

U627 **NAUTILUS**[™]



Wichtige Sicherheitshinweise	3	Betrieb	19
Sicherheitswarnhinweis-Aufkleber / Seriennummer	5	Einstellungen	19
Erdung / Hinweise zur Erdung	6	Einschalten / Leerlaufmodus	20
Spezifikationen	7	Schnellstartprogramm	20
Vor dem Geräteaufbau	7	Benutzerprofile	20
Bauteile	8	Trainingsprogramme	21
Schrauben	8	Pause oder Stopp/Ergebnismodus	25
Werkzeug	8	Wartung	26
Aufbau	9	Zu wartende Teile	27
Ausrichten des Heimtrainers	14	Fehlerbehebung	28
Den Heimtrainer bewegen	14	Garantieerklärung	30
Funktionen	15		
Funktionen der Konsole	16		

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

Seriennummer _____

Kaufdatum _____

Geräte, die in den USA und Kanada gekauft wurden: Hier können Sie Ihr Gerät für die Garantie registrieren: **www.nautilus.com/register** oder telefonisch unter 1 (800) 605–3369 (USA).

Geräte, die außerhalb der USA und Kanada gekauft wurden: Um Ihr Produkt für Garantieleistungen zu registrieren, wenden Sie sich an Ihren Fachhändler vor Ort.

Für ausführliche Informationen zur Produktgarantie sowie bei Fragen oder Problemen rund um Ihr Produkt wenden Sie sich an Ihren Händler vor Ort. Eine Händlerliste finden Sie hier: **www.nautilusinternational.com** oder **www.nautilus.cn**

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, www.NautilusInc.com - Kundendienst: Nordamerika (800) 605-3369, csnls@nautilus.com | Nautilus (Shanghai) Fitness Equipments Co, Ltd, Room 1701 &1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, China 200042, www.nautilus.cn - 86 21 6115 9668 | außerhalb der USA www.nautilusinternational.com | Gedruckt in China | © 2020 Nautilus, Inc. | Nautilus, das Nautilus-Logo und Schwinn sind Marken im Besitz oder lizenziert von Nautilus, Inc. Diese Marken sind in den USA und anderen Ländern eingetragen oder auf andere Weise gesetzlich geschützt. Polar® und OwnCode® sind Marken der entsprechenden Eigentümer.

ORIGINALHANDBUCH – NUR ENGLISCHSPRACHIG

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

Bitte beachten Sie folgende Warnhinweise:

! Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät.

GEFAHR Lesen Sie die Aufbauanleitungen sorgfältig durch und stellen Sie sicher, dass Sie sie verstanden haben. Lesen Sie das Handbuch vollständig durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.

GEFAHR Um das Risiko von Stromschlägen oder die unkontrollierte Nutzung des Geräts zu vermeiden, sollten Sie das Netzkabel des Geräts nach dem Training und vor der Reinigung stets aus der Wandsteckdose ziehen.

- Unbeteiligte Dritte und Kinder müssen während des Zusammenbaus des Geräts Abstand halten.
- Schließen Sie das Stromkabel erst an, wenn Sie dazu aufgefordert werden.
- Wenn der Netzstecker eingesteckt ist, sollte das Gerät niemals unbeaufsichtigt bleiben. Ziehen Sie den Netzstecker, wenn das Gerät nicht verwendet wird bzw. wenn Teile montiert oder demontiert werden.
- Untersuchen Sie das Gerät vor jeder Verwendung auf Schäden am Netzkabel sowie auf lose Teile oder Verschleißerscheinungen. Verwenden Sie es nicht, falls Sie solche Teile finden. Für Geräte, die in den USA oder Kanada gekauft wurden, wenden Sie sich für Reparaturen an den Kundendienst. Für Geräte, die außerhalb der USA oder Kanada gekauft wurden, wenden Sie sich für Reparaturen an Ihren Händler vor Ort.
- Achten Sie darauf, dass keine Gegenstände in Öffnungen des Geräts gelangen.
- Bauen Sie das Gerät nicht im Freien oder in feuchter Umgebung auf.
- Stellen Sie sicher, dass das Gerät an einem geeigneten Platz zusammengebaut wird, wo es keinen Durchgangsverkehr und keine unbeteiligten Dritte gibt.
- Einige Bauteile des Geräts sind schwer und/oder sperrig. Der Aufbau dieser Teile muss mithilfe einer zweiten Person erfolgen. Führen Sie Schritte, bei denen schwere oder sperrige Teile gehoben oder bewegt werden müssen, nicht alleine durch.
- Montieren Sie das Gerät nur auf einer stabilen, ebenen und horizontalen Fläche.
- Versuchen Sie nicht, das Design oder die Funktionalität des Geräts zu ändern. Dies könnte die Sicherheit des Geräts beeinträchtigen und führt zum Erlöschen der Garantie.
- Wenn Ersatzteile benötigt werden, verwenden Sie nur Originalersatzteile und Schrauben von Nautilus. Wenn keine Originalersatzteile verwendet werden, besteht für den Benutzer ein Risiko. Außerdem kann der korrekte Betrieb des Geräts beeinträchtigt werden und die Garantie erlöschen.
- Nehmen Sie das Gerät erst in Betrieb, wenn es vollständig aufgebaut und die korrekte Funktionsfähigkeit in Übereinstimmung mit dem Handbuch überprüft wurde.
- Führen Sie alle Montageschritte in der angegebenen Reihenfolge durch. Eine fehlerhafte Montage kann Verletzungen zur Folge haben.
- Schließen Sie dieses Gerät an eine korrekt geerdete Steckdose an (siehe Anweisungen zum Erden des Geräts).
- Halten Sie das Netzkabel von Heizquellen und heißen Flächen fern.
- BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG AUF!

Beachten Sie vor der Verwendung dieses Geräts folgende Warnungen:

! Lesen Sie das Handbuch vollständig durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.

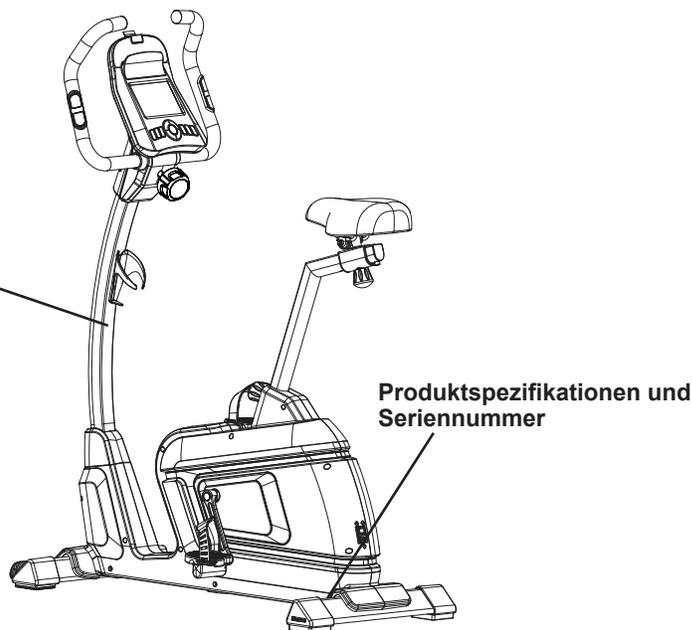
Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät. Wenn sich ein Warnaufkleber löst, unleserlich wird oder entfernt wurde, ersetzen Sie ihn. Für Geräte, die in den USA oder Kanada gekauft wurden, erhalten Sie Ersatzaufkleber beim Kundendienst. Für Geräte, die außerhalb der USA oder Kanada gekauft wurden, erhalten Sie Ersatzaufkleber bei Ihrem Händler vor Ort.

- Kinder dürfen sich nicht auf dem Gerät oder in der Nähe des Geräts aufhalten. Bewegliche Teile und andere Gerätekomponenten stellen eine Gefahr für Kinder dar.
- Das Gerät ist nicht für die Verwendung durch Personen unter 14 Jahren geeignet.
- Vor Beginn des Trainings sollten Sie Ihren Hausarzt konsultieren. Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Schmerzen oder ein Engegefühl im Brustkorb, Atemnot oder Schwindelanfälle verspüren. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie wieder mit dem Gerät trainieren. Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen.
- Untersuchen Sie das Gerät vor jeder Verwendung auf Schäden am Netzkabel oder dem Netzstecker sowie auf lose Teile oder Verschleißerscheinungen. Verwenden Sie es nicht, falls Sie solche Teile finden. Prüfen Sie Sattel, Pedale und Tretkurbeln regelmäßig. Für Geräte, die in den USA oder Kanada gekauft wurden, wenden Sie sich für Reparaturen an den Kundendienst. Für Geräte, die außerhalb der USA oder Kanada gekauft wurden, wenden Sie sich für Reparaturen an Ihren Händler vor Ort.
- Maximales Benutzergewicht: 150 kg. Sie dürfen das Gerät nicht verwenden, wenn Sie mehr wiegen.
- Dieses Gerät ist nur für die Nutzung im Heimbereich freigegeben.
- Tragen Sie keine weite Kleidung oder Schmuck. Dieses Gerät enthält bewegliche Teile. Greifen Sie nicht mit Fingern oder anderen Gegenständen in sich bewegende Teile des Trainingsgeräts.
- Montieren und verwenden Sie das Gerät nur auf einer stabilen, ebenen und horizontalen Fläche.
- Die Pedale müssen ruhig stehen, bevor Sie aufsteigen. Seien Sie beim Auf- und Absteigen sehr vorsichtig.
- Ziehen Sie vor Wartungs- und Servicearbeiten am Gerät das Stromkabel aus dem Stecker.
- Betreiben Sie das Gerät nicht im Außenbereich oder in feuchter Umgebung. Halten Sie die Pedale sauber und trocken.
- Halten Sie einen Bereich von 0,6 m zu jeder Seite des Geräts frei. Dies ist der empfohlene Sicherheitsabstand für einen ungehinderten Zugang zum Gerät, einen ungehinderten Bewegungsraum um das Gerät herum sowie für einen Notabstieg vom Gerät. Innerhalb dieses Bereichs dürfen sich während des Trainings keine weiteren Personen aufhalten.
- Überanstrengen Sie sich beim Training nicht. Verwenden Sie das Gerät nur wie im Handbuch beschrieben.
- Befestigen Sie alle Positionskomponenten korrekt und sicher. Stellen Sie sicher, dass die Einstellkomponenten den Benutzer nicht verletzen können.
- Das Training auf diesem Gerät erfordert Koordination und Gleichgewicht. Machen Sie sich immer bewusst, dass es während des Trainings zu Geschwindigkeits- und Widerstandsänderungen kommen kann. Bereiten Sie sich darauf vor, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren und sich zu verletzen.
- Wenn der Netzstecker eingesteckt ist, sollte das Gerät niemals unbeaufsichtigt bleiben. Ziehen Sie den Netzstecker, wenn das Gerät nicht verwendet wird bzw. wenn Teile montiert oder demontiert werden.
- Dieses Gerät ist nicht zur Verwendung durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mit mangelnder Erfahrung und fehlenden Kenntnissen gedacht – es sei denn, diese Personen haben von einer Person, die für ihre Sicherheit verantwortlich ist, Anweisungen für den Gebrauch des Geräts erhalten oder werden von dieser beaufsichtigt.
- Kinder sollten beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG AUF!



WARNUNG!

- Der unsachgemäße Umgang mit dem Gerät kann zu schweren oder tödlichen Verletzungen führen.
- Lassen Sie keine Kinder oder Tiere in die Nähe des Geräts.
- Lesen und beachten Sie alle Warnhinweise auf dem Gerät.
- Weitere Warnungen und Sicherheitshinweise finden Sie im Benutzerhandbuch.
- Die angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Referenz dienen.
- Das Gerät ist nicht für die Verwendung durch Personen unter 14 Jahren geeignet.
- Das maximale Benutzergewicht für dieses Gerät beträgt 150 kg.
- Dieses Gerät ist nur für die Nutzung im Heimbereich freigegeben.
- Wenden Sie sich zunächst an einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen.



(Etiketten für Geräte, die in den USA oder Kanada verkauft werden, sind nur in Englisch und Französisch (Kanada) erhältlich.)

FCC-Konformität

⚠ Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Bestimmungen verantwortlichen Stelle genehmigt wurden, können zu einem Entzug der Betriebserlaubnis für den Benutzer führen.

Das Gerät und die Stromversorgung entsprechen Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Der Betrieb unterliegt den folgenden beiden Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine Funkstörungen verursachen (2) Dieses Gerät muss alle Funkstörungen empfangen, einschließlich Funkstörungen, die einen unerwünschten Betrieb zur Folge haben.

Hinweis: Dieses Gerät und die Stromversorgung wurden getestet und entsprechen den Bestimmungen für digitale Geräte der Klasse B, entsprechend Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Diese Bestimmungen regeln den Schutz gegen Funkstörungen bei Montage im Wohnbereich. Dieses Gerät kann Funkstrahlung erzeugen, verwenden und abstrahlen und dies kann, falls die Montage nicht entsprechend der Anweisungen erfolgt, Funkstörungen zur Folge haben.

Es kann jedoch nicht garantiert werden, dass solche Störungen bei einer korrekten Montage nicht auftreten. Erzeugt dieses Gerät nicht tolerierbare Störungen beim Radio- und Fernsehempfang (um dies festzustellen, schalten Sie das Gerät aus und wieder ein), können Sie die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen beheben:

- Richten Sie die Empfangsantenne neu aus.
- Vergrößern Sie den Abstand zwischen Gerät und Empfänger.
- Schließen Sie das Gerät nicht an denselben Stromkreis an wie den Empfänger.
- Wenden Sie sich an Ihren Händler oder an einen erfahrenen Radio-/TV-Techniker.

Anweisungen zur Erdung (für 120V AC-System)

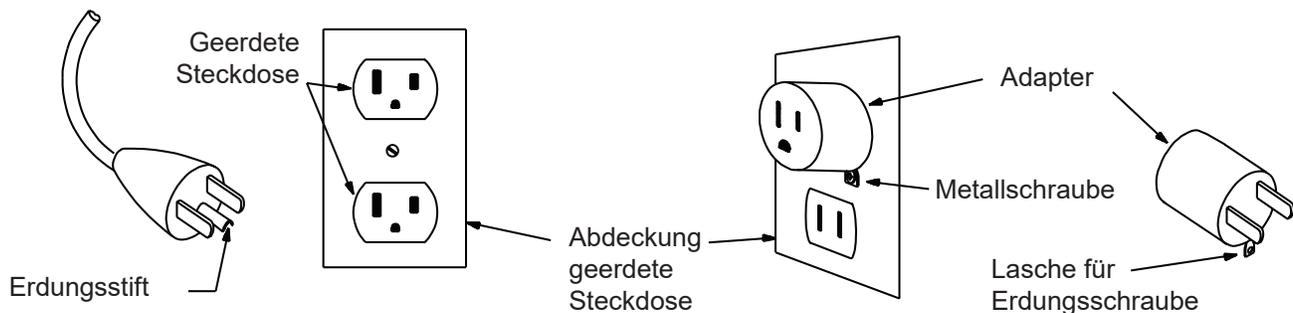
Dieses Gerät muss geerdet werden. Bei einer Fehlfunktion oder einem Defekt kann der Strom über die Erdung auf dem Weg des geringsten Widerstands abgeleitet werden, um das Risiko eines elektrischen Schlags zu reduzieren. Dieses Produkt ist mit einem Netzkabel mit Erdungsleiter und einem Erdungsstecker ausgestattet. Der Stecker muss in eine Steckdose gesteckt werden, die entsprechend der örtlichen Vorschriften korrekt installiert und geerdet ist.

⚠ GEFAHR Bei einem fehlerhaften Anschluss des Erdungsleiters kann es zu Stromschlägen kommen. Wenn Sie Zweifel haben, ob das Produkt korrekt geerdet ist, wenden Sie sich an einen qualifizierten Elektriker oder Servicetechniker. Modifizieren Sie den Stecker am Gerät nicht. Sollte er nicht zur verfügbaren Steckdose passen, lassen Sie diese von einem ausgebildeten Elektriker austauschen.

Wenn Sie das Gerät an einen FI-Schutzschalter oder eine AFI-Steckdose (Fehlerlichtbogenschutz) anschließen, kann es bei der Verwendung des Geräts zu einem Auslösen des Schutzmechanismus kommen.

⚠ Dieses Gerät ist für einen 120-V-Stromkreis ausgelegt und der Erdungsschalter entspricht in etwa der Abbildung unten. Wenn eine solche Steckdose nicht verfügbar ist, kann das Gerät auch an eine korrekt geerdete 2-polige Steckdose angeschlossen werden (siehe Abbildung). Hierfür muss ein temporärer Adapter vom abgebildeten Typ verwendet werden.

Der temporäre Adapter sollte nur so lange verwendet werden, bis ein qualifizierter Techniker eine passende Steckdose installiert hat. Der Stecker mit der Erdungsschraube muss an einen permanenten Erdleiteranschluss, beispielsweise an eine korrekt geerdete Steckdosenabdeckung, angeschlossen werden. Bei Verwendung des Adapters muss dieser mit einer Metallschraube befestigt werden.



Anweisungen zur Erdung (für ein 220-240V AC-System)

Dieses Gerät muss geerdet werden. Durch eine korrekte Erdung wird das Risiko von Elektroschocks bei Fehlfunktionen deutlich reduziert. Das Netzkabel ist mit einem Erdungsleiter ausgestattet und muss an eine korrekt installierte und geerdete Steckdose angeschlossen werden.

⚠ GEFAHR Die Elektroverkabelung muss den kommunalen und nationalen Vorschriften entsprechen. Bei einem fehlerhaften Anschluss des Erdungsleiters kann es zu Stromschlägen kommen. Wenden Sie sich an einen ausgebildeten Elektriker, wenn Sie sich nicht sicher sind, ob das Gerät korrekt geerdet ist. Tauschen Sie den Stecker am Gerät nicht aus. Sollte er nicht zur verfügbaren Steckdose passen, lassen Sie diese von einem ausgebildeten Elektriker austauschen.

Wenn Sie das Gerät an einen Fehlerstromschutzschalter mit Überlastschutz (RCBO-Schutzschalter) anschließen, kann es bei der Verwendung des Geräts zu einem Auslösen des Schutzmechanismus kommen. Zum Schutz des Geräts wird ein Überspannungsschutz empfohlen.

⚠ Es sollte ein Überspannungsschutz verwendet werden, und er sollte der Aufnahmeleistung dieses Geräts entsprechen. An den Überspannungsschutz sollten keine weiteren Geräte angeschlossen werden.

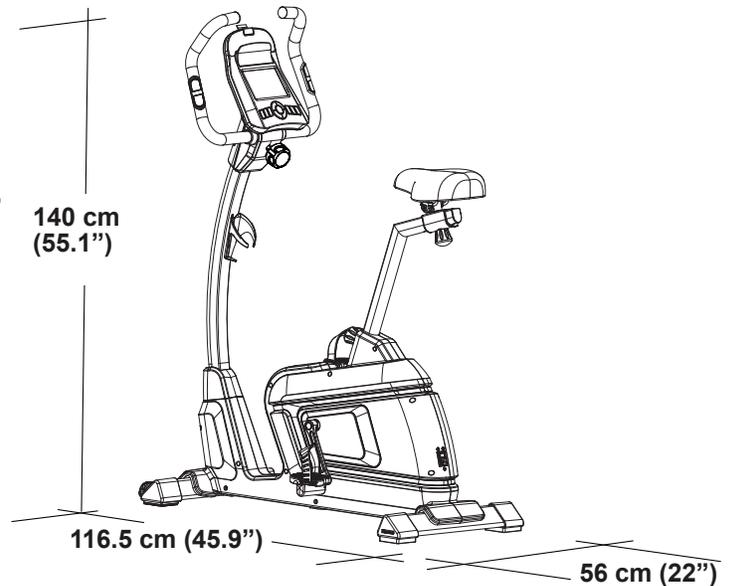
Das Gerät sollte nur an eine Steckdose angeschlossen werden, deren Konfiguration der des Steckers entspricht. Verwenden Sie mit diesem Produkt keine Adapter.

Maximalgewicht des Benutzers: 150 kg.
Aufstellfläche gesamt: 6524 cm²
Gerätgewicht (ca.): 34 kg

Stromversorgung: **120V** **220V**
 Betriebsspannung: 110-127V AC, 220-240V AC,
 60Hz 50/60Hz
 Betriebsstrom: 4A 2A



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



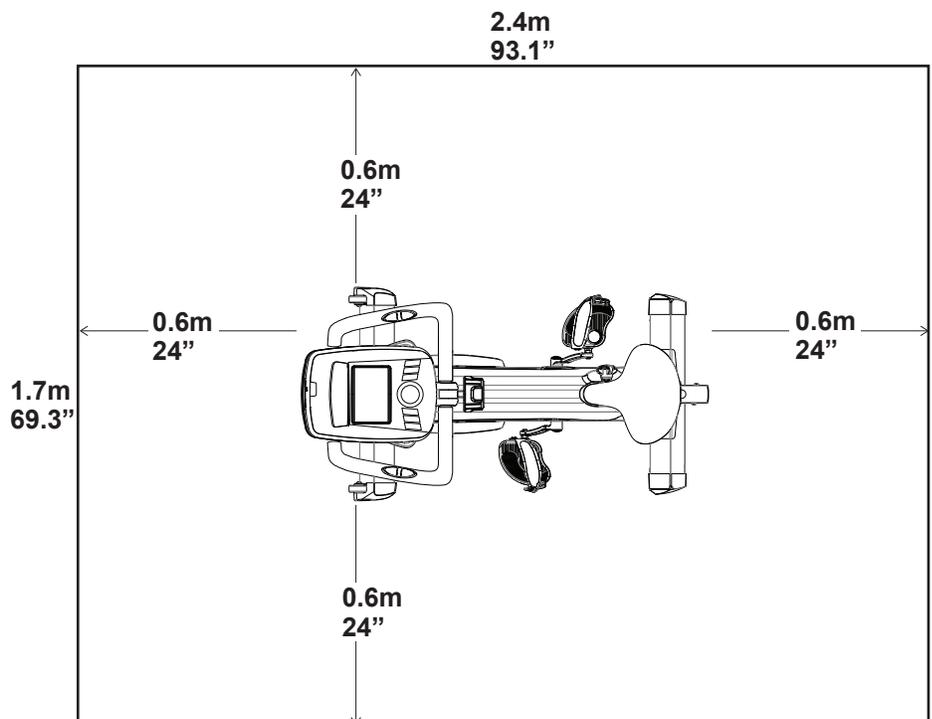
Vor dem Geräteaufbau

Wählen Sie den Ort, an dem das Gerät aufgestellt und betrieben werden soll. Für einen sicheren Betrieb muss das Gerät auf einer stabilen, ebenen Fläche aufgestellt werden. Der Trainingsbereich muss mindestens 2,4m x 1,8m betragen.

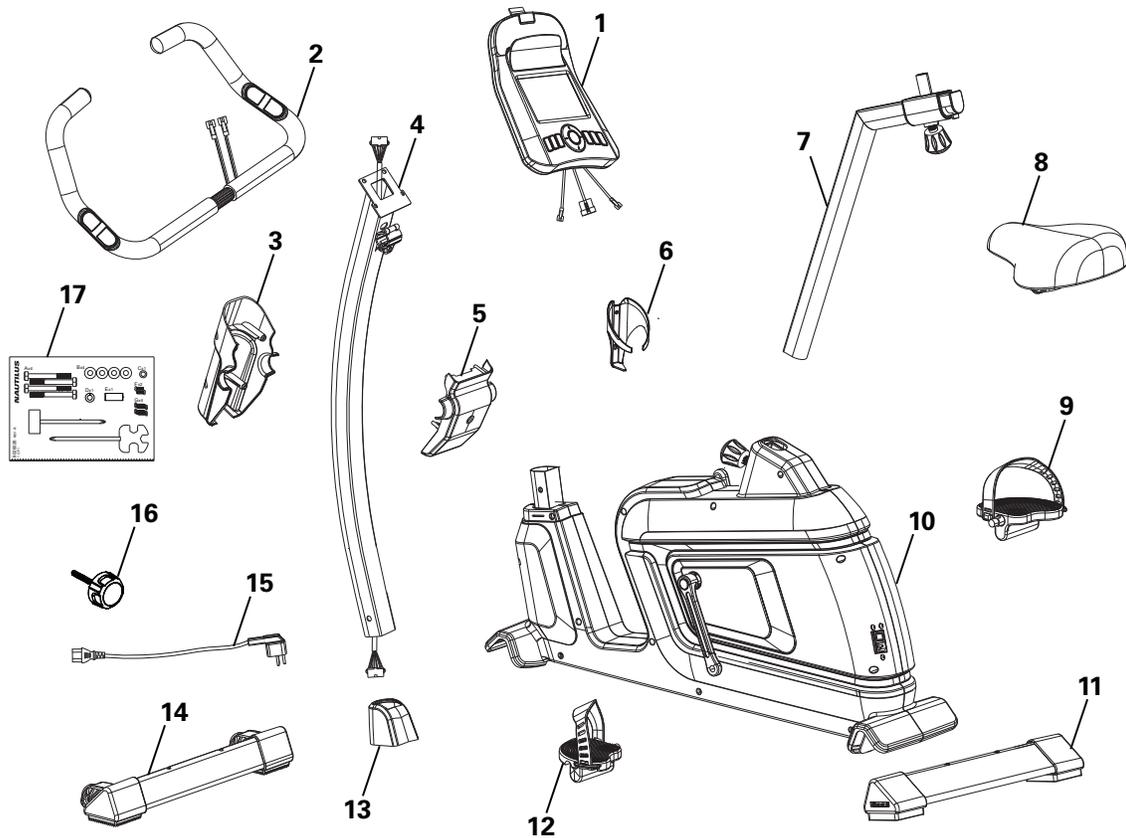
Montagetipps

Befolgen Sie beim Aufbau des Geräts die folgenden grundlegenden Punkte:

1. Lesen und verstehen Sie vor der Montage den Abschnitt "Wichtige Sicherheitshinweise".
2. Legen Sie die für die einzelnen Montageschritte erforderlichen Teile bereit.
3. Verwenden Sie die empfohlenen Schraubenschlüssel. Sofern nicht anders angegeben, drehen Sie Schrauben und Muttern nach rechts (im Uhrzeigersinn), um sie anzuziehen, und nach links (gegen den Uhrzeigersinn), um sie zu lösen.
4. Schauen Sie beim Zusammenschrauben zweier Bauteile durch die Bohrungen, um den Sitz der Bauteile zu kontrollieren und ein Verkanten der Schrauben zu vermeiden.
5. Die Montage muss durch zwei Personen erfolgen.



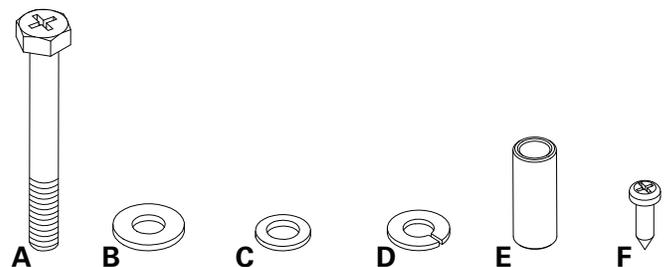
TEILE / SCHRAUBEN / WERKZEUGE



Artikel	Menge	Bezeichnung	Artikel	Menge	Bezeichnung
1	1	Konsole	10	1	Hauptrahmen
2	1	Lenker	11	1	Hinterer Stabilisator
3	1	Blende Konsolengelenk	12	1	Linkes Pedal (L)
4	1	Konsolenstange (mit Lenkervorbau)	13	1	Sockel Konsolenstange
5	1	Lenkervorbauabdeckung	14	1	Vorderer Stabilisator
6	1	Flaschenhalter	15	1	Stromkabel
7	1	Sattelstütze	16	1	Lenkereinstellhebel
8	1	Sattel	17	1	Schraubenkarte
9	1	Rechtes Pedal (R)			

Schrauben

Artikel	Menge	Bezeichnung
A	4	Kreuzschlitz-Sechskantschraube M8x72
B	4	Unterlegscheibe M8
C	1	Unterlegscheibe schmal, M8
D	1	Sperrscheibe, M8
E	1	Buchse
F	4	Selbstdrehende Schraube, 2,9x13

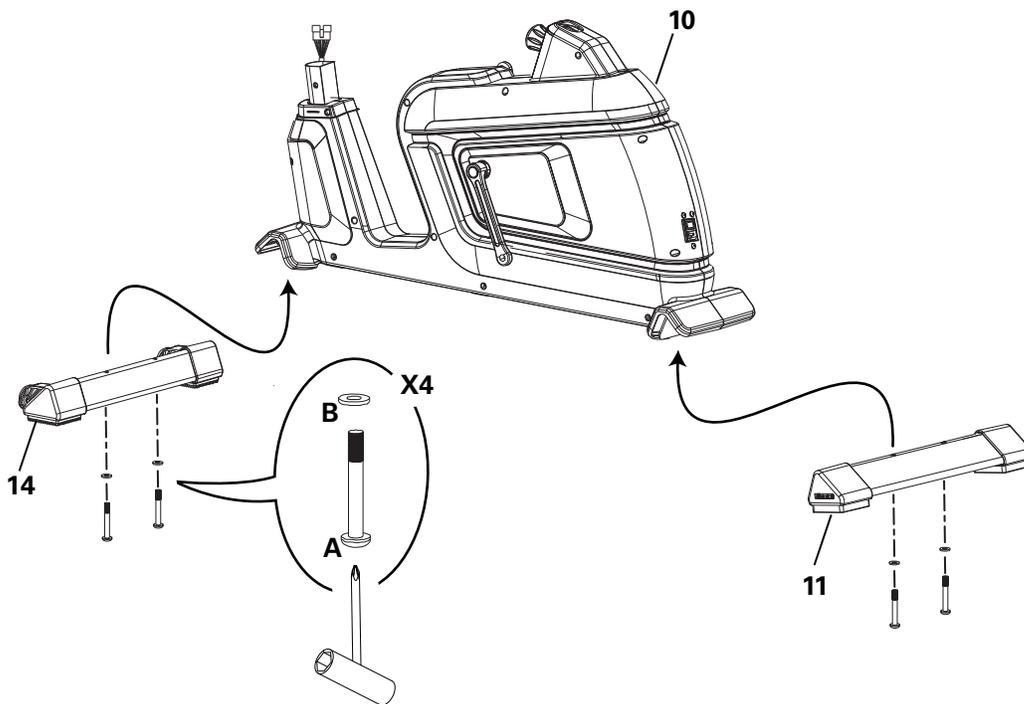


Werkzeug (im Lieferumfang enthalten)



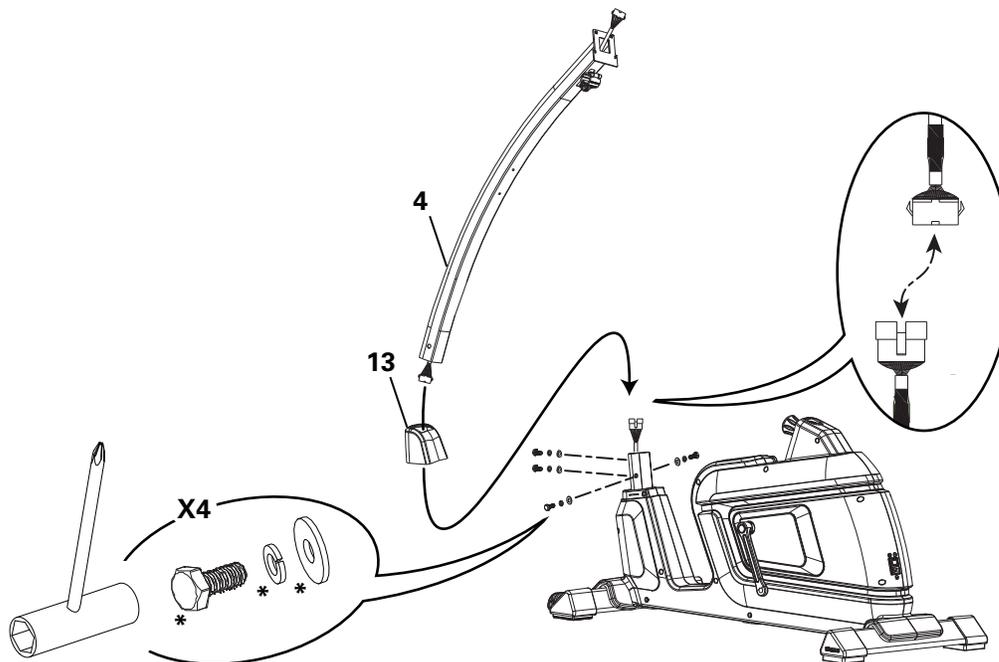
1. Stabilisatoren am Hauptrahmen befestigen

Hinweis: Die Transportrollen am vorderen Stabilisator müssen nach vorne zeigen.



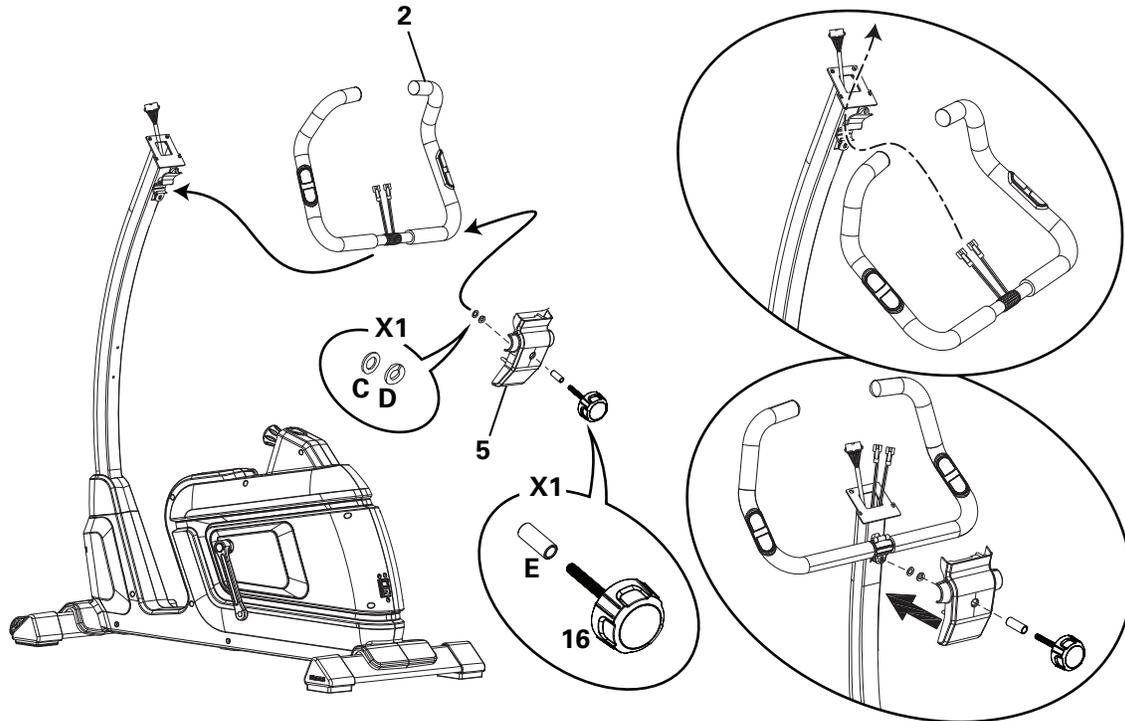
2. Konsolenstange und Konsolenfuß am Rahmen anbringen

ACHTUNG: Das Konsolenkabel darf nicht geknickt werden. Die Schrauben(*) sind an der Konsolenstange vormontiert und befinden sich nicht auf die der Schraubenkarte.



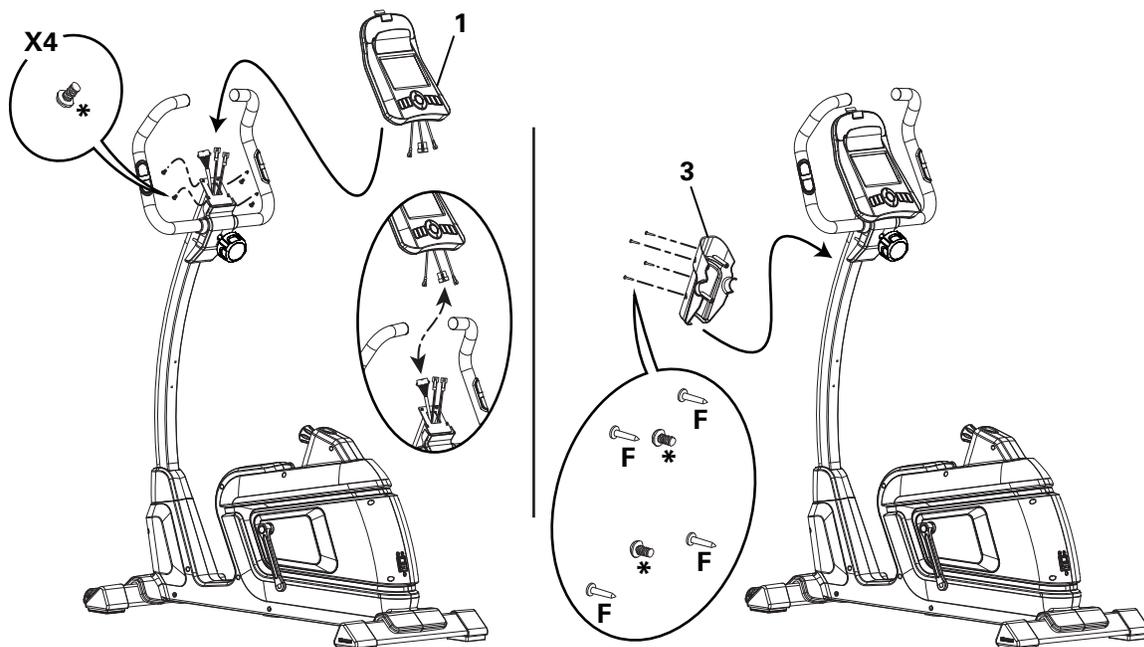
3. Lenker an der Konsolenstange befestigen

ACHTUNG: Führen Sie die Kabel für die Kontaktherzfrequenzmessung durch die Öffnung in der Konsolenstange. Die Kabel dürfen nicht geknickt werden. Setzen Sie den Lenker in die Halterung an der Konsolenstange ein, stellen Sie den gewünschten Winkel ein, bringen Sie die Abdeckung in die richtige Position und schrauben Sie die Schrauben fest. Ziehen Sie den Lenkereinstellhebel fest, um den Lenker zu fixieren.



4. Konsole und Konsolengelenkblende an der Konsolenstange anbringen

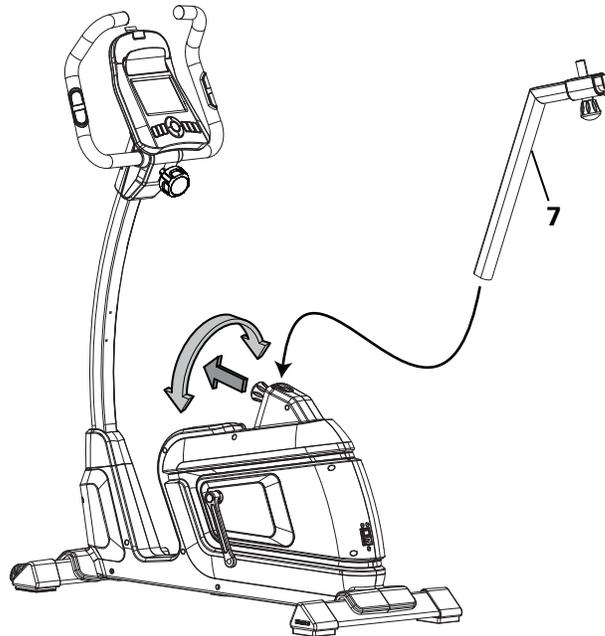
ACHTUNG: Die Kabel dürfen nicht geknickt werden. Drücken Sie das überschüssige Kabel in die Konsolenstange, um genug Platz für die Drehung zu erhalten. Schrauben (*) sind vormontiert und befinden sich nicht auf der Schraubenkarte.



5. Sattelstütze an Rahmen montieren

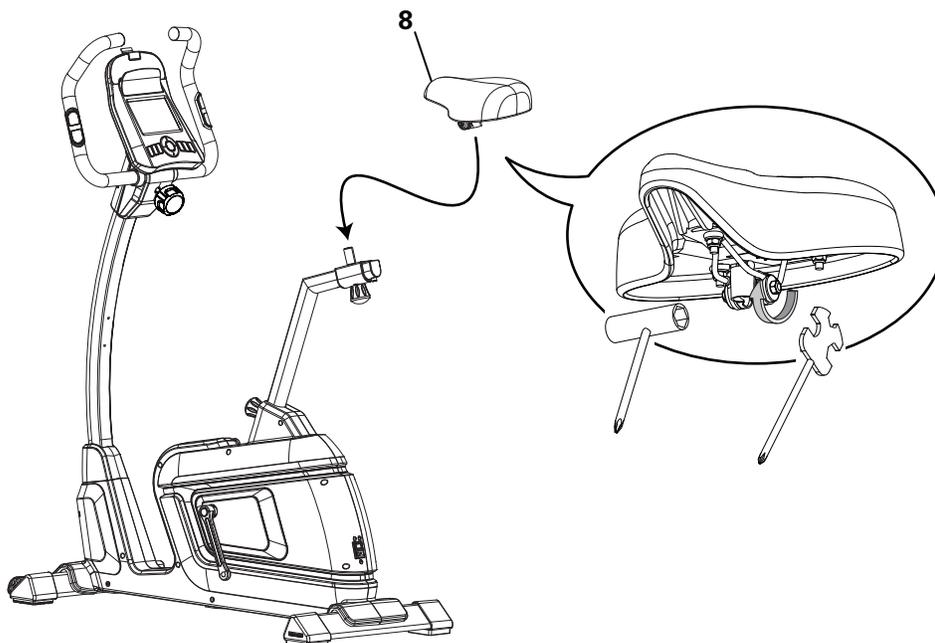
ACHTUNG: Der Einstellknopf muss in der Sattelstütze einrasten.

! Ziehen Sie die Sattelstütze nicht über die Stopp-Markierung (STOP) am Rohr hinaus.



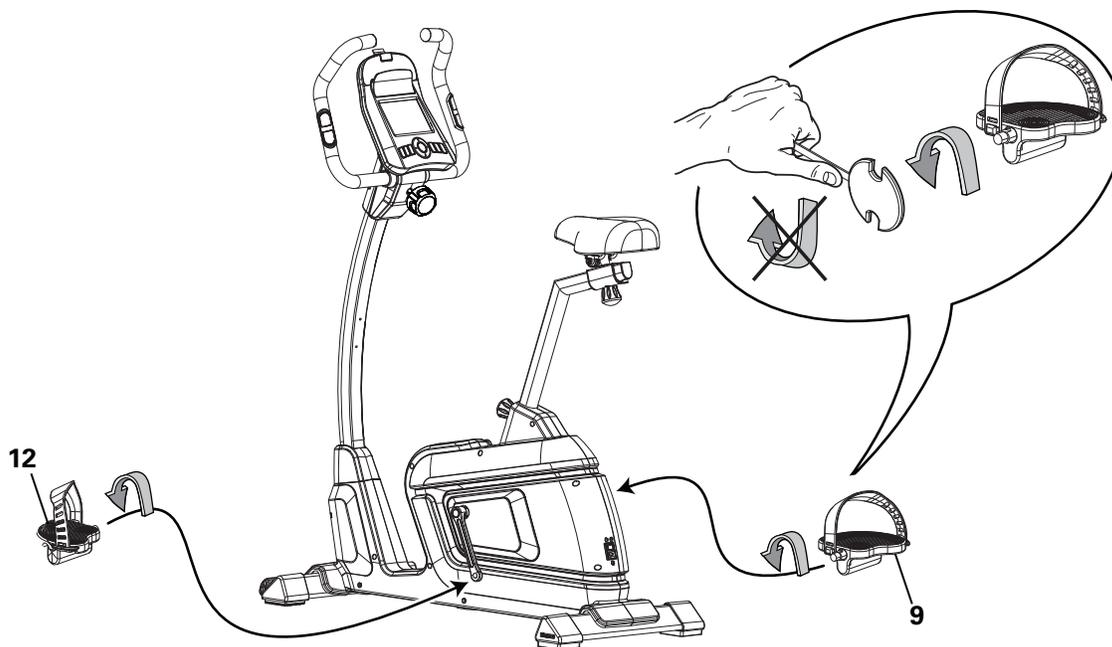
6. Sattel an der Sattelstütze befestigen

ACHTUNG: Der Sattel muss gerade ausgerichtet sein. Beide Muttern an der Sattelhalterung müssen festgezogen werden, um den Sattel zu fixieren.



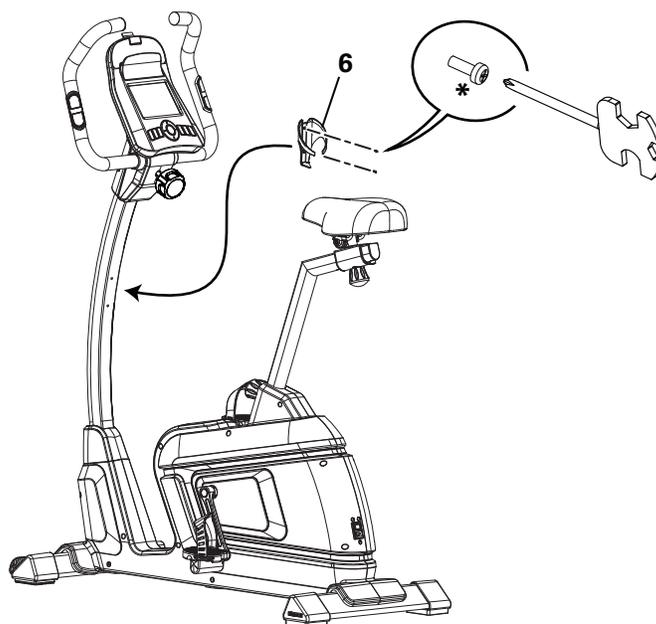
7. Pedale am Rahmen befestigen

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



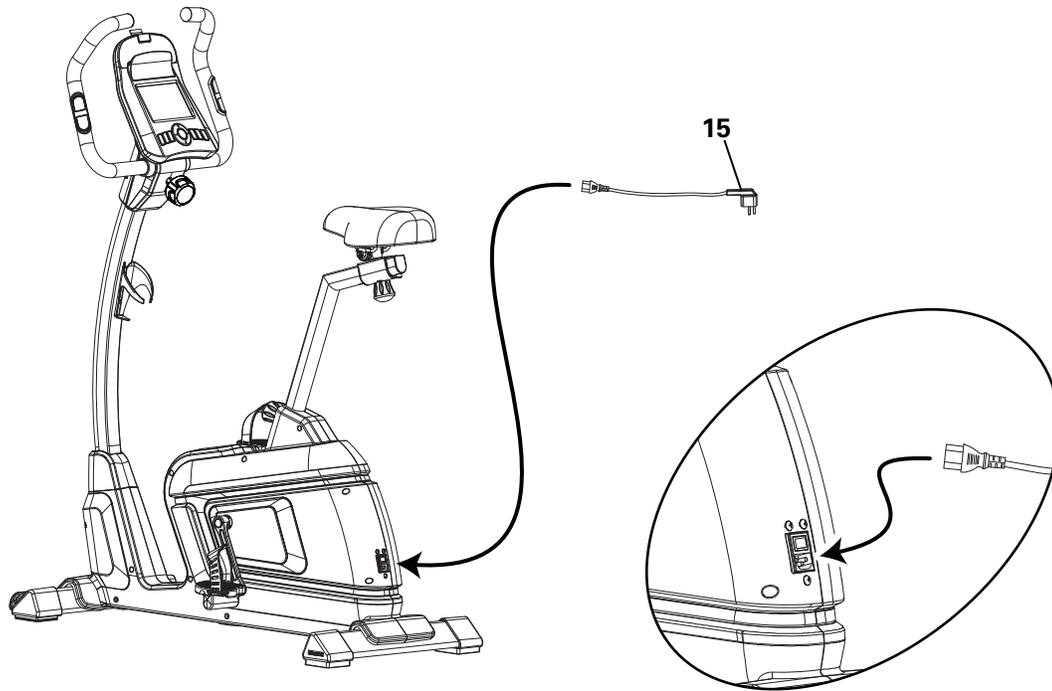
8. Wasserflaschenhalter am Rahmen befestigen

Hinweis: Die Schrauben(*) sind an der Konsolenstange vormontiert und befinden sich nicht auf die der Schraubenkarte.



9. Stromkabel am Rahmen anschließen

⚠ Schließen Sie dieses Gerät an eine korrekt geerdete Steckdose an (siehe Anweisungen zum Erden des Geräts).



10. Abschlussinspektion

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

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

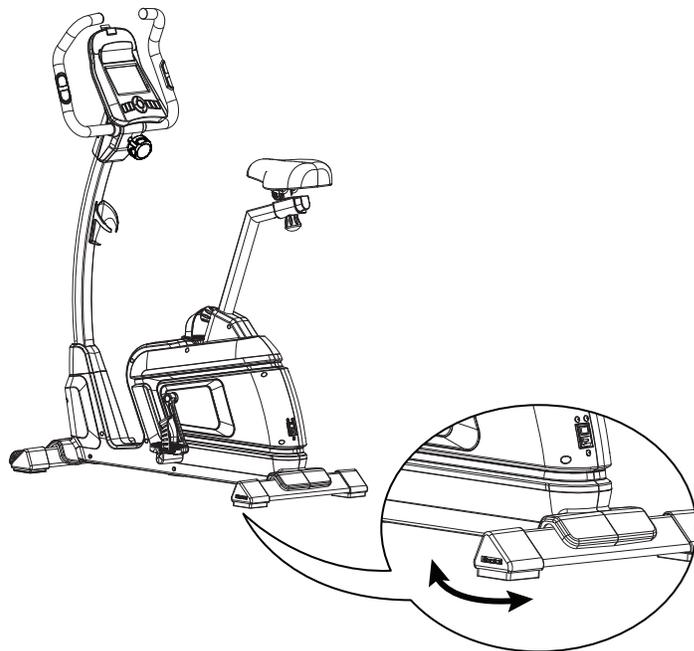
⚠ Nehmen Sie das Gerät erst in Betrieb, wenn es vollständig aufgebaut und die korrekte Funktionstüchtigkeit gemäß dem Benutzerhandbuch überprüft wurde.

Nivellieren des Heimtrainers

Nivelliervorrichtungen befinden sich an jeder Seite des hinteren Stabilisators. Drehen Sie den Stabilisatorfuß, um ihn einzustellen.

! Drehen Sie die Justierfüße niemals so weit heraus, dass sie sich aus dem Gerät lösen. Es kann zu Verletzungen oder zu Schäden am Gerät kommen.

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

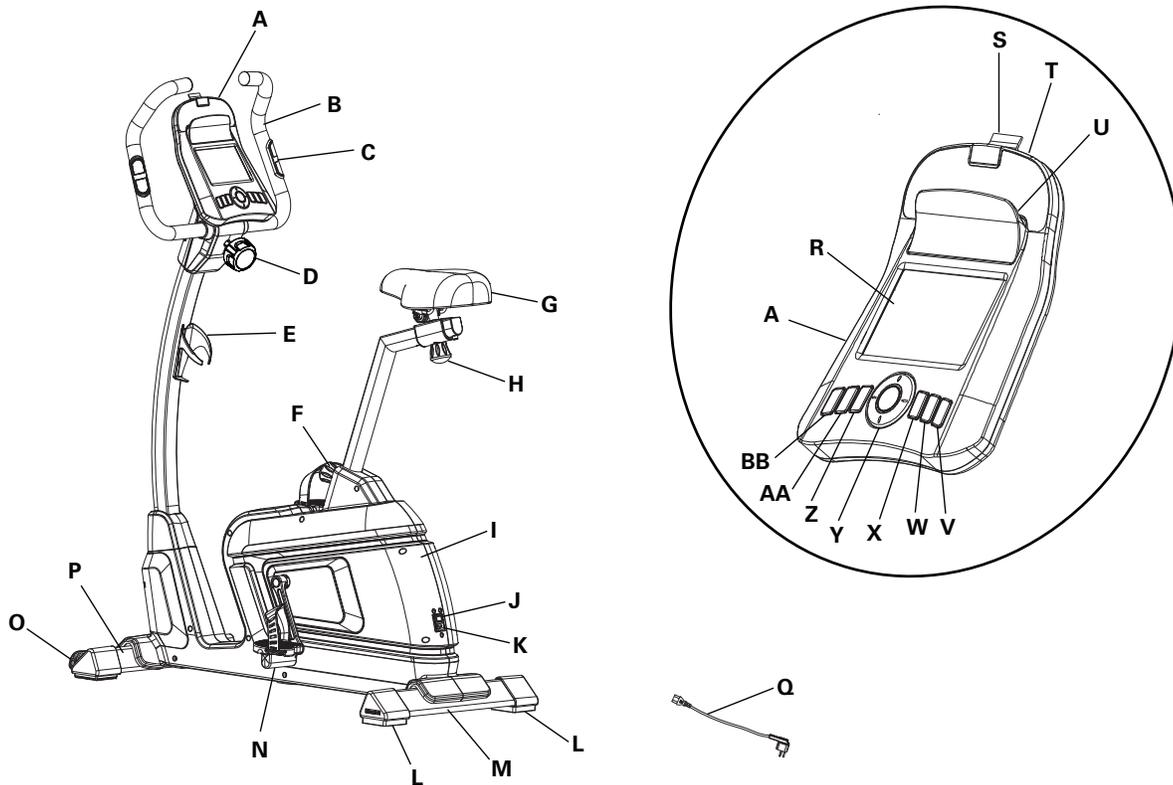


Den Heimtrainer bewegen

Ziehen Sie das Stromkabel. Kippen Sie den Lenker vorsichtig in Ihre Richtung, während Sie den Heimtrainer nach vorne kippen. Schieben Sie das Rad in die gewünschte Richtung.

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





A	Konsole	P	Stabilisator, vorn
B	Lenkerstange	Q	Stromkabel
C	Sensoren für Handpulsmessung	R	Konsolendisplay
D	Lenkereinstellhebel	S	Medien-Clip
E	Flaschenhalter	T	USB-Anschluss
F	Satteleinstellknopf (Höhe)	U	Medienablage
G	Sattel	V	RESET-Taste
H	Satteleinstellknopf (horizontal)	W	Benutzertaste
I	Voll verkleidetes Schwungrad	X	SCHNELLSTART-TASTE
J	Netzschalter	Y	MODUSWÄHLRAD
K	Stromanschluss	Z	PROGRAMMTASTE
L	Justierfüße	AA	RECOVERY-Taste
M	Stabilisator, hinten	BB	PAUSE-Taste
N	Pedal	CC	Telemetrische Herzfrequenz Erfassung aktiviert (nicht abgebildet)
O	Transportrad		

WARNUNG! Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen. Die angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Referenz dienen. Überanstrengungen können zu ernststen Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Ihnen schwindelig ist oder Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie das Training sofort.

Funktionen der Konsole

Die Konsole bietet eine große Auswahl an Trainingsprogrammen und zeigt während des Workouts wichtige Informationen an.

Funktionen des Tastenfeldes

PAUSETASTE: Hält ein aktives Trainingsprogramm an oder beendet ein unterbrochenes Training.

RECOVERY-Taste (Erholung): Startet das Erholungsprogramm.

PROGRAMMTASTE: Wechselt in den Programmmodus.

MODULSWÄHLRAD: Ändert eine Auswahl oder einen Wert (Benutzer, Alter, Geschlecht, Gewicht, Größe, Zeit, Distanz, Herzfrequenz, Watt, Kilojoule, Widerstand) oder bestätigt eine ausgewählte Option (Drücken).

SCHNELLSTARTTASTE: Startet das Schnellstarttraining.

BENUTZERTASTE: Wählt das benutzerdefinierte Trainingsprogramm aus.

RESET-Taste (Zurücksetzen): Setzt die Konsolenanzeige zurück und wechselt zwischen Einschalt- und Leerlaufmodus.

Konsolendisplay

Programmanzeige

Die Programmanzeige zeigt Werte und das Streckenprofil, sofern verfügbar. Jeder Balken im Streckenprofil steht für ein Trainingssegment. Je größer die Säule, desto höher ist der Widerstand. Die blinkende Säule symbolisiert das aktuelle Intervall. Die Programmanzeige besteht aus 10 Balken.

Time (Zeit)

Im ZEITFELD wird die Trainingszeit angezeigt. Je nach Programm steigt der Zeitwert im Verlauf des Trainings an (z. B. beim Schnellstarttraining) oder reduziert sich.

Hinweis: Dauert ein Schnellstarttraining länger als 99 Minuten (99:00), wechselt die Zeitanzeige und zählt auf 00:00 herunter.

Puls

Die Pulsanzeige (Herzfrequenzanzeige) zeigt die Herzschläge pro Minute an, die über Handpulssensoren oder einen Funk-Herzfrequenzsensor ermittelt werden. Wenn die Konsole ein Herzfrequenzsignal empfängt, blinkt das Symbol.

⚠ Konsultieren Sie vor Beginn des Trainings Ihren Hausarzt. Beenden Sie das Training sofort, wenn Sie Schmerzen oder ein Engegefühl im Brustkorb, Atemnot oder Schwindelanfälle verspüren. Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie wieder mit dem Gerät trainieren. Die angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Referenz dienen.

Geschwindigkeit

Die Geschwindigkeit wird in Kilometern pro Stunde angezeigt.

Distance (Entfernung)

Im Entfernungsfeld wird die Länge der Trainingsstrecke (km) angezeigt.

Watt

Die Wattanzeige zeigt während des Trainings die Leistung bei aktueller Umdrehung pro Minute und den Widerstand in Watt an (746 Watt = 1 PS).

Hinweis: Der Heimtrainer wird im Werk genau eingestellt. Der Benutzer muss keine Kalibrierung vornehmen.

Kilojoule

Das Kilojoule-Feld (kJ) zeigt den Energieverbrauch während des Trainings in Kilojoule an.

Laden über USB

Wenn ein USB-Gerät an den USB-Anschluss angeschlossen wird, wird versucht, das Gerät zu laden.

Hinweis: Je nach Stromstärke des Geräts reicht der über den USB-Anschluss bereitgestellte Strom möglicherweise nicht aus, um das Gerät zu betreiben und gleichzeitig zu laden.

Funkherzfrequenzmessung

Sie können die Trainingsintensität am besten mit einem Herzfrequenzmessgerät überwachen. Das Gerät verfügt über Sensoren zur Handpulsmessung, mit denen Ihre Herzfrequenzsignale an die Konsole gesendet werden. Die Konsole kann auch Funkherzfrequenzsignale (HF-Signale) von einem Funkherzfrequenzsensor auslesen. Dieser arbeitet in einem Frequenzbereich von 4,5 kHz bis 5,5 kHz.

Hinweis: Es muss ein uncodierter Polar-Electro-Brustgurt oder ein uncodierter POLAR®-kompatibler Brustgurt verwendet werden. (Codierte POLAR®-Brustgurte, beispielsweise POLAR® OwnCode®-Brustgurte, funktionieren mit diesem Gerät nicht.)

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

Handpulssensoren

Das Gerät verfügt über Sensoren zur Handpulsmessung, mit denen Ihre Herzfrequenzsignale an die Konsole gesendet werden. Die Handpulssensoren sind die Metallbereiche der Griffe. Legen Sie zur Messung der Herzfrequenz die Hände auf die Sensoren. Die Hände müssen den oberen und unteren Bereich der Sensoren umfassen. Achten Sie auf einen moderaten Griff, nicht zu fest und nicht zu locker. Sie müssen beide Hände auf diese Sensoren legen, damit die Konsole Ihren Puls messen kann. Wenn die Konsole vier stabile Pulssignale erkannt hat, wird eine erste Herzfrequenz angezeigt.

Nachdem die Herzfrequenz erfasst wurde, dürfen Sie Ihre Hände für 10 bis 15 Sekunden nicht bewegen oder von den Sensoren nehmen. Die Konsole misst nun den Puls. Viele Faktoren beeinflussen die Funktionsfähigkeit der Sensoren:

- Bewegungen der Oberkörpermuskulatur (einschließlich der Arme) erzeugen elektrische Signale, die die Herzfrequenzerkennung beeinflussen können. Auch leichte Bewegungen der Hände, wenn sie sich an der Kontaktfläche befinden, erzeugen Störungen.
- Hornhaut und Handcreme wirken wie eine Isolierschicht und reduzieren die Signalstärke.
- Bei einigen Personen ist das EKG-Signal so schwach, dass es von den Sensoren nicht erkannt wird.
- In der Nähe aufgestellte elektrische Geräte können ebenfalls Störungen verursachen.

Wenn die ermittelte Herzfrequenz fehlerhaft zu sein scheint, wischen Sie Ihre Hände und die Sensoren ab und versuchen Sie es erneut.

Berechnen der Herzfrequenz

Ihre maximale Herzfrequenz nimmt für gewöhnlich mit zunehmendem Alter ab: Kinder haben ca. 220 BPM, ein 60-Jähriger kommt auf 160 BPM. Die Herzfrequenz nimmt linear um ca. einen BPM jährlich ab. Es gibt keinen Beweis dafür, dass sich sportliche Betätigung auf die Abnahme der maximalen Herzfrequenz auswirkt. Personen derselben Altersgruppe können unterschiedliche Herzfrequenzen aufweisen. Statt mit der Herzfrequenz/Alter-Formel lässt sich dieser Wert genauer durch einen Belastungstest ermitteln.

Der Ruhepuls wird durch ein regelmäßiges Ausdauertraining beeinflusst. Ein normaler Erwachsener hat einen Ruhepuls von ca. 72 BPM, während der Ruhepuls trainierter Läufer hingegen 40 BPM oder weniger beträgt.

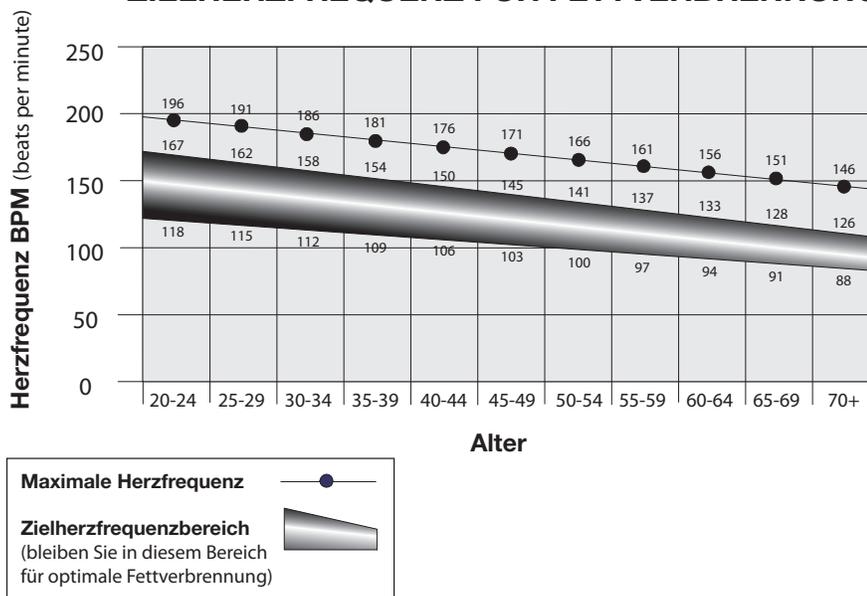
In der Herzfrequenztafel finden Sie Schätzwerte darüber, in welchem Herzfrequenzbereich (Heart Rate Zone, HRZ) Fett effektiv verbrannt und das Herzkreislaufsystem gestärkt wird. Die körperlichen Voraussetzungen variieren, daher liegt Ihr individueller Herzfrequenzbereich möglicherweise etwas über oder unter den angezeigten Werten.

Die Fettverbrennung ist während des Trainings am effektivsten, wenn Sie zunächst langsam beginnen und die Trainingsintensität dann allmählich erhöhen, bis die Herzfrequenz 50-70 Prozent der maximalen Herzfrequenz erreicht. Setzen Sie das Training mit diesem Tempo fort, wobei Sie die Herzfrequenz für mehr als 20 Minuten im Zielbereich halten. Je länger Sie die Zielherzfrequenz halten, desto mehr Fett wird im Körper verbrannt.

Die nachfolgende Grafik dient der Orientierung. Sie zeigt die allgemein empfohlene optimale Herzfrequenz für verschiedene Altersgruppen. Wie bereits erwähnt, kann Ihre optimale Herzfrequenz über oder unter diesen Werten liegen. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arzt nach Ihrer individuellen Zielherzfrequenz.

Hinweis: Trotz aller Übungs- und Fitnessregeln: Bestimmen Sie Ihre individuelle Intensität oder Ausdauer stets nach eigenem Wohlbefinden!

ZIELHERZFREQUENZ FÜR FETTVERBRENNUNG



Richtige Kleidung

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

Wie oft soll ich trainieren?

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

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

Satteleinstellung

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

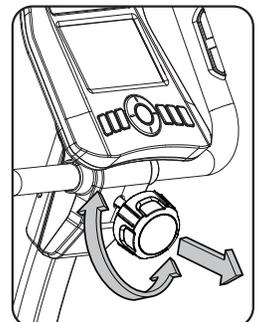
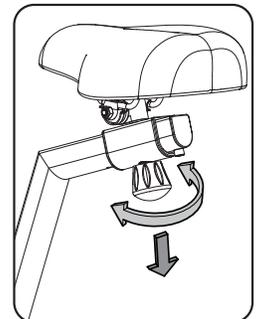
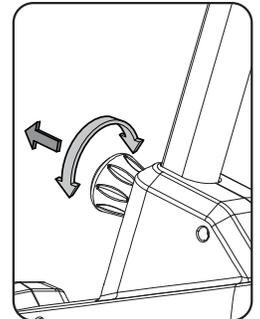
1. Bringen Sie ein Pedal in die vordere Position und stellen Sie Ihren Fußballen auf die Mitte des Pedals. Ihr Knie sollte leicht gebeugt sein.
2. Wenn Sie mit gestrecktem Bein die Pedale nicht erreichen können, schieben Sie den Sattel des Sitzergometers nach unten. Wenn Ihr Bein zu stark gebeugt ist, schieben Sie den Sitz nach oben.

⚠ Steigen Sie vom Rad ab, bevor Sie den Sattel einstellen.

Lösen Sie den Einstellknopf an der Sattelstütze und ziehen Sie ihn heraus. Stellen Sie den Sattel auf die gewünschte Höhe ein. Lassen Sie den Einstellknopf los, damit der Arretierstift einrasten kann. Achten Sie darauf, dass sich der Stift vollständig in einem Loch befindet. Ziehen Sie den Einstellknopf fest.

⚠ Ziehen Sie die Sattelstütze nicht über die Stopp-Markierung (STOP) am Rohr hinaus.

Lösen Sie den Knopf für die horizontale Einstellung des Sattels und ziehen Sie ihn nach unten. Schieben Sie dann den Sattel in Richtung Konsole oder davon weg. Schieben Sie den Sitz vorwärts oder rückwärts in die gewünschte Position. Lassen Sie den Einstellknopf los, damit der Arretierstift einrasten kann. Achten Sie darauf, dass sich der Stift vollständig in einem Loch befindet. Ziehen Sie den Einstellknopf fest.



Lenkereinstellung

Der Lenkerwinkel kann individuell eingestellt werden.

1. Lösen Sie den Einstellgriff des Lenkers, bis sich dieser bewegen lässt. Entfernen Sie den Einstellgriff nicht vollständig vom Gerät.
2. Bringen Sie den Lenker in die gewünschte Position und ziehen Sie den Griff wieder vollständig fest.

Fußpositionierung/Pedalriemeneinstellung

Fußpedale mit Riemen sorgen für eine korrekte Position des Fußes.

1. Stellen Sie die beiden Fußballen auf die Pedale.
2. Drehen Sie die Pedale so, dass Sie ein Pedal erreichen.
3. Schließen Sie den Riemen über dem Schuh.

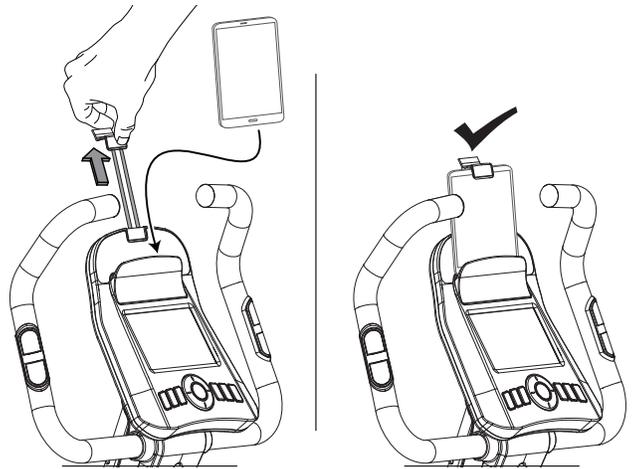
4. Wiederholen Sie dies für den anderen Fuß.

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

Mediengeräte mit dem Medien-Clip befestigen

Das Fitnessgerät verfügt über einen Medien-Clip, mit dem die auch große Geräte sicher in der Medienablage aufbewahrt werden können. Der Clip kann für alle Geräte verwendet werden, die kleiner als 14 cm sind.

Stellen Sie Ihr Mediengerät in die Medienablage. Ziehen Sie den Medien-Clip knapp über die Oberkante des Geräts. Bringen Sie den Medien-Clip vorsichtig an die Kante des Geräts und lassen Sie ihn los. Der Clip fixiert große Geräte in der Medienablage.



Einschalten/Leerlaufmodus

Die Konsole wechselt bei eingeschaltetem Gerät in den Einschalt-/Leerlaufmodus, wenn eine Taste gedrückt wird oder beim Treten der Pedale ein Signal vom Drehzahlsensor empfangen wird.

Leistungskalibrierung

Der Heimtrainer wird im Werk genau eingestellt. Der Benutzer muss keine Kalibrierung vornehmen.

Selbstabschaltung (Ruhemodus)

Wenn die Konsole für ca. 4 Minuten keine Signale empfängt, schaltet sie sich automatisch ab.

Drücken Sie eine beliebige Taste, um die Konsole aus dem Ruhemodus heraus zu aktivieren.

⚠ Um das Gerät von der Stromversorgung zu trennen, schalten Sie den Netzschalter aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.

Schnellstartprogramm

Mit dem Schnellstartprogramm können Sie mit dem Training beginnen, ohne weitere Informationen eingeben zu müssen.

1. Setzen Sie sich auf das Gerät.
2. Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um das gewünschte Benutzerprofil (U0-U3) zu wählen.
3. Drücken Sie die SCHNELLSTART-TASTE, um das Schnellstartprogramm auszuwählen.
4. Wenn Sie bereit sind, beginnen Sie, in die Pedale zu treten.

Um den Widerstand zu ändern, drehen Sie das MODUSWÄHLRAD. Das aktuelle Intervall sowie alle folgenden Intervalle werden auf den neuen Widerstand eingestellt. Die Zeit läuft von 00:00 aus aufwärts.

Hinweis: Dauert ein Schnellstarttraining länger als 99 Minuten (99:00), wechselt die Zeitanzeige und zählt auf 00:00 herunter.

5. Drücken Sie am Ende des Trainings die PAUSETASTE, um das Training zu unterbrechen.
6. Drücken Sie PAUSE, um mit das Training zu beenden.

Benutzerprofile

Sie können in der Konsole bis zu 4 Benutzerprofile speichern und aufrufen (U0 - U3).

Folgende Daten werden im Benutzerprofil gespeichert:

- Alter (Age)
- Geschlecht (Gender)
- Gewicht (Weight)
- Größe (Size)

Benutzerprofil auswählen

Wählen Sie zu Beginn eines Trainings das gewünschte Benutzerprofil. Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um das gewünschte Benutzerprofil (U0-U3) zu wählen.

Benutzerprofile nutzen die Standardwerte, sofern sie nicht bearbeitet wurden. Für eine genaue Auswertung von Kilojoule- und Herzfrequenzwerten sollten Sie das Benutzerprofil bearbeiten.

Hinweis: Die Werte der Benutzerprofile U0 oder Gast (Guest) werden nicht gespeichert. Um nach einem Training ein anderes Benutzerprofil auszuwählen, drücken Sie die RESET-Taste, um in den Einschaltmodus zurückzukehren. Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD bis zum gewünschte Benutzerprofil.

Benutzerprofile bearbeiten

1. Drehen Sie im Einschaltmodus das MODUSWÄHLRAD, um das gewünschte Benutzerprofil (U0-U3) auszuwählen.
2. Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das gewählte Benutzerprofil zu bearbeiten.
3. Age (Alter): Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das gewünschte Alter angezeigt wird.
4. Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um den Wert zu bestätigen.
5. Gender (Geschlecht): Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um den aktuellen Wert zu ändern.
6. Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um den Wert zu bestätigen.
7. Weight (Gewicht): Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das gewünschte Gewicht (in kg) angezeigt wird.
8. Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um den Wert zu bestätigen.
9. Size (Größe): Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis die gewünschte Größe (in cm) angezeigt wird.
10. Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um den Wert zu bestätigen. Die Konsole kehrt zur Programmanzeige zurück.

Ändern der Widerstandsstufen

Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um den Widerstand zu jeder Zeit während des Trainings anzupassen, sofern das gewählte Trainingsprogramm diese Anpassung zulässt.

Trainingsprogramme

Dieses Gerät bietet eine Vielzahl von Trainingsprogrammen für ein abwechslungsreiches Training.

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

Quick Start (Schnellstart):

Das Schnellstartprogramm ist ein vom Benutzer gesteuertes Endlosprogramm.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das Schnellstartprogramm angezeigt wird.

Fangen Sie dann einfach an, in die Pedale zu treten.

Watt Control (Wattsteuerung)

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das Das Programm Watt Control (Wattsteuerung) angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das Programm Watt Control (Wattsteuerung) auszuwählen.

Die Konsole zeigt beim Workout den Wattwert an (blinkt). Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um den gewünschten Wattwert (20 bis 400 Watt) für das Training auszuwählen und bestätigen Sie den Wert durch Drücken. Passen Sie mit dem MODUSWÄHLRAD weitere Trainingswerte (blinkend) an, und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Werte zu bestätigen. Wenn alle Werte eingestellt wurden, muss der Benutzer nur in die Pedale treten, um mit dem Training zu beginnen.

Während des Trainings kann der Wattwert mit dem MODUSWÄHLRAD angepasst werden. Der aktuelle Widerstandswert wird basierend auf dem Wattwert verändert.

Hinweis: Während des Trainings orientiert sich der Widerstand am Wattwert und kann daher nicht manuell eingestellt werden.

Manuell

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das manuelle Programm angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das manuelle Programm auszuwählen.

Auf der Konsole wird die Trainingszeit angezeigt (blinkt). Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um die gewünschte Trainingszeit für das Training einzustellen, und bestätigen Sie den Wert durch Drücken. Passen Sie mit dem MODUSWÄHLRAD weitere Trainingswerte (blinkend) an, und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Werte zu bestätigen. Wenn alle Werte eingestellt wurden, muss der Benutzer nur in die Pedale treten, um mit dem Training zu beginnen.

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

HRC (Herzfrequenzbasiert)

Beim HRC-Programm kann der Benutzer eine Zielherzfrequenz für das Training eingeben. Der Widerstand wird während des Trainings so angepasst, dass der Benutzer diese Zielherzfrequenz ungefähr einhält.

Hinweis: Damit das HRC Programm korrekt ausgeführt werden kann, muss die Konsole Funkherzfrequenzinformationen empfangen können.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das HRC-Programm angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das HRC-Programm auszuwählen.

Die Konsole zeigt vier Herzfrequenzstufen an (HR1-HR4).

Kontrollstufe Zielherzfrequenz	Zielherzfrequenzwert
HR1	55 % von (220 minus ALTER)
HR2	75% von (220 minus ALTER)
HR3	90% von (220 minus ALTER)
HR4	100% von (220 minus ALTER)

Wählen Sie die anhand Ihres Alters ermittelte Zielherzfrequenz und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD. Passen Sie mit dem MODUSWÄHLRAD weitere Trainingswerte an, und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Werte zu bestätigen.

Wenn alle Werte eingestellt wurden, muss der Benutzer nur in die Pedale treten, um mit dem Training zu beginnen.

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

Hinweis: Für das HRC-Programm benötigen Sie einen Funkherzfrequenzsender. Während des Trainings orientiert sich der Widerstand an der Zielherzfrequenz und kann daher nicht manuell eingestellt werden.

User (Benutzer)

Das Benutzerprogramm bietet die Möglichkeit, das Trainingsprofil durch Anpassen des Widerstands für jede Säule individuell zu gestalten.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das Benutzerprogramm angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das Benutzerprogramm auszuwählen.

Auf der Konsole wird das Standardprofil angezeigt. Das aktuelle Segment blinkt und kann bearbeitet werden. Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um den Widerstand zu erhöhen oder zu reduzieren. Das aktuelle Segment wechselt so lange zum nächsten Balken, bis alle Segmente eingestellt wurden.

Passen Sie mit dem MODUSWÄHLRAD weitere Trainingswerte (blinkend) an, und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Werte zu bestätigen. Wenn alle Werte eingestellt wurden, muss der Benutzer nur in die Pedale treten, um mit dem Training zu beginnen.

Alle Modifikationen an den Trainingssegmenten werden gespeichert, sodass dieses Training durch Auswahl des Benutzerprogramms für das jeweilige Benutzerprofil (für jeden Benutzer Profil U0) wiederholt werden kann.

Interval

Beim Intervallprogramm kann der Benutzer aus drei verschiedenen Intervallstufen (L1-L3) wählen und die Gesamttrainingszeit bestimmen. Beim Intervalltraining wechseln Sie zwischen hoher Belastung (Berg) und ruhigeren Erholungsphasen (Tal). Beide Segmente werden während des Trainings wiederholt. Stufe L1 weist den geringsten Unterschied zwischen Belastung und Erholung auf.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das Intervallprogramm angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das Intervallprogramm auszuwählen.

Die Konsole zeigt die aktuelle Intervallstufe an (L1, L2 oder L3). Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD bis zur gewünschten Intervallstufe und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Auswahl zu bestätigen.

Auf der Konsole wird die Trainingszeit angezeigt. Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um die gewünschte Trainingszeit für das Training einzustellen, und bestätigen Sie den Wert durch Drücken. Passen Sie mit dem MODUSWÄHLRAD weitere Trainingswerte an, und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Werte zu bestätigen. Wenn alle Werte eingestellt wurden, muss der Benutzer nur in die Pedale treten, um mit dem Training zu beginnen.

Hinweis: Während des Trainings kann der Widerstand nicht angepasst werden.

Climbing (Bergprogramm)

Beim Bergprogramm kann der Benutzer aus drei verschiedenen Steigungsstufen (L1-L3) wählen und Gesamttrainingszeit bestimmen. Der Widerstand steigt während des gesamten Trainings. Bei der Steigungsstufe L1 wird der niedrigste Widerstand verwendet.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das Climbing-Programm (Bergprogramm) angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das Bergprogramm auszuwählen.

Die Konsole zeigt die aktuelle Steigungsstufe an (L1, L2 oder L3). Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD bis zur gewünschten Stufe und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Auswahl zu bestätigen.

Auf der Konsole wird die Trainingszeit angezeigt (blinkt). Drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, um die gewünschte Trainingszeit für das Training einzustellen, und bestätigen Sie den Wert durch Drücken. Passen Sie mit dem MODUSWÄHLRAD weitere Trainingswerte (blinkend) an, und drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um die Werte zu bestätigen. Wenn alle Werte eingestellt wurden, muss der Benutzer nur in die Pedale treten, um mit dem Training zu beginnen.

Hinweis: Während des Trainings kann der Widerstand nicht angepasst werden.

Test

Das Testprogramm ist ein 12-minütiges Trainingsprogramm, bei dem Sie so dicht wie möglich bei einem Zielwattwert bleiben sollen.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das Testprogramm angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das Testprogramm auszuwählen.

Auf der Konsole wird der Zielwattwert angezeigt (standardmäßig 100). Passen Sie den Zielwattwert mit dem MODUSWÄHLRAD an und bestätigen Sie den Wert durch Drücken. Beginnen Sie mit dem Training, wenn Sie bereit sind.

Die Konsole passt den Widerstandswert basierend auf den aktuellen Trainingswerten an, um den Wattwert so gut wie möglich einzuhalten.

BMI-BMR-FATT

Das BMI-BMR-FATT-Programm berechnet Körperfettanteil, BMI (Body Mass Index) und BMR (Basal Metabolic Rate) mittels der für das aktuelle Benutzerprofil angegebenen Werte.

Drehen Sie im Einschaltmodus das MODUSWÄHLRAD, um das gewünschte Benutzerprofil (U0-U3) auszuwählen.

Hinweis: Die Werte sollten für eine genaue Berechnung immer aktuell sein.

Drücken Sie die PROGRAMMTASTE und drehen Sie das MODUSWÄHLRAD, bis das BMI-BMR-FATT-Programm angezeigt wird.

Drücken Sie das MODUSWÄHLRAD, um das BMI-BMR-FATT-Programm auszuwählen.

Umfassen Sie sofort die Handpulssensoren und halten Sie sie für eine Minute fest. Die Konsole berechnet Körperfettanteil (BODYFAT %), BMI und BMR und zeigt die Werte im 2-Sekunden-Rhythmus an.

Recovery (Erholung)

Das Recovery-Programm (Erholung) zeigt an, wie schnell sich Ihre Herzfrequenz nach dem Training wieder normalisiert. Wenn Sie sich schneller erholen, ist dies ein Zeichen für eine verbesserte Fitness.

Hinweis: Die Konsole muss über die Handpulssensoren oder einen Funkbrustgurt Herzfrequenzinformationen empfangen. Das Erholungsprogramm kann nur über die Trainingsprogrammanzeige ausgewählt werden.

Wenn Ihre Herzfrequenz trainingsbedingt erhöht ist, drücken Sie die Recovery-Taste (Erholung). Beenden Sie das Training und umfassen Sie die Handpulssensoren, sofern Sie diese benutzen. Die Konsole startet mit einem einminütigen Countdown. Die Konsole zeigt während des Programms die Herzfrequenz an. Wenn Sie kein Herzfrequenzmessgerät verwenden, halten Sie die Handpulssensoren während der gesamten Dauer des Tests fest.

Am Ende der Minute berechnet die Konsole Ihren Erholungswert.

Recovery Score (Erholungswert) = Ihre Herzfrequenz bei 1:00 (Beginn des Tests) minus Ihre Herzfrequenz bei 00:00 (Ende des Tests).

Angezeigter Erholungswert	Fitnessniveau	Unterschied zwischen Anfangs- und Endherzfrequenz
F1	Hervorragend	50 oder mehr
F2	Gut	40 – 49
F3	Oberer Durchschnitt	30 – 39
F4	Durchschnitt	20 – 29
F5	Unterer Durchschnitt	10 – 19
F6	Schlecht	10 oder weniger
E	Fehler	-

Je höher der Erholungswert, desto schneller normalisiert sich Ihr Herzschlag. Dies ist ein Zeichen für verbesserte Fitness. Indem Sie diese Werte über die Zeit notieren, können Sie Ihre Fortschritte dokumentieren.

Ein Tipp: Für einen aussagekräftigen Wert sollten Sie vor Beginn des Erholungsprogramms für 3 Minuten eine möglichst konstante Herzfrequenz erreichen. Das geht am besten im Schnellstartprogramm, wo Sie den Widerstand selbst einstellen.

Pause oder Stopp/Ergebnismodus

Die Konsole wechselt während des Trainings sofort in den Pausemodus, sobald die Pausetaste gedrückt wird oder wenn der Benutzer aufhört, in die Pedale zu treten (kein Umdrehungssignal für 4 Sekunden).

1. Drücken Sie die PAUSETASTE und hören Sie auf, in die Pedale zu treten, um das Training zu unterbrechen. Auf der Konsole wird die Meldung START PEDALING (In die Pedale treten) angezeigt.
2. Um mit dem Training fortzufahren, treten Sie die Pedale.
Um das Training zu beenden, drücken Sie die PAUSETASTE. Auf der Konsole wird oben links das STOP-Symbol angezeigt.
3. Auf der Konsole werden die Trainingsergebnisse für 4 Minuten angezeigt.

Wenn die Konsole für ca. 4 Minuten keine Signale empfängt, schaltet sie sich automatisch ab.

Hinweis: Ein beendetes Training kann wieder aufgenommen werden. Drücken Sie die PAUSETASTE, um das STOP-Symbol zu deaktivieren, und treten Sie erneut in die Pedale.

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

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

Wenn sich ein Warnaufkleber löst, unleserlich wird oder entfernt wurde, ersetzen Sie ihn. Für Geräte, die in den USA oder Kanada gekauft wurden, erhalten Sie Ersatzaufkleber beim Kundendienst. Für Geräte, die außerhalb der USA oder Kanada gekauft wurden, erhalten Sie Ersatzaufkleber bei Ihrem Händler vor Ort.

! GEFAHR Um das Risiko von Stromschlägen zu reduzieren, sollten Sie das Stromkabel stets aus der Steckdose ziehen und anschließend 5 Minuten warten, bevor Sie das Gerät reinigen, warten oder reparieren.

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

Hinweis: Schützen Sie die Konsole vor zu viel Feuchtigkeit.

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

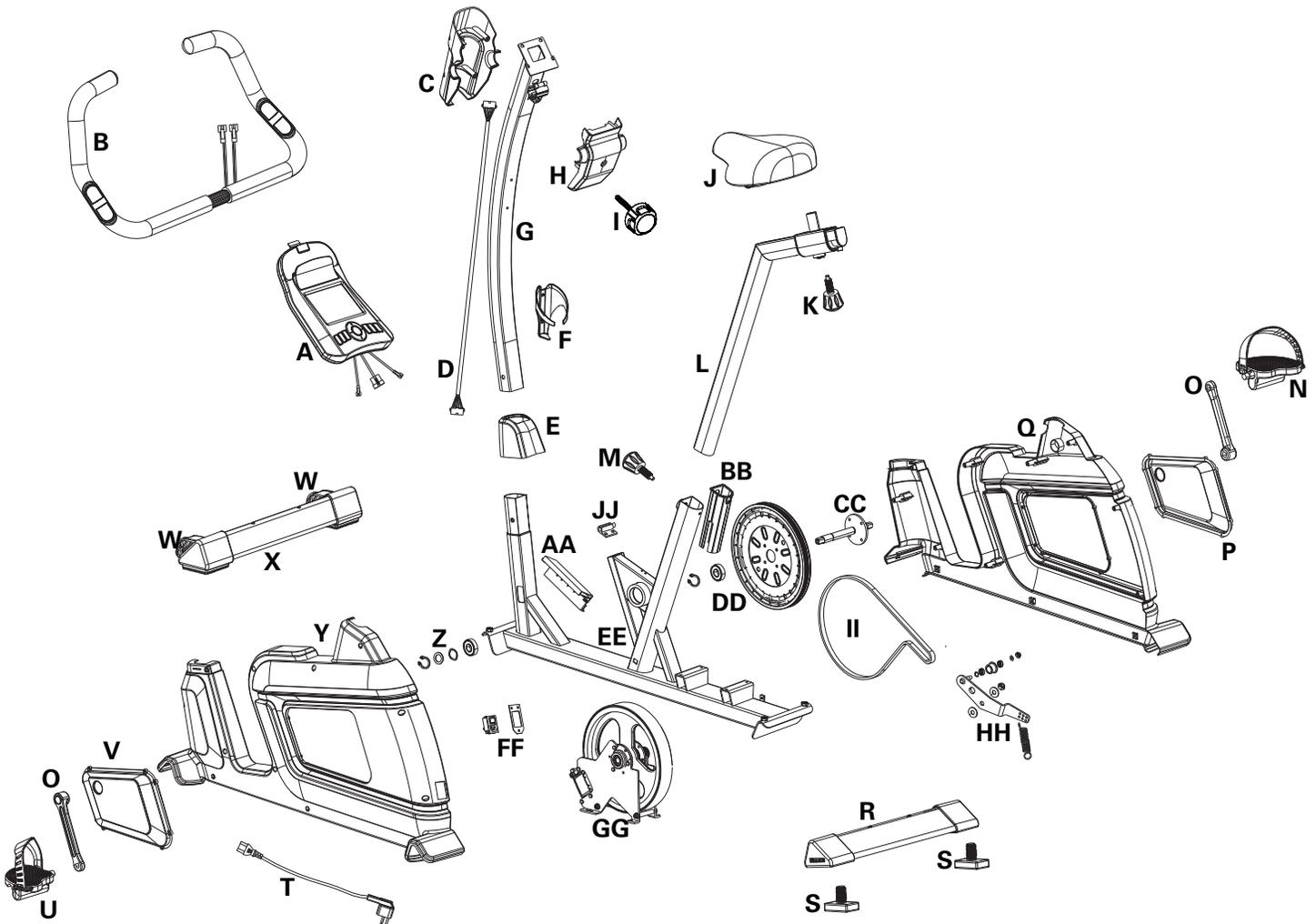
Wöchentlich: Reinigen Sie das Gerät, um Staub, Schmutz oder Ablagerungen zu entfernen. Stellen Sie sicher, dass sich der Gleitsitz problemlos bewegt. Falls nötig, bringen Sie sparsam eine dünne Schicht Silikonöl auf, um den Betrieb zu erleichtern.

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

Hinweis: Verwenden Sie keine Produkte auf Erdölbasis.

Monatlich oder alle 20 Betriebsstunden: Überprüfen Sie Pedale und Kurbelarme und ziehen Sie sie nötigenfalls fest. Überprüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf festen Sitz. Ziehen Sie sie gegebenenfalls nach.

Zu wartende Teile



A	Konsole	M	Einstellknopf, Sattelstütze	Y	Blende links
B	Lenker	N	Pedal rechts	Z	Lager
C	Blende Konsolengelenk	O	Kurbelarm	AA	Abdeckung der Motorsteuerplatine (MCB), Watt
D	Eingangs-/Ausgangskabel	P	Kurbelabdeckung rechts	BB	Sattelstützenabdeckung
E	Dichtung Konsolenstange	Q	Blende rechts	CC	Achse
F	Flaschenhalter	R	Hinterer Stabilisator	DD	Antriebsscheibe
G	Konsolenstange	S	Justierfüße	EE	Rahmen
H	Lenkervorbauabdeckung	T	Stromkabel	FF	Netzschalter
I	Lenkereinstellhebel	U	Pedal links	GG	Schwungrad
J	Sattel	V	Kurbelabdeckung links	HH	Bremse
K	Sattelleinstellknopf	W	Transportrad	II	Antriebsriemen
L	Sattelstütze mit Gleitsitz	X	Vorderer Stabilisator	JJ	Geschwindigkeitssensor

Bedingung/Problem	Zu überprüfen	Lösung
Keine/teilweise Anzeige/ Gerät schaltet nicht ein	Wandsteckdose überprüfen	Stellen Sie sicher, dass das Gerät in eine funktionierende Wandsteckdose eingesteckt wurde.
	Anschluss hinten am Geräte überprüfen	Der Stecker muss fest sitzen und unbeschädigt sein. Tauschen Sie das Netzkabel oder den Stecker am Gerät aus, falls diese beschädigt sind.
	Netzschalter überprüfen	Schalten Sie das Gerät mit dem Netzschalter ein.
	Integrität des Datenkabels prüfen	Im Kabel dürfen keine Drähte beschädigt sein. Wenn Drähte sichtbar gebrochen oder abgeknickt sind, tauschen Sie das Kabel aus.
	Verbindung/Ausrichtung des Datenkabels überprüfen	Stellen Sie sicher, dass das Kabel fest und in der richtigen Richtung in die Konsole eingesteckt ist. Die kleine Zunge am Stecker muss einrasten.
	Konsolendisplay auf Beschädigungen überprüfen	Überprüfen Sie das Konsolendisplay auf sichtbare Beschädigungen, z. B. Brüche. Tauschen Sie die Konsole bei Beschädigung aus.
	Konsolendisplay	Wenn die Anzeige auf der Konsole nicht vollständig ist und alle Anschlüsse fehlerfrei sind, muss die Konsole ausgetauscht werden.
		Wenn die oben beschriebenen Schritte das Problem nicht lösen, wenden Sie sich für weitere Unterstützung an den Kundendienst (USA/Kanada) oder Ihren Händler vor Ort (außerhalb der USA/Kanada).
Das Gerät funktioniert, aber es wird kein Handpuls angezeigt.	Kabelverbindung des Pulsmessers an der Konsole	Stellen Sie sicher, dass das Kabel fest in die Konsole eingesteckt ist.
	Sensorgriff	Die Hände müssen mittig auf den Herzfrequenzsensoren aufliegen. Die Hände müssen ruhig und mit gleichmäßigem Druck auf beiden Seiten aufliegen.
	Trockene oder schwierige Hände	Die Sensoren funktionieren bei trockenen oder schwierigen Händen möglicherweise nicht korrekt. Hier kann ein Kontaktgel (Herzfrequenzgel) die Leitfähigkeit verbessern. Dies kann über das Internet, in medizinischen Fachgeschäften oder in einigen Fitnessfachgeschäften erworben werden.
	Lenkerstange	Wenn die Tests keine anderen Ursachen ergeben, müssen die Griffe ausgetauscht werden.
Gerät funktioniert, aber es wird keine Funkherzfrequenz angezeigt	Brustgurt (nicht im Lieferumfang)	Der Brustgurt muss POLAR®-kompatibel und uncodiert sein. Der Brustgurt muss direkt auf der Haut aufliegen, die Auflagefläche muss feucht sein.
	Batterien für Brustgurt	Sofern möglich, tauschen Sie die Batterien des Brustgurts aus.
	Störungen	Entfernen Sie Störquellen (Fernseher, Mikrowelle usw.) aus dem Umfeld des Geräts.
	Herzfrequenzmessgerät austauschen	Wenn alle Störquellen entfernt wurden und dennoch keine Herzfrequenz erkannt wird, muss das Gerät ausgetauscht werden.
	Konsole austauschen	Wenn weiterhin keine Herzfrequenz erkannt wird, muss die Konsole ausgetauscht werden.

Bedingung/Problem	Zu überprüfen	Lösung
Widerstand ändert sich nicht (Gerät schaltet sich ein und läuft)	Konsole überprüfen	Überprüfen Sie die Konsole auf sichtbare Beschädigungen. Tauschen Sie die Konsole bei Beschädigung aus.
	Integrität des Datenkabels prüfen	Im Kabel dürfen keine Drähte beschädigt sein. Wenn Drähte sichtbar gebrochen oder abgeknickt sind, tauschen Sie das Kabel aus.
	Verbindung/Ausrichtung des Datenkabels überprüfen	Stellen Sie sicher, dass das Kabel fest und in der richtigen Richtung in die Konsole eingesteckt ist. Setzen Sie alle Verbindungen zurück. Die kleine Zunge am Stecker muss einrasten.
		Wenn die oben beschriebenen Schritte das Problem nicht lösen, wenden Sie sich für weitere Unterstützung an den Kundendienst (USA/Kanada) oder Ihren Händler vor Ort (außerhalb der USA/Kanada).
Die Konsole schaltet sich bei Betrieb aus (wechselt in den Ruhemodus)	Wandsteckdose überprüfen	Stellen Sie sicher, dass das Gerät in eine funktionierende Wandsteckdose eingesteckt wurde.
	Anschluss hinten am Geräte überprüfen	Der Stecker muss fest sitzen und unbeschädigt sein. Tauschen Sie das Netzkabel oder den Stecker am Gerät aus, falls diese beschädigt sind.
	Integrität des Datenkabels prüfen	Im Kabel dürfen keine Drähte beschädigt sein. Wenn Drähte gebrochen oder abgeknickt sind, tauschen Sie das Kabel aus.
	Datenkabel überprüfen (Anschluss/Ausrichtung)	Stellen Sie sicher, dass das Kabel fest und in der richtigen Richtung in die Konsole eingesteckt ist. Die kleine Zunge am Stecker muss einrasten.
	Gerät zurücksetzen	Ziehen Sie das Gerät für 3 Minuten aus der Steckdose. Stecken Sie es wieder in die Steckdose.
	Magnetposition überprüfen (Blende muss entfernt werden)	Magnete müssen sich an der richtigen Position am Schwungrad befinden.
	Geschwindigkeitssensor überprüfen (Blende muss entfernt werden)	Der Geschwindigkeitssensor muss an den Magneten ausgerichtet sein und mit Datenkabel verbunden sein. Richten Sie den Sensor gegebenenfalls neu aus. Sollten Sensor oder Verbindungsteil beschädigt sein, ersetzen Sie das Teil.
Gerät wackelt/steht nicht eben	Einstellung der Justierfüße überprüfen	Stellen Sie die Nivellierer so ein, dass der Ergometer eben steht.
	Stellfläche überprüfen	Sehr unebene Flächen können möglicherweise nicht ausgeglichen werden. Stellen Sie den Ergometer auf einer ebenen Fläche auf.
Pedale lose/schwer zu treten	Überprüfen, ob die Pedale fest in die Kurbel eingedreht sind	Die Pedale sollten fest mit der Kurbel verbunden sein. Das Gewinde darf nicht schief eingedreht sein.
	Festen Sitz des Kurbelarms im Tretlager prüfen	Die Kurbel muss fest mit dem Tretlager verbunden sein. Stellen Sie sicher, dass die Kurbeln in einem Winkel von 180 Grad zueinander angebracht werden.
Klickendes Geräusch beim Treten der Pedale	Überprüfen, ob die Pedale fest in die Kurbel eingedreht sind	Entfernen Sie die Pedale. Vergewissern Sie sich, dass sich kein Schmutz im Gewinde befindet, und montieren Sie die Pedale wieder.
Sattelstütze wackelt	Sperrbolzen überprüfen	Der Sperrbolzen muss fest in eine Einstellöffnung an der Sattelstütze einrasten.
	Einstellknopf überprüfen	Der Einstellknopf muss festgedreht sein.

GARANTIE (Für Geräte, die in den USA/Kanada GEKAUFT WURDEN)

Garantieberechtigte

Diese Garantie wird ausschließlich dem Originalkäufer gewährt und ist nicht auf andere übertragbar.

Garantieumfang

Nautilus, Inc. garantiert, dass dieses Produkt keine Schäden in Material und Verarbeitung aufweist, wenn es unter normalen Bedingungen für seinen vorgesehenen Zweck verwendet wird, vorausgesetzt, das Gerät wird wie hierin und in der Montageanleitung und im Benutzerhandbuch festgelegt ordnungsgemäß gepflegt und gewartet. Diese Garantie gilt nur für Originalgeräte, die von Nautilus Inc. hergestellt und über einen autorisierten Fachhändler in den Vereinigten Staaten oder Kanada erworben wurden.

Bedingungen

Garantiebedingungen für Produkte, die in den USA/Kanada gekauft wurden, finden Sie unten.

- Rahmen
- Mechanische Teile
- Elektronik
- Verarbeitung

– Wenden Sie sich für die Garantiebedingungen für Produkte, die in den USA/Kanada gekauft wurden, an den Kundendienst.

(Zu den Verarbeitungskosten zählt nicht der Einbau von Ersatzteilen in das Originalprodukt sowie die vorbeugende Wartung.)

Informationen zu Garantie und Reparatur von Produkten, die außerhalb der USA/Kanada gekauft wurden, erhalten Sie von Ihrem Händler vor Ort. Eine internationale Händlerliste finden Sie hier: www.nautilusinternational.com

So erfüllt Nautilus Garantieansprüche

Während der Garantiezeit repariert Nautilus, Inc. jedes Gerät mit Material- oder Verarbeitungsschäden. Nautilus behält sich das Recht vor, das Produkt zu ersetzen, falls eine Reparatur nicht möglich sein sollte. Falls Nautilus beschließt, das Gerät auszutauschen, verrechnet Nautilus nach eigenem Ermessen einen entsprechenden Betrag gegen ein anderes Produkt von Nautilus Inc.. Die Höhe dieser Verrechnung richtet sich danach, wie lange das Produkt im Besitz des Kunden war. Nautilus, Inc. bietet in vielen Großstädten einen Reparaturservice an. Nautilus, Inc. behält sich das Recht vor, außerhalb dieser Gebiete Fahrtkosten zu berechnen. Nautilus, Inc. ist nicht verantwortlich für Arbeitskosten der Händler oder Wartungskosten, die nach Ablauf des hier aufgeführten Garantiezeitraums entstehen. Nautilus, Inc. behält sich das Recht vor, Material, Ersatzteile oder Produkte der gleichen oder einer besseren Qualität im Austausch zu verwenden, wenn zum gegebenen Garantiezeitpunkt kein gleichwertiges Material verfügbar ist. Der Austausch eines Geräts im Rahmen der Garantieleistungen verlängert nicht die Original-Garantiedauer des Geräts. Je nachdem, wie lange das Produkt im Besitz des Kunden war, kann eine begrenzte Verrechnung erfolgen. DIESE RECHTSMITTEL SIND DIE AUSSCHLIESSLICHEN UND EINZIGEN RECHTSMITTEL BEI VERSTOSS GEGEN DIE GARANTIE:

Ihre Verpflichtungen

- Bewahren Sie den Kaufbeleg gut auf.
- Betreiben, warten und prüfen Sie das Produkt wie in der Dokumentation beschrieben (Installationshandbuch, Benutzerhandbuch usw.).
- Das Produkt darf nur für den vorgesehenen Zweck verwendet werden.
- Benachrichtigen Sie Nautilus innerhalb von 30 Tagen nach Auftreten eines Problems mit dem Produkt.
- Bauen Sie Ersatzteile oder Komponenten nur entsprechend der Anweisungen von Nautilus ein.
- Führen Sie Diagnoseverfahren auf Anfrage nur zusammen mit einem ausgebildeten Mitarbeiter von Nautilus, Inc. aus.

Nicht im Garantieumfang

- Schäden, die folgende Ursachen haben: Missbrauch, Manipulation oder Veränderung des Produkt, Nichtbeachtung der Aufbauanleitungen, Wartungshinweise oder Sicherheitshinweise in der Produktdokumentation (Aufbauanleitung, Benutzerhandbuch usw.), falsche Lagerung oder Umwelteinflüsse (Feuchtigkeit, Wetter), falsche Verwendung, falsche Bedienung, Unfall, Naturkatastrophen, Stromausfälle.
- Das Gerät wurde für den gewerblichen bzw. institutionellen Einsatz erworben. Dazu zählt die Verwendung des Geräts durch Mitglieder, Kunden oder Mitarbeiter oder von Fitness-Studios, Unternehmen, Vereinen sowie öffentlich oder privaten Einrichtungen.
- Schäden durch Überschreiten des im Benutzerhandbuch oder auf Warnhinweisen angegebenen maximalen Benutzergewichts.
- Schäden durch normale Nutzung und Abnutzung.
- Diese Garantie gilt nicht für Gebiete oder Länder außerhalb der Vereinigten Staaten und Kanadas.

Ihr Service-Anspruch

Wenden Sie sich bei Produkten, die direkt von Nautilus Inc. erworben wurden, an Ihre zuständige Nautilus-Vertretung. Informationen finden Sie auf der Kontaktseite in Ihrem Benutzerhandbuch. Sie müssen beschädigte Komponenten zur Reparatur oder Überprüfung möglicherweise auf eigene Kosten an eine bestimmte Adresse zurück senden. Standardversandkosten für Ersatzteile im Rahmen der Garantie werden von Nautilus, Inc. übernommen. Bei Produkten, die über einen Händler erworben wurden, wenden Sie sich im Garantiefall bitte an den entsprechenden Händler.

Ausschlüsse

Die oben aufgeführten Garantien sind alleinige und ausschließliche Garantien von Nautilus, Inc. Sie setzen alle vorangegangenen, im Gegensatz hierzu stehenden oder zusätzlichen Absprachen, ob in mündlicher oder schriftlicher Form, außer Kraft. Agenten, Vertreter, Händler, Personen oder Mitarbeiter sind nicht berechtigt, die Verpflichtungen oder Einschränkungen dieser Garantie zu ändern oder zu erweitern. Alle impliziten Garantien, einschließlich der GARANTIE AUF GEBRAUCHSGÄNGIGKEIT und der GARANTIE AUF TAUGLICHKEIT FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK sind in ihrer Dauer beschränkt auf die Gültigkeit der entsprechenden oben aufgeführten ausdrücklichen Garantie, je nachdem, welche länger ist. In einigen Ländern sind Beschränkungen der Dauer der impliziten Garantie nicht zulässig. Die vorstehende Einschränkung trifft für Sie also möglicherweise nicht zu.

Einschränkung der Wiedergutmachung

SO FERN NICHT DURCH GELTENDES RECHT ANDERWEITIG GEFORDERT, BESCHRÄNKT SICH DIE EXKLUSIVE WIEDERGUTMACHTUNG FÜR DEN KÄUFER AUF DIE REPARATUR ODER DEN AUSTAUSCH VON KOMPONENTEN, DIE NAUTILUS, INC. ENTSPRECHEND DEN HIERIN AUFGEFÜHRTEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN ALS BESCHÄDIGT EINSTUFT. IN KEINEM FALL IST NAUTILUS INC. HAFTBAR ZU MACHEN FÜR SPEZIELLE SCHÄDEN, FOLGESCHÄDEN, BEILÄUFIGE SCHÄDEN, INDIRECTE ODER WIRTSCHAFTLICHE SCHÄDEN, UNABHÄNGIG DAVON, WELCHE HAFTBARKEITSTHEORIE ANGEFÜHRT WIRD (EINSCHLIESSLICH UND OHNE BESCHRÄNKUNG AUF PRODUKTHAFTUNG, FAHRLÄSSIGKEIT ODER ANDERE UNERLAUBTE HANDLUNGEN) ODER FÜR DEN VERLUST VON EINNAHMEN, GEWINNEN, DATEN, FÜR DATENSCHUTZVERSTÖSSE ODER FÜR STRAFSCHADENSERSATZ, DIE AUS DER VERWENDUNG DES TRAININGSGERÄTS ENTSTEHEN ODER DAMIT VERBUNDEN SIND, SELBST WENN NAUTILUS, INC. AUF DIE MÖGLICHKEIT DERARTIGER SCHÄDEN HINGEWIESEN HAT. DIESE AUSSCHLÜSSE UND EINSCHRÄNKUNGEN GELTEN AUCH DANN, WENN JEDE WIEDERGUTMACHTUNG FEHLSCHLÄGT. IN EINIGEN LÄNDERN SIND AUSSCHLÜSSE ODER DIE EINSCHRÄNKUNG VON FOLGESCHÄDEN ODER BEILÄUFIGEN SCHÄDEN NICHT GESTATTET, SO DASS DIE OBEN GENANNT EINSCHRÄNKUNG UNTER UMSTÄNDEN KEINE GÜLTIGKEIT FÜR SIE HAT.

Gesetzliche Regelungen in den Bundesstaaten

Diese Garantie verleiht Ihnen bestimmte Rechte. Darüber hinaus verfügen Sie möglicherweise über weitere Rechte, die sich je nach Bundesstaat unterscheiden können.

Ablauf

Wenn die Garantie abgelaufen ist, steht Ihnen Nautilus, Inc. selbstverständlich weiterhin für Ersatzteile oder Reparaturen zur Verfügung. Diese Leistungen werden Ihnen dann jedoch in Rechnung gestellt. Informationen zur Bestellung von Geräteteilen und Service-Inanspruchnahme nach Ablauf der Garantie erhalten Sie bei Ihrem Nautilus-Vertreter. Nautilus übernimmt keine Garantie für die Verfügbarkeit von Ersatzteilen nach Ablauf der Garantiezeit.

Internationale Käufe

Wenn Sie Ihr Gerät außerhalb der USA erworben haben, wenden Sie sich an den Fachhändler vor Ort, um Informationen zu den Garantiebestimmungen zu erhalten.



Nautilus™

Bowflex™

Schwinn™

