanıp sönen ilgili penceredeki ayar değerini artırmak üzere bu düğmeye basın.
 - II. Egzersiz veya ayar modunda değilken, nabız toparlanma işlevine girmek/çıkarmak için bu düğmeye basın.
3. AŞAĞI:
Ayar modunda, TIME, DIST, CAL ve TEMP (°C/°F) için yanıp sönen ilgili penceredeki ayar değerini azaltmak için bu düğmeye basın.
4. SIFIRLA / BAŞLAT:
 - I. Yapılandırma modunda, bu düğmeye basarak TIME, DIST ve CAL için ilgili yanıp sönen penceredeki değeri sıfırlayabilirsiniz.
 - II. Vücut yağ oranı parametresi yapılandırma durumundayken, vücut yağ oranı testine erişmek için bu düğmeye basın.
 - III. İzleme modunda, tüm değerleri sıfırlamak için bu düğmeyi 3 saniye basılı tutun.
5. VÜCUT YAĞI:
Bekleme modundayken, vücut yağ oranı parametre ayarlarını girmek/çıkarmak için bu düğmeye basın.

Fonksiyonlar

1. HIZ/VÜCUT YAĞ ORANI/RPM
 - I. Anlık hızı gösterir ve aralık 0,0 ile 99,9 km/sa arasındadır. Veya, monitörde M harfi görüntüleniyorsa, aralık 0,0 ile 99,9 mil/sa arasında olacaktır.
 - II. Egzersiz sırasında dakikadaki tekrar sayısını (RPM) gösterir. Pedal

TÜRKÇE

- çevirme sıklığını yansıtır. Değer aralığı dakikada 0 ile 999 arasındadır.
- III. Vücut yağ oranını gösterir.

2. ZAMAN/VÜCUT KİTLESİ

- I. Egzersizin başlangıcından sonuna kadar geçen toplam süreyi hesaplar ve 0 ile 99 dakika 59 saniye arasında bir aralıkta ölçüm yapar.
- II. Egzersiz süresi önceden ayarlanabilir; önceden ayarlanan süreye yaklaşıldığında, monitör 10 saniye öncesinden alarm verecektir. Maksimum önceden ayarlanabilen süre 99 dakikadır.
- III. Vücut kitle indeksini (VKİ) gösterir.

3. MESAFE/TMB

- I. Bu cihaz, egzersizin başlangıcından sonuna kadar olan toplam mesafeyi 0,00 ile 9,99 ile 99,9 km arasında bir aralıkta hesaplar. Veya, sayaç M harfini gösteriyorsa, aralık 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 mil olacaktır.
- II. Egzersiz mesafesi önceden ayarlanabilir ve önceden ayarlanmış mesafeye yaklaştığınızda monitör 10 saniyelik bir alarm sesi çıkaracaktır. Maksimum önceden ayarlanmış mesafe 99,9 km veya mil'dir (monitörde M harfi görünüyorsa).
- III. Bazal metabolizma hızını (BMR) gösterin.

4. KALORİ/SICAKLIK

- I. Egzersizin başlangıcından sonuna kadar tüketilen toplam kaloriyi hesaplar ve aralığı 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL'dir.
- II. Kalori değeri önceden ayarlanabilir; önceden ayarlanmış kalori seviyesine yaklaştığında, monitör 10 saniyelik bir alarm sesi çıkaracaktır.
- III. Ortam sıcaklığını (TEMP) gösterir.

5. NABİZ

- I. Nabız sensörünü tutun ve dakikadaki kalp atış hızınızı okuyun. Ölçüm aralığı 40 ile 240 bpm'dir.
- II. 60 saniye boyunca nabız sinyali algılanmazsa, nabız testini durdurmak için "P" harfi görünecektir. Nabız testini yeniden başlatmak için YUKARI veya AŞAĞI tuşlarına basabilirsiniz.

6. ANAHTAR TON

Herhangi bir tuşa bastığınızda monitör bip sesi çıkaracaktır. Bu ses, tuş sesidir. Sesi duymuyorsanız, tuşa doğru şekilde basılmadığı veya tuşun düzgün çalışmadığı anlamına gelir.

7. OTOMATİK AÇMA/KAPATMA VE OTOMATİK BAŞLATMA/DURDURMA

- I. 8 dakika boyunca herhangi bir egzersiz veya işlem belirtisi tespit

edilmezse, cihaz otomatik olarak kapanacak ve vücut yağ parametreleri ve sıcaklık dışındaki tüm veriler hafızadan silinecektir.

- II. Bir egzersiz veya işletim sinyali alındığında, monitör otomatik olarak açılacaktır.

OPERASYON

1. YAPILANDIRMA

Önceden ayarlamak istediğiniz ekran penceresini seçmek için MODE tuşuna basın; ilgili pencere değeri yanıp sönecektir. Ardından, alarm için istediğiniz zamana, mesafeye veya kaloriye ulaşana kadar değeri artırmak veya azaltmak için YUKARI/AŞAĞI tuşlarına basın. Değeri hızlı bir şekilde artırmak veya azaltmak için YUKARI/AŞAĞI tuşlarına basılı tutun. Yanıp sönen ilgili pencerenin değerini sıfırlamak için RESET tuşuna basın.

2. NABIZ HIZI

Nabız hızınızı ölçmeden önce, penceredeki "P" işaretini "-" olarak değiştirmek için herhangi bir düğmeye basın ve ardından nabız moduna girin. Her iki avucunuzu da temas noktalarına yerleştirin; monitör, LCD ekranda dakikadaki kalp atış hızınızı (BPM) gösterecektir.

Not: Nabız ölçümü sırasında, temas engellemesi nedeniyle ilk okumalar gerçek kalp atış hızından daha yüksek olabilir. Değerler bir dakika içinde stabilize olacak ve gerçek okumalara yaklaşacaktır. Ölçüm değeri tıbbi tedavi için temel olarak kabul edilmemelidir.

Not: Bisikletinizde göğüs bandı vericisi aracılığıyla kablosuz kalp atış hızı ölçümü varsa, kalp atış hızı ölçümü yapmadan önce, iyi bir temas sağlamak için vericinin altındaki iletken pedleri su, ter veya iletken jel ile nemlendirin. Ardından, göğüs bandını göğsünüzün etrafına yerleştirin. Doğru bir kalp atış hızı sinyali elde etmek için verici göğüs kaslarınızın altına sıkıca oturana kadar bandı ayarlayın.

3. NABIZ İYİLEŞMESİ

Dinlenme halindeyken ve egzersiz yapmıyorken, önce yukarıda açıklandığı gibi nabzınızı kontrol edin. Ardından, nabız toparlanma fonksiyonuna erişmek için RECOVERY/UP düğmesine basın. Ekranda kalp atış hızınızla birlikte 1 dakikalık bir geri sayım görüntülenecektir. Geri sayım sıfıra ulaşana kadar nabız sensörüne basılı tutun. Ardından, en hızlıdan en yavaşına doğru toparlanmayı temsil eden F1'den F6'ya kadar nabız toparlanma seviyeniz görünecektir. En hızlı toparlanma olan F1 en iyisidir. Nabız toparlanma fonksiyonundan çıkmak için tekrar RECOVERY/UP düğmesine basın.

4. VÜCUT YAĞI, VÜCUT KRİTER ORANI (BMI) VE BMR

Dinlenme halindeyken, vücut yağ oranı parametre ayarlarına erişmek için BODYFAT tuşuna basın. Bunları şu sırayla yapılandırabilirsiniz: kullanıcı numarası (1-8), ağırlık (kg), boy (cm), yaş (yıl) ve cinsiyet. Ancak, cihaz "M" gösteriyorsa,

TÜRKÇE

ağırlık pound (lb) cinsinden, boy ise inç (in) cinsinden gösterilecektir. Bir sonraki parametre ayarına geçmek için MODE tuşuna basın. Ayar değerini artırmak için UP, azaltmak için DOWN tuşuna basın.

Ayarlama işlemi tamamlandıktan sonra, nabız sensörünü tutun ve RESET/GO düğmesine basın. Ekran 6 saniye içinde vücut yağ oranınızı gösterecektir.

Vücut yağ testi'nden çıkmak için tekrar VÜCUT YAĞI'na basın.

Gözlem:

- I. Parametre ayarlama sırasında, 10 saniye boyunca herhangi bir işlem sinyali algılanmazsa vücut yağ testi otomatik olarak sonlandırılır.
- II. Vücut yağ oranı testi sırasında, 10 saniye boyunca herhangi bir test hedefi tespit etmezse Er.1 hatası gösterecektir.

Vücut yağ kontrastı

Cinsiyet/yaş	Düşük ağırlık	Sağlıklı	Hafif kilolu	Aşırı kilolu	Obezite
Hombre/≤30	<14%	%14-%20	%20,1-%25	%25,1-%35	>%35
Erkek />30	<17%	%17-%23	%23,1-%28	%28,1-%38	>%38
Mujer/≤30	<17%	%17-%24	%24,1-30	%30,1-%40	>%40
Kadın/>30	<20%	%20-%27	%27,1-%33	%33,1-%43	>%43

PİL DEĞİŞİMİ

Ekran soluk veya okunamaz görüldüğünde, pili çıkarın ve yerine iki adet AA pil takın.

5. Tatbikatla ilgili bilgiler

Uygun eğitim aşağıdaki adımlardan oluşmalıdır:

- Isınma: Bu, 5 ila 10 dakikalık bir germe ve düşük yoğunluklu egzersiz seansından oluşur. Uygun bir ısınma, vücut ısısını, kalp atış hızını ve dolaşımı artırarak vücudu egzersize hazırlar. Şekil 13
- Antrenman: Bu, 20 ila 30 dakika süren bir egzersiz seansıdır.

(Not: Egzersize başladıktan sonraki ilk birkaç hafta boyunca yüksek kalp atış hızınızı 20 dakikadan fazla sürdürmeyin.) Şekil 14

- Soğuma: 5 ila 10 dakika esneme hareketleri yapın. Bu, esnekliğinizi artıracak ve

egzersiz sonrası olası saklanmaları önlemeye yardımcı olacaktır. Şekil 13

Antrenman yapmak

Formunuzu korumak veya geliştirmek için haftada üç egzersiz seansı yapın ve her seans arasında en az bir gün dinlenin. Birkaç ay egzersiz yaptıktan sonra, haftalık seans sayısını beşe çıkarabilirsiniz. En iyi sonuçlar için egzersiz rutininize istikrarlı bir şekilde devam edin.

6. Temizlik ve bakım

- Bisikleti temizlemek için yumuşak, nemli bir bez kullanın. Plastik parçalar üzerinde aşındırıcı temizleyiciler veya çözücüler kullanmayın. Her kullanımdan sonra, bisiklet üzerinde birikmiş olabilecek teri silin. Monitör ekranına çok fazla nem gelmemesine dikkat edin, çünkü bu elektrik çarpması riskine yol açabilir veya elektrikli bileşenlere zarar verebilir.
- Ekranın zarar görmesini önlemek için bisikleti, özellikle de monitörü, doğrudan güneş ışığından uzak tutun.
- Haftalık olarak ve her kullanımdan önce tüm montaj cıvatalarının ve makine pedallarının doğru şekilde sıkıldığından emin olun.
- Bisikleti temiz, kuru ve çocukların ulaşamayacağı bir yerde saklayın.

7. Teknik özellikler

Ürün: EU01_122511

Ürün referansı: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Ekran için güç kaynağı: 2 x 1,5V AA pil

Maksimum kullanıcı ağırlığı: 135 kg.

Sınıf: HC

Ürün kalitesini artırmak amacıyla teknik özellikler önceden haber verilmeksizin değiştirilebilir.

Çin'de Üretildi | İspanya'da Tasarlandı

8. Elektrikli ve elektronik ekipmanların geri dönüşümü



Bu sembol, ilgili düzenlemelere uygun olarak ürünün ve/veya pilin evsel atıklardan ayrı olarak atılması gerektiğini gösterir. Bu ürünün kullanım ömrü sona erdiğinde, pilleri çıkarıp yerel yetkililer tarafından belirlenen bir toplama noktasına götürmeniz gerekmektedir.

Elektrikli ve elektronik ekipmanlarınızın ve/veya bunlara ait pillerin en uygun şekilde nasıl imha edileceğine dair ayrıntılı bilgi için, tüketicinin yerel yetkililerle iletişime geçmesi gerekmektedir.

Ulusal ambalaj geri dönüşüm sistemleri ve işaretlemeleri hakkında bilgileri web sitemizde bulabilirsiniz.

Yukarıdaki yönergelere uyulması çevrenin korunmasına yardımcı olacaktır.

9. Garanti ve SAT

Cecotec, ürünün teslimi sırasında ilgili düzenlemelerce belirlenen şartlara, koşullara ve süre sınırlarına uymaması durumunda son kullanıcıya veya tüketiciye karşı sorumluluk üstlenecektir.

Onarım işlemlerinin uzman personel tarafından yapılması tavsiye edilir.

Üründe bir sorun tespit ederseniz veya herhangi bir sorunuz varsa, lütfen +34 96 321 07 28 numaralı telefondan Cecotec'in resmi Teknik Destek servisiyle iletişime geçin.

10. Telif Hakkı

Bu kılavuzdaki metinlerin fikri mülkiyet hakları CECOTEC INNOVACIONES, SL'ye aittir. Tüm hakları saklıdır. Bu yayının içeriği, CECOTEC INNOVACIONES, SL'nin önceden yazılı izni olmadan, tamamen veya kısmen, herhangi bir yolla (elektronik, mekanik, fotokopi, kayıt veya benzeri) çoğaltılamaz, bir veri tabanında saklanamaz, iletilemez veya dağıtılamaz.

11. Basitleştirilmiş AB Uy conformity Beyanı



Cecotec Innovaciones, bu ürünün ilgili Avrupa Birliği düzenlemelerinin temel gerekliliklerine ve diğer ilgili hükümlerine uygun olduğunu beyan eder. Bu ürün, gerekli güvenlik ve kalite standartlarına uygun olarak tasarlanmış, üretilmiş ve test edilmiştir. AB Uy conformity Beyanı'nın tam metnine şu web adresinden ulaşılabilir:
<https://cecotec.es/es/information/declaration-of-conformity>

1. الأجزاء والمكونات

مجموعة الأدوات والمعدات:

الشكل 1

لا.	وصف	عداد	لا.	وصف	عداد
7	برغي M820S5	وحدتان	40	فاصل O211001720 12.7	وحدتان
8	غسالة زنبركية d8	6 وحدات	31	M16*1.5	وحدة واحدة
9	غسالة قطر ها 8 بوصات وقطرها 161.5 بوصة	وحدتان	29	M12*37	وحدة واحدة
11	غسالة منحنية d8O202*R16	4 وحدات	ل	مفتاح ألين S5	وحدة واحدة
14	برغي M84020*S13	4 وحدات	ب	مفتاح ربط ثابت S13-14-15	وحدتان
25	صامولة نايلون M8H7.5S13	4 وحدات	ج	مفتاح ألين S6	وحدة واحدة
28	غسالة بقطر 12 بوصة وقطر مم 242 مم	وحدة واحدة	د	مفتاح ربط ثابت S17-S19	وحدة واحدة
39	غسالة بقطر 17.5 مم وقطر 342 مم	وحدتان			

المجموعة الرئيسية:

الشكل 2

لا.	وصف	عداد	لا.	وصف	عداد
1	وحدة التحكم	وحدة واحدة	22	المحور الطويل	وحدة واحدة
51	الموصل/الوصلة	وحدة واحدة	6	ظهر السفينة	وحدة واحدة
26	لوحة تثبيت السرج	وحدة واحدة	27	أنبوب المقعد	وحدة واحدة
42L/R	الدواسات	زوج واحد	4	عمود وحدة التحكم	وحدة واحدة
48	مثبت أمامي	وحدة واحدة	13L/R	مقود الدراجة	زوج واحد
49	مثبت خلفي	وحدة واحدة	37L/R	قضيب الدفع	زوج واحد
24	سرج	وحدة واحدة	89	الهيكل الرئيسي	وحدة واحدة
23L/R	قضيب متذبذب	زوج واحد			

قائمة الأجزاء الكاملة:

لا.	وصف	عداد	لا.	وصف	عداد
1	وحدة التحكم	1	53	برغي ST4.21908	6
2	برغي M510	4	54	غطاء عجلة المروحة	2
3	غطاء طرفي	3	55	برغي ST4.21308	12
4	عمود وحدة التحكم	1	56	غسالة قطر ها 4 بوصات وقطرها 181.5 بوصة	4
5	كابيل الجذع 2	1	57	لوحة التثبيت	4
6	ظهر السفينة	1	58	صامولة M101H9.5*S15	2
7	برغي M820S5	2	59	برغي M640010*2.5	2
8	غسالة زنبركية d8	11	60	صامولة نايلون M6H6S10	10
9	غسالة قطر ها 8	9	61	غسالة على شكل حرف U	2

	بوصات وقطرها 161.5 بوصة			30101.5	
10	برغي M816S5	7	62	صامولة M101H5*S17	2
11	غسالة منحنية d80202*R16	6	63	محمل 6000	2
12	غطاء طرفي 032*17	4	64	مغناطيس 3*10	1
13L/ R	مقود الدراجة	2	65	غسالة زنبركية D6	8
14	برغي M84320*H3	4	66	غسالة قطرها 6 بوصات وقطرها 161.5 بوصة	4
15	صامولة عمياء M8H16S13	4	67	الكم 1	1
16	الغطاء S13	2	68	الكم الثاني	1
17	برغي M816S13	2	69L/R	أغطية شبكية	2
18	غسالة بقطر 8 مم وقطر 322 مم	2	70	برغي M64520*S4	4
19	جلبة قطرها 19 مم	4	71	عمود التوجيه	1
20	جلبة قطرها 32 مم، 323021.2*20	4	72	برغي ST41307	12
21	غسالة الموجة d190250.3	2	73	صامولة M10x1.25xH7.5xS14	2
22	عمود طويل 019*538	1	74	غسالة موجية d10x013.5x0.3	2
23L/ R	قضيب متذبذب	2	75	غطاء 025*7	2
24	سرج	1	76L/R	ذراع التوصيل	2
25	صامولة نابلون M8H7.5S13	5	77	جرس	2
26	لوحة تثبيت السرج	1	78L/R	غطاء السلسلة	2
27	أنبوب المقعد	1	79	برغي ST4.21608	5
28	غسالة بقطر 12 بوصة وقطر 242 مم	1	80	غسالة موجية d17x022x0.3	1
29	مقبض/مقبض M123715*058	1	81	المحمل 6203	2
30	جلبة	1	82	مستشعر	1
31	مقبض/مقبض M161.522*056	1	83	دعم المستشعر	1
32	برغي معدني ST4.21008	1	84	فاصل 017.10254.0	1
33	جلبة قطرها 181.5 مم، قطرها 14.65 مم، قطرها 10.1 مم	4	85	حزام	1
34	برغي M105520*S6	2	86	حزام	1
35	غسالة d100202	2	87	محور	1
36	صامولة نابلون M10H9.5S17	2	88	برغي M61555	4
37L/ R	قضيب الدفع	2	89	الهيكل الرئيسي	1

R					
38	محمل FR8Z d12.7×D28.6×B 8	2	90	مقبض إسفنجي 303280	2
39	غسالة بقطر 17.5 مم وقطر 342 مم	2	91	برغي M41008	1
40	فاصل 21100172012.7	2	92	مشبك خارجي	1
41	صامولة نابلون M12H11S19	2	93	مشبك داخلي	1
42L/ R	دواسة	2	94	غسالة D17*1.0	1
43	برغي M84215*S5	2	95	ثقل موازن	4
44	عجلة نقل بقطر 62 مم وطول 24.3 مم	2	96	عجلة المروحة	1
45	غطاء طرفي 804025	4	97	جلبة قطر ما 323.3 مم، 2820.5 مم، 19.1 مم	2
46	صامولة M8H5.S514	4	98	غسالة d80202	3
47	كتلة الدعم 05242M8*25	4	99	برغي ST4.21308	4
48	مثبت أمامي	1	ل	مفتاح ألين S5	1
49	مثبت خلفي	1	ب	مفتاح ربط ثابت 15-14-13 S13	2
50	كابيل الجذع 1	1	ج	مفتاح ألين S6	1
51	الموصل/الوصلة	1	د	مفتاح ربط ثابت 19-17-16 S17-S19	1
52	فاصل 010.201530	2			

ملحوظة:

الرسومات الموجودة في هذا الدليل هي تمثيلات تخطيطية وقد لا تتطابق تماماً مع رسومات المنتج.

2. قبل الاستخدام

- يأتي هذا الجهاز في عبوة مصممة لحمايته أثناء النقل. أخرج الجهاز من عبوته. يمكنك الاحتفاظ بالعبوة الأصلية ومواد التغليف الأخرى في مكان آمن لتجنب تلف الجهاز في حال احتجت إلى نقله مستقبلاً. إذا كنت ترغب في التخلص من العبوة الأصلية، فتأكد من إعادة تدوير جميع محتوياتها بشكل صحيح.
- يرجى التأكد من وجود جميع الأجزاء والمكونات وأنها بحالة جيدة. في حال وجود أي نقص أو تلف، يرجى الاتصال بخدمة الدعم الفني الرسمية لشركة سيكوتيك على الفور.

محتويات العبوة:

- دراجة هوائية هوائية
- بطاريان AA بقوة 1.5 فولت
- دليل التعليمات

- لا تقم بإزالة الرقم التسلسلي من المنتج، وذلك للحفاظ على إمكانية تتبع معاناتك بشكل صحيح في حالة طلب المساعدة.

3. التجميع

الخطوة 1: تجميع المثبت

الشكل 3

1. قم بإزالة البراغى (10 M816S5) والغسالات (9 d80161.5) من المثبت الأمامي (48) والمثبت الخلفي (49) باستخدام مفتاح ألين (A) (S5).
2. قم بتثبيت المثبت الأمامي (48) والمثبت الخلفي (49) على الإطار الرئيسي (89) باستخدام براغي (10 M816S5) وغسالات (9 d80161.5) باستخدام مفتاح ألين (A) (S5).

الخطوة الثانية: تجميع مجموعة السرج

الشكل 4

1. أدخل أنبوب المقعد (27) في الإطار الرئيسي (89) وقم بتثبيتته باستخدام المقبض/الرافعة (31 M161.522*056).
2. ضع لوحة تثبيت السرج (26) على أنبوب السرج (27) وقم بتثبيتها باستخدام المقبض / الرافعة (M123715058 / 29) والغسالة (28 d12024*2).
3. باستخدام مفتاح الربط (B 15-14-13 S13)، قم بإزالة صواميل النايلون (25 M8H7.5S13) والحلقات (d80202 98) من السرج (24). ثبت السرج (24) على لوحة تثبيت السرج (26) وثبته باستخدام صواميل النايلون (25 M8H7.5S13) والحلقات (98 d80202) باستخدام مفتاح الربط (B 15-14-13 S13).

الخطوة 3: تجميع العمود الطويل وقضبان التارجح؛ تأمين الوصلة

الشكل 5

1. أزل البراغى (17 M816S13)، وحلقات الزنبرك (8 d8)، وحلقات (18 d80322)، وحلقات (3 d190250.3) المتموجة (21)، وأغطية (16 S13) من العمود الطويل (22). أدخل العمود الطويل (22) عبر الإطار الرئيسي (89)، مع توسيط المخرج على كلا الجانبين. ثبت قضبان التارجح (23L/R) على طرفي العمود الطويل (22) باستخدام البراغى (17 M816S13)، وحلقات الزنبرك (8 d8)، وحلقات (18 d80322)، وحلقات (3 d190250.3) المتموجة (21). غط البراغى بأغطية (16 S13).
2. قم بتوصيل الموصل/الوصلة (51) بالهيكل الرئيسي (89) باستخدام براغي (7 M82055) وغسالات الزنبرك (8 d8) وغسالات (9 d80161.5) باستخدام مفتاح ألين (A) (S5).

الخطوة الرابعة: تجميع ذراع التدوير، والقضبان، والدواسات

الشكل 6

1. قم بإزالة صواميل النايلون (41 M12H11S19) من الدواسات (42L/R).
2. قم بتثبيت قضيب الدفع (37L/R) على قضيب التوصيل (76L/R) باستخدام الدواسة (42L/R)، والحلقات المعدنية (39 d17.50342)، والفواصل (40 21100172012.7)، والصواميل النايلون (41 M12H11S19). استخدم مفتاح الربط (B 15-14-13 S13) ومفتاح الربط (D 519-S17).
3. باستخدام مفتاح ألين (C 56) ومفتاح ربط مفتوح الطرف (D 519-S17)، قم بإزالة البراغى (34 M10552056) والحلقات (35 d100202) والصواميل النايلون (36 M10H9.5S17) من قضيب الدفع (37L/R). ثم، قم بتوصيل قضيب الدفع (37L/R) بذراع التارجح (23L/R) وثبته باستخدام البراغى (34 M10552056) والحلقات (35 d100202) والصواميل النايلون (36 M10H9.5S17).

الخطوة 5: تركيب عمود وحدة التحكم والغطاء والمقود

الشكل 7

1. قم بإزالة البراغى (10 M816S5)، والغسالات (9 d80161.5)، والغسالات الزنبركية (8 d8) والغسالات المنحنية

- 11 (d80202*R16) من الموصل/الوصلة (51) باستخدام مفتاح ألين (A 55).
2. قم بتمرير الغطاء (6) على عمود الكونسول (4). وصل كابل صندوق السيارة 1 (50) وكابل صندوق السيارة 2 (5). أدخل عمود الكونسول (4) في الموصل/الوصلة (51) وثبته باستخدام براغي (10 M81655)، وحلقات زنبركية d8 (8)، وحلقات (9 d80161.5)، وحلقات d80202*R16 المنحنية (11) باستخدام مفتاح ألين (A 55). ضع الغطاء (6) في مكانه الصحيح.
3. أدخل المقود (13L/R) في قضبان التآرجح (23L/R) وثبته باستخدام البراغي (14 M84320H3)، والغسالات المنحنية (11 d80202R16)، وغسالات الزنبرك (8 d8) والصواميل النايلون (25 M8H7.5S13) باستخدام مفتاح الربط الثابت (B 15-14-13S1).

الخطوة 6: تثبيت وحدة التحكم

الشكل 8

1. قم بإزالة البراغي (2 M5*10) من وحدة التحكم (1) باستخدام مفتاح الربط الثابت (B 15-14-13S1).
2. قم بتوصيل كابل صندوق السيارة 1 (50) بكابل وحدة التحكم (1a).
3. قم بتثبيت وحدة التحكم (1) على عمود وحدة التحكم (4) باستخدام براغي (2 M5*10) باستخدام مفتاح الربط الثابت (B 15-14-13S1).

نقل الآلات

الشكل 9

لتحريك الدراجة، ارفع طرف المثبت الخلفي (49) حتى تلامس عجلات النقل (44) للمثبت الأمامي (48) الأرض. بعد ملامسة العجلات للأرض، حرك الدراجة إلى الموقع المطلوب.

المسافة المحيطة

الشكل 10

حافظ على مسافة واضحة حول الآلة كما هو موضح في الرسم التخطيطي. تجنب العوائق والأسطح غير المستوية في منطقة الاستخدام.

الاستخدام الصحيح

الشكل 11

استخدم الدراجة باتتباع الوضعية والإيماءة الموضحة في الرسم التوضيحي المقابل، مع إبقاء يديك على المقود (13L/R) وقدميك على الدواسات (42L/R).

تعديل السرج

الشكل 12

1. قم بتدوير المقبض/الرافعة (31 M161.522*056) عكس اتجاه عقارب الساعة لضبط ارتفاع أنبوب المقعد (27) وفقاً للثقب.
2. قم بتدوير المقبض/الرافعة (29 M123715*058) عكس اتجاه عقارب الساعة لضبط المسافة الأفقية باتتباع الأسهم الموجودة على لوحة تثبيت المقعد (26).
3. إذا كانت علامة "MAX" مرئية على أنبوب المقعد (27)، فلا تستخدم الجهاز؛ فهذا هو الحد الأقصى للارتفاع المسموح به.
4. بعد الضبط، قم بتدوير المقابض (31 و 29) في اتجاه عقارب الساعة لتثبيتها بإحكام.

4. التشغيل

أزرار

1. وضع:

اضغط على هذا الزر لتغيير الشاشة أو تحديد الحقل المراد تعديله (والذي يومض).

2. التعافي / صعود:
 - I. في وضع التكوين، اضغط على هذا الزر لزيادة قيمة التكوين في النافذة الوامضة المقابلة لـ TIME و DIST و CAL و TEMP (°C أو °F).
 - II. في وضع عدم التمرين أو وضع عدم التهينة، اضغط على هذا الزر للدخول إلى وظيفة استعادة النبض أو الخروج منها.
3. تحت:

في وضع التكوين، اضغط على هذا الزر لتقليل قيمة الإعداد في النافذة الوامضة المقابلة لـ TIME و DIST و CAL و TEMP (°C / °F).
4. إعادة ضبط / انطلاق:
 - I. في وضع التكوين، اضغط على هذا الزر لإعادة ضبط القيمة في النافذة الوامضة المقابلة لـ TIME و DIST و CAL.
 - II. في حالة تكوين معلمات نسبة الدهون في الجسم، اضغط على هذا الزر للوصول إلى اختبار نسبة الدهون في الجسم.
 - III. في وضع المراقبة، اضغط مع الاستمرار على هذا الزر لمدة 3 ثوانٍ لإعادة ضبط جميع القيم إلى الصفر.
5. نسبة الدهون في الجسم:

في وضع الخمول، اضغط على هذا الزر للدخول إلى/الخروج من إعدادات معلمات نسبة الدهون في الجسم.

الوظائف

1. السرعة/نسبة الدهون في الجسم/عدد دورات المحرك في الدقيقة
 - I. يعرض الجهاز السرعة اللحظية، ويتراوح نطاقها من 0.0 إلى 99.9 كم/ساعة. أو، إذا عرضت الشاشة حرف M، فسيكون النطاق من 0.0 إلى 99.9 ميل/ساعة.
 - II. يعرض عدد التكرارات في الدقيقة (RPM) أثناء التمرين. ويعكس معدل دوران الدواسة. ويتراوح النطاق من 0 إلى 999 تكراراً في الدقيقة.
 - III. يعرض مؤشر نسبة الدهون في الجسم.
2. الوقت/مؤشر كتلة الجسم
 - I. يحسب إجمالي الوقت من بداية التمرين إلى نهايته، بنطاق يتراوح من 0 إلى 99 دقيقة و 59 ثانية.
 - II. يمكن ضبط وقت التمرين مسبقاً؛ وعند اقتراب الوقت المحدد، سيصدر الجهاز تنبيهاً صوتياً قبل 10 ثوانٍ. الحد الأقصى للوقت المحدد مسبقاً هو 99 دقيقة.
 - III. يعرض مؤشر كتلة الجسم (BMI).
3. المسافة/TMB
 - I. يحسب الجهاز المسافة الإجمالية من بداية التمرين إلى نهايته، ضمن نطاق يتراوح بين 0.00 و 9.99 و 99.9 كيلومتر. أو، إذا كان العداد يعرض حرف M، فسيكون النطاق بين 0.00 و 9.99 و 99.9 ميل.
 - II. يمكن ضبط مسافة التمرين مسبقاً، وعند الاقتراب من المسافة المحددة، سيصدر الجهاز تنبيهاً صوتياً لمدة 10 ثوانٍ. تبلغ أقصى مسافة محددة مسبقاً 99.9 كيلومتراً أو ميلاً (إذا كان الجهاز يعرض حرف M).
 - III. عرض معدل الأيض الأساسي (BMR).

4. السرعات الحرارية/درجة الحرارة
- I. بحسب إجمالي السرعات الحرارية المستهلكة من بداية التمرين إلى نهايته، ويتراوح النطاق من 0.0 إلى 99.9 إلى 999 كيلو كالوري.
 - II. يمكن ضبط قيمة السرعات الحرارية مسبقًا؛ وعندما تقترب من مستوى السرعات الحرارية المحدد مسبقًا، سيصدر الجهاز إنذارًا لمدة 10 ثوانٍ.
 - III. يعرض درجة الحرارة المحيطة (TEMP).
5. نبض
- I. أمسك بمستشعر النبض واقرأ معدل ضربات قلبك في الدقيقة. يتراوح المعدل بين 40 و240 نبضة في الدقيقة.
 - II. إذا لم يتم رصد أي إشارة نبض لمدة 60 ثانية، فسيظهر حرف "P" لإيقاف اختبار النبض مؤقتًا. يمكنك الضغط على زر الأعلى أو الأسفل لإعادة تشغيل اختبار النبض.
6. نغمة رئيسية
- سيصدر جهاز العرض صوت تنبيه عند الضغط على أي زر. هذا الصوت هو نغمة المفتاح. إذا لم تسمع الصوت، فهذا يعني أن المفتاح لم يُضغط عليه بشكل صحيح أو أنه لا يعمل بشكل سليم.
7. التشغيل/الإيقاف التلقائي والبدء/الإيقاف التلقائي
- I. إذا لم يتم اكتشاف أي علامة على ممارسة الرياضة أو إجراء عملية لمدة 8 دقائق، فسيتم إيقاف تشغيل الجهاز تلقائيًا وسيتم مسح جميع البيانات من الذاكرة، باستثناء معلمات دهون الجسم ودرجة الحرارة.
 - II. بمجرد استلام إشارة التمرين أو التشغيل، سيتم تشغيل الشاشة تلقائيًا.

عملية

1. إعدادات

اضغط على زر الوضع (MODE) لاختيار نافذة العرض التي ترغب في ضبطها مسبقًا، وستومض قيمة النافذة المقابلة. ثم اضغط على زرّي الأعلى/الأسفل (UP/DOWN) لزيادة القيمة أو إنقاصها حتى تصل إلى الوقت أو المسافة أو السرعات الحرارية المطلوبة للتنبيه. اضغط مع الاستمرار على زرّي الأعلى/الأسفل لزيادة القيمة أو إنقاصها بسرعة. اضغط على زر إعادة الضبط (RESET) لإعادة ضبط قيمة النافذة الوامضة المقابلة.
2. معدل النبض

قبل قياس معدل نبضك، اضغط على أي زر لتغيير "P" إلى "•" في النافذة، ثم ادخل إلى وضع قياس النبض. ضع راحتي يديك على أقطاب التلامس، وسيعرض الجهاز معدل ضربات قلبك الحالي بالنبضات في الدقيقة (BPM) على شاشة LCD.

ملاحظة: أثناء قياس النبض، قد تكون القراءات الأولية أعلى من معدل ضربات القلب الفعلي بسبب تداخل التلامس. ستستقر القيم وتقترب من القراءات الفعلية خلال دقيقة واحدة. لا ينبغي اعتبار قيمة القياس أساسًا للعلاج الطبي.

ملاحظة: إذا كانت دراجتك مزودة بنظام قياس معدل ضربات القلب لاسلكيًا عبر جهاز إرسال يُثبَّت على حزام الصدر، فقبل قياس معدل ضربات القلب، بلِّغ الوسادات الموصلة الموجودة أسفل جهاز الإرسال بالماء أو العرق أو جل موصل لضمان التلامس الجيد. ثم ضع حزام الصدر حول صدرك. اضبط الحزام حتى يُثبَّت جهاز الإرسال بإحكام أسفل عضلات صدرك للحصول على إشارة دقيقة لمعدل ضربات القلب.

3. استعادة النبض

أثناء الراحة وعدم ممارسة الرياضة، تحقق أولاً من نبضك كما هو موضح أعلاه، ثم اضغط على زر RECOVERY/UP للوصول إلى وظيفة استعادة النبض. ستعرض الشاشة عدًا تنازليًا لمدة دقيقة واحدة، بالإضافة إلى معدل ضربات قلبك. اضغط مع الاستمرار على مستشعر النبض حتى يصل العد التنازلي إلى الصفر. سيظهر بعد ذلك مستوى استعادة النبض، من F1 إلى F6، والذي يمثل أسرع استعادة إلى أبطأها. أسرع استعادة، F1، هي الأفضل. اضغط على زر RECOVERY/UP مرة أخرى للخروج من وظيفة استعادة النبض.

4. نسبة الدهون في الجسم، ومؤشر كتلة الجسم، ومعدل الأيض الأساسي أثناء الراحة، اضغط على زر BODYFAT للوصول إلى إعدادات نسبة الدهون في الجسم. يمكنك ضبطها بالتسلسل التالي: رقم المستخدم (من 1 إلى 8)، الوزن (كجم)، الطول (سم)، العمر (بالسنوات)، والجنس. مع ذلك، إذا عرض الجهاز الحرف "M"، فسيظهر الوزن بالرطل والطول بالبوصة. اضغط على زر MODE للانتقال إلى الإعداد التالي. اضغط على زر UP لزيادة قيمة الإعداد، وزر DOWN لإنقاصها.

بعد اكتمال عملية الضبط، أمسك بمستشعر النبض واضغط على زر إعادة الضبط/التشغيل. ستعرض الشاشة نسبة الدهون في جسمك خلال 6 ثوانٍ.

اضغط على زر BODYFAT مرة أخرى للخروج من اختبار نسبة الدهون في الجسم.

ملاحظة:

I. أثناء ضبط المعلمات، سيخرج الجهاز تلقائيًا من اختبار نسبة الدهون في الجسم إذا لم يكتشف أي إشارة تشغيل لمدة 10 ثوانٍ.

II. أثناء اختبار نسبة الدهون في الجسم، سيعرض الجهاز Er.1 إذا لم يكتشف أي هدف للاختبار لمدة 10 ثوانٍ.

مقارنة نسبة الدهون في الجسم

بدانة	زيادة الوزن	وزن زائد قليلاً	صحيح	وزن خفيف	الجنس/العمر
أكثر من 35%	35%-25.1%	25%-20.1%	20%-14%	أقل من 14%	Hombre/≤30
أكثر من 38%	38%-28.1%	28%-23.1%	23%-17%	أقل من 17%	ذكر / أكبر من 30 عاماً
أكثر من 40%	40%-30.1%	24.1-30%	24%-17%	أقل من 17%	Mujer/≤30
أكثر من 43%	43%-33.1%	33%-27.1%	27%-20%	أقل من 20%	امرأة / أكبر من 30 عاماً

استبدال البطارية
عندما تظهر الشاشة باهتة أو غير قابلة للقراءة، قم بإزالة البطارية واستبدالها ببطاريتين من نوع AA.

5. معلومات تتعلق بالتمرين

ينبغي أن يتضمن التدريب المناسب الخطوات التالية:

العربية

- الإحماء: يتضمن جلسة من 5 إلى 10 دقائق من تمارين التمدد والتمارين الخفيفة. يزيد الإحماء الجيد من درجة حرارة الجسم ومعدل ضربات القلب والدورة الدموية، مما يهيئ الجسم للتمرين. (الشكل 13)
- التدريب: هذه جلسة تمارين تستغرق من 20 إلى 30 دقيقة.

(ملاحظة: خلال الأسابيع القليلة الأولى من التمرين، لا تحافظ على معدل ضربات قلبك مرتفعًا لأكثر من 20 دقيقة.) الشكل 14

- التهدئة: قم بتمارين التمدد لمدة 5 إلى 10 دقائق. سيؤدي ذلك إلى زيادة مرونتك والمساعدة في منع الإصابات المحتملة بعد التمرين. الشكل 13

اكتشف - حل

للحفاظ على لياقتك البدنية أو تحسينها، مارس التمارين الرياضية ثلاث مرات أسبوعيًا، مع أخذ يوم راحة على الأقل بين كل جلسة. بعد عدة أشهر من ممارسة الرياضة، يمكنك زيادة عدد الجلسات الأسبوعية إلى خمس جلسات. وللحصول على أفضل النتائج، التزم ببرنامجك الرياضي بانتظام.

6. التنظيف والصيانة

- لتنظيف الدراجة، استخدم قطعة قماش ناعمة ورطبة. تجنب استخدام المنظفات الكاشطة أو المذيبات على الأجزاء البلاستيكية. بعد كل استخدام، امسح أي عرق قد يكون تراكم على الدراجة. احرص على عدم وصول الكثير من الرطوبة إلى شاشة العرض، فقد يؤدي ذلك إلى خطر الصعق الكهربائي أو تلف المكونات الكهربائية.
- احرص على إبقاء الدراجة، وخاصة الشاشة، بعيداً عن أشعة الشمس المباشرة لمنع تلف الشاشة.
- تأكد أسبوعياً وقبل كل استخدام من أن جميع مسامير التثبيت ودواسات الجهاز مشدودة بشكل صحيح.
- خزن الدراجة في مكان نظيف وجاف، بعيداً عن متناول الأطفال.

7. المواصفات الفنية

المنتج: EU01_122511

رقم المنتج المرجعي: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

مصدر الطاقة للشاشة: بطاريان AA بقوة 1.5 فولت

الحد الأقصى لوزن المستخدم: 135 كجم.

الفئة: HC

قد تتغير المواصفات الفنية دون إشعار مسبق لتحسين جودة المنتج.
صنع في الصين | تصميم إسباني

8. إعادة تدوير المعادن الكهربائية والإلكترونية



يشير هذا الرمز إلى أنه، وفقاً للوائح المعمول بها، يجب التخلص من المنتج و/أو البطارية بشكل منفصل عن النفايات المنزلية. عند انتهاء عمر هذا المنتج الإقتراضي، يجب إزالة البطاريات ونقله إلى نقطة تجميع تحدها السلطات المحلية.

للحصول على معلومات مفصلة حول الطريقة الأنسب للتخلص من المعدات الكهربائية والإلكترونية و/أو البطاريات المقابلة لها، يجب على المستهلك الاتصال بالسلطات المحلية.
يمكنكم العثور على معلومات حول أنظمة إعادة تدوير العبوات الوطنية وعلاماتها على موقعنا الإلكتروني.
إن الائتلاف بالإرشادات المذكورة أعلاه سيساعد في حماية البيئة.

9. الضمان وSAT

ستتولى شركة Cecotec مسؤولية الرد على المستخدم النهائي أو المستهلك في حالة عدم المطابقة الموجودة وقت تسليم المنتج وفقاً للشروط والأحكام والمواعيد النهائية التي تحددها اللوائح المعمول بها.
يوصى بأن تتم عمليات الإصلاح بواسطة فنيين متخصصين.
إذا اكتشفت مشكلة في المنتج أو كانت لديك أي أسئلة، فيرجى الاتصال بخدمة الدعم الفني الرسمية لشركة Cecotec عن طريق الاتصال على الرقم +34 96 321 07 28.

10. حقوق النشر

جميع حقوق الملكية الفكرية للنصوص الواردة في هذا الدليل محفوظة لشركة CECOTEC INNOVACIONES, SL. لا يجوز إعادة إنتاج محتوى هذا المنشور، كلياً أو جزئياً، أو تخزينه في نظام استرجاع المعلومات، أو نقله، أو توزيعه بأي وسيلة (إلكترونية، أو ميكانيكية، أو تصويرية، أو تسجيلية، أو ما شابه) دون الحصول على إذن كتابي مسبق من شركة CECOTEC INNOVACIONES, SL.

11. إعلان المطابقة للمبسط للاتحاد الأوروبي



تُعلن شركة سيكوتيك للابتكارات بموجب هذا أن هذا المنتج يمثل للمتطلبات الأساسية والأحكام الأخرى ذات الصلة في لوائح الاتحاد الأوروبي المعمول بها. وقد صُمم هذا المنتج وصُنِع واختُبر وفقاً لمعايير السلامة والجودة المطلوبة. يمكن الاطلاع على النص الكامل لإعلان المطابقة للاتحاد الأوروبي على الرابط الإلكتروني التالي:

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

CATALÀ

1. Peces i components

Paquet de ferramentes i eines:

Fig. 1

Núm. m.	Descripció	Cnt	Núm.	Descripció	Cnt
7	Cargol M820S5	2 uts	40	Separador 021100172012.7	2 uts
8	Volandera elàstica d8	6 uts	31	M16*1.5	1 ut
9	Volandera d80161.5	2 uts	29	M12*37	1 ut
11	Volandera corba d80202*R16	4 uts	A	Clau Allen S5	1 ut
14	Cargol M84020*S13	4 uts	B	Clau fixa S13-14-15	2 uts
25	Femella de niló M8H7.5S13	4 uts	C	Clau Allen S6	1 ut
28	Volandera d120242	1 ut	D	Clau fixa S17-S19	1 ut
39	Volandera d17.50342	2 uts			

Conjunt principal:

Fig. 2

Núm.	Descripció	Cnt	Núm.	Descripció	Cnt
1	Consola	1 ut	22	Eix llarg	1 ut
51	Connector/Connexió	1 ut	6	Coberta	1 ut
26	Placa de fixació del selló	1 ut	27	Tub del selló	1 ut
42L/R	Pedals (Pedal)	1 parell	4	Pal de la consola	1 ut
48	Estabilitzador davanter	1 ut	13L/R	Manillar	1 parell
49	Estabilitzador del darrere	1 ut	37L/R	Biela d'empenta	1 parell
24	Selló	1 ut	89	Estructura principal	1 ut
23L/R	Barra oscil·lant	1 parell			

Llista completa de peces:

Núm.	Descripció	Cnt	Núm.	Descripció	Cnt
1	Consola	1	53	Cargol ST4.21908	6
2	Cargol M510	4	54	Coberta de la roda ventilador	2
3	Tapa terminal	3	55	Cargol ST4.21308	12
4	Pal de la consola	1	56	Volandera d40181.5	4
5	Cable troncal 2	1	57	Placa de fixació	4
6	Coberta	1	58	Femella M101H9.5*S15	2
7	Cargol M820S5	2	59	Cargol M640010*2.5	2

CATALÀ

8	Volandera elàstica d8	11	60	Femella de niló M6H6S10	10
9	Volandera d80161.5	9	61	Volandera a U 30101.5	2
10	Cargol M816S5	7	62	Femella M101H5*S17	2
11	Volandera corba d80202*R16	6	63	Rodament 6000	2
12	Tapa terminal Ø32*17	4	64	Imant 10*3	1
13L/ R	Manillar	2	65	Volandera elàstica D6	8
14	Cargol M84320*H3	4	66	Volandera d60161.5	4
15	Femella cega M8H16S13	4	67	Maneguet 1	1
16	Caputxó S13	2	68	Maneguet 2	1
17	Cargol M816S13	2	69L/ R	Tapes de xarxa	2
18	Volandera d80322	2	70	Cargol M64520*S4	4
19	Casquet Ø19	4	71	Eix del volant	1
20	Casquet Ø32 323021.2*20	4	72	Cargol ST41307	12
21	Volandera ondulada d190250.3	2	73	Femella M10×1.25×H7.5×S14	2
22	Eix llarg Ø19*538	1	74	Volandera ondulada d10×Ø13.5×0.3	2
23L/ R	Barra oscil·lant	2	75	Coberta Ø25*7	2
24	Selló	1	76L/ R	Biela	2
25	Femella de niló M8H7.5S13	5	77	Anell	2
26	Placa de fixació del selló	1	78L/ R	Coberta de cadena	2
27	Tub del selló	1	79	Cargol ST4.21608	5
28	Volandera d120242	1	80	Volandera ondulada d17×Ø22×0.3	1
29	Pom/Maneta M123715*Ø58	1	81	Rodament 6203	2
30	Casquet	1	82	Sensor	1
31	Pom/Maneta M161.522*Ø56	1	83	Suport del sensor	1
32	Cargol rosca-xapa ST4.21008	1	84	Separador Ø17.10254.0	1
33	Casquet Ø181.5014.65010.1	4	85	Placa de corretja	1
34	Cargol M105520*S6	2	86	Corretja	1

35	Volandera d100202	2	87	Eix	1
36	Femella de niló M10H9.5S17	2	88	Cargol M61555	4
37L/ R	Biela d'empenta	2	89	Estructura principal	1
38	Rodament FR8Z d12.7xD28.6xB8	2	90	Empunyadura d'escuma 303280	2
39	Volandera d17.50342	2	91	Cargol M41008	1
40	Separador 21100172012.7	2	92	Sivella exterior	1
41	Femella de niló M12H11S19	2	93	Sivella interior	1
42L/ R	Pedal	2	94	Volandera D17*1.0	1
43	Cargol M84215*S5	2	95	Contrapès	4
44	Roda de transport 062*24.3	2	96	Roda ventilador	1
45	Tapa terminal 804025	4	97	Casquet 0323.302820.5019.1	2
46	Femella M8H5.5S14	4	98	Volandera d80202	3
47	Tac de suport 05242M8*25	4	99	Cargol ST4.21308	4
48	Estabilitzador davanter	1	A	Clau Allen S5	1
49	Estabilitzador del darrere	1	B	Clau fixa S13-14-15	2
50	Cable troncal 1	1	C	Clau Allen S6	1
51	Connector/Connexió	1	D	Clau fixa S17-S19	1
52	Separador 010.201530	2			

Nota:

Els gràfics d'aquest manual són representacions esquemàtiques i potser no coincideixen exactament amb els del producte.

2. Abans de fer servir

- Aquest aparell presenta un embalatge dissenyat per protegir-lo durant el transport. Traieu l'aparell de la caixa. Podeu desmarcar la caixa original i altres elements de l'embalatge en un lloc segur per prevenir danys a l'aparell si necessiteu transportar-lo en el futur. Si voleu desfer-vos de l'embalatge original, assegureu-vos de reciclar tots els elements correctament.
- Assegureu-vos que totes les peces i els components estan inclosos i en bon estat. Si en faltés algun o no estiguessin en bon estat, contacteu de forma immediata amb el Servei d'Atenció Tècnica oficial de Cecotec.

Contingut de la caixa:

- Bicicleta d'aire
- 2 piles de 1,5V AA
- Manual d'instruccions

- No traieu el número de sèrie del producte, per poder mantenir una correcta traçabilitat del vostre equip en cas de sol·licitar assistència.

3. Muntatge**Pas 1: Muntatge d'estabilitzadors**

Fig. 3

1. Traieu els Cargols M81655 (10) i les Volanderes d80161.5 (9) de l'Estabilitzador davanter (48) i de l'Estabilitzador del darrere (49) utilitzant la Clau Allen S5 (A).
2. Fixeu l'Estabilitzador davanter (48) i l'Estabilitzador del darrere (49) a l'Estructura principal (89) amb els Cargols M81655 (10) i les Volanderes d80161.5 (9) usant la Clau Allen S5 (A).

Pas 2: Muntatge del conjunt de selló

Fig. 4

1. Inserir el Tub del selló (27) a l'Estructura principal (89) i bloquegeu-lo amb el Pom/Maneta M161.522*056 (31).
2. Col·loqueu la Placa de fixació del selló (26) al Tub del selló (27) i fixeu-la amb el Pom/Maneta M123715058 (29) i la volandera d12024*2 (28).
3. Amb la Clau fixa S13-14-15 (B), traieu les Femelles de niló M8H7.5S13 (25) i les Volanderes d80202 (98) del Selló (24). Munteu el Selló (24) sobre la Placa de fixació del selló (26) i assegureu-vos amb les femelles de niló M8H7.5S13 (25) i les volanderes d80202 (98) utilitzant la clau fixa S13-14-15 (B).

Pas 3: Muntatge de l'eix llarg i barres oscil·lants; fixació de la connexió

Fig. 5

1. Traieu els Cargols M816513 (17), les Volanderes elàstiques d8 (8), les Volanderes d80322 (18), les Volanderes ondulades d190250.3 (21) i els Caputxons S13 (16) de l'Eix llarg (22). Inserir l'Eix llarg (22) a través de l'Estructura principal (89), centrant la sortida a banda i banda. Fixeu les Barres oscil·lants (23L/R) a ambdós extrems de l'Eix llarg (22) amb els Cargols M816513 (17), les Volanderes elàstiques d8 (8), les Volanderes d80322 (18) i les Volanderes ondulades d190250.3 (21). Cobriu els cargols amb els Caputxons S13 (16).
2. Fixeu la Connector/Connexió (51) a l'Estructura principal (89) amb els Cargols M82055 (7), les volanderes elàstiques d8 (8) i les volanderes d80161.5 (9) utilitzant la clau Allen S5 (A).

Pas 4: Muntatge de bieles, varetes i pedals

Fig. 6

1. Traieu les Femelles de niló M12H11S19 (41) dels Pedals (42L/R).
2. Fixeu la Biela d'empenta (37L/R) a la Biela (76L/R) utilitzant el Pedal (42L/R), les Volanderes d17.50342 (39), els Separadors 21100172012.7 (40) i les Femelles de niló M12H11S. Utilitzeu la Clau fixa S13-14-15 (B) i la Clau fixa S17-S19 (D).
3. Amb la Clau Allen S6 (C) i la Clau fixa S17-S19 (D), traieu els Cargols M105520S6 (34), les Volanderes d100202 (35) i les Femelles de niló M10H9.5S17 (36) de la Biela d'empenta. A continuació, acobla la Biela d'empenta (37L/R) a la Barra oscil·lant (23L/R) i asseguri amb els Cargols M105520S6 (34), les Volanderes d100202 (35) i les Femelles de niló M10H9.5S17 (36).

Pas 5: Muntatge del pal de la consola, coberta i manillars

Fig. 7

1. Traieu els Cargols M816S5 (10), les Volanderes d80161.5 (9), les Volanderes elàstiques d8 (8) i les Volanderes corbes d80202*R16 (11) de la Connector/Connexió (51) amb la Clau Allen S5 (A).
2. Feu lliscar la Coberta (6) al Pal de la consola (4). Connecteu el Cable troncal 1 (50) i el Cable troncal 2 (5). Inserir el Pal de la consola (4) a la Connector/Connexió (51) i fixeu-lo amb els Cargols M816S5 (10), les volanderes elàstiques d8 (8), les volanderes d80161.5 (9) i les volanderes corbes d80202*R16 (11). Col·loqueu correctament la Coberta (6).
3. Inserir els Manillars (13L/R) a les Barres oscil·lants (23L/R) i assegureu-vos amb els Cargols M84320H3 (14), les Volanderes corbes d80202R16 (11), les Volanderes elàstiques d8 (8) i les Femelles de niló M8H7. S13-14-15 (B).

Pas 6: Instal·lació de la consola

Fig. 8

1. Traieu els Cargols M5*10 (2) de la Consola (1) utilitzant la Clau fixa S13-14-15 (B).
2. Connecteu el Cable troncal 1 (50) al Cable de la consola (1a).
3. Fixeu la Consola (1) al Pal de la consola (4) amb els Cargols M5*10 (2) utilitzant la Clau fixa S13-14-15 (B).

Trasllat de la màquina

Fig. 9

Per moure la màquina, eleveu l'extrem de l'Estabilitzador del darrere (49) fins que les Rodes de transport (44) de l'Estabilitzador davanter (48) contactin amb el terra. Amb les rodes recolzades, desplaça la bicicleta fins a la ubicació desitjada.

Distància perimetral

Fig. 10

Mantingueu una distància lliure al voltant de la màquina tal com s'indica al diagrama. Eviteu obstacles i superfícies irregulars a l'àrea d'ús.

Ús correcte

Fig. 11

Utilitzeu la bicicleta seguint la postura i el gest mostrats a la il·lustració corresponent, mantenint les mans als Manillars (13L/R) i els peus als Pedals (42L/R).

Ajust del selló

Fig. 12

1. Gireu el Pom/Maneta M161.522*056 (31) en sentit antihorari per ajustar l'alçada del Tub del selló (27) segons els orificis.
2. Gireu el Pom/Maneta M123715*058 (29) en sentit antihorari per ajustar la distància horitzontal seguint les fletxes de la Placa de fixació del selló (26).
3. Si la marca "MAX" és visible al Tub del selló (27), no utilitzeu la màquina; aquesta és l'alçada màxima permesa.
4. Després d'ajustar, gireu els poms (31 i 29) en sentit horari per bloquejar fermament.

4. Funcionament**Botons**

1. **MODE:**
Premeu aquest botó per canviar de pantalla o seleccionar el camp a ajustar (el qual parpelleja).
2. **RECOVERY / UP:**
 - I. A l'estat de configuració, premeu aquest botó per augmentar el valor de configuració a la finestra parpellejant corresponent per a TIME, DIST, CAL i TEMP (°C o °F).
 - II. En estat de no exercici o no configuració, premeu aquest botó per entrar/sortir de la funció de recuperació del pols.
3. **DOWN:**
En el mode de configuració, premeu aquest botó per reduir el valor de configuració a la finestra parpellejant corresponent per a TIME, DIST, CAL i TEMP (°C / °F).
4. **RESET / GO:**
 - I. A l'estat de configuració, premeu aquest botó per restablir el valor a la finestra parpellejant corresponent per a TIME, DIST i CAL.
 - II. A l'estat de configuració de paràmetres per al greix corporal, premeu aquest botó per accedir a la prova de greix corporal.
 - III. A l'estat del monitor, premeu aquest botó durant 3 segons per restablir tots els valors a zero.
5. **BODYFAT:**

En estat d'inactivitat, premeu aquest botó per entrar/sortir de la configuració dels paràmetres de greix corporal.

Funcions

1. VELOCITAT/PORCENTATGE DE GREIX CORPORAL/RPM
 - I. Mostra la velocitat instantània i el rang és de 0,0-99,9 km/h. 0, si el monitor mostra M, el rang serà de 0,0-99,9 milles/h.
 - II. Mostra les repeticions per minut (RPM) actuals durant l'exercici. Reflecteix la freqüència de pedaleig. El rang és de 0 a 999 per minut.
 - III. Mostra l'índex de greix corporal.

2. TEMPS/IMC
 - I. Compte el temps total des de l'inici fins al final de l'exercici, amb un rang de 0 a 99 minuts i 59 segons.
 - II. El temps d'exercici es pot configurar per avançat; quan s'acosti al temps preestablert, el monitor emetrà una alarma 10 segons abans. El temps màxim preestablert és de 99 minuts.
 - III. Mostra l'índex de massa corporal (IMC).

3. DISTÀNCIA/TMB
 - I. Compte la distància total des de l'inici fins al final de l'exercici, amb un rang de 0,00 a 9,99 a 99,9 km. 0, si el mesurador mostra M, el rang serà de 0,00 ~ 9,99 ~ 99,9 milles.
 - II. La distància de l'exercici es pot configurar per endavant, i quan s'acosti a la distància preestablerta, el monitor emetrà una alarma de 10 segons. La distància màxima preestablerta és de 99,9 km o milles (si el monitor mostra M).
 - III. Mostra la taxa metabòlica basal (TMB).

4. CALORIES/TEMPERATURA
 - I. Compte les calories totals consumides des de l'inici fins al final de l'exercici i el rang és de 0,0 ~ 99,9 ~ 999 KCAL.
 - II. El valor de calories es pot configurar per endavant quan s'aproxima a les calories preestablertes, el monitor emetrà una alarma de 10 segons.
 - III. Mostra la temperatura ambient (TEMP).

5. POLS
 - I. Mantingueu el sensor de pols i llegiu la seva freqüència cardíaca per minut. El rang és de 40 a 240 bpm.
 - II. Si no es detecta cap senyal de pols durant 60 segons, apareixerà P per pausar la prova de pols. Podeu prémer UP o DOWN per tornar a iniciar la prova de pols.

6. TO DE TECLA
El monitor emetrà un xiulet en prémer qualsevol botó. Aquest so és el to de tecla. Si no sentiu el so, vol dir que la tecla no s'ha premut correctament o que la tecla no funciona correctament.
7. ENCÈS/APAGAT AUTOMÀTIC I ARRENCAMENT/PARADA AUTOMÀTICS
 - I. Si no es detecta cap senyal d'exercici o funcionament durant 8 minuts, el dispositiu s'apaga automàticament i s'esborraran totes les dades de la memòria, excepte els paràmetres de greix corporal i la temperatura.
 - II. Quan es rebí un senyal d'exercici o funcionament, el monitor s'encendrà automàticament.

FUNCIONAMENT

1. CONFIGURACIÓ

Premeu MODE per seleccionar la finestra de visualització que voleu preconfigurar i el valor de la finestra corresponent parpellejarà. A continuació, premeu UP/DOWN per augmentar o disminuir el valor fins a assolir l'hora, la distància o les calories desitjades per a l'alarma. Mantingueu premut UP/DOWN per augmentar o disminuir el valor ràpidament. Premeu RESET per restablir el valor de la finestra parpellejant corresponent.

2. FREQUÈNCIA DEL POLS

Abans de mesurar la freqüència del pols, premeu qualsevol botó per canviar «P» per «*» a la finestra i, a continuació, entri en el mode de pols. Col·loqueu els dos palmells de les mans sobre els coixinets de contacte i el monitor mostrarà la seva freqüència cardíaca actual en batecs per minut (BPM) a la pantalla LCD.

Observació: durant el procés de mesura del pols, degut al bloqueig del contacte, les lectures inicials poden ser més altes que la freqüència cardíaca real. Els valors estabilitzaran i s'aproparan a les lectures reals en un minut. El valor del mesurament no es pot considerar com a base per a un tractament mèdic.

Nota: Si la bicicleta està equipada amb mesurament sense fil de la freqüència cardíaca a través del cinturó transmissor, abans de mesurar la seva freqüència cardíaca, humitegeu els coixinets conductors de la part inferior del transmissor amb aigua, suor o un gel conductor per garantir un bon contacte. A continuació, col·loqueu el cinturó al voltant del pit. Ajusteu el cinturó fins que el transmissor quedi ben ajustat sota els músculs pectorals per obtenir un senyal precís de la freqüència cardíaca.

3. RECUPERACIÓ DEL POLS

En estat de repòs i sense fer exercici, proveu primer el pols com s'ha indicat anteriorment. A continuació, premeu RECOVERY/UP per accedir a la funció de recuperació del pols. La pantalla mostrarà un compte enrere d'1 minut, així com la freqüència cardíaca. Mantingueu premut el sensor de pols fins que el compte

enrere arribi a zero. A continuació, apareixerà el nivell de recuperació del pols, des de F1 fins a F6, és a dir, des de la recuperació més ràpida fins a la més lenta. La recuperació més ràpida, F1, és la millor. Premeu RECOVERY/UP de nou per sortir de la funció de recuperació del pols.

4. GREIX CORPORAL, IMC I TMB

En estat de repòs, premeu BODYFAT per accedir als ajustaments dels paràmetres de greix corporal. Podeu configurar-los seguint la seqüència següent: número d'usuari (1-8), pes (kg), altura (cm), edat (anys) i sexe. No obstant això, si el mesurador mostra M, el pes es mostrarà en lb i l'alçada en in. Premeu MODE per passar al següent ajustament de paràmetres. Premeu UP per augmentar el valor d'ajust i DOWN per disminuir-lo.

Quan hagueu acabat l'ajust, sostingueu el sensor de pols i premeu RESET/GO. A continuació, la pantalla mostrarà el greix corporal en 6 segons.

Premeu BODYFAT de nou per sortir de la prova de greix corporal.

Observació:

- I. Durant l'ajust dels paràmetres, sortirà automàticament de la prova de greix corporal si no detecta cap senyal de funcionament durant 10 segons.
- II. Durant la prova de greix corporal, mostra Er.1 si no detecta cap objectiu de prova durant 10 segons.

Contrast de greix corporal

Sexe/edat	Baix pes	Sa	Lleuger sobrepès	Sobrepès	Obesitat
Hombre/≤30	<14%	14%-20%	20,1%-25%	25,1%-35%	>35%
Home/>30	<17%	17%-23%	23,1%-28%	28,1%-38%	>38%
Mujer/≤30	<17%	17%-24%	24,1-30%	30,1%-40%	>40%
Dona/>30	<20%	20%-27%	27,1%-33%	33,1%-43%	>43%

SUBSTITUCIÓ DE LES PILES

Quan la pantalla es vegi tènue o il·legible, traieu la bateria i substituïu-la per dues piles AA.

5. Informació relativa a l'exercici

Un entrenament correcte ha d'estar compost dels passos següents:

- Escalfament: consisteix en una sessió d'estiraments i exercici de baixa intensitat amb una durada de 5 a 10 minuts. Un escalfament correcte proporciona un augment de la temperatura corporal, la freqüència cardíaca i la circulació, cosa que afavoreix la preparació per a l'exercici. Fig. 13
- Entrenament: es tracta d'una sessió d'exercici d'una durada de 20 a 30 minuts.

(Nota: durant les primeres setmanes d'exercici no mantingueu la freqüència cardíaca alta durant més de 20 minuts). Fig. 14

- Refredament: estireu de 5 a 10 minuts. Això incrementarà la seva flexibilitat i us ajudarà a prevenir possibles lesions després de l'exercici. Fig. 13

Rutina d'exercici

Per mantenir o millorar la vostra forma física, realitzeu tres sessions d'exercici setmanalment, com a mínim heu de descansar un dia entre cada sessió d'exercici. Després de diversos mesos d'exercici, podeu augmentar el nombre de sessions setmanals fins a cinc. Per obtenir els millors resultats heu de ser constants a l'hora de fer exercici.

6. Neteja i manteniment

- Per netejar la bicicleta utilitzeu un drap suau i humit. No utilitzeu productes de neteja abrasius ni dissolvents per netejar les peces de plàstic. Després de cada ús, netegeu la suor que hagi pogut quedar a la bicicleta. Tingueu cura que no entri massa humitat a la pantalla del monitor, ja que podria generar un risc de descàrrega elèctrica o provocar errors en els components elèctrics.
- Mantingueu la bicicleta, especialment el monitor, allunyat de la llum solar directa per evitar que es faci malbé la pantalla.
- Comproveu setmanalment i abans de cada ús que tots els perns de muntatge i els pedals de la màquina estan ben ajustats.
- Deseu la bicicleta en un lloc net i sec, lluny de l'abast dels nens.

7. Especificacions tècniques

Producte: EU01_122511

Referència del producte: Drumfit WOD Rider 2000 Eolo PRO

Font d'alimentació per a la pantalla: 2 piles de 1,5V AA

Pes màxim de usuari: 135 Kg.

Classe: HC

Les especificacions tècniques poden canviar sense notificació prèvia per millorar la qualitat del producte.

Fabricat a Xina | Dissenyat a Espanya

8. Reciclatge d'aparells elèctrics i electrònics



Aquest símbol indica que, d'acord amb les normatives aplicables, el producte i/o la bateria s'han de rebutjar de manera independent dels residus domèstics. Quan aquest producte arribi al final de la seva vida útil, hauràs d'extreure les piles/bateries/acumuladors i portar-lo a un punt de recollida designat per les autoritats locals.

Per obtenir informació detallada sobre la forma més adequada de rebutjar els aparells elèctrics i electrònics i/o les bateries corresponents, el consumidor haurà de contactar amb les autoritats locals.

Podeu consultar la informació sobre els sistemes nacionals de reciclatge d'embalatges i el seu marcatge a la nostra pàgina web.

El compliment de les pautes anteriors ajudarà a protegir el medi ambient.

9. Garantia i SAT

Cecotec respondrà davant l'usuari o consumidor final de qualsevol manca de conformitat que hi hagi en el moment del lliurament del producte en els termes, condicions i terminis que estableix la normativa aplicable.

Es recomana que les reparacions es facin per personal especialitzat.

Si detecteu una incidència amb el producte o teniu alguna consulta, poseu-vos en contacte amb el servei d'Assistència Tècnica oficial de Cecotec a través del número de telèfon +34 96 321 07 28.

10. Copyright

Els drets de propietat intel·lectual sobre els textos del manual pertanyen a CECOTEC INNOVACIONES, SL. Queden reservats tots els drets. El contingut d'aquesta publicació no podrà, ni en part ni íntegrament, reproduir-se, emmagatzemar-se en un sistema de recuperació, transmetre's o distribuir-se per cap mitjà (electrònic, mecànic, fotocòpia, enregistrament o similar) sense la prèvia autorització de CECOTEC INNOVACIONES, SL.

11. Declaració UE de conformitat simplificada



Per la present, Cecotec Innovaciones declara que aquest producte compleix els requisits essencials i altres disposicions rellevants de les normatives aplicables a la Unió Europea. Aquest producte ha estat dissenyat, fabricat i provat amb el compliment dels estàndards de seguretat i qualitat requerits. El text complet de la Declaració de Conformitat de la UE es pot trobar a la següent adreça web:

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

FIGURES

FIG 1:
















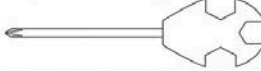


<p style="text-align: center;">7</p> 	<p style="text-align: center;">8</p> 	<p style="text-align: center;">9</p> 
<p style="text-align: center;">11</p> 	<p style="text-align: center;">14</p> 	<p style="text-align: center;">25</p> 
<p style="text-align: center;">28</p> 	<p style="text-align: center;">39</p> 	<p style="text-align: center;">40</p> 
<p style="text-align: center;">31</p> 	<p style="text-align: center;">29</p> 	<p style="text-align: center;">A</p> 
<p style="text-align: center;">B</p> 	<p style="text-align: center;">C</p> 	<p style="text-align: center;">D</p> 
		

FIG 2:


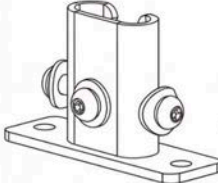
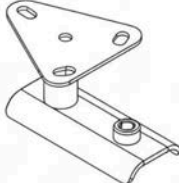
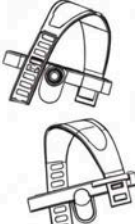
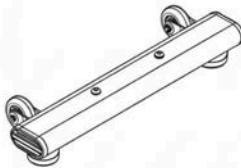
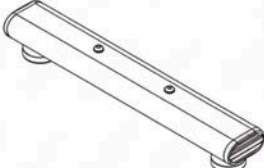

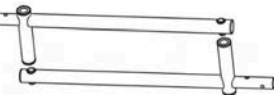

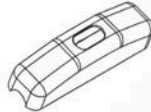
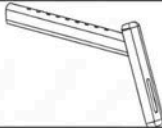
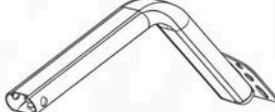
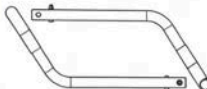
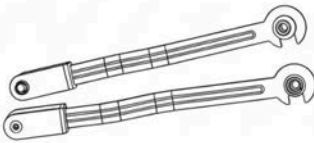
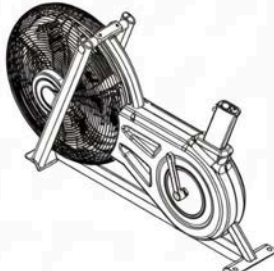



<p style="text-align: center;">1</p> 	<p style="text-align: center;">51</p> 	<p style="text-align: center;">26</p> 
<p style="text-align: center;">42L/R</p> 	<p style="text-align: center;">48</p> 	<p style="text-align: center;">49</p> 
<p style="text-align: center;">24</p> 	<p style="text-align: center;">23L/R</p> 	<p style="text-align: center;">22</p> 
<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">27</p>	<p style="text-align: center;">4</p>
<p style="text-align: center;">27</p> 	<p style="text-align: center;">37L/R</p> 	<p style="text-align: center;">89</p> 
		

FIG 3:

-  — #9 d8*Φ 16*1.5 4PCS
-  — #10 M8*16*S5 4PCS
-  — #A S5 1PC

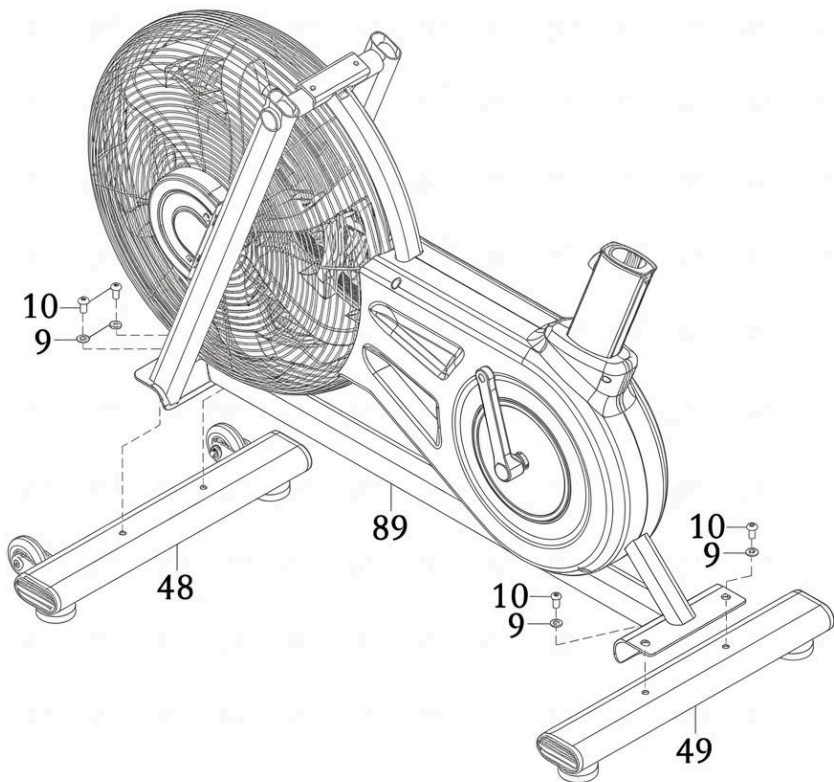


FIG 4:

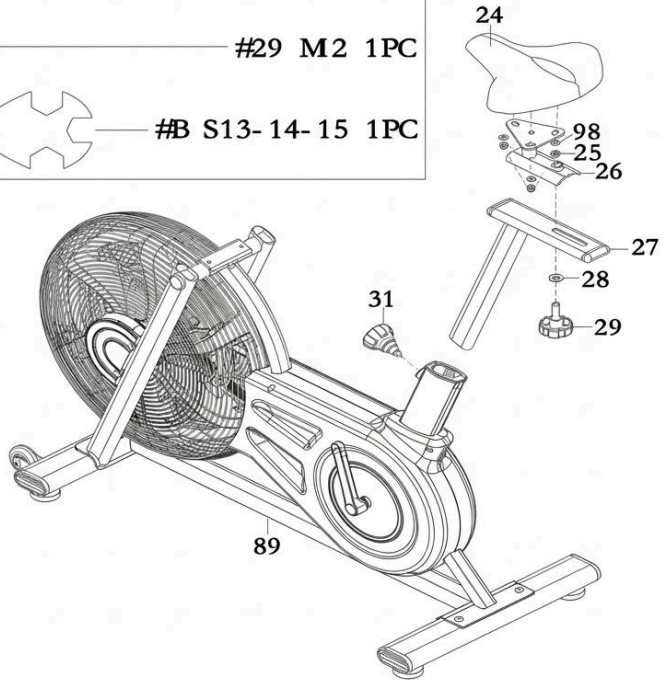
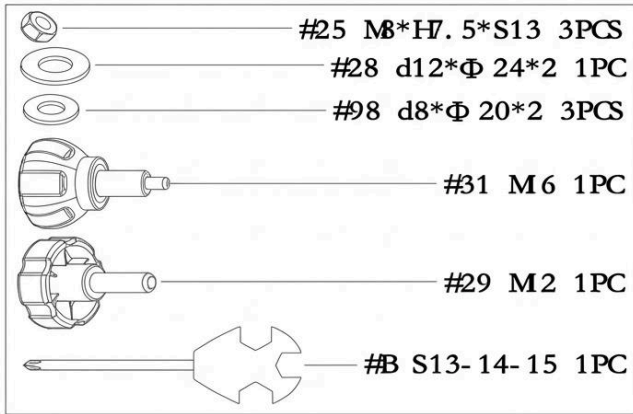












FIG 5:

	#7 M8*20*S5	2PCS
	#8 d8	4PCS
	#9 d8*Φ 16*1.5	2PCS
	#16 S13	2PCS
	#17 M8*16*S13	2PCS
	#18 d8*Φ 32*2	2PCS
	#21 d19*X 25*0.3	2PCS
	#22 X 19*538	1PC

	#A S5	1PC
	#B S13 S14 S15	2PCS

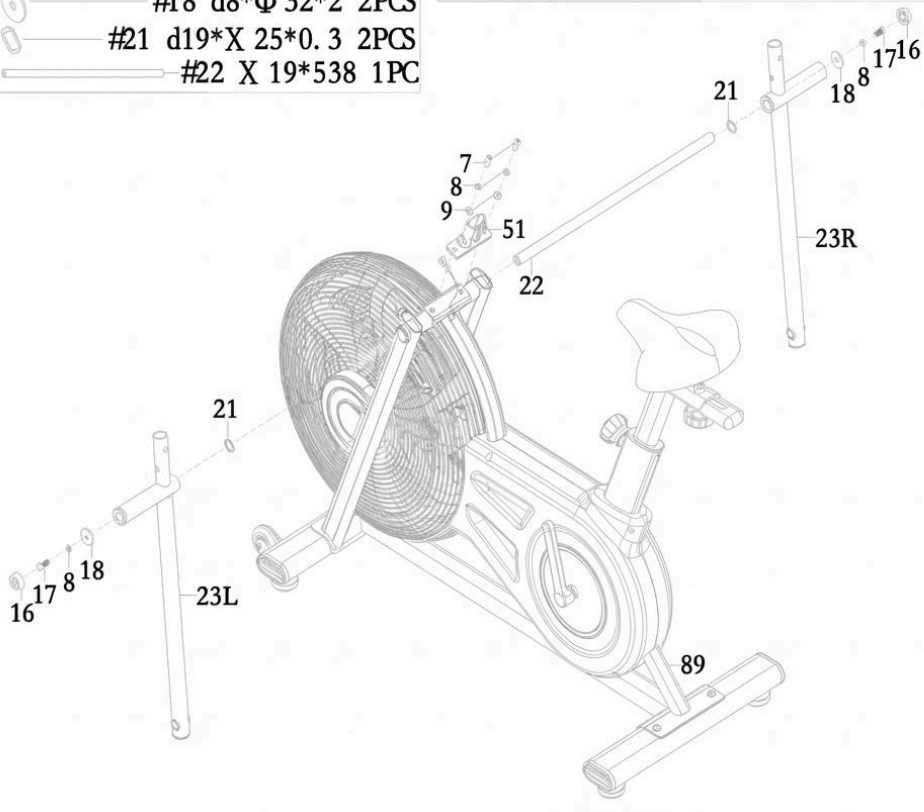


FIG 6:

	#34	M0*55*20*S6	2PCS
	#35	d10*X 20*2	2PCS
	#36	M0*HD. 5*S17	2PCS
	#39	d17. 5*Φ 34*6	2PCS
	#40	Φ 21*10*Φ 17*2*Φ 12.7	2PCS
	#41	M2*H1*S19	2PCS
	#B	S13 S14 S15	1PC
	#C	S6	1PC
	#D	S17 S19	1PC

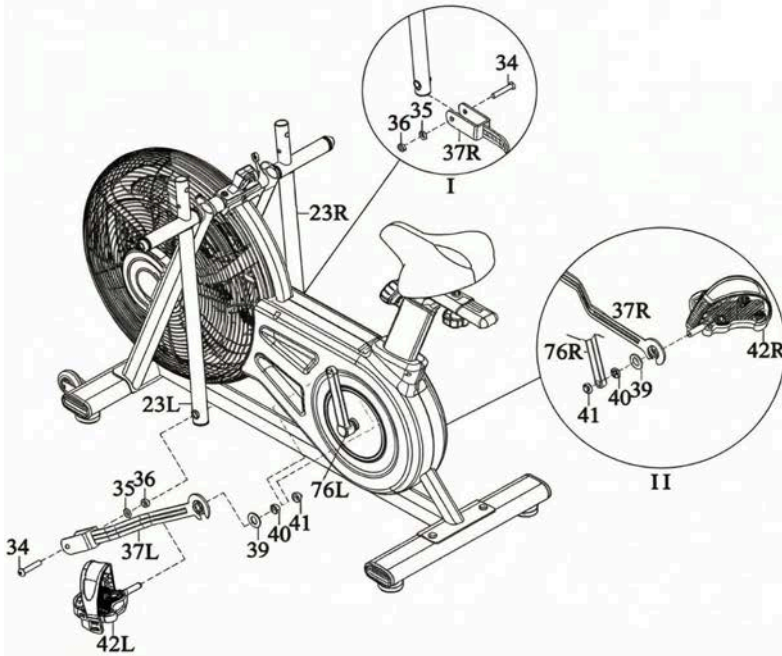






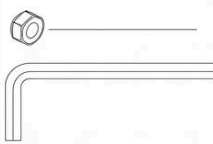
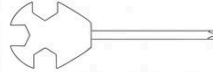


FIG 7:

	#8 d8 7PCS
	#9 dB* Φ16*1.5 1PC
	#10 M8*16*S5 3PCS
	#11 dB* Φ20*2*R16 6PCS
	#14 M8*40*20*S13 4PCS
	#25 M8*H7.5*S13 4PCS
	#A S5 1PC
	#B S13 S14 S15 1PC

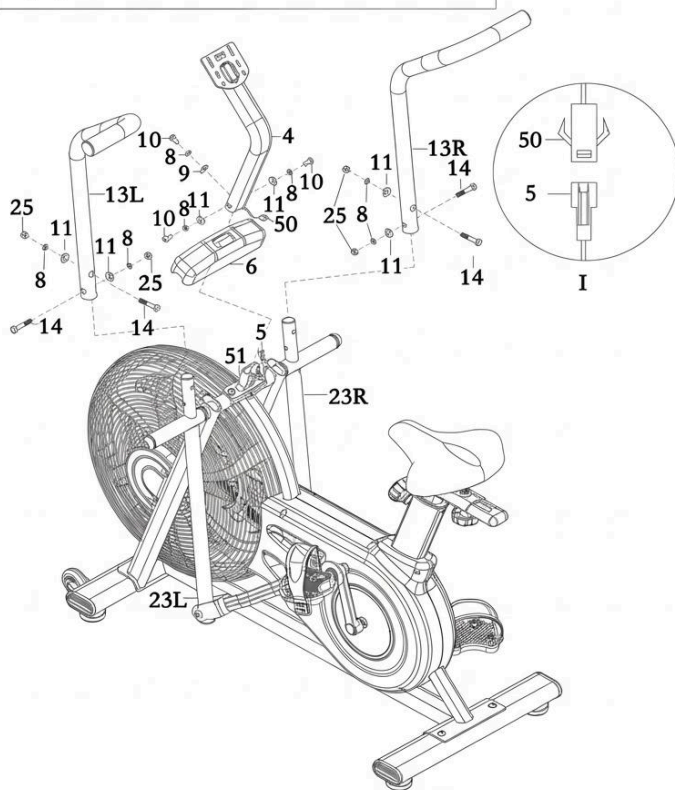


FIG 8:

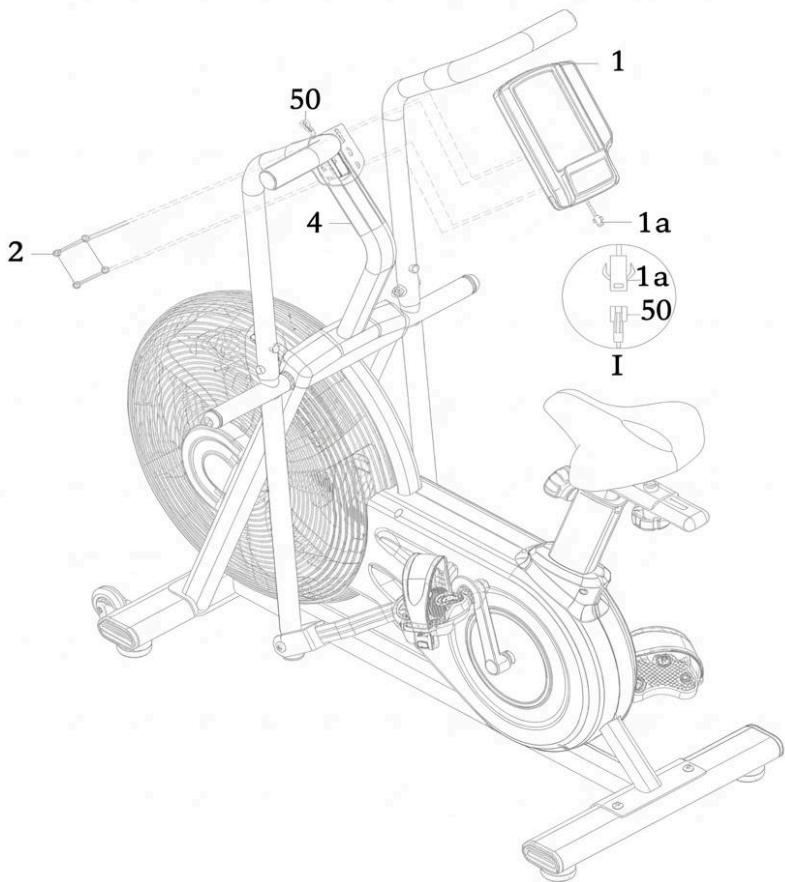
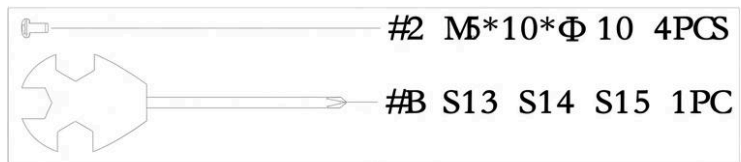


FIG 9:

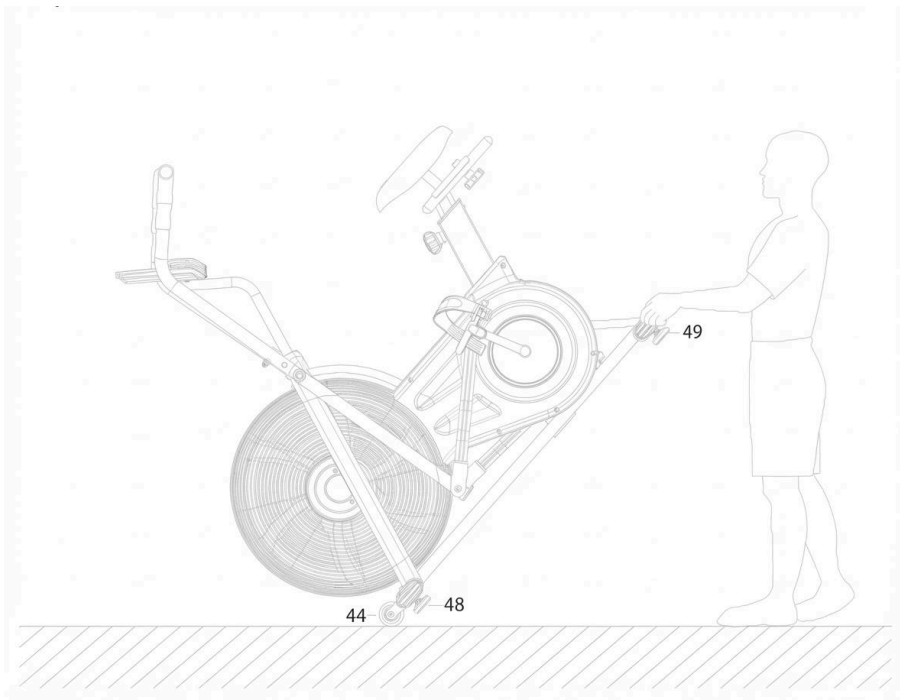


FIG 10:

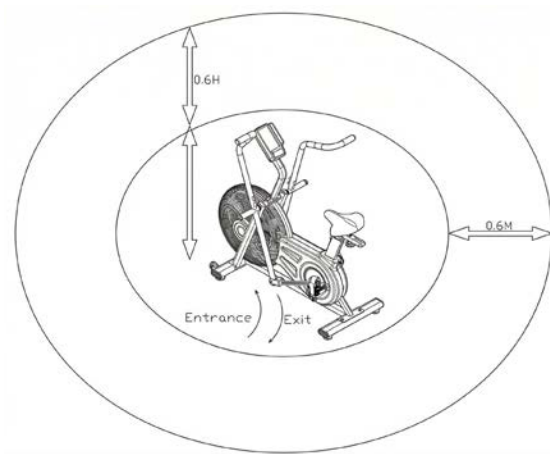


FIG 11:



FIG 12:

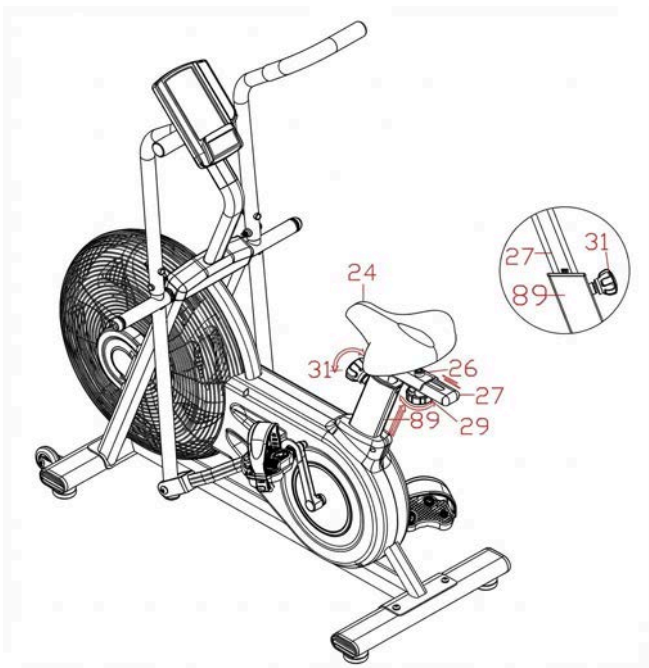
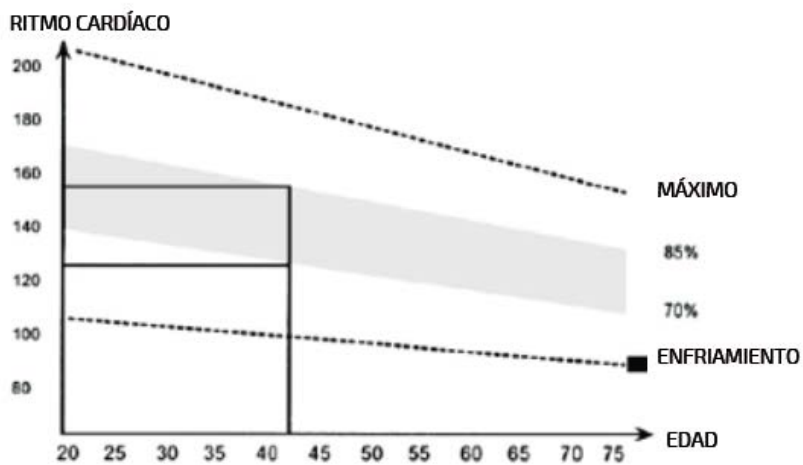


FIG 13:



FIG 14:



www.cecotec.es

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

