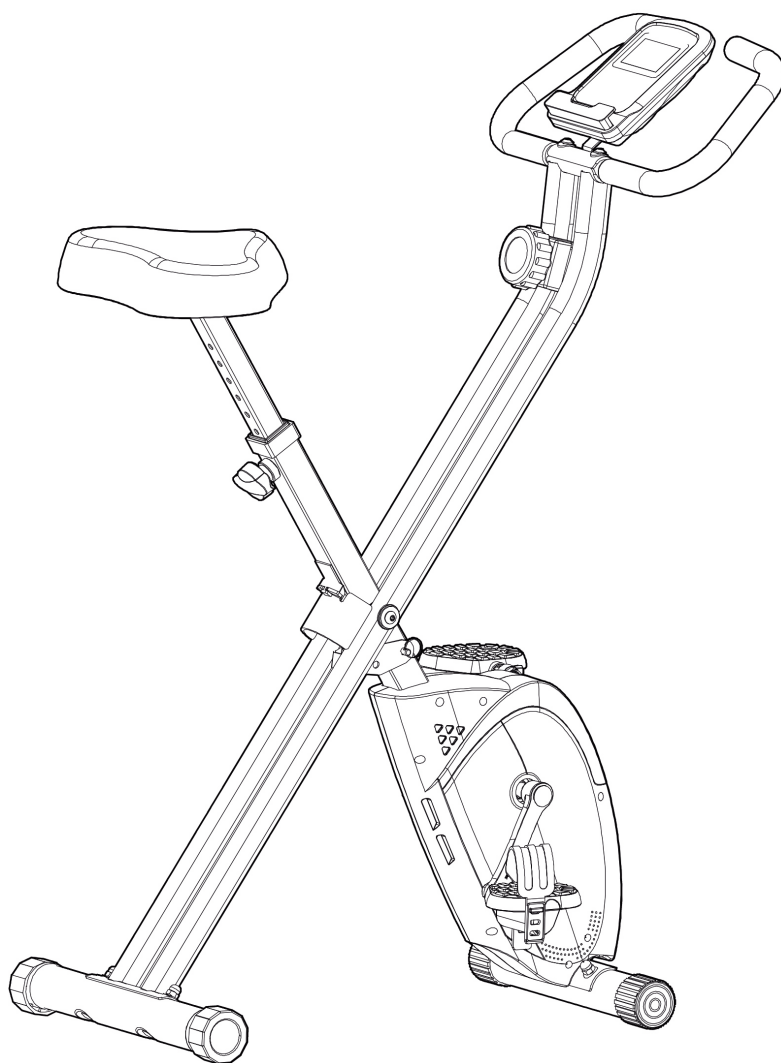


# **DUKEFITNESS**

## MONTAGE- OG BRUGSVEJLEDNING



max. 100 kg



~ 30 Min.



16 kg

L 80 | B 40 | H 113

DUKEXB30.01.07

Vare-nr. DU-XB30

MOTIONS CYKEL **XB30**



# Indholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>GENERELLE OPLYSNINGER</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	Montering	12
<b>3</b>	<b>BRUGSANVISNING</b>	<b>19</b>
3.1	Konsollens display	19
3.2	Tastfunktioner	20
3.3	Programmer	20
3.3.1	Quick-Start-program	20
3.3.2	Målprogrammer	20
3.4	Batteri	20
<b>4</b>	<b>OPBEVARING OG TRANSPORT</b>	<b>21</b>
4.1	Generelle anvisninger	21
4.2	Transporthjul	21
4.3	Sammenklapningsmekanisme	22
4.3.1	Sammenklapning af maskinen	22
4.3.2	Udklapning af maskinen	22
<b>5</b>	<b>FEJLAFHJÆLPNING, PLEJE OG VEDLIGEHOLDELSE</b>	<b>24</b>
5.1	Generelle anvisninger	24
5.2	Fejl og fejldiagnose	24
5.3	Kalender for vedligeholdelse og inspektion	25
<b>6</b>	<b>BORTSKAFFELSE</b>	<b>25</b>
<b>7</b>	<b>ANBEFALING AF TILBEHØR</b>	<b>26</b>
<b>8</b>	<b>RESERVEDELSBESTILLING</b>	<b>27</b>
8.1	Serienummer og modelbetegnelse	27
8.2	Reservedelsliste	28

8.3 Eksplosionstegning 30

9 GARANTI 31

---

10 KONTAKT 33

---



## Kære kunde

Tak, fordi du har valgt en fitnessmaskine af mærket Duke Fitness. Duke Fitness tilbyder fitnessudstyr, der gør det nemt at starte med at træne, holde sig i form og tabe sig. Vi vil gerne hjælpe dig med at opnå dine træningsmål på en hurtig, men også langvarig måde, og håber, at din nye træningsmaskine hjælper dig med dette. Skulle du dog have spørgsmål omkring din træning eller erhvervede maskine, eller ønsker du måske at udvide dit træningsudstyr med yderligere maskiner, så tøv endelig ikke med at kontakte os. Vi ønsker dig god fornøjelse!

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

### Tilsluttet 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 erhvervsmæssig/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 Flensborg  
Moms-nr.: DE813211547

## ANSVARFRASKRIVELSE



©2019 Duke Fitness 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

### LCD - Visning af

- + Hastighed
- + Træningstid
- + Træningsafstand
- + Kalorieforbrug

Modstandssystem: manuelt bremsesystem  
Modstandstrin: 8

### Vægt og dimensioner

Artikelvægt (brutto, inkl. emballage): 18 kg  
Artikelvægt (netto, uden emballage): 15,8 kg

Emballagemål (L x B x H): ca. 117 cm x 40 cm x 22 cm  
Opstillet mål (L x B x H): ca. 85 cm x 40 cm x 113 cm  
Sammenklappelige mål (L x B x H): ca. 38 cm x 40 cm x 134 cm

Svingmasse: 3 kg

Maksimal brugervægt: 100 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.
- + 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**

- + 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**

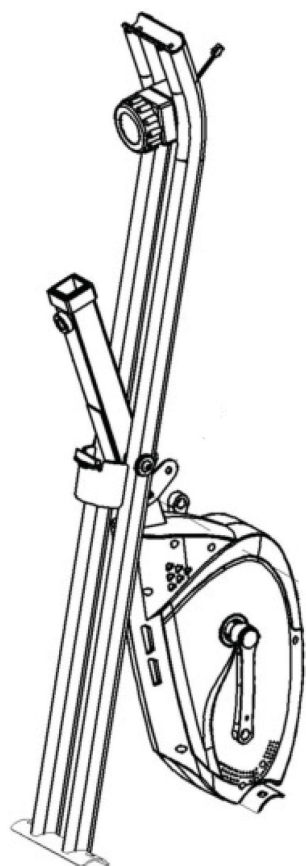
- + For at gøre opstillingen så nem som mulig, kan der allerede være monteret et par skruer og møtrikker på forhånd.
- + Opstil så vidt muligt udstyret dér, hvor det senere skal bruges.

## 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**

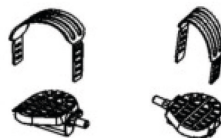
Hvis dele af pakkens indhold mangler eller er beskadiget, må der ikke foretages opstilling.



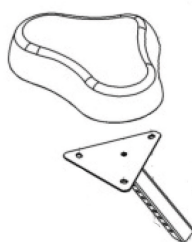
Forreste og bageste ramme  
(1 & 2)



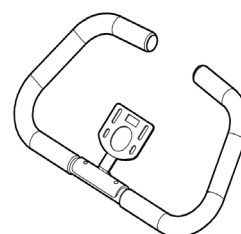
Konsol  
(70)



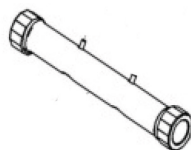
Pedaler med pedalremme  
(76L/64L & 76R/64R)



Sadelpind og sadelpude  
(3 & 56)



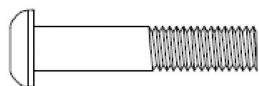
Styr (4)



Bagerste standerfod  
(6)



Forreste standerfod  
(5)



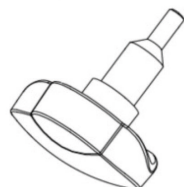
Unbrakoskrue (27)  
x2



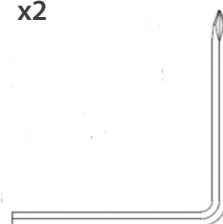
Fjederskive (28)  
x2



Bølgeskive (29)  
x2



Justeringskrue (55)



5 mm unbrakoskrue med  
Phillips-skrueetrækker



13-19 mm skruenøgle

## 2.3 Montering

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

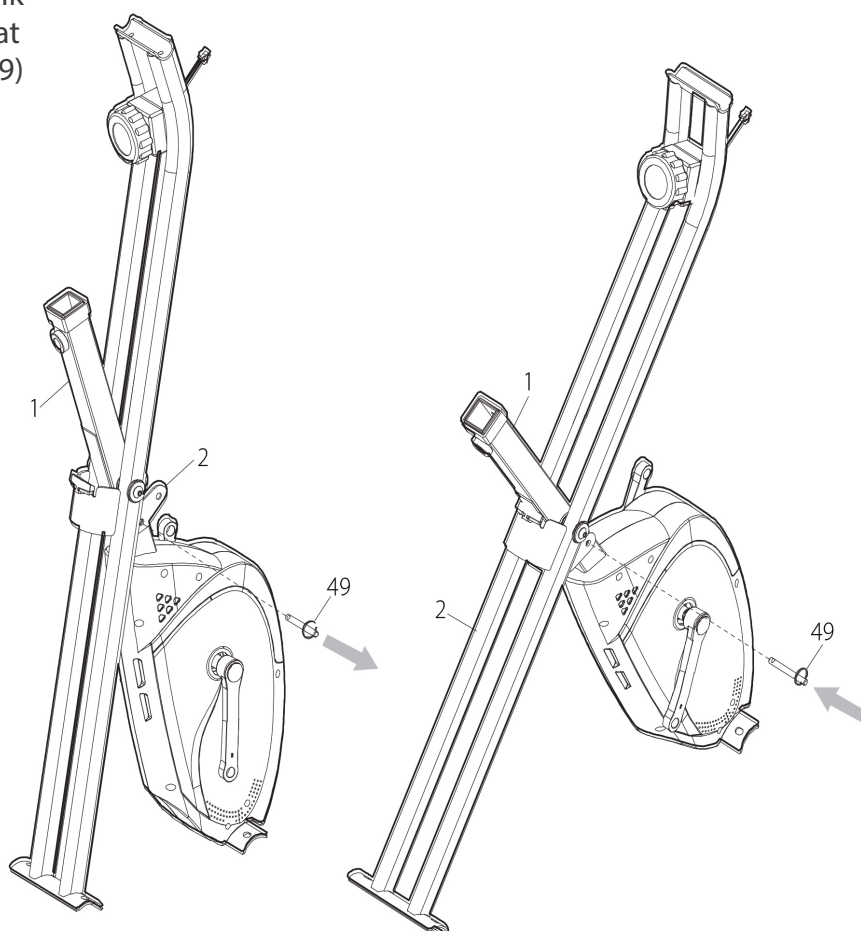
### ❗ BEMÆRK

- + Skru først alle dele løst sammen, og kontrollér, om pasformen er korrekt. Skal du først spænde skrueene 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.
- + Monteringen findes også som video under følgende link: <https://www.fitshop.dk/duke-fitness-motionscykel-xb30-du-xb30#product-assembly>. Alternativt kan du også scanne QR-koden for direkte at åbne videoen.



### Trin 1: Udfoldning

1. Fjern transportsikringen/materialet.
2. Fjern sikkerhedsstiften (49) fra den bagerste ramme (2).
3. Placer enheden ved at trække den bagerste (2) og forreste ramme (1) fra hinanden.
4. Juster de øverste stifthuller på begge rammestykker, så de flugter med hinanden. Klik ramedelene sammen ved at skubbe sikkerhedsstiften (49) gennem begge huller.





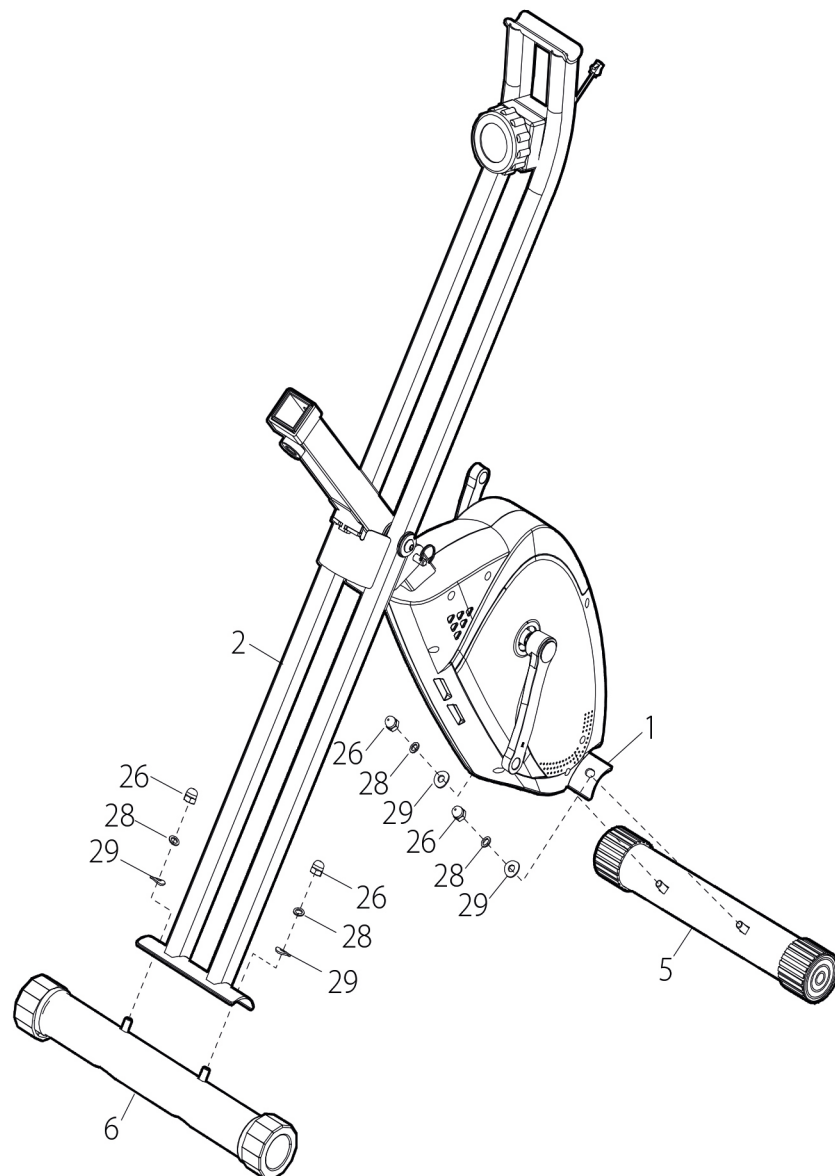
## Trin 2: Montering af forreste og bagerste standerfod

1. Fjern først plastikdækslet fra den bagerste ramme (2).

❶ **BEMÆRK**

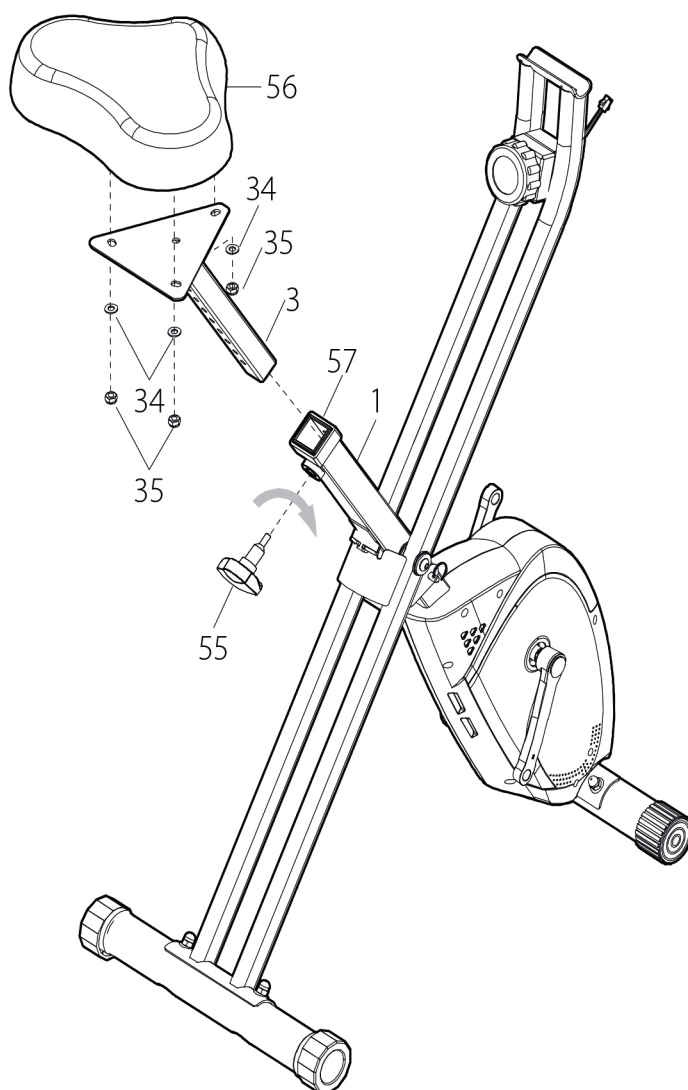
Plastikdækslet er en transportbeskyttelse.

2. Fjern de fire møtrikker (26), de fire fjederskiver (28) og de fire underlagsskiver (29) fra den forreste standerfod (5) og den bagerste standerfod (6).
3. Fastgør den forreste standerfod (5) med transportrullerne til den forreste ramme (1) med to hjulmøtrikker (26), to fjederskiver (28) og to bølgeskiver (29). Tilspænd hjulmøtrikkerne (26) med en 13-19 mm skruenøgle.
4. Fastgør det bagerste standerfod (6) til den bagerste ramme (2) med to hjulmøtrikker (26), to fjederskiver (28) og to bølgeskiver (29). Spænd hjulmøtrikkerne (26) med en 13-19 mm skruenøgle.



### Trin 3: Montering af sadlen

1. Fjern de tre underlagsskiver (34) og de tre møtrikker (35) fra sadelpuden (56).
2. Tilpas boltehullerne i bunden af sadelpuden (56) til hullerne øverst på sadelpinden (3). Fastgør sadelpuden (56) til sadelpinden (3) med tre underlagsskiver (34) og tre møtrikker (35). Spænd hjulmøtrikkerne med en 13-19 mm skruenøgle.
3. Når du har monteret sadelpuden (56) på sadelpinden (3), skal du sætte sadelpinden (3) gennem plastbøsningen (57) og ind i sadelrøret på den forreste ramme (1).
4. Skru justeringskruen (55) i gennem det forborede hul på bagsiden af den forreste ramme (1). Drej justeringskruen (55) med uret, og sørg for, at sikkerhedsstiften på justeringskruen (55) kan nå et af hullerne på sadelpinden (3), inden den strammes helt.



## Trin 4: Montering af pedalerne

### ❗ BEMÆRK

Krumtaparme, pedaler, pedaltråde og pedalremme er markeret med "R" for højre og "L" for venstre.

1. Fjern venstre nylonmøtrik (52L) fra venstre pedal (64L) og højre nylonmøtrik (52R) fra højre pedal (64R). Fastgør venstre pedalrem (76L) til venstre pedal (64L) og højre pedalrem (76R) til højre pedal (64R).
2. Venstre pedal: Sørg for, at pedalen er lige, og fastgør venstre pedal (64L) til venstre krankarm (43L) gennem det forborede hul. Drej pedaltråden på venstre pedal (64L) mod uret med hånden.
3. Skru nylonmøtrikken (52L), der blev løsnet fra venstre pedal (64L), på den fremspringende pedaltråd med uret. Skru venstre pedal (64L) på, og spænd den med 13-19 mm skruenøglen.
4. Med den venstre pedal (64L) strammet, skal du tage den anden 13-19 mm skruenøgle og bruge den til at stramme den venstre nylonmøtrik (52L) ved at dreje den med uret.

### ▶ BEMÆRK

Monter kun venstre pedal (64L) mod uret.

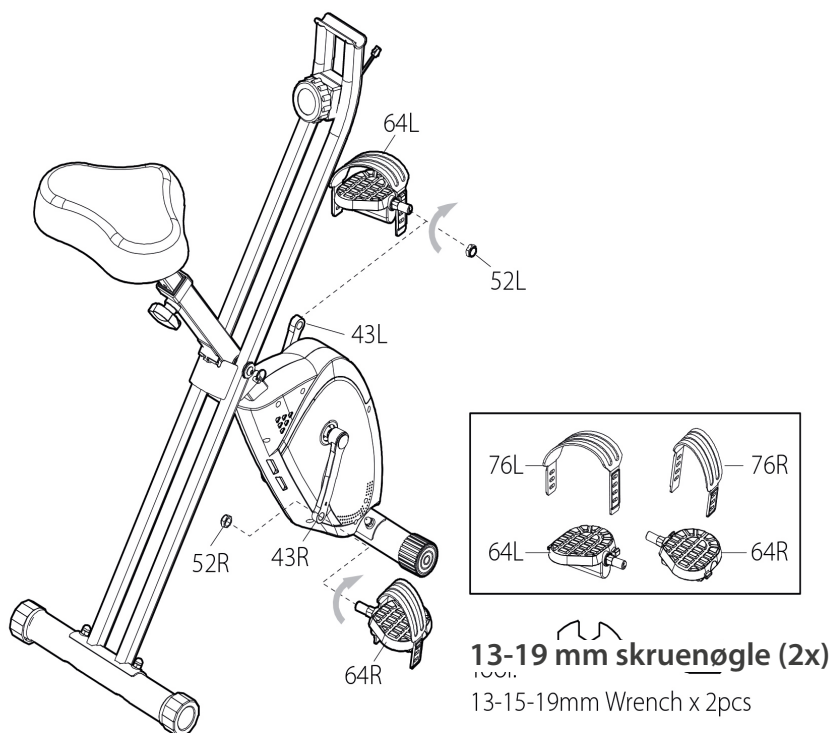
5. Højre pedal: Gentag trin 2 til 4 for at montere højre pedal (64R) på den højre krankarm (43R). Dog skal pedalgevindet strammes med uret og møtrikken mod uret.

### ▶ BEMÆRK

Monter kun den højre pedal (64R) med uret.

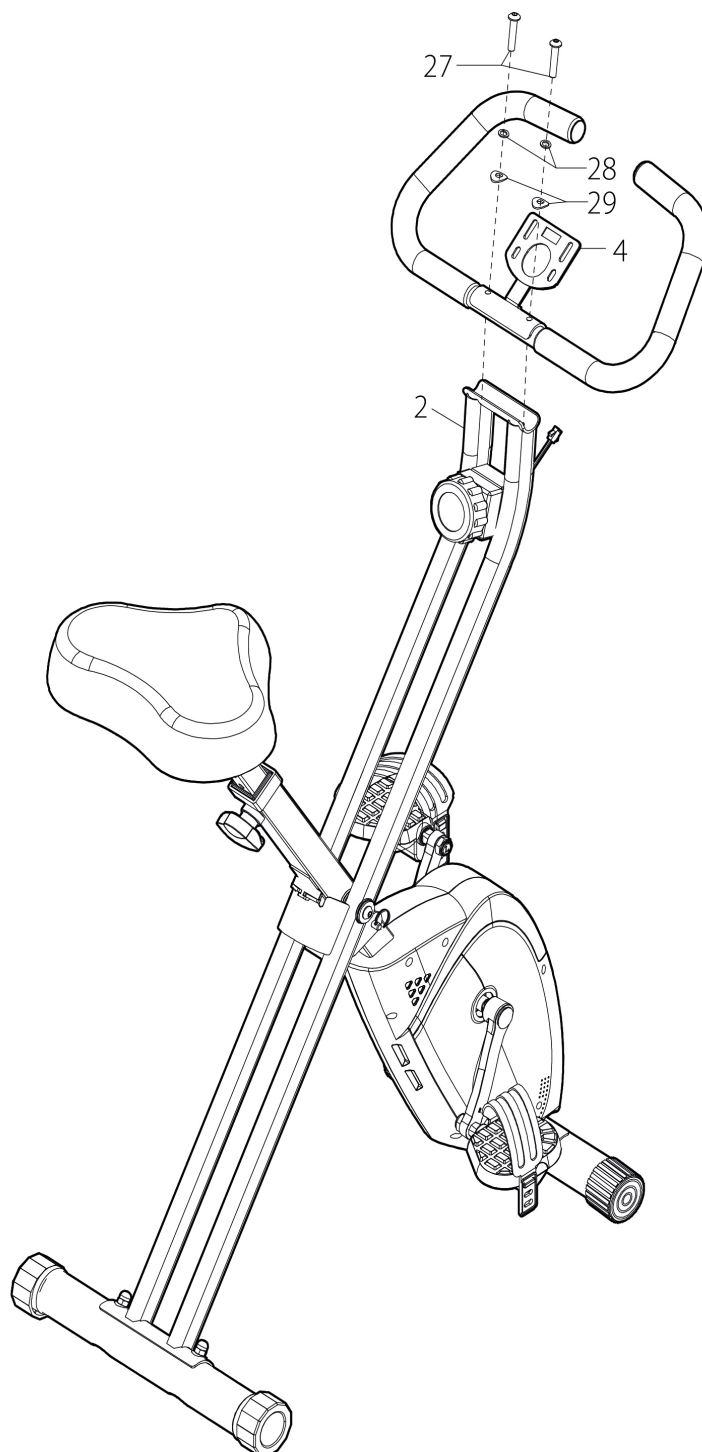
### ⚠ FORSIGTIG

Vær opmærksom på at skrue pedalerne helt ind.



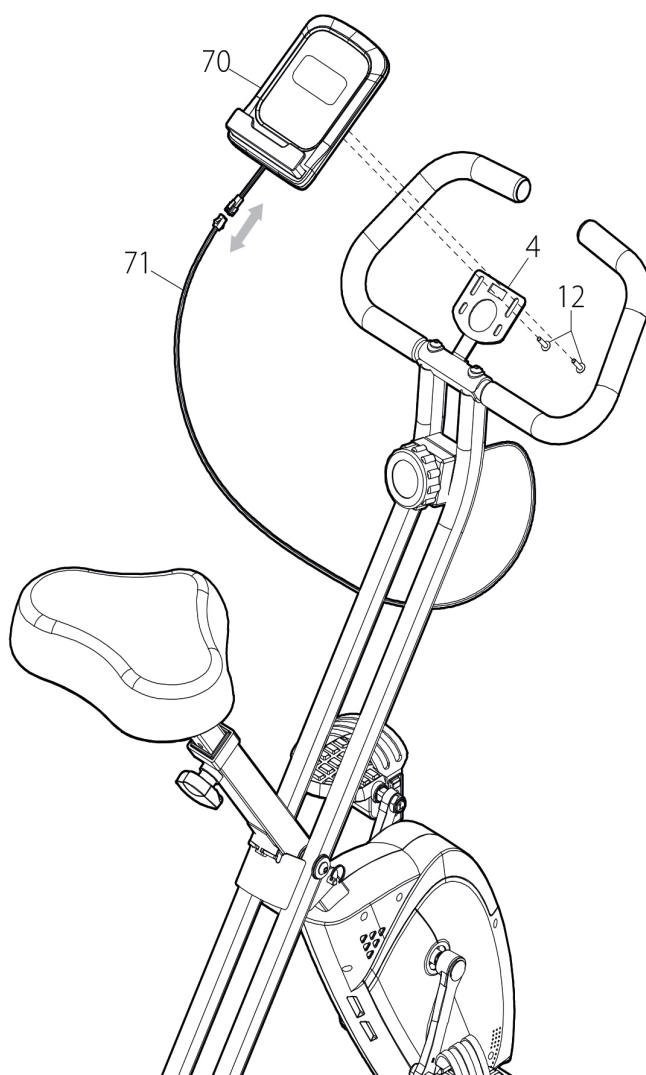
### Trin 5: Montering af styret

Fastgør styret (4) til den bagerste ramme (2) ved hjælp af to unbrakoskruer (27), to fjederskiver (28) og bølgeskiver (29). Spænd skruerne med 5 mm unbrakonøglen med en Phillips-skruetrækker.



## Trin 6: Montering af konsollen

1. Fjern skruerne (12) fra bagsiden af konsollen (70).
2. Tilslut kablet (71) til kablet (70).
3. Fastgør konsollen (70) til styret (4) med de to skruer (12), der blev fjernet i det foregående trin. Spænd skruerne med den medfølgende 5 mm unbrakonøgle med en Phillips-skruetrækker.



## 2.1 Udstyrsindstilling

### 2.1.1 Justering af sædehøjden

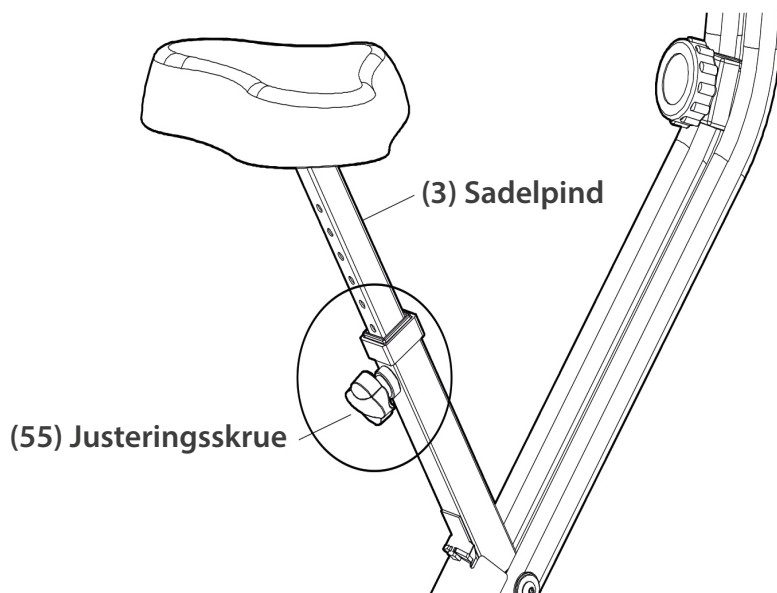
1. Drej justeringsknappen (55) mod uret, indtil sadelpinden (3) kan skubbes op og ned.
2. Skub sadelpinden (3) i en passende position.



#### **ADVARSEL**

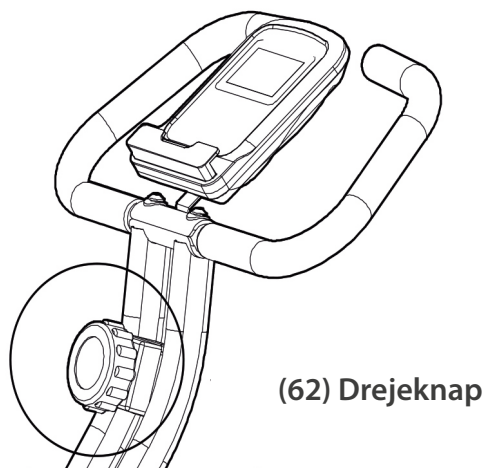
Når du justerer sædehøjden, må du ikke overskride MAX-linjen på højre side af sadelpinden (3) med plastikbøsningen.

3. For igen at fastgøre sadelpinden (3) i den valgte position skal du dreje justeringsknappen (55) med uret.



### 2.1.2 Justering af modstanden

1. Drej drejeknappen (62) med uret for at øge modstanden.
2. Drej drejeknappen (62) mod uret for at mindske modstanden.



### ⓘ BEMÆRK

Sørg for at lære alle udstyrets funktioner og indstillingsmuligheder at kende, før du begynder træningen. Få forklaret dette produkts korrekte anvendelse af en fagmand.

### 3.1 Konsollens display



<b>SCAN</b>	Tryk på Mode-knappen, indtil " " vises i positionen Scan. Skærmen skifter derefter mellem følgende funktioner: tid, kilometertæller, kalorier, hastighed og afstand. Hver funktion vises i 6 sekunder.
<b>TIME (tid)</b>	Måler den samlede tid fra starten til slutningen af træningen (visningsområde: 0:00-99:59 MIN: SEC)
<b>CALORIES (kalorier)</b>	Måler kalorieforbruget fra starten til slutningen af træningen (visningsområde: 0.0-999.9 KCAL)
<b>SPEED (hastighed)</b>	Viser den aktuelle hastighed (visningsområde: 0,0-99,9 KM/H)
<b>DISTANCE (afstand)</b>	Måler afstanden fra starten til slutningen af træningen (visningsområde: 0.00-99.99 KM)
<b>TOTAL DISTANCE (samlet afstand)</b>	Viser den samlede tilbagelagte afstand. Denne værdi henviser til (visningsområde: 0.00-999 KM)

## 3.2 Tastfunktioner

<b>SET</b>	Indstilling af værdierne for de tilsvarende parametre. Hvert tryk på knappen øger den pågældende værdi.
<b>MODE</b>	Skift mellem de enkelte parametre.
<b>RESET</b>	Fortryd værdiangivelserne, og afslut et program.

## 3.3 Programmer

Som standard er konsollen indstillet til at vise dig alle parametrene en efter en med 3 sekunders intervaller (Time -> Calories -> Speed -> Distance -> Total Distance). Du kan også manuelt indstille, hvilken parameter du ønsker at få vist. Du skal blot trykke på Mode-knappen for at gøre dette. Alle værdier tælles op. Tryk på Reset-knappen for at afslutte programmet.

### 3.3.1 Quick-Start-program

For at starte Quick-Start-programmet skal du blot træde på pedalen. Alle værdier tælles op. For at afslutte programmet skal du trykke på Reset-knappen.

### 3.3.2 Målprogrammer

Der er flere indstillingsmuligheder for målprogrammerne:

#### Træning afhængig af en målværdi:

Indstil den ønskede målværdi for tid, kalorier eller afstand med Set-knappen. Træd på pedalerne, så starter programmet. Den indstillede værdi tælles ned, de andre værdier tælles op. Så snart den indstillede målværdi er nået, lyder der et akustisk signal. Tryk på Reset-knappen for at afslutte programmet.

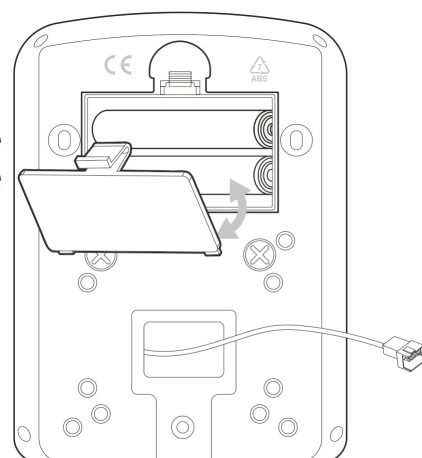
#### Træning afhængig af flere målværdier:

Hvis du indstiller flere værdier for parametre, tælles de tilsvarende værdier ned under træningen. Potentielt uspecificerede værdier tælles derimod op. Programmet stoppes, så snart en af de indstillede værdier når 0, og der lyder et akustisk signal.

## 3.4 Batteri

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

1. Åbn batteridækslet og fjern batterierne.
2. Sæt to nye AAA 1,5V batterier i og luk dækslet igen.





## 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

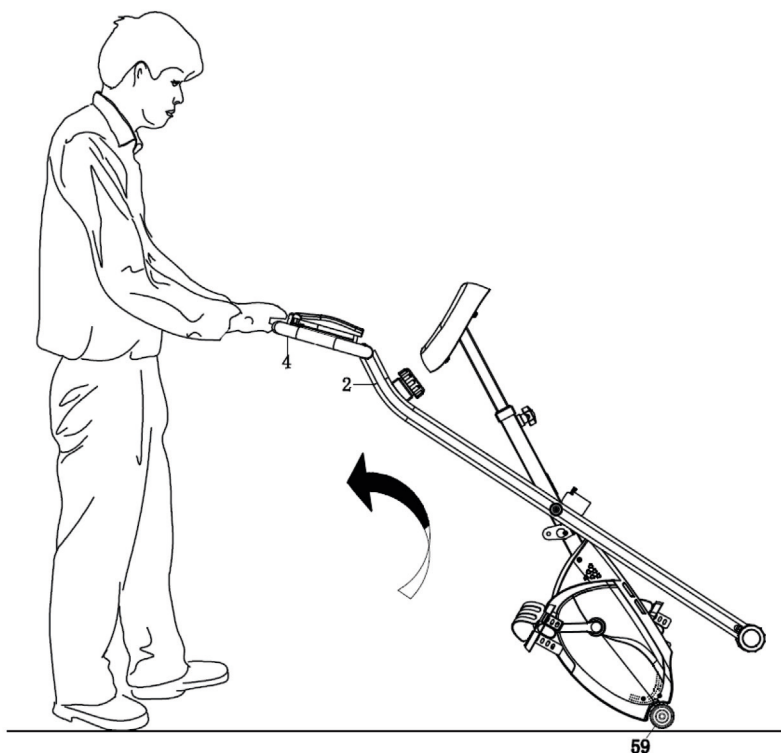
- + Kontrollér, at udstyret på det valgte opstillingssted er beskyttet mod fugt, støv og snavs. Opbevaringsstedet skal være tørt og have god ventilation og en konstant omgivelsestemperatur mellem 10°C og 35°C.

## 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 1.4 i denne brugsanvisning.



## 4.3 Sammenklapningsmekanisme

### ① BEMÆRK

Maskinen kan klappes sammen og er derfor pladsbesparende at opbevare. Dette letter også transporten.

### 4.3.1 Sammenklapning af maskinen

#### ⚠ ADVARSEL

+ Forsøg ikke at betjene maskinen, mens den er klappet sammen.

#### ⚠ ADVARSEL

+ Læn dig ikke mod maskinen, når den er klappet sammen, og placer ikke noget på den, som gør, at maskinen bliver ustabil eller kan vælte.

#### ▶ BEMÆRK

+ Før maskinen kan klappes sammen, skal alle genstande, der kan hældes ud eller væltes, eller som forhindrer maskinen i at klappe sig sammen, fjernes.

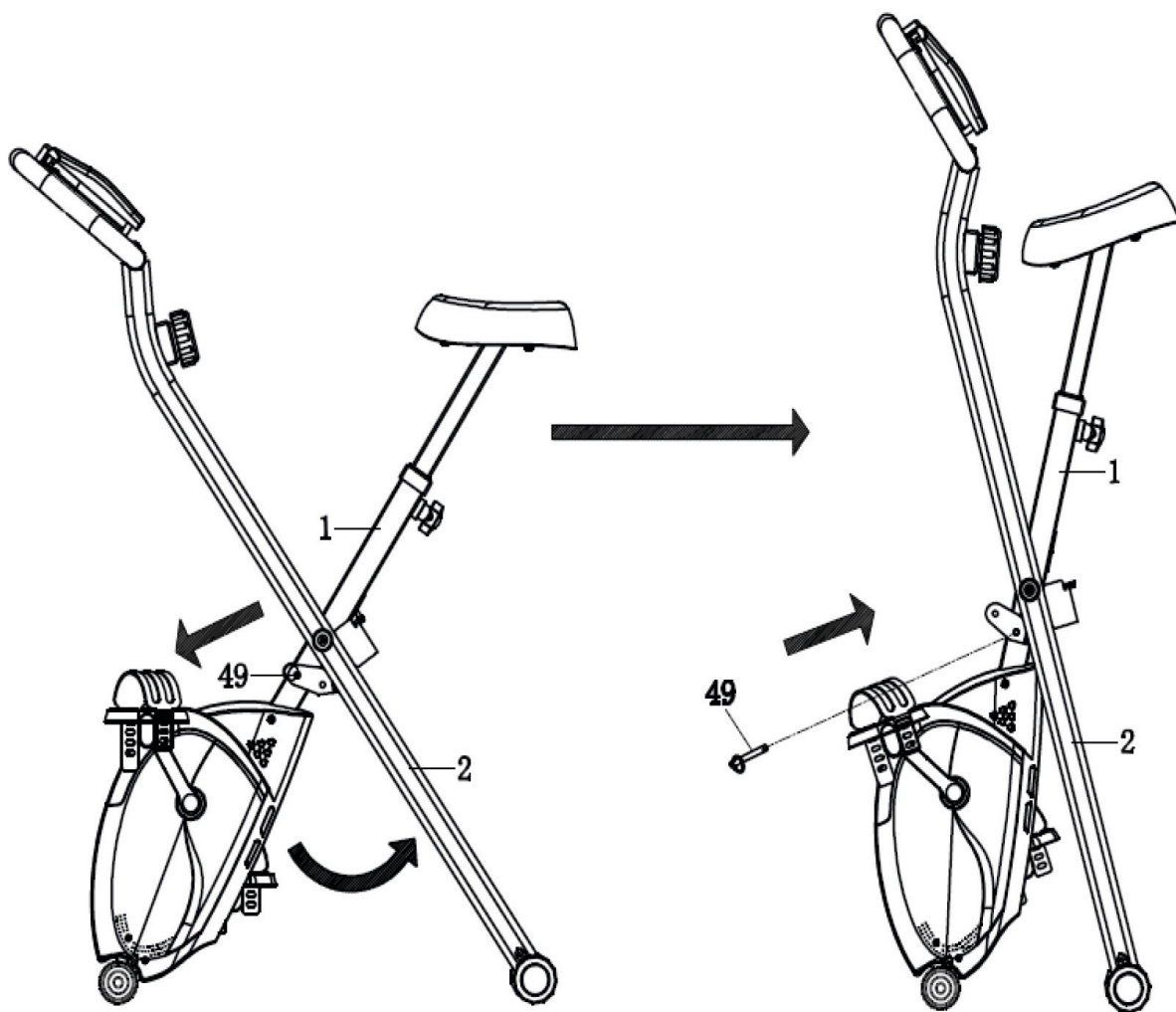
1. Fjern justeringsstiften (49).
2. Klap den forreste og bagerste ramme (1 & 2) sammen, indtil de nederste justeringshuller er på linje.
3. Indsæt justeringsstiften (49) i det nederste justeringshul for at låse de to rammer (1 & 2) på plads.

### 4.3.2 Udklapning af maskinen

#### ▶ BEMÆRK

+ Før maskinen kan klappes ud, skal alle genstande, der kan hældes ud eller væltes, eller som forhindrer maskinen i at klappe sig ud, fjernes.

1. Fjern justeringsstiften (49).
2. Klap den forreste og bagerste ramme (1 & 2) ud.
3. Indsæt justeringsstiften (49) i det nederste justeringshul for at låse de to rammer (1 & 2) på plads.



## 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
Konsollen tænder ikke	Kabel/batterier	Tjek kabelforbindelser/ tjek eller udskift batterier
Quietsch- & Knackgeräusche	Lose oder zu feste Schraubenverbindung	Schraubenverbindung prüfen oder schmieren
Knirken i pedalområdet	Løse pedaler	Spænd pedalerne
Udstyret vakler	Udstyret står ikke lige	Udlign justeringsfødderne
Styr/sadel vakler	Løse skruer	Spænd skruerne

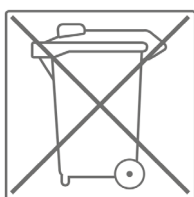
## 5.3 Kalender for vedligeholdelse og inspektion

For at undgå skader på grund af kropssved, skal udstyret altid rengøres med et fugtigt håndklæde (ingen opløsningsmidler!) efter hvert træningspas.

Følgende rutinemæssige opgaver skal udføres med de oplyste tidsintervaller:

Komponent	Ugentligt	Månedligt
Display, konsol	R	I
Kunststofafdækninger	R	I
Bremse	I	
Styr og sadel	R	I
Skruer og kabelforbindelser		I
Pedalernes fasthed		I
Forklaring: R = rengøring; I = inspektion		

## 6 BORTSKAFFELSE



Dette udstyr må efter endt levetid ikke bortskaffes sammen med det almindelige husholdningsaffald, men skal afleveres til en kommunal genbrugsstation til genbrug af elektrisk og elektronisk udstyr. Yderligere oplysninger fås hos den lokale genbrugsstation i din kommune.

Materialerne skal genanvendes iht. deres mærkning. Med genanvendelse, udnyttelse af materialer eller andre former for genbrug af udtjent udstyr yder du et vigtigt bidrag til beskyttelse af miljøet.

## 7 ANBEFALING AF TILBEHØR

For at gøre din træningsoplevelse endnu mere behagelig og effektiv anbefaler vi dig at supplere dit fitnessudstyr med tilhørende tilbehør. For motionscykler kan det for eksempel være en **gulvmåtte**, der gør, at udstyret står mere sikkert og samtidig beskytter gulvet mod sved og slitage, eller en **silikonespray**, der holder de bevægelige dele i god stand. På mange motionscykler kan **sadlen** eller **pedalerne** også udskiftes, da de normalt er monteret på samme måde som på en cykel.

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.

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



Sadel



Silikonespray



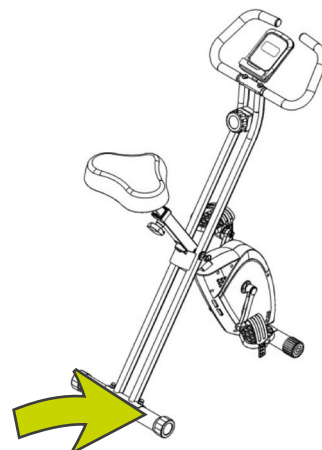
Kontaktgel

## 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 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:**

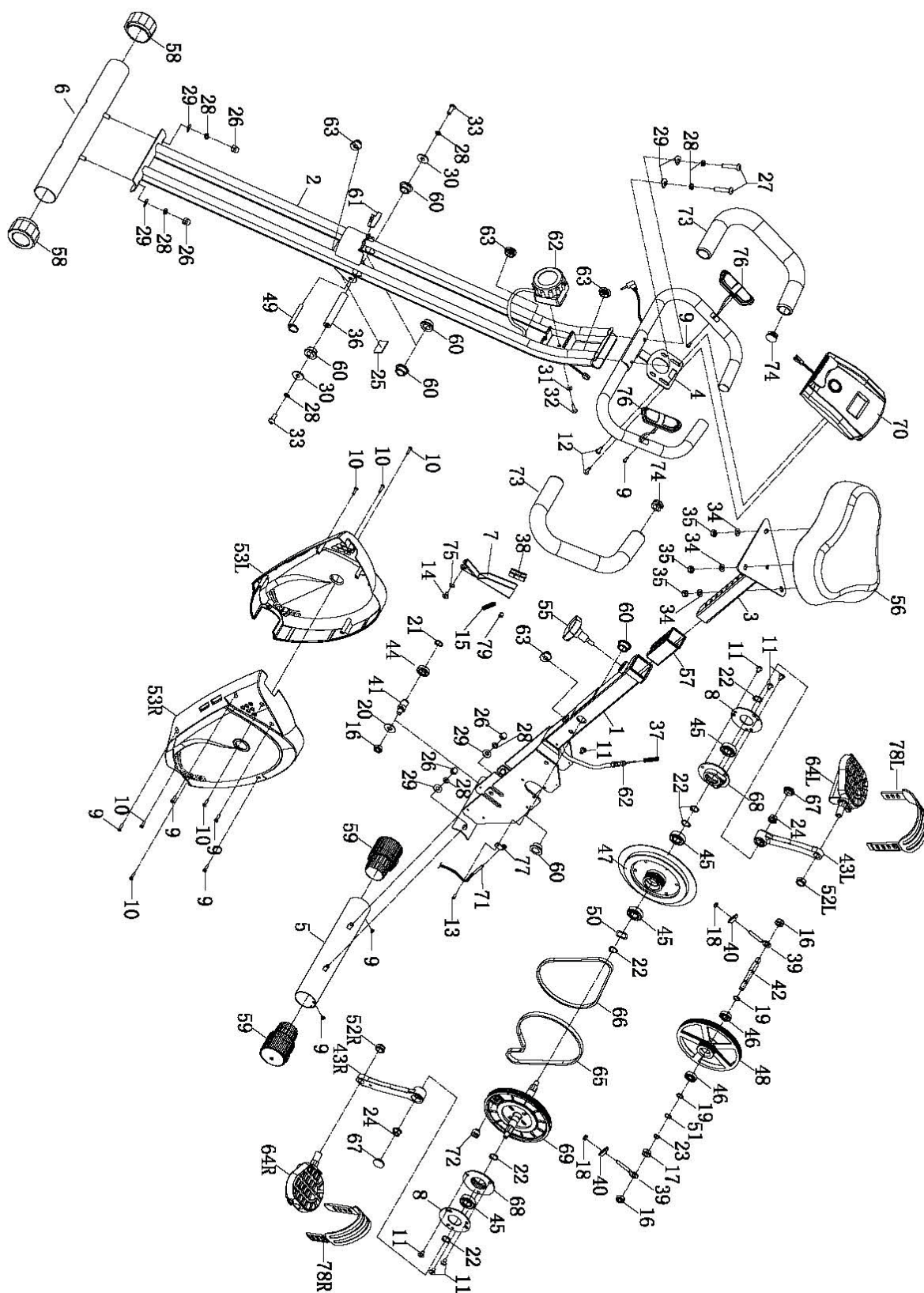
## 8.2 Reservedelsliste

Nr.	Betegnelse (ENG)	Antal	Nr.	Betegnelse (ENG)	Antal
1	Front Frame	1	32	Screw M5x20	1
2	Rear Frame	1	33	Hexagon Socket Bolt M6x10	2
3	Seat post	1	34	Flat Washer $\Phi 8 \times \Phi 16 \times 1.5$	3
4	Handlebar	1	35	Nylon Nut M8	3
5	Front Stabilizer	1	36	Axle $\Phi 16 \times 95$	1
6	Rear Stabilizer	1	37	Spring $\Phi 10 \times 53$	1
7	Magnet Bracket	1	38	Magnet 15x13x4	5
8	Bearing Bracket	1	39	bolt M6x50	2
9	Drilling Screw ST4.2x18	4	40	Tension Bracket 31x30x $\Phi 1.0$	2
10	Drilling Screw ST4.2x16	6	41	Idle Wheel $\Phi 17 \times 37.5$	1
11	Screw M6x10	6	42	Axle $\Phi 12.7 \times 95$	1
12	Screw M5x10	2	43	Right/Left Crank	2
13	Screw M4x10	1	44	Bearing 6902RS	2
14	Hexagon Bolt M5x25	1	45	Bearing 6003RS	4
15	Nut M5	1	46	Bearing 6000RS	2
16	Nut M10x1.0 8mm	3	47	Flywheel $\Phi 180 \times 34$ 2KG	1
17	Nut M10x1.0 5mm	1	48	Belt Wheel $\Phi 150 \times 12$	1
18	Nylon Nut M6	2	49	Safety Pin $\Phi 8 \times 70 \times A55$	1
19	Flat Washer 10x1.0t x $\Phi 14$	2	50	Wave Washer $\Phi 17 \times 0.3t \times \Phi 22$	1
20	Wave Washer 10x2.0t x $\Phi 14$	1	51	Wave Washer $\Phi 10 \times 0.3t \times \Phi 14$	1
21	C-ring $\Phi 15$	1	52	Right/Left Nylon Nut	2
22	C-ring $\Phi 17$	6	53	Right/Left Cover	2
23	C-ring $\Phi 10$	2	55	Adjustment Knob M16	1
24	France Nut M10x1.25	2	56	Seat Cushion	1
25	EVA 35x20x2	1	57	Seat post Plastic Bushing	1
26	Cap Nut M8	4	58	Rear Stabilizer End Cap	2
27	Hexagon Socket Bolt M8x40	2	59	Front Stabilizer End Cap	2
28	Spring Washer $\Phi 8$	8	60	Round Bushing	6
29	Curved Washer $\phi 8 \times 1.5t \times \phi 20$	6	61	Rubber Cushion	1
30	Flat Washer $\Phi 8 \times \Phi 25 \times 2.0t$	2	62	Tension Control Knob	1
31	Flat Washer $\phi 18 \times \phi 5 \times 1.5t$	1	63	Wire Plug	4



64	Right/Left Pedal	2	72	Sensor Magnet	1
65	Belt 237PJ4	1	73	Handrail Foam Grip	2
66	Belt 230PJ3	1	74	Handlebar End Cap	2
67	Crank Cover	2	75	Magnet Socket	1
68	Bearing Bracket	2	76	Right/Left Pedal Strap	2
69	Belt Wheel with Crank Axle	1	77	P type Bracket	1
70	Monitor	1			
71	Sensor With Wire	1			

## 8.3 Eksplosionstegning



Træningsudstyr fra Duke Fitness® 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 problemafhelpning 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>TECHNIK</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> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p> <p><b>SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (kostenlos)</p> <p> <a href="mailto:info@sport-tiedje.de">info@sport-tiedje.de</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</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> Åbningstider kan findes på hjemmesiden.</p>	<p><b>TECHNIQUE &amp; 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> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p>
	PL	BE
	<p><b>TECHNIKA I SERWIS</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> Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej.</p>	<p><b>TECHNIQUE &amp; 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> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p>

UK	NL	INT
<p><b>CUSTOMER CARE</b></p> <p> +44 141 737 2249</p> <p> <a href="mailto:customercare@powerhouse-fitness.co.uk">customercare@powerhouse-fitness.co.uk</a></p> <p> You can find the opening hours on our homepage.</p>	<p><b>TECHNISCHE DIENST &amp; SERVICE</b></p> <p> +31 172 619961</p> <p> <a href="mailto:info@fitshop.nl">info@fitshop.nl</a></p> <p> De openingstijden vindt u op onze homepage.</p>	<p><b>TECHNICAL SUPPORT &amp; 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> You can find the opening hours on our homepage.</p>
	AT	CH
	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (Freecall)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> <a href="mailto:info@sport-tiedje.at">info@sport-tiedje.at</a></p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p>	<p><b>TECHNIK &amp; 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> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</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 over 70 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!



[www.fitshop.dk](http://www.fitshop.dk)  
[www.sport-tiedje.de/blog](http://www.sport-tiedje.de/blog)



[www.facebook.com/SportTiedje](http://www.facebook.com/SportTiedje)



[www.instagram.com/sporttiedje](http://www.instagram.com/sporttiedje)



[www.youtube.com/user/sporttiedje](http://www.youtube.com/user/sporttiedje)

**TAURUS**

**cardiostrong**

**BODYCRAFT**

**cardiojump**

**DUKEFITNESS**

**DARWIN**



 **DUKEFITNESS**

**MOTIONS CYKEL XB30**