



# Montage- og brugsvejledning



max. 110 kg



~ 30-60 Min.



37 kg

L 205 | B 56 | H 85

DFRM50.01.06

Vare-nr. DF-RM50

DARWIN **RM50**



# Indholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>GENERELLE INFORMATIONER</b>	<b>7</b>
1.1	Tekniske data	7
1.2	Personlig sikkerhed	8
1.3	Opstillingssted	9
<b>2</b>	<b>MONTERING</b>	<b>10</b>
2.1	Generelle anvisninger	10
2.2	Pakkens indhold	11
2.3	Opstilling	12
2.4	Indstilling af romaskinen	16
2.4.1	Indstilling	16
2.4.2	Indstilling af pedalerne	16
2.4.3	Påfyldning og tømning af tanken	17
<b>3</b>	<b>BRUGSVEJLEDNING</b>	<b>18</b>
3.1	Konsolvisning	18
3.2	Tastfunktioner	19
3.3	Batterirum	19
3.4	Tænding og indstilling af udstyret	20
3.5	Programmer	21
3.5.1	MANUAL (Manuelt program)	21
3.5.2	RACE program	21
3.5.3	RECOVERY program	22
3.6	Yderligere informationer	23
3.7	Hjælp til korrekt roning	23
<b>4</b>	<b>OPBEVARING OG TRANSPORT</b>	<b>26</b>
4.1	Generelle anvisninger	26
4.2	Transporthjul	26
4.3	Sammenklapningsmekanisme	26
4.4	Opbevaring	27
<b>5</b>	<b>FEJLAFHJÆLPNING, PLEJE OG VEDLIGEHOLDELSE</b>	<b>28</b>
5.1	Generelle anvisninger	28
5.2	Fejl og fejldiagnose	28
5.3	Service- og inspektionskalender	29

<b>6</b>	<b>BORTSKAFFELSE</b>	<b>29</b>
<b>7</b>	<b>ANBEFALING AF TILBEHØR</b>	<b>30</b>
<b>8</b>	<b>RESERVEDELSBESTILLING</b>	<b>31</b>
8.1	Serienummer og modelbetegnelse	31
8.2	Reservepartsliste	32
8.3	Eksploderingsdiagram	35
<b>9</b>	<b>GARANTI</b>	<b>36</b>
<b>10</b>	<b>KONTAKT</b>	<b>38</b>

## Kære kunde

Tak fordi du har besluttet dig for en fitnessmaskine af mærket Darwin. Med træningsmaskinerne fra Darwin byder vi på træningsudstyr til hjemmebrug, der er af høj kvalitet og til en rigtig god pris. Darwin fitnessmaskiner til cardio- og styrketræning er brugervenlige, har en pladsbesparende konstruktion og ser rigtig godt ud. Med vores equipment bestræber vi os på at hjælpe dig med at opnå dine træningsmål, uanset om du vil tabe dig eller træner til et maraton. Du er velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål. Vi glæder os og ønsker dig god fornøjelse med træningen!

Du kan læse mere på [www.fitshop.dk](http://www.fitshop.dk).

### Tilsigtet anvendelse

Udstyret må kun anvendes til det tilsigtede.

Udstyret er kun beregnet til hjemmebrug. Udstyret er ikke beregnet til semiprofessionel (f.eks. hospitaler, foreninger, hoteller, skoler osv.) og erhvervmæssig/professionel brug (f.eks. fitnesscentre).

## KOLOFON

Sport-Tiedje GmbH  
Europas nr. 1 inden for hjemmefitness

International Headquarters  
Flensburger Straße 55  
24837 Slesvig  
Tyskland

Direktører:  
Christian Grau  
Sebastian Campmann  
Dr. Bernhard Schenkel  
Handelsregister HRB 1000 SL  
Byretten i Flensburg  
Moms-nr.: DE813211547

## ANSVARFRASKRIVELSE



©2014 Darwin er et registreret varemærke tilhørende firmaet Sport-Tiedje GmbH. Alle rettigheder forbeholdes. Enhver brug af dette varemærke uden udtrykkelig skriftlig tilladelse fra Sport-Tiedje er forbudt.

Produkt og brugsanvisning kan blive genstand for ændringer. De tekniske specifikationer kan ændres uden forudgående varsel.

## OM DENNE VEJLEDNING

Læs venligst hele vejledningen grundigt før montering og før brug første gang. Vejledningen hjælper dig med hurtig opstilling og forklarer sikker håndtering. Sørg for, at alle personer, der træner med udstyret (især børn og personer med fysiske, sensoriske, mentale eller motoriske handicap) altid oplyses om denne vejledning og dens indhold. I tvivlstilfælde skal ansvarlige personer føre opsyn med brugen af udstyret.



Grundet løbende ændringer og softwareoptimeringer kan det være nødvendigt at tilpasse brugsvejledningen. Skulle du støde på uligheder under montagen eller under brug, så tjek venligst vejledningen, der er uploadet i webshoppen. Der finder du altid den nyeste vejledning.

Udstyret er rent sikkerhedsteknisk konstrueret iht. den nyeste viden. Eventuelle farekilder, der kan forårsage tilskadekomst, er udelukket så godt som muligt. Kontrollér, at opstillingsanvisningen er blevet fulgt korrekt, og at alle udstyrets dele sidder godt fast. Ved behov skal vejledningen gennemgås igen, så eventuelle fejl kan afhjælpes.

Følg de oplyste sikkerheds- og serviceanvisninger nøje. Enhver brug, der afviger fra dette, kan medføre sundhedsskader, ulykker eller beskadigelser, som producenten og forhandleren ikke påtager sig noget ansvar for.

Følgende sikkerhedsanvisninger kan forekomme i denne brugsanvisning:

► **OBS**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse kan medføre materielle skader.

⚠ **FORSIGTIG**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse kan medføre let/mindre alvorlig tilskadekomst!

⚠ **ADVARSEL**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse kan medføre meget alvorlig tilskadekomst eller dødsfald!

⚠ **FARE**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse medfører meget alvorlig tilskadekomst eller dødsfald!

ⓘ **BEMÆRK**

Denne oplysning står foran anden nyttig information.

Gem denne vejledning med henblik på information, vedligeholdelse eller reservedelsbestilling!

## 1.1 Tekniske data

### LED - angivelse af

- + Rotag, tag/minuttet
- + Træningstid i minutter
- + Distance i meter
- + Tid/500 m: gennemsnit/aktuel
- + Kalorieforbrug i kcal
- + Puls (ved anvendelse af et pulsbælte)

Træningsprogrammer i alt:	3
Manuelle programmer:	1
Race programmer:	1
Recovery programmer:	1

### Vægt og mål:

Varens vægt (brutto, inkl. emballage):	48 kg
Varens vægt (netto, uden emballage):	37 kg

Emballagens mål (L x B x H):	115 cm x 57 cm x 52 cm
Opstillet mål (L x B x H):	205 cm x 56 cm x 85 cm

Maksimal brugervægt:	110 kg
----------------------	--------

## 1.2 Personlig sikkerhed

### **FARE**

- + Inden du begynder at bruge udstyret, bør din egen læge vurdere, om træningen set ud fra et helbredsmæssigt syn passer til dig. Dette gælder især personer, der har arvelige anlæg for forhøjet blodtryk eller hjertelidelser, er over 45 år, ryger, har for højt kolesteroltal, er overvægtige og/eller inden for det seneste år ikke har dyrket motion regelmæssigt. Hvis du er i medicinsk behandling, som påvirker din puls, skal du aftale rådføre dig med din læge.
- + Vær opmærksom på, at overdreven træning kan udsætte dit helbred for alvorlig fare. Vær også opmærksom på, at systemer til overvågning af pulsen kan være unøjagtige. Så snart du mærker tegn på svaghed, kvalme, svimmelhed, smerter, åndenød eller andre unormale symptomer, skal du straks afbryde træningen og i nødstilfælde kontakte egen læge.

### **ADVARSEL**

- + Brug at dette udstyr er ikke tilladt for børn under 14 år.
- + Børn må ikke opholde sig i nærheden af udstyret uden opsyn.
- + Personer med handicap skal fremvise medicinsk tilladelse og være under nøje opsyn, når de bruger enhver form for træningsudstyr.
- + Udstyret må principielt ikke anvendes af flere personer samtidigt.
- + Hvis dit træningsudstyr er udstyret med en Safety Key, skal klipsen til denne Safety Key før brug sættes fast på dit tøj. Hvis du falder, kan den bruges til at udløse et NØDSTOP på dit udstyr.
- + Hold hænder, fødder og andre kropsdele samt hår, tøj, smykker og andre genstande væk fra udstyrets bevægelige dele, da de ellers kan komme til at hænge fast i udstyret.
- + Anvend ikke løst tøj eller tøj med vidde, men egnet sportstøj. Sørg for at bære sportssko med egnede såler, helst af gummi eller andet skridsikkert materiale. Sko med hæle, lædersåler, knopper eller pigge er uegnede. Træn aldrig barfodet.

### **FORSIGTIG**

- + Hvis dit udstyr skal sluttes til lysnettet med et strømkabel, skal du sikre dig, at kablet ikke udgør en potentiel fare for at personer kommer til at snuble over det.
- + Sørg for, at ingen personer opholder sig i udstyrets bevægelsesområde under træningen, så du selv og andre personer ikke kommer i fare.

### **OBS**

- + Der må ikke stikkes genstande af nogen art ind i udstyrets åbninger.



## 1.3 Opstillingssted

### ⚠ ADVARSEL

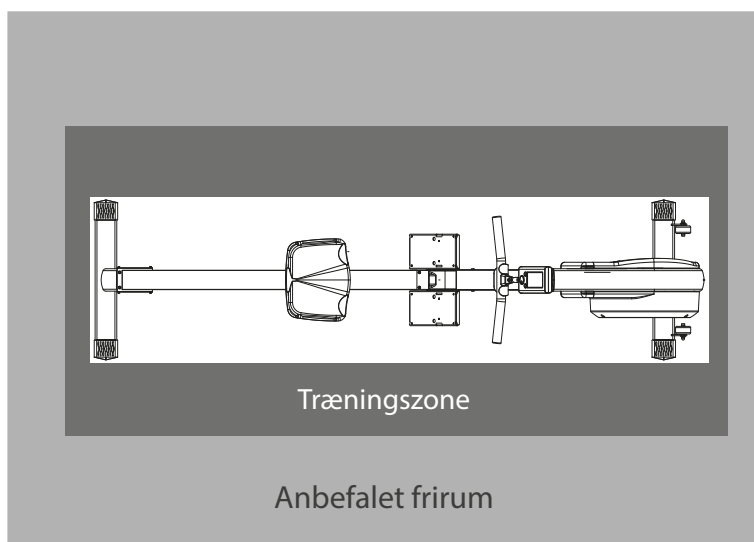
- + Anbring ikke udstyret i hovedgennemgange eller på flugtveje.

### ⚠ FORSIGTIG

- + Vi anbefaler at opstille redskabet et sted, hvor du har tilstrækkelig plads til alle sider for at kunne udføre træningen sikkert. Vær opmærksom på, at du skal beregne mindst 30 cm til hver side samt mindst 15 cm foran og bagved redskabet. Ovennævnte er minimale mål for at kunne benytte redskabet sikkert. Den anbefalede frie plads omkring redskabet bør til enhver tid være mindst 60 cm til hver side samt 45 cm foran og bagved redskabet
- + Kontrollér, at der er god ventilation i motionsrummet under træningen og at der ikke er træk.
- + Vælg et opstillingssted, hvor der både foran og ved siden af udstyret altid vil være tilstrækkeligt med frirum/en sikkerhedszone.
- + Udstyrets opstillings- og påbygningsareal skal være plant, belastbart og fast.

### ► OBS

- + Udstyret må kun anvendes indendørs i tilstrækkeligt tempererede og tørre rum (omgivelsestemperatur mellem 10°C og 35°C). Brug i det fri eller i rum med høj luftfugtighed (over 70 %), som f.eks. svømmehaller, er ikke tilladt.
- + For at beskytte eksklusive gulvbelægninger (parket, laminat, kork, tæppe) mod trykmærker og sved og for udligne lette ujævnheder i gulvet kan du anvende en gulvbeskyttelsesmåtte.



## 2.1 Generelle anvisninger

### **FARE**

- + Sørg for ikke at lade værktøj og emballage som f.eks. folie eller smådele ligge rundt omkring, da børn ellers risikerer at blive kvalt. Sørg for at holde børn på afstand under monteringen af udstyret.

### **ADVARSEL**

- + Vær opmærksom på advarslerne anbragt på udstyret, så du reducerer risikoen for tilskadekomst.

### **FORSIGTIG**

- + Åbn ikke emballagen, når den ligger på siden.
- + Sørg for at have tilstrækkelig bevægelsesfrihed i alle retninger under opstillingen.
- + Opstillingen af udstyret skal som minimum udføres af to voksne. Ved tvivl skal du få en tredje person med teknisk viden til at hjælpe dig.

### **OBS**

- + For at undgå skader på udstyret og på gulvet skal du foretage opstillingen på en underlægningsmåtte eller på pappet fra emballagen.

### **BEMÆRK**

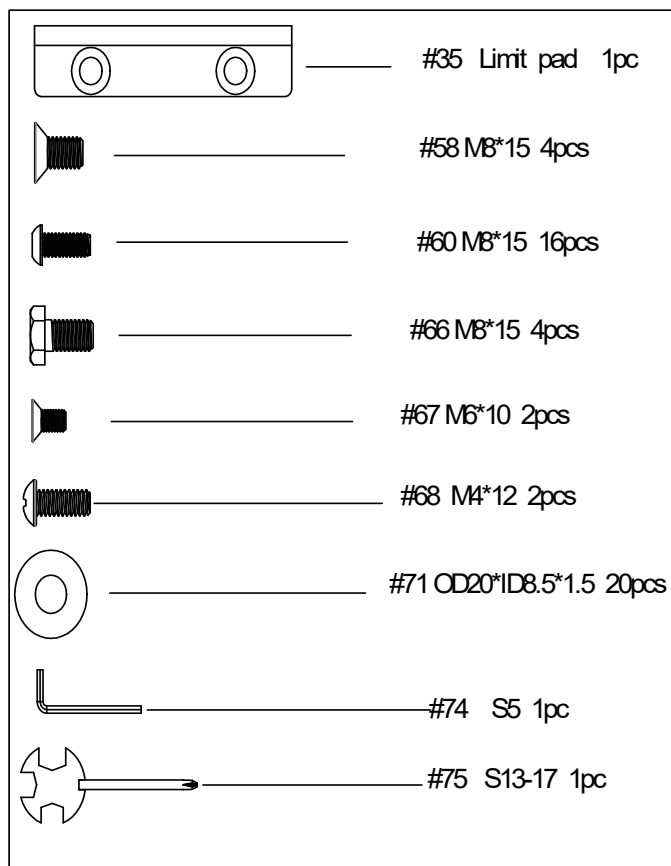
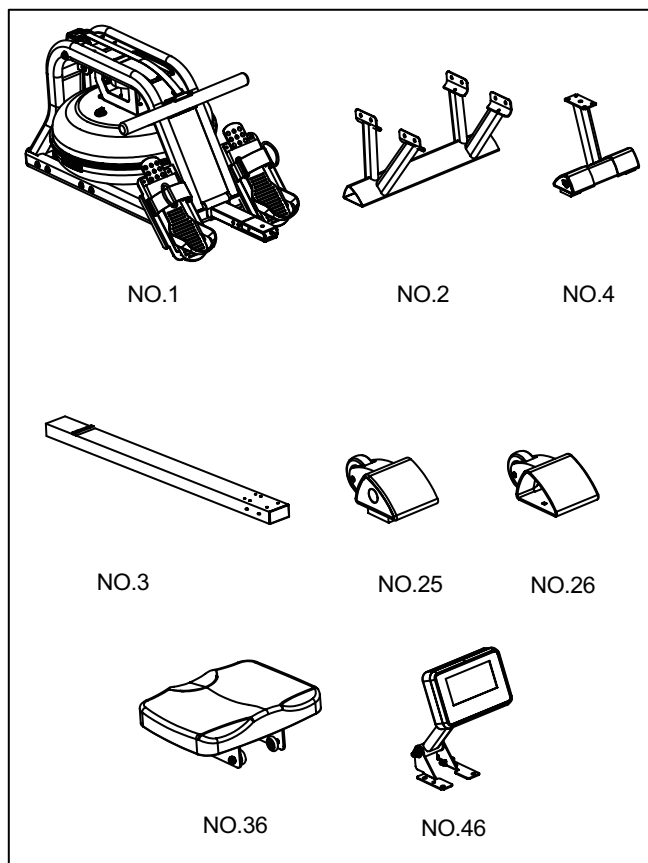
- + For at gøre opstillingen så nem som mulig, kan der allerede være monteret et par skruer og møtrikker på forhånd.
- + Opstil så vidt muligt udstyret dér, hvor det senere skal bruges.

## 2.2 Pakkens indhold

Pakken indeholder delene vist i det følgende. Start venligst med at kontrollere, om alle dele og alt værktøj, der hører til udstyret, fulgte med ved levering, og om der foreligger skader. Ved reklamation skal forhandleren kontaktes direkte.

### **FORSIGTIG**

Hvis dele af pakkens indhold mangler eller er beskadiget, må der ikke foretages opstilling.



## 2.3 Opstilling

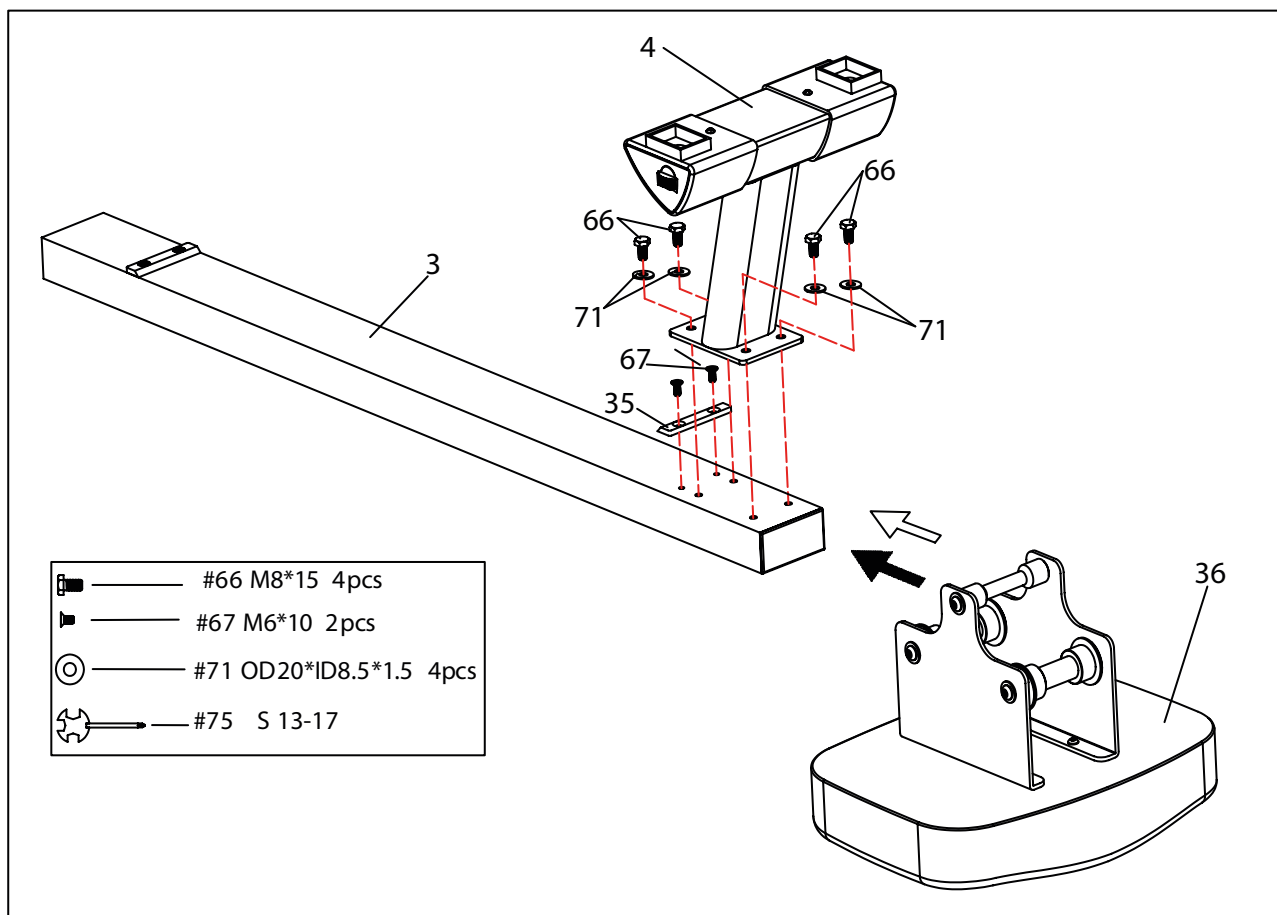
Studér de enkelte viste monteringsstrin nøje inden opstilling, og udfør monteringen i overensstemmelse med den viste rækkefølge.

### ❶ BEMÆRK

- + Skru først alle dele løst sammen, og kontrollér, om pasformen er korrekt. Skal du først spænde skruerne ved hjælp af værktøjet, når du opfordres til det.
- + Hvis du har problemer med at genkende grafikken, anbefaler vi, at du åbner PDF-vejledningen, der er gemt i webshoppen, på din enhed (fx smartphone, tablet eller pc). Her har du mulighed for at zoome nærmere ind. Bemærk venligst, at programmet Adobe Acrobat Reader skal være installeret på din enhed for at kunne åbne filen.

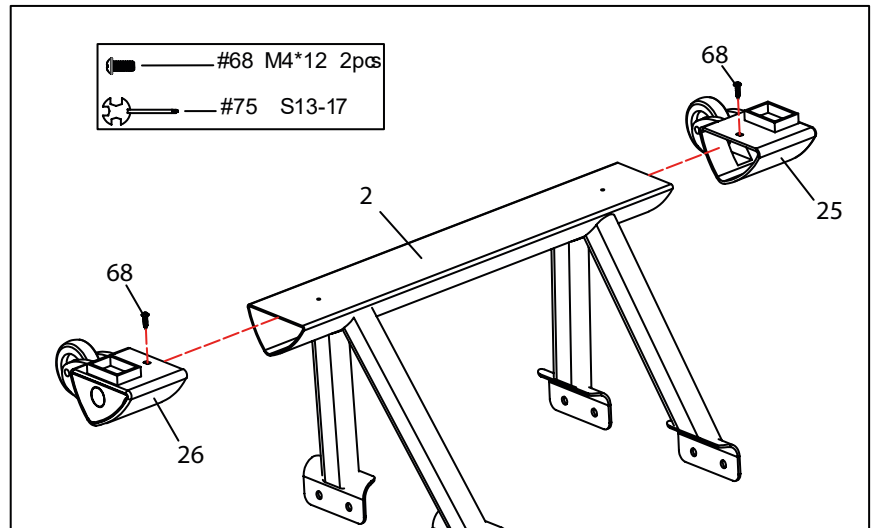
### Trin 1

1. Vend køreskinnen (3) og sædet (36) som vist nedenfor.
2. Skub sædet (36) på køreskinnen (3).
3. Montér stopperen (35) med to skruer (67).
4. Montér den bagerste fod (4) på køreskinnen (3) med fire spændeskiver (71) og fire skruer (66).
5. Spænd skruerne fast med fastnøglen (75).



## Trin 2

1. Skub den venstre og højre endekap (25 & 26) på den forreste fod (2).
2. Montér endekapperne med to skruer (68) og spænd skruerne fast med fastnøglen (75).



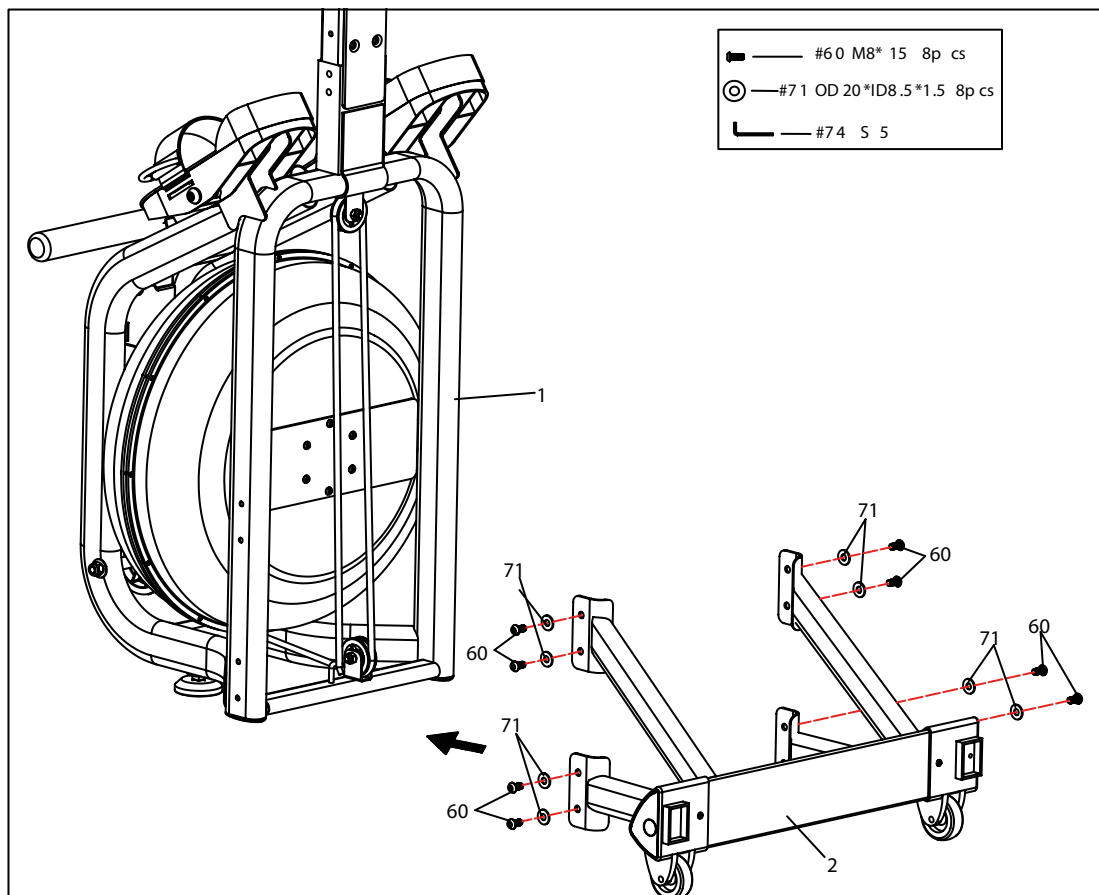
## Trin 3

1. Stil hovedrammen (1) lodret op.

### ► OBS

Placér først tre til fire skruer i de tilsvarende forboringer og spænd skruerne løst fast med hånden. Når alle skruerne er anbragt kan du spænde skruerne fast med værktøjet.

2. Montér den forreste fod (2) på hovedrammen (1) med otte spændeskiver (71) og otte skruer (60).
3. Spænd skruerne fast med unbrakonøglen (74).

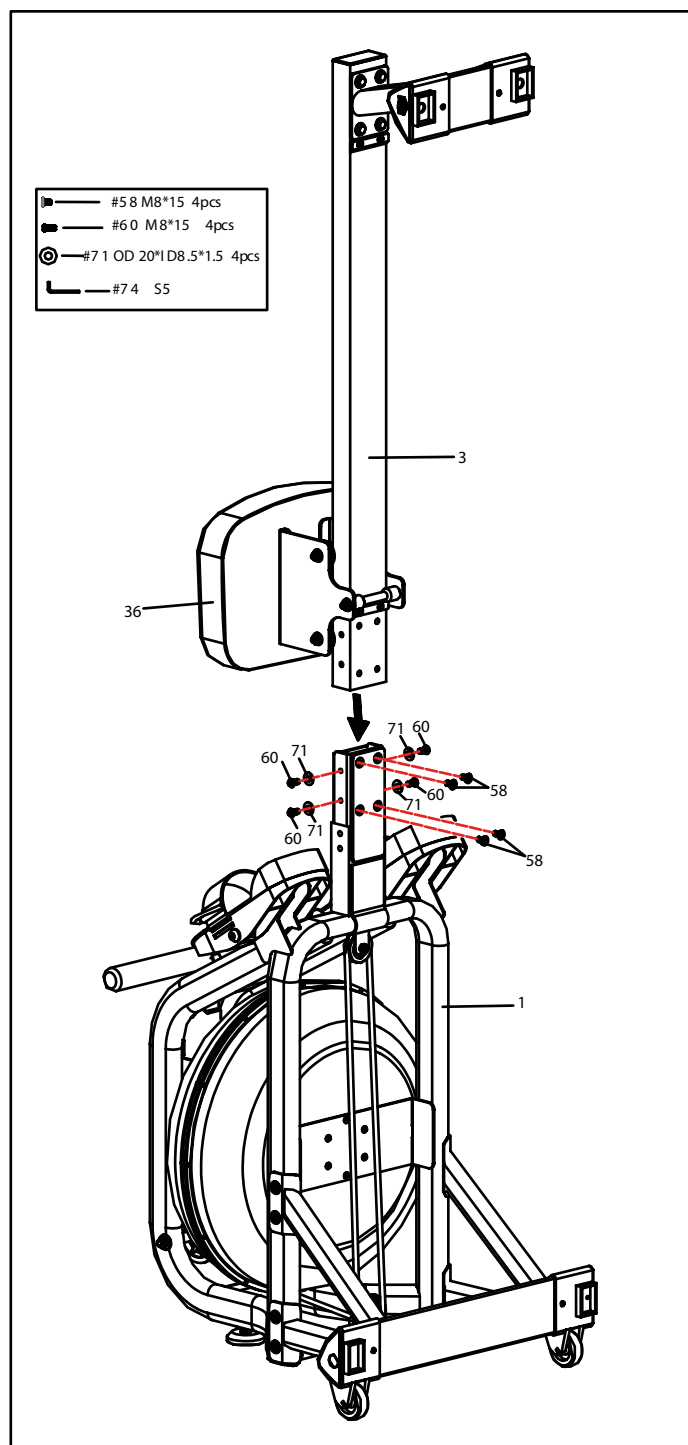


## Trin 4

### **FORSIGTIG:**

Skub sædet (36) ned i den bagerste ende af køreskinnen (3) før du fortsætter med montagen for at undgå, at sædet (36) rutsjer ned under montagen.

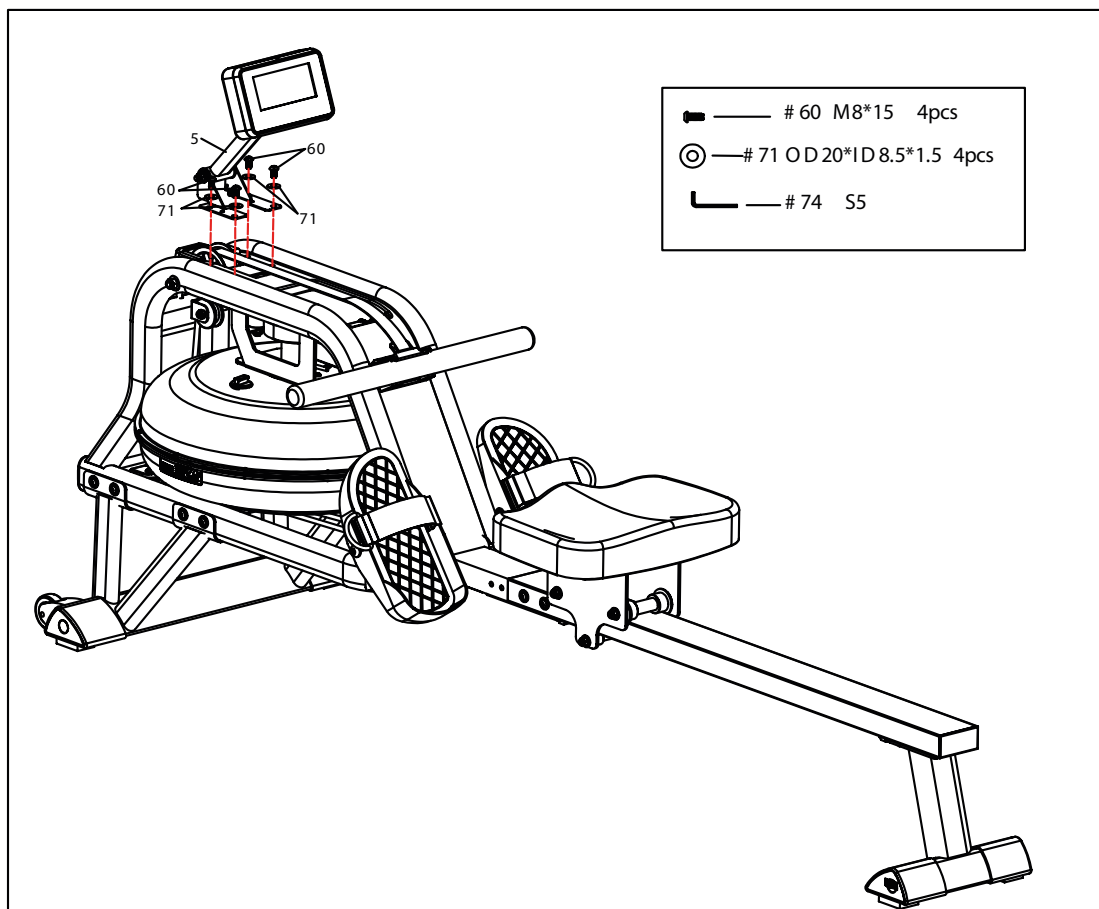
1. Montér køreskinnen (3) på hovedrammen (1) med fire spændeskiver (71), fire skruer (60) og fire skruer (58).
2. Placér først alle otte skruer i de tilsvarende forboringer og spænd dem da fast med unbrakonøglen (74).



### Trin 5

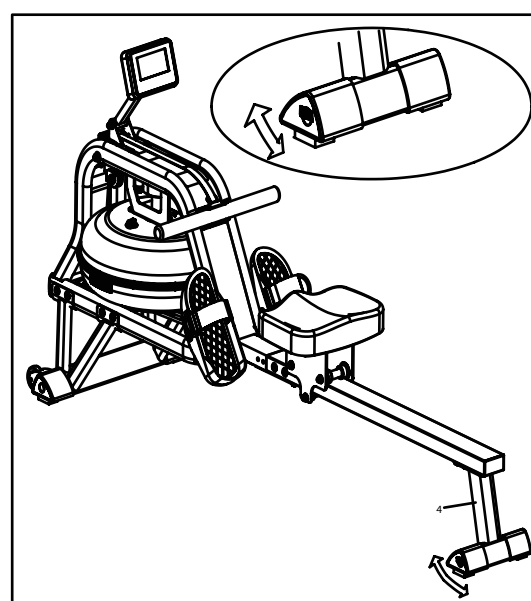
Placér konsolholderen (5) på hoveddrammen (1). Montér konsolholderen (5) på hoveddrammen (1) med fire spændeskiver (71) og fire skruer (60).

Montagen er nu afsluttet.



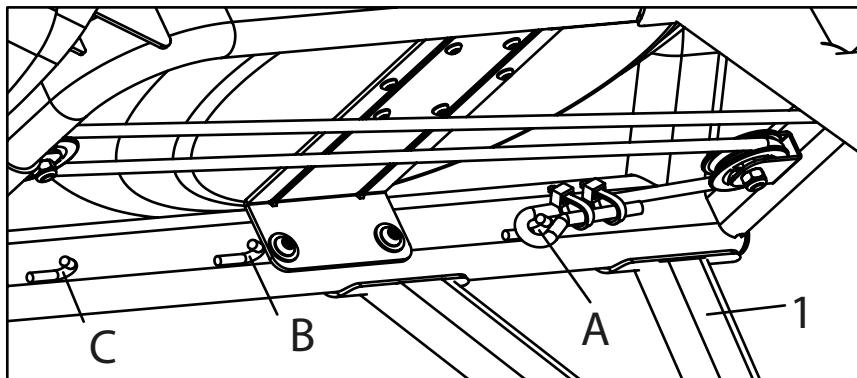
### Trin 6

Ved evt. ujævnheder i gulvet kan du stabilisere romaskinen ved at dreje på endekapperne på den bagerste fod (4).



## 2.4 Indstilling af romaskinen

### 2.4.1 Indstilling



Der er tre kroge (A, B, C) til træktovet på indersiden af rammen under vandtanken. Hvis du fastgør træktovet ved krog B eller C, understøtter dette træktovet tilbagetrækning. C svarer til den hurtigste tilbagetrækning.

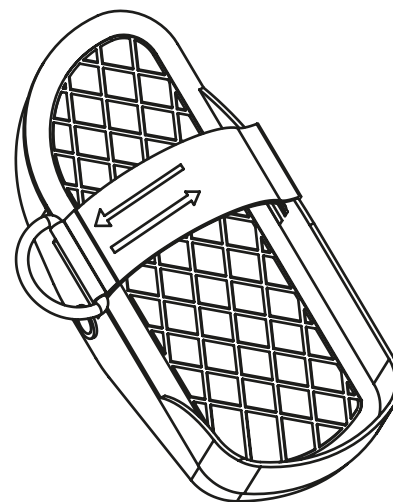
### 2.4.2 Indstilling af pedalerne

Pedalremmen kan justeres og tilpasses til brugerens skostørrelse.

For at indstille pedalremmen skal du åbne velcrolukningen ved at trække enden op og til venstre.

Når velcrolukningen er åben kan du justere pedalremmen ved at trække enden til højre.

For at fastgøre pedalremmen igen skal du trække enden af velcrolukningen op og til højre og dernæst nedad for at fastgøre remmen på dens velcroside.





## 2.4.3 Påfyldning og tømning af tanken

### ⚠ FORSIGTIG:

+ Vandet i tanken må ikke drikkes og skal bortskaffes efter tømning.

### ► OBS

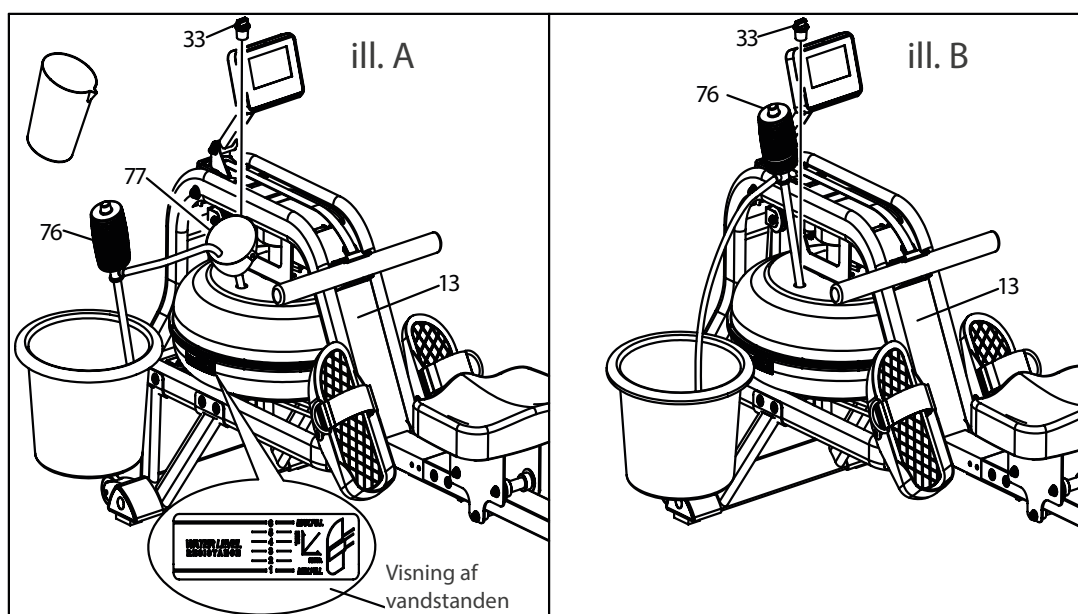
- + Tanken må udelukkende påfyldes med postevand fra vandhanen. Brug ikke destilleret vand.
- + Fyld ikke mere end den maksimale vandmængde i tanken, da det kan ugyldiggøre garantien. Du kan læse mere om den maksimale vandmængde i afsnittet omkring vandstand i dette kapitel.
- + Vi anbefaler at bruge klortabletter for at undgå alge- og kalkproduktion samt øvrige mulige skader på tanken. Brug udelukkende klortabletter til romaskiner.

1. Fjern proppen (33) fra den øvre tank (13).
2. Påfyldning: Sæt tragten (77) i tankåbningen og fyld tanken med vand ved hjælp af sugepumpen (76) eller et målebæger og en spand (ill. A).
3. Tømning: Stil en spand ved siden af romaskinen og pump vandet ud af tanken i spanden med sugepumpen (76) (ill. B).
4. Sæt proppen (33) i tanken (13) igen efter påfyldning/tømning og tør overskydende vand af på rammen.

### Vandstand

Vandstandsindikatoren befinder sig på oversiden af tanken (ill. A). Grundmodstanden kan tilpasses med vandmængden i tanken. Du kan finde den optimale vandmængde i den følgende tabel (1 = meget let; 6 = hårdt):

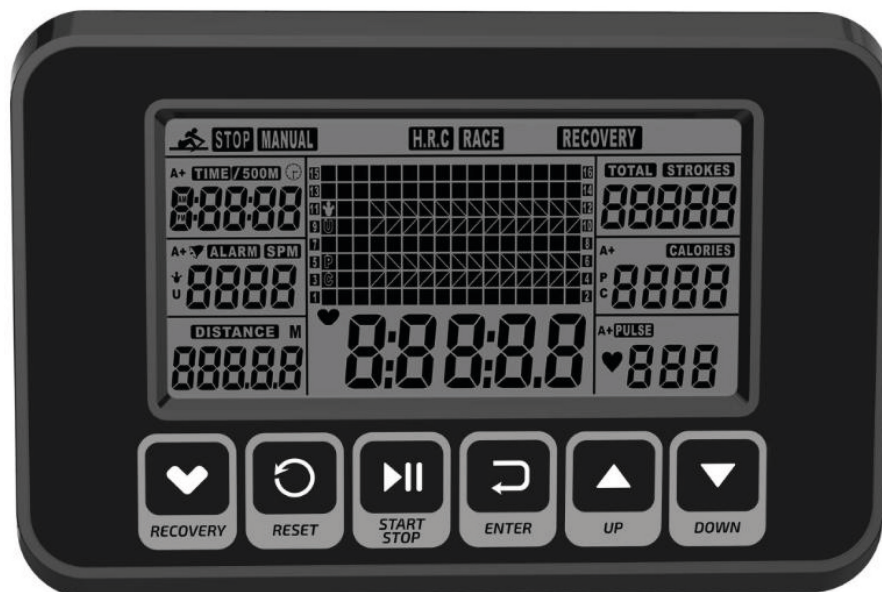
Trin	Vandmængde
1	8,5 L
2	9,5 L
3	10,5 L
4	11,1 L
5	11,9 L
6	12,8 L



### ⓘ BEMÆRK

Gør dig fortrolig med romaskinens funktioner og indstillingsmuligheder, før du begynder med træningen. Bed en fagmand om at uddybe den korrekte anvendelse, hvis du er i tvivl.

### 3.1 Konsolvisning



<b>TIME</b>	Indstil den ønskede træningstid med UP/DOWN tasterne (1 til 99 minutter) i trin à 1 minut.
<b>TIME/500M</b>	Din gennemsnitlige tid på 500 m vises automatisk.
<b>SPM</b>	Rotag i minuttet
<b>DISTANCE</b>	Indstil den ønskede træningsdistance med UP/DOWN tasterne (10 til 99900 m) i trin à 100 m.
<b>STROKES</b>	Indstil det ønskede antal rotag med UP/DOWN tasterne (10 til 9990 rotag) i trin à 10 rotag.
<b>TOTAL STROKES</b>	Viser det samlede antal rotag fra 0 til 9999

<b>CALORIES</b>	Indstil det ønskede kalorieforbrug med UP/DOWN tasterne (10 til 9990 kcal) i trin à 10 kalorier.
<b>HRC/PULSE</b>	Viser pulsen. I det manuelle træningsmodus kan du indstille en ønsket puls værdi med UP/DOWN tasterne (30 til 240) i trin à 1 BPM (hjerteslag i minuttet). HRC lyser øverst i displayet. Konsollen viser pulsen i løbet af træningen. Når du har opnået den indstillede værdi, lyser 'PULSE' op og det bipper, indtil du skifter over til et andet modus eller tager pulsbæltet af. Pulsmålingen fungerer kun med et 5 kHz pulsbælte.
<b>CALENDAR</b>	I sovemodus viser konsollen det aktuelle år, måned og dag.
<b>TEMPERATURE</b>	I sovemodus viser konsollen den aktuelle temperatur i rummet.
<b>CLOCK</b>	I sovemodus viser konsollen det aktuelle klokkeslæt.

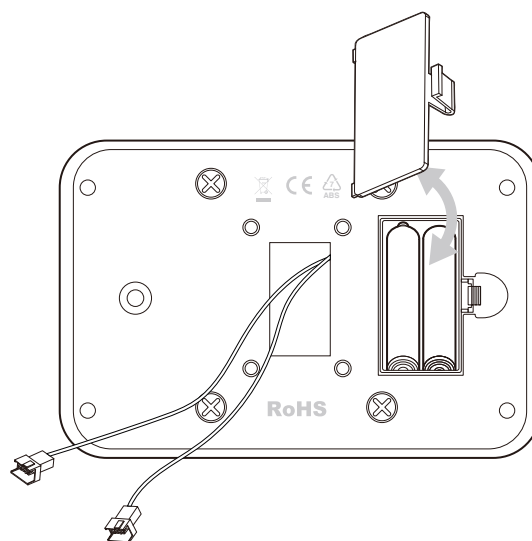
## 3.2 Tastfunktioner

<b>UP/DOWN</b>	Med disse taster kan du scrolle igennem forskellige valgmuligheder og indstille funktionsværdier.
<b>ENTER</b>	Med denne tast bekræfter du dit valg. Tryk på denne tast under træning for at scanne alle displayfunktioner.
<b>START/STOP</b>	Med denne tast starter og stopper du træningsprogrammet.
<b>RESET</b>	Med denne tast går du tilbage til hovedmenuen. Hold tasten trykket for at nulstille alle værdier.
<b>RECOVERY</b>	Med denne tast aktiverer du recovery programmet, der beregner dit fitnesslevel efter et afsluttet træningspas.

## 3.3 Batterirum

Konsollen drives af to AA 1,5V-batterier. Hvis konsollen ikke fungerer korrekt, er batterierne muligvis tomme. Følg instruktionerne for at udskifte batterierne.

1. Åbn låget til batterirummet og fjern batterierne.
2. Sæt to nye AA 1,5V-batterier i og luk låget igen.



### 3.4 Tænding og indstilling af udstyret

1. Læg to AA batterier i (inkluderet i leveringen).

Der lyder et signal i ca. to sekunder (ill. 1). Derefter skifter konsollen over til CLOCK & CALENDER MODE (ill. 2).

CLOCK lyser op.

2. Tryk på UP for at indstille klokkeslættet. Bekræft med ENTER. Tryk på UP for at indstille minutter. Bekræft med ENTER.
3. Fortsæt med at indstille året (STROKES i vinduet), måneden (CALORIES i vinduet) og dagen (PULSE i vinduet) med UP/DOWN tasterne. Bekræft hver indstilling med ENTER.

Når du har bekræftet indstillingen, blinker ALARM.

4. Tryk på ENTER for at overspringe alarmindstillingen.
5. Tryk på UP for at indstille en alarm.

En pil lyser op ved siden af ALARM.

6. Tryk på ENTER.

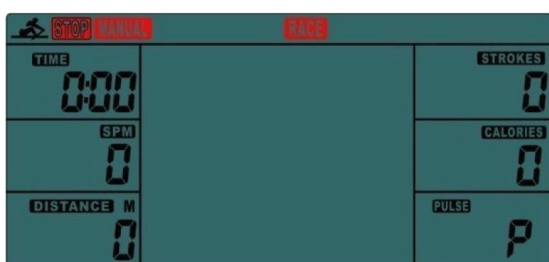
CLOCK vinduet lyser op.

7. Indstil alarmen med UP/DOWN tasterne. Bekræft med ENTER.

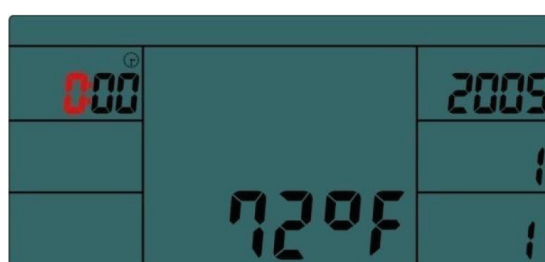
Konsollen skifter nu til SPORT visningen (ill. 3).

Når du befinder dig i SPORT visningen, blinker MANUAL og RACE.

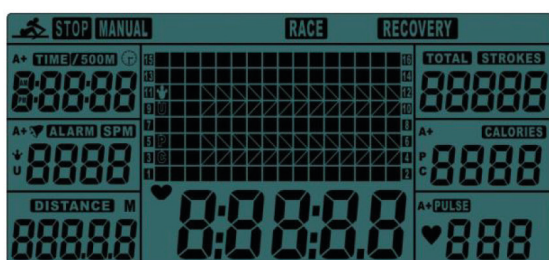
8. Vælg MANUAL eller RACE med UP/DOWN tasterne. Bekræft dit valg med ENTER.



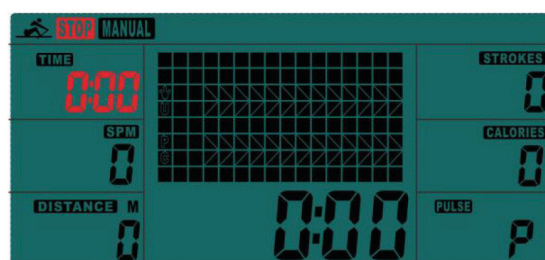
ill. 1



ill. 2



ill. 3



ill. 4

## 3.5 Programmer

### 3.5.1 MANUAL (Manuelt program)

#### ADVARSEL

Dit træningsudstyr er ikke et medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dette træningsudstyr kan være upræcis. Forskellige faktorerer kan have indflydelse på pulsmålingen og dens præcision. Pulsvisningen fungerer udelukkende som en træningshjælp.

#### Quick-Start (Hurtigstart)

1. Tryk på START for at starte træningen med det samme.

*Konsollen tæller dine træningsværdier.*

2. Tryk på STOP for at stoppe træningen.

#### Countdown:

1. Vælg MANUAL.

*Værdien for TIME lyser op.*

2. Indstil en TIME værdi for en countdown med UP tasten. Bekræft med ENTER.

#### BEMÆRK

Hvis du ikke ønsker at indstille en countdown, så tryk på ENTER for at gå videre til næste funktion. Du kan indstille værdier for DISTANCE (distance), STROKES (rotag), CALORIES (kalorier) eller PULSE (puls). Du kan dog kun indstille én funktionsværdi med countdown.

**For eksempel:** Hvis du har indstillet en værdi for TIME (tid), kan DISTANCE (distance) ikke indstilles.

3. Tryk på START for at starte træningen.

*STOP lyser ikke længere i displayet.*

*Når den udvalgte funktion er talt ned til nul eller du har trykket på STOP, stopper konsollen og viser gennemsnitsværdien.*

### 3.5.2 RACE program

1. Vælg RACE modus.

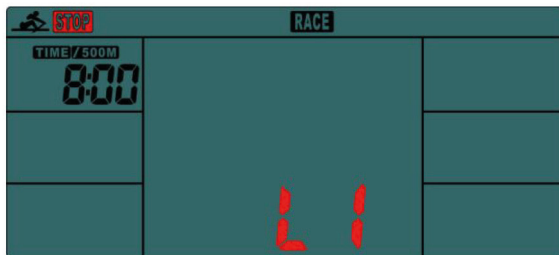
*L1 lyser op. TIME/500M viser 8:00.*

2. Vælg L1 til L15 med UP/DOWN tasterne. Bekræft med ENTER. Du kan nu indstille konkurrencens distance (500 til 10000 m), mens værdien for DISTANCE blinker.

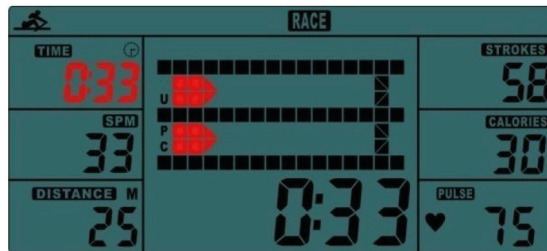
3. Tryk på ENTER og det valgte program lyser op i displayet.

Programmets værdier for TIME/500M er som følgende:

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00



ill. 5



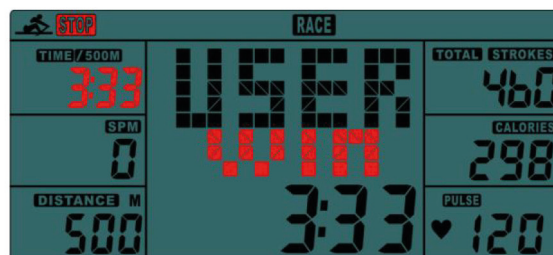
ill. 6

- Tryk på START for at starte træningen.

*STOP lyser ikke længere i displayet. USER og PC vises i matrixen (ill. 6).*

*Konsollen stopper, når enten brugeren eller konsollen har opnået den indstillede race distance. Derefter lyser enten "PC WIN" eller "USER WIN" i matrixen (ill. 7).*

- Når konkurrencen er forbi kan du trykke på START for at gentage konkurrencen igen.
- Tryk på RESET for at forlade RACE visningen.



ill. 7

### 3.5.3 RECOVERY program

- Denne romaskine er kompatibel med et 5 kHz puls bælte. Behold puls bæltet på efter træningspasset og tryk på RECOVERY.

*Alle funktionsvisninger stopper på nær TIME. TIME tæller ned fra 00:60 til 00:00.*

*Displayet viser din restitution puls med en bedømmelse fra F1 til F6.*

*F1 er meget god, hvorimod F6 er meget dårlig. Træn regelmæssigt for at forbedre din restitution puls.*

- Tryk igen på RECOVERY for at gå tilbage til den primære visning.

## 3.6 Yderligere informationer

### ALARM

Alarmen fungerer kun, når konsollen er i sovemodus. Alarmen går ikke i gang under træning. Hold RESET trykket for at gå til urvisningen og indstille alarmen.

### SLEEP MODE

Konsollen går i sovemodus, når romaskinen ikke bliver brugt i mere end fire minutter.

### BATTERY

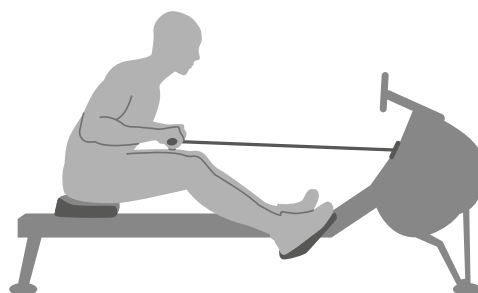
Romaskinen arbejder med to AA batterier, som er inkluderet i leveringen. En udskiftning af batterierne nulstiller alle værdier. Hvis der skulle opstå problemer med displayet bør du i første omgang udskifte batterierne. Det er vigtigt at udskifte begge batterier. Bland ikke forskellige typer af batterier. Bland ikke nye og gamle batterier. Bortskaf gamle batterier i henhold til regionale retningslinjer.

## 3.7 Hjælp til korrekt roning

### Kroppen bevæger sig i retning mod håndtaget

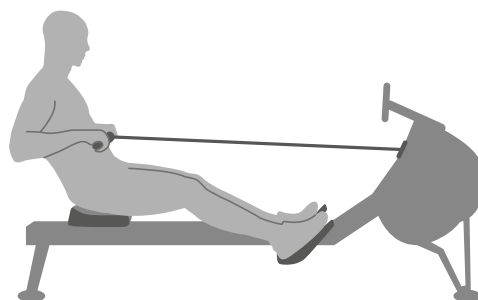
#### Forkert

I slutningen af bevægelsen trækkes kroppen foran mod håndtaget i stedet for at trække håndtaget til kroppen.



#### Korrekt

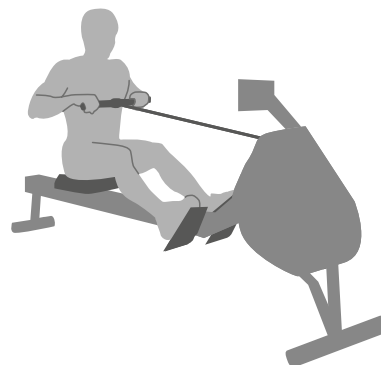
I slutningen af bevægelsen læner brugeren sig let tilbage, holder benene nede og overkroppen lige og trækker håndtaget ind til kroppen.



### Spredte albuer

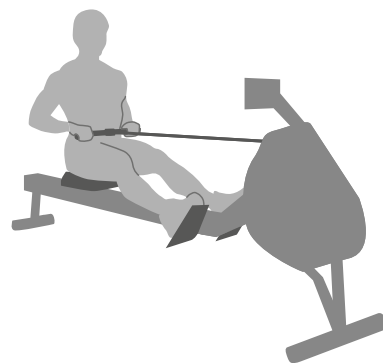
#### Forkert

Brugerens albuer står spredt ud fra kroppen ved slutningen af bevægelsen og håndtaget er i brysthøjde.



### **Korrekt**

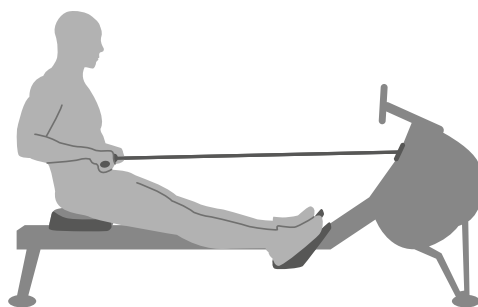
Træk i håndtaget med lige håndled og albuerne tæt ind til kroppen. Albuerne føres bag om kroppen mens håndtaget trækkes ind til taljen.



### **Strakte knæ**

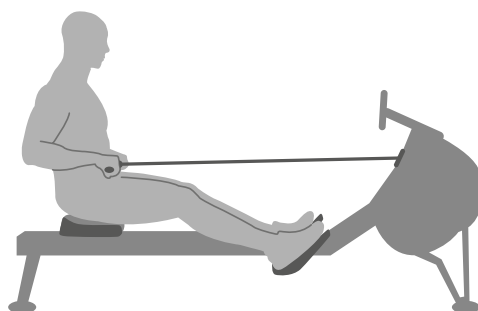
### **Forkert**

I slutningen af bevægelsen strækker brugeren benene og knæene helt igennem.



### **Korrekt**

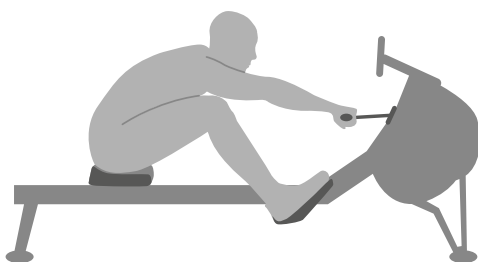
Sørg for at knæene altid er let bøjede, også i slutningen af bevægelsen, i stedet for at strække dem igennem.



### **Brugeren læner sig for meget forover**

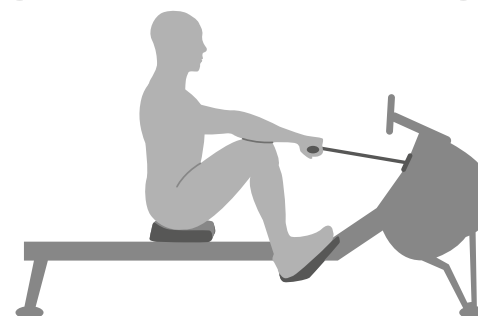
### **Forkert**

Kroppen lænes for meget forover. Skinnebenene er evt. ikke længere vertikale. Hovedet og skulderne vender mod fødderne. Kroppen befinder sig dermed i en svag position og har svært ved at gennemføre bevægelsen.



### **Korrekt**

Skinnebenene er i vertikal position. Kroppen trykkes mod benene, armene er strukket helt ud foran og kroppen er bøjet let forover. Denne position skal føles behagelig.

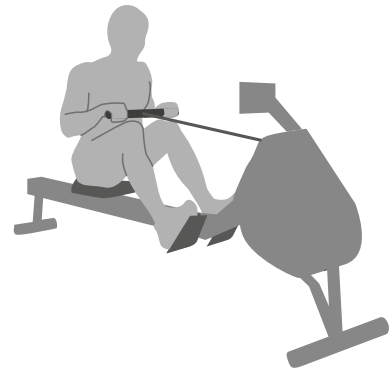




## Roning med bøjede arme

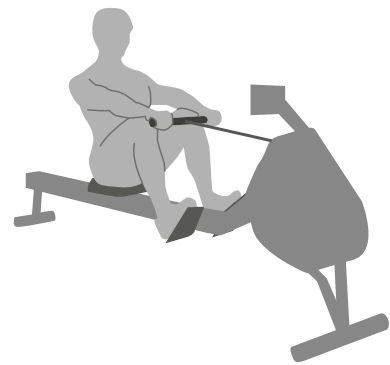
### Forkert

Brugeren starter bevægelsen med armene i stedet for at trykke med benene først.



### Korrekt

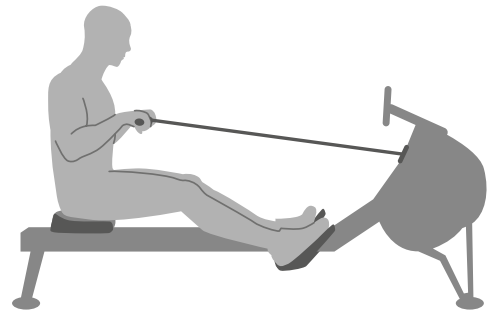
Brugeren starter bevægelsen ved først at trykke benene igennem, spænde ryggen og strække armene.



## Bøjede håndled

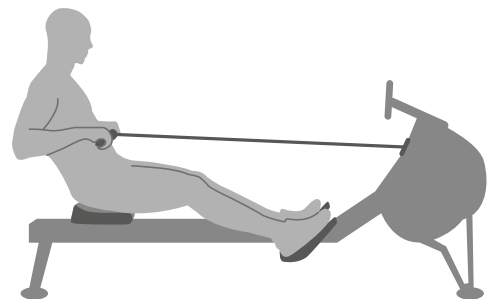
### Forkert

Brugeren bøjer håndleddene under træning.



### Korrekt

Ro altid med lige håndled.



## 4.1 Generelle anvisninger

### ⚠ ADVARSEL

- + Der skal vælges et opbevaringssted, hvor det er udelukket at tredjemand eller børn kan misbruge udstyret.
- + Hvis dit udstyr ikke råder over transporthjul, skal udstyret adskilles før transport.

### ▶ OBS

- + Kontrollér, at udstyret på det valgte opstillingssted er beskyttet mod fugt, støv og snavs. Opbevaringsstedet skal være tørt og have god ventilation og en konstant omgivelsestemperatur mellem 5°C og 45°C.

## 4.2 Transporthjul

### ▶ OBS

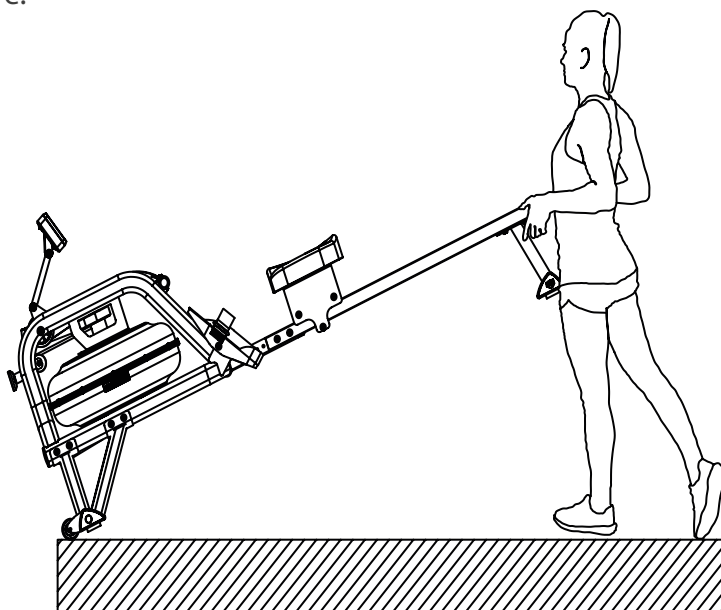
Hvis du ønsker at transportere dit udstyr over særlig følsom og blød gulvbelægning, som parket, gulvbrædder eller laminat, skal du lægge f.eks. pap eller lignende ud på transportstrækningen for at undgå eventuelle gulvskader.

1. Stil dig bag udstyret, og løft det lidt, indtil vægten hviler på transporthjulene. Nu kan du let skubbe udstyret hen til en ny position. For længere transportstrækninger skal udstyret adskilles og emballeres sikkert.
2. Vælg den nye placering under overholdelse af anvisningerne i afsnit 1.3 i denne brugsanvisning.

## 4.3 Sammenklapningsmekanisme

### ⓘ BEMÆRK

Af udstyret er sammenklappeligt og kan dermed opbevares pladsbesparende. Dette gør også transporten lettere.

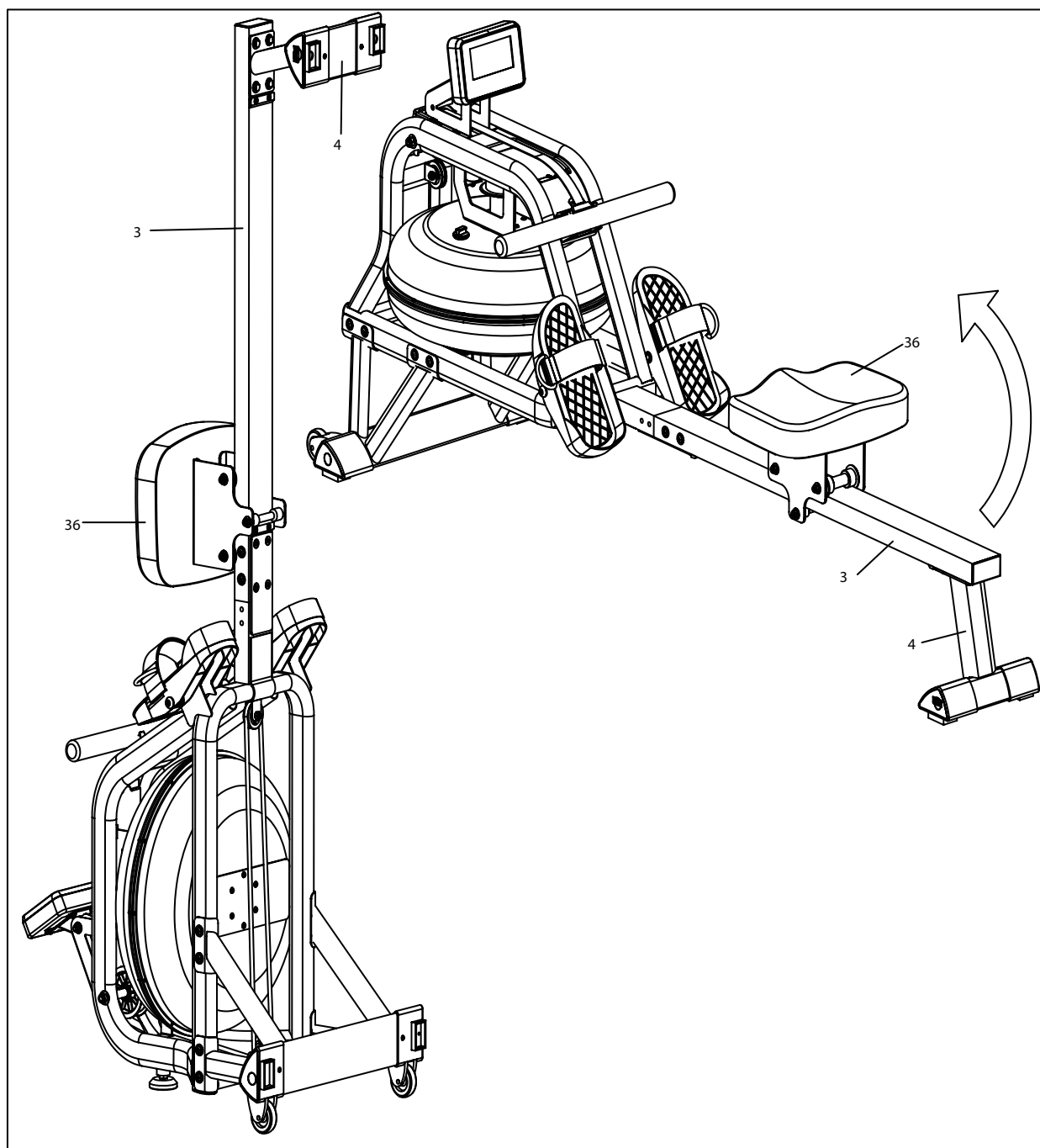


## 4.4 Opbevaring

### ⚠ FORSIGTIG:

- + Vær altid forsigtig med at stille romaskinen lodret op, da du kan ramme hovedet med den bagerste fod (4).
- + Skub sædet (36) helt frem på køreskinnen (3), da det ellers rutsjer ned, når du stiller romaskinen op!

Du kan med fordel opbevare romaskinen i lodret position, når den ikke er i brug. Løft romaskinen på den bagerste fod (4) for at stille romaskinen i lodret position. Tøm tanken før du opbevarer romaskinen, hvis den ikke bliver brugt i mere end en måned.



## 5.1 Generelle anvisninger



### ADVARSEL

- + Foretag ikke usagkyndige ændringer på udstyret.



### FORSIGTIG

- + Beskadigede eller udtjente komponenter kan påvirke din sikkerhed og udstyrets levetid. Udskift derfor straks beskadigede eller slidte komponenter. Kontakt i så fald din forhandler. Udstyret må ikke anvendes, før det er blevet repareret. Anvend ved behov kun originale reservedele.

### ► OBS

- + Udover de anvisninger og anbefalinger, der nævnes her, vedr. vedligeholdelse og pleje kan der være behov for yderligere service- og/eller reparationsydelser; disse ydelser må kun udføres af autoriserede serviceteknikere.

## 5.2 Fejl og fejldiagnose

Udstyret underkastes regelmæssigt kvalitetskontroller under produktionen. Der kan dog trods dette opstå fejl eller fejlfunktion på udstyret. Det er ofte enkeltdele, der er skyld i disse fejl, og udskiftning er oftest tilstrækkelig. De hyppigste fejl og afhjælpningen af dem findes i følgende oversigt. Hvis udstyret trods dette ikke fungerer korrekt, skal du kontakte din forhandler.

Fejl	Årsag	Afhjælpning
Display viser ingenting/fungerer ikke	Tomme batterier eller løse kabelforbindelser	Udskift batterier eller tjek stikforbindelser / adapter
Knirkende lyde	Skruerne er løse eller for faste	Tjek skruerne
Slæbende lyde på køreskinne	Køreskinne / -hjulene er snavsede eller køreskinne tør	Rengøring af køreskinne efterfulgt af smørelse med fedtfri silikone
Ingen pulsvisning	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Forstyrrende signaler i rummet</li> <li>+ Uegnet pulsbælte</li> <li>+ Positionering af pulsbælte ikke korrekt</li> <li>+ Pulsbælte defekt eller tomt batteri</li> <li>+ Pulsvisning defekt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Fjern forstyrrende signaler (fx smartphone, WiFi, robotstøvsuger osv.)</li> <li>+ Brug et egnet pulsbælte (se ANBEFALING AF TILBEHØR)</li> <li>+ Anbring pulsbæltet igen og/eller fugt elektroderne</li> <li>+ Udskift batterierne</li> </ul>

## 5.3 Service- og inspektionskalender

Romaskinen skal rengøres efter hver træning med en fugtig karklud (uden opløsningsmidler!) for at undgå beskadigelser, der kan forårsages af sved.

Følgende rutinetjek skal udføres i følgende tidsintervaller:

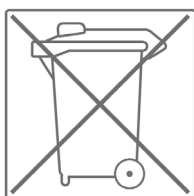
Del	Ugentligt	Månedligt	Hvert kvartal	Hvert halve år
Display konsol	R	I		
Smørelse af skinnen og bevægelige dele		I		
Kunststofafdækninger	R	I		
Skruer og kabelforbindelser		I		
Vandfarve/klor				I
Legende: R = rensning; I = inspektion				

Stabiliteten og kvaliteten af denne romaskine kan kun garanteres, hvis romaskinen regelmæssigt tjekkes for eventuelle beskadigelser eller tegn på slitage. Vær især opmærksom på følgende aspekter:

- + Det er udelukkende ejerens/brugerens ansvar at gennemføre et regelmæssigt tjek.
- + Sæt dig på sædet og træk i håndtaget for at sikre, at vandmodstandssystemet yder tilstrækkelig modstand. Tjek også, om sædet kører jævnt og stabilt henover skinnen.
- + Du kan bruge en smule smøreolie på et tørt stykke papir eller en klud for at smøre skinnen. Fordel et tyndt lag olie jævnt på skinnen, hvor hjulene kører henover. Fjern derefter overskydende olie.
- + Rens hjulene på skinnen med en absorberende og fnugfri klud.
- + Rens regelmæssigt vandet i tanken. Vandet skal regelmæssigt opfriskes med en klortablet (hver fjerde til sjette måned). Brug udelukkende klortabletter til romaskiner. En evt. brug af andre produkter ugyldiggør garantien og fører til skader på romaskinen.

## 6 BORTSKAFFELSE

Denne romaskine må ikke bortskaffes via normalt husholdningsaffald, men skal afleveres på en genbrugsplads som elektrisk og elektronisk affald. Yderligere informationer kan du få ved din lokale genbrugsplads.



Materialerne kan genbruges i henhold til deres mærkninger. Ved at genbruge materialer fra gamle redskaber bidrager du til miljøbeskyttelse.

Pb = Batteri indeholder mere end 0,004 masseprocent bly

Cd = Batteri indeholder mere end 0,002 masseprocent cadmium

Hg = Batteri indeholder mere end 0,0005 masseprocent kviksølv.

## 7 ANBEFALING AF TILBEHØR

For at gøre din træningsoplevelse endnu mere behagelig og effektiv anbefaler vi dig at supplere dit fitnessudstyr med tilhørende tilbehør. Det kan f.eks. være en **gulvmåtte**, der får dit fitnessudstyr til at stå sikkert og også beskytter gulvet mod dryppende sved, men det kan også være ekstra håndlister på bestemte løbebånd eller **silikonespray**, så bevægelige dele holdes i gang.

Hvis du har købt fitnessudstyr med pulstræning, og du vil træne efter din puls, anbefaler vi på det kraftigste, at du bruger et kompatibelt pulsbælte, da du derved garanteres en optimal overførsel af pulsen. Ved multmaskiner kan du evt. købe ekstra **trækhåndtag** eller **vægte**.

Vores sortiment af tilbehør byder på optimal kvalitet og gør træningen endnu bedre. Hvis du vil vide mere om kompatibelt tilbehør, kan du gå ind på vores webshop på siden med detaljer om produktet (dette gøres lettest ved at indtaste varenummeret i søgefeltet øverst) og køre ned på siden til det anbefalede tilbehør. Alternativt kan du bruge den tilbudte QR-kode. Du kan naturligvis også kontakte vores kundeservice: Telefonisk, via e-mail, i en af vores filialer eller ved hjælp af vores kanaler for sociale medier. Vi er altid klar til at hjælpe dig!



Gulvmåtte



Pulsbælte



Håndklæder



Silikonespray



Kontaktgel

## 8.1 Serienummer og modelbetegnelse

For at vi kan yde så god en service som muligt, bedes du have **modelbetegnelse**, **varenummer**, **serienummer**, **eksplosionstegning** og **listen over delene** ved hånden. De forskellige muligheder for kontakt findes i kapitel 10 i denne brugsanvisning.

### ❗ BEMÆRK

Serienummeret på dit udstyr er unikt. Det findes på den hvide mærkat. Den nøjagtige placering af denne mærkat fremgår af følgende illustration.



Skriv serienummeret i det tilhørende felt.

**Serienummer:**

**Mærke/kategori:**

**Modelbetegnelse:**

**Varenummer:**

## 8.2 Reservedelsliste

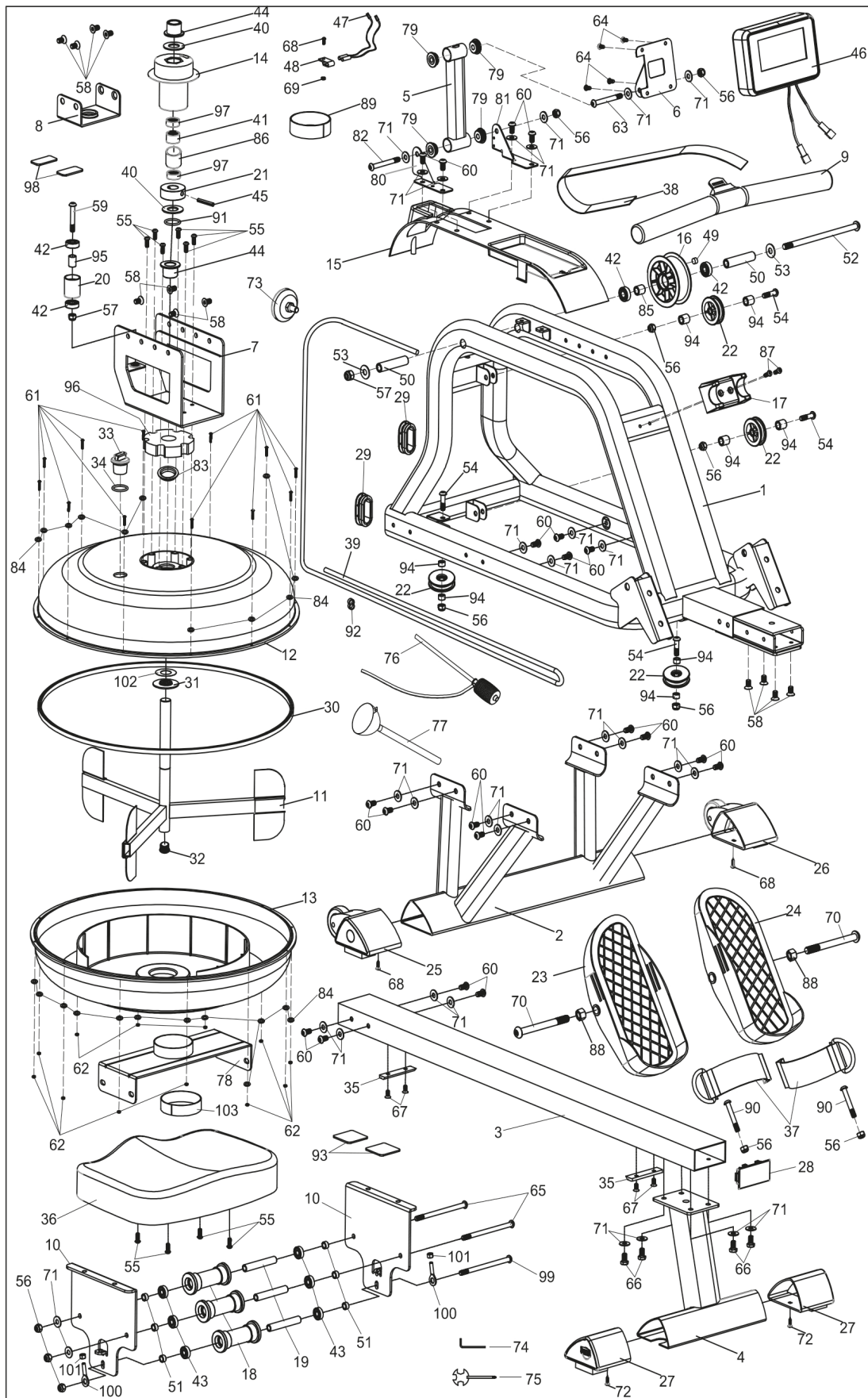
Nr.	Betegnelse (ENG)	Specifikation	Antal
01	Main frame		1
02	Front stabilizer		1
03	Slide Rail	SPHC,T=1.5	1
04	Rear Stabilizier		1
05	Support for Computer		1
06	Support Plate		1
07	Tank Plate		1
08	Plate for Bushing	SPHC,T=3.0	1
09	Handlebar		1
10	Seat Carriage	SPHC,T=4.0	2
11	Impeller	Yellow	1
12	Upper Tank	PC	1
13	Lower Tank	PC	1
14	Mesh Belt Wheel		1
15	Decorate Cover	HIPS, black	1
16	Belt Wheel	POM, black	1
17	Handlebar Seat	HIPS, black	1
18	Roller	POM, black	3
19	Roller Spacer		3
20	Guide Roller	POM, black	1
21	Magnet Seat	POM, black	1
22	Bungee Pulley with 608 bearing	POM, black	4
23	Left Pedal	PP, black	1
24	Right Pedal	PP, black	1
25	Left End Cap		1
26	Right End Cap		1
27L/R	Adjustable End Cap		2
28	Rail End Cap	PP, black	1
29	Oval Plug	PP, black	2
30	Rubber Sealing Ring	Rubber, black	1
31	Impeller Shaft Seal	Rubber, black	1
32	Round Plug	PP, black	1
33	Fill Plug	Rubber, black	1



34	O Shape Ring	Rubber, black	1
35	Limit Pad	Rubber, black	2
36	Seat	PU, black	1
37	Pedal Strap	PP, black	2
38	Strap	Nylon, black	1
39	Bungee Cord	Nylon, black	1
40	Plastic Washer	POM, black	2
41	One Way Bearing HFL2016	HFL2026	1
42	Bearing 6000ZZ	6000ZZ	4
43	Bearing 608ZZ	608ZZ	6
44	Bushing		2
45	Pin 6x40	Ø6.0*40	1
46	Computer		1
47	Sensor Wire		1
48	Sensor Holder	Nylon, black	1
49	Magnet	Ø10*5	1
50	Spacer for Mesh Belt Wheel	Ø16* Ø10.2*69	2
51	Short Spacer	Ø12.7* Ø8.2*13	6
52	Screw M10x185	M10*185	1
53	Washer	OD25*ID10.5*2.0	2
54	Screw M8x30	M8*30	4
55	Screw M6x15	M6*15	10
56	Nylon Lock Nut M8	M8	9
57	Nylon Lock Nut M10	M10	2
58	Flat Screw M8x55	M8*15	12
59	Screw M10x55	M10*55	1
60	Screw M8x15	M8*15	20
61	Screw M3x20	M3*20	12
62	Nylon Lock Nut M3	M3	12
63	Screw M8x65	M8*65	1
64	Screw M5x12	M5*12	4
65	Screw M8x125	M8*125	2
65	Screw	M8*125	3
66	Hex Head Screw M8x15	M8*15	4
67	Flat Cross Screw M6x10	M6*10	4
68	Cross Screw M4x12	M4*12	3

69	Nylon Lock Nut M4	M4	1
70	Screw M12x125	M12*125	2
71	Flat Washer	OD20*ID8.5*1.5	31
72	Screw	ST4.2*16	2
73	Knob		1
74	Allen Key	S5	1
75	Allen Wrench	S13-S17	1
76	Pumping Siphon		1
77	Funnel		1
78	Lower Tank Plate	SPHC,T=3.0	1
79	Plastic Bushing	Ø27* Ø8.2*10	4
80	Sensor Bracket L	SPHC,T=2.0	1
81	Sensor Bracket R	SPHC,T=2.0	1
82	Screw M8x75	M8*75	1
83	Sealing Ring for Upper Tank	Rubber, black	1
84	Stainless Washer M3	M3	24
85	Spacer for Belt Wheel		1
86	Steel Sleeve		1
87	Cross Screw M6x15	M6*15	2
88	Hex Nut M10	M10	2
89	Hook Pad	PP,W25,black	1
90	Screw	M8*60	2
91	Stainless Washer	Φ35*Φ20.2*1.0	1
92	Aluminium Clasp		1
93	Lower pad	50*25*T2.0	2
94	Spacer for roller	OD15*ID8.0*4.1	8
95	Spacer for Gider Roller	Φ14*1.5*19, ABS+PC, black	1
96	Foam Spacer	Φ98*Φ28*20	1
97	Taper Roller Bearing	HK2010	2
98	Upper pad	25*25*T2.0	4
99	Bolt	M8*130	1
100	Nut	M6	2
101	Adjust bolt	M6*30	2
102	PC board		1
103	Ring		1

## 8.3 Eksplosionstegning



Træningsudstyr fra Darwin® underkastes en streng kvalitetskontrol. Hvis fitnessudstyr købt hos os mod forventning skulle vise sig ikke at fungere perfekt, beklager vi dette meget og beder dig kontakte den oplyste kundeservice. Vi hjælper dig altid gerne via vores tekniske hotline.

### **Fejlbeskrivelser**

Dit træningsudstyr er udviklet således, at det altid giver mulighed for træning af høj kvalitet. Skulle der mod forventning opstå et problem bedes du starte med at læse brugsanvisningen. Ønsker du yderligere problemløsning, bedes du kontakte Fitshop eller ringe på vores gratis service-hotline. For at opnå den hurtigst mulige problemløsning bedes du beskrive fejlen så nøjagtigt som muligt.

Ud over den lovbestemte garanti yder vi en garanti på alt fitnessudstyr købt hos os iht. nedenstående bestemmelser.

### **Dine rettigheder iht. loven påvirkes ikke af disse bestemmelser.**

### **Garantiindehaver**

Garantien tilhører førstekøberen/enhver person, der får et produkt købt som nyt i gave af en førstekøber.

#### **Garantiperioder**

Fra du modtager dit træningsudstyr påtager vi os de(n) garantiperiode(r), der fremgår af vores onlineshop. Garantiperioden, der er gældende for dit specifikke træningsudstyr, finder du på den respektive produktside.

### **Reparationsudgifter**

Vi vælger, om der skal ske enten reparation, udskiftning af beskadigede enkeltdele eller komplet udskiftning. Reservedele, som man selv skal anbringe ved opstilling af udstyret, skal udskiftes af garantiindehaveren selv og er ikke omfattet af reparationen. Efter udløb af garantiperioden for reparationsudgifter er der kun garanti på dele, som ikke omfatter reparation-, monterings- og forsendelsesomkostninger.

### **Brugtiderne defineres som følger:**

- + Hjemmebrug: Udelukkende privat anvendelse i private hjem op til 3 timer dagligt
- + Semiprofessionel brug: Op til 6 timer dagligt (f.eks. fysioterapi, hoteller, foreninger, motionsrum i virksomheder)
- + Professionel brug: Mere end 6 timer dagligt (f.eks. fitnesscentre)

### **Garantiservice**

Under garantiperioden repareres eller erstattes udstyr, der på grund af materiale- eller fabrikationsfejl er defekt, efter vores valg. Udskiftet udstyr eller dele af udstyr tilhører os. Garantiydelser medfører ikke en forlængelse af garantiperioden og udløser heller ikke en ny garanti.

## Garantibetingelser

For at gøre krav gældende om garanti skal du gøre følgende:

Kontakt kundeservice pr. e-mail eller telefon. Hvis produktet skal indsendes til reparation under garantien, påhviler omkostningerne forhandleren. Efter udløb af garantien påhviler transport- og forsikringsomkostningerne køberen. Hvis defekten er omfattet af vores garantiydelse, får du et stk. repareret eller nyt udstyr tilbage.

### Garantikrav er udelukket ved skader på grund af:

- + Misbrug eller usagkyndig behandling
- + Miljøpåvirkninger (fugt, varme, overspænding, støv etc.)
- + Tilsidesættelse af de sikkerhedsforanstaltninger, der gør sig gældende for udstyret
- + Tilsidesættelse af brugsanvisningen
- + Anvendelse af vold (f.eks. slag, stød, fald)
- + Indgreb, der ikke er foretaget af den af os autoriserede serviceadresse
- + Egenhændige forsøg på reparation

### Købskvittering og serienummer

Vær opmærksom på, at du skal kunne fremvise fakturaen for udstyret i tilfælde af garanti. For at vi kan identificere din modelversion samt af hensyn til vores kvalitetskontroller har vi ved alle henvendelser vedr. service brug for oplysning om udstyrets serienummer. Hav derfor så vidt muligt allerede serienummer samt kundenummer ved hånden, når du ringer til vores service-hotline. Dette gør det lettere at give dig en hurtig behandling.

Hvis du har problemer med at finde serienummeret på dit træningsudstyr, kan vores service-medarbejdere hjælpe dig på vej.

### Service uden for garantien

I tilfælde af mangler på dit træningsudstyr efter udløb af garantien eller i situationer, som ikke er omfattet af garantiydelsen, som f.eks. almindelig slitage, står vi gerne til rådighed for et individuelt tilbud. Kontakt venligst vores kundeservice, så vi sammen kan finde en hurtig og billig løsning af problemet. I disse tilfælde betaler du selv forsendelsesomkostningerne.

### Kommunikation

Mange problemer kan løses med blot en samtale med os i egenskab af din fagmand. Vi ved, hvor vigtig hurtig og ukompliceret problemafhjælpning er for dig som bruger af træningsudstyret, så du kan træne med glæde uden de store afbrydelser. Derfor er vi også interesseret i en hurtig og ubureaukratisk løsning på dit problem. Hav derfor venligst dit kundenummer og serienummeret på det defekte udstyr ved hånden.

DE		DK		FR			
<p><b>TEKNIK</b></p> <p>☎ +49 4621 4210-900</p> <p>☎ +49 4621 4210-698</p> <p>✉ <a href="mailto:technik@sport-tiedje.de">technik@sport-tiedje.de</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 80 90 16 50</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.dk">info@fitshop.dk</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ +33 (0) 172 770033</p> <p>+49 4621 4210-933</p> <p>✉ <a href="mailto:service-france@fitshop.fr">service-france@fitshop.fr</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>			
<p><b>SERVICE</b></p> <p>☎ 0800 20 20 277 (gratis)</p> <p>✉ <a href="mailto:info@sport-tiedje.de">info@sport-tiedje.de</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 21:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 21:00</p> <p>🕒 Sø 10:00 - 18:00</p>		<th colspan="2">PL</th>		PL			
		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.pl">info@fitshop.pl</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<th colspan="2">BE</th>		BE	
				<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 42 10-932</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.be">info@fitshop.be</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>			

UK		NL		INT			
<p><b>TEKNIK</b></p> <p>☎ +44 141 876 3986</p> <p>✉ <a href="mailto:support@powerhousefitness.co.uk">support@powerhousefitness.co.uk</a></p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ +31 172 619961</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.nl">info@fitshop.nl</a></p> <p>🕒 Ma-to 09:00 - 17:00</p> <p>🕒 Fr 09:00 - 21:00</p> <p>🕒 Lø 10:00 - 17:00</p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ +49 4621 4210-944</p> <p>✉ <a href="mailto:service-int@sport-tiedje.de">service-int@sport-tiedje.de</a></p> <p>🕒 Ma-fr 8am - 6pm</p> <p>🕒 Lø 9am - 6pm</p>			
<p><b>SERVICE</b></p> <p>☎ +44 141 876 3972</p> <p>🕒 Ma-fr 9am - 5pm</p>		<th colspan="2">AT</th>		AT			
		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 0800 20 20 277 (gratis)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p>✉ <a href="mailto:info@sport-tiedje.at">info@sport-tiedje.at</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<th colspan="2">CH</th>		CH	
				<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p>✉ <a href="mailto:info@sport-tiedje.ch">info@sport-tiedje.ch</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>			

På denne webside finder du en detaljeret oversigt inkl. adresse og åbningstider for alle filialer tilhørende Sport-Tiedje Group i ind- og udland:

[www.fitshop.dk/oversigt-over-sport-tiedje-butikker](http://www.fitshop.dk/oversigt-over-sport-tiedje-butikker)

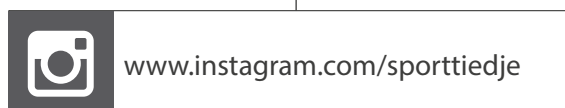
# VI LEVER FOR FITNESS

## WEBSHOP OG SOCIALE MEDIER

Sport-Tiedje er med sine nuværende 80 filialer Europas største fagmarked for fitnessmaskiner til hjemmebrug og en af de mest ansete online-forhandlere af fitnessudstyr på verdensplan. Privatkunder foretager bestillinger via vores 25 webshops på det pågældende lands sprog eller får sammensat deres drømmeudstyr i lokale filialer. Derudover er virksomheden leverandør af professionelle maskiner til udholdenheds- og styrketræning til fitnesscentre, hoteller, sportsforeninger, firmaer og fysioterapeuter.

Sport-Tiedje tilbyder et bredt sortiment af træningsmaskiner fra kendte producenter, egne udviklede produkter af høj kvalitet og en lang række serviceydelser, f.eks. opstillingservice og idrætsvidenskabelig rådgivning før og efter købet. Til dette formål har virksomheden ansat en lang række idrætsforskere, fitnessstrænere og eliteudøvere.

Besøg os også på vores platforme for sociale medier eller på vores blog!



**TAURUS**

The logo for cardiostrong, featuring the word "cardiostrong" in a blue sans-serif font with a stylized blue and white wave graphic on either side.

**BODYCRAFT**

The logo for cardiojump, featuring a stylized blue and orange figure jumping inside a circle, followed by the word "cardiojump" in a bold, lowercase sans-serif font.





DARWIN **RM50**