



! WARNUNG

Verwenden Sie das Gerät erst, nachdem Sie das hier online zur Verfügung gestellte Benutzerhandbuch gelesen und verstanden haben: www.nautilusinternational.com

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

Seriennummer _____ Kaufdatum _____

Um Ihr Produkt für Garantieleistungen zu registrieren, wenden Sie sich an Ihren Fachhändler vor Ort. Bei Fragen oder Problemen rund um Ihr Produkt wenden Sie sich an Ihren Händler vor Ort. Eine Händlerliste finden Sie hier: www.nautilusinternational.com

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

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

Bitte beachten Sie folgende Warnhinweise:

! Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät.
Lesen Sie die Aufbauanleitungen sorgfältig durch und stellen Sie sicher, dass Sie sie verstanden haben.

- Unbeteiligte Dritte und Kinder müssen während des Zusammenbaus des Geräts Abstand halten.
- Legen Sie die Batterien erst dann in das Gerät ein, wenn dies in der Aufbauanleitung angegeben ist.
- Bauen Sie das Gerät nicht im Freien oder in feuchter Umgebung auf.
- Stellen Sie sicher, dass das Gerät an einem geeigneten Platz zusammengebaut wird, wo es keinen Durchgangsverkehr und keine unbeteiligten Dritte gibt.
- Einige Bauteile des Geräts sind schwer und/oder sperrig. Der Aufbau dieser Teile muss mithilfe einer zweiten Person erfolgen. Führen Sie Schritte, bei denen schwere oder sperrige Teile gehoben oder bewegt werden müssen, nicht alleine durch.
- Montieren Sie das Gerät nur auf einer stabilen, ebenen und horizontalen Fläche.
- Versuchen Sie nicht, das Design oder die Funktionalität des Geräts zu ändern. Dies könnte die Sicherheit des Geräts beeinträchtigen und führt zum Erlöschen der Garantie.
- Wenn Ersatzteile benötigt werden, verwenden Sie nur Originalersatzteile und Schrauben von Nautilus. Wenn keine Originalersatzteile verwendet werden, besteht für den Benutzer ein Risiko. Außerdem kann der korrekte Betrieb des Geräts beeinträchtigt werden und die Garantie erlöschen.
- Nehmen Sie das Gerät erst in Betrieb, wenn es vollständig aufgebaut und die korrekte Funktionstüchtigkeit gemäß dem Benutzerhandbuch überprüft wurde.
- Lesen Sie das mitgelieferte Benutzerhandbuch vor dem ersten Gebrauch genau durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.
- Führen Sie alle Montageschritte in der angegebenen Reihenfolge durch. Eine fehlerhafte Montage kann Verletzungen zur Folge haben.

• BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG AUF!

Beachten Sie vor der Verwendung dieses Geräts folgende Warnungen:

! Lesen Sie das Handbuch vollständig durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.
Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät. Wenn sich ein Warnaufkleber löst, unleserlich wird oder entfernt wurde, wenden Sie sich an Ihren Händler vor Ort, um Ersatz zu erhalten.

- Kinder dürfen sich nicht auf dem Gerät oder in der Nähe des Geräts aufhalten. Bewegliche Teile und andere Gerätekomponenten stellen eine Gefahr für Kinder dar.
- Das Gerät ist nicht für die Verwendung durch Personen unter 14 Jahren geeignet.
- Vor Beginn des Trainings sollten Sie Ihren Hausarzt konsultieren. Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Schmerzen oder ein Engegefühl im Brustkorb, Atemnot oder Schwindelanfälle verspüren. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie wieder mit dem Gerät trainieren. Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen.
- Prüfen Sie das Gerät vor jeder Verwendung auf lose Teile oder Verschleißerscheinungen. Verwenden Sie es nicht, falls Sie solche Teile finden. Prüfen Sie Sattel, Pedale und Tretkurbeln regelmäßig. Informationen zu Reparaturen erhalten Sie bei Ihrem Fachhändler vor Ort.
- Maximales Benutzergewicht: 136 kg. Sie dürfen das Gerät nicht verwenden, wenn Sie mehr wiegen.

- Dieses Gerät ist nur für die Nutzung im Heimbereich freigegeben. Das Gerät darf nicht kommerziell genutzt oder in Institutionen eingesetzt werden. Dazu zählt die Verwendung des Geräts durch Mitglieder, Kunden oder Mitarbeiter oder von Fitness-Studios, Unternehmen, Vereinen sowie öffentlich oder privaten Einrichtungen.
- Tragen Sie keine weite Kleidung oder Schmuck. Dieses Gerät enthält bewegliche Teile. Greifen Sie nicht mit Fingern oder anderen Gegenständen in sich bewegende Teile des Trainingsgeräts.
- Montieren und verwenden Sie das Gerät nur auf einer stabilen, ebenen und horizontalen Fläche.
- Die Pedale müssen ruhig stehen, bevor Sie aufsteigen. Seien Sie beim Auf- und Absteigen sehr vorsichtig.
- Ziehen Sie vor Wartungs- und Servicearbeiten am Gerät das Stromkabel aus dem Stecker.
- Betreiben Sie das Gerät nicht im Außenbereich oder in feuchter Umgebung. Halten Sie die Pedale sauber und trocken.
- Halten Sie an der Aufstiegsseite und an der Rückseite des Geräts einen Bereich von 0,6 m frei. Dies ist der empfohlene Sicherheitsabstand für einen ungehinderten Zugang zum Gerät, einen ungehinderten Bewegungsraum um das Gerät herum sowie für einen Notabstieg vom Gerät. Innerhalb dieses Bereichs dürfen sich während des Trainings keine weiteren Personen aufhalten.
- Überanstrengen Sie sich beim Training nicht. Verwenden Sie das Gerät nur wie im Handbuch beschrieben.
- Führen Sie alle im Handbuch aufgeführten regelmäßigen Wartungen durch.
- Achten Sie darauf, dass keine Gegenstände in Öffnungen des Geräts gelangen.
- Befestigen Sie alle Positionskomponenten korrekt und sicher. Stellen Sie sicher, dass die Einstellkomponenten den Benutzer nicht verletzen können.
- Das Training auf diesem Gerät erfordert Koordination und Gleichgewicht. Machen Sie sich immer bewusst, dass es während des Trainings zu Geschwindigkeits- und Widerstandsänderungen kommen kann. Bereiten Sie sich darauf vor, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren und sich zu verletzen.
- Halten Sie die Batterien von Hitzequellen und heißen Flächen fern.
- Verwenden Sie nicht gleichzeitig neue und gebrauchte Batterien. Entfernen Sie leere Batterien und entsorgen Sie sie auf sichere Weise.
- Verwenden Sie nicht gleichzeitig Alkali-, Standard- (Zink-Kohle-) und wiederaufladbare (Ni-Cd-, Ni-MH- usw.) Batterien.
- Schließen Sie die Netzklemmen der Batterien nicht kurz.
- Dieses Gerät ist nicht zur Verwendung durch Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung und fehlenden Kenntnissen gedacht – es sei denn, diese Personen haben von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, Anweisungen für den Gebrauch des Geräts erhalten oder werden von dieser beaufsichtigt. Lassen Sie Kinder unter 14 Jahren nicht in die Nähe des Geräts.
- Dieses Gerät verfügt über einen Starrlauf, deshalb dürfen Sie die Pedale nicht rückwärts treten. Andernfalls können sich die Pedale lösen, was zu Schäden am Gerät oder zu Verletzungen führen kann. Verwenden Sie das Gerät niemals mit lockeren Pedalen.
- Verringern Sie das Tempo, um die Pedale anzuhalten. Steigen Sie erst ab, wenn die Pedale völlig stillstehen. Achtung: Solange die Pedale in Bewegung sind, können sie gegen die Waden schlagen.
- Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen. Die angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Referenz dienen. Überanstrengungen können zu ernststen Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Ihnen schwindelig ist oder Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie das Training sofort.

• BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG AUF!

TECHNISCHE DATEN

Maximalgewicht des Benutzers:	136 kg
Aufstellfläche gesamt:	10 797 cm ²
Gerätegewicht:	46,7 kg
Stromversorgung:	2 AA-Batterien (SUM3)
Ausgangsspannung:	3 VDC

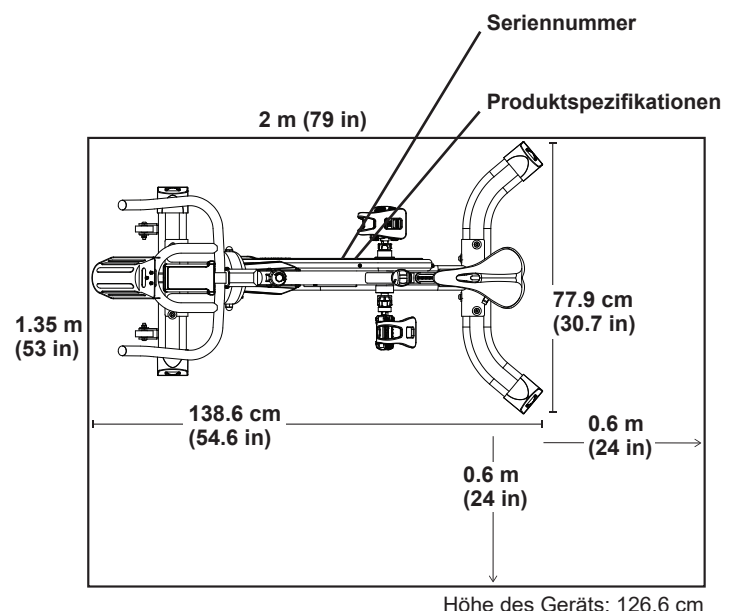
Dieses Produkt entspricht den Bestimmungen der Richtlinie 2014/53/EU der Europäischen Union zur Bereitstellung von Funkanlagen.



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

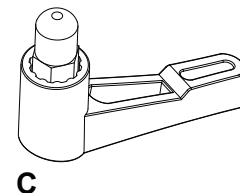
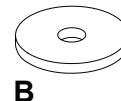
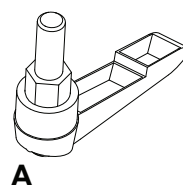
Vor dem Geräteaufbau

Wählen Sie den Ort, an dem das Gerät aufgestellt und betrieben werden soll. Für einen sicheren Betrieb muss das Gerät auf einer stabilen, ebenen Fläche aufgestellt werden. Der Trainingsbereich muss mindestens 2 m x 1,35 m betragen.



Schrauben

Artikel	Menge	Bezeichnung
A	2	Einstellgriff, Lenker / Sattel
B	2	Flache Unterlegscheibe, M10 breit
C	1	Einstellgriff, Lenkerstütze



Werkzeug

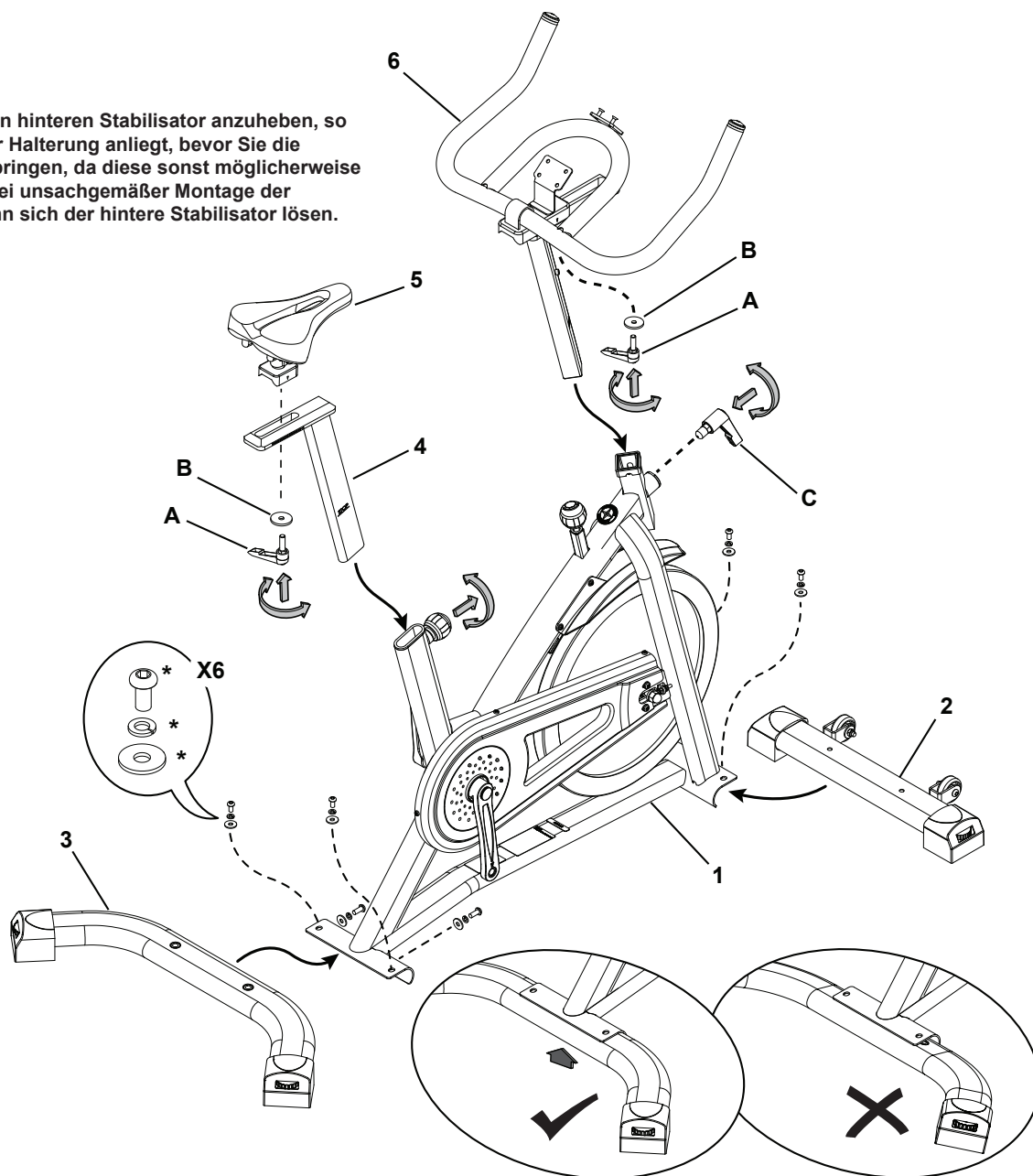
Mitgeliefert

#2
6 mm15 mm
17 mm

Schritt 1



Achten Sie darauf, den hinteren Stabilisator anzuheben, so dass er bündig an der Halterung anliegt, bevor Sie die Befestigungsteile anbringen, da diese sonst möglicherweise nicht richtig sitzen. Bei unsachgemäßer Montage der Befestigungsteile kann sich der hintere Stabilisator lösen.



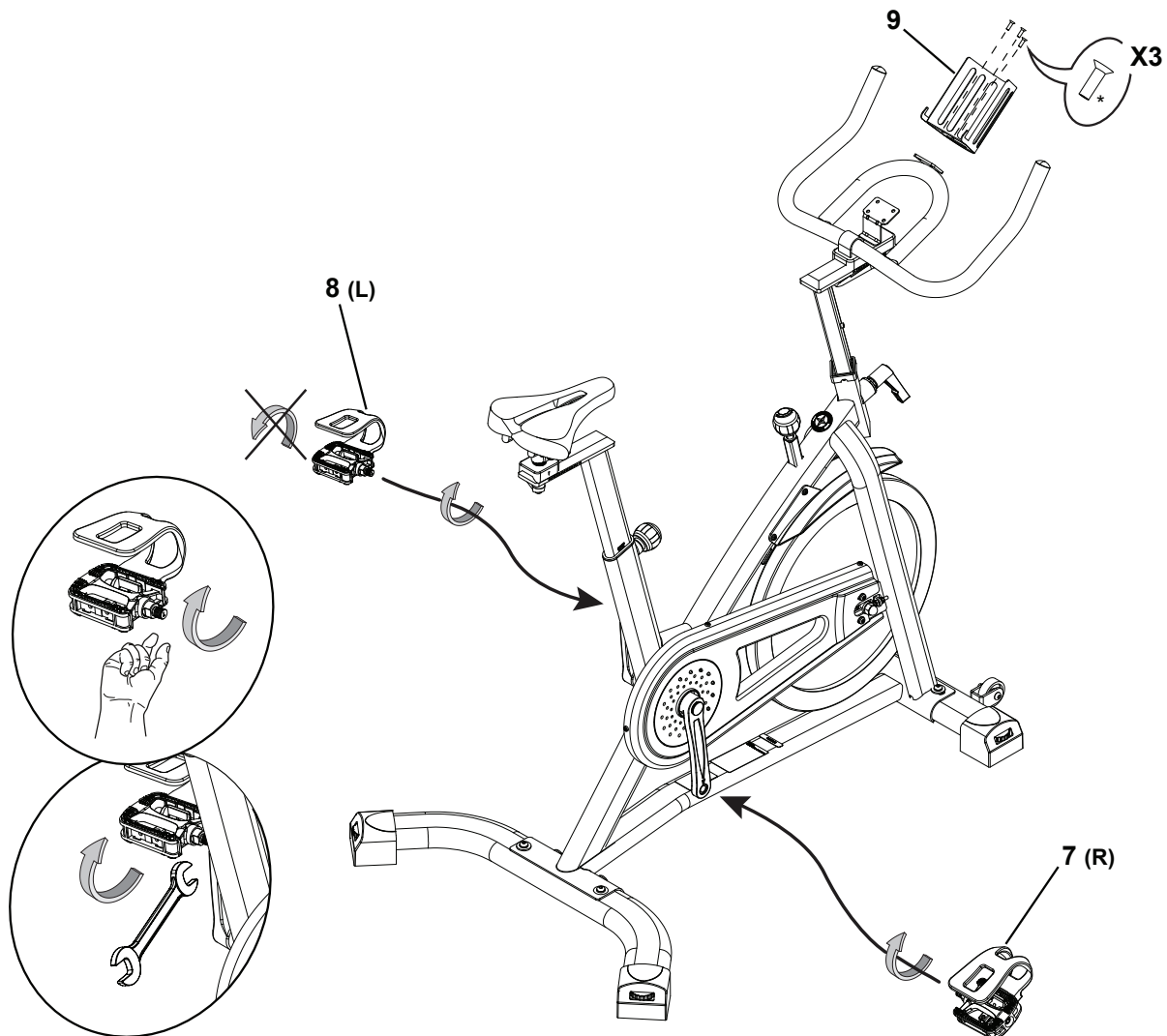
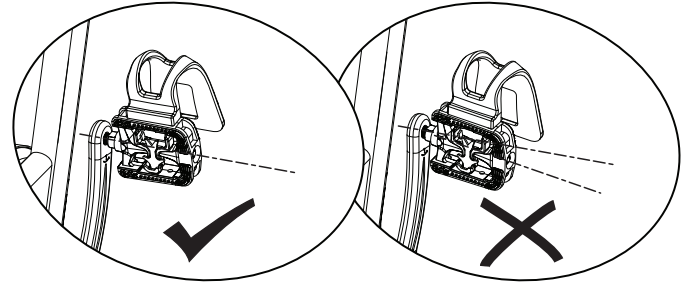
Artikel	Menge	Bezeichnung	Artikel	Menge	Bezeichnung	Artikel	Menge	Bezeichnung
1	1	Hauptbaugruppe	3	1	Hinterer Stabilisator	5	1	Sattel
2	1	Vorderer Stabilisator	4	1	Sattelstütze	6	1	Lenkstange

Schritt 2.

! Wenn die Gewinde durch eine fehlerhafte Montage beschädigt werden, können sie sich bei Gebrauch vom Rad lösen oder abbrechen. Es besteht Verletzungsgefahr.

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

ACHTUNG: Die Pedale MÜSSEN per Hand direkt in den Kurbelarm geschraubt werden. Andernfalls können die Pedalgewinde beschädigt werden. Drehen Sie die Pedale mit der Hand. Wenn Sie einen Widerstand bemerken und sich die Pedale nicht leicht in den Kurbelarm drehen lässt, überprüfen Sie, ob die Gewinde korrekt ausgerichtet sind. Führen Sie die Pedale gerade in den Kurbelarm. Wenn die Pedale nicht korrekt an der Öffnung ausgerichtet ist, entfernen Sie die Pedale und beginnen Sie erneut.



Nachdem Sie die Pedale mit der Hand mehrere Umdrehungen in den Kurbelarm eingedreht haben, ziehen Sie sie mit dem 15-mm-Schlüssel vollständig fest.

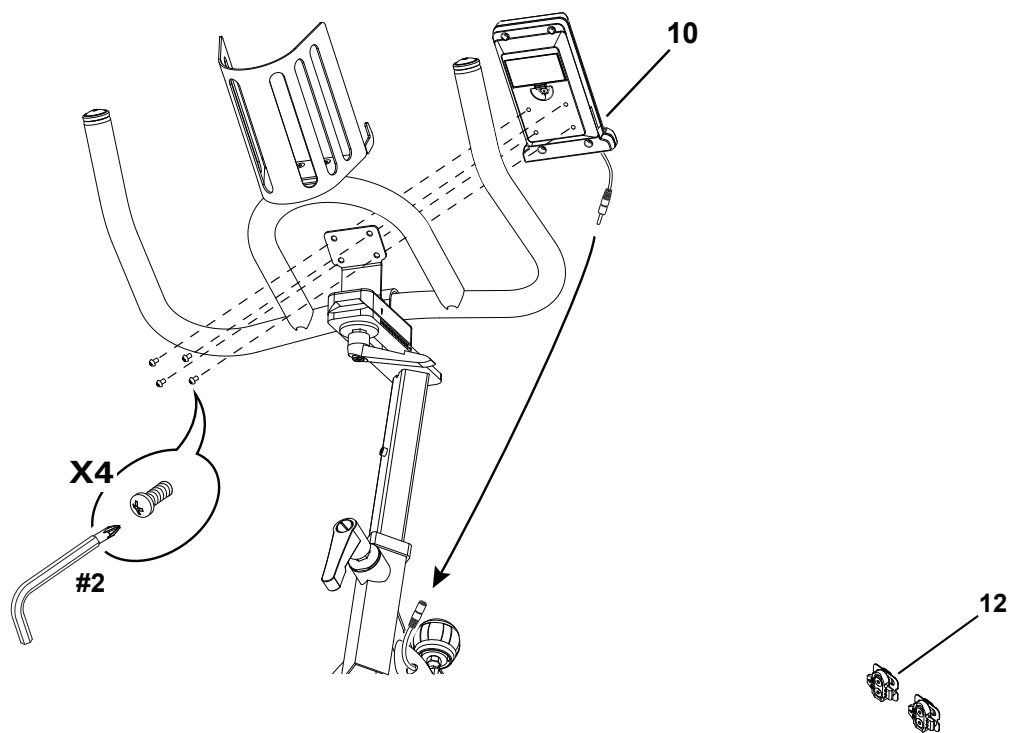
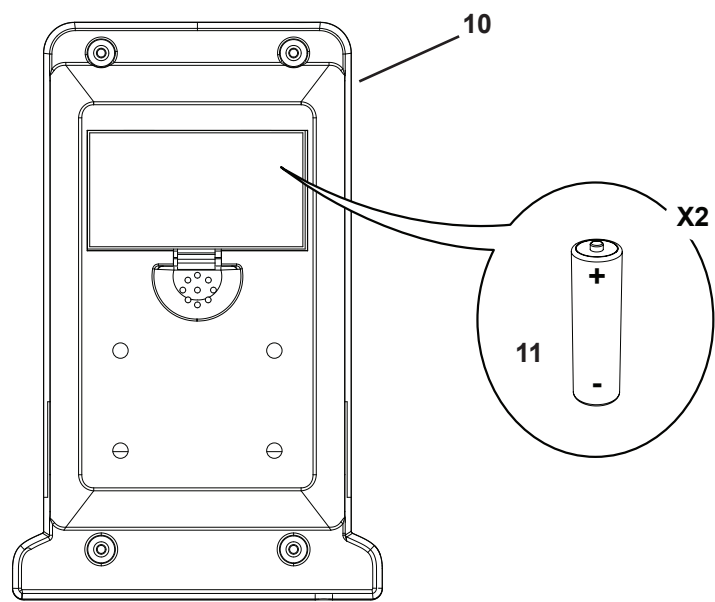
Überprüfen Sie, ob die Pedale mit dem 15-mm-Schlüssel vollständig festgezogen wurde.

Wiederholen Sie die Schritte mit der anderen Pedale.

Artikel	Menge	Bezeichnung	Artikel	Menge	Bezeichnung
7	1	Rechtes Pedal (R)	9	1	Flaschenhalter
8	1	Linkes Pedal (L)			

Schritt 3

Hinweis: Vergewissern Sie sich, dass die Ausrichtung der Batterien den +/-Anzeigen im Batteriefach entspricht.



Artikel	Menge	Bezeichnung	Artikel	Menge	Bezeichnung
10	1	Konsole	12	2	Schuh-Clips (Cleats) – optional
11	2	AA-Batterien (SUM3)			

Schritt 4 Abschlussinspektion

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

Hinweis: Entfernen Sie alle Schutzfolien von der Konsole.

Notieren Sie die Seriennummer im dafür vorgesehenen Feld vorne in diesem Handbuch.

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

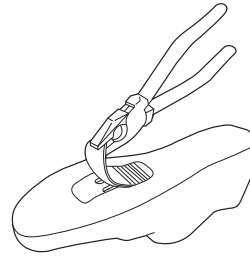
Anbringen von Schuh-Clips (Cleats) an Fahrradschuhen (optional erhältlich)

Hinweis: Die Schuh-Cleats passen auf die rechte und die linke Pedale.

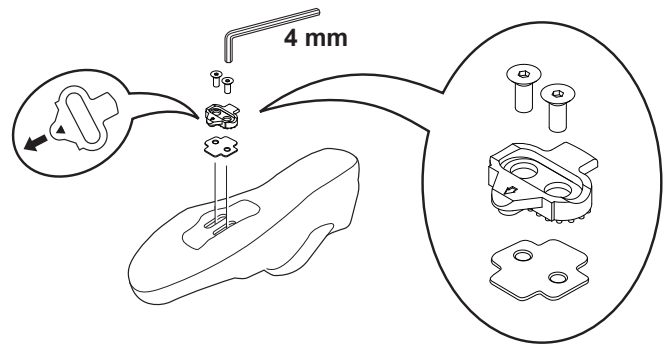
Benötigtes Werkzeug: Zange, 4-mm-Sechskantschraubenzieher

1. Entfernen Sie die Gummiabdeckung mit einer Zange, um an die Montageöffnungen unter dem Fahrradschuh zu gelangen.

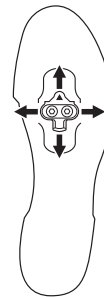
Hinweis: Je nach Art des Schuhs kann dieser Schritt möglicherweise übersprungen werden.



2. Richten Sie von unten das Antirutsch-Blatt an den Cleat-Öffnungen und dann an dem Cleat aus. Der Pfeil auf dem Cleat muss Richtung Schuhspitze zeigen. Ziehen Sie die Montageschrauben des Cleat mit 2,5 Nm fest.



3. Der Cleat hat einen Einstellbereich von 20 mm (Vorne/Hinten) und 5 mm (Links/Rechts). Üben Sie das Einrasten in der Pedale zunächst mit jedem Schuh einzeln. Verändern Sie die Einstellung, um die beste Cleat-Position zu ermitteln.



4. Ziehen Sie die Montageschrauben des Cleat mit einem 4-mm-Sechskantschlüssel fest (5 bis 6 Nm).

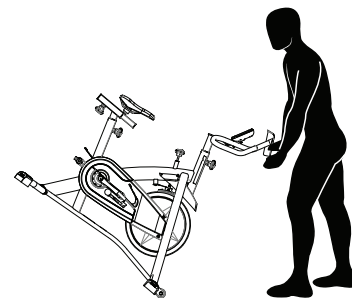
Den Heimtrainer bewegen

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

HINWEIS: Seien Sie beim Umstellen des Rads sehr vorsichtig. Plötzliche Bewegungen können den Computer beschädigen.



Entnehmen Sie bei der Aufbewahrung des Geräts die Batterien. Stellen Sie das Gerät an einem für Kinder und Haustiere unzugänglichen Ort auf.



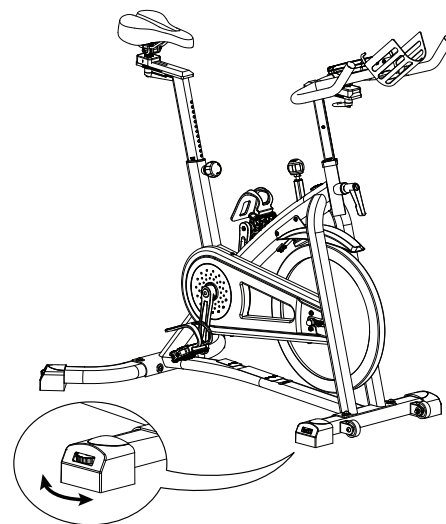
Nivellieren des Heimtrainers

In einem unebenen Trainingsbereich muss das Gerät nivelliert werden. Nivellier Vorrichtungen befinden sich an jeder Seite des Stabilisators. Heben Sie den Stabilisator leicht an, um das Gewicht zu reduzieren. Drehen Sie dann den Knopf, um den Fuß des Stabilisators einzustellen.



Drehen Sie die Nivellierer niemals so weit heraus, dass sie sich aus dem Gerät lösen. Andernfalls könnte es zu Verletzungen oder zu Schäden am Gerät kommen.

Überprüfen Sie, ob das Gerät eben und stabil steht, bevor Sie mit dem Training beginnen.



Not-Aus

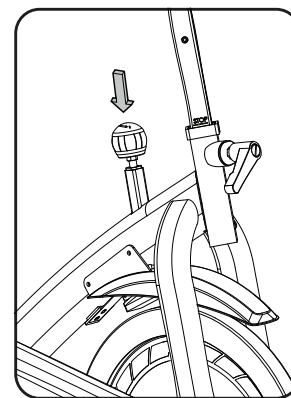
Um die Pedale sofort anzuhalten, drücken Sie den Brems-/Widerstandseinstellknopf fest herunter.

Herzfrequenz-Fernmessgerät



Wenn Sie einen Schrittmacher oder andere implantierte elektronische Geräte besitzen, wenden Sie sich an Ihren Arzt, bevor Sie einen Brustgurt oder andere Funkpuls-messer verwenden.

HINWEIS: Legen Sie zur Vermeidung von Störungen des Funk-HF-Empfängers bitte keine persönlichen elektronischen Geräte in der linken Seite der Medienablage ab.*



Schuh-Clips (Cleats)

Die Fußpedale sind für die Verwendung von Fahrradschuhen mit Cleats geeignet, um einen sicheren Halt auf dem Trainingsrad zu gewährleisten. Die mitgelieferten Schuh-Cleats passen auf die rechte und die linke Pedale.



Üben Sie vor der Verwendung das Ein-/Ausrasten der Schuhe in die/aus der Pedale.

Halten Sie Cleats und Bindungen sauber, um die Schuhe sicher ein-/auszurasten.

Überprüfen Sie die Cleats regelmäßig auf Verschleiß. Ersetzen Sie verschlissene Cleats. Ersetzen Sie Cleats, die sich schwerer/leichter ausrasten lassen, als normalerweise.

Pedale und Cleats sind SPD-kompatibel. Sie passen zu allen Schuhgrößen mit korrekter Cleat-Vorrichtung: Schuhe mit Standard-2-Loch-MTB SPD Cleat-Vorrichtung (MTB SPD = Mountain Bike Shimano Pedaling Dynamics).

Richtige Kleidung

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

Wie oft soll ich trainieren?

! Konsultieren Sie vor Beginn des Trainings einen Arzt. Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Schmerzen oder ein Engegefühl im Brustkorb, Atemnot oder Schwindelanfälle verspüren. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie wieder mit dem Gerät trainieren. Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen. Die auf der Konsole angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Referenz dienen.

- 30 Minuten, drei Mal pro Woche.
- Erstellen Sie einen Trainingsplan und versuchen Sie, diesen einzuhalten.

Sattelleinstellung

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

1. Bringen Sie eine Pedale in die vordere Position und stellen Sie Ihre Ferse auf den untersten Bereich der Pedale. Ihr Knie sollte leicht gebeugt sein.
2. Wenn Sie mit gestrecktem Bein die Pedale nicht erreichen können, müssen Sie den Sattel nach unten schieben. Wenn Ihr Bein zu stark gebeugt ist, müssen Sie den Sattel nach oben schieben.

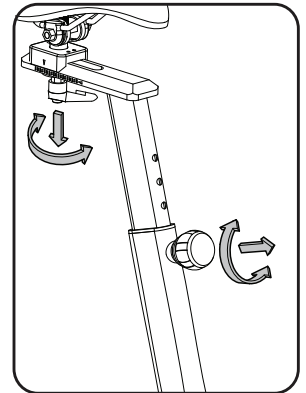
! Steigen Sie vom Gerät ab, bevor Sie den Sattel einstellen.

3. Lösen Sie den Einstellknopf an der Sattelstütze und ziehen Sie ihn heraus. Stellen Sie den Sattel auf die gewünschte Höhe ein.

! Ziehen Sie die Sattelstütze nicht über die STOP-Markierung an der Sattelstütze hinaus.

4. Lassen Sie den Einstellknopf der Sattelstütze los, damit der Arretierstift einrasten kann. Achten Sie darauf, dass sich der Stift vollständig in einem Loch befindet. Ziehen Sie den Einstellknopf fest.
5. Lösen Sie den Einstellknopf des Sattels und schieben Sie den Sattel in Richtung Konsole oder davon weg. Schieben Sie den Sattel in die gewünschte Position und ziehen Sie den Knopf wieder vollständig fest.

Hinweis: Wenn sich der Griff nicht drehen lässt, weil er von einem anderen Teil blockiert wird, ziehen Sie den Griff, drehen Sie ihn und drücken Sie in dann wieder in seine Position. Drehen Sie so weit wie nötig.

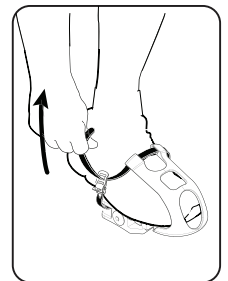


Fußpositionierung/Pedalriemeneinstellung

Fußpedale mit Riemen sorgen für eine korrekte Position des Fußes.

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

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



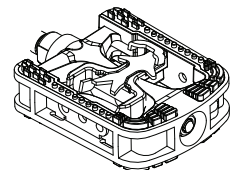
Verwenden der Schuh-Clips (Cleats)

Die Fußpedale sind für die Verwendung von Fahrradschuhen mit Cleats geeignet, um einen sicheren Halt auf dem Trainingsrad zu gewährleisten. Drehen Sie die Pedale so, dass die Fußhalterung nach unten zeigt.

! Üben Sie vor der Verwendung das Ein-/Ausrasten der Schuhe in die/aus der Pedale.

Halten Sie Cleats und Bindungen sauber, um die Schuhe sicher ein-/auszurasten.

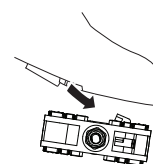
Überprüfen Sie die Cleats regelmäßig auf Verschleiß. Ersetzen Sie verschlissene Cleats. Ersetzen Sie Cleats, die sich schwerer/leichter ausrasten lassen, als normalerweise.



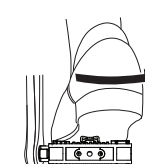
Pedale und Cleats sind SPD-kompatibel. Sie passen zu allen Schuhgrößen mit korrekter Cleat-Vorrichtung: Schuhe mit Standard-2-Loch-MTB SPD Cleat-Vorrichtung (MTB SPD = Mountain Bike Shimano Pedaling Dynamics).

1. Der Pfeil auf der Pedale muss nach vorne zeigen.
2. Drücken Sie den Cleat nach unten und vorne, um ihn aus der Pedale auszurasten.
3. Wiederholen Sie dies für den anderen Fuß.
4. Üben Sie das Ein-/Ausrasten in die/aus der Pedale, bevor Sie mit dem Training beginnen.

Um die Cleats aus den Pedalen zu lösen (aurasten), ziehen Sie die Ferse nach außen und oben.



Einrasten



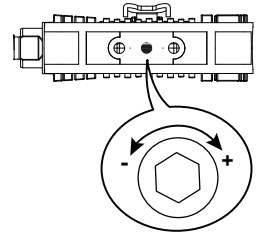
Ausrasten

Rechte Pedale – (Fußhalterungen zur besseren Übersicht nicht gezeigt)

Bei sehr leichten Benutzern ist das Ein-/Ausrasten möglicherweise etwas schwierig. In diesem Fall sollte die Haltekraft des Mechanismus reduziert werden.

So stellen Sie die Haltekraft ein:

1. Suchen Sie nach einer Öffnung an der Rückseite der Pedale, um an die Einstellschraube zu gelangen. Sie befindet sich zwischen den 2 Schrauben, die die Fußhalterung mit der Pedale verbinden.
2. Drehen Sie die Einstellschraube mit einem 3-mm-Sechskantschlüssel. Um die Haltekraft zu reduzieren, drehen Sie die Schraube nach links (gegen den Uhrzeigersinn).
Um die Haltekraft zu erhöhen, drehen Sie die Schraube nach rechts (im Uhrzeigersinn).



Lenkereinstellung

So stellen Sie die Lenkerposition ein:

1. Lösen Sie den Einstellknopf an der Lenkerstütze und ziehen Sie ihn heraus. Stellen Sie den Lenker auf die gewünschte Höhe ein.



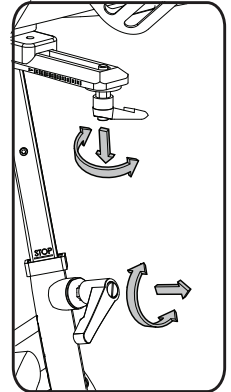
Ziehen Sie die Lenkerstütze nicht über die STOP-Markierung an der Lenkerstütze hinaus.

2. Ziehen Sie den Einstellknopf der Lenkerstütze fest, damit der Arretierstift einrasten kann. Achten Sie darauf, dass sich der Stift vollständig in einem Loch der Sattelstütze befindet. Ziehen Sie den Einstellknopf fest.

HINWEIS: Die Kabel dürfen nicht geknickt werden.

3. Lösen Sie den Einstellknopf Lenkers und schieben Sie den Lenker in Richtung Konsole oder davon weg. Schieben Sie den Lenker in die gewünschte Position und ziehen Sie den Knopf wieder vollständig fest.

Hinweis: Wenn sich der Griff nicht drehen lässt, weil er von einem anderen Teil blockiert wird, ziehen Sie den Griff, drehen Sie ihn und drücken Sie in dann wieder in seine Position. Drehen Sie so weit wie nötig.



Sperren des Schwungrads/Lagerung

Vergewissern Sie sich, das Schwungrad mit dem Brems-/Widerstandseinstellknopf zu sperren, wenn das Gerät nicht verwendet wird. Das Schwungrad sollte bei einer Einlagerung des Geräts gesperrt werden.



Um das Gerät sicher zu lagern, entfernen Sie die Batterien und ziehen Sie den Brems-/Widerstandseinstellknopf fest, um das Schwungrad zu sperren. Stellen Sie das Gerät an einem für Kinder und Haustiere unzugänglichen Ort auf.

Um das Schwungrad zu sperren, ziehen Sie den Brems-/Widerstandseinstellknopf fest, um eine Bewegung des Schwungrads und der Pedale zu verhindern.

Einschaltmodus

Die Konsole wechselt in den Einschaltmodus, wenn eine Taste gedrückt oder ein Signal vom Drehzahlsensor empfangen wird (Pedale betätigt).

Hinweis: Die Konsole wird abgedunkelt, wenn der Batteriestand 25 Prozent oder weniger beträgt.

Selbstabschaltung (Ruhemodus)

Wenn die Konsole für ca. 4 Minuten keine Signale empfängt, schaltet sie sich automatisch ab. Die LCD-Anzeige ist im Ruhemodus ausgeschaltet.

Hinweis: Die Konsole hat keinen Ein-/Ausschalter.

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

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

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

Trennen Sie das Gerät vor Wartungsarbeiten vom Stromnetz.

Täglich:

Überprüfen Sie das Trainingsgerät vor jeder Benutzung auf lose, zerbrochene, beschädigte oder abgenutzte Teile. Verwenden Sie es nicht, falls Sie solche Teile finden. Tauschen Sie alle Teile bei ersten Abnutzungsanzeichen oder Schäden aus oder reparieren Sie sie. Überprüfen Sie, ob alle Einstellknöpfe fest angezogen sind. Ziehen Sie sie gegebenenfalls nach. Wischen Sie nach jeder Verwendung Feuchtigkeit mit einem feuchten Tuch von Ihrem Gerät und der Konsole ab.

HINWEIS: Verwenden Sie gegebenenfalls milde Seifenlauge und ein weiches Tuch, um die Konsole zu reinigen. Verwenden Sie keine erdölbasierten Lösungsmittel, Kfz-Reiniger oder ammoniakhaltigen Produkte. Reinigen Sie die Konsole nicht in direktem Sonnenlicht oder bei hohen Temperaturen. Es darf keine Feuchtigkeit in die Konsole eindringen.

Wöchentlich:

Überprüfen Sie Pedale und Kurbelarme und ziehen Sie sie nötigenfalls fest. Überprüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf festen Sitz. Ziehen Sie sie gegebenenfalls nach.

Reinigen Sie das Gerät, um Staub, Schmutz oder Ablagerungen zu entfernen.

Stellen Sie sicher, dass sich der Gleitsitz problemlos bewegt. Falls nötig, bringen Sie sparsam eine dünne Schicht Silikonöl auf, um den Betrieb zu erleichtern.

! Dieses Gerät verfügt über einen Startrast, deshalb dürfen Sie die Pedale nicht rückwärts treten. Andernfalls können sich die Pedale lösen, was zu Schäden am Gerät oder zu Verletzungen führen kann. Verwenden Sie das Gerät niemals mit lockeren Pedalen.

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

Hinweis: Verwenden Sie keine Produkte auf Erdölbasis.

Monatlich oder alle 20 Betriebsstunden:

Überprüfen Sie die Spannung des Antriebsriemens.

Nautilus Inc., www.nautilusinternational.com | Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, www.NautilusInc.com - Kundendienst: Nordamerika (800) 605-3369, csnls@nautilus.com | außerhalb der USA www.nautilusinternational.com | Nautilus (Shanghai) Fitness Equipments Co., Ltd, Room 1701 & 1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, China 200042, www.nautilus.cn - 86 21 6115 9668 | außerhalb der USA www.nautilusinternational.com | © 2017 Nautilus, Inc. | Schwinn, das Schwinn Quality-Logo, Nautilus, JRNY und Bowflex sind Marken von Nautilus, Inc., die in den USA und anderen Ländern eingetragen oder auf andere Weise gesetzlich geschützt.



ORIGINALHANDBUCH – NUR ENGLISCHSPRACHIGE VERSION

