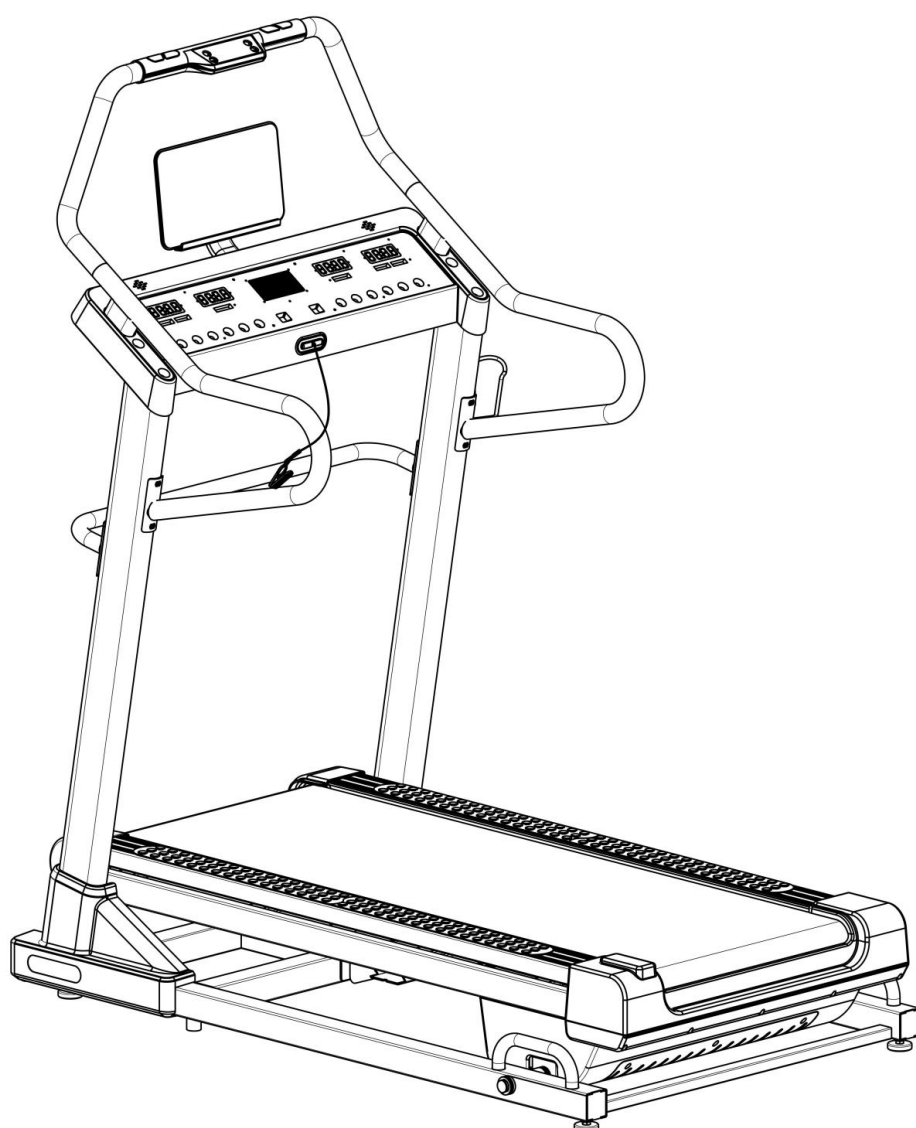




## Montage- und Bedienungsanleitung



max. 135 kg



~ 60 Min.



89 kg

L 154 | B 93 | H 164

FSCSTIT70.01.01

Art.-Nr. CST-IT70

**cardiostrong IT70**



# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>ALLGEMEINE INFORMATIONEN</b>	<b>8</b>
1.1	Technische Daten	8
1.2	Persönliche Sicherheit	9
1.3	Elektrische Sicherheit	10
1.4	Aufstellort	11
<b>2</b>	<b>MONTAGEANLEITUNG</b>	<b>12</b>
2.1	Allgemeine Hinweise	12
2.2	Lieferumfang	13
2.3	Aufbau	14
<b>3</b>	<b>BEDIENUNGSANLEITUNG</b>	<b>25</b>
3.1	Konsolenanzeige	26
3.2	Tastenfunktion	27
3.3	Programme	28
3.4	Programmübersicht	29
3.4.1	Laufprogramme (P1-P12)	29
3.4.2	Steigungsprogramme (C1-C6)	30
3.5	Benutzerdefinierte Programme	31
3.6	Herzfrequenzgesteuerte Programme	32
3.7	Körperfettanalyse	33
3.8	Erinnerung zur Laufbandschmierung	34
3.9	Energiesparen	34
<b>4</b>	<b>TRAININGSHINWEISE</b>	<b>35</b>
4.1	Allgemeine Informationen	35
4.1.1	Trainingskleidung	35
4.1.2	Aufwärmen und Dehnen	35
4.1.3	Medikamentation	36
4.1.4	Beanspruchte Muskelgruppen	36
4.1.5	Häufigkeit	36
4.2	Trainingstagebuch	38
<b>5</b>	<b>LAGERUNG UND TRANSPORT</b>	<b>39</b>
5.1	Allgemeine Hinweise	39
5.2	Transportrollen	39
<b>6</b>	<b>FEHLERBEHEBUNG, PFLEGE UND WARTUNG</b>	<b>40</b>
6.1	Allgemeine Hinweise	40

6.2	Störungen und Fehlerdiagnose	40
6.3	Fehlercodes und Fehlersuche	41
6.4	Pflege und Wartung	42
6.4.1	Justierung der Laufmatte	42
6.4.2	Nachspannen der Laufmatte	43
6.4.3	Schmierung der Laufmatte	43
6.5	Wartungs- und Inspektionskalender	44
7	ENTSORGUNG	44
8	ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG	45
9	ERSATZTEILBESTELLUNG	46
9.1	Seriennummer und Modellbezeichnung	46
9.2	Teileliste	47
9.3	Explosionszeichnung	52
10	GARANTIE	54
11	KONTAKT	56

**Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,**

vielen Dank, dass Sie sich für ein Fitnessgerät von cardiostrong® entschieden haben. cardiostrong bietet hochwertige Heimfitnessgeräte, die optimal an die Bedingungen zu Hause angepasst sind. Trainieren Sie zu Hause unabhängig von Wetter oder Tageszeit. cardiostrong Fitnessgeräte bieten Trainingsprogramme und ein Leistungsspektrum für alle Trainingsniveaus und alle Trainingsziele. Weitere Informationen finden Sie unter [www.fitshop.com/cardiostrong](http://www.fitshop.com/cardiostrong). Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Training!

**Bestimmungsgemäßer Gebrauch**

Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden.

Das Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch geeignet. Das Gerät ist nicht für den semiprofessionellen (z. B. Krankenhäuser, Vereine, Hotels, Schulen usw.) und gewerblichen bzw. professionellen Einsatz (z. B. Fitness-Studio) geeignet.

**IMPRESSUM**

Fitshop GmbH  
Europas Nr. 1 für Heimfitness

International Headquarters  
Flensburger Straße 55  
24837 Schleswig  
Deutschland

Geschäftsführer:  
Christian Grau  
Sebastian Campmann  
Dr. Bernhard Schenkel  
Handelsregister HRB 1000 SL  
Amtsgericht Flensburg  
Umsatzsteuer-IdNr.: DE813211547

**HAFTUNGSAUSSCHLUSS**

© cardiostrong ist eine eingetragene Marke der Firma Fitshop GmbH. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung dieser Marke ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung von Fitshop ist untersagt.

Produkt und Handbuch können geändert werden. Die technischen Daten können ohne Vorankündigung geändert werden.

# **FITSHOP**

Europas Nr.1 für Heimfitness

## ZU DIESER ANLEITUNG

Bitte lesen Sie die gesamte Anleitung vor der Montage und der ersten Benutzung aufmerksam durch. Die Anleitung hilft Ihnen beim schnellen Aufbau und erläutert die sichere Handhabung. Tragen Sie dafür Sorge, dass alle mit dem Gerät trainierenden Personen (besonders Kinder und Personen mit körperlicher, sensorischer, geistiger oder motorischer Behinderung) unbedingt vorab über diese Anleitung und ihren Inhalt informiert werden. Im Zweifelsfall müssen verantwortliche Personen die Nutzung des Gerätes beaufsichtigen.

Durch laufende Änderungen und Softwareoptimierungen kann es vorkommen, dass die Anleitung angepasst werden muss. Sollten Sie während des Aufbaus oder der Nutzung eventuelle Abweichungen feststellen, dann rufen Sie im Zweifel die im Webshop hinterlegte Anleitung auf. Dort ist immer die aktuellste Anleitung hinterlegt.



Das Gerät wurde sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert. Mögliche Gefahrenquellen, die Verletzungen verursachen könnten, wurden bestmöglich ausgeschlossen. Stellen Sie sicher, dass die Aufbauanleitung korrekt befolgt wurde und dass alle Teile des Gerätes festsitzen. Im Bedarfsfall muss die Anleitung erneut durchgegangen werden, um eventuelle Fehler zu beheben.

Trainingsgeräte müssen nach Genauigkeit und Verwendung klassifiziert werden. Genauigkeitsklassen sind nur bei Geräten anwendbar, die Trainingsdaten anzeigen.

### Genauigkeitsklassen

Klasse A: hohe Genauigkeit.

Klasse B: mittlere Genauigkeit.

Klasse C: geringe Genauigkeit.

Die Verwendungsklassen erläutern die vorgesehene Nutzung des Gerätes.

### Verwendungsklassen

**Klasse S** (Studio): berufliche und/oder gewerbliche Verwendung.

Diese Trainingsgeräte sind für die Verwendung in Trainingsräumen von Einrichtungen wie Sportvereinen, Schuleinrichtungen, Hotels, Clubs und Studios, deren Zugang und Aufsicht vom Eigentümer (Person, die die gesetzliche Verantwortung trägt) speziell geregelt ist, vorgesehen.

**Klasse H** (Heimbereich): Verwendung im Heimbereich.

Diese stationären Trainingsgeräte sind für die Verwendung in privaten Heimstätten vorgesehen, in denen der Zugang zum Trainingsgerät durch den Eigentümer geregelt ist (Person, die die gesetzliche Verantwortung trägt).

Bitte halten Sie sich exakt an die angegebenen Sicherheits- und Wartungsanweisungen. Jegliche davon abweichende Nutzung kann Gesundheitsschäden, Unfälle oder Beschädigungen des Gerätes zur Folge haben, für die seitens des Herstellers und Vertreibers keine Haftung übernommen werden kann.

Die folgenden Sicherheitshinweise können in dieser Bedienungsanleitung vorkommen:

► **ACHTUNG**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu Sachschäden führen können.



**VORSICHT**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu leichten bzw. geringfügigen Verletzungen führen können!



**WARNUNG**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen können!



**GEFAHR**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen!



**HINWEIS**

Dieser Hinweis steht für weitere nützliche Informationen.

Bewahren Sie diese Anleitung zur Information, für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf!

## 1.1 Technische Daten

### LED- Anzeige von

- + Geschwindigkeit
- + Trainingszeit
- + Trainingsstrecke
- + Kalorienverbrauch
- + Herzfrequenz (bei Verwendung der Handpulssensoren oder eines Brustgurtes)
- + Steigung

Motorleistung:	DC-Motor mit 2,5 PS Dauerleistung
Geschwindigkeitsbereich:	0,8–16 km/h
Direktwahltasten (Geschwindigkeit):	3
Steigungsbereich:	-3 % bis 40 %
Direktwahltasten (Steigung):	3
Trainingsprogramme insgesamt:	21
Voreingestellte Programme:	18 inkl. 2 benutzerdefinierte Programme
Herzfrequenz gesteuerte Programme:	2
Körperfettanalyse:	1
Laufflächengröße (L x B):	140 cm x 50 cm

### Gewicht und Maße:

Artikelgewicht (brutto, mit Verpackung):	107 kg
Artikelgewicht (netto, ohne Verpackung):	89 kg
Verpackungsmaße (L x B x H):	ca. 169,5 cm x 92,5 cm x 38 cm
Aufstellmaße (L x B x H):	ca. 154 cm x 92,6 cm x 163,6 cm
Maximales Benutzergewicht:	135 kg
Verwendungsklasse:	H

## 1.2 Persönliche Sicherheit



### GEFAHR

- + Bevor Sie mit der Nutzung des Gerätes beginnen, sollten Sie durch Ihren Hausarzt klären, ob das Training für Sie aus gesundheitlicher Sicht geeignet ist. Betroffen hiervon sind vor allem Personen, die eine vererbungsbedingte Anlage zu Bluthochdruck oder Herzleiden haben, über 45 Jahre alt sind, rauchen, überhöhte Cholesterinwerte aufweisen, übergewichtig sind und/oder im letzten Jahr nicht regelmäßig Sport getrieben haben. Wenn Sie unter medikamentöser Behandlung stehen, die Ihre Herzfrequenz beeinträchtigt, so ist ärztlicher Rat absolut unabdinglich.
- + Beachten Sie, dass exzessives Training Ihre Gesundheit ernsthaft gefährden kann. Bitte nehmen Sie gleichermaßen zur Kenntnis, dass Systeme der Herzfrequenzüberwachung ungenau sein können. Sobald Sie Anzeichen von Schwäche, Übelkeit, Schwindelgefühlen, Schmerzen, Atemnot oder andere abnormale Symptome erkennen, brechen Sie Ihr Training sofort ab und konsultieren Sie im Notfall Ihren Hausarzt.
- + Der Besitzer muss allen Nutzern sämtliche Warnhinweise und Anweisungen übermitteln.



### WARNUNG

- + Die Benutzung dieses Gerätes ist für Kinder unter 14 Jahren nicht zulässig.
- + Kinder sollten nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Gerätes gelangen.
- + Personen mit Behinderungen müssen eine medizinische Genehmigung vorweisen und unter strenger Beobachtung stehen, wenn Sie jegliche Trainingsgeräte benutzen.
- + Das Gerät darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
- + Wenn Ihr Gerät über einen Safety Key verfügt, ist der Clip des Safety Keys vor Trainingsbeginn an Ihrer Kleidung anzubringen. Im Falle eines Sturzes kann somit der NOT-STOPP des Gerätes ausgelöst werden.
- + Sollte ein Notfall auftreten und das Training muss dadurch abrupt beendet werden, betätigen Sie den Safety Key, halten Sie sich mit beiden Händen an den Handläufen fest, springen Sie mit beiden Beinen auf die seitlichen Trittsflächen und warten Sie bis das Laufband zum Stillstand gekommen ist.
- + Halten Sie Hände, Füße und andere Körperteile, Haar, Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern, da sich diese in dem Gerät verfangen können.
- + Tragen Sie bei der Benutzung keine lose bzw. weite Kleidung, sondern geeignete Sportbekleidung. Achten Sie bei den Sportschuhen auf geeignete Sohlen, vorzugsweise sollten diese aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien sein. Ungeeignet sind Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Trainieren Sie niemals barfuß.



### VORSICHT

- + Muss Ihr Gerät mit einem Netzkabel ans Stromnetz angeschlossen werden, stellen Sie sicher, dass das Kabel keine potentielle Stolpergefahr darstellt.
- + Achten Sie darauf, dass sich niemand während des Trainings im Bewegungsbereich des Gerätes befindet, um Sie und andere Personen nicht zu gefährden.
- + Achten Sie darauf, dass falls Verstellvorrichtungen vorstehen gelassen werden, diese die Bewegung des Benutzers behindern können.
- + Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß geprüft wird.

► **ACHTUNG**

- + Es dürfen keine Gegenstände jedweder Art in die Öffnungen des Gerätes gesteckt werden.
- + Um das Gerät vor der Benutzung durch unbefugte Dritte zu schützen, entfernen Sie bei Nichtgebrauch immer das Netzkabel (falls vorhanden) und verstauen Sie dieses an einem sicheren und für Unbefugte (z. B. Kinder) unzugänglichen Ort.

## 1.3 Elektrische Sicherheit

⚠ **GEFAHR**

- + Um die Gefahr eines Stromschlags zu verringern, ziehen Sie nach Beendigung des Trainings, vor Aufbau oder Abbau des Gerätes sowie vor der Wartung bzw. Reinigung den Stecker des Gerätes aus der Steckdose. Ziehen Sie dabei nicht am Kabel.

⚠ **WARNUNG**

- + Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, solange der Netzstecker in der Wandsteckdose eingesteckt ist. Während Ihrer Abwesenheit ist der Netzstecker aus der Steckdose zu entfernen, damit ein unsachgemäßer Gebrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.
- + Falls das Netzkabel oder der Netzstecker beschädigt oder defekt ist, wenden Sie sich an Ihren Vertragspartner. Bis zur Instandsetzung darf das Gerät nicht genutzt werden.

► **ACHTUNG**

- + Das Gerät benötigt einen Netzanschluss von 220-230 V mit 50 Hz Netzspannung.
- + Das Gerät darf nur mittels des mitgelieferten Netzkabels direkt an eine geerdete Steckdose angeschlossen werden. Verlängerungskabel müssen den VDE-Richtlinien entsprechen. Wickeln Sie das Netzkabel immer vollständig ab.
- + Die Steckdose muss mit einer Sicherung mit einem Mindestsicherungswert „16 A, träge“ gesichert sein.
- + Verändern Sie weder etwas am Netzkabel noch am Netzstecker.
- + Das Netzkabel ist von Wasser, Hitze, Öl und scharfen Kanten fernzuhalten. Lassen Sie das Netzkabel nicht unter dem Gerät oder unter einem Teppich entlanglaufen und stellen Sie keine Gegenstände darauf.
- + Falls Ihr erworbenes Gerät über eine TFT Konsole verfügt, müssen regelmäßige Softwareupdates durchgeführt werden. Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um das Update durchzuführen.
- + Die Systeme und Software von Geräten mit TFT Konsolen sind auf die vorinstallierten Apps abgestimmt. Installieren Sie keine weiteren Apps auf der Konsole.

❗ **HINWEIS**

- + Bei den vorinstallierten Apps der TFT Konsolen handelt es sich um Apps externer Hersteller. Fitshop übernimmt keinerlei Verantwortung für die Verfügbarkeit, Funktionalität oder Inhalte dieser Apps.
- + Hiermit erklärt die Fitshop GmbH, dass der Funkanlagentyp Drahtlosverbindung (2.402 – 2.480 GHz) der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: [www.fitshop.com](http://www.fitshop.com).

## 1.4 Aufstellort



### WARNUNG

- + Stellen Sie das Gerät nicht in Hauptdurchgängen oder Fluchtwegen auf.



### VORSICHT

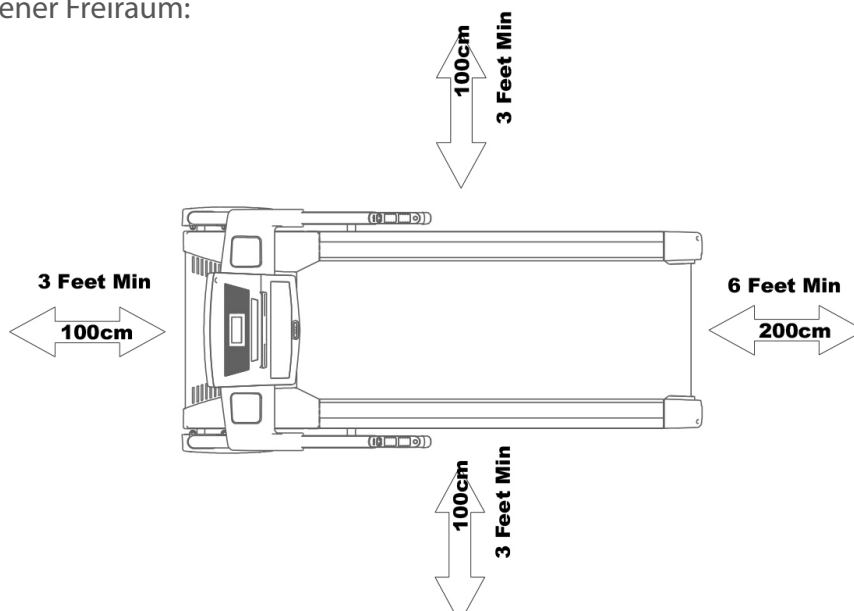
- + Stellen Sie sicher, dass sich hinter dem Laufband ein Sicherheitsbereich, mit einer Länge von mindestens 2 m und einer Breite mindestens der Breite des Laufbandes entsprechend, befindet.
- + Stellen Sie sicher, dass der Trainingsraum während des Trainings gut durchlüftet und keiner Zugluft ausgesetzt ist.
- + Wählen Sie den Aufstellort so, dass sowohl vor als auch neben dem Gerät ausreichend Freiraum/Sicherheitszone bestehen bleibt.
- + Der Freibereich in der Richtung, aus der der Zugang zum Trainingsgerät erfolgt, muss mindestens 0,6 m größer als der Übungsbereich sein.
- + Die Aufstell- und Anbaufläche des Gerätes sollten eben, belastbar und fest sein.



### ACHTUNG

- + Das Gerät darf nur in einem Gebäude, in ausreichend temperierten und trockenen Räumen (Umgebungstemperaturen zwischen 10°C und 35°C), genutzt werden. Die Nutzung im Freien oder Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit (über 70%) wie Schwimmbädern ist nicht zulässig.
- + Um hochwertige Bodenbeläge (Parkett, Laminat, Kork, Teppiche) vor Druckstellen und Schweiß zu schützen und leichte Unebenheiten auszugleichen, benutzen Sie eine Bodenschutzmatte.
- + Für die Verwendungsklasse S darf das Gerät nur in Bereichen benutzt werden, in denen Zugang, Beaufsichtigung und Kontrolle speziell vom Besitzer geregelt ist.

Empfohlener Freiraum:



### 2.1 Allgemeine Hinweise



#### GEFAHR

- + Lassen Sie kein Werkzeug und/oder Verpackungsmaterial, wie Folien oder Kleinteile, herumliegen, da ansonsten für Kinder Erstickungsgefahr besteht. Halten Sie Kinder während der Montage vom Gerät fern.



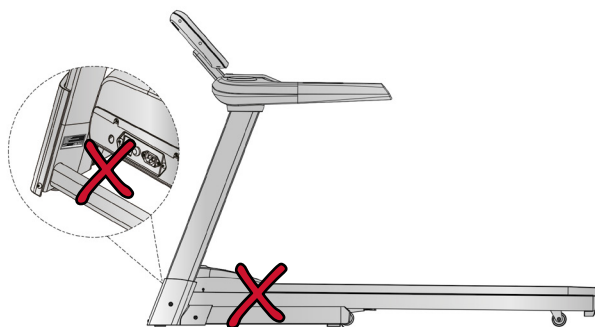
#### WARNUNG

- + Beachten Sie die am Gerät angebrachten Hinweise, um Verletzungsgefahren zu reduzieren.



#### VORSICHT

- + Achten Sie darauf, dass Sie während des Aufbaus in jede Richtung genügend Bewegungsfreiraum haben.
- + Der Aufbau des Gerätes muss von min. zwei Erwachsenen durchgeführt werden. Nehmen Sie im Zweifelsfall die Hilfe einer dritten, technisch begabten Person in Anspruch.



#### ACHTUNG

- + Um Beschädigungen am Gerät und dem Boden zu vermeiden, nehmen Sie den Aufbau auf einer Unterlegmatte oder dem Verpackungskarton vor.



#### HINWEIS

- + Um den Aufbau so einfach wie möglich zu gestalten, können bereits einige zu verwendende Schrauben und Muttern vormontiert sein.
- + Führen Sie die Montage des Gerätes idealerweise an dem späteren Aufstellort durch.

## 2.2 Lieferumfang



### WARNUNG

Beim Laufband ist eine Transportsicherung angebracht, die verhindert, dass das Laufband während des Transports aufklappt. Die Transportsicherung muss vor der Montage entfernt werden.




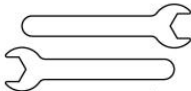



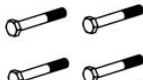



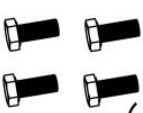




Der Lieferumfang besteht aus den nachfolgend dargestellten Teilen. Prüfen Sie zu Beginn, ob alle zum Gerät gehörenden Teile und Werkzeuge im Lieferumfang enthalten sind und ob Schäden vorliegen. Bei Beanstandungen ist unmittelbar der Vertragspartner zu kontaktieren.

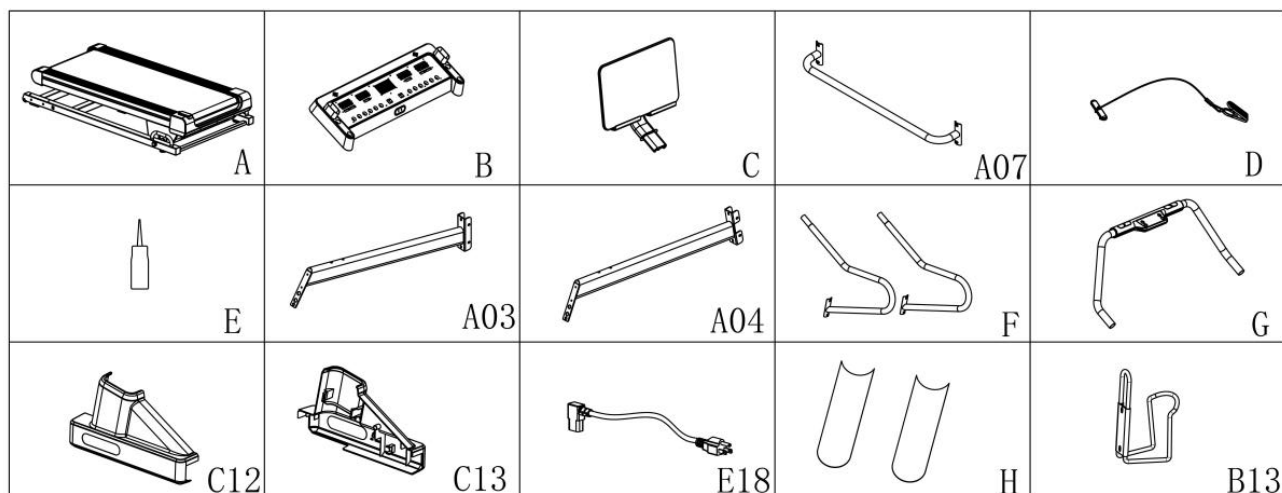


### VORSICHT

Sollten Teile des Lieferumfangs fehlen oder beschädigt sein, darf der Aufbau nicht vorgenommen werden.

Benötigtes Werkzeug: Inbusschlüssel, Schraubendreher, Schraubenschlüssel

B06 S5	B07 S6	B08 S13 14 15	B11 17#
 (1X)	 (1X)	 (1X)	 (2X)
D18 M6*12	D01 ø6	D02 M10	D06 M10*70
 (2X)	 (2X)	 (4X)	 (4X)
D46 M8*90	D13 M8*40	D14 M8*15	D15 M8*15
 (4X)	 (4X)	 (8X)	 (4X)
D39 ø8	D43 M6*10	D44 ø6	D45 M5*12
 (8X)	 (4X)	 (4X)	 (2X)



Nr.	Bez. (ENG)	Spezifikation	Anz.	Nr.	Bez. (ENG)	Spezifikation	Anz.
A	Grundrahmen		1	F	Handlauf		2
B	Konsole		1	G	Oberer Handgriff		1
C	Tablet-Halterung		1	C12	Linke Konsolenmast-Abdeckung		1
A07	Verbindungsstange		1	C13	Rechte Konsolenmast-Abdeckung		1
D	Safety Key Set		1	E18	Stromkabel		1
E	Silikonöl		1	H	Abdeckung für die Handläufe		2
A03	Linker Konsolenmast		1	B13	Flaschenhalter		1
A04	Rechter Konsolenmast		1				

## 2.3 Aufbau

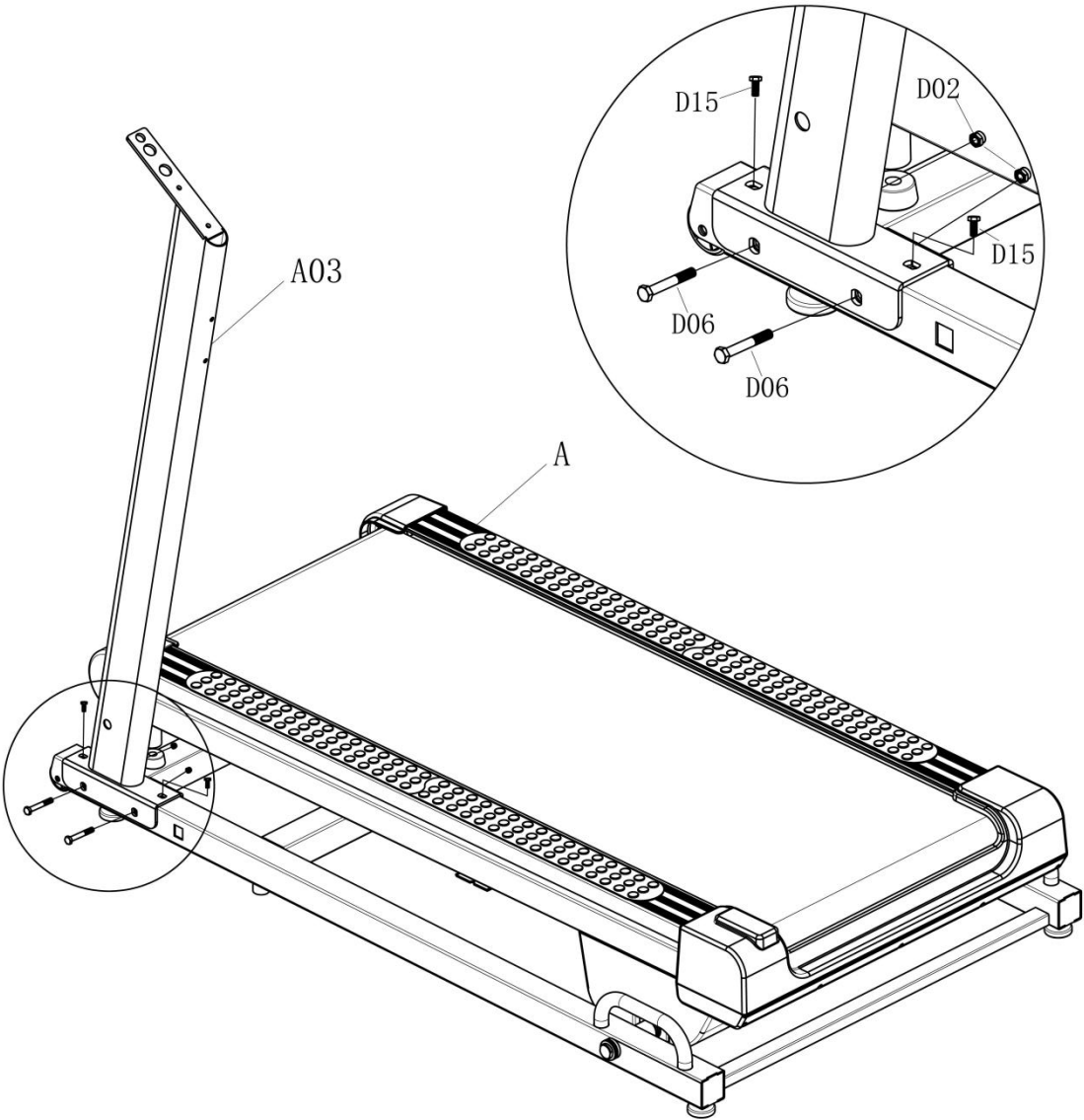
Sehen Sie sich vor dem Aufbau die Montageschritte genau an und führen Sie die Montage gemäß der angegebenen Reihenfolge durch.

### **HINWEIS**

- + Verschrauben Sie zunächst alle Teile lose und kontrollieren Sie deren richtige Passform. Ziehen Sie die Schrauben mit Hilfe des Werkzeuges erst fest, wenn Sie dazu aufgefordert werden.
- + Ziehen Sie die Schrauben und Bolzen nicht mit Gewalt an, da diese sonst beschädigt werden könnten.
- + Falls Sie Schwierigkeiten haben, die Grafiken zu erkennen, empfehlen wir Ihnen, die im Webshop hinterlegte PDF-Anleitung auf Ihrem Endgerät (z.B. Smartphone, Tablet oder PC) zu öffnen. Dort haben Sie die Möglichkeit, näher heranzuzoomen. Bitte beachten Sie dabei, dass das Programm Adobe Acrobat Reader auf Ihrem Endgerät installiert sein muss, um die Datei öffnen zu können.

**Schritt 1: Montage des linken Konsolenmastes**

1. Montieren Sie den linken Konsolenmast (**A03**) am Grundrahmen (**A**) mit zwei Bolzen (**D06**), zwei Bolzen (**D15**) und zwei Muttern (**D02**).



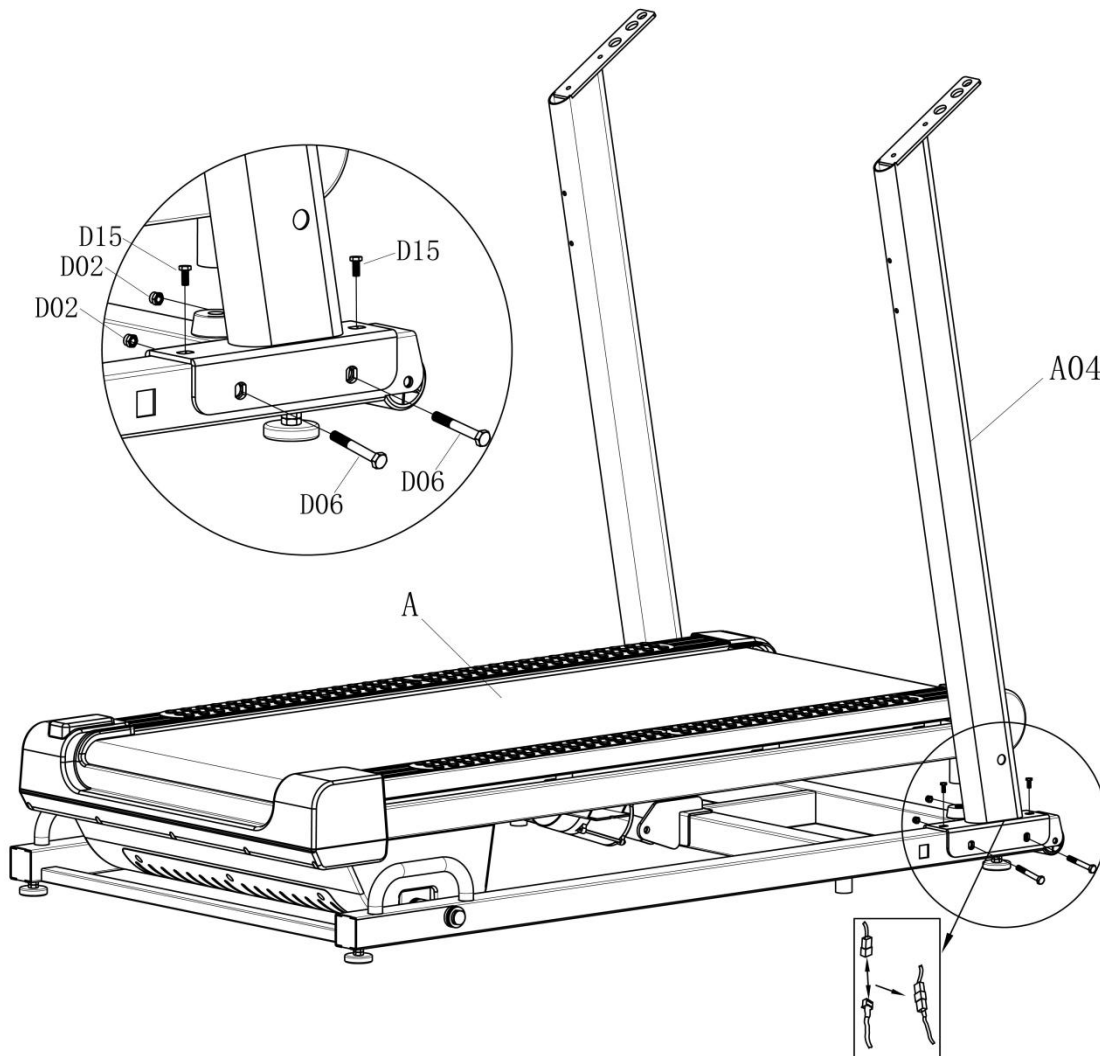
	D02 M10	D15 M8*15	D06 M10*70
	 (2X)	 (2X)	 (2X)
	B11 17#	B08 S13 14 15	
	 (2X)	 (1X)	

## Schritt 2: Montage des rechten Konsolenmastes

### ► ACHTUNG

Achten Sie darauf, die Kabel im folgenden Schritt nicht einzuklemmen.

1. Verbinden Sie die beiden Kabel miteinander.
2. Montieren Sie den rechten Konsolenmast (**A04**) am Grundrahmen (**A**) mit zwei Bolzen (**D06**), zwei Bolzen (**D15**) und zwei Muttern (**D02**).



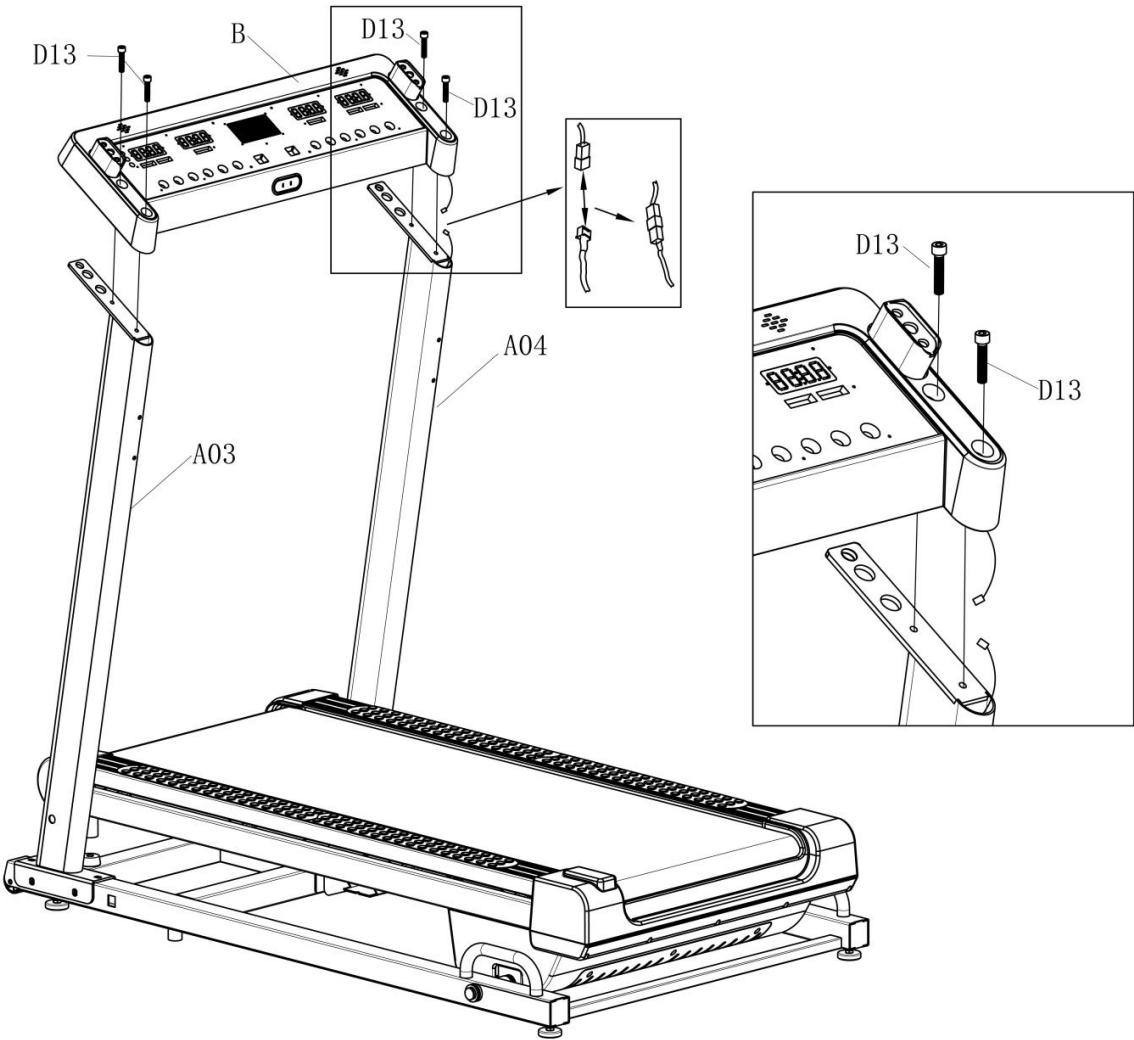
	D02 M10	D15 M8*15	D06 M10*70
	(2X)	(2X)	(2X)
	B11 17#	B08 S13 14 15	
	(2X)		
	(1X)		

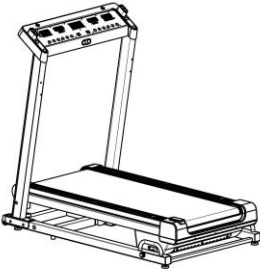
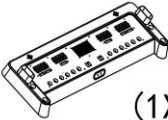


Schritt 3: Montage der Konsole

► ACHTUNG

Achten Sie darauf, die Kabel im folgenden Schritt nicht einzuklemmen.

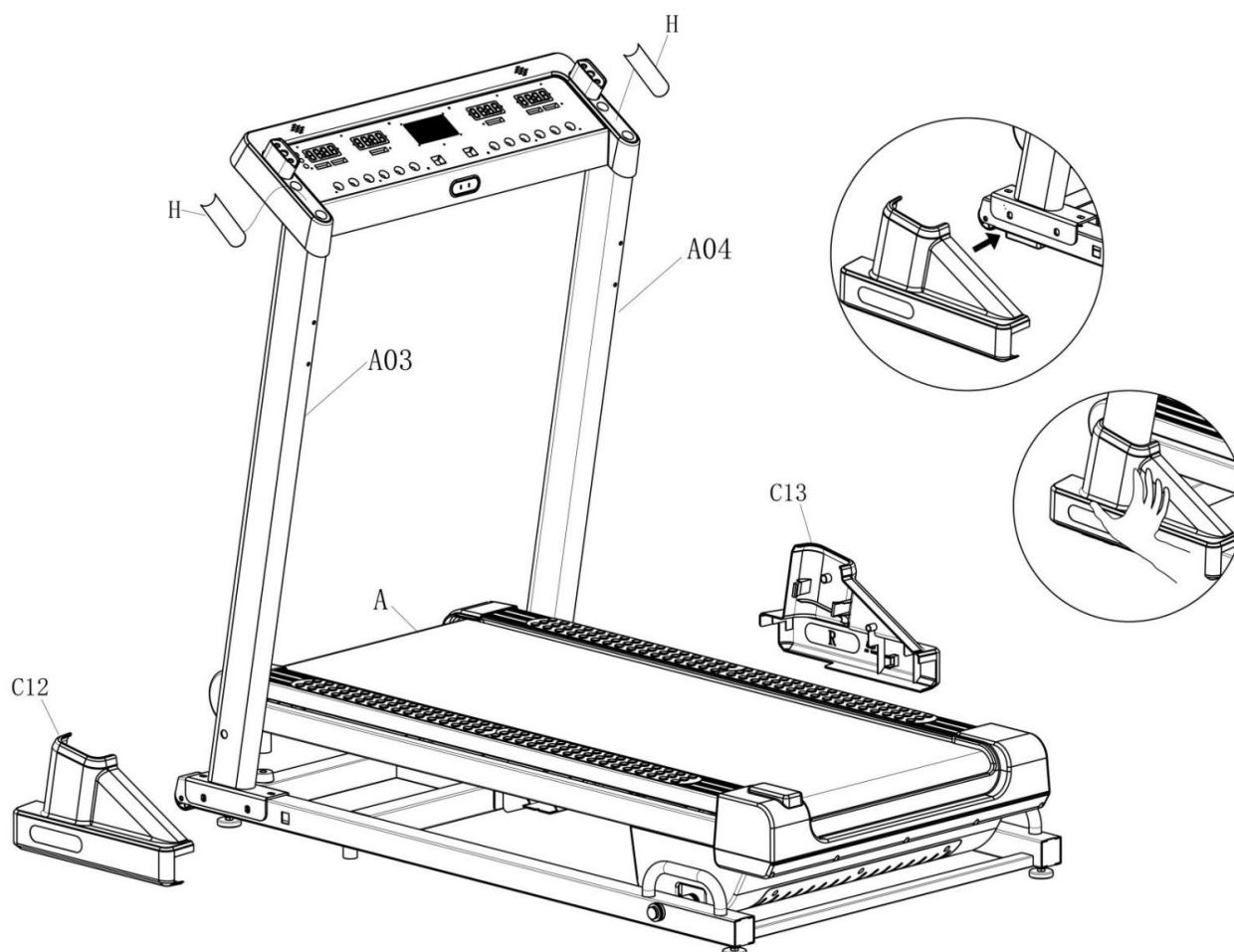
- 1. Verbinden Sie die beiden Kabel miteinander.
- 2. Montieren Sie die Konsole (B) an den linken und rechten Konsolenmast (A03 & A04) mit vier Schrauben (D13).

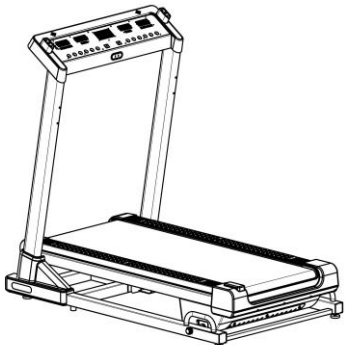





	B	D13 M8*40	B07 S6
	 (1X)	 (4X)	 (1X)

#### Schritt 4: Montage der Abdeckungen

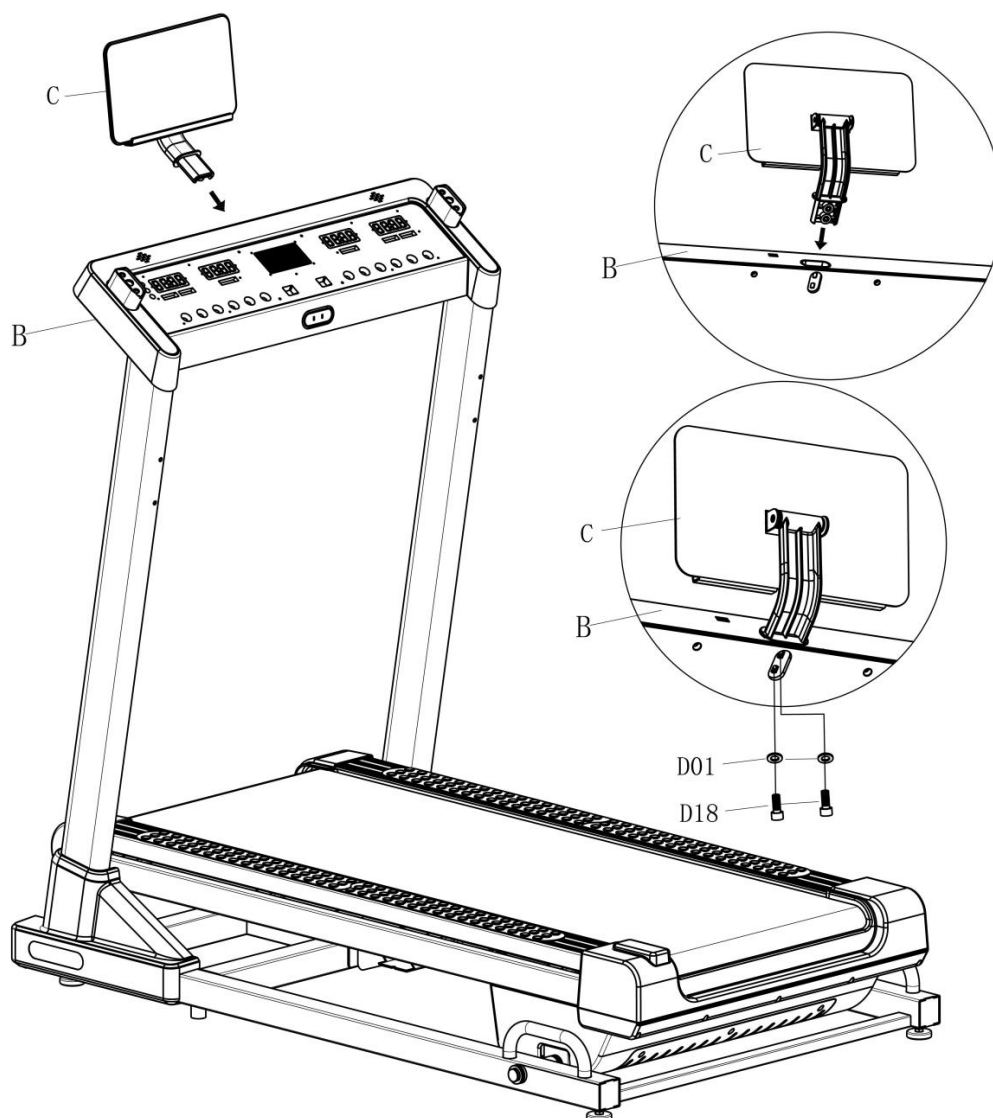
1. Befestigen Sie die Abdeckungen für die Handläufe (**H**) an der Konsole (**B**).
2. Befestigen Sie die Konsolenmast-Abdeckungen (**C12 & C13**) am Grundrahmen (**A**).

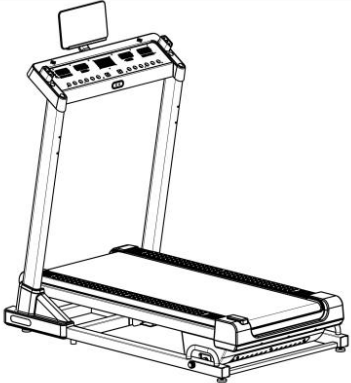






	C12	C13	H
	 (1X)	 (1X)	

## Schritt 5: Montage der Tablet-Halterung

1. Befestigen Sie die Tablet-Halterung (**C**) an der Konsole (**B**) mit zwei Schrauben (**D18**) und zwei Unterlegscheiben (**D01**).



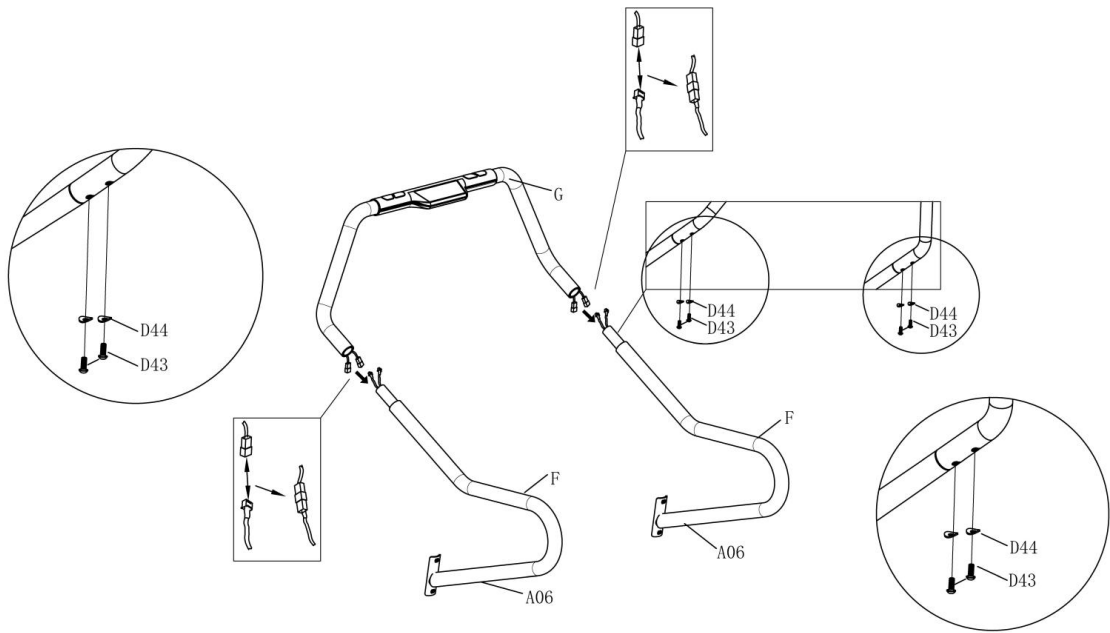
	<b>C</b>	<b>D01</b> $\phi 6$	<b>D18</b> M6*12
	 (1X)	 (2X)	 (2X)
	<b>B06</b> <b>S5</b>		
	 (1X)		







**Schritt 6: Montage des oberen Handgriffs**

► **ACHTUNG**

Achten Sie darauf, die Kabel im folgenden Schritt nicht einzuklemmen.

- 1. Verbinden Sie die beiden Kabel miteinander.
- 2. Montieren Sie den oberen Handgriff (**G**) an beiden Handläufen (**F**) mit vier Schrauben (**D43**) und vier Wellscheiben (**D44**).



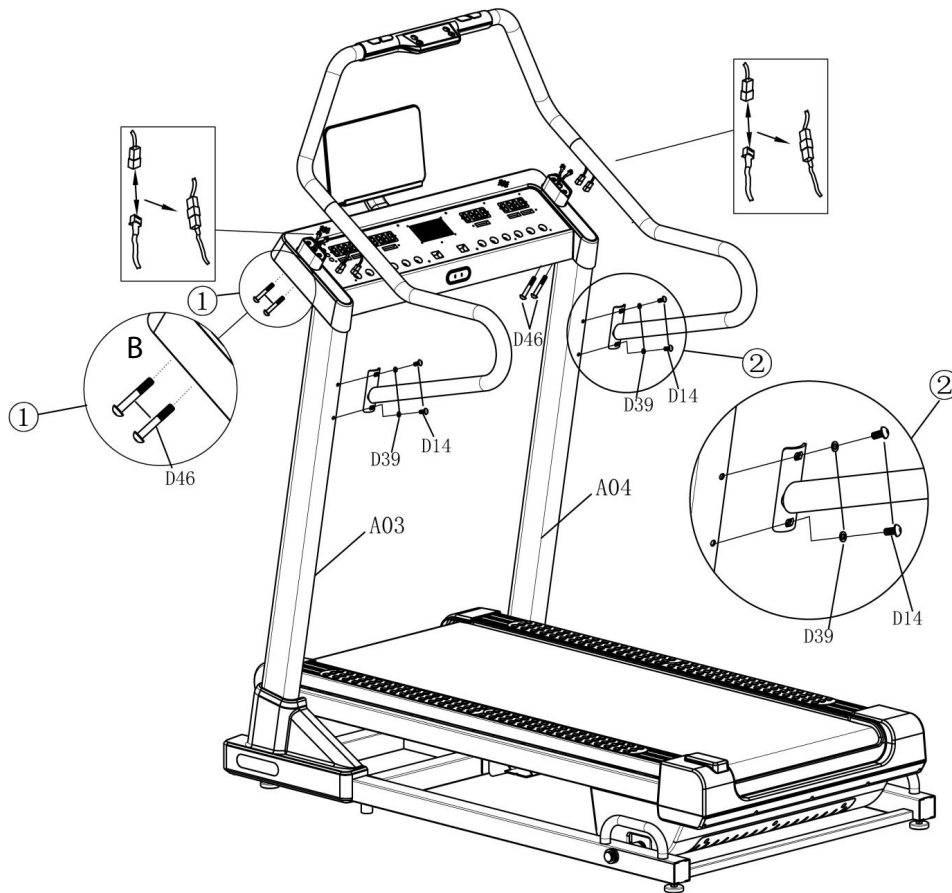
	G	F	D43 M6*10
	 (1X)	 (2X)	 (4X)
	D44 $\phi 6$	B06 S5	
	 (4X)	 (1X)	

## Schritt 7: Montage des Handgriffs

### ► ACHTUNG

Achten Sie darauf, die Kabel im folgenden Schritt nicht einzuklemmen.

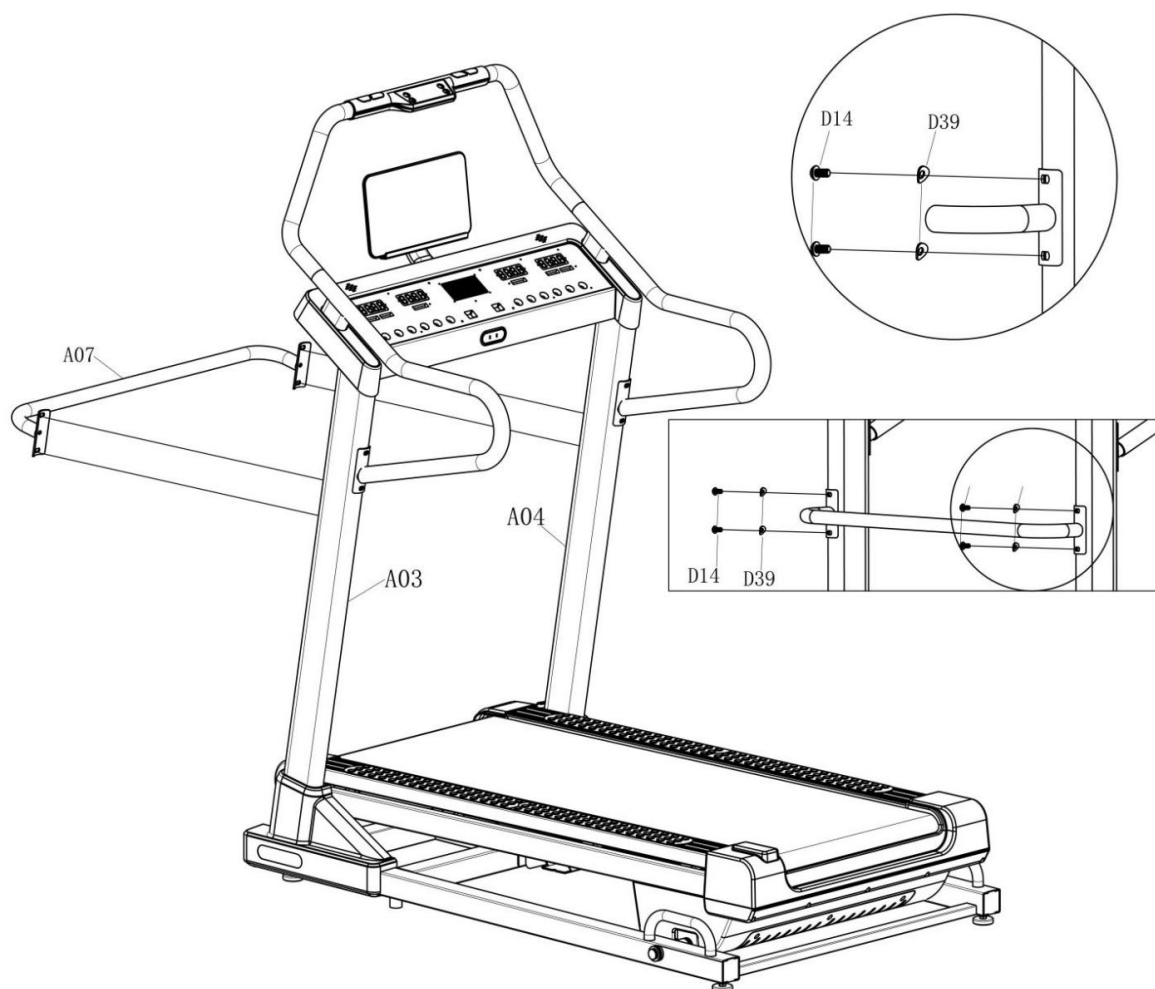
1. Verbinden Sie die beiden Kabel miteinander.
2. Montieren Sie den Handgriff (**K**) an der Konsole (**B**) mit vier Schrauben (**D46**).
3. Montieren Sie den Handgriff (**K**) an den linken und rechten Konsolenmast (**A03 & A04**) mit vier Schrauben (**D14**) und vier Wellscheiben (**D39**).








	K	D46 M8*90	D14 M8*15
	 (1X)	 (4X)	 (4X)
	D39 ø8	B06 S5	
	 (4X)	 (1X)	

## Schritt 8: Montage der Verbindungsstange

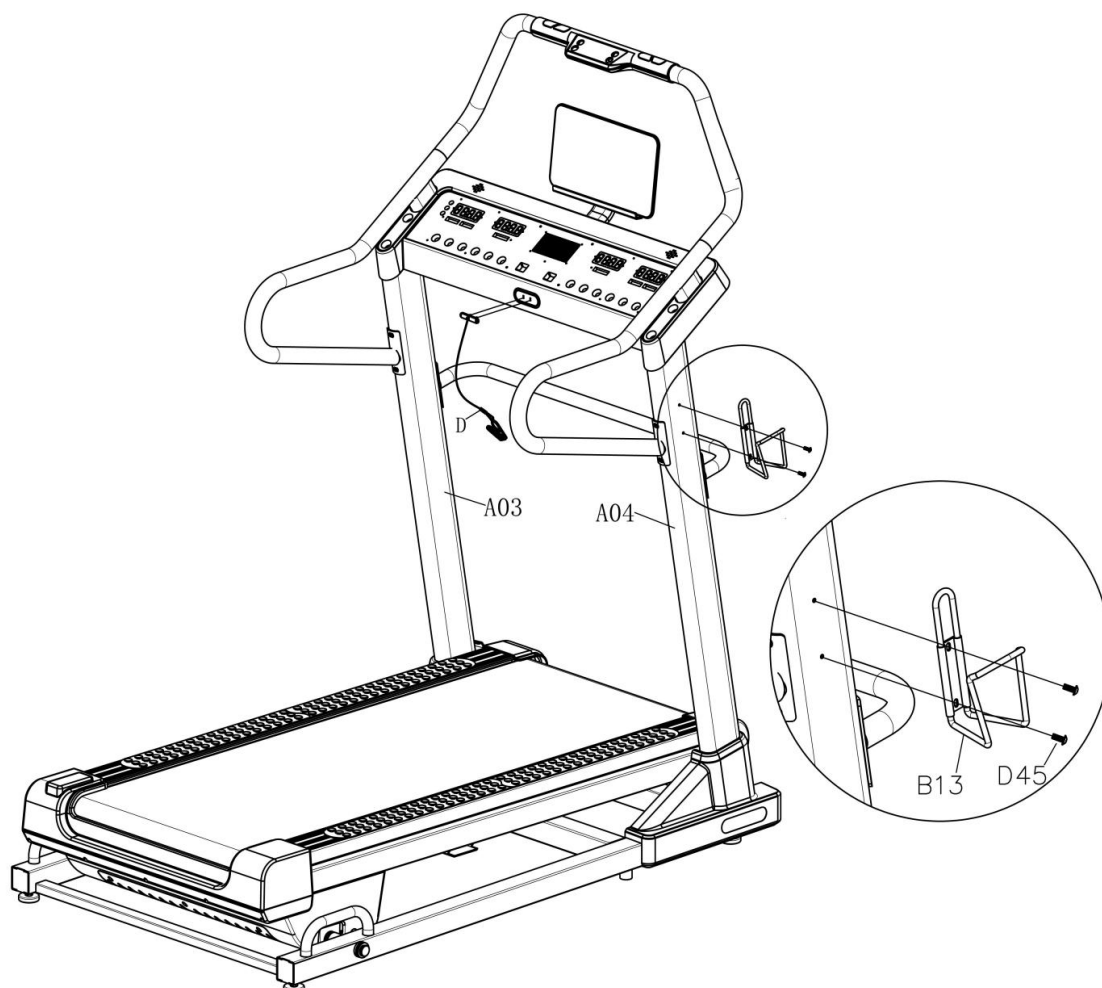
1. Montieren Sie die Verbindungsstange (**A07**) an den linken und rechten Konsolenmast (**A03** & **A04**) mit vier Schrauben (**D14**) und vier Wellscheiben (**D39**).








	A07	B06 S5	D14 M8*15
	 (1X)	 (1X)	 (4X)
	D39 $\phi 8$		
	 (4X)		

## Schritt 9: Montage des Flaschenhalters

1. Montieren Sie den Flaschenhalter (**B13**) am rechten Konsolenmast (**A04**) mit zwei Schrauben (**D45**).
2. Bringen Sie den Safety key (**D**) an der Konsole (**B**) an.

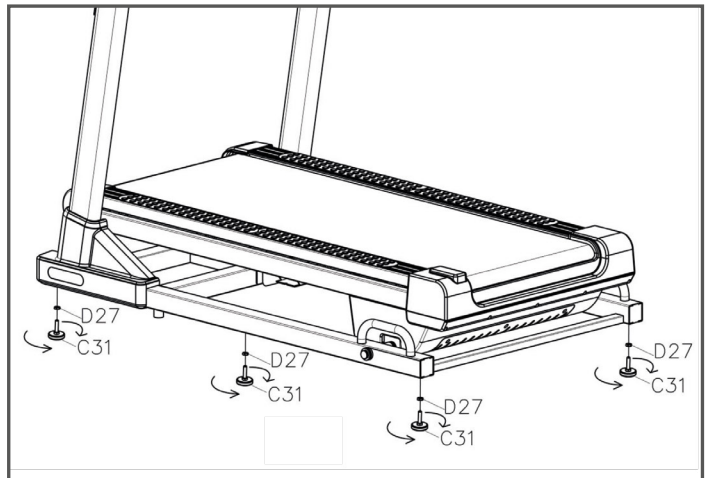


	B08 S13 14 15	D45 M5*12	B13
	 (1X)	 (2X)	
	D		
			

## Schritt 10: Ausrichtung der Standfüße

Bei Unebenheiten des Bodens können Sie das Laufband durch Drehen der beiden Stellschrauben unter dem Hauptrahmen stabilisieren.

1. Heben Sie das Laufband an der gewünschten Seite an und drehen Sie an der Stellschraube (**C31**) unter dem Hauptrahmen.
2. Drehen Sie die Schraube im Uhrzeigersinn, um sie herauszudrehen und die Lauffläche anzuheben.
3. Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um die Lauffläche abzusenken.



## Schritt 11: Anschließen des Gerätes an das Stromnetz

### ► ACHTUNG

Das Gerät darf nicht an eine Mehrfachsteckdose angeschlossen werden, da ansonsten nicht gewährleistet werden kann, dass das Gerät mit ausreichend Strom versorgt wird. Technische Fehler können die Folge sein.

Stecken Sie den Netzstecker in eine Steckdose, die den Vorgaben in dem Kapitel zur elektrischen Sicherheit entsprechen.

## Korrektes Auf- und Absteigen

1. Zum Aufsteigen umgreifen Sie mit beiden Händen die Handläufe und steigen Sie mit einem Fuß nach dem anderen auf das Laufband.
2. Zum Absteigen umgreifen Sie mit beiden Händen die Handläufe und steigen Sie mit einem Fuß nach dem anderen vom Laufband.

### HINWEIS

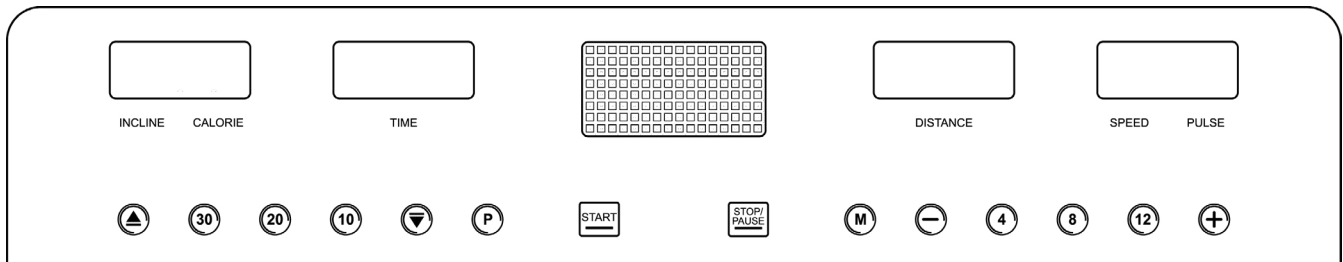
- + Machen Sie sich vor Trainingsbeginn mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Gerätes vertraut. Lassen Sie sich die ordnungsgemäße Verwendung dieses Produktes von einem Fachmann erläutern.
- + Beginnen Sie Ihr Training stets mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese gleichmäßig und schonend. Beenden Sie Ihr Training mit einer Cool-Down-Phase. Bei Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt.
- + Die meisten neuen Laufbänder machen ein klopfendes Geräusch, das von der Laufmatte verursacht wird, die über die Rollen läuft. Die Zeit bis zum Abklingen des Geräuschs hängt von der Nutzungsintensität, der Temperatur und der Luftfeuchtigkeit in der Umgebung des Laufbands ab.
- + Bitte bedenken Sie, dass die Geräuschemission unter Belastung höher ist als ohne Last.

### SAFETY KEY

#### WARNUNG

- + Das Gerät verfügt zu Ihrer Sicherheit über eine NOT-STOPP-Vorrichtung. Der Betrieb des Gerätes ist nur dann möglich, wenn am Kontaktpunkt des Cockpits der Sicherheitsschlüssel ordnungsgemäß angebracht ist. Wenn sich der Sicherheitsschlüssel nicht mehr auf dem Kontaktpunkt befindet, stoppt das Gerät unverzüglich automatisch. Daher ist die Schnur des Safety Keys mit dem Clip vor jedem Trainingsbeginn an Ihre Kleidung anzubringen. Wenn Sie das Laufband schnell zum Stillstand bringen möchten, Sie die Geschwindigkeit nicht mehr beherrschen oder ein anderer Notfall eintritt, ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel mit Hilfe der Schnur vom Cockpit ab.
- + Damit sich der Sicherheitsschlüssel im Falle eines Sturzes vom Kontaktpunkt des Cockpits lösen kann, ist der Clip des Sicherheitsschlüssels fest an Ihre Kleidung anzubringen!
- + Stellen Sie sicher, dass der Sicherheitsschlüssel für Kinder nicht zugänglich ist.

## 3.1 Konsolenanzeige



Anzeige	Funktion
<b>Incline</b>	<p>Zeigt die aktuelle Steigung an.</p> <p><b>HINWEIS</b> Die Anzeige für Steigung und Kalorien wechseln alle 5 Sekunden auf der Konsole.</p>
<b>Calorie</b>	Zeigt die verbrauchten Kalorien an.
<b>Time</b>	Zeigt die Trainingszeit an.
<b>Distance</b>	Zeigt die Distanz an.
<b>Speed</b>	<p>Zeigt die Geschwindigkeit an.</p> <p><b>HINWEIS</b> Die Anzeige für Geschwindigkeit und Puls wechseln alle 5 Sekunden auf der Konsole.</p>
<b>Pulse</b>	<p>Zeigt den Puls an.</p> <p><b>WARNUNG</b> Ihr Trainingsgerät ist kein medizinisches Gerät. Die Herzfrequenzmessung dieses Geräts kann ungenau sein. Verschiedenste Faktoren können die Genauigkeit der Herzfrequenzanzeige beeinflussen. Die Herzfrequenzanzeige dient lediglich als Trainingshilfe.</p>
<b>Trainingsmatrix</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Beim Start eines Programms: Das aktuelle Trainingsprofil wird angezeigt.</li> <li>+ Beim Einstellen von Zeit, Distanz und Kalorien: Es werden T, D und C angezeigt.</li> </ul>

## 3.2 Tastenfunktion

Taste	Funktion
START	+ Training/Programm starten oder fortsetzen.
STOP/PAUSE	+ Training/Programm unterbrechen oder beenden.
▲ ▼ (Steigung)	+ Steigungslevel einstellen. + Wert für Zeit, Distanz und Kalorien erhöhen/verringern.
P (Programm)	Durch die Programme navigieren.
M (Mode)	+ Im Standby: Ziele für Zeit, Distanz und Kalorien einstellen. + Einstellungen bestätigen.
4, 8, 12 (Schnellasten Geschwindigkeit)	Vorgegebene Werte zur schnellen Einstellung der Geschwindigkeit.
10, 20, 30 (Schnellasten Steigung)	Vorgegebene Werte zur schnellen Einstellung der Steigung.
+/- (Geschwindigkeit einstellen)	+ Geschwindigkeit anpassen. + Wert für Zeit, Distanz und Kalorien erhöhen/verringern.

### HINWEIS

Nutzen Sie den USB-C-Anschluss, um ihr Handy oder Tablet zu laden.

### 3.3 Programme

Es stehen insgesamt 21 Programme zur Verfügung, davon 18 voreingestellte Programme.

1. Im Standby: Drücken Sie P mehrere Male, um durch die Programme zu navigieren.

*Die Konsole zeigt die verfügbaren Programme an.*

2. Wählen Sie ein Programm aus (P1–P12, C1–C6, HP1–HP2, FAT).

*TIME blinkt und zeigt die voreingestellte Zeit 30:00 an.*

3. Stellen Sie die Trainingszeit mit Speed +/- oder Incline +/- ein.
4. Drücken Sie START.
5. Um das Training zu unterbrechen, drücken Sie STOP/PAUSE.
6. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START.
7. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP/PAUSE zweimal.

*Wenn das Programm beendet ist, stoppt das Laufband automatisch.*

#### **HINWEIS**

Schalten Sie das Laufband aus, wenn Sie es über einen längeren Zeitraum nicht verwenden.

## 3.4 Programmübersicht

### 3.4.1 Laufprogramme (P1-P12)

<div> <div>Segment</div> <div>Programme</div> </div>		Eingestellte Zeit/16 = Trainingszeit jedes Segments															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>P1</b> <b>(MANUAL)</b>	<b>SPEED</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	<b>INCLINE</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
<b>P2</b>	<b>SPEED</b>	5	10	10	5	5	10	10	5	5	10	10	5	5	10	10	5
	<b>INCLINE</b>	2	2	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	2	2	2	2
<b>P3</b>	<b>SPEED</b>	5	5	8	8	5	5	5	8	8	5	5	5	8	8	5	5
	<b>INCLINE</b>	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
<b>P4</b>	<b>SPEED</b>	5	7	7	8	8	7	7	10	10	7	5	5	7	7	10	5
	<b>INCLINE</b>	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
<b>P5</b>	<b>SPEED</b>	5	9	9	11	11	12	5	5	9	9	11	11	12	9	9	5
	<b>INCLINE</b>	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
<b>P6</b>	<b>SPEED</b>	5	7	8	10	12	10	8	5	5	8	10	12	10	8	7	5
	<b>INCLINE</b>	2	2	4	4	6	6	6	6	4	4	4	4	2	2	2	2
<b>P7</b>	<b>SPEED</b>	5	6	6	6	7	8	10	10	8	9	10	10	8	6	5	5
	<b>INCLINE</b>	0	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	0	0
<b>P8</b>	<b>SPEED</b>	5	5	5	5	6	7	5	6	7	5	6	7	5	5	5	5
	<b>INCLINE</b>	0	4	4	4	3	3	6	6	6	7	7	8	8	9	0	0
<b>P9</b>	<b>SPEED</b>	5	5	5	8	9	9	6	8	9	6	8	9	6	6	5	5
	<b>INCLINE</b>	0	5	5	5	6	6	6	7	8	9	9	9	10	10	0	0
<b>P10</b>	<b>SPEED</b>	5	6	6	9	9	6	9	10	6	10	11	11	6	6	5	5
	<b>INCLINE</b>	0	5	5	6	6	6	4	4	6	6	5	5	8	8	0	0
<b>P11</b>	<b>SPEED</b>	5	6	7	8	9	7	6	8	10	10	8	8	7	6	5	5
	<b>INCLINE</b>	0	6	6	6	7	5	8	8	4	4	4	5	5	8	0	0
<b>P12</b>	<b>SPEED</b>	5	7	10	12	9	9	12	12	9	9	12	12	7	7	5	5
	<b>INCLINE</b>	0	5	3	2	6	6	2	2	2	2	2	4	5	6	0	0

### 3.4.2 Steigungsprogramme (C1-C6)

Segment Programme		Eingestellte Zeit/16 = Trainingszeit jedes Segments															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>C1 (MANUAL)</b>	<b>SPEED</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	<b>INCLINE</b>	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
<b>C2</b>	<b>SPEED</b>	2	5	5	2	2	5	5	2	2	5	5	2	2	5	5	2
	<b>INCLINE</b>	10	10	20	20	30	30	30	30	20	20	20	20	10	10	10	10
<b>C3</b>	<b>SPEED</b>	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2	2	4	4	2	2
	<b>INCLINE</b>	10	10	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	10	10	10	10
<b>C4</b>	<b>SPEED</b>	2	3	3	4	4	3	3	5	5	3	2	2	3	3	5	2
	<b>INCLINE</b>	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
<b>C5</b>	<b>SPEED</b>	2	5	5	6	6	6	2	2	5	5	6	6	6	5	5	2
	<b>INCLINE</b>	10	10	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	10	10	10	10
<b>C6</b>	<b>SPEED</b>	2	3	4	5	6	5	4	2	2	4	5	6	5	4	3	2
	<b>INCLINE</b>	10	10	20	20	30	30	30	30	20	20	20	20	10	10	10	10

## 3.5 Benutzerdefinierte Programme

Es gibt zwei benutzerdefinierte Programme.

### Benutzerdefinierte Einstellungen vornehmen:

1. Im Standby: Drücken Sie P mehrere Male, bis P1 oder C1 angezeigt wird.
2. Wählen Sie eines der Programme P1 oder C1 aus.

*TIME blinkt und zeigt die voreingestellte Zeit 30:00 an.*

3. Stellen Sie die Trainingszeit mit Speed +/- oder Incline +/- ein.
4. Bestätigen Sie die Trainingszeit durch Drücken von M.
5. Um die Geschwindigkeit des ersten Segments einzustellen, verwenden Sie Speed +/- oder die Schnellwahltasten für Geschwindigkeit.
6. Um die Steigung des ersten Segments einzustellen, verwenden Sie Incline +/- oder die Schnellwahltasten für Steigung.
7. Bestätigen Sie die Werte durch Drücken von M, um zum nächsten Segment zu gelangen.
8. Wiederholen Sie diesen Vorgang für alle 16 Segmente.

*Die Einstellung ist abgeschlossen und die Daten werden bis zum nächsten Zurücksetzen gespeichert.*

### ❗ HINWEIS

Diese Einstellung speichert nur die Werte für Geschwindigkeit und Steigung. Beim nächsten Start des Programms wird die Zeit automatisch wieder auf 30:00 Minuten gesetzt.

### So starten Sie ein benutzerdefiniertes Programm:

1. Im Standby: Drücken Sie P mehrere Male, bis P1 oder C1 angezeigt wird.
2. Wählen Sie eines der Programme P1 oder C1 aus.

*TIME blinkt und zeigt die voreingestellte Zeit 30:00 an.*

3. Stellen Sie die Trainingszeit mit Speed +/- oder Incline +/- ein.
4. Drücken Sie START.
5. Um das Training zu unterbrechen, drücken Sie STOP/PAUSE.
6. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START.
7. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP/PAUSE zweimal.

*Wenn das Programm beendet ist, stoppt das Laufband automatisch.*

## 3.6 Herzfrequenzgesteuerte Programme



### WARNUNG

Ihr Trainingsgerät ist kein medizinisches Gerät. Die Herzfrequenzmessung dieses Geräts kann ungenau sein. Verschiedenste Faktoren können die Genauigkeit der Herzfrequenzanzeige beeinflussen. Die Herzfrequenzanzeige dient lediglich als Trainingshilfe.

Es gibt zwei herzfrequenzgesteuerte Programme.

Das herzfrequenzorientierte Training passt die Geschwindigkeit automatisch an, wenn Ihre Zielherzfrequenz nicht erreicht wird. Wird die maximale Geschwindigkeit erlangt und Sie sind unter dem Zielwert, wird automatisch die Steigung erhöht. Liegt die Herzfrequenz über dem Zielwert, wird die Steigung verringert.



### HINWEIS

Sie benötigen einen Brustgurt, um das herzfrequenzgesteuerte Programm zu nutzen (nicht im Lieferumfang enthalten).

1. Im Standby: Drücken Sie P mehrere Male, bis HP1 oder HP2 angezeigt wird.
2. Um eines der Programme HP1 oder HP2 zu auswählen: Drücken Sie M
  - + HP1: Maximale Geschwindigkeit von 10 km/h
  - + HP2: Maximale Geschwindigkeit von 12 km/h

*Die Konsole zeigt AG:30 an.*

3. Stellen Sie die Werte (Alter, Herzfrequenzwert, Zeit) mit Speed +/- oder Incline +/- ein.
4. Drücken Sie START.
5. Um das Training zu unterbrechen, drücken Sie STOP/PAUSE.
6. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie START.
7. Um das Training zu beenden, drücken Sie STOP/PAUSE zweimal.

*Wenn das Programm beendet ist, stoppt das Laufband automatisch.*

## 3.7 Körperfettanalyse



### VORSICHT

Bitte beachten Sie, dass diese Analyse keinen Ersatz für eine ärztliche Diagnose darstellt..

1. Im Standby: Drücken Sie P mehrere Male, bis FAT angezeigt wird.
2. Um Ihre Daten (F-1 bis F-4) einzugeben: Drücken Sie M.
3. Stellen Sie die Werte mit Speed +/- oder Incline +/- ein.
4. Nach dem Einstellen der Werte: Drücken Sie M, bis F-5 angezeigt wird.
5. Halten Sie die Handpulssensoren fest.

Nach 3 Sekunden wird Ihnen das Ergebnis angezeigt.

### Erklärung der möglichen Ergebnisse:

F-1	Geschlecht	01 Männlich	02 Weiblich
F-2	Alter	10-99	
F-3	Größe	100-200CM	
F-4	Gewicht	20-150KG	
F-5	FAT	$\leq 19$	Untergewicht
	FAT	$= (20 \text{---} 25)$	Normalgewicht
	FAT	$= (26 \text{---} 29)$	Übergewicht
	FAT	$\geq 30$	Fettleibig



### HINWEIS

Beachten Sie, dass diese Auswertung auf dem BMI basiert und daher für Bodybuilder bzw. sehr muskulöse Personen nur bedingt aussagekräftig ist.

### 3.8 Erinnerung zur Laufbandschmierung

Nach jeden 300 gelaufenen Kilometern, erscheint alle 10 Sekunden ein Warnton. Auf dem Display wird OIL angezeigt. Bitte beachten Sie zur Laufbandschmierung das Kapitel 6.4.3.

**① HINWEIS**

Wenn Sie das Laufband im Standby geschmiert haben, drücken Sie STOP/PAUSE für 3 Sekunden, um den Warnton abzuschalten.

### 3.9 Energiesparen

Das Gerät verfügt über eine Energiesparfunktion.

**① HINWEIS**

- + Befindet sich das Gerät im Standby und wird 10 Minuten lang keine Taste gedrückt, schaltet sich das Display automatisch ab. Die Energiesparfunktion wird damit aktiviert.
- + Um das Display wieder einzuschalten, drücken Sie eine beliebige Taste.

## 4.1 Allgemeine Informationen

Beim Training ist es wichtig, auf eine korrekte Ausführung der Übungen zu achten, um Verletzungen zu vermeiden und den gewünschten Trainingseffekt zu erzielen. Achten Sie darauf, die richtige Technik zu verwenden, und trainieren Sie in einem angemessenen Intensitätsbereich. Konsultieren Sie bei Unsicherheiten oder gesundheitlichen Problemen immer einen Experten wie einen Trainer oder Arzt.

Beginnen Sie Ihr Training stets mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese gleichmäßig und schonend. Beenden Sie Ihr Training mit einer Cool-Down-Phase. Bei Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt.

### 4.1.1 Trainingskleidung

Tragen Sie während des Trainings angemessene Sportkleidung, die bequem und atmungsaktiv ist. Vermeiden Sie Kleidungsstücke, die Sie einschränken oder unangenehm sind. Achten Sie darauf, dass Ihre Schuhe geeignet sind und Ihnen ausreichend Halt bieten. Tragen Sie außerdem immer ein Handtuch mit, um Schweiß abzuwischen und das Gerät sauber zu halten.

### 4.1.2 Aufwärmen und Dehnen

Es ist wichtig, sich vor dem Training richtig aufzuwärmen und zu dehnen, um Verletzungen zu vermeiden und die Leistung zu steigern. Dehnen hilft, die Muskeln zu lockern und die Beweglichkeit zu verbessern. Achten Sie darauf, vor jedem Training eine kurze Dehnungsroutine einzubauen.

#### Aufwärmübung:

1. Stehen Sie aufrecht mit den Füßen etwa schulterbreit auseinander.
2. Beginnen Sie mit sanften Armkreisen, indem Sie Ihre Arme langsam und kontrolliert in kleinen Kreisen nach vorne bewegen.
3. Führen Sie Armkreise nach hinten aus, um die Schultern und Arme zu lockern.
4. Machen Sie Kniebeugen, indem Sie langsam in die Hocke gehen und sich dann wieder aufrichten. Achten Sie darauf, dass Ihre Knie nicht über Ihre Zehen hinausragen.



#### **VORSICHT**

Trainieren Sie nicht mit Muskelkater bzw. schonen Sie die betroffenen Muskeln, da dies im schlimmsten Fall zu Verletzungen führen kann.



### 4.1.3 Medikamentation

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen und Sport treiben möchten, ist es wichtig, auf mögliche Wechselwirkungen zu achten. Informieren Sie sich bei Ihrem Arzt oder Apotheker, ob Ihre Medikamente Ihre sportliche Leistungsfähigkeit beeinflussen könnten.

### 4.1.4 Beanspruchte Muskelgruppen

Beim Laufen werden folgende Muskelgruppen beansprucht:

- + Gesäßmuskulatur
- + Beinmuskulatur

Achten Sie darauf, während des Trainings einen geraden Rücken zu halten. Gehen Sie nicht ins Hohlkreuz und krümmen Sie nicht Ihren Rücken.

### 4.1.5 Häufigkeit

Regelmäßiges Training ist entscheidend, um Fortschritte zu erzielen und langfristig gesund zu bleiben. Durch kontinuierliches Üben können Muskeln gestärkt, Ausdauer verbessert und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert werden. Denken Sie daran, dass auch kleine Trainingseinheiten regelmäßig durchgeführt werden können, um langfristige Ergebnisse zu erzielen. Bleiben Sie motiviert und halten Sie an Ihren Trainingszielen fest.

#### **Training mit Herzfrequenzorientierung**

Die Herzfrequenzorientierung gewährleistet Ihnen ein äußerst effektives und gesundheitsverträgliches Training. Mittels Ihres Alters und nachfolgender Tabelle können Sie schnell und einfach Ihren für das Training optimalen Pulswert ablesen und bestimmen. Es ertönt ein Signal, wenn Ihre Herzfrequenz über den eingestellten Zielpulswert steigt. Welche Zielherzfrequenz für welches Trainingsziel bedeutsam ist, erfahren Sie nachfolgend.

**Fettverbrennung (Gewichtsregulierung):** Das Hauptziel besteht darin, Fettdepots zu verbrennen. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine *niedrige Trainingsintensität* (ca. 55% der max. Herzfrequenz) und eine *längere Trainingsdauer* angebracht.

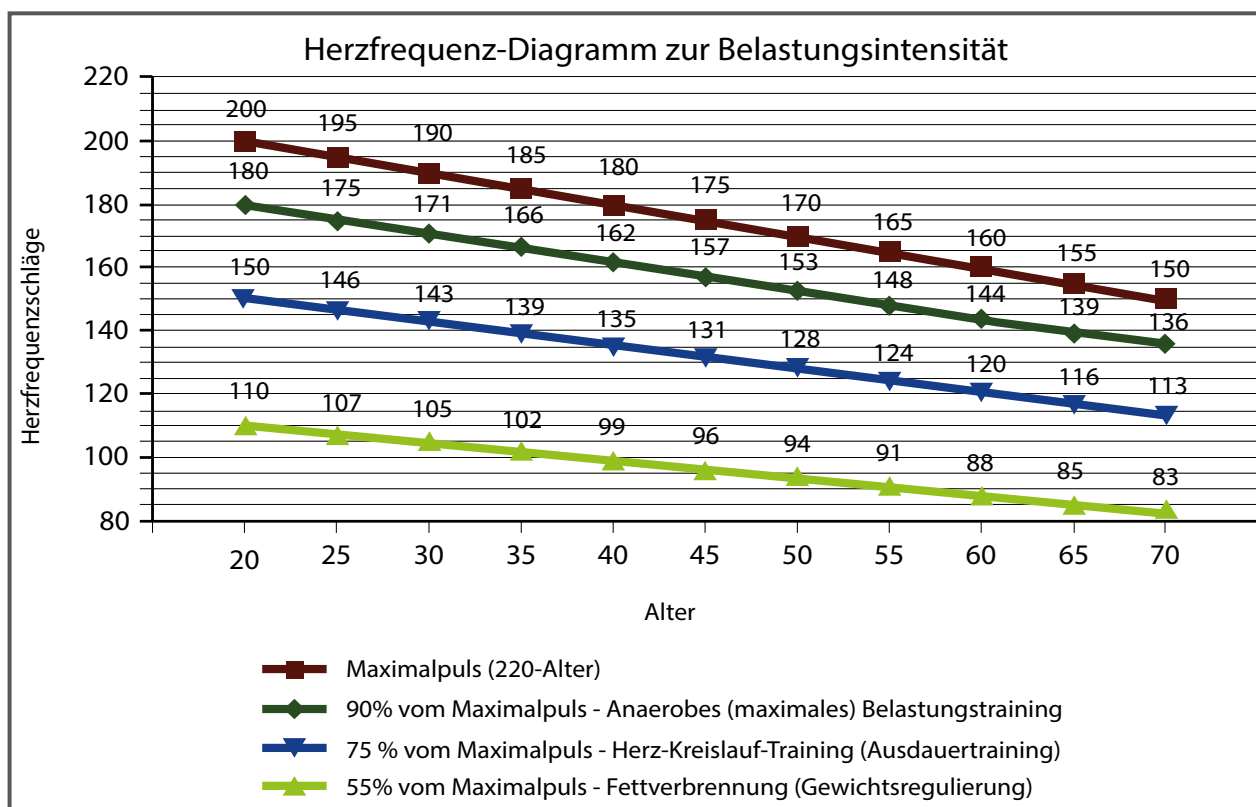
**Herz-Kreislauf-Training (Ausdauertraining):** Das primäre Ziel besteht darin, die Ausdauer und Fitness mittels einer verbesserten Bereitstellung von Sauerstoff durch das Herz-Kreislauf-System zu steigern. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine mittlere Intensität (ca. 75% der max. Herzfrequenz) bei *mittlerer Trainingsdauer* notwendig.

**Anaerobes (maximales) Belastungstraining:** Das Hauptziel des maximalen Belastungstrainings besteht darin, die Erholung nach kurzen, intensiven Belastungen zu verbessern, um möglichst schnell in den aeroben Bereich zurückzukehren. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine *hohe Intensität* (ca. 90% der max. Herzfrequenz) bei *kurzer, intensiver Belastung* nötig, der eine Erholungsphase folgt, um eine Ermüdung der Muskulatur zu verhindern.

### Beispiel:

Für einen 45-Jährigen beträgt die max. Herzfrequenz 175 ( $220 - 45 = 175$ ).

- + Die Fettverbrennungs - Zielzone (55%) liegt bei ca. 96 Schläge/Min. =  $(220 - \text{Alter}) \times 0,55$ .
- + Die Ausdauer - Zielzone (75%) liegt bei ca. 131 Schläge/Min. =  $(220 - \text{Alter}) \times 0,75$ .
- + Der maximale Herzfrequenzwert für ein anaerobes Belastungstraining (90%) liegt bei ca. 157 Schläge/Min. =  $(220 - \text{Alter}) \times 0,9$ .



## 4.2 Trainingstagebuch

[illegible]

(Kopiervorlage)



Datum



Strecke



Zeit (Min.)



Widerstandsstufe



Trainingsgewicht



Ø Herzfrequenz



### Kalorienverbrauch



Ich fühle mich ...



Körpergewicht

### 5.1 Allgemeine Hinweise



#### WARNUNG

- + Der Lagerort sollte so gewählt werden, dass ein Missbrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.
- + Sollte Ihr Gerät über keine Transportrollen verfügen, ist das Gerät vor dem Transport zu demontieren.



#### ACHTUNG

- + Stellen Sie sicher, dass das Gerät im ausgewählten Lagerort vor Nässe, Staub und Schmutz geschützt ist. Der Lagerort sollte trocken und gut belüftet sein und eine konstante Umgebungstemperatur zwischen 10°C und 35°C aufweisen.

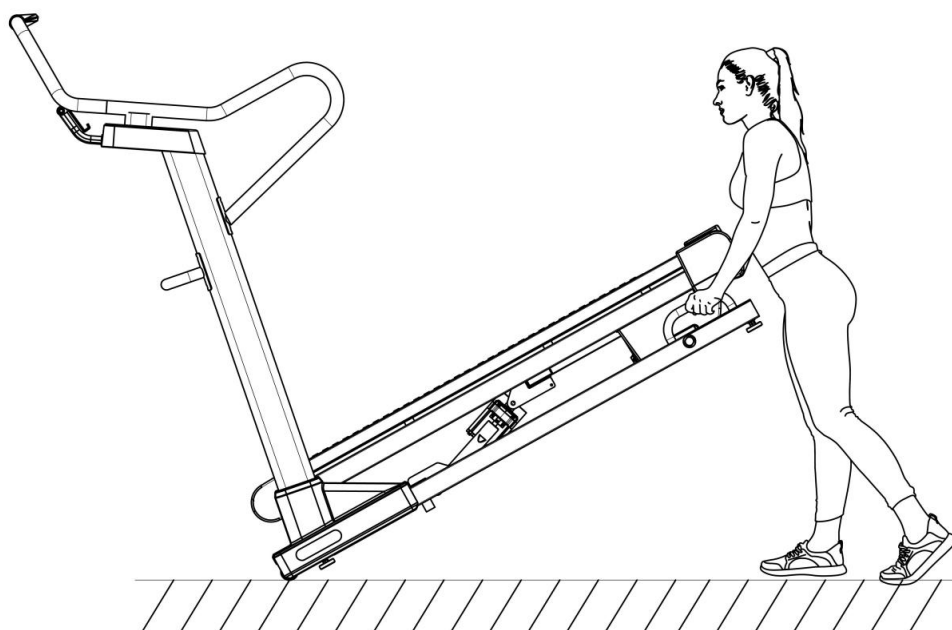
### 5.2 Transportrollen



#### ACHTUNG

Sollten Sie Ihr Gerät über besonders empfindlichen und weichen Bodenbelag, wie Parkett, Dielen oder Laminat transportieren wollen, legen Sie den Transportweg beispielsweise mit Karton oder Ähnlichem aus, um eventuelle Bodenschäden zu vermeiden.

1. Stellen Sie sich hinter das Gerät und heben Sie es an, bis das Gewicht auf die Transportrollen verlagert ist. Anschließend können Sie das Gerät leicht an eine neue Position schieben. Für weitere Transportstrecken sollte das Gerät abgebaut und sicher verpackt werden.
2. Wählen Sie den neuen Standort unter Beachtung der Anweisungen im Abschnitt 1.4 dieser Bedienungsanleitung.



## 6.1 Allgemeine Hinweise



### WARNUNG

- + Nehmen Sie keine unsachgemäßen Veränderungen am Gerät vor.



### VORSICHT

- + Beschädigte oder abgenutzte Bauteile können Ihre Sicherheit und die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen. Tauschen Sie deshalb beschädigte oder verschlissene Bauteile sofort aus. Wenden Sie sich in einem solchen Fall an den Vertragspartner. Bis zur Instandsetzung darf das Gerät nicht weiter benutzt werden. Verwenden Sie im Bedarfsfall nur originale Ersatzteile.

### ► ACHTUNG

- + Neben den hier aufgeführten Anweisungen und Empfehlungen zur Wartung und Pflege können zusätzliche Service- und/oder Reparaturleistungen nötig sein; diese sind nur von autorisierten Service-Technikern durchzuführen.

## 6.2 Störungen und Fehlerdiagnose

Das Gerät durchläuft in der Produktion regelmäßig Qualitätskontrollen. Dennoch können Störungen oder Fehlfunktionen am Gerät auftreten. Häufig sind Einzelteile für diese Störungen verantwortlich, ein Austausch ist meist ausreichend. Die häufigsten Fehler und deren Behebung entnehmen Sie bitte aus folgender Übersicht. Sollte das Gerät dennoch nicht ordnungsgemäß funktionieren, wenden Sie sich an Ihren Vertragspartner.

Fehler	Ursache	Behebung
Konsole reagiert nicht	Safety Key fehlt oder steckt nicht richtig	Prüfen ob Safety Key steckt und ggf. einsetzen
Laufmatte schief	Laufmatte nicht zentriert	Laufmatte gemäß der Anleitung zentrieren
Schleifgeräusche		
Laufmatte rutscht durch/stoppt	Bandspannung/Schmierung nicht in Ordnung	Bandspannung/Schmierung gemäß der Anleitung prüfen
Display zeigt nichts an/funktioniert nicht	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Unterbrochene Stromzufuhr</li> <li>+ Kabelverbindung lose</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Netzschalter auf ein/on</li> <li>+ Prüfen ob Safety Key steckt</li> <li>+ Kabelverbindungen überprüfen</li> </ul>
Keine Pulsanzeige	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Störquellen im Raum</li> <li>+ ungeeigneter Brustgurt</li> <li>+ Position des Brustgurtes falsch</li> <li>+ Brustgurt defekt oder Batterie leer</li> <li>+ Pulsanzeige defekt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Störquellen beseitigen (z.B. Handy, WLAN, Rasenmäher- und Staubsaugerroboter, etc. ...)</li> <li>+ Geeigneten Brustgurt verwenden (siehe ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG)</li> <li>+ Brustgurt neu positionieren und/oder Elektroden befeuchten</li> <li>+ Batterien wechseln</li> <li>+ Prüfen ob Pulsanzeige per Handpuls möglich</li> </ul>

## 6.3 Fehlercodes und Fehlersuche

Die Elektronik des Gerätes führt kontinuierlich Tests durch. Bei Abweichungen erscheint auf dem Display ein Fehlercode und der normale Betrieb wird zu Ihrer Sicherheit gestoppt.

**Bitte kontaktieren Sie den Vertragspartner für den technischen Kundendienst.**

## 6.4 Pflege und Wartung

Die wichtigste Wartungsmaßnahme ist die Pflege der Laufmatte. Hierzu gehört die Justierung, das Nachspannen sowie die Schmierung der Laufmatte. Schäden, die aufgrund mangelnder oder unterlassener Pflege entstehen, werden nicht durch die Garantie abgedeckt. Nehmen Sie daher in regelmäßigen Abständen Wartungskontrollen vor. Gehen Sie bei der Bandjustierung und -straffung sehr sorgfältig vor, da eine starke Über- oder Unterspannung zu Schäden am Gerät führen kann. Die Laufmatte wird im Werk vor der Auslieferung vorschriftsmäßig eingestellt. Es kann jedoch vorkommen, dass die Laufmatte beim Transport verrutscht.

Durch Einscannen des QR-Codes mit der Kamerafunktion oder QR-Code Scanner App Ihres Smartphones/Tablets öffnet sich ein Video zur allgemeinen Wartung eines Laufbands auf YouTube. Das Video dient zur Veranschaulichung der in dieser Anleitung beschriebenen Wartungspunkte.



Bitte beachten Sie, dass das Video womöglich nicht in Ihrer Sprache bzw. mit entsprechenden Untertiteln verfügbar ist.

Falls Sie QR-Codes nicht scannen können, können Sie jegliche Videos von Fitshop auf YouTube aufrufen, indem Sie zuerst YouTube öffnen und dort im Suchfeld "Fitshop" eingeben.

### 6.4.1 Justierung der Laufmatte

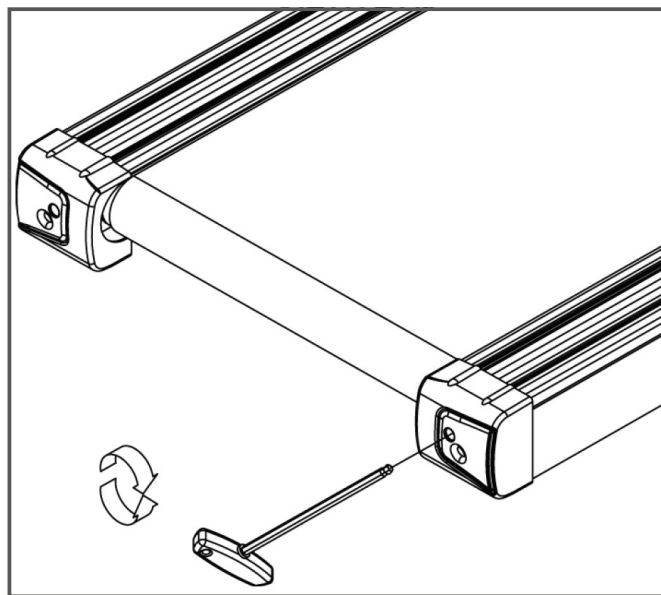
Während des Trainings sollte die Laufmatte möglichst mittig und gerade laufen. Je nach Beanspruchung und Belastung kann sich die Ausrichtung der Laufmatte ändern. Ein weiterer Grund kann die Positionierung des Gerätes auf einer unebenen Fläche sein.



#### **VORSICHT**

Bei der folgenden Wartung darf sich niemand auf dem Laufband befinden!

1. Lassen Sie das Gerät mit einer Geschwindigkeit von ca. 5 km/h laufen.
2. Falls die Laufmatte nach links abweicht, drehen Sie die linke Einstellschraube am hinteren Ende des Gerätes max. eine  $\frac{1}{4}$  Umdrehung im Uhrzeigersinn und die rechte Einstellschraube max. eine  $\frac{1}{4}$  Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn.
3. Falls die Laufmatte nach rechts abweicht, drehen Sie die rechte Einstellschraube am hinteren Ende des Gerätes max. eine  $\frac{1}{4}$  Umdrehung im Uhrzeigersinn und die linke Einstellschraube max. eine  $\frac{1}{4}$  Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn.
4. Beobachten Sie anschließend den Lauf der Matte für ca. 30 Sekunden, da die Veränderung nicht sofort sichtbar wird.
5. Wiederholen Sie den Vorgang solange, bis die Laufmatte wieder gerade läuft. Sollte sich die Laufmatte nicht justieren lassen, kontaktieren Sie bitte Ihren Vertragspartner.



## 6.4.2 Nachspannen der Laufmatte

Sollte die Laufmatte während des Betriebes über die Laufrollen rutschen (wenn dies der Fall ist, entsteht ein spürbares Rucken während des Laufens), muss die Laufmatte nachgespannt werden.

In den meisten Fällen ist für die Ursache für das Wegrutschen eine Dehnung der Matte durch Benutzung. Dies ist völlig normal.

### ❗ HINWEIS

Das Nachspannen wird über dieselben Einstellschrauben, die auch bei der Justierung genutzt werden, ausgeführt.

1. Lassen Sie das Gerät mit einer Geschwindigkeit von 5km/h laufen.
2. Drehen Sie die linke und rechte Einstellschraube direkt aufeinander folgend max. eine  $\frac{1}{4}$  Umdrehung im Uhrzeigersinn.
3. Kontrollieren Sie anschließend, ob die Laufmatte weiterhin durchrutscht. Ist dies der Fall, müssen Sie den beschriebenen Vorgang erneut durchführen.

## 6.4.3 Schmierung der Laufmatte

Ist die Laufmatte nicht ausreichend geschmiert, nimmt die Reibung deutlich zu und dies führt zu einem starken Verschleiß von Endlosband, Laufplatte, Motor und Platine. Wenn Sie eine erhöhte Reibung der Laufmatte spüren, ist dies ein Indiz dafür, dass Sie eine Schmierung der Matte vornehmen sollten. Eine Schmierung sollte aber mindestens alle 3 Monate oder alle 50 Betriebsstunden erfolgen. Je nachdem, welcher Fall zuerst eintritt.

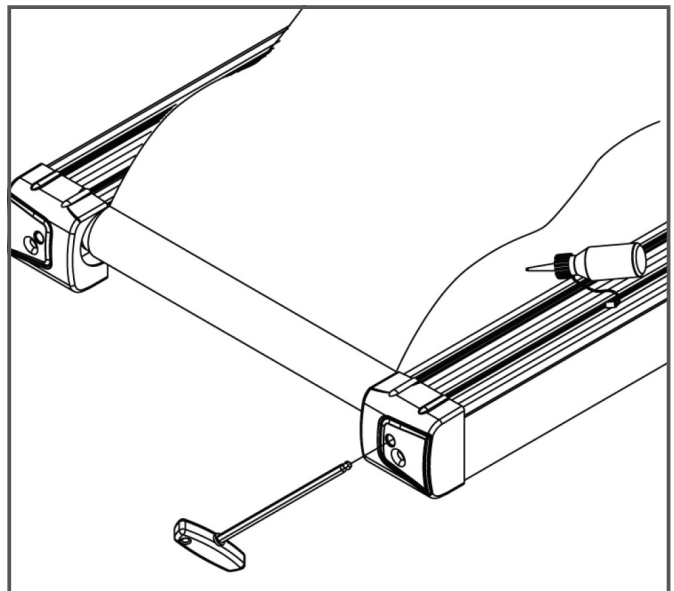
### ❗ HINWEIS

Sollte Ihr Laufband mit einem Klappmechanismus ausgestattet sein, können Sie die Schmierung auch im geklappten Zustand durchführen.

1. Heben Sie die Laufmatte leicht an.
2. Geben Sie etwas Silikonöl oder Silikonspray auf das gesamte Laufdeck und verteilen Sie es gleichmäßig.
3. Drehen Sie das Band per Hand weiter, so dass anschließend die gesamte Fläche zwischen Endlosband und Laufplatte geschmiert ist.
4. Wischen Sie das überschüssige Silikonöl bzw. Silikonspray ab.

### ❗ HINWEIS

Nach längerer Nichtbenutzung des Gerätes muss diese Wartung ebenfalls vorgenommen werden.



## 6.5 Wartungs- und Inspektionskalender

Um Beschädigungen durch Körperschweiß zu vermeiden, muss das Gerät nach jeder Trainingseinheit mit einem feuchten Handtuch (keine Lösungsmittel!) gereinigt werden.

Folgende Routinearbeiten sind in den angegebenen Zeitabständen durchzuführen:

Teil	Wöchentlich	Monatlich	Vierteljährlich
Display Konsole	R	I	
Bandspannung			I
Bandschmierung			I
Kunststoffabdeckungen	R	I	
Schrauben & Kabelverbindungen			I
Legende: R = Reinigen; I = Inspizieren			

Durch Einscannen des QR-Codes mit der Kamerafunktion oder QR-Code Scanner App Ihres Smartphones/Tablets öffnet sich ein Video zur allgemeinen Wartung eines Laufbands auf YouTube. Das Video dient zur Veranschaulichung der in dieser Anleitung beschriebenen Wartungspunkte.

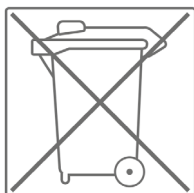
Bitte beachten Sie, dass das Video womöglich nicht in Ihrer Sprache bzw. mit entsprechenden Untertiteln verfügbar ist.

Falls Sie QR-Codes nicht scannen können, können Sie jegliche Videos von Fitshop auf YouTube aufrufen, indem Sie zuerst YouTube öffnen und dort im Suchfeld "Fitshop" eingeben.



## 7 ENTSORGUNG

Dieses Gerät darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsmüll entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Nähere Informationen erhalten Sie bei der zuständigen Entsorgungsstelle Ihrer Gemeindeverwaltung.



Die Werkstoffe sind gemäß ihrer Kennzeichnung wiederverwertbar. Mit der Wiederverwendung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutze der Umwelt.

Um Ihr Trainingserlebnis noch angenehmer, effektiver und schöner zu gestalten, empfehlen wir Ihnen, Ihr Fitnessgerät um passendes Zubehör zu ergänzen. Für Crosstrainer kann das zum Beispiel eine **Bodenmatte** sein, die Ihr Fitnessgerät sicherer stehen lässt und den Boden vor Schweiß schützt oder auch ein **Silikonspray**, um bewegliche Teile gut in Schuss zu halten.

Wenn Sie ein Fitnessgerät mit Pulstraining erworben haben und Sie herzfrequenzorientiert trainieren wollen, empfehlen wir Ihnen unbedingt die Nutzung eines kompatiblen **Brustgurt**, da so eine optimale Übertragung der Herzfrequenz gegeben ist.

Unser Sortiment an Zubehör bietet höchste Qualität und macht das Training noch besser. Wenn Sie sich über kompatibles Zubehör informieren möchten, gehen Sie am besten in unserem Webshop auf die Detailseite des Produktes (am einfachsten geben Sie dafür die Artikelnummer im Suchfeld oben ein) und fahren auf dieser Seite dann zum empfohlenen Zubehör. Sie können sich natürlich auch an unseren Kundenservice wenden: telefonisch, per E-Mail, in einer unserer Filialen oder über unsere Social-Media-Kanäle. Wir beraten Sie gerne!



Bodenmatte



Brustgurt



Kontaktgel



Handläufe



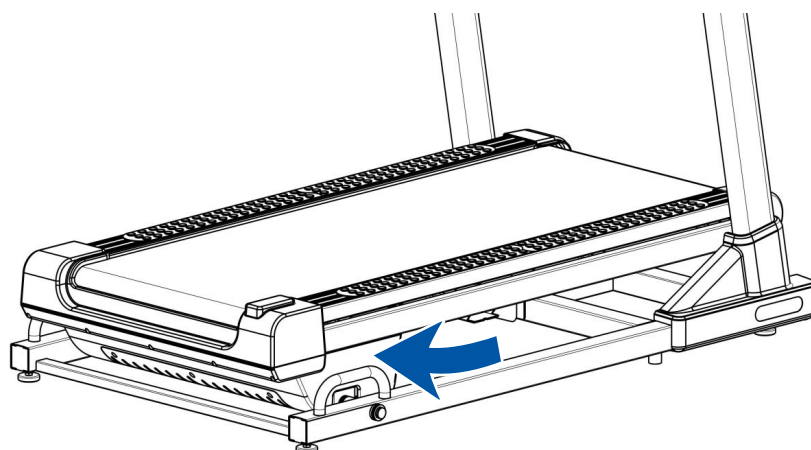
Silikonspray

## 9.1 Seriennummer und Modellbezeichnung

Um Ihnen den bestmöglichen Service bieten zu können, halten Sie bitte **Modellbezeichnung**, **Artikelnummer**, **Seriennummer**, **Explosionszeichnung** und **Teileliste** bereit. Die entsprechenden Kontaktmöglichkeiten finden Sie in Kapitel 11 dieser Bedienungsanleitung.

### HINWEIS

Die Seriennummer Ihres Geräts ist einmalig. Sie befindet sich auf einem weißen Aufkleber. Die genaue Position dieses Aufklebers entnehmen Sie bitte der folgenden Abbildung.



Tragen Sie die Seriennummer in das entsprechende Feld ein.

**Seriennummer:**

**Marke / Kategorie:**

**Modellbezeichnung:**

**Artikelnummer:**

## 9.2 Teileliste

Nr.	Bezeichnung (ENG)	Spezifikation	Anz.
A01	Base frame		1
A02	Main frame		1
A03	Left upright tube		1
A04	Right upright tube		1
A05	Console base bracket		1
A06	armrest component		2
A07	Front bend pipe component		1
A08	Upper armrest tube		1
A09	IPad rack components		1
B01	Front Roller		1
B02	Back Roller		1
B03	Main frame rotation shaft		2
B04	"Powder metallurgy shaft sleeve"		8
B05	Safety lock spring sheet		2
B06	5# Allen wrench		1
B07	6# Allen wrench		1
B08	Cross Wrench		1
B09	Left pulse steel plate		2
B10	Right pulse steel plate		2
B11	Simple open-end wrench		2
B12	φ 19 shaft shim		2
B13	Bottle holder		1
C01	Console Top Cover		1
C02	Console Bottom Cover		1
C03	"Top cover of upper armrest pulse sensor"		1
C04	"Bottom cover of upper armrest pulse sensor"		1
C05	Grating board with 8 characters		4
C06	Grating board dot matrix		1
C07	Motor Top Cover		1
C08	Motor Bottom Cover		1
C09	Motor End cover		1

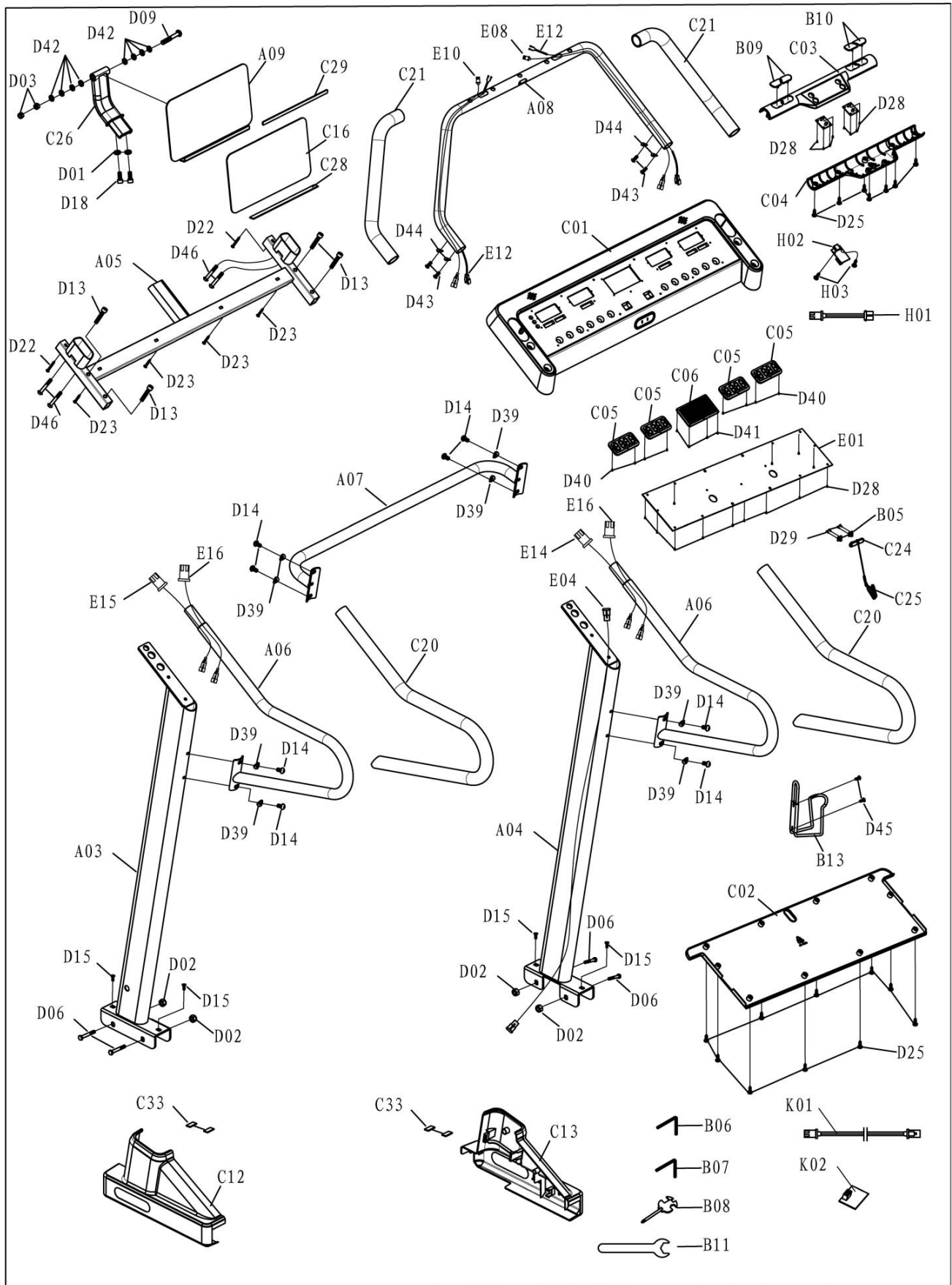
C10	Left Rear End Cap		1
C11	Right Rear End Cap		1
C12	Left Upright Tube Cover		1
C13	Right Upright Tube Cover		1
C14	Wheel		2
C15	Running Belt		1
C16	IPad holder EVA pad		1
C17	Side rail		2
C18	Motor Belt		1
C19	EVA pad 1		2
C20	Handrail sponge sleeve		2
C21	Top handrail sponge sleeve		2
C22	Black cushion		8
C23	EVA pad		1
C24	Safety key		1
C25	Safety key clip		1
C26	IPAD holder		1
C27	Cylindrical cushion	φ30*40*M6	2
C28	IPAD holder EVA pad 2	240*14*2	1
C29	IPAD holder EVA pad 3	240*10*2	1
C30	Cylindrical cushion	φ25*25*M6	2
C31	Adjustable foot pad		4
C32	Rubber anti slip pad		4
C33	EVA pad		4
C34	Foot pad		2
C35	Ring form wire protector		2
D01	Flat Washer	δ6	2
D02	Nut	M10	5
D03	Nut	M8	5
D04	Nut	M6	8
D05	bolt	M12*20	2
D06	bolt	M10*70	4
D07	Bolt	M10*45	1
D08	Bolt	M10*15	2

D09	Bolt	M8*95	1
D10	Bolt	M8*65	2
D11	Bolt	M8*60	2
D12	Bolt	M8*50	1
D13	Bolt	M8*40	4
D14	Bolt	M8*15	8
D15	bolt	M8*15	4
D16	Bolt	M8*15	2
D17	Bolt	M6*25	8
D18	Bolt	M6*12 S5	4
D19	Bolt	M5*16	2
D20	Bolt	M5*10	2
D21	Bolt	M5*8	2
D22	Screw	ST4.2*40	2
D23	Screw	ST4.2*30	4
D24	Screw	ST4.2*15	2
D25	Screw	ST4.2*12	30
D26	Screw	ST4.2*12	12
D27	Nut	M8	4
D28	Screw	ST2.9*6.0	21
D29	Screw	ST2.5*6	4
D30	Screw	ST2.9*10	2
D31	Lock Washer	Φ10	3
D32	Lock Washer	Φ8	5
D33	Lock Washer	Φ5	2
D34	Spring Washer	Φ12	2
D35	Spring Washer	Φ5	2
D36	Spring Washer	Φ8	2
D37	Flat Washer	Φ12	2
D38	Flat Washer	Φ8	2
D39	Arc-shaped shim	Φ8	8
D40	Bolt	ST2.9*8	8
D41	Bolt	ST2.9*6	4
D42	Big washer	"Φ8*Φ 20*1.5"	8

D43	Bolt	M6*10	4
D44	Arc-shaped shim	Φ6*16*1.5	4
D45	Bolt	M5*12	2
D46	Bolt	M8*90	4
E01	Console		1
E02	Control Board		1
E03	Console top signal wire		1
E04	Console middle signal wire		1
E05	Console bottom signal wire		1
E06	Safety Key Connection Wire		1
E07	Quick speed buttons top wire	Length 700	1
E08	"Quick speed buttons bottom wire"	Length 750	1
E09	Quick incline buttons top wire	Length 700	1
E10	"Quick incline buttons bottom wire"	Length 750	1
E11	Pulse top wire	Length 700	1
E12	Pulse bottom wire	Length 650	2
E13	Electric resistance		1
E14	"Quick speed buttons middle wire"	Length 250	1
E15	"Quick incline buttons middle wire"	Length 250	1
E16	Pulse middle wire	Length 250	2
E17	Power socket		1
E18	Power wire		1
E19	Switch on-off		1
E20	Magnetic ring		1
E21	Magnetic core		1
E22	Ground wire	"Length 350 yellow and green"	2
E23	AC signal wire	"Length 350 brown"	3
E24	AC signal wire	Length 350 blue	2
E25	Overload protector		1
E26	DC motor		1
E27	Incline Motor		1
E28	Running Board		1
F01	AC signal wire		1
F02	Ground wire		1

F03	Screw	ST4.2*12	4
F04	Filter		1
F05	Inductance		1
K01	Wireless heart rate cable		1
K02	Wireless receiver		1
H01	USB wire		1
H02	USB charging module		1
H03	Screw	ST2.9*8	2

## 9.3 Explosionszeichnung





Produkte von cardiostrong® unterliegen einer strengen Qualitätskontrolle. Sollte ein bei uns gekauftes Fitnessgerät dennoch nicht einwandfrei funktionieren, bedauern wir dies sehr und bitten Sie, sich an unseren aufgeführten Kundendienst zu wenden. Gerne stehen wir Ihnen telefonisch über die Technik-Hotline zur Verfügung.

### **Fehlerbeschreibungen**

Ihr Trainingsgerät wurde so entwickelt, dass es dauerhaft ein hochwertiges Training ermöglicht. Sollte dennoch ein Problem auftreten, lesen Sie bitte zuerst die Bedienungsanleitung.

Zur weiteren Problemlösung, wenden Sie sich bitte an Ihren Vertragspartner oder rufen Sie unsere kostenlose Service-Hotline an. Zur schnellstmöglichen Problemlösung beschreiben Sie den Fehler bitte so genau wie möglich.

Zusätzlich zur gesetzlichen Gewährleistung gewähren wir Ihnen eine Garantie auf alle bei uns gekauften Fitnessgeräte nach Maßgabe der nachfolgenden Bestimmungen.

**Ihre gesetzlichen Rechte werden hierdurch nicht eingeschränkt.**

### **Garantieinhaber**

Garantieinhaber ist der Erstkäufer bzw. jede Person, die ein neu gekauftes Produkt von einem Erstkäufer als Geschenk erhalten hat.

#### **Garantiezeiten**

Ab Übergabe des Trainingsgerätes übernehmen wir die in unserem Webshop hinterlegten Garantiezeiten. Die für Ihr Trainingsgerät entsprechenden Garantiezeiten finden Sie auf jeweiligen Produktseite.

### **Instandsetzungskosten**

Nach unserer Wahl erfolgt entweder eine Reparatur, ein Austausch von beschädigten Einzelteilen oder ein Komplett-Austausch. Ersatzteile, welche beim Geräteaufbau selbst anzubringen sind, sind vom Garantiennehmer selbst zu tauschen und sind nicht Bestandteil der Instandsetzung. Nach Ablauf der Garantiezeit liegt die Verantwortung für Teile-, Instandsetzungs-, Reparatur-, Einbau- und Versandkosten beim Garantiennehmer.

### **Die Benutzungszeiten werden wie folgt deklariert:**

- + Heimgebrauch: ausschließlich private Nutzung nur im Privathaushalt bis zu 3 Std. täglich
- + Semiprofessionelle Nutzung: bis zu 6 Std. täglich (z.B. Reha, Hotels, Vereine, Firmenfitness)
- + Professionelle Nutzung: mehr als 6 Std. täglich (z.B. Fitness-Studio)

### **Garantie-Service**

Während der Garantiezeit werden Geräte, die aufgrund von Material- oder Fabrikationsfehlern Defekte aufweisen, nach unserer Wahl repariert oder ersetzt. Ausgetauschte Geräte oder Teile von Geräten gehen in unser Eigentum über. Die Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiezeit, noch setzen sie eine neue Garantie in Gang.

## **Garantiebedingungen**

Zur Geltendmachung der Garantie sind folgende Schritte erforderlich:

Setzen Sie sich bitte per E-Mail oder Telefon mit dem Kundendienst in Verbindung. Falls das Produkt in der Garantie zwecks Reparatur eingeschickt werden muss, übernimmt der Verkäufer die Kosten. Nach Ablauf der Garantie trägt der Käufer die Transport- und Versicherungskosten. Wenn der Defekt im Rahmen unserer Garantieleistung liegt, erhalten Sie ein repariertes oder neues Gerät zurück.

### **Garantieansprüche sind ausgeschlossen bei Schäden durch:**

- + missbräuchliche oder unsachgemäße Behandlung
- + Umwelteinflüsse (Feuchtigkeit, Hitze, Überspannung, Staub etc.)
- + Nichtbeachtung der für das Gerät geltenden Sicherheitsvorkehrungen
- + Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung
- + Gewaltanwendung (z. B. Schlag, Stoß, Fall)
- + Eingriffe, die nicht von der von uns autorisierten Serviceadresse vorgenommen wurden
- + eigenmächtige Reparaturversuche

### **Kaufbeleg und Seriennummer**

Bitte achten Sie darauf, die entsprechende Rechnung im Garantiefall vorlegen zu können. Damit wir Ihre Modellversion eindeutig identifizieren können sowie für unsere Qualitätskontrolle benötigen wir in jedem Service-Fall die Angabe der Geräte-Seriennummer. Bitte halten Sie die Seriennummer sowie Kundennummer möglichst schon bei Anruf unserer Service-Hotline bereit. Dies erleichtert eine zügige Bearbeitung.







































Falls Sie Probleme haben, die Seriennummer an Ihrem Trainingsgerät zu finden, stehen Ihnen unsere Service-Mitarbeiter mit weiteren Auskünften bereit.

### **Service außerhalb der Garantie**

Auch in Fällen eines Mangels an Ihrem Trainingsgerät nach Ablauf der Garantie oder in Fällen, welche nicht in der Gewährleistung eingeschlossen sind, wie z.B. normale Abnutzung stehen wir Ihnen gerne für ein individuelles Angebot zur Verfügung. Wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst, um eine schnelle und kostengünstige Problemlösung zu finden. In diesem Fall gehen die Versandkosten zu Ihren Lasten.

### **Kommunikation**

Viele Probleme können bereits durch ein Gespräch mit uns als Ihrem Fachhändler gelöst werden. Wir wissen, wie wichtig Ihnen als Nutzer des Trainingsgerätes die schnelle und unkomplizierte Problembehebung ist, damit Sie ohne große Unterbrechungen mit Freude trainieren können. Darum sind auch wir an einer schnellen und unbürokratischen Lösung Ihrer Anfrage interessiert. Halten Sie daher bitte Ihre Kundennummer sowie die Seriennummer des defekten Gerätes bereit.

DE	DK	UK
<b>TECHNIK</b>  +49 4621 4210-900  +49 4621 4210-698  technik@fitshop.de  Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.	<b>TEKNIK OG SERVICE</b>  80 90 16 50 +49 4621 4210-945  info@fitshop.dk  Åbningstider kan findes på hjemmesiden: <a href="https://stg.fit/statit7">https://stg.fit/statit7</a>	<b>CUSTOMER SUPPORT</b>  00800 2020 2772 +494621 4210 944  info@fitshop.co.uk  You can find the opening hours on our homepage: <a href="https://stg.fit/statitc">https://stg.fit/statitc</a>
	FR	BE
<b>SERVICE</b>  0800 20 20277 (kostenlos)  04621 4210 - 0  info@fitshop.de  Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: <a href="https://stg.fit/statita">https://stg.fit/statita</a>	<b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b>  +33 (0) 189 530984 +49 4621 42 10 933  info@fitshop.fr  Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: <a href="https://stg.fit/statit4">https://stg.fit/statit4</a>	<b>TECHNIQUE &amp; SERVICE</b>  02 732 46 77 +49 4621 4210 933  info@fitshop.be  Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet: <a href="https://stg.fit/statit8">https://stg.fit/statit8</a>
ES	NL	INT
<b>TECNOLOGÍA Y SERVICIOS</b>  911 238 029  info@fitshop.es  Consulta nuestro horario de apertura en la página web: <a href="https://stg.fit/statit5">https://stg.fit/statit5</a>	<b>TECHNISCHE DIENST &amp; SERVICE</b>  +31 172 619961  service@fitshop.nl  De openingstijden vindt u op onze homepage: <a href="https://stg.fit/statit3">https://stg.fit/statit3</a>	<b>TECHNICAL SUPPORT &amp; SERVICE</b>  +49 4621 4210-944  service-int@fitshop.de  You can find the opening hours on our homepage: <a href="https://stg.fit/statita">https://stg.fit/statita</a>
PL	AT	CH
<b>DZIAŁ TECHNICZNY I SERWIS</b>  22 307 43 21 +49 4621 42 10-948  info@fitshop.pl  Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej: <a href="https://stg.fit/statit6">https://stg.fit/statit6</a>	<b>TECHNIK &amp; SERVICE</b>  0800 20 20277 (Freecall) +49 4621 42 10-0  info@fitshop.at  Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: <a href="https://stg.fit/statitb">https://stg.fit/statitb</a>	<b>TECHNIK &amp; SERVICE</b>  0800 202 027 +49 4621 42 10-0  info@fitshop.ch  Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: <a href="https://stg.fit/statit9">https://stg.fit/statit9</a>

Auf dieser Webseite finden Sie eine detaillierte Übersicht inkl. Anschrift und Öffnungszeiten für alle Filialen der Fitshop Group im In- sowie im Ausland:

<https://www.fitshop.de/uebersicht-der-filialen>

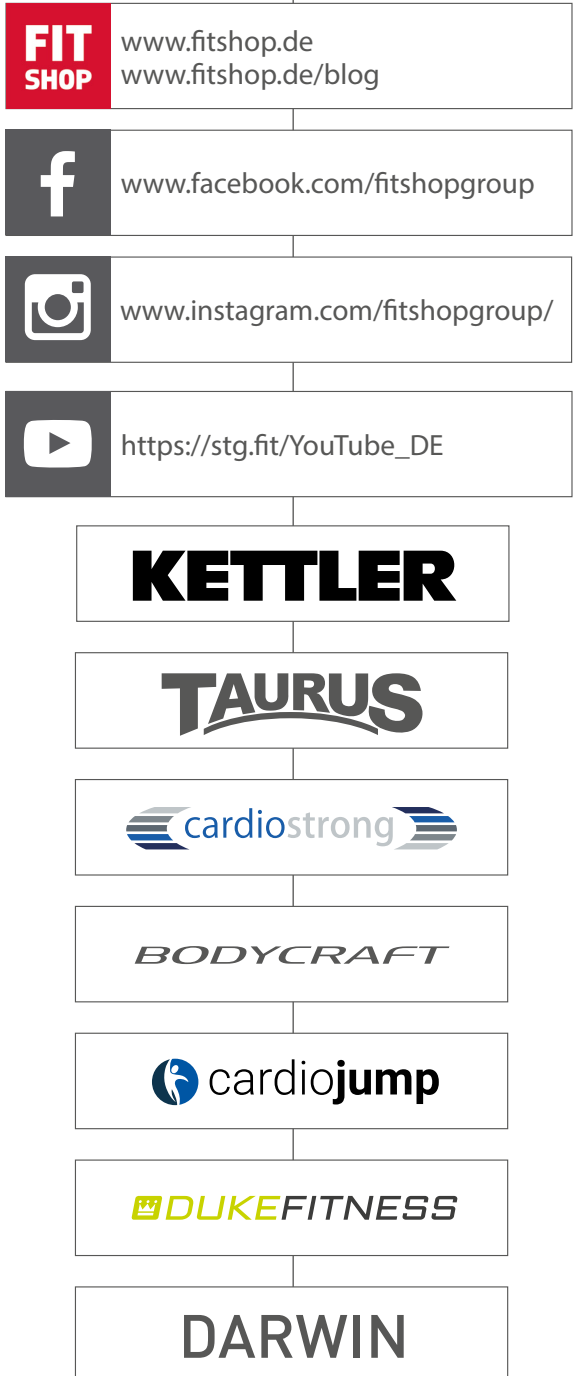
# WIR LEBEN FITNESS

## WEBSHOP UND SOCIAL MEDIA

Fitshop ist mit über 70 Filialen Europas größter Fachmarkt für Heimfitnessgeräte und weltweit einer der renommiertesten Online-Versandhändler für Fitness-Equipment. Privatkunden bestellen über die 25 Webshops der jeweiligen Landessprache oder lassen sich ihre Wunschgeräte vor Ort zusammenstellen. Darüber hinaus beliefert das Unternehmen Fitnessstudios, Hotels, Sportvereine, Firmen und Physio-Praxen mit professionellen Geräten für Ausdauer- und Krafttraining.

Fitshop bietet eine breite Palette an Fitnessgeräten namhafter Hersteller, hochwertige Eigenentwicklungen und umfangreiche Serviceleistungen, z. B. einen Aufbauservice und eine sportwissenschaftliche Beratung vor und nach dem Kauf. Dafür beschäftigt das Unternehmen zahlreiche Sportwissenschaftler, Fitnesstrainer und Leistungssportler.

Besuchen Sie uns doch auch auf unseren Social Media Kanälen oder unserem Blog!



**Notizen**



