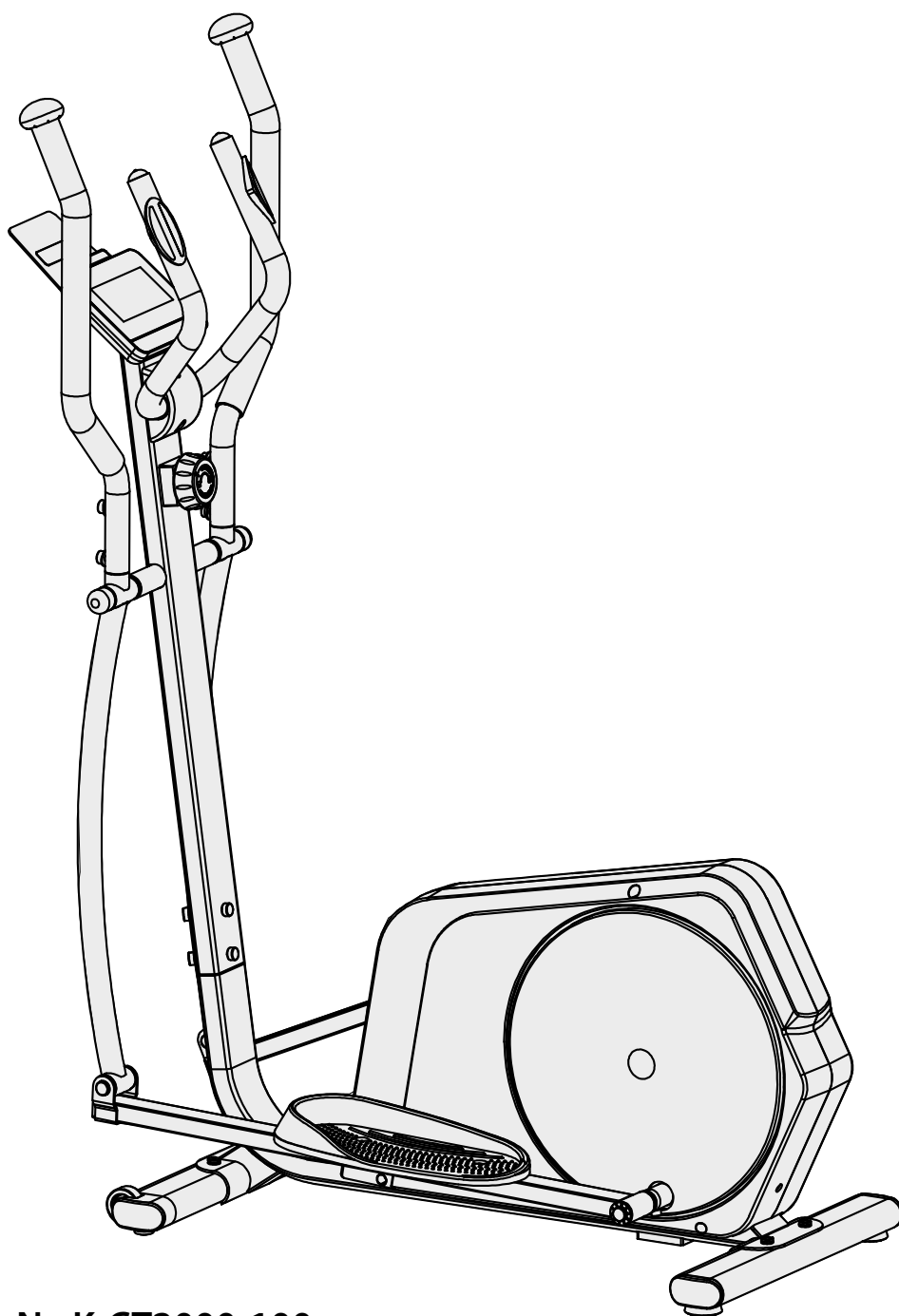


KETTLER

MONTAGE- UND BEDIENUNGSANLEITUNG



max. 130 kg



~ 60 Min.



38 kg

L 124 | B 56 | H 150

FSKCT2000100.01.01

Art.-Nr. K-CT2000-100

UNIX 200

Inhaltsverzeichnis

1	ALLGEMEINE INFORMATIONEN	8
1.1	Technische Daten	8
1.2	Technische Zeichnung	9
1.3	Persönliche Sicherheit	10
1.4	Elektrische Sicherheit	11
1.5	Aufstellort	11
2	MONTAGEANLEITUNG	12
2.1	Allgemeine Hinweise	12
2.2	Lieferumfang	13
2.3	Aufbau	15
2.4	Batteriewechsel	22
3	BEDIENUNGSANLEITUNG	23
3.1	Konsolenübersicht	23
3.2	Tastenfunktion	24
3.3	Anzeige-Modi	25
3.4	Dargestellte Informationen	25
3.5	Trainingsmodi	26
3.5.1	Schnellstart	26
3.5.2	Intervall-Modus	26
4	TRAININGSHINWEISE	28
4.1	Allgemeine Informationen	28
4.1.1	Trainingskleidung	28
4.1.2	Aufwärmen und Dehnen	28
4.1.3	Medikamentation	29
4.1.4	Beanspruchte Muskelgruppen	29
4.1.5	Häufigkeit	29
4.2	Trainingstagebuch	31
5	LAGERUNG UND TRANSPORT	32
5.1	Allgemeine Hinweise	32
5.2	Transportrollen	32
6	FEHLERBEHEBUNG, PFLEGE UND WARTUNG	33
6.1	Allgemeine Hinweise	33
6.2	Störungen und Fehlerdiagnose	33

6.3	Fehlercodes und Fehlersuche	34
6.4	Wartungs- und Inspektionskalender	34
7	ENTSORGUNG	35
8	ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG	35
9	ERSATZTEILBESTELLUNG	36
9.1	Seriennummer und Modellbezeichnung	36
9.2	Teileliste	37
9.3	Explosionszeichnungen	41
10	GARANTIE	43
11	KONTAKT	45

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für ein Fitnessgerät der Marke Kettler entschieden haben. Kettler Sport steht wie keine andere Heimfitnessmarke für Tradition, Langlebigkeit und Qualität. Heimtrainer-Klassiker wie der Golf begleiten Trainierende oft jahrzehntelang durchs Leben. Gleichzeitig steht Kettler auch für Innovation und immer wieder neue, durchdachte Lösungen – zum Beispiel in den Bereichen der Bedienbarkeit und Trainingskomfort. Kettler Sport bietet dabei alles für ein erfolgreiches Training in den eigenen vier Wänden: Cardio- und Kraftgeräte sowie zahlreiche Fitness-Accessoires.

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

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden.

Das Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch geeignet. Das Gerät ist nicht für den semiprofessionellen (z. B. Krankenhäuser, Vereine, Hotels, Schulen usw.) und gewerblichen bzw. professionellen Einsatz (z. B. Fitness-Studio) geeignet.

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

Seit dem 19.12.2024 hält die Fitshop GmbH die Markenrechte an © Kettler für den Bereich Fitnessgeräte in der EU, der EFTA und der Türkei. 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 fest sitzen. 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.

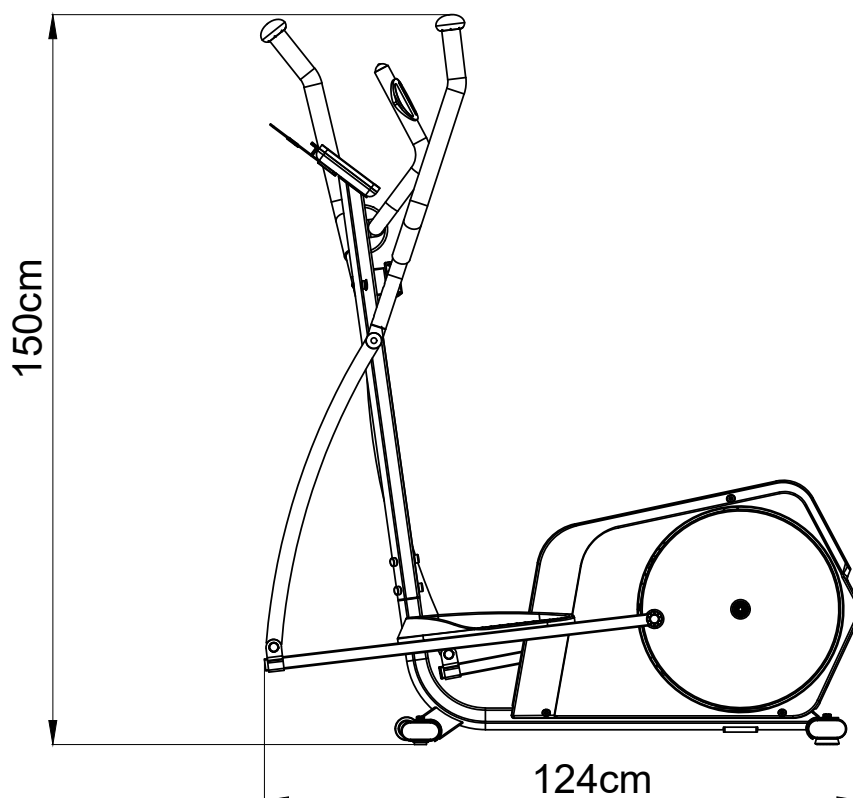
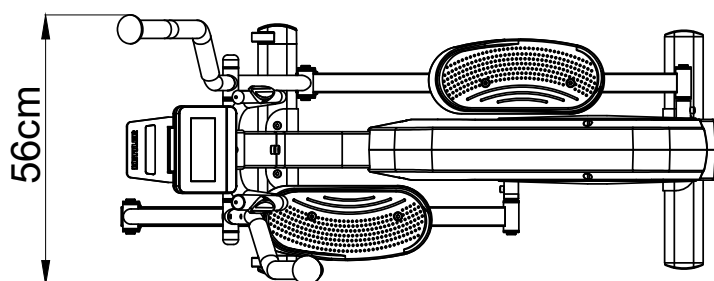
Bewahren Sie diese Anleitung zur Information, für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf!

1.1 Technische Daten

Gewicht und Maße	
Artikelgewicht (brutto, inkl. Verpackung)	43,2 kg
Artikelgewicht (netto, ohne Verpackung)	38,2 kg
Verpackungsmaße Kartons (L x B x H)	106 cm x 27,5 cm x 61 cm
Aufstellmaße (L x B x H)	124 cm x 56 cm x 150 cm
Zusätzliche Maßdaten	
Schrittlänge	36 cm
Maße der Fußablagen	124 cm x 56 cm
Maximale Last	
Maximales Benutzergewicht	130 kg
Technische Spezifikationen	
Schwungmasse	6 kg
Übersetzungsverhältnis	1 : 7,5
Widerstandssystem	Manuelles Magnetbremssystem
Widerstandsstufen	8
Stromversorgung	2 Batterien (1,5 V) (Nicht im Lieferumfang)
Konsolendaten	
Displayanzeige	Geschwindigkeit (Speed)
	RPM (Revolutions Per Minute)
	Kalorien (Calories)
	Zeit (Time)
	Km/Meile
	Puls (Pulse)
	Strecke (Distance)
	Intervall (Interval)
Displaygröße	5,5 Zoll
Display-Art	LCD
Watt-Angaben	
Min. und max. Watt bei 60 RPM	40 - 250 Watt

Programmübersicht	
Schnellstart	1
Intervall	1
Sonstige Daten	
Menüsprache	Englisch
Pulsmesser	Handpulssensoren, Optional: Brustgurt (Nicht im Lieferumfang)
Verwendungsklasse	H

1.2 Technische Zeichnung



1.3 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.
- + Bedenken Sie, dass Ihr Gerät über keinen Freilauf verfügt. Daher können bewegende Teile nicht unmittelbar angehalten werden.
- + Beachten Sie, dass die individuelle menschliche Leistung, die für das Ausführen einer Übung erforderlich ist, von der angezeigten mechanischen Leistung abweichen kann.
- + Achten Sie beim Auf- und Absteigen darauf, dass sich eine der Trittflächen in der niedrigsten Stellung befindet.
- + Das Gerät darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
- + 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.
- + Es dürfen keine Gegenstände jedweder Art in die Öffnungen des Gerätes gesteckt werden.
- + 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.

1.4 Elektrische Sicherheit

HINWEIS

- + 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.

1.5 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 Verwendungsklasse 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.



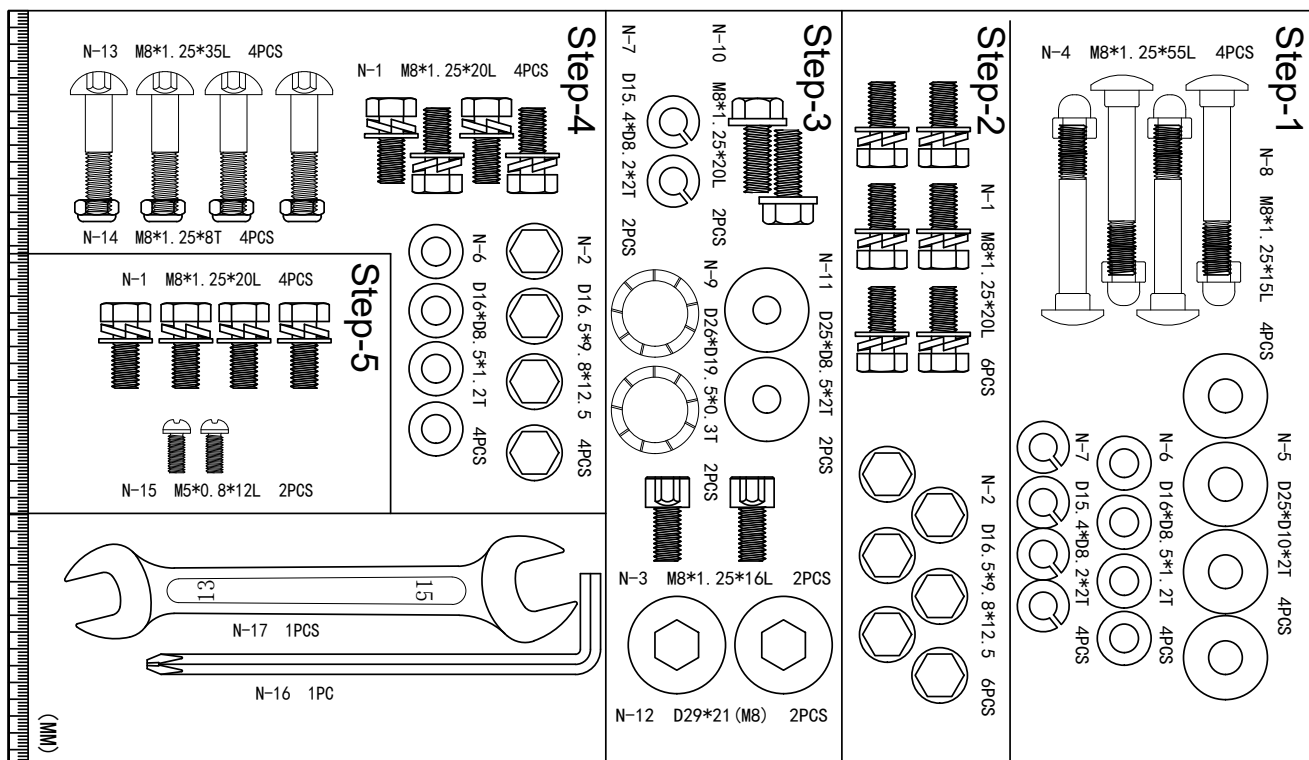
VORSICHT

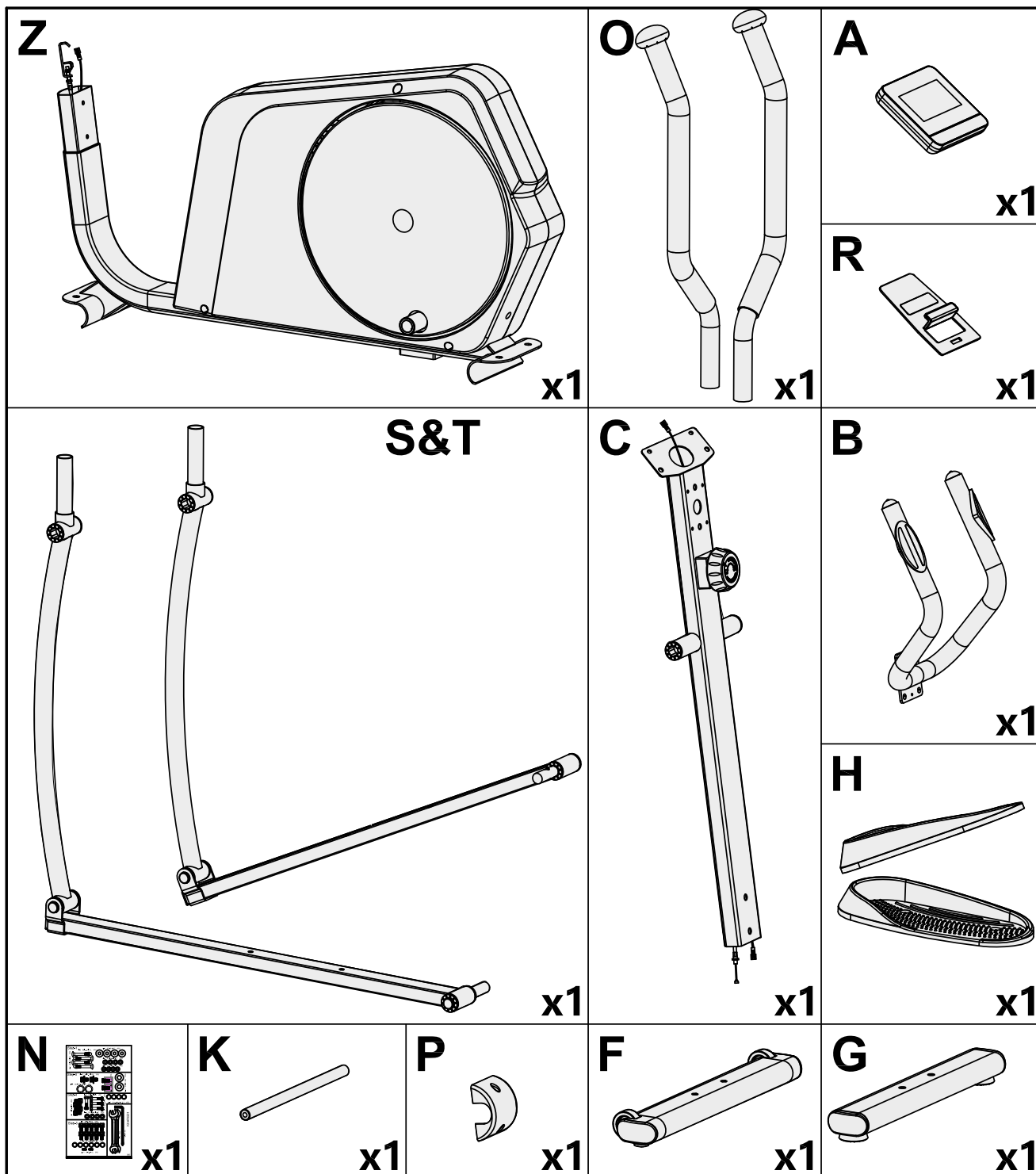
Sollten Teile des Lieferumfangs fehlen oder beschädigt sein, darf der Aufbau nicht vorgenommen werden.



HINWEIS

- + Batterien sind nicht im Lieferumfang enthalten. Folgende Batterien werden benötigt: 2 x 1,5 V AA
- + Benötigtes Werkzeug: Inbusschlüssel, Schraubenschlüssel
- + In den Montageschritten wird der Hauptrahmen zur besseren Übersicht als Bauteil „Z“ dargestellt. In der Explosionszeichnung und der Teileliste ist er jedoch nicht als einzelnes Teil aufgeführt. Diese vereinfachte Darstellung dient ausschließlich einer leichteren Orientierung beim Aufbau.





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.

Schritt 1: Montage der Standfüße

Benötigtes Werkzeug: Schraubenschlüssel

1. Montieren Sie den vorderen Standfuß (F) an dem Hauptrahmen (Z) mit zwei Schrauben (N-4), zwei Unterlegscheiben (N-5), zwei Unterlegscheiben (N-6), zwei Federscheiben (N-7) und zwei Hutmuttern (N-8).
2. Montieren Sie den hinteren Standfuß (G) an dem Hauptrahmen (Z) mit zwei Schrauben (N-4), zwei Unterlegscheiben (N-5), zwei Unterlegscheiben (N-6), zwei Federscheiben (N-7) und zwei Hutmuttern (N-8).

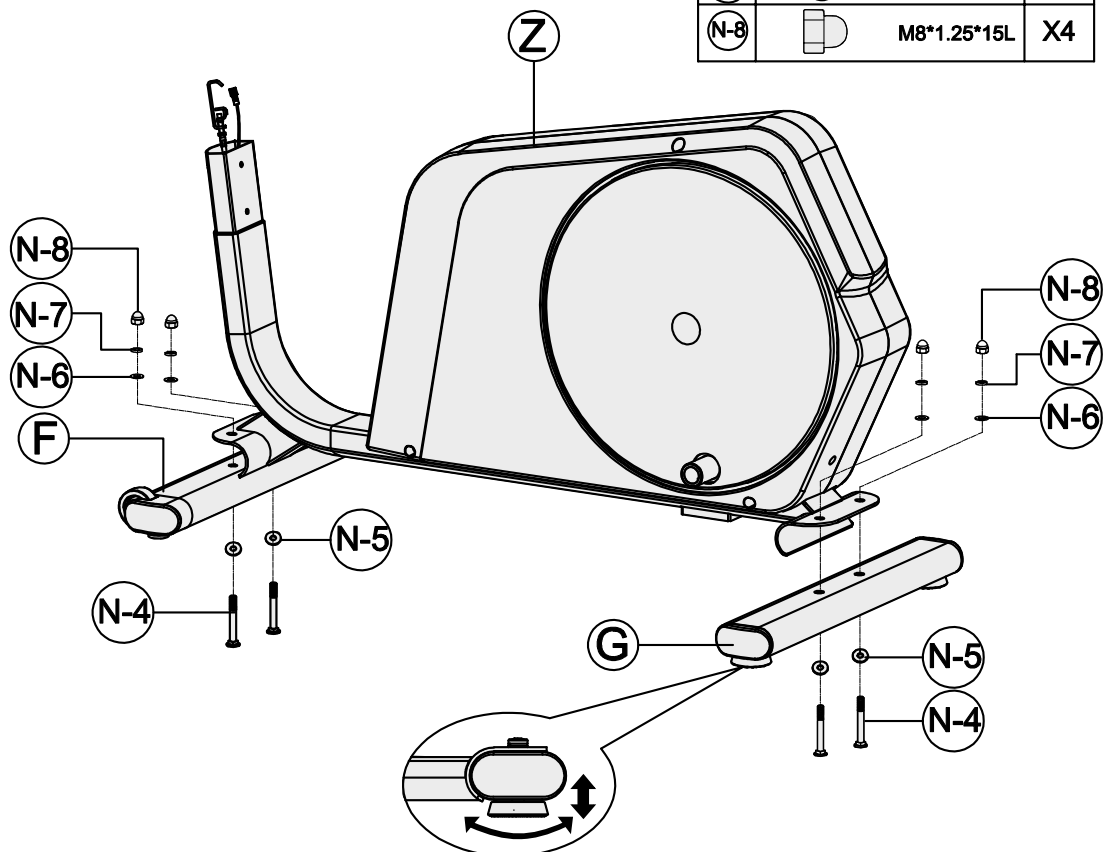
Schritt 2: Ausrichtung der Standfüße

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.



(N-4)		M8*1.25*55L	X4
(N-5)		D25*D10*2.0T	X4
(N-6)		D16*D8.5*1.2T	X4
(N-7)		D15.4*D8.2*2T	X4
(N-8)		M8*1.25*15L	X4



Schritt 3: Montage der Kabel

► ACHTUNG

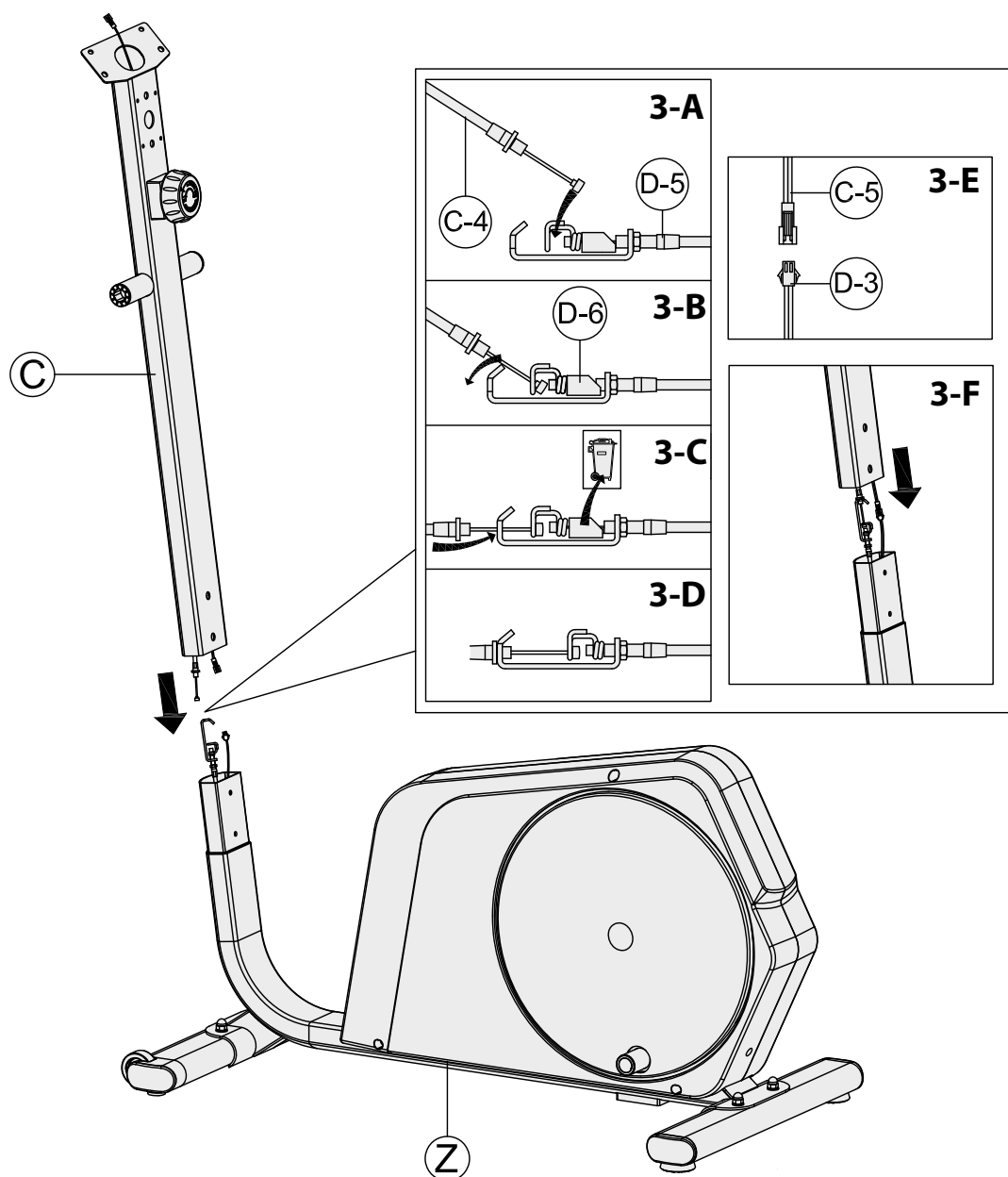
Achten Sie im folgenden Schritt darauf, die Kabel nicht einzuklemmen.

1. Setzen Sie den Widerstand auf die höchste Stufe, um das Widerstandskabel (C-4) zu verlängern.
2. 3-A, 3-B: Setzen Sie das Widerstandskabel (C-4) in die Widerstandsaufhängung (D-5).
3. Stellen Sie den Widerstand auf 1.
4. 3-C: Lösen Sie die Plastiksperrung (D-6). Diese können Sie entsorgen.
5. 3-E: Verbinden Sie das obere Konsolenkabel (C-5) mit dem unteren Konsolenkabel (D-3).

ⓘ HINWEIS

Die Montage des Konsolenmasts (C) wird in Schritt 6 fortgeführt.

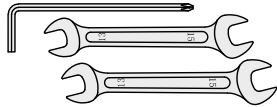
6. 3-F: Platzieren Sie den Konsolenmast (C) auf dem Hauptrahmen (Z).



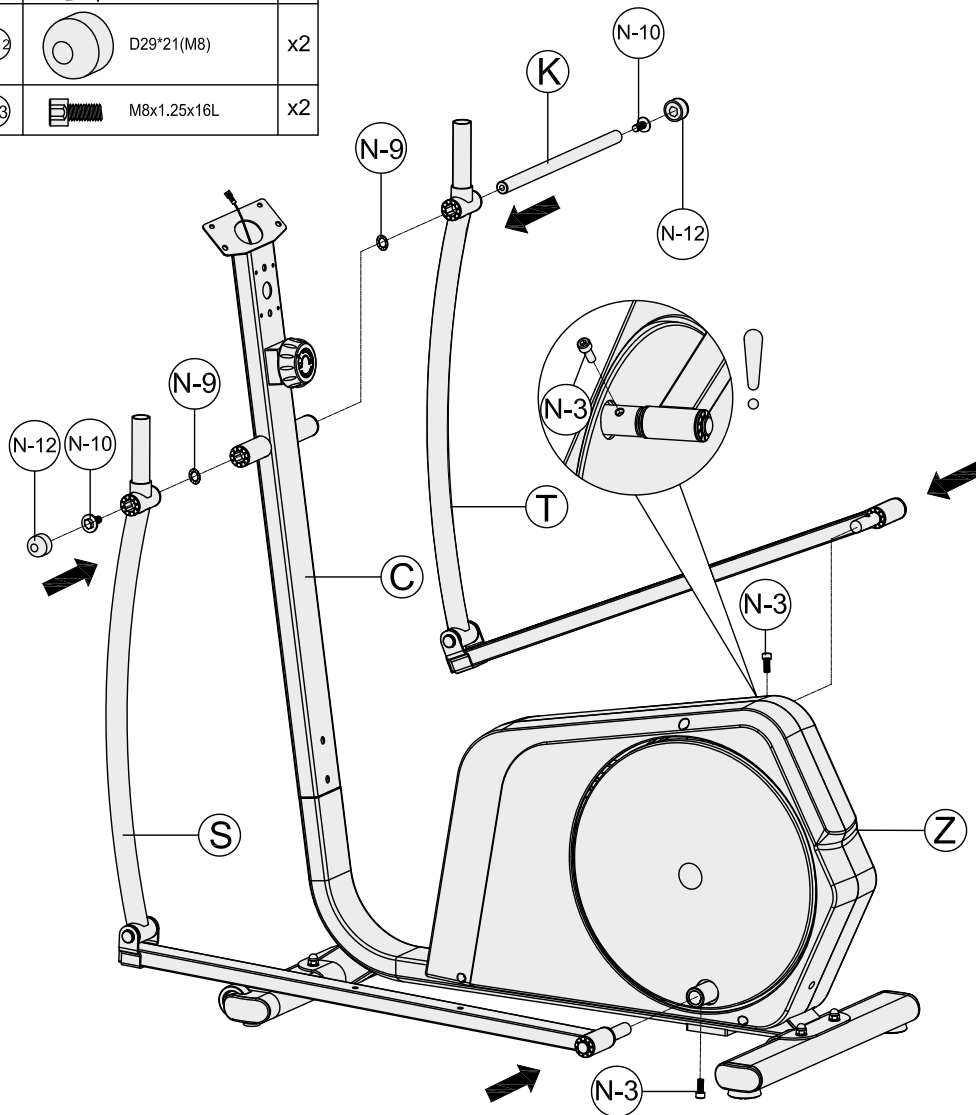
Schritt 4: Montage der Pedalstangen

Benötigtes Werkzeug: Inbusschlüssel, Schraubenschlüssel

1. Montieren Sie die rechte Pedalstange (T) an dem Konsolenmast (C) und dem Hauptrahmen (Z) mit einer Welscheibe (N-9), einer Achse (K), einem Bolzen (N-10), einer Abdeckung (N-12) und einem Bolzen (N-3).
2. Montieren Sie die linke Pedalstange (S) an dem Konsolenmast (C) und dem Hauptrahmen (Z) mit einer Welscheibe (N-9), einem Bolzen (N-10), einer Abdeckung (N-12) und einem Bolzen (N-3).



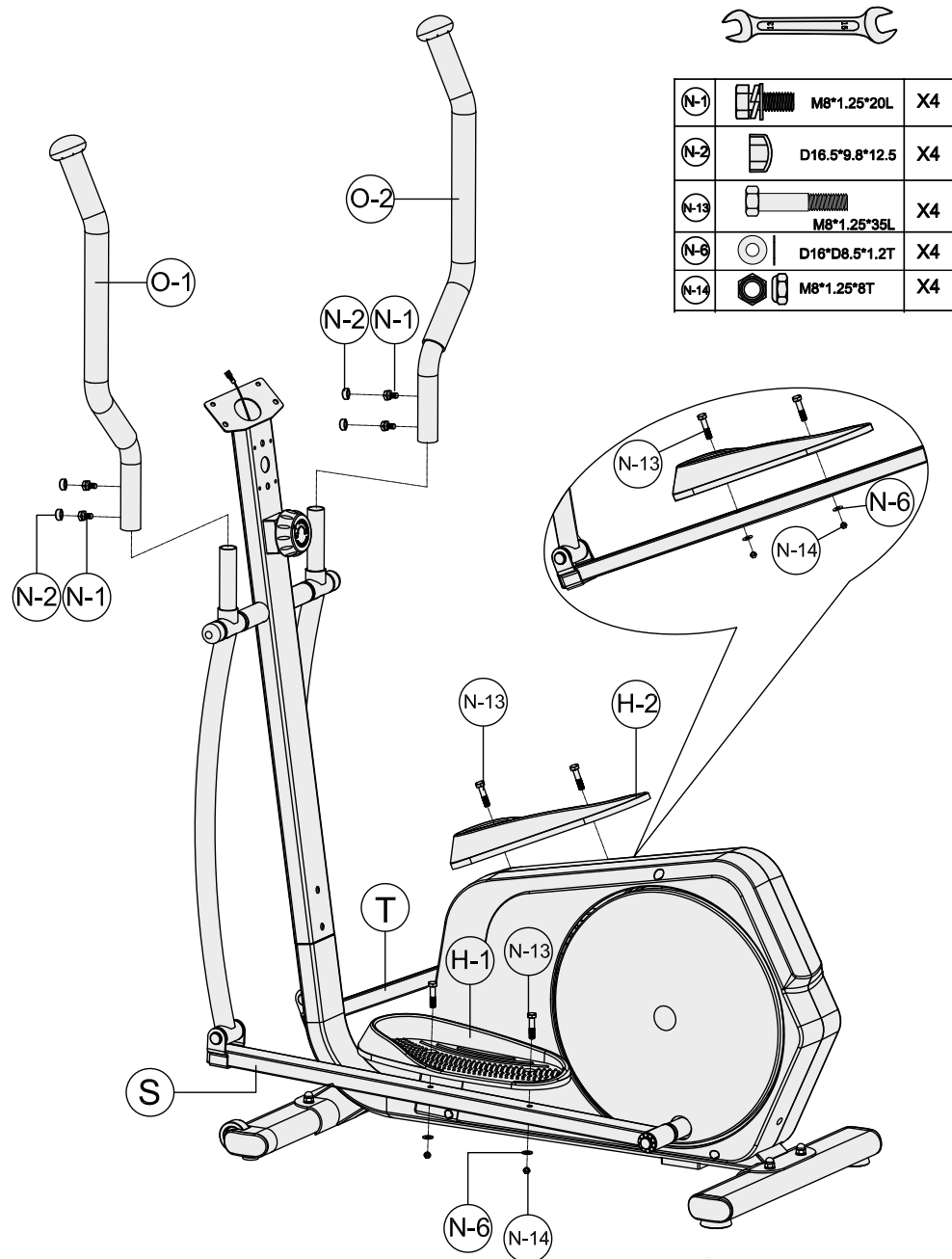
(N-10)		M8*1.25*20L	x2
(N-9)		D26*D19.5*0.3T	x2
(N-12)		D29*21(M8)	x2
(N-3)		M8x1.25x16L	x2



Schritt 5: Montage der Handgriffe und Pedale

Benötigtes Werkzeug: Inbusschlüssel, Schraubenschlüssel

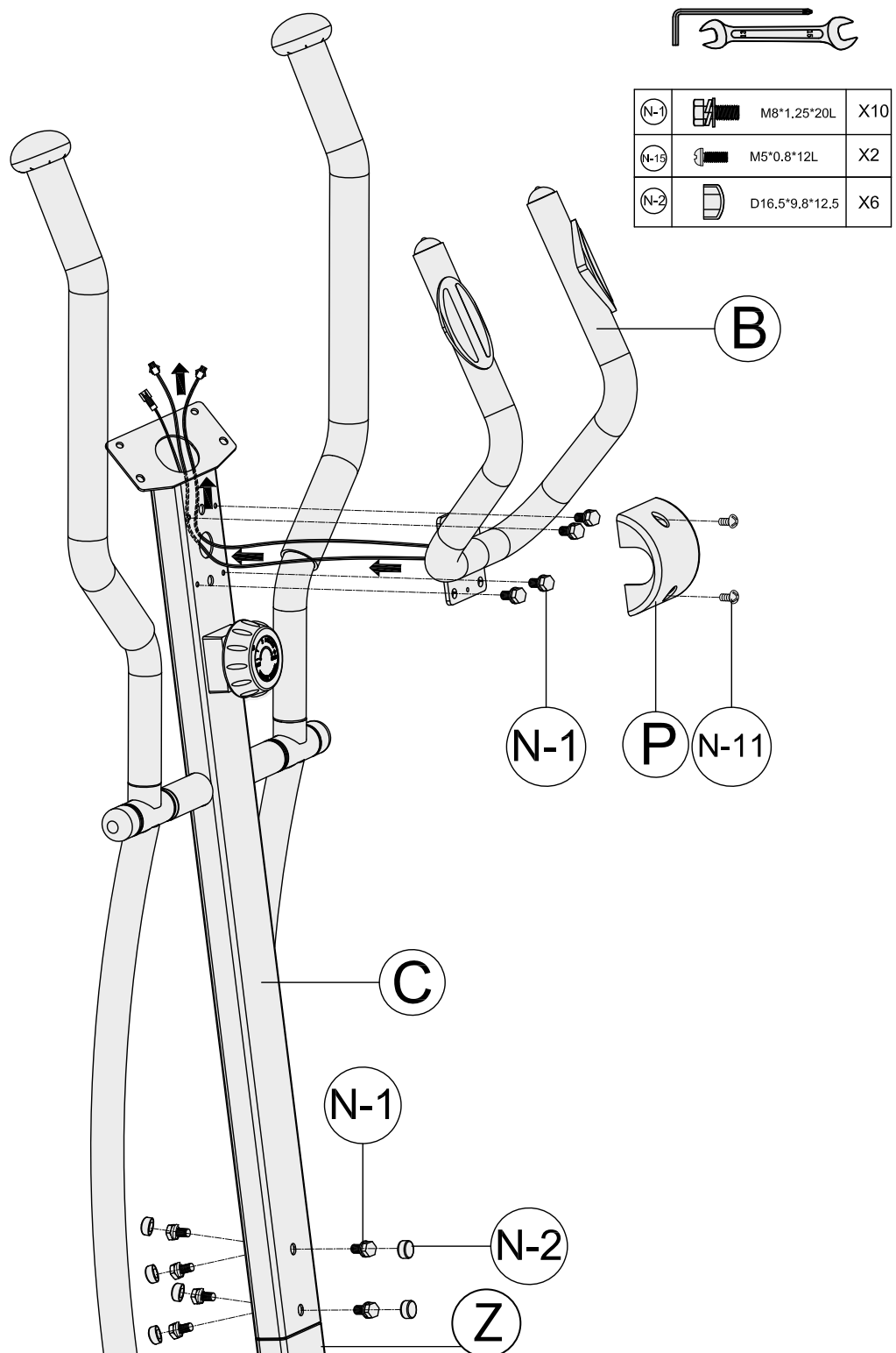
1. Montieren Sie den linken Handgriff (O-1) an der linken Pedalstange (S) mit zwei Bolzen (N-1) und zwei Abdeckungen (N-2).
2. Montieren Sie den rechten Handgriff (O-2) an der rechten Pedalstange (T) mit zwei Bolzen (N-1) und zwei Abdeckungen (N-2).
3. Montieren Sie das linke Pedal (H-1) an der linken Pedalstange (S) mit zwei Bolzen (N-13), zwei Unterlegscheiben (N-6) und zwei Muttern (N-14).
4. Montieren Sie das rechte Pedal (H-2) an der rechten Pedalstange (T) mit zwei Bolzen (N-13), zwei Unterlegscheiben (N-6) und zwei Muttern (N-14).



Schritt 6: Montage des Lenkers und des Konsolenmastes

Benötigtes Werkzeug: Inbusschlüssel, Schraubenschlüssel

1. Montieren Sie den Konsolenmast (C) an dem Hauptrahmen (Z) mit sechs Bolzen (N-1) und sechs Abdeckungen (N-2).
2. Montieren Sie den Lenker (B) an dem Konsolenmast (C) mit vier Bolzen (N-1), einer Abdeckung (P) und zwei Bolzen (N-11).



Schritt 7: Montage der Konsole und des Tablethalters

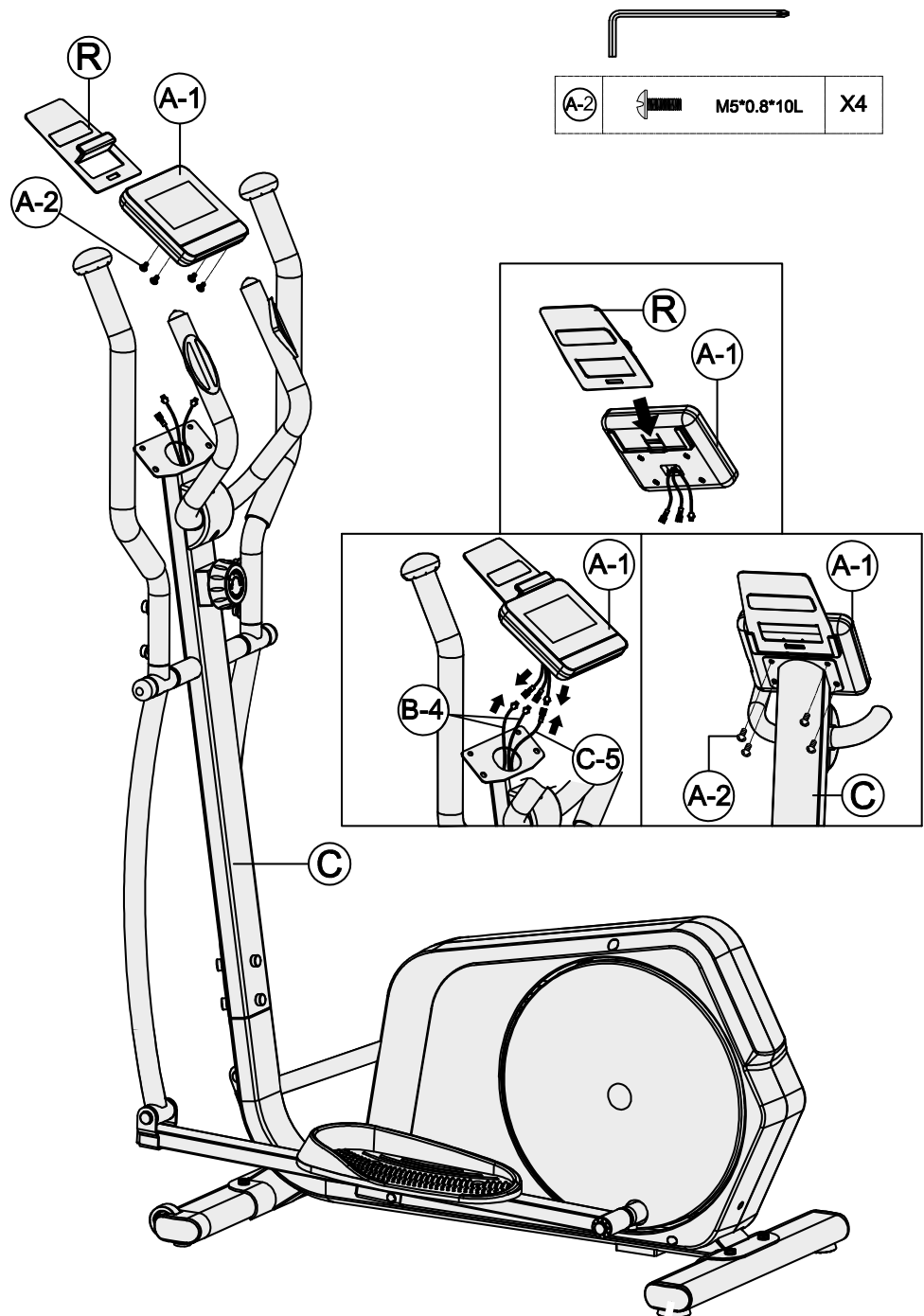
Benötigtes Werkzeug: Inbusschlüssel

1. Montieren Sie den Tablethalter (R) an der Konsole (A-1).

► **ACHTUNG**

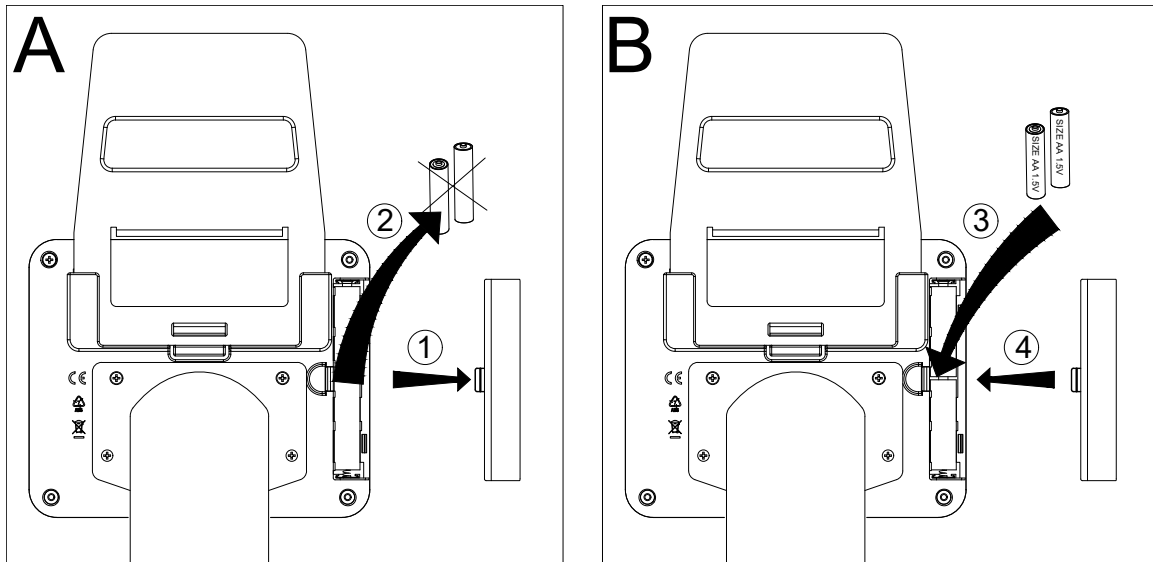
Achten Sie im folgenden Schritt darauf, die Kabel nicht einzuklemmen.

2. Verbinden Sie die Kabel der Konsole (A-1) mit den Kabeln des Konsolenmasts (C).
3. Montieren Sie die Konsole (A-1) an dem Konsolenmast (C) mit vier Bolzen (A-2).



2.4 Batteriewechsel

1. Öffnen Sie das Batteriefach.
2. Entnehmen Sie die Batterien.
3. Setzen Sie die neuen Batterien ein.
4. Schließen Sie das Batteriefach.



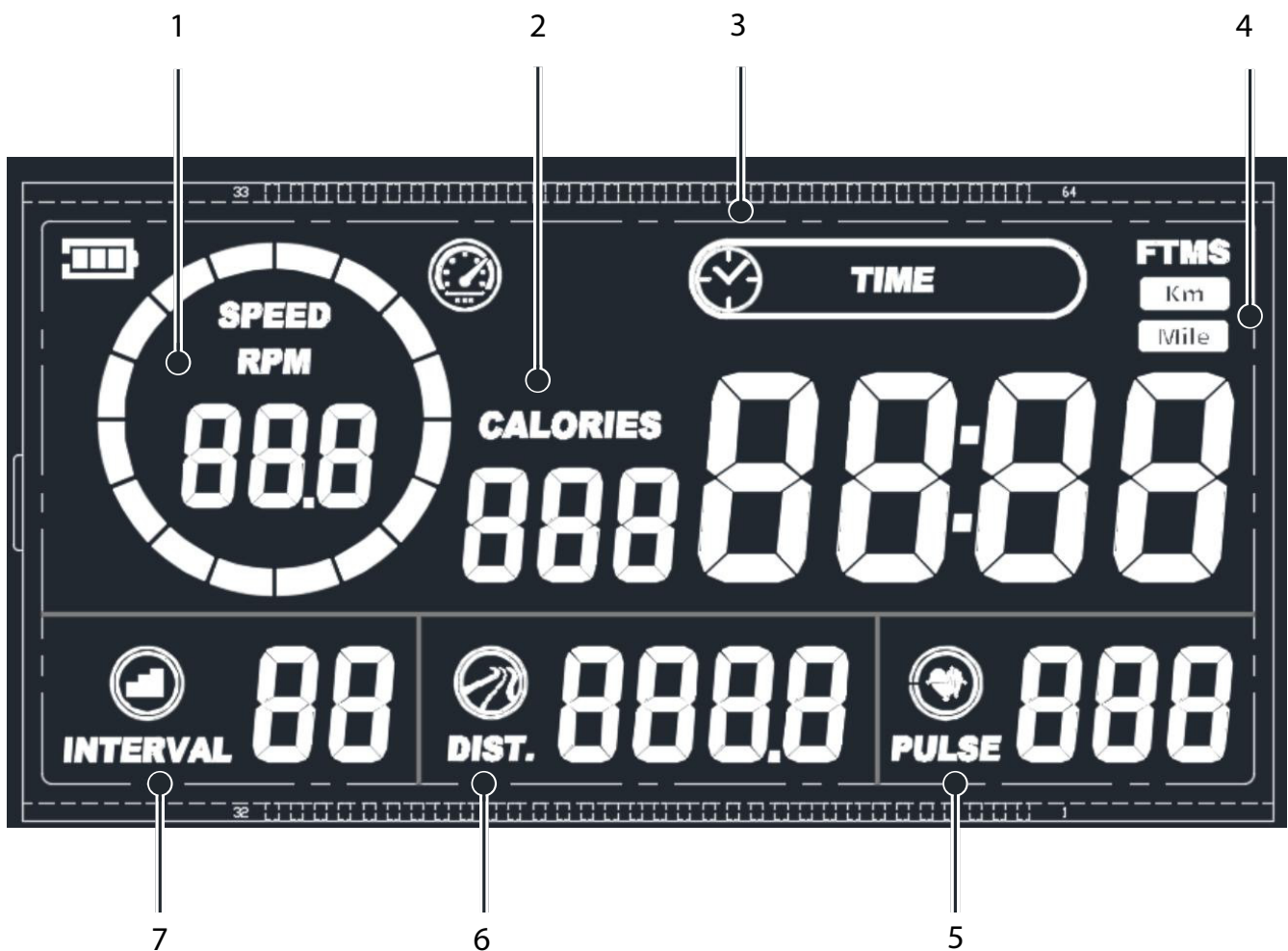
Korrektes Auf- und Absteigen

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.

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 gesundheitlichen Fragen oder Unklarheiten kontaktieren Sie Ihren Hausarzt.

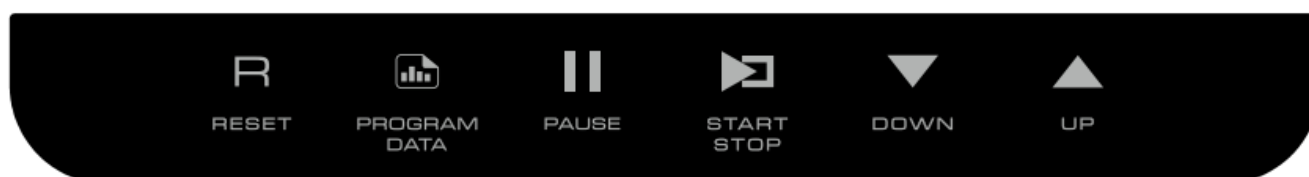
3.1 Konsolenübersicht

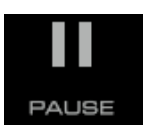


NR.	ANZEIGE	NAME	FUNKTION
1	SPEED/ RPM	Geschwindigkeit/RPM	Zeigt die Geschwindigkeit an in KM/H und die Trittfrequenz in RPM im Wechsel. + Anzeigebereich: 0,0–99,9 km/h
2	CALORIES	Kalorien	+ Zeigt die verbrannten Kalorien an. + Anzeigebereich: 0–9999

3	TIME	Zeit	+ Zeigt Ihre Trainingszeit an. + Anzeigebereich: 00:00–99:59
4	KM/MILE	Kilometer/Meilen	Zeigt an, in welcher Einheit die Daten angezeigt werden.
5	PULSE	Puls	Zeigt Ihren Puls an, wenn die Kontakte oder ein Brustgurt genutzt werden.
6	DIST.	Strecke	+ Zeigt die gefahrene Strecke an + Anzeigebereich: 0,0–9999
7	INTERVAL	Intervall	+ Teilen Sie das Training in Intervalle auf. + Einstellbereich: 0–99

3.2 Tastenfunktion



ANZEIGE	TASTE	FUNKTION
	RESET	Setzen Sie die Trainingswerte zurück.
	PROGRAM DATA	Wählen Sie den Intervall-Modus aus.
	PAUSE	Pausieren Sie das aktuelle Training.
	START/STOP	+ Starten Sie das Training. + Beenden Sie das Training.
	DOWN	Wählen Sie in einer Auswahl nach unten.
	UP	Wählen Sie in einer Auswahl nach oben.

	Manueller Widerstand	Mit diesem Drehknopf stellen Sie die Widerstandsstufe ein.
---	-----------------------------	--

3.3 Anzeige-Modi

In der folgenden Tabelle finden Sie eine Übersicht über die Anzeigemodi der Konsole. Die Übersicht hilft Ihnen dabei, sich in den Trainingsprogrammen zu orientieren.

MODUS	FUNKTION
RUHE-MODUS	+ Es wird kein Trainingsprogramm durchgeführt. Alle Werte sind auf 0. + Sie können den Schnellstart starten.
STANDBY	+ Dies ist der Standby, in den Sie nach einer Minute Inaktivität im Ruhe-Modus gelangen. + Die Konsole zeigt keine Daten an. + Drücken Sie eine beliebige Taste, um den Standby zu verlassen.
TRAININGS-ANZEIGE	+ Nach 30 Sekunden Inaktivität in der Trainings-Anzeige geht die Konsole in den Ruhe-Modus. + Im Trainings-Modus werden Ihnen Ihre Trainingsdaten angezeigt. + Die Anzeige wechselt alle 5 Sekunden. + Beenden Sie das Training, um zum Ruhe-Modus zurückzukehren.
PAUSE-ANZEIGE	+ Die Pause-Anzeige ist der Bildschirm, der Ihnen im pausierten Training angezeigt wird. + Die Werte RPM und SPEED werden auf 0 gesetzt. + Setzen Sie das Training innerhalb von 30 Sekunden fort, um die Anzeige zu verlassen.

3.4 Dargestellte Informationen

In diesem Kapitel finden Sie eine Erklärung der in der Konsole angezeigten Werte.

WERT	BESCHREIBUNG
RPM	RPM (Revolutions per Minute) gibt die Trittfrequenz an, also wie viele Pedalumdrehungen pro Minute ausgeführt werden.

Wechsel der angezeigten Daten:

HINWEIS

Während des Trainings werden Ihnen folgende Trainingsdaten angezeigt:

- + **DIST./LEVEL/SPEED & CAL./RPM**
- + Um die Anzeige zu wechseln, drücken Sie die PROGRAM DATA-Taste.

3.5 Trainingsmodi

Sie haben die Auswahl zwischen den folgenden Trainingsmodi:

MODUS	BESCHREIBUNG	ANZAHL
SCHNELLSTART	Manuelles Training ohne Voreinstellungen.	1
INTERVALL-TRAINING	Teilen Sie das Training in Intervalle auf.	1

In den folgenden Unterkapiteln finden Sie eine detaillierte Beschreibung der Trainingsmodi.

3.5.1 Schnellstart

Mit Schnellstart beginnen Sie ein Training sofort, ohne vorher Programmeinstellungen vorzunehmen. Alle Trainingswerte zählen automatisch hoch.

HINWEIS

- + Die Anzeige wechselt automatisch alle 5 Sekunden zwischen **RPM** und **SPEED**.
- + Bei Umfassen der Handpulssensoren wird der aktuelle Puls angezeigt.

So starten Sie Schnellstart:

1. Drücken Sie im Ruhe-Modus die START/STOP-Taste, um das Schnellstart-Programm zu starten.
 - 1.1. Sie können alternativ in die Pedale treten, um das Programm zu starten.

Das Training startet und die Werte zählen nach oben.

2. Um das Training zu pausieren, drücken Sie die PAUSE-Taste.

Im Pausenmodus werden die bis dahin erreichten Trainingswerte angezeigt.

3. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie die START/STOP-Taste.
4. Um das Training zu beenden, drücken Sie im Trainings-Modus die START/STOP-Taste.

In der Trainingsanzeige werden die Trainingswerte angezeigt.

HINWEIS

Wenn 30 Sekunden keine Pedale getreten werden und keine Taste betätigt wird, wird das Training automatisch beendet und ein Signalton ausgegeben.

→ *Sie befinden sich im Ruhemodus.*

3.5.2 Intervall-Modus

Im Intervall-Modus teilen Sie Ihr Training in selbstgewählte Intervalle auf. Dies ermöglicht Ihnen, Ihren Trainingsfortschritt nachzuvollziehen. Teilen Sie Ihr Training in bis zu 99 Intervalle auf.

So starten Sie den Intervall-Modus:

1. Drücken Sie im Ruhe-Modus die START/STOP-Taste, um in das Training zu starten.

Das Training startet und die Werte zählen nach oben.

① HINWEIS

- + Die Anzeige wechselt automatisch alle 5 Sekunden zwischen **RPM** und **SPEED**.
- + Bei Umfassen der Handpulssensoren wird der aktuelle Puls angezeigt.

2. Drücken Sie die PROGRAM DATA-Taste, um das erste Intervallsegment zu setzen.

Die aktuelle Intervall-Segmentnummer (1-99) wird bei INTERVAL angezeigt.

3. Im Intervall-Modus: Drücken Sie die PROGRAM DATA-Taste, um zum nächsten Intervall-Segment zu wechseln.

① HINWEIS

Wechseln Sie beliebig oft zum nächsten Intervall-Segment, bis Sie Ihre gewünschte Anzahl an Intervallen erreicht haben.

In jedem Intervall-Segment zählen die Werte weiter nach oben.

4. Um das Training zu pausieren, drücken Sie die PAUSE-Taste.

Im Pausenmodus werden die bis dahin erreichten Trainingswerte angezeigt. SPEED und RPM zeigen 0 an. INTERVAL zeigt die aktuelle Intervall-Segmentnummer (1-99) an.

① HINWEIS

Wenn 30 Sekunden keine Pedale getreten werden und keine Taste betätigt wird, wird das Training automatisch beendet und ein Signalton ausgegeben.

5. Um das Training fortzusetzen, drücken Sie die START/STOP-Taste.
6. Um das Training zu beenden, drücken Sie im Trainings-Modus die START/STOP-Taste.

Es wird eine Zusammenfassung der Werte der gesamten Intervall-Segmente angezeigt.

7. Drücken Sie die PROGRAM DATA-Taste, um die Übersicht der einzelnen Intervall-Segmente anzeigen zu lassen.
8. Um in den Ruhe-Modus zurückzukehren, drücken Sie die START/STOP-Taste, die RESET-Taste oder warten Sie 30 Sekunden ohne Tasteneingabe.

→ Sie befinden sich im Ruhemodus.

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.

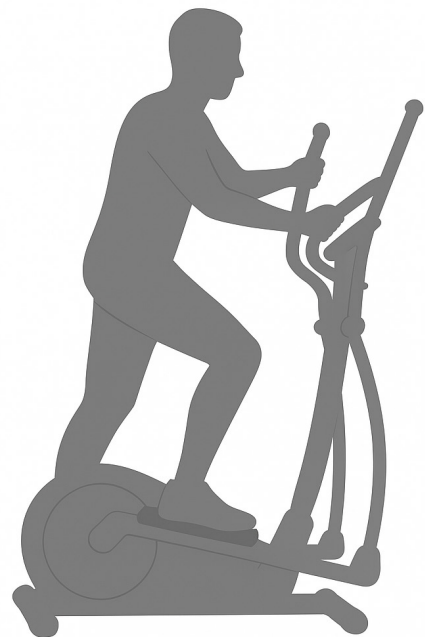
Aufwärmübung:

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

Bei diesem Training 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.

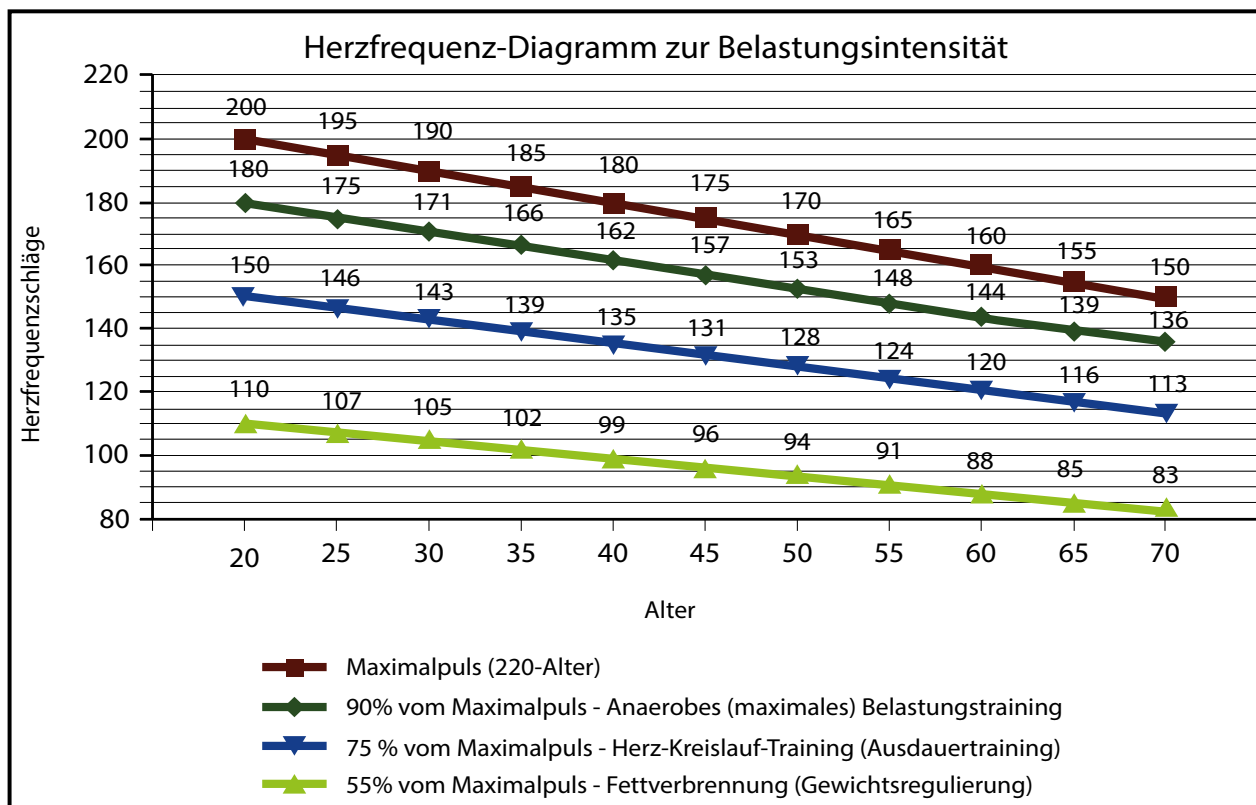
Herz-Kreislauf-Training (Ausdauertraining): Das primäre Ziel besteht darin, die Ausdauer und Fitness mittels einer verbesserten Bereitstellung von Sauerstoff durch das Herz-Kreislauf-System zu steigern. Um dieses Trainingsziel zu erreichen, ist eine mittlere Intensität (ca. 75% der max. Herzfrequenz)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

Datum



Strecke



Zeit (Min.)



Widerstandsstufe



Trainingsgewicht



Ø Herzfrequenz



Kalorienverbrauch



Ich fühle mich ...



Körpergewicht

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

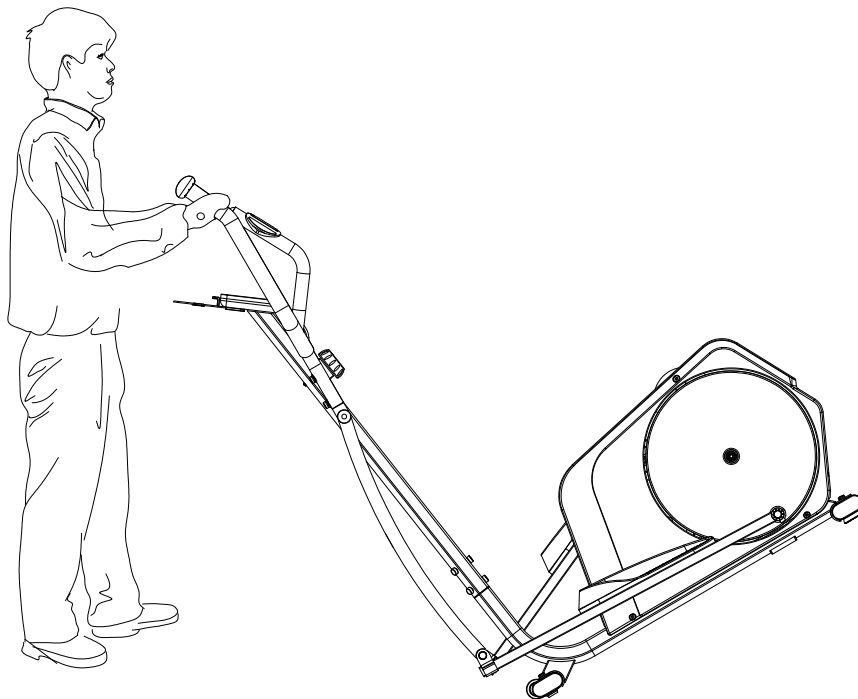
- + Stellen Sie sicher, dass das Gerät im ausgewählten Lagerort vor Nässe, Staub und Schmutz geschützt ist. Der Lagerort sollte trocken und gut belüftet sein und eine konstante Umgebungstemperatur zwischen 10°C und 35°C aufweisen.

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 1.5 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
Antriebsscheiben wackeln/machen Geräusche	Antriebsscheibe locker	Mutter nachziehen (Auf Links- / Rechtsgewinde achten)
Display zeigt nichts an/funktioniert nicht	Lose Kabelverbindungen	Kabelverbindungen überprüfen
Gerät wackelt	Gerät steht nicht gerade	Standfüße ausrichten
Trittbretter knarzen	Trittbretter lose	Schrauben der Trittbretter nachziehen
Knarzgeräusche	Schraubenverbindungen gelöst oder zu fest	Schraubenverbindungen kontrollieren
Laufschienen quietschen	Laufschienen bzw. -rollen verschmutzt oder Laufschienen trocken	Laufschienen reinigen und anschließend schmieren mit einem geeigneten Schmiermittel

Keine Pulsanzeige	+ Störquellen im Raum + ungeeigneter Brustgurt + Position des Brustgurt 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 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.

6.4 Wartungs- und Inspektionskalender

Um Beschädigungen durch Schweiß 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	Vierteljährlich
Display Konsole	R	I	
Laufschienen*		R	
Schmierung der Laufschiene und der beweglichen Teile*			I
Kunststoffabdeckungen	R	I	
Schrauben & Kabelverbindungen		I	
Legende: R = Reinigen; I = Inspizieren			

*Achten Sie darauf, die Laufschienen und beweglichen Teile stets vor dem Nachschmieren zu reinigen.

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

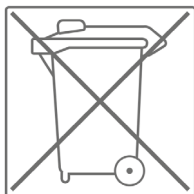
Bitte beachten Sie, dass das Video womöglich nicht in Ihrer Sprache bzw. mit entsprechenden Untertiteln verfügbar ist.

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.

8 ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG

Um Ihr Trainingserlebnis noch angenehmer, effektiver und schöner zu gestalten, empfehlen wir Ihnen, Ihr Fitnessgerät um passendes Zubehör zu ergänzen. Für Crosstrainer 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.

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



Bodenmatte



Silikonspray



Kontaktgel

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.

Tragen Sie die Seriennummer in das entsprechende Feld ein.

Seriennummer:

Marke / Kategorie:

Modellbezeichnung:

Artikelnummer:

9.2 Teileliste

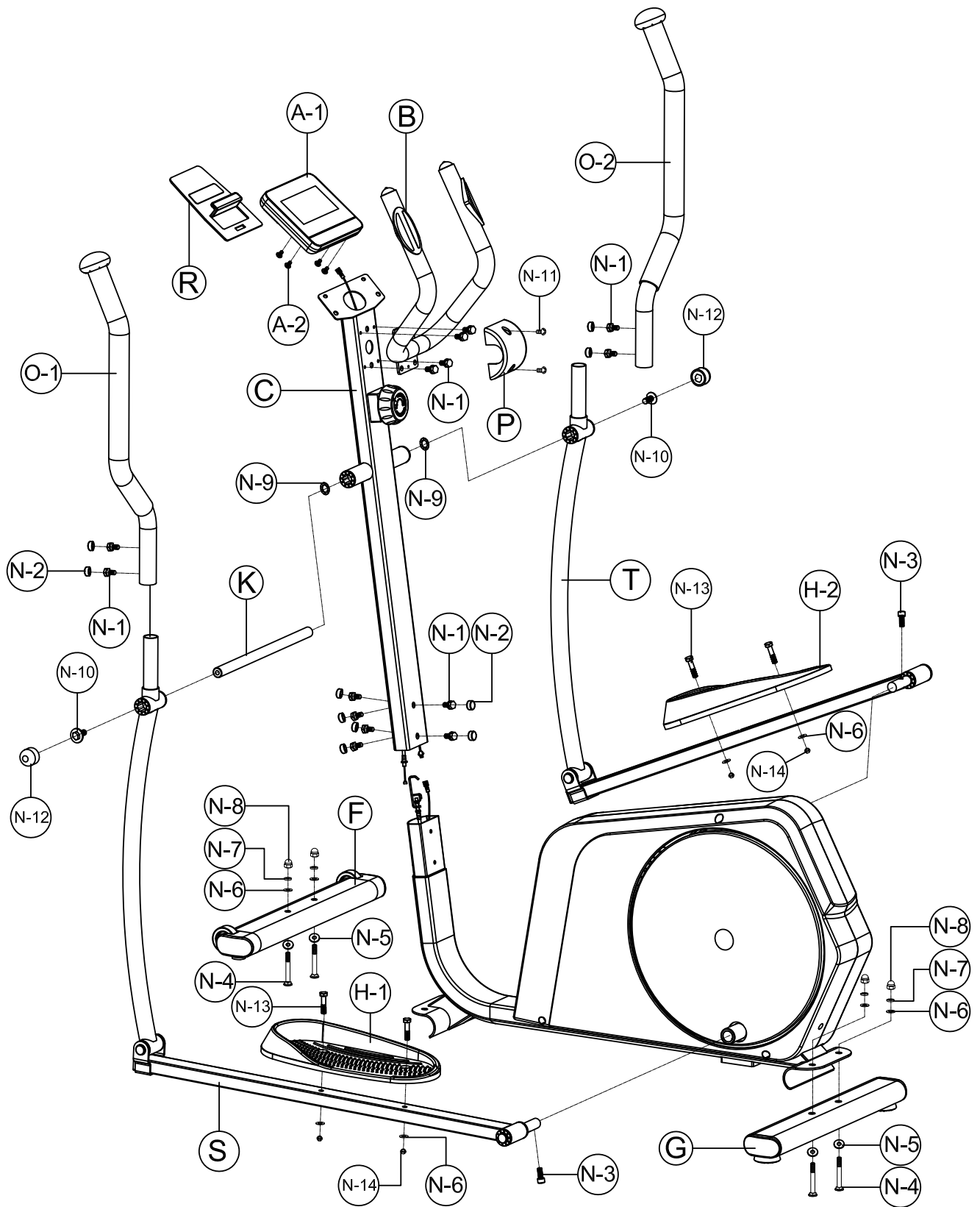
Nr.	Bezeichnung (ENG)	Hrst. Teilenummer	Anz.
A	Computer set		1
A-1	Computer	76501-6-2501-B0	1
A-2	Bolt M5x0.8x10L	52605-2-0010-F0	4
B	Handlebar complete assembly		1
B-1	Handlebar welding set	76501-3-2400-J0	1
B-2	Foam	58015-6-1463-B0	2
B-3	Handle pulse	16800-6-2478-00	2
B-4	Hand pulse cable 600L	76501-6-2479-00	2
B-5	Screw ST4x1.41x20L	50904-2-0020-D0	2
B-6	Half ball cap	553F0-1-0031-B3	2
C	Handlebar post complete assembly		1
C-1	Handlebar post welding set	76501-3-2000-J0	1
C-2	Bushing D19.15x(D25.6x32)xL(17+3)	58002-6-1051-B0	2
C-3	Screw M5*0.8*45L	50805-2-0045-F3	1
C-4	Tension controller D1.5*650L	75701-6-2601-B1	1
C-5	Upper computer cable 1000L	75701-6-2572-00	1
C-6	Curved washer D20*D5.5*1.5T	55105-3-2015-FA	1
D	Main frame set		1
D-1	Main frame	76501-3-1000-J2	1
D-2	Bearing 6003-2RS	58006-6-1018-01	2
D-3	Lower computer cable 1300L	76501-6-2573-01	1
D-4	Screw ST4*1.41*13L,D10	54704-2-0013-F0	1
D-5	Tension cable D1.5*1350L	75701-6-2602-00	1
D-6	Brake strap	71500-6-2674-B1	1
E	Magnet Fixing plate set		1
E-1	Fixing plate for the magnet	705D1-3-3200-N0	1
E-2	Magnet grid	58020-6-1004-B0	9
E-3	Magnet	58009-6-1009-00	10
E-4	Spring D1.2*55L	58003-6-1035-01	1
E-5	Nylon nut M8*1.25*8T	55208-1-2008-NA	1
E-6	Bolt M6*65L	50106-5-0065-N0	1
E-7	Nylon washer D6*D19*1.5T	55106-1-1915-B1	2

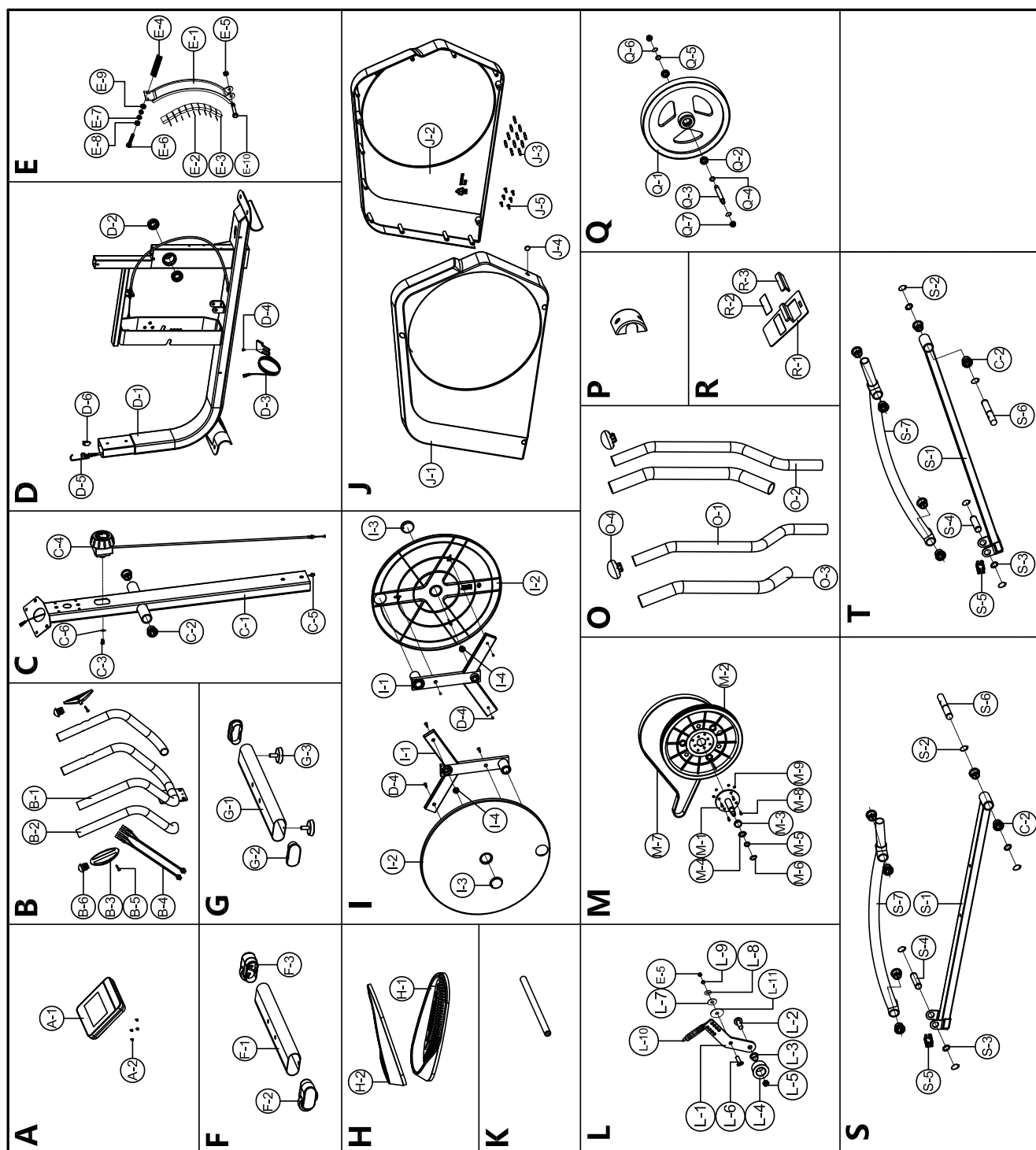
E-8	Hex nut M6*1*6T	55206-2-2006-NA	1
E-9	Nylon nut M6*1*6T	55206-1-2006-NA	1
E-10	Bolt M8*52L	50108-5-0052-N3	1
F	Front stabilizer assembly set		1
F-1	Front stabilizer	75402-6-2101-J0	1
F-2	Front left foot cap set	75402-6-2185-B1	1
F-3	Front right foot cap set	75402-6-2195-B1	1
G	Rear stabilizer assembly set		1
G-1	Rear stabilizer	75402-6-2107-J0	1
G-2	Oval cap	55333-3-4080-B8	2
G-3	Adjustable wheel	76100-6-2174-B0	2
H	Pedal set		1
H-1	Left Pedal	58029-6-1176-B0	1
H-2	Right Pedal	58029-6-1177-B0	1
I	Crank set		1
I-1	Crank welding set	76501-3-2700-J1	2
I-2	Round disk	76501-6-4506-B0	2
I-3	Side cover	70200-6-4582-B1	2
I-4	Anti-loosen nut M10*1.25*7T	18600-6-2775-N2	2
D-4	Screw ST4*1.41*13L,D10	54704-2-0013-F0	6
J	Chain cover set		1
J-1	Left chain cover	76501-6-4501-B0	1
J-2	Right chain cover	76501-6-4502-B0	1
J-3	Pin D6*26.5*7.7	71600-6-4586-60	11
J-4	Hole plug	75701-6-4585-60	1
J-5	Screw ST4.2*15L	52842-2-0015-F0	6
K	Moveable handlebar axle	76501-6-3771-N0	1
L	Idle wheel fixing plate set		1
L-1	Fixing plate of idle wheel	706MB-6-1601-N0	1
L-2	Bolt M10*35L	50310-5-0035-C3	1
L-3	Bushing D13.5*D10*9T	58002-6-1081-01	1
L-4	Idle wheel	745S0-6-1671-00	1
L-5	Nylon nut M10x1.5x10T	55210-1-2010-CA	1
L-6	Bolt M8*1.25*30L	50108-5-0030-C4	1
L-7	Plastic washer D10*D24*0.4T	55110-1-2404-BF	1

L-8	Flat washer D30*D8.5*2.0T	55108-1-3020-NA	1
L-9	Hex Nut M8*1.25*6T	55208-2-2006-NA	1
L-10	Spring D2.2*D14*55L	58003-6-1013-N1	1
L-11	Plastic washer D50*D10*1.0T	55110-1-5010-BF	1
E-5	Nylon nut M8*1.25*8T	55208-1-2008-NA	1
M	Belt wheel set		1
M-1	Crank axle welding set	76501-3-2903-00	1
M-2	Belt wheel	58008-6-1044-B0	1
M-3	Spacer D22.5*D17.2*6.4T	80700-6-2781-00	1
M-4	Waved washer D17*D22*0.3T	55117-5-2203-DA	1
M-5	Flat washer D23*D17.2*1.5T	55117-1-2315-NA	1
M-6	C ring S-17(1T)	55517-1-0010-00	1
M-7	Belt (PJ5) 430,PJ5	58004-6-1140-00	1
M-8	Bolt M6*1.0*15L	50106-5-0015-C0	4
M-9	Nylon nut M6x1.0x6T	55206-1-2006-CA	4
N	Assembly kit	76501-3-5100-00	1
N-1	Bolt M8x1.25x20L	75402-6-3191-F0	14
N-2	Screw cover	75402-6-2779-B0	10
N-3	Bolt M8*1.25*16L	54008-5-0016-UFO	2
N-4	Screw M8*1.25*55L	50508-5-0055-F3	4
N-5	Flat washer D25*D10*2.0T	55110-1-2520-FA	4
N-6	Flat washer D16xD8.5x1.2T	55108-1-1612-FA	8
N-7	Spring washer D15.4xD8.2x2T	55108-2-1520-FA	4
N-8	Domed nut M8x1.25x15L	55208-6-2015-FA	4
N-9	Waved washer D26*D19.5*0.3T	55119-5-2603-DA	2
N-10	Bolt M8*1.25*20	76501-6-3191-U0	2
N-11	Bolt M5*0.8*12L	50805-2-0012-D0	2
N-12	Screw cover	18600-6-2171-B0	2
N-13	Bolt M8x1.25x35L	50108-5-0035-F3	4
N-14	Nylon nut M8x8T	55208-1-2008-FA	4
N-15	Hex wrench M6	58030-6-1031-N1	1
N-16	Open wrench 153*6.5T	58030-6-1050-C0	2
O	Moveable handlebar set		
O-1	Handlebar(Left)	76501-6-3773-J0	1
O-2	Handlebar(Right)	76501-6-3774-00	1

O-3	Foam	58015-6-1236-B0	2
O-4	Handlebar cap	553K0-1-0045-B0	2
P	Protective cover	81000-6-2481-B0	1
Q	Flywheel set		1
Q-1	Flywheel	76702-6-3101-00	1
Q-2	Bearing #6001-2RS	58006-6-1038-00	2
Q-3	Flywheel axle	71800-6-3171-02	1
Q-4	Fixed ring D13*D10*1.9	71600-6-3178-B0	1
Q-5	Flat washer D22*D10*2T	55110-1-2220-NA	1
Q-6	C ring D15.5*D10.8*1T	55512-1-0015-D0	2
Q-7	Anti-loosen nut 3/8"-26UNFx6.5T	18600-6-3175-N1	2
R	Pad holder Set		
R-1	Pad holder	75402-6-2466-J0	1
R-2	Buffer strip 1	75402-6-2088-B0	1
R-3	Buffer strip 2	75402-6-2089-B0	1
s	Left Pedal supporting tube set		1
S-1	Left pedal welding set	76501-3-3800-J1	1
S-2	C ring D21.5xD17.5x1.2T	55518-1-2212-DA	4
S-3	Waved washer D26*D19.5*0.3T	55119-5-2603-DA	2
S-4	Front pedal axle	183A0-6-3872-N7	1
S-5	End cap	55315-2-2540-B8	1
S-6	Pedal axle	829D2-6-3871-N0	1
S-7	Supporting tube for moveable handlebar	703L4-3-3700-J0	1
C-2	Bushing D19.15x(D25.6x32)xL(17+3)	58002-6-1051-B0	6
T	Right Pedal supporting tube set		1
S-1	Right pedal welding set	76501-3-3800-J1	1
S-2	C ring D21.5xD17.5x1.2T	55518-1-2212-DA	4
S-3	Waved washer D26*D19.5*0.3T	55119-5-2603-DA	2
S-4	Front pedal axle	183A0-6-3872-N7	1
S-5	End cap	55315-2-2540-B8	1
S-6	Pedal axle	829D2-6-3871-N0	1
S-7	Supporting tube for moveable handlebar	703L4-3-3700-J0	1
C-2	Bushing D19.15x(D25.6x32)xL(17+3)	58002-6-1051-B0	6

9.3 Explosionszeichnungen





Produkte von Kettler® 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
SERVICE	FR	BE
	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  938 805 790  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>

KETTLER

WEBSHOP UND SOCIAL MEDIA

Die Kettler Sportgeräte sind seit 2024 Teil der Markenfamilie von Fitshop, Europas größtem Fachmarkt für Heimfitnessgeräte. In der über 40-jährigen Geschichte von Fitshop hatten Kettler-Geräte wie Laufbänder, Crosstrainer oder Rudergeräte seit jeher einen wichtigen Platz. Kettler steht für höchste Produktqualität, Verlässlichkeit und Tradition. Sportgeräte von Kettler helfen Ihnen dabei, ein aktives und gesundes Leben zu führen. Sie bringen Spaß an der Bewegung für Jung und Alt. Unter dem Dach der Fitshop Gruppe bleibt Kettler Sport diesen Werten treu.

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

	www.fitshop.de/kettler www.kettlersport.com
	www.facebook.com/fitshopgroup/
	www.instagram.com/fitshopgroup/
	www.linkedin.com/company/fitshop-gmbh
	www.stg.fit/YouTube_DE

Kettler ist Teil der Fitshop-Gruppe.

KETTLER