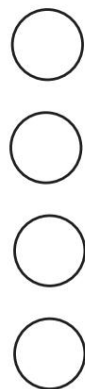


ET6

TRENINGSSYKKEL ERGOMETER

Monterings- og bruksanvisning





INNHALDSFORTEGNELSE

Side	Innhold
2	Christopeit-Sport Community
3	Viktige anbefalinger og sikkerhetsinstruksjoner
4	monteringsoversikt
5-6	monteringsanvisning
7	bruk av enheten
7	RPM og watt
8-10	datamaskinbeskrivelse
11	rengjøring, vedlikehold og lagring
11	feilsøking
11	Garantipolicy
12	Generelle opplæringsinstruksjoner
13-14	Deleliste - reservedelsliste
50-51	eksplodert tegning



KJÆRE KUNDE,

Vi gratulerer deg med kjøpet av dette treningsapparatet for hjemmesport og ønsker deg mye moro med det. Vær oppmerksom på og følg informasjonen og instruksjonene i denne monterings- og bruksanvisningen. Har du spørsmål kan du selvfølgelig kontakte oss når som helst.

CHRISTOPEIT-SPORTS FELLESSKAP

Vårt mål er ikke bare å tilby deg nytt og flott sportsutstyr til hjemmestudioet ditt, men også å støtte deg i din daglige treningsøkt på en motiverende og variert måte. Bli en del av vårt Christopeit-Sport-felleskap.

CHRISTOPEIT-GYM

I vårt Christopeit GYM finner du ulike programmer med ulike utfordringer for ditt treningsapparat. Vi håper du liker din daglige trening.

Skann QR-koden eller følg linken: <https://www.christopeit-sport.com/lifestyle/christopeit-gym/>

GYM



CHRISTOPEIT-BLOGG

Finn mange spennende temaer knyttet til trening og helse i bloggen vår.

Skann QR-koden eller følg linken: <https://www.christopeit-sport.com/lifestyle/blog/>

BLOGG



SOSIALE MEDIER

Følg oss på Facebook, Instagram og Youtube.

Skann QR-koden eller søk etter den respektive Plattformen i henhold til: Christopeit-Sport

FACEBOOK



INSTAGRAM



YOUTUBE



Med vennlig hilsen,
Din Toppsport Gilles GmbH



VIKTIGE ANBEFALINGER OG SIKKERHETSADVARSLER

Våre produkter er alltid TÜV-GS testet og samsvarer dermed med gjeldende, høyeste sikkerhetsstandard. Dette faktum fritar deg imidlertid ikke fra strengt å følge følgende prinsipper.

1. Monter enheten nøyaktig i henhold til monteringsanvisningen og bruk kun de enhetsspesifikke enkeltdelene som er inkludert for montering av enheten og som er oppført i monteringen. Før selve monteringen, kontroller grovt sett fullstendigheten av leveransen ved hjelp av følgeseddelen og fullstendigheten av leveringsomfanget ved hjelp av monteringsstrinnene.

2. Før første gangs bruk og med jevne mellomrom (ca. hver 50. driftstime), kontroller at alle skruer, muttere og andre koblinger er stramme og behandle de tilgjengelige akslene og leddene med litt smøremiddel for å sikre sikker driftstilstand for treningsapparatet. Kontroller spesielt at sal- og styrejusteringene er sikre.

3. Sett opp enheten på et tørt, jevnt sted og beskytt det mot fuktighet og fuktighet. Ujevne gulv skal kompenseres med passende tiltak på gulvet og, hvis tilgjengelig med denne enheten, ved å bruke justerbare deler av enheten som er beregnet for dette formålet. Kontakt med fukt og fukt skal utelukkes.

4. Dersom installasjonsstedet skal beskyttes spesielt mot trykkpunkter, smuss og lignende, legg en egnet sklisikker overflate (f.eks. gummatte, treplate eller lignende) under apparatet.

5. Fjern alle gjenstander innenfor en radius på 2 meter fra enheten før du starter treningsøkten.

6. Ikke bruk aggressive rengjøringsmidler for å rengjøre enheten, og bruk kun verktøyet som følger med eller ditt eget egnede verktøy for montering og eventuelle reparasjoner. Svetteavleiringer på enheten må fjernes umiddelbart etter endt treningsøkt.

7. OBS! Pulsovervåkingssystemer kan være unøyaktige. Overdreven trening kan føre til alvorlige skader eller død. En egnet lege bør derfor konsulteres før målrettet trening starter. Dette kan definere maksimal belastning (puls, watt, treningsvarighet osv.) du kan utsette deg selv for og gi presis informasjon om riktig holdning under trening, treningsmål og ernæring. Den må ikke trenes etter tunge måltider. Det skal bemerkes at denne enheten ikke er egnet for terapeutiske formål.

8. Tren kun med enheten hvis den fungerer som den skal.

Bruk kun originale reservedeler til eventuelle reparasjoner.

Fare! Hvis deler blir for varme når du bruker enheten, må du skifte dem ut umiddelbart og sikre enheten mot bruk så lenge den ikke er reparert.

9. Når du justerer justerbare deler, vær oppmerksom på riktig posisjon eller den merkede, maksimale justeringsposisjonen og riktig sikring av den nylig justerte posisjonen.

10. Med mindre annet er angitt i bruksanvisningen, kan enheten kun brukes av én person om gangen til trening. Treningsytelsen skal til sammen 90 min./daglig, ikke overstige.


11. Det skal brukes treningstøy og sko som egner seg for kondisjonstrening med apparatet. Klærne må være laget på en slik måte at på grunn av formen (f.eks. lengde) kan ikke bli fanget under trening. Treningsskoene bør velges for å matche treningsapparatet, gi alltid foten et fast hold og ha en sklisikker såle.

12. OBS! Hvis du opplever svimmelhet, kvalme, brystmerter eller andre unormale symptomer, må du avbryte treningen og konsultere en passende lege.

13. Generelt er ikke sportsutstyr et leketøy. De kan derfor kun brukes etter hensikten og av behørig informerte og opplærte personer.

14. Personer som barn, funksjonshemmede og funksjonshemmede bør kun bruke enheten i nærvær av en annen person som kan gi assistanse og veiledning. Bruk av enheten av barn uten tilsyn må forhindres ved å ta passende tiltak.

15. Det må sikres at mosjonisten og andre personer aldri går eller står med noen kroppsdeler i området av stillestående deler.

16.  Ved slutten av levetiden må dette produktet ikke kastes sammen med vanlig husholdningsavfall, men må leveres til et innsamlingspunkt for resirkulering av elektrisk og elektronisk utstyr. Symbolet på produktet, bruksanvisningen eller emballasjen indikerer dette. Materialene er resirkulerbare i henhold til deres merking. Ved å gjenbruke, materialgjenvinning eller andre former for resirkulering av gamle enheter, gir du et viktig bidrag til å beskytte miljøet vårt.

Spør kommuneadministrasjonen om ansvarlig deponi.

17. Av hensyn til miljøet, kast ikke emballasjematerialer, tomme batterier og deler av enheten sammen med husholdningsavfallet, men kast dem i de tiltenkte oppsamlingsbeholderne eller lever dem inn på egnede innsamlingssteder.

18. For hastighetsavhengig trening kan bremsemotstanden justeres manuelt og kraften som leveres avhenger av rotasjonshastigheten til pedalene.

For hastighetsuavhengig trening kan brukeren spesifisere ønsket effekt i watt via datamaskinen og dermed gjennomføre en hastighetsuavhengig trening med samme effekt. Bremsesystemet justerer automatisk motstanden til pedalomdreiningene for å oppnå den forhåndsinnstilte effekten.

19. Enheten er utstyrt med en motstandsinnstilling på 24 nivåer. Dette muliggjør en reduksjon eller økende og treningsbelastning. Ved å trykke på "-"-knappen reduseres bremsemotstanden og dermed treningsbelastningen. Ved å trykke på "+"-knappen øker bremsemotstanden og dermed treningsbelastningen.

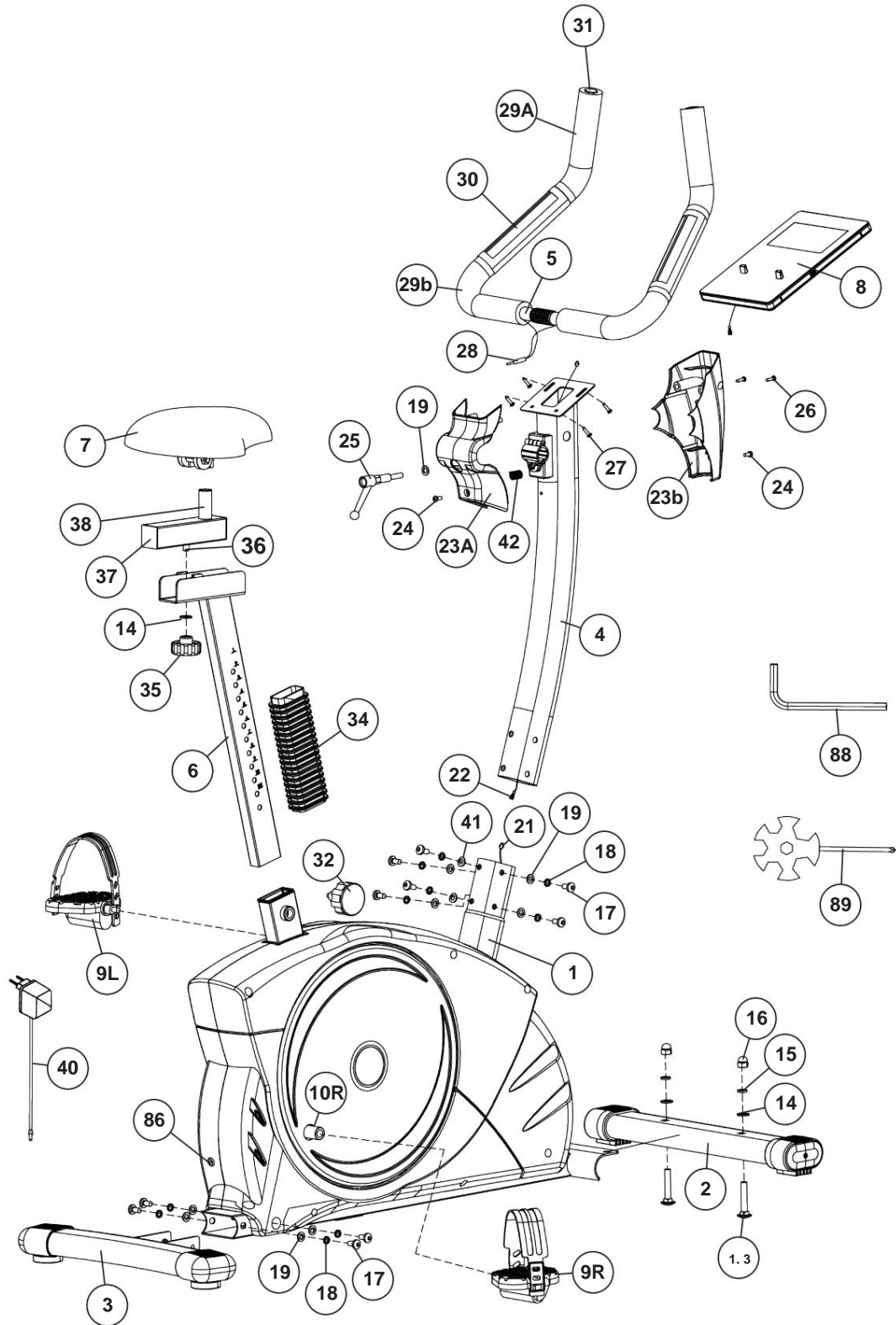
20. Denne enheten er testet i henhold til EN ISO 20957-1:2013 og EN ISO 20957-5:2016 "H/A". Maksimal tillatt belastning (=kroppsvekt) er satt til 150 kg.

Klassifiseringen H/A indikerer at denne enheten er designet og produsert kun for hjemmebruk, utstyrt med en datamaskin med høy skjermnøyaktighet i wattskjermen. Avviktoleransen er ±5W opp til 50Watt og ±10% over 50Watt. Denne enhetsdatamaskinen oppfyller de grunnleggende kravene i EMC-direktivet 2014/53/EU (RED).

21. Monterings- og bruksanvisningen er å betrakte som en del av produktet. Dersom produktet selges eller videreføres, skal denne dokumentasjonen vedlegges.



MONTERINGSOVERSIKT



MONTERINGSINSTRUKSJONER

Før du begynner å montere, sørg for å følge våre anbefalinger og sikkerhetsinstruksjoner. Vennligst fjern alle individuelle deler fra esken. Noen deler er allerede ferdigmontert. Monteringstid: ca 30 - 40 min.

Komponent "A" fungerer som transportlås og er ikke lenger nødvendig etter montering.

TRINN 1

Montering av fremre og bakre føtter (2+3) på bunnrammen (1).

1. Skyv den bakre foten (3) utstyrt med fotdeksler (12) og høydejusteringsskruer (20) inn i bunnrammen (1) og skru den fast med umbraconskruene (17), skivene (19) og fjærskivene (18). Høydejusteringsskruene (20) brukes til å stabilisere enheten på ujevnt underlag.

2. Vennligst demonter plastbeskytteren fra den fremre bunnrammen og bruk skruematerialet

for å feste det fremre fotrøret. Før den fremre foten (2), montert med fotdeksler (11), til bunnrammen (1) slik at transportrullene peker mot fronten og skru den fast med vognboltene (13), skiver (14), fjærskiver (15) og kapselmuttere (16).

STEG 2

Montering av pedalene (9L+9R) på pedalarmene (10L+10R).

1. Monter pedalfestestroppene til de tilsvarende pedalene (9R+9L). (**Forsiktig!** Enden med mangfoldet av størrelsesjusteringshull må vende utover.)

2. Sett sammen pedalene (9R+9L) til pedalarmene (10L+10R). Pedalene er merket "R" for høyre og "L" for venstre. (**Forsiktig! Venstre og høyre kan sees fra retningen når du sitter på enheten og trener. Høyre pedal (9R) må dreies med klokken og venstre pedal (9L) må dreies mot klokken.**)

TRINN 3

Montering av seterøret (6) og salen (7).

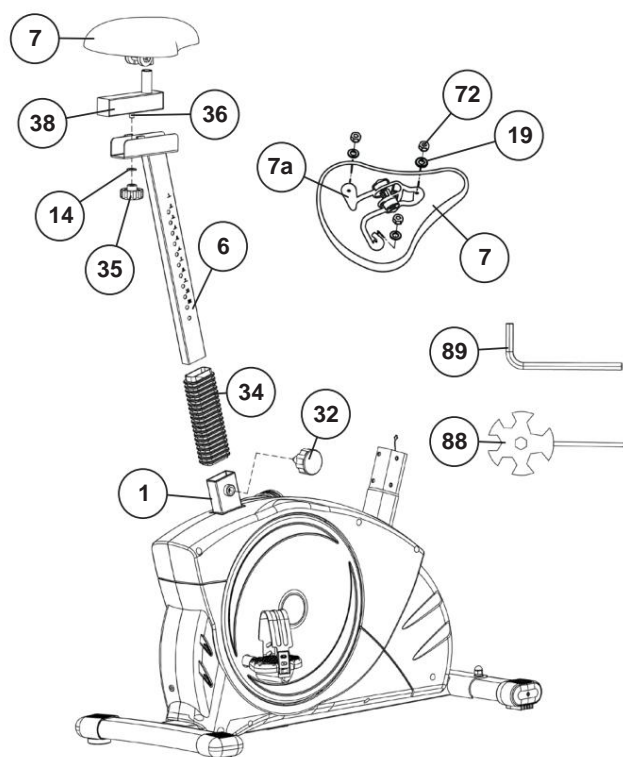
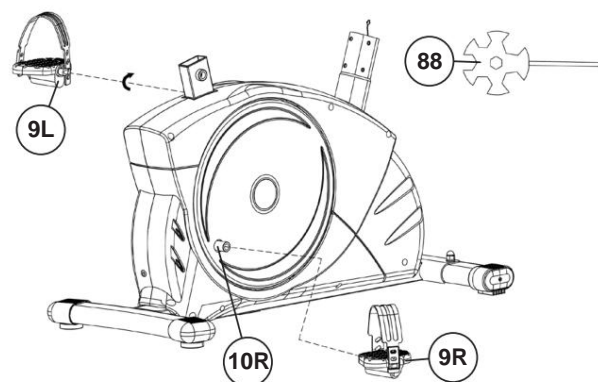
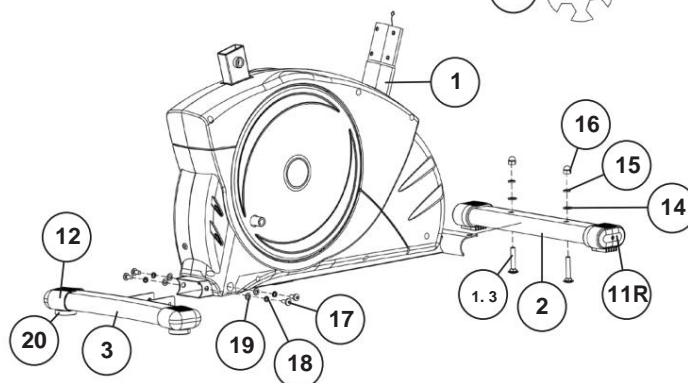
1. Skyv seterørskragen (34) inn på seterøret (6) og skyv deretter seterøret (6) inn i det tilsvarende festet på bunnrammen (1).

Fest denne i ønsket posisjon ved hjelp av hurtigfestet (32). (Hurtigfestet (32) må bare løsnes ved å vri det litt, det kan deretter trekkes for å frigjøre høydelåsen og justere setehøyden. Etter ønsket innstilling klikker du på hurtigfestet (32) på plass og fest den igjen ved å stramme den. OBS! setepinnens rør kan ikke trekkes ut forbi maksimumsmerket.)

2. Legg salen (7) ned med seteoverflaten ned. Plasser setebraketten (7a) på den overliggende baksiden av salen (7) slik at de gjengede delene på baksiden av salen stikker ut gjennom de tilsvarende hullene i setebraketten (7a). Plasser skivene (19) på de gjengede delene og skru på og stram mutterne (72).

3. Plasser salen (7) på seteglideren (38) og skru den til setebraketten i ønsket vinkel. For å gjøre dette, stram de svarte mutterne på begge sider.

4. Plasser setevognen (38) på setestøtterøret (6) og juster salen (7) horisontalt til ønsket posisjon. Sikre denne posisjonen med skiven (14) og stjernegrepsmutteren (35) på festedelen (36).



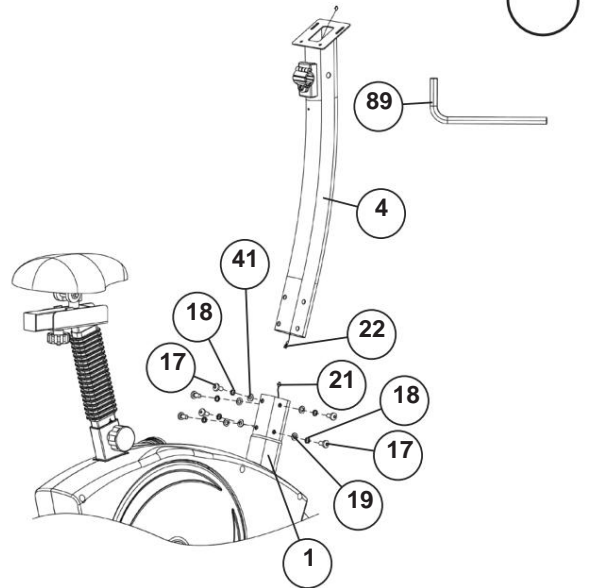
TRINN 4

Montering av styrestøtterøret (4) på bunnrammen (1).

1. Fjern skruene (17), skivene (19+41) og låseskivene (18) fra styrets støtterørfeste på bunnrammen (1).

2. Før styrestøtterøret (4) til festet på bunnrammen (1) og koble styrekabelen (21) til tilkoblingskabelen (22).

3. Skyv styrestøtterøret (4) inn i det tilsvarende festet i på bunnrammen (1) uten å klemme en kabel og fest det med skruene (17), skivene (19+41) og fjærskivene (18).



TRINN 5

Installere datamaskinen (8) og styret (5) på støtterøret (4).

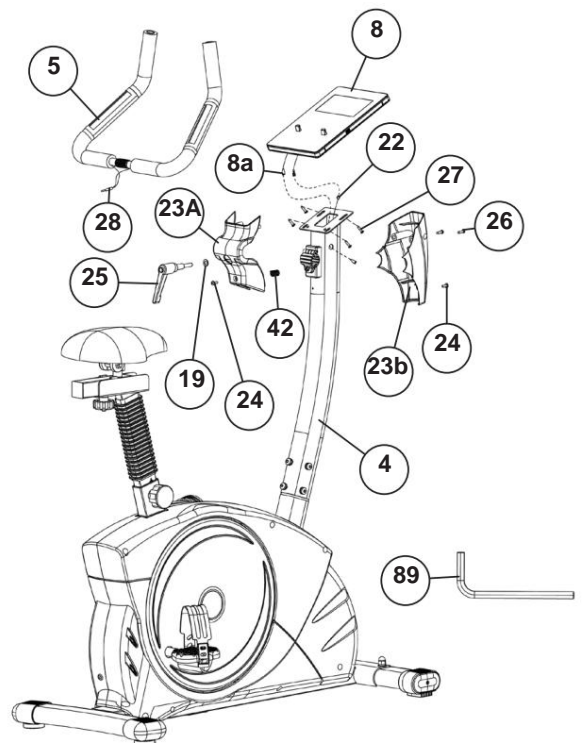
1. Fjern skruene (26) fra styredekslet (23A+23B). Før styret (5) til det åpne styrefestet på støtterøret (4) og lukk det over styret (5). Skyv det fremre styredekslet (23a) over styrefestet og skru styret (5) til støtterøret (4) ved hjelp av styreskruen (25) og skiven (19).

2. Før pulspluggen (28) innover gjennom åpningen på siden av støtterøret (4) og deretter ut oppover.

3. Ta konsollen (8) og fjern skruene (27) på baksiden av konsollen. Før datamaskinen (8) til støtterøret (4) og plugg tilkoblingskabelen (22) inn på baksiden av datamaskinen (8). Plugg pulskabelen (28) inn i kontakten (8a) på datamaskinen.

4. Skru datamaskinen (8) til datamaskinholderen til styrestøtterøret (4) ved hjelp av skruene (27) uten å klemme en kabel.

5. Fest deretter styredekslet (23a) med skruen (24). Stram også det bakre styredekslet (23b) med skruene (24+26).



TRINN 6

Tilkobling av strømpakken (40).

1. Sett støpselet til strømforsyningsenheten (40) inn i den tilsvarende kontakten (86) på baksiden av enhetens kabinett.

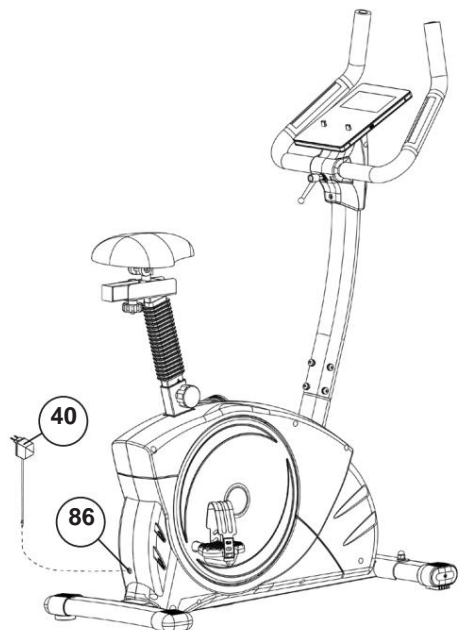
2. Koble deretter strømpakken (40) til en riktig installert stikkontakt (230V~50Hz).

KONTROLL OG IGJENSETTING 1.

Kontroller alle skru- og pluggforbindelser for riktig montering og funksjon. Dette fullfører monteringen. er ok

2. Hvis alle lysmotstandsinnstillinger blir kjent med enheten og gjør de individuelle justeringene.

Merk: Oppbevar verktøysettet og instruksjonene på et trygt sted, da de vil være nødvendige for reparasjoner og reservedelsbestillinger som kan bli nødvendige på et senere tidspunkt.



BRUK AV ENHETEN

Justering av setehøyde

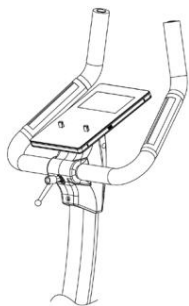
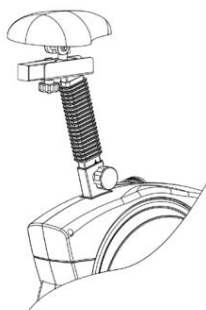
For å få en komfortabel sittestilling under trening må setehøyden justeres riktig. Setet er i riktig høyde når kneet fortsatt er lett bøyd og kan ikke strekkes helt ut når pedalene er i laveste posisjon. For å justere riktig sittestilling løser du hurtigfestet litt med den ene hånden og drar deretter ut knotten slik at du kan skyve salen med setepinnen inn i ønsket sittestilling med den andre hånden. Slipp så knappen slik at den klikker på plass og skru den fast igjen.

Viktig

Pass på at hurtigfestet er ordentlig festet og skrudd fast. Ikke forleng seterøret utover den maksimale posisjonen eller juster posisjonen mens du sitter på treningsmaskinen.

Styrejustering

For å justere styret, løsner du bare styreskruen til styret kan bringes i ønsket posisjon og stram det igjen etter justering.



Transportere enheten

Det er 2 transporthjul i den fremre foten. For å flytte eller lagre enheten på et annet sted, ta tak i styret og vipp enheten på den fremre foten nok til å enkelt flytte enheten på hjulene og skyve den til ønsket plassering.

Montering

Etter at setehøyden er riktig justert, hold fast i styret. Ta den nærmeste pedalen til laveste posisjon og skyv foten under den

Pedalsikkerhetsstropp slik at du har et sikkert fotfeste på pedalene. Sving nå det andre benet til motsatt side av pedalen mens du sitter på salen. Hold styret med hendene og plasser deretter den andre foten på den andre pedalen under pedalfestestroppen.

Bruk

Hold styret i ønsket posisjon med begge hender og forbli sittende på salen under trening. Pass også på at føttene er sikret på pedalene med pedalsikkerhetsstroppene.

Demonter

Slutt å trene og hold styret godt. Sett først en fot fra pedalen på bakken for et sikkert fotfeste, og sett deg deretter av salen. Deretter setter du den andre foten fra pedalen på gulvet og går over enheten til den ene siden.

Denne treningsenheten er en stasjonær hjemmesportsenhet og simulerer sykling. Det er redusert risiko for trening uansett vær uten ytre påvirkning, samt risiko for overanstrengelse eller fall ved gruppepress. Sykling tilbyr en cardio trening uten å være overveldende, på grunn av muligheten for selvst

justerbar motstand. Dermed en mer eller

Mindre intensiv trening mulig. Den trener underekstremitetene, styrker det kardiovaskulære systemet og fremmer dermed den generelle kondisjonen til kroppen.

RPM OG WATT EFFEKT

Nivå \dot{y} / rpm \dot{y} 1	20	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120
	6	11	17	25	35	45	56	66	78	90	99
2	8	1.3	22	32	45	58	72	85	102	118	130
3	9	16	27	40	55	73	88	106	126	145	163
4	10	19	32	48	65	85	104	123	149	172	192
5	11	22	37	55	75	98	120	144	172	197	220
6	12	25	40	62	85	111	137	161	194	221	248
7	1.3	28	46	70	95	124	153	182	216	249	277
8	15	31	51	77	105	137	169	203	238	273	305
9	16	33	56	84	115	150	185	225	260	299	337
10	17	36	60	91	125	163	201	245	282	324	364
11	18	39	65	98	135	176	217	265	304	348	388
12	19	42	70	105	145	189	233	284	327	373	416
1.3	21	45	75	112	155	203	249	303	350	398	445
14	22	48	80	119	165	217	265	322	373	424	472
15	24	51	85	126	175	230	282	341	397	450	500
16	25	54	90	134	185	244	299	360	420	475	528
17	26	56	95	142	195	258	314	379	442	500	556
18	27	59	100	149	205	271	330	398	465	524	584
19	28	62	105	156	215	284	346	416	488	548	612
20	29	65	110	163	225	297	362	435	511	572	640
21	31	68	115	170	235	310	378	454	533	595	668
22	33	71	120	177	245	324	394	473	556	620	696
23	35	74	125	185	255	335	410	492	579	646	724
24	36	77	131	193	265	346	426	512	604	672	752

Merk:

Effektvisningen i watt ble stilt inn ved hjelp av antall omdreining per minutt (RPM) på pedalakselen og bremsemomentet (Nm). Enheten ble kontrollert på fabrikk før levering og oppfyller dermed kravene til klassifiseringen "Med høy visningsnøyaktighet". Hvis du er i tvil om enhetens visning, kontakt selgeren eller produsenten for å sjekke/justere enheten. (Vær oppmerksom på at en avviktoleranse er tillatt som angitt på side 3.)



NØKLER

[T-TEST]-knapp: kondisjonstest med tildeling av karakterer (F1-F6).

[E-ENTER]-tast: Bekrefter et programvalg, henter inn inngangsfunksjoner og bekrefter dem.

[R-RESET]-knapp: Gå tilbake til programvalg. Brukerens valg.

[+] - [-] knapper: Øker eller reduserer en forhåndsinnstilt verdi eller henter frem neste eller forrige funksjon i valget.

(Kun blinkende informasjon kan endres/bekreftes.)

Ved å trykke på [+] og [-]-knappene samtidig i 2 sekunder vil ODO-skjermen tilbakestilles og datamaskinen startes på nytt.

[START/STOPP]-knapp: Starter eller stopper eller stopper treningsprogrammet.

Å SAKSØKE

[TID] Tid: 00:00~99:59.

[RPM] Omdreininger per minutt: 0~15~999 (skjermen endres hvert 6. sekund med SPEED)

[HASTIGHET] Hastighet i km/t: 0,0~99,9 km/t (skjermen endres hvert 6. sekund med RPM)

[WATT] Watt: 0-999 watt (skjermen endres hvert 6. sekund med LEVEL)

[LEVEL] Motstands nivå: 1~24 nivå (skjermen endres hvert 6. sekund med WATT)

[KALORIER] Kalorien i kcal: 0~999kcal

[DISTANCE] Distanse i km: 0,00~99,99 km (ODO - KM totalt: Den viser avstanden i km for alle treningsøkter når datamaskinen er slått på.)

[PULSE] Pulsvisning: P~40~240 maksimal mulig verdi. Hjertesymbolet blinker når hjertefrekvensdata mottas.

Programtittel: MANUAL, PROGRAM (P1-P12), WATT, USER, HRC, FAT

U0-U4-bruker: Valg av bruker (U0-U1-U2-U3-U4) med standardverdier [y / y] kjønn, [ALDER] alder, [HEIGHT] Høyde og [VEKT] vekt.

Hjemmedisplay:

1. Kode for hastighetsprogrammering 2. Bluetooth-identifikasjonsnummer for APP-drift 3. KM Total (ODO)

FUNKSJONELL BESKRIVELSE

Igangkjøring 1.

Koble strømpakken til produktet og en riktig tilkoblet stikkontakt. Displayet inne i datamaskinen vil lyse sammen med et pip og kort vise en hastighetsprogrammeringskode, Bluetooth-identifikasjonsnummer og ODO. Brukernummeret (U0-U4) vises da. Ved å trykke på [E]-knappen kan du velge mellom standardverdiene [y/y]

Kjønn, [AGE] Alder, [HEIGHT] Høyde og [VEKT] vekt ned. Du kan endre verdiene med [+/-]-tastene og bekrefte med [E]-tasten. Etter spesifiseringen lagres verdiene. Ved neste treningsøkt kan brukerdatabene enkelt bekreftes med [E]-knappen for å komme til programvalget eller det manuelle programmet kan startes direkte ved å trykke på [START/STOPP]-knappen.

2. Trykk på [+/-]-knappene og velg en av programkategoriene MANUAL, PROGRAM, WATT, USER, HRC, FAT og bekreft programvalget ved å trykke på [E] Knapp. Standardverdiene som tid, distanse, kalorier og puls kan hentes frem i det valgte programmet ved hjelp av [E]-knappen og endres med [+/-]-knappene. Hvis du angir en av standardverdiene tid, distanse, kalorier, telles den ned til 0.

3. Når programmet og standardverdiene er satt, trykk på [START/STOPP]-knappen for å starte treningen.

4. Et nytt trykk på [START/STOPP]-tasten avbryter programmet. Alle verdier som er oppnådd frem til det punktet lagres i 3 minutter, og du kan fortsette treningen basert på disse verdiene eller bruke [R]-tasten for å sette alle funksjoner til null.

5. Datamaskinen slår seg automatisk av i standby-modus ca 3 minutter etter endt treningsøkt.

PROGRAM

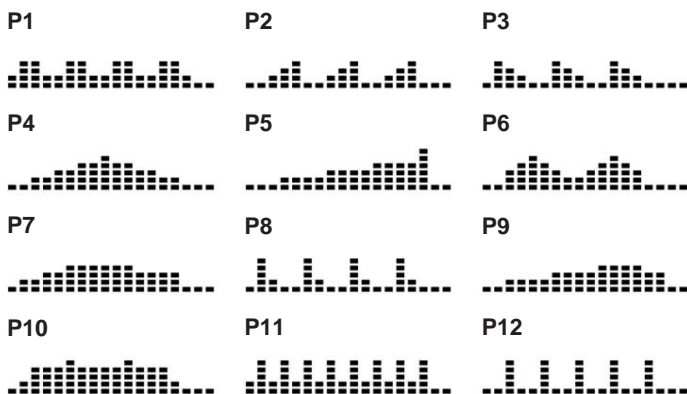
1. MANUAL: Manuelt program Når

du velger programmet, velg MANUELL-delen ved å bruke [+/-]-knappene og bekreft med [E]-knappen.

Hent frem standardalternativene for motstands nivå, tid, distanse, kalorier, hjertefrekvens ved å trykke på [E]-knappen og angi verdiene med [+/-]-knappene. Du starter det manuelle programmet med [START/STOPP]-knappen og du kan justere motstanden under trening ved å bruke [+/-]-knappene.

2. PROGRAM: Treningsprogrammer

Når du velger programmet, velg PROGRAM-delen ved å bruke [+/-]-knappene og bekreft med [E]-knappen. Hent deretter frem et av de 12 forskjellige treningsprogrammene ved hjelp av [+/-]-knappene og bekreft med [E]-knappen. Hent frem standardalternativene for motstands nivå, tid, distanse, kalorier, hjertefrekvens ved å trykke på [E]-knappen og angi verdiene med [+/-]-knappene. Bruk [START/STOPP]-knappen for å starte det valgte programmet.



3. WATT: uavhengig watt-program Når

du velger programmet, velg WATT-delen med [+/-] Velg taster og bekreft med [E]-tasten. Hent frem standardalternativene for watt, tid, distanse, kalorier, puls ved å trykke på [E]-knappen og angi verdiene med [+/-]-knappene. WATT-verdien er forhåndsinnstilt til 100. Verdien kan endres fra 10 til 300 watt i trinn på 5 watt. WATT-verdien stilles inn med [+/-]-knappene. Den angitte WATT-verdien forblir konstant uavhengig av pedalhastigheten ved automatisk justering av motstanden. Start Watt-programmet med [START/STOPP]-knappen.

4. BRUKER: individuelle programmer

Når du velger programmet, velg BRUKER-overskriften med [+/-]-knappene og bekreft med [E]-knappen. Design din egen programprofil. Med dette programmet kan motstanden til de 18 stolpene bestemmes av deg selv. Still inn ønsket motstand for den første linjen med [+/-]-tastene og bekreft inntastingen med [E]-tasten. Gjør dette for alle 18 stolpene. Trykk deretter på [R]-knappen for å stille inn tiden. For å stille inn distanse, kalorier og hjertefrekvens, trykk på [E]-tasten. Bruk [+/-]-tastene for å endre verdien og bekreft med [E]-tasten. Start programmet ved å trykke på [START/STOPP]-knappen. Den innstilte programprofilen lagres automatisk og kan om nødvendig overskrives. Når du har det

Hvis BRUKER-programmet er satt, trenger du bare å hente det frem og velge forhåndsinnstilt tid direkte ved å trykke på [R]-knappen, alternativt bruke [E]-knappen for distanse, kalorier og hjertefrekvens.

5. HRC: Pulsprogrammer

Når du velger programmet, velg HRC-overskriften med [+/-]-knappene og bekreft med [E]-knappen.

Hent frem standardalternativene for pulsprogram, tid, distanse, kalorier ved å trykke på [E]-knappen og angi verdiene med [+/-]-knappene. Pulsprogrammene 55 %, 75 % og 90 % avhenger av alderen som er lagt inn og bruker denne til å beregne øvre pulsgrense på 55 %, 75 % eller 90 % av makspuls. Med pulsprogrammet \ddot{y} kan du stille inn øvre pulsgrense direkte. PULSE-displayet blinker så snart den øvre pulsgrensen er nådd under trening.

55 % -- Diettprogram
75 % -- helseprogram
90 % -- Sportsprogram
 \ddot{y} -- Målpuls

6. FETT: kropps fettprogram

Her kan du gjennomføre en BMI-beregning og få et individuelt treningsforslag. Ta tak i håndpulsensorene for å måle kropps fett.

Resultatet vises etter ca 10 sekunder: BMI-verdi og den resulterende kropps fetttypen (1-4). Et treningsprogram foreslås etter at BMI og kropps fetttypen har blitt vist to ganger. For å starte treningsprogrammet, trykk på Start/Stopp-knappen.

Fare! Hvis datamaskinen viser en feilmelding "Err1", er det et problem med pulsoverføringen. Kjør i så fall kropps fettprogrammet på nytt og angrip pulssensorene igjen.

kropps fett	underviktig	normal Vekt	Litt overvektig	over vekt
Skriv inn \ddot{y}				
sex \ddot{y} kropps fett		kropps fett	kropps fett	kropps fett
Type	Type 2	Type 3	Type	
mann	1 < 10 %	4 10%~19,9%	20%~24,9% \ddot{y} 25%	
feminin	< 20 %	20%~29,9%	30%~34,9% \ddot{y} 35%	

TREDNINGSTEST

Etter en pulsøkt i et hvilket som helst program, kan du trykke på [T]-knappen og starte en kondisjonstest. For at programmet skal fungere ordentlig, plasser begge hendene på håndpulsensorene i 60 sekunder. Etter at de 60 sekundene har gått, vises en kondisjonskarakter fra F1 til F6. **Fare!** Ingen annen skjerm fungerer under kondisjonstesten.

Betingelse	Resultat	puls
Veldig bra	F1	Over 50
Mage	F2	40 ~ 49
Gjennomsnittlig F3		30 ~ 39
Tilstrekkelig F4		20 ~ 29
Dårlig	F5	10 ~ 19
Veldig dårlig F6		under 10



BLUETOOTH-KOBLING FOR APPLIKASJON

Produktet kan brukes med Kinomap-appen. Dette gjør det mulig å trene på en underholdende og interaktiv måte med Android- eller IOS-enheter og å lagre treningsdata.

Sport, coaching, gaming og eSport er nøkkelordene i Kinomap-appen. Dette inkluderer milevis med opptak fra den virkelige verden for å trene innendørs som om du var utendørs; sporing av ruter og analyse av ytelsen din; coaching innhold; flerspillermodus; nye innlegg daglig; Offisielle innendørsløp med mer... Dermed inneholder APPen ca.

100 000 videoer tatt opp av idrettsutøvere og 200 000 km med kumulative baner for sykling, løping eller roing for for tiden rundt 270 000 medlemmer fra hele verden.

Last ned APP og koble til Skann QR-koden nedenfor med din smarttelefon/nettbrett eller bruk søkefunksjonen på Playstore (Android) eller APP Store (IOS) for å laste ned Kinomap APP. Registrer deg og følg APP-instruksjonene. Aktiver Bluetooth på smarttelefonen eller nettbrettet og velg enhetsbehandler i APP via menyen og velg deretter kategorien "crosstrainer". Velg deretter din typebetegnelse via produsentens logo "Christopeit Sport" for å koble til sportsutstyret. Avhengig av sportsenheten registreres ulike funksjoner av APP via Bluetooth eller data utveksles.

Fare! Kinomap APP tilbyr en gratis prøveversjon i 14 dager. Deretter påløper gebyrer som er oppført på Kinomap-hjemmesiden. For mer informasjon, besøk: <https://www.kinomap.com/en/>



PULSMÅLING

1. Håndpuls måling

En metallkontaktplate, sensoren, er innebygd i venstre og høyre styrehåndtak. Pass på at begge håndflatene alltid hviler på sensorene samtidig med normal kraft. Så snart en puls synker, blinker et hjerte ved siden av pulsdisplayet.

(Håndpuls målingen er kun for orientering, siden bevegelse, friksjon, svette etc. kan føre til avvik fra den faktiske pulsen. Noen få personer kan oppleve funksjonsfeil i håndpuls målingen. Hvis du har problemer med håndpuls målingen, vi anbefaler at du bruker en ekstern pulsmåler med cardio-bryststropp)

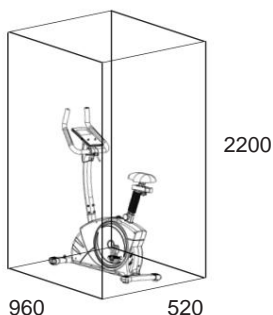
Fare! Pulsovervåkingssystemer kan være unøyaktige. Overdreven trening kan føre til alvorlig skade eller død. Hvis du føler deg svimmel eller svak, stopp treningen umiddelbart.

2. Kardio - pulsmåling Eventuelt

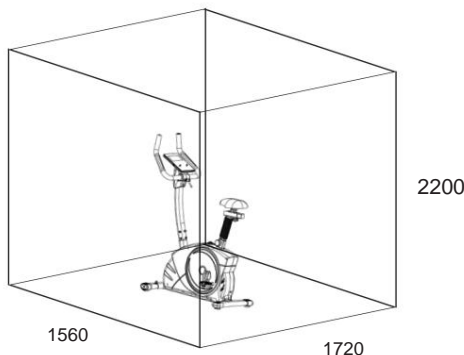
kan du bruke et kompatibelt Bluetooth-pulsbelte (Christopeit-Sport BT pulsbelte 2209) for pulsmåling. Den målte pulsverdien vises i pulsdisplayet. Responstiden er inntil 60 sekunder Hvis begge pulsmålemetodene brukes samtidig, har håndpuls målingen prioritet.

Fare! Pulsmålingen er ikke egnet for medisinske formål.

TRENINGSPLASSKRAV



Treningsareal i mm (for enhet og bruker)



klaring i mm
(treningsområde og sikkerhetsområde rundt 600 mm)

RENGJØRING, VEDLIKEHOLD OG OPPBEVARING 1.

Rengjøring

Bruk kun en lett fuktet klut til rengjøring. **Fare!** Bruk aldri bensin, tynner eller andre aggressive rengjøringsmidler for å rengjøre overflater, da dette vil forårsake skade. Enheten er kun egnet for privat hjemmebruk og for innendørs bruk. Hold enheten ren og fuktig unna enheten.

2. Lagring

Koble fra strømadapteren hvis du ikke har tenkt å bruke enheten på mer enn 4 uker. Skyv setevognen mot styret og seterøret så langt inn i rammen som mulig. Velg et tørt oppbevaringssted i huset og påfør litt sprayolje på venstre og høyre pedalkulelager, på gjengen på styrets festeskruer og på hurtigfestet. Dekk til enheten for å beskytte den mot misfarging forårsaket av sollys og støv.

3. Vedlikehold

Vi anbefaler å kontrollere tettheten til skrueforbindelsene som er laget ved montering hver 50. driftstime. Hver 100. driftstime bør du påføre litt sprayolje på venstre og høyre pedalkulelager, på gjengen på styrets festeskruer og på gjengen på hurtigfestet.

FEILSØKING

Hvis du ikke kan rette opp feilen ved hjelp av informasjonen som er oppført, kontakt din forhandler eller produsenten.

Problem	Mulig årsak	Løsning
Datamaskinen slår seg ikke på når jeg trykker på en tast.	Ingen strømforsyning koblet til eller stikkkontakten er ikke strømførende.	Kontroller om strømforsyningsenheten er koblet til riktig, om nødvendig med en annen forbruker, om stikkkontakten er strømførende.
Datamaskinen teller ikke og slår seg ikke på når treningen starter.	Manglende sensorpuls på grunn av feil eller løs pluggforbindelse.	Kontroller pluggforbindelsen på datamaskinen og pluggforbindelsen i støtterøret for riktig plassering.
Datamaskinen teller ikke og slår seg ikke på når treningen starter.	Manglende sensorpuls på grunn av feil sensorposisjon.	Skru av dekselet og kontroller avstanden fra sensoren til magneten. En magnet i pedalsveiven er på motsatt side av sensoren og må være mindre enn < 5 mm unna.
Ingen pulsvisning	Pulspluggen er ikke koblet til.	Koble den separate kontakten fra pulskabelen til riktig kontakt på datamaskinen.
Ingen pulsvisning.	Pulsmåleren er ikke riktig tilkoblet.	Skru av håndpulsensorene og kontroller pluggforbindelsene for riktig plassering og kablene for skader.

GARANTIPOLITIK

Garantien er 24 måneder, gjelder for nye varer ved førstegangskjøp og starter på faktura eller leveringsdato. I løpet av garantiperioden vil eventuelle defekter bli eliminert gratis.

Oppdager du en mangel, plikter du å melde fra til produsenten umiddelbart. Det er etter produsentens skjønn å oppfylle garantien ved å sende reservedeler eller reparere den. Hvis reservedeler sendes, består retten til å bytte uten tap av garanti. En reparasjon på installasjonsstedet er utelukket.

Treningsutstyr til hjemmet er ikke beregnet for kommersiell eller industriell bruk. Unnlatelse av å bruke tjenesten vil resultere i redusert garanti eller tap av garanti.

Garantien gjelder kun material- eller fabrikkasjonsfeil, slitedeler eller skader forårsaket av feil eller feil håndtering, vold

bruk og tukling uten forutgående konsultasjon med vår serviceavdeling vil ugyldiggjøre garantien.

Hvis mulig, vennligst oppbevar originalemballasjen så lenge garantiperioden varer for å beskytte varene i tilfelle retur og ikke send noen varer

frakt videre til serviceavdelingen!

Å kreve garantitjenester resulterer ikke i en forlengelse av garantiperioden.

Krav om erstatning for skade som kan oppstå utenfor enheten (med mindre ansvar er fastsatt ved lov) er utelukket.

Produsent:

Top Sports Gilles GmbH, Friedrichstr. 55, 42551 Velbert

OPPLÆRINGSINSTRUKSJONER GENERELT

For å oppnå merkbare fysiske og helsemessige forbedringer, må følgende faktorer tas i betraktning ved fastsettelse av nødvendig treningsinnsats.

INTENSITET

Nivået av fysisk anstrengelse under trening må overstige punktet for normal anstrengelse uten å nå punktet for pust og/eller utmattelse. En passende referanseverdi kan være pulsen. For hver treningsøkt øker kondisjonen og derfor bør treningskravene justeres.

Dette er mulig ved å forlenge varigheten av treningen, øke vanskelighetsgraden eller endre type trening.

TRENINGSPULS

For å bestemme treningspuls kan du gå frem som følger. Vær oppmerksom på at dette er veiledende verdier. Hvis du har helseproblemer eller er usikker, kontakt lege eller treningstrener.

01 Maksimal pulsbergingning

Maksimal pulsverdi kan bestemmes på mange forskjellige måter, siden maks puls avhenger av mange faktorer. Du kan bruke Faust-formelen for beregningen (maks puls = 220 - alder).

Denne formelen er veldig generell. Den brukes i mange hjemmesportsprodukter for å bestemme maksimal hjerterefrekvens. Vi anbefaler Sally Edwards-formelen. Denne formelen beregner maks puls mer nøyaktig og tar hensyn til kjønn, alder og kroppsvekt.

Sally Edwards-Formel

Menn:

Maksimal hjerterefrekvens = 214 - (0,5 x alder) - (0,11 x kroppsvekt)

Kvinner:

Maksimal hjerterefrekvens = 210 - (0,5 x alder) - (0,11 x kroppsvekt)

02 Beregning av treningspuls

Den optimale treningspuls bestemmes av målet med treningen. Det ble definert treningssoner for dette.

Helse - Sone: REKOM - Regenerering og kompensasjon.

Passer for: Nybegynnere

Type trening: veldig lett utholdenhetstrening

Mål: restitusjon og helsefremmende. Bygge grunnstilstanden.

Treningspuls = 50 til 60 % av maks puls

Fettmetabolisme - Sone: GA1 - Grunnleggende - Utholdenhetstrening 1.

Passer for: Nybegynnere og viderekomne

Treningstype: lett utholdenhetstrening

Mål: aktivisering av fettstoffskiftet (kaloriforburning), forbedring i utholdenhetsytelse.

Treningspuls = 60 til 70 % av maks puls

Aerobic - Sone: GA1/2 - Grunnleggende - Cardio 1 til 2.

Passer for: Nybegynnere og viderekomne

Treningstype: moderat utholdenhetstrening.

Mål: aktivisering av fettmetabolisme (kaloriforburning), forbedring av aerob yttelse, økning av utholdenhetsytelse.

Treningspuls = 70 til 80 % av maks puls

Anaerob - Sone: GA2 - Grunnleggende - Utholdenhetstrening 2

Passer for: Avanserte og konkurranseutøvere

Treningstype: Moderat utholdenhetstrening eller intervalltrening

Mål: Forbedring av laktattoleranse, maksimal ytelsesøkning.

Treningspuls = 80 til 90 % av maks puls

Konkurranse - Sone: WSA - prestasjons-/konkurransetrening

Passer for: idrettsutøvere og høytytelsesidrettsutøvere

Type trening: intensiv intervalltrening og konkurransetrening

Mål: forbedring av maksimal hastighet og kraft.

Fare! Trening på dette området kan føre til overbelastning av det kardiovaskulære systemet og helseskader.

Treningspuls = 90 til 100 % av maks puls

Eksempel på

beregning Mann, 30 år og veier 80 kg. Jeg er nybegynner og vil gjerne gå ned litt i vekt og øke utholdenhetsprestasjonen.

01: Maksimal puls - beregning av

maks puls = 214 - (0,5 x alder) - (0,11 x kroppsvekt)

Maksimalpuls = 214 - (0,5 x 30) - (0,11 x 80)

Maksimal puls = ca 190 slag/min

02: Beregne treningspuls

Fettmetabolismesonen passer meg best på grunn av mine mål og treningsnivå.

Treningspuls = 60 til 70 % av maksimal hjerterefrekvens

Treningspuls = 190 x 0,6 [60 %]

Treningspuls = 114 slag/min

Etter at du har bestemt treningspuls din for treningstilstanden eller målene dine, kan du begynne å trene. De fleste av våre utholdenhetstreningsskjermer har pulssensorer eller er kompatible med pulsbelter. Dette lar deg overvåke pulsen mens du trener.

Hvis pulsfrekvensen ikke vises på dataskjermen eller du vil være på den sikre siden og vil sjekke pulsfrekvensen din, som kan vises feil på grunn av mulige applikasjonsfeil eller lignende, kan du bruke følgende verktøy: a. Pulsmåling på konvensjonell måte (føle pulsslag, for eksempel på håndleddet og telle slagene innen et minutt). b. Pulsmåling med egnede og kalibrerte pulsmålere (tilgjengelig fra medisinske forsyningsbutikker). c. Pulsmåling med andre produkter som pulsklokker, smarttelefoner....

FREKVENS

De fleste eksperter anbefaler å kombinere et helsebevisst kosthold, balansert med treningsmål, og trene tre til fem ganger i uken. En normal voksen trenger å trene to ganger i uken for å opprettholde sin nåværende tilstand. For å forbedre tilstanden og endre kroppsvekten trenger han minst tre treningsøkter per uke. Selvfølgelig forblir en frekvens på fem treningsenheter per uke ideell.

STRUKTUR AV TRENINGEN

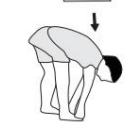
Hver treningsøkt bør bestå av tre treningsfaser: «oppvarmingsfase», «treningsfase» og «nedkjølingsfase». I "oppvarmingsfasen" bør kroppstemperaturen og oksygentilførselen økes sakte. Dette er mulig gjennom gymnastikkøvelser over en periode på fem til ti minutter. Etter det bør selve trenings-"treningsfasen" begynne. Treningsbelastningen bør utformes i henhold til treningspuls. For å støtte sirkulasjonen etter «treningsfasen» og for å forhindre ømme muskler eller belastninger, må «avkjølingsfasen» følges etter «treningsfasen». I denne perioden bør strekkøvelser og/eller lette gymnastikkøvelser utføres i fem til ti minutter.

Eksempel - tøyningsøvelser for oppvarmings- og nedkjølingsfasene

Start oppvarmingsfasen ved å gå på stedet i minst 3 minutter og gjør deretter følgende gymnastikkøvelser. Ikke overdriv øvelsene og gjør dem kun til du kjenner et lett trekk. Hold deretter denne posisjonen en stund. Vi anbefaler å gjenta oppvarmingsøvelsene på slutten av treningsøkten og avslutte treningsøkten med å riste ut ekstremitetene.



Ta tak i høyre skulder bak hodet med venstre hånd og trekk litt i kroken på venstre arm med høyre hånd. Etter 20 sek. bytte armer.



Bøy forover så langt som mulig og hold bena nesten rett.



Pek med fingrene mens du gjør det

Sitt på gulvet med ett bein rett og len deg fremover, prøv å nå foten med hendene. 2 x 20 sek.



Knel fremover i et bredt utfall og plasser hendene på gulvet for støtte. Skyv bekkenet ned. Etter 20 sek

bytte bein

MOTIVASJON

Nøkkelen til et vellykket program er regelmessig trening. Du bør etablere et fast tidspunkt og sted for hver treningsdag og forberede deg mentalt på treningen. Tren kun i godt humør og ha alltid målet ditt i bakhodet. Med kontinuerlig trening vil du dag etter dag merke hvordan du utvikler deg videre og kommer nærmere ditt personlige treningsmål bit for bit.

BOMLISTE - DELELISTE

Artikkel: **ET6**
 Varenr.: **2207**
 Status for tekniske data: **01.09.2022**

Dimensjoner L 96 x B 52 x H 140
 [cm]: Treningsplassbehov ²): 2,5
 [m Enhetsvekt [kg]: 35
 Brukervekt på maks. [kg] 150

KJENNETEGN

- Magnetisk bremsesystem med svinghjuls masse på ca 12 kg • Motor- og datastyrt 24-trinns motstandsinnstilling
- Personopplysninger for 5 brukere (U0-U4) • 20 ulike programmer • Håndpuls måling eller valgfritt Bluetooth-pulsbelte • Horisontalt og vertikalt justerbar sal • Tiltjusterbar sal og styre • Gulvhøydekompensasjon og transportruller • Baklyst LCD-display med 7 displayvinduer med samtidig Visning av: tid, hastighet eller pedalomdreining, treningsprofil, watt eller motstands nivå, ca kaloriforbruk, distanse og puls • Holder for smarttelefon/nettbrett

- Bluetooth-tilkobling for Kinomap App • Inntasting av grenseverdier som tid, distanse, ca. Kaloriforbruk watt og øvre pulsgrense er mulig.
- Passer for en høyde på 160-200cm

TIPS

Hvis en komponent er defekt eller mangler, eller hvis du trenger en reservedel i fremtiden, vennligst kontakt:

Top-Sports Gilles GmbH

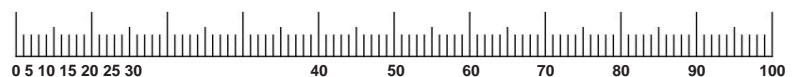
Friedrichstraße 55, 42551 Velbert
 www.christopeit-sport.com
 Telefon: +49 (0)20 51 / 60 67-0 Faks:
 +49 (0)20 51 / 60 67-44 e-post: info
 @christopeit-sport.com

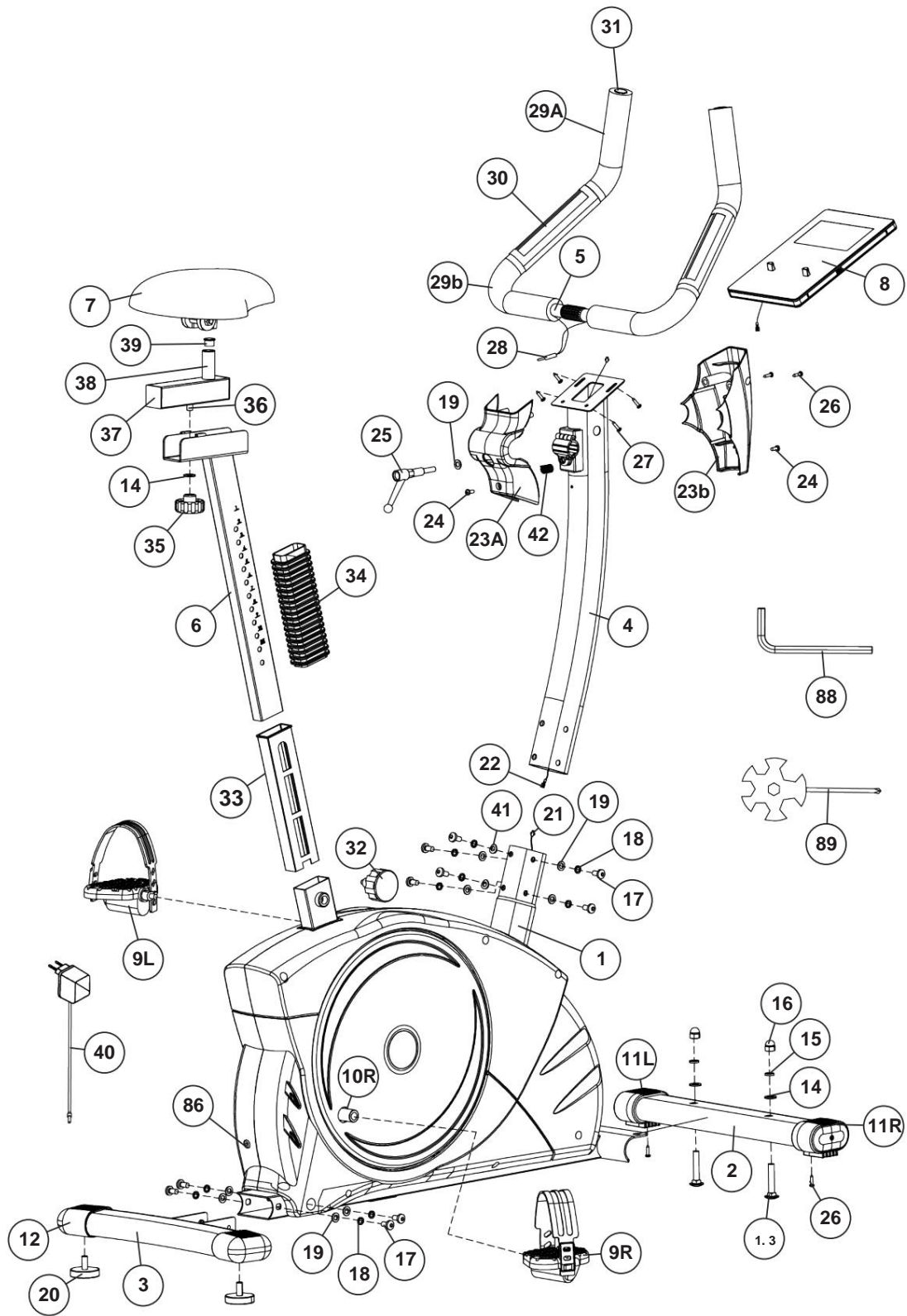
Dette produktet er kun beregnet for personlig hjemmesportsbruk og er ikke beregnet for industriell eller kommersiell bruk. Hjemmeidrett bruksklasse H/A.

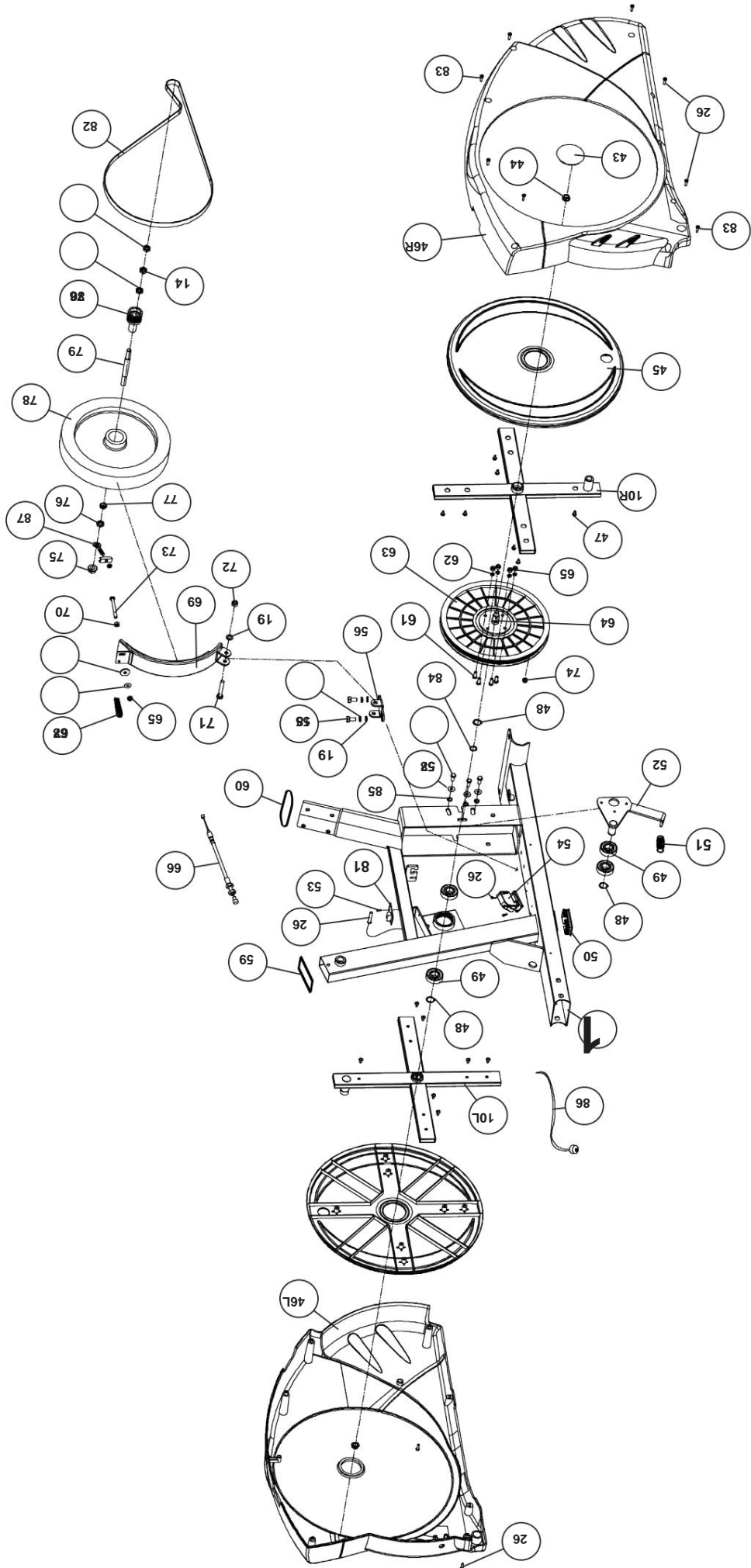
Fig. Nr	Betegnelse	dimensjon mm	Publikum	Montert på Fig. Nr.	Et tall
1	grunnramme		1		33-2207-01-ANT
2	fot foran		1	1	33-02-2003-ANT
3	fot bak		1	1	33-03-2003-ANT
4	styrestøtterør		1	1	33-04-2003-ANT
5	Lenker		1	4	33-2003-05-SW
6	seterør		1	1+38	33-06-2003-ANT
7	sal		1	38	36-9107-06-BT
7a	salfeste		1	38	36-9814-12-BT
8	Datamaskin		1	4	36-2207-03-BT
9L	Pedallenker	9/16"L	1	10L	36-9109-84-BT
9R	pedal høyre	9/16"R	1	10R	36-9109-85-BT
10L	Pedalarmkoblinger		1	64	33-9109-82-ANT
10R	pedalarm til høyre		1	64	33-9109-83-ANT
11L	Fothette foran venstre		1	2	36-9108-54-BT
11R	Fothette foran høyre		1	2	36-9108-55-BT
12	fothette bak		2	3	36-9108-56-BT
13	Schlossschraube	M10x57	2	1+2	39-10026
14	vaskemaskin	10//20	4	13,35+79	39-10206-CR
15	Fjærring	for M10	2	13	39-9995-CR
16	Hutmutter	M10	2	13	39-10021
17	Umbracon skrue	M8x16	10	1,3+4	39-9888-CR
18	Fjærring	for M8	10	17+55	39-9864-VC
19	vaskemaskin	8//16	15	7,17,25,55+71 3	39-10018-CR
20	Høydejusterbar fot		2		36-9805-24-BT
21	Aktuatorkabel		1	22+54	36-2207-05-BT
22	tilkoblingskabel		1	8+21	36-2207-06-BT
23 a	styrekledning a		1	4+23b	36-9108-57-BT
23 b	styrekledning b		1	4+23a	36-9108-58-BT
24	Phillips skrue	M5x12	2	23	39-9988
25	styre låseskrue		1	4+5	36-9107-29-BT
26	Phillips skrue	4,2 x 18	1.3	11,23,53,54+46 8	36-9111-38-BT
27	skru	M5x10	4		39-9903-SW
28	Pulskabel		1	5+30	36-2207-10-BT
29 a	håndtaksdeksel a		2	5	36-9109-59-BT
29 b	håndtaksdeksel b		2		36-9805-15-BT
30	Pulssensor		2	5 5+28	36-9107-08-BT
31	endeplugg		2	5	36-9211-21-BT
32	Hurtigtløser			1+6	36-9211-18-BT
33	plastglider		1.1	1	36-9109-60-BT
34	seterørstøvel		1	6	36-9805-11-BT



Fig. Nr	Betegnelse	dimensjon mm	Publikum	Montert på Fig. Nr.	Et tall
35	stjernegrepsmutter		1	36	36-9211-19-BT
36	festedel			38	33-9211-08-SI
37	firkantet plugg		12	38	36-9211-23-BT
38	salvogn		1	6+7a	33-2207-05-ANT
39	Støpsel			38	36-9109-61-BT
40	strømforsyning	9V=DC/1A	11	86	36-1420-17-BT
41	bøyd skive	8//19	2	17	39-9966-CR
42	Feder				36-9109-62-BT
43	rund stopper		11	4 45	36-2207-09-BT
44	Achsmutter	M10x1,25	2	64	39-9820-SI
45	Kudressing		2	10	36-2207-04-BT
46L	sidepanel til venstre		1	1+46R	36-2207-01-BT
46R	sidepanel til høyre		1	1+46L	36-2207-02-BT
47	Phillips skrue	4,2x8	14	10+45	36-9836-22-BT
48	låsering	C17	2	64	39-9805-32-BT
49	kulelager	6203Z	4	1+52	36-9805-31-BT
50	rektangulær stopper				36-9109-64-BT
51	klemfjær		11	1 1+52	36-9109-65-BT
52	klemme		1	1+51	33-9109-18-SI
53	Sensor			21+81	36-2207-08-BT
54	aktuator		11	1+21	36-2207-07-BT
55	skru	M8x15	2	56	39-9911
56	Magnetisk opphengsholder		1	1+69	33-9107-12-SI
57	vaskemaskin	6//16	4	58+73	39-10013-VC
58	skru	M6x12	3	1+52	39-10120
59	Gummiring kantet		1	1	36-9109-68-BT
60	Gummiende oval		1	1	36-9109-69-BT
61	skru	M6x15	4	63+64	39-10120-SW
62	Fjærring for M6		4	61	39-9865-SW
63	sveivskive		1	64	36-9107-60-BT
64	sveiv aksel		1	63	33-9109-20-SI
65	Selvsikker mor	M6	4	61+73	39-9861-VZ
66	kabeltrekk		1	54+69	36-2207-11-BT
67	magnetisk buefjær		1	69	36-9107-62-BT
68	plastske		1	73	36-9107-63-BT
69	magnetisk brakett		1	56	33-9107-13-SI
70	Mor	M6	1	73	39-9861
71	skru	M8x50	1	69	39-9811-CR
72	Selvsikker mor	M8	4	7+71	39-9918-CR
73	skru	M6x60	1	69	39-10141
74	Magnet		1	63	36-1122-23-BT
75	Achsmutter	M10x1	1	79	39-9820
76	Akselmutter smal	M10x1	3	79	39-9820-SW
77	spacer		1	79	36-9211-15-BT
78	svinghjul		1	79	33-9107-14-SI
79	svinghjulsaksel		1	78	33-2207-07-SI
80	frihjuls trinse		1	78	33-9107-16-SI
81	sensorholder		1	1+53	36-9814-21-BT
82	Flachriemen	470J	1	63+80	36-9107-64-BT
83	skru	4,2x25	6	46	39-9909-SW
84	bølget skive		1	64	36-9918-22-BT
85	spacer		3	58	36-9107-65-BT
86	stikkontakt		1	46L	36-2207-12-BT
87	Kileremstrammer	M6x50	1	79	39-10000
88	multitast	13,14,17	1		36-9107-27-BT
89	umbrakonøkkel	6mm	1		36-9107-28-BT
90	Monterings- og bruksanvisning		1		36-2207-13-BT







Service / produsent

Hvis du har noen klager, trenger å bestille reservedeler eller trenger reparasjoner, vennligst kontakt vår serviceavdeling.

Top Sports Gilles GmbH

Friedrichstrasse 55

D - 42551 Velbert

<http://www.christopeit-sport.com>

Tlf.: +49 (0)2051/6067-0

Faks: +49 (0)2051/6067-44

info@christopeit-sport.com



© av Top-Sports Gilles GmbH D-42551 Velbert (Tyskland)