

# STIL-FIT<sup>INT.</sup>

Bedienungsanleitung

ERGOMETER PURE



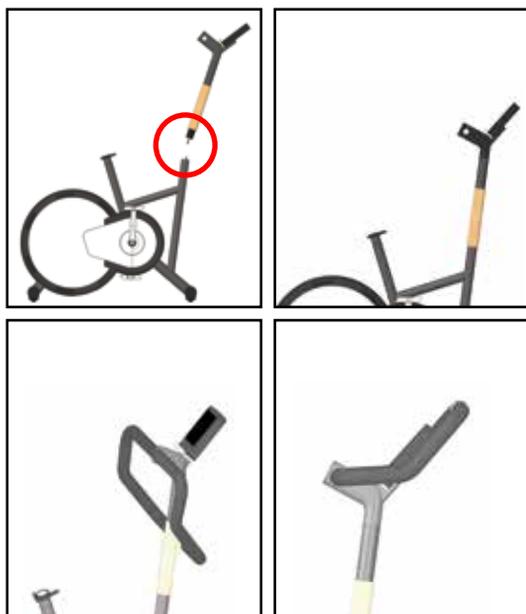
we refine fitness

# Montage

In wenigen Schritten ist das Ergometer betriebsbereit. Der Grundkörper ist komplett montiert. Sie müssen lediglich die Fronteinheit mit dem Rahmen verbinden.

## Schritt 1

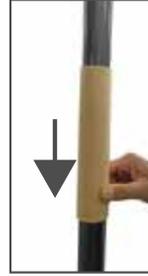
Schieben Sie die Holzblende auf das Frontrrohr. Verbinden Sie die beiden Kabel an der Fronteinheit. Beachten Sie die Markierung. Idealerweise führen Sie diesen Schritt zu Zweit aus. Die beiden Stecker haben eine Raste. Vergewissern Sie sich, dass die Verbindung fest hält. Stecken Sie dann die Einheit in den Rahmen.



Die beiden Teile sind jeweils in einem Karton verpackt.

## Schritt 2

Montieren Sie den Lenker. Unsere Empfehlung ist den Lenker wie im Bild gezeigt parallel zum Computer auszurichten. Sie können jedoch auch eine andere Stellung wählen.



### Schritt 3

Schieben Sie die Holzblende nach oben. Sie sehen dann auf der Frontseite ein Bohrloch. Dort befindet sich eine Madenschraube. Nehmen Sie den Inbusschlüssel und drehen die Schraube im Uhrzeigersinn ganz fest zu. So fixieren Sie die Fronteinheit im Rohr.

**Drehen Sie die Schraube niemals heraus. Achten Sie darauf, dass die Fronteinheit gerade ausgerichtet ist.**

Nehmen Sie die Gummitülle und stecken diese in das Bohrloch am Frontrrohr und schieben dann die Manschette nach unten.

## Höhenverstellung des Sattels

Stecken Sie den Sattel in den Rahmen. Der Sattel lässt sich stufenlos in der Höhe verstellen. Sollte sich das Sattelerohr nicht komplett feststellen lassen, drehen Sie die Rändelschraube am Schnellspanner etwas bei geöffnetem Hebel zu.



## Einstellung Sattel

Sie können den Sattel horizontal und im Winkel verstellen.



## **Montage der Transportrollen**

Die Transportrollen können optional am hinteren Fuß montiert werden. Verwenden Sie dazu die bereits montierten Schrauben am hinteren Fuß.

## **Einstellung Standfüße**

Das STIL-FIT Ergometer hat vier höhenverstellbare Standfüße. Zu Beginn sollten alle Füße komplett eingedreht sein. Testen Sie ob ein Standfuß in der Luft steht. Drehen Sie diesen soweit heraus bis das Ergometer fest steht.

## **Tablethalter**

Das STIL-FIT Ergometer hat einen Tablethalter. Sie können das Tablet dort auf den Screen legen und das Internet nutzen oder auch virtuelle Touren mit der App Kinomap fahren.

## **Optional tauschbare Anbauteile Pedale**

Alle im Fahrradhandel erwerbbaaren Pedale, auch Klickpedale, können montiert werden.

## **Sattel**

Alle im Fahrradhandel erwerbbaaren Modelle können montiert werden. Hinweis: Sie können eine zusätzliche Sattelstange kaufen, damit können Sie Sattel mit Sattelstange komplett nach Wunsch tauschen. Das macht Sinn wenn mehrere Personen mit verschiedenen Sättel trainieren möchten.

## **Sattelstange**

Falls Sie eine andere Sattelstange nutzen möchten, der Durchmesser beträgt 31,6 mm. Eine überlange Sattelstange ist als Zubehör lieferbar.

# Trainingscomputer

Der Screen startet durch Treten und erlischt nach dem Training automatisch.

## Programme:

<b>Schnellstart</b>	1- 32 Widerstandsstufen
<b>Manuell</b>	1- 32 Widerstandsstufen mit Zeitvorwahl
<b>Beginner 1</b>	15 Minuten Level 6-10
<b>Beginner 2</b>	30 Minuten Level 6-10
<b>Fortgeschritten 1</b>	20 Minuten Level 8-14
<b>Fortgeschritten 2</b>	30 Minuten Level 10-14
<b>Fortgeschritten 3</b>	45 Minuten Level 10-16
<b>Watt Konstant</b>	Einstellbar in 5 Watt Schritten
<b>Cardio Fitness</b>	Pulswert 75% vom Maximalpuls
<b>Cardio Fatburner</b>	Pulswert 65% vom Maximalpuls

Bei den Cardioprogrammen kann der Zielpulswert jederzeit während des Trainings geändert werden.

Der Trainingscomputer hat eine Datenspeicherung für 5 Nutzer. Als angemeldeter Benutzer können Sie mit einem Tastendruck das zuletzt genutzte Programm wieder starten.

Die Pulsübertragung erfolgt über Bluetooth smart. Wir empfehlen den Pulssensor OH1 von polar.

Die verfügbaren Sprachen sind Englisch und Deutsch.

## Hinweis virtuelle Touren mit Kinomap

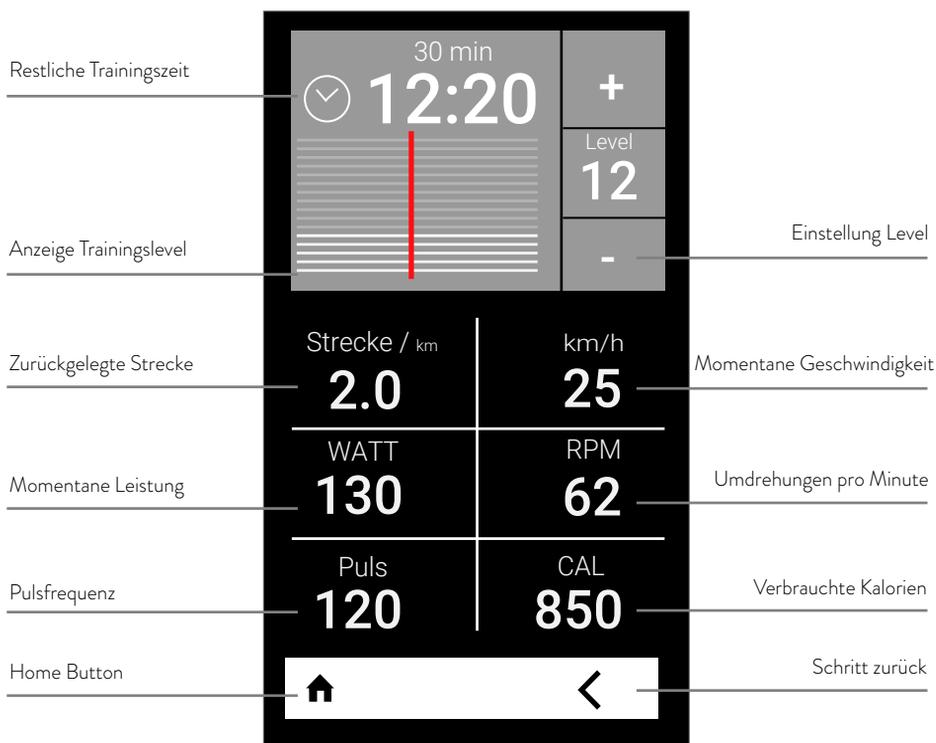
Das Ergometer PURE ist kompatibel mit Kinomap. Mit dieser App können Sie tausende Trainingsstrecken auf der ganzen Welt nutzen.

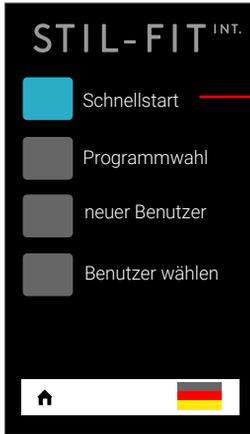
[www.kinomap.com](http://www.kinomap.com)



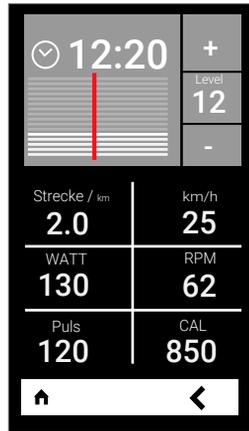
# Trainings Screen

Mit der Schnellstarttaste im Startscreen können Sie ein manuelles Programm sofort starten und mit 1 - 32 Widerstandstufen trainieren. Alle anderen Programme stehen Ihnen unter Programmauswahl zur Verfügung. Die Trainingsdaten können für 5 Benutzer gespeichert werden. In Ihrem Nutzerprofil können Sie sofort mit dem letzten Training wieder starten.

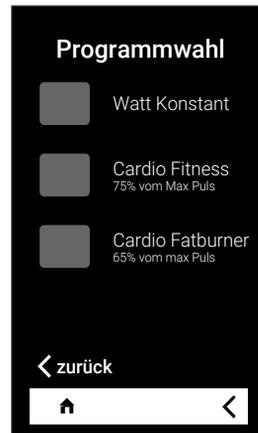




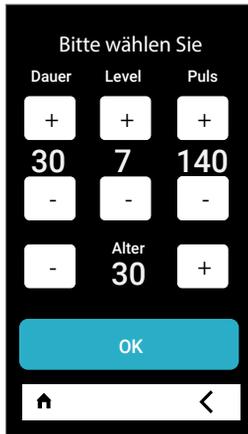
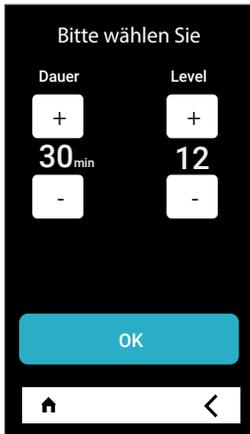
Start Screen



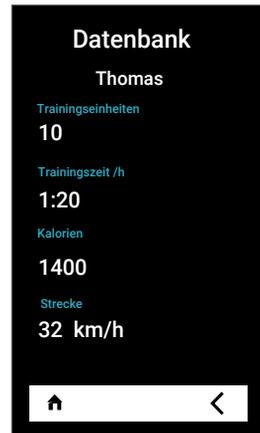
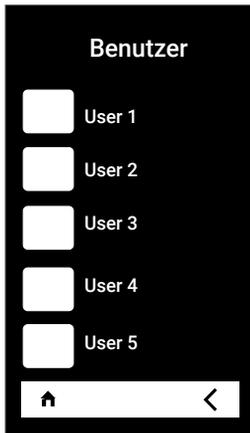
Bei Schnellstart können Sie sofort mit diesem Screen Ihr Training beginnen.



Screen Programmwahl



Screen zur Voreinstellung



Screens zur Datenverwaltung und Benutzereinstellung

# Technische Daten

Das Ergometer hat eine Wirbelstrombremse mit eingebautem Generator. Es ist kein Stromanschluss erforderlich. Durch Treten schaltet sich der Trainingscomputer ein. Nach Beendigung des Trainings schaltet er sich automatisch ab. An der Unterseite des Gehäuses befindet sich ein Fach für 10 AA Akkuzellen. Diese sorgen dafür, dass der Trainingscomputer im Betrieb bleibt, wenn Sie zwischendurch mit Treten aufhören. Während des Trainings werden die Zellen ständig geladen. Sollten Sie nach längerem Nichtgebrauch entladen sein, können Sie diese mit dem mitgelieferten Ladegerät wieder laden. Die Ladebuchse befindet sich auf der Rückseite des Kunststoffgehäuses. Sollten die Akkus defekt sein, können Sie diese mit handelsüblichen Zellen ersetzen. Dazu müssen Sie die Schrauben des Akkufachs auf der Unterseite lösen und das Akkupaket herausziehen.

## **Ergometer SFE-009/2**

- Induktionsbremse in Studioqualität mit Generatorsystem
- Leistung 50 – 400 Watt
- 4,3“ TFT Touch Screen Monitor
- 2 Cardio Programme
- Manueller Modus – 32 Widerstandstufen
- Watt Programm – in 5-Watt Stufen einstellbar
- 5 Hügelprogramme
- Datenspeicherung für 5 Nutzer
- Die Pulsübertragung erfolgt über Bluetooth smart
- Sprachen: Deutsch, Englisch
- Keine externe Stromversorgung nötig
- Gewicht 38kg
- Transporträder optional montierbar

## Gewährleistung - Garantie

STIL-FIT International GmbH gewährt 2 Jahre Garantie auf das Ergometer im Bereich Heimgebrauch.

Sollte bei Ihrem Ergometer ein Defekt auftreten wenden Sie sich direkt an uns oder Ihren Händler. Wir reparieren das Gerät im Vorortservice bei Ihnen zuhause durch unsere Servicepartner innerhalb von Deutschland und Österreich.

Mail: [service@stil-fit.com](mailto:service@stil-fit.com)

Telefon: +49.89.13 93 60 40



# STIL-FIT Produkte



STIL-FIT Rudergät FLOW ONE



STIL-FIT AB Trainer



STIL-FIT Back Stretch



STIL-FIT Faszienrolle



STIL-FIT Kabelzug

[www.stil-fit.com](http://www.stil-fit.com)

we refine fitness

STIL-FIT International GmbH  
Friedenstrasse 18a  
81671 München  
Germany

Tel: +49.89.13 93 60 40  
Fax: +49.89.13 93 60 43

**[info@stil-fit.com](mailto:info@stil-fit.com)**  
**[www.stil-fit.com](http://www.stil-fit.com)**