TUNTURI®

PLATINUM S20 SPRINTER BIKE

GB	**Assembly manual**	**12 - 16**
DE	Montageanleitung	17 - 21
FR	Manuel d'assemblage	22 - 26
NL	Montagehandleiding	27 - 31
IT	Manuale di montaggio	32 - 36
ES	Manual de montaje	37 - 41
SV	Monteringshandbok	42 - 46
SU	Asennusohje	47 - 51

IMPORTANT

GET YOUR COMPLETE USER MANUAL ONLINE

http://manuals.tunturi.com

Tunturi Routes
iOS & Android

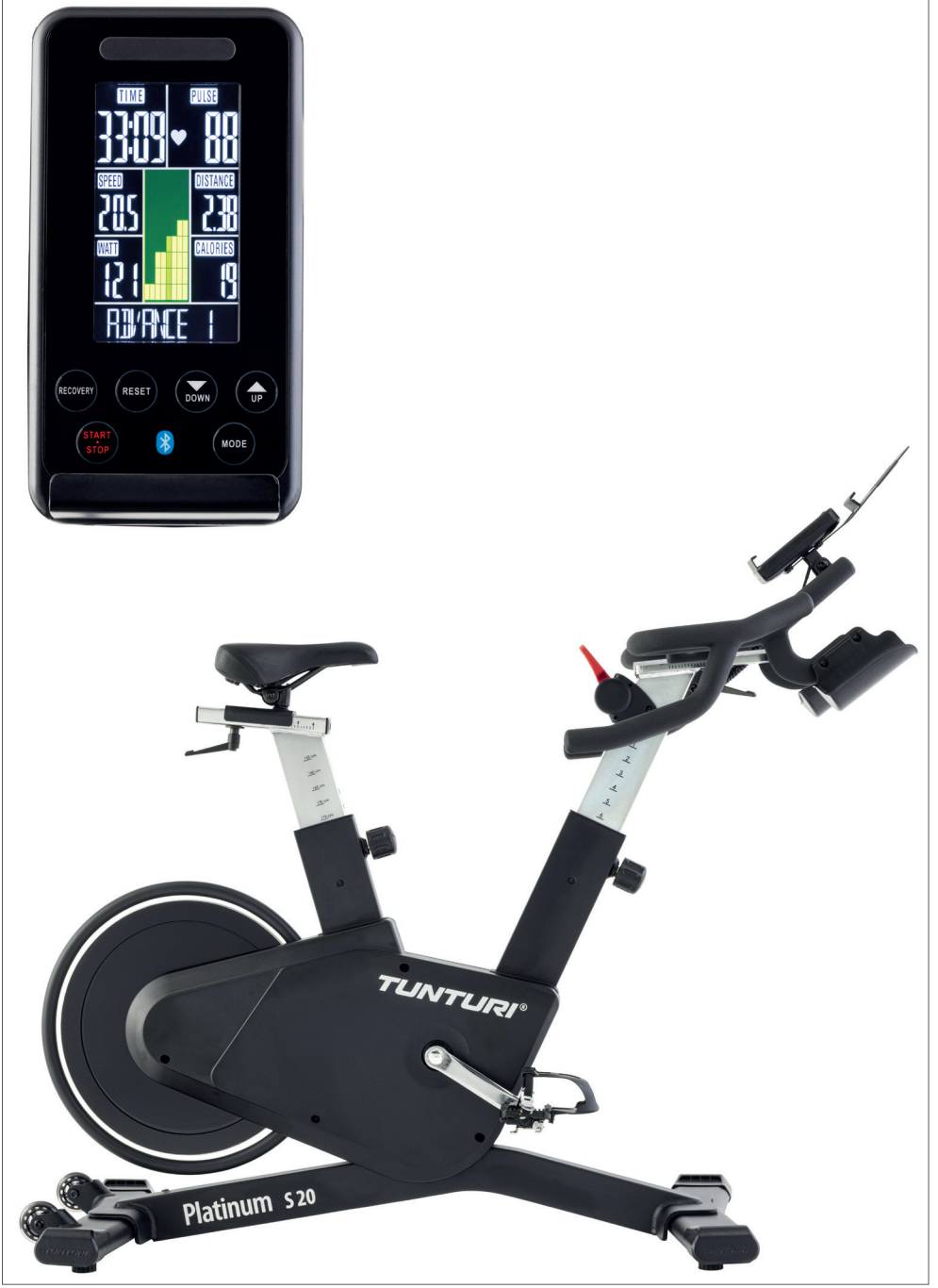


TUNTURI® Purmerweg 1, 1311 XE Almere, the Netherlands
Model no. / SKU 22PTSB2000
PLATINUM S20 SPRINTER BIKE
INPUT: 9VDC/ 1.0 Amp
MAX USER WEIGHT: 180 KGS 397 LBS
HOME & COMMERCIAL USE
Class S ISO20957
Made in China
SN:

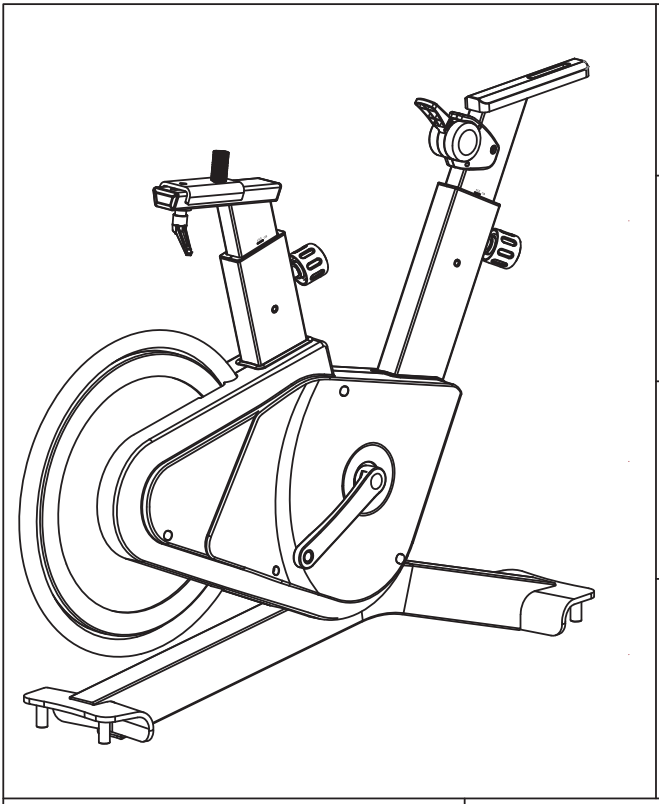
Attention, Achtung, Attention, Attentie, Attenzione, Atención, Giv akt, Huomio

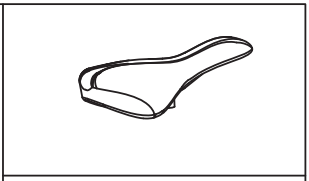
- **Please read this assembly manual carefully prior to assembling this product.**
- Lesen Sie sich vor der Montage des Produkts diese Montageanleitung sorgfältig durch.
- Veuillez lire attentivement le présent manuel d'assemblage avant de monter ce produit.
- Lees deze montagehandleiding zorgvuldig voordat u dit product in elkaar gaat zetten.
- Leggere attentamente questo manuale di montaggio prima di montare il prodotto.
- Antes de montar este producto, lea atentamente este manual de montaje.
- Läs den här monteringshandboken noggrant före användning av den här produkten.
- Lue tämä asennusohje huolellisesti ennen tämän tuotteen asennusta.

A

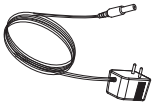

TIME
PULSE
33:09
88
SPEED
DISTANCE
20.5
2.38
WATT
CALORIES
121
19
ADVANCE 1
RECOVERY
RESET
DOWN
UP
START
STOP
MODE
TUNTURI
Platinum S20

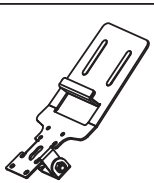
B

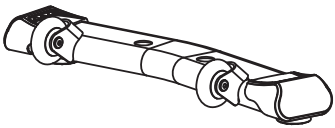


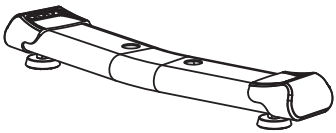


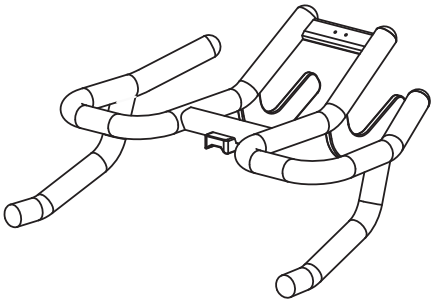


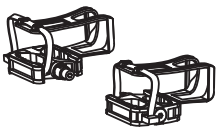


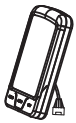






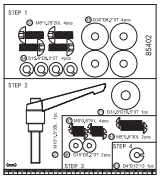




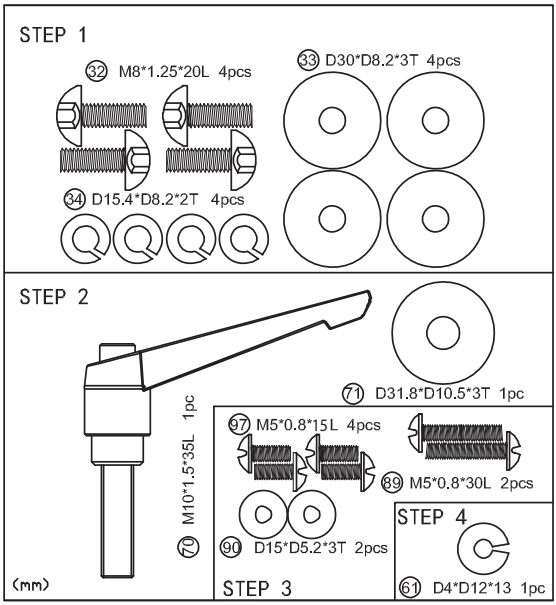


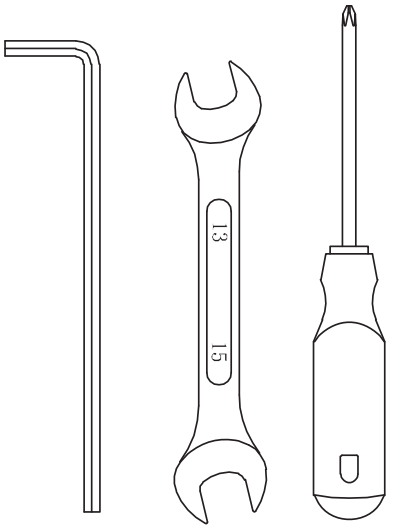




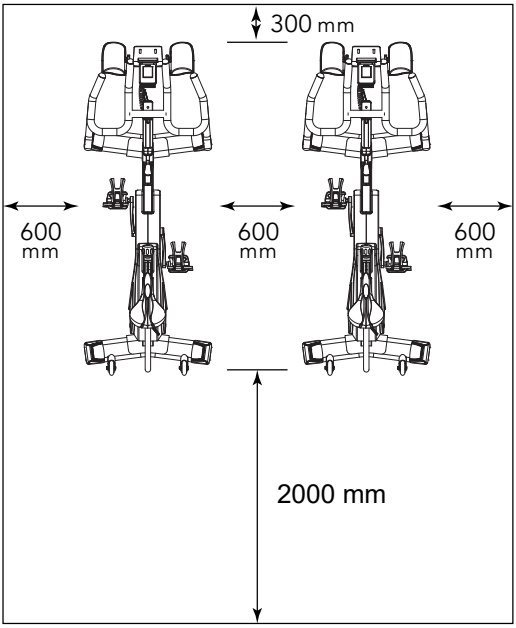


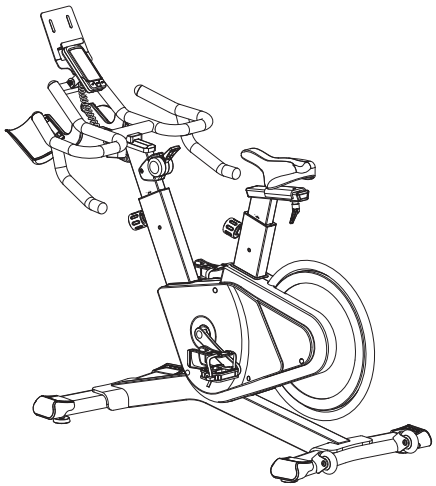
C


STEP 1
32 M8*1.25*20L 4pcs
33 D30*D8.2*3T 4pcs
34 D15.4*D8.2*2T 4pcs
STEP 2
71 D31.8*D10.5*3T 1pc
97 M5*0.8*15L 4pcs
89 M5*0.8*30L 2pcs
70 M10*1.5*35L 1pc
90 D15*D5.2*3T 2pcs
STEP 3
STEP 4
61 D4*D12*13 1pc
(mm)

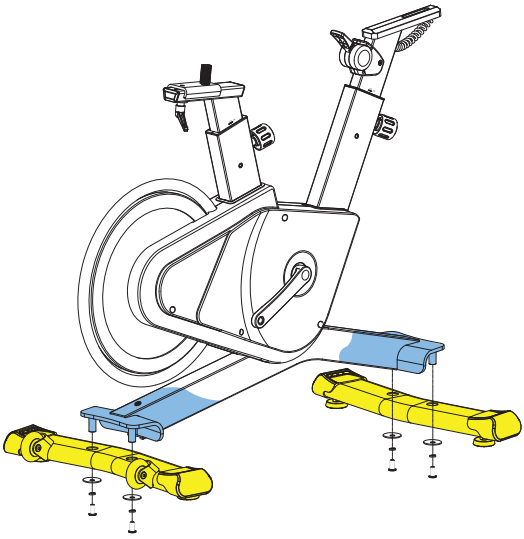

13
15

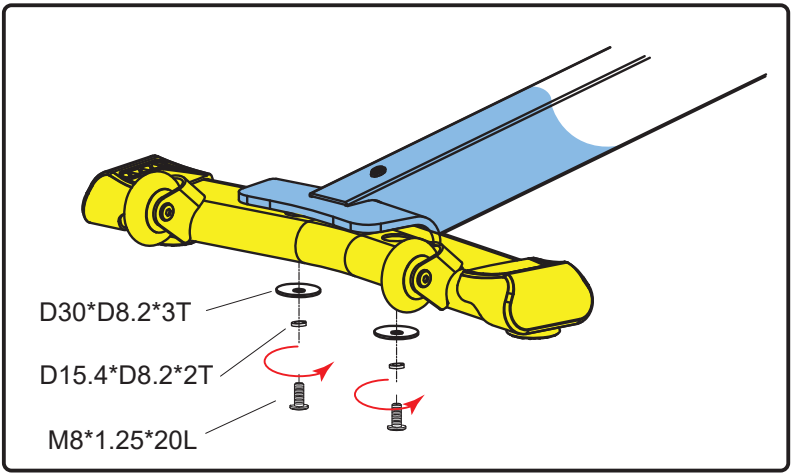
D-00

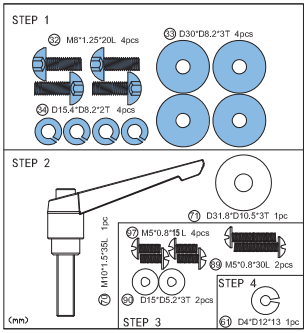

300 mm
600 mm
600 mm
600 mm
2000 mm

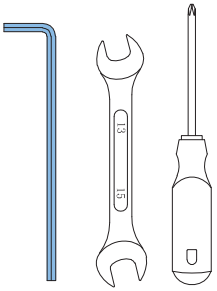


D-01

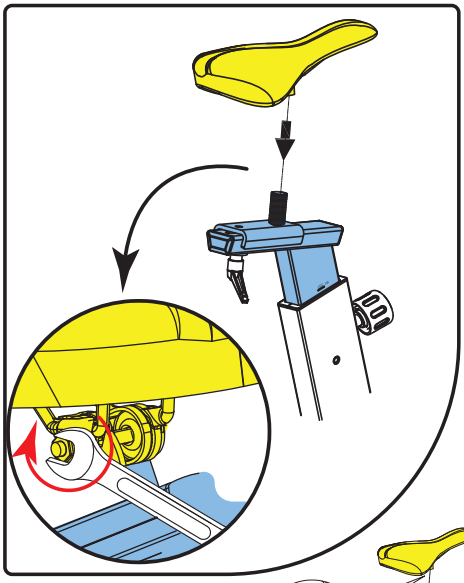


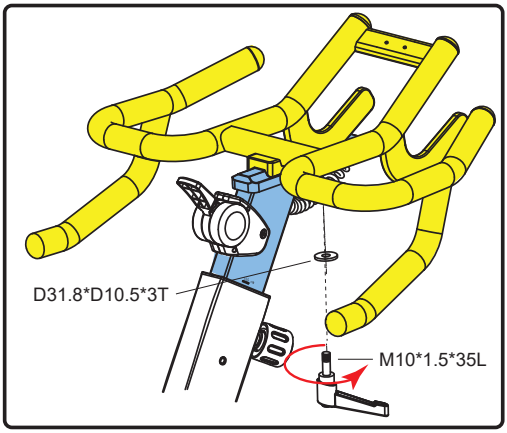

D30*D8.2*3T
D15.4*D8.2*2T
M8*1.25*20L

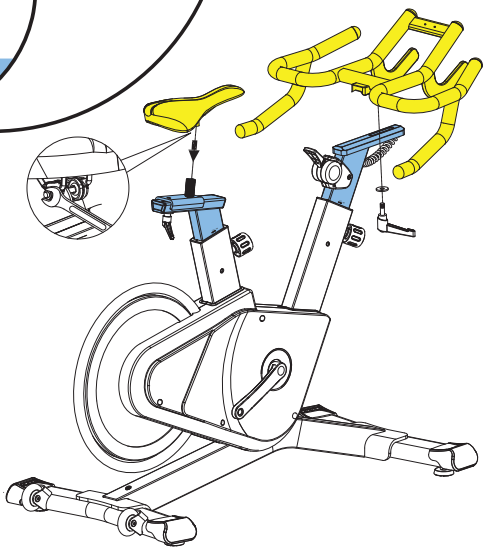

STEP 1
M8*1.25*20L 4pcs
D30*D8.2*3T 4pcs
D15.4*D8.2*2T 4pcs
STEP 2
D31.8*D10.5*3T 1pc
M5*0.8*15L 4pcs
M5*0.8*30L 2pcs
M10*1.5*35L 1pc
D15*D8.2*3T 2pcs
STEP 4
STEP 3
D4*D12*13 1pc
(mm)

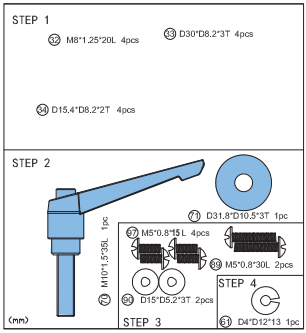

13
15

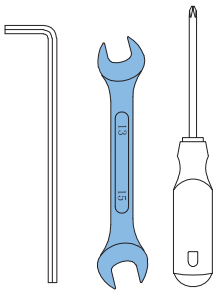
D-02



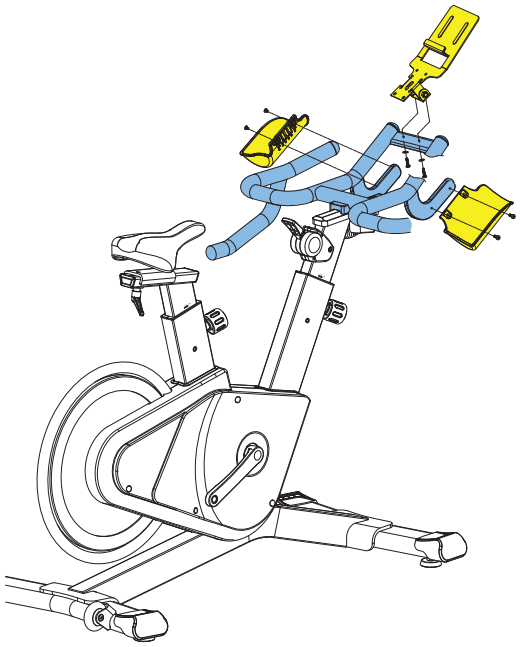

D31.8*D10.5*3T
M10*1.5*35L

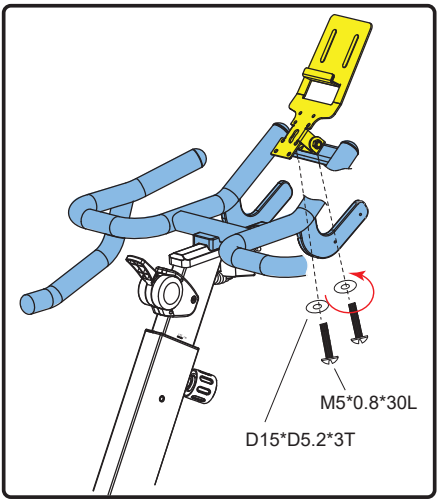


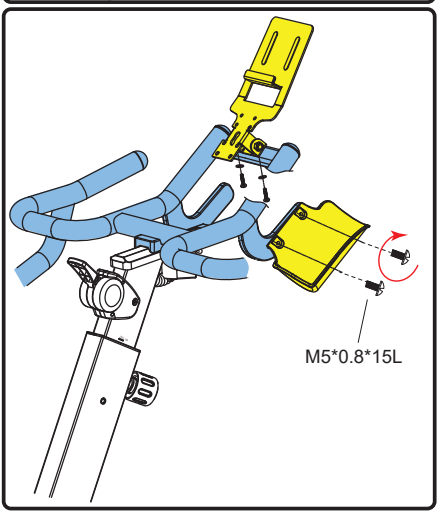

STEP 1
M8*1.25*20L 4pcs
D30*D8.2*3T 4pcs
D15.4*D8.2*2T 4pcs
STEP 2
D31.8*D10.5*3T 1pc
M5*0.8*15L 4pcs
M5*0.8*30L 2pcs
M10*1.5*35L 1pc
D15*D5.2*3T 2pcs
STEP 4
STEP 3
D4*D12*13 1pc
(mm)

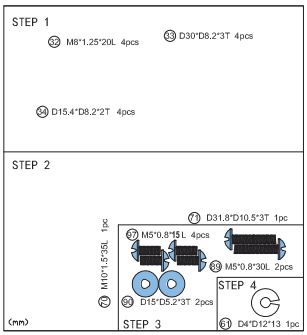

13
15

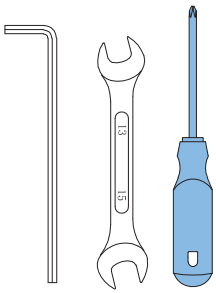
D-03



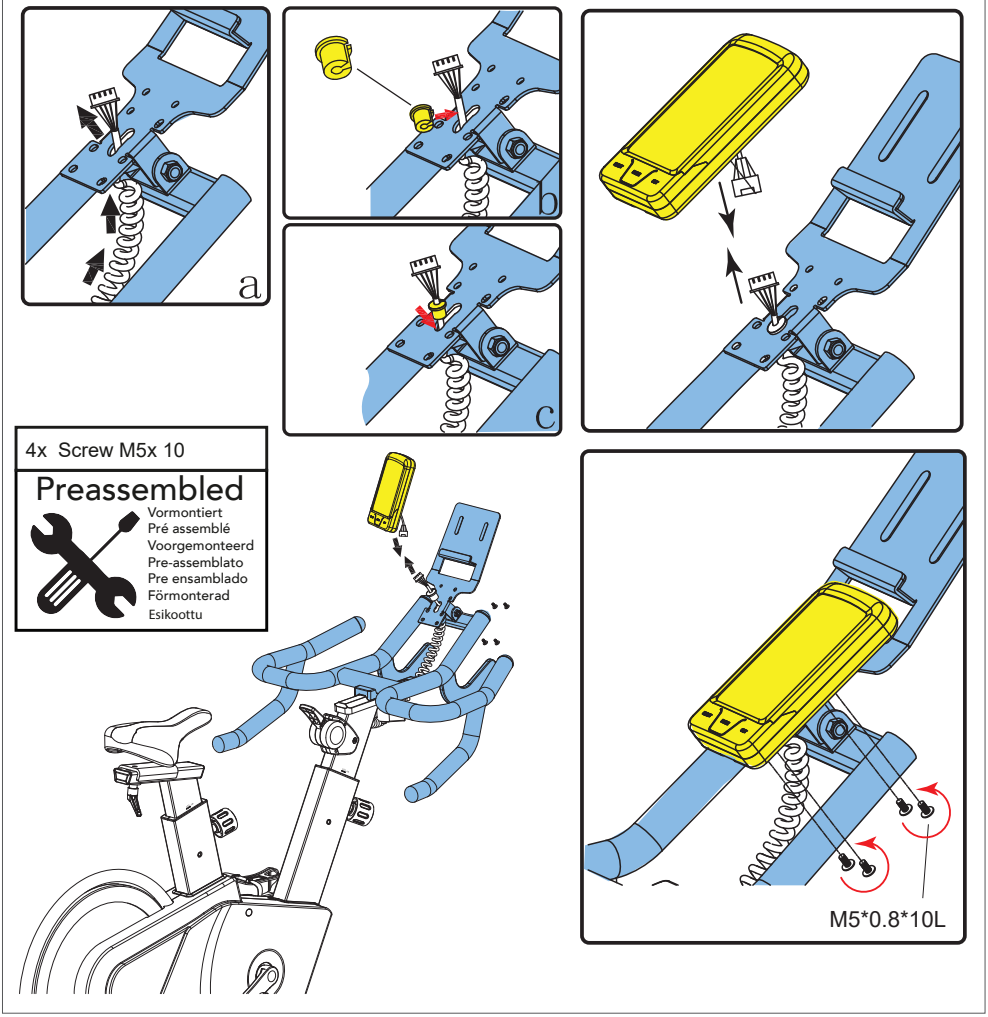

M5*0.8*30L
D15*D5.2*3T

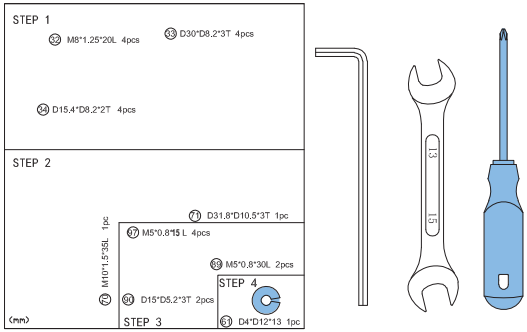

M5*0.8*15L


STEP 1
㉜ M8*1.25*20L 4pcs
㉝ D30*D8.2*3T 4pcs
㉞ D15.4*D8.2*2T 4pcs
STEP 2
⑦ D31.8*D10.5*3T 1pc
㊲ M5*0.8*15L 4pcs
㊳ M5*0.8*30L 2pcs
㊱ M10*1.5*35L 1pc
㉞ D15*D5.2*3T 2pcs
STEP 4
STEP 3
㊵ D4*D12*13 1pc
(mm)

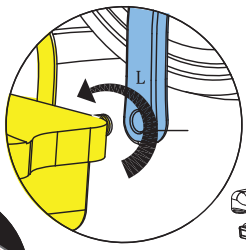

13
13

D-04


a
b
c
4x Screw M5x 10
Preassembled
Vormontiert
Pré assemblé
Voorgemonteerd
Pre-assemblato
Pre ensamblado
Förmonterad
Esikoottu
M5*0.8*10L


STEP 1
M8*1.25*20L 4pcs
D30*D8.2*3T 4pcs
D15.4*D8.2*2T 4pcs
STEP 2
D31.8*D10.5*3T 1pc
M5*0.8*15 L 4pcs
M5*0.8*30L 2pcs
M10*1.5*35L 1pc
D15*D5.2*3T 2pcs
STEP 4
STEP 3
D4*D12*13 1pc
(mm)
13
15

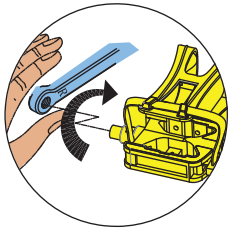
D-05

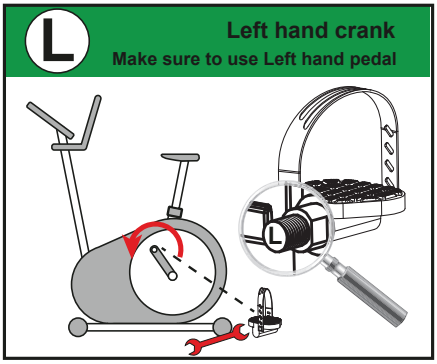


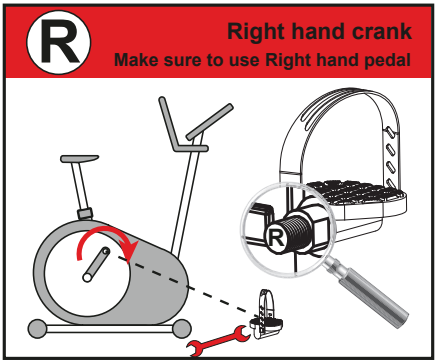


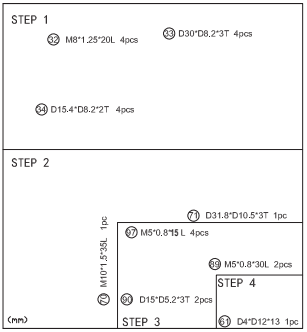
Scan to see YouTube tutorial

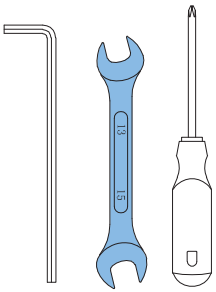




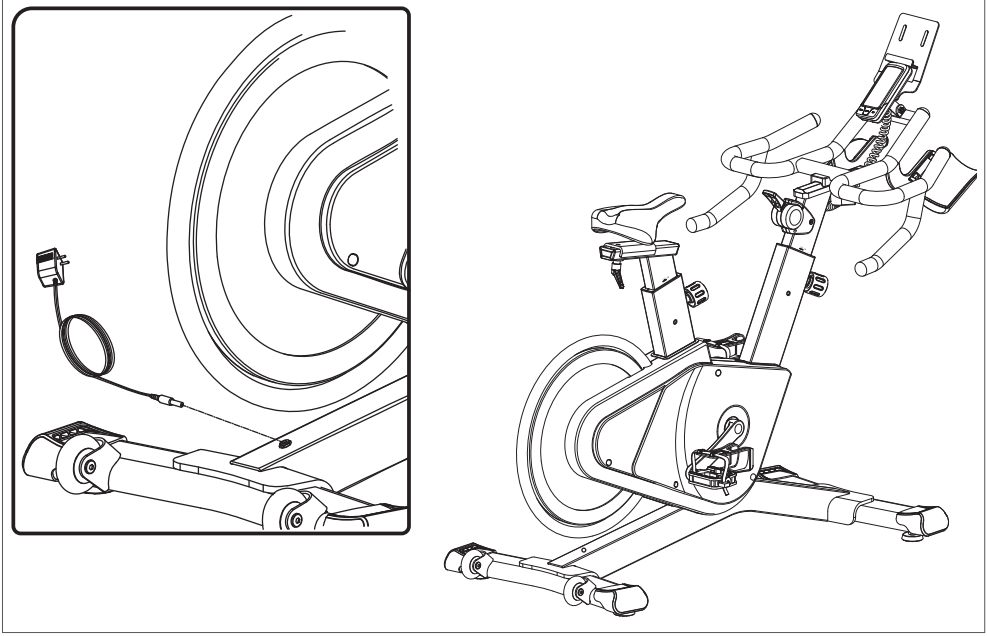




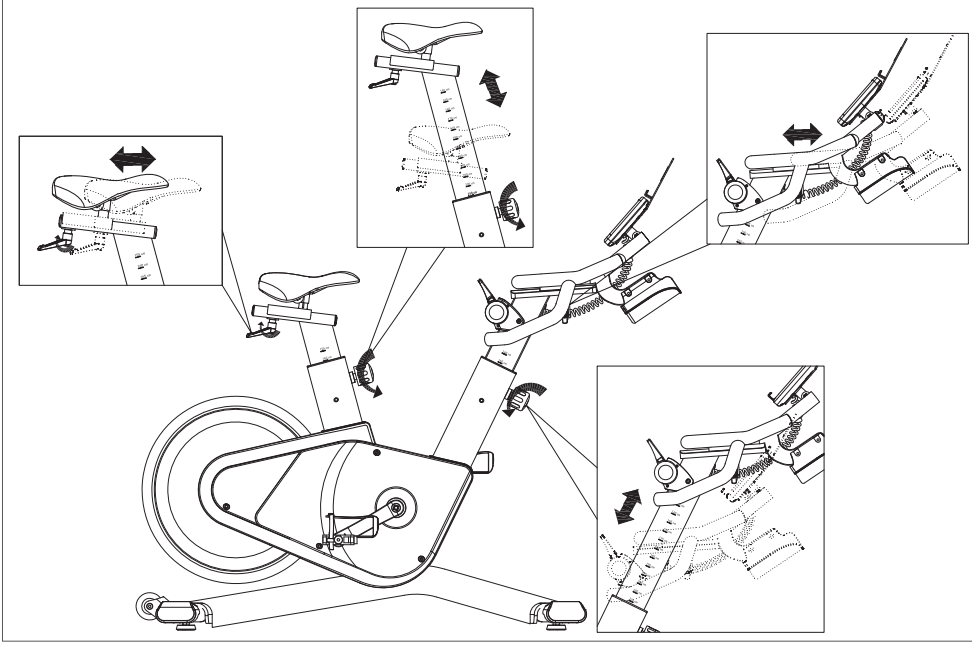




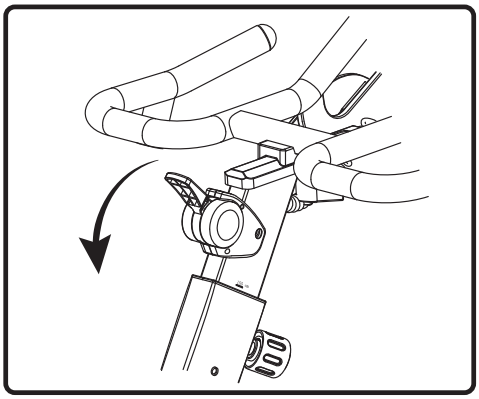
E-1

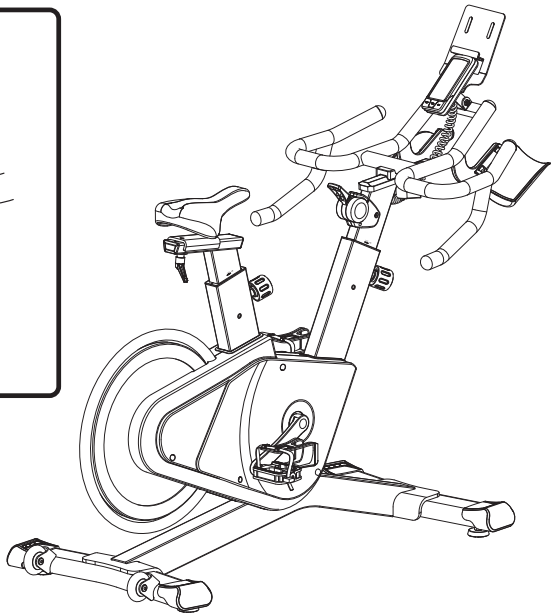


E-2



F-1







USER MANUAL ON OUR WEBSITE

To reduce the impact on the environment,
you will only find the assembly steps in this manual.
To learn how to use and maintain this product,
please download the user manual from:

manuals.tunturi.com

Index

Welcome 12

Safety warnings 12

Assembly instructions 13
Description illustration A 13
Description illustration B 13
Description illustration C 13
Description illustration D 13
Additional assembly information 13
Additional information 14
Free training area (Fig. D-0) 14

Use 14
Adjusting the support feet 14
Power supply 15
Adjusting the horizontal seat position 15
Adjusting the vertical seat position 15
Adjusting the horizontal handlebar position 15
Adjusting the handlebar height 15
Emergency break knob (Fig. G) 15
Use our dual function pedal 15

Warranty 16

Declaration of the manufacturer 16

Disclaimer 16

Welcome

Important Safety Instructions
This manual is an essential part of your training equipment please read all instructions in this manual before you start using this equipment. The following precautions must always be followed:

Safety warnings

⚠ WARNING
- Read the safety warnings and the instructions. Failure to follow the safety warnings and the instructions can cause personal injury or damage to the equipment. Keep the safety warnings and the instructions for future reference.

⚠ WARNING
- Heart rate monitoring systems may be inaccurate.
- Over exercise may result in serious injury or death. If you feel faint stop exercising immediately.

- The equipment is suitable for domestic and professional use only (e.g. hospitals, fire stations, hotels, schools etc.).
- The use of this equipment by children or persons with a physical, sensory, mental or motorial disability, or lack of experience and knowledge can give cause to hazards. Persons responsible for their safety must give explicit instructions or supervise the use of the equipment.
- Before starting your workout, consult a physician to check your health.

- If you experience nausea, dizziness or other abnormal symptoms, immediately stop your workout and consult a physician.
- To avoid muscular pain and strain, start each workout by warming up and finish each workout by cooling down. Remember to stretch at the end of the workout.
- The equipment is suitable for indoor use only. The equipment is not suitable for outdoor use.
- Only use the equipment in environments with adequate ventilation. Do not use the equipment in draughty environments in order not to catch a cold.
- Only use the equipment in environments with ambient temperatures between 10 °C and 35 °C. Only store the equipment in environments with ambient temperatures between 5 °C and 45 °C.
- Do not use or store the equipment in humid surroundings. The air humidity must never be more than 80%.
- Only use the equipment for its intended purpose. Do not use the equipment for other purposes than described in the manual.
- Do not use the equipment if any part is damaged or defective. If a part is damaged or defective, contact your dealer.
- Keep your hands, feet and other body parts away from the moving parts.
- Keep your hair away from the moving parts.
- Wear appropriate clothing and shoes.
- Keep clothing, jewellery and other objects away from the moving parts.
- Make sure that only one person uses the equipment at a time. The equipment must not be used by persons weighing more than 180kg (397 lbs).
- Do not open equipment without consulting your dealer.

Assembly instructions

Description illustration A

The illustration shows what the trainer will looks like after the assembly is completed.
You can use this as a reference during your assembly, but do follow the assembly steps always in the correct sequence as showed in the illustrations.

Description illustration B

The illustration shows what components and parts you should find when un-boxing your product.

!! NOTE
- Small parts can be hidden/ packed in hollow spaces in the Styrofoam product protection
- If a part is missing, contact your dealer.

Description illustration C

The illustration shows the hardware kit that comes with your product.
The hardware kit contains bolts, washers, screws , nuts etc. and the required tools to properly fit your trainer.

Description illustration D

The illustrations shows you in the correct following order how to assembly your trainer best.

⚠ WARNING
- Assemble the equipment in the given order.
- Carry and move the equipment with at least two persons.

⚠ CAUTION
- Place the equipment on a firm, level surface.
- Place the equipment on a protective base to prevent damage to the floor surface.
- Refer to the illustrations for the correct assembly of the equipment.

!! NOTE
- Save the tools provided with this product, after you completed the product assembly, for future service purposes.

Additional assembly information

D5 How to fit the pedals correctly.

!! NOTE
- Right and left side are determined from an exercising positions perspective.

Right hand pedal

Find the "R" or "L" mark on the pedal axle

- Fit the right hand pedal "R" into the right hand crank.
- Firstly turn the pedal axle in clockwise direction by hand.
- Use the wrench to fully tighten the pedal.

Left hand pedal

- Fit the left hand pedal "L" into the left hand crank.
- Firstly turn the pedal axle in counter-clockwise direction by hand.
- Use the wrench to fully tighten the pedal.

Click to see our supportive YouTube video
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

NOTE

- Save the tools provided with this product, after you completed the product assembly, for future service purposes.

Additional information

Packaging disposal

Government guidelines ask that we reduce the amount of waste material disposed of in land fill sites. We therefore ask that you dispose of all packaging waste responsibly at public recycling centres.

End of life disposal

We at Tunturi hope you enjoy many years of enjoyable use from your fitness trainer. However, a time will come when your fitness trainer will come to the end of its useful life. Under 'European WEEE Legislation you are responsible for the appropriate disposal of your fitness trainer to a recognised public collection facility.

Free training area (Fig. D-0)

Front of the equipment

Allow at least 30 cm clearance in front of the equipment.

- The free training area for this section can be shared with other equipment of the same kind when both are facing each other.

Side of the equipment.

Allow at least 60 cm clearance on each side of the equipment.

- The free training area for this section can be shared with other equipment of the same kind when both are facing each other.

Rear side of the equipment

Allow at least 200 cm clearance behind the equipment.

- The free training area for this section cannot be shared with other equipment of the same kind, the extra free space required is depending on the orientation of both equipment and should be the sum of both values.

Use

Adjusting the support feet

The equipment is equipped with adjustable support feet.
If the equipment feels unstable, wobbly, or not levelled well, these support feet can be adjusted to make the required corrections.

- Turn the support feet in/ out as required to put the equipment in a stable and as well possible levelled position.
- Tighten the locknut's* to lock the support feet.

NOTE

- The equipment is most stable when it is as low to the floor as possible. Therefore, start to level the equipment by turning all support feet fully in, before turning out the required support feet to stabilize and level the equipment.

Click to see our supportive YouTube video
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Power supply

The trainer is powered by an external power supply. Refer to the illustration to locate the trainer power input. (Fig. E-1)

!! NOTE

- Connect the power supply with the trainer before connecting it to the wall outlet.
- Always remove power cord when machine is not in use.

Adjusting the horizontal seat position

The horizontal seat position can be adjusted by setting the seat to the required position. (Fig. E-2)

- Loosen the seat rail by turning the quick release lever in clock wise direction.
- Move the seat to the required position.
- Tighten the seat rail by turning the quick release lever in clock wise direction.

!! NOTE

- The quick release lever is spring loaded. To reset the lever position you can pull the lever down, reposition it, and release it again.

Adjusting the vertical seat position

The vertical seat position can be adjusted by setting the seat tube to the required position. (Fig. E-2)
With the leg almost straight, the arch of the foot must touch the pedal at its lowermost point.

- Loosen the seat tube adjustment knob.
- Move the seat tube to the required position.
- Tighten the seat tube adjustment knob.

Adjusting the horizontal handlebar position

The horizontal handlebar position can be adjusted by setting the further or closer to the user to set it into the required position. (Fig. E-2)

- Loosen the handlebar fixture frame by turning the quick release lever in clock wise direction.
- Move the handlebar fixture frame to the required position.
- Tighten the handlebar fixture frame by turning the quick release lever in clock wise direction.

!! NOTE

- The quick release lever is spring loaded. To reset the lever position you can pull the lever down, reposition it, and release it again.

Adjusting the handlebar height

The handlebar height can be adjusted to user height preference to get the best height and the exercise position of the user. (Fig. E-2)

- Support the handlebar before loosen the handlebar adjustment knob, loosen the knob by turning it 2 full rotations counter clockwise, and pull out the spring loaded knob.
- Hold the spring loaded knob pulled out and move the handlebar to the required position.
- When required height is found, release the spring loaded knob, and move the handlebar slightly up/ down to assure the spring loaded knob find the closed fixture position.
- Tighten the handlebar adjustment knob firmly by turning it in clockwise direction.

Emergency break knob (Fig. G)

To activate the emergency brake, press down on the brake tension lever fully and with pressure.

Use our dual function pedal

Attaching Cleats to Your Shoes:

If you have questions it is recommended that you consult a bicycle dealer for assistance, or refer to your shoe manufacturer's instructions.

When fixing the cleat the lateral center line should be under the center of the ball of the foot. Adjust forward and backward via the slots in the shoe sole. Adjust laterally via play between cleat washer and cleat. Tighten cleats very firmly. Cleat position can be fine-tuned, according to personal preference, after trial use. It may take time to find your optimum cleat set-up.

Toe Clips:

All standard toe clips can be attached to the pedals. Use fixing hardware and installation instructions supplied with toe clips and ensure the attachment screws are firmly tightened before use.

To Use Pedals:
Engage cleated shoes in pedals by placing cleat between bindings while pushing down.
Disengage by twisting heel outwards away from exercise bike.
Binding tension is adjustable and should be set so that cleat and shoe do not disengage when pedaling. Use an Allen key to turn tension adjusting screws, clockwise to increase binding tension, counterclockwise to decrease binding tension.

Warranty

Tunturi purchaser's warranty

Warranty terms
The consumer is entitled to the applicable legal rights stated in the national legislation concerning the commerce of consumer goods. This warranty does not restrict these rights. The Purchaser's Warranty is only valid if the item is used in an environment approved by Tunturi New Fitness BV, and is maintained as instructed for that particular equipment. The product-specific approved environment and maintenance instructions are stated in the "user manual" of the product. The "user manual" can be downloaded from our website.
http://manuals.tunturi.com

Declaration of the manufacturer

Tunturi New Fitness BV declares that the product is in conformity with the following standards and directives:
- 2014/30/EU - ElectroMagnetic Compatibility (EMC)
- 2014/35/EU - Low voltage Directive (LVD)
- 2014/53/EU - Radio Equipment Directive (RED)

The product therefore carries the CE label.
The Declaration of Conformity including all standards and directives can be downloaded on our website: https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Disclaimer

© 2023 Tunturi New Fitness BV
All rights reserved.

- The product and the manual are subject to change.
- Specifications can be changed without further notice.
- Check our website for the latest user manual version.



Benutzerhandbuch auf unserer Website

Um die Auswirkungen auf die Umwelt zu reduzieren, finden Sie in dieser Anleitung nur die Montageschritte. Um zu erfahren, wie Sie dieses Produkt verwenden und warten,laden Sie bitte das Benutzerhandbuch von folgender Seite herunter:

manuals.tunturi.com

Deutsch
Diese deutsche Bedienungsanleitung ist eine Übersetzung des englischen Textes. Es können keine Rechte auf diese Übersetzung abgeleitet werden.

Index

Willkommen 17

Warnhinweise zur Sicherheit 17

Montageanleitungen 18
Beschreibung Abbildung A 18
Beschreibung Abbildung B.....18
Beschreibung Abbildung C 18
Beschreibung Abbildung D 18
Zusätzliche Montagehinweise 19
Zusätzliche Informationen 19
Freier Trainingsbereich (Abb. D-0) 19

Gebrauch 19
Einstellen des Stützfußes 19
Stromzufuhr 20
Einstellen der horizontalen Sitzposition.....20
Einstellen der vertikalen Sitzposition.....20
Einstellen der horizontalen Lenkerposition .20
Einstellen der Lenkerhöhe.....20
Notbremsenknopf (Abb. G) 21
doppelfunktionspedals.....21

Garantie 21

Herstellererklärung 21

Haftungsausschluss..... 21

Willkommen

Wichtige sicherheitshinweise
Dieses Handbuch ist ein wesentlicher Bestandteil Ihres Trainingsgerätes. Lesen Sie es bitte sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Trainingsgerät montieren, mit ihm trainieren oder es warten. Bitte bewahren Sie dieses Handbuch auf; es wird Sie jetzt und zukünftig darüber informieren, wie Sie Ihr Gerät benutzen und warten. Befolgen Sie diese Anweisungen immer sorgfältig.

Warnhinweise zur Sicherheit

⚠ WARNUNG
- Lesen Sie die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen. Werden die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen nicht befolgt, kann dies zu Personenverletzungen und Schäden am Gerät führen. Bewahren Sie die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen zur künftigen Bezugnahme auf.

⚠ WARNUNG
- Herzfrequenz-Überwachungssysteme können ungenau sein.
- Eine Überanstrengung kann zu schweren Schädigungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich schwach oder ohnmächtig fühlen, stellen Sie die Übungen unverzüglich ein.

- Das Gerät ist nur für den Heim- und gewerblichen Gebrauch (z.B. Krankenhäuser, Feuerwachen, Hotels, Schulen, usw.) geeignet.
- Wenn dieses Gerät von Kindern oder Personen mit körperlicher, sensorischer, geistiger oder motorischer Behinderung verwendet wird, oder wenn nicht genügend Erfahrung und

Kenntnisse vorhanden sind, kann dies zu Gefahrensituationen führen. Personen, die für deren Sicherheit verantwortlich sind, müssen klare Anweisungen geben oder den Gebrauch des Geräts beaufsichtigen.
- Bevor Sie Ihr Training starten, nehmen Sie Kontakt mit einem Arzt auf, um Ihre Gesundheit kontrollieren zu lassen.
- Falls Sie Übelkeit, ein Schwindelgefühl oder andere anormale Symptome verspüren, hören Sie unverzüglich mit Ihrem Training auf und wenden Sie sich an einen Arzt.
- Um einen Muskelkater zu vermeiden, starten Sie jedes Training mit Aufwärmen und beenden Sie es mit Abkühlen. Denken Sie daran, sich am Ende des Trainings zu dehnen.
- Das Gerät ist nur für den Gebrauch in geschlossenen Räumen geeignet. Das Gerät ist nicht für den Gebrauch im Freien geeignet.
- Verwenden Sie das Gerät nur in Umgebungen mit ausreichender Belüftung. Verwenden Sie das Gerät nicht in zugiger Umgebung, damit Sie sich nicht erkälten.
- Verwenden Sie das Gerät nur in Umgebungen mit Umgebungstemperaturen zwischen 10 °C und 35 °C. Lagern Sie das Gerät nur in Umgebungen mit einer Umgebungstemperatur zwischen 5 °C und 45 °C.
- Verwenden und lagern Sie das Gerät nicht in feuchten Umgebungen. Die Luftfeuchtigkeit darf niemals 80% überschreiten.
- Verwenden Sie das Gerät nur bestimmungsgemäß. Verwenden Sie das Gerät nicht für einen anderen als für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, falls Teile beschädigt oder defekt sind. Ist ein Teil beschädigt oder defekt, wenden Sie sich an Ihren Händler.
- Halten Sie Ihre Hände, Füße und andere Körperteile von den beweglichen Teilen fern.
- Halten Sie Ihr Haar von den beweglichen Teilen fern.
- Tragen Sie entsprechende Kleidung und Schuhe.
- Halten Sie Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern.
- Vergewissern Sie sich, dass das Gerät nur von einer Person auf einmal verwendet wird. Das Gerät darf nicht von Personen verwendet werden, deren Gewicht 180kg (397 lbs) überschreitet.
- Öffnen Sie das Gerät nicht, ohne vorher mit Ihrem Händler zu sprechen.

Montageanleitungen

Beschreibung Abbildung A

Die Abbildung zeigt, wie das Gerät nach der Montage aussehen wird.
Sie können diese bei der Montage als Referenz verwenden, befolgen Sie die Montageschritte aber immer in der richtigen Reihenfolge, wie in den Abbildungen gezeigt.

Beschreibung Abbildung B

Die Abbildung zeigt, welche Komponenten und Teile in der Lieferung enthalten sein sollen.

‼ HINWEIS
- Kleinteile können in Hohlräumen im Styropor-Produktschutz versteckt/verpackt werden
- Fehlt ein Teil, wenden Sie sich an Ihren Händler.

Beschreibung Abbildung C

Die Abbildung zeigt den Zubehörsatz, der mit Ihrem Produkt geliefert wird.
Er enthält Schrauben, Unterlegscheiben, Muttern usw. sowie die erforderlichen Werkzeuge zur ordnungsgemäßen Montage Ihres Trainers.

Beschreibung Abbildung D

Die Abbildungen zeigen Ihnen in der richtigen Reihenfolge, wie Sie Ihren Trainer am besten montieren.

⚠ WARNUNG
- Bauen Sie das Gerät in der angegebenen Reihenfolge zusammen.
- Tragen und bewegen Sie das Gerät mit mindestens zwei Personen.

⚠ VORSICHT
- Stellen Sie das Gerät auf festen, ebenen Boden.
- Stellen Sie das Gerät auf eine schützende Unterlage, um Schäden am Bodenbelag zu vermeiden.
- Der richtige Zusammenbau des Geräts geht aus den Abbildungen hervor.

Zusätzliche Montagehinweise

D5 Pedale korrekt einsetzen

!! HINWEIS

- Rechte und linke Seite werden aus der Perspektive der Übungspositionen definiert.

Rechtes Handpedal

Suchen Sie die Markierung “R” oder “L” auf der Pedalachse

- Stecken Sie das rechte Handpedal “R” in die rechte Handkurbel.
- Drehen Sie zunächst die Pedalachse von Hand im Uhrzeigersinn.
- Verwenden Sie den Schraubenschlüssel, um das Pedal vollständig festzuziehen.

Linkes Handpedal

- Stecken Sie das linke Pedal “L” in die linke Handkurbel.
- Drehen Sie zunächst die Pedalachse von Hand gegen den Uhrzeigersinn.
- Verwenden Sie den Schraubenschlüssel, um das Pedal vollständig festzuziehen.

Klicken Sie hier, um unser unterstützendes YouTube-Video zu sehen. https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

!! HINWEIS

- Heben Sie die Werkzeuge für künftige Zwecke auf, die zu diesem Produkt geliefert wurden, wenn Sie die Montage beendet haben.

Zusätzliche Informationen

Verpackungsentsorgung

Staatliche Vorschriften sagen, dass wir die in Deponien entsorgen Abfallmengen verringern sollen. Daher bitten wir Sie, den gesamten Verpackungsabfall an öffentlichen Recyclingstellen abzugeben

Entsorgung am ende der Lebensdauer

Wir bei Tunturi hoffen, dass Sie Ihren Fitnesstrainer viele Jahre mit Freude nutzen werden. Jedoch wird irgendwann die Zeit kommen, wenn die Ende der Nutzungsdauer des Fitnesstrainers erreicht ist. Gemäß den europäischen WEEE-Gesetzen sind Sie für eine geeignete Entsorgung des Fitnesstrainers bei einer anerkannten öffentlichen Entsorgungsstelle verantwortlich.

Freier Trainingsbereich (Abb. D-0)

Vorderseite des Geräts

Lassen Sie vor dem Gerät einen Abstand von mindestens 30 cm.

- Die freie Trainingsfläche für diesen Bereich kann mit anderen Geräten der gleichen Art geteilt werden, wenn sie einander gegenüberstehen.

Seite des Geräts

Lassen Sie auf jeder Seite des Geräts mindestens 60 cm Platz.

- Dieser freie Bereich kann mit anderen Geräten der gleichen Art geteilt werden, wenn sie einander gegenüberstehen.

Rückseite des Geräts

Lassen Sie hinter dem Gerät mindestens 200 cm Platz.

- Die freie Trainingsfläche für diesen Bereich kann nicht mit anderen Geräten der gleichen Art geteilt werden, der zusätzlich benötigte Freiraum hängt von der Ausrichtung der beiden Geräte ab und sollte die Summe beider Werte sein.

Gebrauch

Einstellen des Stützfußes

Das Gerät ist mit einstellbaren Stützfüßen ausgestattet.
Wenn sich das Gerät instabil, wackelig oder nicht gut nivelliert anfühlt, können diese Stützfüße eingestellt werden, um die erforderlichen Korrekturen vorzunehmen.

- Drehen Sie die Stützfüße nach Bedarf ein/aus, um das Gerät in eine stabile und möglichst waagerechte Position zu bringen.
- Ziehen Sie die Kontermuttern* an, um die Stützfüße zu arretieren.

‼ HINWEIS
- Das Gerät ist am stabilsten, wenn es so niedrig wie möglich auf dem Boden steht. Beginnen Sie daher mit der Nivellierung des Geräts, indem Sie alle Stützfüße ganz hineindrehen, bevor Sie die erforderlichen Stützfüße zur Stabilisierung und Nivellierung des Geräts herausdrehen.

Klicken Sie hier, um unser unterstützendes YouTube-Video zu sehen. https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Stromzufuhr

Das Trainingsgerät wird über eine externe Stromversorgung mit Strom versorgt. Die Position des Stromeingangs für das Trainingsgerät finden Sie auf der Abbildung. (Abb. E-1)

‼ HINWEIS
- Befestigen Sie den Transformator am Trainer bevor Sie diese in der Steckdose stecken.
- Entfernen sie immer das Netzkabel wenn der Trainer nicht benutzt wird.

Einstellen der horizontalen Sitzposition

Die horizontale Sitzposition kann durch Einstellen des Sattels in die gewünschte Position angepasst werden. (Fig. E-2)
- Lösen Sie die Sitzschiene, indem Sie den Schnellspannhebel im Uhrzeigersinn drehen.
- Bewegen Sie den Sattel in die gewünschte Position.
- Ziehen Sie die Sitzschiene fest, indem Sie den Schnellspannhebel im Uhrzeigersinn drehen.

‼ HINWEIS
- Der Schnellspannhebel ist federbelastet. Um die Position des Hebels zurückzusetzen, können Sie den Hebel nach unten ziehen, ihn neu positionieren und wieder loslassen.

Einstellen der vertikalen Sitzposition

Die vertikale Sitzposition kann durch Einstellen des Sitzrohrs auf die erforderliche Position eingestellt werden. (Abb. E-2)

Wenn das Bein fast gerade ist, muss das Fußgewölbe das Pedal am untersten Punkt berühren.
- Lösen Sie den Sitzrohreinstellknopf.
- Bewegen Sie das Sitzrohr in die erforderliche Position.
- Ziehen Sie den Sitzrohreinstellknopf an.

Einstellen der horizontalen Lenkerposition

Die horizontale Lenkerposition kann durch Einstellen des Lenkers weiter oder näher zum Benutzer hin in die gewünschte Position gebracht werden. (Abb. E-2)
- Lösen Sie den Rahmen der Lenkerbefestigung, indem Sie den Schnellspannhebel im Uhrzeigersinn drehen.
- Bringen Sie den Rahmen der Lenkerbefestigung in die gewünschte Position.
- Ziehen Sie den Rahmen der Lenkerbefestigung fest, indem Sie den Schnellspannhebel im Uhrzeigersinn drehen.

‼ HINWEIS
- Der Schnellspannhebel ist federbelastet. Um die Position des Hebels zurückzusetzen, können Sie den Hebel nach unten ziehen, ihn neu positionieren und wieder loslassen.

Einstellen der Lenkerhöhe

Die Lenkerhöhe kann auf die vom Benutzer gewünschte Höhe eingestellt werden, um die beste Höhe und Trainingsposition des Benutzers zu erreichen. (Abb. E-2)
- Stützen Sie den Lenker ab, bevor Sie den Lenkereinstellknopf lösen, lösen Sie den Knopf, indem Sie ihn 2 volle Umdrehungen gegen den Uhrzeigersinn drehen, und ziehen Sie den federbelasteten Knopf heraus.
- Halten Sie den federbelasteten Knopf herausgezogen und bringen Sie den Lenker in die gewünschte Position.
- Wenn die gewünschte Höhe gefunden ist, lassen Sie den federbelasteten Knopf los und bewegen Sie den Lenker leicht nach oben/unten, um sicherzustellen, dass der federbelastete Knopf die verriegelte Befestigungsposition findet.
- Ziehen Sie den Einstellknopf für den Lenker fest an, indem Sie ihn im Uhrzeigersinn drehen.

Notbremsenknopf (Abb. G)

Um die Notbremse zu aktivieren, drücken Sie den Bremsspannhebel vollständig und mit Druck nach unten.

doppelfunktionspedals

Pedalplatten an Ihren Schuhen anbringen:
Bei Fragen sollten Sie sich an einen Radhändler oder Ihren Schuhhersteller wenden.

Wenn Sie die Pedalplatten anbringen, sollte sich die zentrale seitliche Linie unter der Mitte des Fußballens befinden. Die Horizontaleinstellung erfolgt über die Ösen in der Schuhsole. Die Seiteneinstellung erfolgt über das Spiel zwischen Scheibe und Stollen. Pedalplatten gut festziehen. Die Pedalplattenposition kann genau eingestellt werden, je nach persönlicher Vorliebe und nach einem Testlauf. Es kann einige Zeit dauern, bevor Sie Ihre optimale Position gefunden haben.

Pedalhaken:
Alle Standard-Pedalhaken können an diesen Pedalen angebracht werden. Verwenden Sie die Befestigungen, die mit den Pedalhaken geliefert wurden und halten Sie sich an die mitgelieferte Anleitung und achten Sie darauf, dass die Schrauben vor der Verwendung gut festgezogen sind.

Pedale verwenden:
Klicken Sie die Schuhe mit den Pedalplatten in die Pedale ein, indem Sie die Platten zwischen die Bindungen stecken und nach unten drücken.
Lösen Sie die Platte, indem Sie die Schuhe nach außen weg vom Rad drehen.
Die Bindungsstärke ist einstellbar und sollte so sein, dass die Pedalplatte und der Schuhe beim Treten nicht herausrutschen. Verwenden Sie einen Inbusschlüssel zur Einstellung der Bindungsstärke. Drehen Sie die Schraube im Uhrzeigersinn, um die Bindungsstärke zu erhöhen und gegen den Uhrzeigersinn, um die Bindungsstärke zu verringern.

Garantie

Eigentümer-garantie für Tunturi fitnessgeräte.

Garantiebedingungen
Der Käufer hat Anspruch auf die anwendbaren Bestimmungen, die in der jeweiligen nationalen Gesetzgebung für den Handel mit Konsumgütern festgelegt sind. Diese Garantie schränkt diese Rechte nicht ein. Die Garantie des Käufers gilt nur, wenn der Artikel in einer Umgebung verwendet und nach Anweisung gewartet wird, die von Tunturi New Fitness BV für dieses Gerät genehmigt wurde. Die produktspezifisch zugelassene Umgebung und Wartungshinweise sind im "Benutzerhandbuch" des Produkts angegeben. Das "Benutzerhandbuch" kann von unserer Website heruntergeladen werden. http://manuals.tunturi.com

Herstellererklärung

Tunturi New Fitness BV erklärt hiermit, dass das Produkt folgenden Normen und Richtlinien entspricht:
- 2014/30/EU – Elektromagnetische Verträglichkeit (EMV)
- 2014/35/EU – Niederspannungsrichtlinie (LVD)
- 2014/53/EU – Funkgeräterichtlinie (RED)

Das Produkt trägt daher das CE-Kennzeichen.
Die Konformitätserklärung mit allen Normen und Richtlinien kann auf unserer Website heruntergeladen werden: https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Haftungsausschluss

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Alle Rechte vorbehalten.

- Produkt und Handbuch können geändert werden.
- Die technischen Daten können ohne Vorankündigung geändert werden.
- Auf unserer Website finden Sie die neueste Version des Benutzerhandbuchs.



Manuel de l'utilisateur sur notre site web

Afin de réduire l'impact sur l'environnement, vous ne trouverez que les différentes étapes d'assemblage dans ce manuel. Si vous souhaitez apprendre comment utiliser et entretenir ce produit, veuillez télécharger le manuel d'utilisation depuis :

manuals.tunturi.com

Français
Ce manuel français est une traduction de la version anglaise. Notez que la version anglaise est en tête dans le contenu lorsque des différences sont trouvées.

Indice

Bienvenue 22

Avertissements de sécurité 22

Instructions de montage..... 23
Illustration de description A.....23
Illustration de description B.....23
Illustration de description C.....23
Illustration de description D.....23
Informations complémentaires de montage24
Informations supplémentaires.....24
Zone de formation libre (Fig. D-0) 24

Usage..... 24
Réglage des pieds de support.....24
Alimentation électrique.....25
Régler la position horizontale du siège.....25
Réglage de la position verticale de la selle..25
Régler la position horizontale du guidon.....25
Régler la hauteur du guidon.....25
Bouton d'arrêt d'urgence (Image G).....25
Utilisation de la pedale a double fonction ...26

Garantie..... 26

Déclaration du fabricant..... 26

Limite de responsabilité 26

Welkom..... 27

Bienvenue

Consignes de sécurité importantes
Lisez attentivement ce mode d'emploi avant d'assembler, d'utiliser ou d'effectuer l'entretien de votre appareil sportif. Veuillez conserver ce guide, il contient les renseignements dont vous aurez besoin, maintenant et plus tard, pour utiliser et entretenir votre appareil. Suivez toujours les instructions très rigoureusement.

Avertissements de sécurité

⚠ AVERTISSEMENT
- Lisez les avertissements de sécurité et les instructions. Le non respect des avertissements de sécurité et des instructions est une source de blessure et de dégâts de l'équipement. Conservez les avertissements de sécurité et les instructions pour référence ultérieure.

⚠ AVERTISSEMENT
- Les systèmes de suivi de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts. Un exercice excessif peut entraîner des blessures graves voire mortelles. Si vous vous sentez défaillir, interrompez immédiatement l'exercice.

- L'équipement est adapté à un usage domestique et professionnel uniquement (par ex. hôpitaux, caserne de pompiers, hôtels, écoles, etc.).
- L'emploi de cet équipement par des enfants ou des personnes affectés d'un handicap physique, sensoriel, mental ou moteur, voire dont l'expérience ou les connaissances s'avèrent insuffisantes est une source de risques. Les personnes chargées de leur sécurité doivent

leur fournir des instructions explicites ou superviser leur usage de l'équipement.
- Avant de commencer vos exercices, effectuez un bilan de santé auprès d'un médecin.
- Si vous êtes pris de nausées ou de vertiges ou sentez d'autres symptômes normaux pendant l'entraînement, interrompez immédiatement la session et consultez votre médecin.
- Afin d'éviter toutes douleurs et tensions musculaires, commencez vos séances par des échauffements et terminez-les par une récupération. N'oubliez pas de vous étirer après vos exercices.
- L'équipement est uniquement adapté à un usage intérieur. L'équipement ne convient pas à un usage extérieur.
- Utilisez l'équipement uniquement dans des environnements correctement ventilés. N'utilisez pas l'équipement dans des endroits exposés aux courants d'air afin de ne pas vous enrhumer.
- Utilisez l'équipement uniquement à une température ambiante entre 10 °C et 35 °C. Rangez l'équipement uniquement à une température ambiante entre 5 °C et 45 °C.
- N'utilisez et ne rangez pas l'équipement dans un environnement humide. L'humidité de l'air ne doit jamais dépasser 80 %.
- Utilisez l'équipement uniquement pour son usage prévu. N'utilisez pas l'équipement pour d'autres usages que ceux décrits dans le manuel.
- N'utilisez pas l'équipement si l'une de ses pièces est endommagée ou défectueuse. Si une pièce est endommagée ou défectueuse, contactez votre revendeur.
- Maintenez vos mains, vos pieds et les autres parties de votre corps à l'écart des pièces mobiles.
- Maintenez votre chevelure à l'écart des pièces mobiles.
- Portez des vêtements et des chaussures adaptés.
- Maintenez les vêtements, bijoux et autres objets à l'écart des pièces mobiles.
- Assurez-vous qu'une seule personne utilise l'équipement à la fois. L'équipement e doit pas être utilisé par des personnes pesant plus de 180kg (397 lbs).
- N'ouvrez pas l'équipement sans consulter votre revendeur.

Instructions de montage

Illustration de description A

Cette illustration montre ce à quoi le trainer ressemblera une fois le montage terminé.
Vous pouvez l'utiliser au titre de référence lors du montage mais suivez bien les étapes de montage dans l'ordre indiqué tel que les illustrations le montrent.

Illustration de description B

Cette illustration montre les composants et les pièces que vous devez trouver après avoir déballé le produit.

!! REMARQUE
- Les petites pièces peuvent être cachées/ rangées dans des espaces de la protection en polystyrène du produit.
- Si une pièce manque, contactez votre revendeur.

Illustration de description C

Cette illustration montre le kit de quincaillerie fourni avec le produit.
Le kit de quincaillerie contient des boulons, des rondelles, des vis, des écrous, etc. ainsi que les outils vous permettant d'installer correctement votre trainer.

Illustration de description D

Ces illustrations vous indiquent l'ordre de montage correct pour monter votre trainer.

⚠ AVERTISSEMENT
- Assemblez l'équipement dans l'ordre indiqué.
- Deux personnes au moins sont nécessaires pour transporter et déplacer l'équipement.

⚠ PRÉCAUTION
- Placez l'équipement sur une surface plane et ferme.
- Placez l'équipement sur une base protectrice pour éviter d'endommager la surface du sol.
- Consultez les illustrations pour l'assemblage correct de l'équipement.

Informations complémentaires de montage

D5 Comment installer correctement les pédales

‼ REMARQUE
- La droite et la gauche sont définies du point de vue de la position lors de l'exercice.

Pédale droite
Cherchez l'indication « R »(droite) ou « L » (gauche) sur l'axe de la pédale.
- Installez la pédale droite portant l'indication « R » sur le bras de pédale droit.
- Faites d'abord tourner manuellement l'axe de la pédale dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Utilisez la clé pour bien serrer la pédale.

Pédale gauche
- Installez la pédale gauche portant l'indication « L » sur le bras de pédale gauche.
- Faites d'abord tourner manuellement l'axe de la pédale dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
- Utilisez la clé pour bien serrer la pédale.

Cliquez pour voir notre vidéo YouTube d'assistance
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

‼ NOTE
- Conservez les outils livrés avec ce produit après son montage, pour d'éventuels entretiens.

Informations supplémentaires

Élimination des emballages
Les réglementations gouvernementales nous demandent de réduire la quantité de matériaux déposés dans les décharges. C'est pour cela que nous faisons appel à votre responsabilité et vous demandons de déposer les emballages dans des centres de recyclage publics.

Élimination du produit
Chez Tunturi, nous espérons que vous profiterez longtemps de votre appareil de fitness. Cependant, nous savons bien qu'un jour ou l'autre votre machine arrivera au terme de sa vie utile. Selon la directive européenne sur les DEEE, vous êtes responsable de vous séparer correctement de votre appareil de fitness en le déposant dans un site public agréé de récupération des déchets.

Zone de formation libre (Fig. D-0)

Avant de l'équipement
Prévoyez un espace d'au moins 30 cm devant l'appareil.
- La zone d'entraînement libre peut être partagée avec d'autres équipements de même type lorsque les deux se font face.

Côté de l'équipement.
Prévoyez un dégagement d'au moins 60 cm de chaque côté de l'équipement.
- La zone d'entraînement libre peut être partagée avec d'autres équipements de même type lorsque les deux se font face.

Arrière de l'équipement
Prévoyez un espace d'au moins 200 cm derrière l'équipement.
- La zone d'entraînement libre ne peut pas être partagée avec d'autres équipements de même type. L'espace libre supplémentaire requis dépend de l'orientation des deux équipements et doit correspondre à la somme des deux valeurs.

Usage

Réglage des pieds de support

L'équipement est équipé de pieds de support réglables.
Si l'équipement semble instable, bancal ou n'est pas de niveau, vous pouvez régler ces pieds de support afin de procéder aux corrections nécessaires.

- Tournez les pieds de support vers l'intérieur/ vers l'extérieur tel que cela est nécessaire afin de stabiliser l'équipement et pour qu'il soit bien de niveau.
- Serrez les contre-écrous* pour verrouiller les pieds de support.

‼ REMARQUE
- L'équipement est plus stable lorsqu'il est aussi près que possible du sol. Par conséquent, commencez à mettre l'équipement de niveau en tournant complètement tous les pieds de support vers l'intérieur avant de les tourner vers l'extérieur afin de stabiliser l'équipement et de le mettre de niveau.

Cliquez pour voir notre vidéo YouTube d'assistance
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Alimentation électrique

L'alimentation de l'appareil d'entraînement est externe. Reportez-vous à l'illustration pour situer l'entrée de l'alimentation de l'appareil d'entraînement. (Fig. E-1)

NOTE

- Fixer le transformateur sur la achine avant de le brancher dans une prise murale.
- Toujours retirer le cordon d'alimentation lorsque la machine n'est pas en fonctionnement

Régler la position horizontale du siège

La position horizontale du siège peut être réglée en installant le siège dans la position requise. (Fig. E-2)

- Desserrez le rail du siège en tournant le levier de dégagement rapide dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Déplacez le siège dans la position requise.
- Serrez le rail du siège en tournant le levier de dégagement rapide dans le sens des aiguilles d'une montre.

REMARQUE

- Le levier de dégagement rapide est à ressort. Pour réinitialiser la position du levier, vous pouvez tirer le levier vers le bas, le repositionner et le relâcher à nouveau.

Réglage de la position verticale de la selle

La position verticale de la selle est réglable en amenant le tube de selle à la position requise. (Fig. E-2)
Avec la jambe pratiquement droite, la voûte plantaire doit toucher la pédale en son point le plus bas.

- Desserrez le bouton de réglage du tube de selle.
- Amenez le tube de selle à la position requise.
- Serrez le bouton de réglage du tube de selle.

Régler la position horizontale du guidon

La position horizontale du guidon peut être réglée en éloignant ou en rapprochant le guidon de l'utilisateur pour le mettre dans la position souhaitée. (Fig. E-2)

- Détachez le cadre de fixation du guidon en tournant le levier de blocage rapide dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Déplacez le cadre de fixation du guidon dans la position requise.
- Serrez le cadre de fixation du guidon en tournant le levier de blocage rapide dans le sens des aiguilles d'une montre.

REMARQUE

- Le levier de dégagement rapide est à ressort. Pour réinitialiser la position du levier, vous pouvez tirer le levier vers le bas, le repositionner et le relâcher à nouveau.

Régler la hauteur du guidon

La hauteur du guidon peut être ajustée selon les préférences de hauteur de l'utilisateur pour obtenir la meilleure hauteur et la meilleure position d'exercice de l'utilisateur. (Fig. E-2)

- Soutenez le guidon avant de desserrer le bouton de réglage du guidon, desserrez le bouton en le tournant de deux tours complets dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, et retirez le bouton à ressort.
- Maintenez le bouton à ressort tiré vers l'extérieur et déplacez le guidon dans la position souhaitée.
- Lorsque la hauteur requise est trouvée, relâchez le bouton à ressort et déplacez le guidon légèrement vers le haut/bas pour vous assurer que le bouton à ressort trouve la position de fixation fermée.
- Serrez fermement le bouton de réglage du guidon en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

Bouton d'arrêt d'urgence (Image G)

Pour activer le frein d'urgence, appuyez à fond et avec force sur le levier de tension du frein.

Utilisation de la pedale a double fonction

Si vous avez des questions, veuillez consulter un distributeur de vélos pour obtenir de l'aide ou reportez-vous aux instructions du fabricant de chaussures.

Lorsque vous fixez la cale, la ligne centrale latérale doit se trouver sous le centre de la pointe du pied. Réglez vers l'avant et vers l'arrière via les logements dans la semelle de la chaussure. Réglez latéralement via le jeu entre la rondelle de la cale et la cale. Serrez les cales fermement. La position des cales peut être réglée finement en fonction des préférences personnelles après un essai. Cela peut prendre un certain temps avant de trouver la configuration optimale.

Cale-pieds:
Tous les cale-pieds standard peuvent être fixés aux pédales. Utilisez les instructions d'installation et de fixation du matériel fournis avec les cale-pieds et veillez à ce que les vis soient correctement serrées avant utilisation.

Pour utiliser les pédales:
Engagez vos chaussures à cales dans les pédales en plaçant la cale entre les fixations en appuyant vers le bas.
Désengagez en tordant le talon vers l'extérieur du vélo.
La tension de fixation est réglable et doit être réglée de manière à ce que la cale et la chaussure ne se désengagent pas pendant l'exercice. Utilisez une clé Allen pour régler les vis de tension, dans le sens horlogique pour augmenter la tension et dans le sens contraire pour la réduire.

Garantie

Garantie du propriétaire d'un équipment de Tunturi

Conditions de garantie
Le consommateur est protégé par la législation en vigueur concernant le commerce des biens de consommation. Cette garantie ne limite pas ces droits. La Garantie de l'acheteur n'est valide que si le produt est utilisé dans l'envionnement préconisé par la société Tunturi New Fitness BV, et est conservé tel que cela est indiqué pour cet équipement donné. L'environnement approuvé spécifique au produit et les instructions d'entretien sont indiqués dans le « manuel d'utilisation » du produit. Le « manuel d'utilisation » peut être téléchargé sur notre site Web. http://manuals.tunturi.com

Déclaration du fabricant

Tunturi Fitness BV déclare que le produit est conforme aux directives et normes suivantes :
- 2014/30/UE – Compatibilité électromagnétique (CEM)
- 2014/35/UE – Directive basse tension (LVD)
- 2014/53/UE – Directive sur les équipements radioélectriques (RED)

Ce produit porte donc la marque CE.
La déclaration de conformité comprenant toutes les normes et directives peut être téléchargée sur notre site web :
https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Pays-Bas

Limite de responsabilité

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Tous les droits réservés.

- Le produit et le manuel sont sujets à modifications.
- Les spécifications peuvent hanger sans préavis.
- Consultez notre site Web pour obtenir la dernière version du manuel d'utilisation.



Gebruikershandleiding op onze website

Om het milieu te ontzien vindt u alleen de montagestappen in deze handleiding. Om te leren hoe u dit product moet gebruiken en onderhouden, kunt u de gebruikershandleiding downloaden van:

manuals.tunturi.com

Nederlands
Deze Nederlandse handleiding is een vertaling van de Engelse tekst. Aan deze vertaling kunnen geen rechten ontleend worden. De originele Engelse tekst blijft leidend.

Inhoud

Veiligheidswaarschuwingen..... 27

Montage instructies..... 28
Beschrijving afbeelding A.....28
Beschrijving afbeelding B.....28
Beschrijving afbeelding C.....28
Beschrijving afbeelding D 28
Aanvullende montage-informatie 29
Aanvullende informatie 29
Vrije trainingsruimte (Fig. D-0) 29

Gebruik..... 29
Afstellen van de steunvoeten.....29
Stroom voeding.....30
Het zadel horizontaal verstellen.....30
Afstellen van de verticale zadelpositie 30
Het stuur horizontaal verstellen.....30
Het stuur in hoogte verstellen 30
Noodstopknop (Afb. G) 30
Gebruik van de twee functies van de pedalen 31

Garantie..... 31

Verklaring van de fabrikant..... 31

Disclaimer..... 31

Benvenuti 32

Welkom

Belangrijke Informatie
Deze gids is een essentieel onderdeel van uw Tunturi looptrainer. Lees deze gids zorgvuldig door vóórdat u begint met monteren, gebruiken of onderhouden van uw looptrainer. Bewaar de gids op een handige plaats.U kunt er, nu en in de toekomst, nuttige informatie uithalen die u nodig heeft voor het gebruik en het onderhoud van de apparatuur. Volg de instructies altijd met zorg op.

Veiligheidswaarschuwingen

⚠ WAARSCHUWING
- Lees de veiligheid-waarschuwingen en de instructies. Het niet opvolgen van de veiligheid-waarschuwingen en de instructies kan persoonlijk letsel of beschadiging van het toestel veroorzaken. Bewaar de veiligheid-waarschuwingen en instructies voor toekomstig gebruik.

⚠ WAARSCHUWING
- Hartslag-bewakingssystemen kunnen onnauwkeurig zijn. Overmatig trainen kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u zich duizelig voelt, stop dan onmiddellijk met trainen.

- Het toestel is uitsluitend geschikt voor huishoudelijk en professioneel gebruik (bijv. ziekenhuizen, brandweerkazernes, hotels, scholen, etc.).
- Het gebruik van dit toestel door kinderen of personen met fysieke, sensorische, geestelijke of motorische handicaps, of met gebrek aan ervaring en kennis kan gevaar veroorzaken. De personen die verantwoordelijk zijn voor hun

veiligheid moeten uitdrukkelijke instructies geven of toezicht houden op het gebruik van het toestel.
- Als u misselijkheid, duizeligheid of andere abnormale symptomen ervaart, stop dan onmiddellijk met uw training en raadpleeg een arts.
- Om spierpijn en te zware belasting te voorkomen, moet u elke training beginnen met een warming-up en eindigen met een cooling-down. Vergeet niet om uw spieren te strekken aan het einde van de training.
- Het toestel is uitsluitend geschikt voor gebruik binnenshuis. Het toestel is niet geschikt voor gebruik buitenshuis.
- Gebruik het toestel alleen in een omgeving met voldoende ventilatie. Gebruik het toestel niet in een tochtige omgeving om geen kou te vatten.
- Gebruik het toestel alleen in een omgeving met een omgevingstemperatuur tussen 10 °C en 35 °C. Berg het toestel alleen op bij een omgevingstemperatuur tussen 5 °C en 45 °C.
- Gebruik het toestel niet in een vochtige omgeving. Berg het toestel niet op in een vochtige omgeving. De luchtvochtigheid mag nooit meer zijn dan 80%.
- Gebruik het toestel alleen voor het doel waarvoor het gemaakt is. Gebruik het toestel niet voor andere doelstellingen dan beschreven in de handleiding.
- Gebruik het toestel niet als een onderdeel is beschadigd of niet goed werkt. Raadpleeg uw dealer als een onderdeel is beschadigd of niet goed werkt.
- Houd uw handen, voeten en andere lichaamsdelen uit de buurt van de bewegende delen.
- Houd uw haar uit de buurt van de bewegende delen.
- Draag geschikte kleding en schoenen.
- Houd kleding, sieraden en andere voorwerpen uit de buurt van de bewegende delen.
- Zorg ervoor dat het toestel slechts door één persoon tegelijk wordt gebruikt. Het toestel mag niet worden gebruikt door personen die meer dan 180kg (397 lbs) wegen.
- Maak het toestel niet open zonder eerst uw dealer te raadplegen.

Montage instructies

Beschrijving afbeelding A

De illustratie laat zien hoe de trainer er na de montage uitziet.
U kunt dit als referentie gebruiken tijdens de montage, maar volg de montagestappen altijd in de juiste volgorde, zoals aangegeven op de afbeeldingen.

Beschrijving afbeelding B

De illustratie laat zien welke componenten en onderdelen er in uw pakket moeten zitten.

‼ OPMERKING
- Kleine onderdelen kunnen soms enigszins verborgen verpakt zitten in holle ruimtes in het beschermende piepschuimmateriaal om het product.
- Raadpleeg uw dealer als een onderdeel ontbreekt.

Beschrijving afbeelding C

De afbeelding toont de hardwarekit die bij uw product wordt geleverd.
De hardwarekit bevat bouten, ringen, schroeven, moeren etc. en het benodigde gereedschap om uw trainer op de juiste manier te monteren.

Beschrijving afbeelding D

Op de afbeeldingen staat aangegeven in welke volgorde de trainer moet worden gemonteerd.

⚠ WAARSCHUWING
- Monteer het apparaat in de aangegeven volgorde.
- Draag en verplaats het toestel met minstens twee personen.

⚠ VOORZICHTIG
- Zet het toestel op een stevige, vlakke ondergrond.
- Zorg voor een beschermende laag onder het toestel om schade aan het vloeroppervlak te voorkomen.
- Raadpleeg de illustraties voor de juiste assemblage van het toestel.

Aanvullende montage-informatie

D5 Correcte montage van de pedalen

‼ OPMERKING
- Wat links en rechts is, wordt bepaald vanuit de positie op de fiets.

Rechter pedaal
Kijk of er een “R”- of “L”-markering op de pedaalas staat
- Monteer het rechterpedaal “R” in de rechtercrank.
- Draai eerst de pedaalas met de hand met de klok mee.
- Gebruik de steeksleutel om het pedaal goed vast te draaien.

Linker pedaal
- Monteer het linkerpedaal “L” in de linkercrank.
- Draai eerst de pedaalas met de hand tegen de klok in.
- Gebruik de steeksleutel om het pedaal goed vast te draaien.

Klik om onze ondersteunende YouTube-video te bekijken
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

‼ LET OP
- Bewaar, nadat u het apparaat in elkaar hebt gezet, het gereedschap dat bij dit product is geleverd. Dit met het oog op service op een later tijdstip.

Aanvullende informatie

Afvoeren van verpakkingsmateriaal
Overheids-richtlijnen geven aan dat we de hoeveelheid afvalmateriaal afgevoerd naar stortplaatsen moeten verminderen. Daarom vragen we u al het afvalmateriaal op verantwoordelijke wijze af te voeren naar openbare recycling-centra.

Verwijdering aan het eind van de levensduur.
We hopen dat u jarenlang plezier hebt van uw fitnessapparaat. Er komt echter een moment waarop het fitnessapparaat het eind van de bruikbare levensduur heeft bereikt.

Onder de Europese AEEA-wetgeving bent u verantwoordelijk voor het op de juiste wijze afvoeren van uw fitnessapparaat naar een erkend openbaar inzamelpunt.

Vrije trainingsruimte (Fig. D-0)

Voorkant van het apparaat
Zorg voor minstens 30 cm vrije ruimte vóór het apparaat.
- Deze vrije trainingsruimte kan worden gedeeld met andere, soortgelijke apparaten wanneer beide tegenover elkaar staan.

Zijkant van het apparaat
Zorg voor minstens 60 cm vrije ruimte aan elke zijkant van het apparaat
- Deze vrije trainingsruimte kan worden gedeeld met andere, soortgelijke apparaten wanneer beide tegenover elkaar staan.

Achterkant van het apparaat
Zorg voor minstens 200 cm vrije ruimte achter het apparaat
- Deze vrije trainingsruimte kan niet worden gedeeld met andere, soortgelijke apparaten; de extra vrije ruimte die nodig is hangt af van de oriëntatie van beide apparaten en moet de som van beide waarden zijn.

Gebruik

Afstellen van de steunvoeten

De apparatuur is uitgerust met verstelbare steunvoeten.
Als de apparatuur onstabiel aanvoelt, wiebelt, of niet goed waterpas staat, kan dit worden gecorrigeerd door de steunvoeten af te stellen.

- Draai de steunvoeten naar wens naar binnen of naar buiten om de apparatuur in een stabiele en zo vlak mogelijke stand te zetten.
- Draai de borgmoeren* vast om de steunvoeten te vergrendelen.

‼ OPMERKING
- De apparatuur is het meest stabiel wanneer deze zo laag mogelijk bij de grond staat. Begin daarom met het waterpas zetten van de uitrusting door alle steunvoeten volledig naar binnen te draaien, alvorens de vereiste steunvoeten naar buiten te draaien om de uitrusting te stabiliseren en waterpas te zetten.

Klik om onze ondersteunende YouTube-video te bekijken
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Stroom voeding

De trainer werkt op stroom van een extern voedingsnet. Op de illustratie wordt de plaats van de aansluiting op de trainer weergegeven. (Fig. E-1)

‼ LET OP
- Sluit de adapter eerst aan op de trainer voordat u deze aansluit op de wandcontactdoos.
- Verwijder altijd de stroomkabel wanneer e trainer niet in gebruik is.

Het zadel horizontaal verstellen

U kunt de horizontale zitpositie aanpassen door het zadel op de juiste hoogte te stellen. (Afb. E-2)
- Maak de zadelrail los door de snelspanhendel rechtsom te draaien.
- Zet het zadel in de gewenste positie.
- Zet de zadelrail vast door de snelspanhendel rechtsom te draaien.

‼ OPMERKING
- De snelspanhendel werkt met een veer. Om de hendelpositie opnieuw in te stellen kunt u de hendel naar beneden trekken, opnieuw positioneren en weer loslaten.

Afstellen van de verticale zadelpositie

De verticale zadelpositie kan worden afgesteld door de zadelpen in de gewenste positie te zetten. (Fig. E-2)
Met een bijna gestrekt been moet de boog van de voet het pedaal op zijn laagste punt raken.t.
- Draai de stelknop voor de zadelpen los.
- Zet de zadelpen in de gewenste positie.
- Draai de stelknop voor de zadelpen vast.

Het stuur horizontaal verstellen

De horizontale positie van het stuur kan worden aangepast door het in de gewenste positie – verder van de gebruiker af of juist dichterbij – te stellen. (Afb. E-2)
- Maak het stuurbevestigingsframe los door de snelspanhendel rechtsom te draaien.
- Stel het stuurbevestigingsframe op de gewenste positie.
- Zet het stuurbevestigingsframe vast door de snelspanhendel in rechtssom te draaien.

‼ OPMERKING
- De snelspanhendel werkt met een veer. Om de hendelpositie opnieuw in te stellen kunt u de hendel naar beneden trekken, opnieuw positioneren en weer loslaten.

Het stuur in hoogte verstellen

De hoogte van het stuur kan worden aangepast aan de lichaamslengte van de gebruiker voor de optimale hoogte en trainingshouding. (Fig. E-2)
- Houd het stuur vast terwijl u de stuurstelknop losdraait, draai de knop los door deze tweemaal linksom helemaal rond te draaien en trek de geveerde knop naar buiten.
- Houd de geveerde knop uitgetrokken en zet het stuur in de gewenste stand.
- Hebt u de gewenste hoogte gevonden, laat dan de geveerde knop weer los en beweeg de stuurstang iets omhoog/omlaag om ervoor te zorgen dat de geveerde knop goed vast komt te zitten.
- Draai de stuurstelknop stevig vast door hem rechtsom te draaien.

Noodstopknop (Afb. G)

Om de noodrem te activeren, drukt u de remspanningshendel krachtig helemaal naar beneden.

Gebruik van de twee functies van de pedalen

Klampen aan uw schoenen bevestigen:
Als u vragen heeft, kunt u het beste een rijwielhandelaar om advies vragen of de instructies van de schoenenfabrikant raadplegen. Bij bevestiging van de klamp moet de laterale middenlijn zich onder het midden van de bal van de voet bevinden. Via de sleuven in de schoenzool kunt u de klamp verder naar voren of achteren schuiven. De aanpassing aan de zijkanten vindt plaats via de speling tussen de klampring en de klamp. Maak de klampen zeer stevig vast. De positie van de klampen kan nog verder worden verfijnd, op basis van uw persoonlijke voorkeur, na proefgebruik. Het kan enige tijd kosten voordat u de optimale positie van de klampen heeft gevonden.

Toe-Clips:
All standard toe clips can be attached to the pedals. Use fixing hardware and installation instructions supplied with toe clips and ensure the attachment screws are firmly tightened before use.

Het gebruik van de pedalen:
Zet de schoenen met klampen in de pedalen door de klampen tussen de bindingen te plaatsen en omlaag te drukken. Maak de schoenen los van de pedalen door de hiel buitenwaarts te draaien, van de fiets weg.
De spanning van de bindingen is instelbaar en moet zodanig worden ingesteld dat de klampen en de schoenen niet loskomen tijdens het trappen. Gebruik een inbussleutel om de spanning aan te passen: met de wijzers van de klok mee om de spanning van de binding te verhogen, tegen de wijzers van de klok in om de spanning van de binding te verlagen.

Garantie

Garantie voor eigenaars van Tunturi trainingsapparatuur

Garantievoorwaarden
De consument heeft recht op de geldende wettelijke rechten met betrekking tot de handel in consumptiegoederen die worden vermeld in de nationale wet- en regelgeving. Deze garantie zal deze rechten niet beperken. De garantie voor de eigenaar geldt alleen wanneer het apparaat wordt gebruikt in een door Tunturi New Fitness BV voor dat specifieke apparaat toegestane omgeving en wordt onderhouden volgens de aanwijzingen. De goedgekeurde omgeving en onderhoudsinstructies voor het product staan vermeld in de “gebruikershandleiding” van het product. De “gebruikershandleiding” kan worden gedownload van onze website.
http://manuals.tunturi.com

Verklaring van de fabrikant

Tunturi New Fitness BV verklaart dat het product voldoet aan de volgende normen en richtlijnen:
- 2014/30/EU – Elektromagnetische compatibiliteit (EMC)
- 2014/35/EU – Laagspanningsrichtlijn (LVD)
- 2014/53/EU – Richtlijn radioapparatuur (RED)

Het product is derhalve voorzien van het CE-label. De conformiteitsverklaring met alle normen en richtlijnen kan worden gedownload op onze website:
https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Disclaimer

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Alle rechten voorbehouden.

- Het product en de handleiding zijn aan veranderingen onderhevig.
- Specificaties kunnen zonder verdere kennisgeving worden veranderd.
- Raadpleeg onze website voor de meest recente versie van de gebruikershandleiding.



Manuale dell'utente sul nostro sito Web

Per ridurre l'impatto sull'ambiente, le fasi di montaggio saranno disponibili solo in questo manuale.
Per sapere come utilizzare e manutenere questo prodotto, si prega di scaricare il manuale utente all'indirizzo:

manuals.tunturi.com

Italiano
Questo manuale in lingua italiana è una traduzione dalla versione originale del manuale in lingua Inglese. Non si possono trarre diritti di traduzione dalla presente traduzione.

Indice

Precauzioni di sicurezza 32

Istruzioni di montaggio..... 33
Illustrazione di descrizione A 33
Illustrazione di descrizione B.....33
Illustrazione di descrizione C 33
Illustrazione di descrizione D 33
Informazioni aggiuntive sull'assemblaggio ..34
Informazioni aggiuntive.....34
Zona di allenamento libera (Fig. D-0).....34

Utilizzo..... 34
Regolazione dei piedini di appoggio 34
Alimentazione.....35
Regolazione della posizione orizzontale del sedile 35
Regolazione della posizione verticale del sedile 35
Regolazione della posizione orizzontale del manubrio.....35
Regolazione dell'altezza del manubrio 35
Manopola del freno di emergenza (Fig. G)..36
Come usare il nostro pedale a doppia funzione) 36

Garanzia..... 36

Dichiarazione del fabbricante..... 36

Clausola di esonero della responsabilità 36

Benvenuti

Importanti istruzioni di sicurezza
Questo libretto di istruzioni è una parte essenziale della tua attrezzatura da ginnastica. Leggi con attenzione quanto scritto in questa guida, prima del montaggio dei pezzi e prima di fare uso dell'attrezzo o di effettuarne qualunque manutenzione. Ti raccomandiamo pure di conservare la presente guida in un luogo sicuro e a portata di mano; essa ti fornirà, adesso e nel futuro, tutte le istruzioni necessarie all'uso e alla manutenzione della tua attrezzatura da ginnastica. Tali istruzioni devi seguirle sempre con molta attenzione!

Precauzioni di sicurezza

⚠ ATTENZIONE
- Leggere le precauzioni di sicurezza e le istruzioni. La mancata osservanza delle precauzioni di sicurezza e delle istruzioni può causare lesioni personali o danni all'apparecchio. Conservare gli avvisi di sicurezza e le istruzioni per future consultazioni.

⚠ ATTENZIONE
- Il sistema di monitoraggio della frequenza cardiaca può essere impreciso. L'eccessivo esercizio può causare serie lesioni o perfino il decesso. Se si avverte spossatezza, interrompere immediatamente l'allenamento.

- L'apparecchio è adatto esclusivamente per un uso domestico, non professionale.
- L'uso di questo apparecchio da parte di bambini o persone con handicap fisici, sensoriali, mentali o motori o privi di esperienza e di

competenze può causare pericoli. Le persone responsabili per la loro sicurezza devono fornire esplicite istruzioni o supervisionare l'uso dell'apparecchio.
- Prima di iniziare l'allenamento, consultare un medico per verificare il proprio stato di salute.
- Se si avvertono nausea, vertigini o altri sintomi anomali, interrompere immediatamente l'allenamento Per evitare dolori muscolari e sforzi, iniziare ogni allenamento con una fase di riscaldamento e terminare ogni allenamento con una fase di defaticamento. Ricordarsi di eseguire lo stretching al termine dell'allenamento.
- L'apparecchio è adatto esclusivamente per un uso in interni. L'apparecchio non è idoneo per un uso all'aperto.
- Utilizzare l'apparecchio in un ambiente con ventilazione adeguata. Non utilizzare in ambienti esposti alle correnti d'aria per non prendere un raffreddore.
- Utilizzare l'apparecchio esclusivamente in ambienti con temperature comprese fra 10 °C e 35 °C. Conservare l'apparecchio esclusivamente in ambienti con temperature comprese fra 5°C~45°C/ 41°F~113°F.
- Non utilizzare o riporre l'apparecchio in ambienti umidi. L'umidità dell'aria non deve mai superare l'80%.
- Utilizzare l'apparecchio solo per lo scopo previsto. Non utilizzare l'apparecchio per scopi diversi da quelli descritti nel manuale.
- Non usare l'apparecchio se presenta parti danneggiate o difettose. In caso di parti danneggiate o difettose contattare il rivenditore.
- Mantenere mani, piedi e le altre parti del corpo lontani dalle parti in movimento.
- Tenere i capelli lontani dalle parti in movimento.
- Indossare indumenti e scarpe adatti.
- Mantenere abiti, gioielli e altri oggetti lontani dalle parti in movimento.
- Controllare che l'apparecchio venga utilizzato da una sola persona alla volta. L'apparecchio non deve essere utilizzato da persone di peso superiore a 180kg (397 lbs).
- Non smontare l'apparecchio senza aver consultato il rivenditore..

Istruzioni di montaggio

Illustrazione di descrizione A

L'illustrazione mostra l'aspetto del trainer una volta completato l'assemblaggio.
È possibile utilizzarla come riferimento durante l'assemblaggio, ma è importante seguire sempre i passaggi di assemblaggio nella sequenza corretta come illustrato.

Illustrazione di descrizione B

L'illustrazione mostra quali componenti e parti sono presenti al momento del disimballaggio del prodotto.

‼ NOTA

- Le parti di piccole dimensioni potrebbero trovarsi nascoste o infilate in spazi ristretti nella protezione del prodotto in Styrofoam

Illustrazione di descrizione C

L'illustrazione mostra il kit di attrezzatura fornito con il prodotto.
Il kit di attrezzatura contiene bulloni, rondelle, viti, dadi ecc. e gli strumenti necessari per installare correttamente il trainer.

Illustrazione di descrizione D

Le illustrazioni mostrano di seguito l'ordine corretto con cui assemblare il trainer nel modo migliore.

⚠ ATTENZIONE

- Assemblare l'apparecchio nell'ordine indicato.
- Per trasportare e spostare l'apparecchio sono necessarie almeno due persone.

⚠ AVVISO

- Collocare l'apparecchio su una superficie stabile e in piano.
- Collocare l'apparecchio su una base protettiva per evitare danni alla superficie del pavimento.
- Consultare le illustrazioni per il corretto assemblaggio dell'apparecchio.

Informazioni aggiuntive sull'assemblaggio

D5 Come installare i pedali correttamente.

‼ NOTA
- I lati destro e sinistro vengono determinati dalla prospettiva delle posizioni di esercizio.

Pedale destro
Trovare la lettera "R" o "L" sull'asse del pedale
- Installare il pedale destro "R" nella pedivella destra.
- Per prima cosa, ruotare l'asse del pedale manualmente in direzione oraria.
- Utilizzare la chiave inglese per serrare completamente il pedale.

Pedale sinistro
- Installare il pedale sinistro "L" nella pedivella sinistra.
- Per prima cosa, ruotare l'asse del pedale manualmente in direzione antioraria.
- Utilizzare la chiave inglese per serrare completamente il pedale.

Cliccare per vedere il nostro video di supporto su YouTube
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

‼ NOTA
- Conservare tutti gli utensili forniti con questo prodotto, dopo aver completato il montaggio del prodotto, per eventuali necessità di assistenza in futuro.

Informazioni aggiuntive

Smaltimento dell'imballo
Le linee guide governative chiedono di ridurre la quantità di rifiuti smaltiti nelle discariche. Per questo vi chiediamo di smaltire in modo responsabile tutti i rifiuti d'imballo presso dei centri di riciclaggio pubblici.

Smaltimento a fine vita
Noi di Tunturi speriamo che possiate godervi molti anni di piacevole uso dal nostro fitness trainer. Tuttavia, arriverà il momento quando il vostro fitness trainer arriverà alla fine della sua vita utile. Secondo la Legislazione Europea WEEE voi siete responsabili per uno smalTimento appropriato del vostro fitness trainer presso una struttura di raccolta pubblica autorizzata.

Zona di allenamento libera (Fig. D-0)

Parte anteriore dell'attrezzatura
Lasciare almeno 30 cm di spazio davanti all'apparecchiatura.
- La zona di allenamento libera per questa sezione può essere condivisa con altre attrezzature dello stesso tipo quando entrambe sono una di fronte all'altra.

Parte laterale dell'attrezzatura.
Lasciare uno spazio libero di almeno 60 cm su ciascun lato dell'apparecchiatura.
- La zona di allenamento libera per questa sezione può essere condivisa con altre attrezzature dello stesso tipo quando entrambe sono una di fronte all'altra.

Lato posteriore dell'attrezzatura
Lasciare uno spazio libero di almeno 200 cm dietro l'apparecchiatura.
- La zona di allenamento libera per questa sezione non può essere condivisa con altre attrezzature dello stesso tipo, lo spazio libero extra richiesto dipende dall'orientamento di entrambe le attrezzature e dovrebbe essere la somma di entrambi i valori.

Utilizzo

Regolazione dei piedini di appoggio

L'attrezzo è dotato di piedini di appoggio regolabili.
Se risulta instabile, traballante o non ben livellata, questi piedini di appoggio possono essere regolati per apportare le correzioni richieste.

- Avvitare/svitare i piedini di appoggio come richiesto per mettere l'attrezzo in una posizione stabile e il più possibile livellata.)
- Serrare il controdado* per bloccare i piedini di appoggio.

!! NOTA

- L'attrezzo è più stabile se regolato più vicino al pavimento. Pertanto, iniziare a livellare l'attrezzo avvitando completamente tutti i piedini di appoggio, prima di svitare i piedini di appoggio per stabilizzare e livellare l'attrezzo.

Cliccare per vedere il nostro video di supporto su YouTube
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Alimentazione

Il trainer è dotato di un'alimentazione esterna. Fare riferimento all'illustrazione per individuare l'ingresso dell'alimentazione del trainer. (Fig. E-1)

!! NOTA

- Collegare l'alimentazione al trainer prima di inserirla nella presa elettrica.
- Staccare sempre il cavo di alimentazione quando la macchina non viene usata.

Regolazione della posizione orizzontale del sedile

La posizione orizzontale del sedile può essere modificata e regolata come desiderato. (Fig. E-2)

- Allentare la guida del sedile ruotando la leva di sgancio rapido in senso orario.
- Spostare il sedile nella posizione desiderata.
- Fissare la guida del sedile ruotando la leva di sgancio rapido in senso orario.

!! NOTA

- La leva di sgancio rapido è azionata da una molla. Per ripristinare la posizione della leva si può tirare la leva stessa verso il basso, riposizionarla e rilasciarla nuovamente.

Regolazione della posizione verticale del sedile

È possibile regolare la posizione verticale del sedile impostando il reggisella nella posizione richiesta. (Fig. E-2)
Con la gamba quasi stesa, l'arco del piede deve toccare il pedale nel punto più basso.

- Allentare la manopola di regolazione del reggisella.
- Spostare il reggisella nella posizione richiesta.
- Serrare la manopola di regolazione del reggisella.

Regolazione della posizione orizzontale del manubrio

La posizione orizzontale del manubrio può essere modificata spostando [?] a maggiore o minore distanza dall'utente nella posizione desiderata. (Fig. E-2)

- Allentare il telaio di fissaggio del manubrio ruotando la leva di sgancio rapido in senso orario.
- Spostare il telaio di fissaggio del manubrio nella posizione desiderata.
- Fissare il telaio del manubrio ruotando la leva di sgancio rapido in senso orario.

!! NOTA

- La leva di sgancio rapido è azionata da una molla. Per ripristinare la posizione della leva si può tirare la leva stessa verso il basso, riposizionarla e rilasciarla nuovamente.

Regolazione dell'altezza del manubrio

L'altezza del manubrio può essere regolata alla quota ottimale in base alle preferenze e alla posizione di esercizio dell'utente. (Fig. E-2)

- Tenere fermo il manubrio prima di allentare la manopola di regolazione, poi ruotare la manopola di 2 giri completi in senso antiorario e tirarla verso l'esterno.
- Mantenendo la manopola a molla tirata verso l'esterno, spostare il manubrio nella posizione desiderata.
- Una volta trovata l'altezza desiderata, rilasciare la manopola a molla e muovere leggermente il manubrio in su e in giù per accertarsi che la manopola a molla si assesti nella posizione di fissaggio chiusa.
- Stringere saldamente la manopola di regolazione del manubrio ruotandola in senso orario.

Manopola del freno di emergenza (Fig. G)

Per attivare il freno di emergenza, premere fino in fondo e con forza la leva di tensione del freno.

Come usare il nostro pedale a doppia funzione)

Se avete domande da fare vi consigliamo di chiedere assistenza ad un rivenditore di biciclette, o di consultare le istruzioni del produttore delle scarpette.

Quando si fissa la tacchetta, la linea centrale laterale dovrebbe trovarsi sotto il centro del cuscinetto plantare. Regolare avanti e indietro tramite le fessure nella suola della scarpetta. Regolare lateralmente giocando tra la rondella della tacchetta e la tacchetta. Serrare bene le tacchette. La posizione della tacchetta può essere regolata bene, secondo le preferenze personali, dopo un giro di prova. Potrebbe servire del tempo prima di trovare il proprio setup ottimale della tacchetta.

Puntapiedi
Tutti i puntapiedi standard possono essere attaccati ai pedali. Utilizzare viterie e istruzioni d'installazione fornite con i puntapiedi e garantire che le viti di fissaggio siano serrate bene prima dell'uso.

Utilizzo dei pedali
Mettere le scarpette tacchettate nei pedali inserendo la tacchetta fra i lacci premendo giù. Staccarsi ruotando la caviglia lontano dalla bicicletta per gli esercizi. La tensione di connessione è regolabile e andrebbe impostata di modo che la tacchetta e la scarpa non si stacchino quando si pedala. Utilizzare una chiave a brugola per girare le viti di regolazione della tensione, in senso orario per aumentare la tensione, in senso antiorario per diminuirla.

Garanzia

Garanzia dell'attrezzo sportivo Tunturi

Condizioni di garanzia
Il consumatore beneficia dei diritti legali applicabili previsti dalla legislazione nazionale in materia di commercio di beni di consumo. La garanzia non limita tali diritti. La Garanzia dell'acquirente è valida solo se l'articolo viene utilizzato in un ambiente approvato da Tunturi New Fitness BV per quel determinato attrezzo. Le istruzioni relative all'ambiente e di manutenzione specifiche per il prodotto sono riportate nel "manuale utente" del prodotto. Il "manuale utente" può essere scaricato dal nostro sito web. http://manuals.tunturi.com

Dichiarazione del fabbricante

Tunturi New Fitness BV dichiara che questo prodotto è conforme ai seguenti standard e direttive:
- 2014/30/UE – Compatibilità elettromagnetica (EMC)
- 2014/35/UE – Direttiva bassa tensione (LVD)
- 2014/53/UE – Direttiva sulle apparecchiature radio (RED)

Pertanto sul prodotto è apposto il marchio CE. La dichiarazione di conformità, comprensiva di tutte le norme e direttive, può essere scaricata dal nostro sito web:
https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Paesi Bassi

Clausola di esonero della responsabilità

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Tutti i diritti riservati.

- Il prodotto e il manuale sono soggetti a modifiche.
- Le specifiche tecniche possono essere modificate senza preavviso.
- Vedere il nostro sito Web per la versione del manuale più recente.



Manual de usuario en nuestro sitio web

Para reducir el impacto en el medio ambiente, en este manual solo encontrará los pasos de montaje. Para saber cómo usar y mantener este producto, descargue el manual de usuario de:

manuals.tunturi.com

Español
Este manual español es una traducción del texto ingles. No se pueden derivar derechos de esta traducción. El texto original en inglés prevalecerá.

Índice

¡Bienvenido 37

Advertencias de seguridad..... 37

Instrucciones de montaje..... 38
Descripción de la ilustración A.....38
Descripción de la ilustración B.....38
Descripción de la ilustración C.....38
Descripción de la ilustración D.....38
Información adicional de montaje.....39
Información adicional 39
Zona de entrenamiento libre (Fig. D-0).....39

Uso 39
Ajuste de las patas de apoyo.....39
Fuente de alimentación.....40
Ajuste de la posición horizontal del asiento 40
Ajuste de la posición del sillín vertical 40
Ajuste de la posición horizontal del manillar 40
Ajuste de la altura del manillar.....40
Perilla del freno de emergencia (Fig. G-2) ...40
Cómo usar el pedal de doble función.....41

Garantía..... 41

Declaración del fabricante..... 41

Descargo de responsabilidad 41

¡Bienvenido

Informacion y precauciones
Lea atentamente esta guía antes del montaje, uso o mantenimiento de su equipo de ejercicio. Mantenga esta guía en lugar seguro; le brindará hoy y en el futuro la información que necesite para usar y mantener su equipo. Siga siempre atentamente sus instrucciones.

Advertencias de seguridad

⚠ ADVERTENCIA
- Lea las advertencias de seguridad y las instrucciones. De no seguirse las advertencias de seguridad y las instrucciones pueden producirse lesiones personales o daños en la máquina. Conserve las advertencias de seguridad y las instrucciones para su consulta posterior.

⚠ ADVERTENCIA
- Los sistemas de motorización de frecuencia cardíaca pueden ser imprecisos. Un exceso de ejercicio puede provocar lesiones graves o incluso la muerte. Si se siente mareado, deje de hacer ejercicio inmediatamente.

- La máquina es adecuada únicamente para uso doméstico y profesional (p. ej. hospitales, cuarteles de bomberos, hoteles, colegios, etc.).
- El uso de esta máquina por niños o por personas con una discapacidad física, sensorial o motora, o falta de experiencia y conocimientos, puede dar lugar a situaciones de riesgo. Las personas responsables de su seguridad deben dar instrucciones explícitas o supervisar el uso de la máquina.

- Antes de empezar a hacer ejercicio, consulte con un médico para comprobar su estado de salud.
- Si experimenta nauseas, mareos u otros síntomas anormales, deje de hacer ejercicio inmediatamente y consulte con un médico.
- Para evitar dolor y tensión muscular, realice un calentamiento antes de empezar a hacer ejercicio y termine haciendo relajación. Recuerde hacer estiramientos al final de la sesión de ejercicio.
- La máquina es adecuada únicamente para uso en interior. La máquina no es adecuada para un uso en exterior.
- Utilice la máquina únicamente en lugares con una ventilación adecuada. No utilice la máquina en lugares donde haya corriente para no resfriarse.
- Utilice la máquina únicamente en lugares con una temperatura ambiente entre +15°C~+35°C / 59°F~95°F. Almacene la máquina únicamente en lugares con una temperatura ambiente entre +5°C~+45°C / 41°F~113°F..
- No utilice ni almacene la máquina en espacios húmedos. La humedad del aire no debe ser superior al 80%.
- Utilice la máquina sólo para su uso previsto. No la utilice para otros fines que no sean los descritos en el manual.
- La máquina no debe utilizarse si alguna de las piezas ha sufrido daños o tiene algún defecto. Contacte con su proveedor si alguna de las piezas ha sufrido daños o tiene algún defecto.
- Mantenga las manos, los pies y demás partes del cuerpo alejadas de las piezas móviles.
- Mantenga el pelo alejado de las piezas móviles.
- Lleve ropa y calzado adecuado.
- Mantenga la ropa, las joyas y otros objetos alejados de las piezas móviles.
- Asegúrese de que sólo una persona utilice la máquina cada vez. La máquina no debe ser u
- ilizada por personas cuyo peso supere los 180kg (397 lbs).
- No abra la máquina sin consultar con su proveedor.

Instrucciones de montaje

Descripción de la ilustración A

La ilustración muestra cuál debe ser el aspecto de la máquina una vez completado el montaje. Puede utilizar esta ilustración como referencia durante el montaje, pero siga siempre los pasos de montaje en el orden correcto como se muestra en las ilustraciones.

Descripción de la ilustración B

La ilustración muestra los componentes y las piezas que debe encontrar al desembalar el producto.

‼ ATENCIÓN !!

- Las piezas de pequeño tamaño pueden estar ocultas o embaladas en espacios huecos del sistema de protección de poliestireno extruido del producto

Descripción de la ilustración C

La ilustración muestra el juego de tornillería que se suministra con el producto.
El juego de tornillería contiene pernos, arandelas, tornillos, tuercas, etc. y las herramientas necesarias para montar correctamente la máquina.

Descripción de la ilustración D

Las ilustraciones muestran cómo montar mejor la máquina en el orden correcto.

⚠ ADVERTENCIA

- Monte la máquina en el orden indicado.
- Al menos dos personas deben transportar y mover la máquina.

⚠ PRECAUCIÓN

- Coloque la máquina sobre una superficie firme y nivelada.
- Coloque la máquina sobre una base protectora para evitar daños en la superficie del suelo.
- Consulte las ilustraciones para el correcto montaje de la máquina.

Información adicional de montaje

D5 Cómo montar los pedales correctamente.

‼ ATENCIÓN !!
- El lado derecho e izquierdo se determinan desde la perspectiva de las posiciones de ejercicio.

Pedal derecho
Localice la marca "R" o "L" en el eje del pedal
- Monte el pedal derecho "R" en la biela derecha.
- Primero, gire el eje del pedal a mano en sentido de las agujas del reloj.
- Utilice la llave para apretar el pedal por completo.

Pedal izquierdo
- Monte el pedal izquierdo "L" en la biela izquierda.
- Primero, gire el eje del pedal a mano en sentido contrario a las agujas del reloj.
- Utilice la llave para apretar el pedal por completo.

Haga clic para ver nuestro video de ayuda en YouTube
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

‼ NOTA
- Guarde las herramientas suministradas con este producto una vez que haya completado el montaje del producto, para futuros fines de servicio.

Información adicional

Eliminación de embalajes
Las pautas gubernamentales exigen reducir la cantidad de residuos que se depositan en los basureros. Por este motivo, le rogamos que deseche los embalajes de manera responsable en centros públicos de reciclaje.

Eliminación al final de la vida util
Desde Tunturi esperamos que disfrute de su equipo de entrenamiento durante muchos años. No obstante, llegará un momento en que éste llegue al final de su vida útil. Conforme a la Directiva WEEE (relativa a la gestión de residuos procedentes de equipos eléctricos y electrónicos) le corresponde a usted la responsabilidad de desechar adecuadamente su equipo de entrenamiento en un centro público autorizado de recogida.

Zona de entrenamiento libre (Fig. D-0)

Parte delantera del equipo
Deje al menos 30 cm de espacio libre delante del equipo.
- La zona de entrenamiento libre de esta sección puede compartirse con otro equipo del mismo tipo cuando ambos están enfrentados.

Lateral del equipo.
Deje al menos 60 cm de espacio libre a cada lado del equipo.
- La zona de entrenamiento libre de esta sección puede compartirse con otro equipo del mismo tipo cuando ambos están enfrentados.

Parte trasera del equipo
Deje al menos 200 cm de espacio libre detrás del equipo.
- La zona de entrenamiento libre para esta sección no puede compartirse con otros equipos del mismo tipo. El espacio libre adicional requerido depende de la orientación de ambos equipos y debe ser la suma de ambos valores.

Uso

Ajuste de las patas de apoyo

El equipo está equipado con patas de apoyo ajustables.
Si el equipo parece estar inestable, poco firme o no está bien nivelado, estas patas de apoyo se podrán ajustar para realizar las correcciones necesarias.

- Gire las patas de apoyo hacia adentro o hacia afuera según sea necesario para colocar el equipo en una posición estable y lo más nivelada posible.)
- Apriete las contratuercas* para bloquear las patas de apoyo.

‼ ATENCIÓN!
- El equipo es más estable cuando está lo más cerca posible del suelo. Por lo tanto, comience a nivelar el equipo girando todas

las patas de apoyo completamente hacia adentro, antes de girar las patas necesarias para estabilizar y nivelar el equipo.

Haga clic para ver nuestro video de ayuda en YouTube
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Fuente de alimentación

El entrenador se alimenta desde una fuente de alimentación externa. Consulte la ilustración para ubicar la entrada de alimentación del entrenador. (Fig. E-1)

‼ NOTA

- Conecte la fuente de alimentación al entrenador antes de enchufarlo a una toma de corriente de la pared.
- Quite siempre el cable de alimentación cuando no utilice la máquina.

Ajuste de la posición horizontal del asiento

La posición horizontal del asiento se puede ajustar colocando el asiento en la posición adecuada. (Fig. E-2)

- Afloje el carril del asiento girando la palanca de liberación rápida en el sentido de las agujas del reloj.
- Desplace el asiento a la posición deseada.
- Apriete el carril del asiento girando la palanca de liberación rápida en el sentido de las agujas del reloj.

‼ ATENCIÓN!

- La palanca de liberación rápida se acciona por resorte. Para restablecer la posición de la palanca, es necesario tirar de ella hacia abajo, volver a colocarla y soltarla de nuevo.

Ajuste de la posición del sillín vertical

La posición del sillín vertical puede ajustarse situando el tubo del sillín en la posición eseada. (Fig. E-2)
Con la pierna casi recta, el arco del pie debe tocar el pedal en su punto más bajo.

- Afloje el pomo de ajuste del tubo del sillín.
- Mueva el tubo del sillín a la posición deseada.
- Apriete el pomo de ajuste del tubo del sillín.

Ajuste de la posición horizontal del manillar

La posición horizontal del manillar puede ajustarse alejándolo o acercándolo al usuario para colocarlo en la posición deseada.(Fig. E-2)

- Afloje el bastidor de fijación del manillar girando la palanca de liberación rápida en el sentido de las agujas del reloj.
- Coloque el bastidor de fijación del manillar en la posición deseada.
- Apriete el bastidor de fijación del manillar girando la palanca de liberación rápida en el sentido de las agujas del reloj.

‼ ATENCIÓN!

- La palanca de liberación rápida se acciona por resorte. Para restablecer la posición de la palanca, es necesario tirar de ella hacia abajo, volver a colocarla y soltarla de nuevo.

Ajuste de la altura del manillar

La altura del manillar se puede ajustar a la preferencia de altura del usuario para obtener la mejor altura y posición de ejercicio del usuario. (Fig. E-2)

- Apoye el manillar antes de aflojar el pomo de ajuste del manillar, afloje el pomo girándolo 2 vueltas completas en sentido contrario a las agujas del reloj y tire del pomo accionado por resorte.
- Sujete el pomo accionado por resorte tirando hacia fuera y mueva el manillar a la posición deseada.
- Cuando encuentre la altura deseada, suelte el pomo accionado por resorte y desplace el manillar ligeramente hacia arriba/abajo para asegurarse de que el pomo accionado por resorte encuentra la posición de fijación cerrada.
- Apriete firmemente el mando de ajuste del manillar girándolo en el sentido de las agujas del reloj.

Perilla del freno de emergencia (Fig. G-2)

Para activar el freno de emergencia, presione a fondo y con fuerza la palanca tensora del freno.

Cómo usar el pedal de doble función

Si tiene preguntas, le recomendamos que consulte a una tienda de bicicletas para obtener ayuda o consulte las instrucciones de su fabricante de calzado.

Cuando fije el taco, la línea central lateral deberá estar debajo del dorso del pie. Ajuste hacia delante y atrás a través de las ranuras de la suela de la zapatilla. Ajuste lateralmente a través de la holgura entre la arandela del taco y el propio taco. Apriete firmemente los tacos. La posición del taco se podrá ajustar con precisión, conforme a las preferencias personales, después de hacer una prueba. Puede que se requiera cierto tiempo para encontrar el ajuste óptimo del taco.

Calapiés:
Todos los calapiés estandar se pueden agregar a los pedales. Use las instrucciones de fijación de piezas e instalación suministradas con los calapiés y asegúrese de que los tornillos de fijación están firmemente apretados antes de su uso.

Para usar los pedales:
Encaje las zapatillas con tacos en los pedales colocando el taco entre las fijaciones mientras empuja hacia abajo.
Desencájelas girando el talón hacia fuera lejos de la bicicleta de ejercicio.
La tensión de la fijación se puede ajustar y se deberá ajustar de tal manera que el taco y la zapatilla no se desenganchen cuando esté pedaleando. Use una llave Allen para girar los tornillos de ajuste, a la derecha para aumentar la tensión de la fijación y a la izquierda para reducirla.

Garantía

Garantía del propietario del aquipo Tunturi

Condiciones de la garantía

El cliente tiene derecho a los beneficios jurídicos aplicables recogidos en la legislación nacional relativa al comercio de bienes de consumo.
Esta garantía no restringe dichos beneficios. La garantía del cliente solo será válida si se utiliza el producto en un entorno autorizado por Tunturi New Fitness BV y se mantiene tal como se indica para el equipo concreto. Las instrucciones de mantenimiento y medioambientales aprobadas específicas del producto se indican en el "manual del usuario" del producto. El "manual de usuario" se puede descargar en nuestro sitio web. http://manuals.tunturi.com

Declaración del fabricante

Tunturi New Fitness BV declara que el producto es conforme con las siguientes normas y directivas:
- 2014/30/UE – Compatibilidad electromagnética (CEM)
- 2014/35/UE – Directiva de baja tensión (LVD)
- 2014/53/UE – Directiva de equipos radioeléctricos (RED)

Por tanto, el producto dispone de marcado CE.
La declaración de conformidad, que incluye todas las normas y directivas, se puede descargar en nuestro sitio web:
https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Descargo de responsabilidad

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Reservados todos los derechos.

- Tanto el producto como el manual están sujetos a modificaciones.
- Las modificaciones se pueden cambiar sin aviso.
- Consulte nuestra página web para descargar la versión del manual de usuario más reciente.



Användarhandbok på vår webbplats

I syfte att minska miljöpåverkan hittar du monteringsstegen endast i den här handboken. För att lära dig att använda och underhålla den här produkten, kan du ladda ned användarhandboken från:

manuals.tunturi.com

På svenska
Denna handbok är en översättning av den engelska texten. Vi förbehåller oss rätten till eventuella översättningsfel. Den engelska originaltexten råder.

Index

Välkommen 42

Säkerhetsvarningar 42

Monteringsanvisningar 43
Beskrivning illustration A.....43
Beskrivning illustration B.....43
Beskrivning illustration C.....43
Beskrivning illustration D 43
Ytterligare monteringsinformation 43
Ytterligare information.....44
Fritt träningsutrymme (Fig. D-0) 44

Användning 44
Justera stödfötterna.....44
Strömförsörjning 44
Justera sadeln i sidled.....45
Ställa in vertikalt sadelläge.....45
Justera styrets horisontella läge 45
Justera styrets höjd.....45
Nödstoppsknapp (bild G).....45
Så här använder du pedalerna i ett av två möjliga 45

Garanti..... 46

Försäkran från tillverkaren 46

Friskrivning..... 46

Välkommen

Viktiga instruktioner om säkerhet
Läs noga igenom denna handbok innan du monterar,, använder eller reparerar ditt nya träningsredskap. Spara denna handbok; den innehåller information som du behöver nu och i framtiden för att använda och underhålla ditt redskap. Följ alltid dessa instruktioner noggrannt.

Säkerhetsvarningar

⚠ VARNING
- Läs säkerhetsvarningarna och instruktionerna. Om inte säkerhetsvarningarna och instruktionerna följs kan det medföra skador på personer eller utrustningen. Behåll säkerhetsvarningarna och instruktionerna för framtida bruk.

⚠ VARNING
- System för övervakning av hjärtfrekvensen är inte alltid exakta. Överträning kan medföra allvarlig skada eller död. Sluta omedelbart att träna om du känner dig svag.

- Utrustningen är lämplig för hemmet och för professionellt bruk (t.ex. sjukhus, brandstationer, hotell, skolor etc.).
- Om utrustningen används av barn eller personer med fysiska, sensoriska, mentala eller motoriska handikapp, eller som saknar erfarenhet och kunskap, kan detta medföra risker. Personer som är ansvariga för deras säkerhet måste ge tydliga instruktioner, eller övervaka användningen av utrustningen.
- Innan du påbörjar din träning, uppsök en läkare som kan kontrollera din hälsa.

- Om du upplever illamående, yrsel eller andra onormala symptom, avsluta genast din träning och kontakta en läkare.
- Börja varje träningspass med att värma upp och avsluta varje träningspass med nedvarvning för att undvika muskelsmärtor och sträckningar. Kom ihåg att stretcha i slutet av träningen.
- Utrustningen är endast anpassad för användning inomhus. Utrustningen är inte anpassad för användning utomhus.
- Använd endast utrustningen i miljöer med god ventilation. Använd inte utrustningen i dragiga miljöer för att undvika att bli förkyld.
- Använd endast utrustningen i miljöer med temperatur mellan 10°C~35°C/ 50°F~95°F. Förvara endast utrustningen i miljöer med temperatur mellan 5°C~45°C/ 41°F~113°F.
- Använd inte och förvara inte utrustningen i fuktig miljö. Luftfuktigheten får aldrig överstiga 80%.
- Använd endast utrustningen för dess avsedda ändamål. Använd inte utrustningen för andra ändamål än de som beskrivs i handboken.
- Använd inte den här utrustningen om någon del är trasig eller skadad. Om någon del är trasig eller skadad, kontakta din återförsäljare.
- Håll undan händer, fötter och andra kroppsdelar från de rörliga delarna.
- Håll undan håret från de rörliga delarna.
- Bär passande kläder och skor.
- Håll undan kläder, smycken och andra föremål från de rörliga delarna.
- Låt bara en person åt gången använda utrustningen. Utrustningen får inte användas av personer som väger mer än 180kg (397 lbs).
- Öppna inte utrustningen utan att kontakta din återförsäljare.

Monteringsanvisningar

Beskrivning illustration A

På illustrationen kan du se hur träningsredskapet ska se ut efter att monteringen har slutförts.
Du kan använda illustrationen som referens under monteringen, men följ alltid stegen i monteringsinstruktionerna i rätt ordning.

Beskrivning illustration B

På illustrationen kan du se vilka komponenter och delar som du ska hitta när du packar upp produkten.

‼ OBS!
- Små delar kan ligga gömda/vara nedpackade i ihåliga utrymmen i produktskyddet av polystyren.

Beskrivning illustration C

På illustrationen visas de monteringsdelar som följer med produkten.
Monteringsdelarna omfattar bultar, brickor, skruvar, muttrar etc. och de verktyg du behöver för att kunna montera träningsredskapet korrekt.

Beskrivning illustration D

På illustrationerna visas i rätt ordning hur träningsredskapet ska mon

⚠ VARNING
- Montera utrustningen i angiven ordning.
- Var två om att bära och förflytta utrustningen.

⚠ OBS.
- Placera utrustningen på en stabil och jämn yta.
- Placera utrustningen på en skyddande grund för att förhindra att golvet skadas.
- Illustrationerna visar det korrekta sättet att montera utrustningen.

Ytterligare monteringsinformation

D5 Hur ska pedalerna sättas fast korrekt.

‼ OBS!
- Höger och vänster anges sett utifrån hur du sitter när du tränar.

Högra pedalen
Leta efter markeringen ”R” eller ”L” på pedalaxeln
- Fäst den högra pedalen ”R” på det högra vevpartiet.
- Vrid först pedalaxeln medurs för hand.
- Använd skiftnyckeln för att dra fast pedalen ordentligt.

Vänstra pedalen

- Fäst den vänstra pedalen ”L” på det vänstra vevpartiet.
- Vrid först pedalaxeln moturs för hand.
- Använd skiftnyckeln för att dra fast pedalen ordentligt.

Klicka för att se vår stödjande YouTube-video
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

!! ANMÄRKNING

- Spara verktygen som följer med denna produkt när monteringen är klar så att du kan använda dem för framtida servicearbeten.

Ytterligare information

Bortskaffande av förpackning

Riktlinjer från myndigheter uppmanar att vi minskar mängden avfall som placeras i deponier. Vi ber dig därför att borstskaffa allt förpackningsavfall på ett ansvarsfullt sätt på allmänna återvinningscentraler.

Bortskaffande av uttjänt redskap

Vi på Tunturi hoppas att du får många års trevlig användning av ditt träningsredskap. Men det kommer en tid när ditt träningsredskap är uttjänt. Enligt den europeiska WEEE-lagstiftningen, ansvarar du för korrekt bortskaffande av ditt träningsredskap på en allmän återvinningsanläggning.

Fritt träningsutrymme (Fig. D-0)

Framsidan av utrustningen

Se till så att det finns minst 30 cm fritt utrymme framför utrustningen.

- Det fria träningsutrymmet för denna del kan delas med annan utrustning av samma slag genom att placera dem vända mot varandra.

Sidan av utrustningen.

Se till så att det finns minst 60 cm fritt utrymme på varje sida av utrustningen.

- Det fria träningsutrymmet för denna del kan delas med annan utrustning av samma slag genom att placera dem vända mot varandra.

Baksidan av utrustningen

Se till så att det finns minst 200 cm fritt utrymme bakom utrustningen.

- Det fria träningsutrymmet för denna del kan inte delas med annan utrustning av samma slag. Det extra lediga utrymmet som krävs beror på orienteringen av utrustningarna och bör vara summan av båda värdena.

Användning

Justera stödfötterna

Utrustningen är utrustad med justerbara stödfötter.
Om utrustningen känns instabil, ranglig eller inte är korrekt planad, kan dessa stödfötter justeras för att göra nödvändiga korrigeringar.

- Vrid stödfötterna inåt/utåt efter behov för att placera utrustningen i ett stabilt och så plant läge som möjligt.)
- Dra åt låsmuttrarna* för att låsa stödfötterna.

!! OBS

- Utrustningen är mest stabil när den är så nära golvet som möjligt. Börja därför att plana ut utrustningen genom att vrida alla stödfötter helt inåt innan du vrider utåt de stödfötter som krävs för att stabilisera och plana ut utrustningen.

Klicka för att se vår stödjande YouTube-video
https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Strömförsörjning

Träningsredskapet försörjs av en extern strömkälla. Illustrationen visar strömingången på träningsredskapet. (Fig. E-1)

!! ANMÄRKNING

- Anslut strömförsörjningen till träningsredskapet innan det ansluts till vägguttaget.
- Dra alltid ut sladden när maskinen inte använ

Justera sadeln i sidled

Sadelns position kan justeras i sidled genom att ställa in sadeln i önskat läge. (Fig. E-2)
- Lossa sadelröret genom att vrida snabbkopplingsspaken medurs.
- Flytta sadeln till önskad position.
- Dra åt sadelröret genom att vrida snabbkopplingsspaken medurs.

‼ OBS!
- Snabbkopplingsspaken är fjäderbelastad. För att återställa spakens läge kan du dra ner spaken, flytta den och släppa den igen.

Ställa in vertikalt sadelläge

Det vertikala sadelläget kan ställas in genom att placera sadelstången i önskat läge. (Fig. E-2) Med benet nästan rakt måste fotvalvet vidröra pedalen på dess lägsta punkt.
- Lossa vredet för justering av sadelstången.
- Flytta sadelstången till önskat läge.
- Drag åt vredet för justering av sadelstången.

Justera styrets horisontella läge

Styrets horisontella läge kan justeras genom att ställa in det längre bort från eller närmare användaren i önskat läge. (Fig. E-2)
- Lossa styrets fästram genom att vrida snabbkopplingsspaken medurs.
- Flytta styrets fästram till önskad position.
- Dra åt styrets fästram genom att vrida snabbkopplingsspaken medurs.

‼ OBS!
- Snabbkopplingsspaken är fjäderbelastad. För att återställa spakens läge kan du dra ner spaken, flytta den och släppa den igen.

Justera styrets höjd

Styrets höjd kan justeras efter användarens längd för att få bästa höjd och träningsposition för användaren. (Fig. E-2)
- Stöd styret innan du lossar styrets justeringsvred. Lossa vredet genom att vrida det 2 hela varv moturs och dra ut den fjäderbelastade knoppen.
- Håll den fjäderbelastade knoppen utdragen och flytta styret till önskat läge.
- Vid önskad höjd, släpp den fjäderbelastade knoppen och flytta styret något upp/ned för att säkerställa att den fjäderbelastade knoppen hamnar i det fasta fixreingsläget.
- Dra åt styrets justeringsvred ordentligt genom att vrida det medurs.

Nödstoppsknapp (bild G)

För att aktivera nödbromsen, tryck ner bromsspänningsspaken ordentligt.

Så här använder du pedalerna i ett av två möjliga

För närmare beskrivning rekommenderas att rådfråga en återförsäljare eller läsa instruktionerna som kom med dina cykelskor.

När du klickar fast skorna på pedalerna ska pedalens mittlinje och mitten på fotens trampdyna vara i linje. Detta kan justeras i längdriktningen falsen i skosulan. Justera i längdriktningen med spelrummet i klämman. Spänn fast spännena ordentligt. Spännespositionen kan med fördel finjusteras efter hand. Det kan ta ett tag innan du hittat den perfekta positionen.

Tåclips:
Alls standard tåclips kan fästas på pedalerna. Använd monteringsmaterial och installationsinstruktionerna som kom med tåclipsen och se till att se sitter fast ordentligt innan du använder dem.

Använda pedalerna:
Klicka fast cykelskorna i bindningarna och tryck ned. Koppla ur genom att vrida hälen utåt från cykeln.
Bindningsspänningen är justerbar och måste vara tillräcklig så att skon inte kan lossna från pedalen under cyklingen. Använd en insexnyckel och vrid medurs för att öka spänningen och motsols för att minska spänningen.

Garanti

Tunturis ágargarantitunt

Garantivillkor
Konsumenten har rätt till tillämpliga lagliga rättigheter som anges i den nationella lagstiftningen om handel med konsumentvaror. Denna garanti begränsar inte dessa rättigheter. Köparens garanti är endast giltig om produkten används i en miljö som är godkänd av Tunturi New Fitness BV och underhålls enligt instruktionerna för den specifika utrustningen. Den produktspecifika godkända miljön och underhållsinstruktionerna anges i produktens ”användarhandbok”. ”Användarhandboken” kan laddas ned från vår webbplats.
http://manuals.tunturi.com

Försäkran från tillverkaren

Tunturi New Fitness BV försäkrar att produkten uppfyller följande standarder och direktiv:
- 2014/30/EU – Elektromagnetisk kompatibilitet (EMC)
- 2014/35/EU – Lågspänningsdirektivet (LVD)
- 2014/53/EU – Direktivet om radioutrustning (RED)

Produkten är därför CE-märkt.
Försäkran om överensstämmelse, inklusive alla standarder och direktiv, kan laddas ner från vår webbplats: https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Nederländerna

Friskrivning

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Alla rättigheter förbehållna.

- Produkten och handboken kan komma att ändras.
- Specifikationer kan ändras utan förvarning.
- På vår webbplats finns den senaste bruksanvisningen.



Käyttöohje verkkosivuillamme

Ympäristövaikutuksen pienentämiseksi tämä ohje sisältää vain vaiheittaiset asennusohjeet.
Saat ohjeet tämän tuotteen käyttöön lataamalla käyttöohjeen osoitteesta:

manuals.tunturi.com

Suomeksi
Tämä suomennettu käyttöohje on käännetty Englannin kielestä. Pidätämme oikeudet mahdollisiin käännösvirheisiin. Käännös tehty virallisen, englanninkielisen version pohjalta.

Sisältö

Tervetuloa 47

Turvallisuusvaroitukset 47

Kokoamisohjeet 48
Kuvan A kuvaus 48
Kuvan B kuvaus.....48
Kuvan C kuvaus 48
Kuvan D kuvaus 48
Asennusta koskevia lisätietoja 48
Lisätietoa laitteen omistajalle.....49
Vapaa harjoitusalue (kuva D-0) 49

Käyttö..... 49
Tukijalkojen säätö 49
Virtalähde 49
Istuimen säätäminen vaakasuunnassa.....50
Istuimen säätö pystysuunnassa 50
Ohjaustangon säätäminen vaakasuunnassa.50
Ohjaustangon korkeuden säätö.....50
Hätäkatkaisun nuppi (kuva G) 50
Kaksitoimisten poljinten käyttö.....50

Takuu 51

Valmistajan vakuutus 51

Vastuuvapauslauseke..... 51

Tervetuloa

Tärkeitä turvallisuusohjeita
Tämä opas on olennainen osa kuntolaitettasi. Perehdy ohjeisiin huolellisesti ennen kuin asennat, käytät tai huollat kuntolaitettasi. Sinun tulee ehdottomasti säilyttää tämä opas, sillä jatkossa se opastaa Sinua niin kuntolaitteesi tehokkaaseen käyttöön kuin huoltoonkin. Muista aina noudattaa tämän oppaan ohjeita.

Turvallisuusvaroitukset

⚠ VAROITUS
- Lue turvallisuusvaroitukset ja -ohjeet. Turvallisuusvaroitusten ja - ohjeiden jättäminen noudattamatta voi aiheuttaa henkilön loukkaantumisen tai laitevaurion. Säilytä turvallisuusvaroitukset ja - ohjeet myöhempää käyttöä varten.

⚠ VAROITUS
- Sykkeenvalvontajärjestelmät saattavat olla epätarkkoja. Liiallinen harjoittelu saattaa aiheuttaa vakavia vammoja tai kuoleman. Jos tunnet olosi heikoksi, lopeta harjoittelu heti.

- Tämä laite soveltuu sekä koti- että ammattikäyttöön (esim. sairaaloihin, paloasemille, hotelleihin, kouluihin).
- Tämän laitteen käyttö lasten tai fyysisesti, aistillisesti, henkisesti, tai liikunnallisesti rajoittuneiden, tai kokemukseltaan ja tiedoiltaan puutteellisten henkilöiden toimesta voi aiheuttaa vaaratilanteita. Heidän turvallisuudestaan vastuussa olevien henkilöiden on annettava selkeät ja tarkat ohjeet laitteen käytöstä ja valvottava laitteen käyttöä.

- Ennen harjoituksen aloittamista ota yhteys lääkäriin terveystarkastusta varten.
- Jos sinulla on pahoinvointia, huimausta, tai muita epätavallisia oireita, lopeta välittömästi harjoitus ja ota yhteys lääkäriin.
- Vältä lihaskipuja ja venähdyksiä aloittamalla jokainen harjoitus lämmittelyjaksolla ja päätä jokainen harjoitus jäähdyttelyjaksolla. Muista venytellä harjoittelun lopuksi.
- Laite on sopiva vain sisäkäyttöön. Laite ei ole sopiva ulkokäyttöön.
- Käytä laitetta riittävällä tuuletuksella varustetuissa tiloissa. Älä käytä laitetta vetoisissa tiloissa välttääksesi kylmettymisen.
- Käytä laitetta vain ympäristölämpötilassa 10°C~35°C/ 50°F~95°F. Säilytä laitetta vain ympäristölämpötilassa 5°C~45°C/ 41°F~113°F.
- Älä käytä tai säilytä laitetta kosteissa tiloissa. Ilmankosteus ei saa koskaan olla yli 80 %.
- Käytä laitetta vain sen aiottuun tarkoitukseen. Älä käytä laitetta muihin, kuin tässä käyttöoppaassa esitettyihin tarkoituksiin.
- Älä käytä laitetta, jos sen jokin osa on vaurioitunut tai viallinen. Jos osa on vaurioitunut tai viallinen, ota yhteys jälleenmyyjään.
- Pidä kätesi, jalkasi ja kehon muut osat pois liikkuvista osista.
- Pidä hiuksesi pois liikkuvista osista.
- Käytä asianmukaista vaatetusta ja kenkiä.
- Pidä vaatteet, korut ja muut esineet pois liikkuvista osista.
- Varmista, että vain yksi henkilö kerrallaan käyttää laitetta. Yli 180kg (397 lbs) ainava henkilö ei saa käyttää laitetta.
- Älä avaa laitetta ilman yhteydenottoa jälleenmyyjääsi.

Kokoamisohjeet

Kuvan A kuvaus

Kuvassa on esitetty, miltä harjoituslaite näyttää, kun asennus on saatu valmiiksi.
Voit käyttää tätä viitteenä asennuksen aikana, mutta tee asennusvaiheet aina oikeassa järjestyksessä kuvien mukaisesti.

Kuvan B kuvaus

Kuvassa on esitetty, mitä komponentteja ja osia sinun tulisi löytää poistaessasi tuotteen pakkauksesta.

‼ HUOMAUTUS!!
- Pienet osat voivat olla piilossa / pakattuina Styrofoam-tuotesuojan koloihin.

Kuvan C kuvaus

Kuvassa on esitetty tuotteesi mukana tuleva välinepaketti.
Välinepaketti sisältää pultit, aluslaatat, ruuvit, mutterit jne. sekä tarvittavat työkalut harjoittelulaitteen asianmukaiseen asennukseen.

Kuvan D kuvaus

Kuvassa on esitetty oikea järjestys, jota noudattamalla harjoittelulaitteen asennus onnistuu parhaiten.

⚠ VAROITUS
- Kokoonpane laite esitetyssä järjestyksessä.
- Vähintään kahden henkilön on kannettava ja siirrettävä laitetta.

⚠ HUOMAUTUS
- Sijoita laite kovalle, tasaiselle alustalle.
- Asettakaa laite suojajalustalle lattiapinnan vaurioiden estämiseksi.
- Katso piirroksesta laitteen oikea asennus.

Asennusta koskevia lisätietoja

D5 Polkimien asentaminen oikein.

HUOMAUTUS!!
- Oikea ja vasen puoli on määritelty harjoitteluasennosta katsottuna.

Oikean puolen poljin
Etsi ”R”- tai ”L”-merkki poljinakselista.
- Asenna oikean puolen poljin ”R” oikean puolen poljinkampeen.
- Käännä ensin poljinakselia myötäpäivään käsin.
- Kiristä poljin kunnolla käyttämällä jakoavainta.

Vasemman puolen poljin
- Asenna vasemman puolen poljin ”L” vasemman puolen poljinkampeen.
- Käännä ensin poljinakselia vastapäivään käsin.
- Kiristä poljin kunnolla käyttämällä jakoavainta.

Katso YouTube-ohjevideomme napsauttamalla https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=101

!! ILMOITUS
- Kun olet suorittanut asennuksen loppuun, pane tämän tuotteen mukana toimitetut työkalut talteen tulevia huoltotöitä varten.

Lisätietoa laitteen omistajalle

Pakkauksen hävittäminen

Lainsäädäntö ohjeistaa meitä vähentämään kaatopaikoille toimitetun jätteen määrää. Sen vuoksi pyydämme sinua toimittamaan kaikki pakkausjätteet sitä varten tarkoitettuun kierrät

Laitteen hävittäminen käyttoiän päättyessä

Me Tunturilla toivomme, että iloitset kuntolaitteestasi vuosia. Jokainen kuntolaite tulee kuitenkin aikanaan oman käyttöikänsä loppuun. Kotitalouksien sähkö- ja elektroniikkalaiteromua käsittelevien eurooppalaisten määräysten (WEEE) mukaan sinun kuuluu toimittaa kuntolaitteesi sitä varten tarkoitettuun keräyspaikkaan.

Vapaa harjoitusalue (kuva D-0)

Laitteen etuosa

Varaa vähintään 30 cm vapaata tilaa laitteen eteen.
- Tämän osan vapaa harjoitusalue voidaan jakaa muiden samantyyppisten laitteiden kanssa, kun molemmat ovat vastakkain.

Laitteen vieressä.

Varaa vähintään 60 cm vapaata tilaa laitteen vieressä.
- Tämän osan vapaa harjoitusalue voidaan jakaa muiden samantyyppisten laitteiden kanssa, kun molemmat ovat vastakkain.

Laitteen takana

Varaa vähintään 200 cm vapaata tilaa laitteen taakse.
- Tämän osan vapaata harjoittelualuetta ei voida jakaa muiden samantyyppisten laitteiden kanssa, vaan tarvittava ylimääräinen vapaa tila riippuu molempien laitteiden suunnasta, ja sen on oltava molempien arvojen summa.

Käyttö

Tukijalkojen säätö

Laitteessa on säädettävät tukijalat.
Jos laite tuntuu epävakaalta tai huteralta tai se ei ole tasapainossa, tämä voidaan korjata tukijalkoja säätämällä.

- Käännä tukijalat sisään/ulos tarpeen mukaan, jotta saat laitteen tukevaan asentoon ja mahdollisimman hyvin vaakatasoon.
- Lukitse tukijalat kiristämällä lukkomutterin holkit*.

!! HUOMAUTUS
- Laitteet ovat vakaimmillaan, kun ne ovat mahdollisimman lähellä lattiaa. Aloita sen vuoksi laitteiston tasapainotus kääntämällä kaikki tukijalat kokonaan sisään, ennen kuin käännät tarvittavat tukijalat ulos laitteen vakauttamiseksi ja tasapainottamiseksi.

Katso YouTube-ohjevideomme napsauttamalla https://youtu.be/3BiN9mc5Tmw?t=535

Virtalähde

Virtalähde kuntolaitteessa on ulkoinen virtalähde. Katso oheisesta kuvasta, missä kuntolaitteesi virtapiste sijaitsee. (Kuva. E-1)

!! ILMOITUS
- Kiinnitä muuntaja laitteeseen ennen kuin yhdistät sen pistorasiaan.
- Irrota virtajohto seinästä aina kun laitetta ei käytetä.

Istuimen säätäminen vaakasuunnassa

Istuinta voidaan säätää vaakasuunnassa asettamalla istuin haluttuun asentoon. (kuva E-2)
- Löysää istuimen kiskoa kääntämällä pikairrotusvipua myötäpäivään.
- Siirrä istuin haluttuun asentoon.
- Kiristä istuimen kiskoa kääntämällä pikairrotusvipua myötäpäivään.

‼ HUOMAUTUS
- Pikairrotusvipu on jousikuormitteinen. Voit palauttaa vivun asennon vetämällä vivun alas, asettamalla sen uudelleen ja vapauttamalla sen uudelleen.

Istuimen säätö pystysuunnassa

Istuinta voidaan säätää pystysuorassa asettamalla istuin haluttuun kohtaan. (kuva E-2)
Jalka lähes suorana jalkaholvin on kosketettava jalkapoljinta sen alimmassa pisteessä.
- Löysää istuinputken säätönuppia.
- Siirrä istuinputki haluttuun kohtaan.
- Kiristä istuinputken säätönuppi.

Ohjaustangon säätäminen vaakasuunnassa

Ohjaustankoa voidaan säätää vaakasuunnassa asettamalla sitä kauemmaksi tai lähemmäs käyttäjää, jotta se asettuu haluttuun asentoon. (kuva E-2)
- Löysää ohjaustangon kiinnitysrunkoa kääntämällä pikairrotusvipua myötäpäivään.
- Siirrä ohjaustangon kiinnitysrunko haluttuun asentoon.
- Kiristä ohjaustangon kiinnitysrunko kääntämällä pikairrotusvipua myötäpäivään.

‼ HUOMAUTUS
- Pikairrotusvipu on jousikuormitteinen. Voit palauttaa vivun asennon vetämällä vivun alas, asettamalla sen uudelleen ja vapauttamalla sen uudelleen.

Ohjaustangon korkeuden säätö

Ohjaustangon korkeutta voidaan säätää käyttäjän pituuden mukaan parhaan korkeuden ja käyttäjän treeniasennon saavuttamiseksi. (kuva E-2)
- Tue ohjaustanko ennen kuin löysäät ohjaustangon säätönuppia. Löysää nuppia kääntämällä sitä kaksi täyttä kierrosta vastapäivään ja vedä jousikuormitteinen nuppi ulos.
- Pidä jousikuormitteista nuppia ulos vedettynä ja siirrä ohjaustanko haluttuun asentoon.
- Kun vaadittu korkeus löytyy, vapauta jousikuormitteinen nuppi ja liikuta ohjaustankoa hieman ylös/alas varmistaaksesi, että jousikuormitettu nuppi löytää kiinnitysasentonsa.
- Kiristä ohjaustangon säätönuppi tiukasti kääntämällä sitä myötäpäivään.

Hätäkatkaisun nuppi (kuva G)

Aktivoi hätäjarru painamalla jarrun kiristysvipu kokonaan alas käyttämällä painetta.

Kaksitoimisten poljinten käyttö

Jos sinulla on kysyttävää, ota yhteys pyörän jälleenmyyjään tai katso harjoittelukenkiesi mukana tulleita ohjeita.

Kun kiinnität klossia, lateraalisen keskiviivan pitää olla päkiän keskikohdan alla. Säädä eteen ja taakse kengänpohjan urista. Säädä sivusuunnassa klossin ja klossin aluslaatan välyksestä. Kiristä klossit lujasti kiinni. Voit myöhemmin säätää klosseja omien mieltymystesi mukaan, kun olet ensin kokeillut niitä. Parhaan virityksen löytäminen voi viedä jonkin aikaa.

Varvaskoukut
Polkimiin voidaan kiinnittää kaikki yleisesti käytössä olevat varvaskoukut. Kiinnitä varvaskoukut niiden mukana toimitetuilla välineillä valmistajan ohjeiden mukaisesti ja varmista ennen käyttöä, että liitosruuvit ovat tiukalla.

Poljinten käyttö
Kiinnitä klosseilla varustetut kengät polkimiin asettamalla klossi lukkojen väliin ja painamalla samalla alaspäin.
Voit vapauttaa kengän kiertämällä kantapäätä pyörästä ulospäin.

Lukituksen tiukkuutta voidaan säätää, ja se tulee säätää siten, että klossi ja kenkä eivät poljettaessa vapaudu. Voit vääntää lukituksen säätöruuveja kuusiokoloavaimella. Tiukenna lukitusta vääntämällä säätöruuveja myötäpäivään, ja löysennä lukitusta vääntämällä ruuveja vastapäivään.

Takuu

Tunturi-kuntolaitteen omistajan takuu

Takuuehdot
Kuluttaja on oikeutettu soveltuviin, kansallisessa kuluttajatuotteiden kauppaa koskevassa lainsäädännössä mainittuihin lakisääteisiin oikeuksiin. Tämä takuu ei rajoita näitä oikeuksia. Ostajan takuu on voimassa vain, jos tuotetta käytetään ympäristössä, jonka Tunturi New Fitness BV on kyseiselle laitteelle hyväksynyt. Kunkin tuotteen sallitut käyttöympäristöt ja huolto-ohjeet on esitetty tuotteen käyttöohjeessa. Käyttöohje on ladattavissa verkkosivustoltamme.
http://manuals.tunturi.com

Valmistajan vakuutus

Tunturi New Fitness BV vakuuttaa tuotteen täyttävän seuraavien standardien ja direktiivien vaatimukset:
- 2014/30/EU – Sähkömagneettinen yhteensopivuus (EMC)
- 2014/35/EU – Pienjännitedirektiivi (LVD)
- 2014/53/EU – Radiolaitedirektiivi (RED)

Tässä tuotteessa on sen vuoksi CE-merkki. Vaatimustenmukaisuusvakuutus, joka sisältää kaikki standardit ja direktiivit, on ladattavissa verkkosivustoltamme: https://doc.tunturi.com

11-2023

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Alankomaat

Vastuuvapauslauseke

© 2023 Tunturi New Fitness BV
Kaikki oikeudet pidätetään.

- Tuote ja käyttöopas saattavat muuttua.
- Teknisiä tietoja saatetaan muuttaa ilman eri ilmoitusta.
- Katso käyttöohjeiden uusin versio verkkosivustoltamme.

TUNTURI®

FEEL BETTER EVERY DAY

TUNTURI NEW FITNESS B.V.

Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

P.O. Box 60001
1320 AA Almere
The Netherlands

info@tunturi.com
www.tunturi.com

/ TunturiFitness

Tunturi_Fitness

Tunturi
Tunturi Service

20250212-P