



DE 

EN 

FR 

IT 

ES 

NL 

SPORT-TEC ARM- UND BEINTRAINER MOVE 5.0

SPORT-TEC MINI EXERCISE BIKE MOVE 5.0

Art.-Nr.  22004 · Kategorie:  Arm- und Beintrainer

HERZLICH WILLKOMMEN BEI SPORT-TEC

Vielen Dank für Ihren Einkauf. Wir freuen uns, dass Sie sich für ein Sport-Tec Produkt entschieden haben und wünschen Ihnen viel Freude damit. In dieser Anleitung finden Sie alle wichtigen Informationen zur Verwendung. Bei weiteren Fragen, sprechen Sie uns bitte an - wir helfen Ihnen gerne weiter.

Ihr Sport-Tec Team

WELCOME TO SPORT-TEC

Thank you for your purchase. We are pleased that you have opted for a Sport-Tec product and hope that you really enjoy using it. In this manual, you will find all the important information for use. If you have any further questions, please contact us – we will be happy to help you.

Your Sport-Tec team

BIENVENUE CHEZ SPORT-TEC

Nous vous remercions pour votre achat. Nous sommes ravis que vous ayez choisi pour un produit Sport-Tec et espérons que vous en profiterez bien. Ce manuel contient toutes les informations importantes pour utiliser le produit. Pour toute question, veuillez nous contacter ; nous serons ravis de vous aider.

L'équipe Sport-Tec

TI DIAMO IL BENVENUTO IN SPORT-TEC

Grazie per l'acquisto. Siamo lieti che tu abbia scelto un prodotto Sport-Tec e ci auguriamo tu te lo goda appieno. In questo manuale troverai tutte le informazioni importanti sul suo utilizzo. Se hai ulteriori domande, non esitare a contattarci: saremo lieti di aiutarti.

Il tuo team Sport-Tec

LE DAMOS LA BIENVENIDA A SPORT-TEC

Gracias por su compra. Nos complace que se haya decidido por un producto Sport-Tec y deseamos que lo disfrute. En estas instrucciones encontrará toda la información necesaria para su uso. En caso de tener alguna duda, póngase en contacto con nosotros. Estaremos encantados de ayudarle.

Su equipo de Sport-Tec

HARTELIJK WELKOM BIJ SPORT-TEC

Hartelijk dank voor uw aankoop. We zijn blij dat u voor een Sport-Tec-product heeft gekozen en wensen u daar veel plezier mee. In deze handleiding vindt u alle belangrijke informatie over het gebruik. Als u nog vragen heeft, neem dan contact met ons op. Wij helpen u graag verder.

Uw Sport-Tec-team



DE - ANLEITUNG

Lesen Sie diese Anleitung vor der Anwendung genau durch. Befolgen Sie die Hinweise und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig auf.

S. 4-9



EN - MANUAL

Read this manual carefully before use. Follow the instructions, and keep this user manual in a safe place.

S. 10-15



FR - INSTRUCTIONS

Veuillez lire attentivement ces instructions avant d'utiliser le produit. Suivez les instructions d'utilisation et conservez-le manuel d'utilisation soigneusement.

S. 16-21



IT - ISTRUZIONI PER L'USO

Leggere attentamente il presente manuale prima dell'uso. Seguire le istruzioni e conservare con cura le istruzioni per l'uso.

S. 22-27



ES - INSTRUCCIONES

Lea atentamente estas instrucciones antes de usar el producto por primera vez. Siga las instrucciones y guarde las instrucciones de uso cuidadosamente.

S. 28-33



NL - HANDLEIDING

Lees deze handleiding voor gebruik aandachtig door. Volg de instructies op en bewaar de gebruiksaanwijzing zorgvuldig.

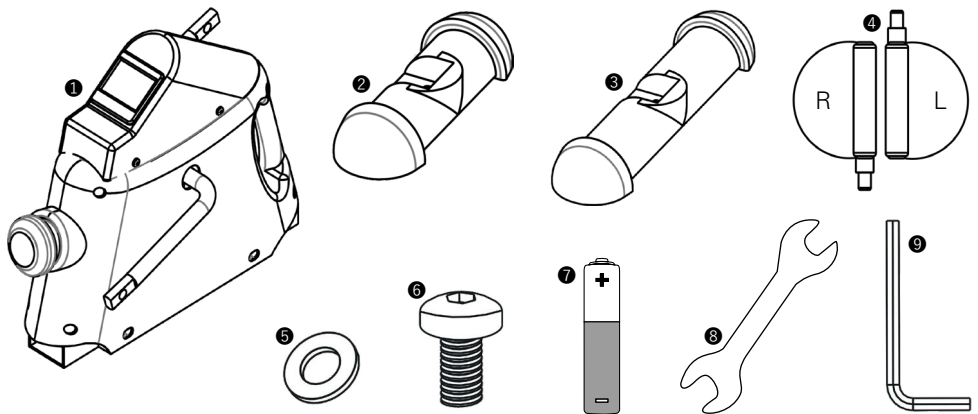
S. 34-39

ALLGEMEINES

Der Arm- und Beintrainer move 5.0 ist perfekt für Ihr Heimtraining geeignet. Machen Sie es sich gemütlich und trainieren Sie Ihre Arme und Beine an nur einem Gerät. Den Widerstand variieren Sie stufenlos über ein Stellrad. Dank der einfachen Bedienung ist dieses Trainingsgerät ideal für ältere Menschen geeignet. Das Antriebsband erlaubt flüssige Bewegungen und eine präzise Regulierung des Widerstands.

LIEFERUMFANG

Nr.	Bezeichnung	Anzahl
①	Hauptrahmen	1x
②	vorderer Standfuß	1x
③	hinterer Standfuß	1x
④	Pedale, Paar (rechts/links)	1x
⑤	Unterlegscheibe ø 6 mm	4x
⑥	Schraube M6x15	4x
⑦	AAA Batterie	1x
⑧	Schraubenschlüssel	1x
⑨	Sechskantschlüssel	1x



SICHERHEITSHINWEISE

Bitte beachten Sie, dass eine nicht sachgemäße Benutzung des Arm- und Beintrainers zu Verletzungen führen kann.

Um sicherzustellen, dass Sie keine gesundheitlichen oder körperlichen Einschränkungen haben, die das Training beeinflussen, halten Sie vor Beginn des Übungsprogramms Rücksprache mit Ihrem Arzt. Dies ist insbesondere bei der Einnahme von Medikamenten wichtig. Achten Sie darüber hinaus immer auf die Signale Ihres Körpers und brechen Sie das Training sofort ab, wenn Symptome wie Druck auf der Brust oder unregelmäßiger Herzschlag auftreten, Sie Schmerzen verspüren oder sich unwohl fühlen. Setzen Sie sich in diesem Fall umgehend mit Ihrem Arzt in Verbindung.

Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch den ordnungsgemäßen Zustand des Geräts und stellen Sie sicher, dass die Schrauben fest angezogen sind. Bei fehlerhaften Bauteilen oder ungewöhnlichen Geräuschen während der Benutzung, unterbrechen Sie das Training und beheben Sie das Problem bevor Sie das Training fortsetzen.

Stellen Sie sicher, dass der Arm- und Beintrainer auf einer stabilen und geraden Fläche steht. Schützen Sie Ihren Boden ggf. mit einer Unterlage. Tragen Sie bei der Verwendung des Geräts geeignete Kleidung, die ausreichend Bewegungsfreiheit bietet und sich nicht im Gerät verfangen kann.

Stellen Sie das Stellrad zur Regulierung des Widerstands zu Beginn des Trainings auf eine geringe Widerstandsstufe ein. Halten Sie bzgl. der Auswahl des Widerstands ggf. Rücksprache mit Ihrem Arzt.

Richten Sie sich niemals auf dem Arm- und Beintrainer auf. Das kann zu Verletzungen und zu Beschädigungen am Gerät führen. Trainieren Sie ausschließlich im Sitzen.

MONTAGE

Wichtige Hinweise:

Bevor Sie mit der Montage beginnen, lesen Sie sich zunächst alle Arbeitsschritte sorgfältig durch.

Vorbereitungen:

Packen Sie alle Teile aus und legen Sie diese übersichtlich auf dem Boden aus.

Überprüfen Sie zunächst den Zustand und die Vollständigkeit aller Teile. Verwenden Sie keinesfalls bereits beschädigte Teile. Setzen Sie sich im Falle einer Beschädigung oder Unvollständigkeit mit uns in Verbindung.



Standfüße montieren

Befestigen Sie den vorderen Standfuß **2** und den hinteren Standfuß **3** am Hauptrahmen **1**. Verwenden Sie dazu die mitgelieferten Unterlegscheiben **5** und Schrauben **6**.

Pedale anbringen

Befestigen Sie das linke Pedal **4** an der linken Kurbel und das rechte Pedal **4** an der rechten Kurbel. Drehen Sie das rechte Pedal im Uhrzeigersinn und das linke Pedal gegen den Uhrzeigersinn fest.

HINWEISE ZUR BENUTZUNG



Display

Schalten Sie das Display ein indem Sie die rote Taste betätigen.

Widerstand einstellen

Je weiter Sie das Stellrad eindrehen, desto größer wird der Widerstand.

Pedalschlaufen Verstellen

Die Pedalschlaufen sind in zwei Größen verstellbar. Sie lassen sich mit Hilfe eines Schraubenziehers lösen und umstecken.

DISPLAY

Das Display schaltet sich ein, sobald die Pedale bewegt werden. Alternativ können Sie das Display durch Betätigen der roten Taste manuell einschalten.

Nach 4 Minuten Inaktivität (es wird keine Bewegung erkannt) schaltet sich das Display automatisch aus.

Das Display bietet folgende Anzeigemöglichkeiten:

- Trainingszeit (T),
- Entfernung (D),
- absolvierte Umdrehungen (C),
- Umdrehungen gesamt (T-C),
- verbrannte Kalorien (CA),
- Trainingszeit, Entfernung, absolvierte Umdrehungen, Umdrehungen gesamt und verbrannte Kalorien im Wechsel (SCAN).

Durch aufeinanderfolgendes Drücken der roten Taste aktivieren / deaktivieren Sie den SCAN-Modus und springen zwischen den verschiedenen Anzeigemodi hin und her.

ANZEIGE ZURÜCKSETZEN

Um alle Werte zurückzusetzen, halten Sie die rote Taste für 4 Sekunden gedrückt. Bitte beachten Sie, dass die Anzeige für die Umdrehungen gesamt (T-C) nur bei Unterbrechen der Batteriespannung zurückgesetzt wird.

TRAININGSZEIT (T)

Um sich die Trainingszeit anzeigen zu lassen, drücken Sie die rote Taste unterhalb des Displays so lange bis der Pfeil (▲) auf „T“ zeigt, „SCAN“ aber nicht aufblinkt. Blinkt die Anzeige „SCAN“ werden alle Informationen im Wechsel angezeigt.

Anzeigeformat: 00:00 - 99:59 (STD:MIN)

ENTFERNUNG (D)

Um sich die absolvierte Entfernung anzeigen zu lassen, drücken Sie die rote Taste unterhalb des Displays so lange bis der Pfeil (▲) auf „D“ zeigt, „SCAN“ aber nicht aufblinkt. Blinkt die Anzeige „SCAN“ werden alle Informationen im Wechsel angezeigt.

Anzeigeformat: 0.000 - 0.999

ABSOLVIERTE UMDREHUNGEN (C)

Der Arm- und Beintrainer move 5.0 zählt die Umdrehungen mit. Um sich die absolvierten Umdrehungen anzeigen zu lassen, drücken Sie die rote Taste unterhalb des Displays so lange bis der Pfeil (▲) auf „C“ zeigt, „SCAN“ aber nicht aufblinkt. Blinkt die Anzeige „SCAN“ werden alle Informationen im Wechsel angezeigt.

Anzeigeformat: 0 - 9999

UMDREHUNGEN GESAMT (T-C)

Der Arm- und Beintrainer move 5.0 zählt die Umdrehungen mit. Um sich die gesamten Umdrehungen anzeigen lassen möchten, drücken Sie die rote Taste unterhalb des Displays so lange bis der Pfeil (▲) auf „T-C“ zeigt, „SCAN“ aber nicht aufblinkt. Blinkt die Anzeige „SCAN“ werden alle Informationen im Wechsel angezeigt.

Anzeigeformat: 0 - 9999

VERBRANNT KALORIEN (CA)

Um sich die verbrannten Kalorien anzeigen zu lassen, drücken Sie die rote Taste unterhalb des Displays so lange bis der Pfeil (▲) auf „CA“ zeigt, „SCAN“ aber nicht aufblinkt. Blinkt die Anzeige „SCAN“ werden alle Informationen im Wechsel angezeigt.

Anzeigeformat: 0 - 9999.9

WECHSELNDE ANZEIGE (SCAN)

Um sich die Trainingszeit, die Entfernung, die absolvierten Umdrehungen, die Umdrehungen gesamt und die verbrannten Kalorien im Wechsel anzeigen zu lassen, wählen Sie eine der Anzeigemöglichkeiten aus und achten Sie darauf, dass gleichzeitig „SCAN“ aufblinkt. Die Informationen werden Ihnen nun im Wechsel angezeigt. Welche Information gerade angezeigt wird, erkennen Sie an dem Pfeil (▲).

BATTERIE WECHSELN

Bei undeutlicher Anzeige, ersetzen Sie die Batterie des Displays. Nehmen Sie das Display dazu heraus, indem Sie vorsichtig am Rahmen ziehen. Die Batterie befindet sich auf der Rückseite. Achten Sie darauf, dass Sie die Batterie korrekt einsetzen.

PFLEGE UND REINIGUNG

Schalten Sie das Gerät aus, reinigen Sie das Gerät mit einem nicht scheuernden Reinigungsmittel und einem weichen Tuch. Scheuermittelreiniger und / oder scharfe Reinigungsschwämme können das Produkt schwer beschädigen und sollten deshalb nicht verwendet werden.

Achten Sie immer darauf, dass das Gerät nach der Reinigung stets trocken ist.

ENTSORGUNG

Sie dürfen dieses Gerät nicht über den Hausmüll entsorgen. Die meisten örtlichen Behörden verfügen über ein spezielles Sammelsystem für Elektrogeräte und die Entsorgung ist für den Endverbraucher kostenlos.



PRODUKTEIGENSCHAFTEN

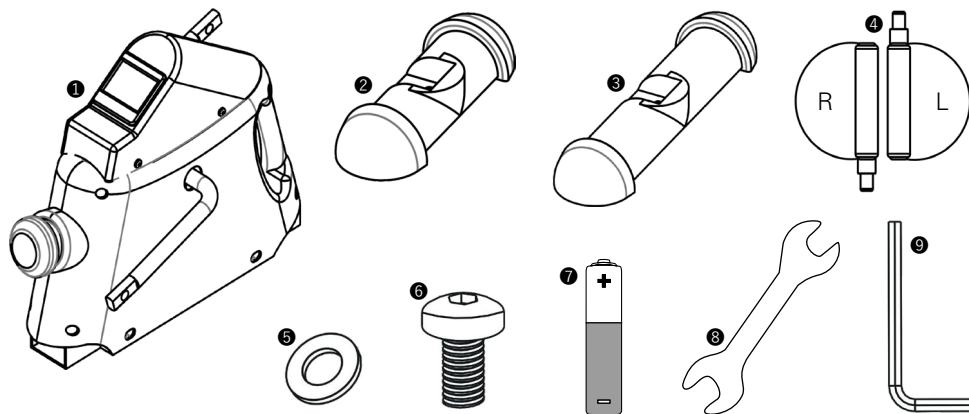
	Sport-Tec Arm- und Beintrainer move 5.0
Art.-Nr.	22004
Farbe	schwarz / weiß
Batterie	1,5 V AAA
Gewicht	3,5 kg
Maße (BxLxH)	39x33x30 cm
Ursprungsland	Made in China

GENERAL INFORMATION

The Mini Exercise Bike move 5.0 is perfect for your home workout. Make yourself comfortable and train your arms and legs with just one training device. You can vary the resistance using the adjusting wheel. Thanks to the simple operation, this training device is ideal for older people. The drive belt allows fluid movements and precise regulation of the resistance.

SCOPE OF DELIVERY

No.	Designation	Quantity
1	Main Frame	1x
2	Front Stand	1x
3	Rear Stand	1x
4	Pair of pedals (right/left)	1x
5	Washer \varnothing 6 mm	4x
6	Screw M6x15	4x
7	AAA Battery	1x
8	Wrench	1x
9	Allen Key	1x



SAFETY INSTRUCTIONS

To make sure that you do not have any health or physical limitations that affect your exercise, consult your doctor before starting the exercise routine. This is particularly important when taking medication. In addition, always pay attention to the signs your body communicates and stop exercising immediately if symptoms such as chest pressure or irregular heartbeat occur, or if you feel pain or feel uncomfortable. In this case, contact your doctor immediately.

Before each use, check that the device is in good condition and make sure that the screws are tightened. In the event of defective components or unusual noises during use, interrupt the workout and correct the problem before continuing the training.

Make sure that the Mini Exercise Bike is placed on a stable and flat surface. Protect your floor with a mat if necessary.

When using the device, wear suitable clothing that offers sufficient freedom of movement and cannot get caught in the device.

The adjusting wheel for regulation of the resistance should be set to a low level at the beginning of the training. Check the resistance by turning the pedals. If necessary, consult your doctor or therapist regarding the choice of resistance.

Never stand up while using the Mini Exercise Bike. This can lead to injuries and damage the device. Exercise only while sitting.

ASSEMBLY

Important instructions:

Before starting the montage, first read through all the steps carefully.

Preparation:

Unpack all parts and lay them out clearly on the floor.

First, check the condition and completeness of all parts. Never use parts that have already been damaged. Contact us in the event of damage or incompleteness.



Stand montage

Attach the front stand **2** and the rear stand **3** to the main frame **1**. Use the washer **5** and screws **6** provided.

Pedals installation

Attach the left pedal **4** to the left crank and the right pedal **4** to the right crank. To attach, turn the right pedal clockwise and the left pedal counterclockwise.

NOTES ON USE



Display

Switch on the display by pressing the red button.

Resistance

The further you turn the adjustment wheel, the greater the resistance.

Adjust pedal loops

The pedal loops are adjustable in two sizes. They can be loosened and repositioned using a screwdriver.

DISPLAY

The display turns on as soon as the pedals are moved. You can manually switch on the display by pressing the red button.

After 4 minutes of inactivity (no movement is detected) the display switches off automatically.

The following information can be displayed:

- Training time (T),
- Distance (D),
- Completed revolutions (C),
- Total revolutions (T-C),
- Calories burned (CA),
- Training time, distance, completed revolutions, total revolutions and calories burned alternately (SCAN).

By pressing the red button in succession, you can activate / deactivate SCAN-mode and switch between the different display modes.

RESET DISPLAY

To reset all values, press and hold the red button for 4 seconds. The total revolutions (T-C) will only reset when the battery voltage is interrupted.

TRAINING TIME (T)

To display the training time, press the red button below the display until the arrow (▲) points to „T“ but „SCAN“ is not flashing. If „SCAN“ is flashing, all information is displayed alternately.

Display format: 00:00 - 99:59 (HR:MIN)

DISTANCE (D)

To display the distance you have completed, press the red button below the display until the arrow (▲) points to „D“ but „SCAN“ is not flashing. If „SCAN“ is flashing, all information is displayed alternately.

Display format: 0.000 - 0.999

COMPLETED REVOLUTIONS (C)

The mini exercise bike move 5.0 counts the revolutions. To display the completed revolutions, press the red button below the display until the arrow (▲) points to „C“ but „SCAN“ is not flashing. If „SCAN“ is flashing, all information is displayed alternately.

Display format: 0 - 9999

TOTAL REVOLUTIONS (T-C)

The mini exercise bike move 5.0 counts the revolutions. To display the total revolutions, press the red button below the display until the arrow (▲) points to „T-C“ but „SCAN“ is not flashing. If the „SCAN“ is flashing, all information is displayed alternately.

Display format: 0 - 9999

CALORIES BURNED (CA)

To display the calories burned, press the red button below the display until the arrow (▲) points to „CA“ but „SCAN“ is not flashing. If the „SCAN“ is flashing, all information is displayed alternately.

Display format: 0 - 9999.9

ALTERNATING DISPLAY (SCAN)

To display the training time, the distance, the completed revolutions, the total revolutions and the calories burned alternately, select a display option and make sure that „SCAN“ is flashing at the same time. The information is now displayed alternately. The arrow (▲) indicates which information is currently displayed.

CHANGE BATTERY

If you have problems with displaying the information clearly replace the battery of the display. To do this, remove the display by gently pulling on the frame. The battery is on the back. Make sure that you insert the battery correctly.

CARE AND CLEANING

Switch off the device, then clean using a non-abrasive cleaner or mild detergent with a soft cloth. Abrasive cleaners and / or abrasive cleaning pads may seriously damage the product beyond repair and should not be used.

Always ensure that you wipe dry the equipment after cleaning.

DISPOSAL

You must not dispose of this device in domestic waste. Most local authorities have a dedicated collection system for electrical equipment and disposal is free for end users.



PRODUCT FEATURES

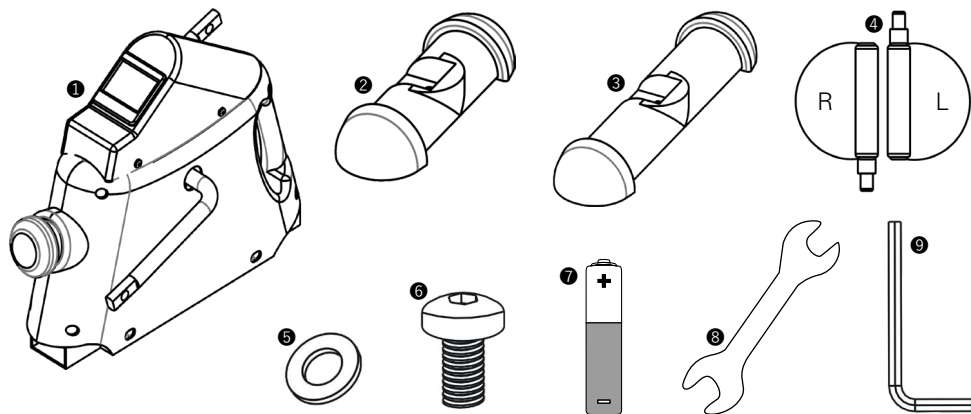
	Sport-Tec Mini Exercise Bike move 5.0
Item no.	22004
Colour	black / white
Battery	1,5 V AAA
Weight	3,5 kg
Dimensions (LxBxH)	39x33x30 cm
Country of origin	Made in China

GÉNÉRALITÉS

L'appareil d'entraînement des bras et des jambes move 5.0 est parfaitement adapté à votre entraînement à domicile. Installez-vous confortablement et entraînez vos bras et vos jambes sur un seul appareil. Vous pouvez faire varier la résistance en continu à l'aide d'une molette de réglage. Grâce à son utilisation simple, cet appareil d'entraînement est idéal pour les personnes âgées. La bande d'entraînement permet des mouvements fluides et un réglage précis de la résistance.

CONTENU DE LA LIVRAISON

N°	Désignation	Nombre
①	Cadre principal	1x
②	Pied avant	1x
③	Pied arrière	1x
④	Pédales, paire (droite/gauche)	1x
⑤	Rondelle ø 6 mm	4x
⑥	Vis M6x15	4x
⑦	Pile aaa	1x
⑧	Clé à molette	1x
⑨	Clé hexagonale	1x



CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Veuillez noter qu'une utilisation inappropriée de l'appareil d'entraînement des bras et des jambes peut entraîner des blessures.

Pour vous assurer que vous n'avez pas de problèmes de santé ou de restrictions physiques qui pourraient influencer l'entraînement, consultez votre médecin avant de commencer le programme d'exercices. Ceci est particulièrement important si vous prenez des médicaments. En outre, soyez toujours attentif aux signaux de votre corps et arrêtez immédiatement l'entraînement si des symptômes tels qu'une pression sur la poitrine ou des battements de cœur irréguliers apparaissent, si vous ressentez des douleurs ou si vous vous sentez mal. Dans ce cas, contactez immédiatement votre médecin.

Avant chaque utilisation, vérifiez le bon état de l'appareil et assurez-vous que les vis sont bien serrées. En cas de composants défectueux ou de bruits inhabituels pendant l'utilisation, interrompez l'entraînement et résolvez le problème avant de reprendre l'entraînement.

Assurez-vous que l'appareil d'entraînement des bras et des jambes est placé sur une surface stable et droite. Le cas échéant, protégez votre sol avec un support. Lorsque vous utilisez l'appareil, portez des vêtements appropriés qui offrent une liberté de mouvement suffisante et qui ne risquent pas de se prendre dans l'appareil.

Au début de l'entraînement, réglez la molette de réglage de la résistance sur un niveau de résistance faible. Le cas échéant, consultez votre médecin pour le choix de la résistance.

Ne vous redressez jamais sur l'appareil d'entraînement des bras et des jambes. Cela peut entraîner des blessures et endommager l'appareil. Ne vous entraînez qu'en position assise.

MONTAGE

Remarques importantes :

Avant de commencer le montage, lisez d'abord attentivement toutes les étapes de travail.

Préparation :

Déballez toutes les pièces et disposez-les clairement sur le sol.

Vérifiez d'abord l'état et l'intégralité de toutes les pièces. N'utilisez en aucun cas des pièces déjà endommagées. En cas d'endommagement ou de pièces incomplètes, contactez-nous.



Monter les pieds de support

Fixez le pied avant ② et le pied arrière ③ au cadre principal ①. Utilisez pour cela les rondelles ⑤ et les vis ⑥ fournies.

Fixer les pédales

Fixez la pédale gauche ④ à la manivelle gauche et la pédale droite ④ à la manivelle droite. Serrez la pédale droite dans le sens des aiguilles d'une montre et la pédale gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

CONSEILS D'UTILISATION



Écran

Allumez l'écran en appuyant sur le bouton rouge.

Régler la résistance

Plus vous tournez la molette de réglage, plus la résistance augmente.

Regolazione delle cinghie dei pedali

Le cinghie dei pedali sono regolabili in due misure. Possono essere allentate e riposizionate con un cacciavite.

ÉCRAN

L'écran s'allume dès que les pédales sont déplacées. Il est également possible d'allumer l'écran manuellement en appuyant sur le bouton rouge.

Après 4 minutes d'inactivité (aucun mouvement n'est détecté), l'écran s'éteint automatiquement.

L'écran offre les possibilités d'affichage suivantes :

- durée de l'entraînement (T),
- distance (D),
- nombre de tours effectués (C),
- nombre total de tours (T-C),
- calories brûlées (CA),
- temps d'entraînement, distance, tours effectués, nombre total de tours et calories brûlées en alternance (SCAN).

En appuyant successivement sur le bouton rouge, vous activez / désactivez le mode SCAN et passez d'un mode d'affichage à l'autre.

RÉINITIALISER L'AFFICHAGE

Pour réinitialiser toutes les valeurs, maintenez le bouton rouge enfoncé pendant 4 secondes. Veuillez noter que l'affichage du nombre total de tours (T-C) n'est réinitialisé que si la tension de la batterie est interrompue.

TEMPS D'ENTRAÎNEMENT (T)

Pour afficher la durée de l'entraînement, appuyez sur la touche rouge sous l'écran jusqu'à ce que la flèche (▲) pointe sur « T », mais que « SCAN » ne clignote pas. Si l'indication « SCAN » clignote, toutes les informations sont affichées en alternance.

Format d'affichage : 00:00 - 99:59 (HEURES:MINUTE)

DISTANCE (D)

Pour afficher la distance parcourue, appuyez sur le bouton rouge sous l'écran jusqu'à ce que la flèche (▲) pointe sur « D », mais que « SCAN » ne clignote pas. Si l'indication « SCAN » clignote, toutes les informations sont affichées en alternance.

Format d'affichage : 0 - 9999

NOMBRE DE TOURS EFFECTUÉS (C)

L'entraîneur de bras et de jambes move 5.0 compte les rotations. Pour afficher le nombre de tours effectués, appuyez sur le bouton rouge situé sous l'écran jusqu'à ce que la flèche (▲) pointe vers « C », mais que « SCAN » ne clignote pas. Si l'indication « SCAN » clignote, toutes les informations sont affichées en alternance.

Format d'affichage : 0 - 9999

NOMBRE TOTAL DE TOURS (T-C)

L'entraîneur de bras et de jambes move 5.0 compte les rotations. Pour afficher le nombre total de tours, appuyez sur le bouton rouge situé sous l'écran jusqu'à ce que la flèche (▲) pointe vers « T-C », mais que « SCAN » ne clignote pas. Si l'indication « SCAN » clignote, toutes les informations sont affichées en alternance.

Format d'affichage : 0 - 9999

CALORIES BRÛLÉES (CA)

Pour afficher les calories brûlées, appuyez sur le bouton rouge sous l'écran jusqu'à ce que la flèche (▲) pointe sur « CA », mais que « SCAN » ne clignote pas. Si l'indication « SCAN » clignote, toutes les informations sont affichées en alternance.

Format d'affichage : 0 - 9999

AFFICHAGE ALTERNÉ (SCAN)

Pour afficher en alternance le temps d'entraînement, la distance, les tours effectués, le nombre total de tours et les calories brûlées, sélectionnez l'une des possibilités d'affichage et veillez à ce que « SCAN » clignote simultanément. Les informations s'affichent alors en alternance. La flèche (▲) indique quelle information est affichée.

CHANGER LA PILE

Si l'affichage n'est pas clair, remplacez la pile de l'écran. Pour ce faire, retirez l'écran en tirant doucement sur le cadre. La pile se trouve à l'arrière. Veillez à l'insérer correctement.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

Éteignez l'appareil, nettoyez-le avec un produit de nettoyage non abrasif et un chiffon doux. Les nettoyeurs abrasifs et / ou les éponges de nettoyage tranchantes peuvent gravement endommager le produit et ne doivent donc pas être utilisés.

Veillez toujours à ce que l'appareil soit sec après le nettoyage.

MISE AU REBUT

Vous ne devez pas jeter cet appareil avec les ordures ménagères. La plupart des autorités locales disposent d'un système de collecte spécial pour les appareils électriques et l'élimination est gratuite pour l'utilisateur final.



CARACTERISTIQUES DU PRODUIT

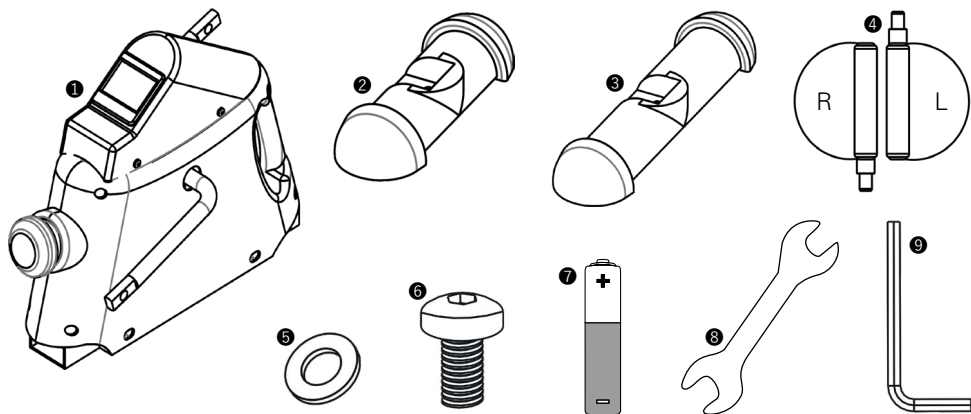
Sport-Tec Mini Vélo pour Bras et Jambes move 5.0	
N° de référence	22004
Couleur	noir / blanc
Pile	1,5 V AAA
Poids	3,5 kg
Dimensions (L x l x H)	39x33x30 cm
Pays d'origine	Made in China

INFORMAZIONI GENERALI

L'esercitatore per braccia e gambe move 5.0 è perfetto per l'allenamento a casa. Mettetevi comodi e allenate braccia e gambe con un solo dispositivo. La resistenza è regolabile in continuo tramite una rotella di regolazione. Grazie al suo semplice funzionamento, questo dispositivo di allenamento è ideale per le persone anziane. La cinghia di trasmissione consente movimenti fluidi e una regolazione precisa della resistenza.

DOTAZIONE DELLA FORNITURA

N.	Denominazione	Quantità
①	Telaio principale	1x
②	Cavalletto anteriore	1x
③	Cavalletto posteriore	1x
④	Pedali, coppia (destra/sinistra)	1x
⑤	Rondella ø 6 mm	4x
⑥	Vite M6x15	4x
⑦	Batteria aaa	1x
⑧	Chiave	1x
⑨	Chiave esagonale	1x



AVVERTENZE DI SICUREZZA

Si noti che un uso improprio dell'esercitatore per braccia e gambe può provocare lesioni.

Per assicurarsi di non avere limitazioni fisiche o di salute che potrebbero influire sull'allenamento, consultare il proprio medico prima di iniziare il programma di esercizi. Questo è particolarmente importante se si assumono farmaci. Inoltre, prestate sempre attenzione ai segnali del vostro corpo e interrompete immediatamente il programma di allenamento se avvertite sintomi come pressione sul petto o battito cardiaco irregolare, oppure se provate dolore o fastidio. In questo caso, contattare immediatamente il medico.

Prima di ogni utilizzo, verificare che il dispositivo sia in buone condizioni e che le viti siano ben strette. In caso di componenti difettosi o di rumori insoliti durante l'uso, interrompere l'allenamento e risolvere il problema prima di continuare.

Assicurarsi che l'esercitatore per braccia e gambe sia posizionato su una superficie stabile e piana. Se necessario, proteggere il pavimento con un sottofondo. Quando si utilizza l'apparecchio, indossare indumenti adatti che offrano sufficiente libertà di movimento e non possano impigliarsi nell'apparecchio.

All'inizio dell'allenamento, impostare la rotella di regolazione della resistenza su un livello di resistenza basso. Se necessario, consultare il medico per la scelta della resistenza.

Non sedersi mai sul dispositivo. Ciò può causare lesioni e danni all'apparecchio. Eseguire l'esercizio solo in posizione seduta.

MONTAGGIO

Informazioni importanti:

Prima di iniziare il montaggio, leggere attentamente tutti i passaggi.

Preparazione:

Disimballare tutti i pezzi e disporli chiaramente sul pavimento.

Verificare innanzitutto lo stato e la completezza di tutte le parti. Non utilizzare mai parti già danneggiate. Contattateci in caso di danni o incompletezza.



Montaggio dei piedini

Fissare il cavalletto anteriore ② e quello posteriore ③ al telaio principale ①. Utilizzare le rondelle ⑤ e le viti ⑥ fornite a questo scopo.

Fissare i pedali

Collegare il pedale sinistro ④ alla pedivella sinistra e il pedale destro ④ alla pedivella destra. Serrare il pedale destro in senso orario e il pedale sinistro in senso antiorario.

ISTRUZIONI PER L'USO



Display

Accendere il display premendo il pulsante rosso.

Impostazione della resistenza

Più si ruota la rotella di regolazione, più aumenta la resistenza.

Regolazione delle cinghie dei pedali

Le cinghie dei pedali sono regolabili in due misure. Possono essere allentate e riposizionate con un cacciavite.

DISPLAY

Il display si accende non appena si muovono i pedali. In alternativa, è possibile accendere il display manualmente premendo il pulsante rosso.

Dopo 4 minuti di inattività (non viene rilevato alcun movimento), il display si spegne automaticamente.

Il display offre le seguenti opzioni di visualizzazione:

- tempo di allenamento (T),
- distanza (D),
- giri completati (C),
- giri totali (T-C),
- calorie bruciate (CA),
- tempo di allenamento, distanza, giri completati, giri totali e calorie bruciate alternativamente (SCAN).

Premere il pulsante rosso in successione per attivare/disattivare la modalità SCAN e passare tra le diverse modalità di visualizzazione.

AZZERAMENTO DEL DISPLAY

Per azzerare tutti i valori, tenere premuto il pulsante rosso per 4 secondi. Si noti che il display dei giri totali (T-C) viene azzerato solo quando la tensione della batteria viene interrotta.

TEMPO DI ALLENAMENTO (T)

Per visualizzare la distanza percorsa, tenere premuto il pulsante rosso sotto il display fino a quando la freccia (▲) punta su "D" ma "SCAN" non lampeggia. Se il display "SCAN" lampeggia, tutte le informazioni vengono visualizzate alternativamente.

Formato del display: 00:00 - 99:59 (ORE:MIN)

DISTANZA (D)

Um sich die absolvierte Entfernung anzeigen zu lassen, drücken Sie die rote Taste unterhalb des Displays so lange bis der Pfeil (▲) auf "D" zeigt, "SCAN" aber nicht aufblinkt. Blinkt die Anzeige „SCAN“ werden alle Informationen im Wechsel angezeigt.

Formato del display: 0.000 - 0.999

ROTAZIONI COMPLETATE (C)

L'esercitatore per braccia e gambe movimento 5.0 conta le rotazioni. Per visualizzare le rotazioni completate, tenere premuto il pulsante rosso sotto il display finché la freccia (▲) non punta su "C" ma "SCAN" non lampeggia. Se il display "SCAN" lampeggia, tutte le informazioni vengono visualizzate alternativamente.

Formato del display: 0 - 9999

GIRI TOTALI (T-C)

L'esercitatore per braccia e gambe move 5.0 conta i giri. Per visualizzare i giri totali, tenere premuto il pulsante rosso sotto il display finché la freccia (▲) non punta su "T-C" ma "SCAN" non lampeggia. Se il display "SCAN" lampeggia, tutte le informazioni vengono visualizzate alternativamente.

Formato del display: 0 - 9999

CALORIE BRUCIATE (CA)

Per visualizzare le calorie bruciate, tenere premuto il pulsante rosso sotto il display finché la freccia (▲) non punta su "CA" ma "SCAN" non lampeggia. Se il display "SCAN" lampeggia, tutte le informazioni vengono visualizzate alternativamente.

Formato del display: 0 - 9999.9

VISUALIZZAZIONE ALTERNATA (SCAN)

Per visualizzare alternativamente il tempo di allenamento, la distanza, i giri completati, i giri totali e le calorie bruciate, selezionare una delle opzioni di visualizzazione e assicurarsi che "SCAN" lampeggi contemporaneamente. Le informazioni vengono ora visualizzate alternativamente. La freccia (▲) permette di riconoscere quale informazione è attualmente visualizzata.

SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA

Se il display non è chiaro, sostituire la batteria del display. A tale scopo, rimuovere il display tirando con cautela la cornice. La batteria si trova sul retro. Assicurarsi di inserire correttamente la batteria.

MANUTENZIONE E PULIZIA

Spegnere l'apparecchio e pulirlo con un detergente non abrasivo e un panno morbido. I detersivi abrasivi e/o le spugne affilate possono danneggiare gravemente il prodotto e pertanto non devono essere utilizzati.

Assicurarsi sempre che l'apparecchio sia sempre asciutto dopo la pulizia.

SMALTIMENTO

Non smaltire questo apparecchio con i rifiuti domestici. La maggior parte delle autorità locali dispone di un sistema di raccolta speciale per gli apparecchi elettrici e lo smaltimento è gratuito per l'utente finale.



CARATTERISTICHE DEL PRODOTTO

	Sport-Tec Mini Cyclette per Braccia e Gambe move 5.0
Art.n.	22004
Colore	negro / blanco
Batteria	1,5 V AAA
Peso	3,5 kg
Dimensioni (LxPxA)	39x33x30 cm
Paese d'origine	Made in China

DE

EN

FR

IT

ES

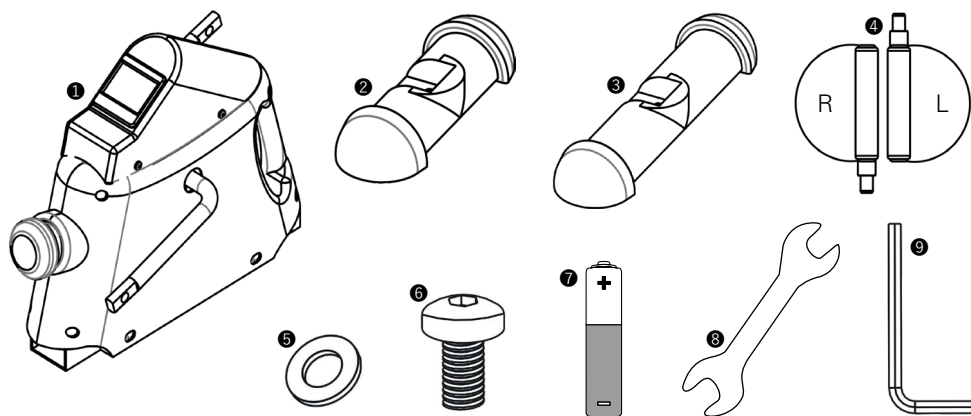
NL

INFORMACIÓN GENERAL

El ejercitador de brazos y piernas move 5.0 es perfecto para su entrenamiento en casa. Póngase cómodo y entrene brazos y piernas con un solo aparato. La resistencia es infinitamente variable mediante una rueda de ajuste. Gracias a su sencillo manejo, este aparato de entrenamiento es ideal para personas mayores. La correa de transmisión permite movimientos suaves y una regulación precisa de la resistencia.

CONTENIDO DE LA ENTREGA

No.	Denominación	Cantidad
1	Bastidor principal	1x
2	Caballote delantero	1x
3	Caballote trasero	1x
4	Pedales, par (derecha/izquierda)	1x
5	Arandela ø 6 mm	4x
6	Tornillo M6x15	4x
7	Pila aaa	1x
8	Llave	1x
9	Llave hexagonal	1x



INDICACIONES DE SEGURIDAD

Tenga en cuenta que el uso inadecuado del ejercitador de brazos y piernas puede provocar lesiones.

Para asegurarse de que no tiene restricciones físicas o de salud que puedan afectar a su entrenamiento, consulte a su médico antes de iniciar el programa de ejercicios. Esto es especialmente importante si está tomando medicación. Además, preste siempre atención a las señales de su cuerpo y detenga inmediatamente el programa de entrenamiento si experimenta síntomas como presión en el pecho o latidos irregulares del corazón, o si siente dolor o malestar. En este caso, póngase en contacto con su médico inmediatamente.

Antes de cada uso, comprueba que el aparato esté en buen estado y asegúrate de que los tornillos estén bien apretados. En caso de componentes defectuosos o ruidos extraños durante el uso, interrumpa el entrenamiento y solucione el problema antes de continuar.

Asegúrese de que el ejercitador de brazos y piernas está colocado sobre una superficie estable y nivelada. Proteja el suelo con una base si es necesario. Cuando utilice el aparato, lleve ropa adecuada que ofrezca suficiente libertad de movimiento y no pueda engancharse en el aparato.

Coloque la rueda de ajuste para regular la resistencia en un nivel de resistencia bajo al inicio del entrenamiento. En caso necesario, consulte a su médico sobre la elección de la resistencia.

Nunca se sienta sobre el dispositivo. Esto puede provocar lesiones y daños en el aparato. Ejercítese únicamente en posición sentada.

MONTAJE

Información importante:

Antes de iniciar el montaje, lea atentamente todos los pasos.

Preparación:

Desembale todas las piezas y colóquelas claramente en el suelo.

Compruebe primero el estado y la integridad de todas las piezas. No utilice nunca piezas que ya estén dañadas. Póngase en contacto con nosotros en caso de que estén dañadas o incompletas.



Colocación de los pies

Fije el caballete delantero ② y el trasero ③ al bastidor principal ①. Utilice para ello las arandelas ⑤ y los tornillos ⑥ suministrados.

Fijación de los pedales

Fije el pedal izquierdo ④ a la biela izquierda y el pedal derecho ④ a la biela derecha. Apriete el pedal derecho en el sentido de las agujas del reloj y el pedal izquierdo en sentido contrario.

INDICACIONES DE USO



Pantalla

Encienda la pantalla pulsando el botón rojo.

Ajuste de la resistencia

Cuanto más gire la rueda de ajuste, mayor será la resistencia.

Ajuste de las correas de los pedales

Las correas de los pedales son ajustables en dos tamaños. Pueden aflojarse y recolocarse con un destornillador.

PANTALLA

La pantalla se enciende en cuanto se mueven los pedales. También puede encender la pantalla manualmente pulsando el botón rojo.

Tras 4 minutos de inactividad (no se detecta ningún movimiento), la pantalla se apaga automáticamente.

La pantalla ofrece las siguientes opciones de visualización:

- tiempo de entrenamiento (T),
- distancia (D),
- revoluciones completadas (C),
- revoluciones totales (T-C),
- calorías quemadas (CA),
- tiempo de entrenamiento, distancia, revoluciones completadas, revoluciones totales y calorías quemadas alternativamente (SCAN).

Pulse sucesivamente el botón rojo para activar/desactivar el modo SCAN y pasar de un modo de visualización a otro.

PUESTA A CERO DE LA PANTALLA

Para restablecer todos los valores, mantenga pulsado el botón rojo durante 4 segundos. Tenga en cuenta que la indicación del total de revoluciones (T-C) sólo se pone a cero cuando se interrumpe la tensión de la batería.

TIEMPO DE ENTRENAMIENTO (T)

Para visualizar el tiempo de entrenamiento, pulse el botón rojo situado debajo de la pantalla hasta que la flecha (▲) señale «T» pero «SCAN» no parpadee. Si la indicación «SCAN» parpadea, se muestra alternativamente toda la información.

Formato de visualización: 00:00 - 99:59 (HORA:MIN)

DISTANCIA (D)

Para visualizar la distancia recorrida, mantenga pulsado el botón rojo situado debajo de la pantalla hasta que la flecha (▲) señale «D» pero «SCAN» no parpadee. Si la indicación «SCAN» parpadea, se muestra alternativamente toda la información.

Formato de visualización: 0.000 - 0.999

ROTACIONES COMPLETADAS (C)

El ejercitador de brazos y piernas move 5.0 cuenta las revoluciones. Para visualizar las rotaciones completadas, mantenga pulsado el botón rojo situado debajo de la pantalla hasta que la flecha (▲) señale «C» pero «SCAN» no parpadee. Si la indicación «SCAN» parpadea, toda la información se visualiza alternativamente.

Formato de visualización: 0 - 9999

REVOLUCIONES TOTALES (T-C)

El ejercitador de brazos y piernas move 5.0 cuenta las revoluciones. Para visualizar el total de revoluciones, mantenga pulsado el botón rojo situado debajo de la pantalla hasta que la flecha (▲) señale «T-C» pero «SCAN» no parpadee. Si la indicación «SCAN» parpadea, toda la información se visualiza alternativamente.

Formato de visualización: 0 - 9999

CALORÍAS QUEMADAS (CA)

Para visualizar las calorías quemadas, mantenga pulsado el botón rojo situado debajo de la pantalla hasta que la flecha (▲) señale «CA» pero «SCAN» no parpadee. Si la indicación «SCAN» parpadea, se muestra alternativamente toda la información.

Formato de visualización: 0 - 9999.9

VISUALIZACIÓN ALTERNA (SCAN)

Para visualizar alternativamente el tiempo de entrenamiento, la distancia, las revoluciones completadas, el total de revoluciones y las calorías quemadas, seleccione una de las opciones de visualización y asegúrese de que «SCAN» parpadea al mismo tiempo. Ahora la información se muestra alternativamente. Puedes reconocer qué información se está mostrando en ese momento por la flecha (▲).

CAMBIAR LA PILA

Si la pantalla no está clara, cambie la pila de la pantalla. Para ello, retire la pantalla tirando con cuidado del marco. La batería se encuentra en la parte posterior. Asegúrese de insertar la batería correctamente.

CUIDADO Y LIMPIEZA

Apague el aparato y límpielo con un producto de limpieza no abrasivo y un paño suave. Los limpiadores abrasivos y/o las esponjas de limpieza afiladas pueden dañar gravemente el producto, por lo que no deben utilizarse.

Asegúrese siempre de que el aparato esté seco después de limpiarlo.

ELIMINACIÓN

No debe desechar este aparato con la basura doméstica. La mayoría de las autoridades locales tienen un sistema especial de recogida de aparatos eléctricos y su eliminación es gratuita para el usuario final.



CARACTERÍSTICAS DEL PRODUCTO

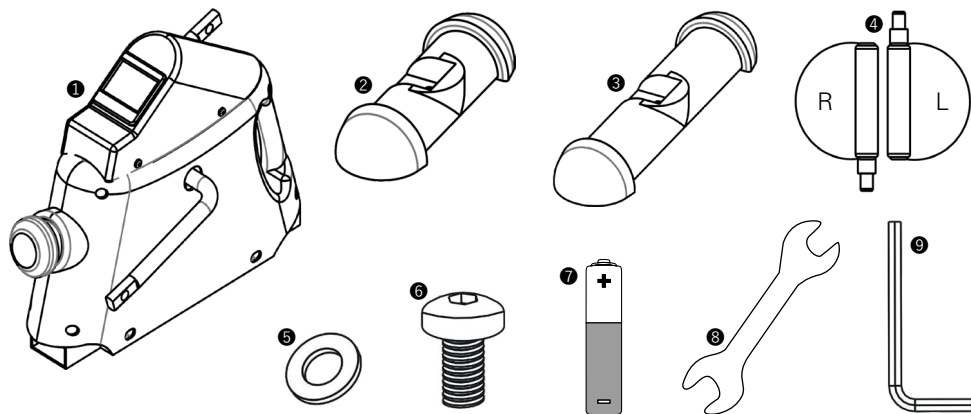
Sport-Tec Mini Bicicleta Estática para Brazos y Piernas move 5.0	
No. de artículo	22004
Color	negro / blanco
Pila	1,5 V AAA
Peso	3,5 kg
Dimensiones (largo x ancho x alto):	39x33x30 cm
País de origen	Made in China

ALGEMEEN

De move 5.0 arm- en beentrainer is perfect voor je thuistraining. Maak het jezelf gemakkelijk en train je armen en benen op slechts één apparaat. De weerstand is traploos instelbaar via een regelwiel. Dankzij de eenvoudige bediening is dit trainingsapparaat ideaal voor oudere mensen. De aandrijfriem maakt soepele bewegingen en precieze regeling van de weerstand mogelijk.

INBEGREPEN IN DE LEVERING

Nr.	Benaming	Aantal
1	Hoofdframe	1x
2	Voorstandaard	1x
3	Achterstandaard	1x
4	Pedalen, paar (rechts/links)	1x
5	Sluitring ø 6 mm	4x
6	M6x15 schroef	4x
7	Aaa-batterij	1x
8	Steeksleutel	1x
9	Inbussleutel	1x



VEILIGHEIDSIINSTRUCTIES

Houd er rekening mee dat onjuist gebruik van de arm- en beentrainers kan leiden tot blessures.

Raadpleeg uw arts voordat u met het trainingsprogramma begint om er zeker van te zijn dat u geen gezondheids- of lichamelijke beperkingen hebt die uw training kunnen beïnvloeden. Dit is vooral belangrijk als u medicijnen gebruikt. Let daarnaast altijd op de signalen van uw lichaam en stop het trainingsprogramma onmiddellijk als u symptomen ervaart zoals druk op uw borst of een onregelmatige hartslag, of als u pijn of ongemak voelt. Neem in dat geval onmiddellijk contact op met uw arts.

Controleer voor elk gebruik of het apparaat in goede staat is en of de schroeven goed vastzitten. In het geval van defecte onderdelen of ongewone geluiden tijdens het gebruik, onderbreek de training en verhelp het probleem voordat u verder traint.

Zorg ervoor dat de arm- en beentrainer op een stabiele en vlakke ondergrond staat. Bescherm uw vloer indien nodig met een onderlaag. Draag bij het gebruik van het toestel geschikte kleding die voldoende bewegingsvrijheid biedt en niet in het toestel verstrikt kan raken.

Stel het instelwiel voor het regelen van de weerstand aan het begin van de training in op een laag weerstandsniveau. Raadpleeg indien nodig uw arts over de keuze van de weerstand.

Ga nooit op de arm- en beentrainer staan. Dit kan leiden tot letsel en schade aan het apparaat. Train alleen zittend.

MONTAGE

Belangrijke informatie:

Lees alle stappen zorgvuldig door voordat je met de montage begint.

Vorbereiding:

Pak alle onderdelen uit en leg ze overzichtelijk op de grond.

Controleer eerst de staat en volledigheid van alle onderdelen. Gebruik nooit onderdelen die al beschadigd zijn. Neem contact met ons op in geval van schade of onvolledigheid.



De voeten monteren

Bevestig de voorste standaard **2** en de achterste standaard **3** aan het hoofdframe **1**. Gebruik hiervoor de bijgeleverde sluitringen **5** en schroeven **6**.

De pedalen bevestigen

Bevestig het linker pedaal **4** aan de linker crank en het rechter pedaal **4** aan de rechter crank. Draai het rechterpedaal rechtsom vast en het linkerpedaal linksom.

AANWIJZINGEN VOOR HET GEBRUIK



Display

Schakel het display in door op de rode knop te drukken.

De weerstand instellen

Hoe verder je aan het stelwiel draait, hoe groter de weerstand.

De pedaalriemen aanpassen

De pedaalriemen zijn verstelbaar in twee maten. Ze kunnen losgemaakt en verplaatst worden met een schroevendraaier.

DISPLAY

Het display wordt ingeschakeld zodra de pedalen worden bewogen. U kunt het display ook handmatig inschakelen door op de rode knop te drukken.

Na 4 minuten inactiviteit (er wordt geen beweging gedetecteerd) schakelt het display automatisch uit.

Het display biedt de volgende weergavemogelijkheden:

- trainingstijd (T),
- afstand (D),
- voltooide omwentelingen (C),
- totaal aantal omwentelingen (T-C),
- verbrande calorieën (CA),
- trainingstijd, afstand, voltooide omwentelingen, totaal aantal omwentelingen en verbrande calorieën afwisselend (SCAN).

Druk achtereenvolgens op de rode knop om de SCAN-modus te activeren/deactiveren en tussen de verschillende weergavemodi te schakelen.

HET DISPLAY RESETTEN

Houd de rode knop 4 seconden ingedrukt om alle waarden te resetten. Let op: de weergave voor het totale aantal omwentelingen (T-C) wordt alleen gereset als de accuspanning wordt onderbroken.

TRAININGSTIJD (T)

Om de trainingstijd weer te geven, drukt u op de rode knop onder het display totdat de pijl (▲) naar "T" wijst maar "SCAN" niet knippert. Als het "SCAN"-display knippert, wordt alle informatie afwisselend weergegeven.

Weergaveformaat: 00:00 - 99:59 (UUR:MIN)

AFSTAND (D)

Om de afgelegde afstand weer te geven, houdt u de rode knop onder het display ingedrukt totdat de pijl (▲) naar "D" wijst, maar "SCAN" niet knippert. Als het "SCAN"-display knippert, wordt alle informatie afwisselend weergegeven.

Weergaveformaat: 0.000 - 0.999

VOLTOOIDE OMWENTELINGEN (C)

De arm- en beentrainer beweging 5.0 telt de omwentelingen. Om de voltooide rotaties weer te geven, houdt u de rode knop onder het display ingedrukt totdat de pijl (▲) naar "C" wijst maar "SCAN" niet knippert. Als het "SCAN"-display knippert, wordt alle informatie afwisselend weergegeven.

Weergaveformaat: 0 - 9999

TOTAAL AANTAL OMWENTELINGEN (T-C)

De arm- en beentrainer beweging 5.0 telt de omwentelingen. Om het totale aantal omwentelingen weer te geven, houdt u de rode knop onder het display ingedrukt totdat de pijl (▲) naar "T-C" wijst maar "SCAN" niet knippert. Als het "SCAN"-display knippert, wordt alle informatie afwisselend weergegeven.

Weergaveformaat: 0 - 9999

VERBRANDE CALORIEËN (CA)

Om de verbrande calorieën weer te geven, houdt u de rode knop onder het display ingedrukt totdat de pijl (▲) naar "CA" wijst, maar "SCAN" niet knippert. Als het "SCAN"-display knippert, wordt alle informatie afwisselend weergegeven.

Weergaveformaat: 0 - 9999.9

AFWISSELENDE WEERGAVE (SCAN)

Om de trainingstijd, afstand, voltooide omwentelingen, totaal aantal omwentelingen en verbrande calorieën afwisselend weer te geven, selecteer je een van de weergaveopties en zorg je ervoor dat "SCAN" tegelijkertijd knippert. De informatie wordt nu afwisselend weergegeven. U kunt aan de pijl (▲) zien welke informatie op dat moment wordt weergegeven.

DE BATTERIJ VERVANGEN

Vervang de displaybatterij als het display onduidelijk is. Verwijder hiervoor het display door voorzichtig aan het frame te trekken. De batterij bevindt zich aan de achterkant. Zorg ervoor dat u de batterij op de juiste manier plaatst.

ONDERHOUD EN REINIGING

Schakel het apparaat uit en maak het schoon met een niet-schurend schoonmaakmiddel en een zachte doek. Schurende reinigingsmiddelen en/of scherpe reinigingssponzen kunnen het product ernstig beschadigen en mogen daarom niet worden gebruikt.

Zorg ervoor dat het apparaat na het schoonmaken altijd droog is.

VERWIJDERING

Gooi dit apparaat niet weg met het huishoudelijk afval. De meeste gemeentes hebben een speciaal inzamelsysteem voor elektrische apparaten en de verwijdering is gratis voor de eindgebruiker.



PRODUCTEIGENSCHAPPEN

	Sport-Tec Arm- en Beentrainer move 5.0
Art.nr.	22004
Kleur	zwart / wit
Batterij	1,5 V AAA
Gewicht	3,5 kg
Afmetingen (LxBxH)	39x33x30 cm
Land van herkomst	Made in China

DE

EN

FR

IT

ES

NL



Sport-Tec GmbH
Physio & Fitness
Lemberger Str. 255
D-66955 Pirmasens

Tel.: +49 (0) 6331 1480-0
Fax: +49 (0) 6331 1480-220
E-Mail: info@sport-tec.de
Web: www.sport-tec.de