



**01504**

DE

**Gebrauchsanleitung**

ab Seite 3

EN

**Operating instructions**

starting on page 13

FR

**Mode d'emploi**

à partir de la page 23

NL

**Handleiding**

vanaf pagina 34



## Inhalt

Sicherheitshinweise	4
Lieferumfang	5
Vor dem ersten Gebrauch	7
Trainingsgerät zusammenbauen	7
Batterien in den Trainingscomputer einlegen	8
Benutzung	9
Nach dem Training	9
Reinigung und Aufbewahrung	10
Technische Daten	10
Explosionszeichnung	11
Entsorgung	12

### Erklärung der Symbole



Gefahrenzeichen: Dieses Symbol zeigt Verletzungsgefahren an. Die dazugehörenden Sicherheitshinweise aufmerksam durchlesen und befolgen.



Schaltzeichen für Gleichstrom



Ergänzende Informationen



Gebrauchsanleitung vor Gebrauch lesen!

### Erklärung der Signalwörter

**WARNUNG** warnt vor *möglichen* schweren Verletzungen und Lebensgefahr

**HINWEIS** warnt vor Sachschäden

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,  
wir freuen uns, dass Sie sich für dieses **Trainingsgerät** entschieden haben.  
Lesen Sie vor dem ersten Gebrauch des Gerätes die Gebrauchsanleitung sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachlesen auf. Bei Weitergabe des Gerätes ist auch diese Gebrauchsanleitung mitzugeben. Sie ist Bestandteil des Gerätes. Hersteller und Importeur übernehmen keine Haftung, wenn die Angaben in dieser Gebrauchsanleitung nicht beachtet werden.

Sollten Sie Fragen zum Gerät sowie zu Ersatz-/Zubehörteilen haben, kontaktieren Sie den Kundenservice über unsere Website:

**[www.dspro.de/kundenservice](http://www.dspro.de/kundenservice)**

### Bestimmungsgemäßer Gebrauch

- Dieses Gerät ist zum Fitness- und Konditionstraining bestimmt. Es ist ausschließlich für eine Benutzung im Sitzen geeignet.
- Mit dem Trainingsgerät darf jeweils nur eine Person trainieren.
- Das Gerät ist bis **maximal 100 kg** belastbar.
- **Achtung – die Trainingsdaten dieses Gerätes haben eine geringe Genauigkeit.**
- Dieses Gerät ist ausschließlich für die Verwendung im Heimbereich konzipiert.
- Das Gerät ist für eine Benutzung im Freien und in Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit (z. B. Badezimmern) **nicht** geeignet.
- Dieses Gerät ist **nicht** für therapeutische Zwecke geeignet.
- Das Gerät ist für den privaten Gebrauch, nicht für eine gewerbliche Nutzung bestimmt.
- Das Gerät nur wie in der Gebrauchsanleitung beschrieben nutzen. Jede weitere Verwendung gilt als bestimmungswidrig.
- Von der Gewährleistung ausgeschlossen sind alle Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Beschädigung oder Reparaturversuche entstehen. Dies gilt auch für den normalen Verschleiß.

### Sicherheitshinweise

Das Sicherheitsniveau des Trainingsgerätes kann nur dann gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden kontrolliert wird. Daher im Interesse der eigenen Sicherheit das Trainingsgerät vor jeder Benutzung auf Beschädigungen (Risse, Löcher, lockere Schrauben usw.) überprüfen. Sollten während der Benutzung ungewöhnliche Geräusche des Trainingsgerätes wahrgenommen werden, das Training sofort abbrechen. Bei Defekten darf das Trainingsgerät bis zur Instandsetzung nicht mehr benutzt werden.

Das Trainingsgerät darf nicht mehr benutzt werden, wenn es beschädigt ist. In diesem Fall den Kundenservice oder eine Fachwerkstatt kontaktieren.



#### **WARNUNG – Verletzungsgefahr**

- **Erstickungsgefahr!** Die Zubehörteile und das Verpackungsmaterial von Kindern und Tieren fernhalten.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kindern) mit eingeschränkten sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und / oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
- Schwangere sollten das Trainingsgerät nicht bzw. nur nach Rücksprache mit ihrem Arzt benutzen.
- Bei Unsicherheiten bezüglich der Gesundheit (Risikogruppe), nach längeren Sportpausen, bei Herz- / Kreislauf- oder orthopädischen Problemen in jedem Fall vor der Benutzung des Trainingsgerätes einen Arzt konsultieren. Gegebenenfalls das Trainingsprogramm mit ihm abstimmen.
- Das Trainingsgerät ist **kein** Spielzeug! Eltern und andere Aufsichtspersonen sollten sich ihrer Verantwortung bewusst sein, dass aufgrund des natürlichen Spieltriebes und der Experimentierfreudigkeit der Kinder mit Situationen und Verhaltensweisen zu rechnen ist, für die das Trainingsgerät nicht gebaut ist.

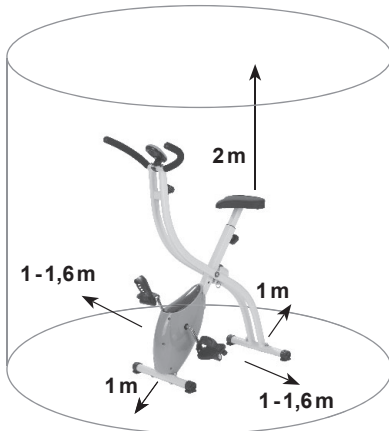


### WARNUNG – Verätzungsgefahr durch Batteriesäure!

- Batterien können bei Verschlucken lebensgefährlich sein. Batterie und Gerät für Kinder und Tiere unerreichbar aufbewahren. Wurde eine Batterie verschluckt, muss sofort medizinische Hilfe in Anspruch genommen werden.
- Sollte eine Batterie ausgelaufen sein, den Kontakt von Haut, Augen und Schleimhäuten mit der Batteriesäure vermeiden. Gegebenenfalls Schutzhandschuhe tragen. Bei Kontakt mit Batteriesäure die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser spülen und umgehend einen Arzt aufsuchen.

### HINWEIS – Risiko von Material- und Sachschäden

- Das Trainingsgerät keinen extremen Temperaturen, starken Temperaturschwankungen, langanhaltender Feuchtigkeit oder Nässe, direkter Sonneneinstrahlung oder Stößen aussetzen.
- Immer alle Batterien ersetzen. Keine verschiedenen Batterietypen, -marken oder Batterien mit unterschiedlicher Kapazität benutzen.



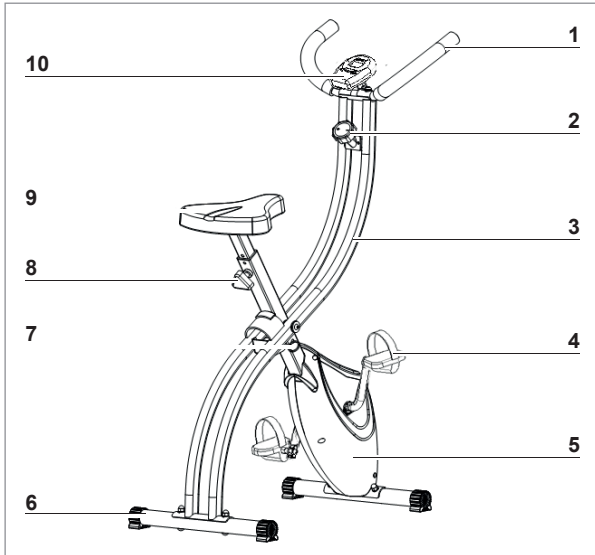
- Je nach Körpergröße, genügend Platz zu allen Seiten des Trainingsgerätes (mindestens 1 Meter zu den Seiten, 2 Meter nach oben) lassen, damit beim Training genügend Spielraum vorhanden ist. Des Weiteren muss der Freibereich in der Richtung, aus der der Zugang zum Trainingsgerät erfolgt, mindestens 0,6 m größer als der Übungsbereich sein. Der Freibereich muss den Bereich für den Notfall-Abstieg einschließen. Sollten Trainingsgeräte zueinander in direkter Nachbarschaft aufgestellt sein, können sie sich einen Freibereich teilen.

### Lieferumfang

- 1 x Fahrradrahmen
- 2 x Standfüße
- 1 x Sattel
- 1 x Sattelhalterung
- 1 x Handgriff
- 1 x Trainingscomputer
- 1 x Computerhalterung
- 2 x Pedal
- 2 x 1,5 V-Batterie, Typ AA
- 2 x Innensechskantschraube (M8)
- 4 x Vierkantschraube (M8)
- 1 x Kreuzschlitzschraube (M4)
- 6 x Unterlegscheibe, gebogen
- 3 x Unterlegscheibe, gerade
- 2 x Federring
- 3 x selbstsichernde Mutter
- 4 x Hutmutter
- 1 x Schraubenschlüssel (13–15)
- 1 x Inbusschlüssel (5 mm)
- 1 x Gebrauchsanleitung

Den Lieferumfang auf Vollständigkeit und Transportschäden überprüfen. Falls die Bestandteile Schäden aufweisen, diese nicht (!) verwenden, sondern den Kundenservice kontaktieren.

## Geräteübersicht



- 1 Handgriff
- 2 Einstellknopf 1 - 8 (Drehwiderstand)
- 3 Fahrradrahmen
- 4 Pedale
- 5 Hauptgerät
- 6 Standfüße mit Schutzkappen
- 7 Sicherungsstift
- 8 Einstellknopf (Sattelhöhe)
- 9 Sattel
- 10 Trainingscomputer

## Funktionen des Computers

- Durch Drehen der Pedale oder Drücken der **MODE** Taste wird der Trainingscomputer eingeschaltet.
- Um zwischen den Anzeigen zu wechseln, drücken Sie die **MODE** Taste.



**TIME** Trainingszeit in Minuten und Sekunden  
**SPEED** Geschwindigkeit in km/h  
**DISTANCE** die gefahrene Strecke in km  
**CALORIES** die ca. verbrauchten Kalorien  
**SCAN** alle Daten werden nacheinander angezeigt

**MODE** Menütaste zum Einstellen der gewünschten Anzeige

**CLEAR** Taste zum Zurücksetzen der Einheiten

- Drücken Sie mehrmals die **MODE** Taste, um zwischen den Anzeigen zu wechseln.
- Wenn Sie die **CLEAR** Taste in einer Anzeige drücken, werden die jeweiligen Daten auf Null zurückgesetzt.
- Wenn ca. 3 Minuten lang keine Aktion erfolgt, schaltet sich der Computer automatisch aus.

## Vor dem ersten Gebrauch

1. Sämtliches Verpackungsmaterial sowie eventuell vorhandenen Transportschutz entfernen. **Niemals das Typenschild und eventuelle Warnhinweise entfernen!**
2. Das Trainingsgerät zusammenbauen (siehe Kapitel „Trainingsgerät zusammenbauen“).
3. Batterien in den Trainingscomputer einlegen (siehe Kapitel „Batterien in den Trainingscomputer einlegen“).

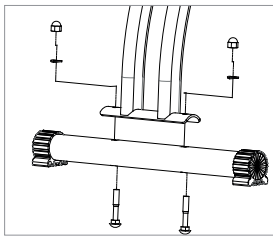
## Trainingsgerät zusammenbauen



Vor dem Zusammenbau des Trainingsgerätes die Aufbauanleitung sorgfältig durchlesen. Die Reihenfolge der beschriebenen Arbeitsschritte ist genau einzuhalten.

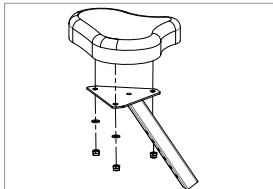
1. Das Trainingsgerät vorsichtig aufklappen, dafür ggf. den Sicherheitsstift lösen.
2. Alle Einzelteile vorsichtig auf einen ebenen Boden legen.

**BEACHTEN:** Den Boden, Teppich etc. mit einer Matte o.Ä. schützen, bevor die Bestandteile aus dem Karton entnommen werden und auch während des Aufbaus und Trainings.

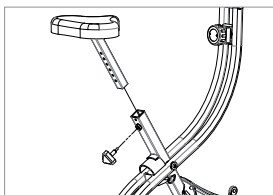


3. Die Standfüße an die Unterseite des Fahrradrahmens schrauben. Dazu die entsprechenden Schrauben, Unterlegscheiben und Muttern verwenden.

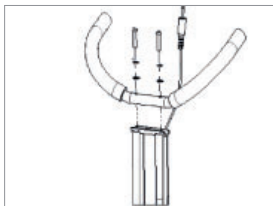
**Auf die richtige Position der Standfüße achten!** Die Hutmutter dürfen nicht von unten angebracht werden, da das Trainingsgerät sonst nicht fest auf dem Boden stehen kann. Hinweis: Die Schutzkappen lassen sich drehen, um das Trainingsgerät in eine standfeste Position zu bringen.



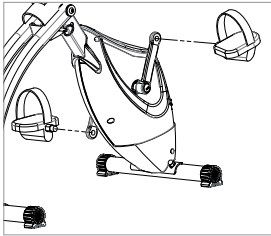
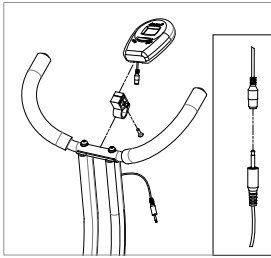
4. Den Sattel auf die Sattelhalterung setzen und mithilfe der Unterlegscheiben und der selbstsichernden Muttern festschrauben. Dabei darauf achten, dass diese nur mithilfe von Werkzeug fest- bzw. wieder abgedreht werden können.



5. Die Sattelhalterung in die Aufnahme am Fahrradrahmen setzen. Mithilfe des Einstellknopfes befestigen: Die Löcher am Rahmen und der Halterung aneinander ausrichten und den Einstellknopf im Uhrzeigersinn festdrehen. Hinweis: Die korrekte Sattelhöhe kann nach dem Aufbau eingestellt werden.



6. Den Handgriff an den Fahrradrahmen schrauben. Hierzu die entsprechenden Sechskantschrauben und Unterlegscheiben verwenden.



7. Die Computerhalterung am Handgriff befestigen, indem sie auf den Handgriff gesetzt und mit den entsprechenden Schrauben und Unterlegscheiben festgeschraubt werden.
8. Den Trainingscomputer auf die Computerhalterung schieben.
9. Den Klinkenstecker vom Fahrradrahmen in die Anschlussbuchse am Trainingscomputer stecken. Damit wird der Computersensor mit dem Tretwerk verbunden.
10. Die Pedale mithilfe des Schraubenschlüssels an den Pedalhalterungen festdrehen. Dabei darauf achten, dass die Markierungen **L** (links) und **R** (rechts) auf den Pedalen und Halterungen übereinstimmen.

**BEACHTEN:** Die Pedale müssen in Fahrtrichtung festgedreht werden. Das bedeutet:

- das rechte Pedal (Rechtsgewinde) wird im Uhrzeigersinn festgedreht,
- das linke Pedal (Linksgewinde) wird entgegengesetzt des Uhrzeigersinns festgedreht.

## Batterien in den Trainingscomputer einlegen



### BEACHTEN!

- Nur den in den „Technischen Daten“ angegebenen Batterietyp verwenden.
- Die Batterien aus dem Trainingscomputer herausnehmen, wenn diese verbraucht sind oder das Gerät längere Zeit nicht benutzt wird. So werden Schäden durch Auslaufen vermieden.
- Ausgelaufene Batterien sofort aus dem Trainingscomputer entfernen.
- Nicht wiederaufladbare Batterien dürfen nicht geladen oder mit anderen Mitteln reaktiviert, nicht auseinander genommen, ins Feuer geworfen, in Flüssigkeiten getaucht oder kurzgeschlossen werden.

Vor dem Einlegen der Batterien prüfen, ob die Kontakte im Trainingscomputer und an den Batterien sauber sind, und ggf. reinigen.

1. Den Trainingscomputer ggf. vorsichtig aus der Halterung herausziehen.
2. Die Rastnase am Batteriefachdeckel greifen und zusammendrücken. Den Deckel gleichzeitig aufklappen.
3. Die mitgelieferten oder neue Batterien in das Batteriefach einlegen. Auf die richtige Polarität (+/-) achten.
4. Das Batteriefach schließen. Dabei darauf achten, dass die Rastnasen in den dafür vorgesehenen Aussparungen sitzen. Der Batteriefachdeckel muss hörbar einrasten.
5. Den Trainingscomputer wieder in die Halterung einsetzen.

Sollte der Trainingscomputer nicht mehr funktionieren, muss die Batterie ausgewechselt werden.



## Benutzung



### BEACHTEN!

- Bei den Übungen lockere, bequeme Kleidung und rutschfeste Sportschuhe tragen.
  - Vor Gebrauch des Trainingsgerätes ausreichend aufwärmen.
  - Niemals auf das Trainingsgerät stellen.
  - Das Trainingsgerät in der Gegenwart von Kindern und Tieren nicht unbeaufsichtigt lassen.
  - Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass bei unsachgemäßem Gebrauch des Trainingsgerätes und übermäßigem Training Gesundheitsschäden möglich sind.
- 
1. Das Trainingsgerät aufklappen und auf einen befestigten, ebenen und rutschfesten Untergrund stellen. Vergewissern, dass ausreichend Freiraum um das Trainingsgerät besteht, so dass man beim Training nicht gegen Wände, Möbel, etc. stoßen kann.
  2. Darauf achten, dass das Trainingsgerät gerade steht. Die Standfestigkeit kann mithilfe der Schutzkappen an den Standfüßen leicht variiert werden.
  3. Vergewissern, dass alle Teile gut am Trainingsgerät befestigt sind.
  4. Die korrekte Sitzhöhe mithilfe des Einstellknopfes einstellen.
  5. Auf das Trainingsgerät setzen und die Füße auf die Pedale stellen. Gegebenenfalls die Fußschlaufen auf die korrekte Größe einstellen.
  6. Sobald die Pedale bewegt werden, schaltet sich der Trainingscomputer ein. Die gewünschte Anzeige einstellen (siehe Kapitel „Geräteübersicht“ – „Funktionen des Trainingscomputers“).
  7. Der Drehwiderstand ist in 8 Stufen mit dem Einstellknopf einstellbar: Das Training nach einer Aufwärmphase langsam bei einem geringen Drehwiderstand beginnen und erst allmählich die Intensität bis zur gewünschten und noch beherrschbaren Leistungsstufe steigern.
  8. Das Training mit einem geringen Tempo und Drehwiderstand ausklingen lassen. Zum Schluss einige Dehnübungen machen.

## Nach dem Training

Um den Kreislauf wieder langsam auf normales Niveau zu bringen, empfehlen wir, immer ein paar Dehnübungen zu machen:

**Oberkörper:** Aufrecht hinstellen, Arme über dem Kopf verschränken und mit der rechten Hand den linken Ellbogen nach rechts ziehen. Oberkörper geht leicht mit. Ca. 15 – 20 Sekunden lang halten. Seitenwechsel.

**Waden:** Hinstellen. Das rechte Bein nach vorne und etwas anwinkeln, während das linke Bein gestreckt bleibt. Die linke Ferse auf den Boden drücken. Ca. 15 – 20 Sekunden lang halten. Seitenwechsel.

**Oberschenkel:** Auf einem Bein stehen, das andere anwinkeln und mit der Hand den Fuß umfassen. Zum Gesäß ziehen und ca. 5 – 20 Sekunden lang halten. Seitenwechsel. Auf den Boden setzen, Knie nach Außen, Fußsohlen zusammenlegen und zum Körper ziehen. Hände um die Fußgelenke legen und die Knie mit den Ellbogen leicht zum Boden drücken. Den Rücken durchstrecken. Ca. 5 – 20 Sekunden lang halten.

**Rücken:** Flach auf den Rücken legen, rechtes Bein anwinkeln und über das linke Bein legen, Hüfte dreht sich, beide Schultern bleiben auf dem Boden. Ca. 5 – 20 Sekunden lang halten. Seitenwechsel.

**Schultern / Rücken:** Schneidersitz, gerader Rücken, Hände falten / umfassen und Arme über dem Kopf ausstrecken. Rücken strecken. Ca. 15 – 20 Sekunden lang halten.

## Reinigung und Aufbewahrung



### BEACHTEN!

- Das Trainingsgerät nach jedem Gebrauch so lagern, dass Kinder es nicht benutzen können.
  - Zum Reinigen des Trainingsgerätes keine scheuernden oder ätzenden Reinigungsmittel oder -pads verwenden. Diese können die Oberflächen beschädigen.
- 
- Das Trainingsgerät nur mit einem feuchten, weichen Tuch und ggf. mildem Reinigungsmittel reinigen. Anschließend alle Teile mit einem trockenen, weichen Tuch nachtrocknen.
  - Das Trainingsgerät für Kinder und Tiere unzugänglich an einem sauberen, trockenen, frostfreien und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützten Ort aufbewahren.



Zur besseren Lagerung lässt sich das Trainingsgerät zusammenklappen. Das Trainingsgerät dazu am Sattel und am Handgriff nach oben ziehen. Zudem den Sicherheitsstift nutzen, um Verletzungen und Beschädigungen zu vermeiden.

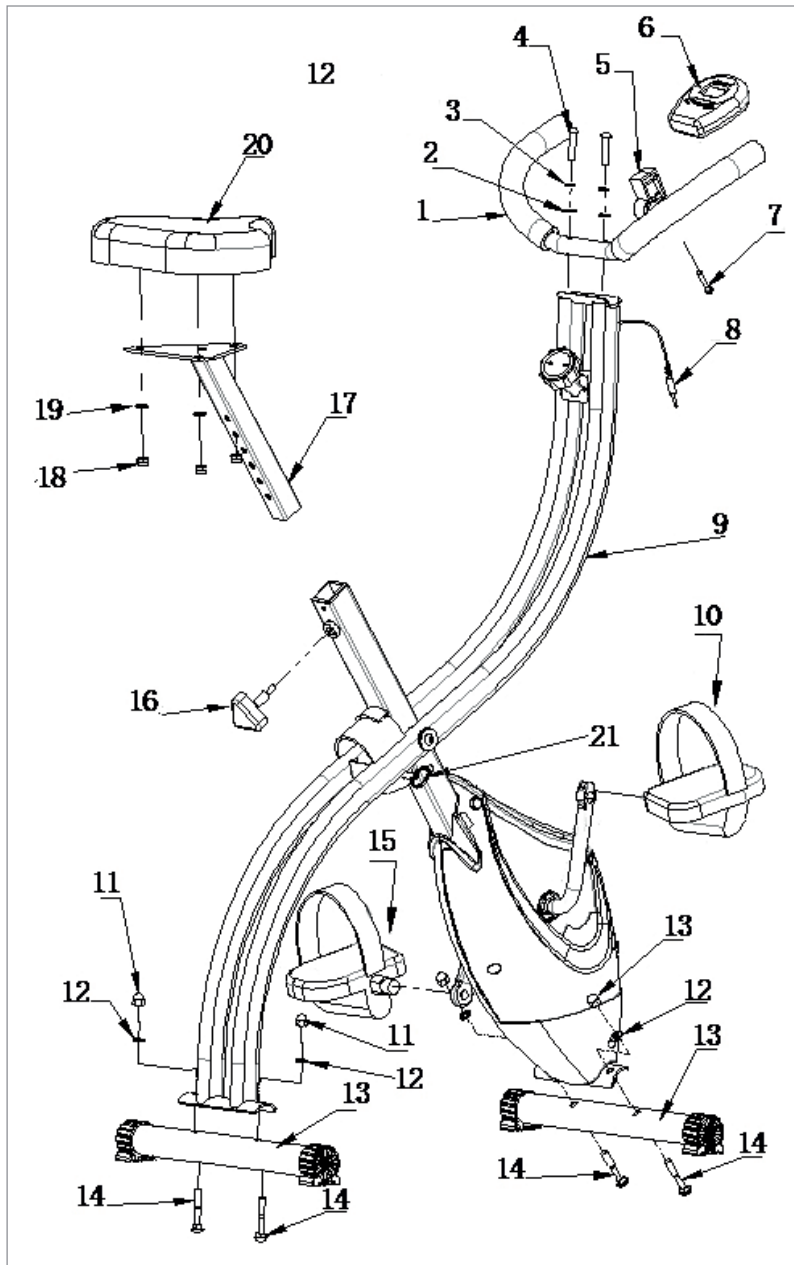
## Technische Daten

Artikelnummer:	01504
Klasse:	HC (Heimgebrauch)
Modellnummer:	JTF-718E-2
Modell Computer:	XT-1027
Spannungsversorgung:	3 V (2 x 1,5 V-Batterie, Typ AA)
Max. Belastbarkeit:	100 kg
ID Gebrauchsanleitung:	Z 01504 M DS V6 1020 uh



Das Gerät entspricht DIN EN ISO 20957-1 und DIN EN ISO 20957-5.

## Explosionszeichnung



Nicht abgebildet:  
2 x Werkzeug

## Teileliste

Teilennr.	Bezeichnung	Anzahl	Abmessungen
1	Handgriff	1	
2	Unterlegscheibe, gebogen	2	Ø 16 (Ø 8,3) x 1,5 mm
3	Federring	2	
4	Innensechskantschraube	2	M8 x 35 mm
5	Computerhalterung	1	
6	Trainingscomputer	1	
7	Kreuzschlitzschraube	1	M4 x 12 mm
8	Klinkenstecker	1	
9	Fahrradrahmen	1	
10	rechtes Pedal	1	
11	Hutmutter	4	M8
12	Unterlegscheibe, gebogen	4	Ø 16 (Ø 8,3) x 1,5 mm
13	Standfuß	2	
14	Vierkantschraube	4	M8 x 50 mm
15	linkes Pedal	1	
16	Einstellknopf	1	
17	Sitzhalterung	1	
18	selbstsichernde Mutter	3	
19	Unterlegscheibe, gerade	3	
20	Sitz	1	
21	Sicherungsstift	1	

## Entsorgung



Das Verpackungsmaterial umweltgerecht entsorgen und der Wertstoffsammlung zuführen.



Batterien sind vor der Entsorgung des Gerätes zu entnehmen und getrennt vom Gerät an entsprechenden Sammelstellen abzugeben.



Dieser Artikel unterliegt der europäischen Richtlinie 2012/19/EU für Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE). Dieses Gerät nicht als normalen Hausmüll, sondern umweltgerecht über einen behördlich zugelassenen Entsorgungsbetrieb entsorgen.

## Kundenservice/ Importeur:

DS Produkte GmbH

Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Deutschland

Tel.: +49 38851 314650 \*) Anruf in das deutsche Festnetz zum Tarif Ihres Anbieters.

Alle Rechte vorbehalten.

## Contents

Safety Instructions _____	14
Items Supplied _____	15
Device Overview _____	16
Before Initial Use _____	16
Assembling the Training Device _____	17
Inserting the Batteries into the Training Computer _____	18
Use _____	18
After Training _____	19
Cleaning and Storage _____	20
Technical Data _____	20
Disposal _____	20
Exploded Drawing _____	21

### Explanation of the Symbols



Danger symbols: This symbol indicates dangers of injury. Read through the associated safety notices carefully and follow them.



Circuit symbol for direct current



Supplementary information



Read operating instructions before use!

### Explanation of the Signal Words

**WARNING** warns of *possible* serious injuries and danger to life

**NOTICE** warns of material damage

Dear Customer,

We are delighted that you have chosen this **training device**.

Before using the device for the first time, please read through these operating instructions carefully and keep them for future reference and other users. They form an integral part of the device.

The manufacturer and importer do not accept any liability if the information in these operating instructions is not complied with.

If you have any questions about the device and about spare parts / accessories, please contact the customer service department via our website:

**[www.dspro.de/kundenservice](http://www.dspro.de/kundenservice)**

## Intended Use

- This device is intended to be used for fitness training and a workout. It is suitable exclusively for use while sitting down.
- Only one person may train on the training device at any one time.
- The device is able to withstand a **maximum weight of 100 kg**.
- **Please Note – The training data of this device has a low level of accuracy.**
- This device is designed exclusively for use at home.
- The device is **not** suitable for use outdoors and in rooms with a high atmospheric humidity (e.g. bathrooms).
- This device is **not** suitable for therapeutic purposes.
- The device is for personal use only and is not intended for commercial applications.
- Use the device only as described in the operating instructions. Any other use is deemed to be improper.
- The following are excluded from the warranty: all defects caused by improper handling, damage or unauthorised attempts at repair. This also applies to normal wear and tear.

## Safety Instructions

The safety level of the training device can only be maintained if it is regularly checked for damage. Therefore, in the interest of your own safety, inspect the training device for damage each time before you use it (look for cracks, holes, loose screws etc.). If while using the training device you hear unusual noises from the device, stop training immediately. If there are any defects, the training device may no longer be used until it has been repaired.

The training device must no longer be used if it is damaged. In this case, contact the customer service department or a specialist workshop.



### WARNING – Danger of Injury

- **Danger of suffocation!** Keep the accessories and the packaging material away from children and animals.
- This device should not be used by people (including children) with impaired sensory or mental faculties or who do not have adequate experience and/or knowledge of such devices, unless they are supervised by a person responsible for their safety, or have received instructions from such a person on how to use the device.
- Pregnant women should not use the training device or should use it only after consultation with their doctor.
- If you have any health concerns (risk group), after not doing any sport for a long time, or if you have any cardiovascular or orthopaedic problems, always consult a doctor before using the training device. Agree the training programme with the doctor if necessary.
- The training device is **not** a toy! Parents and other people in supervisory capacities should be aware of their responsibility because, due to children's natural instinct for play and desire to experiment, it is foreseeable that situations and behaviour will occur for which the training device is not constructed.

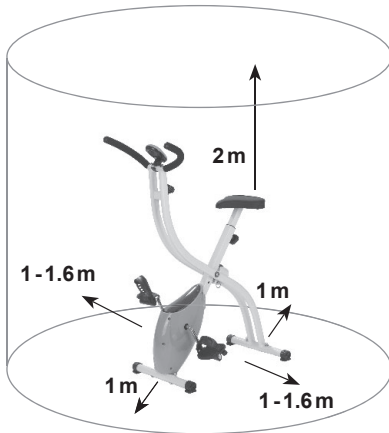


### WARNING – Danger of Burns from Battery Acid!

- Batteries can be deadly if swallowed. Keep the battery and the device out of the reach of children and animals. If a battery is swallowed, seek medical assistance immediately.
- If the battery has leaked, do not allow your skin, eyes and mucous membranes to come into contact with the battery acid. Wear protective gloves if necessary. If you touch battery acid, rinse the affected area with abundant fresh water immediately and contact a doctor as soon as possible.

### NOTICE – Risk of Damage to Material and Property

- Do not expose the training device to extreme temperatures, strong temperature fluctuations, persistent moisture or wet conditions, direct sunlight or impacts.
- Always replace all batteries together. Do not use batteries of different types or brands, or batteries with different capacities.



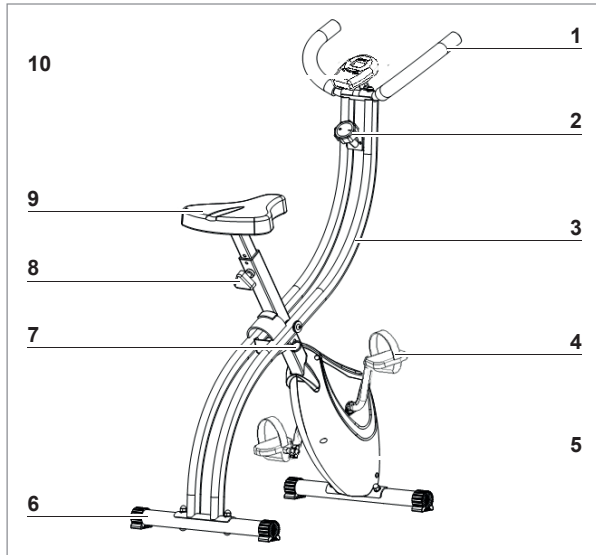
- Depending on your body size, leave plenty of space on all sides of the training device (at least 1 metre to the sides, 2 metres above) so that you have enough room to move about in during a workout. Furthermore, the free area in the direction from which you access the training device must be at least 0.6 m greater than the exercise area. The free area must include the space required for an emergency dismount. If training devices are set up in the immediate vicinity of one another, they can share one free area.

### Items Supplied

- 1 x bicycle frame
- 2 x feet
- 1 x saddle
- 1 x saddle holder
- 1 x handlebar
- 1 x training computer
- 1 x computer holder
- 2 x pedal
- 2 x 1.5 V battery, AA type
- 2 x hexagon socket bolt (M8)
- 4 x square-head bolt (M8)
- 1 x cross-head bolt (M4)
- 6 x washer, curved
- 3 x washer, straight
- 2 x spring washer
- 3 x self-locking nut
- 4 x cap nut
- 1 x spanner (13–15)
- 1 x hex key (5 mm)
- 1 x operating instructions

Check the items supplied for completeness and transport damage. If you find any damage to the components, do not use them (!), but contact our customer service department.

## Device Overview



- 1 Handlebar
- 2 Adjusting knob 1–8 (torque resistance)
- 3 Bicycle frame
- 4 Pedals
- 5 Main device
- 6 Feet with protective caps
- 7 Locking pin
- 8 Adjusting knob (saddle height)
- 9 Saddle
- 10 Training computer

## Functions of the Computer

- The training computer is switched on by turning the pedals or pressing the **MODE** button.
- To switch between the displays, press the **MODE** button.



<b>TIME</b>	Training time in minutes and seconds
<b>SPEED</b>	Speed in km/h
<b>DISTANCE</b>	The distance covered in km
<b>CALORIES</b>	The rough number of calories used up
<b>SCAN</b>	All data is displayed in succession

- MODE** Menu button for setting the desired display
- CLEAR** Button for resetting the units

- Press the **MODE** button several times to switch between the displays.
- When you press the **CLEAR** button on a display, the respective data is reset to zero.
- If no action takes place for around 3 minutes, the computer switches off automatically.

## Before Initial Use

1. Remove all packaging materials and any possible protection during transportation. **Never remove the rating plate and any possible warnings!**
2. Assemble the training device (see the “Assembling the Training Device” chapter).
3. Insert batteries into the training computer (see the “Inserting Batteries into the Training Computer” chapter).



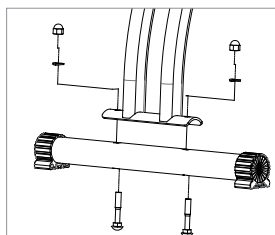
## Assembling the Training Device



Read through the assembly instructions carefully before assembling the training device. The sequence of working steps described must be followed exactly.

1. Carefully open up the training device, and release the locking pin to do this if necessary.
2. Lay out all individual parts carefully on a flat floor.

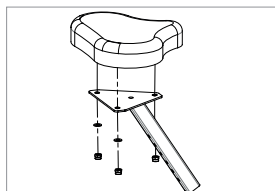
**PLEASE NOTE:** Protect the floor, carpet etc. with a mat or something similar before the component parts are removed from the box and also during set-up and training.



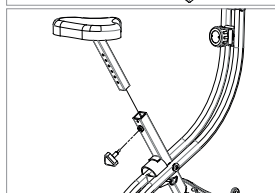
3. Screw the feet onto the bottom of the bicycle frame. Use the corresponding bolts, washers and nuts to do this.

**Make sure that the feet are placed in the correct position!** The cap nuts must not be attached from below as otherwise the training device is not able to stand securely on the floor.

Notice: The protective caps can be turned so that you can adjust the training device to a stable position.

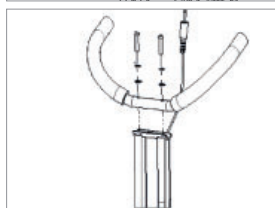


4. Place the saddle onto the saddle holder and screw it on tight using the washers and the self-locking nuts. When you do this, make sure that they can only be tightened and undone again using a tool.

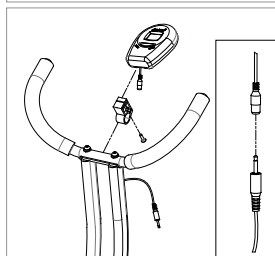


5. Place the saddle holder into the receiving socket on the bicycle frame. Secure it in place using the adjusting knob: Align the holes on the frame and the holder with one another and turn the adjusting knob clockwise to tighten it.

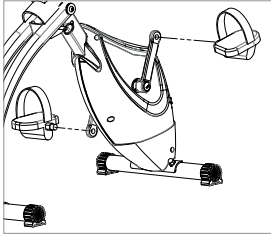
Notice: The saddle can be adjusted to the correct height after assembly.



6. Screw the handlebar onto the bicycle frame. Use the corresponding hexagon bolts and washers to do this.



7. Secure the computer holder to the handlebar by placing it on the handlebar and securing it on tight with the corresponding bolts and washers.
8. Slide the training computer onto the computer holder.
9. Insert the jack plug from the bicycle frame into the connecting socket on the training computer. This connects the computer sensor to the pedals.



10. Turn the pedals tight on the pedal mounts using the spanner. Make sure that the markings **L** (left) and **R** (right) on the pedals and mounts match.

**PLEASE NOTE:** The pedals must be tightened in the direction of travel. This means:

- the right pedal (right-hand thread) is tightened in the clockwise direction,
- the left pedal (left-hand thread) is tightened in the anticlockwise direction.

## Inserting the Batteries into the Training Computer



### PLEASE NOTE!

- Use only the battery type specified in the “Technical Data”.
- Take the batteries out of the training computer when they are dead or if you will not be using the device for a prolonged period. This avoids damage from leaking.
- Remove dead batteries from the training computer immediately.
- Non-rechargeable batteries must not be recharged or reactivated by other means, dismantled, thrown into a fire, immersed in fluids, or short-circuited.

Before inserting the batteries, check whether the contacts in the training computer and on the batteries are clean, and clean them if necessary.

1. Pull the training computer carefully out of the holder if necessary.
2. Grip and press down the locking lug on the battery compartment cover. Flip open the cover at the same time.
3. Insert the supplied batteries or new batteries into the battery compartment. Pay attention to the correct polarity (+/–).
4. Close the battery compartment. When you do this, make sure that the locking lugs sit in the recesses which are provided for them. The battery compartment cover must be heard to engage in place.
5. Insert the training computer back into the holder.

If the training computer stops working, the battery needs to be replaced.

## Use



### PLEASE NOTE!

- When doing the exercises, wear loose, comfortable clothing and non-slip trainers.
- Ensure that you are properly warmed up before you use the training device.
- Never stand on the training device.
- Do not leave the training device unsupervised in the presence of children and animals.
- We explicitly point out that improper use of the training device and excessive training can be detrimental to your health.

1. Fold open the training device and place it on a solid, even and non-slip surface. Make sure that there is sufficient clearance around the training device so that you cannot bump into walls, furniture, etc. during training.
2. Make sure that the training device is upright. The stability can be varied slightly using the protective caps on the feet.
3. Make sure that all parts are properly secured to the training device.
4. Adjust the seat to the correct height using the adjusting knob.
5. Sit on the training device and place your feet on the pedals. Adjust the foot loops to the correct size if necessary.
6. As soon as the pedals are moved, the training computer switches on. Adjust the display to the setting you want (see the “Device Overview” chapter – “Functions of the Training Computer”).
7. The torque resistance can be adjusted to 8 levels using the adjusting knob: Begin the training slowly with a low torque resistance after a warm-up phase and increase the intensity gradually until you reach the desired performance level that you are still capable of maintaining.
8. Allow the training to fade out with a slow pace and low torque resistance. Finish off with a few stretching exercises.

## After Training

We recommend always performing a few stretching exercises in order to slowly restore your circulation to a normal level:

**Upper body:** Stand upright, cross your arms over your head and pull your left elbow to the right with your right hand. The upper body moves gently as you do this. Stay in this position for around 15 – 20 seconds. Change sides.

**Calves:** Stand up. Place your right leg in front of you and bend it slightly while your left leg remains stretched. Push your left heel down onto the floor. Stay in this position for around 15 – 20 seconds. Change sides.

**Thighs:** Stand on one leg, bend the other one and grab your foot with your hand. Pull it up to your buttocks and hold this position for approx. 5 – 20 seconds. Change sides.

Sit down on the floor, turn your knees to face outwards, place the soles of your feet together and pull towards your body. Place your hands around your ankles and press your knees gently down to the floor with your elbows. Keep your back straight. Maintain for approx. 5 – 20 seconds.

**Back:** Lie down flat on your back, bend your right leg and place it over your left leg, your hip twists but both shoulders remain on the floor. Maintain for approx. 5 – 20 seconds. Change sides.

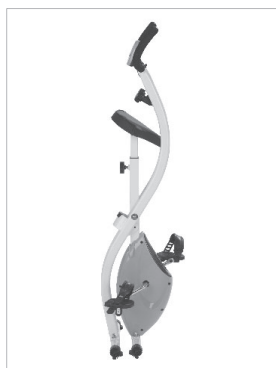
**Shoulders / back:** Sit down cross-legged with a straight back, fold / clasp together your hands and stretch your arms out above your head. Stretch your back. Stay in this position for around 15 – 20 seconds.

## Cleaning and Storage



### PLEASE NOTE!!

- After each use, store the training device in a place where children cannot use it.
  - Do not use any caustic or abrasive cleaning agents or pads to clean the training device. These may damage the surfaces.
- 
- Only clean the training device with a damp, soft cloth and mild detergent if necessary. Then dry all parts with a dry, soft cloth.
  - Keep the training device out of the reach of children and animals in a clean, dry, frost-free place which is protected from direct sunlight.



The training device can be folded up to make it easier to store. To do this, pull the training device up by the saddle and handlebar. In addition, use the locking pin to prevent any injuries or damage.

## Technical Data

Article number:	01504
Class:	HC (home use)
Model number:	JTF-718E-2
Computer model:	XT-1027
Voltage supply:	3V (2 x 1.5 V battery, AA type)
Max. loading capacity:	100 kg
ID operating instructions:	Z 01504 M DS V6 1020 uh

The device conforms to DIN EN ISO 20957-1 and DIN EN ISO 20957-5.



## Disposal



Dispose of the packaging material in an environmentally friendly manner so that it can be recycled.

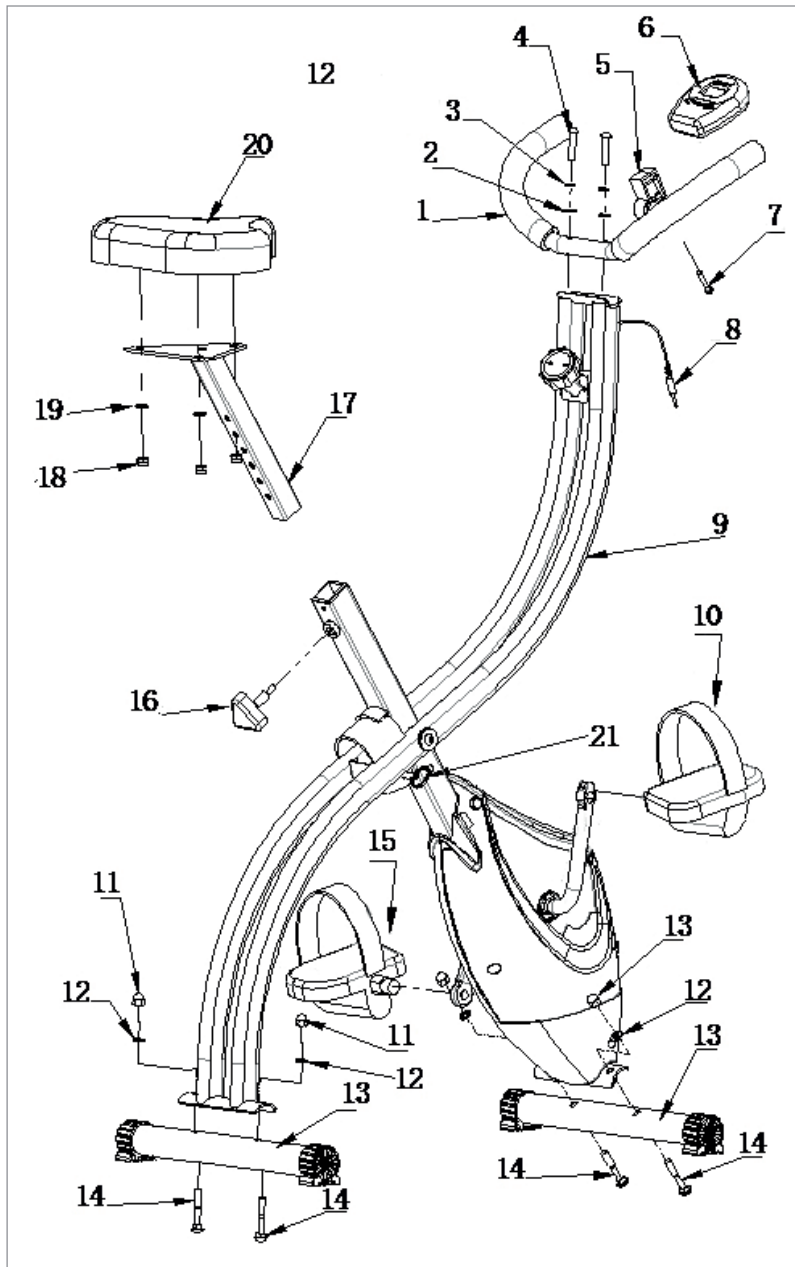


Batteries should be removed prior to disposal of the device and disposed of separately from the device at suitable collection points.



This article is governed by the European Directive 2012/19/EU on waste electrical and electronic equipment (WEEE). Do not dispose of this device as normal domestic waste, but rather in an environmentally friendly manner via an officially approved waste disposal company.

## Exploded Drawing



Not shown:  
2 x tool

## Parts List

Part No.	Description	Number	Dimensions
1	Handlebar	1	
2	Washer, curved	2	Ø 16 (Ø 8.3) x 1.5 mm
3	Spring washer	2	
4	Hexagon socket bolt	2	M8 x 35 mm
5	Computer holder	1	
6	Training computer	1	
7	Cross-head bolt	1	M4 x 12 mm
8	Jack plug	1	
9	Bicycle frame	1	
10	Right pedal	1	
11	Cap nut	4	M8
12	Washer, curved	4	Ø 16 (Ø 8.3) x 1.5 mm
13	Foot	2	
14	Square-head bolt	4	M8 x 50 mm
15	Left pedal	1	
16	Adjusting knob	1	
17	Seat holder	1	
18	Self-locking nut	3	
19	Washer, straight	3	
20	Seat	1	
21	Locking pin	1	

### Customer Service/Importer:

DS Produkte GmbH

Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Germany

Tel.: +49 38851 314650 \*) Calls to German landlines are subject to your provider's charges.

All rights reserved.

## Contenu

Consignes de sécurité	24
Composition	25
Vue générale de l'appareil	26
Avant la première utilisation	27
Assemblage de l'appareil d'entraînement	27
Insertion des piles dans l'ordinateur d'entraînement	28
Utilisation	29
Après l'entraînement	30
Nettoyage et rangement	30
Caractéristiques techniques	31
Mise au rebut	31
Dessin éclaté	32

## Explication des symboles



Mention de danger : ce symbole indique les risques de blessures. Lisez et observez attentivement les consignes de sécurité correspondantes.



Signe de commutation pour le courant continu



Informations complémentaires



Consultez le mode d'emploi avant utilisation !

## Explication des mentions d'avertissement

### AVERTISSEMENT

Vous avertit d'un risque *potentiel* de blessures graves et mortelles

### AVIS

Vous avertit d'un risque de dégâts matériels

Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons d'avoir fait l'acquisition de cet **appareil d'entraînement**.

Veillez lire attentivement le présent mode d'emploi avant la première utilisation de l'appareil et le conserver précieusement pour toute question ultérieure ainsi que pour les autres utilisateurs. Il fait partie intégrante de l'appareil.

Le fabricant et l'importateur déclinent toute responsabilité en cas de non-observation des instructions qu'il contient.

Pour toute question concernant l'appareil et ses pièces de rechange et accessoires, vous pouvez contacter le service après-vente à partir de notre site Internet :

**[www.dspro.de/kundenservice](http://www.dspro.de/kundenservice)**

### Utilisation conforme

- L'appareil est destiné à l'entraînement de la condition physique. Uniquement réservé à une utilisation en position assise.
- Une seule personne à la fois ne peut s'entraîner avec l'appareil d'entraînement.
- L'appareil peut supporter une charge **maximale de 100 kg** .
- **Attention – les données d'entraînement fournies par cet appareil sont de faible précision.**
- L'appareil est exclusivement conçu pour être utilisé à l'intérieur.
- L'appareil n'est **pas** adapté à une utilisation en extérieur et dans des pièces présentant une forte humidité.
- Cet appareil n'est **pas** conçu pour réaliser des traitements thérapeutiques.
- L'appareil est conçu pour un usage exclusivement domestique, non professionnel.
- Utilisez cet appareil uniquement tel qu'indiqué dans le présent mode d'emploi. Toute autre utilisation est considérée comme non conforme.
- Tout défaut imputable à une utilisation non conforme, à une détérioration ou à des tentatives de réparation est exclu de la garantie. L'usure normale est également exclue de la garantie.

### Consignes de sécurité

Le niveau de sécurité de l'appareil d'entraînement ne peut être maintenu que si l'on s'assure régulièrement qu'il ne présente pas de dommages. Pour votre propre sécurité, vous devez donc contrôler cet appareil d'entraînement avant chaque mise en service et vous assurer qu'il ne présente aucun endommagement (fissures, trous, vis desserrées, etc.). Si l'appareil d'entraînement produit des bruits inhabituels durant son utilisation, interrompez immédiatement l'entraînement. En cas de dommage, l'appareil d'entraînement ne doit plus être utilisé jusqu'à ce qu'il soit réparé.

N'utilisez plus l'appareil d'entraînement s'il est endommagé. Dans un tel cas, contactez le service après-vente ou bien un atelier spécialisé.



### AVERTISSEMENT – Risque de blessures

- **Risque de suffocation !** Tenez les accessoires et l'emballage hors de portée des enfants et des animaux.
- Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation par des personnes (enfants compris) ne disposant pas de leur intégrité sensorielle ou mentale ou manquant d'expérience ou de connaissances. De telles personnes ne peuvent utiliser cet appareil que sous la surveillance d'un adulte chargé de leur sécurité et qui leur expliquera le cas échéant comment s'en servir.
- Les femmes enceintes ne doivent pas utiliser cet appareil d'entraînement, sauf accord préalable de leur médecin.
- En cas de doute quant à la santé (groupe à risque), après une période prolongée d'absence d'activité sportive, en cas de problèmes cardiovasculaires ou orthopédiques, consultez impérativement un médecin avant d'utiliser cet appareil d'entraînement. Le cas échéant, établissez avec lui un programme d'entraînement.
- Cet appareil d'entraînement n'est **pas** un jouet. Les parents et les autres personnes chargées de la surveillance doivent prendre conscience que l'envie naturelle de jouer



et d'expérimenter des enfants engendre des situations et des comportements pour lesquels cet appareil d'entraînement n'a pas été conçu.

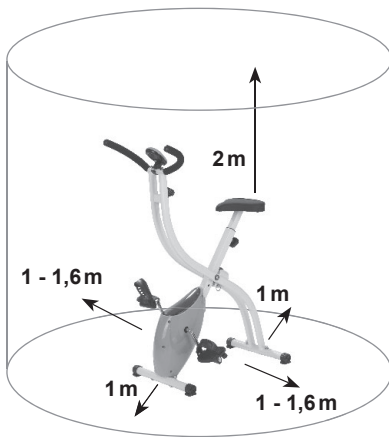


### **AVERTISSEMENT – Risque de brûlures causées par l'électrolyte des piles !**

- L'ingestion de piles peut être mortelle. Conservez l'appareil et les piles hors de portée des enfants et des animaux. En cas d'ingestion d'une pile, faites immédiatement appel aux secours médicaux.
- Si une pile fuit, évitez tout contact de la peau, des yeux ou des muqueuses avec l'électrolyte. Le cas échéant, portez des gants de protection. En cas de contact avec l'électrolyte, rincez immédiatement et abondamment à l'eau claire les zones touchées, puis consultez un médecin sans attendre.

### **AVIS – Pour éviter tout risque de dégâts matériels**

- N'exposez pas l'appareil d'entraînement à des températures extrêmes, à de fortes variations de températures, à l'humidité prolongée, à l'eau ou au rayonnement direct du soleil et veillez à ce qu'il ne soit pas soumis à des chocs.
- Remplacez toujours toutes les piles en même temps. N'utilisez pas de piles de types, marques ou capacités différents.



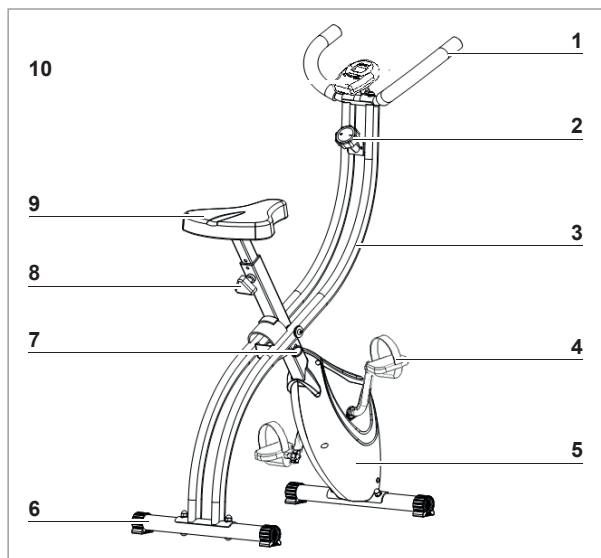
- En fonction de votre taille, laissez suffisamment d'espace autour de l'appareil d'entraînement (au moins 1 mètre sur les côtés, 2 mètres au-dessus) de sorte à disposer de suffisamment d'espace pour votre entraînement. En outre, l'espace disponible dans la direction depuis laquelle vous accédez à l'appareil d'entraînement doit être au moins supérieur de 0,6 m à la zone d'exercice. L'espace disponible doit prendre en compte l'espace nécessaire en cas d'arrêt d'urgence. Si plusieurs appareils d'entraînement sont installés à proximité immédiate, ils peuvent partager un espace disponible.

## **Composition**

- 1 x cadre de vélo
- 2 x pieds d'appui
- 1 x selle
- 1 x support de selle
- 1 x guidon
- 1 x ordinateur d'entraînement
- 1 x support d'ordinateur
- 2 x pédales
- 2 x piles de 1,5 V, type AA
- 2 x vis à six pans creux (M8)
- 4 x boulons à tête carrée (M8)
- 1 x vis cruciforme (M4)
- 6 x rondelles, bombées
- 3 x rondelles, droites
- 2 x bagues élastiques
- 3 x écrous autobloquants
- 4 x écrous borgnes
- 1 x clé plate (de 13 à 15)
- 1 x clé Allen (5 mm)
- 1 x mode d'emploi

Assurez-vous que l'ensemble livré est complet et ne présente pas de dommage imputable au transport. Si des éléments présentent des dommages, ne les utilisez pas et contactez le service après-vente.

## Vue générale de l'appareil



- 1 Poignée de préhension
- 2 Molette de réglage 1-8 (résistance de rotation)
- 3 Cadre de vélo
- 4 Pédales
- 5 Corps de l'appareil
- 6 Pieds avec capuchons de protection
- 7 Goupille de sécurité
- 8 Molette de réglage (hauteur de selle)
- 9 Selle
- 10 Cardiofréquencemètre

## Fonctions du cardiofréquencemètre

- Une rotation de la pédale ou un clic sur la touche **MODE** entraîne la mise en marche du cardiofréquencemètre.
- Appuyez sur la touche **MODE** pour changer d'affichage.



<b>TIME</b>	Temps d'entraînement en minutes et en secondes
<b>SPEED</b>	Vitesse en km/h
<b>DISTANCE</b>	Trajet parcouru en km
<b>CALORIES</b>	Nombre approximatif de calories dépensées
<b>SCAN</b>	toutes les données sont affichées les unes après les autres
<b>MODE</b>	Touche de menu pour régler l'affichage souhaité
<b>CLEAR</b>	Touche pour réinitialiser les unités

- Appuyez à plusieurs reprises sur la touche **MODE** pour passer d'un affichage à un autre.
- Lorsque vous appuyez sur la touche **CLEAR** dans un affichage, toutes les données sont remises à zéro.
- En l'absence d'action pendant 3 minutes, le cardiofréquencemètre se met automatiquement à l'arrêt.

## Avant la première utilisation

1. Retirez tous les emballages et les éventuelles protections pour le transport qui se trouvent sur l'appareil. **N'ôtez jamais la plaque signalétique de l'appareil ni les éventuelles mises en garde apposées.**
2. Assemblez l'appareil d'entraînement (voir paragraphe « Assemblage de l'appareil d'entraînement »).
3. Insérez les piles dans l'ordinateur d'entraînement (voir paragraphe « Insertion des piles dans l'ordinateur d'entraînement »).

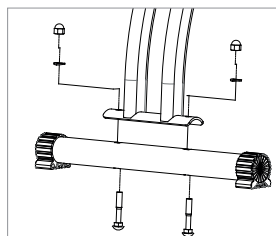
## Assemblage de l'appareil d'entraînement



**Avant d'assembler l'appareil d'entraînement, veuillez lire attentivement la notice de montage. L'ordre des étapes de travail à réaliser doit être impérativement respecté.**

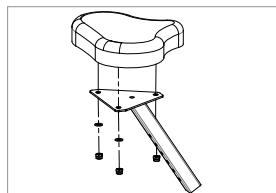
1. Déployez délicatement l'appareil d'entraînement en enlevant le cas échéant la goupille de sécurité.
2. Placez soigneusement toutes les pièces sur une surface plane.

**À NOTER :** protégez le sol, les moquettes, etc. avec un tapis par exemple avant de sortir les composants du carton ainsi que pendant le montage et l'entraînement.

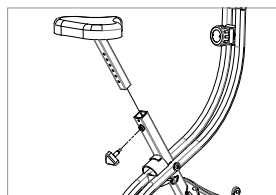


3. Vissez les pieds d'appui sur la face intérieure du cadre du vélo. Utilisez pour ce faire les vis, rondelles et écrous fournis.

**Veillez à positionner correctement les pieds d'appui !**  
Les écrous borgnes ne doivent pas être fixés par le bas sans quoi l'appareil d'entraînement ne serait pas stable sur le sol.  
Avis : les capuchons de protection se tournent de sorte à pouvoir assurer une assise stable de l'appareil d'entraînement.

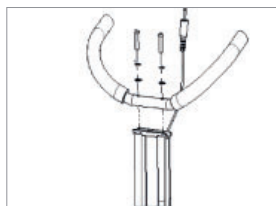


4. Placez la selle sur le support de selle et vissez-la à l'aide des rondelles et écrous autobloquants. Veillez à ce que ceux-ci ne puissent être vissés / dévissés qu'au seul moyen d'un outil.

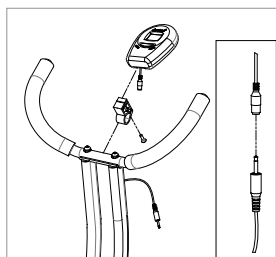


5. Placez le support de selle dans son logement sur le cadre de vélo. Pour la fixation, servez-vous de la molette de réglage : positionnez les trous du cadre et du support pour qu'ils correspondent et vissez la molette de réglage à fond dans le sens des aiguilles d'une montre.

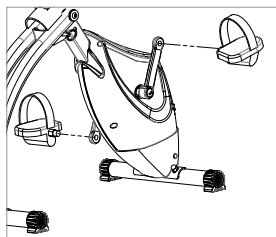
Avis : il est possible de régler la hauteur de selle requise après le montage.



6. Vissez le guidon sur le cadre de vélo. Utilisez pour ce faire les vis à six pans et les rondelles correspondantes.



7. Fixez le support d'ordinateur sur le guidon en le plaçant sur le guidon et en vissant les vis et les rondelles correspondantes.
8. Logez l'ordinateur d'entraînement dans son support.
9. Introduisez la fiche jack du cadre du vélo dans la douille de raccordement de l'ordinateur d'entraînement. Le capteur de l'ordinateur est ainsi relié aux pédales.



10. Fixez les pédales sur les supports de pédale à l'aide de la clé plate. Assurez-vous que les marquages **L** (gauche) et **R** (droite) des pédales et des supports correspondent bien.

**À NOTER** : les pédales doivent être serrées dans le sens de la marche. Cela signifie que :

- la pédale de droite (filetage à droite) se serre dans le sens des aiguilles d'une montre ;
- la pédale de gauche (filetage à gauche) se serre dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

## Insertion des piles dans l'ordinateur d'entraînement



### À OBSERVER !

- Utilisez uniquement le type de pile indiqué dans les « Caractéristiques techniques ».
- Retirez les piles de l'ordinateur d'entraînement lorsqu'elles sont usagées ou que vous n'allez plus utiliser l'appareil pendant une assez longue période. Vous éviterez ainsi les dommages dus à d'éventuelles fuites des piles.
- Retirez immédiatement de l'ordinateur d'entraînement toute pile qui fuit.
- Les piles non rechargeables ne doivent pas être chargées ou réactivées par d'autres moyens, démontées, jetées au feu, plongées dans des liquides ou court-circuitées.

Avant de mettre les piles en place, vérifiez si les contacts dans l'ordinateur d'entraînement et sur les piles sont propres ; nettoyez-les le cas échéant.

1. Extrayez délicatement l'ordinateur d'entraînement de son support.
2. Saisissez le cran d'arrêt sur le cache du compartiment à piles et pressez-le tout en relevant le cache.
3. Insérez les piles fournies ou des piles neuves dans le compartiment à piles. Respectez la bonne polarité (+/-) !

4. Refermez le compartiment à piles. Veillez à ce que les crans d'arrêt viennent se loger dans les évidements prévus à cet effet. Le cache du compartiment à piles doit produire un déclic audible à la fermeture.

5. Remplacez l'ordinateur d'entraînement dans son support.

Si l'ordinateur d'entraînement ne fonctionne plus, les piles doivent être remplacées.

## Utilisation



### À OBSERVER !

- Pour réaliser les exercices, portez des vêtements confortables avec des chaussures de sport à semelles antidérapantes.
  - Échauffez-vous suffisamment avant d'utiliser l'appareil d'entraînement.
  - Ne vous tenez jamais debout sur l'appareil d'entraînement.
  - Ne laissez pas l'appareil d'entraînement sans surveillance en présence d'enfants et d'animaux.
  - Nous attirons expressément l'attention sur le fait qu'une utilisation inadéquate de l'appareil d'entraînement et un entraînement excessif peuvent nuire à la santé.
- 
1. Déployez l'appareil d'entraînement sur une surface stable, plane et antidérapante. Assurez-vous d'avoir assez d'espace libre autour de l'appareil d'entraînement de sorte à ne pas vous cogner aux murs, meubles, etc. durant l'entraînement.
  2. Veillez à ce que l'appareil d'entraînement soit plan. Sa stabilité peut être légèrement corrigée à l'aide des capuchons de protection situés sur les pieds d'appui.
  3. Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement fixées à l'appareil d'entraînement.
  4. La hauteur d'assise correcte se règle à l'aide de la molette de réglage.
  5. Installez-vous sur l'appareil d'entraînement et posez les pieds sur les pédales. Le cas échéant, ajustez les cale-pieds à la dimension correcte.
  6. L'ordinateur d'entraînement se met en marche dès que les pédales entrent en mouvement. Sélectionnez l'affichage souhaité (voir paragraphe « Vue générale de l'appareil » – « Fonctions de l'ordinateur d'entraînement »).
  7. La résistance de rotation se règle sur 8 niveaux à l'aide de la molette de réglage : commencez l'entraînement lentement après une phase d'échauffement puis augmentez progressivement l'intensité jusqu'au niveau de puissance souhaité que vous êtes en mesure de maîtriser.
  8. Terminez l'entraînement à un rythme faible et avec une faible résistance de rotation. Pour finir, faites quelques étirements.

## Après l'entraînement

Pour ramener doucement votre pouls au niveau normal, nous recommandons de toujours effectuer quelques étirements :

**Torse** : tenez-vous debout, levez les bras au-dessus de la tête et tirez de la main droite le coude gauche vers la droite. Le torse suit légèrement le mouvement. Maintenez la position environ 15 à 20 secondes. Changez de côté.

**Mollets** : appuyez-vous contre un support. Avancez la jambe droite légèrement fléchie en gardant la jambe gauche tendue. Appuyez le talon gauche au sol. Maintenez la position environ 15 à 20 secondes. Changez de côté.

**Cuisses** : debout sur une jambe, fléchissez l'autre et saisissez le pied d'une main en le plaquant contre la fesse, maintenez la position environ 5 à 20 secondes. Changez de côté. Asseyez-vous au sol, genoux pointés vers l'extérieur, plantes des pieds l'une contre l'autre et pieds ramenés vers le torse. Mains aux chevilles, appuyez légèrement des coudes sur les genoux. Gardez le dos bien droit. Maintenez la position environ 5 à 20 secondes.

**Dos** : allongez-vous à plat sur le dos. Pliez la jambe droite et croisez-la par dessus la jambe gauche. La hanche suit le mouvement tandis que les épaules restent plaquées au sol. Maintenez la position environ 5 à 20 secondes. Changez de côté.

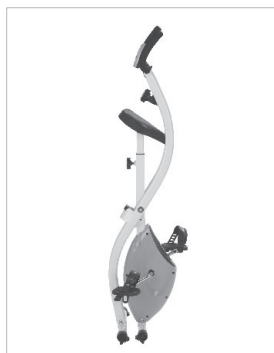
**Épaules / dos** : asseyez-vous en tailleur, dos droit. Tenez-vous les mains, bras tendus au-dessus de la tête. Étirez votre dos. Maintenez la position environ 15 à 20 secondes.

## Nettoyage et rangement



### À OBSERVER !

- Entreposez l'appareil d'entraînement après chaque utilisation de sorte qu'il ne puisse pas être utilisé par des enfants.
  - Pour nettoyer l'appareil d'entraînement, n'utilisez ni produits ni tampons de nettoyage corrosifs ou abrasifs, ceux-ci risquant d'endommager les surfaces.
- 
- Nettoyez l'appareil d'entraînement uniquement avec un chiffon doux et humide avec éventuellement un détergent doux. Essuyez ensuite toutes les pièces avec un chiffon doux sec.
  - Rangez l'appareil d'entraînement hors de portée des enfants et des animaux dans un endroit propre, sec, à l'abri du gel et des rayonnements solaires.



Pour faciliter son stockage, l'appareil peut être replié. Pour ce faire, soulevez l'appareil d'entraînement par la selle et le guidon. Utilisez également la goupille de sécurité afin d'éviter toute blessure ou endommagement.

## Caractéristiques techniques

Référence article : 01504  
Catégorie: HC (utilisation à domicile)  
N° de modèle : JTF-718E-2  
Référence d'ordinateur XT-1027  
Tension d'alimentation : 3 V (2 x pile de 1,5 V, type AA)  
Capacité de charge max. : 100 kg  
ID mode d'emploi: Z 01504 M DS V6 1020 uh



L'appareil est conforme aux normes DIN EN ISO 20957-1 et DIN EN ISO 20957-5.

## Mise au rebut



Débarrassez-vous des matériaux d'emballage dans le respect de l'environnement en les déposant à un point de collecte prévu à cet effet.



Avant la mise au rebut de l'appareil, il faut en retirer les piles et remettre séparément l'appareil et les piles aux points de collecte appropriés.



Cet article est assujéti à la directive européenne 2012/19/UE applicable aux déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE). L'appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères et doit être mis au rebut dans le respect de l'environnement par une entreprise de recyclage agréée.

## Service après-vente / importateur :

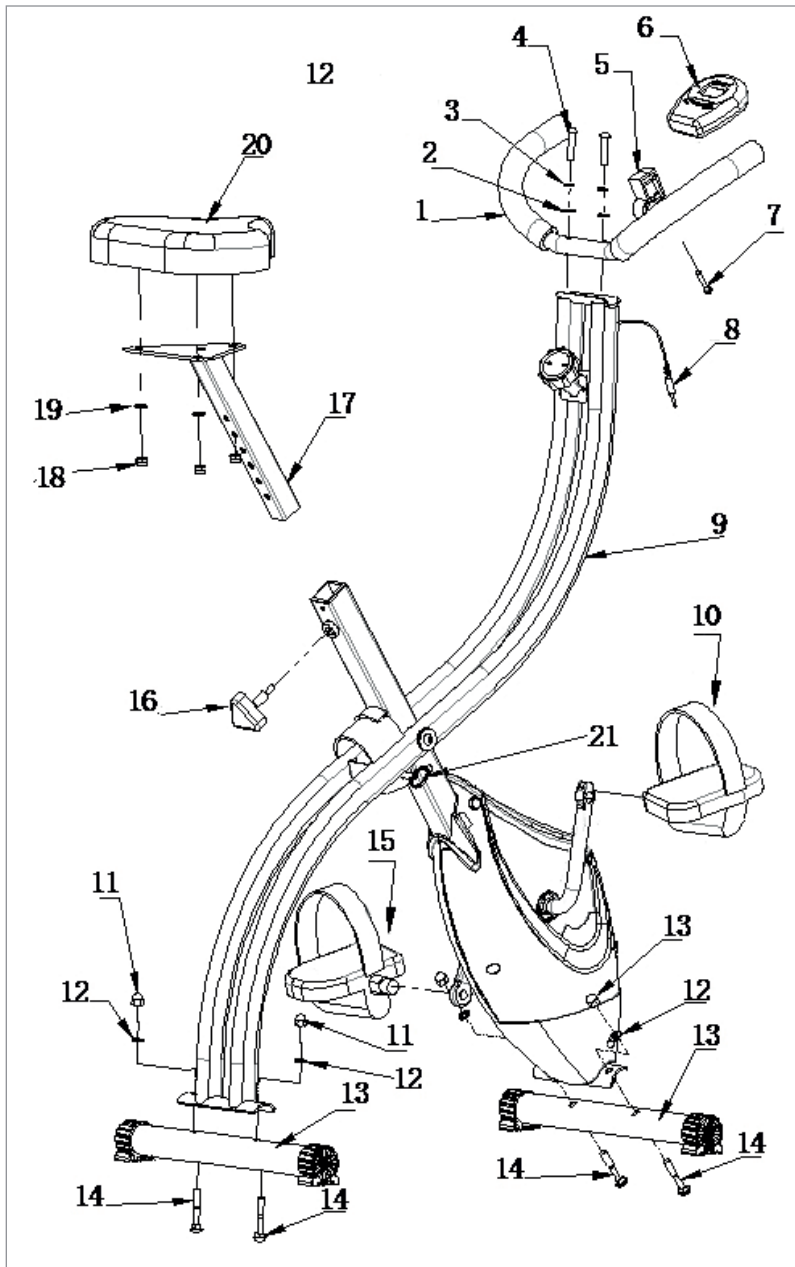
DS Produkte GmbH

Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Allemagne

Tél. : +49 38851 314650 \*) Prix d'un appel vers le réseau fixe allemand au tarif de votre fournisseur.

Tous droits réservés.

## Dessin éclaté



Sans illustration :  
2 x outil



## Liste des pièces

Réf. pièce	Désignation	Quantité	Dimensions
1	Poignée de préhension	1	
2	Rondelle (bombée)	2	Ø 16 (Ø 8,3) x 1,5 mm
3	Bague élastique	2	
4	Vis à six pans creux	2	M8 x 35 mm
5	Support d'ordinateur	1	
6	Cardiofréquencemètre	1	
7	Vis cruciforme	1	M4 x 12 mm
8	Fiche jack	1	
9	Cadre de vélo	1	
10	Pédale de droite	1	
11	Écrous borgnes	4	M8
12	Rondelle (bombée)	4	Ø 16 (Ø 8,3) x 1,5 mm
13	Socle	2	
14	Boulons à tête carrée	4	M8 x 50 mm
15	Pédale gauche	1	
16	Molette de réglage	1	
17	Support de selle	1	
18	Écrous autobloquants	3	
19	Rondelle, droite	3	
20	Siège	1	
21	Goupille de sécurité	1	

## Inhoud

Veiligheidsaanwijzingen _____	35
Leveringsomvang _____	36
Apparaatoverzicht _____	37
Vóór het eerste gebruik _____	38
Trainingsapparaat monteren _____	38
Batterijen in de trainingscomputer plaatsen _____	39
Gebruik _____	40
Na de training _____	40
Reinigen en opbergen _____	41
Technische gegevens _____	41
Explosietekening _____	42
Afvoeren _____	43

### Uitleg van de symbolen



Gevarensymbolen: dit symbool wijst op verwondingsgevaar. De bijbehorende veiligheidsaanwijzingen aandachtig doorlezen en opvolgen.



Symbool voor gelijkspanning



Aanvullende informatie



Handleiding vóór gebruik lezen!

### Uitleg van de signalwoorden

#### WAARSCHUWING

waarschuwt voor *mogelijk* ernstig letsel en levensgevaar

#### LET OP

waarschuwt voor materiële schade

Geachte klant,

Wij danken u dat u hebt gekozen voor de aankoop van dit **trainingsapparaat**.

Lees vóór het eerste gebruik van het apparaat deze handleiding zorgvuldig door en bewaar deze voor latere vragen en andere gebruikers. Deze is een bestanddeel van het apparaat.

Fabrikant en importeur aanvaarden geen aansprakelijkheid wanneer de informatie in deze handleiding niet in acht wordt genomen.

Neem bij vragen over het apparaat en overreserveonderdelen / toebehoren contact op met de klantenservice via onze website:

**[www.dspro.de/kundenservice](http://www.dspro.de/kundenservice)**

## Doelmatig gebruik

- Dit apparaat is bedoeld voor fitness- en conditietraining. Het is uitsluitend geschikt voor gebruik in een zittende houding.
- Op het trainingsapparaat mag telkens slechts één persoon trainen.
- Het apparaat is belastbaar tot **maximaal 100 kg**.
- **Attentie – de trainingsgegevens van dit apparaat hebben een geringe nauwkeurigheid.**
- Dit apparaat is uitsluitend bedoeld om binnenshuis te worden gebruikt.
- Het apparaat is voor gebruik buitenshuis en in ruimten met een hoge luchtvochtigheid (bijv. badkamers) **niet** geschikt.
- Dit apparaat is **niet** geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Het apparaat is uitsluitend bestemd voor particulier gebruik, niet voor commerciële doeleinden.
- Gebruik het apparaat uitsluitend zoals beschreven in de handleiding. Elk ander gebruik geldt als niet-doelmatig.
- Alle gebreken die zijn ontstaan door onvakkundige behandeling, beschadiging of reparatiepogingen, zijn uitgesloten van garantie. Dit geldt ook voor de normale slijtage.

## Veiligheidsaanwijzingen

Het veiligheidsniveau van het trainingsapparaat kan alleen dan worden gegarandeerd, wanneer het regelmatig wordt gecontroleerd op schade. Controleer het trainingsapparaat daarom in het belang van uw eigen veiligheid vóór elk gebruik op beschadigingen (scheuren, gaten, losse schroeven etc.). Mocht u tijdens het gebruik ongewone geluiden van het trainingsapparaat waarnemen, staak dan direct de training. Bij defecten mag het trainingsapparaat niet meer worden gebruikt tot het is gerepareerd.

Het trainingsapparaat mag niet meer worden gebruikt, wanneer het is beschadigd. Neem in dit geval contact op met de klantenservice of een gespecialiseerde werkplaats.



### WAAARSCHUWING – Gevaar voor letsel

- **Verstikkingsgevaar!** Houd de toebehoren en het verpakkingsmateriaal uit de buurt van kinderen en dieren.
- Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met beperkte sensorische of geestelijke vermogens of met een gebrek aan ervaring en/of gebrek aan kennis, tenzij een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid, toezicht op hen houdt of hen instructies heeft gegeven over hoe het apparaat moet worden gebruikt.
- Zwangere vrouwen mogen het trainingsapparaat niet resp. alleen na overleg met hun arts gebruiken.
- Wanneer u onzeker bent wat betreft de gezondheid (risicogroep), wanneer u langere tijd niets aan sport hebt gedaan, bij hart- / circulatie- of orthopedische problemen in elk geval vóór gebruik van het trainingsapparaat een arts raadplegen. Eventueel het trainingsprogramma met hem bespreken.
- Het trainingsapparaat is **geen** speelgoed! Ouders en andere personen die toezicht uitoefenen moeten zich bewust zijn van hun verantwoordelijkheid, omdat wegens een natuurlijke speeldrang en het plezier om te experimenteren bij kinderen moet

worden gerekend met situaties en gedragingen, waarvoor het trainingsapparaat niet is gemaakt.

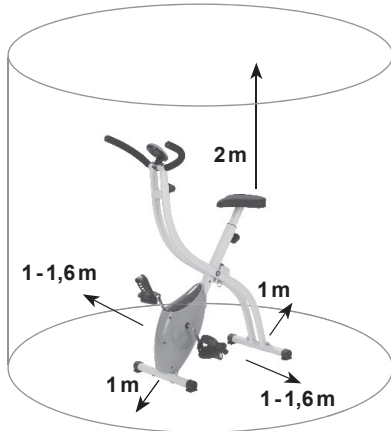


### **WAARSCHUWING – Gevaar voor verwondingen door etsende werking door batterijzuur!**

- Batterijen kunnen levensgevaarlijk zijn wanneer ze worden ingeslikt. Batterij en apparaat op een plaats bewaren buiten bereik van kinderen en dieren. Roep meteen medische hulp in wanneer een batterij werd ingeslikt.
- Als een batterij heeft gelekt, dient u te voorkomen dat huid, ogen en slijmvliezen in contact komen met het batterijzuur. Draag eventueel veiligheidshandschoenen. Bij contact met batterijzuur moet u de desbetreffende plaatsen direct met veel schoon water spoelen en onmiddellijk een arts raadplegen.

### **LET OP – Risico op materiële schade**

- Stel het trainingsapparaat niet bloot aan extreme temperaturen, sterke temperatuurschommelingen, lang aanhoudend vocht of natheid, direct zonlicht of schokken.
- Vervang altijd alle batterijen. Gebruik geen verschillende typen of merken batterijen of batterijen met een verschillende capaciteit.



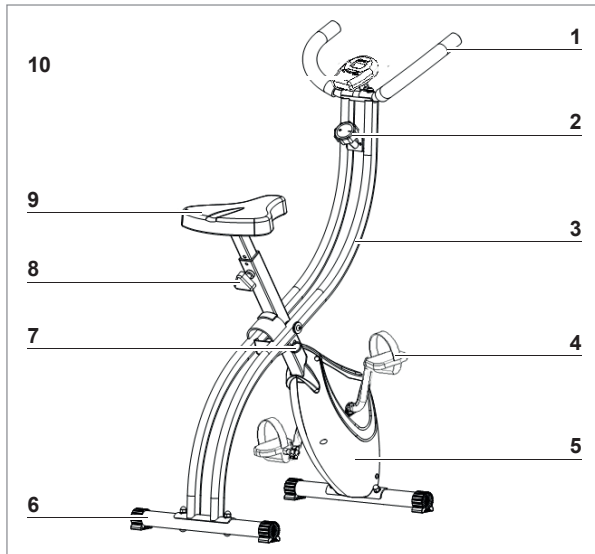
- Afhankelijk van de lichaamslengte, voldoende ruimte naar alle kanten van het trainingsapparaat (minimaal 1 meter naar de zijkanten, 2 meter naar boven) laten, zodat tijdens de training voldoende speelruimte beschikbaar is. Verder moet het vrije gedeelte in de richting van waaruit de toegang tot het trainingsapparaat plaatsvindt, minimaal 0,6 m groter zijn dan het oefen-gedeelte. Het vrije gedeelte moet het gedeelte omvatten om in noodgevallen van het apparaat af te kunnen stappen. Mochten trainingsapparaten dicht naast elkaar zijn opgesteld, kunnen ze een vrij gedeelte delen.

### **Leveringsomvang**

- 1 x fietsframe
- 2 x standvoeten
- 1 x zadel
- 1 x zadelhouder
- 1 x handgreep
- 1 x trainingscomputer
- 1 x computerhouder
- 2 x pedaal
- 2 x 1,5 V-batterij, type AA
- 2 x binnenzeskantbout (M8)
- 4 x vierkantbout (M8)
- 1 x kruiskopschroef (M4)
- 6 x vulring, gebogen
- 3 x vulring, recht
- 2 x veerring
- 3 x zelfborgende moer
- 4 x dopmoer
- 1 x schroefsleutel (13–15)
- 1 x inbussleutel (5 mm)
- 1 x handleiding

Controleer of de levering volledig is en geen transportschade heeft opgelopen. Mochten de onderdelen schade vertonen, deze niet (!) gebruiken maar contact opnemen met onze klantenservice.

## Apparaatoverzicht



- 1 Handgreep
- 2 Instelknop 1–8 (draaiweerstand)
- 3 Fietsframe
- 4 Pedalen
- 5 Hoofdapparaat
- 6 Standvoeten met beschermkappen
- 7 Borgpen
- 8 Instelknop (zadelhoogte)
- 9 Zadel
- 10 Trainingscomputer

## Werking van de computer

- Door het draaien van de pedalen of het indrukken van de **MODE**-knop wordt de trainingscomputer ingeschakeld.
- Om tussen de weergaven te wisselen, drukt u op de **MODE**-knop.



<b>TIME</b>	Trainingstijd in minuten en seconden
<b>SPEED</b>	Snelheid in km/h
<b>DISTANCE</b>	De afgelegde afstand in km
<b>CALORIES</b>	De ca. verbruikte calorieën
<b>SCAN</b>	Alle gegevens worden achtereenvolgens weergegeven

**MODE** Menuknoppen voor het instellen van de gewenste weergave

**CLEAR** Knop voor het resetten van de eenheden

- Druk meerdere keren op de **MODE**-knop, om te wisselen tussen de weergaven.
- Wanneer u op de **CLEAR**-knop in een weergave drukt, worden de desbetreffende gegevens op nul teruggezet.
- Wanneer er 3 minuten lang geen actie volgt, wordt de computer automatisch uitgeschakeld.

## Vóór het eerste gebruik

1. Al het verpakkingsmateriaal en eventueel aanwezige transportbeveiliging verwijderen. **Verwijder nooit het typeplaatje en eventuele waarschuwingen!**
2. Het trainingsapparaat monteren (zie hoofdstuk 'Trainingsapparaat monteren').
3. Batterijen in de trainingscomputer plaatsen (zie hoofdstuk 'Batterijen in de trainingscomputer plaatsen').

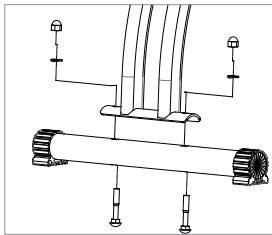
## Trainingsapparaat monteren



Lees voor het in elkaar zetten van het trainingsapparaat zorgvuldig de montagehandleiding. De volgorde van de beschreven werkstappen moet precies worden aangehouden.

1. Het trainingsapparaat voorzichtig openklappen, ertoe eventueel de borgpen losmaken.
2. Leg alle losse onderdelen voorzichtig op een vlakke ondergrond.

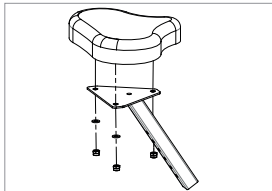
**LET OP:** bescherm de vloer, het tapijt etc. met een mat of iets dergelijks voordat u de onderdelen uit de kartonnen doos neemt en ook tijdens de opbouw en training.



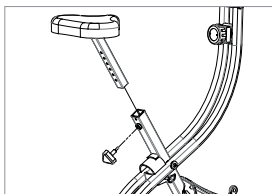
3. Schroef de standvoeten aan de onderzijde van het fietsframe. Gebruik daartoe de desbetreffende schroeven, vulringen en moeren.

**Let daarbij op de juiste positie van de standvoeten!** De dopmoeren mogen niet vanaf onderen worden aangebracht aangezien het trainingsapparaat anders niet stevig op de grond kan staan.

Let op: de beschermkappen laten zich draaien zodat u het trainingsapparaat in een stabiele positie kunt brengen.

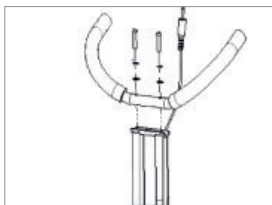


4. Plaats het zadel op de zadelhouder en schroef hem vast met behulp van de vulringen en de zelfborgende moeren. Let erop dat deze alleen met behulp van gereedschap vast resp. weer eraf kunnen worden gedraaid.

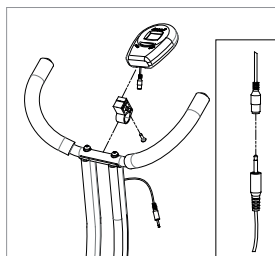


5. Plaats de zadelhouder in de uitsparing van het fietsframe. Met behulp van de instelknop vastmaken: breng de gaten op het frame en de houder in een rechte lijn op elkaar aan en draai de instelknop met de wijzers van de klok mee vast.

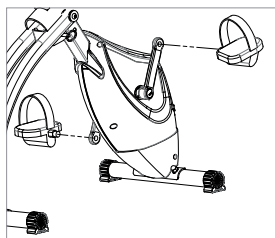
Let op: de correcte zadelhoogte kunt u na het plaatsen instellen.



6. Schroef de handgreep op het fietsframe. Gebruik hiertoe de overeenkomstige zeskantbouten en vulringen.



7. Bevestig de computerhouder op de handgreep door deze op de handgreep te plaatsen en vast te schroeven met behulp van de desbetreffende schroeven en vulringen.
8. Schuif de trainingscomputer op de computerhouder.
9. Steek de jackplug van het fietsframe in de aansluitbus van de trainingscomputer. Daarmee wordt de trainingscomputer verbonden met de pedalen.



10. Draai de pedalen met behulp van de schroef sleutel vast aan de pedaalhouders. Let er daarbij op dat de markeringen **L** (links) en **R** (rechts) op de pedalen en houders overeenkomen.

**LET OP:** de pedalen moeten in de rijrichting worden aangedraaid. Dat betekent:

- de rechter pedaal (rechter schroefdraad) wordt met de wijzers van de klok mee vastgedraaid,
- de linker pedaal (linker schroefdraad) wordt tegen de wijzers van de klok in vastgedraaid.

## Batterijen in de trainingscomputer plaatsen



### OPGELET!

- Gebruik uitsluitend het batterijtype dat vermeld staat in de 'Technische gegevens'.
- De batterijen uit de trainingscomputer nemen wanneer deze leeg zijn of wanneer het apparaat langere tijd niet wordt gebruikt. Zo voorkomt u schade door lekken.
- Verwijder lekkende batterijen direct uit de trainingscomputer.
- De batterijen mogen niet opgeladen of met andere middelen gereactiveerd worden en ze mogen niet uit elkaar gehaald, in vuur geworpen, in vloeistoffen ondergedompeld of kortgesloten worden.

Controleer vóór het plaatsen van de batterijen, of de contacten in de trainingscomputer en op de batterijen schoon zijn en reinig deze indien nodig.

1. De trainingscomputer eventueel voorzichtig uit de houder trekken.
2. Het nokje op de batterijvakdeksel beetpakken en samendrukken. De deksel gelijktijdig openklappen.
3. De meegeleverde of nieuwe batterijen in het batterijvak plaatsen. Let op de juiste polariteit (+/-).
4. Sluit het batterijvak. Let daarbij op dat de nokjes in de daarvoor bedoelde gleuven zitten. De batterijvakdeksel moet hoorbaar vastklikken.
5. De trainingscomputer weer in de houder plaatsen.

Mocht de trainingscomputer niet meer werken, moet de batterij worden vervangen.

## Gebruik



### OPGELET!

- Bij de oefeningen losse, prettige kleding en antislip-sportschoenen dragen.
  - Vóór gebruik van het apparaat voldoende opwarmen.
  - Nooit op het trainingapparaat gaan staan.
  - Laat het trainingsapparaat niet zonder toezicht in de aanwezigheid van kinderen en dieren.
  - Wij maken u er uitdrukkelijk op attent, dat gezondheidsschade mogelijk is wanneer het apparaat ondeskundig wordt gebruikt en in geval van overmatige training.
- 
1. Zet het trainingsapparaat op een stevige, vlakke en stroeve ondergrond. Zorg ervoor dat er voldoende vrije ruimte om het trainingsapparaat is, zodat u tijdens de training niet kunt stoten tegen muren, meubelen etc.
  2. Let erop dat het trainingsapparaat recht staat. De standvastigheid kan met behulp van de beschermkappen aan de standvoeten licht worden gevarieerd.
  3. Zorg ervoor dat alle onderdelen goed aan het trainingsapparaat zijn bevestigd.
  4. De correcte zithoogte instellen met behulp van de instelknop.
  5. Op het trainingsapparaat gaan zitten en de voeten op de pedalen zetten. Eventueel de voetlussen op de correcte maat instellen.
  6. Zodra de pedalen worden bewogen, wordt de trainingscomputer ingeschakeld. Stel de gewenste weergave in (zie hoofdstuk 'Apparaatoverzicht' – 'Functies van de trainingscomputer').
  7. De draaiweerstand is in 8 standen instelbaar met de instelknop: de training na een warming-up langzaam beginnen op een geringe draaiweerstand en pas geleidelijk de intensiteit verhogen tot aan het gewenste en nog beheersbare prestatieniveau.
  8. De training langzaam eindigen met een gering tempo en geringe draaiweerstand. Tot slot enkele strekoefeningen doen.

## Na de training

Om de bloedsomloop weer langzaam op een normaal niveau te brengen, adviseren wij altijd een paar strekoefeningen te doen:

**Bovenlichaam:** rechtop gaan staan, armen kruiselings boven het hoofd leggen en met de rechterhand de linker elleboog naar rechts trekken. Bovenlichaam gaat iets mee. Ca. 15 – 20 seconden lang aanhouden. Wisseling van zijde.

**Kuiten:** gaan staan. Het rechterbeen naar voren plaatsen en licht in een hoek plaatsen terwijl het linkerbeen gestrekt blijft. De linker hiel op de grond drukken. Ca. 15 – 20 seconden lang aanhouden. Wisseling van zijde.

**Dijbenen:** op één been gaan staan, het andere in een hoek brengen en met de hand de voet beetpakken. Naar uw billen trekken en ca. 5 – 20 seconden lang aanhouden. Wisseling van zijde.

Op de grond gaan zitten, knieën naar buiten, voetzolen samenbrengen en naar het lichaam trekken. Handen om de enkels leggen en de knieën met de ellebogen iets naar de grond drukken. De rug doorstrekken. Ca. 5 – 20 seconden lang aanhouden.



**Rug:** plat op de rug gaan liggen, rechterbeen in een hoek brengen en over het linkerbeen leggen, heup gaat draaien, beide schouders blijven op de grond. Ca. 5 – 20 seconden lang aanhouden. Wisseling van zijde.

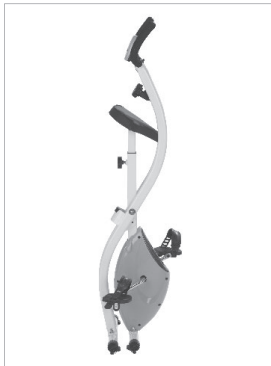
**Schouders / rug:** kleermakerszit, rechte rug, handen vouwen / omsluiten en armen over het hoofd uitstrekken. Rug strekken. Ca. 15 – 20 seconden lang aanhouden.

## Reinigen en opbergen



### OPGELET!

- Berg het trainingsapparaat na elk gebruik zo op, dat kinderen het niet kunnen gebruiken.
  - Gebruik voor het reinigen van het trainingsapparaat geen schurende of bijtende reinigsmiddelen of -pads. Deze zouden de oppervlakken kunnen beschadigen.
- 
- Reinig het trainingsapparaat slechts met een vochtige, zachte doek en eventueel een mild reinigingsmiddel. Wrijf vervolgens alle onderdelen na met een droge, zachte doek.
  - Bewaar het trainingsapparaat voor kinderen en dieren ontoegankelijk op een schone, droge, vorstvrije en tegen direct zonlicht beschermde plaats op.



Voor een betere opslag kan het trainingsapparaat worden samengeklapt. Trek het trainingsapparaat daartoe aan het zadel en aan de handgreep omhoog. Bovendien de borgpen gebruiken om verwondingen en beschadigingen te voorkomen.

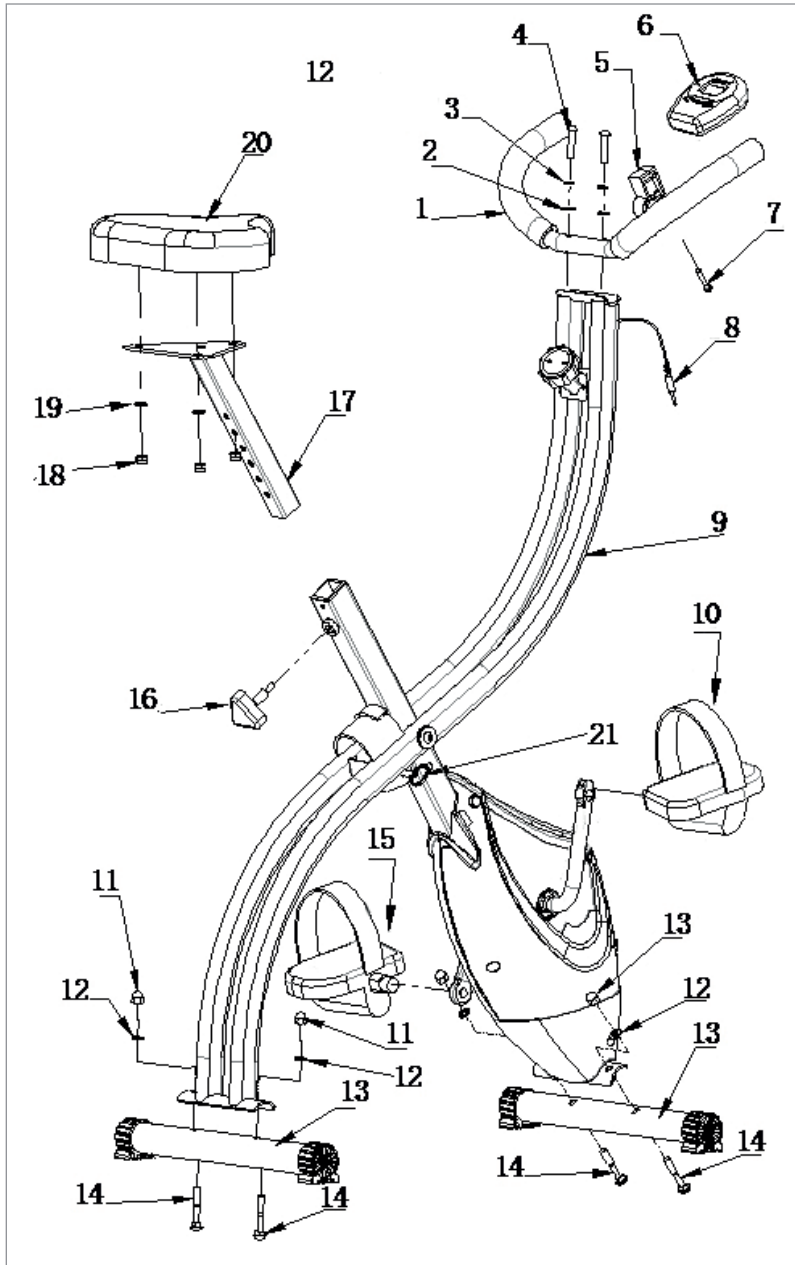
## Technische gegevens

Artikelnummer:	01504
Klasse:	HC (thuisgebruik)
Modelnummer:	JTF-718E-2
Model computer:	XT-1027
Spanningsvoorziening:	3 V (2 x 1,5 V-batterij, type AA)
Max. belasting:	100 kg
ID handleiding:	Z 01504 M DS V6 1020 uh



Het apparaat is overeenkomstig DIN EN ISO 20957-1 en DIN EN ISO 20957-5.

## Explosietekening



Niet afgebeeld:  
2 x gereedschap

## Onderdelenlijst

Onder-deelnr.	Omschrijving	Aantal	Afmetingen
1	Handgreep	1	
2	Vulring, gebogen	2	Ø 16 (Ø 8,3) x 1,5 mm
3	Veerring	2	
4	Inbusbout	2	M8 x 35 mm
5	Computerhouder	1	
6	Trainingscomputer	1	
7	Kruiskopschroef	1	M4 x 12 mm
8	Jackplug	1	
9	Fietsframe	1	
10	Rechter pedaal	1	
11	Dopmoer	4	M8
12	Vulring, gebogen	4	Ø 16 (Ø 8,3) x 1,5 mm
13	Standvoet	2	
14	Vierkantbout	4	M8 x 50 mm
15	Linker pedaal	1	
16	Instelknop	1	
17	Onderstel van de zitting	1	
18	Zelfborgende moer	3	
19	Vulring, recht	3	
20	Zitting	1	
21	Borgpen	1	

## Afvoeren



Verwerk het verpakkingsmateriaal milieuvriendelijk en breng dit naar een recyclepunt.



Batterijen moeten vóór het afvoeren van het apparaat worden verwijderd en gescheiden van het apparaat op de desbetreffende verzameelpunten worden afgedankt.



Dit artikel valt onder de Europese richtlijn 2012/19/EU voor afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (Waste Electrical and Electronic Equipment - WEEE). Dit apparaat mag niet bij het normale huisafval worden gedaan, maar dient milieuvriendelijk verwerkt te worden door een erkend afvalverwerkingsbedrijf.

### Klantenservice/ importeur:

DS Produkte GmbH, Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Duitsland

Tel.: +49 38851 314650 \*)Bellen naar het Duitse vaste netwerk tegen het tarief van uw provider.

Alle rechten voorbehouden.

