

# TAURUS®

## Monterings- og brugsvejledning



max. 120 kg



~ 80 Min.



69 kg

L 166 | B 56 | H 163

TFX7.01.03

Vare-nr. TF-X7.1

Crosstrainer X7.1



# Indholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>GENERELLE OPLYSNINGER</b>	<b>7</b>
1.1	Tekniske data	7
1.2	Personlig sikkerhed	8
1.3	Elektrisk sikkerhed	9
1.4	Opstillingssted	10
<b>2</b>	<b>MONTERING</b>	<b>11</b>
2.1	Generelle anvisninger	11
2.2	Pakkens indhold	12
2.3	Opstilling	14
<b>3</b>	<b>BRUGSANVISNING</b>	<b>19</b>
3.1	Konsoldisplay	19
3.2	Tastfunktioner	20
3.3	Programmer	20
3.3.1	Kvikstart-program	20
3.3.2	Manuelt program (MAN)	21
3.3.3	Standardindstillede profilprogrammer (PROG)	22
3.3.4	Pulsstyrede programmer (HRC)	23
3.3.5	Wattstyret program (WATT)	24
3.3.6	Brugerdefineret program (USER)	24
3.4	RECOVERY - restitueringspuls	25
<b>4</b>	<b>OPBEVARING OG TRANSPORT</b>	<b>26</b>
4.1	Generelle anvisninger	26
4.2	Transporthjul	26
<b>5</b>	<b>FEJLAFHJÆLPNING, PLEJE OG VEDLIGEHOLDELSE</b>	<b>27</b>
5.1	Generelle anvisninger	27
5.2	Fejl og fejldiagnose	27
5.3	Kalender for vedligeholdelse og inspektion	28
<b>7</b>	<b>BORTSKAFFELSE</b>	<b>29</b>
<b>6</b>	<b>ANBEFALING AF TILBEHØR</b>	<b>29</b>
<b>8</b>	<b>RESERVEDELSBESTILLING</b>	<b>30</b>

8.1	Serienummer og modelbetegnelse	30
8.2	Liste over dele	31
8.3	Ekspllosionstegning	33
<b>9</b>	<b>GARANTI</b>	34
<b>10</b>	<b>KONTAKT</b>	36

## Kære kunde

Mange tak for at du valgte en kvalitetstræningsmaskine af mærket TAURUS®. Taurus tilbyder trænings- og fitnessudstyr til avanceret hjemmebrug samt fitnesscentre og erhvervskunder. Ved træningsudstyr fra Taurus er der lagt vægt på lige netop det, som det drejer sig om ved sport – maksimal performance! Derfor udvikles maskinerne i tæt samarbejde med idrætsudøvere og idrætsforskere. De ved bedst, hvad der kendetegner perfekt træningsudstyr.

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

### Tilsligtet 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 Flensburg  
Moms-nr.: DE813211547

## ANSVARFRASKRIVELSE



©2011 Taurus 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-display med

- + Hastighed i km/t
- + Trådfrekvens (omdrejninger pr. minut)
- + Træningstid i min.
- + Træningsdistance i km
- + Kalorieforbrug i kcal
- + Puls (ved anvendelse af håndsensorerne eller et pulsbælte)
- + Watt/modstandstrin

Modstandssystem:	Elektronisk magnetbremsesystem
Modstandstrin:	16
Watt:	10-350 watt

Træningsprogrammer i alt:	20
Kvikstart-program:	1
Standardindstillede profilprogrammer:	12
Manuelt program:	1
Brugerdefinerede programmer:	1
Pulsstyrede programmer:	4
Wattstyrede programmer:	1

Svingmasse:	12,62 kg
Udvekslingsforhold:	1 : 8,25

Skridtlængde:	44 cm
Skridthøjde:	16 cm
Skridtbredde:	12 cm

### Vægt og mål:

Varens vægt (brutto, inkl. emballage):	78,2 kg
Varens vægt (netto, uden emballage):	68,9 kg
Emballagemål (L x B x H):	ca. 147 cm x 57,5 cm x 78 cm
Opstillingsmål (L x B x H):	ca. 166 cm x 56 cm x 163 cm

Maksimal brugervægt:	120 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.
- + 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 Elektrisk sikkerhed

### **FARE**

- + For at reducere faren for elektrisk stød, skal du efter træning, før opstilling eller nedtagning af udstyret samt før vedligeholdelse/rengøring trække stikket til udstyret ud af stikkontakten. Træk ikke i selve kablet.

### **ADVARSEL**

- + Lad ikke udstyret være uden opsyn, når strømstikket sidder i stikkontakten i væggen. Når du ikke er til stede skal strømkablet fjernes, så tredjemand eller børn forhindres i at bruge udstyret usagkyndigt.
- + Hvis strømkablet eller strømstikket er beskadiget eller defekt, skal du kontakte din forhandler. Indtil reparationen må udstyret ikke anvendes.

### **OBS**

- + Udstyret kræver strømtilslutning på 220-230 V med 50 Hz netspænding.
- + Udstyret må kun tilsluttet direkte i en stikkontakt med jord med det medfølgende strømkabel. Forlængerledninger skal opfylde kravene i stærkstrømsbekendtgørelsen. Rul altid strømkablet helt ud.
- + Stikkontakten skal være sikret med en sikring med en min.-værdi på "16 A, træg".
- + Foretag hverken ændringer på strømkablet eller på strømstikket.
- + Strømkablet skal holdes på afstand af vand, varme, olie og skarpe kanter. Lad ikke strømkablet løbe under udstyret eller under tæppet, og stil heller ikke genstande oven på det.
- + Hvis din fitnessmaskine råder over en TFT-konsol, skal der regelmæssigt foretages softwareopdateringer. Følg instruktionerne på skærmen for at udføre opdateringen.
- + Systemer og software på maskiner med TFT-konsoller er tilpasset de forudinstallerede apps. Der må ikke installeres yderligere apps på konsollen.

### **BEMÆRK**

- + De forudinstallerede apps på TFT-konsollerne er apps fra eksterne producenter. Sport-Tiedje tager ikke ansvar for tilgængeligheden, funktionaliteten eller indholdet af disse apps.

## 1.4 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 papret fra emballagen.

#### **BEMÆRK**

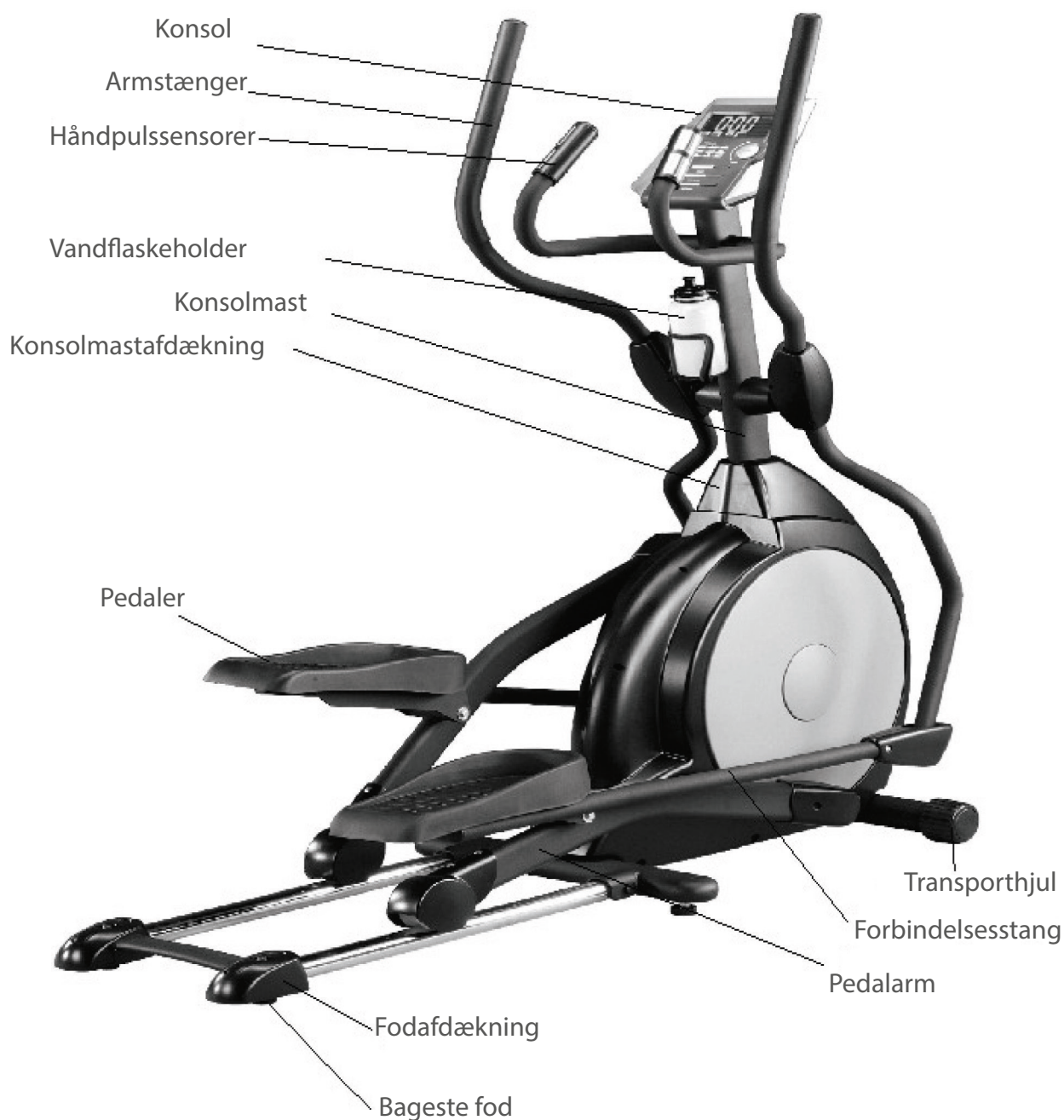
- + For at gøre opstillingen så nem som mulig, kan der allerede være monteret et par skruer og møtrikker på forhånd.
- + Opstil så vidt muligt udstyret dér, hvor det senere skal bruges.

## 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.

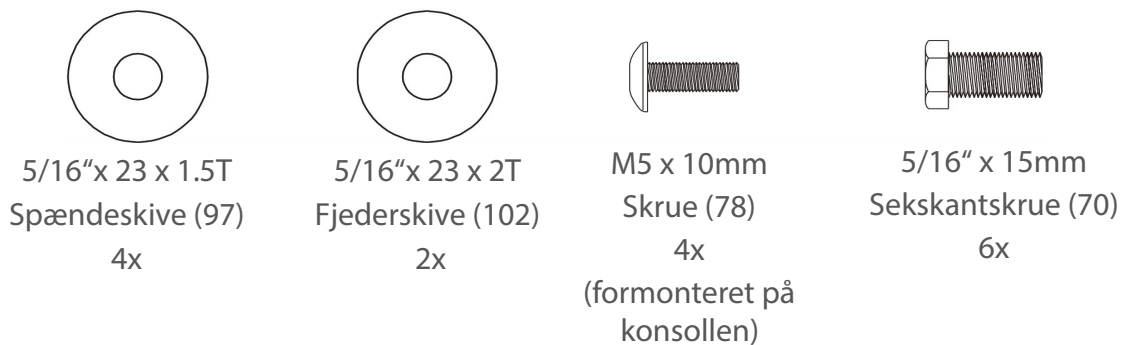
### **FORSIGTIG**

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

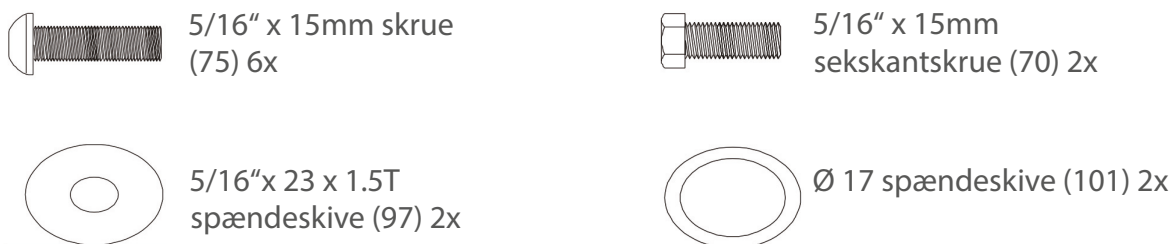


## Skruer og værktøj

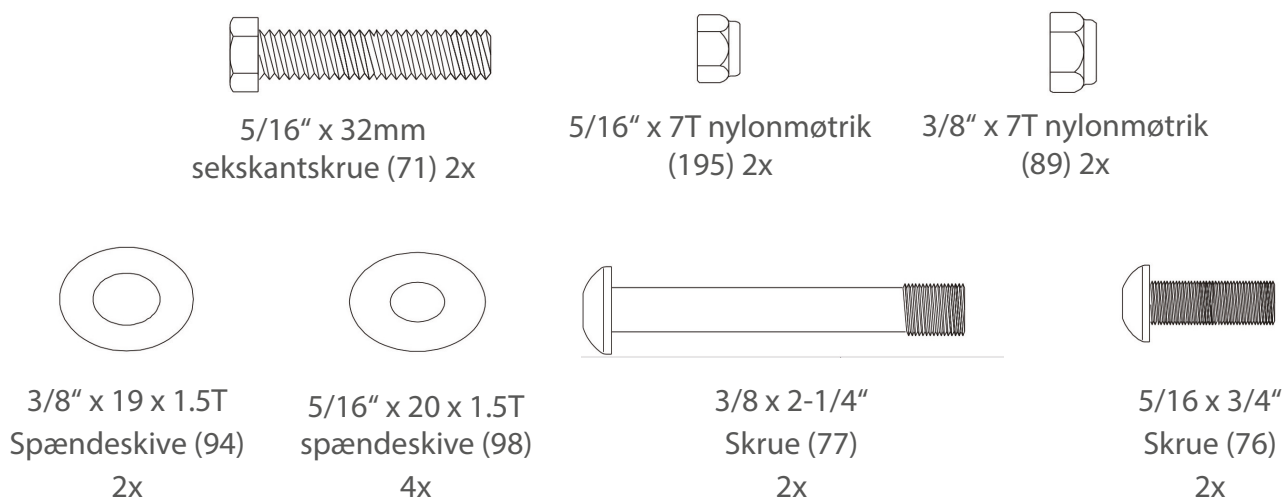
### Trin 1:



### Trin 2:



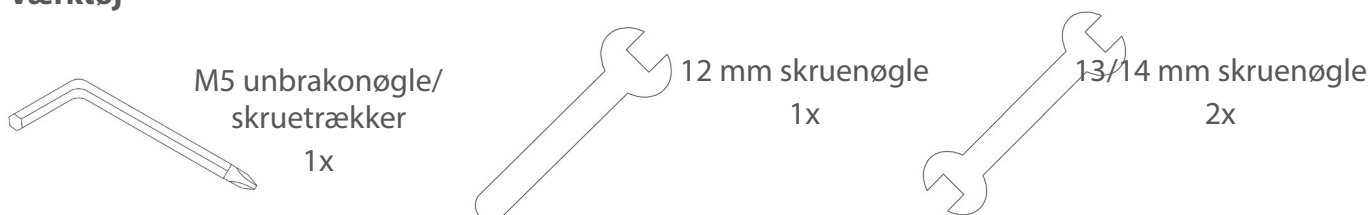
### Trin 3:



### Trin 4:



### Værktøj

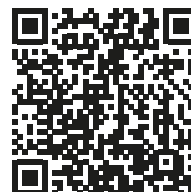


## 2.3 Opstilling

Studer 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.
- + Monteringen findes også som video under følgende link: <https://www.fitshop.dk/taurus-crosstrainer-x7.1-tf-x7.1#product-assembly>. Alternativt kan du også scanne QR-koden for direkte at åbne videoen.



### Trin 1: Montering af konsolmast

1. Skub konsolmastafdækningen (41) så langt ind på konsolmasten (10), som muligt.

### ❶ BEMÆRK

Kontrollér, at konsolmastafdækningen (41) peger i den rigtige retning.

2. Ved stellet (1) øverste åbning sidder der et konsolkabel (32). Rul konsolkablet (32) ud, og glat det, så du efterfølgende kan føre det igennem konsolmasten (10) nedefra og op.
3. Fastgør konsolmasten (10) på den dertil beregnede holder på stellet (1) med fire sekskantskruer (70), fire spændeskiver (97), to sekskantskruer (70) og to fjederskiver (102).

### ► OBS!

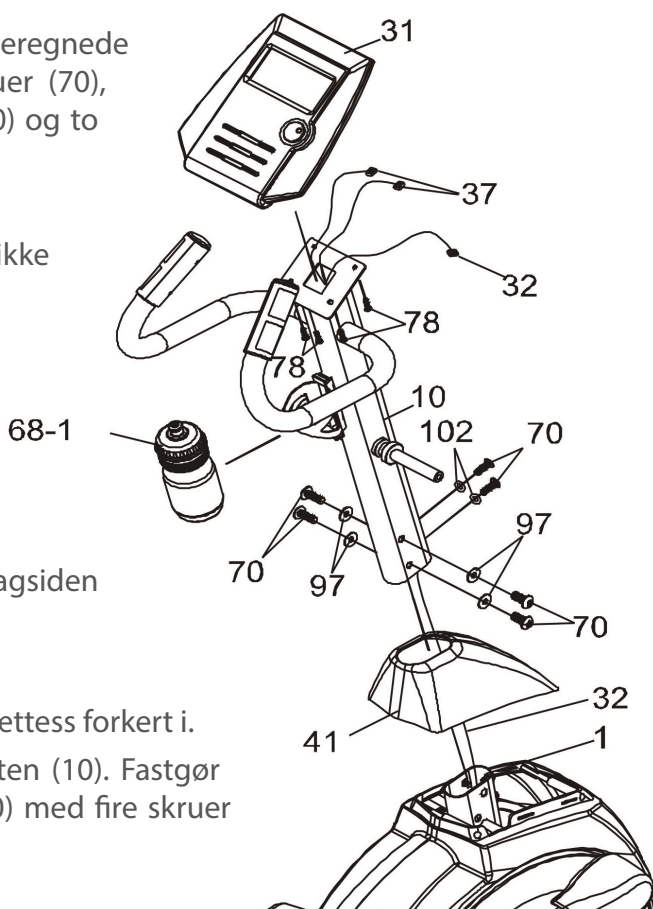
Pas under de næste trin på, at kablerne ikke kommer i klemme.

4. Fastgør konsollen (31) på konsolmasten (10) med de fire formonterede skruer på konsollen (78).
5. Ved konsolmastens øverste åbning (10) sidder der tre kabler; to håndpuls-kabler (37) samt et konsolkabel (32). Forbind disse kabler med de tilhørende kabler på bagsiden af konsollen (31).

### ❶ BEMÆRK

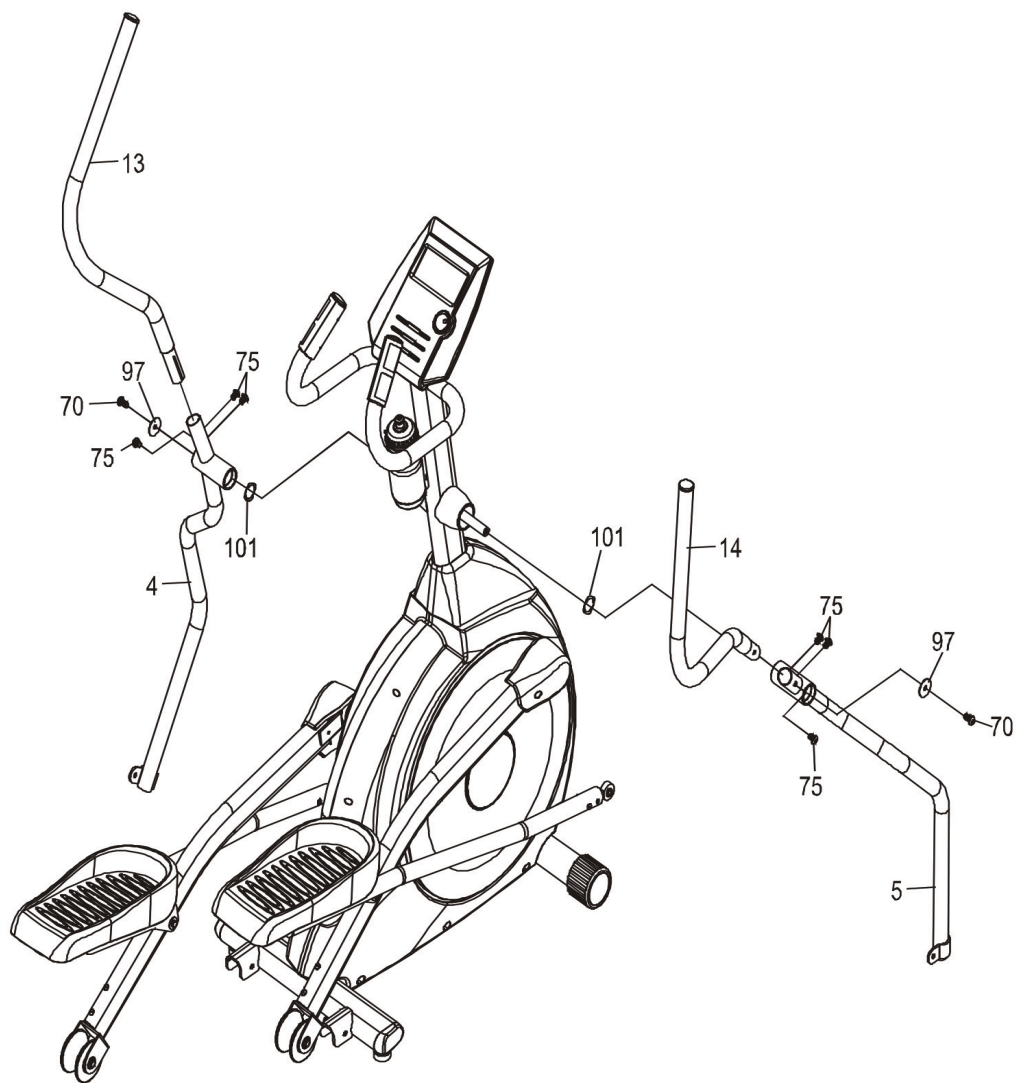
Stikkene er placeret således, at de ikke kan sættes forkert i.

6. Gem først overskydende kabel i konsolmasten (10). Fastgør derefter konsollen (31) på konsolmasten (10) med fire skruer (78).
7. Spænd alle skruer ved hjælp af værktøjet.



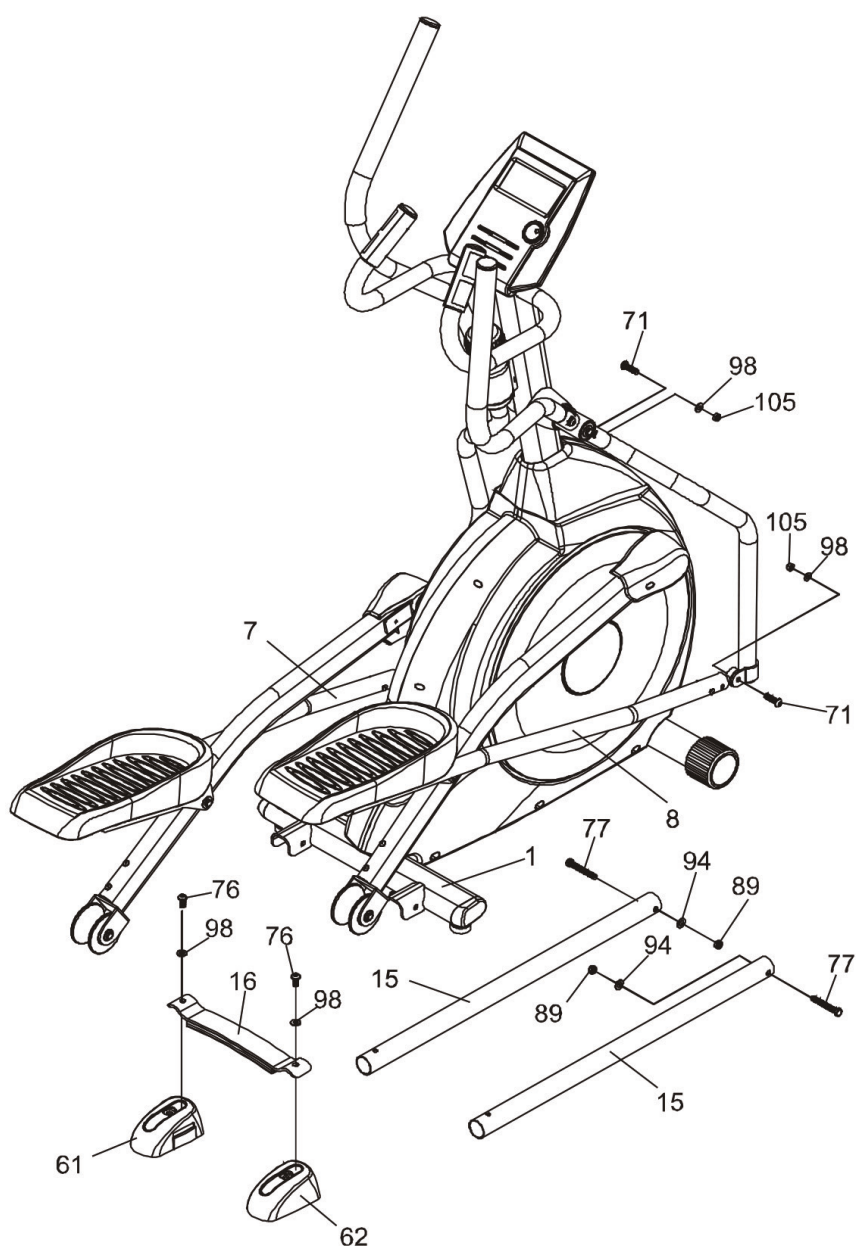
## Trin 2: Montering af håndtag

1. Fastgør to spændeskiver (101) på højre og venstre side af håndtagsakslerne.
2. Skub nederste venstre og højre side af håndtagene (4 og 5) på den tilhørende side af akslen.
3. Placer de to flade spændeskiver (97) på de to sekskantskruer (70), og fastgør dem på gevindhullerne for enden af akslen.
4. Fastgør venstre og højre håndtag (13 og 14) på de nederste venstre og højre håndtag (4 og 5) med seks skruer (75).
5. Spænd alle skruer ved hjælp af værktøjet.



### Trin 3: Montering af forbindelsesarme

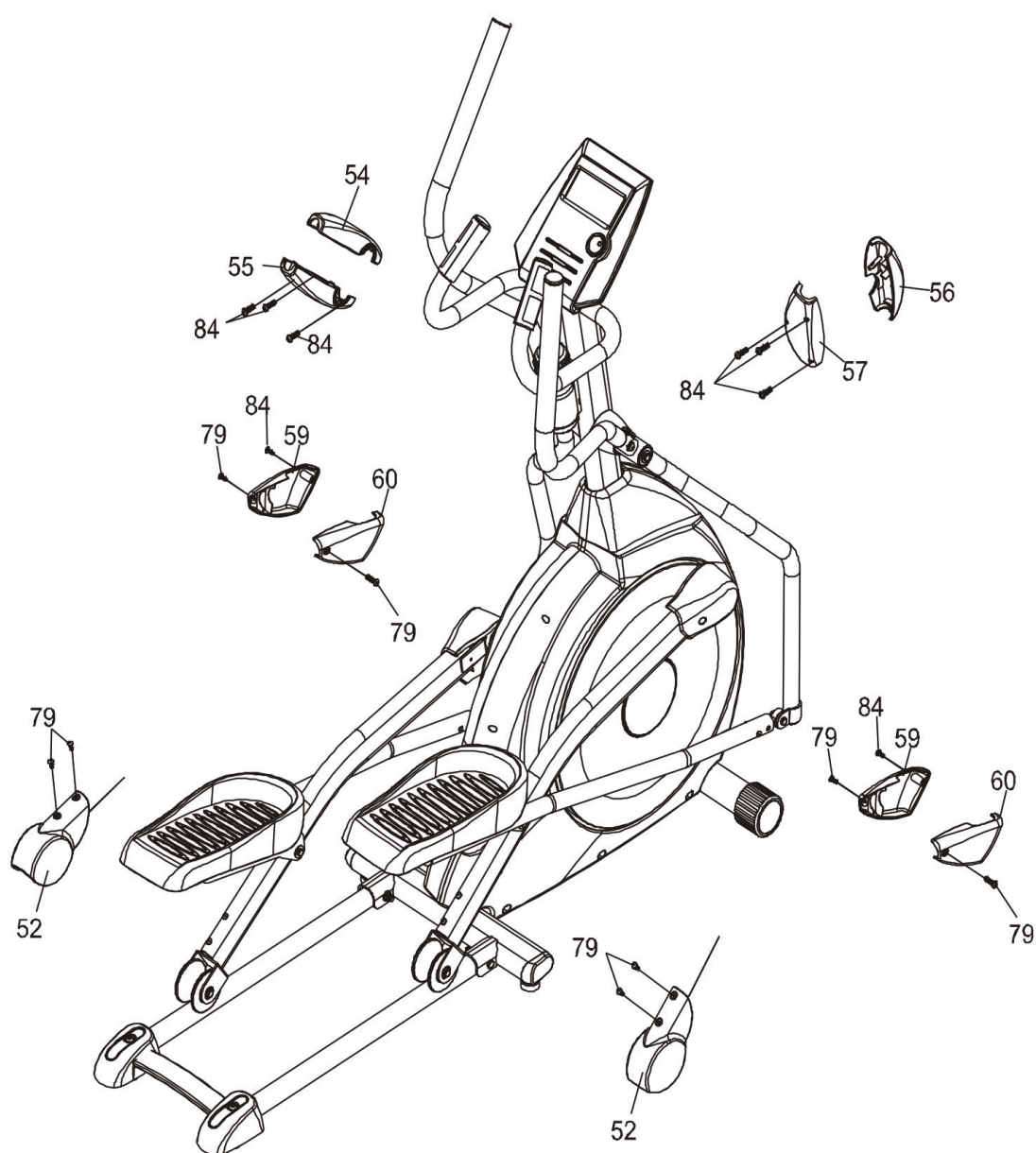
1. Tilpas hullet for enden af forbindelsesarmen (L (7) og R (8)) i forhold til hullet i holderen til de nederste håndtag (L (4) og R (5)). Enden af stangen skal befinde sig i holderen til de nederste håndtag (L (4) og R (5)).
2. Fastgør delene med to sekskantskruer (71), to spændeskiver (98) og to nylonmøtrikker (105).
3. Fastgør de to skinner (15) til holderen for enden af stellet (1) med to skruer (77), to spændeskiver (94) og to nylonmøtrikker (89).
4. Monter fodafdækningerne (L (61) og R (62)) på jernpladen (16).
5. Fastgør skinnerne (15) med to skruer (76) og to spændeskiver (98).
6. Spænd alle skruer ved hjælp af værktøjet.





#### Trin 4: Montering af afdækninger

1. Fastgør afdækningerne til forbindelsesarmene (L (59) og R (60)) over forbindelsen mellem enden af stangen og de nederste håndtag (L (4) og R (5)) med fire skruer (79) og to skruer (84).
2. Fastgør to hjulafdækninger (52) med fire skruer (79).
3. Fastgør de forreste håndtagsafdækninger (L (54) og R (56)) og de bageste håndtagsafdækninger (L (55) og R (57)) over håndtagsakseltilslutningerne med seks skruer (84).
4. Kontrollér til slut, om alle tidligere skruer er blevet spændt, og spænd dem om nødvendigt med værktøjet.



### **Trin 5: Justering af fødder**

Ved ujævnheder i gulvet kan du stabilisere udstyret ved at dreje de to indstillingskruer under hovedstellet.

1. Løft udstyret hen til det ønskede sted, og drej på indstillingskruen under hovedstellet.
2. Drej skruen med uret for at skrue den ud, forøg øge af udstyret.
3. Drej mod uret for at sænke af udstyret.

### **Trin 6: Tilslutning af udstyret til lysnettet**

► **OBS**

Udstyret må ikke sluttes til en multistikdåse, da det i så fald ikke kan sikres, at udstyret forsynes med tilstrækkelig strøm. Dette kan medføre tekniske fejl.

Stik strømstikket i en stikkontakt, som opfylder kravene i kapitlet om elektrisk sikkerhed.

**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 Konsoldisplay



<p><b>CALORIES</b></p>	<p>Visning af kalorier i kcal</p> <p><b>BEMÆRK</b> Beregningen af energiforbruget sker ved hjælp af en generel formel. Det er ikke muligt at beregne et individuelt energiforbrug nøjagtigt, da dette kræver en lang række personlige data.</p>
<p><b>TIME (tid)</b></p>	<p>Visning af træningstid i min.</p>
<p><b>Temperature (temperatur)</b></p>	<p>Visning af rumtemperatur</p>
<p><b>PULSE (puls; hjerteslag pr. minut)</b></p>	<p>Visning af puls</p> <p><b>ADVARSEL</b> Dit træningsudstyr er ikke noget medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dit udstyr kan være unøjagtig. Vidt forskellige faktorer kan påvirke nøjagtigheden af pulsmålingen. Pulsmålingen tjener udelukkende som hjælpemiddel under træningen.</p>

<b>SPEED (hastighed)/RPM (trådfrekvens; omdrejninger pr. minut)</b>	Visning af hastighed i km/t og omdrejninger pr. minut på skift i 5-sekunders-intervaller.
<b>DISTANCE (strækning)</b>	Visning af træningsdistance i km
<b>Watt (effekt/modstand)</b>	Visning af modstand i watt
<b>Load</b>	Modstandstrin 1-16
<b>Program (program)</b>	Visning af programprofiler

## 3.2 Tastfunktioner

<b>ENTER</b>	Godkendelse af indtastninger
<b>UP/DOWN</b>	Valg af programmer og indtastning af værdier
<b>RESET</b>	Nulstilling af alle værdier
<b>START/STOP</b>	Start og afslutning af et program

## 3.3 Programmer

Der kan vælges mellem følgende programmer:

- + Kvikstart-programmer: 1
- + Manuelle programmer: 1
- + Standardindstillede profilprogrammer: 12
- + Brugerdefinerede træningsprogrammer: 1
- + Pulsstyrede træningsprogrammer: 4
- + Watt-styrede træningsprogrammer: 1

### 3.3.1 Kvikstart-program

For at starte kvikstart-programmet skal du trykke direkte på START/ STOP-knappen.

*Værdierne for træningstid, træningsdistance og kalorier tæller opad.*

#### **ⓘ BEMÆRK**

- + Under træningen kan sværhedsgraden tilpasses ved at skrue på ENTER-tasten.
- + Distancevisningen viser den tilbagelagte strækning i kilometer. Din trådfrekvens anvendes som basis.

### 3.3.2 Manuelt program (MAN)

#### **ADVARSEL**

Dit træningsudstyr er ikke noget medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dit udstyr kan være unøjagtig. Vidt forskellige faktorer kan påvirke nøjagtigheden af pulsmålingen. Pulsmålingen tjener udelukkende som hjælpemiddel under træningen.

1. Vælg "MAN" ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.

*Programprofilen begynder at blinke.*

2. Fastlæg værdierne for modstandstrin, træningstid, træningsdistance, kalorier og målpuls ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend hver værdi ved at trykke på ENTER-tasten.

#### **BEMÆRK**

For at springe indstillingen af enkelte værdier over skal du trykke direkte på ENTER-tasten uden indstilling.

3. For at starte programmet skal du trykke på START/STOP-knappen.

*Fastlagte værdier tæller ned og alle øvrige værdier tæller op.*

#### **BEMÆRK**

Hvis du har indtastet en målpuls, lyder der et signal, når du har overskredet denne værdi.

4. For at sætte programmet på pause skal du trykke på START/STOP-knappen.
5. For at afslutte programmet, når det er på pause, skal du trykke på RESET-knappen.

### 3.3.3 Standardindstillede profilprogrammer (PROG)

Du kan vælge mellem 12 standardindstillede profilprogrammer.

1. Vælg "PROG" ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.

*På displayet står der P1, og det skifter uden yderligere indtastning til profilprogrammet..*

2. For at vælge et andet af de 12 programmer skal du dreje på ENTER-tasten og godkende det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.

❗ **BEMÆRK**

For at starte programmet uden yderligere indstillinger skal du trykke på START/STOP-knappen.

3. Fastlæg værdierne for modstandstrin, træningstid, træningsdistance, kalorier og målpuls ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend hver værdi ved at trykke på ENTER-tasten.

❗ **BEMÆRK**

For at springe indstillingen af enkelte værdier over skal du trykke direkte på ENTER-tasten uden indstilling.

4. For at starte programmet skal du trykke på START/STOP-knappen.

*Fastlagte værdier tæller ned og alle øvrige værdier tæller op.*

❗ **BEMÆRK**

Hvis du har indtastet en målpuls, lyder der et signal, når du har overskredet denne værdi.

*I slutningen af programmet høres der signallyde.*

5. For at starte programmet forfra skal du trykke på START/STOP-knappen.
6. For at sætte programmet på pause skal du trykke på START/STOP-knappen.
7. For at afslutte programmet, når det er på pause, skal du trykke på RESET-knappen.

### 3.3.4 Pulsstyrede programmer (HRC)

#### **ADVARSEL**

Dit træningsudstyr er ikke noget medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dit udstyr kan være unøjagtig. Vidt forskellige faktorer kan påvirke nøjagtigheden af pulsmålingen. Pulsmålingen tjener udelukkende som hjælpemiddel under træningen.

Du har fire pulsprogrammer til rådighed. Du kan enten vælge en af de tre forprogrammerede målpulsfrekvenser (55%, 75% eller 90% af din maksimale puls), eller du kan vælge TAG og indtaste en anden målpuls manuelt. Din maksimale puls bestemmes af konsollen ud fra din indtastede alder. Ved disse programmer anbefales det at bruge pulsbælte.

1. Vælg "HRC ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.
2. For at vælge et af programmerne (55%, 75%, 90% eller TAG) skal du dreje på ENTER-tasten og godkende det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.
  - 2.1. Hvis du har valgt TAG, skal du nu fastlægge målpulsen ved at dreje på ENTER-tasten og godkende indtastningen ved at trykke på ENTER-tasten.
3. Fastlæg træningstiden ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend værdien ved at trykke på ENTER-tasten.

#### **BEMÆRK**

For at springe indstillingen af enkelte værdier over skal du trykke direkte på ENTER-tasten uden indstilling.

4. For at starte programmet skal du trykke på START/STOP-knappen.

*Fastlagte værdier tæller ned og alle øvrige værdier tæller op.*

#### **BEMÆRK**

Så snart din målpuls overskrides, lyder der et signal. Så snart pulsen igen har nået den indstillede værdi, standser signaltonen.

5. For at sætte programmet på pause skal du trykke på START/STOP-knappen.
6. For at afslutte programmet, når det er på pause, skal du trykke på RESET-knappen.

### 3.3.5 Wattstyret program (WATT)

I det wattstyrede program ændrer træningsmaskinen automatisk belastningstrinnet for at holde watt-tallet konstant. Watt-tallet er en enhed for det udførte arbejde, der udgøres af trådhastigheden og belastningstrinnet.

Hvis du ændrer hastigheden, tilpasser træningsmaskinen automatisk belastningstrinnet for at holde watt-tallet konstant. Hvis du træder hurtigere, reduceres belastningstrinnet; hvis du træder langsommere, øges det.

1. Vælg "WATT" ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.
2. Fastlæg værdierne for watt, træningstid, træningsdistance, kalorier og målpuls ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend hver værdi ved at trykke på ENTER-tasten.

**❗ BEMÆRK**

For at springe indstillingen af enkelte værdier over skal du trykke direkte på ENTER-tasten uden indstilling.

3. For at starte programmet skal du trykke på START/STOP-knappen.

*Fastlagte værdier tæller ned og alle øvrige værdier tæller op.*

**❗ BEMÆRK**

Hvis du har indtastet en målpuls, lyder der et signal, når du har overskredet denne værdi.

4. For at sætte programmet på pause skal du trykke på START/STOP-knappen.
5. For at afslutte programmet, når det er på pause, skal du trykke på RESET-knappen.

### 3.3.6 Brugerdefineret program (USER)

1. Vælg "USER" ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.
2. Fastlæg modstandstrinnet til alle afsnit ved at dreje på ENTER-tasten, og godkend det valgte ved at trykke på ENTER-tasten.

*Indstillingerne gemmes automatisk i det brugerdefinerede program.*

3. For at starte programmet skal du trykke på START/STOP-knappen.
4. For at sætte programmet på pause skal du trykke på START/STOP-knappen.
5. For at afslutte programmet, når det er på pause, skal du trykke på RESET-knappen.



### 3.4 RECOVERY - restitueringspuls

Denne funktion måler, hvor hurtigt din puls restitueres efter et træningspas. Jo hurtigere din puls restitueres, jo bedre er dit konditionsniveau. Når du trykker på Recovery-tasten, starter der en 60 sekunder lang nedtælling. Hold fast i håndpulssensorerne med begge hænder, og træn, mens nedtællingen kører. Når de 60 sekunder er gået, vises der en fitnesskarakter mellem F1 og F6.

Resultat	Fitnesslevel	Hjerteslag pr. minut
F1	Virkelig godt	75 - 84
F2	Godt	85-94
F3	Middel	95-119
F4	Lidt under middel	120-129
F5	Dårligt	130-135
F6	Meget dårligt	135

### 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 1.4 i denne brugsanvisning.



## 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
Remskiverne vakler eller laver lyde	Remskiven er løs	Spænd møtrikkerne (vær opmærksom på venstre-/højregevind)
Displayet viser ingenting/fungerer ikke	Løse kabelforbindelser	Tjek kabelforbindelserne
Udstyret vakler	Udstyret står ikke lige	Udlign justeringsfødderne
Pedalerne knirker	Pedalerne er løse	Spænd skruerne eller pedalerne efter
Knirkende lyde	Skruerne er løse eller for faste	Tjek skruerne
Køreskinnerne hviner	Køreskinnerne / -hjulene er snavsede eller køreskinnen tør	Rengøring af køreskinnerne 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> <li>+ Tjek om pulsmåling er mulig via håndpuls</li> </ul>
-------------------	--	--

### 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	1 gang i kvartalet
Display, konsol	R	I	
Køreskinne*		R	
Smørelse af køreskinne og de bevægelige dele*			I
Kunststofafdækninger	R	I	
Skruer og kabelforbindelser		I	
Forklaring: R = rengøring; I = inspektion			

\*Husk altid at rengøre køreskinne og de bevægelige dele, før du gensmører med smøremiddel.

Ved at scanne QR-koden med kamerafunktionen eller QR-kodescanner appen på din smartphone/tablet åbnes en video om generel vedligeholdelse af en crosstrainer på YouTube. I videoen vises de vedligeholdelsespunkter, der beskrives i denne vejledning.

Bemærk venligst, at videoen muligvis ikke er tilgængelig på dit sprog eller med passende undertekster.

Hvis du ikke kan scanne QR-koder, kan du få adgang til alle Sport-Tiedjes videoer på YouTube ved først at åbne YouTube og indtaste "Sport-Tiedje" i søgefeltet.



## 7 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.

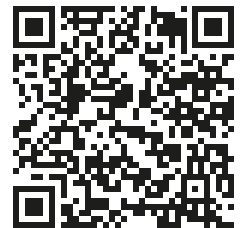


Materialerne skal genanvendes iht. deres mærkning. Med genanvendelse, udnyttelse af materialer eller andre former for genbrug af udtjent udstyr yder du et vigtigt bidrag til beskyttelse af miljøet.

## 6 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 multimaskiner 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



Håndklæder



Pulsbælte



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:**

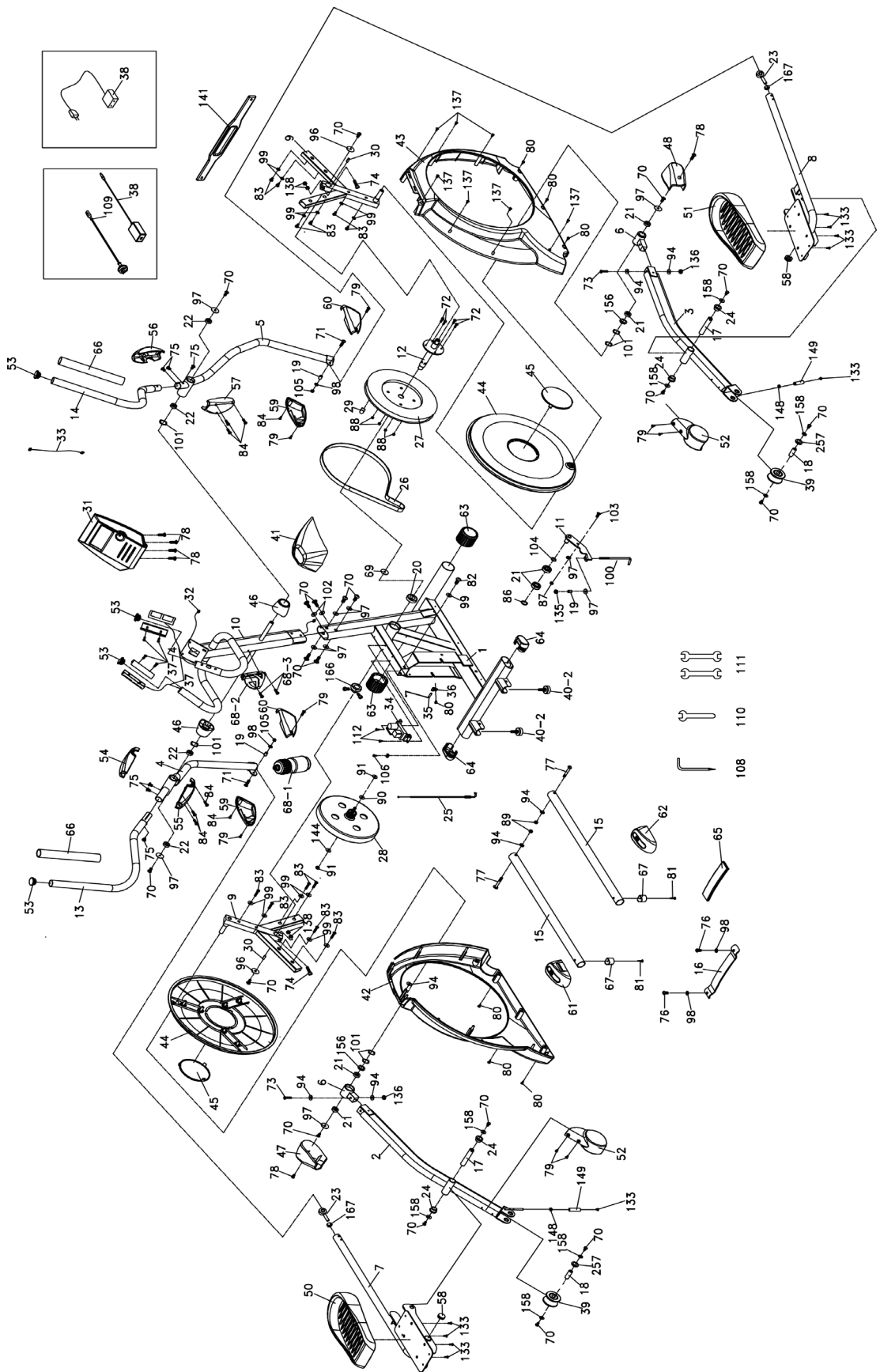
## 8.2 Liste over dele

Nr.	Betegnelse (ENG)	Antal	Nr.	Betegnelse (ENG)	Antal
1	Main Frame	1	33	600m/m_DC Power Cable	1
2	Pedal Arm (L)	1	34	Gear Motor	1
3	Pedal Arm (R)	1	35	250m/m_Sensor W/Cable	1
4	Lower Handle Bar (L)	1	36	Sensor Rack	1
5	Lower Handle Bar (R)	1	37	850m/m_Handpulse W/Cable Assembly	2
6	Bushing Housing, Pedal Arm	2			
7	Connecting Arm (L)	1	37~4	Ø3 × 20m/m_Tapping Screw	4
8	Connecting Arm (R)	1	38	Power Adaptor	1
9	Cross Bar	2	39	Slide Wheel , Urethane	2
10	Console Mast	1	40~1	3/8" × 2" _Flat Head Socket Bolt	2
11	Idler Wheel Assembly	1	40~2	Rubber Foot	2
12	Crank Axle	1	41	Console Mast Cover	1
13	Swing Arm (L)	1	42	Side Case(L)	1
14	Swing Arm (R)	1	43	Side Case(R)	1
15	Rail Tube	2	44	Round Disk	2
16	Rail Strap	1	45	Round Disk Cover	2
17	Blacking Arbor for Pedal	2	46	Cover Swing Arm Axle	2
18	Axle for Slide Wheel	2	47	Pedal Arm Cover (L)	1
19	Rod End Sleeve	3	48	Pedal Arm Cover (R)	1
20	6005_Bearing	1	50	Pedal (L)	1
21	6203_Bearing	6	51	Pedal (R)	1
22	6003_Bearing	8	52	Slide Wheel Cover	2
23	Rod End Bearing	2	53	Button Head Plug	4
24	Ø31 × Ø25.5 × Ø19 × 16+3T_Bushing	4	54	Front Handle Bar Cover (L)	1
			55	Rear Handle Bar Cover (L)	1
25	350m/m_Steel Cable	1	56	Front Handle Bar Cover (R)	1
26	Drive Belt	1	57	Rear Handle Bar Cover (R)	1
27	Ø330_Drive Pulley	1	58	Round Cap	2
28	Flywheel	1	59	Connecting Arm Cover (L)	2
29	Magnet	1	60	Connecting Arm Cover (R)	2
30	25 × 7 × 7m/m_Woodruff Key	2	61	Lug Cover (L)	1
31	Console Assembly	1	62	Lug Cover (R)	1
32	1100m/m_Computer Cable	1	63	Transportation Wheel	2

64	Oval End Cap	2	93	M12_Nut	2
65	EVA Foam for Rail Strap	1	94	3/8" × 19 × 1.5T_Flat Washer	9
66	Handgrip Foam	2	96	5/16" × 35 × 1.5T_Flat Washer	2
67	Rubber Foot	2	97	5/16" × 23 × 1.5T_Flat Washer	10
68~1	Drink Bottle(Optional)	1	98	5/16" × 20 × 1.5T_Flat Washer	4
68~2	Drink Bottle Holder	1	99	1/4" × 19m/m_Flat Washer	13
68~3	M5 × 12m/m_Phillips Head Screw	2	100	J Bolt	1
69	35 × 25.5 × 5T_Bushing	1	101	Ø17_Wave Washer	6
70	5/16" × 15m/m_Hex Head Bolt	20	102	5/16" × 23 × 2T_Curved Washer	2
71	5/16" × 32m/m_Hex Head Bolt	2	103	M8 × 20m/m_Carriage Bolt	1
72	1/4" × 3/4" _Hex Head Bolt	4	104	Ø17 × Ø23.5 × 2T_Flat Washer	1
73	3/8" × 2-1/4" _Socket Head Cap Bolt	2	105	5/16" × 7T_Nyloc Nut	2
			106	3.5 × 16m/m_Tapping Screw	1
74	M8 × 30L_Socket Head Cap Bolt	2	108	Combination M5 Allen Wrench & Phillips Head Screw Driver	1
75	5/16" × 15m/m_Button Head Socket Bolt	6			
76	5/16" × 3/4" _Button Head Socket Bolt	2	109	1100m/m_Adaptor Power Cord	1
			110	12m/m_Wrench	1
77	3/8" × 2-1/4" _Button Head Socket Bolt	2	111	13.14m/m_Wrench	2
			112	5 × 19m/m_Tapping Screw	2
78	M5 × 10m/m_Phillips Head Screw	6	133	M5 × 10m/m_Phillips Head Screw	10
79	M5 × 15m/m_Phillips Head Screw	8	135	M8 × 9T_Nyloc Nut	1
80	5 × 16m/m_Tapping Screw	7	136	3/8" × 11T_Nyloc Nut	2
81	5 × 25m/m_Tapping Screw	2	137	3.5 × 16m/m_Sheet Metal Screw	7
82	4.8 × 38m/m_Sheet Metal Screw	1	138	M8 × 6.3T_Nut	4
83	5 × 16m/m_Tapping Screw	12	144	3/8" -UNF26 × 6T_Nut	1
84	Ø3.5 × 12m/m_Sheet Metal Screw	8	148	E-Clip	2
86	Ø17_C Ring	1	149	Ø15 × Ø8,5 × 50L_Sleeve	2
87	M8 × 7T_Nyloc Nut	1	156	Spacer Bushing	2
88	1/4" _Nyloc Nut	4	158	5/16" × 23 × 3.0T_Flat Washer	8
89	3/8" × 7T_Nyloc Nut	2	166	6005-2RS_Bearing	1
90	3/8" -UNF26 × 4T_Nut	1	167	M12 × P1.75 × 10T_Nut	2
91	3/8" -UNF26 × 9T_Nut	2	257	Spacer Bushing	2



# 8.3 Eksplosionstegning



Træningsudstyr fra Taurus® 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>TECHNIK</b></p> <p> +49 4621 4210-900</p> <p> +49 4621 4210-698</p> <p> technik@sport-tiedje.de</p> <p> Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p> <p><b>SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20277 (kostenlos)</p> <p> info@sport-tiedje.de</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> info@fitshop.dk</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> service-france@fitshop.fr</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> info@fitshop.pl</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> info@fitshop.be</p> <p> Vous trouverez les heures d'ouverture sur notre site Internet.</p>

UK	NL	INT
<p><b>TECHNICAL SUPPORT</b></p> <p> +44 141 876 3986</p> <p> support@powerhousefitness.co.uk</p> <p><b>SERVICE</b></p> <p> +44 141 876 3972</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> info@fitshop.nl</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> service-int@sport-tiedje.de</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> info@sport-tiedje.at</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> info@sport-tiedje.ch</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)

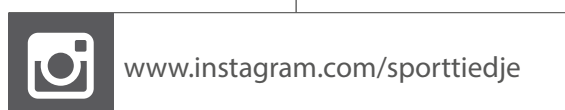
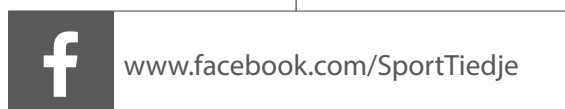
# VI LEVER FOR FITNESS

## WEBSHOP OG SOCIALE MEDIER

Sport-Tiedje er med sine nuværende 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 green figure jumping inside a circle, followed by the word "cardiojump" in a bold, lowercase sans-serif font.



**Notater**



# **TAURUS<sup>®</sup>**

**Crosstrainer X7.1**