



XMOTION



ALL RIGHTS RESERVED ©/TM

CA 140192/ AU 12060 / EU 001795188
US D656.566/ CN3 0068988.2

www.dkn-technology.com



Optional i-Console for IOS and Android
www.dkn-technology.com



Dieses Produkt wird nur für Wohnzwecke ausgelegt.

DKN garantiert, dass dieses Produkt frei von Material zum Zeitpunkt der Ausschreibung des Produkts der Lieferung. Diese 'Carry-in' Garantie umfasst alle Herstellungs- und Materialfehler von DKN Produkten, die bei einem lizenzierten DKN Händler erworben wurden innerhalb eines Zeitraumes von 2 Jahren nach Kaufdatum.

Diese Garantie ist nicht übertragbar und gilt nicht für normale Abnutzung (einschließlich, aber nicht zu, Schaden begrenzt und tragen zu Batterien, Federn, Lager, Betrieb Matten, Hydrauliksysteme, Seile, Riemen, Riemenscheiben, Macht Schocks, Antriebsriemen und andere kurzlebige Teile, etc. ..).

Diese eingeschränkte Gewährleistung ist nichtig, wenn das Produkt durch Unfall, unsachgemäßen Gebrauch, unsachgemäßen Service, Missachtung von Anweisungen, Modifikation von seinem ursprünglichen Zustand, oder andere Ursachen nicht ermittelt, die sich aus Material-, Folgen unsachgemäßer Behandlung, schlechte folgen beschädigt ist.

Die folgenden Schäden sind nicht durch die Garantie abgedeckt: Falsche Installation, falsche Montage oder Manipulation der Teile durch fehlerhafte Montage, unsachgemäße Verwendung der Maschine (zB zu schwere Last in der Zeit, Gewicht etc. ..), Probleme, die durch mangelnde Wartung verursacht werden, Abweichungen von der Standard-Maschine, wie Licht Erschütterungen oder Lärm, und im Falle der semi-professionellen, beruflichen und gewerblichen Bereich (unter anderem in Sportschulen, Physio-, Firmen, etc. ..).

Transportkosten, Reise-Gebühren für Techniker und Händler möglich und/oder Workshop Gebühren sind von dieser Garantie ausgenommen und wird auf alleinige Kosten des Besitzers sein.

Der Hersteller ist in keinem Fall für Begleit- und Folgeschäden, Beschädigungen oder Ausgaben in Verbindung mit dem Trainingsgerät.

This DKN product is designed for residential use only.

DKN warrants this product to be free from defects in material at the time of the product's tender of delivery. This 'Carry-in' Limited Warranty applies for a period of two (2) years, beginning on the date mentioned on your product invoice or proof of purchase of product sold through the DKN Authorized Dealer Network to the original retail purchaser and authenticated by proof of purchase from a retailer a product sold by an authorized DKN dealer.

This Limited Warranty is not transferable and does not cover normal wear and tear (including, but not limited to, damage and wear to batteries, springs, bearings, running mats, hydraulic systems, ropes, belts, pulleys, power shocks, drive belts and other non-durable parts, etc...).

This Limited Warranty is void if the product is damaged by accident, unreasonable use, improper service, failure to follow instructions provided, modification from its original state, or other causes determined not arising out of defects in material, the consequences of improper treatment, bad installation, wrong assembly or tampering of the parts by incorrect assembly, improper use of the machine (eg. too heavy load in time, weight etc...), problems caused by lack of maintenance, deviations of the standard machine, such as light vibrations or noise, and in case of semi-professional, professional and commercial use (inter alia in sports schools, physio, companies, etc...).

Transport charges, travel charges for technicians, and possible trader and/ or workshop charges are excluded from this warranty, and will be at the sole cost of the owner.

The liability of the manufacturer under this Limited Warranty shall not include any liability for direct, indirect, or consequential damages resulting from any defect nor the use of this machine.

Este producto DKN está destinado única y exclusivamente para uso doméstico.

DKN garantiza que este producto está libre de defectos de material en el momento de la venta, del envío y de la entrega. La duración de la garantía de este producto está limitada a un periodo de dos (2) años a partir de la fecha de la compra, esta debe de estar indicada en su factura o ticket de compra. Este comprobante de compra debe de ser facilitado por la Red de Distribuidores Autorizados DKN al comprador final.

Esta garantía limitada es intransferible y no cubre el desgaste normal por el uso (incluyendo piezas dañadas por el desgaste como baterías, muelles, rodamientos, piezas de funcionamiento, sistemas hidráulicos, cables, correas, poleas, amortiguadores, correas de transmisión de energía y otras partes no duraderas, que se han estropeado debido al mal uso y a la falta de mantenimiento).

Esta Garantía Limitada será considerada nula si el producto: Ha sido golpeado, o ha tenido un mantenimiento inadecuado, o si el usuario no ha seguido las instrucciones del montaje, o si el usuario ha modificado su estado original, o por otras causas que determinen que no existen defectos en el material debido a consecuencias de un tratamiento inadecuado, mala instalación, montaje incorrecto, que el usuario tenga un peso superior al peso máximo de usuario, subida de tensión, etc...), o en caso de uso semi-profesional o profesional (entre otros lugares, gimnasios, escuelas deportivas, clínicas, hoteles, etc...).

Los gastos de transporte y gastos de desplazamiento de los técnicos, están excluidos de esta garantía y estarán a cargo exclusivo del cliente.

La responsabilidad del fabricante bajo esta Garantía Limitada, no incluirá responsabilidad alguna por daños directos, indirectos o consecuentes resultantes de cualquier defecto o mal uso de la maquina.

Ce produit DKN est uniquement conçu pour un usage résidentiel, comme indiqué sur la fiche produit.

DKN garantit que ce produit est exempt de tous vices de forme, entre sa mise sur le marché et sa livraison. La garantie de prise en charge s'applique pour une durée de deux (2) ans, débutant le jour mentionné sur la facture d'achat auprès d'un revendeur agréé DKN.

Cette garantie limitée n'est pas cessible et ne couvre pas l'usure normale (comprenant, mais pas exclusivement, les dommages et l'usure des piles, ressorts, roulements à billes, systèmes hydrauliques, cordes, courroies, poulies, et d'autres pièces non durables, ou suite à des variations de tensions électriques...).

Cette garantie limitée n'est pas applicable si le produit est endommagé par accident, utilisation abusive ou non adaptée, mauvais entretien, non-respect des instructions fournies, modification de son état d'origine, par d'autres causes non inhérentes à un défaut du matériel, ou suite à un traitement inadéquat, une mauvaise installation, un montage erroné altérant les pièces, une mauvaise manipulation, etc...

Cette garantie est également nulle en cas d'utilisation semi-professionnelle, professionnelle et commerciale (notamment dans les écoles de sport, physio, entreprises, etc...).

Les frais de transport, le déplacement d'un technicien, et les frais éventuels d'un intervenant agréé DKN et/ou les frais de réparation en atelier ne sont pas compris dans la garantie, et seront à la seule charge de l'acquéreur.

Le fabricant en vertu de la présente garantie ne peut être tenu responsable d'aucun dommage direct, indirect ou consécutif, résultant d'un défaut, ou de l'utilisation de cette machine.

Questo prodotto DKN è stato progettato per l'uso domestico.

DKN garantisce che questo prodotto è esente da difetti materiali al momento della consegna del prodotto per il periodo di tempo indicato nelle pagine degli elementi per uso domestico.

La Garanzia Limitata "carry-in" è valida per un periodo di due (2) anni, a partire dalla data indicata sulla fattura del prodotto o sulla prova di acquisto del prodotto venduto dalla rete di rivenditori autorizzati DKN al cliente.

Questa Garanzia Limitata non è trasferibile e non copre la normale usura (ivi inclusi, ma non limitatamente a, danni e usura alle batterie, molle, cuscinetti, nastro di corsa, sistemi idraulici, funi, cinghie, pulegge, scosse elettriche, cinghie di trasmissione ed altri componenti non durevoli, ecc.)

Questa Garanzia Limitata non è valida se il prodotto è danneggiato da incidente, uso irragionevole, uso improprio, mancata osservanza delle istruzioni fornite, la modifica dal suo stato originale, o altre cause non determinate derivanti da difetti nel materiale, le conseguenze di trattamento improprio, errata installazione, montaggio errato o manomissione dei componenti da montaggio, uso improprio della macchina (es. Carico troppo pesante nel tempo, peso, ecc.), problemi causati dalla mancanza di manutenzione (come leggere vibrazioni o rumore).

Questa Garanzia Limitata decade anche in caso di utilizzo semi-professionale, professionale e commerciale (Scuole Sportive, Centri fisioterapici, aziende, ecc.)

Spese di trasporto, spese di viaggio per i tecnici e l'eventuale professionista e/o le spese di laboratorio sono escluse da questa garanzia, e saranno a carico esclusivo del cliente.

La presente Garanzia Limitata esclude il produttore da qualsiasi responsabilità derivante da danni diretti, indiretti o consequenziali risultanti da qualsiasi difetto nell'uso di questa macchina.

Dit DKN product is uitsluitend bestemd voor thuisgebruik.

Deze 'carry-in' garantie is geldig voor een periode van twee (2) jaar vanaf de datum op de kassa of aankoopbon van het product dat door een gemachtigd DKN handelaar werd verkocht. Garantie is niet overdraagbaar. Garantie kan worden ingeroepen wanneer het apparaat steeds in het bezit is geweest van de originele koper, en het originele aankoopbewijs kan worden voorgelegd.

De garantie geldt niet voor: normale slijtage, de gevolgen van een ondeskundige behandeling, manipulatie door de koper of door derden, slechte installatie, foutieve montage of het onklaar maken van onderdelen door onjuiste montage, oneigenlijk gebruik van het apparaat (bv. te zware belasting in tijd, gewicht enz...), problemen die voortvloeien uit een gebrek aan onderhoud, afwijkingen van het standaard apparaat, zoals lichte vibraties of geluiden die het functioneren van het apparaat niet beïnvloeden, die onderdelen die onderhevig zijn aan slijtage zoals: batterijen, veren,

lagers, looptapijten, hydraulische systemen, touwen, aandrijfriemen, katrollen, enz..., schade aan het apparaat veroorzaakt door het transport van het apparaat.

De garantie kan ook niet worden ingeroepen bij semiprofessioneel, professioneel en commercieel gebruik (ondermeer in sportscholen, fysio, bedrijven, instituten enz...).

Transportkosten, voorrijkosten van een monteur, en de eventuele handelaars en/of werkplaatskosten worden uitgesloten van deze garantie, en zijn dus voor rekening van de bezitter van het apparaat.

De fabrikant kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor schade, verlies of kosten, incidenteel noch gerelateerd, ten gevolge van gebruik van dit toestel.

Esta garantia é válida durante os dos (2) anos seguintes para qualquer manufactura e danos materiais de produtos de fitness DKN adquiridos a vendedores autorizados pela DKN. Se pretender efectuar uma reclamação durante o período de garantia, a DKN tem a responsabilidade de reparar ou substituir o aparelho/peça com anomalias, à sua discricção. Os custos de transporte e custos relacionados com o vendedor deverão ser suportados pelo proprietário do aparelho.

Se quiser utilizar os seus direitos de garantia, leve o seu certificado de garantia à loja onde adquiriu o seu aparelho. O vendedor local agirá em conformidade com a situação. Se não tiver essa possibilidade, contacte o seu importador nacional DKN.

A garantia não é válida para os seguintes casos: desgaste normal, consequências de utilização imprópria, danos causados pelo comprador do aparelho e defeitos devidos a circunstâncias excepcionais. Não se pode recorrer a esta garantia depois de terem sido efectuadas alterações à construção original, ou se não se tiver utilizado peças DKN em caso de reparação ou substituição de peças.

A garantia não pode ser invocado para uso semi-profissional, profissional e comercial (inclusive em academias, fisioterapia, empresas, institutos, etc ..).

Os custos de transporte, despesas de viagem de um mecânico, e qualquer vendedor e/ou custos da oficina estão excluídos desta garantia, e são, portanto, a cargo do proprietário da unidade.

O fabricante não pode ser responsabilizado por perdas acidentais ou consequenciais, danos ou despesas relacionadas com a utilização deste aparelho.

Настоящая гарантия покрывает все производственные и материальные потоки изделий DKN, приобретенных у авторизованного дилера DKN, на протяжении двух лет с момента покупки.

В случае предъявления вами претензии в рамках данной гарантии, компания DKN обязана выполнить по своему усмотрению ремонт или замену дефектной части. Затраты на транспортировку и работы, выполняемые дилером, не покрываются настоящей гарантией и возмещаются владельцем устройства.

Для того, что бы воспользоваться данной гарантией, необходимо предоставить гарантийный талон вашему дилеру. Дилер выполнит все необходимые действия. Если это невозможно, свяжитесь с импортером продукции DKN в вашей стране.

На следующие дефекты гарантия не распространяется: нормальный износ и надрывы, последствия неправильного устранения неисправности покупателем или третьей стороной, а также другие неисправности. В рамках данных гарантийных обязательств не принимаются претензии в случае внесения изменений в оригинальную конструкцию, а также проведения ремонтных работ без использования оборудования или оригинальных запасных частей марки DKN.

Гарантия не может быть основанием для полупрофессионального, профессионального и коммерческого использования (в том числе в спортивных залах, физиотерапия, компаний, институтов, и т.д...). Транспортные расходы, командировочные расходы механика, и любого дилера и / или семинара затраты исключены из данной гарантии, и, таким образом, несет владелец аппарата.

Производитель не несет ответственность за дополнительные или косвенные убытки, повреждения и затраты, вызванные использованием тренажеров.

Αυτή η εγγύηση καλύπτει όλη την κατασκευή και τις υλικές ρωγμές επάνω στο προϊόν της DKN , που αγοράζονται από εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο / έμπορο της DKN για μία περίοδο δύο (2) ετών από την αγορά. Αν επιθυμείτε κάτι εκτός εγγύησης, η DKN έχει το δικαίωμα για να επισκευάσει ή να αντικαταστήσει την ελαττωματική μονάδα ή το μέρος κατά την κρίση της. Ο ιδιοκτήτης της μονάδας πρέπει να πληρώσει για τα έξοδα μεταφοράς και τις δαπάνες εργαστηρίων οποιουδήποτε εμπόρου.

Για να μπορείτε να έχετε οποιαδήποτε αξίωση ενώ είστε σε εγγύηση, πάρτε την κάρτα εγγύησής σας στον έμπορό σας. Ο έμπορος θα λάβει έπειτα όλα τα απαραίτητα μέτρα. Αν αυτό δεν είναι δυνατό, ελάτε σε επαφή με τον εθνικό αντιπρόσωπο της DKN.

Τα εξής δεν καλύπτονται από την εγγύηση: κανονική φθορά λόγω χρήσης και οι συνέπειες της ανάρμοστης επεξεργασίας ή της ζημίας που προκαλείται από τον αγοραστή ή τα τρίτα πρόσωπα και τα ελαττώματα που οφείλονται σε άλλες περιστάσεις. Οι αξιώσεις δεν μπορούν να γίνουν κάτω από την εγγύηση αν έχουν γίνει τροποποιήσεις στην αρχικό κατασκευή ή τον εξοπλισμό ή αν δεν χρησιμοποιήθηκαν τα αρχικά ανταλλακτικά της DKN στην επισκευή της μονάδας.

Η παρούσα Περιορισμένη Εγγύηση είναι άκυρη αν το προϊόν έχει υποστεί ζημιά από κακή εγκατάσταση, λανθασμένη συναρμολόγηση ή αλλοίωσης των τμημάτων από εσφαλμένη συναρμολόγηση, ακατάλληλη χρήση του μηχανήματος (π.χ. πολύ βαρύ φορτίο στην ώρα, βάρους κλπ. ..), τα προβλήματα που προκαλούνται από την έλλειψη της συντήρησης, αποκλίσεις του πρότυπου μηχανήματος, όπως το φως δονήσεων ή του θορύβου.

Η παρούσα Περιορισμένη Εγγύηση είναι άκυρη σε περίπτωση ημι-επαγγελματική, επαγγελματική και εμπορική χρήση (μεταξύ άλλων, σε αθλητικά σχολεία, φυσιοθεραπεία, επιχειρήσεις, κ.λπ...).

Τα έξοδα μεταφοράς, έξοδα ταξιδιού για τους τεχνικούς, και είναι δυνατόν έμπορος ή / και τέλη εργαστήριο εξαιρούνται από αυτή την εγγύηση, και θα είναι στην αποκλειστική κόστος του ιδιοκτήτη.

Σε καμία περίπτωση ο κατασκευαστής θα είναι υπεύθυνος για τις τυχαίες ή επακόλουθες απώλειες, τις ζημιές ή τις δαπάνες σχετικά με τα προϊόντα άσκησης.

Αυτό το προϊόν έχει σχεδιαστεί για οικιακή χρήση μόνο.

Αυτή η εγγύηση καλύπτει όλη την κατασκευή και τις υλικές ρωγμές επάνω στο προϊόν της DKN , που αγοράζονται από εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο / έμπορο της DKN για μία περίοδο δύο (2) ετών από την αγορά. Αν επιθυμείτε κάτι εκτός εγγύησης, η DKN έχει το δικαίωμα για να επισκευάσει ή να αντικαταστήσει την ελαττωματική μονάδα ή το μέρος κατά την κρίση της. Ο ιδιοκτήτης της μονάδας πρέπει να πληρώσει για τα έξοδα μεταφοράς και τις δαπάνες εργαστηρίων οποιουδήποτε εμπόρου.

Για να μπορείτε να έχετε οποιαδήποτε αξίωση ενώ είστε σε εγγύηση, πάρτε την κάρτα εγγύησής σας στον έμπορό σας. Ο έμπορος θα λάβει έπειτα όλα τα απαραίτητα μέτρα. Αν αυτό δεν είναι δυνατό, ελάτε σε επαφή με τον εθνικό αντιπρόσωπο της DKN.

Τα εξής δεν καλύπτονται από την εγγύηση: κανονική φθορά λόγω χρήσης και οι συνέπειες της ανάρμοστης επεξεργασίας ή της ζημίας που προκαλείται από τον αγοραστή ή τα τρίτα πρόσωπα και τα ελαττώματα που οφείλονται σε άλλες περιστάσεις. Οι αξιώσεις δεν μπορούν να γίνουν κάτω από την εγγύηση αν έχουν γίνει τροποποιήσεις στην αρχικό κατασκευή ή τον εξοπλισμό ή αν δεν χρησιμοποιήθηκαν τα αρχικά ανταλλακτικά της DKN στην επισκευή της μονάδας.

Η παρούσα Περιορισμένη Εγγύηση είναι άκυρη αν το προϊόν έχει υποστεί ζημιά από κακή εγκατάσταση, λανθασμένη συναρμολόγηση ή αλλοίωσης των τμημάτων από εσφαλμένη συναρμολόγηση, ακατάλληλη χρήση του μηχανήματος (π.χ. πολύ βαρύ φορτίο στην ώρα, βάρους κλπ. ...), τα προβλήματα που προκαλούνται από την έλλειψη της συντήρησης, αποκλίσεις του πρότυπου μηχανήματος, όπως το φως δονήσεων ή του θορύβου.

Η παρούσα Περιορισμένη Εγγύηση είναι άκυρη σε περίπτωση ημι-επαγγελματική, επαγγελματική και εμπορική χρήση (μεταξύ άλλων, σε αθλητικά σχολεία, φυσιοθεραπεία, επιχειρήσεις, κ.λπ...).

Τα έξοδα μεταφοράς, έξοδα ταξιδιού για τους τεχνικούς, και είναι δυνατόν έμπορος ή / και τέλη εργαστήριο εξαιρούνται από αυτή την εγγύηση, και θα είναι στην αποκλειστική κόστος του ιδιοκτήτη.

Σε καμία περίπτωση ο κατασκευαστής θα είναι υπεύθυνος για τις τυχαίες ή επακόλουθες απώλειες, τις ζημιές ή τις δαπάνες σχετικά με τα προϊόντα άσκησης.

Anweisungen

- ▶ Trainer ist für ein Körpergewicht von bis zu 150 kg ausgelegt.
- ▶ Folgen Sie den Schritten der Aufbauanleitung aufs genaueste.
- ▶ Verwenden Sie ausschliesslich die mitgelieferten Originalteile.
- ▶ Vor dem Zusammenbau überprüfen Sie anhand der beigelegten Liste die Vollständigkeit der Lieferung.
- ▶ Für die Montage verwenden Sie bitte ausschliesslich das geeignete Werkzeug und fragen Sie wenn nötig um Hilfe.
- ▶ Stellen Sie den Trainer auf ebenem und trockenem Untergrund auf.
- ▶ Vor dem Gebrauch des Trainers in feuchter Umgebung wird gewarnt, da es zu Korrosionsschäden führen kann.
- ▶ Überprüfen Sie vor dem ersten Training und danach in einem Rhythmus von 1-2 Monaten, ob alle Verbindungsteile fest sitzen und in einwandfreiem Zustand sind.
- ▶ Ersetzen Sie schadhafte Teile sofort und/oder benutzen Sie den Trainer erst wieder nach der Reparatur.
- ▶ Für die Reparatur verwenden Sie bitte nur Originalersatzteile.
- ▶ Im Fall einer Reparatur fragen Sie Ihren Händler um Rat.
- ▶ Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel.
- ▶ Erst nach der korrekten Montage und deren Überprüfung dürfen Sie mit dem Training beginnen.
- ▶ Bei allen verstellbaren Teilen stellen Sie bitte sicher, dass die Maximalstellung nicht überschritten wird.
- ▶ Dieser Trainer ist für Erwachsene ausgelegt.
- ▶ Stellen Sie sicher, dass Kinder den Trainer nur unter der Aufsicht Erwachsener benutzen.
- ▶ Stellen Sie sicher, dass sich alle Anwesenden einer möglichen Gefahr durch bewegliche Teile während des Trainings bewusst sind.
- ▶ Warnung: falsches/übertriebenes Training kann gesundheitliche Schäden zur Folge haben.
- ▶ Folgen Sie bitte den Ratschlägen für ein korrektes Training wie in der Trainingsanleitung angegeben.

Bei Unsicherheiten fragen Sie Ihren Arzt oder Physiotherapeuten bevor Sie ein Trainings-programm starten. Er kann Sie beraten, welches Training und welche Belastung für Sie geeignet sind.

- ▶ Das Handbuch ist ausschliesslich für den Kundengebrauch.
- ▶ Der Lieferant übernimmt keine Garantie für Übersetzungsfehler oder technische Änderungen.

Guidelines

- ▶ This exerciser has been tested up to a max. body weight of 150 kg/330 lbs.
- ▶ Follow the carefully the different steps of the assembly instructions.
- ▶ Use only original parts as delivered.
- ▶ Before starting the assembly, be sure to check if delivery is complete by using the included parts-list.
- ▶ For assembly use only suitable tools and ask for assistance with assembly if necessary.
- ▶ Place the exerciser on an even, non-slippery surface. Because of possible corrosion, the usage of any exerciser in moist areas is not recommended.
- ▶ Check before the first training and every 1-2 months that all connecting elements are tight fitting and are in the correct condition.
- ▶ Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.
- ▶ For repairs, use only original spare parts.
- ▶ In case of repair please ask your dealer for advice
- ▶ Avoid the use of aggressive detergents when cleaning.
- ▶ Ensure that training starts only after correct assembly and inspection.
- ▶ For all adjustable parts be aware of the maximum positions to which they can be adjusted/tightened to.
- ▶ This exerciser is designed for adults. Please ensure that children use the exerciser only under the supervision of an adult.
- ▶ Ensure that those present are aware of possible hazards, e. g. movable parts during training.
- ▶ Warning: incorrect/excessive training can cause health injuries.
- ▶ Please follow the advice for correct training as detailed in training instructions.

Consult your physician before starting with any exercise program. He can advise on the kind of training and which impact is suitable.

- ▶ The owner's manual is only for customers' reference.
- ▶ The supplier cannot guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.

Instrucciones

- ▶ Este aparato se ha fabricado para soportar un peso de 150 kg.
- ▶ Siga los pasos de las instrucciones de montaje atentamente.
- ▶ Utilice solamente partes originales.
- ▶ Antes el montaje, controle si la entrega de las piezas está completa, utilizando la lista de partes incluida.
- ▶ Para el montaje solamente emplee los materiales provistos y solicite ayuda cuando sea necesario.
- ▶ Ubique el aparato en una superficie lisa y no resbaladiza. Para evitar una posible corrosión, se recomienda no usar el aparato en áreas húmedas.
- ▶ Controle antes el primer entrenamiento y cada 1-2 meses que todos los elementos se conectan y están en buena condición
- ▶ Reemplace los componentes defectos inmediatamente y no utilice el aparato hasta la reparación.
- ▶ Para reparaciones, solamente utilice componentes originales.
- ▶ En caso de reparación, por favor solicite ayuda a vuestro distribuidor.
- ▶ Para el aseo, no utilice detergentes agresivos.
- ▶ Asegurese de comenzar el entrenamiento solo después de un correcto montaje e inspección.
- ▶ Asegurese que las partes ajustables estén en su máxima posición de ajuste.
- ▶ El aparato ha sido ensayado para adultos. Asegurese de que los niños utilicen este aparato solo bajo la supervisión de un adulto.
- ▶ Asegurese que los presentes estén conscientes de posibles peligros, p.e partes móviles durante el entrenamiento.
- ▶ Por favor siga los consejos para un entrenamiento correcto de acuerdo a lo detallado en las instrucciones de entrenamiento.

Consulte a su médico antes de comenzar con el programa de entrenamiento.

El lo puede asesorar en el tipo de entrenamiento y cual es el impacto adecuado.

- ▶ El manual del propietario es solo para información del cliente.
- ▶ El productor no se hace responsable de faltas de traducción o de eventuales cambios en las especificaciones técnicas.

Conseils Instruções

- ▶ Posez l'appareil sur un support plat et non glissant. L'utilisation prolongée de l'appareil dans des pièces humides est interdite afin d'éviter une possible corrosion.
- ▶ Avant la première utilisation et à intervalles réguliers (tous les 1 ou 2 mois), veuillez vérifier que l'état de l'appareil est bon et que l'assemblage des pièces est solide.
- ▶ Pour l'entretien et les réparations, n'utilisez que des pièces de rechange d'origine.
- ▶ Si des doutes ou des questions persistent, adressez-vous à votre revendeur spécialisé.
- ▶ Limites d'appareil: 150 kg.
- ▶ N'utilisez aucun produit de nettoyage agressif et évitez de laisser pénétrer des liquides dans l'appareil.
- ▶ Assurez-vous que la mise en service n'ait lieu qu'après un montage conforme et une vérification de l'appareil.
- ▶ Tenez compte, pour les parties réglables, des positions maximales.
- ▶ L'appareil est conçu pour un entraînement d'adultes.
- ▶ Assurez-vous que les enfants ne puissent l'utiliser sans la surveillance d'adultes.
- ▶ Avertissez les personnes présentes des éventuels dangers, liés par exemple aux pièces détachables, lors des entraînements.
- ▶ Reportez-vous à la notice d'entraînement pour des conseils quant au contenu des entraînements.

Avant de démarrer l'entraînement, adressez-vous à votre médecin : il sera en mesure de vous indiquer quels types d'exercices vous conviennent, ainsi que le niveau de difficultés.

- ▶ Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.
- ▶ Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.

Istruzioni

- ▶ Il presente apparecchio è stato concepito può sostenere un peso corporeo massimo di 150 kg.
- ▶ Seguite attentamente le istruzioni di ciascuna fase del montaggio.
- ▶ Utilizzate esclusivamente le parti originali fornite in dotazione.
- ▶ Prima del montaggio, controllate la lista degli accessori e assicuratevi che ci siano tutti.
- ▶ Per il montaggio, utilizzate solamente gli strumenti appropriati e fatevi aiutare da qualcuno in caso di necessità.
- ▶ Il apparecchio deve essere posizionato su una superficie piana e non scivolosa. Si sconsiglia l'utilizzo di qualsiasi apparecchio simile in posti umidi, che potrebbero causare problemi di corrosione.
- ▶ Controllate, prima di utilizzare l'apparecchio per la prima volta e ad intervalli regolari (ogni 1 o 2 mesi), che tutte le giunture siano ben strette ed in buone condizioni.
- ▶ Sostituite immediatamente ogni pezzo difettoso e/o non utilizzate l'apparecchio prima che questo venga riparato.
- ▶ Per le riparazioni, utilizzate solo pezzi di ricambio originali.
- ▶ In caso di riparazione, vi preghiamo di rivolgervi al vostro rivenditore.
- ▶ Quando pulite l'apparecchio, evitate l'uso di detergenti aggressivi e non fate penetrare liquidi al suo interno.
- ▶ Assicuratevi di iniziare l'allenamento solo dopo aver correttamente montato il Ministep ed aver controllato che tutto è come da istruzioni.
- ▶ Per il posizionamento delle parti regolabili, non andate oltre i limiti massimi consentiti.
- ▶ Il presente apparecchio è stato concepito per gli adulti. Vi preghiamo di far sì che i bambini possano utilizzarlo solo in vostra presenza.
- ▶ Accertatevi che chi partecipa ai vostri allenamenti sia consapevole del fatto che alcune parti potrebbero staccarsi durante l'allenamento, provocando dei danni.
- ▶ Attenzione: un allenamento sbagliato o eccessivo può causare danni alla salute.
- ▶ Per allenarvi nel modo corretto, potrete far riferimento alle istruzioni da noi fornite.

**Rivolgersi al proprio medico prima di intraprendere qualsiasi programma di esercizi.
Egli sarà in grado di fornire consigli sul tipo di allenamento e gli effetti più idonei.**

- ▶ Il manuale d'uso viene fornito unicamente quale materiale di consultazione per il cliente.
- ▶ Il fornitore non è in grado di prestare alcuna garanzia per quanto concerne l'assenza di errori di traduzione o causati da variazioni delle specifiche tecniche de prodotto.

Tips

- ▶ Gebruik enkel de originele onderdelen.
- ▶ Verifieer aan de hand van de onderdelenlijst of er geen onderdelen ontbreken of beschadigd zijn vooraleer de montage aan te vatten.
- ▶ Gebruik het juiste gereedschap, en vraag eventueel of iemand U kan helpen bij de montage.
- ▶ Plaats het apparaat op een vlakke droge ondergrond. Het gebruik van een fitnessapparaat in een vochtige omgeving raden we ten zeerste af gezien het optreden van corrosie.
- ▶ Controleer alle moeren en bouten vooraleer U begint te oefenen. We raden U eveneens aan op regelmatige basis dit te blijven controleren.
- ▶ Gebruik enkel originele onderdelen voor het onderhoud en bij eventuele herstellingen.
- ▶ Raadpleeg Uw verdeler in geval van panne.
- ▶ Reinig Uw apparaat met een weinig vochtige doek. Vermijd het gebruik van detergents.
- ▶ Vergewis U ervan dat de montage compleet afgewerkt is conform deze handleiding vooraleer U begint te oefenen.
- ▶ Een aantal onderdelen zijn voorzien van regelbare posities naargelang de gebruiker: respecteer de opgegeven maxima.
- ▶ Dit toestel is ontworpen voor een probleemloos gebruik gedurende een lange periode, kijk alle bouten en moeren zorgvuldig na en geef de bewegende onderdelen regelmatig een smeerbeurt.
- ▶ Houd het toestel buiten het bereik van kinderen
- ▶ Draag geen losse kleding, deze kan verstrikt raken tussen de bewegende onderdelen
- ▶ Stop onmiddellijk met oefenen indien het volgende zich voordoet : misselijkheid, beven, gebrek aan adem, pijn in de borst of het hoofd.
- ▶ Oefen nooit 45 minuten voor u gaat eten en/of 1 uur na het eten.
- ▶ Gebruikerslimiet: 150 kg.

Raadpleeg uw arts alvorens te starten met oefenen.

- ▶ Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leidraad.
- ▶ De leverancier kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.

Instruções Οδηγίες ασφάλειας

- ▶ Este aparelho foi fabricado e testado para um peso de 150 kg.
- ▶ Siga atentamente as etapas das instruções de montagem.
- ▶ Utilize apenas peças originais.
- ▶ Antes da montagem, controle se tem o conjunto completo, utilizando a lista incluída.
- ▶ Para a montagem, utilize apenas materiais adequados e peça ajuda quando necessário
- ▶ Coloque o aparelho numa superfície regular e anti-derrapante. A sua utilização em áreas húmidas não é aconselhável, dada a possibilidade de corrosão.
- ▶ Certifique-se, antes do primeiro treino e cada 1-2 meses, que todos os elementos se encontram bem fixos e ligados e estão em boas condições.
- ▶ Substitua os elementos defeituosos imediatamente e não utilize o aparelho até este ser reparado.
- ▶ Para reparações, utilize somente peças e componentes originais.
- ▶ En caso de reparação, por favor questione o seu distribuidor.
- ▶ Não utilize detergentes agressivos.
- ▶ Assegure-se de que só inicia o treino após a correcta montagem e verificação da mesma.
- ▶ Assegure-se da posição máxima das partes ajustáveis.
- ▶ Aparelho foi testado para adultos. Assegure-se de que as crianças o utilizam sob vigilância de um adulto.
- ▶ Assegure-se que os presentes têm consciência dos possíveis problemas, p.e., partes móveis durante o treino
- ▶ Por favor siga o conselho para um treino correcto.

Consulte o seu médico antes de começar o programa de treino.

Poderá aconselhá-lo acerca do tipo de treino e intensidade do mesmo.

- ▶ Manual deve ser utilizado somente para obtenção de informação geral.
- ▶ Não se poderá responsabilizar o fornecedor por eventuais erros ocorridos devidos a alterações nas especificações técnicas.

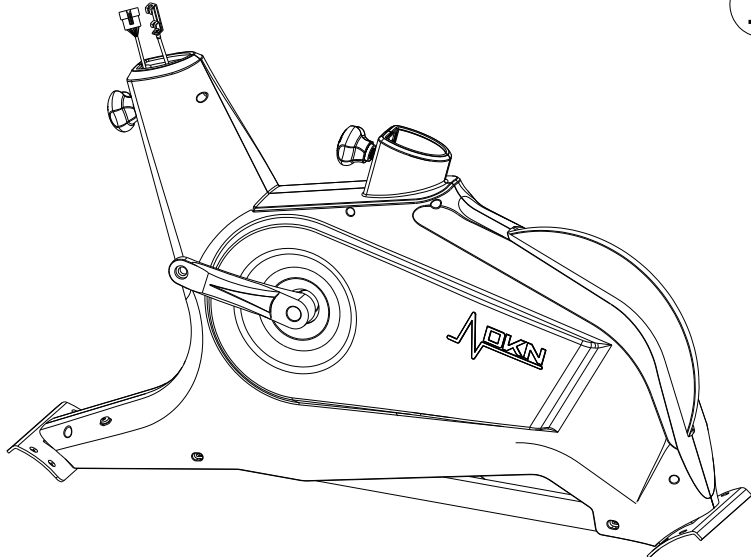
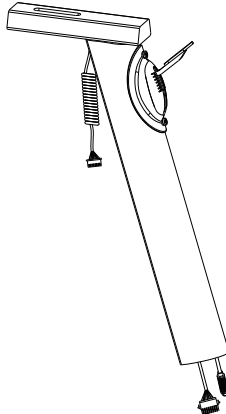
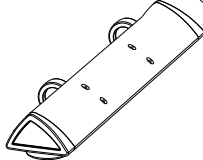
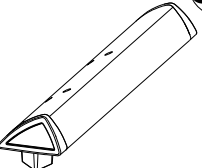
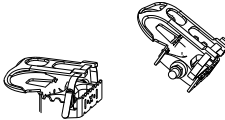
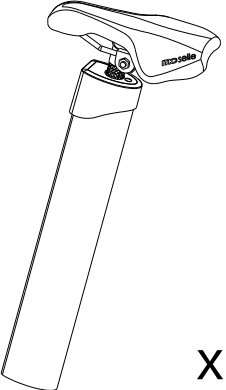
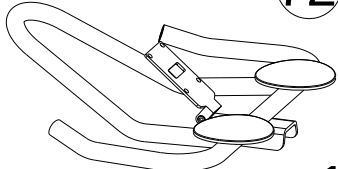
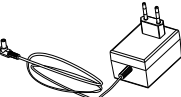
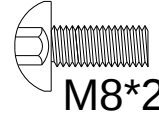
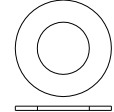
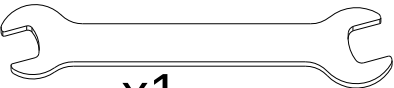
Οδηγίες ασφάλειας

- ▶ Αυτή η συσκευή προορίζεται για οικιακή χρήση και είναι δοκιμασμένη για μέγιστο βάρος χρήστη 150 kg.
- ▶ Ακολουθήστε τα βήματα των οδηγιών συναρμολόγησης προσεκτικά.
- ▶ Χρησιμοποιήστε μόνο τα αρχικά μέρη στην συναρμολόγηση.
- ▶ Πριν την συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι έχετε όλα τα μέρη της συσκευής, βάση του συμπεριλαμβανομένου καταλόγου.
- ▶ Χρησιμοποιήστε μόνο τα κατάλληλα εργαλεία για την συναρμολόγηση και ζητήστε βοήθεια μόνο αν είναι απαραίτητο.
- ▶ Τοποθετήστε τη συσκευή σε μια ομαλή, μη-ολισθηρή επιφάνεια. Λόγω της πιθανής διάβρωσης, η χρήση σε υγρές περιοχές δεν συστήνεται.
- ▶ Ελέγξτε τη συσκευή πριν από κάθε χρήση και κάθε 1-2 μήνες ότι όλες οι συνδέσεις είναι σφιχτές και σωστές.
- ▶ Αντικαταστήστε τα ελαττωματικά μέρη και μην χρησιμοποιείτε την συσκευή μέχρι την επισκευή της.
- ▶ Για την επισκευή, χρησιμοποιήστε μόνο τα παρεχόμενα από την εταιρεία ανταλλακτικά
- ▶ Σε περίπτωση επισκευής παρακαλώ ρωτήστε τον έμπορό σας.
- ▶ Αποφύγετε τη χρήση των χημικών απορρυπαντικών για τον καθαρισμό.
- ▶ Βεβαιωθείτε ότι ξεκινάτε την άσκηση μετά από σωστή συναρμολόγηση και επιθεώρηση της συσκευής.
- ▶ Για όλα τα μέρη γνωρίστε τις μέγιστες θέσεις στις οποίες μπορούν να προσαρμοστούν/να σφιγχτούν.
- ▶ Αυτή η συσκευή σχεδιάστηκε για χρήση από ενήλικες. Παρακαλούμε βεβαιωθείτε ότι η χρήση από παιδιά γίνεται μόνο με επίβλεψη ενήλικου.
- ▶ Βεβαιωθείτε ότι ο χρήστης γνωρίζει τους πιθανούς κινδύνους, κινητά μέρη κ.λ.π. κατά τη διάρκεια της άσκησης.
- ▶ Προειδοποίηση: η ανακριβής/υπερβολική άσκηση μπορεί να προκαλέσει τους τραυματισμούς υγείας.
- ▶ Παρακαλούμε ακολουθήστε τις συμβουλές για τη σωστή άσκηση όπως φαίνεται λεπτομερώς στις οδηγίες άσκησης.

Συμβουλευθείτε τον γιατρό σας πριν αρχίσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης.

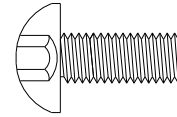
Μπορεί να σας συμβουλέψει για το είδος άσκησης που είναι κατάλληλος για εσάς.

- ▶ Το εγχειρίδιο του κατασκευαστή είναι μόνο για την αναφορά των πελατών.
- ▶ Ο προμηθευτής δεν μπορεί να εγγυηθεί για τα λάθη που εμφανίζονται λόγω της μετάφρασης ή της αλλαγής στην τεχνική προδιαγραφή του προϊόντος.

 1 x1			 53 x1					
 57 x1		 56 x1		 90&91 x1		 68 x1		
 72 x1		 79 x1		 73 x1				
		 87 x1						
58	 M8*20	x8	59	 D15.4	x8	60	 D16	x8
74	 D25	x1	 x1  x1					



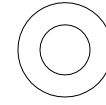
A



M8*20

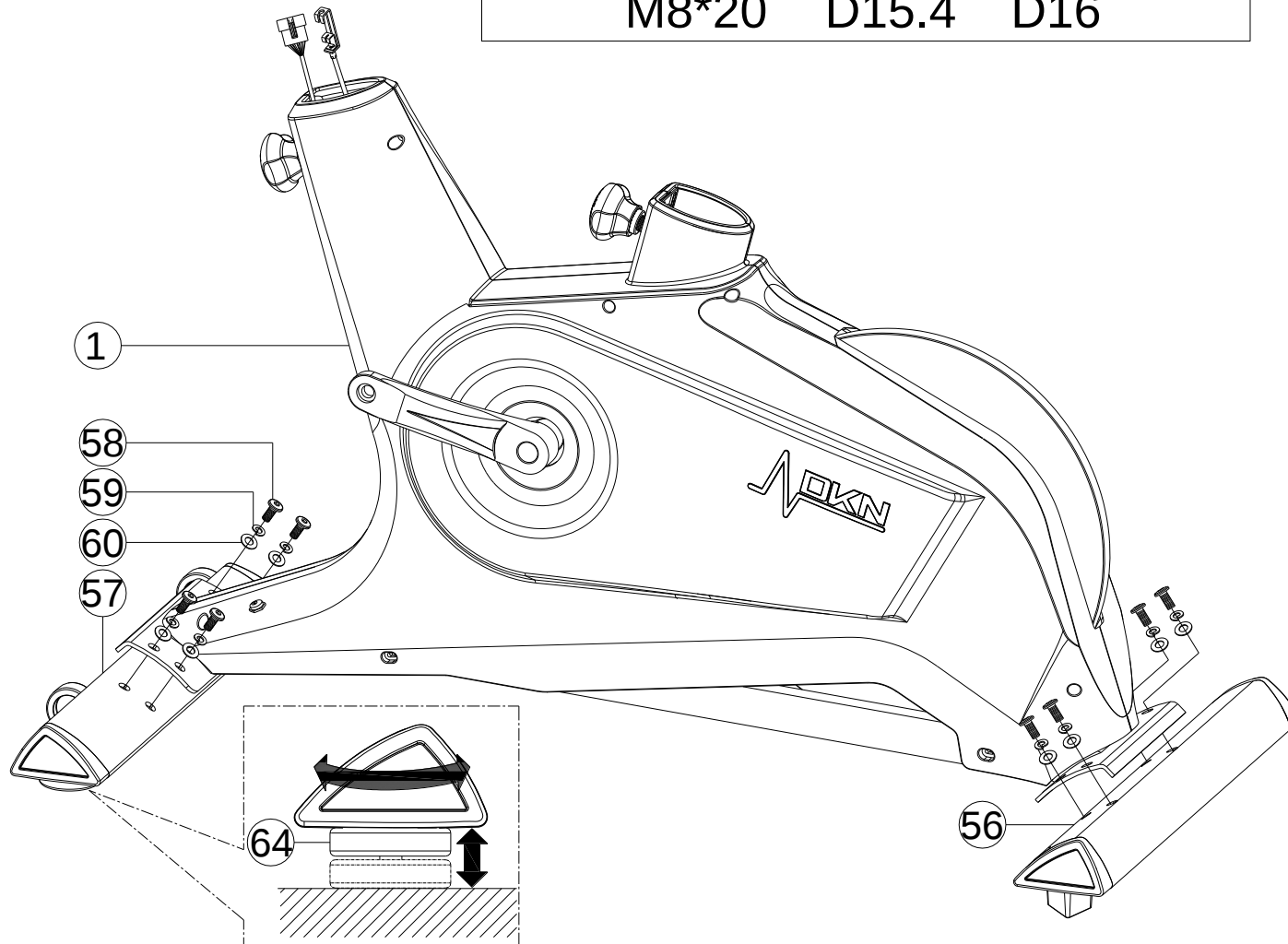


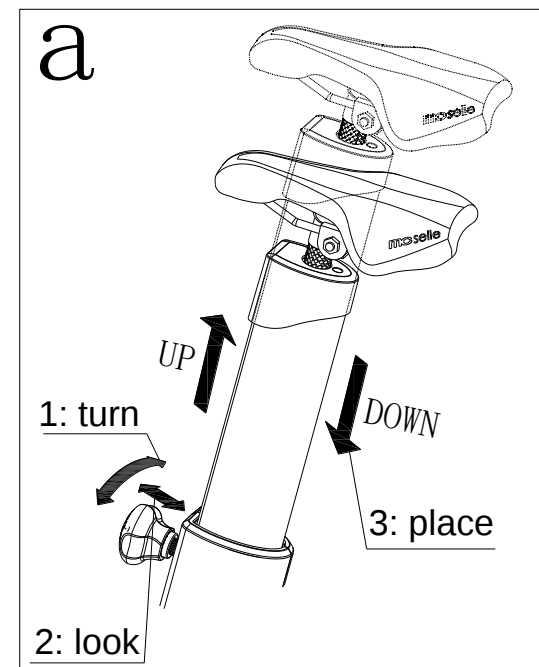
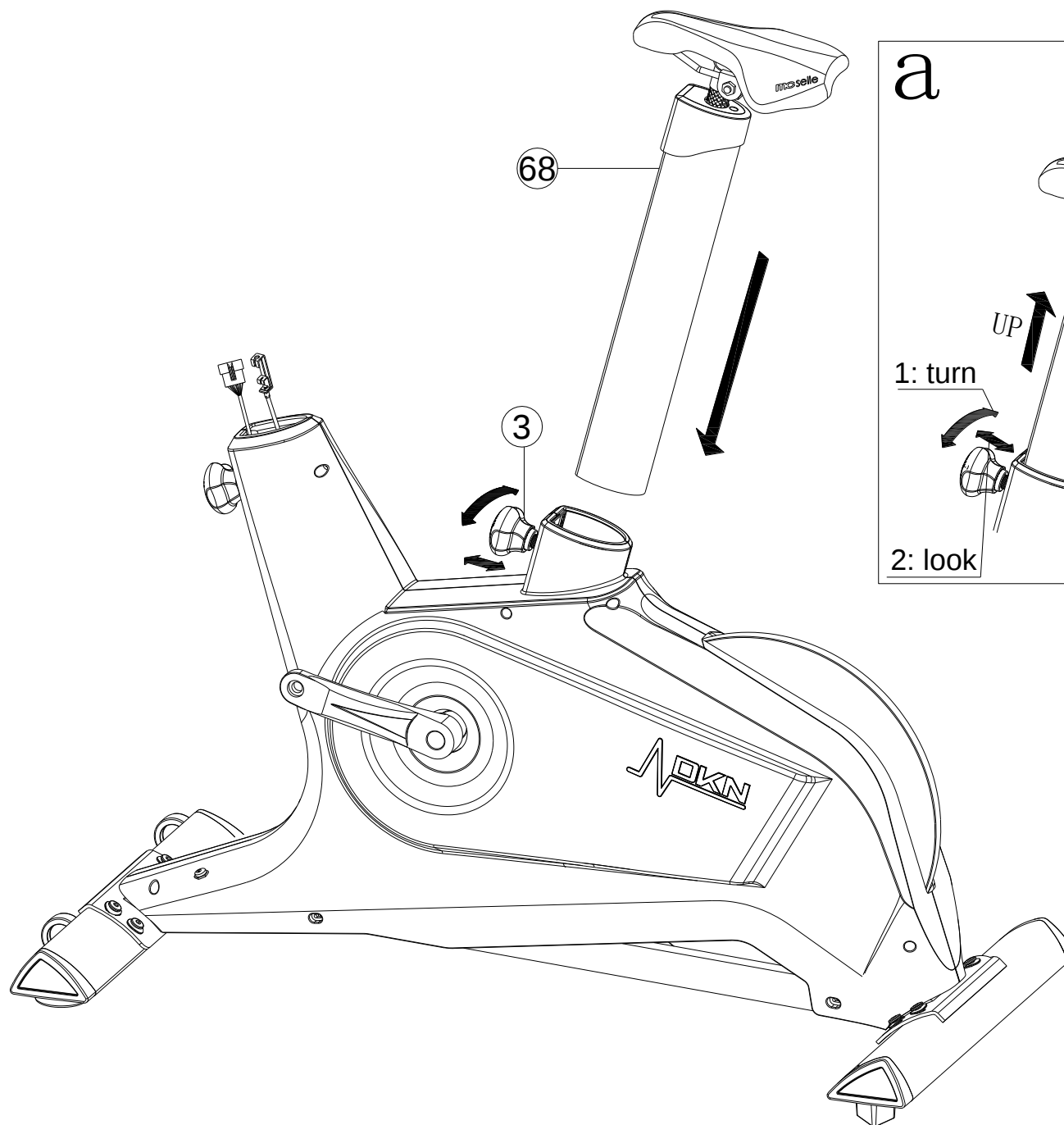
D15.4

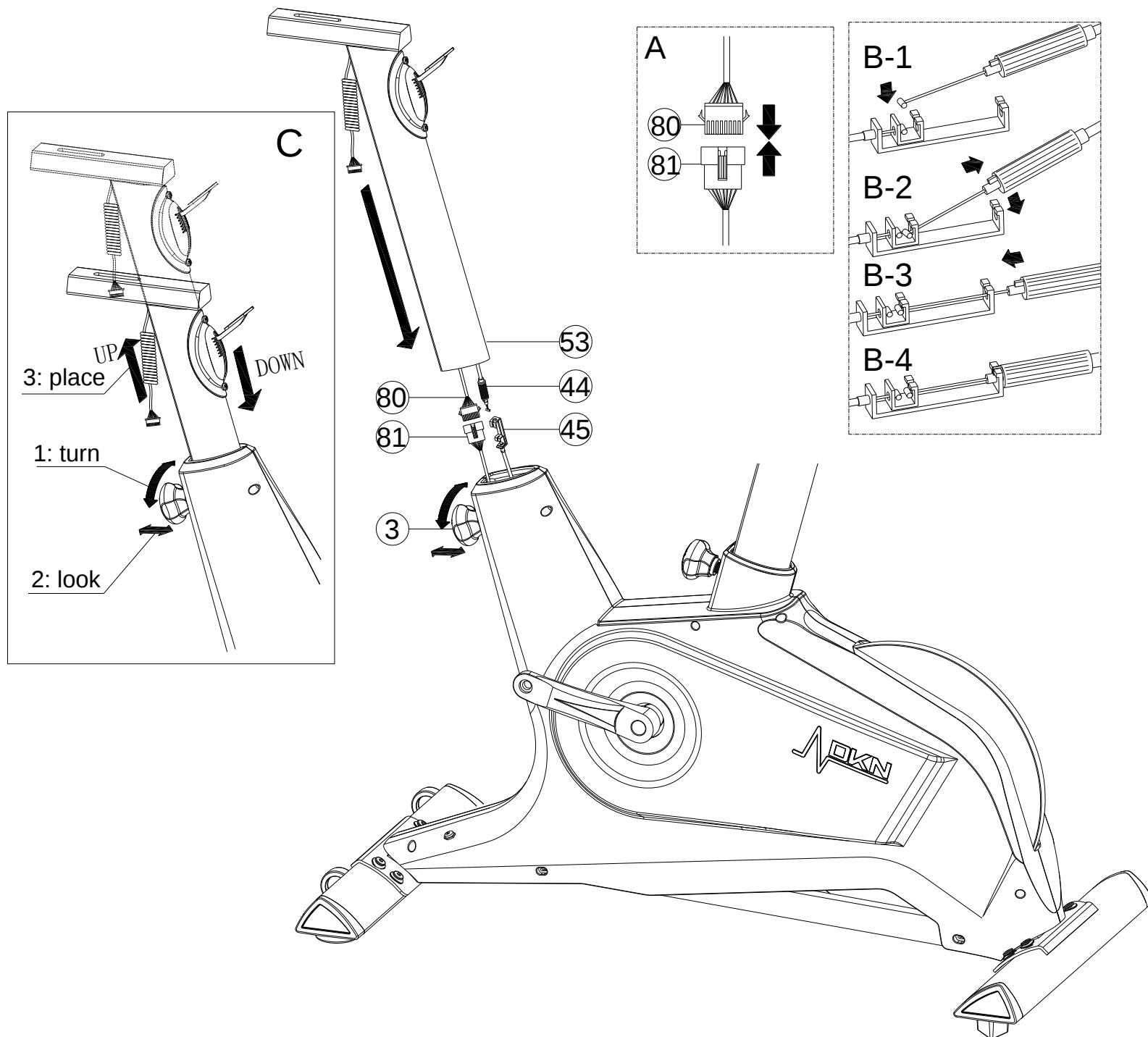


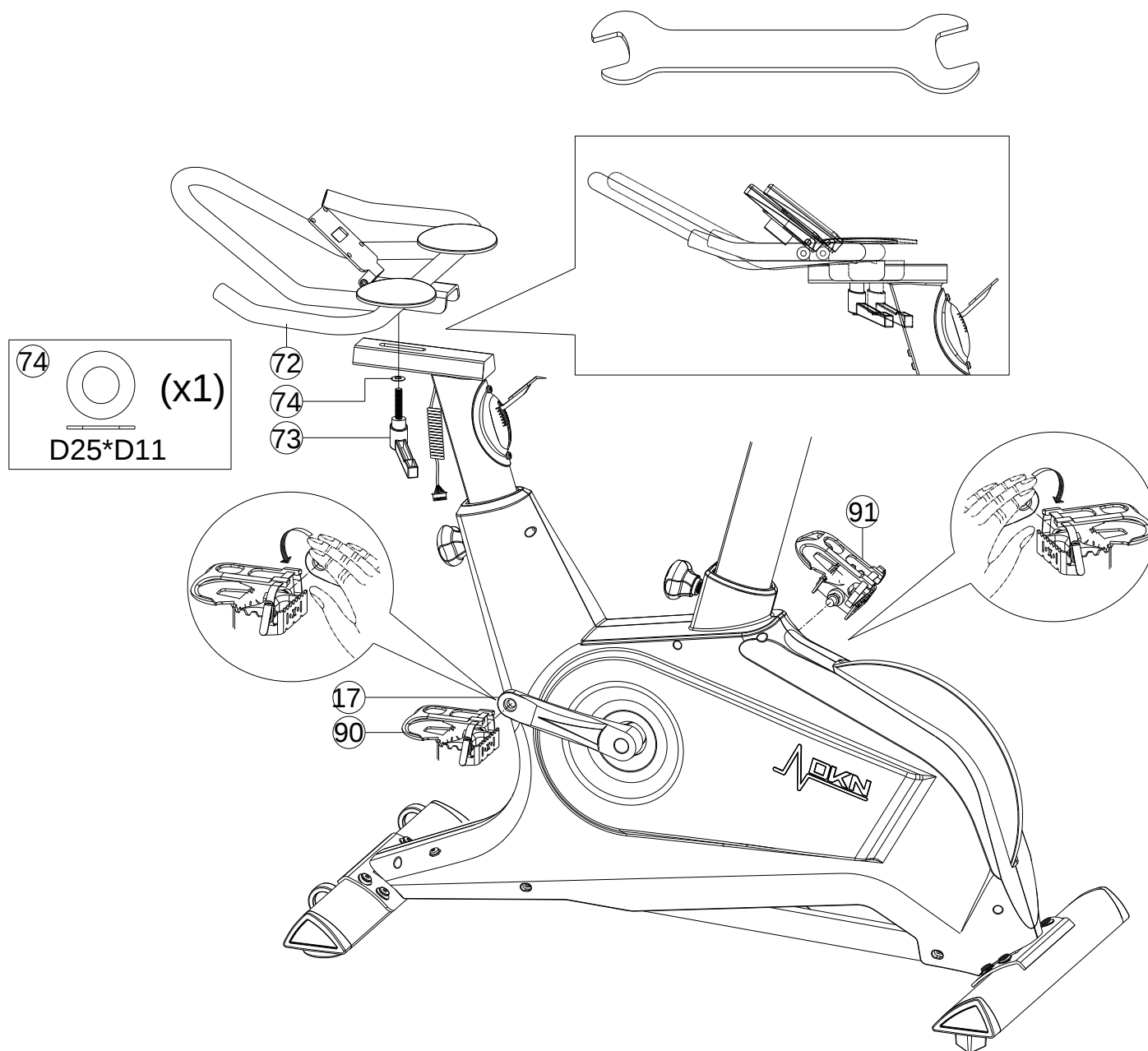
D16

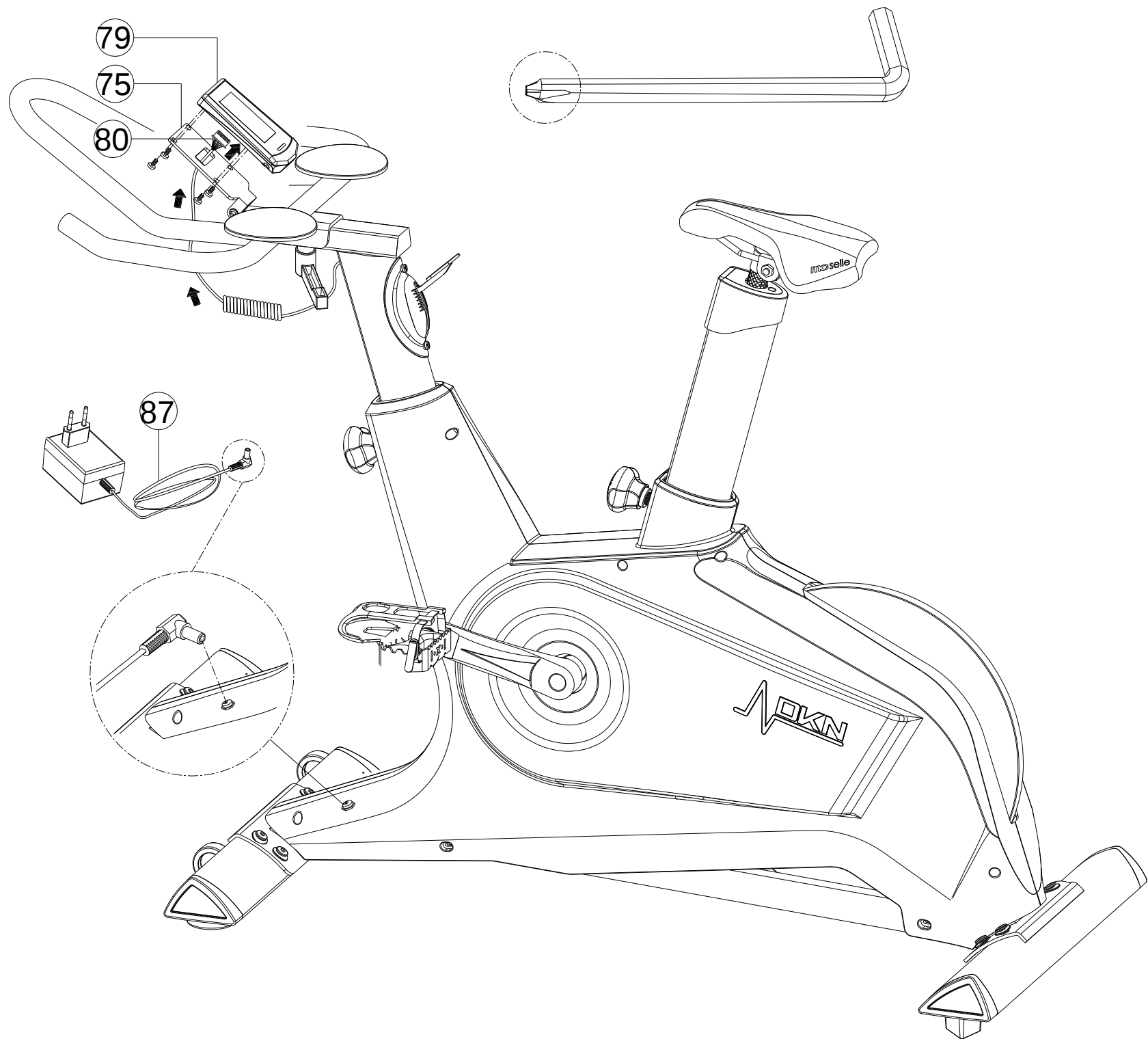
(x8)

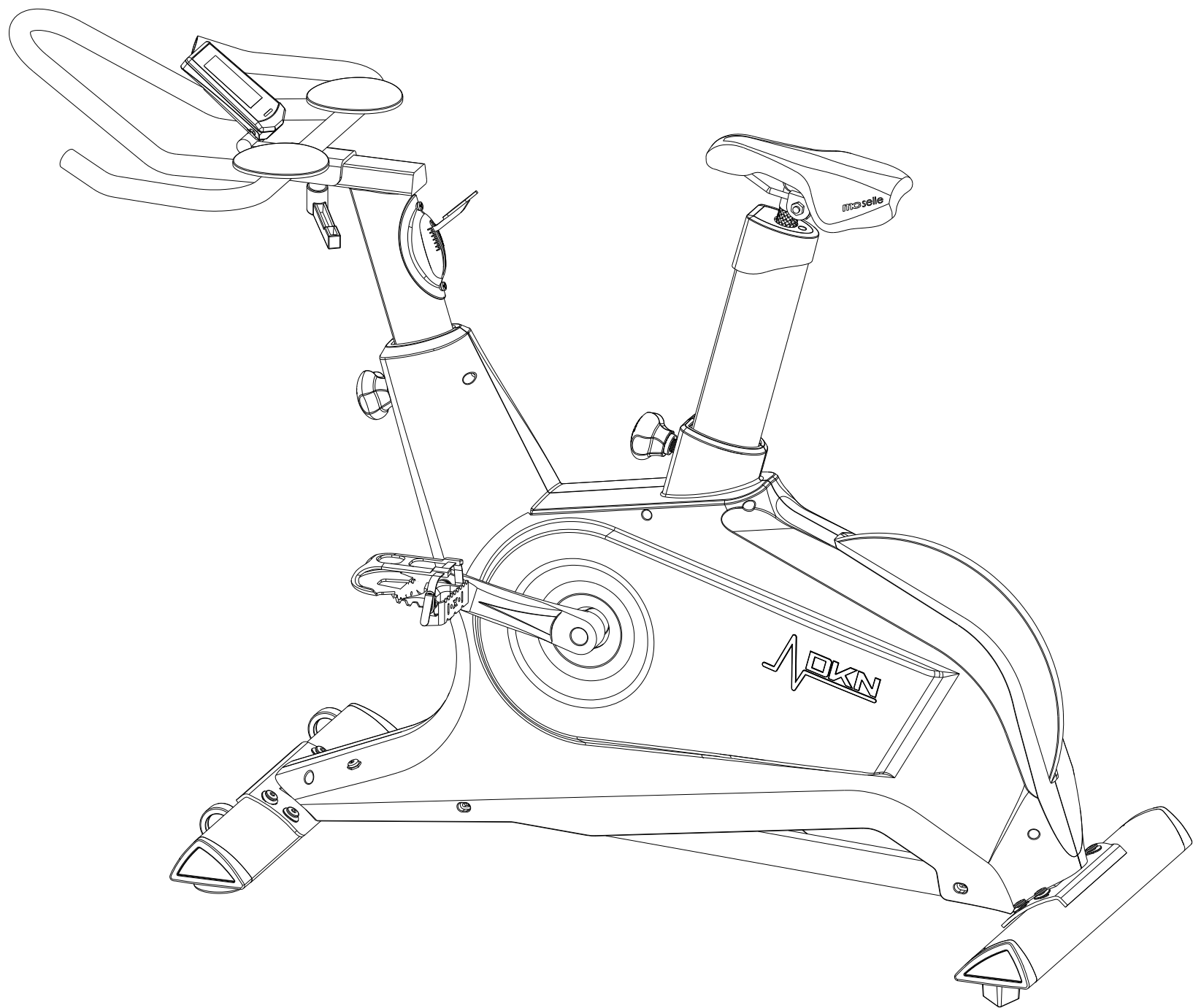




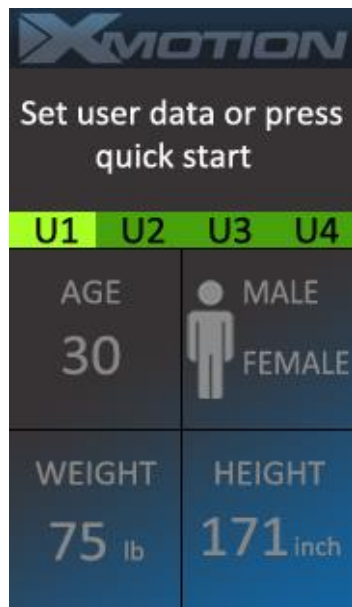








Manual para la consola



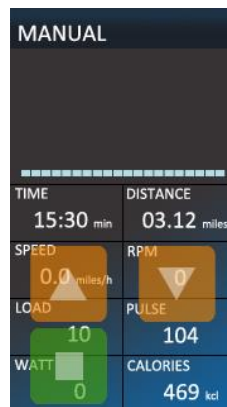
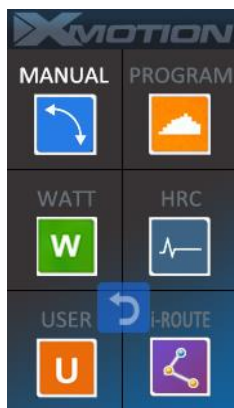
Encender

Conecte el adaptador y utilice las teclas ▲/▼ para seleccionar usuario (user 1 hasta 4). Utilice la tecla ◀ para validar. Introduzca los datos del usuario (edad, sexo, peso y altura) con las teclas ▲/▼/◀.

Utilice la tecla ▶ para seleccionar el 'MODOS' (MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC y USER). (manual, programa, watt, HCR y usuario).

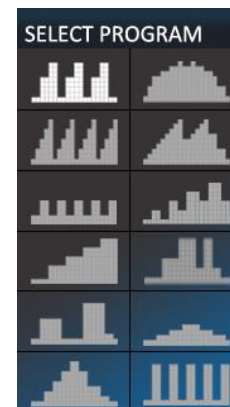
La consola es compatible con la cinta torácica de pulsaciones cardíacas que se vende opcional. Para más información www.dkn-technology.com

Entrenamiento en modo MANUAL



- Seleccione 'MANUAL', utilice ▲/▼/◀ para confirmar tiempo y distancia.
- Presione la tecla ▶ para comenzar.
- Elija el nivel resistencia ▲/▼ (este X-Motion ofrece 32 niveles).
- Presione la tecla ■ para parar.
- Presione la tecla ↻ para salir del programa.

Entrenamiento en modo PROGRAMA



- Seleccione 'PROGRAM', utilice ▲/▼/◀ para seleccionar el programa deseado hay 12 programas preestablecidos.
- Utilice ▲/▼/◀ para confirmar tiempo y distancia
- Presione la tecla ▶ para comenzar.
- Elija el nivel resistencia presionando ▲/▼.
- Presione ■ para parar.
- Presione la tecla ↻ para salir del programa.

Entrenamiento en modo WATT

WATT	

TIME 12:45 min	DISTANCE 3.12 miles
SPEED 21.0 miles/h	RPM 65
LOAD 1	PULSE 104
WATT 106	CALORIES 28 kcl

- Seleccione el modo 'WATT' utilice ▲/▼/↩ para introducir el valor de Watts, lo que es lo mismo, producción de energía durante el ejercicio.(programable entre 10 y 350 Watt), confirme la selección.
- Utilice ▲/▼/↩ para confirmar tiempo y distancia.
- Presione ► para comenzar.
- La resistencia se ajusta automáticamente en función del valor de Watts introducido. Cuando la cifra está bajo el valor preestablecido la resistencia se ajusta automáticamente por intervalos ascendentes de (30 segundos) hasta el nivel máximo de 32. En el caso que la cifra alcanza el valor preestablecido, la resistencia se estabilizará automáticamente en un nivel. En el caso de exceder el valor indicado, la resistencia se autoajustará por intervalos descendentes de (15 segundos) hasta alcanzar el objetivo.
- Presione ↵ para salir del programa.

Entrenamiento en modo TARGET HR

X-MOTION	
MANUAL ↶	PROGRAM ☁
WATT W	HRC Ⓜ
USER U	↷

TARGET HR 72	ACTUAL HR 106
LOAD 3	
TIME 05:12 min	DISTANCE 01.56 miles
SPEED 18.3 miles/h	RPM 63
LOAD 3	PULSE 72
WATT 82	CALORIES 32 kcl

- Seleccione el modo 'HRC' y entrar la zona de Bpm (revoluciones por minuto) presionando ▲/▼/↩
- Utilice ▲/▼/↩ para confirmar tiempo y distancia, presione ► para comenzar.
- La resistencia se ajusta automáticamente por sus pulsaciones cardíacas. Cuando la cifra está bajo el valor mínimo de pulsaciones, la resistencia se ajusta automáticamente por intervalos ascendentes de (30 segundos) hasta el nivel máximo de 32. Cuando sus pulsaciones se han estabilizado el valor HRC se estabiliza automáticamente. En el caso de exceder las máximas pulsaciones, la resistencia se autoajustará por intervalos descendentes hasta estar por debajo de sus máximas pulsaciones.
- Presione ↵ para salir del programa.

Para entrenamiento HR es obligatorio el uso de un cinturón torácico.

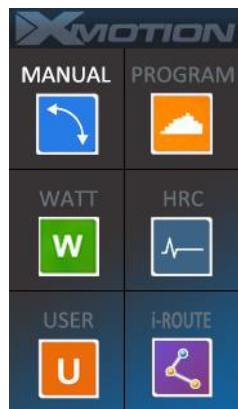
Entrenamiento en modo USUARIO

USER	

TIME 12:45 min	DISTANCE 3.12 miles
SPEED 21.0 miles/h	RPM 65
LOAD 1	PULSE 104
WATT 106	CALORIES 28 kcl

- Seleccione 'USER', personalice su propio programa usando las teclas ▲/▼/↩ (X-Motion ofrece 32 niveles 20 segmentos).
- Confirme con la tecla ↩.
- Utilice ▲/▼/↩ para introducir tiempo y distancia.
- Presione la tecla ► para comenzar.
- Presione ↵ para salir del programa.

Entrenamiento en modo iRoute



Entrenamiento en modo iRoute



La lectura de pulsaciones cardíacas a la que nos referimos en este manual es aproximada. No puede utilizarse como guía en cualquier programa cardiovascular relacionado con enfermos, en este caso debe dirigirse a su médico.

El manual puede ser utilizado solamente para información. No se pueden hacer responsable el suministrador de faltas eventuales o de cambios eventuales en las especificaciones técnicas.

- Seleccione 'iRoute, País y Viaje'
- Presione la tecla ► para comenzar.
- Presione ■ para parar.
- Presione la tecla ↶ para salir del programa.

Operating Instructions Computer



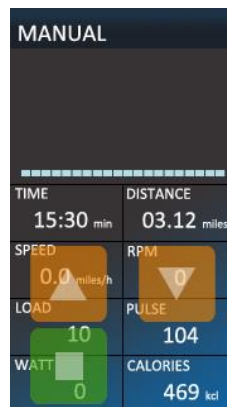
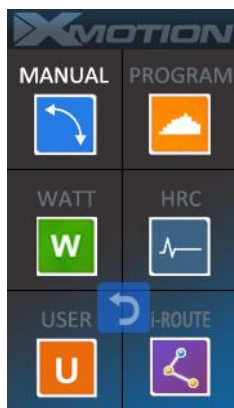
Switch on

Connect the power adapter, select user 1 to 4 with ▲/▼ and press ◀ to confirm. Program user data (age, gender, weight and height) using ▲/▼/◀.

Press ▶ to proceed to landing page (MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC and USER).

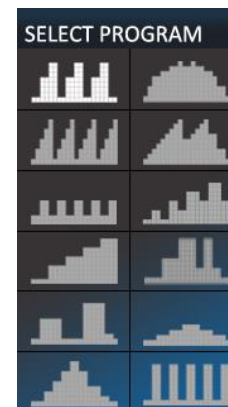
Your computer is compatible with the optional chest transmitter (ref 20073), for integrated wireless heart rate registration. For any questions please do contact your DKN dealer, or visit website www.dkn-technology.com

Training in MANUAL mode



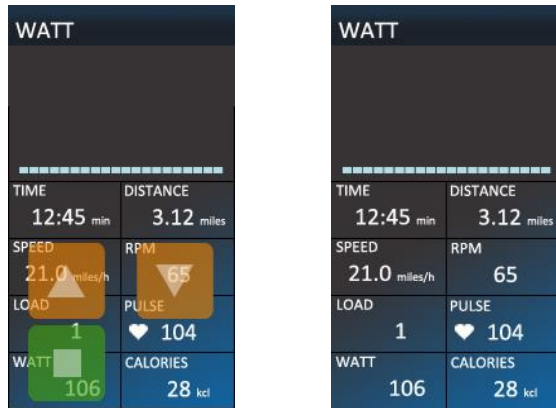
- Select 'MANUAL' and use ▲/▼/◀ to program time and distance.
- Press ▶ to start the exercise.
- Press ▲/▼ to adjust load level (the X-Motion offers 32 levels).
- Stop/pause the exercise by pressing ■.
- Press ⏮ to exit the program.

Training in PROGRAM mode



- Select 'PROGRAM' and use ▲/▼/◀ to select profile 1 to 12.
- Use ▲/▼/◀ to program time and distance, and press ▶ to start.
- Press ▲/▼ to adjust load level.
- Stop/pause the exercise by pressing ■.
- Press ⏮ to exit the program.

Training in WATT mode



- Select 'WATT' and use ▲/▼/◀ to set target watts (programmable between 10 up to 350 Watt).
- Use ▲/▼/◀ to program time and distance, press ▶ to start.
- The tension difficulty will be auto-adjusted according to the Watt figure. If the figure is under the target value, the tension difficulty will be up-adjusted one level every 30 seconds, up to the maximum level 32. As soon as you achieved the set value, tension difficulty will be down adjusted one level immediately. In case of overload the level will be down adjusted one level immediately, and keep down-adjusting each 15 seconds until you reach the preset value.
- Press ⏏ to exit the program.

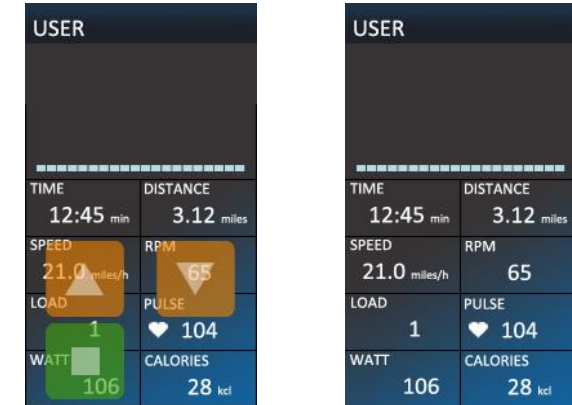
Training in TARGET HR mode



- Select 'HRC' and use ▲/▼/◀ to set Target Heart Rate (THR default value is 100 Bpm).
- Use ▲/▼/◀ to program time and distance, press ▶ to start.
- Upon entering rate in Bpm (beats per minute) the load tension will be controlled by current heart rate. The resistance will be auto-adjusted according to current heart rate figure. If your heart rate figure is under the target pulse, the tension will be up-adjusted one level every 30 seconds, up to the maximum level 32. As soon as your heart rate figure has achieved the target pulse, tension will be down adjusted one level immediately. In case of overload the level will be down adjusted one level immediately, and keep down-adjusting each 15 seconds until your heart rate figure has achieved the target pulse.
- Press ⏏ to exit the program.

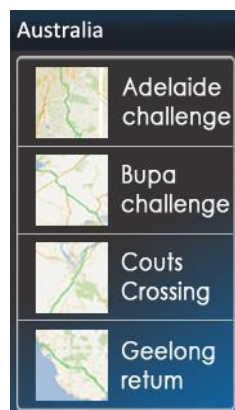
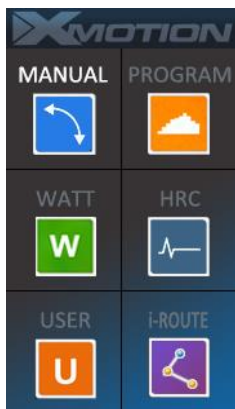
A chest belt transmitter is compulsory for HR training.

Training in USER mode



- Select 'USER' and use ▲/▼/◀ to set up your own profile (the X-Motion offers 32 load levels and 20 time segments).
- In each segment confirm your load settings by pressing ▶.
- Use ▲/▼/◀ to program total exercise time.
- Press ▶ to start.
- Press ⏏ to exit the program.

Training in iRoute mode



Training in iRoute mode



Heart rate displayed is an approximate read-out, and may not be used as guidance in any cardio-vascular related medical or paramedical program.

*The owner's manual is only for customers' reference.
The supplier can not guarantee for mistakes occurring due to translation or changes in technical specifications of the product.*

- Select 'iRoute, country and route'
- Press ► to start.
- Press ▲/▼ to adjust load level.
- Stop/pause the exercise by pressing ■.
- Press ↺ to exit the program.

Instructions d'utilisation



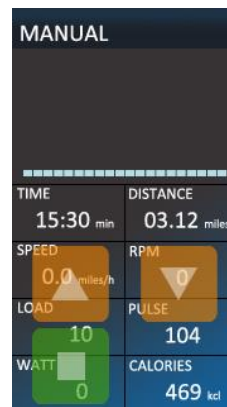
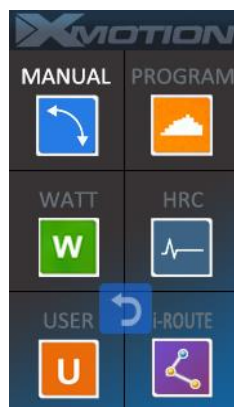
Mise en marche

Connectez l'adaptateur et sélectionnez utilisateur 1 à 4 avec ▲/▼ puis validez avec ↵. Programmez les données de l'utilisateur (l'âge, le sexe, le poids et la hauteur) avec l'aide des touches ▲/▼/↵.

Appuyez ► visualiser l'affichage des différents programmes (MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC et USER).

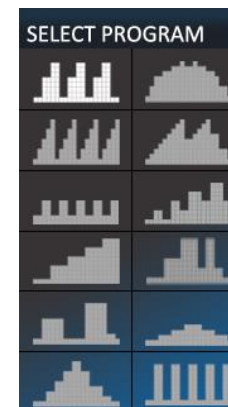
Votre ordinateur est compatible avec l'option télémetrique (ref 20073), pour enregistrer votre fréquence cardiaque sans fil. Contactez votre revendeur DKN ou visitez nos sites www.dkn-technology.com

Entraînement en mode MANUAL



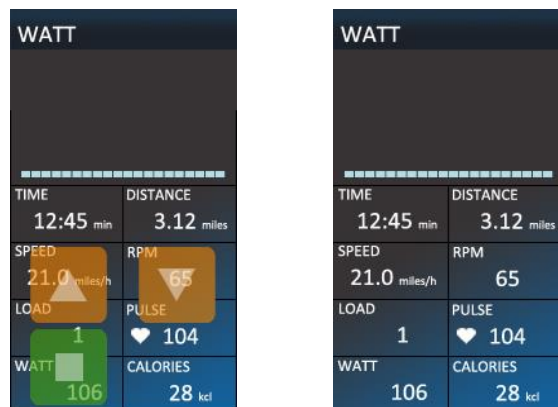
- Sélectionnez 'MANUAL' puis programmez le temps de travail souhaité ainsi que la distance avec ▲/▼/↵.
- Démarrez votre entraînement en validant la touche ►.
- Ajustez la résistance (X-Motion vous offre 32 niveaux de difficultés) avec ▲/▼.
- Appuyez ■ pour une pause ou arrêter l'entraînement.
- Appuyez ↶ pour quitter le programme.

Entraînement en mode PROGRAM



- Sélectionnez 'PROGRAM' puis choisissez un profil d'exercices soumis de 1 à 12 avec ▲/▼/↵.
- Programmez le temps de travail souhaité ainsi que la distance avec ▲/▼/↵.
- Démarrez l'entraînement en validant sur la touche ►.
- Ajustez la résistance avec ▲/▼.
- Pressez sur ■ pour une pause ou arrêter l'entraînement.
- Appuyez ↶ pour quitter le programme.

Entraînement en mode WATT



- Sélectionnez 'WATT' et programmez le l'énergie à produire pendant l'effort avec ▲/▼/◀.
- Programmez le temps de travail souhaité ainsi que la distance avec ▲/▼/◀, et démarrez l'entraînement avec ▶.
- La résistance s'adaptera automatiquement en fonction de la valeur introduite (par intervalle de 30 secondes). Si vous dépassez cette valeur, la résistance sera automatiquement corrigée par intervalle de 15 secondes. En cas de dépassement de la valeur introduite, un signal sonore vous informera. Si cette situation perdure plus de 3 minutes, l'ordinateur arrêtera l'exercice, et le niveau 1 sera activé.
- Appuyez ↵ pour quitter le programme.

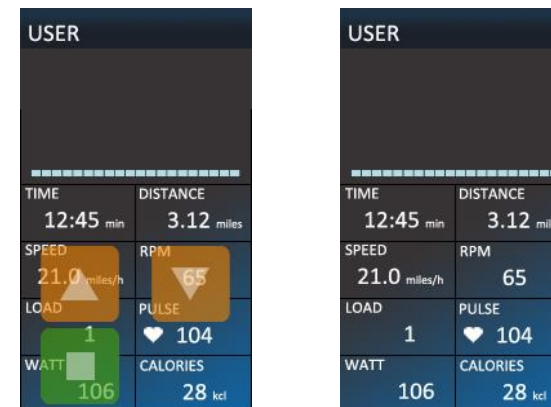
Entraînement en mode TARGET HR



- Sélectionnez 'HRC' et programmez la zone cible de fréquence cardiaque à ne pas dépasser avec ▲/▼/◀ (Bpm ou la fréquence cardiaque par minute)
- Programmez le temps de travail souhaité ainsi que la distance avec ▲/▼/◀, et démarrez l'entraînement avec ▶.
- La résistance s'adaptera automatiquement en fonction de la valeur introduite (par intervalle de 30 secondes). Si vous dépassez cette valeur, la résistance sera automatiquement corrigée par intervalle de 15 secondes. Dans le cas où vous dépassez la fréquence cardiaque sélectionnée, un signal sonore vous le signalera. Si cette situation dure plus de 3 minutes, l'ordinateur arrêtera l'exercice, et le niveau 1 sera activé.
- Appuyez ↵ pour quitter le programme.

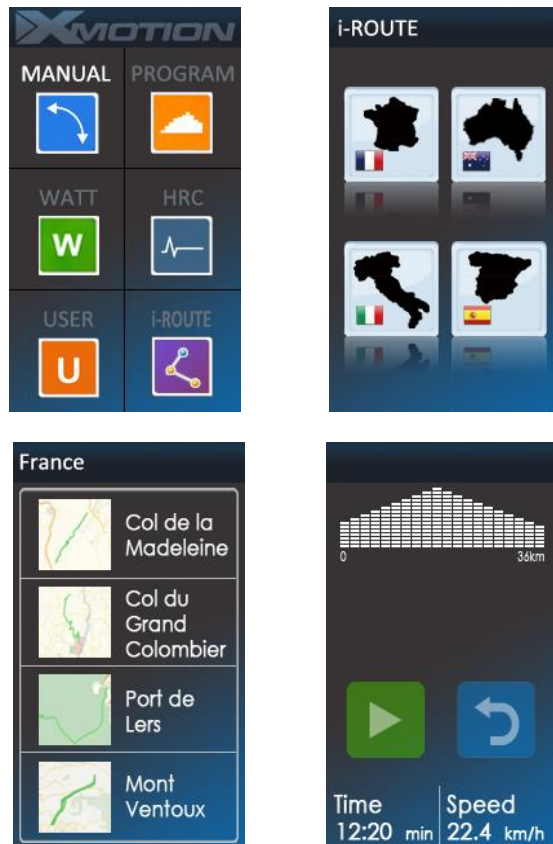
**Pour ce programme la ceinture
télémétrique est indispensable et
nécessaire!**

Entraînement en mode USER



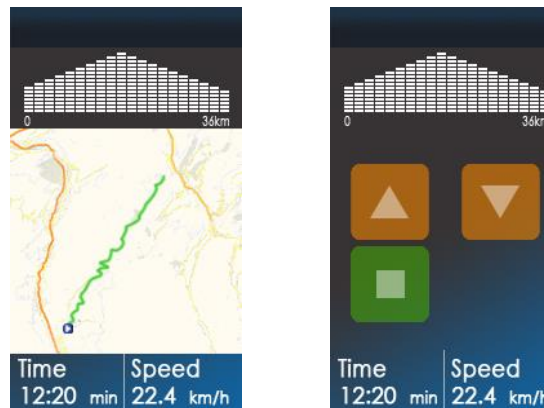
- Sélectionnez 'USER'. Vous pouvez personnaliser la courbe d'entraînement : c'est-à-dire que point par point vous configurez votre parcours avec ▲/▼/◀. (X-Motion vous offre 32 niveaux, 20 segments)
- Programmez le temps de travail souhaité avec ▲/▼/◀.
- Appuyez ■ pour une pause ou arrêter l'entraînement.
- Appuyez ↵ pour quitter le programme.

Entraînement en mode iRoute



- Sélectionnez 'iRoute, pays et étape'
- Démarrez l'entraînement en validant sur la touche ►.
- Ajustez la résistance avec ▲/▼.
- Pressez sur ■ pour une pause ou arrêter l'entraînement.
- Appuyez ↻ pour quitter le programme.

Entraînement en mode iRoute



La fréquence cardiaque enregistrée est une valeur approximative plus ou moins précise . Celle-ci n'étant pas conforme aux normes rigoureuses médicales et ce dans le cadre d'un programme de rééducation cardio vasculaire, Veuillez-vous referer à un avis medical.

***Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.
Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.***

Handleiding



Inschakelen

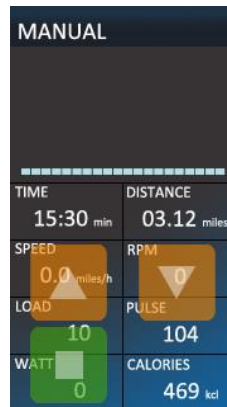
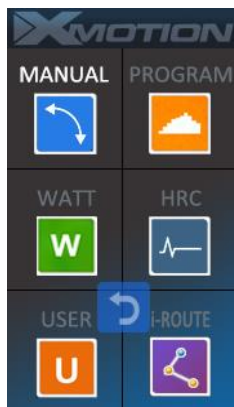
Sluit de netstroomadapter aan, selecteer vervolgens user 1 tot 4 via ▲/▼ en bevestig met ↵.

Programmeer aansluitend de gebruikers data (leeftijd, geslacht, gewicht en lengte) via ▲/▼/↵.

Druk op ► voor de landing page (MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC and USER).

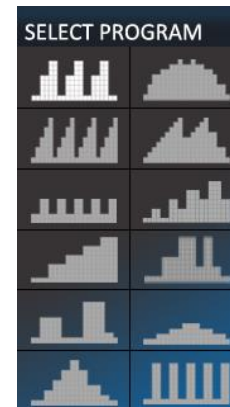
Deze computer is compatibel met de optionele hartslagzender (ref 20073), voor geïntegreerde draadloze hartslag registratie. Contacteer uw DKN verdeler, of stel uw vragen op www.dkn-technology.com

Training in functie MANUAL (oefenen zonder voorprogrammatie)



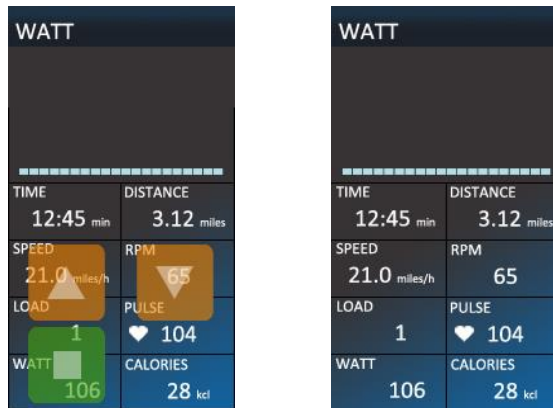
- Selecteer 'MANUAL' en programmeer de totale oefentijd en afstand via ▲/▼/↵.
- Druk op ► om de oefening aan te vatten.
- Stel de weerstand (load) in met ▲/▼ (de X-Motion biedt 32 weerstandsniveaus).
- Stop/pause via ■.
- Druk ↶ om het programma te beëindigen.

Training in functie PROGRAM (oefenen met voorprogrammatie)



- Selecteer 'PROGRAM' en activeer het gewenste profiel via ▲/▼/↵.
- Programmeer de totale oefentijd en afstand via ▲/▼/↵, en druk vervolgens op ► om te starten.
- U kunt de weerstand steeds aanpassen via ▲/▼.
- Stop/pause via ■.
- Druk ↶ om het programma te beëindigen.

Training in de functie WATT: (weerstandseenheid)



- Selecteer 'WATT' en programmeer het gewenste energieniveau via ▲/▼/◀ (totaal bereik gaat van 10 t/m 350 Watt).
- Programmeer de totale oefentijd en afstand via ▲/▼/◀, en druk vervolgens op ▶ om te starten.
- Wanneer een energieniveau is ingesteld wordt de weerstand automatisch geregeld in functie van het aantal gegenereerde Watt, met een interval van 30 seconden. In geval van een te hoge waarde, zal de weerstand verminderd worden in functie van de ingestelde waarde, met intervals van 15 seconden.
- Stop/pause via ■.
- Druk ↶ om het programma te beëindigen.

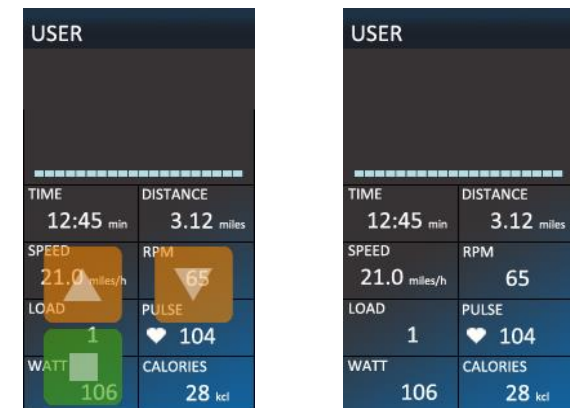
Training in functie TARGET H.R. (oefenen via hartslag)



- Selecteer 'HRC' programmeer het gewenste hartslagritme (THR, of Target Heart Rate) via ▲/▼/◀.
- Programmeer de totale oefentijd en afstand via ▲/▼/◀, en druk vervolgens op ▶ om te starten.
- Wanneer een hartslag doelzone is ingesteld wordt de weerstand automatisch geregeld met een interval van 30 seconden, in functie van de hartslag. In geval van een te hoge waarde, zal de weerstand verminderd worden in functie van de ingestelde waarde, met intervals van 15 seconden.
- Stop/pause via ■.
- Druk ↶ om het programma te beëindigen.

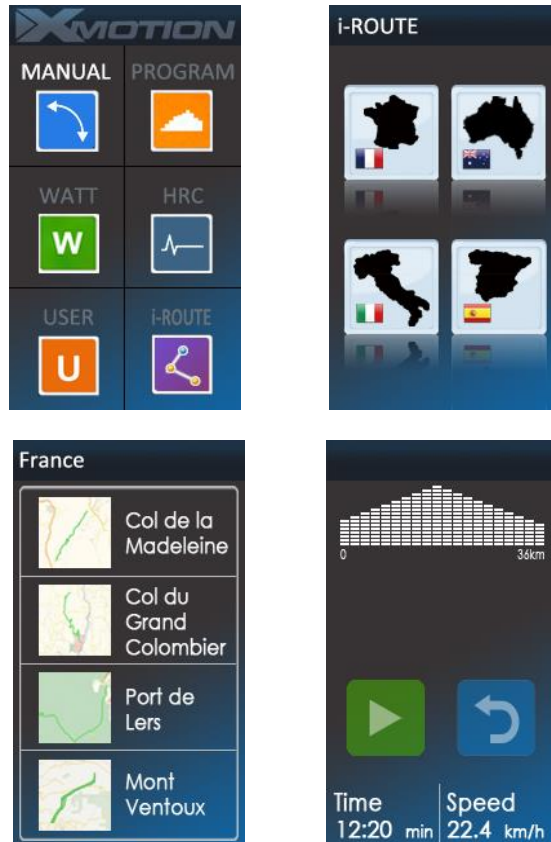
THR training vereist het gebruik van een hartslagzender.

Training in functie USER (stel zelf uw trainingsprofiel samen)

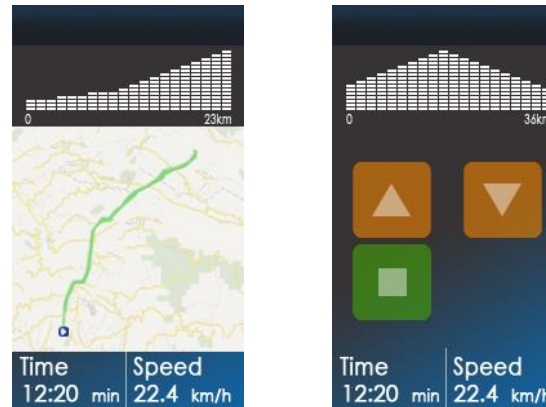


- Selecteer 'USER' en programmeer een gepersonaliseerd oefenprofiel via ▲/▼/◀ (de X-Motion biedt 32 weerstandsniveaus en 20 tijdssegmenten).
- Bevestig de instelling per segment met ◀.
- Programmeer de totale oefentijd en afstand via ▲/▼/◀, en druk vervolgens op ▶ om te starten.
- Stop/pause via ■.
- Druk ↶ om het programma te beëindigen.

Training in functie iRoute



Training in functie iRoute



Hartslaglezing via deze computer is een benaderende niet geijkte waarde, en mag niet als leidraad aangewend worden in een cardio-gerelateerde therapie.

*Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leidraad.
De fabrikant kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.*

- Selecteer 'iRoute, land en etappe'.
- Druk vervolgens op ► om te starten.
- U kunt weerstand steeds aanpassen via ▲/▼.
- Stop/pause via ■.
- Druk ↺ om het programma te beëindigen

Manual para o computador



Ligar

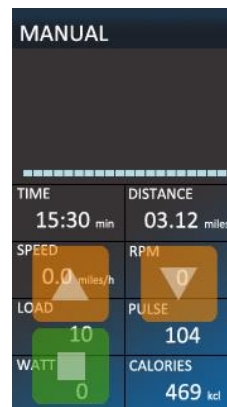
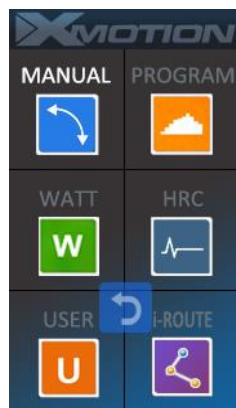
Depois de ligar o adaptador de rede e use botão ▲/▼ para seleccionar U1 a U4, e confirmar para ◀.

Programar os dados pessoais configuração do utilizador para ▲/▼/◀.

Pressionar ▶, depois o ecrã mostra MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC e USER.

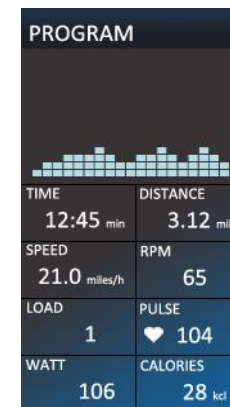
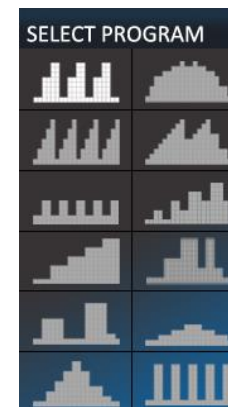
O seu computador é compatível com o Transmissor Torácico opcional (Ref. 20073), para um registo da frequência cardíaca integrado e sem fios. Contacte com o seu distribuidor DKN ou visite a nossa página web [website www.technology.com](http://www.technology.com)

Treino em modo MANUAL



- Seleccione 'MANUAL' e use ▲/▼/◀ para programar tempo de treino e distância.
- Começa a exercitar pressionando ▶.
- Use ▲/▼ para ajustar o nível de carga (este X-Motion proporciona 32 níveis).
- Parar a exercitar pressionando ■.
- Pressionando ↻ para sair.

Treino em modo PROGRAM



- Seleccione 'PROGRAM' e use os botões ▲/▼/◀ para seleccionar perfil 1 a 12.
- Use ▲/▼/◀ para programar tempo de treino e distância, e começa a exercitar pressionando ▶.
- Use ▲/▼ para ajustar o nível de carga
- Parar a exercitar pressionando ■.
- Pressionando ↻ para sair.

Treino em modo WATT

WATT	

TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selecione 'WATT' e use os botões ▲/▼/↩ para programar os watts desejados, (10 a 350 Watt).
- Use ▲/▼/↩ para programar tempo de treino e distância, e começa a exercitar pressionando ►.
- A tensão de carga será controlada pela actual valor. A dificuldade da tensão será automaticamente ajustada de acordo com a sua actual valor en watts. Se a sua valor cair sob o pulso alvo, a dificuldade da tensão será ajustada um nível para cima cada 30 segundos, até ao nível máximo 32. Assim que el valor alvo for atingido, a dificuldade da tensão será imediatamente ajustada um nível para baixo. Em caso de uma valor em cima do valor programado, o nível será imediatamente ajustado um nível para baixo e continuará a ser ajustado para baixo até que a sua valor tenha atingido o watts alvo.
- Pressionando ↵ para sair.

Treino em modo TARGET HR

WATT	

TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selecione 'HRC' e use os botões ▲/▼/↩ para programar Target Heart Rate (frequência cardíaca).
- Use ▲/▼/↩ para programar tempo de treino e distância, e começa a exercitar pressionando ►.
- A tensão de carga será controlada pela actual valor. A dificuldade da tensão será automaticamente ajustada de acordo com a sua actual valor en watts. Se a sua valor cair sob o pulso alvo, a dificuldade da tensão será ajustada um nível para cima cada 30 segundos, até ao nível máximo 32. Assim que el valor alvo for atingido, a dificuldade da tensão será imediatamente ajustada um nível para baixo. Em caso de uma valor em cima do valor programado, o nível será imediatamente ajustado um nível para baixo e continuará a ser ajustado para baixo até que a sua valor tenha atingido o frequência cardíaca alvo.
- Pressionando ↵ para sair.

Treino em modo USER

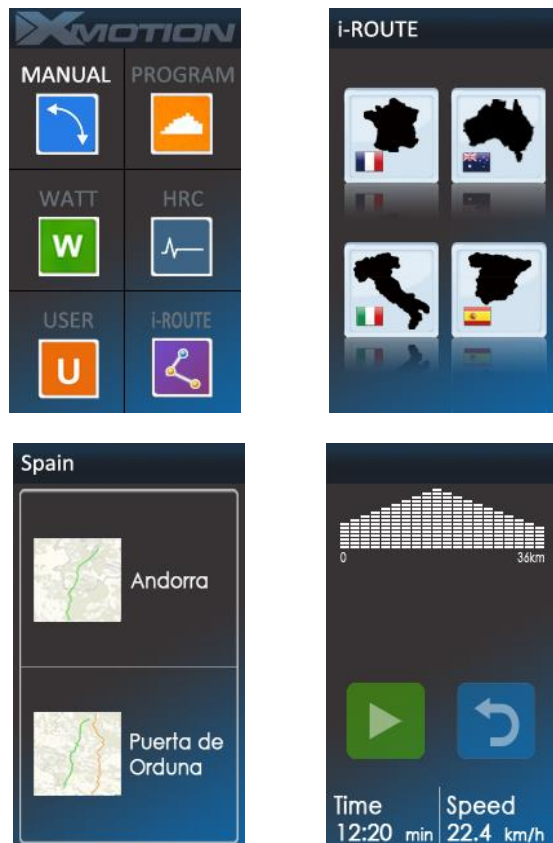
WATT	

TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

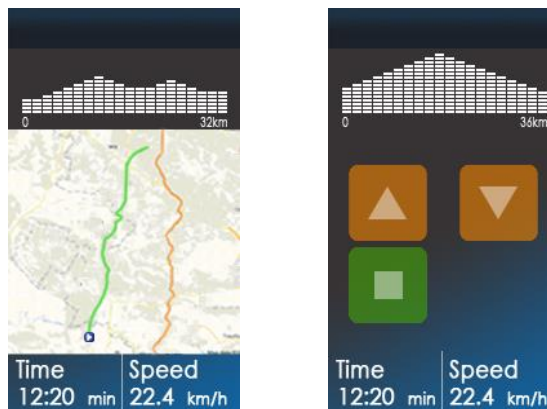
- Selecione 'USER' e use os botões ▲/▼/↩ para configurar o seu próprio perfil (X-Motion oferece 32 níveis de carga e 20 segmentos de tempo).
- Em cada segmento confirme os seus valores de carga programados pressionando ↩.
- Use ▲/▼/↩ para programar tempo de treino
- Começa a exercitar pressionando ►.
- Pressionando ↵ para sair.

Transmissor de cinta peitoral é obrigatório para o treino THR.

Treino em modo iRoute



Treino em modo iRoute



A leitura do batimento cardíaco através do computador é um valor aproximado e não pode ser utilizado com orientação em qualquer terapia cardiológica.

O manual pode ser utilizado somente para informação. Não se pode responsabilizar o fornecedor por eventuais falhas ou alterações nas especificações técnicas.

- Seleccione 'iRoute, pais e viagem'.
- Começa a exercitar pressionando ►.
- Use ▲/▼ para ajustar o nível de carga
- Parar a exercitar pressionando ■.
- Pressionando ↻ para sair.

Funzioni del computer



Avvio

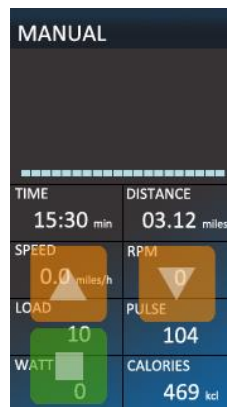
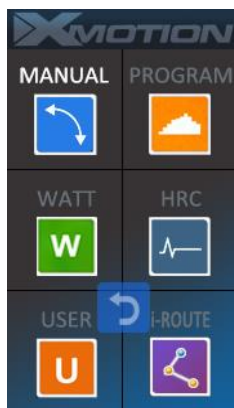
Collegare la presa, programmare quindi User. Inserire U1-U4 utilizzando i tasti ▲/▼, confermare premendo ◀.

Utilizzando ▲/▼, inserire il vostro sesso, età, altezza e peso, confermare premendo ◀.

Quindi premendo ▶ ora sul display appare MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC o USER.

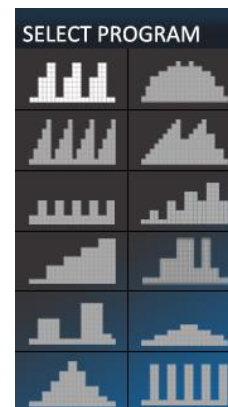
Il computer è compatibile con la cintura telemetrica (optional) DKN (ref 20073), per la registrazione senza fili (wireless) della frequenza cardiaca. Rivolgersi al proprio rivenditore DKN visitare www.dkn-technology.com

Allenamento in modo MANUALE



- Selezionare 'MANUAL' e programmare il tempo di allenamento desiderato e la distanza da percorrere con i tasti ▲/▼/◀.
- Avviare l'allenamento con ▶.
- Programmare la resistenza con ▲/▼ (X-Motion offre 32 livelli di difficoltà).
- Premere ■ per fermare o mettere in pausa l'esercizio.
- Premere ↺ per fermare il programma.

Allenamento in modo PROGRAM



- Selezionare 'PROGRAM' con i tasti ▲/▼ per visualizzare i profili degli esercizi da 1 a 12, quindi convalidare il profilo scelto con il tasto ◀.
- Programmare il tempo e la distanza con ▲/▼/◀, quindi avviare l'allenamento con ▶.
- Programmare la resistenza con ▲/▼
- Premere ■ per fermare o mettere in pausa l'esercizio.
- Premere ↺ per fermare il programma.

Allenamento in modo WATT

WATT	

TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selezionare 'WATT' e selezionare l'energia da produrre durante lo sforzo con i tasti ▲/▼, quindi convalidare con ◀.
- Programmare il tempo e la distanza con ▲/▼/◀, quindi avviare l'allenamento con ▶.
- La resistenza si adatterà automaticamente a seconda del valore inserito (per intervalli di 30 secondi). Se si supera questo valore, la resistenza sarà corretta automaticamente per intervalli di 15 secondi. Nel caso in cui si supera il valore inserito, un segnale acustico lo segnalerà. Se questa situazione dura più di 3 minuti, il computer fermerà l'esercizio e sarà attivato il livello 1.
- Premere ⏏ per fermare il programma.

Allenamento in modo TARGET HR

WATT	

TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selezionare 'HRC' e programma la zona obiettivo di pulsazioni cardiache ▲/▼/◀.
- Programmare il tempo e la distanza con ▲/▼/◀, quindi avviare l'allenamento con ▶.
- La resistenza si adatterà automaticamente a seconda del valore inserito (per intervalli di 30 secondi). Se si supera questo valore, la resistenza sarà corretta automaticamente per intervalli di 15 secondi. Nel caso in cui si supera la frequenza cardiaca selezionata, un segnale acustico lo segnalerà. Se questa situazione dura più di 3 minuti, il computer fermerà l'esercizio e sarà attivato il livello 1.
- Premere ⏏ per fermare il programma.

Per un allenamento cardiovascolare accurato, si consiglia l'utilizzo della cintura toracica telemetrica poiché la precisione sarà maggiore.

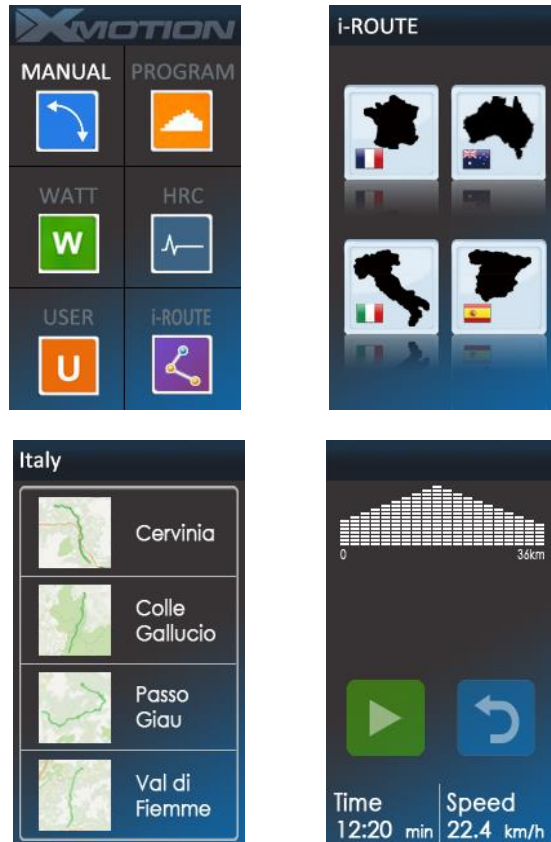
Allenamento in modo USER

WATT	

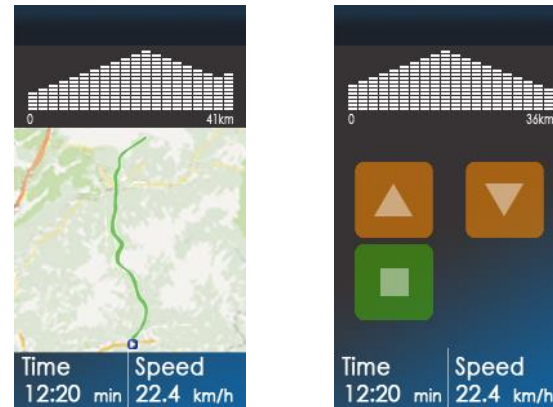
TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selezionare 'USER'.
- Si può personalizzare la curva di allenamento: cioè si configura punto per punto il proprio percorso tramite i tasti ▲/▼/◀ (32 livelli, 20 segmenti), quindi si convalida con ◀.
- Programmare il tempo di allenamento desiderato con ▲/▼/◀, quindi avviare l'allenamento con ▶.
- Premere ⏏ per fermare il programma.

Allenamento in modo iRoute



Allenamento in modo iRoute



La frequenza cardiaca visualizzata è una lettura approssimativa e non può essere utilizzata come consiglio in alcun programma medico o paramedico cardiovascolare.

*Il manuale d'uso hdi informare il consumatore.
Il fornitore sarà ritenuto indenne da qualsiasi responsabilità derivante da eventuali errori di traduzione o modifiche tecniche del prodotto.*

- Seleccione 'iRoute, pais e viagem'.
- Começa a exercitar pressionando ►.
- Use ▲/▼ para ajustar o nível de carga
- Parar a exercitar pressionando ■.
- Pressionando ↻ para sair.

Gebrauchsanweisung



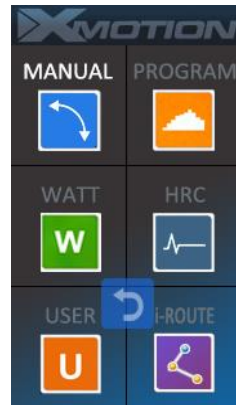
Einschalten

Schliessen Sie den Adapter an das Netz und geben Sie User 1 bis 4 mittels die ▲/▼ Tasten ein und bestätigen Sie mit ◀. Geben Sie dann Ihr Geschlecht, Alter, Körpergröße und Gewicht mittels die ↑/↓ Tasten ein und bestätigen Sie wider mit ◀.

Danach ► drücken und ein Programm wählen (MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC oder USER).

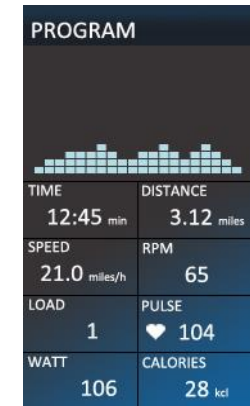
Dieser Computer ist kompatibel mit dem optionalen Herzfrequenzsender (ref. 20073), für integrierte drahtlose Herzfrequenzmessung. Kontaktieren Sie bitte Ihren DKN-Händler: www.dkn-technology.com

Training in der Funktion MANUAL



- Wählen Sie 'MANUAL', geben Sie die gewünschte Trainingszeit und Abstand mittels ▲/▼/◀ ein.
- Indem Sie jetzt auf ► drücken, können Sie mit der Uebung anfangen.
- Geben Sie den Widerstand (load) mittels ▲/▼ ein (dieser X-Motion bietet Ihnen 32 Widerstandebenen).
- Beenden Sie Die Training mittels ■.
- Beenden Sie Das Program mittels ↶.

Training in der Funktion PROGRAM



- Verwenden Sie ▲/▼/◀ um ein Programm (1 bis 12) zu wählen.
- Geben Sie die gewünschte Trainingszeit und Abstand mittels ▲/▼/◀ ein.
- Indem Sie jetzt auf ► drücken, können Sie mit der Uebung anfangen.
- Geben Sie den Widerstand mittels ▲/▼ ein.
- Beenden Sie Die Training mittels ■.
- Beenden Sie Das Program mittels ↶.

Training in der Funktion WATT

WATT	
[Progress Bar]	
TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	♥ 104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selektieren Sie 'WATT', der eingestellte Wert erscheint in der Anzeige, gebrauchen Sie ▲/▼/◀ um einen gewünschten Wert zwischen 10 und 350 einzugeben.
- Geben Sie die gewünschte Trainingszeit und Abstand mittels ▲/▼/◀ ein.
- Indem Sie jetzt auf ▶ drücken, können Sie mit der Uebung anfangen.
- Falls ein Energieniveau gespeichert wurde, wird der Widerstand automatisch geregelt in einem Intervall von 30 Sekunden, im Verhältnis zu dem eingegebenen Wert. Sollte der Wert zu hoch liegen, wird der Widerstand verringert und die Messwerte werden im 15 Sekunden-Takt erneuert.
- Beenden Sie Das Program mittels ⏏.

Training in der Funktion TARGET HR

WATT	
[Progress Bar]	
TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	♥ 104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

- Selektieren Sie 'HRC', Programmieren Sie die Zielsetzung Pulsschlag (THR= Target Heart Rate) mit ▲/▼/◀ (eingestellte Wert 100 Bpm).
- Geben Sie die gewünschte Trainingszeit und Abstand mittels ▲/▼/◀ ein.
- Indem Sie jetzt auf ▶ drücken, können Sie mit der Uebung anfangen.
- Falls Sie einen Herzfrequenzwert eingegeben haben sollten, wird der Widerstand im 30 Sekunden-Takt automatisch angepasst an Ihre in dem Moment gemessene Herzfrequenz. Das heisst, dass sich der Widerstand verringert wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz in Bezug auf den eingegebenen Wert zu hoch liegt, dies geschieht ab dann im 15 Sekunden-Intervall..
- Beenden Sie Das Program mittels ⏏.

Einen drahtlosen Herzfrequenzsender benötigen Sie für das Programm mit dem Herzfrequenztraining.

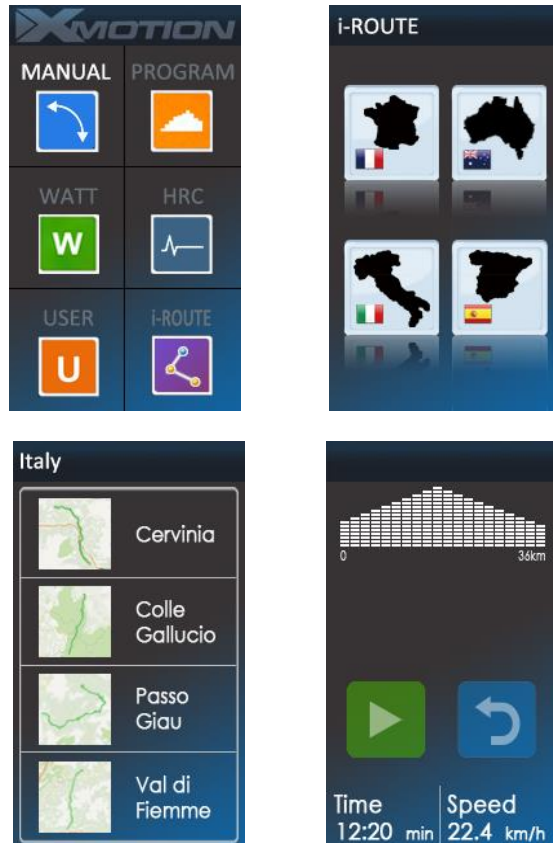
Training in der Funktion USER

WATT	
[Progress Bar]	
TIME	DISTANCE
12:45 min	3.12 miles
SPEED	RPM
21.0 miles/h	65
LOAD	PULSE
1	♥ 104
WATT	CALORIES
106	28 kcl

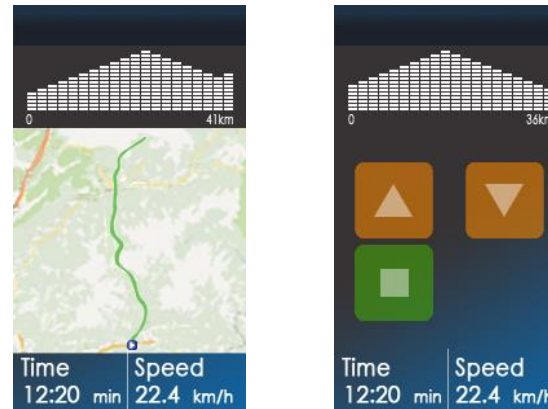
- Selektieren Sie 'USER' legen Sie Ihr persönliches Profil/Programm fest mit Hilfe der ▲/▼/◀ Tasten, (32 Ebenen und 20 Segmente).
- Bestätigen Sie die Eingabe in jedem Segment mit ▶.
- Geben Sie die totales Trainingszeit mittels ▲/▼/◀ ein.
- Indem Sie jetzt auf ▶ drücken, können Sie mit der Uebung anfangen.
- Beenden Sie Das Program mittels ⏏.

Die Herzfrequenzmessung des Computers ist eine ungefähre, nicht geeichte Widergabe und darf nicht als Richtlinie in einer herzrelevanten Therapie verwendet werden.

Training in der Funktion iRoute



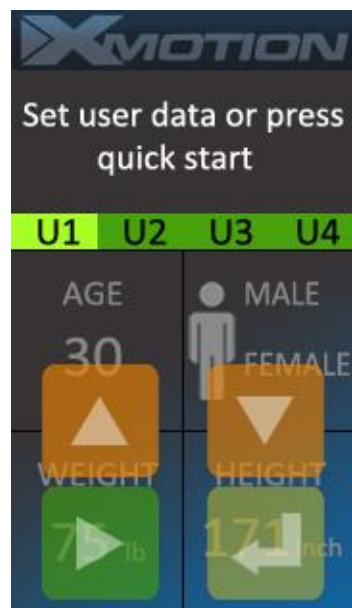
Training in der Funktion iRoute



Das Handbuch ist nur für den Kundengebrauch bestimmt. Der Lieferant übernimmt keine Garantie für Übersetzungsfehler und technische Änderungen.

- Selektieren Sie 'iRoute, Land und Route
- Indem Sie jetzt auf ► drücken, können Sie mit der Übung anfangen.
- Geben Sie den Widerstand mittels ▲/▼ ein.
- Beenden Sie Die Training mittels ■.
- Beenden Sie Das Program mittels ↺.

Инструкции по эксплуатации Компьютер



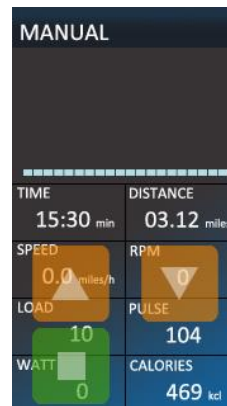
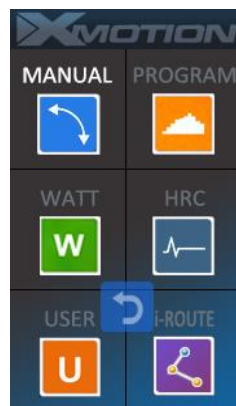
Запуск

Подключите адаптер питания, При помощи клавиш ▲/▼ выберите пользователя 1 или 4 и нажмите ◀ для подтверждения настроек (данные пользователя сохранены).

Введите ваши личные данные (пол, возраст, рост и вес) при помощи клавиш ▲/▼. Нажмите ◀ для подтверждения значения.

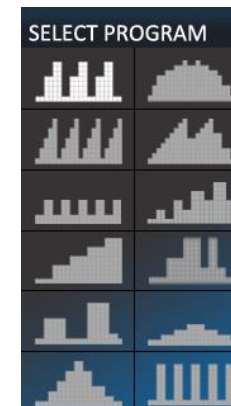
Далее выберите ручной режим (при помощи клавиши старт) или необходимую программу при помощи клавиши ▶.

Меню Manual (Ручная)



- Выберите 'Manual', введите нужное время тренировки, и расстояние с помощью кнопок ▲/▼/◀.
- Нажмите ▶ для начала тренировки.
- для изменения значения используйте клавиши ▲/▼ (1-32).
- Стоп/пауза упражнения, нажав ■.
- Упражнение закончится после достижения заданных параметров.

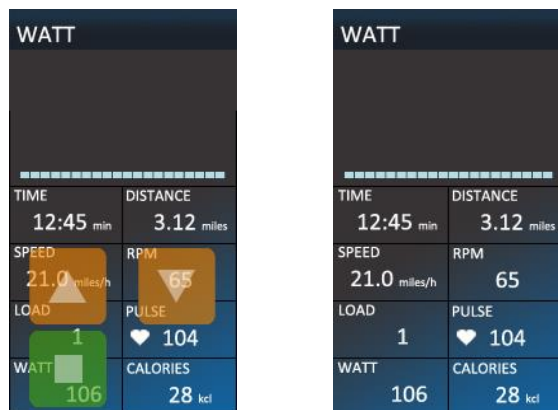
Меню Programm (Программа)



- Нажмите ◀ для установки времени, для изменения значений используйте ▲/▼, нажмите ◀) для подтверждения.
- Нажмите ▶ для начала тренировки.
- Нажмите кнопку ▲/▼ для регулировки уровня нагрузки.
- Стоп/пауза упражнения, нажав ■.
- Нажмите ↻ для выхода из программы.

Общие правила Ваш компьютер совместен дополнительным нагрудным передатчиком (арт. 20073) для встроенной беспроводной функции регистрации сердечных сокращений. Для получения дополнительной информации свяжитесь с вашим дилером, посетите наш веб сайт www.dkn-technology.com

Меню WATT(BATT)



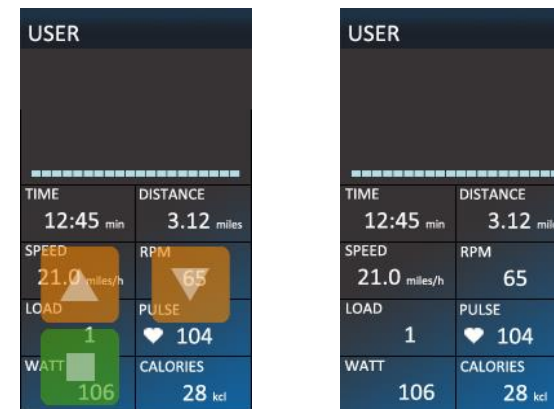
- Выберите 'BATT' и используйте ▲/▼/↩ установить целевой Вт (программируется от 10 до 350 Вт).
- Используйте кнопки ▲/▼ времени программой и расстояния, нажмите ►, чтобы начать.
- Напряженность сложности будет автоматически регулируется в зависимости от Вт фигуры. Если этот показатель составляет в соответствии с целевым значением, напряженность трудности будут с поправкой на уровень каждые 30 секунд, до максимального уровня 32. Как только вы достигли установленного значения, напряжение трудности будут скорректированы вниз на один уровень сразу. В случае перегрузки уровень будет вниз регулировать уровень сразу, и держать вниз корректировке каждые 15 секунд, пока не дойдете до заданного значения.
- Нажмите ↩ для выхода из программы.

Меню Программа ЧСС



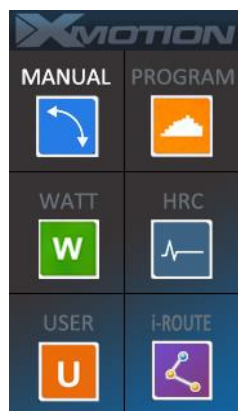
- Выберите 'HRC' и использовать ▲/▼/↩ установить целевой частоты сердечных сокращений (значение по умолчанию составляет 100 BPM).
- Войдя в курс BPM (ударов в минуту) нагрузки напряжение будет контролировать текущую частоту сердечных сокращений. Сопротивление будет автоматически регулируется в зависимости от текущей фигуре сердечного ритма. Если ваш пульс показатель по целевой пульс, напряжение будет составлять с поправкой на уровень каждые 30 секунд, до максимального уровня 32. Как только ваш пульс цифра достигла целевой пульс, напряжение будет скорректирована вниз на один уровень сразу. В случае перегрузки уровень будет вниз регулировать уровень сразу, и держать вниз корректировке каждые 15 секунд, пока ваш пульс цифра достигла цели импульса.
- Нажмите ↩ для выхода из программы. **необходимо использование нагрудного датчика**

Меню Пользовательская программа



- Выберите "USER" и использовать ▲/▼/↩ создать свой профиль (X-Motion предлагает 32 уровней нагрузки и 20 сегментов время).
- Подтверждения LoadSettings в каждом сегменте, нажав ↩.
- Используйте кнопки ▲/▼/↩ запрограммировать общее время упражнений.
- Нажмите кнопку ► для начала.
- Нажмите ↩ для выхода из программы.

Меню iRoute



Меню iRoute



сокращений является приблизительной и не может быть использована в качестве руководства для медицинских программ по лечению болезней сердечно-сосудистой системы и парамедицинских программ.

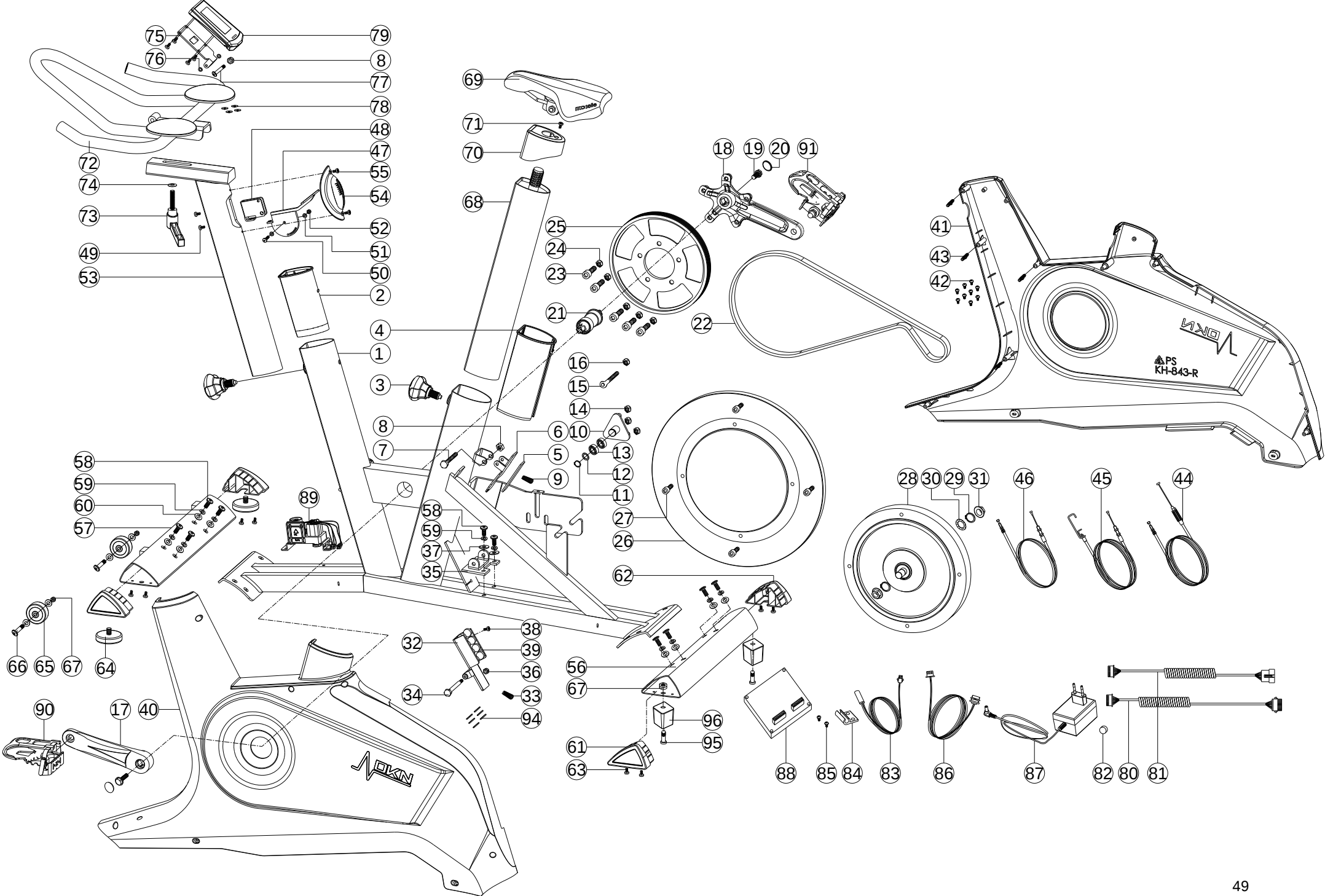
Руководство пользователя предназначено только для справочных целей покупателя. Поставщик не гарантирует отсутствие ошибок перевода или изменений технических характеристик изделия.

- Выберите "iRoute, страны и путешествия.
- Нажмите кнопку ► для начала.
- Нажмите кнопку ▲/▼ для регулировки уровня нагрузки.
- Стоп/пауза упражнения, нажав ■.
- Нажмите ↺ для выхода из программы.

No.	Description	Reference	Q'ty
1	Main Frame	84302-3-1000-Z0	1
2	H'bar insert	84002-6-1071-B1	1
3	Pin knob	54316-2-0023-RP1	2
4	Seat post insert	84302-6-1071-B0	1
5	Felt	84302-6-1106-00	1
6	Brake support	84302-6-1041-N0	1
7	Allen Bolt	50308-5-0055-D3	1
8	Nylock nut	55208-1-2008-DA	2
9	Spring	58003-6-1058-D0	1
10	Idle wheel support	84302-3-1600-N0	1
11	C -Clip	55517-1-0010-00	1
12	Wave washer	55117-5-2203--DA	1
13	Bearing	58006-6-1044-00	2
14	Nylock nut	55208-1-2008-NA	3
15	Adjusting bolt	84302-6-3302-N0	1
16	Hex nut	55206-2-2005-NA	1
17	L Crank	58007-6-1080-C0	1
18	R Crank	58007-6-1079-C0	1
19	Allen Bolt	54408-6-0020-U0	2
20	Screw cover	170LR-6-2779-C0	2
21	BB set	84302-6-2825-00	1
22	Belt	58004-6-1084-00	1
23	Hex bolt	54010-5-0020-CW0	5
24	Nylon nut	55210-1-2010-CWA	5
25	Pulley	58008-6-1031-D0	1
26	Flywheel	84302-6-3101-00	1
27	Hexagon bolt	54008-5-0016-N0	4
28	Inner flywheel	84302-6-3173-00	1
29	C-Clip	55515-1-0010-00	2
30	Wave washer	55116-5-2103-DA	1
31	Lock nut	18600-6-3175-N1	2

No.	Description	Reference	Q'ty
32	Magnet support	84302-3-3200-N0	1
33	Spring	58003-6-1058-D0	1
34	Bolt	84302-6-3180-N0	1
35	Support bracket	84302-3-3230-N1	1
36	Hex nut	55208-2-2006-NA	1
37	Hex nut	55108-1-2520-CA	5
38	Phillips screw	52605-2-0010-N0	1
39	Magnet	58009-6-1011-00	8
40	L Chain cover	84302-6-4501-B0	1
41	R Chain cover	84302-6-4502-B0	1
42	Phillips screw	53342-2-0020-N0	9
43	ABS pin	71600-6-4586-60	4
44	Upper brake cable	84302-6-2601-B0	1
45	Lower brake cable	696E1-6-2602-03	1
46	Adjusting cable	706D2-6-2601-00	1
47	Brake handle	84302-3-1800-D0	1
48	Fine tuning set	84302-6-1052-D0	1
49	Phillips screw	52605-2-0010-N0	2
50	Phillips bolt	52605-2-0020-N0	1
51	Flat washer	55105-1-1208-DA	2
52	Lock nut	55205-1-2005-DA	1
53	Handle bar post	84302-3-2000-C0	1
54	Handle bar cap	84302-6-2081-B0	1
55	Phillips screw	53342-2-0015-D0	2
56	Rear stabilizer	84302-3-2112-Z0	1
57	Front stabilizer	709S0-6-2107-Z2	1
58	Hex bolt	50308-5-0020-C0	8
59	Spring washer	55108-2-1520-CA	8
60	Flat washer	55108-1-1612-CA	8
61	L end cap	55357-B-5095-B8	2
62	R end cap	55357-A-5095-B8	2

No.	Description	Reference	Q'ty
63	Phillips screw	50904-2-0015-N0	8
64	Adjuster	709S0-6-2174-B0	4
65	Wheel	84302-6-2175-00	2
66	Phillips screw	50308-5-0045-C4	2
67	Lock nut	55208-1-2008-CA	2
68	Seat post	84302-3-2200-J0	1
69	Saddle	58001-6-1319-B0	1
70	Seat post cover	84302-6-2282-B0	1
71	Phillips screw	50805-2-0015-D0	1
72	Handle bar	84302-3-2400-N0	1
73	Lock pin	52310-2-0045-B1	1
74	Flat washer	55110-1-2520-NA	1
75	Computer	84302-6-2402-J0	1
76	Flat washer	55108-1-1612-DA	2
77	Hexagon bolt	50308-5-0045-D3	1
78	Block plug	66600-6-1671-02	4
79	Computer	84302-6-2501-B1	1
80	Upper computer cable	84302-6-2572-00	1
81	Lower computer cable	84302-6-2573-00	1
82	Sensor magnet	174R4-6-2574-00	1
83	Sensor cable	84302-6-2576-00	1
84	Sensor set	71900-6-2565-B0	1
85	Phillips screw	53335-2-0013-N0	2
86	Adapter plug	78000-6-2596-00	1
87	Adapter	84302-6-2584-00	1
88	Control board	84302-6-2597-00	1
89	Motor	84302-6-2571-00	1
90/91	Pedals	58029-6-1098-00	1
94	Magnet cell bolt	58020-6-1004-B0	8
96	Buffer	55336-5-3737-B7	2



WICHTIGE WEEE-INFORMATION

Das WEEE-Zeichen gilt für Länder mit WEEE und E-Müll – Vorschriften (die Europäische Richtlinie 2002/96/EG). Geräte werden nach lokalen Vorschriften für Elektro-Altgeräte (WEEE) gekennzeichnet. Diese Vorschriften regeln den Rahmen für die Rücknahme und das Recycling gebrauchter Geräte, sofern in den einzelnen Geografien anwendbar. Dieses Zeichen gilt für verschiedene Produkte und gibt an, dass ein Produkt nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden darf, sondern einer Sammelstelle zugeführt werden muss, die diese Altgeräte wiederverwendet.

Benutzer von Elektro-Altgeräten mit WEEE-Markierung dürfen nicht mehr benutzte Elektrogeräte nicht mit dem Hausmüll entsorgen, sondern verwenden das entsprechende Sammelsystem, um diese Geräte zurückzugeben, zu recyceln und zurückzugewinnen, um so schädliche Auswirkungen dieser Elektro-Altgeräte auf die Umwelt und die Gesundheit zu minimieren, denn in diesen Geräten sind gefährliche Substanzen vorhanden.

IMPORTANT WEEE INFORMATION

The WEEE marking applies to countries with WEEE and e-waste regulations, European Directive 2002/96/EC. Appliances are labelled in accordance with local regulations concerning waste electrical and electronic equipment (WEEE). These regulations determine the framework for the return and recycling of used appliances as applicable within each geography. This label is applied to various products to indicate that the product is not to be thrown away, but rather put in the established collective systems for reclaiming these end of life products. Users of electrical and electronic equipment (EEE) with the WEEE marking must not dispose of end of life EEE as unsorted municipal waste, but use the collection framework available to them for the return, recycle, and recovery of WEEE and to minimize any potential effects of EEE on the environment and human health due to the presence of hazardous substances.

INFORMACION DE RAEE IMPORTANTE

La marca RAEE se aplica a países con normativas de RAEE y residuos electrónicos (la Directiva Europea 2002/96/EC). Los aparatos se etiquetan de acuerdo con las normativas locales relacionadas con residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE). Estas normativas determinan la forma en que se devolverán y reciclarán los aparatos usados dependiendo de cada región. Esta etiqueta se aplica a varios productos para indicar que el producto no se puede tirar, sino que hay que dejarlo en los sistemas de recolección establecidos para reclamar estos productos al final de su vida útil.

Los usuarios de aparatos eléctricos y electrónicos (AEE) con la marca RAEE no se deben tirar al final de su vida útil a la basura municipal común, sino que es necesario utilizar la estructura de recolección disponible para cada uno de ellos, para así devolver, reciclar y recuperar los RAEE y minimizar cualquier efecto potencial que los AEE puedan tener en el medio ambiente y en la salud humana debido a la presencia de sustancias peligrosas.

INFORMATIONS WEEE IMPORTANTES

La marque WEEE s'applique aux pays ayant adopté les réglementations WEEE et e-waste (la directive européenne 2002/96/EC). Les appareils sont étiquetés conformément aux réglementations locales relatives aux déchets d'équipements électriques et électroniques (WEEE). Ces réglementations déterminent le cadre pour le retour et le recyclage des appareils usages conformément à chaque zone géographique. Cette étiquette est appliquée sur divers produits pour indiquer que le produit ne doit pas être jeté, mais déposé dans des systèmes de collecte établis pour récupérer ces produits en fin de vie.

Les utilisateurs en possession d'équipements électriques et électroniques (EEE) marques WEEE ne doivent pas jeter les EEE en fin de vie comme déchet municipal non trié, mais utiliser le cadre de collecte disponible pour renvoyer, recycler et récupérer les WEEE et réduire tous les effets possibles sur l'environnement et la santé humaine dus à la présence de substances dangereuses.

IMPORTANTI INFORMAZIONI WEEE

Il marchio WEEE è adottato nelle nazioni in cui sono in vigore le normative e-waste e WEEE (Direttiva Europea 2002/96/EC). Il dispositivo è etichettato in base alle normative locali sullo smaltimento di attrezzature elettroniche ed elettriche (WEEE). Tali normative definiscono le disposizioni, in base alla nazione, per la restituzione e il riciclo di apparecchi usati. L'etichetta viene applicata a diversi prodotti per indicare che essi non devono essere smaltiti come normali rifiuti domestici, viceversa devono essere portati nei centri di raccolta specifici per tali prodotti.

Gli utilizzatori di apparecchi elettronici ed elettrici (EEE) dotati del marchio WEEE non devono smaltire i prodotti EEE usati come normali rifiuti alla raccolta locale indifferenziata, ma devono utilizzare le strutture dedicate per consentire la restituzione, il riciclo e recupero dei prodotti WEEE in modo da ridurre al minimo gli effetti potenziali che gli EEE possono avere sull'ambiente e sulla salute a causa della presenza di sostanze pericolose.

BELANGRIJKE WEEE-INFORMATIE

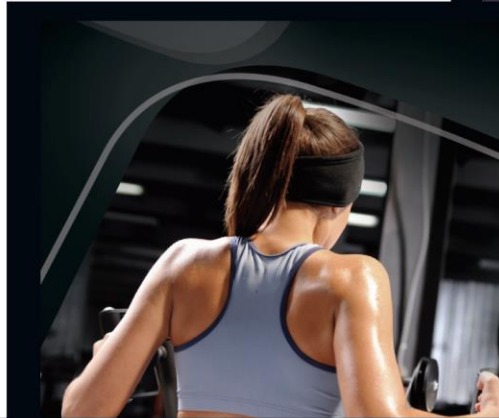
De WEEE-markering geldt voor landen met WEEE regelgeving en regelgeving voor electronisch afval (Europese richtlijn 2002/96/EG). Apparaten krijgen labels overeenkomstig lokale regelgeving betreffende afval en elektrische en electronische apparatuur (WEEE). Deze regelgeving bepaalt hoe gebruikte apparatuur in elk gebied wordt teruggebracht en gerecycleerd. Dit label wordt op verschillende producten aangebracht om aan te geven dat het product niet mag worden weggegooid, maar dat het naar inzamelpunten moet worden gebracht op het einde van de levensduur.

Gebruikers van elektrische en electronische apparatuur (EEE) met het WEEE label mogen deze op het einde van hun levensduur niet als huis houdelijk afval weggooien, maar moeten het inzamelsysteem gebruiken om deze apparatuur in te zamelen, te recyclen en te hergebruiken om de mogelijk effecten van deze apparatuur op het milieu en de gezondheid tengevolge van gevaarlijke stoffen te minimaliseren.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE WEEE

A marcação WEEE aplica-se a países com regulamentos WEEE e de descarte de produtos eletrônicos (Diretiva Europeia 2002/96/EC). Os dispositivos são rotulados de acordo com os regulamentos locais relacionados a descarte de equipamentos elétricos e eletrônicos (WEEE). Esses regulamentos determinam a estrutura para a devolução e a reciclagem de dispositivos usados, conforme aplicável a cada geografia. Esse rótulo é aplicado a vários produtos para indicar que o produto não deve ser jogado no lixo, mas colocado em sistemas de coleta estabelecidos para recolhimento desses produtos no fim de sua vida útil.

Usuários de EEE (Equipamentos elétricos e eletrônicos) com a marcação WEEE não devem jogar for a, no final da vida útil, um EEE como lixo municipal não classificado, mas utilizar a estrutura de coleta disponível para o retorno, reciclagem, recuperação de WEEE e minimizar quaisquer prováveis efeitos do EEE no ambiente e na saúde devido à presença de substâncias perigosas.



www.dkn-technology.com

