

U.N.O.[®]
FITNESS

SPEED GLIDE

Montage- & Bedienungsanleitung



SPEED GLIDE Montage- & Bedienungsanleitung

Art.-Nr.: 11030

SICHERHEITSHINWEISE



Lesen Sie unbedingt die gesamte Bedienungsanleitung vor dem ersten Training genau durch.

Um ein langjähriges, effizientes und sicheres Training zu ermöglichen, ist es unbedingt erforderlich, dass Sie die Wartungs- und Sicherheitsanweisungen dieser Anleitung exakt befolgen und einhalten. Jeder, der Ihr Trainingsgerät nutzen möchte, muss unbedingt über diese Anweisungen vorab informiert werden.

Bitte halten Sie die angegebenen Wartungs- und Sicherheitsanweisungen exakt ein.

Der Crosstrainer darf nur für seinen vorgesehenen Zweck, also für das Ausdauer- und Körpertraining genutzt werden.

Zweckfremde Anwendungen können Gesundheitsschäden, Unfälle oder Beschädigungen des Crosstrainers bewirken, für die seitens des Herstellers keinerlei Haftung übernommen werden kann.

Netzanschluss

- Eine Netzspannung von 220-230 V, 50 Hz wird für den Betrieb des Crosstrainers benötigt.
- Der Crosstrainer darf nur mit dem mitgelieferten Netzkabel an eine geerdete, mit 16 A einzeln abgesicherte und vom Fachmann installierte Steckdose angeschlossen werden.
- Bevor der Crosstrainer an einen anderen Ort bewegt wird oder Sie Wartungsarbeiten durchführen, ziehen Sie immer den Netzstecker aus der Steckdose.
- Verwenden Sie zum Anschluss des Gerätes keine Mehrfachsteckdosen oder Kabeltrommeln.
Sollten Sie ein Verlängerungskabel einsetzen, so muss dieses den VDE-Richtlinien entsprechen.

Aufstellungsort

- Bei der Wahl des Aufstellortes für den Crosstrainer wählen Sie eine Stellfläche, die in jeder Richtung genügend Freiraum bietet (der Freibereich hinter dem Crosstrainer muss mindestens 2 Meter, der vor dem Crosstrainer mindestens 1 Meter und der seitlich neben dem Crosstrainer mindestens 2 Meter betragen).
- Der Trainingsraum sollte während des Trainings gut belüftet sein. Vermeiden Sie Zugluft.
- Setzen Sie ihren Crosstrainer nur im Haus und in ausreichend temperierten Räumen ein. Eine Nutzung im Freien ist nicht möglich.
- Der Crosstrainer ist für den Betrieb in Feuchträumen nicht geeignet und darf dort nicht eingesetzt werden (z.B. Sauna, Schwimmbad...).
- Der Crosstrainer darf nur auf einem ebenen und festen Untergrund betrieben werden. Gleichen Sie Unebenheiten des Bodens gegebenenfalls aus.
- Idealerweise stellen Sie den Crosstrainer auf eine dafür konzipierte Boden-Schutzmatte.
- Achten Sie unbedingt darauf, dass das Netzkabel weder gequetscht noch zur Stolpergefahr werden kann.
- Halten Sie heiße Gegenstände vom Crosstrainer und insbesondere vom Netzkabel fern.
- Bei Betrieb oder im Standby-Modus senden elektrische Geräte eine elektromagnetische Strahlung aus. Deshalb halten Sie strahlungsintensive Geräte, wie Mobiltelefone, Computer, etc. vom Crosstrainer fern, da es zu Fehlfunktionen und Störungen, insbesondere bei der Puls-/Herzfrequenzmessung, kommen kann.

Persönliche Sicherheit

- Während Ihrer Abwesenheit sollte das Netzkabel entfernt werden, damit ein unsachgemäßer Gebrauch durch Dritte verhindert wird.
- Das Training muss sofort abgebrochen werden, wenn Sie während dessen Übelkeit, Schwindelgefühl oder andere anormale Symptome verspüren. Sie sollten in diesem Fall unverzüglich einen Arzt konsultieren.
- Weite Kleidung kann sich während des Trainings in den beweglichen Bauteilen des Crosstrainers verfangen und somit zu Unfällen führen. Trainieren Sie deshalb grundsätzlich nur mit eng anliegender Sportbekleidung.
- Sie sollten während des Trainings Sportschuhe tragen.
- Der Crosstrainer kann und darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
- Stellen Sie unbedingt vor jedem Training sicher, dass der Crosstrainer vollkommen intakt ist. Trainieren Sie auf keinen Fall mit einem fehlerhaften Trainingsgerät.
- Reparaturen dürfen selbstständig nur in Absprache mit einem autorisierten Fachmann und unter Verwendung von Original-Ersatzteilen durchgeführt werden.
- Reinigen Sie nach jeder Trainingseinheit den Crosstrainer, um Beschädigungen durch Körperschweiß zu verhindern.
- Achten Sie immer darauf, dass Flüssigkeit (Getränke, Körperschweiß, etc.) in keinem Fall in den Crosstrainer bzw. in das Cockpit eindringen kann, da dies zu Korrosionen und Beschädigung der mechanischen und elektronischen Bauteile führen kann.
- Für eine Benutzung durch Kinder ist der Crosstrainer in keinem Fall geeignet, da der natürliche Spieltrieb und die Experimentierfreudigkeit von Kindern oft zu unvorhergesehenen Situationen führen kann, für die seitens des Herstellers keinerlei Verantwortung übernommen werden kann. Sollten Sie dennoch Kinder auf dem Crosstrainer trainieren lassen, weisen Sie diese vor dem Training intensiv auf die richtige Handhabung des Gerätes hin und beaufsichtigen Sie das gesamte Training.
- Achten Sie darauf, dass Kinder und Haustiere während des Trainings einen ausreichenden Sicherheitsabstand einhalten und sich unter dem Crosstrainer, speziell im Bereich der beweglichen Bauteile keine Gegenstände befinden.
- Im Ruhezustand ist der Crosstrainer kein Kinderspielzeug. Er darf auf keinen Fall als Klettergerüst oder Spielzeug benutzt werden.
- Während des Betriebes dürfen Hebel und andere Einstellmechanismen den Ablauf nicht stören.
- Bringen Sie ihre Hände nie in die Nähe von beweglichen Teilen.

Dieser Crosstrainer wurde nach neuesten sicherheitstechnischen Erkenntnissen konstruiert und gebaut.

Eventuelle Gefahrenquellen, durch die Verletzungen entstehen können, wurden bestmöglich vermieden oder entsprechend abgesichert. Ausschließlich Erwachsene sollten diesen Crosstrainer nutzen. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Gesundheitsschäden führen!

Die Montage des Crosstrainers muss gewissenhaft von einer erwachsenen Person durchgeführt werden.

Vor dem ordnungsgemäßen Abschluss der Montage darf auf keinen Fall mit dem Training begonnen werden .

Der gesamte Crosstrainer sollte bei regelmäßiger Nutzung einmal pro Monat überprüft werden. Dies gilt besonders für Befestigungsteile wie Muttern, Schrauben und Bolzen.

Um die Sicherheit des Crosstrainers dauerhaft zu gewährleisten, ersetzen Sie durch Verschleiß beschädigte Teile sofort durch Original-Ersatzteile. Erst nach Wiederherstellung der Sicherheit darf der Crosstrainer wieder benutzt werden.

Nehmen Sie keine anderen, als die in dieser Montage- und Bedienungsanleitung beschriebenen Wartungsmaßnahmen und Einstellungen vor.

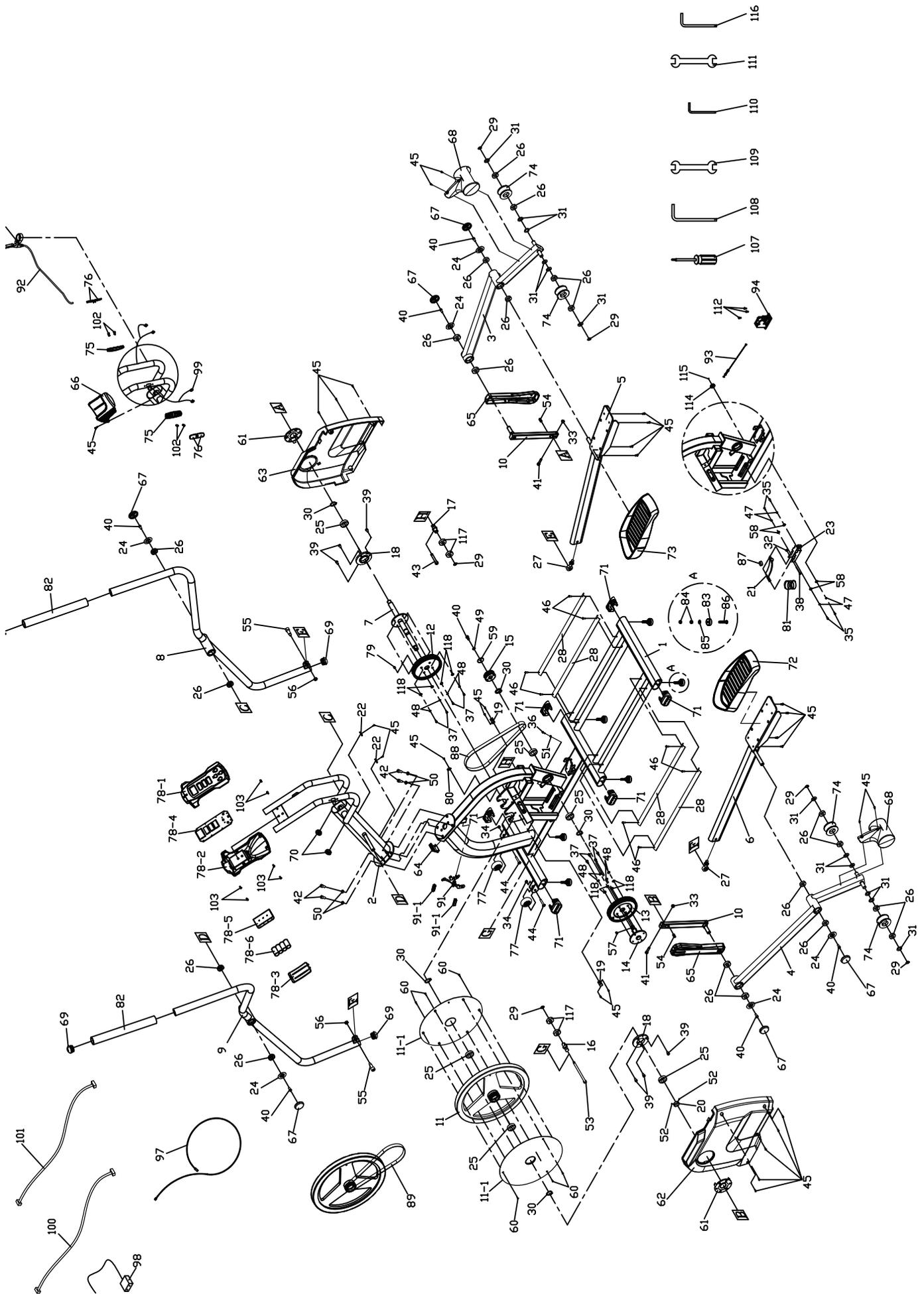
FEATURES

SPEED GLIDE

- Patentierte State of the Art-Technologie. Dieses Gerät ist in der elliptischen Bewegung branchenweit führend. So kann der Benutzer individuell nach seinen eigenen Anforderungen trainieren. Das Workout kann gezielt nach Dauer, Intensität, Häufigkeit und persönliche Ziele eingestellt werden.
- Sicherheit: Dieses Gerät besitzt ein Sicherheitsbremssystem. Dieses Bremssystem ermöglicht das schnelle Stoppen der Schwungscheibe.
- 30kg Schwungscheibe mit einem patentierten Übersetzungssystem bietet eine perfekte Widerstandsverstellung und sorgt für einen sauberen Lauf selbst bei hoher Trittfrequenz.
- Leistungsstarkes Magnetbremssystem garantiert einen sauberen Lauf sowie eine einzigartige Widerstandsverstellung für ein intensives Workout.
- Großzügige Pedale ermöglichen eine präzise Platzierung des Fußes. Sie bleiben auf Grund einer einfachen horizontalen Ausrichtung immer in einer Schrittlänge.
- Auf dem großzügigem LCD Display finden Sie alle nötigen Daten wie Zeit, Umdrehungen pro Minute, Geschwindigkeit, Level, Strecke und Puls.
- Einfacher Transport durch integrierte Transportrollen und einen Transportgriff.

EXPLOSIONSZEICHNUNG

SPEED GLIDE



ERSATZTEILLISTE

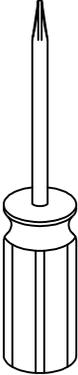
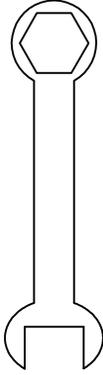
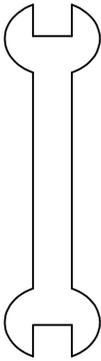
SPEED GLIDE

Nr.	Bezeichnung	Anzahl	Nr.	Bezeichnung	Anzahl
1	Hauptrahmen	1	61	seitl. Abdeckung rund	2
2	Konsolenmast	1	62	seitliche Abdeckung (L)	1
3	Gleitender Pedalarm (R)	1	63	seitliche Abdeckung (R)	1
4	Gleitender Pedalarm (L)	1	64	Endkappe	1
5	Pedalarm (R)	1	65	Kurbelabdeckung	2
6	Pedalarm (L)	1	66	Getränkehalter	1
7	Hauptkurbelachse	1	67	Wellenkugellager	6
8	Pendelarm (R)	1	68	Gleitrollenabdeckung	2
9	Pendelarm (L)	1	69	Schraubenabdeckung	4
10	Kurbelarm	2	70	Endkappe	2
11	Schwungscheibe	1	69	Distanzscheibe	1
11-1	Scheibe	2	70	Schraube	20
12	Ø174 Ghauptriemenscheibe	1	71	Endkappe für Handlauf	6
13	Ø174 Riemenscheibe	1	72	Pedal (L)	1
14	Laufachse	1	73	Pedal (R)	1
15	Scheibe	1	74	Laufrolle	4
16	Achse für Spannrolle (L)	1	75	Handpuls Abdeckung	2
17	Achse für Spannrolle (R)	1	76	Handpuls Metallplatte	4
18	Lager für Kurbelachse	2	77	Transportrikke	2
19	Halterung für seitliche Abdeckung	2	78	Konsole	1
21	Bremsmagnet Befestigungsarm	1	78-1	Obere Konsolenschale	1
22	Bowdenkabel	2	78-2	Untere Konsolenschale	1
23	Bremssystemhalterung	1	78-3	Batteriefach	1
24	Beilagscheibe For M8 Bolt	6	78-4	Console Display Platine	1
25	Kugellager (6005)	6	78-5	Batterieklammer	1
26	Kugellager (6003)	20	78-6	Batterie	4
27	Gelenkkopf	2	79	Magnet	1
28	Laufschiene	4	80	Speed Sensor Halter	1
29	C Ring 17mm	6	81	Bremsfeder	1
30	C Ring 25mm	5	82	Schaumstoff für Handgriffe	2
31	Wellenring 17mm	12	83	Antirutschauflage für Pedal	6
32	Mutter M6 - 6t	1	84	Mutter 3/8" x 7T	12
33	Mutter M8 - 7t	2	85	Flat Washer Ø3/8" x Ø19 x 1.5T	6
34	Mutter 5/16" - 7t	2	86	Inbusschraube 3/8" x 16UNC-2	6
35	Inbusschraube M5 x 0.8 - 12mm	4	87	Bremsmagnet	1
36	Inbusschraube M5 x 0.8 - 20mm	1	88	Poly-V Riemen, 6PK	1
37	Inbusschraube M6 x 1.0 - 15mm	8	89	Type PJ Riemen	1
38	Inbusschraube M6 x 1.0 - 50mm	1	90	Sicherheitsbremse Verstellung	1
39	Inbusschraube M8 x 1.25 - 12mm	6	91	Sicherheitsbremssystem	1
40	Inbusschraube M8 x 1.25 - 15mm	7	91-1	Sicherheitsbremsblock	2
41	Inbusschraube M8 x 1.25 - 35mm	2	92	Kabel für Sicherheitsbremssystem	1
42	Inbusschraube M10 x 1.5 - 20mm	4	93	260m/m Kabel	1
43	Inbusschraube M10 x 1.5-80 mm	1	94	Stellmotor	1
44	Inbusschraube 5/16" x 13/4"	2	97	Geschwindigkeitssensor 850mm	1
45	Kreuzschlitzschraube M5 x 0.8 - 10mm	28	98	Netzkabel 500mm	1
46	Kreuzschlitzschraube M6 x 1.0 - 10mm	8	99	Kabel für Handpuls, Coiled 500mm	1
47	Sprengtring M5	4	100	Computer Kabel (oben) 1500mm	1
48	Sprengtring M6	8	101	Computer Kabel (unten) 1000mm	1
49	Sprengtring M8	1	102	Inbusschraube M5 x 0.8 -12mm	4
50	Sprengtring M10	4	103	Kreuzschlitzschraube M4 x 0.7 - 12mm	6
51	Mutter M5 - 4t	1	107	Schraubendreher	1
52	Set Schraube M5 - 5mm	2	108	8m/m L Schraubenschlüssel	1
53	Schraube M10 x 1.5 x 220L	1	109	17m/m Schraubenschlüssel	1
54	Schlüssel (7 x 7 x 23L)	2	110	5m/m L Schraubenschlüssel	1
55	Schraube M10 x 1.5 x Ø12- 20mm	2	111	13m/m Schraubenschlüssel	1
56	Mutter M10 - 10t	2	112	Kreuzschlitzschraube M5 x 0.8 - 12mm	3
57	Schlüssel 6 x 6 x 16L	1	114	Spannungskabelrolle	1
58	Ø8 x 35 x 3.0T Beilagscheibe	4	115	E Ring E-5	1
59	Ø8 x 35 x .0T	1	116	6m/m L Schraubenschlüssel	1
60	Blechschrabe M4 x 12mm, Black	6	117	Kugellager (6203)	4
			118	Ø6 x Ø16 x 1.0T Beilagscheibe	8



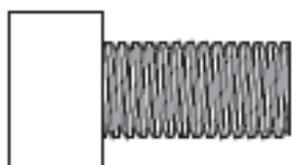
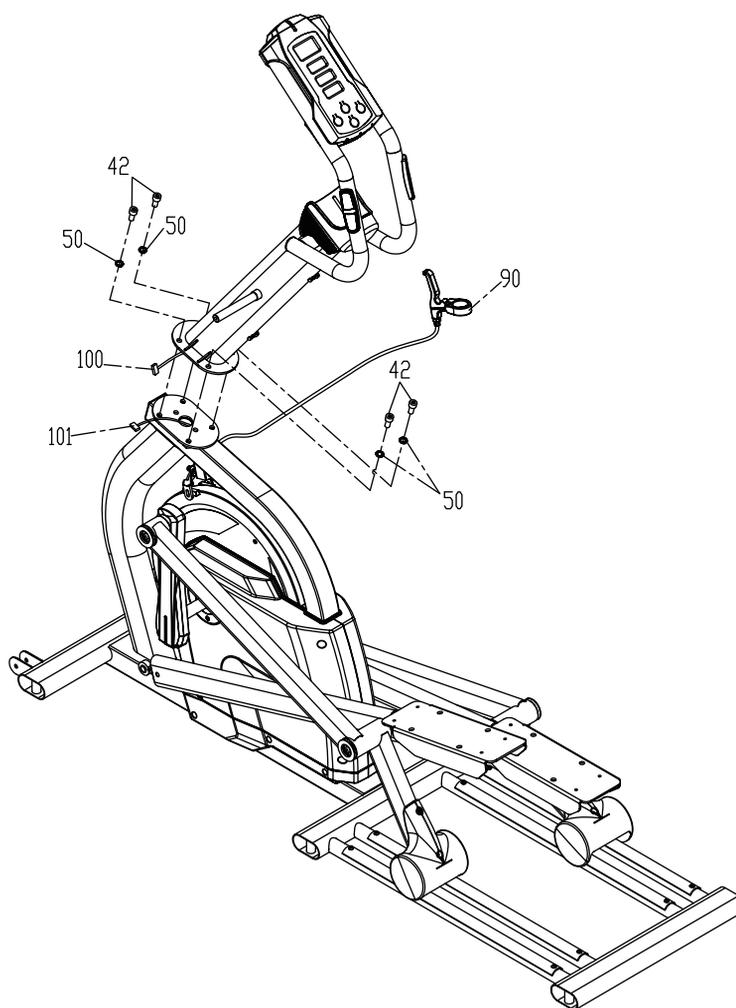
1. Schneiden Sie den Karton entlang der Kennzeichnung auf und entfernen Sie den Karton.
2. Nehmen Sie bitte alle Teile vorsichtig aus der Verpackung und überprüfen Sie die Teile auf Beschädigungen. Wenn Teile fehlen oder beschädigt sind kontaktieren Sie bitte ihren Händler.
3. Entfernen Sie zuerst das Werkzeug aus dem Schraubensatz. Dann gehen Sie bitte Schritt für Schritt vor um Verwechslungen zu vermeiden.

Im Lieferumfang enthaltenes Werkzeug

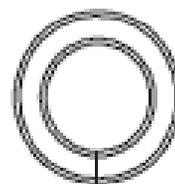
Kreuzschlitz- Schrauben dreher	8mm Inbusschlüssel	17mm Schrauben- Schlüssel
		
5mm Allen Inbusschlüssel	13 & 14mm Schraubenschlüssel	6mm Allen Inbusschlüssel
		

Montage des Konsolen Mast. 1

1. Das Hauptkabel und das Sensorkabel ist vorinstalliert. Bitte montieren Sie den Konsolenmast mit höchster Vorsicht. Bitte ziehen nicht am Kabel und überprüfen ob kein Kabel gequetscht ist.
2. Verbinden Sie das Kabel (100) mit dem Kabel (101).
3. Platzieren Sie den Konsolenmast auf die dafür vorgesehene Befestigungsplatte. Bitte stellen Sie sicher, dass Sie bei der Montage kein Kabel quetschen.
4. Nun befestigen Sie bitte den Konsolenmast mit den Schrauben (42) und den Sprengringen (50). Ziehen Sie die Schrauben mit dem 8mm Inbusschlüssel (108) fest an.
5. Montieren Sie die Widerstandsverstellung (90) wie unten beschrieben:
 - Bitte lösen Sie die Schraube und die Mutter auf der Rückseite der Widerstandsverstellung mit dem Kreuzschlitzschraubendreher (107)
 - Bitte montieren Sie nun die Widerstandsverstellung an der Vorderseite des aufrechten Konsolenrahmens und ziehen die Schraube mit dem Kreuzschlitzschraubendreher (107) wieder fest.



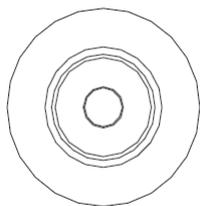
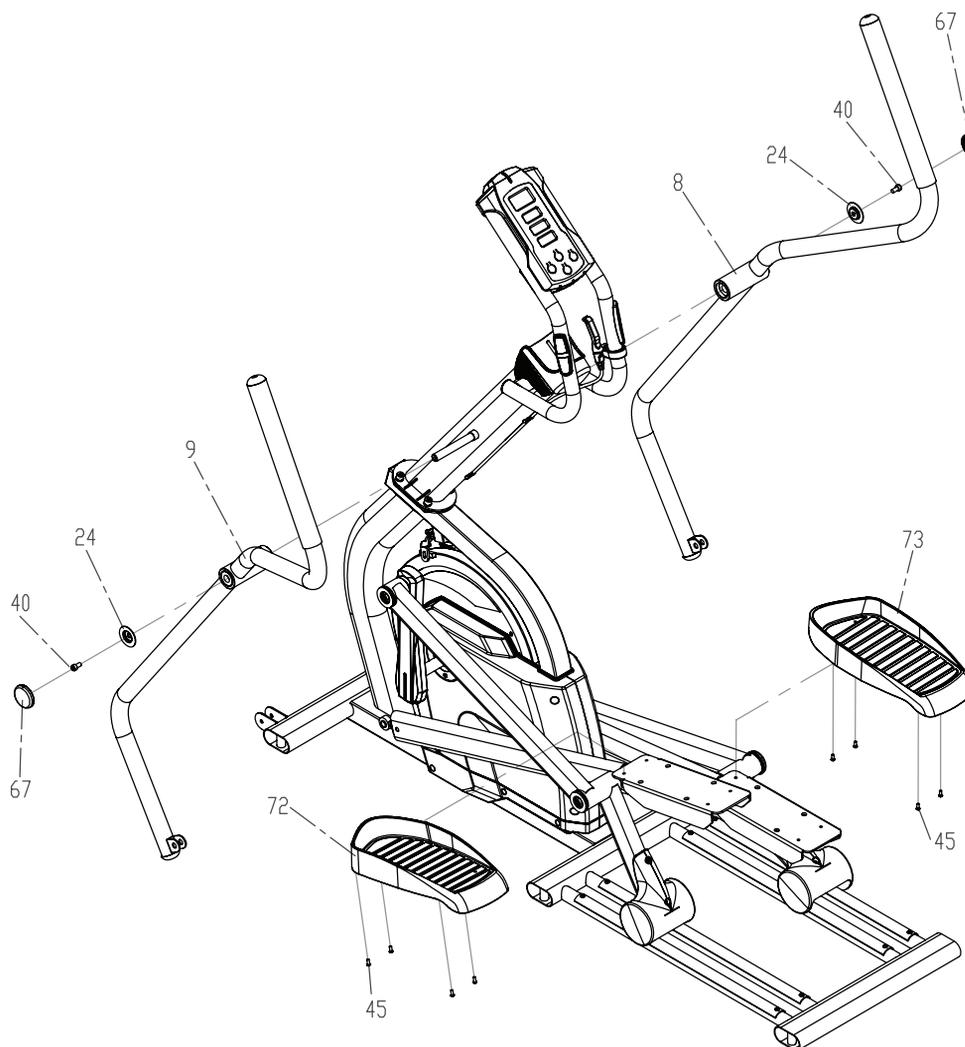
Teil 42
M10 x 20mm
Inbusschraube
4 Stück



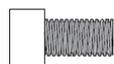
Teil 50
M10 Sprengring
4 Stück

Pendelarme & Pedale 2

1. Stecken Sie die beiden Pendelarme (8 & 9) Auf die Achsen am Konsolenmast. Hier gibt es einen linken und einen rechten Pendelarm. Bitte achten Sie auf die Montage der richtigen Seiten. Bitte verwenden Sie bei der Montage keinen Hammer oder Gewalt.
- 2.. Bitte befestigen Sie die Pendelarme mit einer M8 x 15mm Schraube (40) und den Beilagscheiben (24) und ziehen diese mit dem 6mm Inbusschlüssel (#116) fest an. Montieren Sie nun die Schraubenabdeckungen (67)
- 3.. Montieren Sie die Pedale (72 links, 73 rechts) mit den M5 x 10mm Kreuzschlitzschrauben (45).



Teil 24
Beilagscheibe
2 Stück



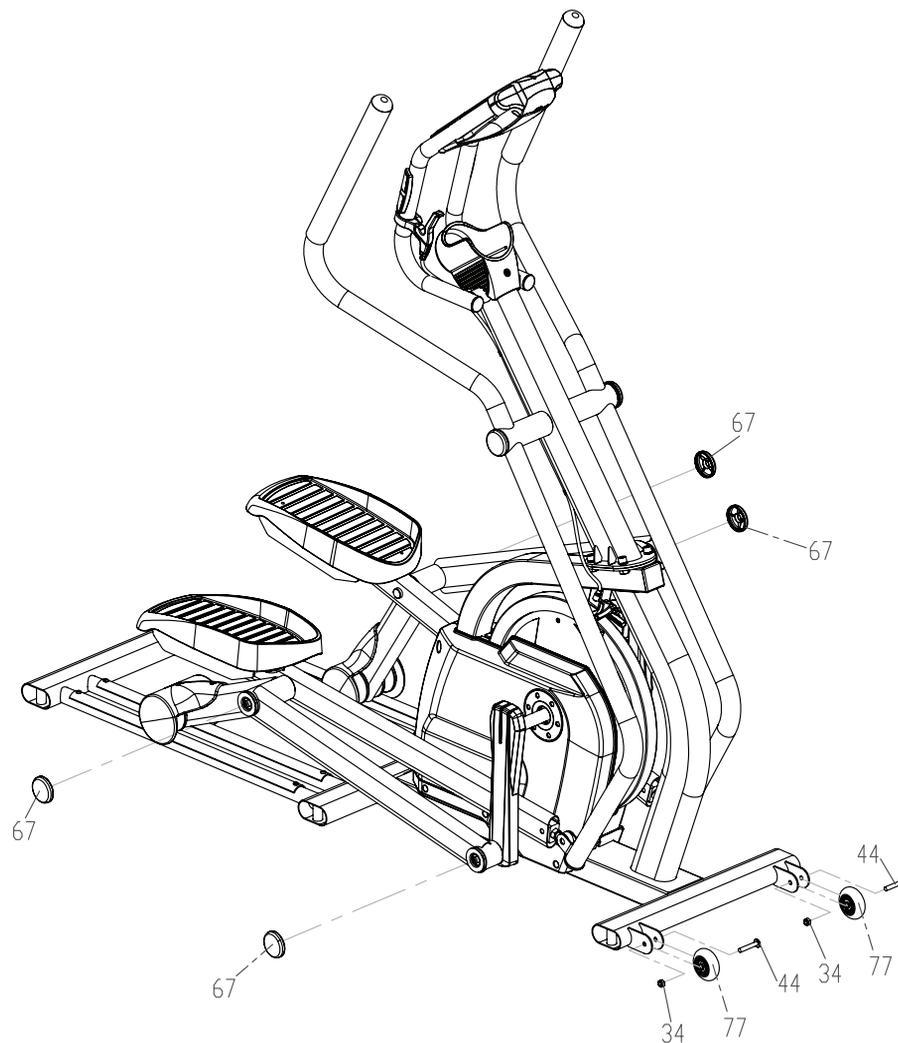
Teil 40
M8 x 15mm
Inbusschraube
2 Stück



Teil 45
M5 x 10mm
Kreuzschlitzschraube
8 Stück

Konsole 3

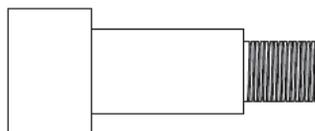
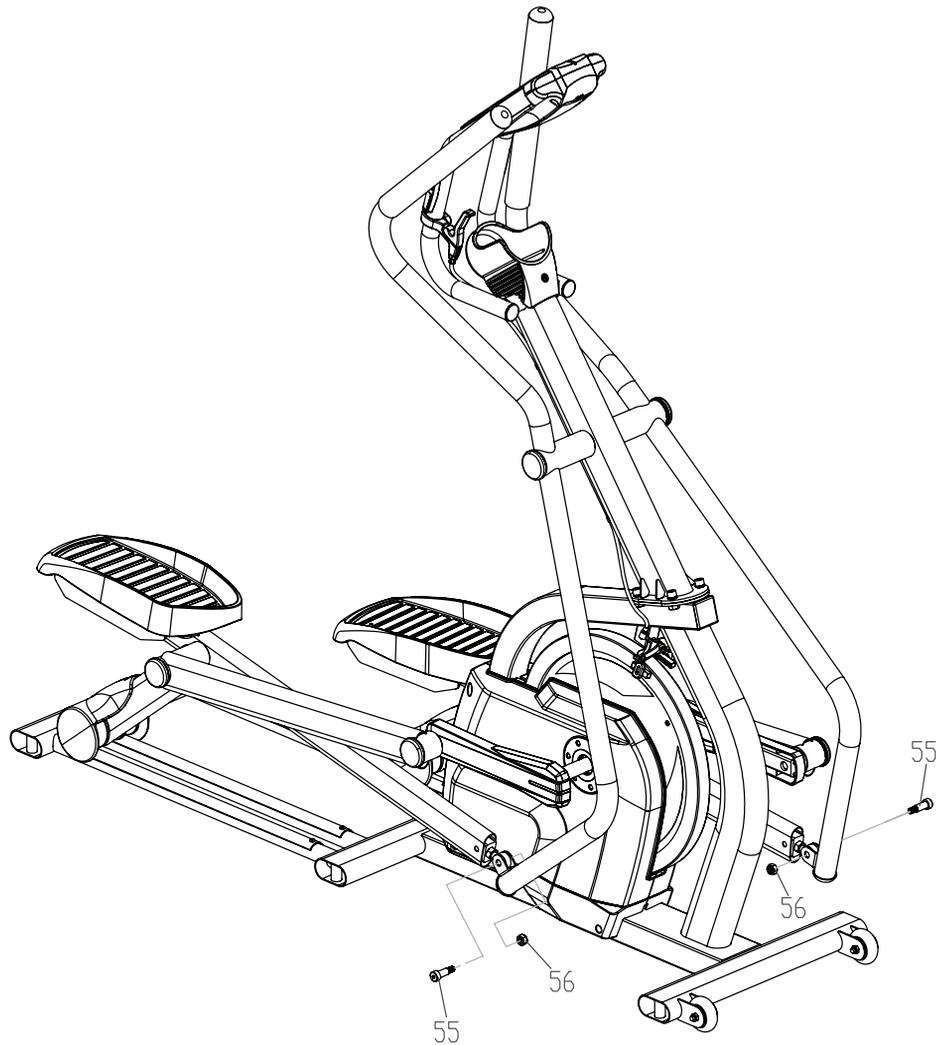
1. Montieren Sie die Transportrollen (77) Am Rahmen mit den dafür vorgesehenen Schrauben (44) und 5/16" Muttern (34).
2. Entfernen Sie die hintere Batteriefachabdeckung am Display und setzen die dafür vorgesehenen Batterien ein.
3. Montieren Sie die Schraubenabdeckungen (67).



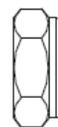
 Teil 44 5/16" x 1-3/4" Schraube 2 Stück	 Teil 34 5/16" Mutter 1 Stück
--	--

Pedal- & Pendelarm 4

1. Verbinden Sie die Pendelarme mit den Pedalarmen. Benutzen Sie dazu die Schrauben (55) und Muttern (56) für jede Seite. Ziehen Sie die Schrauben mit dem Werkzeug (109f&f116) fest.



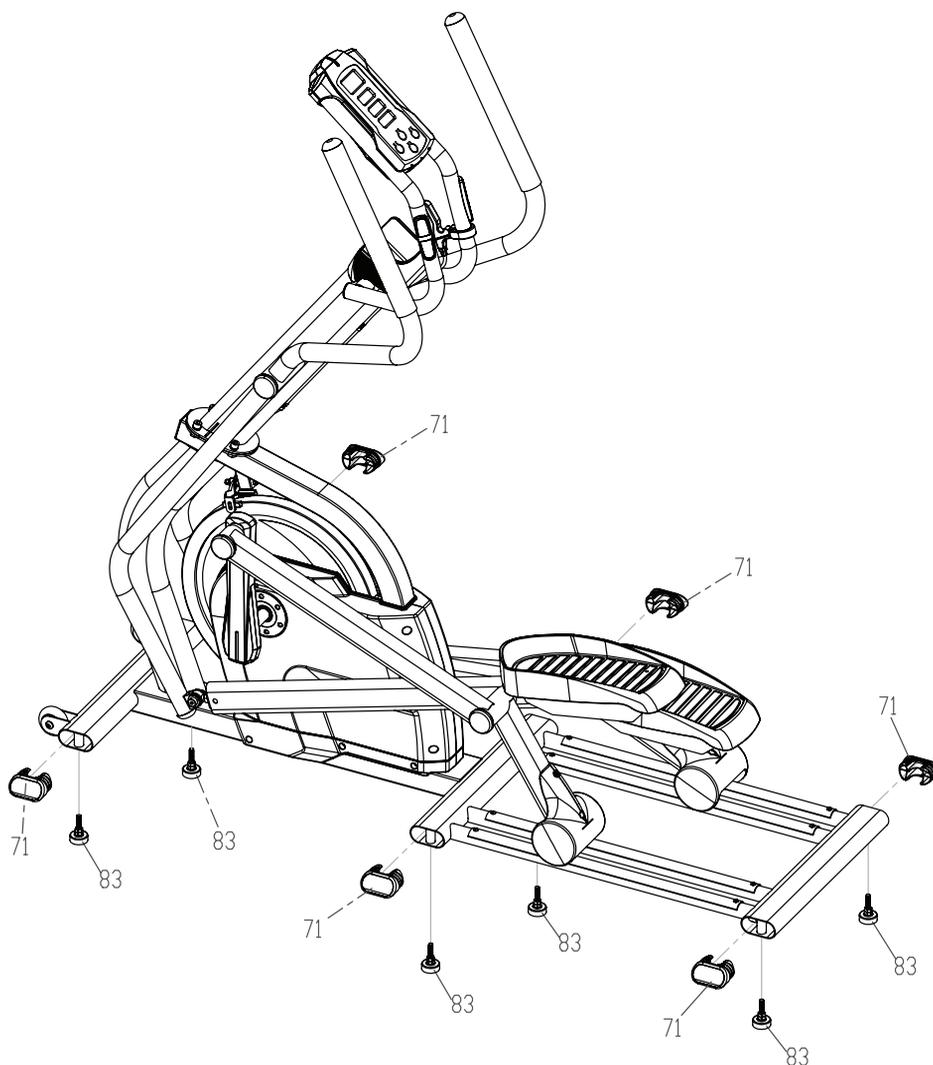
Teil 55
M10 x 20mm
Shoulder Bolt
2 Stück



Teil 56
M10 Nut
2 Stück

Nivellierfüße & Abdeckungen 5

1. Kippen Sie das Gerät zur Seite und montieren die 3 Nivellierfüße für dieses Seite. Danach können sie das Gerät zur anderen Seite kippen um die 3 Nivellierfüße für diese Seite zu montieren. Wenn Sie das Gerät nun an den Platz gebracht haben wo es letztendlich stehen soll können Sie das Gerät mit Hilfe der Nivellierfüße ausrichten.
2. Stecken Sie die 6 Endkappen (71) in die Öffnungen der Standrohre wie auf der Zeichnung abgebildet.
3. Entfernen Sie nun die Sicherung am Ende des Widerstands-Bowdenzuges (90) an der Schwungscheibe. Diese Sicherung ist eine Transportsicherung, kann aber auch als Sicherung gegen die Benutzung 3. verwendet werden.



WARTUNG & REINIGUNG

Reinigung

Beschädigungen, die durch Körperschweiß entstanden sind, werden in keinem Fall durch die Gewährleistung abgedeckt.

Aus diesem Grund reinigen Sie nach jedem Training Ihr Trainingsgerät gründlich und achten Sie immer darauf, dass während des Trainings keine Flüssigkeit in das Trainingsgerät oder den Computer eindringen kann.

Reinigen Sie das gesamte Trainingsgerät mit einem feuchten Tuch. Auf keinen Fall verwenden Sie hierzu Lösungsmittel.

ACHTUNG: Trennen Sie immer das Trainingsgerät vom Stromnetz bevor Sie es reinigen.

Wartungsmaßnahmen

Überprüfung des Befestigungsmaterials

Prüfen Sie mindestens 1x im Monat den Sitz der Schrauben und Muttern. Ziehen Sie diese, falls nötig, wieder fest an.

ACHTUNG:

Achten Sie hierbei aber unbedingt darauf, dass Sie die Schrauben (71), welche die Pendelarme mit den Pedalrohren verbindet, nur handfest anziehen, da das Knickgelenk Bewegungsfreiheit benötigt um optimal arbeiten zu können. Ziehen Sie die Schrauben (71) zu fest an, so äußert sich dies meist in lauten Knackgeräuschen, wenn während des Trainings sich beide Pedalrohre auf gleicher Höhe befinden. Sollte dies der Fall sein, so lösen Sie die Schrauben (71) ein wenig. Siehe hierzu auch Montageschritt 3.1 dieser Anleitung.

Schmierung der Gleitrohre

Die Oberseite der Gleitrohre müssen regelmäßig gereinigt und geschmiert werden.

Reinigen Sie hierzu die Gleitrohre mit einem feuchten Tuch und etwas flüssiger Handseife oder Spülmittel.

Trocknen Sie danach die Gleitrohre sehr gut ab. Nun schmieren Sie die Oberseite der Gleitrohre mit dem im Lieferumfang enthaltenen Silikon ein, so dass eine dünne Schicht entsteht.

Bei häufigem Gebrauch sollten Sie die Gleitrohre 1x pro Monat einschmieren,

Schmieren Sie ebenfalls die Gleitrohre sofort ein, wenn während des Trainings Quietschgeräusche entstehen.



INFORMATIONEN

Netzkabel

Stecken Sie das Anschlusskabel des im Lieferumfang enthaltene Netzadapters in die sich am Hauptgehäuse des Crosstrainers befindliche Anschlussbuchse ein. Verbinden Sie dann das Netzkabel mit der Steckdose.

ACHTUNG

Das Gerät darf nur an vom Fachmann installierte und geerdete Steckdosen angeschlossen werden. Verwenden Sie zum Anschluss des Crosstrainers keine Mehrfachsteckdosen.

Wenn Sie ein Verlängerungskabel einsetzen müssen, so muss dies den VDE-Richtlinien entsprechen.

Transport

Ihr Crosstrainer ist vorne mit Transportrollen ausgestattet, so dass Sie ihn leicht bewegen können.

Fassen Sie hierzu mit beiden Händen die Gleitrollen im hinteren Bereich und heben den Crosstrainer hinten an. Schieben Sie ihn dann an die gewünschte Position.



Standort & Lagerung

Ihr Crosstrainer ist ausschließlich für die Nutzung in trockenen Innenbereichen konzipiert, eine Nutzung im Freien oder in Nass- bzw. Feuchträumen, wie Sauna, Schwimmbad, etc. ist nicht möglich, da es hier zu Beschädigungen, Korrosion und Rost kommen kann, die nicht über die Gewährleistung oder Garantie abgedeckt sind.

Achten Sie darauf, dass Sie einen hellen, trockenen und ebenen Standort wählen, auch sollte der Raum während des Trainings gut belüftet sein.

Wenn Sie das Gerät bei Nichtgebrauch lagern wollen, so achten Sie ebenfalls darauf, dass der Lagerort trocken und sauber ist.

Wenn Sie den Crosstrainer nach längerem Nichtgebrauch wieder in Betrieb nehmen wollen, so prüfen Sie zuvor alle Befestigungsteile auf ihren sicheren und festen Sitz. Reinigen und schmieren Sie **unbedingt** die Gleitrollen.



Anzeigefenster

TIME:

dieses Fenster kann die Zeit in 2 Möglichkeiten anzeigen. Entweder die noch verbleibende Trainingszeit oder die absolvierte Trainingszeit

RPM/SPEED:

Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit in Umdrehungen pro Minute oder Kilometer pro Stunde.

LEVEL/DISTANCE:

Zeigt ihnen die eingestellte Widerstandsstufe oder die zurückgelegte Distanz in KM oder MILES.
(Das einstellen von KM oder MEILEN finden sie auf der Seite 13).

CALORIES/PULSE:

Zeigt Ihnen die verbrannten Kalorien oder die Pulsfrequenz an wenn Sie die Pulssensoren mit beiden Händen berühren.

Tasten

TIME + (UP):

Bevor Sie den Startknopf drücken können Sie mit dieser Taste die Trainingszeit einstellen.

Sie können die Zeit mit der UP Taste in 1 Minuten-Schritte verändern.

Wenn Sie die Taste gedrückt halten wird die Zeit bis sie die Taste wieder loslassen durch laufen.

Nachdem Sie die Start-Taste betätigt haben drücken Sie bitte die + Taste um das Widerstandslevel einzustellen.

TIME - (DOWN):

Bevor Sie den Startknopf drücken können Sie mit dieser Taste die Trainingszeit einstellen.

Sie können die Zeit mit der DOWN Taste in 1 Minuten-Schritte verändern.

Wenn Sie die Taste gedrückt halten wird die Zeit bis sie die Taste wieder loslassen durch laufen.

Nachdem Sie die Start-Taste betätigt haben drücken Sie bitte die + Taste um das Widerstandslevel einzustellen.

START/STOP:

Diese Taste startet und stoppt den Programm Timer. Wenn sie diese Taste für mehr als 3 Sekunden halten wird das Display zurückgesetzt.

DISPLAY:

Mit dieser Taste können Sie zwischen den gewünschten Angaben wählen. Entweder RPM, Widerstandslevel und Kalorienverbrauch oder Geschwindigkeit, zurückgelegte Strecke und Pulsfrequenz.

Einstellungen

- Sie können die Konsole durch drücken einer beliebigen Taste anschalten.
- Um die Quickstart Funktion zu nutzen drücken sie einfach die START-Taste.
- Sie können die Trainingszeit mit der TIME + oder – Taste einstellen.
- Für Pause drücken Sie die START/STOP Taste.
- Um alle Eingaben zurück zusetzen drücken Sie die START/STOP Taste für mehr als 3 Sekunden.
- Um Ihre Pulsfrequenz zu messen berühren Sie bitte beide Handpulssensoren.

Inbetriebnahme

Die Konsole wird mit 4 Batterien (mitgeliefert) betrieben. Es ist auch möglich das Gerät über ein Netzteil zu betreiben. Das Netzteil hat jedoch nicht die Aufgabe die Batterien zu laden. Diese müssen gesondert gewechselt werden. Sobald die Batterien eingelegt sind oder das Netzkabel an eine Steckdose angeschlossen wird ist die Konsole eingeschaltet. Das Zeitfenster zeigt wie viele Stunden das Gerät in Betrieb war, das Level/Distanz-Fenster zeigt den Stand der insgesamt absolvierten Kilometer und das RPM / Speed Fenster zeigt die Display Software-Version an.

Wenn die Konsole kein Eingangssignal empfängt schaltet Sie automatisch in den Stand-By Modus um die Lebensdauer der Batterien zu verlängern oder Strom zu sparen. Sie können in den ON-Modus zurück kehren indem Sie eine beliebige Taste drücken.

PULS & HERZFREQUENZMESSUNG

Herzfrequenz/min.	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	Alter
200														100%
160	195													80%
140	156	190												70%
120	137	152	185											60%
100	117	133	148	180										50%
	98	114	130	144	175									
		95	111	126	139	170								
			93	108	123	136	165							
				90	105	119	132	160						
					88	102	116	128	155					
						85	99	112	124	150				
							83	96	109	120	145			
								80	93	105	116	140		
									78	90	102	112		
										75	87	98		
											73	84		
												70		

Berechnung der persönlichen Herzfrequenz-Trainings-Zielzonen

Ihre persönlichen HF-Trainingszonen errechnen Sie anhand der nachfolgenden Formel:

$$220 - \text{Alter} = \text{HF max}$$

Setzen Sie nun Ihre errechnete HF max gleich 100%.

Herz-/Gesundheits-Zielzone

50 bis 60% der HF max

Während des Trainings werden in dieser Zone ca. 4-6 Kalorien pro Minute verbrannt.

Der prozentuale Anteil pro Kalorie liegt bei 70% Fett, 25% Kohlehydrat und 5% Eiweiß.

Fettverbrennungs-Zielzone

60 bis 70% der HF max

Während des Trainings werden in dieser Zone ca. 6-10 Kalorien pro Minute verbrannt.

Der prozentuale Anteil pro Kalorie liegt bei 85% Fett, 10% Kohlehydrat und 5% Eiweiß.

Fitness-Zielzone

70 bis 80% der HF max

Während des Trainings werden in dieser Zone ca. 10-12 Kalorien pro Minute verbrannt.

Der prozentuale Anteil pro Kalorie liegt bei 35% Fett, 60% Kohlehydrat und 5% Eiweiß.

Beispiel

Für einen 45jährigen beträgt die maximale

$$\text{HF} = 175 \quad (220 - 45 = 175)$$

Seine Herz-/Gesundheits-Zielzone liegt zwischen

$$88 \text{ und } 105 \text{ HF (50 bis 60\% von 175)}$$

Seine Fettverbrennungs-Zielzone liegt zwischen

$$105 \text{ und } 123 \text{ HF (60 bis 70\% von 175)}$$

Seine Fitness-Zielzone liegt zwischen

$$123 \text{ und } 139 \text{ HF (70 bis 80\% von 175)}$$

PULS & HERZFREQUENZMESSUNG

Pulsmessung über Handsensoren

Die am festen Handgriff integrierten Hand-sensoren ermöglichen die Ermittlung der Pulsfrequenz. Eine einwandfreie Messung ihrer Pulsfrequenz erreichen Sie, indem Sie mit beiden Hände gleichzeitig die Sensoren locker umfassen.

Durch den Herzschlag ergeben sich Blutdruck-schwankungen. Die dadurch verursachten Veränderungen des elektrischen Hautwiderstandes werden über die Sensoren gemessen. Diese werden dann zu einem Mittelwert zusammengefasst und im Cockpit als Pulswert angezeigt.

ACHTUNG

Bei großen Teilen der Bevölkerung ist die pulsschlagbedingte Hautwiderstands-veränderung so minimal, dass sich aus den Messergebnissen keine verwertbaren Werte ableiten lassen. Auch starke Hornhautbildung an den Handflächen, oder feuchte Hände verhindern eine korrekte Messung. In solchen Fällen kann der Pulswert gar nicht oder nur unkorrekt angezeigt werden.

Bitte prüfen Sie deshalb im Falle einer fehlerhaften oder nicht erfolgten Messung, ob dies nur bei einer oder mehreren Personen auftritt.

Sollte die Anzeige des Pulses nur im Einzelfall nicht funktionieren, so liegt kein Defekt des Gerätes vor. In diesem Fall empfehlen wir, um eine dauerhaft korrekte Pulsanzeige zu erreichen, die Verwendung eines uncodierten Brustgurtes (als Zubehör erhältlich).

Drahtlose Herzfrequenzmessung

Das Cockpit Ihres Crosstrainers ist bereits serienmäßig mit einem Receiver (Empfänger) ausgestattet.

Bei der Verwendung eines-Brustgurtes (als Zubehör erhältlich), ermöglicht dieser Ihnen eine drahtlos Herzfrequenzmessung.

Diese optimale und EKG-genaue Art der Messung nimmt die Herzfrequenz mittels eines Sende-Brustgurtes direkt von der Haut ab.

Der Brustgurt sendet dann die Impulse über ein elektromagnetisches Feld an den im Cockpit eingebauten Receiver (Empfänger).

ACHTUNG

Diese Art der Messung dient lediglich zur Ermittlung und Anzeige Ihrer Herzfrequenz während des Trainings. Sie kann aber nichts über die für Sie sichere und effektive Trainings-intensität aussagen. Dieses System ist in keiner Weise für den Einsatz zu medizinischen Diagnosezwecken konzipiert. Suchen Sie Ihren Hausarzt auf, bevor Sie mit dem Training beginnen und besprechen Sie mit ihm die für Sie optimale Vorgehensweise bei der Durchführung und Erstellung Ihres Trainingsplans. Dies gilt gerade dann, wenn Sie sich über eine längere Zeitspanne nicht mehr sportlich betätigt haben. Auch bei Herzproblemen, zu hohem/zu niedrigem Blutdruck oder Übergewicht sollten Sie Ihren Hausarzt vor Aufnahme Ihres Trainings konsultieren.

Sollten Sie einen Herzschrittmacher tragen, besprechen Sie vor der Benutzung eines Herzfrequenz-Senders dies unbedingt mit Ihrem behandelnden Facharzt.

TRAININGSHINWEISE

Optimale Trainingsposition

Stellen Sie sich mit den Füßen in die Mitte der Trittplächen und greifen Sie mit den Händen die Handrohre so, dass sich Ihre Hand in Schulterhöhe befindet und die Ellenbogen leicht gebeugt sind. Gehen Sie jetzt leicht in die Knie und beginnen Sie mit dem Training.

Achten Sie hierbei unbedingt darauf, dass die Trainingsbewegung aus den Knien kommt. Das bedeutet, dass Ihr Körper während des Trainings keine Auf- und Abbewegungen vollführt. Achten Sie darauf, dass Ihr Kopf immer auf gleicher Höhe bleibt.

Das Ellipsentraining ist eine gerade Bewegung. Achten Sie drauf, dass Sie während des Trainings nicht mit dem Oberkörper nach rechts und links schwingen.

Vor Trainingsbeginn

Wenn Sie seit längerer Zeit kein Ausdauertraining mehr absolviert haben, sollten Sie vor Beginn Ihres Trainings in jedem Fall Ihren Hausarzt konsultieren und ein Fitness-Check-Up machen. Dies gilt insbesondere für über 35jährige und Menschen mit Herz-/Kreislauf-problemen.

Trainingsplanung

Planen Sie Ihr Fitnesstraining in Ihren normalen Tagesablauf ein, damit es nicht zum Störfaktor, sondern zu einer regelmäßigen Einheit Ihres Alltags wird. Erstellen Sie diese Planung möglichst langfristig auf Monate bezogen und nicht nur von Tag zu Tag, oder Woche zu Woche.

Aufwärmen vor dem Training

Das Aufwärmtraining können Sie direkt auf Ihrem Trainingsgerät absolvieren, in dem Sie sich 3-5 Minuten vor der eigentlichen Trainingseinheit bei minimaler Bremskräfteeinstellung locker aufwärmen.

Cool-Down nach dem Training

Nach Beendigung Ihrer Trainingseinheit sollten Sie nie sofort absteigen, sondern ähnlich wie bei der Aufwärmphase noch 3-5 Minuten bei minimaler Bremskräfteeinstellung Ihr Training auslaufen lassen. Danach sollten Sie in jedem Fall Ihre Muskulatur gut dehnen. Zu diesem Thema finden Sie eine breite Auswahl an Fachliteratur in Ihrer Buchhandlung.

Trainingshäufigkeit

Achten Sie bei Ihrer Trainingsplanung auch darauf, ausreichende Trainingspausen einzuplanen. Nach jeder Trainingseinheit sollten Sie 1 bis 2 Tage pausieren, um Ihrem Körper Gelegenheit zu geben, sich optimal zu erholen.

Flüssigkeitszufuhr

Achten Sie vor und während des Trainings auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr, denn es ist durchaus möglich, während einer Trainings-einheit von 30 Minuten zwischen 0,5 und 1,0 Liter Flüssigkeit zu verlieren.

Dies lässt sich zum Beispiel ideal durch Apfelschorle (Mischverhältnis: 1 Drittel Apfelsaft zu 2 Drittel Mineralwasser) wieder ausgleichen, da sie alle Elektrolyte enthält und ersetzt, die der Körper über den Schweiß verliert. Trinken Sie ca. 20 Minuten vor Ihrer Trainingseinheit ca. 330 ml und sorgen Sie während des Trainings für eine ausgewogene Flüssigkeitszufuhr.

Trainingsplan bzw. -Dokumentation

Um Ihr Training optimal und wirkungsvoll zu gestalten und bewerten zu können, sollten Sie sich vor Beginn Ihres Trainings einen Trainingsplan in schriftlicher Form oder als Computertabelle erstellen.

Hier sollten Sie jedes Training dokumentieren. Daten, wie zurückgelegte Strecke, Trainingszeit, Bremskräfteeinstellung und Pulswerte sollten ebenso festgehalten werden wie persönliche Daten, z.B. Körpergewicht, Blutdruck, Ruhepuls (am Morgen direkt nach dem Aufwachen gemessen) und des persönlichen Befindens während des Trainings.

Trainingseinheit für Anfänger

Anfänger sollten Ihre Wochenplanung mit drei Trainingseinheit festlegen.

Woche 1:

Aufwärmphase: 2 Min.
Trainingsphase: 8-10 Min.
Cool-Down-Phase: 2 Min.

Woche 2:

Aufwärmphase: 2 Min.
Trainingsphase: 8-12 Min.
Cool-Down-Phase: 2 Min.

Woche 3:

Aufwärmphase: 3 Min.
Trainingsphase: 10-15 Min.
Cool-Down-Phase: 3 Min.

Wählen Sie sowohl für die Aufwärm- als auch für die Cool-Down-Phase eine minimale Belastungsstufe.

Während des Trainings stellen Sie die Belastung so ein, dass sich Ihre Trainings-Herzfrequenz im Bereich von 55 bis 65% Ihrer maximalen Herzfrequenz bewegt.

Generell gilt aber, Ihr Körper gibt die Trainingsbelastung vor. Überprüfen Sie daher während des Trainings permanent Ihren Puls und orientieren Sie sich hierbei entweder an den Vorgaben Ihres Arztes oder an der Herzfrequenztafel dieser Anleitung.

Auch beim Sport gilt: Weniger ist mehr!

Fehler

Behebung

Keine Anzeige nach dem Einschalten.

Überprüfen Sie, ob das Netzkabel sowohl am Gerät als auch an der Steckdose ordnungsgemäß angebracht wurde, oder beschädigt ist.

Überprüfen Sie, ob das Kontrollkabel bei der Montage gequetscht oder eingeklemmt wurde und/oder die Steckverbindung sich gelöst hat.

Keine Anzeige der Pulsfrequenz oder fehlerhafte Messung

Siehe Beschreibung "Puls-/Herzfrequenzmessung" in dieser Anleitung.

Keine Funktion der Puls-Handsensoren

Prüfen Sie, ob bei der Montage eventuell die Kabel der Handsensoren gequetscht oder eingeklemmt wurden.

Während des Trainings zeigen die Werte für Geschwindigkeit und Strecke "0" an

Überprüfen Sie, ob das Kontrollkabel bei der Montage gequetscht oder eingeklemmt wurde und/oder die Steckverbindung sich gelöst hat.

Laufgeräusche

Bitte beachten Sie, dass es sich bei Ihrem Trainingsgerät um ein mechanisches Gerät handelt, bei dessen Betrieb es zu normalen Laufgeräuschen kommt.
Lesen Sie hierzu auch das Kapitel "Wartungsmaßnahmen" in dieser Anleitung.

Knackgeräusche im Bereich der Knickgelenke (Übergang Pendelarm zu Pedalarm)

Prüfen Sie, ob Sie die Schraube (71) zu fest angezogen haben. Die Schraube (71) darf nur handfest angezogen werden.

Quietschgeräusche während des Trainings aus dem Bereich der Gleitrohre

Reinigen Sie die verchromten Gleitrohre (15) mit einem feuchten Tuch und etwas flüssiger Handseife oder Spülmittel. Trocknen Sie die Gleitrohre gut ab und schmieren Sie anschließend mit dem beigefügten Silikon die Oberseite der Gleitrohre ein.

Computer-Anzeige von

- Zeit (min u. H)
- Geschwindigkeit (km/h)
- Radumdrehung pro Minute (rpm)
- Strecke (m u. Km)
- Energieverbrauch (kcal)
- Puls (bei Verwendung der Handsensoren)
- Herzfrequenz (bei Verwendung des Brustgurtes)
- Leistung in Watt

Bremssystem: Elektronisch gesteuerte Magnetsystem
Antriebssystem: Paten-Schwebender direkter Antrieb
Schwungscheibe: ca. 13.5 kg

Maße (LxBxH): ca. 174 x 60 x 167 cm
Gewicht: ca. 94 kg
Maximales Benutzergewicht: 150 kg
Werteverstellung: über Tastatur
Stromversorgung: 4 x (1.5V)C Zellenbatterien

Einsatzgebiet: Heimbereich
Semiprofessioneller Bereich

ENTSORGUNG

ACHTUNG:

Ihr Trainingsgerät trägt dieses Symbol: 

Es besagt, dass Elektro- und Elektronikgeräte nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden dürfen, sondern einem getrennten Rücknahmesystem zugeführt werden sollten.

Entsorgungsinformationen für Benutzer im Heimbereich/Privathaushalten

ACHTUNG: Entsorgen Sie dieses Trainingsgerät nicht mit dem normalen Hausmüll!

Entsprechend einer neuen EU-Richtlinie, welche die ordnungsgemäße Rücknahme, Behandlung und Verwertung von gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräten vorschreibt, müssen elektrische und elektronische Altgeräte getrennt entsorgt werden. Nach der Einführung der Richtlinien in den EU-Mitgliedsstaaten können private Haushalte ihre gebrauchten Elektro- und Elektronikgeräte jetzt kostenfrei an ausgewiesenen Rücknahmestellen abgeben*. In einigen Ländern* können Sie Ihre Altgeräte auch bei Ihrem Fachhändler zurückgeben, wenn Sie ein vergleichbares neues Gerät erwerben.

Sollte Ihr gebrauchtes Trainingsgerät Batterien oder Akkus enthalten, so entnehmen Sie diese bitte vor der Rückgabe des Gerätes und entsorgen Sie diese, gemäß der örtlich geltenden Regelungen, getrennt.

Durch die ordnungsgemäße Entsorgung Ihres Trainingsgerätes tragen Sie entscheidend dazu bei, dass Altgeräte entsprechend gesammelt, behandelt und verwendet werden können. So wird eine mögliche schädliche Auswirkung auf Umwelt und Gesundheit, die bei einer unsachgemäßen Entsorgung entstehen kann, erfolgreich verhindert.

*) Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung

GARANTIEBESTIMMUNGEN

Registrierung

Um Ihnen im Servicefall schnell helfen zu können, benötigen wir einige Daten von Ihrem Fitnessgerät bzw. von Ihnen.

Um Ihrem Fitnessgerät die exakten Ersatzteile zuordnen zu können, benötigen wir in jedem Fall die Seriennummer.

Bitte füllen Sie die Registrierungskarte dieses Benutzerhandbuches vollständig aus und senden diese mit einer Kopie Ihres datierten Kassenbelegs umgehend (innerhalb von 6 Wochen nach dem Kauf) an uns ein.

Datenschutz

Die Beny Sports Germany GmbH verpflichtet sich, Ihre Daten vertraulich zu behandeln und nicht an Dritte weiterzugeben. Ein verantwortlicher Umgang mit Ihren Daten, sowie die Beachtung der nationalen und internationalen Datenschutzvorschriften ist für uns eine Selbstverständlichkeit.

Einsatzbereiche & Garantiezeiten

Die Fitnessgeräte von U.N.O. Fitness sind je nach Modell für unterschiedliche Einsatzbereiche geeignet.

Die für Ihr Fitnessgerät geltenden Einsatzbereiche entnehmen Sie den "Technischen Daten" dieses Benutzerhandbuches.

Heimbereich:

Ausschließlich private Nutzung

Garantiezeit: 3 Jahre

Semiprofessioneller Bereich:

Nutzung unter Anleitung in Hotels, Krankengymnastikpraxen, etc.

Nicht Nutzung in einem Fitnessstudio, oder einer ähnlichen Einrichtung!

Garantiezeit: 2 Jahre

Kaufbeleg und Seriennummer

Um Ihren Anspruch auf Serviceleistungen innerhalb der Garantiezeit zu wahren, benötigen wir von Ihnen in jedem Fall eine Kopie des datierten Kaufbelegs.

Sollten Sie sich bereits registriert und eine Kopie Ihres Kaufbelegs an uns eingesandt haben, entfällt dies natürlich. Bewahren Sie Ihren Kaufbeleg immer auf und senden Sie uns eine Kopie im Garantiefall als Anhang Ihres Serviceauftrages unaufgefordert mit ein.

Nur so kann eine schnelle Bearbeitung Ihres Servicefalles gewährleistet werden.

Damit wir Ihre Modellversion eindeutig identifizieren können, benötigen wir für eine Serviceleistung die Angabe der Geräteseriennummer.

Garantiebedingungen

Die Garantiezeit für Ihr Trainingsgerät beginnt:

- für neue Produkte ab dem Kaufdatum des Endverbrauchers, die bei einem direkten und autorisierten Vertriebspartner der Beny Sports Germany GmbH erworben wurden.
- für Ausstellungsstücke ab dem Kaufdatum des Käufers (Fachhändler). Diese Garantie gilt in jedem Fall vorbehaltlich anderer Vereinbarungen zwischen Endverbraucher und seinem Verkäufer (Fachhändler).

Die Garantie umfasst Mängel, die auf Fertigungs- oder Materialfehler beruhen.

Sie gilt nur für in Deutschland erworbene und betriebene Geräte.

Diese Garantie gilt vorbehaltlich anderer Vereinbarungen zwischen dem Verkäufer (Fachhändler) und dem Käufer (Endverbraucher oder Wiederverkäufer).

Sie gilt nicht für Schäden und Mängel, die durch fehlerhafte Montage, schuldhaft unsachgemäßen Gebrauch, fahrlässige oder mutwillige Zerstörung, mangelnde oder unterlassene Wartungsmaßnahmen, höhere Gewalt, betriebsbedingte und dadurch normale Abnutzung, Schäden die durch das Eindringen von Flüssigkeiten (z.B. Körperschweiß), Reparatur oder Veränderung von Ersatzteilen fremder Herkunft verursacht werden.

Bestimmte Bauteile unterliegen einem gebrauchsbedingten Verschleiß bzw. einer normalen Abnutzung. Zu diesen Bauteilen zählen z.B. Kugellager, Antriebsriemen, Laufmatte, Laufdeck, Schalter und Tasten, Netzkabel, Netzadapter, etc..

Diese Verschleißteile sind nicht Gegenstand der Garantie.

Sollte das Trainingsgerät aufgrund einer Reparatur bei Ihnen abgeholt werden, so ist die Demontage und Bereitstellung, sowie auch der Empfang und die Wiederaufstellung des Gerätes notwendig. Grundsätzlich fallen diese Leistungen nicht unter den von uns gewährten Garantiefumfang.

Serviceleistungen außerhalb der Garantie Ihr Fachhändler, oder das Serviceteam von U.N.O. Fitness stehen Ihnen selbstverständlich auch gerne bei der Problemlösung zur Verfügung, wenn Fälle eines Mangels nach Beendigung der Garantiezeit, oder Fälle, die nicht durch die Garantieleistungen abgedeckt werden, auftreten.

In einem solchen Fall wenden Sie sich bitte direkt an Ihren Fachhändler oder per Mail an:

service@uno-fitness.de

direkt an das U.N.O. Fitness Serviceteam.

U.N.O.[®]

FITNESS



Bitte ankreuzen

Nutzungsart:

- privater Haushalt Studio
 Praxis sonstige Nutzung

Bei privater Nutzung im Haushalt:

Anzahl der im Haushalt lebenden
Personen, die das Gerät benutzen

_____ Personen

Alter des Hauptnutzers:

unter 25 26-40 41-50 51-60 älter

Damit wir Ihnen eine verlängerte Garantie gewähren können (siehe auch "Garantiebedingungen"),
schicken Sie bitte dieses Formular zusammen mit der Kopie Ihres originalen Kaufbeleges **innerhalb
von 6 Wochen** nach dem Kauf

per Post an: **Beny Sports Germany GmbH • Bonner Straße 40 • D-53842 Troisdorf**
per Fax an: **+49 (0) 22 41 - 9 73 89 - 29**
per E-mail an: **service@benysports.de**

U.N.O.[®]
FITNESS

SERVICEKARTE

U.N.O.[®]
FITNESS

05.2008

Bitte füllen Sie alle Angaben dieses Formulars vollständig aus und legen Sie eine Kopie des datierten Kaufbeleges bei.

Persönliche Daten:

Vorname: _____ Tel. (privat): _____

Name: _____ Tel. (geschäftlich): _____

Straße: _____ Tel. (mobil): _____

PLZ, Ort: _____ E-mail: _____

Geräte-Spezifikation:

Artikel-Bezeichnung: **X-TRAINER TRIAX** Kaufdatum: _____

Artikel-Nummer: **11034** Händler: _____

Seriennummer: _____

Fehlerbeschreibung: _____

U.N.O.[®]
FITNESS

Beny Sport Germany GmbH • Bonner Straße 40 • D-53842 Troisdorf
Fax +49 (0) 22 41 - 9 73 89 29
info@benysports.de • www.benysports.de



REGISTRIERUNG

U.N.O.[®]
FITNESS

Persönliche Daten:

Vor- und Zuname: _____

Straße: _____ Tel. (privat)*: _____

PLZ, Ort: _____ E-mail*: _____

*=freiwillige Angabe

Geräte-Spezifikation:

Artikel-Bezeichnung **X-TRAINER TRIAX** Kaufdatum: _____

Artikel-Nummer: **11034** Händler: _____

Serien-Nr.:

Serial-no.:

序
號



Rückseite bitte beachten!