

TAURUS®

Monterings- og brugsvejledning



max. 180 kg



~ 90 Min.



95 kg

L 232 | B 95 | H 172

FSTFX99TFT.01.02

Vare-nr. TF-X99-TFT

Crosstrainer X9.9 Touch

Indholdsfortegnelse

1	GENERELLE OPLYSNINGER	8
1.1	Tekniske data	8
1.2	Personlig sikkerhed	9
1.3	Elektrisk sikkerhed	10
1.4	Opstillingssted	11
2	MONTERING	12
2.1	Generelle anvisninger	12
2.2	Pakkens indhold	13
2.3	Montering	14
3	BRUGSANVISNING	21
3.1	Pulsstyrede programmer	21
3.2	Konsoldisplay	21
3.3	Tastfunktioner	23
3.4	Programmer	24
3.4.1	Kvikstart	24
3.4.2	Målprogrammer	24
3.4.3	Standardindstillede programmer	24
3.4.4	Brugerdefinerede programmer	27
3.4.5	Pulsstyrede programmer	28
3.4.6	Watt-program	29
3.5	Konditionstest	30
3.6	Multimedier	31
3.7	Trådløs forbindelse og fitness-apps	32
4	OPBEVARING OG TRANSPORT	33
4.1	Generelle anvisninger	33
4.2	Transporthjul	33
5	FEJLAFHJÆLPNING, PLEJE OG VEDLIGEHOLDELSE	34
5.1	Generelle anvisninger	34
5.2	Fejl og fejldiagnose	34
5.3	Fejlkoder og fejlsøgning	35
5.4	Kalender for vedligeholdelse og inspektion	36

6	BORTSKAFFELSE	36
7	ANBEFALING AF TILBEHØR	37
8	RESERVEDELSBESTILLING	38
8.1	Serienummer og modelbetegnelse	38
8.2	Liste over dele	39
8.3	Ekspllosionstegning	43
9	GARANTI	44
10	KONTAKT	46

Kære kunde

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

Du kan læse mere på www.fitshop.dk.

Tilsigtet anvendelse

Udstyret må kun anvendes til det tilsigtede.

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

KOLOFON

Fitshop GmbH
Europas nr. 1 inden for hjemmefitness

International Headquarters
Flensburger Straße 55
24837 Slesvig
Tyskland

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

ANSVARFRASKRIVELSE

© TAURUS er et registreret varemærke tilhørende firmaet Fitshop GmbH. Alle rettigheder forbeholdes. Enhver brug af dette varemærke uden udtrykkelig skriftlig tilladelse fra Fitshop er forbudt.

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

FITSHOP

Europe's No.1 for Home Fitness

OM DENNE VEJLEDNING

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

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



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

Træningsudstyr skal klassificeres efter nøjagtighed og brug. Dette gælder kun for enheder, der viser træningsdata.

Nøjagtighedsklassificering

Klasse A: Høj nøjagtighed.

Klasse B: Mellem nøjagtighed.

Klasse C: Lav nøjagtighed.

Klassificeringen forklarer den tilsigtede brug af enheden.

Klassificering

Klassificering S (Studio): Professionel og/eller kommerciel brug.

Disse træningsenheder er beregnet til brug i træningslokaler i institutioner såsom sportsklubber, skolefaciliteter, hoteller, klubber og studier, hvis adgang og overvågning er specifikt reguleret af ejeren (person, der har juridisk ansvar).

Klassificering H (Hjem): Brug i hjemmet.

Disse stationære træningsenheder er beregnet til brug i private hjem, hvor adgangen til enheden er reguleret af ejeren (person, der har juridisk ansvar).

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

Følgende sikkerhedsanvisninger kan forekomme i denne brugsanvisning:

► **OBS**

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

⚠ **FORSIGTIG**

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

⚠ **ADVARSEL**

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

⚠ **FARE**

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

ⓘ **BEMÆRK**

Denne oplysning står foran anden nyttig information.

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

1.1 Tekniske data

TFT - skærm med:

- + Træningstid i min
- + Hastighed i km/t
- + Træningsdistance i km
- + Kalorier i kcal
- + Modstandstrin
- + Puls (ved anvendelse af håndpulssensorerne eller et egnet pulsbælte)
- + Kadence (omdrejninger i minuttet)
- + Watt

Bremsesystem: Elektromagnetisk induktionsbremse
Modstandstrin: 32

Wattangivelser
Justerbart interval i wattprogrammet: 10-350 W
Min. og maks. Watt ved 60 RPM: 50-400 W
Min. og maks. Watt ved 100 RPM: 148-765W

Brugerhukommelser: 4
Træningsprogrammer i alt: 44
Quick-Start program: 1
Målprogrammer: 3
Pulsstyrede programmer: 3
Standardindstillede programmer: 32
Brugerdefinerede programmer: 4 (ét per bruger)
Wattprogrammer: 1

Konditionstest: 1

Skridtlængde: 58,4 cm
Omsætningsforhold: 1:8,75
Svingmasse: 10 kg

Vægt og mål:

Vægt (brutto, inkl. emballage): 112 kg
Vægt (netto, uden emballage): 95 kg
Emballagens mål (L x B x H) ca.: 221 cm x 88 cm x 45 cm
Opstillingsmål (L x B x H) ca.: 232 cm x 95 cm x 172 cm

Maksimal brugervægt: 180 kg
Klassificering: S

1.2 Personlig sikkerhed

FARE

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

ADVARSEL

- + Dette redskab er ikke tilladt for børn under 14 år.
- + Børn må ikke komme i nærheden af redskabet uden opsyn.
- + Personer med handicap skal kunne påvise en medicinsk tilladelse og bør være under opsyn, når der trænes på samtlige træningsredskaber.
- + Bemærk, at redskabet ikke råder over et friløb. Derfor kan bevægelige dele ikke umiddelbart stoppes.
- + Bemærk, at den individuelle menneskelige ydelse, der påkræves for at kunne udføre øvelsen, kan afvige fra den viste mekaniske ydelse.
- + Vær opmærksom på, at en af trædefladerne skal være i den laveste position ved på- og afstigning.
- + Redskabet må principielt ikke bruges af flere personer samtidigt.
- + Hænder, fødder og andre kropsdele samt hår, tøj, smykker og andre genstande må ikke komme i kontakt med bevægelige dele på redskabet, da de kan komme i klemme.
- + Du bør bære egnet sportsbeklædning, og ikke løst tøj, når du træner. Træningsskoene skal have egnede skosåler fremstillet af gummi eller andet skridsikkert materiale. Sko med hæl, lædersål, knopper eller spikes er uegnede. Træn aldrig barfodet.

FORSIGTIG

- + Hvis dit udstyr skal sluttes til lysnettet med et strømkabel, skal du sikre dig, at kablet ikke udgør en potentiel fare for at personer kommer til at snuble over det.
- + Sørg for, at ingen personer opholder sig i udstyrets bevægelsesområde under træningen, så du selv og andre personer ikke kommer i fare.
- + Der må ikke stikkes genstande af nogen art ind i udstyrets åbninger.
- + Vær opmærksom på, at hvis justeringsanordninger efterlades udragende, kan de hæmme brugerens bevægelse.

1.3 Elektrisk sikkerhed

FARE

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

ADVARSEL

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

OBS

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

BEMÆRK

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

1.4 Opstillingssted



ADVARSEL

- + Anbring ikke udstyret i hovedgennemgange eller på flugtveje.



FORSIGTIG

- + Vi anbefaler at opstille redskabet et sted, hvor du har tilstrækkelig plads til alle sider for at kunne udføre træningen sikkert.
- + Kontrollér, at der er god ventilation i motionsrummet under træningen og at der ikke er træk.
- + Vælg et opstillingssted, hvor der både foran og ved siden af udstyret altid vil være tilstrækkeligt med frirum/en sikkerhedszone.
- + Det frie areal i den retning, hvorfra der gives adgang til træningsudstyret, skal være mindst 0,6 m større end selve træningsområdet.
- + Udstyrets opstillings- og påbygningsareal skal være plant, belastbart og fast.

► OBS

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

2.1 Generelle anvisninger

 **FARE**

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

 **ADVARSEL**

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

 **FORSIGTIG**

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

 **OBS**

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

 **BEMÆRK**

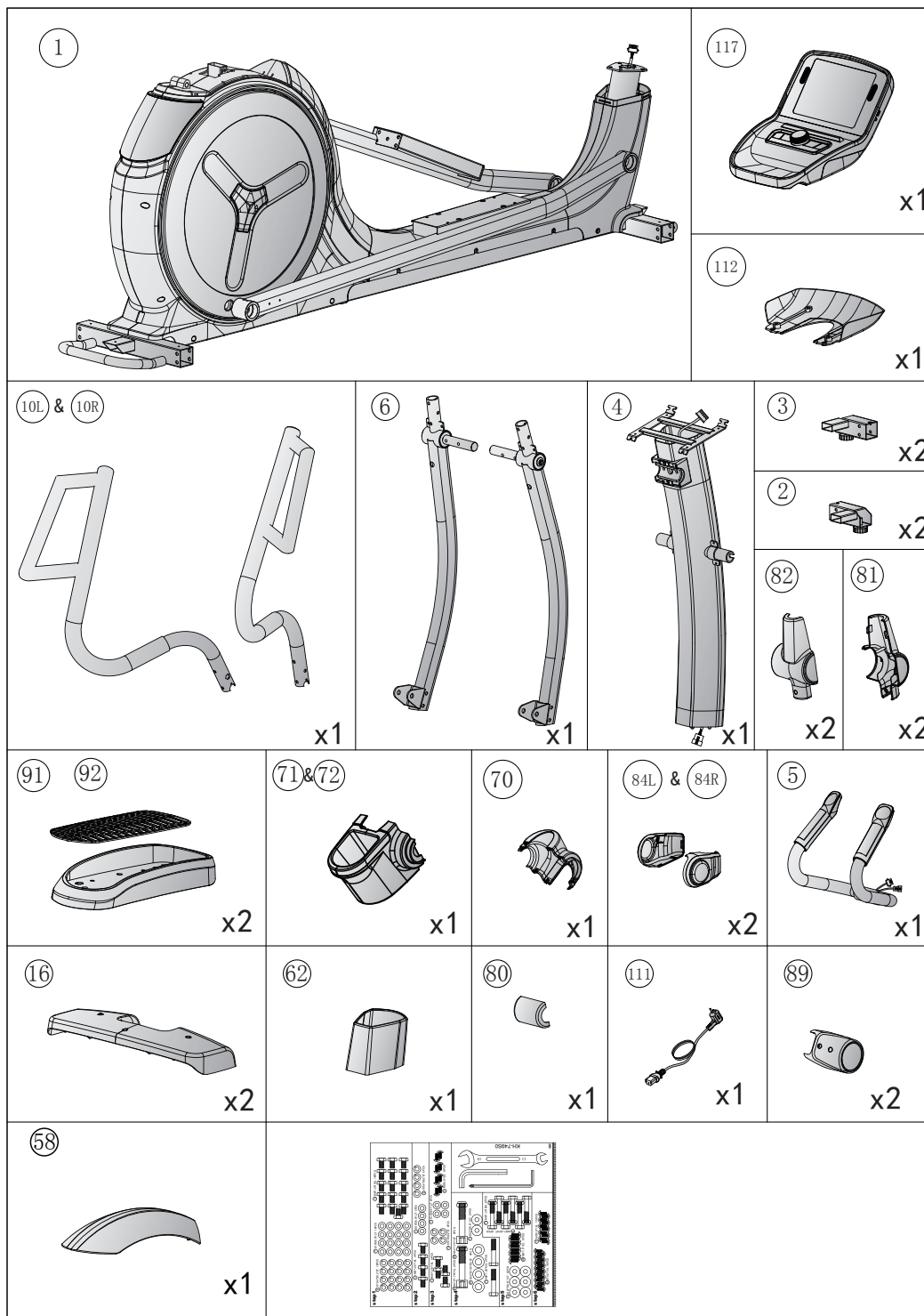
- + For at gøre opstillingen så nem som mulig, kan der allerede være monteret et par skruer og møtrikker på forhånd.
- + Opstil så vidt muligt udstyret dér, hvor det senere skal bruges.

2.2 Pakkens indhold

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

FORSIGTIG

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



2.3 Montering

Studer de enkelte, viste monteringsstrin nøje inden opstilling, og udfør monteringen i den viste rækkefølge.

ⓘ BEMÆRK

- + Skru først alle dele løst sammen, og kontrollér, om pasformen er korrekt. Skal du først spænde skruerne ved hjælp af værktøjet, når du opfordres til det.
- + Hvis du har problemer med at genkende grafikken, anbefaler vi, at du åbner PDF-vejledningen, der er gemt i webshoppen, på din enhed (fx smartphone, tablet eller pc). Her har du mulighed for at zoome nærmere ind. Bemærk venligst, at programmet Adobe Acrobat Reader skal være installeret på din enhed for at kunne åbne filen.
- + Monteringen findes også som video under følgende link: <https://www.fitshop.dk/taurus-crosstrainer-x9.9-tf-x99#product-assembly>. Alternativt kan du også scanne QR-koden for direkte at åbne videoen. Monteringen af X99 og X99-TFT er identisk.

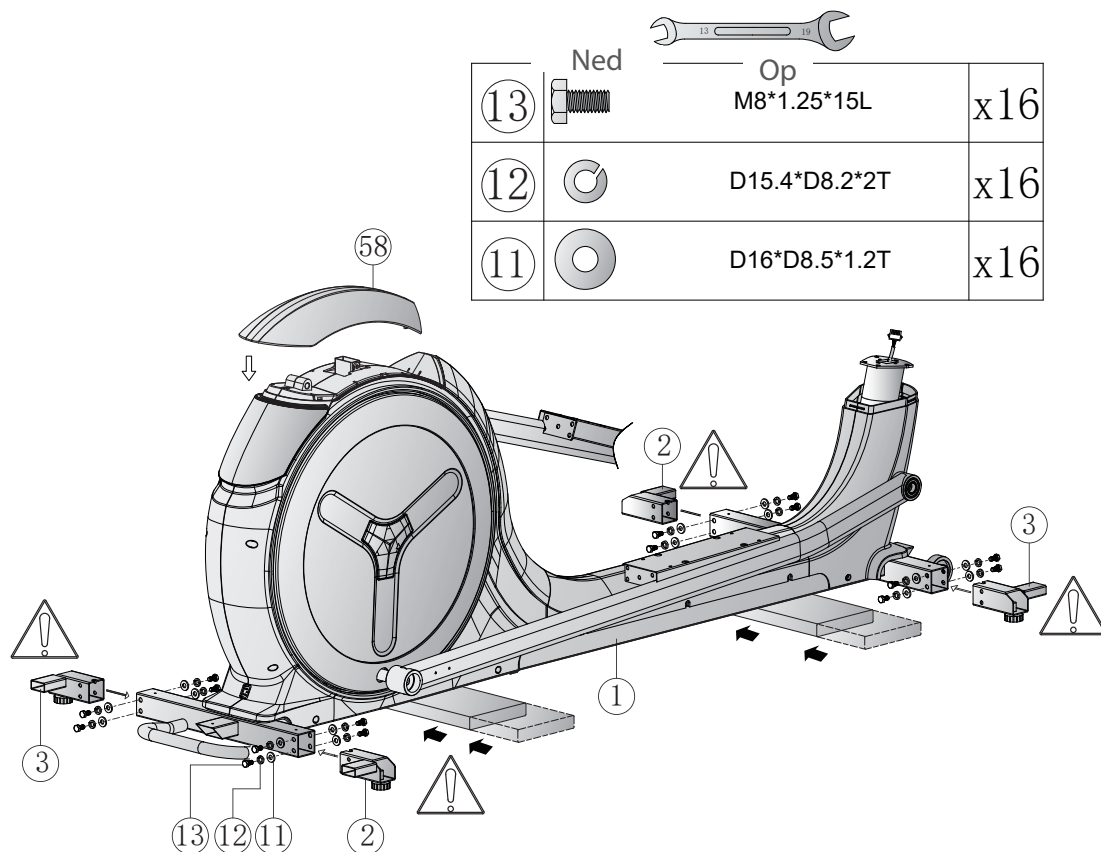


Trin 1: Montering af forreste og bageste fod

ⓘ BEMÆRK

Sørg under de følgende trin for at fødderne er justeret korrekt (se fig.).




Anbring afdækningen (58), og monter de forreste og bageste fødder (2 og 3) på hovedstellet (1) med i alt seksten sekskantskruer (13), seksten låseringe (12) og seksten spændeskiver (11).

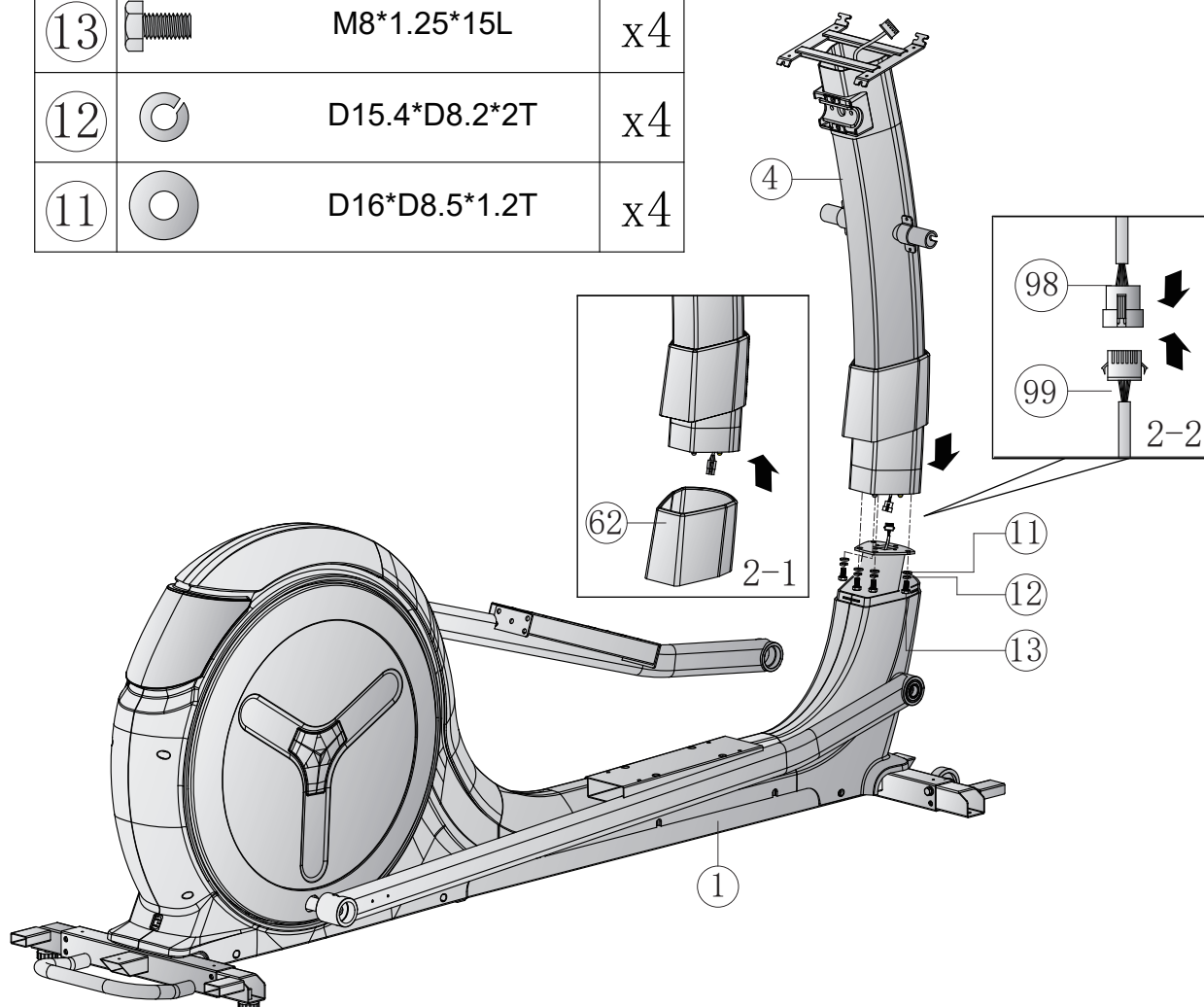


Trin 2: Montering af konsolmast

1. Skub afdækningen (62) til konsolmasten (4) op, og forbind kablerne (98) og (99) med hinanden.
2. Sæt konsolmasten (4) i hovedstelletts holder (1), og fastgør den med fire sekskantskruer (13), fire fjederskiver (12) og fire spændeskiver (11).
3. Skub afdækningen (62) ned igen.



13		M8*1.25*15L	x4
12		D15.4*D8.2*2T	x4
11		D16*D8.5*1.2T	x4

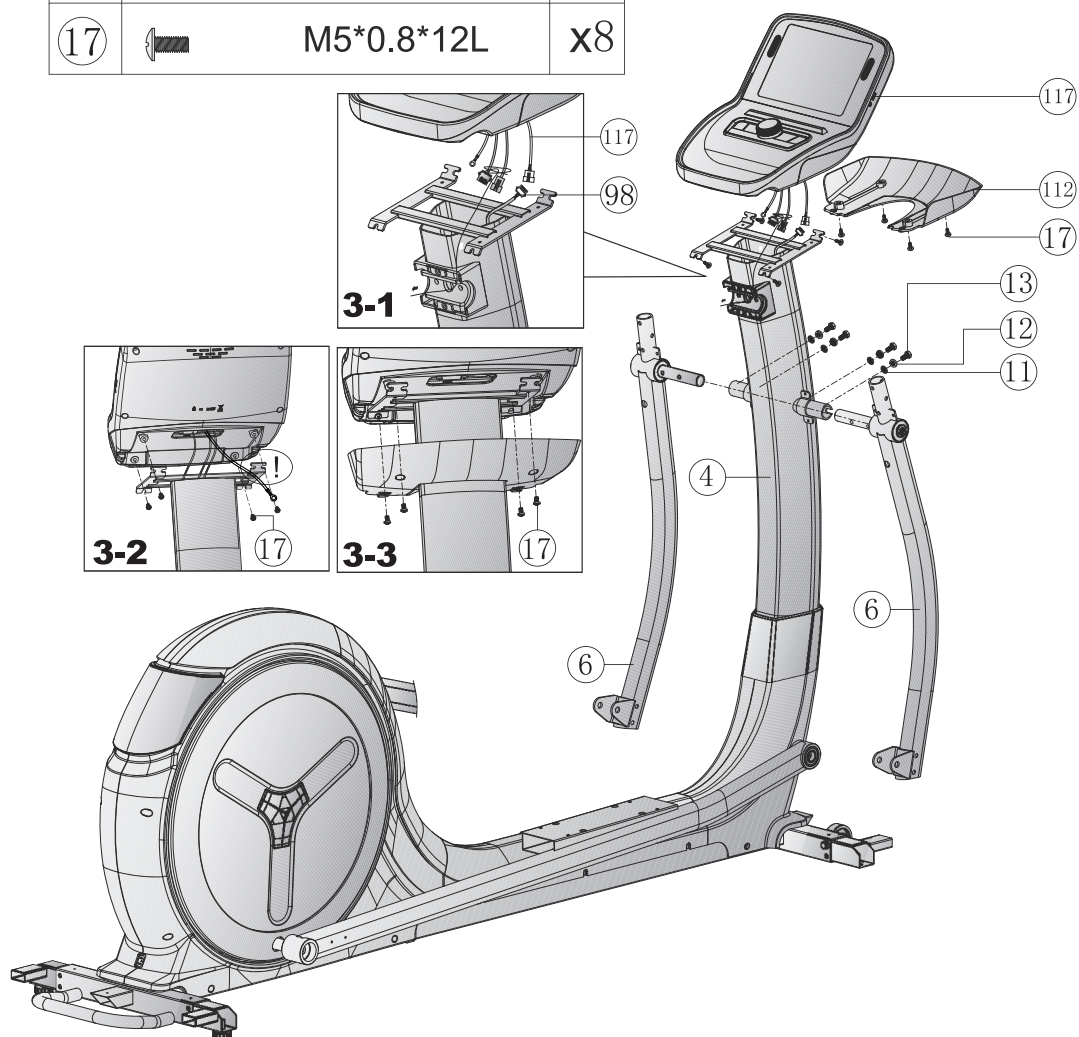


Trin 3: Montering af konsol

1. Monter venstre og højre forbindelsesstang til armstængerne (6) på konsolmasten (4) med fire sekskantskruer (13), fire fjederskiver (12) og fire spændeskiver (11).
2. Forbind kablerne (117) og (98) med hinanden.
3. Anbring konsollen (117) på konsolmasten (4), og fastgør den sammen med afdækningen (112) med fire skruer (17).

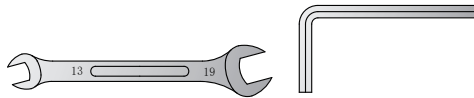





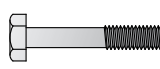

13		M8*1.25*15L	x4
12		D15.4*D8.2*2T	x4
11		D16*D8.5*1.2T	x4
17		M5*0.8*12L	x8

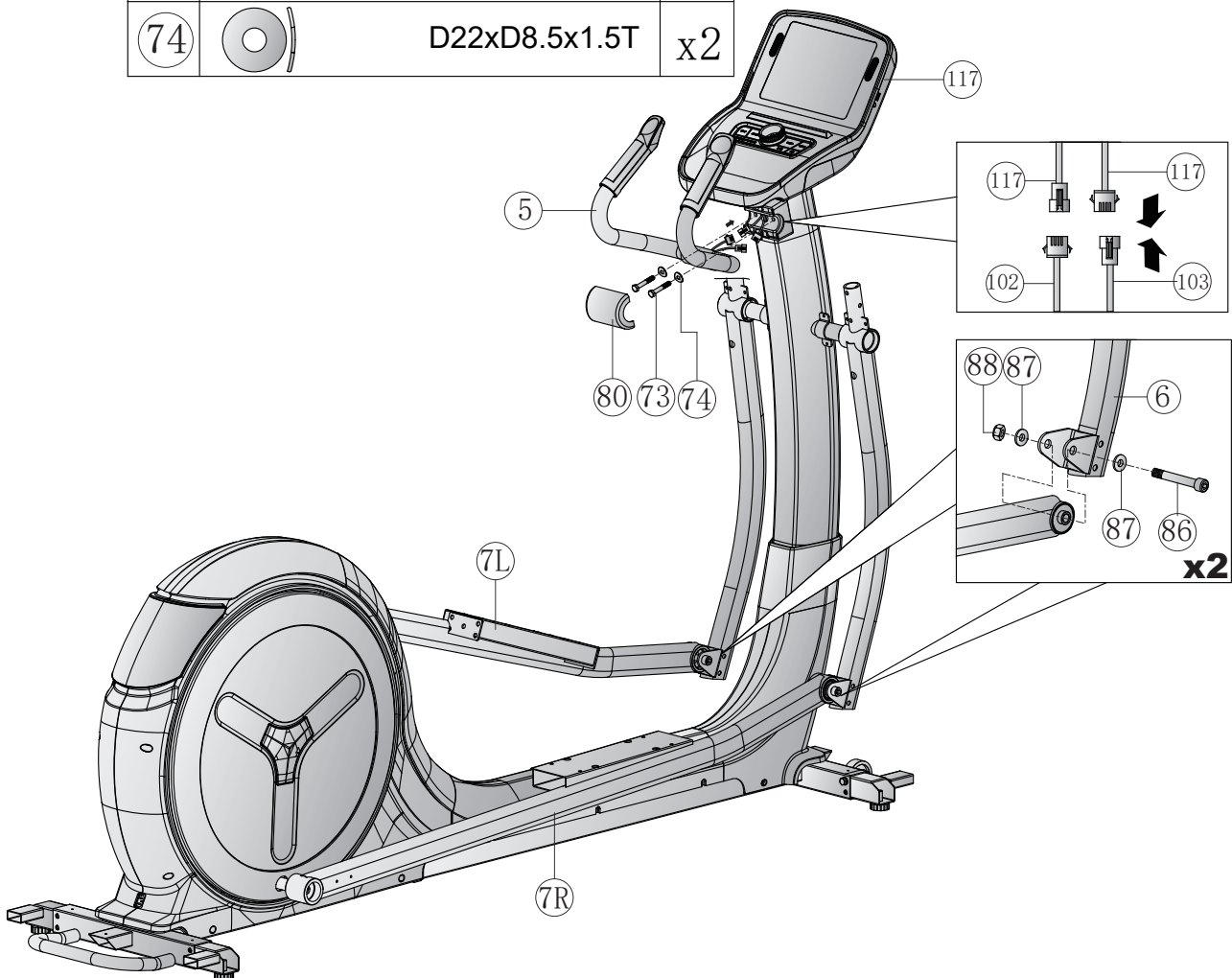


Trin 4: Montering af pedalarmer og håndtag

1. Forbind kablerne (117 og 102) og kablerne (107 og 103) med hinanden.
2. Monter håndpulsensorerne (5) sammen med afdækningen (80) på konsolmasten (4) med to sekskantskruer (73), to buede skiver (74).
3. Monter venstre og højre forbindelsesstang til armstængerne (6) på venstre og højre pedalstang (7L og 7R) med to sekskantskruer (86), fire spændeskiver (87) og to låsemøtrikker (88).



86		M12*1.75*70L	x2
87		D24*D13.5*D2.5T	x4
88		M12*1.75*12T	x2
73		M8*1.25*50L	x2
74		D22xD8.5x1.5T	x2

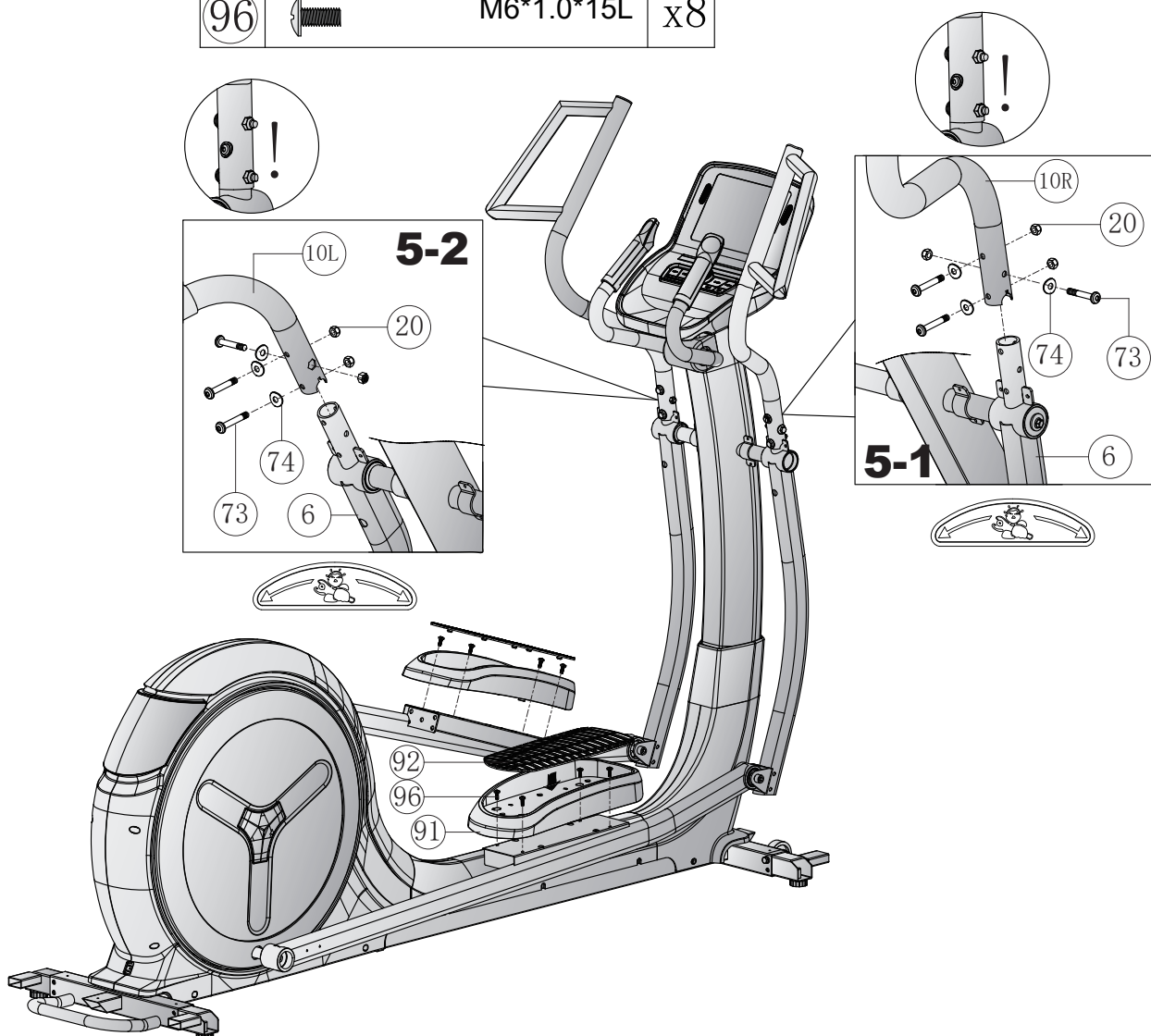


Trin 5: Montering af armstænger

1. Monter højre armstang (10R) på højre forbindelsesstang (6) med tre sekskantskruer (73), tre buede skiver (74) og tre låsemøtrikker (20) (se fig. 5-1).
2. Monter venstre armstang (10L) på venstre forbindelsesstang (6) med tre sekskantskruer (73), tre buede skiver (74) og tre låsemøtrikker (20) (se fig. 5-2).
3. Monter pedalerne (91) sammen med polstringerne (92) på pedalstængerne (10R og 10L) med otte stjerneskruer (96).





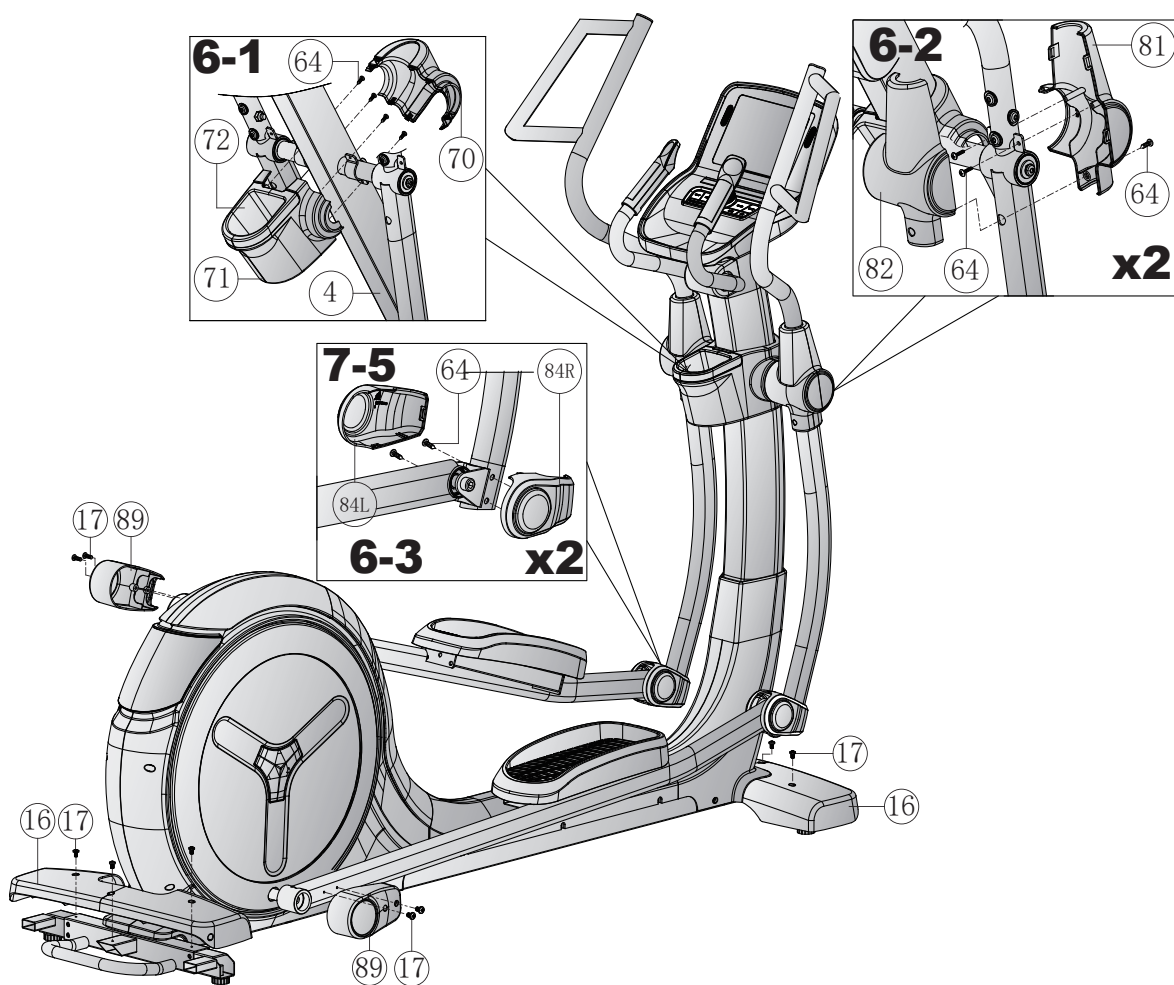
73		M8*1.25*50L	x6
74		D22xD8.5x1.5T	x6
20		M8*1.25*8T	x6
96		M6*1.0*15L	x8



Trin 6: Montering af afdækninger

1. Fastgør delene til flaskeholderen (70, 71 og 72) på styrstangen (4) med fire stjerneskruer (se fig. 6-1).
2. Monter afdækningerne (81 og 82) på venstre og højre forbindelsesstang (6) med tre stjerneskruer (64) hver (se fig. 6-2).
3. Monter afdækningerne (84L og 84R) pedalstængerne (10R og 10L) med to stjerneskruer (64) hver (se fig. 6-3).
4. Monter venstre og højre afdækning (89) på venstre og højre pedalstang (10R og 10L) med to stjerneskruer (17) hver.
5. Monter de to afdækninger (16) på fødderne (2 og 3) med tre stjerneskruer (17) hver.
6. Spænd nu alle skruer.

64		ST4.2*15L	x14
17		M5*0.8*12L	x10



Trin 7: Justering af fødder

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

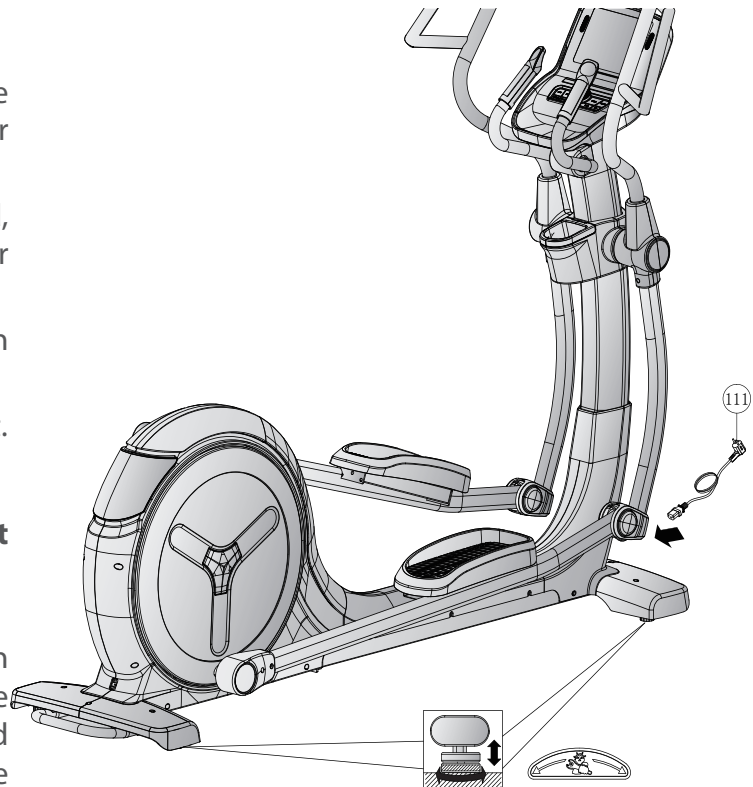
1. Løft udstyret hen til det ønskede sted, og drej på indstillingsskruen under hovedstellet.
2. Drej skruen med uret for at skrue den ud, forøg øge af udstyret.
3. Drej mod uret for at sænke af udstyret.

Trin 8: Tilslutning af udstyret til lysnettet

► OBS

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

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



Korrekt af- og påstigning

1. For at komme op på cyklen, skal du tage fat i håndtagene med begge hænder og først træde på venstre pedal med venstre fod eller på højre pedal med højre fod og derefter træde på med den anden fod, hvorefter du kan sætte dig på sadlen.
2. For at komme af cyklen igen, skal du tage fat i håndtagene med begge hænder og placere den ene fod ved siden af cyklen og derefter den anden.

3 BRUGSANVISNING

ⓘ BEMÆRK

- + Sørg for at lære alle udstyrets funktioner og indstillingsmuligheder at kende, før du begynder træningen. Få forklaret dette produkts korrekte anvendelse af en fagmand.
- + Start altid din træning med en lav belastning og øg den jævnt og blidt. Afslut din træning med en nedkølingsperiode. Hvis du har spørgsmål eller er uklar, så kontakt din læge.

3.1 Pulsstyrede programmer

⚠ ADVARSEL

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

3.2 Konsoldisplay



VISNING	BESKRIVELSE
Level (trin)	+ Visning af det aktuelle modstandstrin + Displayområde: 1-32
Time (tid)	+ Visning af træningstid i minutter + Displayområde: 00:00-999:59
Distance (strækning)	+ Visning af træningsdistance i km + Displayområde: 0,0-99,9
Calories (kalorier)	+ Visning af kalorier i kcal + Displayområde: 0-9999

Pulse (puls)	<ul style="list-style-type: none"> + Visning af puls + Displayområde: 40-220
Speed (hastighed)/ RPM (omdrejninger pr. minut)	<ul style="list-style-type: none"> + Visning af den aktuelle hastighed eller omdrejninger pr. minut
Mets/watt	<ul style="list-style-type: none"> + Visning af MET eller den aktuelle watt-værdi <p><u>Definition:</u> MET eller metabolisk ækvivalent anvendes til at måle en persons gennemsnitlige basalstofskifte. MET beskriver mængden af ilt, som en gennemsnitlig person forbruger i hviletilstand.</p> <p>1 MET= 3,5 ml/kg/min (kroppen forbruger 3,5 milliliter ilt pr. kilogram pr. minut), er den mængde ilt, som kroppen forbruger i hviletilstand. Jo mere intensivt kroppen arbejder, jo mere ilt forbruges der, og jo højere er MET-niveauet. Hvis du træner ved et niveau på 7 MET, arbejder du ca. 7 gange hårdere end i hviletilstand. Desuden forbruger du 7 gange så meget ilt som i hviletilstand.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Træning mellem 3 og 6 MET betragtes som moderat fysisk aktivitet. + Træning ved > 6 MET betragtes som kraftig fysisk aktivitet.

3.3 Tastfunktioner



TAST	BESKRIVELSE
Indstillingsknop (drejeknap)	<ul style="list-style-type: none">+ Drej for at øge eller reducere indstillingsværdier eller træningsmodstand.+ Tryk for at bekræfte indstillinger+ Skift mellem RPM og SPEED
FITNESS TEST	<ul style="list-style-type: none">+ Tryk i hovedmenuen for at komme til fitness testen
PROGRAM	<ul style="list-style-type: none">+ Tryk i hovedmenuen for at komme til området med de standardindstillede programmer
START	<ul style="list-style-type: none">+ Start program, eller sæt det på pause+ Genoptag programmet igen efter pause
STOP	<ul style="list-style-type: none">+ Pausér program+ I pauseret tilstand, tryk for at afslutte program og se resumé af træningsdata+ Efter afsluttet program, tryk for at gå tilbage til hovedmenuen

❗ VIGTIGT!

For at sikre, at maskinen råder over den nyeste softwareversion, skal du udføre en opdatering, før du bruger maskinen første gang. Dette gøres på følgende måde:

1. Tryk i nederste højre hjørne af skærmen på "Indstillinger".
2. Tryk på "WLAN", og forbind din maskine med internettet.
3. Vend tilbage til indstillingerne.
4. Tryk på "System og apps".
5. Tryk på "Update" for at opdatere softwaren.

Maskinen må under opdateringen ikke anvendes eller slukkes.

Kontrollér med jævne mellemrum, om der er nye opdateringer til rådighed, og udfør dem, som beskrevet ovenfor. Så snart en ny version er tilgængelig, er symbolet hvidt. Ellers er symbolet gråt.

3.4 Programmer

Denne maskine tilbyder en lang række forskellige programmer. Blandt andet: Et kvikstart-program, målprogrammer, standardindstillede programmer, brugerdefinerede programmer, pulsstyrede programmer og en konditionstest.

3.4.1 Kvikstart

Når du befinder dig i hovedmenuen, trykker du bare på START, og træningen startes med kvikstart. Alternativt kan du også trykke på "QUICK START" i hovedmenuen.

3.4.2 Målprogrammer

1. Tryk på "GOAL" i hovedmenuen.
2. Vælg en enhed (tid, distance eller kalorier), som du vil træne efter.

❗ **BEMÆRK**

Der kan kun fastlægges én målværdi.

3. Indtast den ønskede målværdi.
4. Tryk på START for at starte programmet.

Modstandstrin kan indstilles manuelt under træningen.

5. Tryk på STOP for at sætte programmet på pause.

Modstandstrinnet sættes på 0.

- 5.1. Tryk på STOP på displayet for at afslutte programmet. På displayet vises der nu en oversigt over alle træningsdata.
- 5.2. Tryk på START for at fortsætte med programmet.

3.4.3 Standardindstillede programmer

1. Tryk på "PROGRAM" i hovedmenuen.
2. Indtast dit køn, din alder, din vægt og den ønskede træningstid, og tryk på Next.
3. Vælg et af profilprogrammerne.
4. Tryk på START for at starte programmet.

Modstandstrin kan indstilles manuelt under træningen.

5. Tryk på STOP for at sætte programmet på pause.

Modstandstrinnet sættes på 0.

- 5.1. Tryk på STOP på displayet for at afslutte programmet. På displayet vises der nu en oversigt over alle træningsdata.
- 5.2. Tryk på START for at fortsætte med programmet.

Programme		Setting time / 30 = time for each section														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
P1	LEVEL	2	2	4	4	3	3	4	3	5	4	2	2	5	5	3
P2	LEVEL	2	2	5	5	4	4	6	4	6	4	2	2	4	4	2
P3	LEVEL	2	2	5	5	4	4	5	4	5	4	2	2	3	3	2
P4	LEVEL	3	3	6	6	7	7	5	8	5	9	6	6	4	4	3
P5	LEVEL	3	3	6	6	7	7	5	8	6	7	6	6	4	4	3
P6	LEVEL	5	5	11	11	9	9	7	8	12	10	8	8	7	7	6
P7	LEVEL	5	5	9	9	10	10	7	7	10	7	5	5	7	7	5
P8	LEVEL	5	5	7	7	9	9	11	10	11	9	5	5	6	6	5
P9	LEVEL	5	5	7	7	8	8	8	9	8	9	6	6	6	6	5
P10	LEVEL	5	5	6	6	8	8	6	6	8	8	9	9	6	6	6
P11	LEVEL	7	7	11	7	7	11	7	7	11	7	7	11	7	7	11
P12	LEVEL	7	7	10	10	10	12	12	12	15	15	15	17	17	20	20
P13	LEVEL	7	7	7	10	10	10	12	12	12	15	15	15	17	17	17
P14	LEVEL	7	7	7	10	10	10	15	15	15	17	17	20	20	20	20
P15	LEVEL	7	7	7	7	12	12	12	12	12	15	15	15	15	15	17
P16	LEVEL	7	7	7	10	10	12	15	17	20	20	17	15	12	10	10
P17	LEVEL	8	11	16	21	21	13	8	8	11	16	21	21	13	8	8
P18	LEVEL	8	11	13	18	21	8	11	13	18	21	8	11	13	18	21
P19	LEVEL	8	21	18	13	11	8	8	21	18	13	11	8	8	21	18
P20	LEVEL	13	21	21	13	21	21	13	21	21	13	21	21	13	21	21
P21	LEVEL	13	21	13	21	13	21	13	21	13	21	13	21	13	21	13
P22	LEVEL	8	8	11	11	16	16	16	18	18	21	23	21	18	18	18
P23	LEVEL	14	14	23	23	20	20	23	20	23	20	23	23	17	17	14
P24	LEVEL	17	17	26	26	23	25	23	26	23	27	26	26	20	20	20
P25	LEVEL	20	20	26	26	25	25	23	26	26	25	26	26	23	23	17
P26	LEVEL	14	14	26	26	26	26	23	23	26	25	23	23	20	20	17
P27	LEVEL	14	14	26	26	25	25	20	20	25	20	17	17	20	20	14
P28	LEVEL	21	21	15	15	24	27	27	26	27	27	24	21	18	18	15
P29	LEVEL	15	24	27	27	18	21	18	21	24	27	18	18	18	18	15
P30	LEVEL	18	24	18	18	24	24	21	21	24	18	27	27	18	21	18
P31	LEVEL	18	18	24	24	27	27	27	28	24	26	24	27	21	21	15
P32	LEVEL	15	21	24	21	24	24	27	32	27	21	18	15	18	18	21
P31	LEVEL	18	18	24	24	27	27	27	28	24	26	24	27	21	21	15
P32	LEVEL	15	21	24	21	24	24	27	32	27	21	18	15	18	18	21

Programme		Setting time / 30 = time for each section														
		16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
P1	LEVEL	3	2	2	4	4	5	5	5	6	5	6	3	3	3	3
P2	LEVEL	2	2	2	4	4	6	6	8	7	8	6	2	2	3	3
P3	LEVEL	2	2	2	4	4	5	5	5	6	5	6	3	3	3	3
P4	LEVEL	3	4	4	2	2	6	6	8	6	3	2	6	6	2	2
P5	LEVEL	3	2	2	5	5	5	5	4	4	6	4	2	2	3	3
P6	LEVEL	6	7	7	5	5	7	7	9	11	10	11	9	9	5	5
P7	LEVEL	5	6	6	8	8	7	7	7	6	7	6	5	5	5	5
P8	LEVEL	5	6	6	8	8	7	7	7	6	7	6	5	5	5	5
P9	LEVEL	5	6	6	7	7	7	7	6	8	8	9	6	6	6	6
P10	LEVEL	6	7	7	6	6	7	7	7	6	7	5	6	6	5	5
P11	LEVEL	7	7	11	7	7	11	7	7	11	7	7	11	7	7	11
P12	LEVEL	20	20	17	17	15	15	15	12	12	12	10	10	10	7	7
P13	LEVEL	20	20	20	22	22	22	20	20	20	17	17	17	15	15	15
P14	LEVEL	20	20	20	20	17	17	15	15	15	10	10	10	7	7	7
P15	LEVEL	17	17	17	17	20	20	20	20	20	20	15	15	15	15	15
P16	LEVEL	10	10	12	15	17	20	20	17	15	12	10	10	7	7	7
P17	LEVEL	11	16	21	21	13	8	8	11	16	21	21	13	8	8	11
P18	LEVEL	8	11	13	18	21	8	11	13	18	21	8	11	13	18	21
P19	LEVEL	13	11	8	8	21	18	13	11	8	8	21	18	13	11	8
P20	LEVEL	13	21	21	13	21	21	13	21	21	13	21	21	13	21	21
P21	LEVEL	21	13	21	13	21	13	21	13	21	13	21	13	21	13	21
P22	LEVEL	18	18	18	21	23	21	18	18	16	16	16	11	11	8	8
P23	LEVEL	14	17	17	23	23	26	26	26	27	23	25	23	26	20	12
P24	LEVEL	20	14	14	26	26	26	26	23	23	26	25	26	23	20	20
P25	LEVEL	17	20	20	14	14	23	26	26	25	26	26	23	20	17	17
P26	LEVEL	17	14	14	14	23	23	23	20	20	26	20	14	14	17	17
P27	LEVEL	14	20	20	23	23	26	26	26	26	26	28	26	26	26	17
P28	LEVEL	15	24	24	18	18	21	21	21	18	21	15	24	24	15	15
P29	LEVEL	15	21	21	18	18	21	18	24	21	15	15	24	24	18	18
P30	LEVEL	15	18	18	21	21	18	18	21	18	24	21	15	15	15	12
P31	LEVEL	15	21	21	24	24	27	27	27	28	28	29	27	27	27	18
P32	LEVEL	21	18	18	30	30	29	29	30	29	30	29	29	29	18	18
P31	LEVEL	15	21	21	24	24	27	27	27	28	28	29	27	27	27	18
P32	LEVEL	21	18	18	30	30	29	29	30	29	30	29	29	29	18	18

3.4.4 Brugerdefinerede programmer

1. Tryk på "USER PROGRAM" i hovedmenuen.
2. Vælg en brugerprofil (U1-U4).

ⓘ BEMÆRK

Den valgte bruger vises ved displayets øverste kant. Du kan ændre navnet på brugeren ved at trykke på det. Nu kan du indtaste det ønskede navn.

3. Indtast dit køn, din alder, din vægt og den ønskede træningstid.
4. Fastlæg den ønskede hastighed og stigning for de enkelte afsnit. Der er i alt 30 afsnit til rådighed.
5. Tryk på START for at starte programmet.

Modstandstrin kan indstilles manuelt under træningen.

6. Tryk på STOP for at sætte programmet på pause.

Modstandstrinnet sættes på 0.

- 6.1. Tryk på STOP på displayet for at afslutte programmet. På displayet vises der nu en oversigt over alle træningsdata.
- 6.2. Tryk på START for at fortsætte med programmet.

3.4.5 Pulsstyrede programmer

ADVARSEL

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

Du har tre pulsprogrammer til rådighed. Du kan enten vælge en af de to forprogrammerede målpulsfrekvenser (60% eller 80% af din maksimale puls), eller du kan vælge Target HR og indtaste en anden målpuls manuelt. Din maksimale puls bestemmes af konsollen ud fra din indtastede alder. Ved disse programmer anbefales det at bruge pulsbælte.

1. Tryk på "HRC" i hovedmenuen.
2. Indtast dit køn, din alder, din vægt og den ønskede træningstid.
3. Vælg enten 60%, 80% eller Target HR.
 - 3.1. Hvis du har valgt Target HR, kan du selv fastlægge din målværdi mellem 72 og 168.
4. Tryk på START for at starte programmet.
5. Læg dine hænder på håndpulssensorerne, eller anvend alternativt et pulsbælte som ekstraudstyr.

BEMÆRK

Hvis konsollen ikke modtager nogen puls i 15 sekunder, står der "NO HR DETECTED" på displayet, og programmet afsluttes.

6. Tryk på STOP for at sætte programmet på pause.

Modstandstrinnet sættes på 0.

- 6.1. Tryk på STOP på displayet for at afslutte programmet. På displayet vises der nu en oversigt over alle træningsdata.
- 6.2. Tryk på START for at fortsætte med programmet.

3.4.6 Watt-program

1. Tryk på "WATT MODE" i hovedmenuen.
2. Fastlæg din ønskede målwattværdi og den ønskede træningstid.

❗ **BEMÆRK**

Du kan fastlægge en watt-værdi mellem 10 og 350 watt (i trin på 10). Standardværdien er 120 watt.

Du kan indtaste en træningstid mellem 5 og 999 minutter. Standardværdien er 20 minutter.

3. For at starte programmet skal du trykke på START.

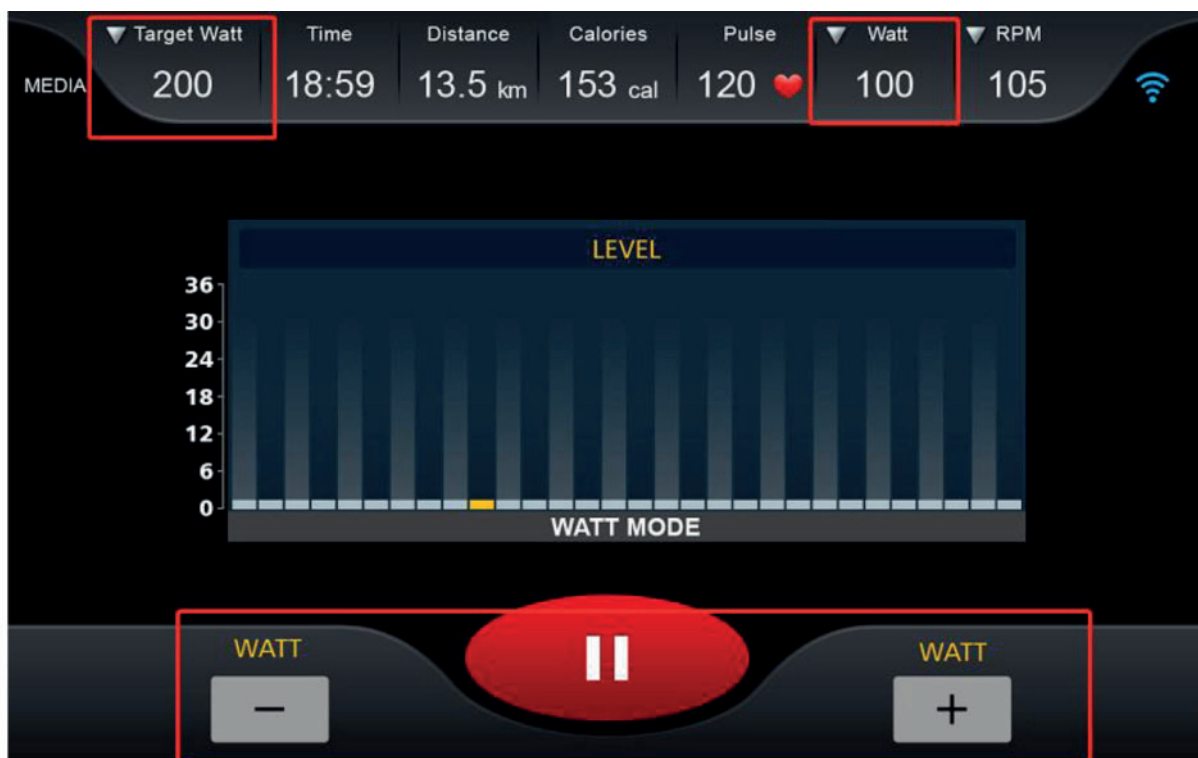
I øverste venstre hjørne af skærmen vises målwattværdien.

I øverste højre hjørne af skærmen vises den aktuelle wattværdi.

Målwattværdien kan tilpasses under programmet i trin på 5 ved at trykke på WATT -/WATT +.

Modstanden kan ikke tilpasses manuelt, men tilpasses automatisk i henhold til målwattværdien og RPM.

4. For at sætte programmet på pause skal du trykke på STOP.
5. For at afslutte programmet skal du trykke på STOP igen.



3.5 Konditionstest

Konditionstesten er inddelt i to faser. En gang opvarmning og en gang egentlig konditionstest. Ved disse test anbefales det at bruge pulsbælte.

❗ **BEMÆRK**

RPM skal under testen ligge mellem 45 og 65, da der ellers vil blive vist en fejlmeddelelse. Hvis RPM ikke når det angivne tal inden for 5 sekunder, afbrydes testen.

1. Tryk på "FITNESS TEST" i hovedmenuen.
2. Indtast dit køn, din alder og vægt.
3. Tryk på START.

Opvarmningsfasen starter.

❗ **BEMÆRK**

Det anbefales at gennemføre opvarmningen, hvis der ikke har fundet opvarmning sted forinden. I modsat fald kan opvarmningsfasen springes over ved tryk på "SKIP WARM UP", og der startes direkte med konditionstesten.

4. Læg dine hænder på håndpulssensorerne.

❗ **BEMÆRK**

Hvis konsollen ikke modtager nogen puls i 15 sekunder, står der "NO HR DETECTED" på displayet. Hvis din puls stiger for kraftigt under testen, gør konsollen dig opmærksom på det, og "OVER PULSE" vises på displayet. Er dette tilfældet, bedes du straks afbryde din test.

Efter afslutning af testen vises der en oversigt over de indsamlede træningsdata, og der beregnes en analyse på baggrund af din tilstand.



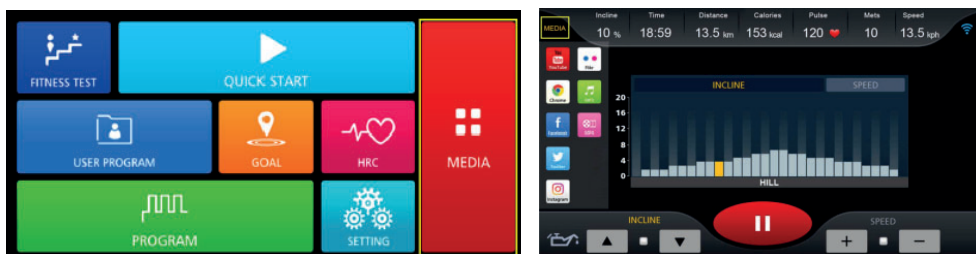
3.6 Multimedier

På multimedie-området har du adgang til forskellige apps, som f.eks. YouTube, Twitter, Facebook eller Instagram.

VIGTIGT!

For at funktionaliteten for de standardinstallerede apps kan garanteres, skal de opdateres med jævne mellemrum. Den enkelte app vil give dig besked om dette. For at gennemføre opdateringerne, skal du have en google-konto. En google-mailadresse er tilstrækkeligt. For at udføre den enkelte opdatering, skal du blot følge anvisningerne på displayet. Vær opmærksom på, at systemet er tilpasset de standardinstallerede apps. Undlad at installere andre apps på konsollen. Der kan ikke gives nogen garanti for funktionsdygtigheden for disse apps. Installation af andre apps kan medføre tekniske problemer.

Du kan gå ind på multimedie-området på to forskellige måder.

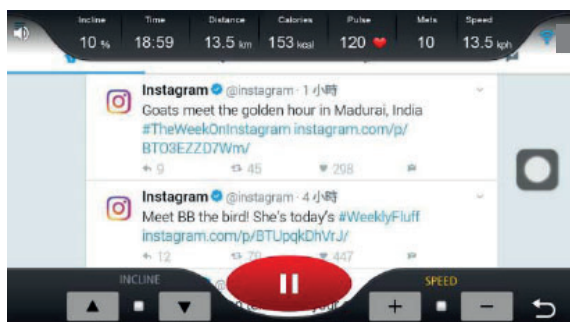


1. Via hovedmenuen ved at du trykker på Media eller
2. V i a brugergrænsefladen under træningen (i øverste venstre hjørne af displayet).

BEMÆRK

Du kan skjule eller få vist træningsdataene ved at trykke på det runde symbol langs displayets højre kant. For at øge eller reducere lydstyrken skal du trykke på det lille højttalersymbol.

Du har mulighed for at overføre musik- og videofiler fra dit USB-stik til konsollen og afspille den/dem der. Dette gøres ved at sætte USB-sticken i den tilhørende port på siden af konsollen.



Understøttede formater:

Musik: .wav, .wma, .aac, .ogg, .mp3 og .flac.

Video: .mp4 og .avi.

Indstillinger

I hovedmenuen kan du under "SETTING" foretage

systemindstillinger. Dette omfatter:

Sprog, skærmens lysstyrke og lydstyrken

Trådløs forbindelse: Du kan forbinde din mobile enhed og trådløs forbindelse-højttaler med konsollen.

Trådløs: Her kan du forbinde konsollen med internettet.

3.7 Trådløs forbindelse og fitness-apps

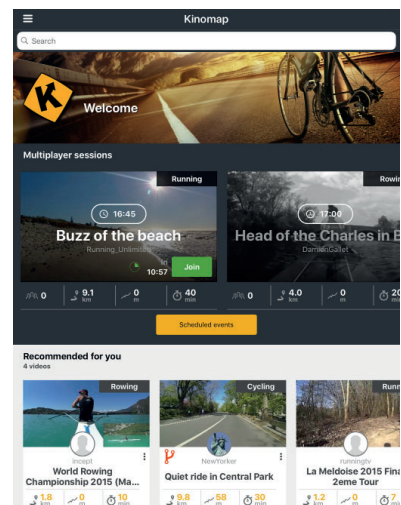
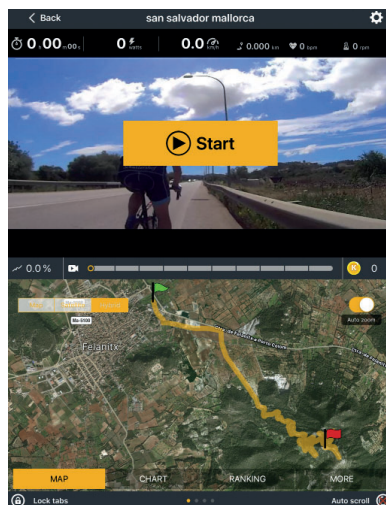
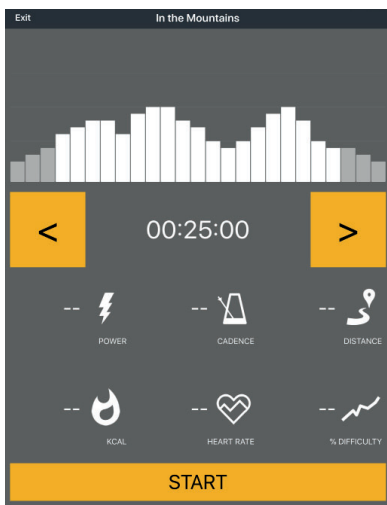
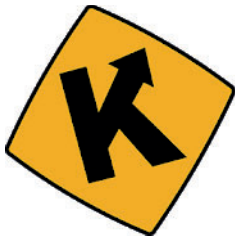
Konsollen til denne træningsmaskine er udstyret med et trådløs forbindelse-interface. Vær opmærksom på, at din mobile enhed skal være kompatibel med trådløs forbindelse-interfacet på din træningsmaskine.

For at anvende træningsapps skal du slå trådløs forbindelse til på din mobile enhed (tablet eller smartphone) og åbne fitness-appen. Vælg din træningsmaskine. Følg anvisningerne i appen. Navnet på træningsmaskinen findes på en lille mærkat på bagsiden af konsollen.

Træningsapps findes i app-stores fra google eller Apple. Her finder du f.eks. de to apps "Kinomap" og "Zwift". Vær opmærksom på, at der er tale om apps fra eksterne producenter. Fitshop påtager sig intet ansvar for tilgængeligheden, funktionaliteten eller indholdet i disse programmer.

VIGTIG INFORMATION

De forudinstallerede apps produceres og stilles til rådighed af eksterne producenter. Ændringer og tilgængelighed kan afvige. Fitshop tager ikke ansvar for tilgængeligheden, funktionaliteten eller indholdet af disse apps. For at sikre, at de forudinstallerede apps fungerer, skal de opdateres jævnligt. Den pågældende app vil i givet fald informere dig. Du har brug for en Google konto for at udføre opdateringerne. En Google e-mailadresse er tilstrækkelig. Følg blot instruktionerne på displayet for at udføre opdateringen. Vær opmærksom på, at systemet er tilpasset de forudinstallerede apps. Du må ikke installere yderligere apps på konsollen. Det kan ikke garanteres, at de fungerer korrekt. Installation af yderligere apps kan føre til tekniske problemer.



Eksempel: Kinomap

4.1 Generelle anvisninger

⚠ ADVARSEL

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

► OBS

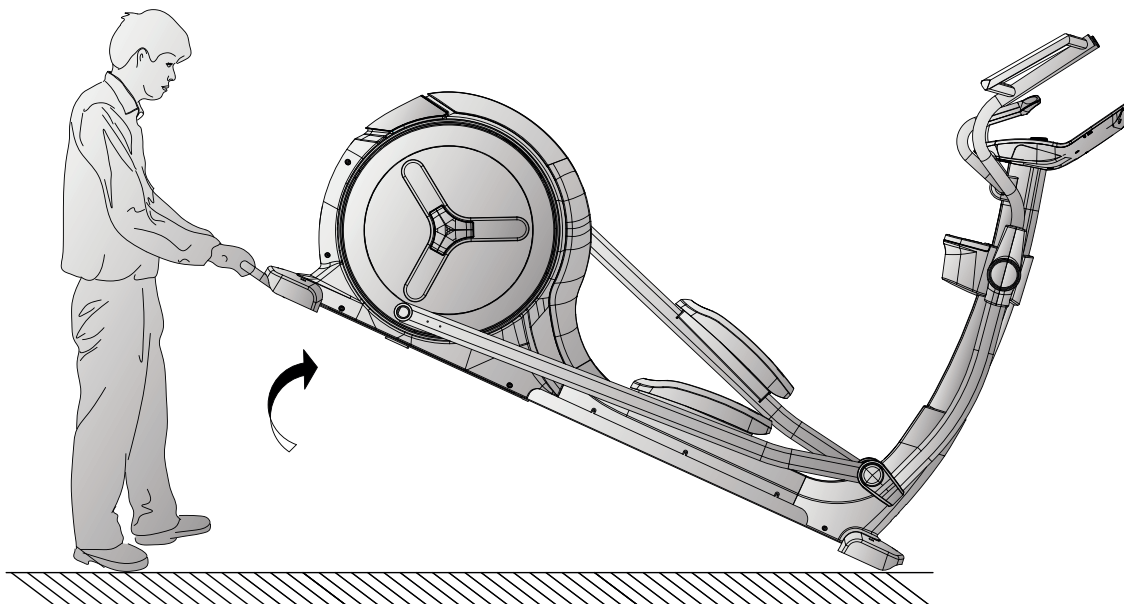
- + Kontrollér, at udstyret på det valgte opstillingssted er beskyttet mod fugt, støv og snavs. Opbevaringsstedet skal være tørt og have god ventilation og en konstant omgivelsestemperatur mellem 10°C og 35°C.

4.2 Transporthjul

► OBS

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

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



5.1 Generelle anvisninger



ADVARSEL

- + Foretag ikke usagkyndige ændringer på udstyret.



FORSIGTIG

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

► OBS

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

5.2 Fejl og fejldiagnose

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

Fejl	Årsag	Afhjælpning
Remskiverne vakler eller laver lyde	Remskiven er løs	Spænd møtrikkerne (vær opmærksom på venstre-/højregevind)
Displayet viser ingenting/fungerer ikke	Løse kabelforbindelser	Tjek kabelforbindelserne
Udstyret vakler	Udstyret står ikke lige	Udlign justeringsfødderne
Pedalerne knirker	Pedalerne er løse	Spænd skruerne eller pedalerne efter
Knirkende lyde	Skruerne er løse eller for faste	Tjek skruerne
Køreskinne hviner	Køreskinne / -hjulene er snavsede eller køreskinne tør	Rengøring af køreskinne Efterfulgt af smørelse med Fedtfri silikone

Ingen pulsvisning	<ul style="list-style-type: none"> + Forstyrrende signaler i rummet + Uegnet pulsbælte + Positionering af pulsbælte ikke korrekt + Pulsbælte defekt eller tomt batteri + Pulsvisning defekt 	<ul style="list-style-type: none"> + Fjern forstyrrende signaler (fx smartphone, WiFi, robotstøvsuger osv.) + Brug et egnet pulsbælte (se "ANBEFALING AF TILBEHØR") + Anbring pulsbæltet igen og/eller fugt elektroderne + Udskift batterierne + Tjek om pulsmåling er mulig via håndpuls
-------------------	--	--

5.3 Fejlkode og fejlsøgning

Udstyrets elektronik udfører løbende tests. Ved afvigelser vises der på displayet en fejlkode, og den normale drift standses af hensyn til din sikkerhed.

Kontakt venligst kontraktpartneren for teknisk kundeservice.

5.4 Kalender for vedligeholdelse og inspektion

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

Følgende rutinemæssige opgaver skal udføres med de oplyste tidsintervaller:

Komponent	Ugentligt	Månedligt	1 gang i kvartalet
Display, konsol	R	I	
Køreskinnerne*		R	
Smørelse af køreskinnen og de bevægelige dele*			I
Kunststofafdækninger	R	I	
Skruer og kabelforbindelser		I	
Forklaring: R = rengøring; I = inspektion			

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

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

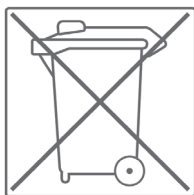
Bemærk venligst, at videoen muligvis ikke er tilgængelig på dit sprog eller med passende undertekster.



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

6 BORTSKAFFELSE

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



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

7 ANBEFALING AF TILBEHØR

For at gøre din træningsoplevelse endnu mere behagelig og effektiv anbefaler vi dig at supplere dit fitnessudstyr med tilhørende tilbehør. For crosstrainere kan det for eksempel være en **gulvmåtte**, der gør, at udstyret står mere sikkert og samtidig beskytter gulvet mod sved og slitage, eller en **silikonespray**, der holder de bevægelige dele i god stand.

Hvis du har købt fitnessudstyr med pulstræning, og du vil træne efter din puls, anbefaler vi på det kraftigste, at du bruger et kompatibelt **pulsbælte**, da du derved garanteres en optimal overførsel af pulsen.

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



Pulsbælte



Gulvmåtte



Silikonespray



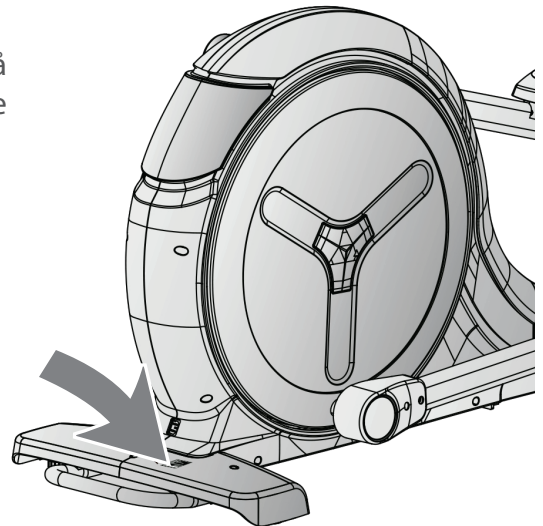
Kontaktgel

8.1 Serienummer og modelbetegnelse

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

ⓘ BEMÆRK

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



Skriv serienummeret i det tilhørende felt.

Serienummer:

Mærke/kategori:

Modelbetegnelse:

Varenummer:

8.2 Liste over dele

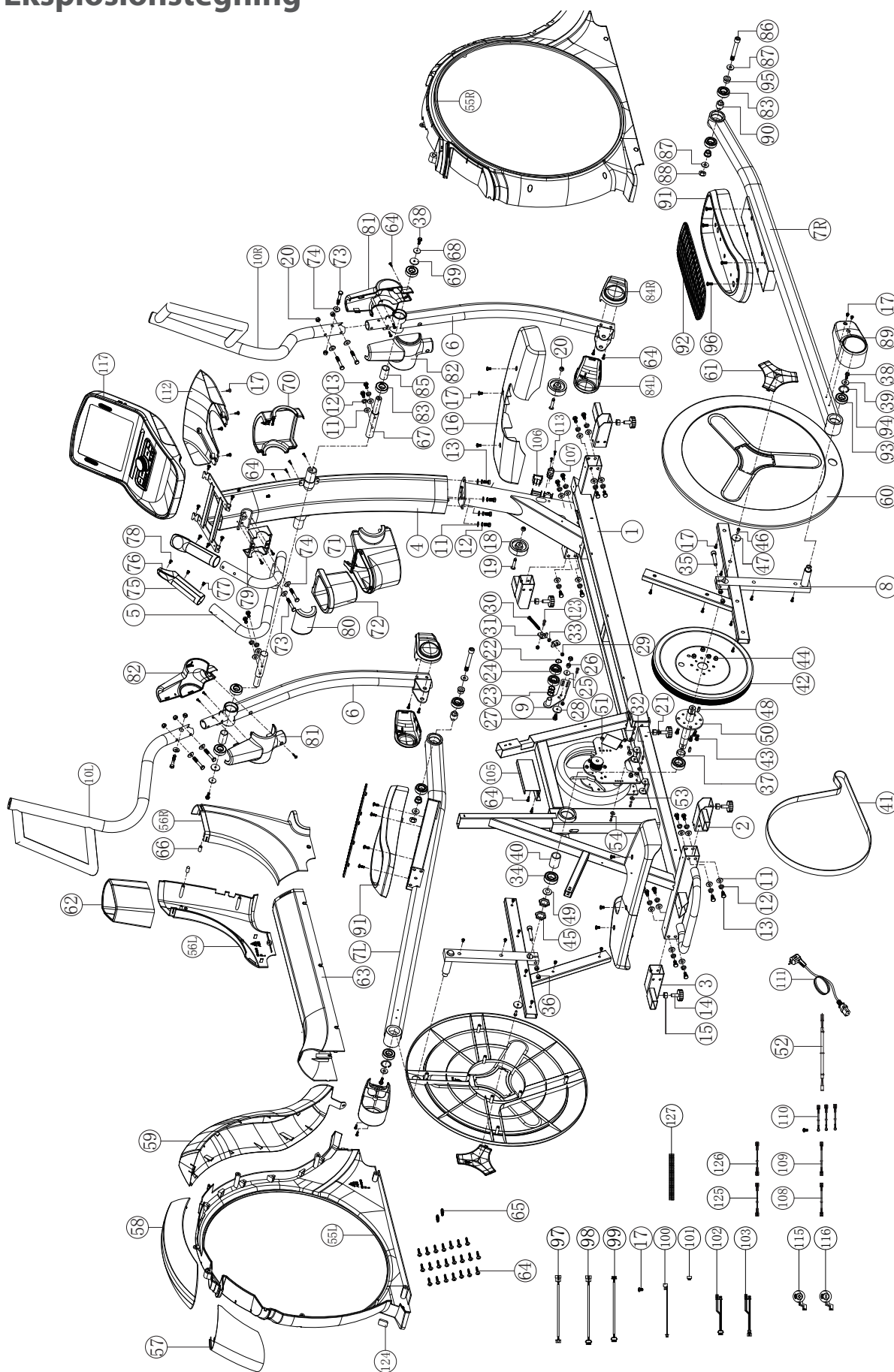
Nr.	Betegnelsen (ENG)	Fabr. delenr.	Spesifikation	Antal
1	main frame	749S0-3-1000-J1		1
2	front stabilizer	749S0-3-2100-J1		2
3	rear stabilizer	749S0-3-2112-J1		2
4	handlebar post welding	749S0-3-2000-J1		1
5	handlebar welding	749S0-3-2400-J0		1
6	supporting tube for movable handlebar	749S0-3-3700-J0		2
7R	right pedal bottom tube welding set	749S0-3-3811-J1		1
7L	left pedal bottom tube welding set	749S0-3-3810-J1		1
8	crank welding set	749S0-3-2700-J0		2
9	ideal wheel	747S0-3-1600-00		1
10R	left dipped foam	58015-6-1396-B1	D38*4T	1
10L	right dipped foam	58015-6-1397-B1	D38*4T	1
11	flat washer	55108-1-1612-FA	D16*D8.5*1.2T	24
12	spring washer	55108-2-1520-FA	D15.4 XD8.2x2T	24
13	hex bolt	50108-5-0015-F0	M8*1.25*15L	24
14	adjustable wheel	26000-6-1095-B0	D38*M10*1.5	5
15	hex nut	55210-2-2008-FA	M10*1.5*8T	5
16	cover for rear stabilizer	734S0-6-2186-B0	600*190.2*79.4	2
17	cross screw	52605-5-0012-F0	M5*0.8*12L	36
18	moving wheel	26100-6-1087-B0	D65*24	2
19	allen bolt	50308-5-0040-F3	M8*1.25*40L	2
20	anti-loose nut	55208-1-2008-FA	M8*1.25*8T	9
21	flat washer	55110-1-2020-NA	D20*D11*2t	1
22	c-clip	55517-1-0010-00	S-17(1T)	1
23	waved washer	55117-5-2203--DA	D17*D22*0.3T	3
24	bearing	58006-6-1026-01	6203-2RS	2
25	flat washer	55108-1-2830-NA	D28*D8.5*3T	1
26	hex nut	55208-2-2006-NA	M8*1.25*6T	1
27	hex bolt	50108-5-0030-C4	M8*1.25*30L	1
28	plastic flat washer	55110-1-5010-BF	D50*D10*1.0T	1

29	anti-loose nut	55206-1-2006-CA	M6x1.0x6T	2
30	hex bolt	50106-2-0075-N0	M6*75L	1
31	fix plate	815G0-6-1673-N0	20*27*4T	2
32	allen screw	54006-5-0015-D0	M6*1.0*15L	6
33	hex nut	55206-2-2005-NA	M6*1*5T	2
34	bearing	58006-6-1057-00	#6205ZZ,NBK	2
35	allen bolt	54010-8-0065-F6	M10*1.5*65L	2
36	hex nut	55210-A-2008-FA	M10*1.5*8T	4
37	spacer	75000-6-2781-01	D29.5*D25.2*9T	1
38	hex bolt	50108-2-0020-U0	M8*1.25*20L	4
39	flat washer	55108-1-2115-CA	D21*D8.5*1.5T	2
40	sleeve	747S0-6-2707-00	D30*D25.2*45L	1
41	poly belt	58004-6-1115-00	540 PJ8	1
42	pulley Wheel	58008-6-1036-D0	D350*29.9*3T	1
43	hex bolt	50108-5-0020-C0	M8x1.25x20L	4
44	anti-loose nut	55208-1-2008-CA	M8*1.25*8T	4
45	fixing nut	75000-6-2807-N0	M25*1.5*32*6T	2
46	allen bolt	54006-5-0010-F0	M6*1.0*10L	2
47	flat washer	55106-1-2820-FA	D28*D6.5*2T	2
48	C-key	75000-6-3107-01	8*7*20L	2
49	flat washer	55126-1-3420-FA	D34*D26*2.0T	1
50	crank axle welding set	747S0-3-2903-01		1
51	electric magnetic system	747S0-3-3102-01	D265*153*50	1
52	system connect cable	820S0-6-3177-00	350L	1
53	flat washer	55106-1-1310-NA	D13*D6.5*1.0T	4
54	spring washer	55106-2-1013-NA	D10.5*D6.1*1.3T	4
55L	left cover	747B2-6-4501-B0	734.4*878.2*98.1	1
55R	right cover	747S0-6-4502-B0	734*878.2*105.2	1
56L	front decorative cover (left)	749S0-6-4523-B0	349.1*373.2*101.2	1
56R	front decorative cover (right)	749S0-6-4546-B0	349.1*373.2*98.2	1
57	front decoration cover	747S0-6-4523-B20	168.9*175.2*170.8	1
58	upper chain cover	749S0-6-4509-B0	455.7*175.2*96.1	1
59	upper decorative cover	749S0-6-4520-B0	639*313*175.6	1
60	round cover	747S0-6-4506-B0	D632.9*36.7	2
61	side cap	747S0-6-4582-C0	148*130.3*16.1	2

62	upper protective cover	734S0-6-4580-B0	170*147*125.5	1
63	front foot cap	749S0-6-3775-B0	784.9*144.6*142.4	1
64	cross screw	52842-2-0015-F0	ST4.2*15L	52
65	pin	71600-6-4586-60	D6*26.5*7.7	4
66	buffer	55308-4-0020-G9	D10.5*20L	2
67	movable axle	747S0-6-3771-N0	D25*180.5L	2
68	flat washer	55108-1-2520-FA	D25*D8.5*2T	2
69	buffer	739S0-6-1081-B0	D27*D8.2*2.5T	2
70	water bottle holder(front)(black)	749S0-6-2091-B0	189*154.2*67.9	1
71	water bottle holder(rear)(black)	749S0-6-2092-B0	203.1*189*157.4	1
72	water bottle holder	747S0-6-2074-B0	113*138.3*120.5	1
73	hex bolt	50108-5-0050-F3	M8*1.25*50L	8
74	curved washer	55108-3-2215-FA	D22xD8.5x1.5T	8
75	upper handle pulse cover	747S0-6-2517-B0	184.5*20.8*50	2
76	lower handle pulse cover	747S0-6-2518-B0	184.5*35.2*50	2
77	cross screw	54203-2-0030-F0	M3*0.5*30L	4
78	cross screw	54203-2-0012-F0	M3*0.5*12L	2
79	front handlebar protective cover	734S0-6-3780-B0	100*77.1*42	1
80	rear handlebar protective cover	734S0-6-3781-B0	97.2*75*42	1
81	front handlebar protective cover(black)	747S0-6-3780-B0	240.5*127.8*59	2
82	rear handlebar protective cover(black)	747S0-6-3781-B0	240.5*127.8*50	2
83	bearing	58006-6-1017-00	#6004ZZ	8
84L	front foot cover(left)	747S0-6-3775-B0	152.3*91.1*46.7	2
84R	front foot cover(right)	747S0-6-3776-B0	152.3*91.1*60	2
85	sleeve(2)	747S0-6-2788-00	D25.4*D20.2*44L	2
86	allen screw	50412-8-0070-F4	M12*1.75*70L	2
87	flat washer	55112-1-2425-FA	D24*D13.5*D2.5T	4
88	anti-loose nut	55212-1-2012-FA	M12*1.75*12T	2
89	front pedal axle cover	747S0-6-3880-B0	182.4*95.7*67.6	2
90	short axle	749S0-6-3890-00	D25*16L	2
91	pedal	58029-6-1147-B0	434.2*210.7*84	2
92	pedal pad	75000-6-3896-B0	379*168.5*5T	2
93	bearing	58006-6-1031-00	#2203-2RS	2

94	C-clip	55540-3-0018-D0	S-40(1.8T)	2
95	bushing	58002-6-1109-UC0	D25*D20*5.5L	4
96	cross screw	52606-2-0015-F0	M6*1*15L	8
97	upper computer cable	734S5-6-2572-00	300L	1
98	middle computer cable	734S5-6-2587-00	1000L	1
99	lower computer cable	749S2-6-2573-00	2050L	1
100	sensor cable	815G0-6-2576-00	450L	1
101	round magnet	742G0-6-2574-00		1
102	quick key lower cable(1)	734S5-6-2544-00	850L	1
103	quick key lower cable(2)	734S5-6-2536-00	850L	1
105	control board	734S5-6-2597-00	PA-AE00550, EMS	1
106	power supplier	261D8-6-2411-00		1
107	socket	26100-6-2413-00		1
108	live wire	734S0-6-3480-00	150L	1
109	neutral wire	734S0-6-3479-00	150L	1
110	ground line	734S0-6-3486-00	200L	3
111	electric cable	26100-6-1775-02	1700L	1
112	back computer cover	747S0-6-2529-B0	337.6*225.5*58.4	1
113	screw	51004-2-0010-F0	ST4*1.41*10L	2
115	Membrane keyboards(+)	744S4-6-2533-00	D39	1
116	Membrane keyboards(-)	744S4-6-2534-00	D39	1
117	computer set	749S2-6-2501-B0	AC00511	1
120	allen spanner	58030-6-1031-N1	M6	1
121	spanner	58030-6-1039-C1	188*6.5T	1
122	allen spanner	58030-6-1033-N0	M10	1
123	allen bolt	50106-5-0015-C0	M6x1.0x15L	2
124	housing buckle	749S0-6-4574-B0	30*27*7.5	1
125	live wire	749S2-6-3480-00	1800L	1
126	neutral wire	749S2-6-3479-00	1800L	1
127	snakeskin pipe	749S2-6-3483-00	D10*1750	1

8.3 Eksplosionstegning



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

Fejlbeskrivelser

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

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

Dine rettigheder iht. loven påvirkes ikke af disse bestemmelser.

Garantiindehaver

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

Garantiperioder

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

Reparationsudgifter

Vi vælger, om der skal ske enten reparation, udskiftning af beskadigede enkeltdele eller komplet udskiftning. Reservedele, som man selv skal anbringe ved opstilling af udstyret, skal udskiftes af garantiindehaveren selv og er ikke omfattet af reparationen. Efter udløb af garantiperioden ligger ansvaret for dele-, reparations-, installations- og forsendelsesomkostninger hos garantiindehaveren.

Brugstiderne defineres som følger:

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

Garantiservice

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

Garantibetingelser

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

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

Garantikrav er udelukket ved skader på grund af:

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

Købskvittering og serienummer

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

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

Service uden for garantien

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

Kommunikation

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

DE	DK	UK
<p>TECHNIK</p> <p>☎ +49 4621 4210-900 ☎ +49 4621 4210-698 ✉ technik@fitshop.de 🕒 Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage.</p> <p>SERVICE</p> <p>☎ 0800 20 20277 (kostenlos) ☎ 04621 4210 - 0 ✉ info@fitshop.de 🕒 Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statita</p>	<p>TEKNIK OG SERVICE</p> <p>☎ 80 90 16 50 +49 4621 4210-945 ✉ info@fitshop.dk 🕒 Åbningstider kan findes på hjemmesiden: https://stg.fit/statit7</p>	<p>CUSTOMER SUPPORT</p> <p>☎ 00800 2020 2772 +494621 4210 944 ✉ info@fitshop.co.uk 🕒 You can find the opening hours on our homepage: https://stg.fit/statitic</p>
	FR	BE
	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p>☎ +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</p>	<p>TECHNIQUE & SERVICE</p> <p>☎ 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</p>
ES	NL	INT
<p>TECNOLOGÍA Y SERVICIOS</p> <p>☎ 911 238 029 ✉ info@fitshop.es 🕒 Consulta nuestro horario de apertura en la página web: https://stg.fit/statit5</p>	<p>TECHNISCHE DIENST & SERVICE</p> <p>☎ +31 172 619961 ✉ service@fitshop.nl 🕒 De openingstijden vindt u op onze homepage: https://stg.fit/statit3</p>	<p>TECHNICAL SUPPORT & SERVICE</p> <p>☎ +49 4621 4210-944 ✉ service-int@fitshop.de 🕒 You can find the opening hours on our homepage: https://stg.fit/statita</p>
PL	AT	CH
<p>DZIAŁ TECHNICZNY I SERWIS</p> <p>☎ 22 307 43 21 +49 4621 42 10-948 ✉ info@fitshop.pl 🕒 Godziny otwarcia można znaleźć na stronie głównej: https://stg.fit/statit6</p>	<p>TECHNIK & SERVICE</p> <p>☎ 0800 20 20277 (Freecall) +49 4621 42 10-0 ✉ info@fitshop.at 🕒 Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statitb</p>	<p>TECHNIK & SERVICE</p> <p>☎ 0800 202 027 +49 4621 42 10-0 ✉ info@fitshop.ch 🕒 Öffnungszeiten entnehmen Sie unserer Homepage: https://stg.fit/statit9</p>

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

www.fitshop.dk/oversigt-over-Fitshop-butikker

VI LEVER FOR FITNESS

WEBSHOP OG SOCIALE MEDIER

Fitshop er med sine nuværende over 70 filialer Europas største fagmarked for fitnessmaskiner til hjemmebrug og en af de mest ansete onlineforhandlere af fitnessudstyr på verdensplan. Privatkunder foretager bestillinger via vores 25 webshops på det pågældende lands sprog eller får sammensat deres drømmeudstyr i lokale filialer. Derudover er virksomheden leverandør af professionelle maskiner til udholdenheds- og styrketræning til fitnesscentre, hoteller, sportsforeninger, firmaer og fysioterapeuter.

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

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



www.fitshop.dk
www.fitshop.de/blog



www.facebook.com/Fitshop



www.instagram.com/Fitshop



https://stg.fit/YouTube_DE

TAURUS

 cardiostrong

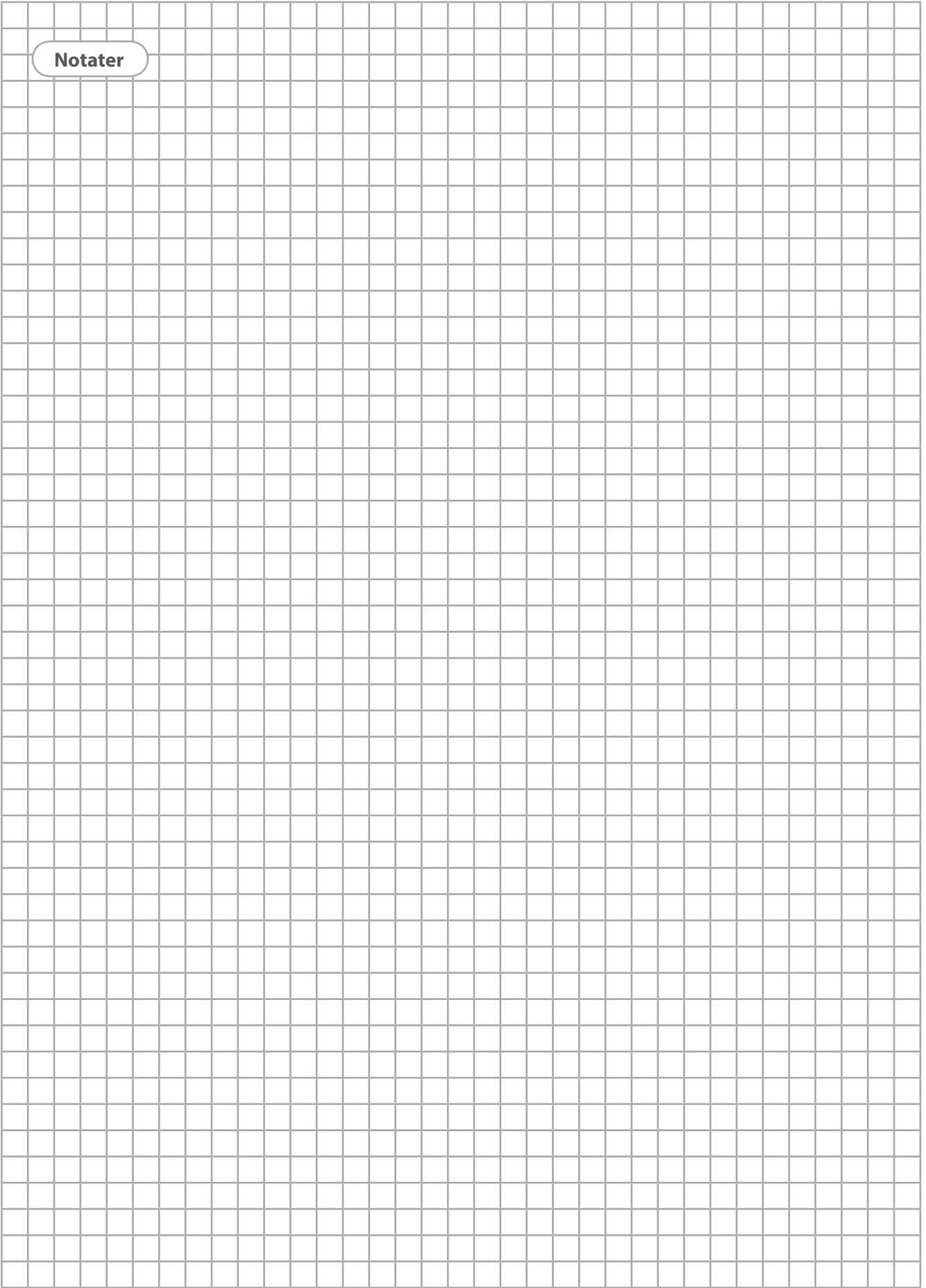
BODYCRAFT

 cardiojump

 DUKEFITNESS

DARWIN

Notater



Notater

Notater

TAURUS®

Crosstrainer X9.9 Touch