



Powerpeak Elliptical Trainer Magnetic



FET8321P
08/12

Gebruiksaanwijzing
User manual
Gebrauchsanweisung
Mode d'emploi
Návod k použití

INHOUDSOPGAVE

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN	4
HET PRODUCT	5
ONDERDELENLIJST	6
MONTAGE	7
ONDERHOUD EN GEBRUIK	11
COMPUTERBEVELEN	12
BELANGRIJK TRAININGSADVIES	15
OPWARMEN/STREKKEN/AFKOELEN	15
INFORMATIEPLICHT INZAKE BATTERIJVERORDENING	17
GARANTIEBEWIJS	18
SERVICEFORMULIER	19

TABLE OF CONTENTS

SAFETY REGULATIONS	20
THE PRODUCT	21
PARTS LIST	22
ASSEMBLY	23
MAINTENANCE AND USE	27
COMPUTER	28
IMPORTANT ADVICE FOR TRAINING	30
WARM-UP/STRETCHING/COOL-DOWN	31
COMPULSORY INFORMATION REGARDING THE DECREE ON BATTERIES	33
GUARANTEE	34
SERVICE FORM	35

INHALTSVERZEICHNIS

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN	36
DAS PRODUKT	37
LISTE DER EINZELTEILE	38
MONTAGE	39
WARTUNG UND BENUTZUNG	43
COMPUTERBEFEHLE	44
WICHTIGE HINWEISEN ZUM TRAINING	46
AUFWÄRMÜBUNGEN / STRETCHING / COOL- DOWN	47
INFORMATIONSPFLICHT GEMÄß BATTERIEVERORDNUNG	49
GARANTIEBEWEIS	50
SERVICEFORMULAR	51

SOMMAIRE

CONSIGNES DE SÉCURITÉ	52
LE PRODUIT	53
NOMENCLATURE DES PIÈCES	54
ASSEMBLAGE	55
ENTRETIEN ET UTILISATION	59
COMMANDES D'ORDINATEUR	60
CONSEILS D'ENTRAÎNEMENT IMPORTANT	62
EXERCICES D'ÉCHAUFFEMENT/ÉTIREMENT	63
INFORMATION DE RIGUEUR SUR LE DÉCRET À PROPOS DES PILES	65
CERTIFICAT DE GARANTIE	66
FORMULAIRE DE SERVICE	67

OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ PŘEDPISY	68
PRODUKT	69
SEZNAM SOUČÁSTEK	70
MONTÁŽ	71
ÚDRŽBA A POUŽITÍ	75
POUŽITÍ POČÍTAČE	76
DŮLEŽITÉ SDĚLENÍ O TRÉNINKU	78
NABĚHNUTÍ/NAPÍNÁNÍ/VYCHLADNUTÍ	79
POVINNÉ INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE VYHLÁŠKY O BATERIÍCH	81
ZÁRUKA	82

De foto's dienen ter illustratie. Wijzigingen voorbehouden.

The photographs serve as an illustration. Subject to changes.

Die Fotos dienen zur Illustration. Änderungen vorbehalten.

Les photos sont données à titre d'illustration. Sous réserve de changements.

Fotografie slouží jako ilustrace. Mohou se měnit.

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

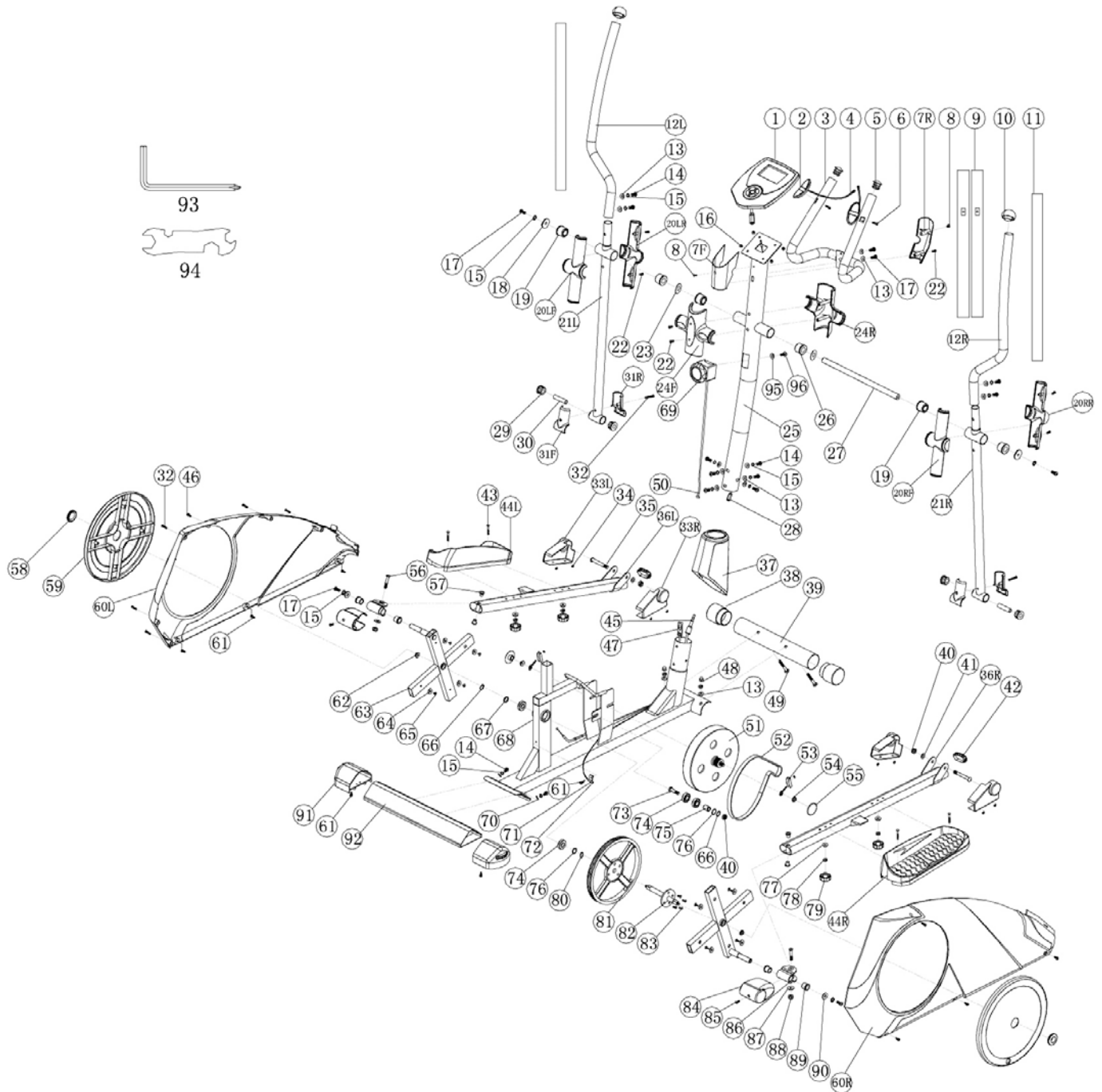
Waarschuwing

Raadpleeg uw arts voordat u met de training begint. Een frequent en inspannend trainingsprogramma moet eerst door uw huisarts worden goedgekeurd. Dit is vooral belangrijk voor mensen die 35 jaar of ouder zijn of mensen die lichamelijke problemen hebben. Powerpeak is in geen geval verantwoordelijk voor persoonlijk letsel of lichamelijke klachten die zijn ontstaan door gebruik van dit apparaat en kunnen derhalve niet aansprakelijk worden gesteld.

Algemeen

1. Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door voordat u het apparaat gaat gebruiken. Bewaar de gebruiksaanwijzing om deze indien nodig te kunnen raadplegen.
2. Gebruik het apparaat uitsluitend zoals in deze gebruiksaanwijzing staat beschreven.
3. Dit apparaat is niet geschikt voor gebruik door kinderen of personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of geestelijke vermogens, of die gebrek aan ervaring of kennis hebben, tenzij iemand die verantwoordelijk is voor hun veiligheid toezicht op hen houdt of hen heeft uitgelegd hoe het apparaat dient te worden gebruikt.
4. Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van het apparaat. Het enthousiasme van kinderen kan leiden tot onjuist gebruik van het apparaat. Indien kinderen toestemming krijgen dit apparaat te gebruiken, dan dient men de kinderen te controleren en instructies te geven over het juiste gebruik van het apparaat. Onder geen geval is het apparaat te gebruiken als speelgoed.
5. Laat kinderen nooit met het verpakkingsmateriaal spelen, er bestaat verstikkingsgevaar.
6. Zorg dat het apparaat juist is geïnstalleerd voordat het in gebruik wordt genomen. Wees er zeker van dat alle schroeven, bouten en moeren op de juiste wijze zijn geplaatst en vastgedraaid. Gebruik alleen onderdelen die door Van den Berg Products worden aanbevolen en zijn meegeleverd.
7. Controleer regelmatig of het apparaat intact is. Gebruik het apparaat niet indien het beschadigt of kapot is.
8. Gebruik het apparaat altijd op een gladde en schone ondergrond. Gebruik het apparaat nooit buiten. Plaats indien nodig een rubberen mat onder het apparaat, om de kans op beschadiging aan uw vloer te verkleinen.
9. Zorg dat zich geen scherpe objecten in de buurt van het apparaat bevinden. Zorg voor minimaal 0,5 meter vrije ruimte rondom het apparaat.
10. Draag altijd veilige en gemakkelijke kleding als u gebruik maakt van het apparaat. Draag bij voorkeur sportschoenen of aerobicsschoenen.
11. Indien u zich niet goed voelt of andere klachten krijgt, dient u onmiddellijk met de oefening te stoppen. U dient tevens te stoppen als u pijn in of druk op uw gewrichten voelt. Duizeligheid geeft aan dat u te intensief met het apparaat bezig bent geweest. Als u zich duizelig voelt, ga dan op de grond liggen en kom niet eerder overeind totdat u zich weer beter voelt.
12. Houd het apparaat uit de buurt van vuur en hete oppervlakken.
13. Het apparaat dient eerst stil te staan, alvorens u het apparaat verlaat.
14. Zorg dat nooit meer dan één gebruiker met het apparaat bezig is.
15. Berg het apparaat binnenshuis op.
16. Dit apparaat is alleen bestemd voor huishoudelijk gebruik, NIET voor bedrijfsmatig gebruik.
17. Het maximaal toelaatbare gewicht op dit apparaat is 150 KG.

HET PRODUCT



ONDERDELENLIJST

Nr.	Omschrijving	Aantal	Nr.	Omschrijving	Aantal
1	Computer	1	49	Slotbout	2
2	Handpulssensor	2	50	Bovenste weerstandkabel	1
3	Stuur	1	51	Vliegwiel	1
4	Handpuls kabel	2	52	Riem	1
5	Eindkap stuur	2	53	Aanpassing riem	1
6	Zelftappende schroef	2	54	Schroef	2
7	Afdekkap computer	1	55	Afdekking as	2
8	Schroef	2	56	Inbusbout	2
9	Schuimrubber handgreep	2	57	Bus	4
10	Eindkap handgreep	2	58	Afdekking crank	2
11	Schuimrubber handgreep	2	59	Ronde afdekkap	2
12	Bewegende handgreep (L/R)	1/1	60	Grote afdekkap (L/R)	1/1
13	Gegolfde sluitring	14	61	Schroef	8
14	Inbusbout	10	62	Schroef	2
15	Veersluitring	14	63	Kruis	2
16	Zelftappende schroef	4	64	Sluitring	8
17	Inbusbout	6	65	Zelftappende schroef	8
18	Sluitring	2	66	C-vormige clip	2
19	Nylon buisje	4	67	Sluitring	2
20	Afdekkap bewegende handgreep	4	68	Basisframe	1
21	Stang bewegende handgreep (L/R)	1/1	69	Weerstandknop	1
22	Zelftappende schroef	7	70	Sluitring	2
23	Gegolfde sluitring	2	71	Sensorbasis	1
24	Afdekkap stuurbuis	2	72	Sensor	1
25	Stuurbuis	1	73	Zelftappende schroef	1
26	Nylon buisje	2	74	Lager	4
27	Rotatieas	1	75	Bus	1
28	Bovenste handpuls kabel	1	76	Sluitring	2
29	Bus	4	77	Sluitring voor pedaal	4
30	As	2	78	Veersluitring	4
31	Onderste afdekkap bewegende handgreep	2	79	Knop	4
32	Zelftappende schroef	7	80	Gegolfde sluitring	1
33	Afdekkap pedaalbuis (L/R)	1/1	81	Riem wiel	1
34	Schroef	8	82	Ronde metalen plaat	1
35	Inbusbout	2	83	Inbusbout	4
36	Pedaalbuis (L/R)	1/1	84	Kunststof afdekkap	2
37	Kunststof afdekkap	1	85	Schroef	2
38	Afdekkap voorste stabilisator	2	86	M-vormig deel	2
39	Voorste stabilisator	1	87	Sluitring	2
40	Nylon moer	3	88	Nylon moer	2
41	Sluitring	2	89	Nylon buisje	4
42	Eindkap pedaalbuis	2	90	Sluitring	2
43	Slotbout	4	91	Afdekkap achterste stabilisator	2

44	Pedaal (L/R)	1/1	92	Achterste stabilisator	1
45	Onderste handpuls kabel	1	93	Inbussleutel	2
46	Schroef	6	94	Moersleutel	1
47	Onderste weerstand kabel	1	95	Gegolfde sluitring	1
48	Dopmoer	2	96	Schroef	1

Let op:

Sommige van de bovengenoemde onderdelen zijn al bevestigd aan een hoofdonderdeel. Deze worden niet afzonderlijk geleverd!

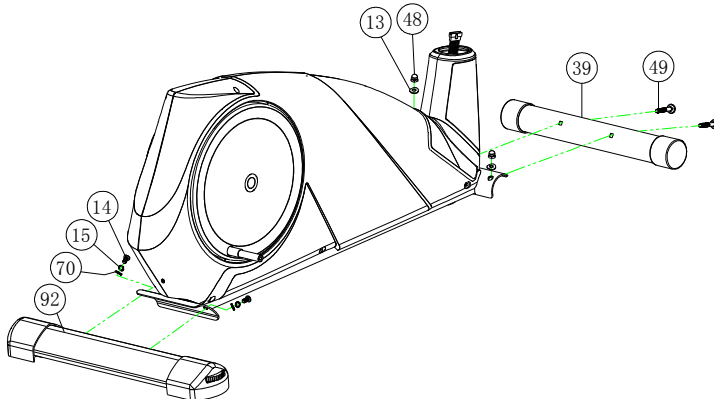
MONTAGE

Om uzelf bekend te maken met de onderdelen van het apparaat, raden wij u aan alvorens tot montage over te gaan, eerst de overzichtstekening en de onderdelenlijst nauwkeurig te bestuderen. Leg alle montagematerialen overzichtelijk op de grond en verwijder alle verpakkingsmaterialen.

Stap 1: het monteren van de voorste en achterste stabilisator

Bevestig de voorste stabilisator (39) aan het basisframe (68) met twee gegolfde sluitringen (13) en twee dopmoeren (48).

Verwijder de twee inbusbouten (14), veersluitringen (15) en sluitringen (70) van de achterste stabilisator (92). Bevestig de achterste stabilisator (92) aan het basisframe (68) met twee inbusbouten (14), twee veersluitringen (15) en twee sluitringen (70).

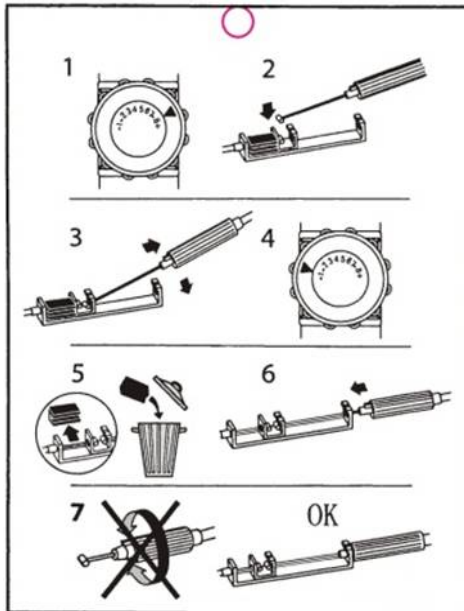


Stap 2: het monteren van de stuurbuis en het verbinden van de handpuls- en weerstandkabel

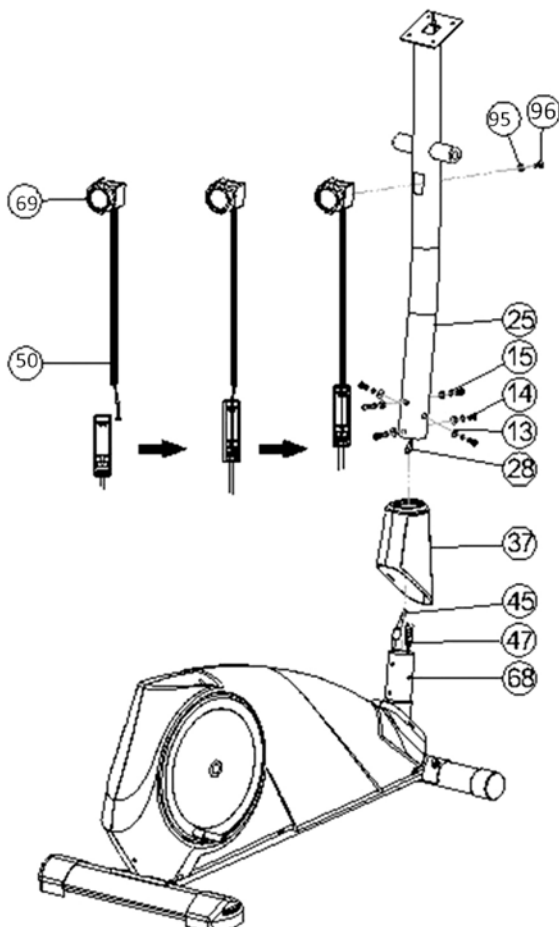
Breng de stuurbuis (25) in verticale positie. Plaats de kunststof afdekkap (37) aan de onderzijde over de stuurbuis (25). Houd de handpuls-kabel (28) aan de bovenzijde uit de stuurbuis totdat deze verbonden is.

Verbind de bovenste handpuls-kabel (28) met de onderste handpuls-kabel (45).

Verbind de bovenste weerstand-kabel (50) met de onderste weerstand-kabel (47) (zie afbeelding onder).



Plaats de stuurbuis (25) in het basisframe (68) en zet de stuurbuis (25) vast met zes inbusbouten (14), zes veersluitringen (15) en zes gegolfde sluitringen (13).



Stap 3: het monteren van de stangen van de bewegende handgrepen, bewegende handgrepen en pedaalbuizen

Schuif de rotatieas (27) door de stuurbuis. Schuif vervolgens de stang van de linker bewegende handgreep (21L) over de rotatieas (27) en bevestig met twee inbusbouten (17), twee veersluitringen (15) en twee sluitringen (18).

Bevestig de rechter stang van de bewegende handgreep (21R) op dezelfde wijze.

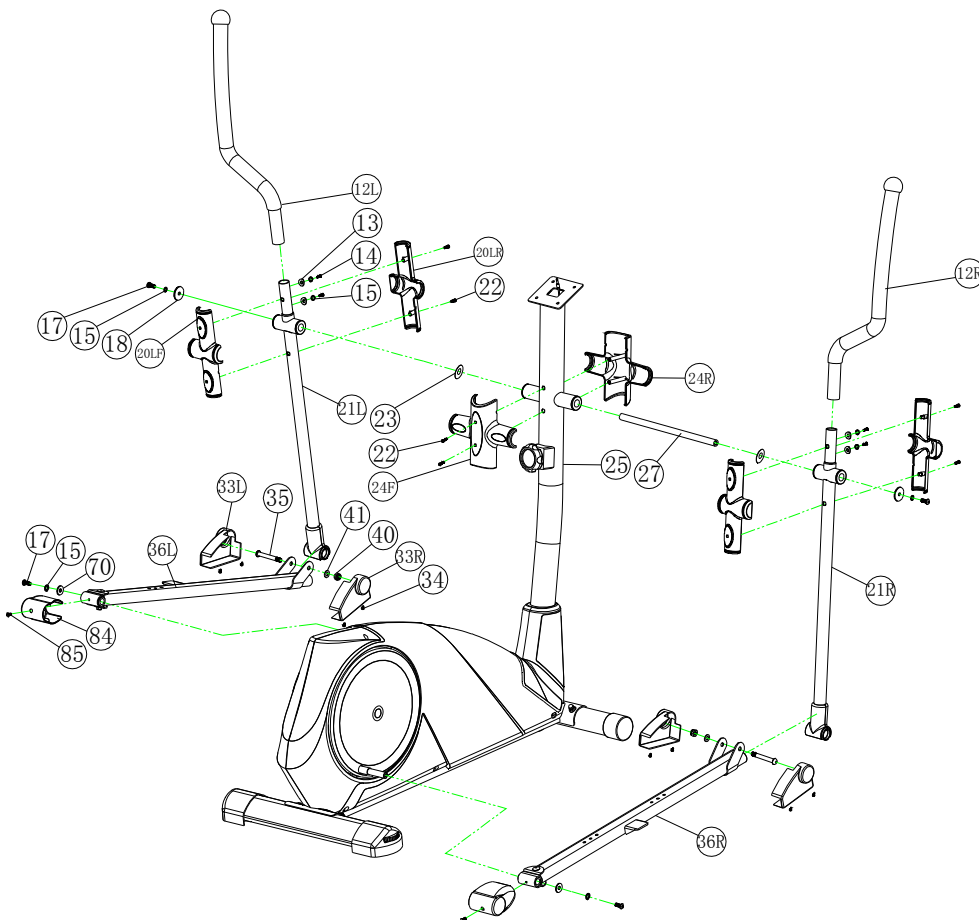
Bevestig de linker en rechter bewegende handgreep (12L/R) aan de linker en rechter stang (21L/R) met vier gegolfde sluitringen (13), vier inbusbouten (14) en vier veersluitringen (15).

Bevestig de kunststof afdekkappen (20L/R) aan de stangen (21L/R) met zelftappende schroeven (22).

Bevestig de kunststof afdekkap (24) aan de stuurbuis (25) met zelftappende schroeven (22).

Bevestig de pedaalbuizen (36L/R) aan de cranks met inbusbouten (17), veersluitringen (15) en sluitringen (70). Bevestig de afdekkappen (33L/R) aan de achterzijde aan de pedaalbuizen (36L/R) met schroeven (34).

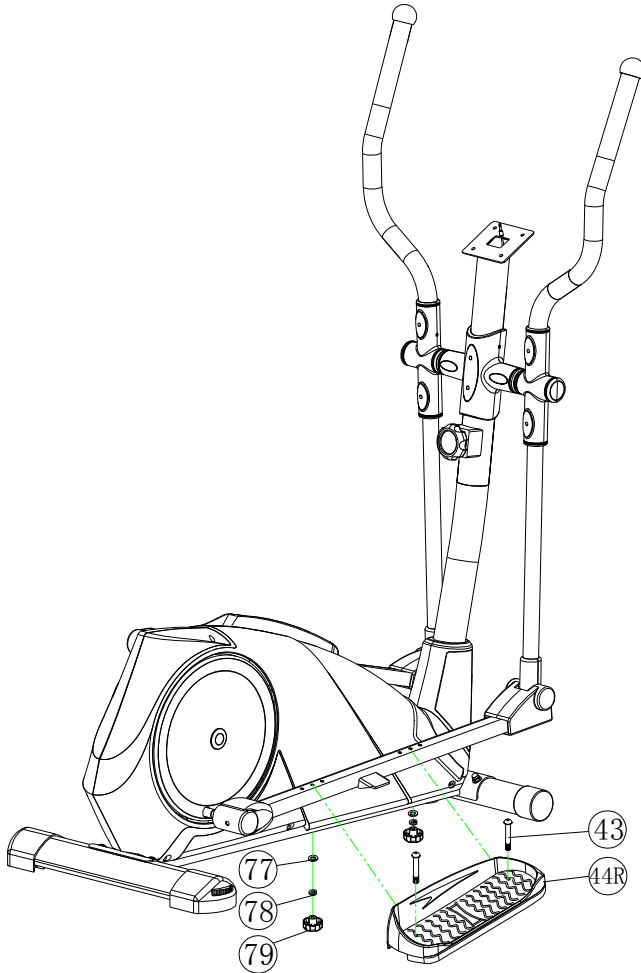
Bevestig de pedaalbuizen (36L/R) aan de stangen (21L/R) met inbusbouten (35), sluitringen (41) en nylon moeren (40). Bevestig de afdekkappen (33L/R) aan de voorzijde aan de pedaalbuizen (36L/R) met schroeven (34).



Stap 4: het monteren van de pedalen

Bevestig het linker pedaal (44L) aan de linker pedaalbuis (36L) met slotbouten (43), sluitringen (77), veersluitringen (78) en knoppen (79).

Bevestig het rechter pedaal (44R) aan de rechter pedaalbuis (36R) met slotbouten (43), sluitringen (77), veersluitringen (78) en knoppen (79).



Stap 5: het monteren van het stuur en de computer

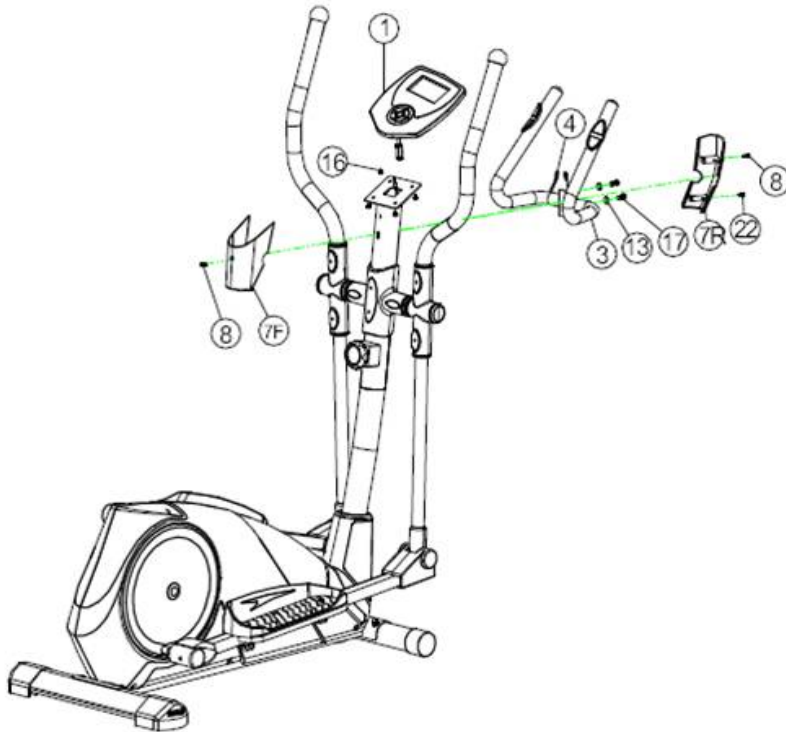
Bevestig het stuur (3) met twee inbusbouten (17) en twee gegolfde sluitringen (13).

Verwijder de vier schroeven (16) aan de achterzijde van de computer (1).

Verbind de handpulskaabels (4) met de computer (1).

Bevestig de computer (1) vervolgens op de beugel van de stuurbuis met vier schroeven (16).

Bevestig de afdekkap (7) met schroeven (8) en zelftappende schroeven (22).



Stap 6

Controleer of het apparaat correct is gemonteerd en draai alle bouten, schroeven en moeren stevig vast.

ONDERHOUD EN GEBRUIK

- Het apparaat dient regelmatig gecontroleerd te worden om lichamelijk letsel te voorkomen. Kijk regelmatig of bouten en moeren goed zijn aangedraaid, of er beginnende scheuren ontstaan en of er geen scherpe randen e.d. zijn wat tot lichamelijk letsel kan leiden.
- Defecte onderdelen dienen direct vervangen te worden. Indien dit niet direct mogelijk is, dient het apparaat buiten gebruik gesteld te worden tot reparatie heeft plaatsgevonden.
- Reinig het apparaat met een vochtige doek, gebruik geen schurende of oplossende reinigingsmiddelen.
- Dit product is ontworpen voor gebruik in een schone en droge omgeving. Vermijd opslag in een extreem koude of vochtige plaats, daar dit kan leiden tot corrosie en andere gerelateerde problemen die buiten onze verantwoordelijkheid vallen.

COMPUTERBEVELEN



Inschakelen computer

Druk op een toets of beweeg de pedalen om de computer in te schakelen. Er klinkt een geluidssignaal op het moment dat het LCD-display wordt ingeschakeld.

Let op: als er langer dan 4 minuten geen signaal aan de computer wordt doorgegeven, zal de computer automatisch in slaapstand vallen.

Toetsen

RECOVERY: met deze toets kunt u uw conditie meten.

BODY FAT: met deze toets kunt u uw lichaamsvetpercentage meten.

UP: met deze toets kunt u de waarde instellen van de functies GENDER (geslacht), AGE (leeftijd), HEIGHT (lengte), WEIGHT (gewicht), TIME (tijd), DISTANCE (afstand), CALORIES (calorieën) en PULSE (hartslag).

DOWN: met deze toets kunt u de waarde instellen van de functies GENDER (geslacht), AGE (leeftijd), HEIGHT (lengte), WEIGHT (gewicht), TIME (tijd), DISTANCE (afstand), CALORIES (calorieën) en PULSE (hartslag).

MODE: met deze toets kunt u:

1. ingestelde waardes bevestigen
2. functies doorlopen
3. de waardes terug op '0' zetten door deze toets 2 seconden lang ingedrukt te houden

Specificaties

TIME (TIJD): 0:00 – 99:00 minuten

DISTANCE (AFSTAND): 0,0 – 99,5 km

CALORIES (CALORIEËN): 0 – 990 Kcal

PULSE (HARTSLAG): 0 – 240 slagen per minuut

REVOLUTIONS PER MINUTE (R.P.M.) (OMWENTELINGEN PER MINUUT): 0 – 250 omwentelingen

AGE (LEEFTIJD): 10 – 99 jaar

GENDER (GESLACHT): man/vrouw

WEIGHT (GEWICHT): 10 – 150 kg

HEIGHT (LENGTE): 90 – 210 cm

BODY FAT (LICHAAMSVET): 0% - 50%

RECOVERY (HERSTEL HARTSLAG): F1 – F6

Waardes instellen

De waardes TIME (tijd), DISTANCE (afstand), CALORIES (calorieën) en PULSE (hartslag) kunnen als volgt worden ingesteld:

TIME (tijd):

Zodra u de waarde TIME heeft geselecteerd, zal deze gaan knipperen.

U kunt de waarde nu aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



DISTANCE (afstand):

Zodra u de waarde DISTANCE heeft geselecteerd, zal deze gaan knipperen.

U kunt de waarde nu aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



CALORIES (calorieën):

Zodra u de waarde CALORIES heeft geselecteerd, zal deze gaan knipperen.

U kunt de waarde nu aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



PULSE (hartslag):

Zodra u de waarde PULSE heeft geselecteerd, zal deze gaan knipperen.

U kunt de waarde nu aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



Body Fat-test

Druk op de BODY FAT-toets om uw lichaamsvetpercentage te meten. De waardes AGE (leeftijd), WEIGHT (gewicht), HEIGHT (lengte) en GENDER (geslacht) dienen als volgt te worden ingesteld:

AGE (leeftijd):

U kunt de waarde aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



WEIGHT (gewicht):

U kunt de waarde aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



HEIGHT (lengte):

U kunt de waarde aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



GENDER (geslacht):

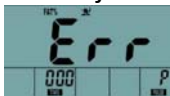
U kunt de waarde aanpassen door op de UP- en DOWN-toetsen te drukken.

Bevestig door op de MODE-toets te drukken.



Als alle waardes zijn ingesteld, kiest u vervolgens voor BODY FAT TEST. Het lichaamsvetpercentage wordt gemeten.

Let op: het lichaamsvetpercentage kan niet worden gemeten als er geen hartslagwaarde is. In dit geval verschijnt er een error-melding op het display.



Lichaamsvetpercentage	Omschrijving
Minder dan 10%	Ondergewicht
10 – 20%	Ideaal
20 – 30%	Normaal
30 - 40%	Licht overgewicht
40 – 50%	Zwaar overgewicht

Recovery-test (conditiemeting)

Plaats uw handen op de handpulsensoren en druk op de RECOVERY-toets om uw conditie te meten.

Alle functies stoppen behalve TIME (tijd). De tijd begint af te tellen naar 0:00. Zodra 0:00 is bereikt, wordt de conditiewaarde weergegeven van F1 – F6.

Let op: de conditie kan niet worden gemeten als er geen hartslagwaarde is. In dit geval verschijnt er een ERROR-melding op het display.



Conditiewaarde	Omschrijving
F1	Uitstekend
F2	Zeer goed
F3	Goed
F4	Redelijk
F5	Slecht
F6	Zeer slecht

BELANGRIJK TRAININGSADVIES

- Alvorens met training te beginnen, moet u door een arts laten bepalen in welke mate een training met dit apparaat aangewezen is voor u. Een onjuiste of te zware training kan tot schade aan de gezondheid leiden.
- Vermijd overbelasting van uw lichaam. Train niet als u zich moe of uitgeput voelt. Start uw trainingsprogramma langzaam als u niet gewend bent aan lichamelijke inspanning.
- Stop de training onmiddellijk als u pijn voelt of enige andere problemen zich voordoen.
- Probeer tijdens de training zoveel mogelijk uw ademhaling te reguleren zodat u rustig en gelijkmatig ademt.
- Om blessures te vermijden, is het belangrijk om goed op te warmen voor de training en af te koelen na de training. Gebruik de oefeningen die beschreven zijn in deze gebruiksaanwijzing.
- Zorg ervoor dat u tijdens de training genoeg drinkt. Denk eraan dat u door de lichamelijke belasting meer dan de aanbevolen hoeveelheid van 2 liter per dag zult moeten drinken.
- Draag gemakkelijk zittende kleding terwijl u het apparaat gebruikt en draag bij voorkeur sport- of aerobicschoenen. Vermijd wijde kledingstukken, deze kunnen immers in de bewegende onderdelen van het apparaat vast raken.

OPWARMEN/STREKKEN/AFKOELEN

Een succesvolle trainingssessie begint met opwarmoefeningen en eindigt met oefeningen om af te koelen en te ontspannen. Deze opwarmoefeningen bereiden uw lichaam voor op de inspanning die gaat volgen. De afkoel- /ontspanningsperiode na de trainingssessie zorgt ervoor dat u geen spierklachten krijgt na de training. Let alstublieft op de volgende punten:

- Warm elke spiergroep die u in de trainingssessie gaat gebruiken 5-10 minuten op. De rekoefeningen zijn goed uitgevoerd als u een comfortabele spanning voelt in de betreffende spier.
- Snelheid speelt geen rol tijdens de rekoefeningen. Snelle en plotselinge bewegingen moeten vermeden worden.

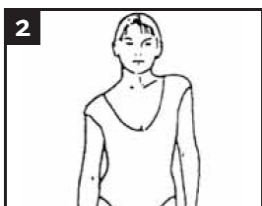
Nekoefeningen (1)

Buig uw hoofd naar rechts en voel de spanning in uw nek. Laat uw hoofd langzaam zakken tot op uw borst en draai dan uw hoofd naar links. U voelt weer de comfortabele spanning in uw nek.



Oefeningen voor het schoudergebied (2)

Hef de linker- en rechterschouder afwisselend op of hef ze beide tegelijk op.



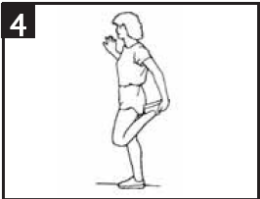
Rekoefeningen voor de armen (3)

Strek afwisselend uw linker- en rechterarm in de richting van het plafond. Voel de spanning in uw linker en rechterzijde. Herhaal deze oefening meerdere keren.



Oefeningen voor de dijen (4)

Ondersteun uzelf door uw hand op de muur te plaatsen. Reik naar beneden achter u en trek uw linker- of rechtervoet op, zo dicht mogelijk tegen uw billen. Voel een comfortabele spanning in de voorkant van uw dijbeen. Houd deze positie 30 seconden vast en herhaal deze oefening 2 keer voor elk been.



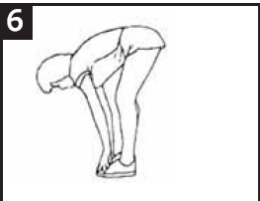
Binnenkant dijbeen (5)

Ga op de vloer zitten en plaats uw voeten zodanig dat uw knieën naar buiten gericht zijn. Trek uw voeten zo dicht mogelijk naar uw kruis toe. Druk hierna uw knieën voorzichtig naar beneden. Houd deze positie indien mogelijk 30-40 seconden aan.



Tenen aanraken (6)

Buig uw lichaam langzaam naar voren en probeer uw voeten met uw handen aan te raken. Reik zo ver mogelijk naar uw tenen. Houd deze positie indien mogelijk 20-30 seconden aan.



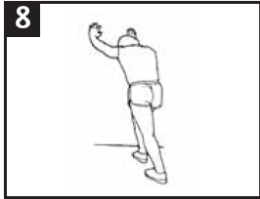
Knie oefeningen (7)

Ga op de vloer zitten en strek uw rechterbeen. Buig uw linkerbeen en plaats uw voet op uw rechterdijbeen. Probeer nu uw rechter voet aan te raken met uw rechter arm. Houd deze positie indien mogelijk 20-30 seconden aan.



Oefeningen voor kuiten/achillespees (8)

Plaats beide handen tegen de muur en steun erop met uw hele lichaamsgewicht. Beweeg dan uw linkerbeen naar achteren en wissel dit af met uw rechterbeen. Houd deze positie indien mogelijk 30-40 seconden aan.



INFORMATIEPLICHT INZAKE BATTERIJVERORDENING

Batterijen en accu's behoren niet tot het huisvuil. Verbruikers zijn wettelijk verplicht om gebruikte batterijen en accu's terug te geven. Voor het van de hand doen van batterijen zijn er speciale containers in gespecialiseerde winkels en gemeentelijke inzamelpunten. Dit is een concrete bijdrage aan de bescherming van het milieu. Sinds 1998 verplicht de batterijverordening alle burgers om gebruikte batterijen en accu's uitsluitend via de gespecialiseerde winkels of de daarvoor speciaal ingerichte inzamelpunten te verwijderen. Gespecialiseerde winkels en fabrikanten zijn verplicht deze batterijen terug te nemen en volgens de verordening te gebruiken of als gevaarlijke afvalstoffen te verwijderen. Indien u uw batterijen en accu's bij ons in wilt leveren, stuurt u deze dan voldoende gefrankeerd op naar ons adres.

Batterijen die volgens de wet geëtiketteerd moeten zijn, zijn van één van onderstaande symbolen voorzien, bestaande uit een doorgekruiste afvalbak en het chemische symbool voor de classificatie als schadelijke-stoffen-behoudende doorslaggevende zware metalen. Het chemische symbool (Cd, Hg of Pb) wordt onder het symbool afgebeeld.

De volgende tekens vindt u op schadelijke-stoffenbehoudende batterijen en accu's:

Pb: Batterij of accu bevat lood

Cd: Batterij of accu bevat cadmium

Hg: Batterij of accu bevat kwik



Powerpeak is een gedeponeerde merknaam van:

Van den Berg Products BV

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

Nederland

www.vdbergproducts.com

GARANTIEBEWIJS

Dit garantiebewijs dekt uw product voor een periode van 24 maanden vanaf de datum van aankoop op defecten aan het product, op voorwaarde dat u het product correct heeft gebruikt zoals omschreven in de gebruiksaanwijzing.

Gebreken die ontstaan door ondeskundige behandeling, beschadiging of reparatiepogingen van derden, vallen niet onder de garantie.

De garantie geldt niet voor de bijgeleverde accessoires, en andere delen van het product die aan slijtage onderhevig zijn. Mocht u deze willen nabestellen, dan is dat mogelijk via www.muppa.nl.

Dit product is alleen bestemd voor huishoudelijk gebruik. Schade en/of storingen door bedrijfsmatig gebruik worden uitgesloten van garantie.

U kunt gebruik maken van de garantie indien:

- Het product volgens de gebruiksaanwijzing is gebruikt;
- U in het bezit bent van een geldig origineel aankoopbewijs welke niet is veranderd of onleesbaar gemaakt;
- Het serviceformulier duidelijk en compleet is ingevuld;
- Er geen ingrepen zijn verricht door niet bevoegde personen of werkplaatsen;
- De schade aan het product niet is te wijten aan een oorzaak vreemd aan het apparaat, zoals: brandschade, waterschade, transportschade, atmosferische ontladingen of verkeerd of onvoldoende onderhoud.

Mocht ondanks onze zorgvuldige kwaliteitscontrole uw product niet goed functioneren, dan kunt u een beroep doen op onze service. Om een beroep te doen op onze service, verzoeken wij u om een duidelijk ingevuld serviceformulier, inclusief aankoopbon, naar ons op te sturen. Het serviceformulier kunt u verderop in de deze gebruiksaanwijzing vinden.

Om ongerief te voorkomen, raden wij u aan de gebruiksaanwijzing zorgvuldig na te lezen alvorens u tot ons te wenden.



SERVICEFORMULIER

Vult u onderstaand serviceformulier zo volledig en duidelijk mogelijk in. Aan de hand van het door u ingevulde serviceformulier zullen wij zo spoedig mogelijk contact met u opnemen.

Het product:

Artikelnummer: FET8321P

Artikelomschrijving: Powerpeak Elliptical Trainer Magnetic

Winkel van aankoop:.....

Aankoopdatum (zoals op de aankoopbon):.....

Uw gegevens:

Naam:.....

Adres:.....

Postcode:.....

Woonplaats:.....

Telefoon:.....

E-mail:.....

Omschrijving van het probleem:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dit formulier kunt u, samen met de aankoopbon sturen naar:

Van den Berg Products BV

Afdeling Service

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

of faxen naar: 024 - 345 44 29

Servicenummer 0900 - 519 5190 (15 ct. per minuut)

Accessoires en delen van het product die aan slijtage onderhevig zijn vallen niet binnen deze garantie. Mocht u deze willen nabestellen, dan is dat mogelijk via www.muppa.nl.

LET OP: EEN SERVICEFORMULIER WAARBIJ HET AANKOOPBEWIJS ONTBREEKT KAN HELAAS NIET IN BEHANDELING WORDEN GENOMEN.

SAFETY REGULATIONS

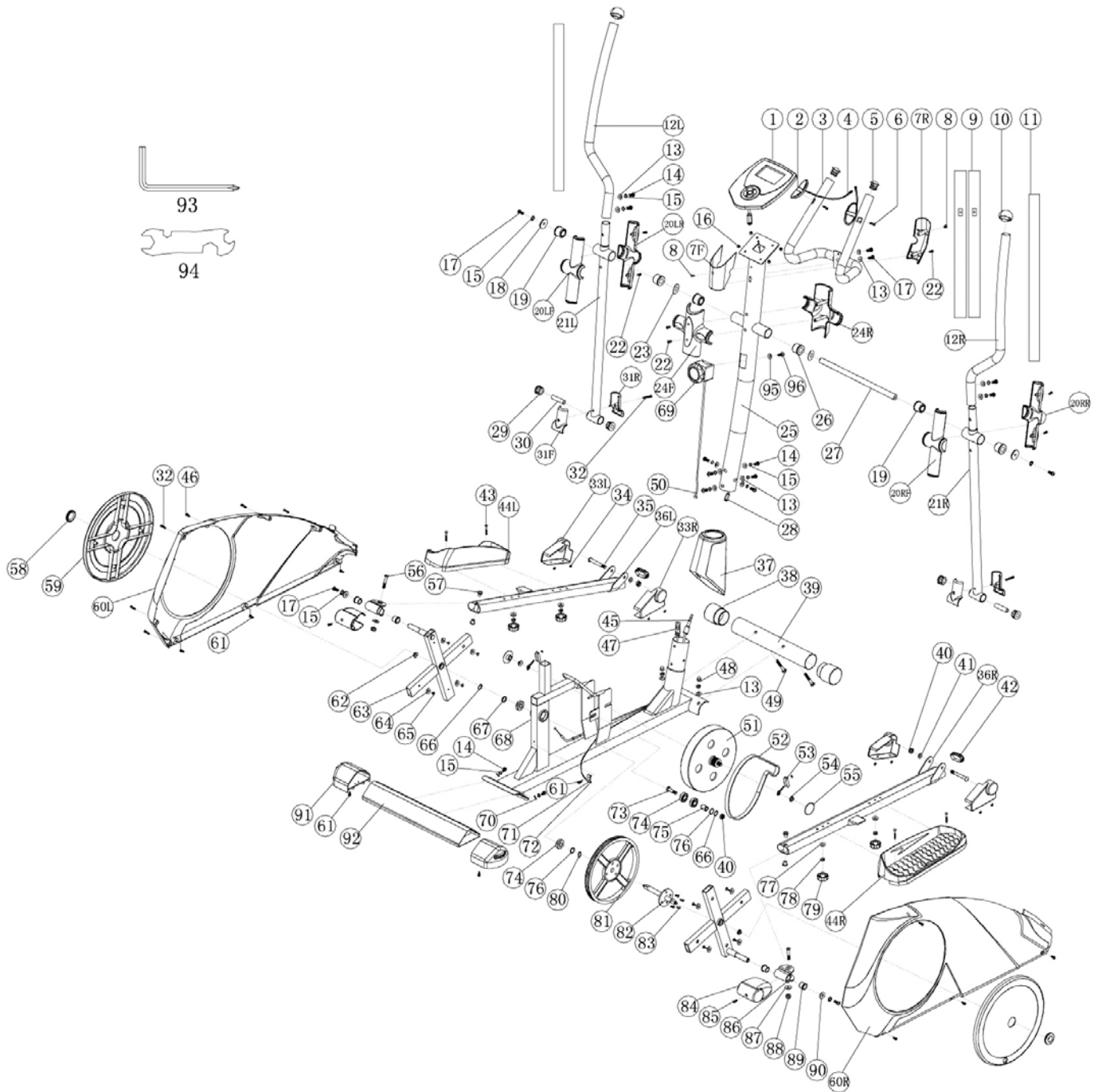
Warning

Consult your doctor before you start training. A frequent and strenuous training program must be approved by your general practitioner. This is especially important for people of 35 years or older or those with physical problems. We are not responsible for personal injury or physical complaints as the result of the use of this equipment and cannot be held liable.

General

1. Read this manual carefully before using this device. Keep this manual in a safe place for future reference.
2. Use the device for its intended purposes only as described in this manual.
3. This device is not intended for use by children or persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they are supervised or given instruction regarding proper use by a person responsible for their safety. Careful supervision is required if the device is used near children, pets or plants.
4. Keep children and animals away from the equipment. Children's enthusiasm may lead to the incorrect use of the device. Under no circumstances should it be used as a toy.
5. Do not allow children to play with the plastic wrapping as there is danger of suffocation.
6. Make sure that the device has been correctly assembled prior to use. Ensure that all screws, nuts and bolts have been fitted correctly and tightened properly. Use only the parts that are recommended by Van den Berg Products and those that have been delivered with the device.
7. Check regularly whether the device is not damaged. Do not use it if it is damaged or has broken down.
8. Always use the device on a level and clean surface. Never use it outdoors. If necessary, place rubber matting underneath the device to reduce possible damage to your floor.
9. Make sure there are no sharp or pointed objects in the immediate vicinity of the device. Clear at least 0.5 meters of free space around the device.
10. Always wear safe and comfortable clothing when you are using fitness equipment. Preferably wear sport shoes or aerobic footwear.
11. In the event you feel faint or suffer other discomfort, stop using the device immediately. You also need to stop when you experience pain or pressure in your joints. Dizziness is a sign that you worked out excessively. If you feel dizzy, stretch out on the floor and do not try to get back on your feet until the dizziness has disappeared.
12. Keep the device away from fire and hot surfaces.
13. The device must have come to a complete standstill before stepping down.
14. Make sure there is never more than one person using the device at the same time.
15. Always store the device indoors.
16. This device is only intended for domestic use, NOT suitable for commercial purposes.
17. The maximum permissible weight on this equipment is 150 KG.

THE PRODUCT



PARTS LIST

No.	Description	Qty	No.	Description	Qty
1	Computer	1	49	Carriage bolt	2
2	Hand pulse sensor	2	50	Upper resistance cable	1
3	Handlebar	1	51	Flywheel	1
4	Hand pulse cable	2	52	Belt	1
5	End cap handlebar	2	53	Belt adjustment	1
6	Self-tapping screw	2	54	Screw	2
7	Computer cover	1	55	Cover axle	2
8	Screw	2	56	Allen bolt	2
9	Handlebar sponge	2	57	Bushing	4
10	End cap handle	2	58	Cover crank	2
11	Handlebar sponge	2	59	Round cover	2
12	Moving handle (L/R)	1/1	60	Large cover (L/R)	1/1
13	Curved washer	14	61	Screw	8
14	Allen bolt	10	62	Screw	2
15	Spring washer	14	63	Cross	2
16	Self-tapping screw	4	64	Washer	8
17	Allen bolt	6	65	Self-tapping screw	8
18	Washer	2	66	C-shaped clip	2
19	Nylon bushing	4	67	Washer	2
20	Cover moving handle	4	68	Main frame	1
21	Tube moving handle (L/R)	1/1	69	Resistance knob	1
22	Self-tapping screw	7	70	Washer	2
23	Curved washer	2	71	Sensor base	1
24	Cover handlebar post	2	72	Sensor	1
25	Handlebar post	1	73	Self-tapping screw	1
26	Nylon bushing	2	74	Bearing	4
27	Rotation axle	1	75	Bushing	1
28	Upper hand pulse cable	1	76	Washer	2
29	Bushing	4	77	Washer for pedal	4
30	Axle	2	78	Spring washer	4
31	Lower cover moving handle	2	79	Knob	4
32	Self-tapping screw	7	80	Curved washer	1
33	Cover pedal tube (L/R)	1/1	81	Belt wheel	1
34	Screw	8	82	Round metal plate	1
35	Allen bolt	2	83	Allen bolt	4
36	Pedal tube (L/R)	1/1	84	Plastic cover	2
37	Plastic cover	1	85	Screw	2
38	Cover front stabiliser	2	86	M-shaped part	2
39	Front stabiliser	1	87	Washer	2
40	Nylon nut	3	88	Nylon nut	2
41	Washer	2	89	Nylon bushing	4
42	End cap pedal tube	2	90	Washer	2
43	Carriage bolt	4	91	Cover rear stabiliser	2
44	Pedal (L/R)	1/1	92	Rear stabiliser	1

45	Lower hand pulse cable	1	93	Allen wrench	2
46	Screw	6	94	Wrench	1
47	Lower resistance cable	1	95	Curved washer	1
48	Cap nut	2	96	Screw	1

Attention

Some of the above parts have already been assembled to a main body. These are not delivered separately!

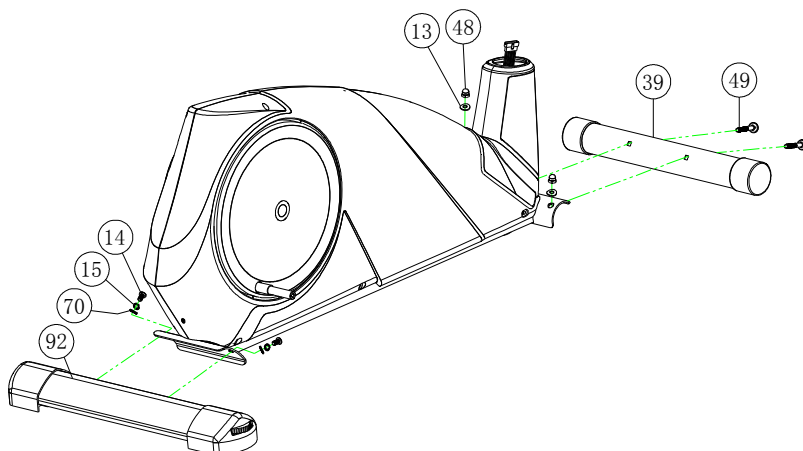
ASSEMBLY

In order to familiarise yourself with the parts of the device, we advise you to study the overview picture and the parts list carefully before you start assembly. Place all the parts on the floor and remove all packaging materials.

Step 1: assembling the front and rear stabiliser

Attach the front stabiliser (39) to the main frame (68) with two curved washers (13) and two cap nuts (48).

Remove the two allen bolts (14), spring washers (15) and washers (70) from the rear stabiliser (92). Attach the rear stabiliser (92) to the main frame (68) with two allen bolts (14), two spring washers (15) and two washers (70).

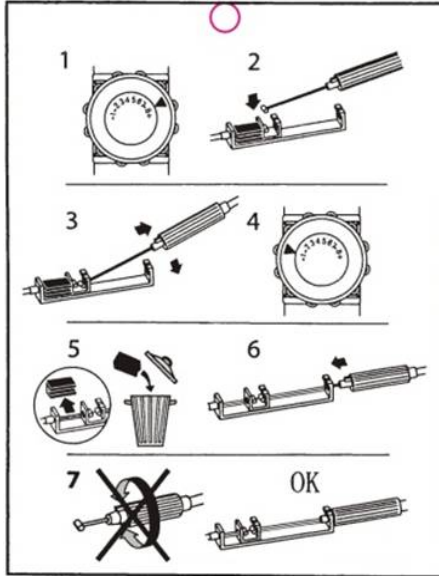


Step 2: assembling the handlebar post and connecting the resistance and hand pulse cable

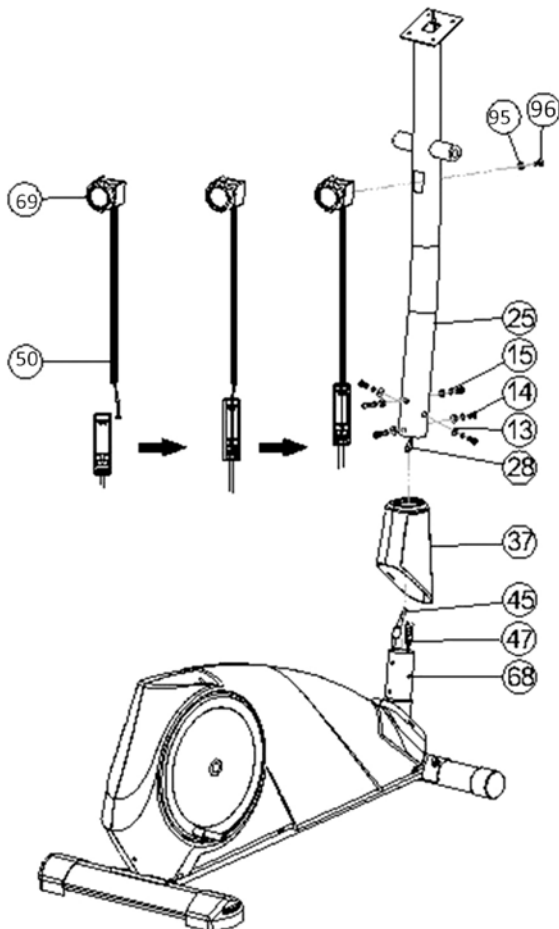
Put the handlebar post (25) in a vertical position. Place the plastic cover (37) over the lower part of the handlebar post (25). Keep the upper hand pulse cable (28) hanging from the handlebar post until it is connected.

Connect the upper hand pulse cable (28) with the lower hand pulse cable (45).

Connect the upper resistance cable (50) with the lower resistance cable (47) (see image below).



Put the handlebar post (25) in the main frame (68) and secure the handlebar post (25) with six allen bolts (14), six spring washers (15) and six curved washers (13).



Step 3: attaching the rods of the moving handles, moving handles and pedal tubes

Slide the rotation axle (27) through the handlebar post. Then slide the left moving handle (21L) onto the axle (27) and secure with two allen bolts (17), two spring washers (15) and two washers (18). Attach the right tube of the moving handle (21R) in the same way.

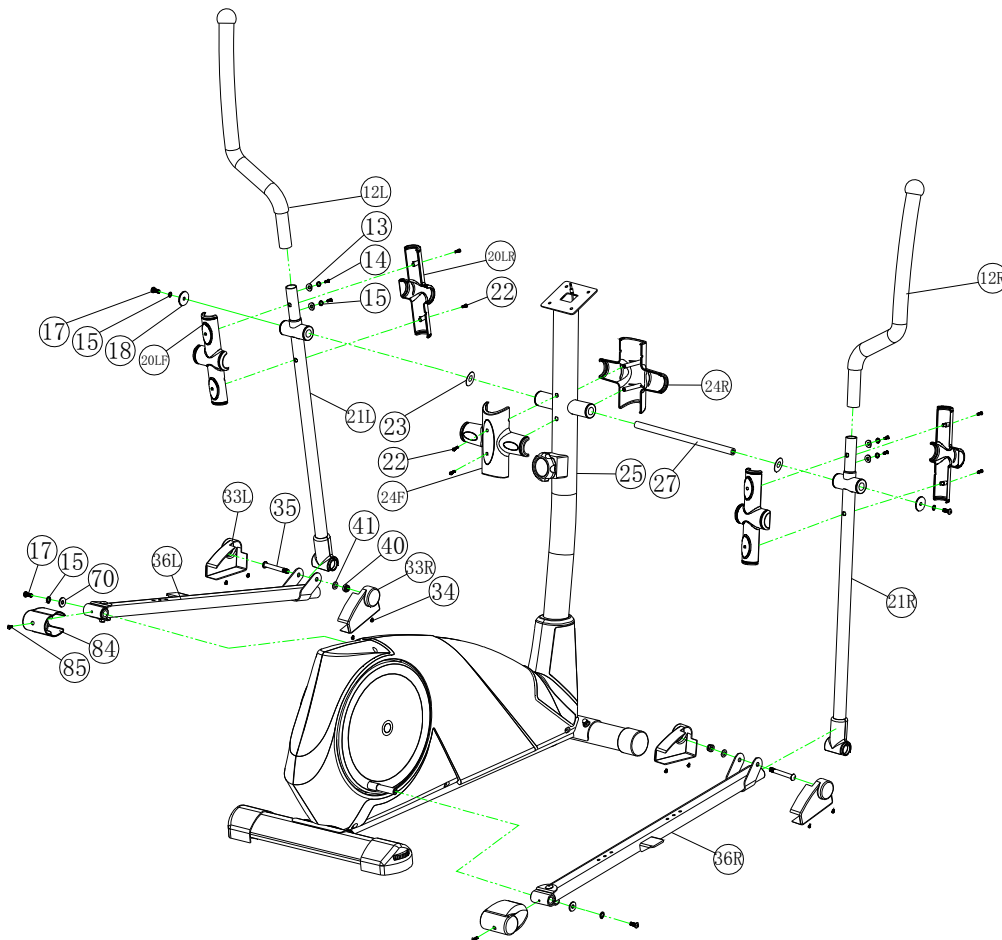
Attach the left and right moving handle (12L/R) to the left and right tube (21L/R) with four curved washers (13), four allen bolts (14) and four spring washers (15).

Attach the plastic covers (20L/R) to the tubes (21L/R) with self-tapping screws (22).

Attach the plastic cover (24) to the handlebar post (25) with self-tapping screws (22).

Attach the pedal tubes (36L/R) to the cranks with allen bolts (17), spring washers (15) and washers (70). Attach the covers (33L/R) to the back of the pedal tubes (36L/R) with screws (34).

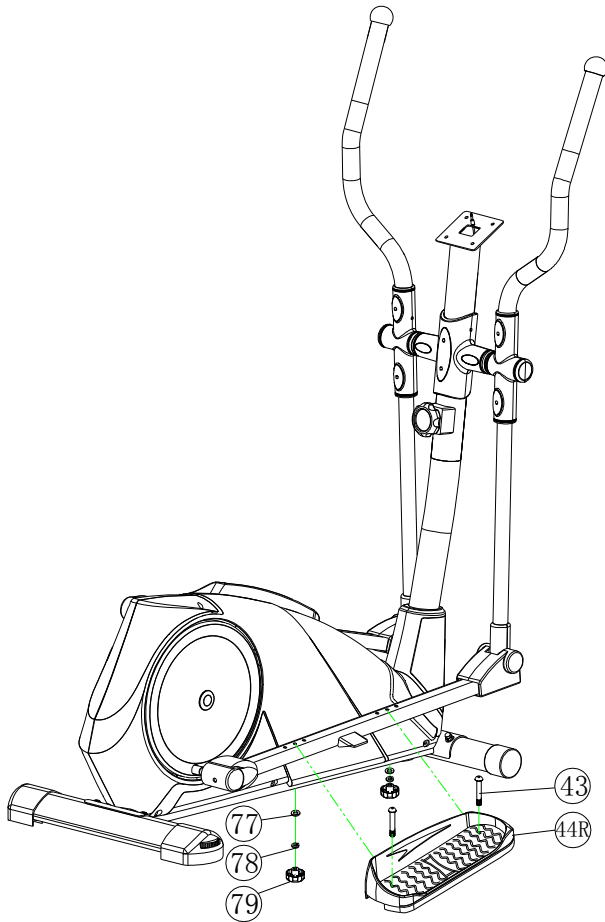
Attach the pedal tubes (36L/R) to the tubes (21L/R) with allen bolts (35), washers (41) and nylon nuts (40). Attach the covers (33L/R) to the front of the pedal tubes (36L/R) with screws (34).



Step 4: assembling the pedals

Attach the left pedal (44L) to the left pedal tube (36L) with carriage bolts (43), washers (77), spring washers (78) and knobs (79).

Attach the right pedal (44R) to the right pedal tube (36R) with carriage bolts (43), washers (77), spring washers (78) and knobs (79).



Step 5: assembling the handlebar and computer

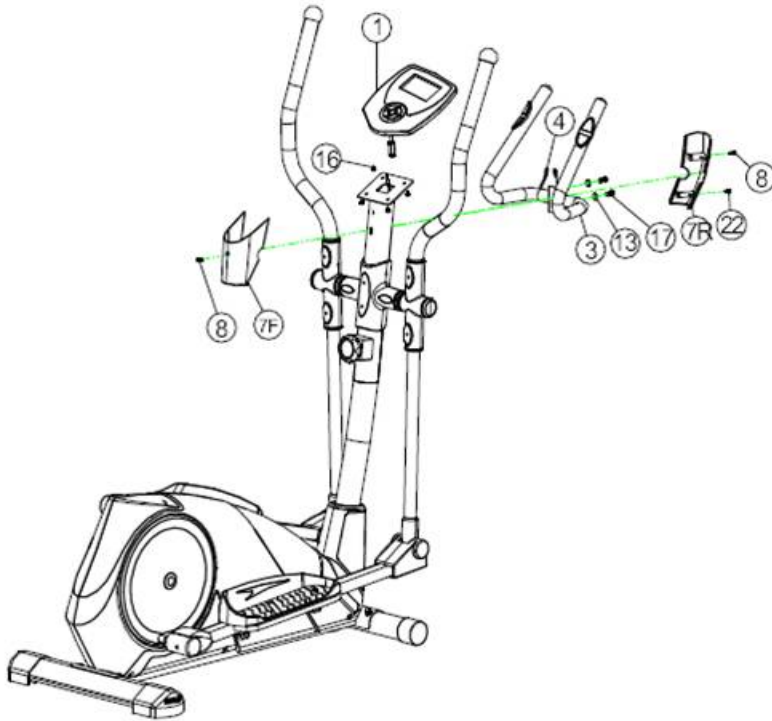
Attach the handlebar (3) with two allen bolts (17) and two curved washers (13).

Remove the four screws (16) from the back of the computer (1).

Connect the hand pulse cables (4) with the computer (1).

Attach the computer (1) to the mounting on the handlebar with four screws (16).

Attach the cover (7) with screws (8) and self-tapping screws (22).



Step 6

When the installation is complete, carefully check and ensure all the screws and nuts are fastened firmly.

MAINTENANCE AND USE

- This device requires a regular check-up to prevent physical injury. This means that bolts and nuts should be frequently checked for cracks and sharp edges etc.
- Defective components must be replaced immediately. If this is not possible, the device must be put out of order until the necessary repairs have been made.
- Clean only with a damp cloth, do not use solvent cleaners.
- This product is intended for use in clean, dry conditions. You should avoid storage in excessively cold or damp places as this may lead to corrosion and other related problems.

COMPUTER



Turn computer on

Press a key or move the pedals to start the computer. There will be a sound signal the moment the LCD display is turned on.

Note: if the computer does not receive a signal for more than 4 minutes, the computer will automatically switch to sleeping mode.

Keys

RECOVERY: measuring your condition.

BODY FAT: measuring your body fat percentage.

UP: with this key you can set the value of the functions GENDER, AGE, HEIGHT, WEIGHT, TIME, DISTANCE, CALORIES and PULSE.

DOWN: with this key you can set the value of the functions GENDER, AGE, HEIGHT, WEIGHT, TIME, DISTANCE, CALORIES and PULSE.

MODE: with this key you can:

1. confirm selected values
2. go through all values
3. reset values to '0' by holding this key for 2 seconds

Specifications

TIME: 0:00 – 99:00 minutes

DISTANCE: 0,0 – 99,5 km

CALORIES: 0 – 990 Kcal

PULSE: 0 – 240 beats per minute

REVOLUTIONS PER MINUTE (R.P.M.): 0 – 250 revolutions

AGE: 10 – 99 years

GENDER: male/female

WEIGHT: 10 – 150 kg

HEIGHT: 90 – 210 cm

BODY FAT: 0% - 50%

RECOVERY: F1 – F6

Set values

The values TIME, DISTANCE, CALORIES and PULSE can be set as follows:

TIME:

Once you have selected the value TIME, it will start blinking.
You can now adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



DISTANCE:

Once you have selected the value DISTANCE, it will start blinking.
You can now adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



CALORIES:

Once you have selected the value CALORIES, it will start blinking.
You can now adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



PULSE:

Once you have selected the value PULSE, it will start blinking.
You can now adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



Body Fat-test

Press the BODY FAT button to measure your body fat. The values AGE, WEIGHT, HEIGHT and GENDER should be set as follows:

AGE:

You can adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



WEIGHT:

You can adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



HEIGHT:

You can adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



GENDER:

You can adjust the value by pressing the UP and DOWN buttons.
Confirm by pressing the MODE button.



Once all values are set, select BODY FAT TEST. The body fat percentage is measured.

Note: body fat percentage cannot be measured if there is no heart beat value. If this is the case, an error message will be displayed.



Body fat percentage	Description
Less than 10%	Underweight
10 – 20%	Ideal
20 – 30%	Average
30 - 40%	Slight overweight
40 – 50%	Obese

Recovery-test

Place your hands on the hand pulse sensors and press the RECOVERY key to measure your fitness level. All functions stop except TIME. The time starts counting down to 0:00. Once 0:00 is reached, your fitness is displayed in values of F1 - F6.

Note: fitness cannot be measured if there is no heart beat value. If this is the case, an error message will be displayed.



Result	Description
F1	Excellent
F2	Very good
F3	Good
F4	Fair
F5	Poor
F6	Very poor

IMPORTANT ADVICE FOR TRAINING

- Before you start the training, consult your doctor. Ask what kind of training is suitable for you. Wrong or excessive training can cause health defects.
- Avoid over exercising. Do not train if you are tired or feeling faint. If you are not used to physical activity, start the training slowly at the beginning.
- Stop exercising immediately if you feel pain or any other troubles.
- Pay attention to your breathing during training.
- To avoid injuries, begin the training with an extensive warm up and finish it with a cool-down phase. Use the exercises described in this manual.
- Make sure you drink enough liquids during training. Keep in mind that the recommended amount of 2 litres might increase during physical workout.
- Use the product only with sport clothes and suitable shoes, which are equipped with non-slip soles. Avoid wide clothes, because they can get caught in moving parts of the product.

WARM-UP/STRETCHING/COOL-DOWN

A successful exercise session begins with warming up exercises and ends with exercises for cooling down and relaxing. These warming up exercises prepare your body for the subsequent demands made upon it. The cooling down/relaxation period after the exercise session ensures that you do not experience any muscular problems. Please pay attention to the following points:

- Carefully warm up every muscle group you will be using in the exercise session for about 5 to 10 minutes. The stretching exercises are carried out correctly if you feel a comfortable tension in the corresponding muscle.
- Speed does not play a role during the stretching exercises. Fast and jerky movements must be avoided.

Neck exercises (1)

Tilt your head to the right and feel the tension in your neck. Slowly drop your head down to your chest in a semi circle and then turn your head to the left. You will feel a comfortable tension in your neck again. You can repeat this exercise alternately several times.



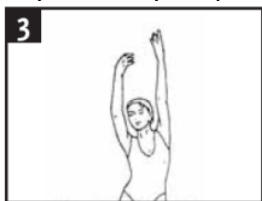
Exercises for the shoulder area (2)

Lift the left and right shoulders alternately, or lift both shoulders simultaneously



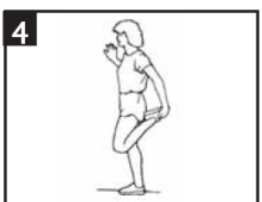
Arm stretching exercises (3)

Stretch the left and right arms alternately towards the ceiling. Feel the tension in the left and right sides of your body. Repeat this exercise several times.



Exercises for the upper thigh (4)

Support yourself by placing your hand on the wall, then reach down behind you and lift up your right or left foot as close to your buttocks as possible. Feel a comfortable tension in your front upper thigh. Maintain this position for 30 seconds if possible and repeat this exercise 2 times for each leg.



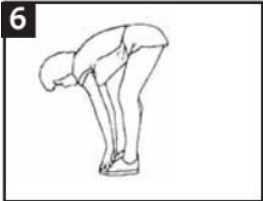
Inside upper thigh (5)

Sit on the floor and place your feet in such a way that your knees are facing outwards. Pull your feet as close as possible to your groin. Now press your knees carefully downwards. Maintain this position for 30-40 seconds if possible.



Touch toes (6)

Bend your trunk slowly forwards and try to touch your feet with your hands. Reach down as far as possible to your toes. Maintain this position for 20-30 seconds if possible.



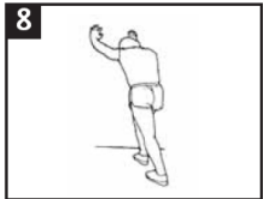
Exercises for the knees (7)

Sit on the floor and stretch out your right leg. Bend your left leg and place your foot on your right upper thigh. Now try to reach your right foot with your right arm. Maintain this position for 30-40 seconds if possible.



Exercises for the calves Achilles tendon (8)

Place both your hands on the wall and support your full body weight. Then move your left and right leg alternately backwards. This stretches the back part of the leg. Maintain this position for 30-40 seconds if possible.



COMPULSORY INFORMATION REGARDING THE DECREE ON BATTERIES

Batteries do not belong in your household waste. Users are required by law to return used batteries. For proper disposal of batteries, you can find designated disposal containers in specialized shops as well as in municipal collecting facilities. This is a solid contribution to the protection of the environment. Since 1998, the decree on batteries requires all citizens to dispose used batteries only via these specialized shops or collecting facilities (legal obligation to dispose). Specialized shops and manufactures are obliged to accept used batteries in return and re-use them in accordance to the decree or dispose of them as dangerous waste. If you wish to return your used batteries to us, you can mail them to our address in an adequately stamped envelope.

Batteries that need to be labelled by law are provided with one of the illustrations below, being a crossed-out wheeled bin and the chemical symbol for the classification of pollutants-containing heavy metals. The chemical symbol (Cd, Hg or Pb) will be shown under the illustration.

The following text can be found on the pollutants-containing batteries:

Pb: Battery contains lead

Cd: Battery contains cadmium

Hg: Battery contains mercury



Powerpeak is a registered brand name of:

Van den Berg Products BV

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

The Netherlands

www.powerpeak.com

GUARANTEE

This warranty covers your unit for a period of 24 months from the date of purchase for service and replacement of parts, on the condition that you have used the machine correctly as described in the user manual. This warranty does not exclude national legislation that may exist in the country of purchase in regards to warranty regulations.

When you make a claim under this warranty, you must submit the original invoice or receipt with clear mention of the date of purchase, name of retailer and the description and model number of the appliance. You are advised to keep these documents in a safe place.

This device is intended for domestic use only. Damage and / or malfunctions as the result of industrial or commercial use are excluded from the warranty.

The warranty for this appliances expires if:

- The original invoice or receipt has in one way or another been changed or made illegible,
- The model or serial number on the product has been changed, removed, deleted or made illegible,
- Repairs have been executed by unauthorized repair workshops or persons who are not authorized to do so.
- The damage is the result of an external cause, such as fire damage, water damage, transport damage, atmospheric discharges, insufficient or improper maintenance;
- The appliance has been operated in another country than for which originally designed, approved, released and produced, as well as defects occurred as the result of such modifications.
- The appliance has not been used according to the guidelines and directions in the user manual supplied with the product.

In the unlikely event your appliance is not functioning well or shows any defect, please contact your retailer. To avoid any inconvenience, we advise you to read the user manual carefully before contacting them.



SERVICE FORM

Please note we only accept service forms that have been filled out clearly and completely. Kindly check and ensure all details are filled out in the form below in order for us to attend to your complaint as soon as possible.

The product:

Article number: FET8321P

Article description: Powerpeak Elliptical Trainer Magnetic

Place of purchase:.....

Date of purchase (as per proof of purchase):.....

Your contact details:

Name:.....

Address:.....

Postal code:.....

City:.....

Telephone:.....

E-mail:.....

Description of the problem

.....

.....

.....

.....

.....

.....

You can send this form, together with the proof of purchase, to:

Van den Berg Products BV

Afdeling Service

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

The Netherlands

Or fax it to: +31 24 - 345 44 29

Accessories and parts of the product that are susceptible to wear and tear are not included in the guarantee. Should you wish to reorder these, please visit www.muppa.nl.

PLEASE NOTE THAT ALL SERVICE FORMS NEED TO BE ACCOMPANIED BY A VALID PROOF OF PURCHASE IN ORDER TO BE CONSIDERED.

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

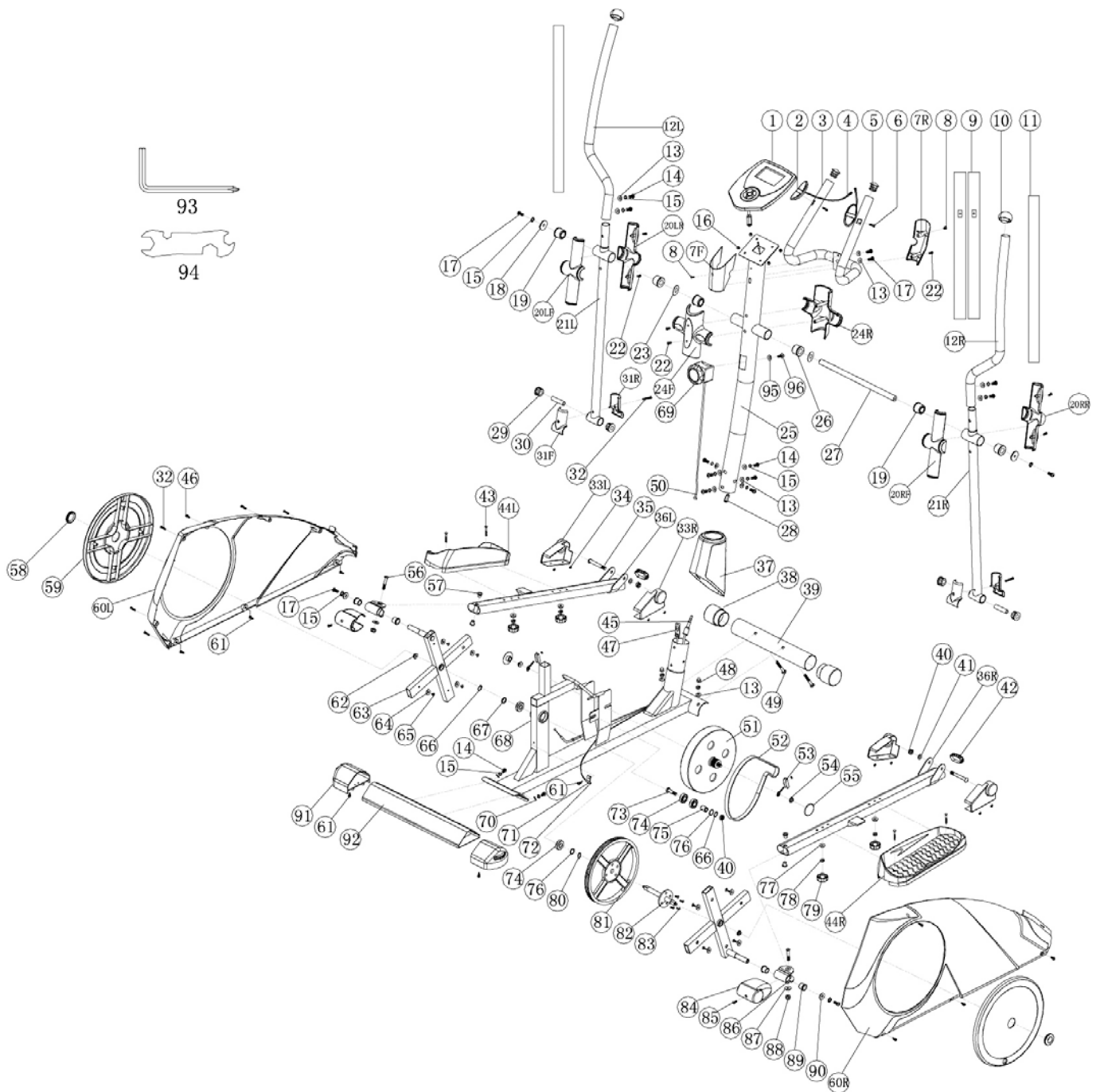
Warnung

Konsultieren Sie Ihren Hausarzt, bevor Sie mit Übungen an diesem Gerät beginnen. Wenn Sie regelmäßig und intensiv trainieren wollen, müssen Sie zuerst die Zustimmung Ihres Arztes einholen. Dies gilt vor allem für Personen über 35 sowie für Personen mit Gesundheitsproblemen. Wir übernehmen keinerlei Verantwortung für persönlichen Schaden oder körperliche Beschwerden, die durch die Benutzung dieses Geräts verursacht werden und können daher auch nicht dafür haftbar gemacht werden.

Allgemein

1. Lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig bevor Sie das Gerät benutzen und heben Sie diese zur künftigen Referenz auf.
2. Benutzen Sie dieses Gerät ausschließlich für den in dieser Bedienungsanleitung genannten Zweck.
3. Dieses Gerät ist für Benutzer (einschl. Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder psychischen Fähigkeiten bzw. ohne jegliche Erfahrung oder Vorwissen nur dann geeignet, wenn eine angemessene Aufsicht oder ausführliche Anleitung zur Benutzung des Geräts durch eine verantwortliche Person sichergestellt ist.
4. Halten Sie bitte Kinder und Tiere außer Bereich. Kinder sind in ihrer ersten Begeisterung schnell dazu geneigt, das Gerät unsachgemäß zu verwenden. Wenn Kinder die Erlaubnis zur Benutzung des Gerätes erhalten, müssen die Kinder dabei unter Aufsicht stehen und in die richtige Verwendung des Gerätes eingewiesen werden. Das Gerät darf in keinen Fall als Spielzeug zweckentfremdet werden.
5. Lassen Sie Kinder nicht mit der Verpackungsfolie spielen. Sie können sich beim Spielen darin verfangen und ersticken.
6. Sorgen Sie dafür, dass das Gerät richtig installiert wird, bevor Sie darauf zu trainieren beginnen. Vergewissern Sie sich, dass sämtliche Schrauben, Bolzen und Muttern richtig angebracht und festgezogen sind. Verwenden Sie nur Zubehörteile, die vom Van den Berg Products empfohlen und mitgeliefert werden.
7. Stellen Sie regelmäßig sicher, dass das Gerät nicht beschädigt ist. Benutzen Sie kein beschädigtes oder kaputtes Gerät.
8. Benutzen Sie das Gerät immer auf einem glatten und sauberen Untergrund. Verwenden Sie das Gerät niemals draußen. Wenn nötig, verwenden Sie eine Gummimatte als Unterlage, um Beschädigung des Fußbodens zu vermeiden.
9. Sorgen Sie dafür, dass sich keine spitzen Gegenstände in der direkten Umgebung des Fitnessgeräts befinden. Das Gerät soll freistehen, und es sollen Sie keine Gegenstände in ein Umkreis von 0,5 Meter befinden.
10. Tragen Sie immer schützende und bequemen Kleidung, wenn Sie das Fitnessgerät benutzen. Tragen Sie vorzugsweise Sport- und Aerobicschuhe.
11. Wenn Sie sich plötzlich nicht wohl fühlen oder irgendwelche Beschwerden auftreten, müssen Sie die Übung sofort beenden. Dies gilt auch für den Fall, dass Sie Schmerzen oder Druck auf Ihren Gelenken verspüren. Schwindelanfälle sind ein Zeichen dafür, dass Sie zu intensiv mit dem Gerät trainiert haben. Wenn Sie sich schwindelig fühlen, legen Sie sich auf den Boden, und stehen Sie erst wieder auf, wenn Sie sich wieder besser fühlen.
12. Halten Sie das Gerät von offenem Feuer und heißen Oberflächen fern.
13. Das Gerät muss erst zum Stillstand kommen, bevor Sie es verlassen dürfen.
14. Sorgen Sie dafür, dass nie mehr als eine Person gleichzeitig das Gerät benutzt.
15. Lagern Sie das Gerät niemals im Freien.
16. Dieses Gerät ist ausschließlich für die Nutzung im Haushalt bestimmt, NICHT für betriebsmäßiger Nutzung.
17. Das höchstzulässige Gewicht auf diesem Gerät beträgt 150 KG.

DAS PRODUKT



LISTE DER EINZELTEILE

Nr.	Umschreibung	Anzahl	Nr.	Umschreibung	Anzahl
1	Computer	1	49	Schlossschraube	2
2	Handpulsensor	2	50	Oberer Widerstandkabel	1
3	Lenker	1	51	Schwungrad	1
4	Handpuls kabel	2	52	Riemen	1
5	Endkappe Lenker	2	53	Riemen Justierung	1
6	Blechschaube	2	54	Schraube	2
7	Abdeckkappe Computer	1	55	Abdeckkappe Achse	2
8	Schraube	2	56	Inbusschraube	2
9	Handgriff Schaumstoff	2	57	Buchse	4
10	Endkappe Griff	2	58	Abdeckkappe Kurbel	2
11	Handgriff Schaumstoff	2	59	Runde Abdeckkappe	2
12	Bewegliche Griff (L/R)	1/1	60	Große Abdeckkappe (L/R)	1/1
13	Gebogene Unterlegscheibe	14	61	Schraube	8
14	Inbusschraube	10	62	Schraube	2
15	Federscheibe	14	63	Kreuz	2
16	Blechschaube	4	64	Unterlegscheibe	8
17	Inbusschraube	6	65	Blechschaube	8
18	Unterlegscheibe	2	66	C- förmige Schnalle	2
19	Nylon Buchse	4	67	Unterlegscheibe	2
20	Abdeckkappe bewegliche Griff	4	68	Hauptrahmen	1
21	Stange bewegliche Griff (L/R)	1/1	69	Widerstandknopf	1
22	Blechschaube	7	70	Unterlegscheibe	2
23	Gebogene Unterlegscheibe	2	71	Sensorbasis	1
24	Abdeckkappe Lenkstange	2	72	Sensor	1
25	Lenkstange	1	73	Blechschaube	1
26	Nylon Buchse	2	74	Lager	4
27	Drehachse	1	75	Buchse	1
28	Oberer Handpuls kabel	1	76	Unterlegscheibe	2
29	Buchse	4	77	Unterlegscheibe für Pedal	4
30	Achse	2	78	Federscheibe	4
31	Unterer Abdeckkappe bewegliche Griff	2	79	Knopf	4
32	Blechschaube	7	80	Gebogene Unterlegscheibe	1
33	Abdeckkappe Pedalstange (L/R)	1/1	81	Riemenrad	1
34	Schraube	8	82	Runde Metallplatte	1
35	Inbusschraube	2	83	Inbusschraube	4
36	Pedalstange (L/R)	1/1	84	Kunststoff Abdeckkappe	2
37	Kunststoff Abdeckkappe	1	85	Schraube	2
38	Abdeckkappe vorderer Stabilisator	2	86	Abdeckkappe Pedalstange	2
39	Vorderer Stabilisator	1	87	Unterlegscheibe	2
40	Nylon Mutter	3	88	Nylon Mutter	2
41	Unterlegscheibe	2	89	Nylon Buchse	4
42	Endkappe Pedalstange	2	90	Unterlegscheibe	2

43	Inbusschraube	4	91	Abdeckkappe hinterer Stabilisator	2
44	Pedal (L/R)	1/1	92	Hinterer Stabilisator	1
45	Unterer Handpuls kabel	1	93	Inbusschlüssel	2
46	Schraube	6	94	Maulschlüssel	1
47	Unterer Widerstandskabel	1	95	Gebogene Unterlegscheibe	1
48	Hutmutter	2	96	Schraube	1

Hinweis

Einige der oben aufgeführten Teile wurden bereits an den Hauptbestandteilen angebracht und werden nicht separat geliefert.

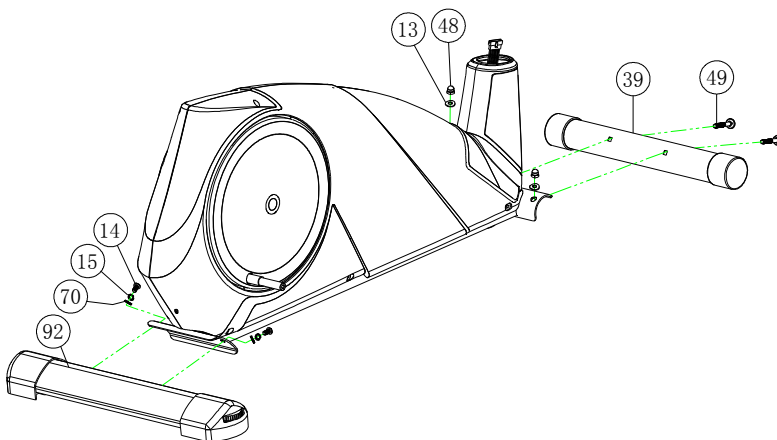
MONTAGE

Um mit den Zubehörteilen und dem Gerät besser vertraut zu werden, empfehlen wir Ihnen, sich vor der Montage erst die Bauzeichnung genau anzusehen. Legen Sie alle Montagematerialien übersichtlich auf dem Boden auf, und entfernen Sie sämtliche Verpackungen.

Schritt 1: Montage des vorderen und hinteren Stabilisators

Befestigen Sie den vorderen Stabilisator (39) am Hauptrahmen (68) mit zwei gebogene Unterlegscheiben (13) und zwei Hutmuttern (48).

Entfernen Sie die zwei Inbusschrauben (14), Federscheiben (15) und Unterlegscheiben (70) vom hinteren Stabilisator (92). Befestigen Sie den hinteren Stabilisator (92) am Hauptrahmen (68) mit zwei Inbusschrauben (14), zwei Federscheiben (15) und zwei Unterlegscheiben (70).

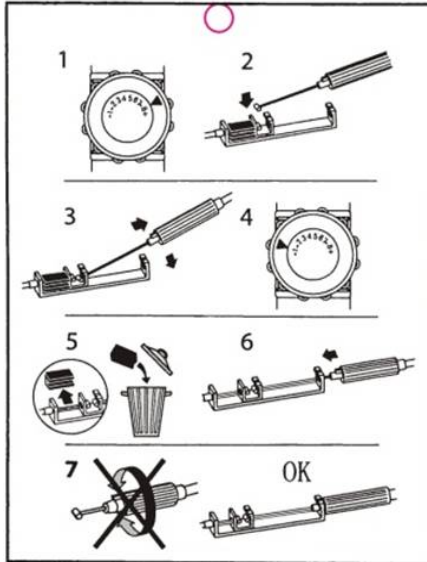


Schritt 2: Montage des Lenkerstange und Anschluss der Handpuls-kabel und Widerstandkabel

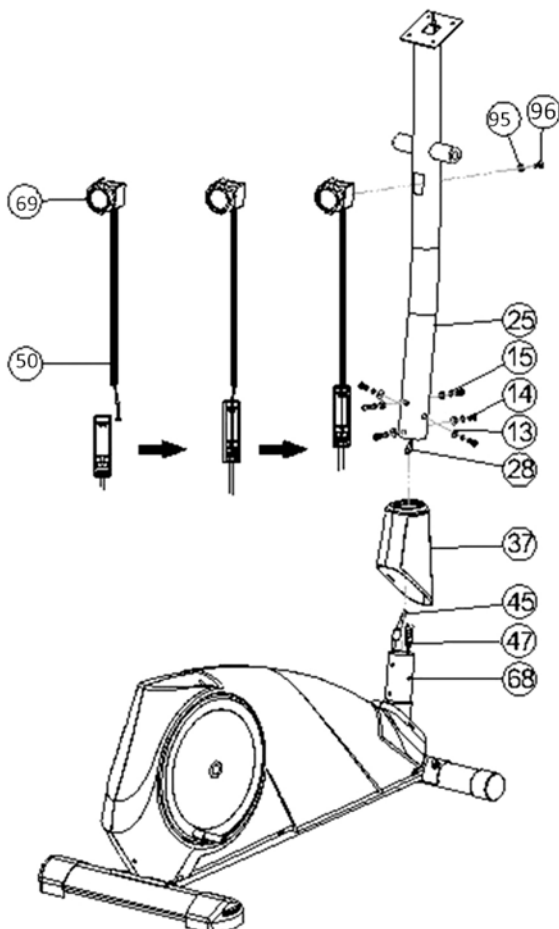
Den Lenkerstange (25) in eine vertikale Position bringen. Platzieren Sie die Kunststoffabdeckkappe (37) an der Unterseite des Lenkerstanges (25). Lassen Sie das oberer Handpuls kabel (28) vom Lenkerstange hängen, bis es angeschlossen ist.

Schließen Sie das oberer Handpuls kabel (28) an das unterer Handpuls kabel (45) an.

Schließen Sie das oberer Widerstandskabel (50) an das unterer Widerstandskabel (47) an (siehe Abbildung unten).



Platzieren Sie den Lenkerstange (25) im Hauptrahmen (68) und befestigen Sie den Lenkerstange (25) mit sechs Inbusschrauben (14), sechs Federscheiben (15) und sechs gebogene Unterlegscheiben (13).



Schritt 3: Montage der Stangen der beweglichen Griffe, beweglichen Griffe und Pedalstangen

Schieben Sie die Drehachse (27) durch den Lenkstange. Schieben Sie dann die Stange des linken, beweglichen Griffs (21L) über die Drehachse (27) und sichern Sie diese mit zwei Inbusschrauben (17), zwei Federscheiben (15) und zwei Unterlegscheiben (18).

Montieren Sie den rechten Stange des bewegliche Griff (21R) genauso.

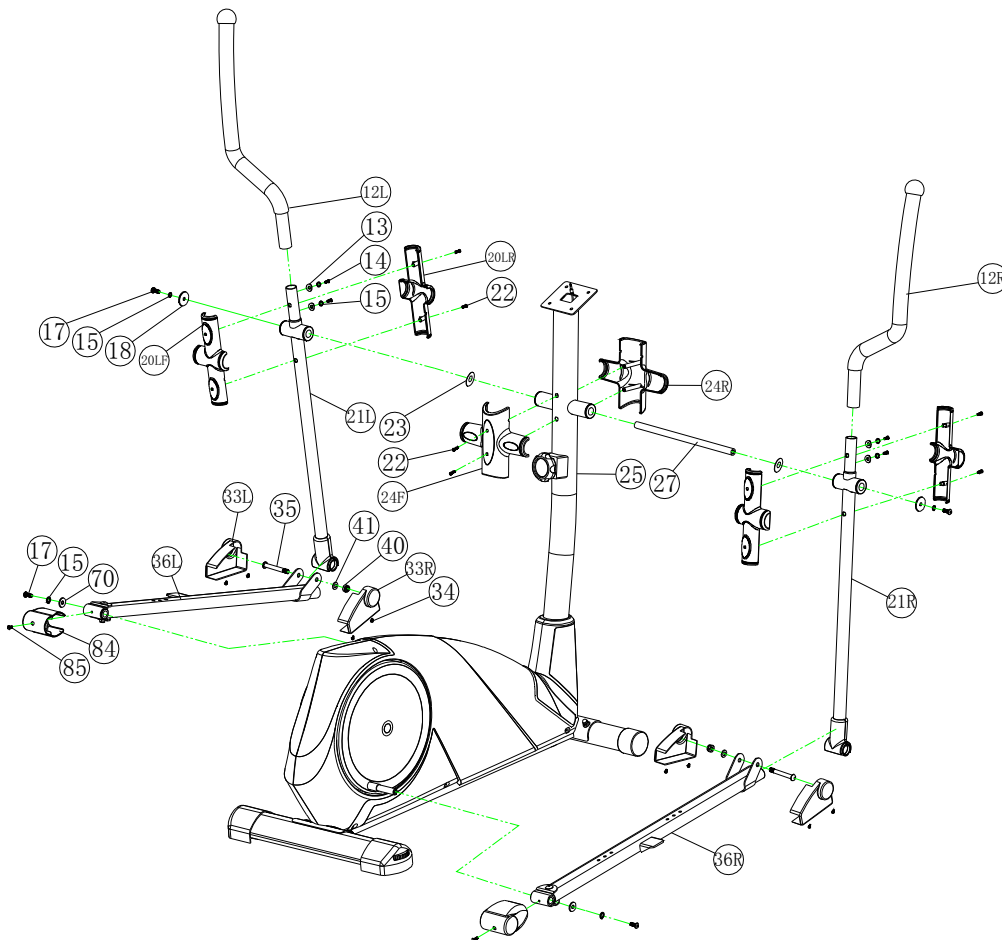
Montieren Sie den linken und rechten beweglichen Griff (12L/R) an der linken und rechten Stange (21L/R) mit vier gebogene Unterlegscheiben (13), vier Inbusschrauben (14) und vier Federscheiben (15).

Montieren Sie die Kunststoff Abdeckkappe (20L/R) an die Stange (21L/R) mit Blechschrauben (22).

Montieren Sie die Kunststoff Abdeckkappe (24) am Lenkstange (25) mit Blechschrauben (22).

Montieren Sie die linke und rechte Pedalstange (36L/R) an den linken und rechten Kurbel mit Inbusschrauben (17), Federscheiben (15) und Unterlegscheiben (70). Befestigen Sie die Abdeckkappe (33L/R) auf der Rückseite der Pedalstange (36L/R) mit Schrauben (34).

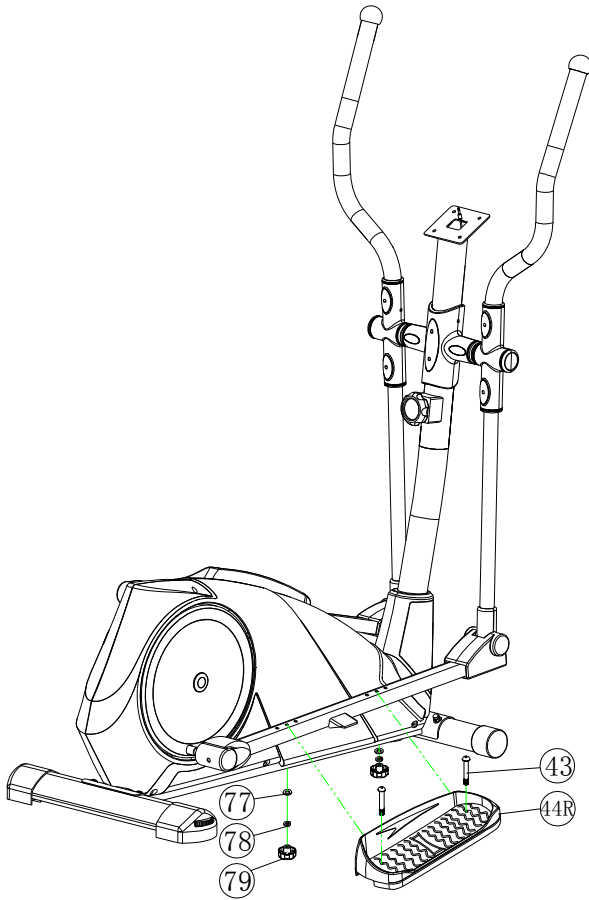
Montieren Sie die linke und rechte Pedalstange (36L/R) an den linken und rechten Stange (21L/R) mit Inbusschrauben (35), Unterlegscheiben (41) und Nylon Muttern (40). Befestigen Sie die Abdeckkappe (33L/R) auf der Vorderseite der Pedalstange (36L/R) mit Schrauben (34).



Schritt 4: Montage der Pedale

Befestigen Sie das linke Pedal (44L) an der linken Pedalstange (36L) mit Schlossschrauben (43), Unterlegscheiben (77), Federscheiben (78) und Knöpfe (79).

Befestigen Sie das rechte Pedal (44R) an der rechten Pedalstange (36R) mit Schlossschrauben (43), Unterlegscheiben (77), Federscheiben (78) und Knöpfe (79).



Schritt 5: Montage der Lenker und Computer

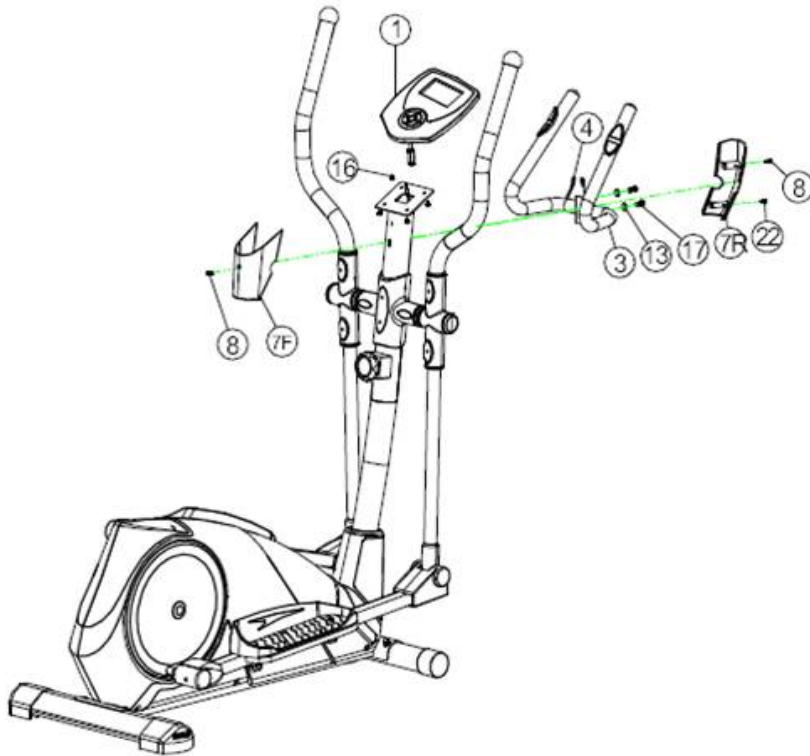
Befestigen Sie den Lenker (3) mit zwei Inbusschrauben (17) und zwei gebogene Unterlegscheiben (13).

Entfernen Sie die vier Schrauben (16) auf der Rückseite des Computers (1).

Schließen Sie den Handpuls-kabels (4) an den Computer (1) an.

Montieren Sie den Computer (1) an die Lenkstange mit vier Schrauben (16).

Befestigen Sie die Abdeckkappe (7) mit Schrauben (8) und Blechschrauben (22).



Schritt 6:

Prüfen Sie, ob das Gerät korrekt montiert worden und ziehen Sie alle Schrauben und Muttern fest.

WARTUNG UND BENUTZUNG

- Das Gerät muss regelmäßig überprüft werden, um Verletzungen zu vermeiden. Das bedeutet, dass regelmäßig geprüft werden muss, ob Schrauben und Muttern gut festgezogen sind, oder ob Haarrisse oder scharfe Kanten u.ä. vorhanden sind die zu körperlichen Verletzungen führen könnten.
- Fehlerhafte Einzelteile müssen sofort ersetzt werden. Sollte dies nicht möglich sein, darf das Gerät in unrepariertem Zustand nicht mehr verwendet werden.
- Reinigen Sie ausschließlich mit einem feuchten Tuch. Verwenden Sie keine Reinigungsmittel.
- Dieses Produkt ist zur Verwendung in sauberen, trockenen Konditionen geeignet. Vermeiden Sie es, dass Gerät in extrem kalter oder feuchter Umgebung zu benutzen, da dies zu Korrosion und damit verbundenen Problemen, die sich außerhalb unserer Kontrolle befinden, führen kann.

COMPUTERBEFEHLE



Schalten Sie den Computer an

Drücken Sie eine Taste oder bewegen Sie die Pedale, um den Computer zu starten. Sie hören ein akustisches Signal, wenn das LCD-Display eingeschaltet wird.

Achtung: wenn der Computer mehr als 4 Minuten lang kein Signal erhält, wechselt der Computer automatisch in den Schlafmodus.

Tasten

RECOVERY: messen Sie Ihre Kondition.

BODY FAT: messen Sie Ihre Körperfett-Prozentsatz.

UP: mit dieser Taste können Sie den Wert der Funktionen GENDER (Geschlecht), AGE (Alter), HEIGHT (Körpergröße), WEIGHT (Gewicht), TIME (Zeit), DISTANCE (Abstand), CALORIES (Kalorien) und PULSE (Herzfrequenz) einstellen.

DOWN: mit dieser Taste können Sie den Wert der Funktionen GENDER (Geschlecht), AGE (Alter), HEIGHT (Körpergröße), WEIGHT (Gewicht), TIME (Zeit), DISTANCE (Abstand), CALORIES (Kalorien) und PULSE (Herzfrequenz) einstellen.

MODE: mit dieser Taste können Sie:

1. gewählte Funktionen bestätigen
2. durch alle Werte gehen
3. Werte auf '0' zurücksetzen wenn Sie diese für 2 Sekunden gedrückt halten

Spezifikationen

TIME (ZEIT): 0:00 – 99:00 Minuten

DISTANCE (ABSTAND): 0,0 – 99,5 km

CALORIES (KALORIEN): 0 – 990 Kcal

PULSE (HERZFREQUENZ): 0 – 240 Herzschläge pro Minute

REVOLUTIONS PER MINUTE (R.P.M.) (UMDREHUNGEN PRO MINUTE): 0 – 250 Umdrehungen

AGE (ALTER): 10 – 99 Jahre

GENDER (GESCHLECHT): Männlich / Weiblich

WEIGHT (GEWICHT): 10 – 150 kg

HEIGHT (KÖRPERGRÖßE): 90 – 210 cm

BODY FAT (KÖRPERFETT): 0% - 50%

RECOVERY (KONDITION): F1 – F6

Wert einstellen

Die Werte TIME (Zeit), DISTANCE (Abstand), CALORIES (Kalorien) und PULSE (Herzfrequenz) können wie folgt eingestellt werden:

TIME (Zeit):

Sobald Sie die Wert TIME entschieden haben, fängt er an zu blinken.
Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



DISTANCE (Abstand):

Sobald Sie die Wert DISTANCE entschieden haben, fängt er an zu blinken.
Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



CALORIES (Kalorien):

Sobald Sie die Wert CALORIES entschieden haben, fängt er an zu blinken.
Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



PULSE (Herzfrequenz):

Sobald Sie die Wert PULSE entschieden haben, fängt er an zu blinken.
Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



Body Fat-Test

Drücken Sie die Taste BODY FAT um Ihre Körperfett-Prozentsatz zu messen. Die Werte AGE (Alter), WEIGHT (Gewicht), HEIGHT (Körpergröße) und GENDER (Geschlecht) sollten wie folgt eingestellt werden:

AGE (Alter):

Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



WEIGHT (Gewicht):

Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



HEIGHT (Körpergröße):

Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



GENDER (Geschlecht):

Sie können den Wert anpassen, indem Sie die UP- und DOWN-Tasten drücken.
Bestätigen Sie durch Drücken der MODE-Taste.



Wählen Sie BODY FAT TEST wenn alle Werte eingestellt sind. Der Körperfett-Prozentsatz wird gemessen.

Achtung: der Körperfett-Prozentsatz kann nicht gemessen werden wenn es keine Herzfrequenz-Wert gibt. In diesem Fall zeigt ein Fehlermeldung auf der Anzeige.

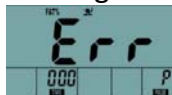


Körperfett-Prozentsatz	Beschreibung
Weniger als 10%	Untergewicht
10 – 20%	Ideal
20 – 30%	Durchschnitt
30 - 40%	Einig Übergewicht
40 – 50%	Übermäßig Übergewicht

Recovery-Test

Platzieren Sie Ihre Hände auf die Handpulssensoren und drücken Sie die RECOVERY-Taste um Ihre Kondition zu messen. Alle Funktionen mit Ausnahme von TIME stoppen. Die Zeit wird abzählen bis 0:00. Wenn 0:00 erreicht ist, wird das Ergebnis der Kondition gezeigt von F1 – F6.

Achtung: der Kondition kann nicht gemessen werden wenn es keine Herzfrequenz-Wert gibt. In diesem Fall zeigt ein Fehlermeldung auf der Anzeige.



Ergebnis	Beschreibung
F1	Ausgezeichnet
F2	Sehr gut
F3	Gut
F4	Recht gut
F5	Schlecht
F6	Sehr schlecht

WICHTIGE HINWEISEN ZUM TRAINING

- Bevor Sie mit dem Training beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Fragen Sie ihn, in welchem Umfang ein Training für Sie angemessen ist. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Gesundheitsschäden führen.
- Vermeiden Sie eine Überbelastung Ihres Körpers. Trainieren Sie nicht, wenn Sie müde oder erschöpft sind. Wenn Sie es nicht gewohnt sind, sich körperlich zu betätigen, beginnen Sie anfangs langsam.
- Beenden Sie die Übungen sofort, wenn Sie Schmerzen oder Beschwerden merken.
- Achten Sie während des Trainings auf eine gleichmäßige und ruhige Atmung.
- Um Verletzungen zu vermeiden, beginnen Sie das Training mit Aufwärmübungen und hören Sie mit einer Cool-Down-Phase wieder auf. Nutzen Sie dazu die Übungen, die in dieser Anleitung beschrieben werden.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings genügend trinken. Bedenken Sie, dass die empfohlene Trinkmenge von ca. 2 Liter pro Tag durch körperliche Belastung erhöht wird.

- Benutzen Sie das Produkt nur mit Sportkleidung und geeigneten Schuhen, die über eine rutschfeste Sohle verfügen. Vermeiden Sie weite Kleidung, die sich in den beweglichen Teilen des Produkts verfangen könnten.

AUFWÄRMÜBUNGEN / STRETCHING / COOL- DOWN

Ein erfolgreiches Training beginnt mit Aufwärmübungen und endet mit Übungen zum Abwärmen und Entspannen. Die Aufwärmübungen bereiten Ihren Körper auf die folgenden Beanspruchungen vor. Die Abwärm-/Entspannungsphase nach dem Training sorgt dafür, dass Sie keine Muskelbeschwerden bekommen und Muskelkater vermieden wird. Achten Sie auf folgende Punkte:

- Wärmen Sie jede Muskelgruppe für etwa 5 bis 10 Minuten sorgfältig auf, die Sie im darauf folgenden Training beanspruchen. Die Stretchingübungen sind richtig ausgeführt, wenn Sie in dem entsprechenden Muskel eine angenehme Spannung spüren.
- Geschwindigkeit spielt bei den Stretchingübungen keine Rolle. Schnelle und ruckartige Bewegungen sind zu vermeiden.

Übungen für den Nacken (1)

Drehen Sie Ihren Kopf nach rechts, und fühlen Sie die Spannung in Ihrem Nacken. Heben Sie das Kinn zur Decke, und öffnen Sie dabei den Mund. Drehen Sie Ihren Kopf nach rechts, und senken Sie ihn schließlich bis zur Brust. Dies können Sie mehrmals wiederholen.



Übungen für die Schulterpartie (2)

Ziehen Sie abwechselnd die linke und die rechte Schulter hoch oder beide Schultern gleichzeitig.



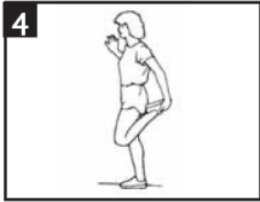
Streckübungen mit den Armen (3)

Strecken Sie abwechselnd den linken und den rechten Arm Richtung Decke. Fühlen Sie die Spannung in Ihrer rechten und linken Seite. Wiederholen Sie diese Übung mehrmals.



Übungen für die Oberschenkel (4)

Stützen Sie eine Hand an der Wand ab, reichen Sie zu Ihrem Fuß nach hinten, und Ziehen Sie den rechten bzw. linken Fuß so nah wie möglich an Ihr Gesäß. Wiederholen Sie diese Übung 15 mal pro Bein.



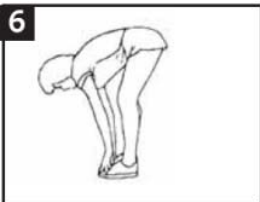
Innenseite Oberschenkel und Beine strecken (5)

Setzen Sie sich auf den Boden, und legen Sie Ihre Füße so aneinander, dass Ihre Knien nach außen zeigen. Ziehen Sie Ihre Füße so nah wie möglich an Ihre Leisten. Drücken Sie die Knie nun vorsichtig nach unten. Wiederholen Sie diese Übung, wenn möglich, 15 mal.



Zehen berühren (6)

Beugen Sie Ihren Rumpf langsam nach vorne, und versuchen Sie, mit den Händen die Füße zu berühren. Reichen Sie so weit wie möglich zu Ihren Zehen hinunter, und wiederholen Sie das 15 mal.



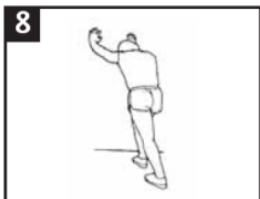
Übungen für die Kniesehnen (7)

Setzen Sie sich auf den Boden, und strecken Sie Ihr rechtes Bein aus. Winkeln Sie Ihr linkes Bein, und legen Sie Ihren Fuß an den rechten Oberschenkel an. Versuchen Sie nun, mit dem rechten Arm Ihren rechten Fuß zu erreichen. Wiederholen Sie die Übung für jedes Bein 15 mal.



Übungen für die Waden / Achillessehne (8)

Legen Sie beide Hände an die Wand, und stützen Sie sich mit Ihrem ganzen Körper ab. Stellen Sie abwechselnd das linke und das rechte Bein nach hinten. Dabei wird das hintere Bein gedehnt. Wiederholen Sie diese Übung 15 mal für jedes Bein.



INFORMATIONSPFLICHT GEMÄß BATTERIEVERORDNUNG

Batterien und Akkus gehören nicht in den Hausmüll. Verbraucher sind gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien und Akkus zurückzugeben. Lassen Sie diese nur über den Fachhandel oder durch Batterie-Sammelstellen entsorgen. Dies ist ein konkreter Beitrag zum Umweltschutz. Seit 1998 verpflichtet die Batterieverordnung alle Bürgerinnen und Bürger, verbrauchte Batterien und Akkus ausschließlich über den Handel oder die speziell dafür eingerichteten Sammelstellen zu entsorgen (gesetzliche Rückgabepflicht). Handel und Hersteller sind verpflichtet, diese Batterien zurückzunehmen und ordnungsgemäß zu verwerten oder als Sondermüll zu beseitigen (gesetzliche Rücknahmepflicht). Falls Sie Ihre Batterien und Akkus bei uns zurückgeben möchten, schicken Sie diese bitte ausreichend frankiert an unsere Adresse.

Kennzeichnungspflichtige Batterien sind mit einem der beiden nachstehende Zeichen, bestehend aus einer durchgestrichenen Mülltonne und dem chemischen Symbol des für die Einstufung als schadstoffhaltig ausschlaggebenden Schwermetalls zu versehen. Das chemische Symbol (Cd, Hg oder Pb) wird unter dem Zeichen abgebildet.

Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien und Akkus:

Pb: Batterie oder Akku enthält Blei

Cd: Batterie oder Akku enthält Cadmium

Hg: Batterie oder Akku enthält Quecksilber



Powerpeak ist ein eingetragener Markenname von:

Van den Berg Products BV

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

Niederlande

www.vdbergproducts.com

GARANTIEBEWEIS

Dieser Garantieschein deckt Ihr Gerät innerhalb eines Zeitraums von 24 Monaten ab dem Datum des Ankaufs bezüglich Defekten an dem Gerät unter der Voraussetzung ab, dass Sie das Gerät in korrekter Weise benutzt haben, wie es in der Gebrauchsanweisung beschrieben steht.

Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Beschädigung oder Reparaturversuche von Dritten auftreten, fallen nicht unter die Garantie.

Die Garantie gilt nicht für das mitgelieferte Zubehör und andere Teile des Geräts, die der Abnutzung unterliegen. Ihre diesbezügliche evtl. Nachbestellung können Sie an www.muppa.de richten.

Dieses Gerät ist ausschließlich für die Nutzung im Haushalt bestimmt. Schäden und / oder Störungen aufgrund betriebsmäßiger Nutzung werden von der Garantie ausgeschlossen.

Sie können sich auf die Garantie berufen, wenn:

- Das Gerät entsprechend der Gebrauchsanweisung, benutzt worden ist
- Sie einen gültigen Ankaufsbeweis vorlegen können und dieser nicht auf irgendeine Weise geändert oder unlesbar gemacht wurde;
- Das Serviceformular deutlich und vollständig ausgefüllt wurde;
- Von dazu nicht autorisierten Reparaturwerkstätten oder dazu nicht befugten Personen keine Eingriffe vorgenommen worden sind;
- Der Schaden nicht aufgrund von Fremdeinwirkung auf das Gerät entstanden ist, wie u.a. durch Brandschaden, Wasserschaden, Transportschaden, atmosphärische Entladungen, ungenügende oder falsche Pflege.

Sollte trotz unserer sorgfältigen Qualitätskontrolle Ihr Gerät nicht zufrieden stellend funktionieren, können Sie sich auf unseren Service berufen. Wenn Sie unseren Service in Anspruch nehmen wollen, ersuchen wir Sie, uns ein deutlich ausgefülltes Serviceformular mit der Kaufquittung zu übersenden. Das Serviceformular finden Sie im rückwärtigen Teil dieser Gebrauchsanweisung.

Wir empfehlen Ihnen in jedem Fall, bei etwaigen Problemen erst die Gebrauchsanweisung sorgfältig zu lesen, ehe Sie sich an uns wenden.



SERVICEFORMULAR

Undeutlich oder unvollständig ausgefüllte Serviceformulare können von uns leider nicht bearbeitet werden. Füllen Sie deshalb das Serviceformular immer so deutlich und vollständig wie möglich aus!

Das Produkt:

Artikelnummer: FET8321P

Artikelumschreibung: Powerpeak Elliptical Trainer Magnetic

Geschäft, in dem der Ankauf getätigt wurde:.....

Ankaufsdatum (wie auf der Kaufquittung):.....

Ihre Daten:

Name:.....

Adresse:.....

PLZ:.....

Ort:.....

Telefon:.....

E-Mail:.....

Umschreibung des Problems:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dieses Formular können Sie zusammen mit der Kaufquittung senden an:

Van den Berg Products BV

Afdeling Service

IJzerwerf 10-12

NL-6641 TK Beuningen

Niederlande

oder faxen an: 02151 – 78 18 638

Service Hot Line: 0180 - 519 519 0 (0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min.)

E-Mail: service@vdbergproducts.com

Zubehör und Teile des Geräts, die der Abnutzung unterliegen, fallen nicht unter diese Garantie. Wenn Sie diese nachbestellen möchten, können Sie dies via www.muppa.de.

ACHTUNG: EIN SERVICEFORMULAR, DEM KEINE KAUFQUITTUNG BEIGELEGTE WURDE, KANN LEIDER NICHT BEARBEITET WERDEN.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

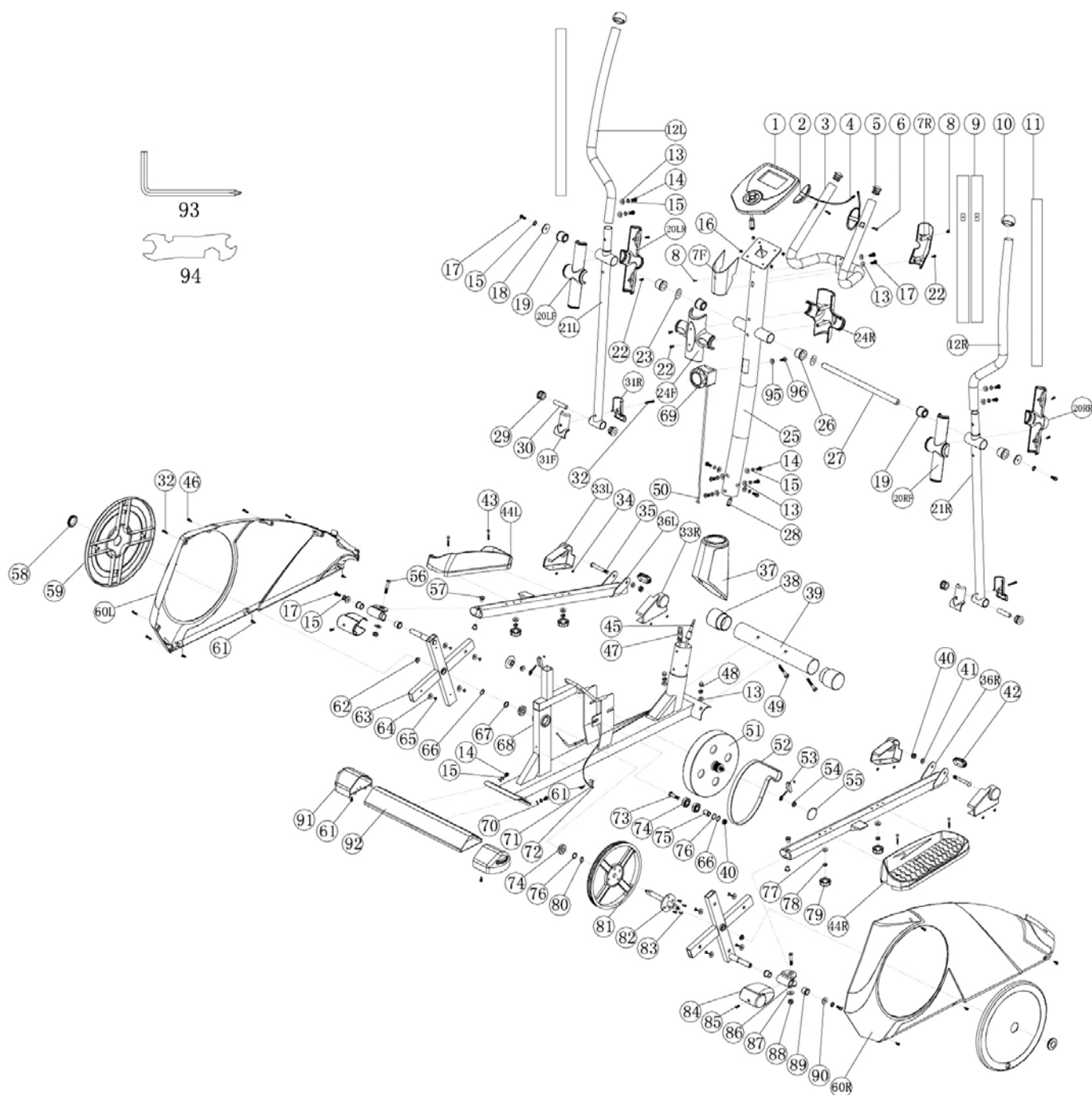
Mise en garde

Consultez votre médecin avant de démarrer votre programme d'entraînement. Un programme d'entraînement fréquent et intensif doit être approuvé au préalable par votre généraliste. Ceci est particulièrement important pour les individus âgés de 35 ans ou plus, ou ceux ayant des problèmes physiques. En aucun cas nous ne sommes ni ne pouvons être tenus responsables de blessures à la personne ou de plaintes relatives à l'état physique qui pourraient résulter de l'utilisation de cet équipement.

Général

1. Lisez attentivement ces instructions avant d'utiliser l'appareil et conservez-les comme référence ultérieure.
2. Utilisez-le seulement selon les indications contenues dans ce mode d'emploi.
3. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (notamment des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles sont réduites, ou par des personnes manquant d'expérience ou de connaissances, à moins que celles-ci ne soient sous surveillance ou qu'elles aient reçu des instructions quant à l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité.
4. Tenez vos enfant sou animaux domestiques à l'écart de l'appareil. L'enthousiasme des enfants peut entraîner une mauvaise utilisation de l'appareil. Dans le cas où les enfants reçoivent l'autorisation d'utiliser cet appareil, ces derniers doivent être surveillés et des consignes doivent leur être données quant à l'utilisation appropriée de l'appareil. Cet appareil ne doit en aucun cas être utilisé comme un jouet.
5. Ne laissez pas les enfants jouer avec la feuille d'emballage en plastique. Ils peuvent s'y empêtrer en jouant et étouffer.
6. Assurez-vous que l'appareil est correctement installé avant de l'utiliser. Vérifiez si tous les vis, boulons et écrous sont bien installés et serrés. Utilisez seulement des pièces qui ont été conseillées par Van den Berg Products et fournies avec l'appareil.
7. Vérifiez régulièrement que l'appareil n'est pas endommagé Ne pas utiliser l'appareil quand celui-ci est endommagé ou défectueux.
8. Utilisez toujours l'appareil sur une surface lisse et propre. Ne jamais utiliser l'appareil dehors. Mettez un tapis en caoutchouc dessous si nécessaire afin de réduire les risques d'endommager votre sol.
9. Assurez-vous qu'il n'y a pas d'objets pointus dans les alentours de l'appareil de remise en forme. Assurez-vous qu'il y a au moins 0,5 mètres d'espace libre autour l'équipe.
10. Portez toujours des vêtements surs et confortables quand vous utilisez le matériel de remise en forme. Portez de préférence des chaussures de sport ou des souliers aérobic.
11. Arrêtez immédiatement l'exercice si vous ne vous sentez pas bien ou si vous avez d'autres symptômes. Vous devez également vous arrêter si vous avez des douleurs articulaires ou si vous sentez une pression sur vos articulations. Les étourdissements indiquent que vous vous êtes entraîné trop intensément. En cas d'étourdissement, allongez vous par terre et ne vous levez pas avant de vous sentir mieux.
12. Maintenez l'appareil à distance du feu et des surfaces chaudes.
13. Ne descendez de l'appareil qu'une fois qu'il est à l'arrêt.
14. Ne jamais laisser l'appareil utiliser par plus d'un utilisateur.
15. Toujours stocker l'appareil à l'intérieur.
16. Cet appareil est uniquement destiné à l'usage domestique, ne PAS destiné à usage professionnel.
17. Le poids maximal autorise sur cet appareil est de 150 KG.

LE PRODUIT



NOMENCLATURE DES PIÈCES

Numéro	Description	Quantité	Numéro	Description	Quantité
1	Ordinateur	1	49	Boulon	2
2	Capteur de poulx	2	50	Câble de résistance supérieur	1
3	Guidon	1	51	Volant	1
4	Câble capteur de poulx	2	52	Corde	1
5	Embout guidon	2	53	Réglage de la corde	1
6	Vis autotaraudeuse	2	54	Vis	2
7	Couvrir ordinateur	1	55	Couvrir axe	2
8	Vis	2	56	Boulon Allen	2
9	Poignée de guidon en mousse	2	57	Bague	4
10	Embout poignée	2	58	Couvrir manivelle	2
11	Poignée de guidon en mousse	2	59	Couvrir ronde	2
12	Poignée mobile (L/R)	1/1	60	Couvrir grande (L/R)	1/1
13	Rondelle courbe	14	61	Vis	8
14	Boulon Allen	10	62	Vis	2
15	Rondelle à ressort	14	63	Croix	2
16	Vis autotaraudeuse	4	64	Rondelle	8
17	Boulon Allen	6	65	Vis autotaraudeuse	8
18	Rondelle	2	66	Pince forme de C	2
19	Bague en nylon	4	67	Rondelle	2
20	Couvrir poignée mobile	4	68	Cadre principal	1
21	Poignée à tube amovible (L/R)	1/1	69	Bouton de résistance	1
22	Vis autotaraudeuse	7	70	Rondelle	2
23	Rondelle courbe	2	71	Capteur basé	1
24	Couvrir montant du guidon	2	72	Capteur	1
25	Montant du guidon	1	73	Vis autotaraudeuse	1
26	Bague en nylon	2	74	Roulement	4
27	Axe de rotation	1	75	Bague	1
28	Câble capteur de poulx supérieur	1	76	Rondelle	2
29	Bague	4	77	Rondelle pour pédale	4
30	Axe	2	78	Rondelle à ressort	4
31	Couvrir inférieure poignée mobile	2	79	Bouton	4
32	Vis autotaraudeuse	7	80	Rondelle courbe	1
33	Couvrir tige de pédale (L/R)	1/1	81	Poulie	1
34	Vis	8	82	Plaque de métal ronde	1
35	Boulon Allen	2	83	Boulon Allen	4
36	Tige de pédale (L/R)	1/1	84	Couvrir en plastique	2
37	Couvrir en plastique	1	85	Vis	2
38	Couvrir stabilisateur avant	2	86	Pièce en forme de M	2

39	Stabilisateur avant	1	87	Rondelle	2
40	Écrou en nylon	3	88	Écrou en nylon	2
41	Rondelle	2	89	Bague en nylon	4
42	Embout tige de pédale	2	90	Rondelle	2
43	Boulon	4	91	Couvrir stabilisateur arrière	2
44	Pédale (L/R)	1/1	92	Stabilisateur arrière	1
45	Câble capteur de pouls inférieur	1	93	Clé Allen	2
46	Vis	6	94	Clé	1
47	Câble de résistance inférieur	1	95	Rondelle courbe	1
48	Écrou à chapeau	2	96	Vis	1

Note

Certains des accessoires ci-dessus sont pré-ajustés à la pièce maîtresse. Ils ne sont pas fournis séparément.

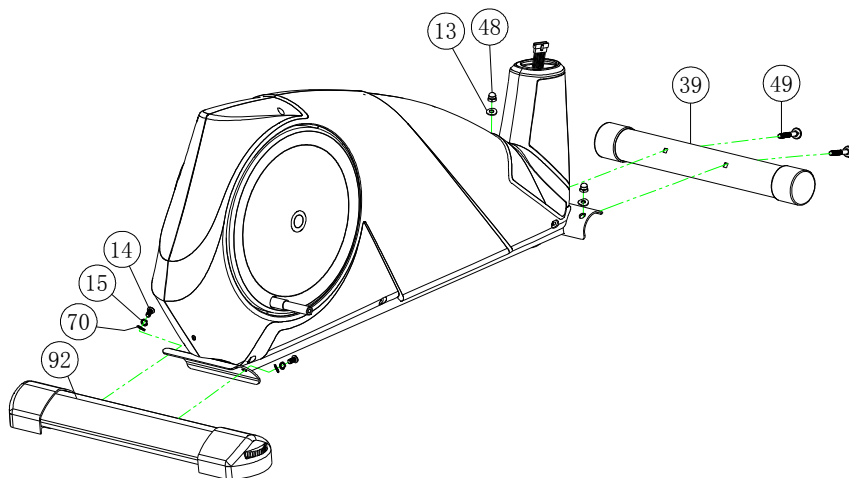
ASSEMBLAGE

Afin de vous familiariser avec les différentes pièces de l'appareil, nous vous conseillons d'examiner avec soin la photo d'ensemble et la liste des pièces avant de commencer l'assemblage. Placez toutes les pièces sur le sol et retirez tous les emballages.

Étape 1: assemblage de l'avant et l'arrière du stabilisateur

Fixez le stabilisateur avant (39) au cadre principal (68) avec deux rondelles courbes (13) et deux écrous en chapeau (48).

Retirez les deux boulons Allen (14), rondelles à ressort (15) et rondelles (70) du stabilisateur arrière (92). Fixez le stabilisateur arrière (92) au cadre principal (68) avec deux rondelles (70), deux rondelles à ressort (15) et deux boulons Allen (14).

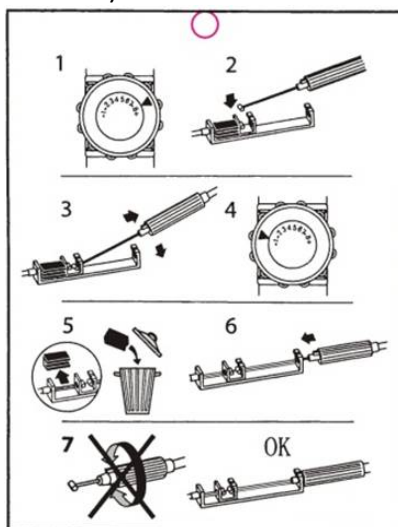


Étape 2: assemblage du montant du guidon et la connexion du câble capteur de pouls et du câble de résistance

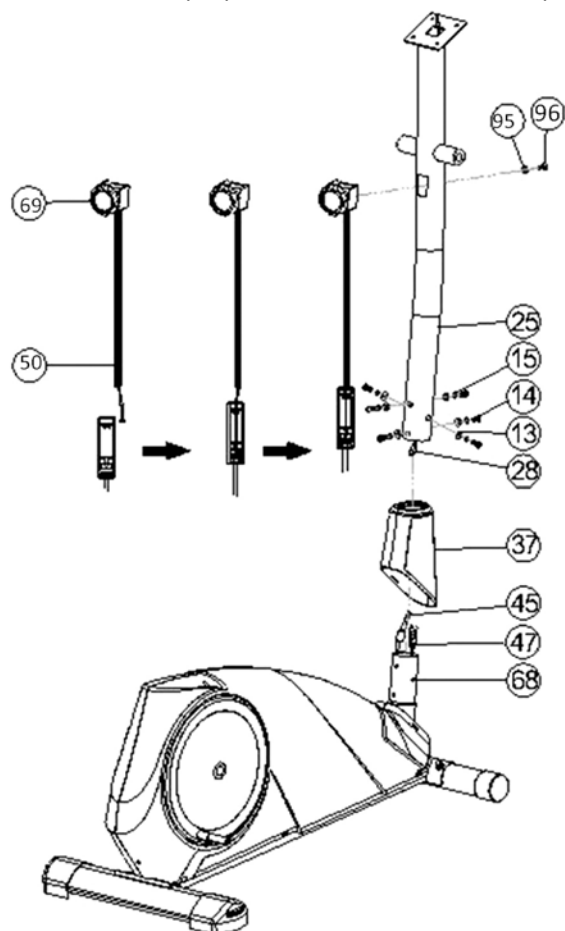
Placez le montant du guidon (25) en position verticale. Placez le couvercle en plastique (37) dans le bas du montant du guidon (25). Maintenez le câble capteur de pouls supérieur (28) suspendu à partir du montant du guidon jusqu'à ce qu'il soit raccordé.

Branchez le câble capteur de pouls supérieur (28) sur le câble capteur de pouls inférieur (45).

Branchez le câble de résistance supérieur (50) sur le câble de résistance inférieur (47) (voir illustration ci-dessous).



Placez le montant du guidon (25) dans le cadre principal (68) et vissez le montant du guidon (25) avec six boulons Allen (14), six rondelles à ressort (15) et six rondelles courbes (13).



Étape 3: assemblage des tiges des poignées mobiles, des poignées mobiles et des tiges de la pédale

Faites glisser l'axe de rotation (27) dans le montant du guidon. Faites ensuite glisser la tige de la poignée mobile gauche (21L) autour de l'axe de rotation (27) et fixez la avec deux boulons Allen (17), deux rondelles à ressort (15) et deux rondelles (18).

Attachez le tige de la poignée mobile droite (21R) de la même manière.

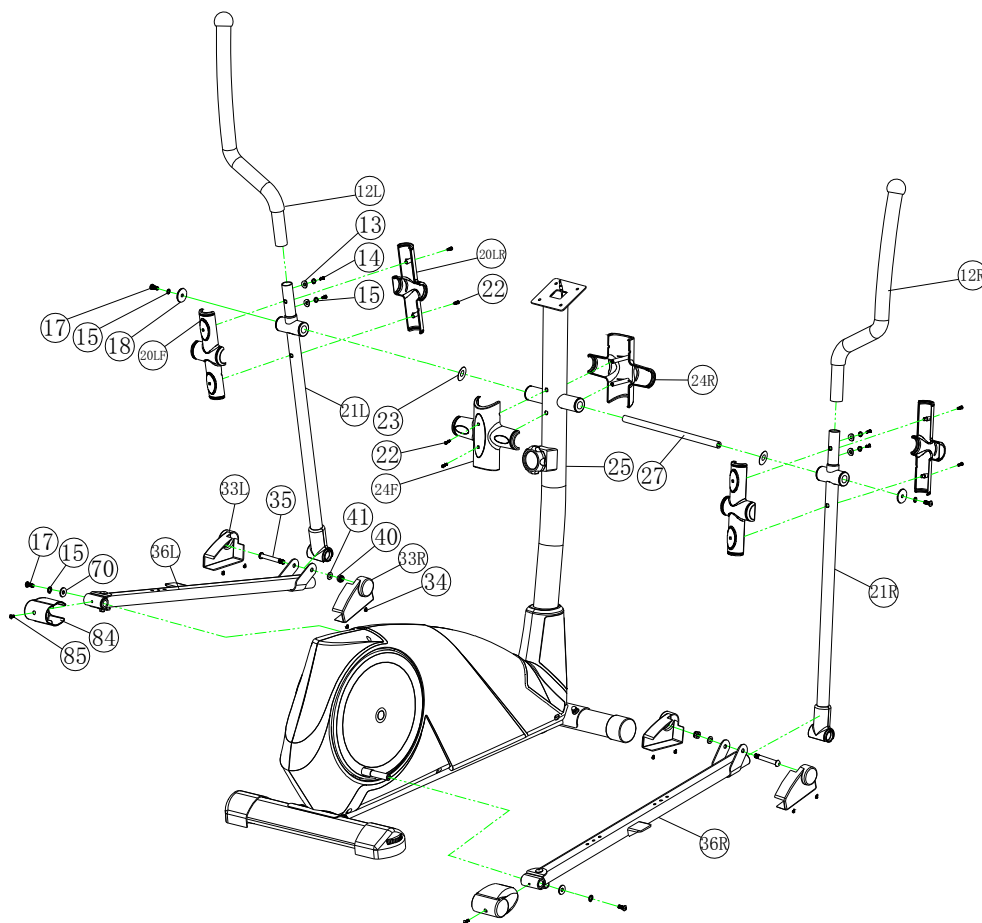
Fixez la poignée mobile gauche et droite (12L/R) sur la barre gauche et droite (21L/R) avec quatre rondelles courbes (13), quatre boulons Allen (14) et quatre rondelles à ressort (15).

Attachez les couvercles (20L/R) sur les tiges (21L/R) avec vis autotaraudeuse (22).

Attachez les couvercles (24) au montant du guidon (25) avec vis autotaraudeuse (22).

Attachez les tiges de pédales (36L/R) à les manivelles avec boulons Allen (17), rondelles à ressort (15) et rondelles (70). Attachez les couvercles (33L/R) à l'arrière des tiges de pédales (36L/R) avec vis (34).

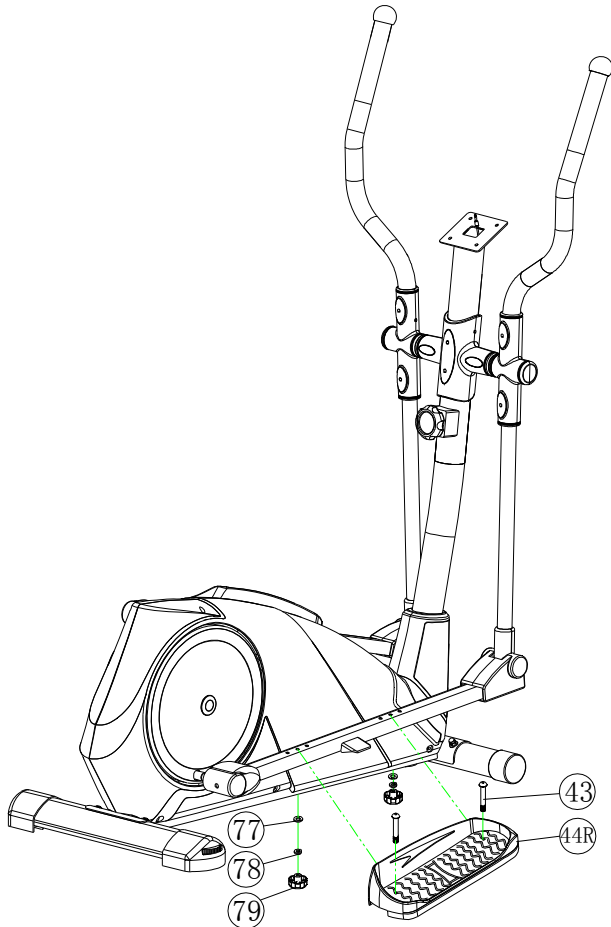
Attachez les tiges de pédales (36L/R) sur les tiges (21L/R) avec boulons Allen (35), rondelles (41) et écrous en nylon (40). Attachez les couvercles (33L/R) à l'avant des tiges de pédales (36L/R) avec vis (34).



Étape 4: assemblage des pédales

Fixez la pédale de gauche (44L) sur la tige de la pédale gauche (36L) avec deux boulons (43), rondelles (77), rondelles à ressort (78) et boutons (79).

Fixez la pédale de droite (44R) sur la tige de la pédale droite (36R) avec deux boulons (43), rondelles (77), rondelles à ressort (78) et boutons (79).



Étape 5: assemblage du guidon et de l'ordinateur

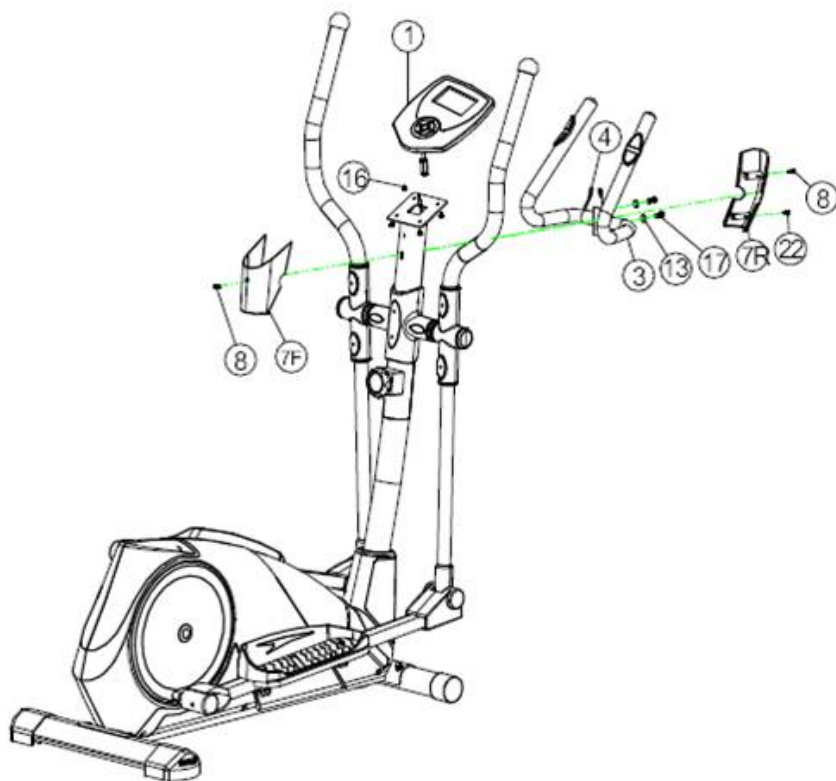
Fixez le guidon (3) avec deux boulons Allen (17) et deux rondelles courbes (13).

Retirez les quatre vis (16) à l'arrière de l'ordinateur (1).

Branchez le câble capteur de pouls (4) avec l'ordinateur (1).

Attachez l'ordinateur (1) à la montante du guidon avec quatre vis (16).

Attachez le couvercle (7) avec vis (8) et vis autotaraudeuse (22).



Étape 6:

Vérifiez si l'appareil a été assemblé correctement et serrer tous les boulons et les écrous fermement.

ENTRETIEN ET UTILISATION

- L'appareil doit être contrôlé régulièrement afin de prévenir des blessures corporelles. Cela signifie également qu'une vérification régulière doit avoir lieu afin de s'assurer que les boulons et les écrous sont bien vissés et de pouvoir constater des débuts d'usure, des bords coupants et d'autres choses de ce genre susceptibles pouvant entraîner des blessures corporelles.
- Les pièces défectueuses doivent être remplacées sur-le champ. Si cela n'est pas possible, l'appareil doit alors être mis hors service jusqu'à ce que la réparation ait eu lieu.
- Nettoyez avec un chiffon humide uniquement, ne pas utiliser de solvants.
- Ce produit est fait pour être utilisé dans un environnement propre et sec. Vous devez éviter de le ranger dans des endroits très froids ou humides car il pourrait rouiller et avoir d'autres problèmes qui sont hors de notre contrôle.

COMMANDES D'ORDINATEUR



Démarrez l'ordinateur

Appuyez sur une touche ou faites bouger les pédales pour démarrer l'ordinateur. Il y aura un signal sonore au moment où l'écran LCD est allumé.

Attention: si l'ordinateur ne reçoit pas un signal de plus de 4 minutes, l'ordinateur se met automatiquement en mode veille.

Touches

RECOVERY: mesure de votre condition.

BODY FAT: mesurer votre taux de graisse corporelle.

UP: avec cette touche vous pouvez fixer la valeur des fonctions GENDER (sexe), AGE (âge), HEIGHT (taille), WEIGHT (poids), TIME (temps), DISTANCE (distance), CALORIES (calories) et PULSE (pouls).

DOWN: avec cette touche vous pouvez fixer la valeur des fonction GENDER (sexe), AGE (âge), HEIGHT (taille), WEIGHT (poids), TIME (temps), DISTANCE (distance), CALORIES (calories) et PULSE (pouls).

MODE: avec cette touche vous pouvez:

1. confirmer les valeurs sélectionnées
2. passer en revue toutes les valeurs
3. remettre les valeurs à '0' en restant appuyé sur cette touche pendant 2 secondes.

Spécifications

TIME (TEMPS): 0:00 – 99:00 minutes

DISTANCE (DISTANCE): 0,0 – 99,5 km

CALORIES (CALORIES): 0 – 990 Kcal

PULSE (POULS): 0 – 240 battements par minute

REVOLUTIONS PER MINUTE (R.P.M.) (TOURS PAR MINUTE): 0 – 250 tours

AGE (ÂGE): 10 – 99 ans

GENDER (SEXE): homme / femme

WEIGHT (POIDS): 10 – 150 kg

HEIGHT (TAILLE): 90 – 210 cm

BODY FAT (MASSE GRAISSEUSE): 0% - 50%

RECOVERY (RÉCUPÉRATION): F1 – F6

Programmer les valeurs

Les valeurs TIME (temps), DISTANCE (distance), CALORIES (calories) et PULSE (pouls) peut être fixé comme suit:

TIME (temps):

Une fois que vous avez sélectionné la valeur TIME, elle se met à clignoter. Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



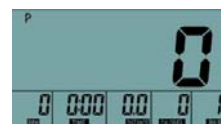
DISTANCE (distance):

Une fois que vous avez sélectionné la valeur DISTANCE, elle se met à clignoter. Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



CALORIES (calories):

Une fois que vous avez sélectionné la valeur CALORIES, elle se met à clignoter. Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



PULSE (pouls):

Une fois que vous avez sélectionné la valeur PULSE, elle se met à clignoter. Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



Graisse corporelle-test

Appuyez sur le bouton BODY FAT pour mesurer votre graisse corporelle. Les valeurs AGE (âge), WEIGHT (poids), HEIGHT (taille) et GENDER (sexe) devraient être réglées comme suit:

AGE (âge):

Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



WEIGHT (poids):

Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



HEIGHT (taille):

Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



GENDER (sexe):

Vous pouvez alors ajuster la valeur en appuyant sur les touches UP et DOWN. Confirmez en appuyant sur la touche MODE.



Si toutes les valeurs sont réglées, choisissez BODY FAT TEST. Le taux de graisse corporelle est mesuré.

Attention: le taux de graisse corporelle ne peut pas être mesuré s'il n'y a pas de valeur. Dans ce cas, un message d'erreur apparaîtra sur l'écran.



Taux de graisse corporelle	Description
Moins de 10%	Poids insuffisant
10 – 20%	Poids idéal
20 – 30%	Poids moyen
30 - 40%	Début d'obésité
40 – 50%	Obésité excessive

Rétablissement-test

Mettez vos mains sur les capteurs de pouls manuels et appuyez sur la touche RECOVERY pour mesurer votre forme physique. Toutes les fonctions s'arrêtent à l'exception du TIME (temps). Le temps commence le compte à rebours jusqu'à 0:00. Quand 0:00 est atteint, la valeur de la condition de F1 - F6 s'affiche.

Attention: la condition ne peut pas être mesurée s'il n'y a pas de valeur. Dans ce cas, un message d'ERREUR apparaîtra sur l'écran.



Résultat	Description
F1	Excellent
F2	Très bien
F3	Bien
F4	Assez bien
F5	Faible
F6	Très faible

CONSEILS D'ENTRAÎNEMENT IMPORTANT

- Avant d'entamer votre entraînement, demandez à un médecin dans quelle mesure un entraînement avec ce produit est bon pour vous. Un entraînement incorrect ou trop intense peut entraîner des dommages de santé.
- Évitez le surentraînement. Ne pratiquez pas d'entraînement lorsque vous êtes fatigué ou épuisé. Si vous n'êtes pas habitué à une activité régulière, commencez lentement.
- En cas de douleur, de difficultés de respiration, de malaise ou de tout autre trouble de santé, interrompez immédiatement l'exercice.
- Veillez à conserver toujours une respiration calme et régulière pendant l'entraînement.
- Afin d'éviter les blessures, commencez l'exercice par un échauffement extensif et terminez avec une phase de refroidissement. Utilisez les exercices décrits dans ce manuel.
- Veillez à boire suffisamment pendant l'entraînement. N'oubliez pas que la quantité recommandée de 2 litres environ par jour doit être augmentée en cas d'efforts physiques.

- Portez des vêtements appropriés et confortables ainsi que des chaussures de sport lorsque vous utilisez ce produit. Evitez les vêtements amples qui pourraient se prendre dans les pièces mobiles du produit.

EXERCICES D'ÉCHAUFFEMENT/ETIREMENT

Un bon entraînement commence toujours par des exercices d'échauffement et se termine par des exercices calmants. Ces exercices ont pour mission de préparer votre corps aux contraintes qui vont suivre. La phase d'apaisement à l'issue de l'entraînement permet d'éviter l'apparition de douleurs musculaires. Veuillez prêter attention aux points suivants:

- Échauffez soigneusement chaque groupe de muscles que vous utiliserez lors de votre session d'exercice, pendant environ 5 à 10 minutes. Si vous ressentez une tension confortable dans le muscle correspondant, cela signifie que les exercices d'étirement ont été effectués correctement.
- La vitesse ne joue aucun rôle dans les exercices d'étirement. Les mouvements rapides ou heurtés sont à éviter.

Exercices pour la tête (1)

Tournez la tête vers la droite jusqu'à percevoir la tension dans votre nuque. Levez alors le menton vers le haut et ouvrez la bouche. Tournez la tête vers la droite et abaissez-la ensuite jusqu'à la poitrine. Vous pouvez répéter cet exercice plusieurs fois de suite.



Exercices pour les épaules (2)

Relevez alternativement l'épaule droite et l'épaule gauche.



Exercices d'étirement pour les bras (3)

Etirez alternativement le bras gauche et le bras droit en direction vers le haut. Sentez la tension qui s'installe du côté gauche et du côté droit. Répétez plusieurs fois cet exercice.



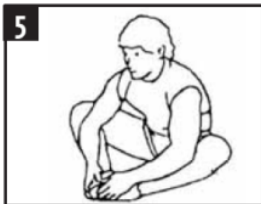
Exercices pour les cuisses (4)

Appuyez-vous de la main gauche contre un mur, pliez la jambe droite vers l'arrière et tirez le pied vers le haut avec la main droite. Essayez de rapprocher votre pied vers le haut avec la main droite. Essayez de rapprocher votre pied le plus près possible de vos fesses. Répétez cet exercice 15 fois de suite. Puis changez de jambe.



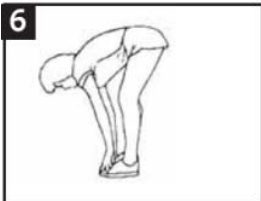
Extension de l'intérieur de la cuisse et de la jambe (5)

Asseyez-vous sur le sol et placez vos pieds de telle sorte que vos genoux regardent vers l'extérieur. Rapprochez vos pieds le plus près possible de votre entrejambe. Pressez prudemment vos genoux vers le bas. Répétez plusieurs fois cet exercice, 15 fois si possible.



Toucher ses orteils (6)

Pilez le torse lentement vers l'avant et essayez de toucher vos pieds avec vos mains. Essayez de descendre le plus bas possible vers vos orteils et répétez cet exercice 15 fois.



Exercices pour les tendons des genoux (7)

Asseyez-vous sur le sol et étirez votre jambe droite, Pilez votre jambe gauche et déposez votre pied sur votre cuisse droite. Essayez alors d'atteindre votre pied droit avec votre main droite. Répétez cet exercice 15 fois de suite. Puis changez de jambe.



Exercices pour les mollets/tendons d'achille (8)

Appuyez-vous au mur, bras tendus en faisant porter tout le poids de votre corps sur vos deux mains. Tendez alternativement la jambe gauche et la jambe droite vers l'arrière. Ceci permet d'étirer les muscles et les tendons de la jambe tendue. Répétez cet exercice 15 fois pour chaque jambe.



INFORMATION DE RIGUEUR SUR LE DECRET A PROPOS DES PILES

Les piles ne doivent pas aller avec vos déchets ménagers. Les utilisateurs doivent par loi recycler les piles usagées. Pour une correcte élimination des piles, vous pouvez trouver des récipients spécifiques dans les magasins spécialisés ainsi que dans les installations municipales de recyclage. C'est une contribution sérieuse à la protection de l'environnement. Depuis 1998, le décret sur les piles demande à tous les citoyens d'éliminer les piles seulement à travers ces magasins spécialisés ou installations de recyclage (obligation légale d'élimination). Les magasins spécialisés et les fabricants sont obligés d'accepter les piles usagées de retour et de les réutiliser en suivant le décret ou de les éliminer en tant que déchets dangereux (obligation légale de les accepter). Si vous désirez nous retourner vos piles usagées, vous pouvez nous les envoyer à notre adresse dans une enveloppe correctement timbrée.

Les piles qui doivent être étiquetées par loi sont fournies avec une des illustrations ci-dessous, c'est à dire une poubelle avec des roues barrée et le symbole chimique pour la catégorie de métaux lourds qui contiennent des polluants. Le symbole chimique (Cd, Hg ou Pb) sera montré sous l'illustration.

Le texte suivant peut se trouver sur les piles contenant des polluants:

Pb: La pile contient du plomb

Cd: La pile contient du cadmium

Hg: La pile contient du mercure



Powerpeak est une marque déposée de:

Van den Berg Products BV

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

Pays-Bas

www.vdbergproducts.com

CERTIFICAT DE GARANTIE

Le présent certificat de garantie couvre les frais de service de votre appareil pour une période de 24 mois à compter de la date d'achat, à condition que vous ayez utilisé l'appareil correctement, conformément aux instructions du mode d'emploi.

Les défauts survenus par suite d'une utilisation incompétente, d'endommagements ou de tentatives de réparations de tiers ne sont pas couverts par la garantie.

Les accessoires livrés avec l'appareil et autres pièces du produit qui s'usent normalement ne tombent pas sous la garantie. Si vous désirez les renouveler, veuillez les commander sur le site internet www.muppa.nl.

Cet appareil est uniquement destiné à l'usage domestique. Tout dommage et / ou toute panne causés par un usage professionnel sont exclus de la garantie.

Vous pouvez faire jouer la garantie dans les cas suivants:

- Si l'appareil est utilisé conformément au mode d'emploi;
- Si vous êtes en possession d'un bon d'achat valable ou que celui-ci a n'été pas modifié ou rendu illisible d'une manière ou d'une autre;
- Si le formulaire de service est clair et a été entièrement rempli;
- Si des réparations ont n'été pas effectuées par des ateliers de réparation non autorisés ou des personnes non habilitées à cet effet;
- Si le dommage n'est pas dû à une cause étrangère à l'appareil, comme par exemple un incendie, une inondation, un accident de transport, des décharges atmosphériques, un entretien insuffisant ou incorrect.

Au cas où, malgré notre contrôle de qualité soigneux, l'appareil ne fonctionnerait pas bien, vous pouvez faire appel à notre service après-vente. Dans ce cas, veuillez remplir clairement le formulaire de service prévu à cet effet et nous l'envoyer accompagné du ticket de caisse. Ce formulaire se trouve au bas du présent mode d'emploi.

Dans le but de vous éviter tout désagrément, nous vous conseillons de lire soigneusement le mode d'emploi avant de faire appel à nous.



FORMULAIRE DE SERVICE

Nous ne pouvons malheureusement pas donner suite aux formulaires de service imprécis ou partiellement remplis. Veuillez donc toujours remplir ce formulaire de la façon la plus claire et la plus complète possible!

Le produit:

Numéro d'article: FET8321P

Description de l'article: Powerpeak Elliptical Trainer Magnetic

Magasin d'achat:.....

Date d'achat: (indiquée sur le ticket de caisse):.....

Vos données:

Nom:.....

Adresse:.....

Code postal:.....

Localité:.....

Téléphone:.....

E-mail:.....

Description du problème:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Veuillez renvoyer ce formulaire avec le ticket de caisse à l'adresse suivante:

Van den Berg Products BV

Afdeling Service

IJzerwerf 10-12

NL-6641 TK Beuningen

Pays-Bas

ou l'envoyer par fax au numéro suivant: +31 24 - 345 44 29

Les accessoires et pièces du produit qui s'usent normalement ne tombent pas sous la garantie. Si vous désirez les renouveler, veuillez les commander sur le site internet www.muppa.nl.

ATTENTION : SI LE FORMULAIRE N'EST PAS ACCOMPAGNÉ DU TICKET DE CAISSE, VOTRE DEMANDE DE DÉPANNAGE NE SERA PAS PRISE EN COMPTE.

BEZPEČNOSTNÍ PŘEDPISY

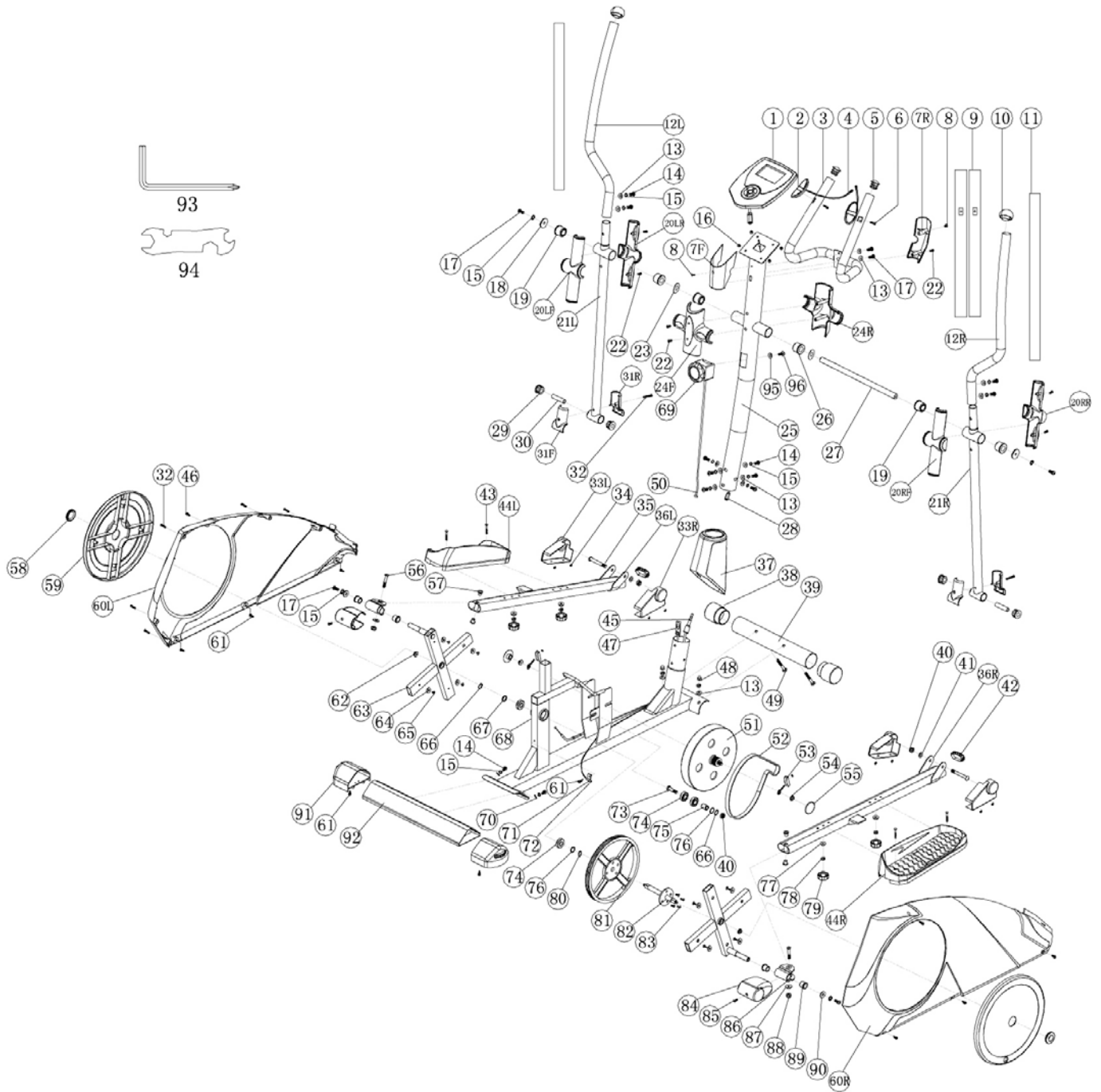
Upozornění:

Poradte se se svým lékařem než začnete s tréninkem. Častý a namáhavý tréninkový program musí být napřed odsouhlasen lékařem. Je to zvláště důležité pro lidi od 35 let výše, nebo pro ty, kteří mají nějaké fyzické problémy. Nejsme zodpovědní za zranění a tělesné stížnosti, které jsou výsledkem používání tohoto zařízení, což používáte na vlastní zodpovědnost.

Obecně

1. Přečtete si pozorně tento manuál před použitím tohoto přístroje. Uchovejte tento manuál pro budoucí použití.
2. Užívejte tento přístroj jen pro jeho ustanovené užití tak, jak je popsáno v tomto manuálu.
3. Tento přístroj není určen pro používání dětmi nebo osobami, které mají sníženou fyzickou nebo psychickou schopnost nebo mají nedostatek zkušeností a znalostí, s výjimkou kdy mají dohled nebo instrukce na správné použití od osoby zodpovědné za jejich bezpečnost. Opatrný dohled je vyžadován, je-li tento přístroj blízko dětí, zvířat nebo rostlin.
4. Udržujte děti a zvířata ve vzdálenosti od tohoto přístroje. Nadšení dětí někdy může vést k nesprávnému užití tohoto přístroje. V žádném případě by neměl být používán jako hračka.
5. Nedovolte dětem, aby si hrály s plastickým obalem, hrozí udušení.
6. Ujistěte se, že tento přístroj byl správně sestaven než bude užíván. Ujistěte se, že všechny šrouby a matky byly správně vloženy a utaženy. Používejte jen části, které jsou doporučeny Van den Berg Products a které byly doručeny s tímto přístrojem.
7. Kontrolujte pravidelně, zda přístroj není zničen. Nepoužívejte jej, je-li poničen nebo se rozbil.
8. Vždy používejte přístroj na rovné a čisté ploše. Nikdy neužívejte venku. Pokud je to nutné, můžete podložit gumovou podložku pod tento přístroj, aby se zmenšila možnost zničení podlahy.
9. Ujistěte se, že v těsném okolí přístroje nejsou žádné ostré nebo špičaté objekty. Udělejte volný prostor aspoň 0.5 metru okolo tohoto přístroje.
10. Vždy noste bezpečné a volné oblečení, když používáte fitness zařízení. Preferovaně noste sportovní obuv nebo obuv na aerobik.
11. V případě, že pocítíte slabost, nebo jiné nepohodlí, okamžitě přestaňte zařízení používat. Musíte také přestat, jestliže pocítíte bolest nebo tlak na klouby. Závrať je znamením, že jste cvičení přetáhli. Jestliže cítíte závrať, lehněte si na zem a nesnažte se vstát až do zmizení závratě.
12. Umístěte zařízení dále od ohně a horkých povrchů.
13. Než sestoupíte, zařízení by mělo být zcela zastavené.
14. Zajistěte, aby zařízení používala vždy jen jedna osoba.
15. Zařízení by mělo být vždy pod střechem.
16. Toto zařízení je určeno jen pro domácí potřebu, NE pro komerční využití.
17. Maximální přípustná váha na tomto zařízení je 150 kg.

PRODUKT



SEZNAM SOUČÁSTEK

Číslo.	Popis	Množství	Číslo.	Popis	Množství
1	Počítač	1	49	Vratový šroub	2
2	Podložky čidla pulsu	2	50	Horní tažný kabel	1
3	Řídítka	1	51	Setrvačnick	1
4	Ruční kabel tepu	2	52	Pás	1
5	Koncovka řídítka	2	53	Nastavení pásu	1
6	Samořezný šroub	2	54	Šroub Držadlová tyč	2
7	Kryt počítač	1	55	Kryt náprava	2
8	Šroub	2	56	Imbusový šroubek	2
9	Houba na řídítka	2	57	Vložka pouzdra	4
10	Koncový kryt rukojeti	2	58	Kryt klika	2
11	Houba na řídítka	2	59	Kulatý kryt	2
12	Pohyblivá rukojeť (L/R)	1/1	60	Velký kryt (L/R)	1/1
13	Zakřivená podložka	14	61	Šroub	8
14	Imbusový šroubek	10	62	Šroub	2
15	Pružná podložka	14	63	Kříž	2
16	Samořezný šroub	4	64	Plochá podložka	8
17	Imbusový šroubek	6	65	Samořezný šroub	8
18	Plochá podložka	2	66	Svorka tvaru C	2
19	Nylonová vložka pouzdra	4	67	Plochá podložka	2
20	Kryt pohyblivá rukojeť (L/R)	4	68	Hlavní rám	1
21	Trubková tyč s regulační rukojetí (L/R)	1/1	69	Kontrola tahu	1
22	Samořezný šroub	7	70	Plochá podložka	2
23	Zakřivená podložka	2	71	Snímač základna	1
24	Kryt držadlová tyč	2	72	Senzor	1
25	Držadlová tyč	1	73	Samořezný šroub	1
26	Nylonová vložka pouzdra	2	74	Ložiska	4
27	Osa rotace	1	75	Vložka pouzdra	1
28	Horní ruční kabel tepu	1	76	Plochá podložka	2
29	Vložka pouzdra	4	77	Plochá podložka pro pėdal	4
30	Náprava	2	78	Pružná podložka	4
31	Pohyblivá rukojeť spodního krytu	2	79	Knoflík	4
32	Samořezný šroub	7	80	Zakřivená podložka	1
33	Kryt nátrubek pėdálu (L/R)	1/1	81	Hnaný kotouč	1
34	Šroub	8	82	Kruhová kovová podložka	1
35	Imbusový šroubek	2	83	Imbusový šroubek	4
36	Nátrubek pėdálu (L/R)	1/1	84	Plastový kryt	2
37	Plastový kryt	1	85	Šroub	2
38	Kryt pėdní stabilizátor	2	86	Část ve tvaru M	2
39	Pėdní stabilizátor	1	87	Plochá podložka	2
40	Nylonová matice	3	88	Nylonová matice	2

41	Plochá podložka	2	89	Nylonová vložka pouzdra	4
42	Koncovka tyče pedálu	2	90	Plochá podložka	2
43	Vratový šroub	4	91	Kryt zadní stabilizátor	2
44	Pedál (L/R)	1/1	92	Zadní stabilizátor	1
45	Dolní ruční kabel tepu	1	93	Allenův klíč	2
46	Šroub	6	94	Vyvrtnutí	1
47	Spodní tažný kabel	1	95	Zakřivená podložka	1
48	Matka	2	96	Šroub	1

Upozornění

Některé výše uvedené součásti již byly namontovány do hlavního tělesa. Nejsou dodány samostatně!

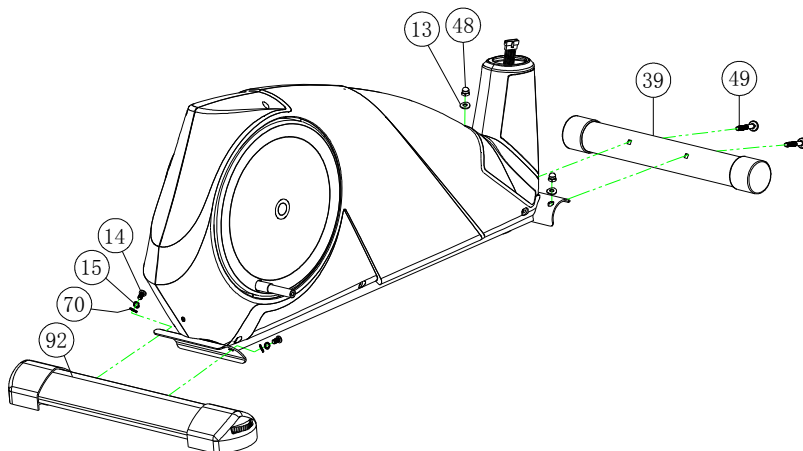
MONTÁŽ

Než začnete s montáží doporučujeme pozorně si prostudovat návodný obrázek a seznam dílů, abyste se dobře obeznámili se všemi součástmi zařízení. Položte všechny součásti na zem a odstraňte všechny obalové materiály.

Krok 1: montáž předního a zadního stabilizátoru

Připevněte přední stabilizátor (39) k hlavnímu rámu (68) s dvou zakřivená podložek (13) a dvou matice (48).

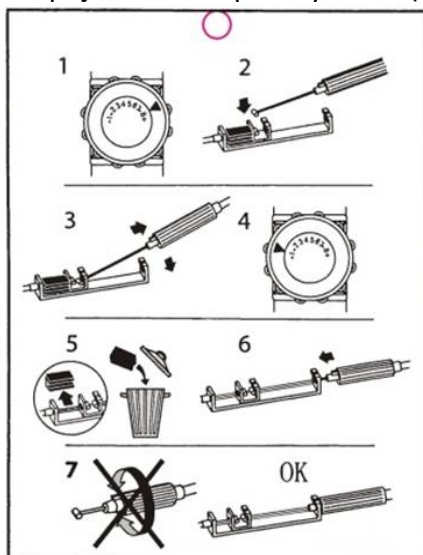
Vyjměte dvou imbusový šroubek (14), pružnou podložku (15) a plochou podložku (70) ze zadního stabilizátoru (92). Připevněte zadní stabilizátor (92) k hlavnímu rámu (68) s dvou imbusový šroubek (14), dvou pružná podložka (15) a dvou plochá podložka (70).



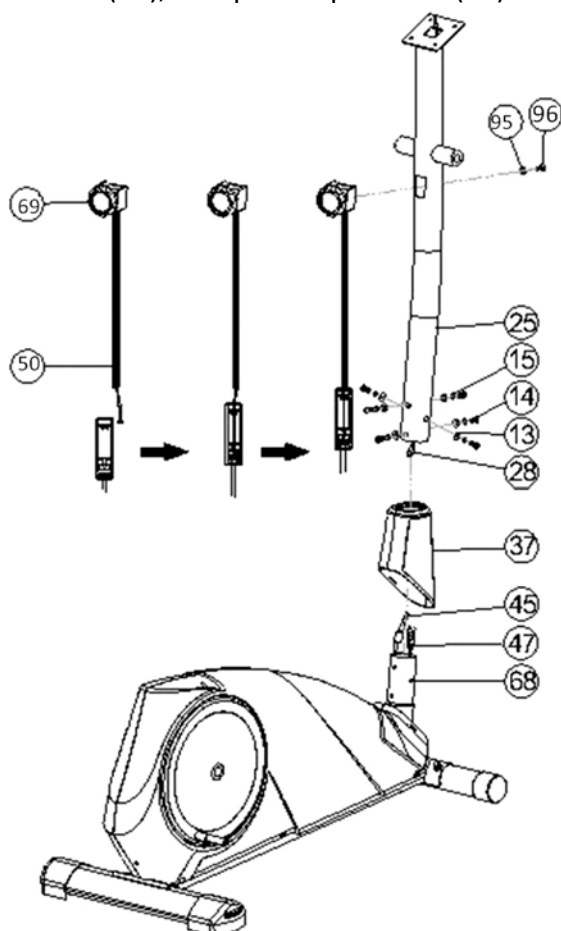
Krok 2: montáž sloupku rukojeti a připojení odporu a kabel ručního pulsu řídítka

Postavte řídítka (25) do svislé polohy. Umístěte plastový kryt (37) na spodní část tyče řídítek (25). Nechejte horní kabel ručního pulsu řídítka (28) svěšený ze sloupku rukojeti až do doby, kdy bude připojen.

Připojte vrchní kabel ručního pulsu řídítka (28) k spodnímu kabel ručního pulsu řídítka (45). Propojte horní odporový kabel (50) s dolním odporovým kabelem (47) (viz níže uvedený obrázek).



Dejte sloupek rukojeti (25) do hlavního rámu (68) a zajistěte sloupek rukojeti (25) s šest imbusový šroubek (14), šest pružná podložka (15) a šest zakřivená podložka (13).



Krok 3: připojení tyčí pohyblivých rukojetí, rukojetí a tyčí pedálů

Provlékněte rotační osu (27) skrze držadlo tyč. Pak nasuňte levou pohyblivou rukojeť (21L) na osu (27) a upevněte dvěma imbusovými šroubky (17), dvěma pružnými podložkami (15) a dvěma plochými podložkami (18).

Pravou pohyblivou rukojeť (21R) připojte stejným způsobem.

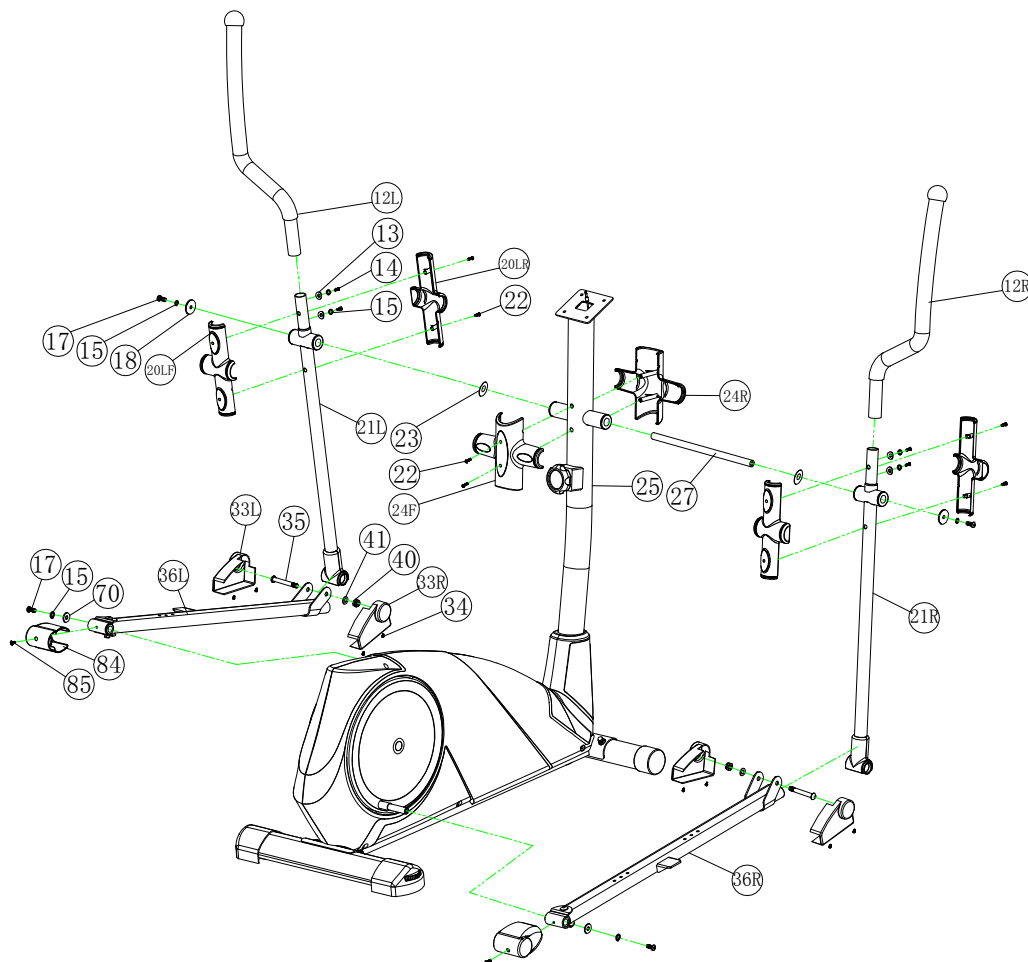
Připojte levou a pravou pohyblivou rukojeť (12L/R) k levé a pravé trubkové tyči (21L/R) pomocí čtyř zakřivená podložek (13), čtyř imbusových šroubů (14) a čtyř pružných podložek (15).

Připojte umělohmotný kryt (20L/R) k trubkové tyči (21L/R) pomocí samořezných šroubů (22).

Připojte umělohmotný kryt (24) k držadlové tyči (25) pomocí samořezných šroubů (22).

Připojte nátrubky pedálu (36L/R) k hřídeli pomocí imbusových šroubků (17), pružných podložek (15) a podložek (70). Připojte kryty (33L/R) k zadní části nátrubků (36L/R) pomocí šroubů (34).

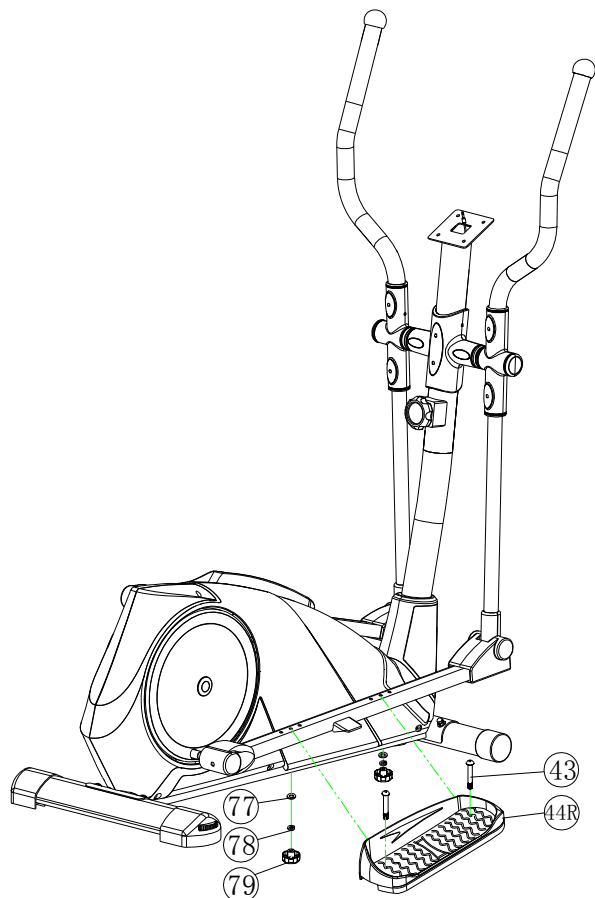
Připojte nátrubky pedálu (36L/R) k trubkové tyči (21L/R) pomocí imbusových šroubků (35), podložek (41) a nylonových matic (40). Připojte kryty (33L/R) k přední části nátrubků (36L/R) pomocí šroubů (34).



Krok 4: montáž pedálů

Připevněte levý pedál (44L) k levému nátrubku (36L) pomocí vratových šroubů (43), podložek (77), pružných podložek (78) a knoflíků (79).

Připevněte pravý pedál (44R) k pravému nátrubku (36R) pomocí vratových šroubů (43), podložek (77), pružných podložek (78) a knoflíků (79).



Krok 5: připojení řídicíků a počítače

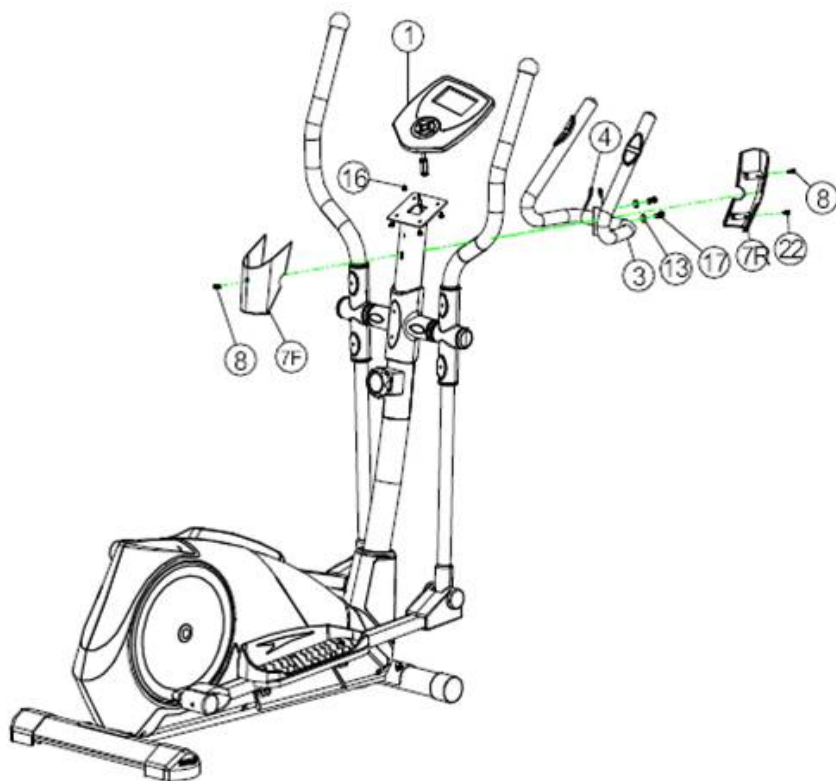
Připevněte řídicíka (3) pomocí dvou imbusových šroubů (17) a dvou zakřivených podložek (13).

Vyjměte čtyři šrouby (16) ze zadní části počítače (1).

Připojte kabely pro měření tepu (4) s počítačem (1).

Připevněte počítač (1) k podložce na řídicích pomocí čtyř šroubů (16).

Připevněte kryt (7) pomocí šroubů (8) a samořezný šroubů (22).



Krok 6

Zkontrolujte, zda bylo zařízení správně smontováno a pevně dotáhněte šrouby a matice.

ÚDRŽBA A POUŽITÍ

- Tento přístroj vyžaduje pravidelnou kontrolu v rámci prevence fyzického úrazu. Toto znamená, že šrouby a matice by měly být pravidelně kontrolovány, zda nemají praskliny nebo ostré hrany atd.
- Vadné součástky musí být okamžitě nahrazeny. Pokud to není možné, přístroj nesmí být používán, dokud nebudou provedeny potřebné opravy.
- Čistěte pouze vlhkým hadříkem, nepoužívejte čisticí prostředky.
- Tento výrobek je určen pro použití v čistém, suchém prostředí. Vyvarujte se skladování v extrémně chladném nebo vlhkém místě, což by mohlo vést ke korozi a dalším problémům.

POUŽITÍ POČÍTAČE



Zapněte počítač

Pro spuštění počítače stiskněte tlačítko nebo zapohybujte pedály. Jakmile je LCD displej zapnut, zazní zvukový signál.

Poznámka: pokud počítač nedostane signál víc než 4 minuty, bude automaticky uveden do spánkového režimu.

Tlačítka

RECOVERY: měří se Váš stav.

BODY FAT: měří se Vaše procento tělesného tuku.

UP: tímto tlačítkem můžete nastavovat hodnotu funkcí GENDER (pohlaví), AGE (věk), HEIGHT (výška), WEIGHT (hmotnost), TIME (čas), DISTANCE (vzdálenost), CALORIES (kalorie) a PULSE (srdeční rytmus).

DOWN: touto klávesou můžete nastavovat hodnotu funkcí GENDER (pohlaví), AGE (věk), HEIGHT (výška), WEIGHT (hmotnost), TIME (čas), DISTANCE (vzdálenost), CALORIES (kalorie) a PULSE (srdeční rytmus).

MODE: touto klávesou můžete:

1. potvrzovat vybrané hodnoty
2. procházet všechny hodnoty
3. podržením tohoto tlačítka na 2 sekundy vrátit hodnoty na '0'

Specifikace

TIME (ČAS): 0:00 – 99:00 minut

DISTANCE (VZDÁLENOST): 0,0 – 99,5 km

CALORIES (KALORIE): 0 – 990 Kcal

PULSE (SRDEČNÍ RYTMUS): 0 – 240 srdečních úderů za minut

REVOLUTIONS PER MINUTE (R.P.M.) (OTÁČKY ZA MINUTU): 0 – 250 otáčky

AGE (VĚK): 10 – 99 let

GENDER (POHLAVÍ) : muž/žena

WEIGHT (HMOTNOST): 10 – 150 kg

HEIGHT (VÝŠKA): 90 – 210 cm

BODY FAT (TĚLESNÝ TUK): 0% - 50%

RECOVERY (OBNOVENÍ): F1 – F6

Nastavit hodnoty

Hodnoty TIME (čas), DISTANCE (vzdálenost), CALORIES (kalorie) a PULSE (srdeční rytmus) lze nastavovat následovně:

TIME (čas):

Až vyberete hodnotu TIME (ČAS), rozbliká se.
Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



DISTANCE (vzdálenost):

Až vyberete hodnotu DISTANCE (VZDÁLENOST), rozbliká se.
Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



CALORIES (kalorie):

Až vyberete hodnotu CALORIES (KALORIE), rozbliká se.
Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



PULSE (srdeční rytmus):

Až vyberete hodnotu PULSE (SRDEČNÍ RYTMUS), rozbliká se.
Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



Test tělesného tuku

Stiskem tlačítka BODY FAT (TĚLESNÝ TUK) můžete měřit svůj tělesný tuk. Hodnoty AGE (VĚK), WEIGHT (HMOTNOST), HEIGHT (VÝŠKA) a GENDER (POHLAVÍ) by měly být nastaveny následovně:

AGE (věk):

Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



WEIGHT (hmotnost):

Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



HEIGHT (výška):

Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



GENDER (pohlaví):

Ji můžete upravit pomocí tlačítek UP a DOWN.
Potvrďte stisknutím tlačítka MODE.



Jsou-li všechny hodnoty nastaveny, pak vyberte BODY FAT TEST (TEST TĚLESNÉHO TUKU). Bude změřeno procento tělesného tuku.

Poznámka: není-li žádná hodnota, pak procento tělesného tuku nelze změřit. V tom případě se na displeji zobrazí chybová zpráva.



Procento tělesného tuku	Popis
Méně než 10%	Podváha
10 – 20%	Ideální
20 – 30%	Průměr
30 - 40%	Určitá obezita
40 – 50%	Nadměrná obezita

Test regenerace

Chcete-li změřit svou tělesnou kondici, dejte své ruce na ruční tepové senzory a stiskněte tlačítko RECOVERY (REGENERACE). Všechny funkce až na funkci TIME (ČAS) se zastaví. Začne odečítání času dolů do 0:00. Po dosažení 0:00 se zobrazí kondice jako F1 - F6.

Poznámka: není-li žádná hodnota, pak kondici nelze změřit. V tom případě se na displeji zobrazí chybová zpráva.



Výsledek	Popis
F1	Výborný
F2	Velmi dobrý
F3	Dobrý
F4	Dostatečný
F5	Slabý
F6	Velmi slabý

DŮLEŽITÉ SDĚLENÍ O TRÉNINKU

- Než začnete trénink, poradte se se svým lékařem. Zeptejte se, jaký trénink je pro vás vhodný. Nesprávný nebo náročný trénink může způsobit poruchy zdraví.
- Vyvarujte se přehnaného trénování. Netrénujte, když jste unavení nebo se necítíte dobře. Pokud nejste zvyklí na fyzickou aktivitu, začněte na začátku trénovat pomaleji.
- V případě, že cítíte mdloby nebo jiné fyzické potíže, přestaňte přístroj užívat.
- Dávejte pozor na dýchání během trénování.
- Na ochranu před úrazy, začněte se zahřívacím cvičením a cvičení ukončete ochlazovací fází. Užívejte cvičení popsané v manuálu.
- Ujistěte se, že během tréninku máte dost tekutin. Mějte na mysli, že doporučená hodnota 2 litry denně se může zvýšit během tréninku.
- Užívejte tento přístroj jenom ve sportovním oblečení a vhodných botách, které jsou vybaveny neklouzavou podešví. Vyvarujte se širokých oděvů, které by se mohly zachytit v pohybujičích se částech tohoto výrobku.

NABĚHNUTÍ/NAPÍNÁNÍ/VYCHLADNUTÍ

Úspěšné tréninkové kolo začíná rozehřívacími cvičeními a končí cvičeními pro vychladnutí a relaxaci. Tato rozehřívací cvičení připravují Vaše tělo na zátěž, která na něj poté bude kladena. Cvičení pro období vychladnutí/relaxace po tréninkovém kole zajišťují, abyste nezaznamenali žádné problémy se svaly. V následujícím naleznete pokyny pro strečinková cvičení pro rozehřátí a vychladnutí. Dbejte prosím na následující body:

- Po dobu asi 5 až 10 minut si pečlivě zahřívejte každou svalovou skupinu, kterou budete při svém tréninkovém kole používat. Strečinková cvičení jsou prováděna správně tehdy, jestliže při nich cítíte příjemné napětí v příslušném procvičovaném svalu.
- Rychlost nehraje při strečinkových cvičeních roli. Rychlým a trhavým pohybům je třeba zamezit.

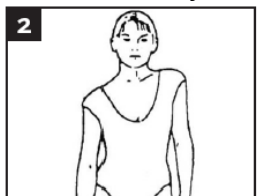
Krční cvičení (1)

Sklňte svou hlavu doprava a pociťujte napětí ve svém krku. Půlkruhovým pohybem pomalu skloňte svou hlavu na hrudník a poté ji nakloňte doleva. Opět ucítíte příjemné napětí ve svém krku. Toto cvičení můžete několikrát opakovat.



Cvičení pro oblast ramen (2)

Střídavě zvedejte levé a pravé rameno nebo zvedejte obě ramena současně.



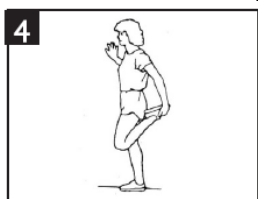
Strečinková cvičení paží (3)

Natahujte střídavě levou a pravou paži směrem ke stropu. Pociťujte napětí v levé a pravé straně svého těla. Toto cvičení několikrát opakujte.



Cvičení pro horní část stehen (4)

Opřete se rukou o stěnu a poté sáhněte směrem dozadu a zdvihněte svou pravou nebo levou nohu co nejblíže k zadku jak jen to bude možné. Pociťujte příjemné napětí v horní přední části svého stehna. Bude-li to možné, vydržte v této poloze 30 sekund a toto cvičení zopakujte dvakrát pro každou nohu.



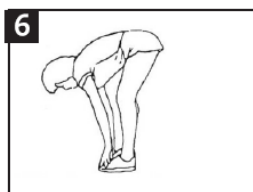
Vnitřní část horních stehen (5)

Sedněte si na podlahu a dejte nohy tak, aby vaše kolena směřovala směrem ven. Svá chodidla přitáhněte co nejblíže k rozkroku. Nyní svá chodidla opatrně stlačte směrem dolů. Bude-li možno, vydržte v této poloze po dobu 30-40 sekund.



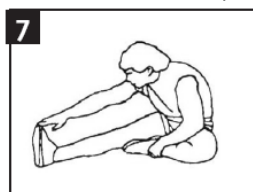
Dotýkejte se svých prstů na nohou (6)

Pomalu skloňte svůj trup směrem dolů a zkuste se rukama dotknout svých chodidel. Skloňte se co nejnižší ke svým prstům na nohou. Bude-li možno, vydržte v této poloze 20-30 sekund.



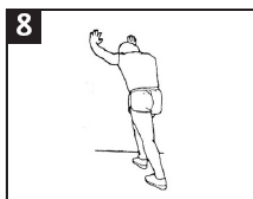
Cvičení pro kolena (7)

Sedněte si na podlahu a natáhněte svou pravou nohu. Ohněte svou levou nohu a její chodidlo dejte na horní část svého pravého stehna. Nyní se pokuste dosáhnout svou pravou rukou na své pravé chodidlo. Bude-li to možné, vydržte v této poloze 20-30 sekund.



Cvičení pro Achillovu šlachu lýtek (8)

Dejte obě své ruce na stěnu a opřete se celým tělem. Pak střídavě pohybujte svou levou a pravou rukou směrem dozadu. Tím napínáte zadní část své nohy. Bude-li to možné, vydržte v této poloze po dobu 30-40 sekund.



POVINNÉ INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE VYHLÁŠKY O BATERIÍCH

Baterie nepatří do odpadu domácnost. Uživatelé jsou zákonem povinni vrátit použité baterie. Ke správnému odpadu baterií můžete najít určené odpadové kontejnery ve specializovaných obchodech stejně jako v městských sběrných střediscích.

Toto je přínos k ochraně životního prostředí. Od roku 1998 vyhláška o bateriích vyžaduje od všech občanů, aby správně naložili s použitými bateriemi jen skrz specializované obchody a sběrná střediska. Specializované obchody a výrobci jsou povinni přijmout použité vrácené baterie a znovu je užít podle vyhlášky nebo je vyhodit jako nebezpečný odpad. Pokud si přejete použité baterie vrátit, můžete je poslat na naši adresu ve správně označované obálce

Baterie, které musejí být ze zákona označovány nesou některou z níže uvedených ilustrací, kterou je buďto přeškrtnutá popelnice na kolečkách a chemický symbol klasifikace znečišťujících látek - obsahuje těžké kovy. Chemický symbol (Cd, Hg nebo Pb) bude vyobrazen pod obrázkem.

Následující text může být nalezen na bateriích obsahující znečišťující látky:

Pb: Baterie obsahují olovo

Cd: Baterie obsahují kadmium

Hg: Baterie obsahují rtuť



Powerpeak je registrovaná značka:

Van den Berg Products BV

IJzerwerf 10-12

6641 TK Beuningen

Nizozemí

www.vdbergproducts.com

ZÁRUKA

Tato záruka pokrývá váš výrobek po dobu 24 měsíců od data nákupu, a platí pro opravu a výměnu dílů pod podmínkou, že jste přístroj používali správně a jak je popsáno v uživatelské příručce. Tato záruka nevylučuje národní legislativu týkající se záručních podmínek, která může platit v zemi nákupu.

Pokud reklamujete podle této záruky, musíte předložit originál faktury nebo příjmového dokladu, který jasně uvádí datum nákupu, jméno prodejce a popis a modelové číslo spotřebiče. Doporučujeme uchovávat tyto dokumenty na bezpečném místě.

Toto zařízení je konstruováno pouze pro domácí použití. Poškození a/nebo závady způsobené průmyslovým nebo komerčním použitím nejsou kryty zárukou.

Záruka na tento spotřebič vyprší, pokud:

- Originál faktury nebo příjmového dokladu byl jakkoli změněn nebo je nečitelný;
- Modelové nebo sériové číslo výrobku bylo změněno, odstraněno, smazáno nebo učiněno nečitelným;
- Byly provedeny opravy neautorizovaným servisem nebo neautorizovanými osobami;
- Poškození je následkem vnějších vlivů, jako požár, záplava, poškození při přepravě, atmosférické výboje, nedostatečná nebo nesprávná údržba.

V málo pravděpodobném případě, že váš spotřebič nefunguje správně nebo vykazuje jakýkoli defekt, kontaktujte prosím svého prodejce. V zájmu vyhnutí se nepříjemnostem doporučujeme přečíst si před tím uživatelskou příručku.