

IC2
SCHWINN®



Dieses Produkt entspricht den CE-
Anforderungen.

AUFBAUANLEITUNG/BENUTZERHANDBUCH

Wichtige Sicherheitshinweise	3	Funktionen der Konsole	16
Sicherheitswarnhinweis-Aufkleber / Serien-		Bedienung	18
nummer	5	Einstellungen	18
Spezifikationen	6	Trainingsmodus	19
Vor dem Geräteaufbau	6	Pause oder Stopp	19
Bauteile	7	Servicemodus	20
Schrauben	8	Wartung	21
Werkzeug	8	Kettenschmierung	21
Aufbau	9	Austauschen der Konsolenbatterien	21
Ausrichten des Rads	15	Fehlerbehebung	23
Bewegen des Rads	15		
Funktionen	16		
Not-Aus	16		

Zur Überprüfung des Garantieanspruchs benötigen Sie den Kaufnachweis und folgende Angaben:

Seriennummer _____

Kaufdatum _____

Um Ihr Produkt für Garantieleistungen zu registrieren, wenden Sie sich an Ihren Fachhändler vor Ort.

Bei Fragen oder Problemen rund um Ihr Produkt wenden Sie sich an Ihren Schwinn-Händler vor Ort.
Eine Händlerliste finden Sie hier: **www.nautilusinternational.com**

Nautilus, Inc., www.nautilusinternational.com | Nautilus, Inc., 18225 NE Riverside Parkway, Portland, OR 97230 USA | Gedruckt in China | © 2014
Nautilus, Inc. | ® steht für in den USA eingetragene Marken. Diese Marken sind möglicherweise auch in anderen Ländern eingetragen oder auf andere Weise gesetzlich geschützt. Schwinn, das Schwinn-Qualitätslogo, Schwinn IC2, Bowflex, Nautilus und Universal sind Warenzeichen, die sich im Besitz von Nautilus Inc. befinden oder an dieses Unternehmen lizenziert wurden.

ORIGINALHANDBUCH – NUR ENGLISCHSPRACHIGE VERSION

 **Dieses Symbol weist auf eine möglicherweise gefährliche Situation hin, die zu schweren oder tödlichen Verletzungen führen kann.**

Bitte beachten Sie folgende Warnhinweise:

 **Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät.**

Lesen Sie die Aufbauanleitungen sorgfältig durch und stellen Sie sicher, dass Sie sie verstanden haben.

- Unbeteiligte Dritte und Kinder müssen während des Zusammenbaus des Geräts Abstand halten.
- Legen Sie die Batterien erst ein, wenn Sie dazu aufgefordert werden.
- Bauen Sie das Gerät nicht im Freien oder in feuchter Umgebung auf.
- Stellen Sie sicher, dass das Gerät an einem geeigneten Platz zusammengebaut wird, wo es keinen Durchgangsverkehr und keine unbeteiligten Dritte gibt.
- Einige Bauteile des Geräts sind schwer und/oder sperrig. Der Aufbau dieser Teile muss mithilfe einer zweiten Person erfolgen. Führen Sie Schritte, bei denen schwere oder sperrige Teile gehoben oder bewegt werden müssen, nicht alleine durch.
- Montieren Sie das Gerät nur auf einer stabilen, ebenen und horizontalen Fläche.
- Versuchen Sie nicht, das Design oder die Funktionalität des Geräts zu ändern. Dies könnte die Sicherheit des Geräts beeinträchtigen und führt zum Erlöschen der Garantie.
- Wenn Ersatzteile benötigt werden, verwenden Sie nur Originalersatzteile und Schrauben von Nautilus. Wenn keine Originalersatzteile verwendet werden, besteht für den Benutzer ein Risiko. Außerdem kann der korrekte Betrieb des Geräts beeinträchtigt werden und die Garantie erlöschen.
- Nehmen Sie das Gerät erst in Betrieb, wenn es vollständig aufgebaut und die korrekte Funktionsfähigkeit in Übereinstimmung mit dem Handbuch überprüft wurde.
- Lesen Sie das mitgelieferte Benutzerhandbuch vor dem ersten Gebrauch genau durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.
- Führen Sie alle Montageschritte in der angegebenen Reihenfolge durch. Eine fehlerhafte Montage kann Verletzungen zur Folge haben.
- Dieses Produkt enthält Magnete. Magnetfelder können im direkten Umfeld die Funktionsweise bestimmter medizinischer Geräte beeinträchtigen. Nutzer können bei der Montage, Wartung und Verwendung des Produkts in die Nähe der Magnete gelangen. Wenn Sie entsprechend empfindliche medizinische Geräte verwenden (z. B. Herzschrittmacher), sollten Sie vor der Verwendung dieses Trainingsgeräts einen Arzt konsultieren. Informationen zur Position der Magnete in diesem Produkt finden Sie im Benutzerhandbuch unter "Sicherheitswarnhinweis-Aufkleber und Seriennummer".

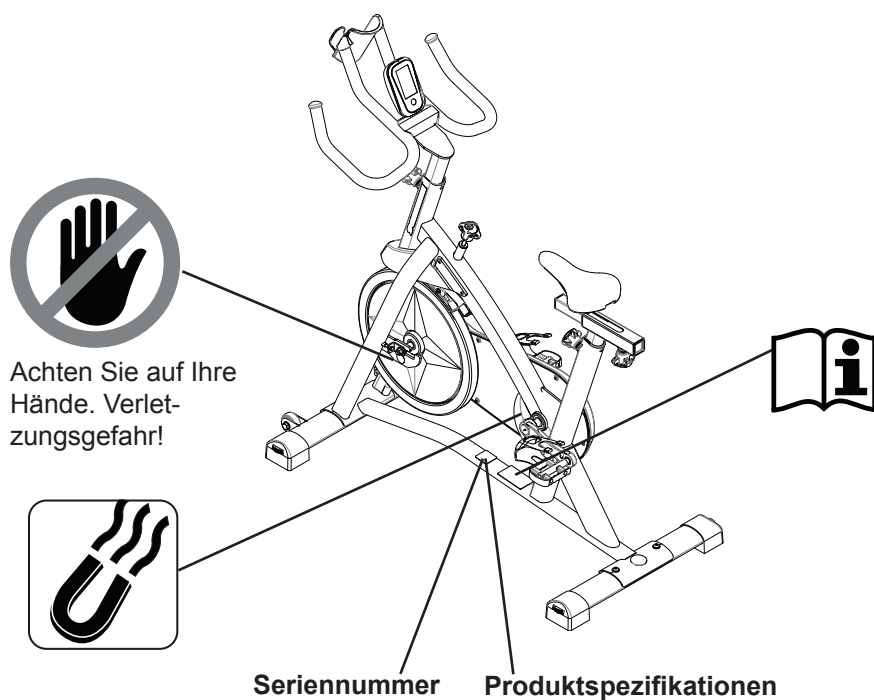
Beachten Sie vor der Verwendung dieses Geräts folgende Warnungen:

 **Lesen Sie das Handbuch vollständig durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.**

Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät. Wenn sich ein Warnaufkleber löst, unleserlich wird oder entfernt wurde, wenden Sie sich an Ihren Händler vor Ort, um Ersatz zu erhalten.

- Kinder dürfen sich nicht auf dem Gerät oder in der Nähe des Geräts aufhalten. Bewegliche Teile und andere Gerätekomponenten stellen eine Gefahr für Kinder dar.
- Das Gerät ist nicht für die Verwendung durch Personen unter 14 Jahren geeignet.
- Vor Beginn des Trainings sollten Sie Ihren Hausarzt konsultieren. Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Schmerzen oder ein Engegefühl im Brustkorb, Atemnot oder Schwindelanfälle verspüren. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie wieder mit dem Gerät trainieren. Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen.
- Prüfen Sie das Gerät vor jeder Verwendung auf lose Teile oder Verschleißerscheinungen. Verwenden Sie es nicht, falls Sie solche Teile finden. Prüfen Sie Sattel, Pedale und Tretkurbeln regelmäßig. Informationen zu Reparaturen erhalten Sie bei Ihrem Fachhändler vor Ort.
- Maximales Benutzergewicht: 113 kg Sie dürfen das Gerät nicht verwenden, wenn Sie mehr wiegen.
- Dieses Gerät ist nur für die Nutzung im Heimbereich freigegeben.
- Tragen Sie keine weite Kleidung oder Schmuck. Dieses Gerät enthält bewegliche Teile. Greifen Sie nicht mit Fingern oder anderen Gegenständen in sich bewegende Teile des Trainingsgeräts.
- Montieren und verwenden Sie das Gerät nur auf einer stabilen, ebenen und horizontalen Fläche.
- Die Pedale müssen ruhig stehen, bevor Sie aufsteigen. Seien Sie beim Auf- und Absteigen sehr vorsichtig.
- Ziehen Sie vor Wartungs- und Servicearbeiten am Gerät das Stromkabel aus dem Stecker.
- Betreiben Sie das Gerät nicht im Außenbereich oder in feuchter Umgebung. Halten Sie die Pedale sauber und trocken.
- Halten Sie einen Bereich von 0,6 m zu jeder Seite des Geräts frei. Dies ist der empfohlene Sicherheitsabstand für einen ungehinderten Zugang zum Gerät, einen ungehinderten Bewegungsraum um das Gerät herum sowie für einen Notabstieg vom Gerät. Innerhalb dieses Bereichs dürfen sich während des Trainings keine weiteren Personen aufhalten.
- Überanstrengen Sie sich beim Training nicht. Verwenden Sie das Gerät nur wie im Handbuch beschrieben.
- Befestigen Sie alle Positionskomponenten korrekt und sicher. Stellen Sie sicher, dass die Einstellkomponenten den Benutzer nicht verletzen können.
- Das Training auf diesem Gerät erfordert Koordination und Balance. Machen Sie sich immer bewusst, dass es während des Trainings zu Geschwindigkeits- und Widerstandsänderungen kommen kann. Bereiten Sie sich darauf vor, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren und sich zu verletzen.
- Halten Sie die Batterien von Hitzequellen und heißen Flächen fern.
- Mischen Sie nicht neue und gebrauchte Batterien.
- Mischen Sie nicht Alkali-, Standard- (Zink-Kohle-) und wiederaufladbare (Ni-Cd-, Ni-MH- usw.) Batterien.
- Versuchen Sie nicht, nicht wiederaufladbare Batterien aufzuladen. Entfernen Sie leere Batterien und entsorgen Sie sie auf sichere Weise.
- Entfernen Sie wiederaufladbare Batterien aus dem Gerät, bevor Sie sie aufladen.
- Schließen Sie die Netzklemmen der Batterien nicht kurz.
- Dieses Gerät ist nicht zur Verwendung durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung und fehlenden Kenntnissen gedacht – es sei denn, diese Personen haben von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, Anweisungen für den Gebrauch des Geräts erhalten oder werden von dieser beaufsichtigt.
- Verringern Sie das Tempo, um die Pedale anzuhalten. Steigen Sie erst ab, wenn die Pedale völlig stillstehen. Achtung: Solange die Pedale in Bewegung sind, können sie gegen die Waden schlagen.

SICHERHEITSWARNHINWEIS-AUFKLEBER UND SERIENNUMMER



TECHNISCHE DATEN

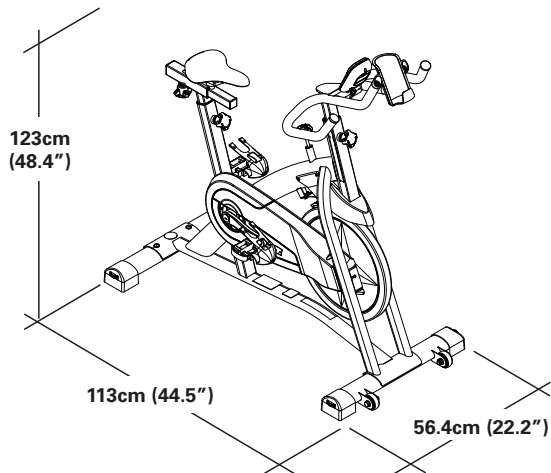
Maximalgewicht des Benutzers:	113 kg
Aufstellfläche gesamt:	6373 cm ²
Gerätgewicht:	38 kg
Stromversorgung:	2 AA-Batterien (LR6)
Betriebsspannung:	1,0 - 3,3 VDC

Entspricht den folgenden Richtlinien:



ISO 20957
GB 17498

SAA



Dieses Gerät DARF NICHT im Müll entsorgt werden. Dieses Produkt muss recycelt werden. Entsorgen Sie dieses Gerät gemäß den Bestimmungen in Ihrer Region. Informieren Sie sich hierfür bei einem Entsorgungszentrum in Ihrer Nähe.

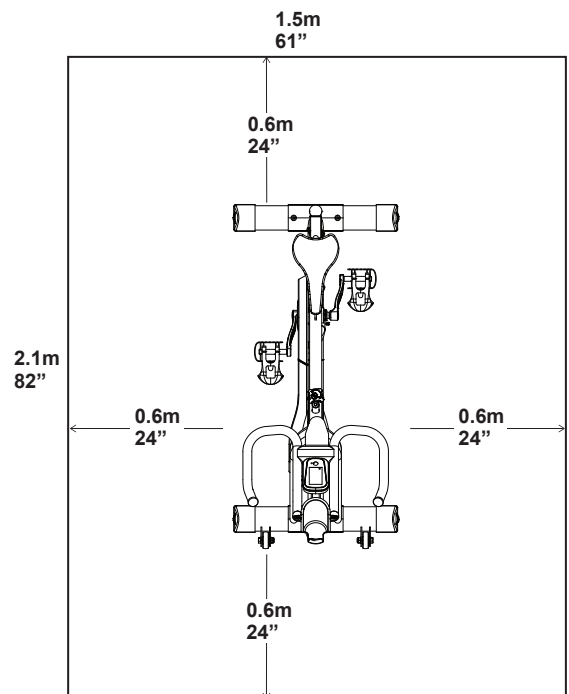
Vor dem Geräteaufbau

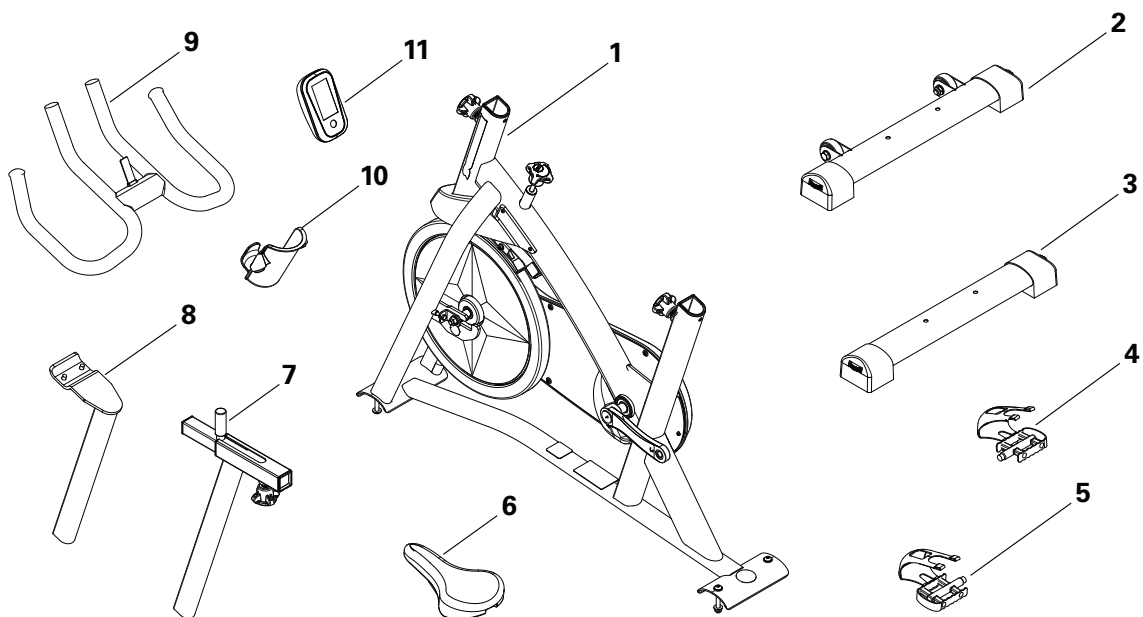
Wählen Sie den Ort, an dem das Gerät aufgestellt und betrieben werden soll. Für einen sicheren Betrieb muss das Gerät auf einer stabilen, ebenen Fläche aufgestellt werden. Der Trainingsbereich beträgt mindestens 2,1 m x 1,5 m.

Montagetipps

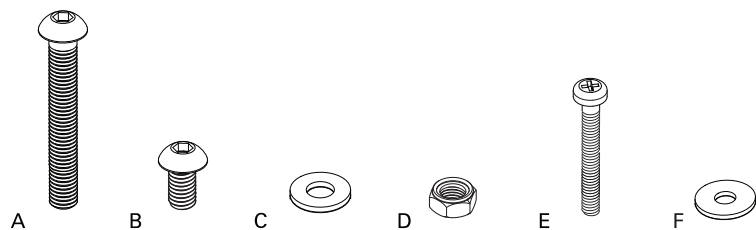
Befolgen Sie beim Aufbau des Geräts die folgenden grundlegenden Punkte:

1. Lesen und verstehen Sie vor der Montage den Abschnitt "Wichtige Sicherheitshinweise".
2. Legen Sie die für die einzelnen Montageschritte erforderlichen Teile bereit.
3. Verwenden Sie die empfohlenen Schraubenschlüssel. Sofern nicht anders angegeben, drehen Sie Schrauben und Muttern nach rechts (im Uhrzeigersinn), um sie anzuziehen, und nach links (gegen den Uhrzeigersinn), um sie zu lösen.
4. Blicken Sie beim Zusammenschrauben zweier Bauteile durch die Bohrungen, um den Sitz der Bauteile zu kontrollieren und ein Veranken der Schrauben zu vermeiden.
5. Die Montage muss durch zwei Personen erfolgen.





Element	Menge	Bezeichnung	Element	Menge	Bezeichnung
1	1	Hauptrahmen	7	1	Sattelstütze
2	1	Vorderer Stabilisator	8	1	Lenkerstange
3	1	Hinterer Stabilisator	9	1	Lenkstange
4	1	Pedal, rechts	10	1	Flaschenhalter
5	1	Pedal, links	11	1	Konsole
6	1	Sattel			



Element	Menge	Bezeichnung
A	4	Halbrund-Sechskantschraube M8 X 56
B	2	Halbrund-Sechskantschraube M8 X 20
C	8	Unterlegscheibe M8
D	2	Sperrmutter M8
E	2	Kreuzschlitzzylinderkopfschrauben M6 x 50
F	2	Unterlegscheibe M6

Werkzeug

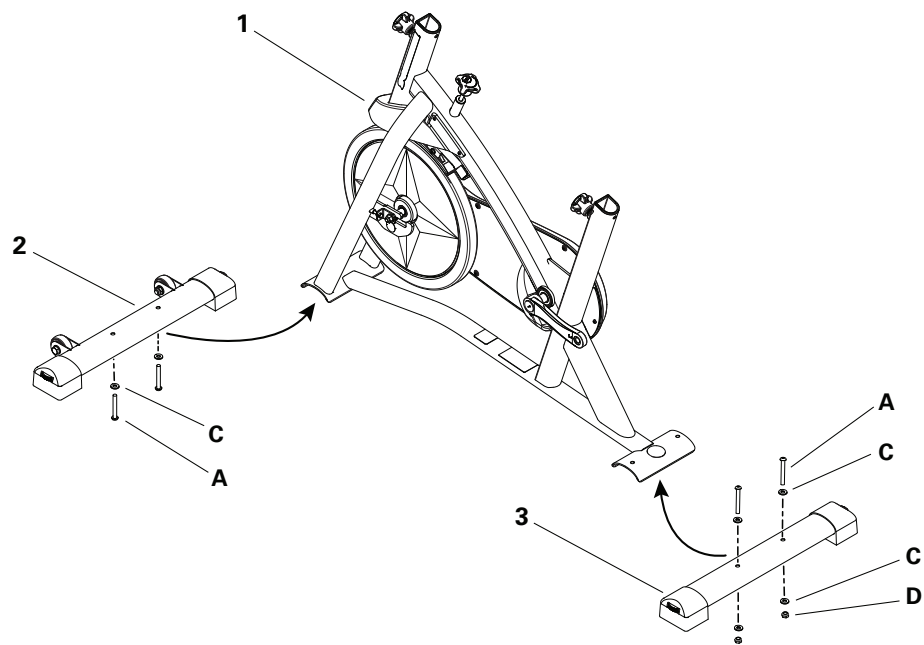
Mitgeliefert



6 mm



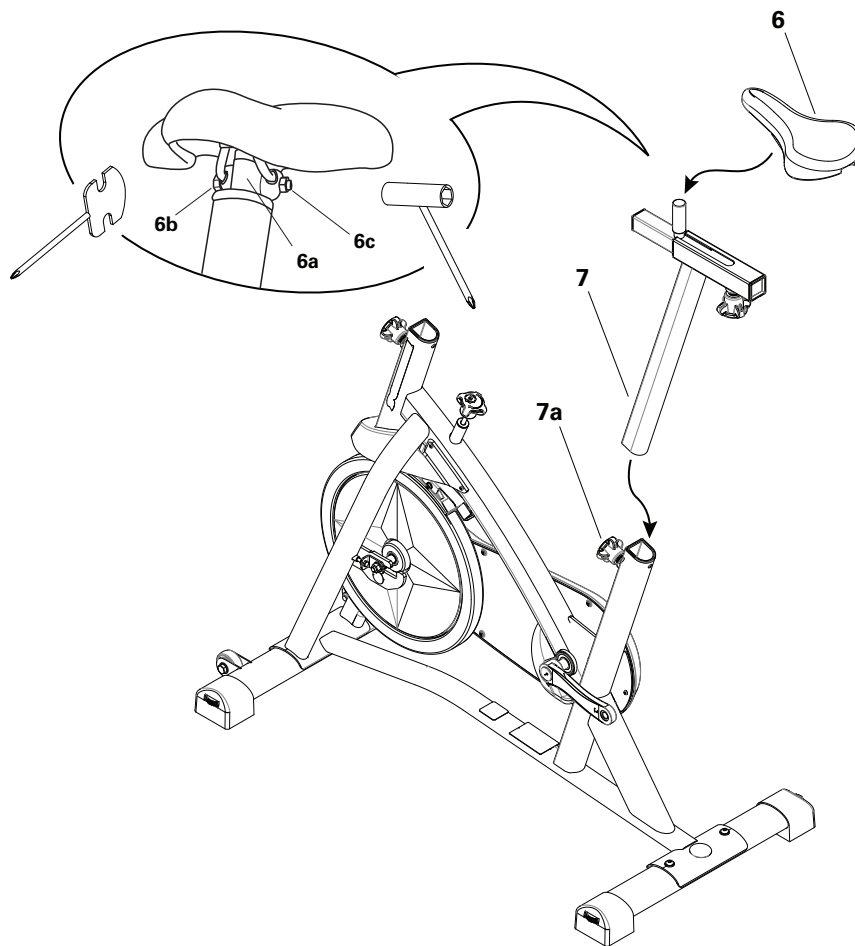
1. Stabilisatoren am Rahmen befestigen



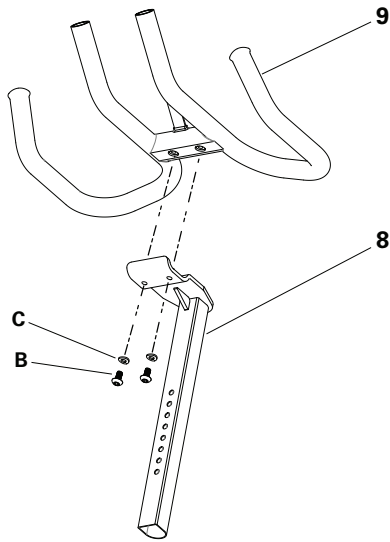
2. Sattel an der Sattelstütze und am Rahmen befestigen

HINWEIS: Schieben Sie den Sattel (6) auf die Sattelstütze (7) und montieren Sie diese dann am Rahmen. Der Einstellknopf (7a) muss in den Löchern der Sattelstütze einrasten.

Der Sattel muss gerade ausgerichtet sein. Die Schraube (6b) und die Mutter (6c) an der Sattelhalterung (6a) müssen festgezogen werden, um den Sattel zu fixieren.

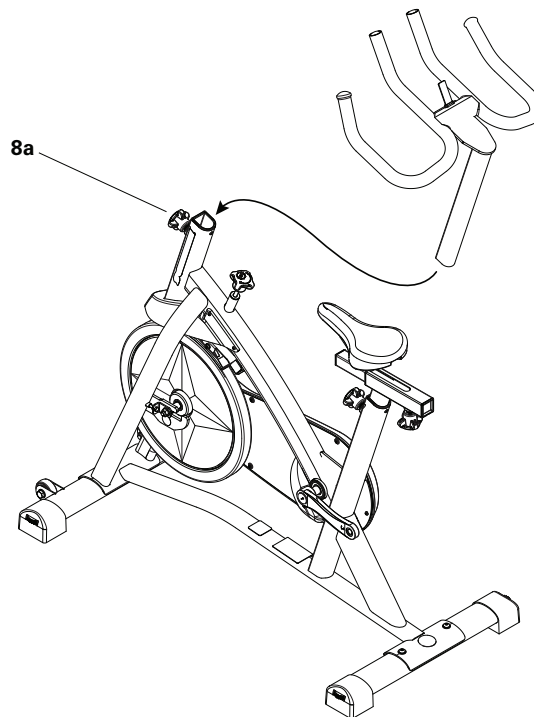


3. Lenker an der Lenkerstange anbringen



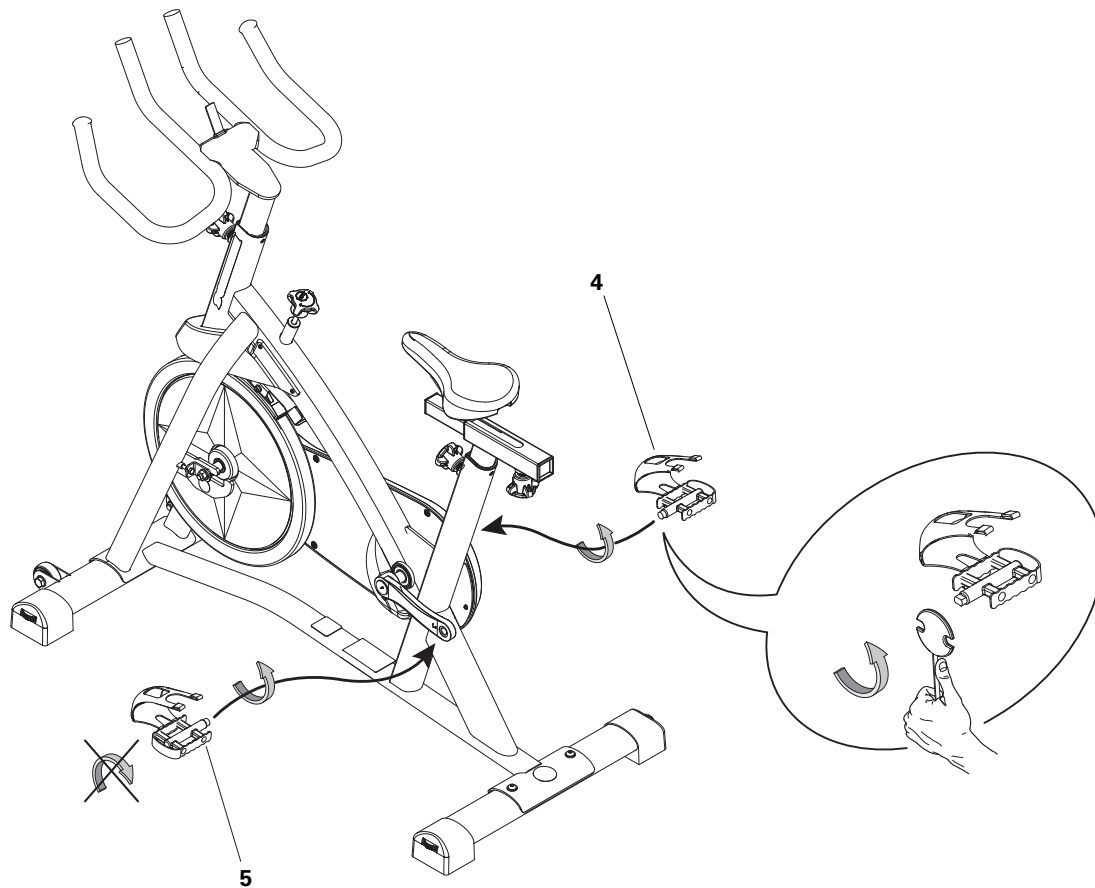
4. Lenker am Rahmen montieren

HINWEIS: Der Einstellknopf (8a) muss in den Löchern der Lenkerstütze einrasten.

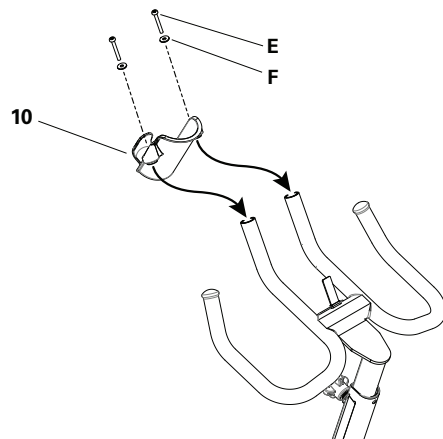


5. Pedale am Rahmen befestigen

Hinweis: Das linke Pedal hat ein umgekehrtes Gewinde. Die Pedale müssen auf der richtigen Seite des Heimtrainers angebracht werden. Die Ausrichtung erfolgt aus sitzender Position. Das linke Pedal ist mit "L", das rechte mit "R" gekennzeichnet.



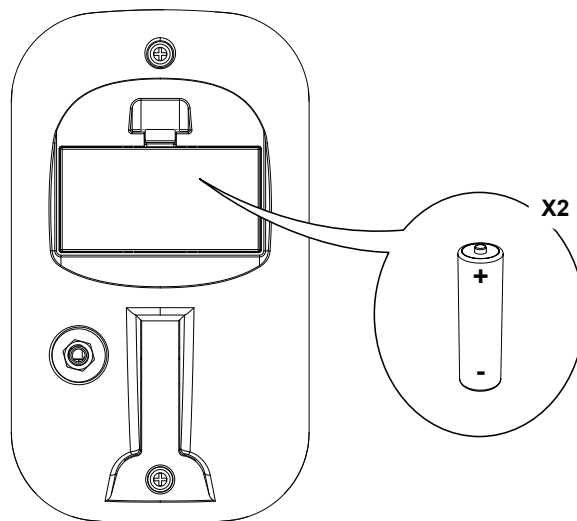
6. Wasserflaschenhalter am Lenker anbringen



7. Einlegen der Batterien in die Konsole

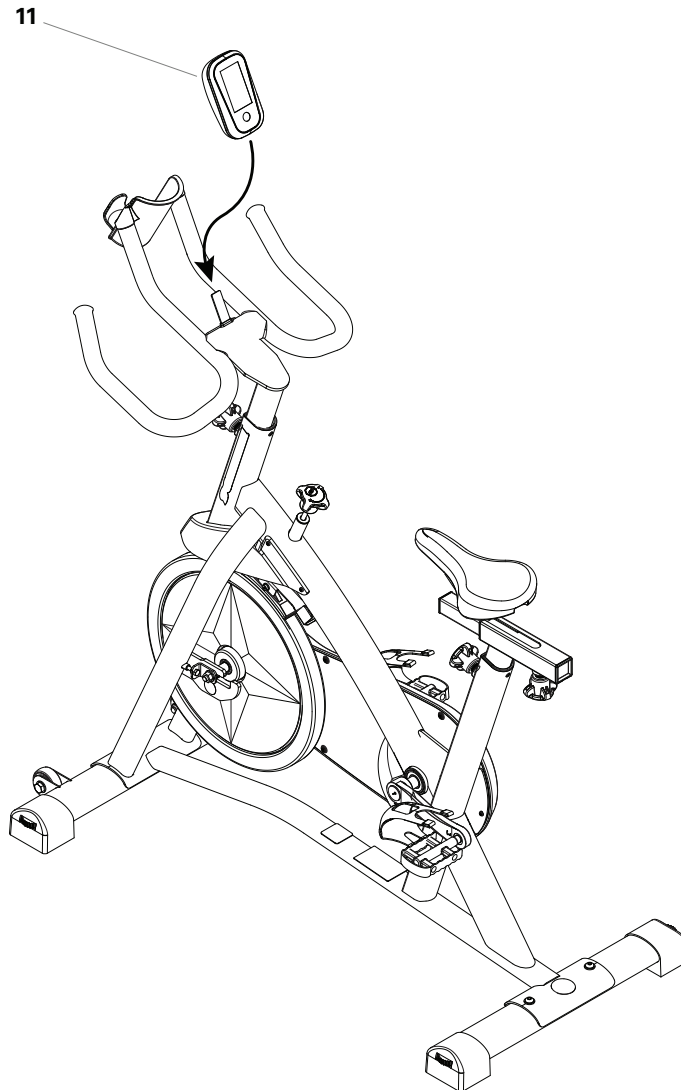
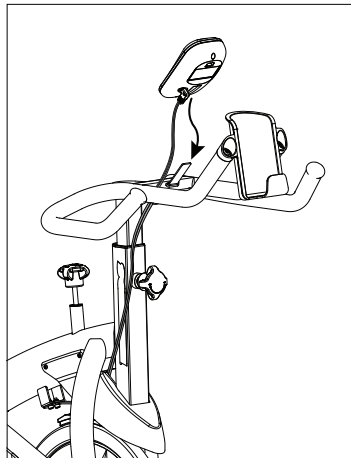
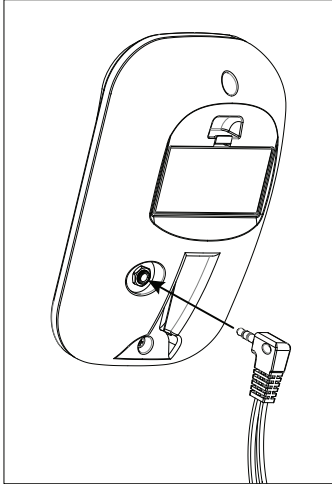
Hinweis: Die Konsole wird mit AA-Batterien (LR6) betrieben. Vergewissern Sie sich, dass die Ausrichtung der Batterien den +/-Anzeigen im Batteriefach entspricht.

- ⚠ **Mischen Sie nicht neue und gebrauchte Batterien.**
- ⚠ **Mischen Sie nicht Alkali-, Standard- (Zink-Kohle-) und wiederaufladbare (Ni-Cd-, Ni-MH- usw.) Batterien.**



8. Konsole anschließen und montieren

HINWEIS: Die Konsolenkabel dürfen nicht geknickt werden.



9. Abschlussinspektion

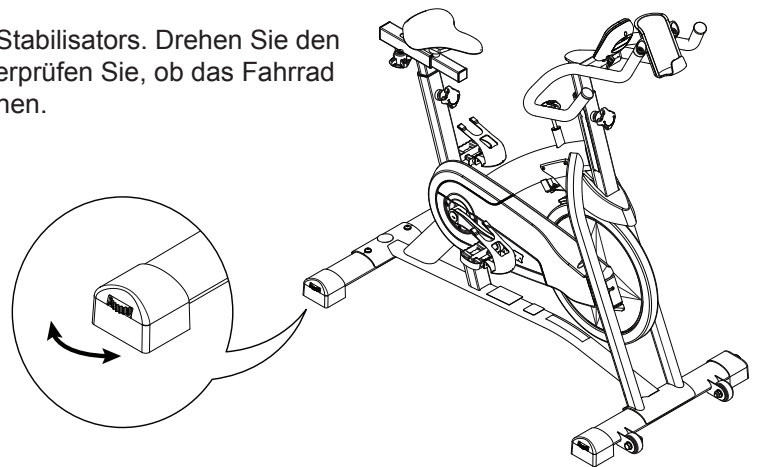
Überprüfen Sie, ob alle Schrauben festgezogen sind und alle Bauteile ordnungsgemäß zusammengebaut wurden.

Notieren Sie die Seriennummer im dafür vorgesehenen Feld vorne in diesem Handbuch. Informationen finden Sie in diesem Benutzerhandbuch unter „Sicherheitswarnhinweis-Aufkleber und Seriennummer“.

! Nehmen Sie das Gerät erst in Betrieb, wenn es vollständig aufgebaut und die korrekte Funktionstüchtigkeit gemäß dem Benutzerhandbuch überprüft wurde.

Nivellieren des Heimtrainers

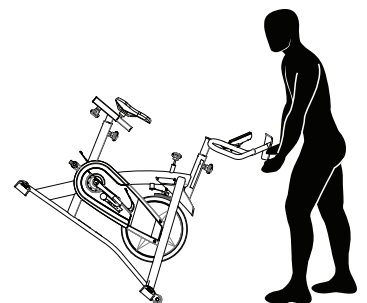
Nivelliervorrichtungen befinden sich an jeder Seite des Stabilisators. Drehen Sie den Knopf, um den Stabilisatorfuß gerade auszurichten. Überprüfen Sie, ob das Fahrrad eben und stabil steht, bevor Sie mit dem Training beginnen.

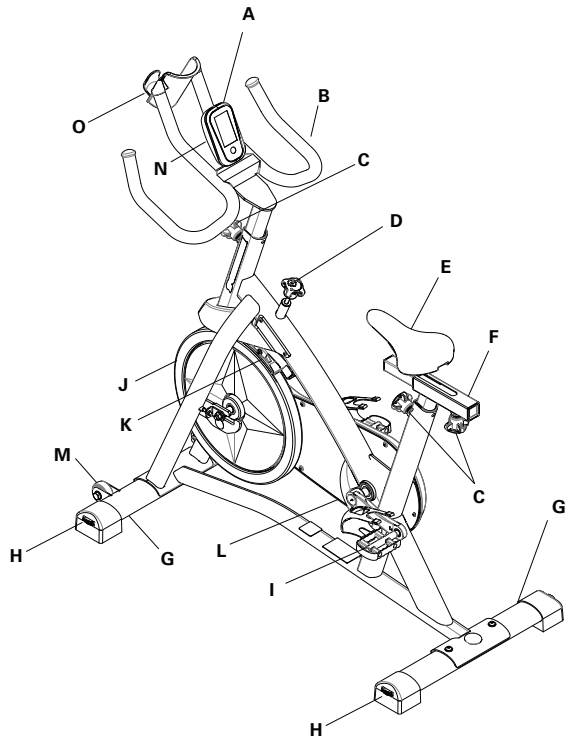


Bewegen des Heimtrainers

Um den Heimtrainer an einen anderen Standort zu bringen, drehen Sie den Lenker vorsichtig in Ihre Richtung, während Sie den Heimtrainer nach vorne kippen. Schieben Sie den Heimtrainer in die gewünschte Richtung.

HINWEIS: Bewegen Sie das Gerät vorsichtig. Plötzliche Bewegungen können den Computer beschädigen.





A	Konsole
B	Handlebar Assembly
C	Einstellknopf
D	Bremse/Widerstandsknopf
E	Sattel
F	Sattel-Gleitbacke
G	Stabilisatoren
H	Nivellierer
I	Pedale
J	Schwungrad
K	Bremse
L	Kettenschutz
M	Transportrollen
N	Akkuschacht
O	Flaschenhalter

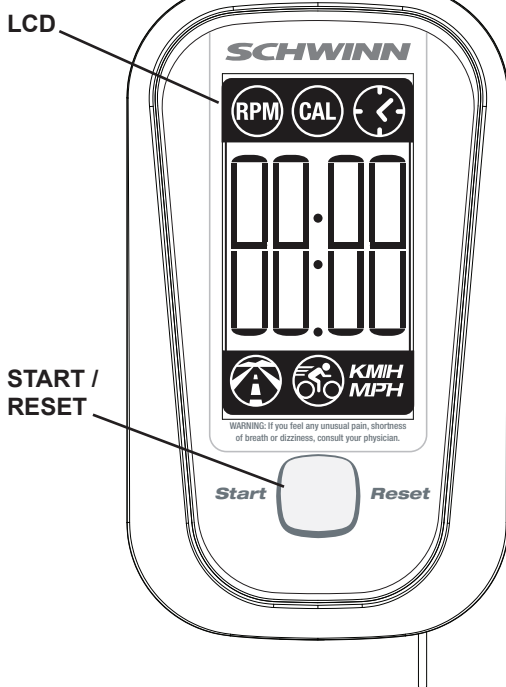
Not-Aus

Um die Pedale sofort anzuhalten, drücken Sie den Brems-/Widerstandsknopfs fest herunter.

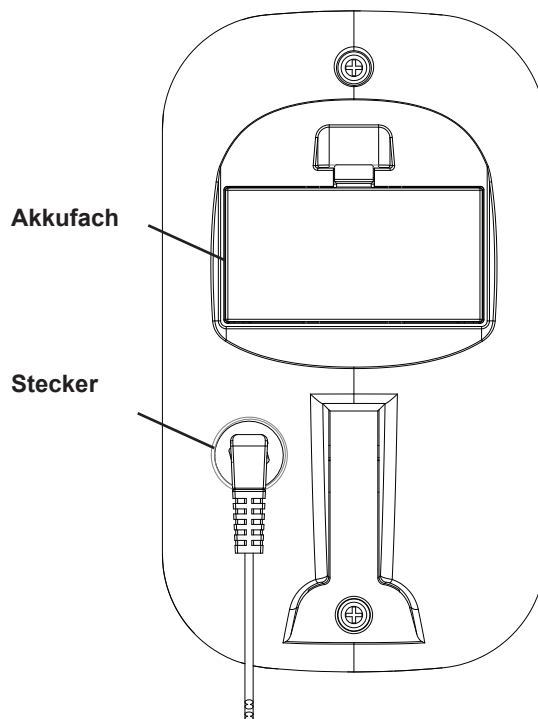
Funktionen der Konsole

Auf dem Konsolendisplay werden Informationen zu Ihrem Training angezeigt. Mit dieser Taste können Sie erhalten Sie auch Informationen zu den Konsoleinstellungen.

Vorne

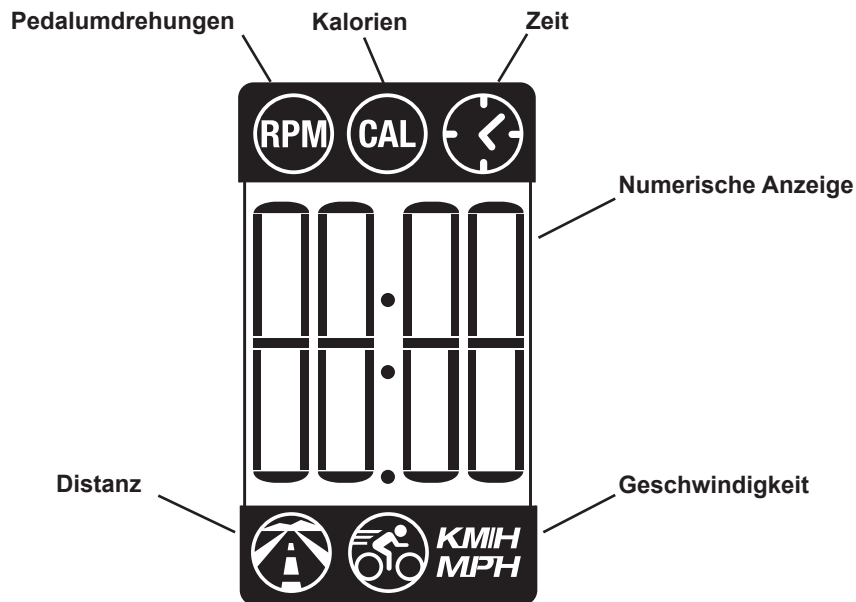


Hinten



START/RESET Drücken Sie diese Taste, um ein aktives Training zu starten oder zu stoppen und die Zeit auf 0:00 zurückzusetzen.

Daten des LCD-Displays



Die Konsolenanzeige zeigt die Trainingswerte im 5-Sekundenrhythmus in dieser Reihenfolge:

Umdrehungen

Das RPM-Feld zeigt die aktuellen Umdrehungen des Geräts pro Minute (Revolutions per minute, RPM) an. Der maximal angezeigte Wert beträgt 200.

Kalorien

Das Kalorienfeld zeigt an, wie viele Kalorien Sie ungefähr beim Training verbrannt haben. Der maximal angezeigte Wert beträgt 9999. Haben Sie mehr Kalorien verbraucht, blinkt die Zahl 9999.

Zeit

Im Zeitfeld wird die Trainingszeit angezeigt. Der maximal angezeigte Wert beträgt 99:59. Wird dieser Wert überschritten, startet der Timer auf dem Display wieder bei 0:00.

Distanz

Im Distanzfeld wird die Länge der Trainingsstrecke (Meilen oder km) mit zwei Nachkommastellen angezeigt, z. B. 1,50. Der maximal angezeigte Wert beträgt 99,99. Wird dieser Wert überschritten, startet die Anzeige auf dem Display wieder bei 0,00.

Hinweis: Informationen darüber, wie Sie zwischen englischen und metrischen Maßeinheiten wechseln, finden Sie im Kapitel „Servicemodus“ in diesem Handbuch.

Geschwindigkeit

Im Geschwindigkeitsfeld wird die Geschwindigkeit des Geräts in Kilometern pro Stunde (km/h) oder Meilen pro Stunde (mph) mit zwei Nachkommastellen angezeigt, z. B. 10,5 oder 0,0. Der maximal angezeigte Wert beträgt 99,9.

Richtige Kleidung

Tragen Sie Sportschuhe mit Gummisohle oder geeignete Fahrradschuhe. Für optimale Bewegungsfreiheit sollten Sie geeignete Sportkleidung tragen.

Wie oft soll ich trainieren?

⚠ Konsultieren Sie vor Beginn des Trainings Ihren Hausarzt. Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Schmerzen oder ein Engegefühl im Brustkorb, Atemnot oder Schwindelanfälle verspüren. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie wieder mit dem Gerät trainieren. Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen.

- 30 Minuten, drei Mal pro Woche.
- Planen Sie Ihr Training.

Satteleinstellung

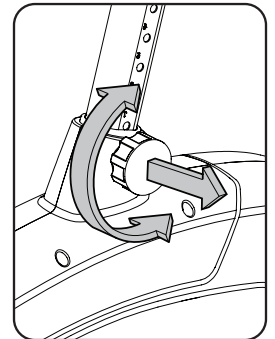
Die richtige Satteleinstellung trägt zur Trainingseffizienz sowie zum Komfort bei und verringert gleichzeitig die Verletzungsgefahr.

1. Bringen Sie ein Pedal in die vordere Position und stellen Sie Ihren Fußballen auf die Mitte des Pedals. Ihr Knie sollte leicht gebeugt sein.
2. Wenn Sie mit gestrecktem Bein die Pedale nicht erreichen können, schieben Sie den Sattel des Sitzergometers nach unten. Wenn Ihr Bein zu stark gebeugt ist, stellen Sie den Sattel höher ein.

⚠ Steigen Sie vom Rad ab, bevor Sie den Sattel einstellen.

Lösen Sie den Einstellknopf an der Sattelstütze und ziehen Sie ihn heraus. Stellen Sie den Sattel auf die gewünschte Höhe ein. Lassen Sie den Einstellknopf los, damit der Arretierstift einrasten kann. Achten Sie darauf, dass sich der Stift vollständig in einem Loch befindet. Ziehen Sie den Einstellknopf fest.

⚠ Ziehen Sie die Sattelstütze nicht über die MAX-Markierung am Rohr hinaus.

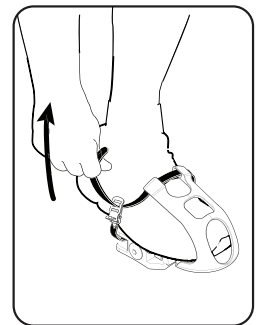


Fußpositionierung/Pedalriemeneinstellung

Fußpedale mit Riemen sorgen für eine korrekte Position des Fußes.

1. Stellen Sie die beiden Fußballen in die Zehenhalterung an den Pedalen.
2. Schließen Sie den Riemen über dem Schuh.
3. Wiederholen Sie dies für den anderen Fuß.

Zehen und Knie müssen nach vorne zeigen, damit die Pedale optimal genutzt werden können. Die Pedalriemen können für nachfolgende Trainingseinheiten in der gewählten Einstellung bleiben.



Lenkereinstellung

Lösen Sie den Einstellknopf an der Lenkerstütze und ziehen Sie ihn heraus. Stellen Sie den Lenker auf die gewünschte Höhe ein. Lassen Sie den Einstellknopf los, damit der Arretierstift einrasten kann. Achten Sie darauf, dass sich der Stift vollständig in einem Loch befindet. Ziehen Sie den Einstellknopf fest.

⚠ Ziehen Sie die Lenkerstütze nicht über die MAX-Markierung am Rohr hinaus.

Trainingsmodus

Die Konsole startet im Trainingsmodus, wenn eine Taste gedrückt wird oder beim Treten der Pedale ein Signal vom Drehzahlsensor empfangen wird. Die Zeit läuft von 0:00 aus aufwärts.

Hinweis: Bei niedrigem Akkuladestand wird auf der Konsole für 10 Sekunden (oder bis die Taste gedrückt wird) „Batt“ angezeigt.

Die Konsole berechnet während des Trainings Ihre Trainingsdaten. Auf dem Konsolen-Display werden folgende aktuellen Werte angezeigt: Zeit, Kalorien, Distanz, Geschwindigkeit und Umdrehungen.

Widerstandsstufe ändern

Drehen Sie den Brems-/Widerstandsknopf, um den Widerstand während des Trainings zu ändern.

Training unterbrechen oder abbrechen

1. Wenn die Pedalumdrehung für mehr als 3 Sekunden weniger als 5 Umdrehungen pro Minute beträgt, unterbricht die Konsole das Training. Während der Pause werden auf der Konsole die Werte für Zeit, Kalorien, Gesamtdistanz, durchschnittliche Geschwindigkeit und durchschnittliche Umdrehungen angezeigt.

Wenn sich die Pedale wieder schneller als 5 Umdrehungen pro Minute drehen, wird das Training wieder aufgenommen.

Dauert die Pause länger als 5 Minuten, wird das Training abgebrochen und die Konsole wechselt in den Ruhemodus.

2. Drücken Sie die Taste, um das Training abzubrechen. Der Timer wird auf 0:00 zurückgesetzt und beginnt erneut mit der Zählung. Die Daten für Zeit und Distanz aus dem Training werden zu den Gerätestatistiken hinzugefügt (Gesamtzeit und Gesamtdistanz).

Selbstabschaltung (Ruhemodus)

Wenn die Konsole für ca. fünf Minuten keine Signale empfängt, schaltet sie sich automatisch ab. Die LCD-Anzeige ist im Ruhemodus ausgeschaltet.

Im Servicemodus können als Maßeinheiten englische oder metrische Einheiten eingestellt werden (siehe Gerätestatistiken und Firmware-Version, nur für Techniker).

1. Halten Sie die Taste im Trainings- oder Pausemodus 5 Sekunden lang gedrückt, um in den Servicemodus zu wechseln.

Hinweis: Tippen Sie auf die Taste, um durch die Optionen des Servicemodusmenüs zu blättern. Wenn die Konsole „dOnE“ anzeigt, halten Sie die Taste für 3 Sekunden gedrückt, um die Trainingsdaten zurückzusetzen und in den Trainingsmodus zurückzukehren.

2. Auf der Konsole wird die Option UNITS (Einheiten) angezeigt. Halten Sie die Taste gedrückt, um die Option zum Einstellen der Einheiten zu öffnen. Drücken Sie die Taste, um „LbS“ (englisch) oder „SI“ (metrisch) zu wählen.
3. Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um die Einheiten einzustellen. Auf der Konsole wird die Option UNITS (Einheiten) angezeigt.
4. Drücken Sie die Taste, um zur Option STATS (Statistiken) zu gelangen. Halten Sie die Taste gedrückt, um die Option für die Gerätestatistiken zu öffnen. Auf dem Konsolen-Display wird TOTAL DISTANCE (Gesamtdistanz) angezeigt. Drücken Sie die Taste, um zwischen TOTAL DISTANCE (Gesamtdistanz) und TOTAL TIME (Gesamtzeit) zu wechseln.

Hinweis: Der Wert für die Gesamtdistanz ist eine Ganzzahl, die Meilen/Kilometer angibt (keine Dezimalstelle).

5. Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um zu den Gerätestatistiken zurückzukehren.
6. Drücken Sie die Taste, um zur Option FIRMWARE VERSION (Firmwareversion) zu gelangen. Halten Sie die Taste gedrückt, um Informationen zur Firmwareversion der Konsole zu erhalten.
7. Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um zur Option FIRMWARE VERSION zurückzukehren.
8. Drücken Sie die Taste, um den Vorgang zu beenden. Auf dem Konsolen-Display wird „dOnE“ angezeigt.

Um in den Trainingsmodus zurückzukehren, halten Sie die Taste für 3 Sekunden gedrückt. Die Trainingsdaten werden zurückgesetzt.

Um erneut in den Servicemodus zu gelangen, tippen Sie auf die Taste. Auf der Konsole wird die Option UNITS (Einheiten) angezeigt.

Wenn die Konsole im Wartungsmodus etwa fünf Minuten lang keine Signale empfängt, schaltet sie in den Ruhemodus.

Lesen Sie vor jeder Reparatur zuerst sorgfältig alle Wartungsanweisungen. In einigen Fällen benötigen Sie Hilfe beim Durchführen der erforderlichen Arbeiten.

! Das Gerät muss regelmäßig auf Beschädigungen untersucht und gegebenenfalls repariert werden. Der Eigentümer ist für die regelmäßige Wartung verantwortlich. Verschlossene, beschädigte oder lose Komponenten müssen umgehend repariert oder ausgetauscht werden. Verwenden Sie für Austausch und Reparatur des Geräts ausschließlich Teile des Herstellers.

Wenn sich ein Warnaufkleber löst, unleserlich wird oder entfernt wurde, wenden Sie sich an Ihren Händler vor Ort, um Ersatz zu erhalten.

Täglich: Überprüfen Sie das Trainingsgerät vor jeder Benutzung auf lose, zerbrochene, beschädigte oder abgenutzte Teile. Verwenden Sie es nicht, falls Sie solche Teile finden. Tauschen Sie alle Teile bei ersten Abnutzungsanzeichen oder Schäden aus oder reparieren Sie sie. Wischen Sie nach jeder Verwendung Schweiß mit einem feuchten Tuch von Ihrem Gerät und der Konsole ab.
Hinweis: Schützen Sie die Konsole vor zu viel Feuchtigkeit.

Wöchentlich: Reinigen Sie das Gerät, um Staub, Schmutz oder Ablagerungen zu entfernen. Stellen Sie sicher, dass sich Sattel und Lenker problemlos bewegen. Falls nötig, bringen Sie sparsam ein dünne Schicht Silikonöl auf, um den Betrieb zu erleichtern.

! Silikonschmiermittel sind nicht für den Verzehr geeignet. Bewahren Sie es außerhalb der Reichweite von Kindern auf. An einem sicheren Ort aufbewahren.

Hinweis: Verwenden Sie keine Produkte auf Erdölbasis.

Monatlich oder alle 20 Betriebsstunden: Überprüfen Sie Pedale und Kurbelarme und ziehen Sie sie nötigenfalls fest. Überprüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf festen Sitz. Ziehen Sie sie gegebenenfalls nach. Schmieren Sie die Kette mit speziellem Fahrradkettenöl.

HINWEIS: Verwenden Sie keine erdölbasierten Reinigungsmittel oder Reinigungsmittel für Autos. Es darf keine Feuchtigkeit in die Konsole eindringen.

Kettenschmierung

Nehmen Sie den Kettenschutz ab und tragen Sie einige Tropfen Kettenöl auf die Kette auf.

! Tragen Sie kein Öl auf, wenn die Kette in Bewegung ist.

Hinweis: Achten Sie darauf, Flecken auf Kleidung und Teppichen zu vermeiden.

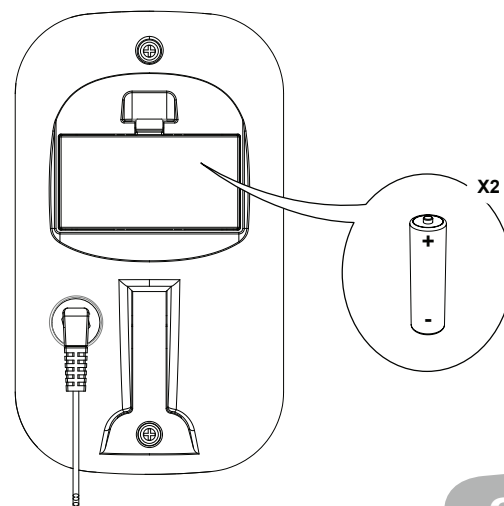
Austauschen der Konsolenbatterien

Bei niedrigem Akkuladestand zeigt das Konsolen-Display beim Starten „Batt“ an. Beim Austauschen der Batterien muss sichergestellt werden, dass die Pole (+/-) im Batteriefach korrekt ausgerichtet sind.

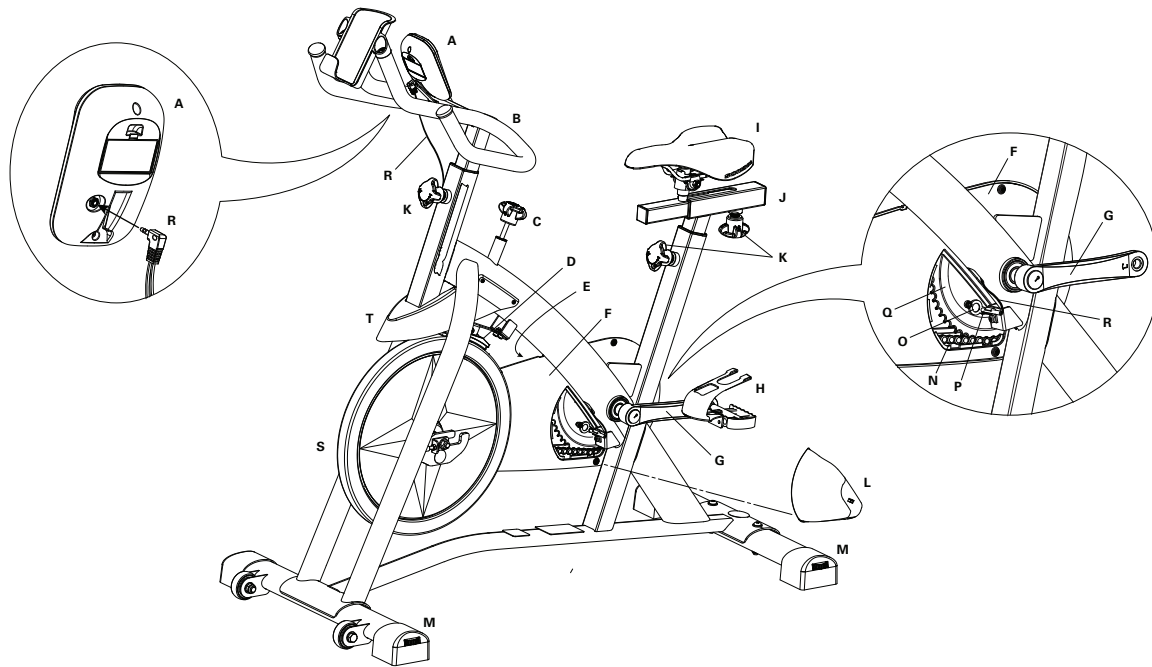
Hinweis: Die Konsole wird mit AA-Batterien (LR6) betrieben.

! Verwenden Sie nicht gleichzeitig neue und gebrauchte Batterien. Verwenden Sie nicht gleichzeitig Alkali-, Standard- (Zink-Kohle-) und wiederaufladbare (Ni-Cd-, Ni-MH- usw.) Batterien.

Wenn das Gerät längere Zeit nicht verwendet wird, entnehmen Sie die Batterien, um Korrosionsschäden zu vermeiden.



Zu wartende Teile



A	Konsole	H	Pedale	O	Magnet Geschwindigkeitssensor
B	Lenker	I	Sattel	P	Umdrehungssensor
C	Bremse/Widerstandsknopf	J	Sattelstütze	Q	Kettenradantrieb
D	Bremse	K	Einstellknopf	R	Datenkabel
E	Kettenschutz	L	Kettenschutz	S	Schwungrad
F	Kettenschutz (Innen)	M	Nivellierer	D	Bremsabdeckung
G	Kurbelarme	N	Kette		

Bedingung/Problem	Zu überprüfen	Lösung
Die Konsole lässt sich nicht einschalten oder starten.	Batterien	Vergewissern Sie sich, dass die Batterien korrekt eingelegt sind. Wenn die Batterien korrekt eingelegt sind, tauschen Sie sie bitte aus.
Die Geschwindigkeitsanzeige ist nicht korrekt.	Falsche Maßeinheit eingestellt. (englisch/metrisch)	Ändern Sie die angezeigten Maßeinheiten.
Die angezeigte Geschwindigkeit ist immer "0"/im Pause-Modus.	Datenkabel	Vergewissern Sie sich, dass das Datenkabel an die Rückseite der Konsole und die Baugruppe des Hauptrahmens angeschlossen ist.
Keine Messung von Geschwindigkeit/Umdrehung (RPM)	Prüfen Sie die Integrität des Datenkabels.	Im Kabel dürfen keine Drähte beschädigt sein. Wenn Drähte gebrochen oder abgeknickt sind, tauschen Sie das Kabel aus.
	Datenkabelanschlüsse überprüfen	Stellen Sie sicher, dass das Kabel fest eingesteckt ist.
	Magnetposition überprüfen (Kettenschutz muss entfernt werden)	Magnet muss sich an der richtigen Position am Kettenradantrieb befinden.
	RPM-Sensor überprüfen (Kettenschutz muss entfernt werden)	RPM-Sensor muss am Magnet ausgerichtet sein und mit Datenkabel verbunden sein. Richten Sie den Sensor gegebenenfalls neu aus. Sollten Sensor oder Verbindungsteil beschädigt sein, ersetzen Sie das Teil.
Die Konsole schaltet sich bei Betrieb aus (wechselt in den Ruhemodus).	Prüfen Sie die Integrität des Datenkabels.	Im Kabel dürfen keine Drähte beschädigt sein. Wenn Drähte gebrochen oder abgeknickt sind, tauschen Sie das Kabel aus.
	Datenkabel überprüfen (Anschluss/Ausrichtung)	Stellen Sie sicher, dass das Kabel fest und in der richtigen Richtung in die Konsole eingesteckt ist.
	Magnetposition überprüfen (Kettenschutz muss entfernt werden)	Magnet muss sich an der richtigen Position am Kettenradantrieb befinden.
	RPM-Sensor überprüfen	Wenden Sie sich an Ihren Fachhändler vor Ort.
Gerät wackelt/steht nicht eben.	Einstellung der Nivellierer überprüfen.	Sie können die Nivellierfüße hinein- und hinausdrehen, um den Heimtrainer zu nivellieren.
	Stellfläche überprüfen.	Sehr unebene Flächen können möglicherweise nicht ausgeglichen werden. Stellen Sie den Ergometer auf einer ebenen Fläche auf.
Pedale locker	Überprüfen Sie, ob die Pedale fest in die Kurbel eingedreht sind.	Die Pedale sollten fest mit der Kurbel verbunden sein. Das Gewinde darf nicht schief eingedreht sein.
	Überprüfen Sie, ob der Kurbelarm fest im Tretlager sitzt.	Die Kurbel muss fest mit dem Tretlager verbunden sein.
Klickendes Geräusch beim Treten der Pedale.	Überprüfen Sie, ob die Pedale fest in die Kurbel eingedreht sind.	Entfernen Sie die Pedale. Vergewissern Sie sich, dass sich kein Schmutz im Gewinde befindet und montieren Sie die Pedale wieder.
Klappern oder Schleifen beim Treten/Gerät ist schwergängig	Kettenspannung überprüfen (Kettenschutz muss entfernt werden)	Öffnen Sie den Kettenschutz, sodass die Kette sichtbar ist. Die Spannung sollte ausreichend, aber nicht zu stramm sein. Wenden Sie sich an Ihren Fachhändler vor Ort.
Sattelstütze wackelt.	Sperrbolzen überprüfen.	Der Sperrbolzen muss fest in eine Einstellöffnung an der Sattelstütze einrasten.
	Einstellknopf überprüfen	Der Einstellknopf muss festgedreht sein.



Nautilus®

Bowflex®

Schwinn® Fitness

Universal®