

TAURUS®

MONTAGE- UND BEDIENUNGSANLEITUNG



max. 180 kg



~ 60 Min.



85 kg

L 158 | B 62 | H 135

FSTFERB.01.03

Art.-Nr. TF-ERB

ELITE RECUMBENT BIKE

Inhaltsverzeichnis

1	ALLGEMEINE INFORMATIONEN	8
1.1	Technische Daten	8
1.2	Persönliche Sicherheit	10
1.3	Elektrische Sicherheit	11
1.4	Aufstellort	12
2	MONTAGEANLEITUNG	13
2.1	Allgemeine Hinweise	13
2.2	Lieferumfang	13
2.3	Aufbau	16
2.4	Batteriewechsel	24
3	BEDIENUNGSANLEITUNG	25
3.1	Displayanzeige	26
3.2	Tastenfunktionen	27
3.3	Programme	28
3.4	Schnellstartprogramm	28
3.5	Manuelles Programm	29
3.6	Programm-Modus	30
3.7	Benutzerdefiniertes Programm	32
3.8	Wattprogramm	33
3.9	Zielherzfrequenzprogramm	34
4	TRAININGSHINWEISE	36
4.1	Allgemeine Informationen	36
4.1.1	Trainingskleidung	36
4.1.2	Aufwärmen und Dehnen	36
4.1.3	Medikamentation	37
4.1.4	Beanspruchte Muskelgruppen	37
4.1.5	Häufigkeit	37
4.2	Trainingstagebuch	39
4.3	Drahtlosverbindung und Fitness-Apps	40
5	LAGERUNG UND TRANSPORT	41
5.1	Allgemeine Hinweise	41
5.2	Transportrollen	41
6	FEHLERBEHEBUNG, PFLEGE UND WARTUNG	42
6.1	Allgemeine Hinweise	42

6.2	Störungen und Fehlerdiagnose	42
6.3	Tipps für eine längere Lebensdauer des Akkus	43
6.4	Fehlercodes und Fehlersuche	44
6.5	Wartungs- und Inspektionskalender	44
7	ENTSORGUNG	44
7.1	Akkuwechsel	45
8	ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG	46
9	ERSATZTEILBESTELLUNG	47
9.1	Seriennummer und Modellbezeichnung	47
9.2	Teileliste	48
9.3	Explosionszeichnung	52
10	GARANTIE	54
11	KONTAKT	56

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für ein Qualitäts-Trainingsgerät der Marke TAURUS® entschieden haben. Taurus bietet Sport- und Fitnessgeräte für den gehobenen Heimsport und die Ausstattung von Fitness-Studios und Geschäftskunden. Der Fokus liegt bei Taurus Fitnessgeräten auf dem, worauf es beim Sport ankommt: maximale Performance! Daher werden die Geräte in enger Absprache mit Sportlern und Sportwissenschaftlern entwickelt. Denn Sportler wissen am besten, was perfekte Fitnessgeräte ausmacht.

Weitere Informationen finden Sie unter www.fitshop.com/taurus.

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden.

Dieses Fitnessgerät ist für den Heimgebrauch, den semiprofessionellen und den professionellen Einsatz geeignet. Der semiprofessionelle Bereich umschließt z.B. institutionelle Einrichtungen wie Krankenhäuser, Schulen, Hotels und Vereine. Der professionelle Einsatz bezieht sich auf eine gewerbliche Nutzung, z. B. im Fitness-Studio.

IMPRESSUM

Fitshop GmbH
Europas Nr. 1 für Heimfitness

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Schleswig
Deutschland

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

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

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

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

FITSHOP

Europas Nr.1 für Heimfitness

ZU DIESER ANLEITUNG

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

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



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

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

Genauigkeitsklassen

Klasse A: hohe Genauigkeit.

Klasse B: mittlere Genauigkeit.

Klasse C: geringe Genauigkeit.

Die Verwendungsklassen erläutern die vorgesehene Nutzung des Gerätes.

Verwendungsklassen

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

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

Klasse H (Heimbereich): Verwendung im Heimbereich.

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

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

Die folgenden Sicherheitshinweise können in dieser Bedienungsanleitung vorkommen:

► **ACHTUNG**

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



VORSICHT

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



WARNUNG

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



GEFAHR

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



HINWEIS

Dieser Hinweis steht für weitere nützliche Informationen.

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

1.1 Technische Daten

Gewicht und Abmessungen	
Artikelgewicht (brutto, einschließlich Verpackung)	93 kg
Artikelgewicht (Netto, ohne Verpackung)	85 kg
Verpackungsmaße von Kartons (L x B x H)	163 cm x 46 cm x 64 cm
Abmessungen (L x B x H)	158 cm x 62 cm x 135 cm
Zusätzliche Messdaten	
Q-Faktor	21,3 cm
Kurbellänge	21,8 cm
Maximale Belastung	
Maximales Benutzergewicht	180 kg
Technische Daten	
Schwungmasse	9,5 kg
Widerstandssystem	Elektromagnetisches Bremssystem
Widerstandsstufen	32
Stromversorgung	Generator
Konsolendaten	
Displayanzeige	Trainingsdauer in Minuten.
	Geschwindigkeit in km/h
	Trainingsstrecke in km
	Kalorien in kcal
	Herzfrequenz (über Handpulssensoren oder Brustgurt)
	RPM
	Widerstandsstufen
	Watt
Display-Art	LED

Wattangaben	
Min. und max. Watt bei 60 U/min	33-347 W
Min. und max. Watt bei 100 U/min	58-596 W
Einstellbarer Bereich im Watt-Programm	25-350 W
Programmübersicht	
Schnellstartprogramm	1
Zielprogramme	3
Voreingestellte Programme	12
Benutzerdefinierte Programme	1
Herzfrequenzprogramme	4
Watt-Programme	1
Sonstige Daten	
Drahtlosverbindung	Ja
Verwendungsklasse	S

1.2 Persönliche Sicherheit



GEFAHR

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



WARNUNG

- + Die Benutzung dieses Gerätes ist für Kinder unter 14 Jahren nicht zulässig.
- + Kinder sollten nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Gerätes gelangen.
- + Personen mit Behinderungen müssen eine medizinische Genehmigung vorweisen und unter strenger Beobachtung stehen, wenn Sie jegliche Trainingsgeräte benutzen.
- + Das Gerät darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
- + Wenn Ihr Gerät über einen Safety Key verfügt, ist der Clip des Safety Keys vor Trainingsbeginn an Ihrer Kleidung anzubringen. Im Falle eines Sturzes kann somit der NOT-STOPP des Gerätes ausgelöst werden.
- + Durch sich drehende Pedale und/oder eine freiliegende Schwungscheibe beim Fehlen eines Freilaufs besteht Verletzungsgefahr. Steigen Sie niemals auf das Gerät oder vom Gerät ab, wenn die Pedale oder die Schwungscheibe sich bewegen. Achten Sie stets darauf, dass die Pedale bzw. die Schwungscheibe vollkommen zum Stillstand gekommen sind.
- + Stützen Sie sich beim Auf- und Absteigen mit mindestens einer Hand an dem Lenker ab. Steigen Sie erst vom Gerät ab, wenn die Pedale vollständig zum Stillstand gekommen sind.
- + Halten Sie Hände, Füße und andere Körperteile, Haar, Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern, da sich diese in dem Gerät verfangen können.
- + Tragen Sie bei der Benutzung keine lose bzw. weite Kleidung, sondern geeignete Sportbekleidung. Achten Sie bei den Sportschuhen auf geeignete Sohlen, vorzugsweise sollten diese aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien sein. Ungeeignet sind Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Trainieren Sie niemals barfuß.



VORSICHT

- + Muss Ihr Gerät mit einem Netzkabel ans Stromnetz angeschlossen werden, stellen Sie sicher, dass das Kabel keine potentielle Stolpergefahr darstellt.
- + Achten Sie darauf, dass sich niemand während des Trainings im Bewegungsbereich des Gerätes befindet, um Sie und andere Personen nicht zu gefährden.
- + Ziehen Sie stets den Pedalriemen fest, bevor Sie mit dem Training beginnen, um das Abrutschen der Füße zu verhindern.

 VORSICHT

- + Achten Sie darauf, dass falls Verstellvorrichtungen vorstehen gelassen werden, diese die Bewegung des Benutzers behindern können.
- + Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß geprüft wird.

► **ACHTUNG**

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

1.3 Elektrische Sicherheit

 GEFAHR

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

 WARNUNG

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

► **ACHTUNG**

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

HINWEIS

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

1.4 Aufstellort

WARNUNG

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

VORSICHT

- + Wählen Sie den Aufstellort so, dass Sie zu allen Seiten genügend Platz zum Trainieren haben.
- + Stellen Sie sicher, dass der Trainingsraum während des Trainings gut durchlüftet und keiner Zugluft ausgesetzt ist.
- + Wählen Sie den Aufstellort so, dass sowohl vor als auch neben dem Gerät ausreichend Freiraum/Sicherheitszone bestehen bleibt.
- + Der Freibereich in der Richtung, aus der der Zugang zum Trainingsgerät erfolgt, muss mindestens 0,6 m größer als der Übungsbereich sein.
- + Die Aufstell- und Anbaufläche des Gerätes sollten eben, belastbar und fest sein.

ACHTUNG

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

2.1 Allgemeine Hinweise



GEFAHR

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



WARNUNG

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



VORSICHT

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



ACHTUNG

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



HINWEIS

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

2.2 Lieferumfang

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



VORSICHT

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



HINWEIS

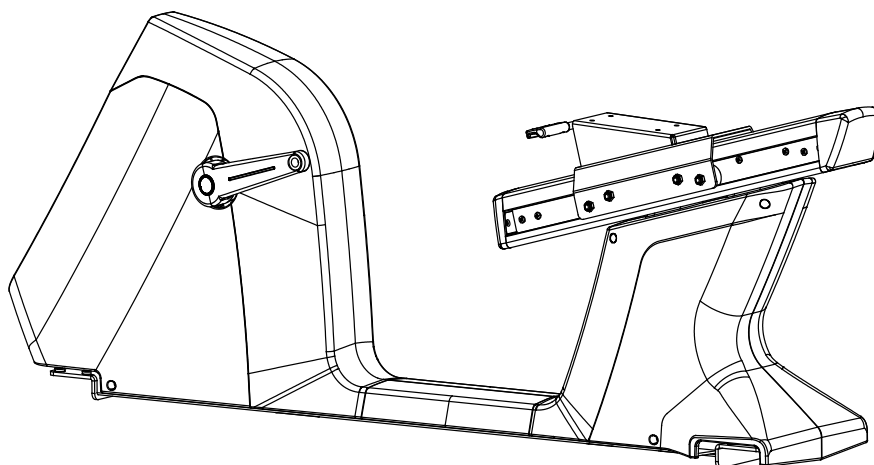
Batterien sind nicht im Lieferumfang enthalten. Folgende Batterien werden benötigt: 2xAA (1,5V)



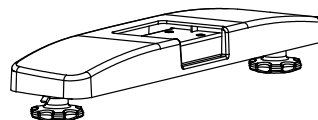
HINWEIS

Benötigtes Werkzeug: Schraubenschlüssel, Multi-Tool, Inbusschlüssel

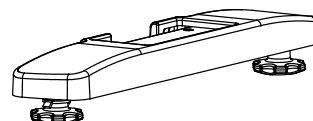
15 Haupttrahmen



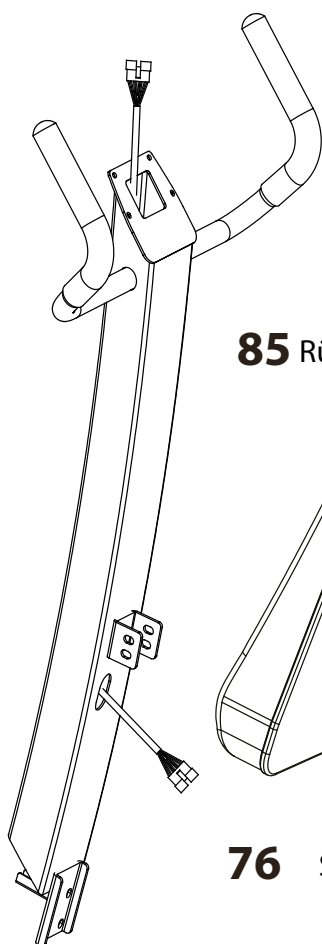
98 Vorderer Standfuß



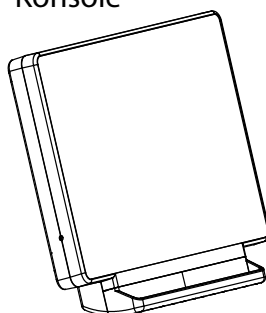
104 Hinterer Standfuß



9 Konsolenmast

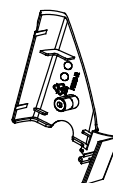


1-1 Konsole



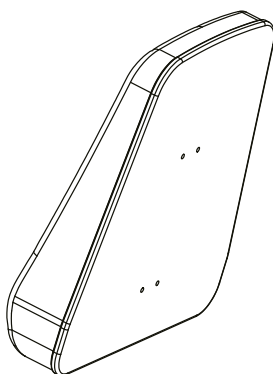
Konsolenmastabdeckung

10 (L)

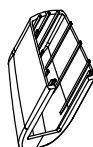


11 (R)

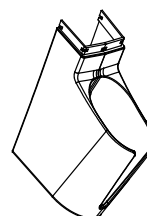
85 Rückenlehne



14 Abdeckung



12 Flaschenhalter



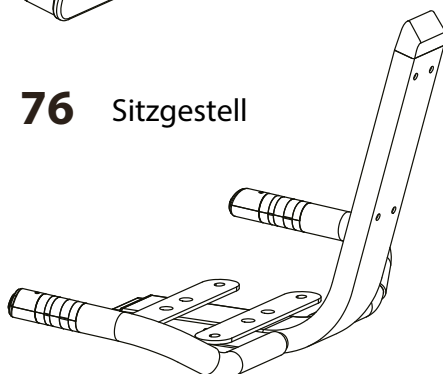
94 Pedal

(L)

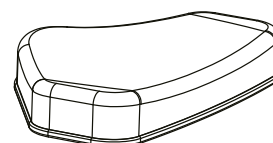


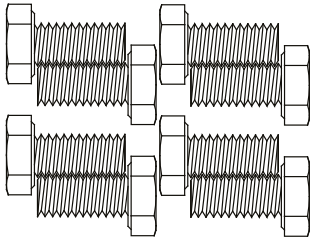
(R)

76 Sitzgestell

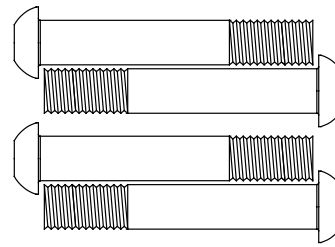


91 Sitz

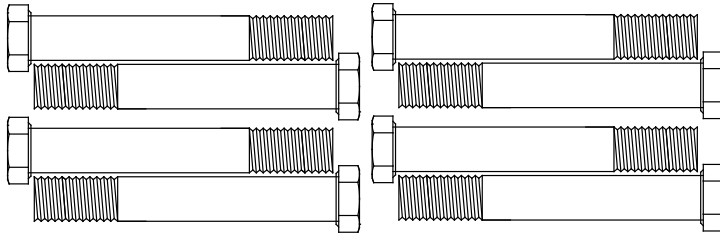




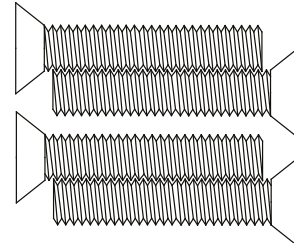
(92) Schraube M8 x 16L x 8 Stck.



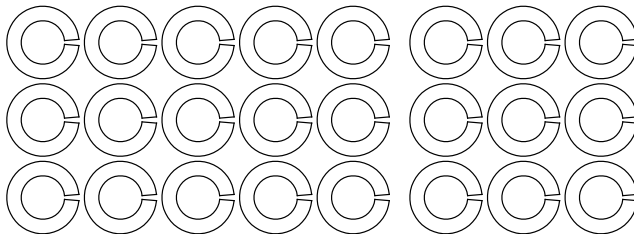
(86) Schraube M8 x 50L x 4 Stck.



(95) Schraube M8 x 55L x 8 Stck.



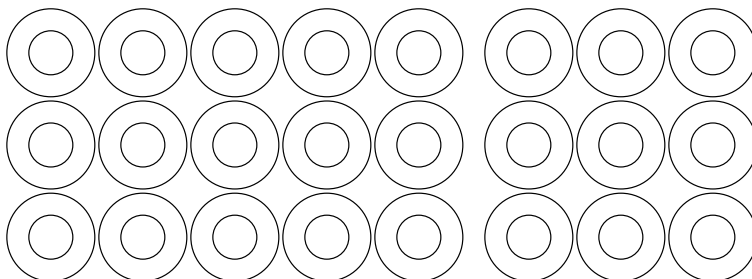
(93) Schraube M8 x 40L x 4 Stck.



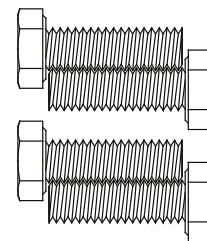
(31) Federscheibe Ø8 x 2.4T x 24 Stck.



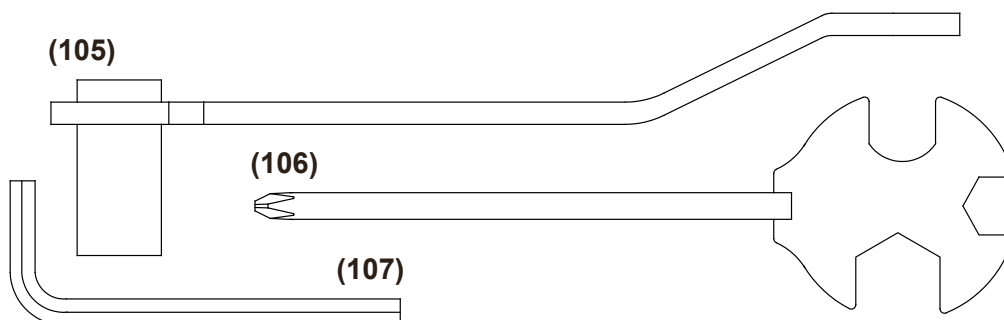
(6) Schraube ST3.5 x 20L x 1 Stck.



(32) Unterlegscheibe Ø8 x Ø16 x 2T x 24 Stck.



(118) Schraube M8 x 25L x 4 Stck.



2.3 Aufbau

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

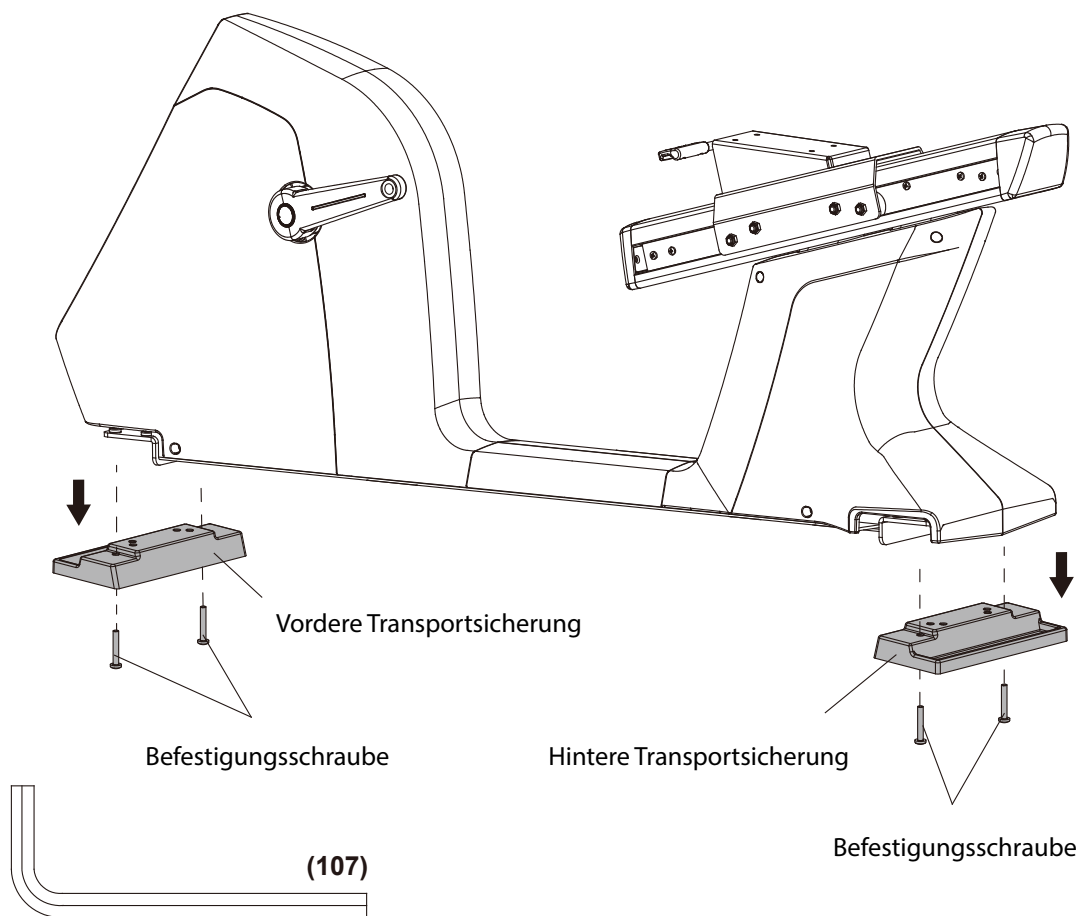
ⓘ HINWEIS

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

Demontage der Transportsicherung

1. Entfernen Sie die beiden Transportsicherungen von den Aufnahmen des vorderen und hinteren Standfußes, indem Sie die vier Befestigungsschrauben lösen.
2. Entsorgen Sie die Transportsicherungen und Schrauben ordnungsgemäß.

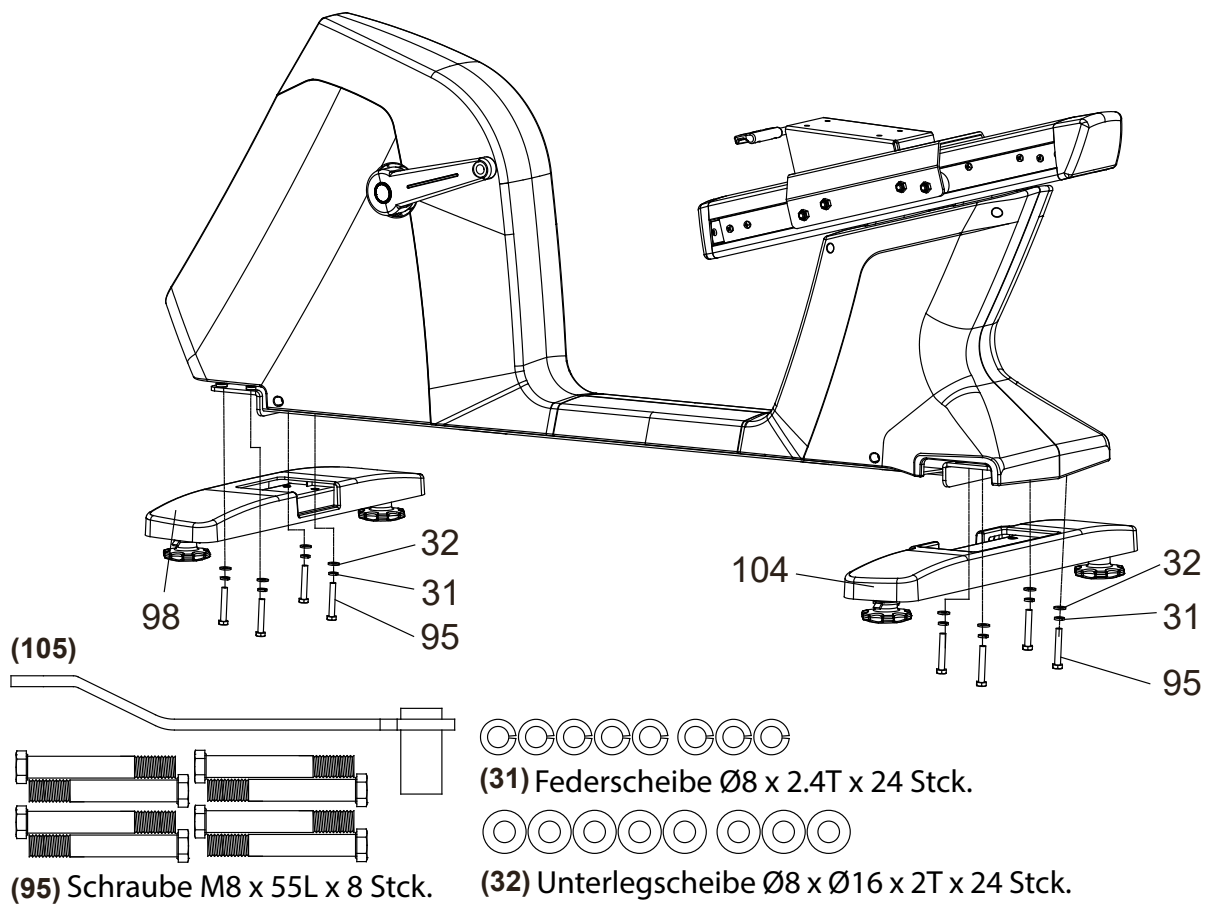
Verwenden Sie dazu den Inbusschlüssel (107).



Schritt 1: Montage der Standfüße

1. Montieren Sie den hinteren Standfuß (104) am Hauptrahmen (15) mit vier Schrauben (95), vier Federscheiben (31) und vier Unterlegscheiben (32).
2. Montieren Sie den vorderen Standfuß (98) am Hauptrahmen (15) mit vier Schrauben (95), vier Federscheiben (31) und vier Unterlegscheiben (32).

Verwenden Sie dazu den Schraubenschlüssel (105).



Schritt 2: Montage der Pedale

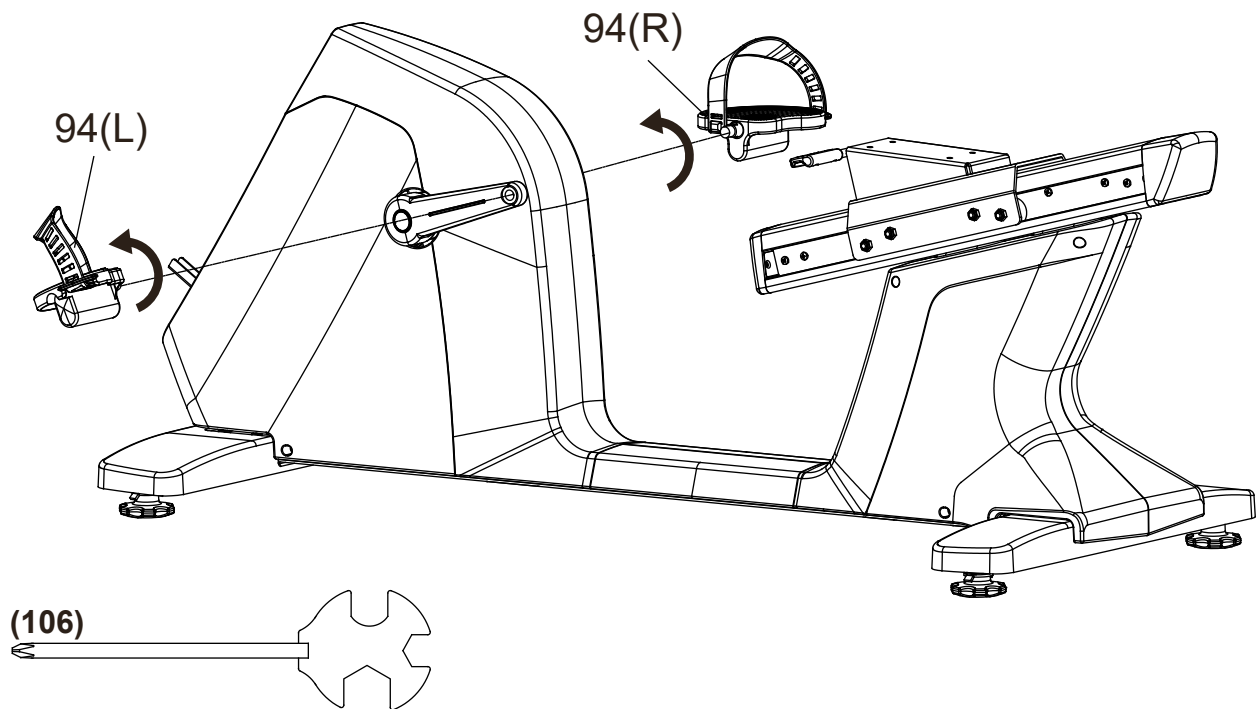
1. Schrauben Sie das linke Pedal (94L) gegen den Uhrzeigersinn in den linken Kurbelarm des Hauptrahmens (15).
2. Schrauben Sie das rechte Pedal (94R) im Uhrzeigersinn in den rechten Kurbelarm des Hauptrahmens (15).



VORSICHT

Achten Sie darauf, die Pedale vollständig einzuschrauben.

Verwenden Sie das Multitool (106).



Schritt 3: Montage des Konsolenmastes

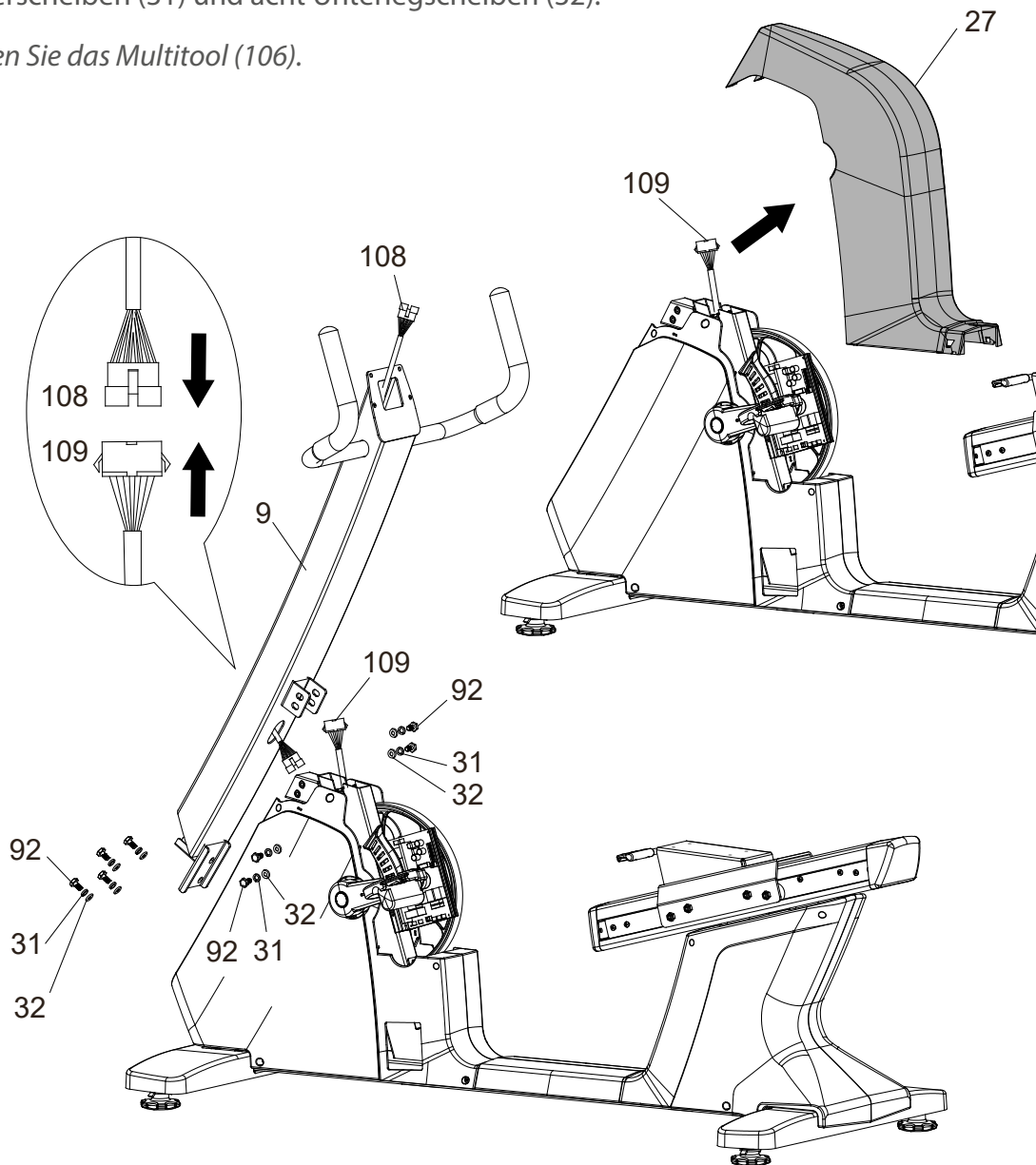
1. Entfernen Sie die obere Abdeckung (27) vom Hauptrahmen (15).

► **ACHTUNG**

- + Achten Sie darauf, die Kabel im folgenden Schritt nicht einzuklemmen.
- + Achten Sie darauf, dass die Steckverbindungen korrekt sitzen.

2. Verbinden Sie das Anschlusskabel (108) des Konsolenmastes (9) mit dem Anschlusskabel (109) des Hauptrahmens (15).
3. Befestigen Sie den Konsolenmast (9) am Hauptrahmen (15) mit acht Schrauben (92), acht Federscheiben (31) und acht Unterlegscheiben (32).

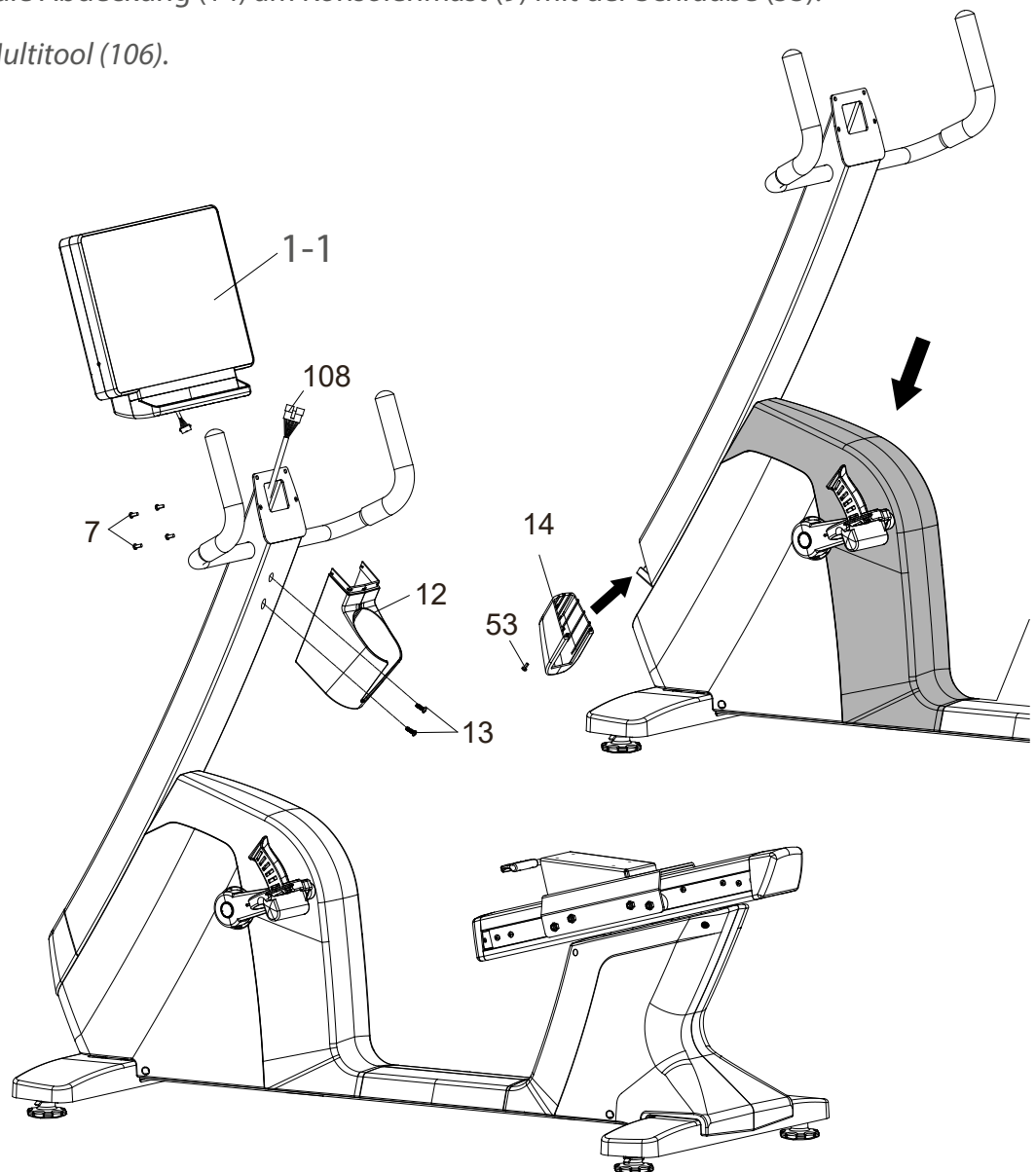
Verwenden Sie das Multitool (106).



Schritt 4: Montage der Konsole

1. Entfernen Sie die obere Abdeckung (27) vom Hauptrahmen (15).
2. Verbinden Sie das Anschlusskabel (108) des Konsolenmastes (9) mit dem Anschlusskabel der Konsole (1-1).
3. Entfernen Sie die vier vormontierten Schrauben (7).
4. Befestigen Sie die Konsole (1-1) am Konsolenmast (9) mit den vier Schrauben (7).
5. Entfernen Sie die vormontierte Schraube (13) vom Flaschenhalter (12).
6. Befestigen Sie den Flaschenhalter (12) am Konsolenmast (9) mit zwei Schrauben (13).
7. Entfernen Sie die vormontierte Schraube (53) von der Abdeckung (14).
8. Befestigen Sie die Abdeckung (14) am Konsolenmast (9) mit der Schraube (53).

Verwenden Sie das Multitool (106).



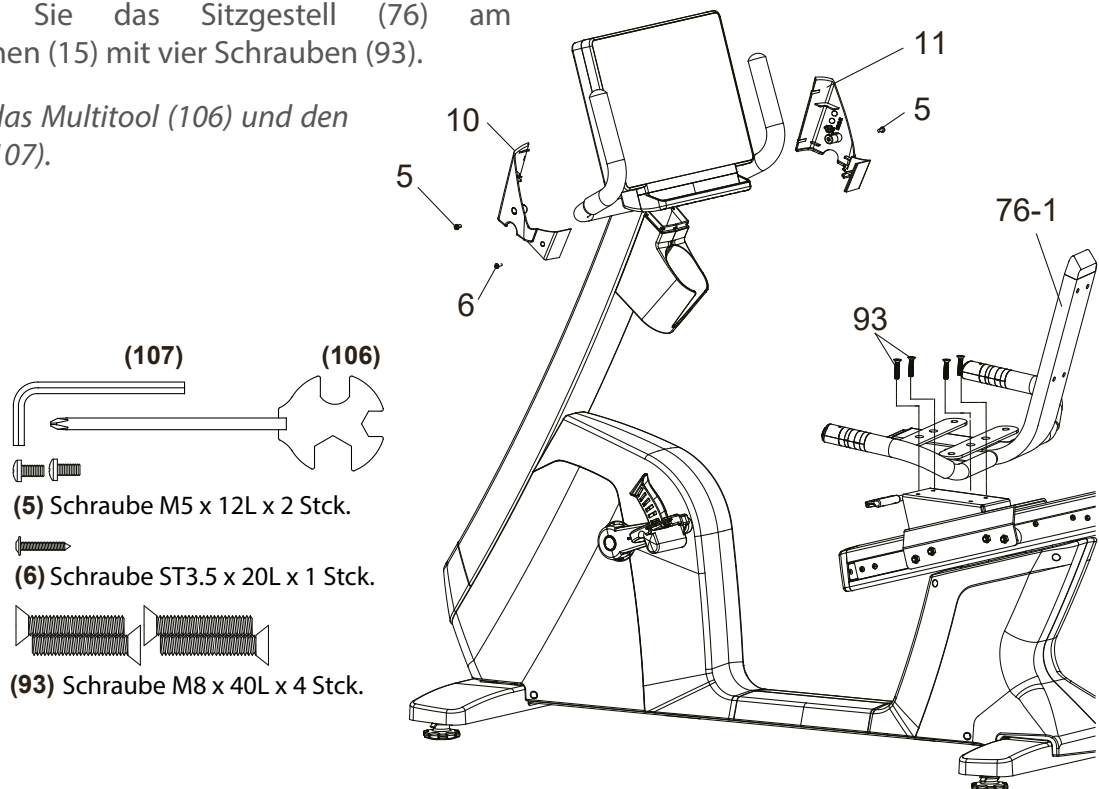
(106)
 (53) Schraube M5 x 16L x 1 Stck.

(7) Schraube M5 x 20L x 4 Stck.
 (13) Schraube M5 x 16L x 2 Stck.

Schritt 5: Montage des Sitzgestells

1. Befestigen Sie die linke und rechte Konsolenmastabdeckung (10 & 11) am Konsolenmast (9) mit zwei Schrauben (5) und einer Schraube (6).
2. Montieren Sie das Sitzgestell (76) am Hauptrahmen (15) mit vier Schrauben (93).

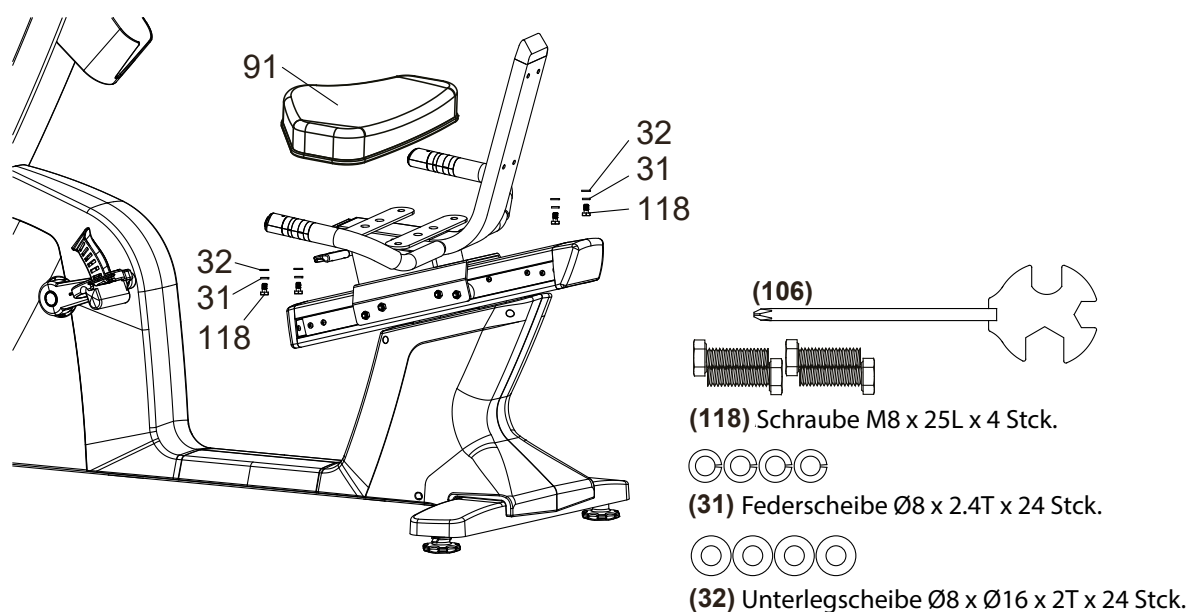
Verwenden Sie das Multitool (106) und den Inbusschlüssel (107).



Schritt 6: Montage des Sitzes

1. Befestigen Sie den Sitz (91) am Sitzgestell (76) mit vier Schrauben (118), vier Federscheiben (31) und vier Unterlegscheiben (32).

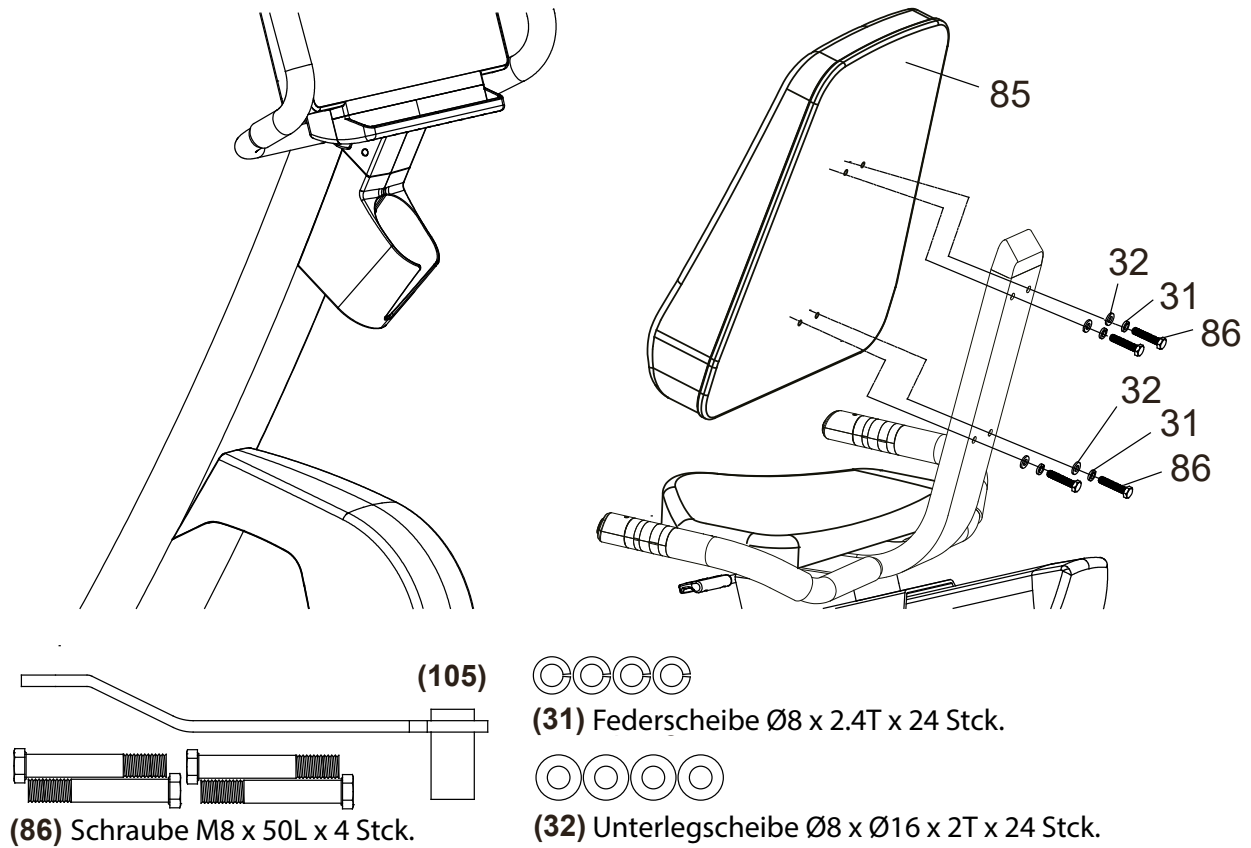
Verwenden Sie das Multitool (106).



Schritt 7: Montage der Rückenlehne

1. Befestigen Sie die Rückenlehne (85) am Sitzgestell (76) mit vier Schrauben (86), vier Federscheiben (31) und vier Unterlegscheiben (32).

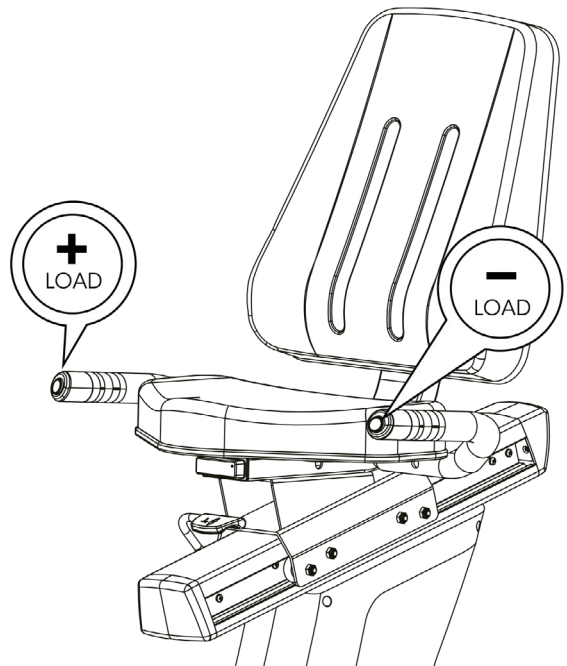
Verwenden Sie dazu den Schraubenschlüssel (105).



Schritt 8: Einstellung des Widerstands

Während des Trainings können Sie die Widerstandstasten an den Handgriffen drücken, um den Widerstand einzustellen:

- + Drücken Sie die +LOAD-Taste auf der rechten Seite, um den Widerstand zu erhöhen.
- + Drücken Sie die -LOAD-Taste auf der linken Seite, um den Widerstand zu verringern.



Schritt 9: Ausrichtung der Standfüße

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

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

Schritt 10: Anpassung der Sitzposition

1. Ziehen Sie am Verstellbügel und bewegen Sie den Sitz in die gewünschte Position.
2. Lassen Sie den Hebel los und den Sitz einrasten.

Korrektes Auf- und Absteigen

1. Zum Aufsteigen umgreifen Sie mit beiden Händen die Haltegriffe und steigen Sie zuerst mit dem linken Fuß auf das linke Pedal oder mit dem rechten Fuß auf das rechte Pedal und dann mit dem anderen Fuß auf.
2. Zum Absteigen umgreifen Sie mit beiden Händen die Haltegriffe und setzen Sie einen Fuß neben das Gerät und dann den anderen.

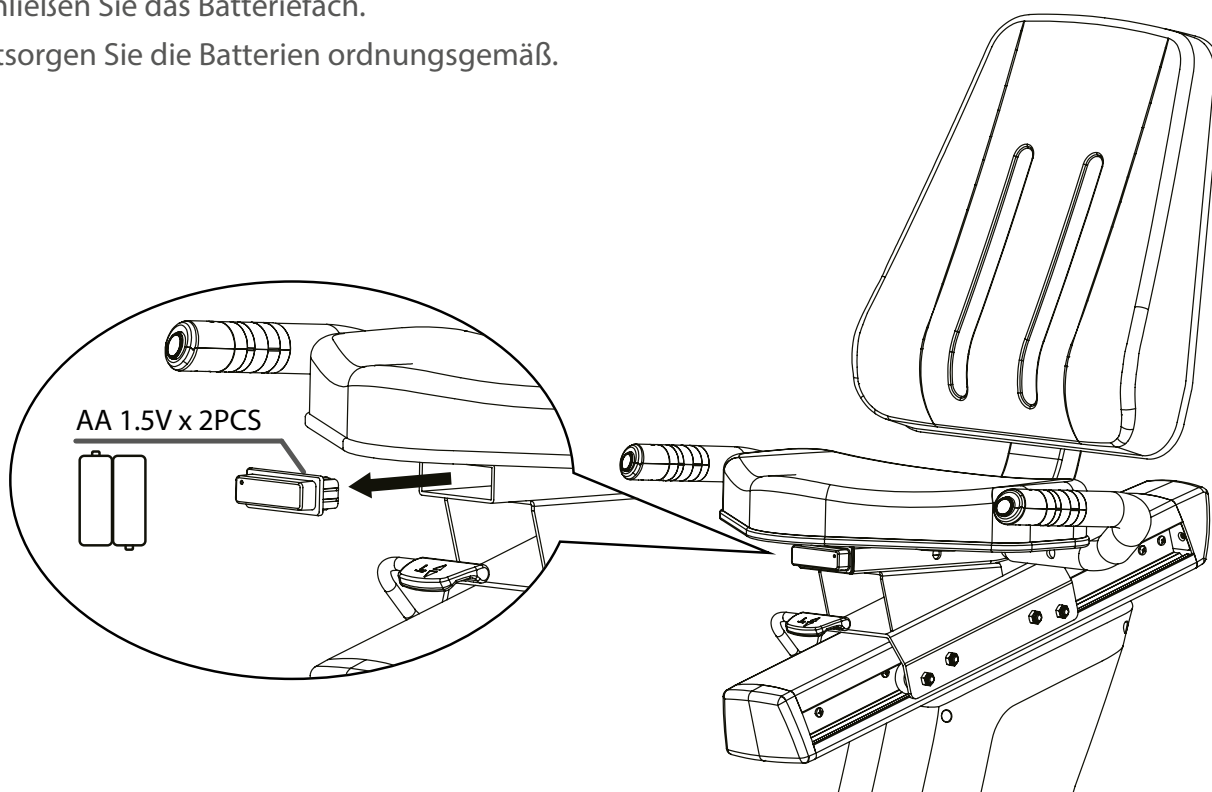
2.4 Batteriewechsel



HINWEIS

Die linke und rechte Widerstandstaste sowie die Pulsmessfunktion arbeiten kabellos. Die Sendereinheit verwendet zwei AA-Batterien (1,5 V).

1. Öffnen Sie das Batteriefach.
2. Entnehmen Sie die Batterien.
3. Setzen Sie eine neue Batterie ein.
4. Schließen Sie das Batteriefach.
5. Entsorgen Sie die Batterien ordnungsgemäß.



① HINWEIS

- + Machen Sie sich vor Trainingsbeginn mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Gerätes vertraut. Lassen Sie sich die ordnungsgemäße Verwendung dieses Produktes von einem Fachmann erläutern.
- + Beginnen Sie Ihr Training stets mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese gleichmäßig und schonend. Beenden Sie Ihr Training mit einer Cool-Down-Phase. Bei Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt.



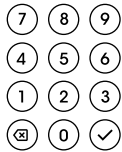
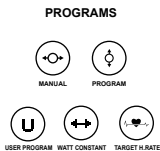
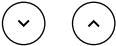
3.1 Displayanzeige

HINWEIS

- + Wenn in der Spalte "Anzeige" zwei Werte angezeigt werden, wechselt sich die Darstellung für diesen Bereich ab.
- + Die Herzfrequenz wird nur angezeigt, wenn die Handpulssensoren berührt werden oder bei Verwendung eines Brustgurtes (nicht im Lieferumfang enthalten).
- + Um Ihr Apple-Gerät ab Version 15 laden zu können, werden mindestens 12 Volt benötigt. Um 12 Volt zu erreichen, muss eine Geschwindigkeit von 35 RPM erreicht werden.

Anzeige	Funktion
CALORIES	Zeigt die Kalorien an (0 - 999 kcal)
TIME	Zeigt die Trainingszeit an (0:00 - 99:59 min.)
DISTANCE	Zeigt die Trainingsdistanz an (0,00 - 99,99 km)
HEARTRATE	Zeigt die Herzfrequenz an (40-220 bpm)
+ RPM	+ Zeigt die Umdrehungen pro Minute an (0 - 999 rpm)
+ SPEED	+ Zeigt die Geschwindigkeit an (0,00 - 99,99 km/h)
+ LEVEL	+ Zeigt die Widerstandsstufe an (1 - 32)
+ WATT	+ Zeigt den Energieverbrauch an (0 - 999 Watt)
LED MATRIX	+ Zeigt die Trainingsdaten an. + Segmente der Programme werden grafisch dargestellt.

3.2 Tastenfunktionen

Knopf/Taste	Name	Funktion
	Tastenfeld	Um den Widerstand während des Trainings präzise einzustellen, drücken Sie eine der Tasten.
	Programm-Taste	Um zwischen den Programmen zu wählen, drücken Sie eine der Tasten.
	Eingabe	Um Daten und Programme zu bestätigen, drücken Sie diese Taste.
	Pfeiltasten	Um Werte zu erhöhen oder zu verringern, drücken Sie diese Taste.
	Plus-/Minus-Taste	Um den Widerstand zu verstellen, drücken Sie die Plus-/Minus-Taste.
	Start	+ Um im Standby das Gerät zu starten, drücken Sie diese Taste. + Um das Training im Programm-Modus zu starten, drücken Sie diese Taste. + Um das Training fortzusetzen, drücken Sie diese Taste.
	Stop	+ Um das Gerät im Training zu pausieren, drücken Sie diese Taste. + Um das Gerät zu stoppen und zum Standby-Modus zurückzukehren, drücken Sie diese Taste zwei Mal. + Um die Konsole zu resettet, halten Sie diese Taste gedrückt.

3.3 Programme

Um Ihr Training noch effizienter zu gestalten, können Sie aus mehreren Trainingsprogrammen wählen.

Aus folgenden Programmen können Sie wählen:

- + Schnellstartprogramme
- + Manuelle Programme
- + Voreingestellte Programme
- + Benutzerdefinierte Programme
- + Wattgesteuerte Programme
- + Herzfrequenzgesteuerte Programme

MANUAL

PROGRAM

USER PROGRAM

WATT CONSTANT

TARGET HEART RATE

3.4 Schnellstartprogramm

Sie können ein Training ohne weitere Voreinstellungen starten. So starten Sie das Schnellstart-Programm:

1. Drücken Sie START.

Ein Countdown von 3 Sekunden startet.

2. Um das Training zu pausieren, drücken Sie STOP.

HINWEIS

Sie können während des Trainings den Widerstand anpassen.

3. Drücken Sie zweimal STOP, um das Training zu beenden.

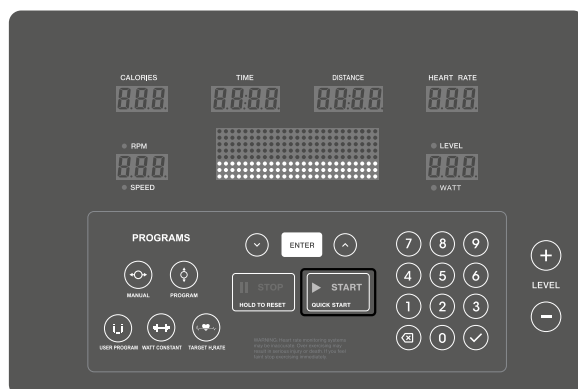


Abb. 1

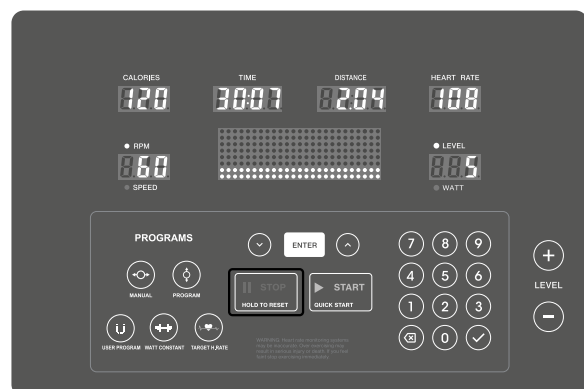


Abb. 2

3.5 Manuelles Programm

Sie können ein Training mit eigenen Voreinstellungen starten. So starten Sie das manuelle Programm:

1. Wählen Sie MANUAL (Abbildung 3).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. **Optional:** Stellen Sie Zeit, Distanz oder Kalorien über die Pfeiltasten oder das Tastenfeld ein.
 - 3.1. Bestätigen Sie den Wert mit ENTER (Abbildungen 4–6).

HINWEIS

- + Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
 - + Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.
4. Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

5. Um das Training zu pausieren, drücken Sie STOP.

Sie kehren zu den Programmvoreinstellungen zurück.

6. Drücken Sie START, um das Training fortzusetzen.

HINWEIS

Während des Trainings können Sie den Widerstand jederzeit anpassen.

7. Drücken Sie zweimal STOP, um das Training zu beenden.

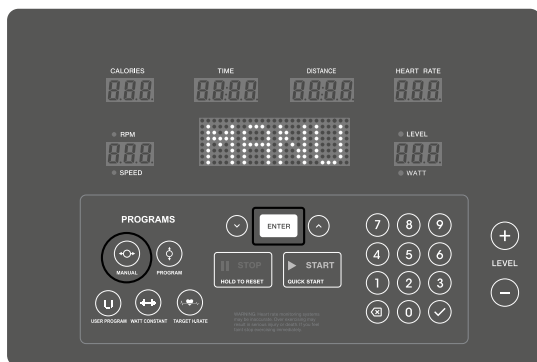


Abb. 3

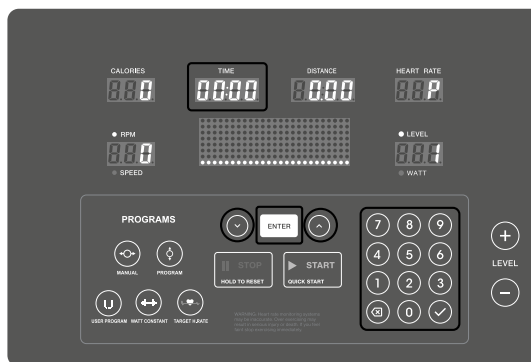


Abb. 4

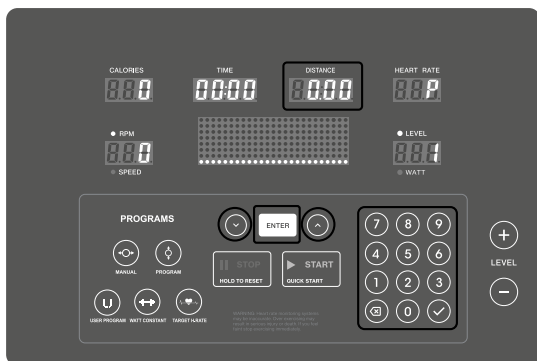


Abb. 5

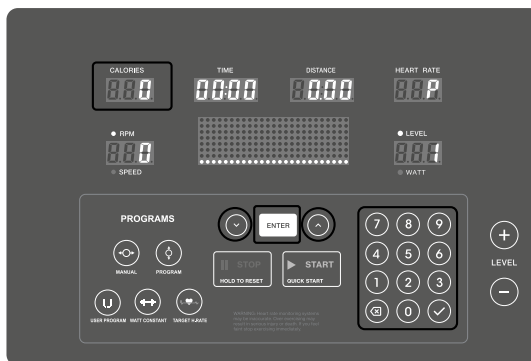


Abb. 6

3.6 Programm-Modus

Sie können ein Training mit einem voreingestellten Programm starten. So starten Sie den Programm-Modus:

1. Wählen Sie PROGRAM (Abbildung 7).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Wählen Sie eines der Programme P01–P12 mit den Pfeiltasten (^/v) (Abbildung 8).
4. Bestätigen Sie mit ENTER.
- 4.1. Optional: Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien über die Pfeiltasten oder das Tastenfeld ein (Abbildungen 9–11).
- 4.2. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.

HINWEIS

- + Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
 - + Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.
5. Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

6. Um das Training zu pausieren, drücken Sie STOP.

Sie kehren zu den Programmeinstellungen zurück.

7. Drücken Sie START, um das Training mit den geänderten Voreinstellungen fortzusetzen.
8. Drücken Sie zweimal STOP, um das Training zu beenden.

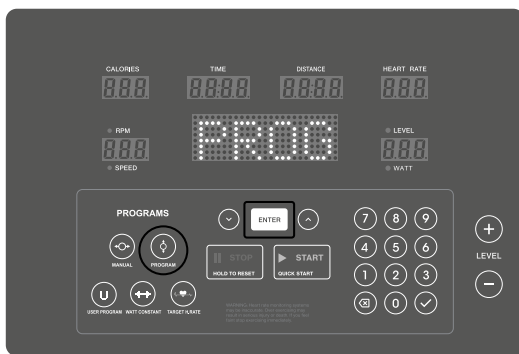


Abb. 7

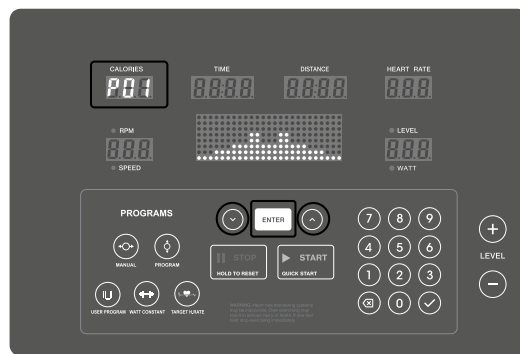


Abb. 8

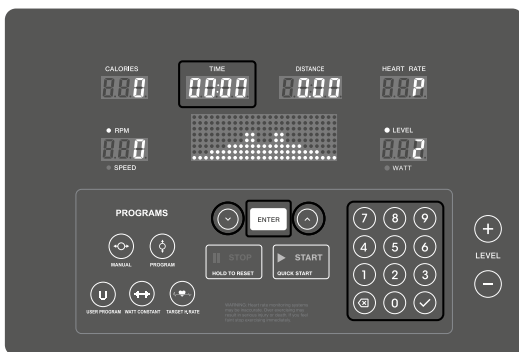


Abb. 9

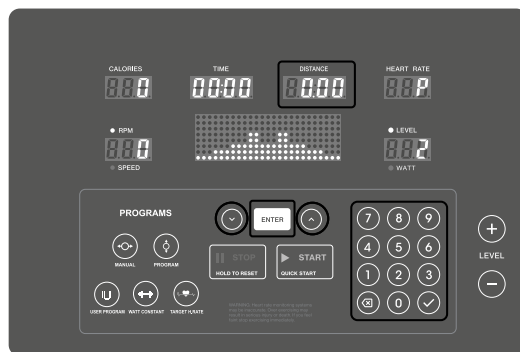


Abb. 10

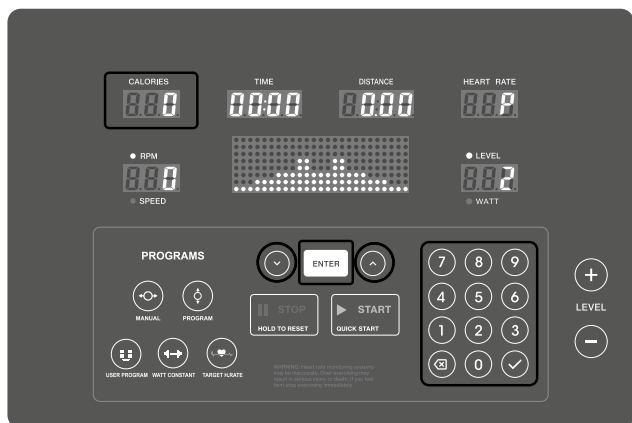
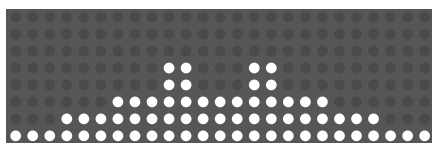


Abb. 11

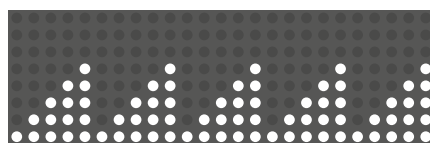
P01



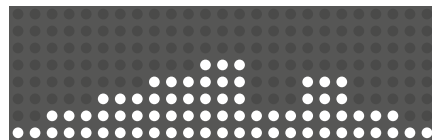
P02



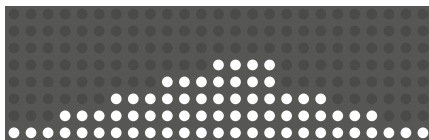
P03



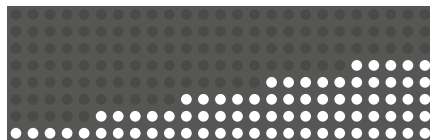
P04



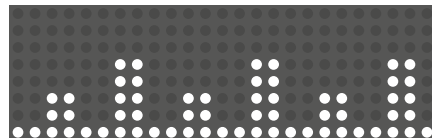
P05



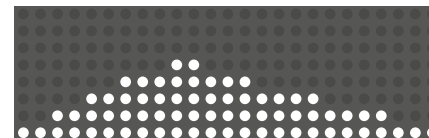
P06



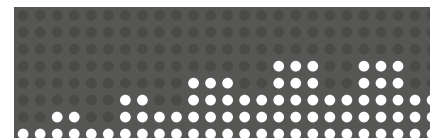
P07



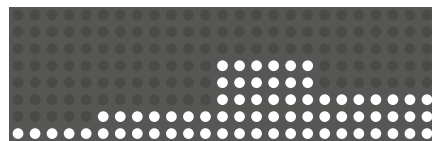
P08



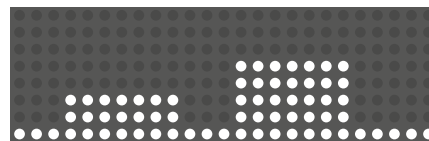
P09



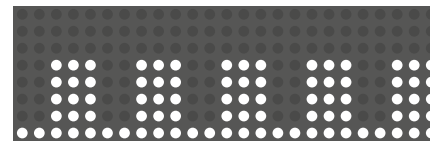
P10



P11



P12



3.7 Benutzerdefiniertes Programm

Sie können ein eigenes Profilprogramm erstellen, indem Sie für bis zu 25 Segmente individuell den Widerstand einstellen.

So erstellen Sie ein Benutzerprogramm:

1. Wählen Sie USER PROGRAM (Abbildung 12).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Stellen Sie für jedes Segment die Widerstandsstufe mit den Pfeiltasten (^/v) ein (Abbildung 13).

Das aktuell bearbeitete Segment wird durch Blinken angezeigt.

4. Bestätigen Sie mit ENTER.
5. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis alle gewünschten Segmente eingestellt sind.
6. Haben Sie alle Segmente (max. 25) eingestellt, halten Sie ENTER zwei Sekunden lang gedrückt, um zu den Einstellungen für Zeit, Distanz und Kalorien zu wechseln.
7. Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien ein.
8. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.

HINWEIS

- + Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
 - + Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.
9. Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

10. Drücken Sie START, um das Training mit dem erstellten Benutzerprogramm zu starten.
11. Drücken Sie STOP, um das Training zu pausieren.
12. Drücken Sie erneut STOP, um das Training zu beenden.



Abb. 12

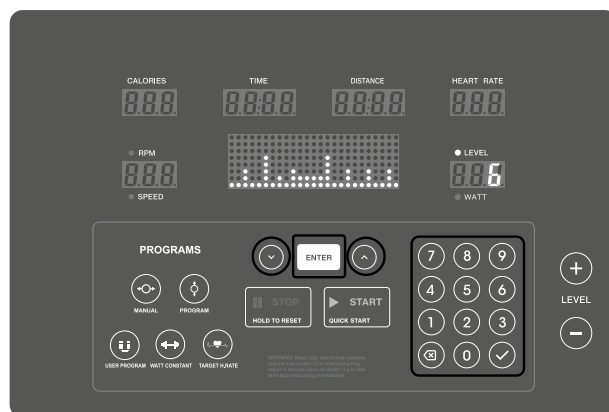


Abb. 13

3.8 Wattprogramm

So starten Sie das Wattprogramm:

1. Wählen Sie WATT CONSTANT (Abbildung 14).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.

Der voreingestellte Wattwert (120) wird durch Blinken angezeigt.

3. Stellen Sie den gewünschten Wattwert mit den Pfeiltasten (^/v) ein (Abbildung 15).
4. Bestätigen Sie mit ENTER.
5. Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien ein.
6. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.

i HINWEIS

- + Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
- + Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.

7. Optional: Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

8. Drücken Sie START, um das Training zu starten.
9. Drücken Sie STOP, um das Training zu pausieren.
10. Drücken Sie erneut STOP, um das Training zu beenden.

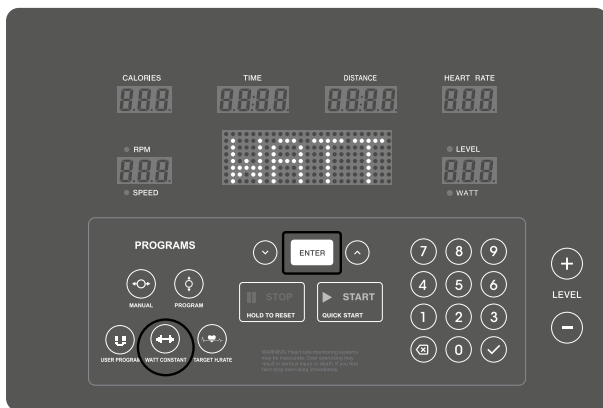


Abb. 14

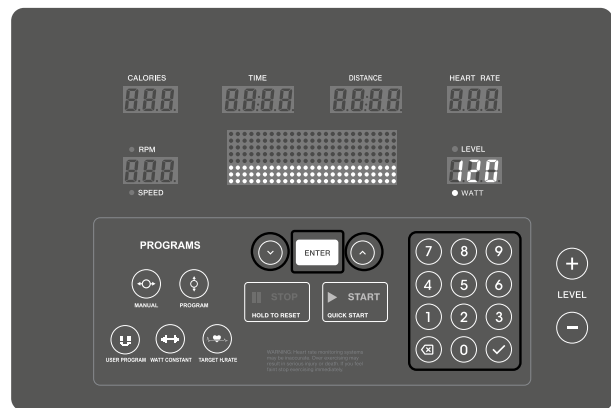


Abb. 15

3.9 Zielherzfrequenzprogramm



WARNUNG

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

Sie können zwischen vier Programmen wählen: 55 %, 75 % oder 90 % Ihrer maximalen Herzfrequenz, sowie das Programm TAG, bei dem Sie einen Zielwert für die Herzfrequenz manuell einstellen.



HINWEIS

- + Die maximale Herzfrequenz wird auf Grundlage Ihres Alters berechnet (Formel: $220 - \text{Alter}$).
- + Wenn Sie keinen Brustgurt nutzen, müssen Ihre Hände während des Trainings konstant auf den Handpulssensoren aufliegen.

So starten Sie das herzfrequenzgesteuerte Programm:

1. Wählen Sie TARGET H. RATE (Abbildung 16).
2. Bestätigen Sie mit ENTER.
3. Stellen Sie Ihr Alter mit den Pfeiltasten ein ($\wedge/\vee$) ein (Abbildung 17).
4. Bestätigen Sie mit ENTER.
5. Wählen Sie eines der vier Programme (55 %, 75 %, 90 % oder TAG) mit den Pfeiltasten (Abbildungen 18–19).
6. Bestätigen Sie mit ENTER.
7. Stellen Sie Zeit, Distanz und Kalorien ein.
8. Bestätigen Sie jeden Wert mit ENTER.



HINWEIS

- + Wenn Sie ein Ziel für Zeit, Distanz oder Kalorien festlegen, endet das Training automatisch, sobald eines der Ziele erreicht ist.
- + Möchten Sie nur ein Ziel trainieren, geben Sie ausschließlich den entsprechenden Wert ein.

9. Optional: Wenn Sie keine Zielwerte festlegen, drücken Sie START, um das Training zu beginnen.

Die Werte werden hochgezählt.

10. Drücken Sie START, um das Training zu starten.
11. Drücken Sie STOP, um das Training zu pausieren.
12. Drücken Sie erneut STOP, um das Training zu beenden.

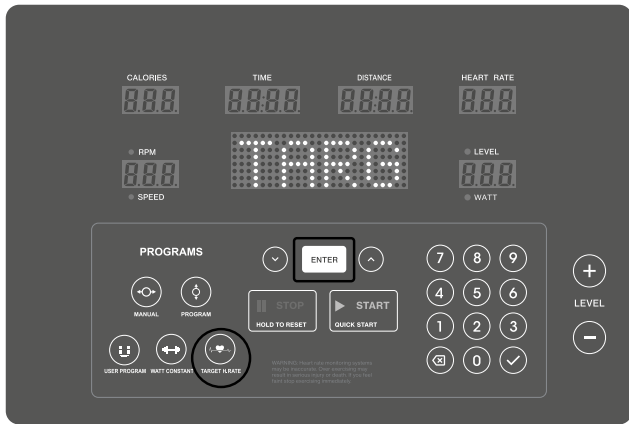


FIGURE 16

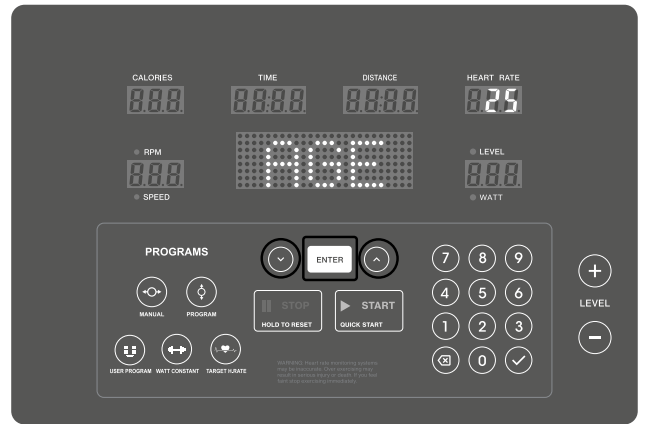


FIGURE 17

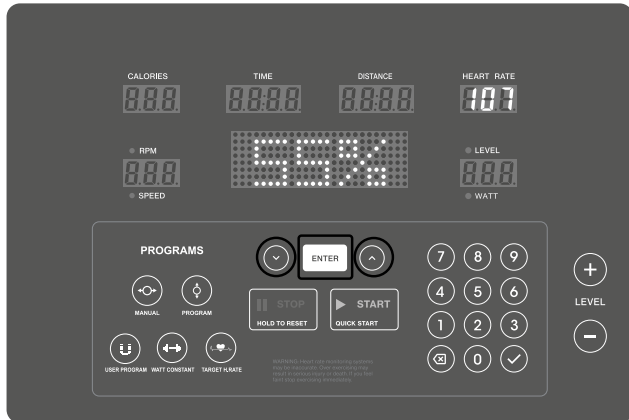


FIGURE 18

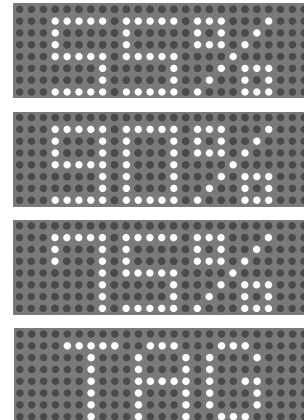


FIGURE 19

4.1 Allgemeine Informationen

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

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

4.1.1 Trainingskleidung

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

4.1.2 Aufwärmen und Dehnen

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

Aufwärmübung:

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



VORSICHT

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

4.1.3 Medikamentation

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

4.1.4 Beanspruchte Muskelgruppen

Beim Laufen werden folgende Muskelgruppen beansprucht:

- + Gesäßmuskulatur
- + Beinmuskulatur

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

4.1.5 Häufigkeit

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

Training mit Herzfrequenzorientierung

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

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

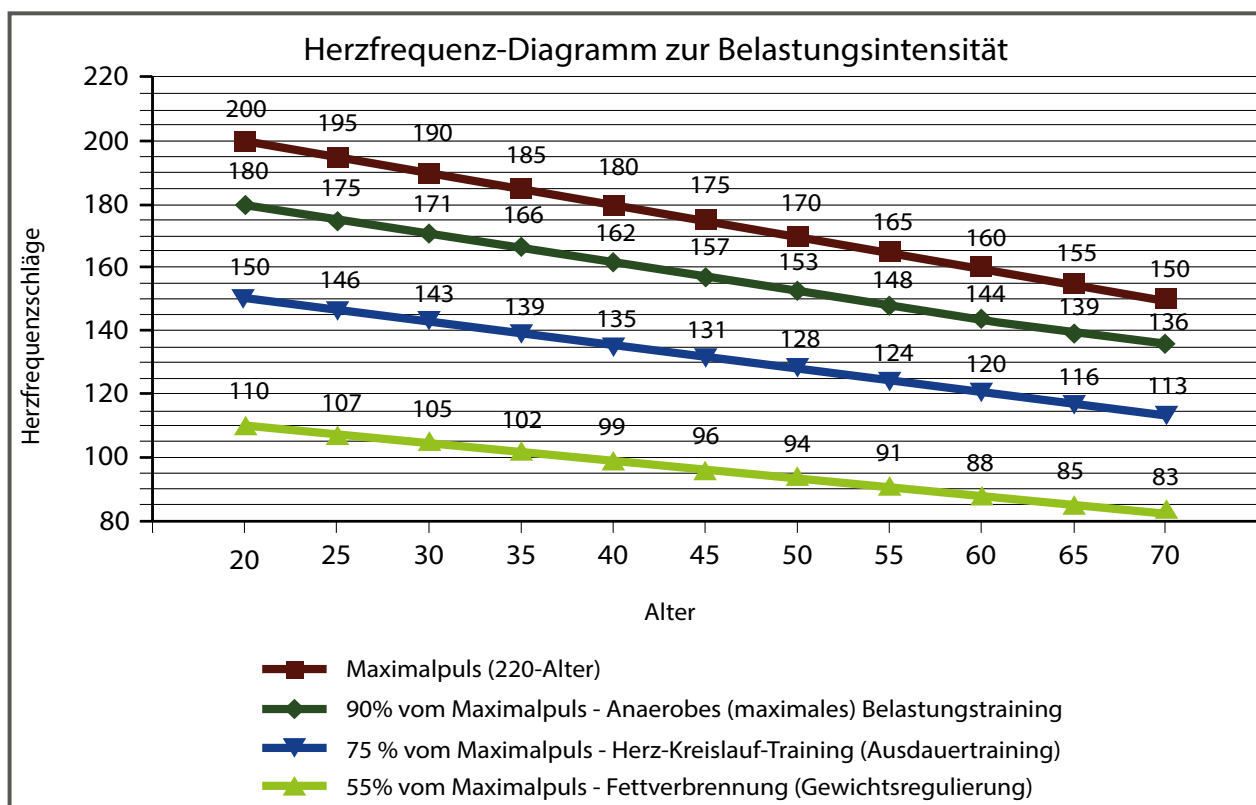
Herz-Kreislauf-Training (Ausdauertraining): Das primäre Ziel besteht darin, die Ausdauer und Fitness mittels einer verbesserten Bereitstellung von Sauerstoff durch das Herz-Kreislauf-System zu steigern. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine mittlere Intensität (ca. 75% der max. Herzfrequenz)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

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

Beispiel:

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

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



4.2 Trainingstagebuch

[illegible]

(Kopiervorlage)



Datum



Strecke



Zeit (Min.)



Widerstandsstufe



Trainingsgewicht



Ø Herzfrequenz



Kalorienverbrauch



Ich fühle mich ...



Körpergewicht

4.3 Drahtlosverbindung und Fitness-Apps

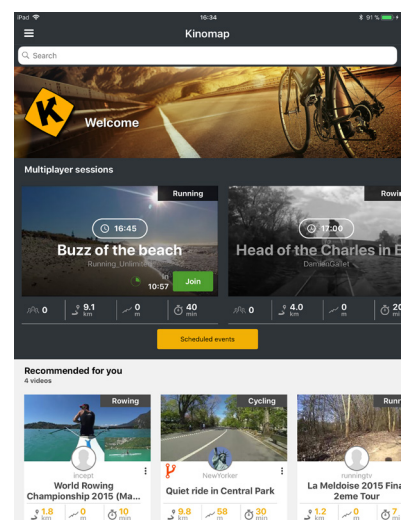
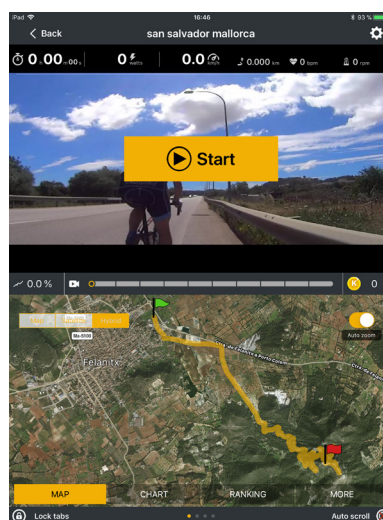
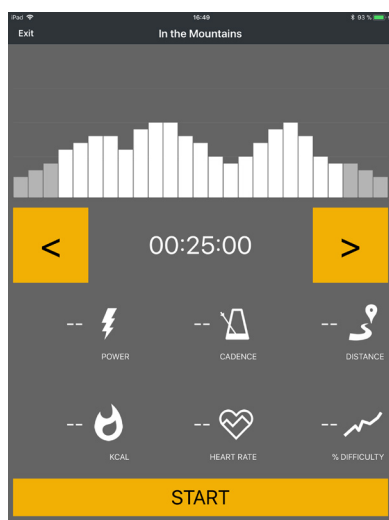
Die Konsole dieses Fitnessgeräts ist mit einer Drahtlos-Schnittstelle ausgestattet. Bitte beachten Sie, dass Ihr Mobilgerät mit der Drahtlos-Schnittstelle des Fitnessgeräts kompatibel sein muss.

Um Trainingsapps zu nutzen, schalten Sie die Drahtlosverbindung an Ihrem Mobilgerät (Tablet oder Smartphone) ein und öffnen Sie die Fitness-App. Wählen Sie Ihr Fitnessgerät. Folgen Sie hierzu den Anweisungen in der App. Den Namen Ihres Gerätes finden Sie auf einem kleinen Aufkleber auf der Rückseite der Konsole.

Trainingsapps finden Sie in den App Stores von Google oder Apple. Dort finden Sie zum Beispiel die Apps „Kinomap“ oder „Zwift“. Bitte beachten Sie hierbei, dass es sich um Apps externer Hersteller handelt. Fitshop übernimmt keine Verantwortung für die Verfügbarkeit, Funktionalität oder die Inhalte dieser Programme.

WICHTIGER HINWEIS

Entertainment-Apps unterliegen der Pflege durch Drittanbieter. Vorinstallierte Apps können durch Updates ersetzt, eingeschränkt oder entfernt werden. Änderungen daran begründen keinen Mangel im Sinne der gesetzlichen Gewährleistung. Um die Funktionalität der vorinstallierten Apps gewährleisten zu können, müssen diese regelmäßig aktualisiert werden. Die jeweilige App wird Ihnen dazu einen Hinweis geben. Um die Updates durchzuführen, brauchen Sie einen Google-Account. Eine Google E-Mail-Adresse reicht dafür. Um das jeweilige Update durchzuführen, folgen Sie dafür einfach den Anweisungen auf dem Display. Bitte beachten Sie, dass das System auf die vorinstallierten Apps abgestimmt ist. Installieren Sie keine weiteren Apps auf der Konsole. Bei diesen kann keine Funktionstüchtigkeit garantiert werden. Das Installieren weiterer Apps kann zu technischen Problemen führen.



Beispiel: Kinomap

5.1 Allgemeine Hinweise

⚠️ WARNUNG

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

► ACHTUNG

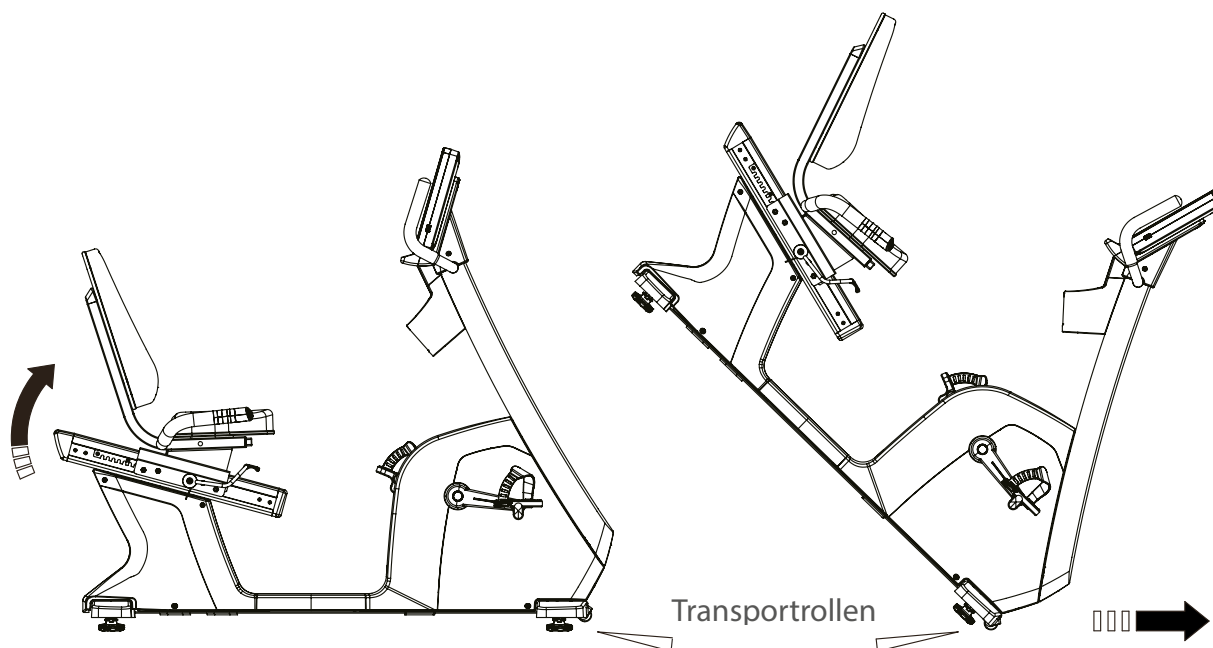
- + Stellen Sie sicher, dass das Gerät im ausgewählten Lagerort vor Nässe, Staub und Schmutz geschützt ist. Der Lagerort sollte trocken und gut belüftet sein und eine konstante Umgebungstemperatur zwischen 10°C und 35°C aufweisen.

5.2 Transportrollen

► ACHTUNG

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

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



6.1 Allgemeine Hinweise



WARNUNG

- + Nehmen Sie keine unsachgemäßen Veränderungen am Gerät vor.



VORSICHT

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

► ACHTUNG

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

6.2 Störungen und Fehlerdiagnose

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

Fehler	Ursache	Behebung
Knacken im Pedalbereich	Pedale lose	Pedale nachziehen
Gerät wackelt	Gerät steht nicht gerade	Standfüße ausrichten
Lenker/Sattel wackelt	lose Schrauben	Schrauben fest anziehen
Display zeigt nichts an/funktioniert nicht	Batterie leer oder Kabelverbindung lose	Batterien wechseln oder Kabelverbindungen prüfen
Keine Pulsanzeige	+ Störquellen im Raum + ungeeigneter Brustgurt + Position des Brustgurtes falsch + Brustgurt defekt oder Batterie leer + Pulsanzeige defekt	+ Störquellen beseitigen (z.B. Handy, WLAN, Rasenmäher- und Staubsaugerroboter, etc. ...) + Geeigneten Brustgurt verwenden (siehe ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG) + Brustgurt neu positionieren und/oder Elektroden befeuchten + Batterien wechseln + Prüfen ob Pulsanzeige per Handpuls möglich

6.3 Tipps für eine längere Lebensdauer des Akkus

In dem Ergometer ist eine wiederaufladbare Ni-H-Batterie eingebaut.

Wann kann der Akku leer werden?

1. Durch längere Nichtbenutzung (mehrere Wochen/Monate).
2. Sehr kurze oder unregelmäßige Trainingseinheiten
3. Defekter oder verschlissener Akku nach einigen Jahren.

Aufladen während des Trainings

Durchschnittlich trainiert eine Person ca. 20 Minuten an drei Tagen in der Woche. Darauf ist der Akku ausgelegt. Bei diesem Trainingspensum pendelt die Batterieladung im optimalen Bereich zwischen 40 und 80 %. Wenn Sie häufiger trainieren, wird das die Batterieladung auf 100 % bringen – das schadet jedoch nicht. Was die Batterie hingegen gar nicht mag, ist, wenn der Ladestand unter 30 % oder gar auf 0 % fällt.

Vollständig laden

Wenn Sie das Gerät für eine längere Zeit nicht benutzen, laden Sie es einmal komplett auf.

Entweder durch 10-15 Minuten Treten oder indem Sie das Gerät mit einem Netzteil (nicht im Lieferumfang enthalten) auf 100 % laden, z.B. über Nacht.

HINWEIS

The adaptor is not included in the scope of delivery. The adaptor should have 13.5V and 5000mA.

Verhindern Sie auf jeden Fall, ...

- a) ... dass der Akkustand auf 0 % fällt.
- b) ... dass der Akku Minusgraden ausgesetzt wird, der Akku wird bei Minusgraden nicht aufgeladen.
- c) ... dass der Akku Temperaturen über 45°C ausgesetzt wird.
- d) ... dass die Luftfeuchtigkeit zu hoch ist.

6.4 Fehlercodes und Fehlersuche

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

Bitte kontaktieren Sie den Vertragspartner für den technischen Kundendienst.

6.5 Wartungs- und Inspektionskalender

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

Folgende Routinearbeiten sind in den angegebenen Zeitabständen durchzuführen:

Teil	Wöchentlich	Monatlich
Display Konsole	R	I
Kunststoffabdeckungen	R	I
Schrauben & Kabelverbindungen		I
Pedale auf Festigkeit prüfen		I
Legende: R = Reinigen; I = Inspizieren		

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

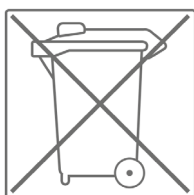
Bitte beachten Sie, dass das Video womöglich nicht in Ihrer Sprache bzw. mit entsprechenden Untertiteln verfügbar ist.

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



7 ENTSORGUNG

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



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

7.1 Akkuwechsel

Für die ordnungsgemäße Entsorgung des Gerätes muss zuerst die verbaute Ni-H Batterie entnommen werden. Diese befindet sich am Hauptrahmen wie in der Abbildung gezeigt.

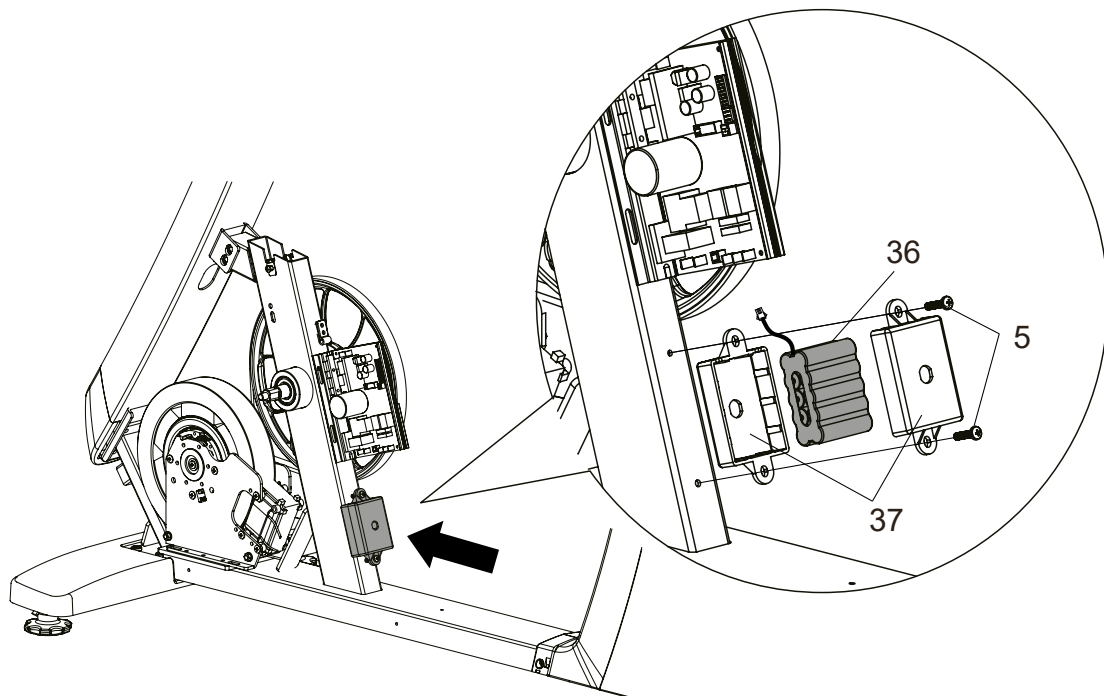
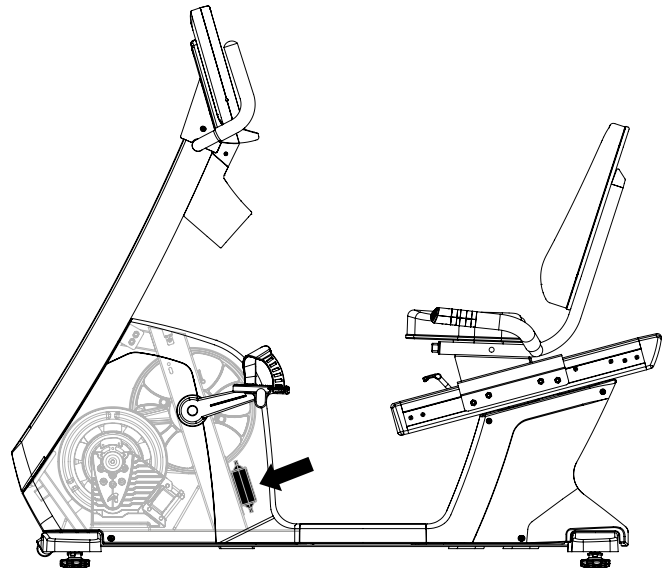
Diesen entnehmen Sie wie folgt:

► ACHTUNG

Der Wechsel des Akkus sollte nur erfolgen, wenn vorher der technische Service kontaktiert wurde.

1. Entfernen Sie die Abdeckung (27).
2. Lösen Sie die beiden Schrauben (5) vom Batteriehalter (37) und entfernen Sie diesen.
3. Nehmen Sie die Batterie (36) heraus.
4. Befestigen Sie den Batteriehalter (37) wieder mit den beiden Schrauben (5).
5. Bringen Sie die Abdeckung (27) an.

Das Ergometer und die Batterie können nun ordnungsgemäß entsorgt werden.



Um Ihr Trainingserlebnis noch angenehmer, effektiver und schöner zu gestalten, empfehlen wir Ihnen, Ihr Fitnessgerät um passendes Zubehör zu ergänzen. Für Ergometer kann das zum Beispiel eine **Bodenmatte** sein, die Ihr Fitnessgerät sicherer stehen lässt und den Boden vor Schweiß schützt oder auch ein **Silikonspray**, um bewegliche Teile gut in Schuss zu halten. Bei vielen Ergometern lassen sich auch **Sattel** oder **Pedale** austauschen, da es sich hier meistens um die gleichen Aufnahmen wie beim Fahrrad handelt.

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

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



Brustgurt



Kontaktgel



Bodenmatte



Silikonspray

9.1 Seriennummer und Modellbezeichnung

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

HINWEIS

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



Tragen Sie die Seriennummer in das entsprechende Feld ein.

Seriennummer:

Marke / Kategorie:

Modellbezeichnung:

Artikelnummer:

9.2 Teileliste

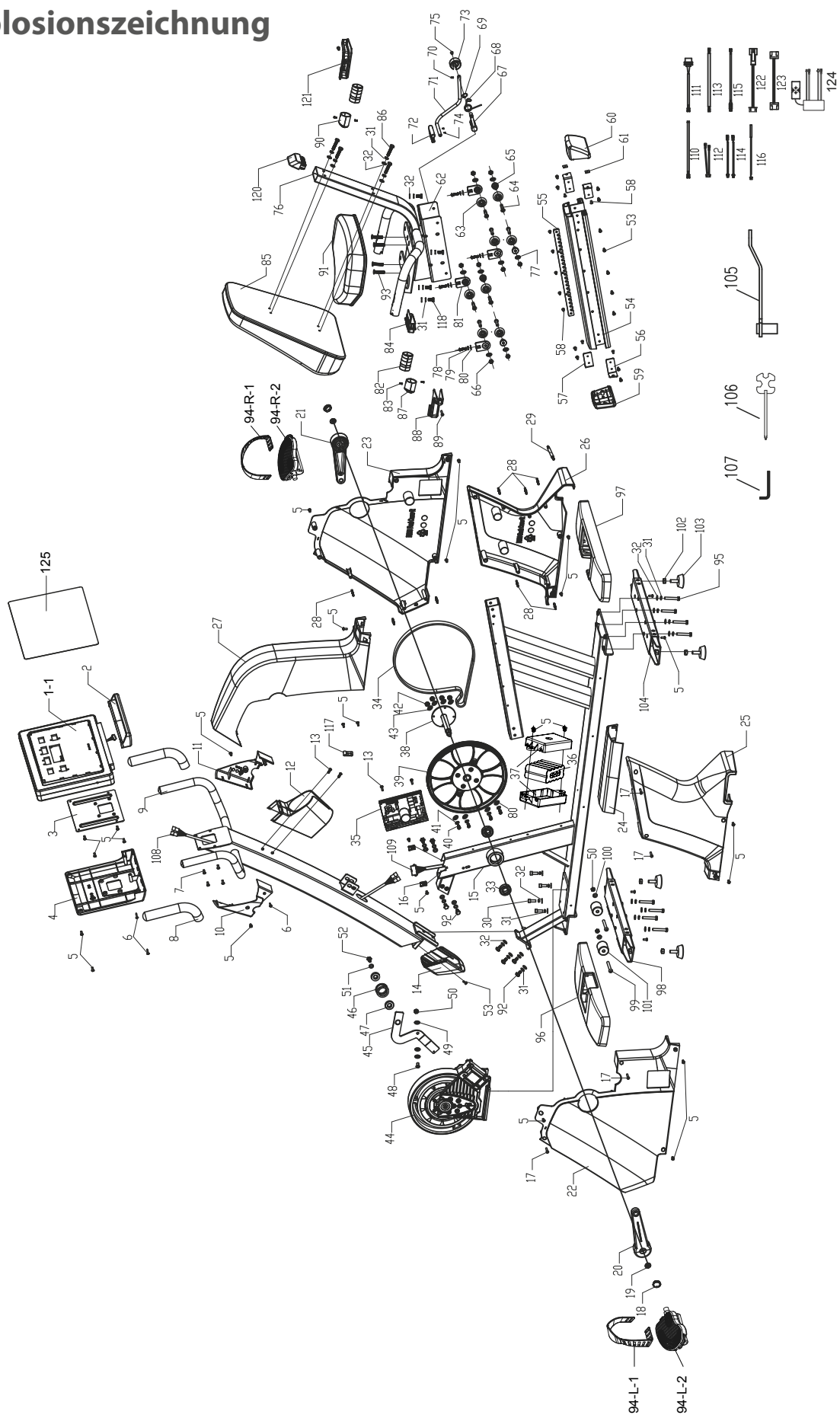
Nr.	Bezeichnung (ENG)	Anz.
1-1	CONSOLE	1
2	STORAGE PLATE	1
3	CONSOLE SUPPORING PLATE	1
4	SMART DEVICE STAND	1
5	SCREW M5x12mm	29
6	SCREW ST3.5x20mm	3
7	SCREW M5x20mm	4
8	HANDLE BAR FOAM	2
9	MAIN SUPPORTING TUBE	1
10	HANDLE BAR LEFT COVER	1
11	HANDLE BAR RIGHT COVER	1
12	BOTTLE HOLDER	1
13	SCREW M5x16mm	4
14	MAIN SUPPORTING TUBE COVER	1
15	MAIN FRAME	1
16	CLIP	2
17	SCREW M5x25mm	4
18	CRANK COVER	2
19	NUT 3/8"-26x7T	2
20	LEFT CRANK	1
21	RIGHT CRANK	1
22	FRONT UPPER CHAIN COVER	1
23	FRONT BOTTOM CHAIN COVER	1
24	MIDDLE CHAIN COVER	1
25	REAR UPPER CHAIN COVER	1
26	REAR BOTTOM CHAIN COVER	1
27	TOP COVER	1
28	SITCK	8
29	STICK	1
30	SCREW M8x20mm	4
31	SPRING WASHER $\Phi 8.1 \times \Phi 14.5 \times 2.4T$	28

32	WASHER Ø8xØ16x2T	28
33	BEARING 6004 2RS	2
34	420 J8 BELT	1
35	CONTROL BOARD	1
36	BATTERY SET	1
37	BATTERY FIXING BASEMENT	2
38	AXLE	1
39	ALUMINUM BELT PULLEY	1
40	SCREW M6x20mm	4
41	SPRING WASHER Ø6.1x1.6mm	4
42	NUT M6x5.5mm	4
43	WASHER Ø6.5xØ16x2T	4
44	EMS SELF-GENERATOR FLYWHEEL	1
45	PRESSING PIPE	1
46	WHEEL Ø44.5x29mm	1
47	BEARING 6002 2ZZ	2
48	SCREW M8x25mm	1
49	WASHER Ø8xØ28x2T	3
50	NUT M8x7mm	3
51	WASHER Ø6xØ12x2T	1
52	SCREW M5x16mm	1
53	SCREW M5x12mm	13
54	ALUMINUM RAIL	1
55	POSITIONING TEETH STRIP	1
56	LEFT STOPPING PLATE	2
57	RIGHT STOPPING PLATE	2
58	SCREW M5x10mm	9
59	RAIL FRONT COVER	1
60	RAIL REAR COVER	1
61	RAIL COVER FIXING PLATE	2
62	RAIL	1
63	WHEEL	8
64	SCREW M8x40mm	8
65	SLEEVE	8

66	NUT M8x7mm	8
67	AXLE	1
68	SPRING	1
69	C CLIP Ø17	1
70	ELASTIC KEY	1
71	SLIDING BASE BAR	1
72	SLIDING BASE HANDLE	1
73	SLIDING BASE ALUMINUM COVER	1
74	SCREW M5x8mm	2
75	SCREW M5x8mm	1
76	SADDLE SUPPORTING TUBE	1
77	WASHER Ø15.7xØ19.4x1T	8
78	SCREW M6x25mm	4
79	WASHER Ø6.5xØ16x1.5T	4
80	SPRING WASHER Ø6.1xØ1.6T	8
81	TRIM TAB	4
82	UPPER HANDLE PULSE HOUSING	2
83	SCREW M5x10mm	4
84	BACKREST COVER	1
85	BACKREST	1
86	SCREW M8x50mm	4
87	TOGGLE LOAD -	1
88	COVER-L	1
89	SCREW M5x12mm	2
90	TOGGLE LOAD +	1
91	SADDLE	1
92	SCREW M8x16mm	8
93	SCREW M8x40mm	4
94-L-1	PEDAL STRAP - L	1
94-L-2	PEDAL - L	1
94-R-1	PEDAL STRAP - R	1
94-R-2	PEDAL - R	1
95	SCREW M8x55mm	8
96	FRONT STABILIZER COVER	1

97	REAR STABILIZER COVER	1
98	FRONT STABILIZER	1
99	SCREW M8x60mm	2
100	WASHER Ø8.5xØ17x2T	2
101	FRONT STABILIZER WHEEL	2
102	NUT M14x7mm	4
103	ADJUSTING END M14	4
104	REAR STABILIZER	1
105	WRENCH	1
106	WRENCH	1
107	WRENCH	1
108	CONNECTION WIRE 750mm	1
109	CONNECTION WIRE 450mm	1
110	CONNECTION WIRE 250mm	1
111	DC LINE 850mm	1
112	CONNECTION WIRE 250mm	1
113	CONNECTION WIRE 600mm	1
114	CONNECTION WIRE 450mm	2
115	CONNECTION WIRE 400mm	1
116	CONNECTION WIRE 100mm	1
117	SENSOR WIRE HOUSING	1
118	SCREW M8x25mm	4
120	TUBE COVER	1
121	COVER-R	1
122	CONNECTION WIRE 450mm	1
123	CONNECTION WIRE 450mm	1
124	WIRELESS TRANSMITTER	1
125	OVERLAY	1

9.3 Explosionszeichnung





126	STICKER	1
127	STICKER	1
128	STICKER	2
129	STICKER	1
130	STICKER	1
131	STICKER	1

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

Fehlerbeschreibungen

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

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

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

Ihre gesetzlichen Rechte werden hierdurch nicht eingeschränkt.

Garantieinhaber

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

Garantiezeiten

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

Instandsetzungskosten

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

Die Benutzungszeiten werden wie folgt deklariert:

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

Garantie-Service

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

Garantiebedingungen

Zur Geltendmachung der Garantie sind folgende Schritte erforderlich:

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

Garantieansprüche sind ausgeschlossen bei Schäden durch:

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

Kaufbeleg und Seriennummer

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

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

Service außerhalb der Garantie

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

Kommunikation

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

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

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

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

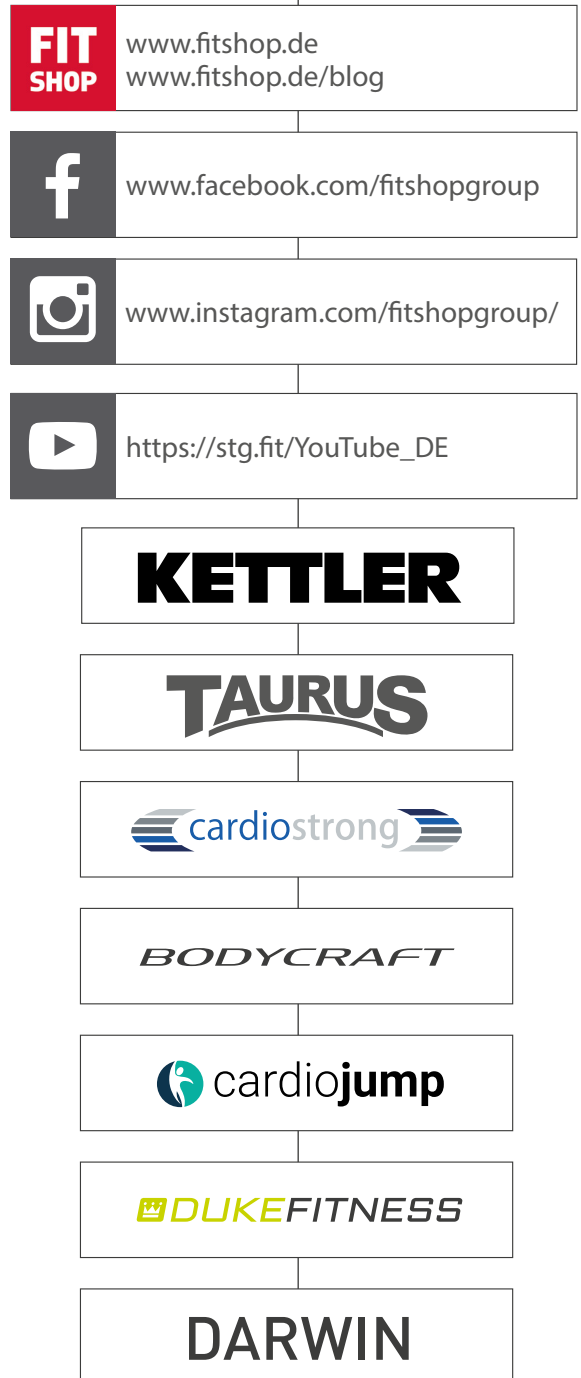
WIR LEBEN FITNESS

WEBSHOP UND SOCIAL MEDIA

Fitshop ist mit über 65 Filialen Europas größter Fachmarkt für Heimfitnessgeräte und weltweit einer der renommiertesten Online-Versandhändler für Fitness-Equipment. Privatkunden bestellen über die 25 Webshops der jeweiligen Landessprache oder lassen sich ihre Wunschgeräte vor Ort zusammenstellen. Darüber hinaus beliefert das Unternehmen Fitnessstudios, Hotels, Sportvereine, Firmen und Physio-Praxen mit professionellen Geräten für Ausdauer- und Krafttraining.

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

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



Notizen

TAURUS®

ELITE RECUMBENT BIKE