

Zoluko.

GEBRUIKERSHANDLEIDING STOELFIETS



SAA CE ROHS



INHOUDSOPGAVE

GEBRUIKERSHANDLEIDING	1
STOELFIETS	1
Inleiding	3
Introductie van de stoelfiets en het doel ervan	3
Overzicht van de voordelen en belangrijkste kenmerken	3
Productoverzicht	4
Veiligheidsinstructies	5
Installatie en montage	5
Instructies voor het bedieningspaneel en de afstandsbediening	6
Gebruiksaanwijzing	7
Overige instructies	7
Technische specificaties	8
Onderhoud en reiniging	8
Probleemoplossing	9
Garantie en aansprakelijkheid	9

Inleiding

Deze handleiding biedt essentiële veiligheidsinstructies voor de stoelfiets. Voordat je begint met het gebruik van het apparaat, raden we je ten zeerste aan om deze instructies zorgvuldig door te nemen en op te volgen om de veiligheid te waarborgen en optimaal te profiteren van jouw trainingservaring.

Introductie van de stoelfiets en het doel ervan

De stoelfiets is ontworpen om een effectieve en toegankelijke training te bieden door middel van trapbewegingen, ideaal voor zowel thuisgebruik als revalidatie. Het doel van de stoelfiets is om de beenspieren te versterken, de bloedsomloop te verbeteren en de algehele fitheid te bevorderen. Het apparaat biedt verschillende snelheidsniveaus en instellingen, zodat gebruikers de intensiteit van de training kunnen aanpassen aan hun persoonlijke doelen en behoeften.

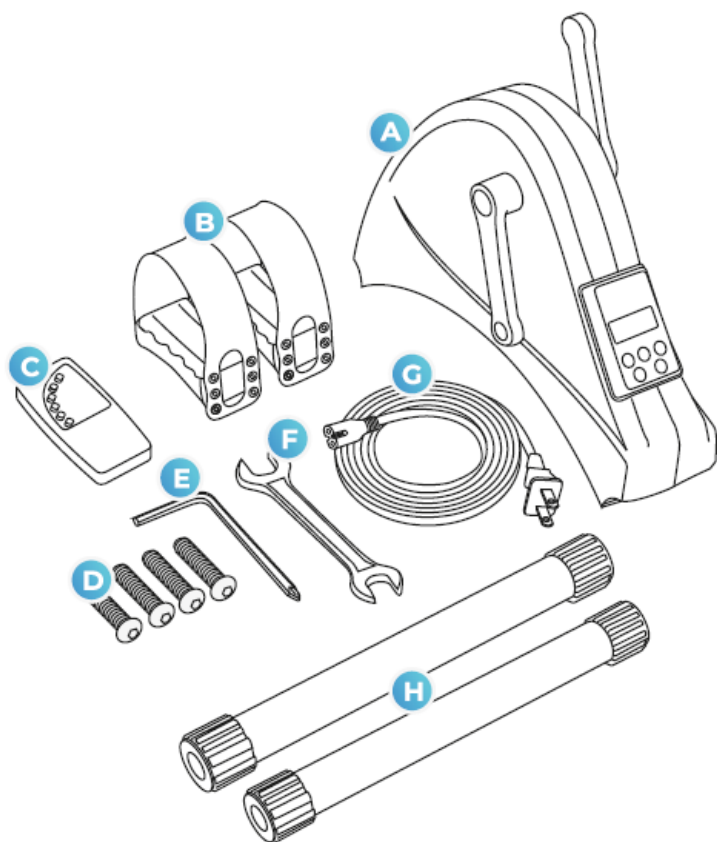
Overzicht van de voordelen en belangrijkste kenmerken

De stoelfiets biedt diverse voordelen en belangrijke kenmerken die zowel de effectiviteit als het gebruiksgemak vergroten:

- **Spierversterking en uithoudingsvermogen:** Door de trapbewegingen worden de beenspieren effectief getraind, wat kan leiden tot verbeterde spierkracht en uithoudingsvermogen.
- **Verbeterde bloedsomloop:** Regelmatig gebruik van de stoelfiets kan helpen de bloedsomloop te stimuleren, wat bijdraagt aan een betere algehele gezondheid.
- **Instelbare snelheid:** De stoelfiets biedt verschillende snelheidsniveaus waarmee je de intensiteit van je training kunt aanpassen aan je persoonlijke fitnessniveau en doelen.
- **Compact en eenvoudig op te bergen:** De stoelfiets heeft een compact formaat, waardoor hij gemakkelijk in huis of op kantoor kan worden gebruikt en eenvoudig kan worden opgeborgen.
- **Gebruiksvriendelijk:** Dankzij de eenvoudige bediening en meegeleverde afstandsbediening kunnen gebruikers gemakkelijk de instellingen aanpassen zonder te stoppen met trappen.

Het is belangrijk om deze handleiding te volgen om veilig gebruik te garanderen en optimaal te profiteren van de voordelen van de stoelfiets.

Productoverzicht



Onderdelenlijst

A	Hoofdeenheid	1
B	Pedalen	2
C	Afstandsbediening	1
D	Schroeven	4
E	Schroevendraaier/Inbussleutel	1
F	Moersleutel	1
G	Stroomkabel	1
H	Stabilisatievoeten	2

Veiligheidsinstructies

De veiligheid van onze gebruikers staat voorop. Lees daarom zorgvuldig de onderstaande veiligheidsinstructies door voordat je de stoelfiets gebruikt om letsel en schade te voorkomen.

- **Aanbevolen gebruiksduur:** Gebruik de stoelfiets niet langer dan 30 minuten per keer.
- **Medisch advies:** Raadpleeg een arts voordat je de stoelfiets gebruikt, vooral als je last hebt van gewrichtsproblemen, hypertensie, bronchitis, hartproblemen, huidaandoeningen, diabetes, zwangerschap, obesitas, ooraandoeningen, botzwakte, osteoporose, maagklachten, of een pacemaker, of als je andere gezondheidsproblemen hebt.
- **Gebruik alleen thuis:** Dit product is bedoeld voor gebruik in huiselijke omgeving en mag niet op vochtige plekken worden opgeslagen.
- **Kinderen en huisdieren:** Houd het apparaat buiten het bereik van kinderen en huisdieren. Dit apparaat is geen speelgoed.
- **Veilige bediening:** Zorg ervoor dat je de functies van de stoelfiets begrijpt en correct bedient om storingen of letsel te voorkomen.
- **Kleding en sieraden:** Draag geen losse of wijde kleding of sieraden die vast kunnen komen te zitten in de bewegende delen van de machine.
- **Fysieke klachten:** Als je tijdens het gebruik pijn ervaart of duizelig wordt, stop dan onmiddellijk, rust uit en raadpleeg een arts indien nodig.
- **Niet nat gebruiken:** Raak het apparaat nooit aan met natte handen om elektrische schokken of schade te voorkomen.
- **Maximaal één gebruiker:** De stoelfiets is ontworpen voor gebruik door één persoon tegelijk.
- **Stabiel gebruik:** Zorg ervoor dat het apparaat op een vlakke ondergrond staat en plaats geen gewicht aan één kant om kantelen te voorkomen.

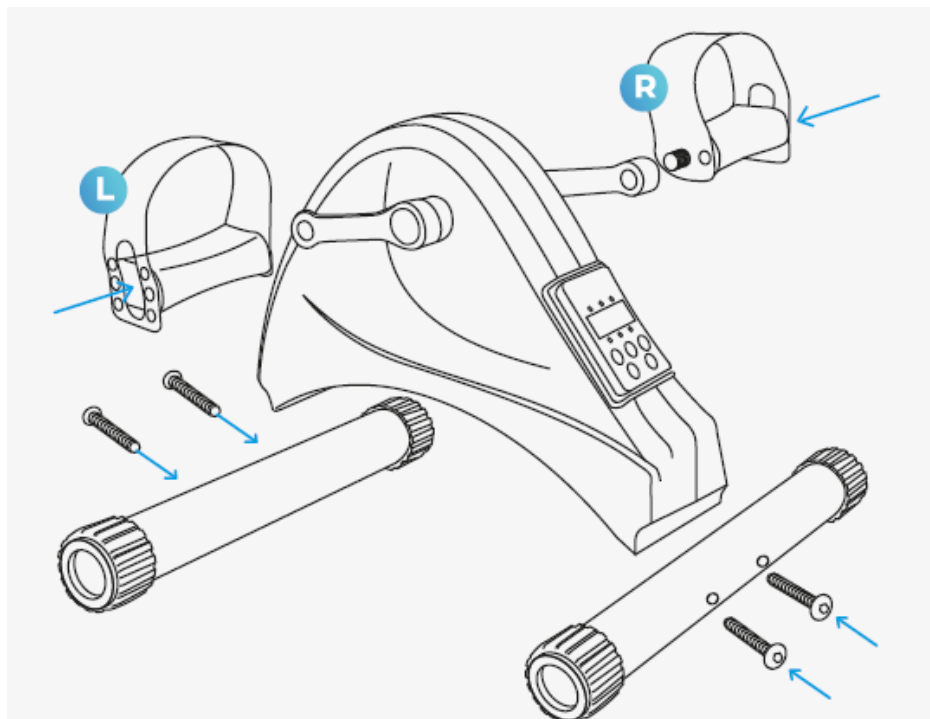
Volg deze instructies nauwkeurig op om veilig gebruik te garanderen en optimaal te profiteren van de voordelen van de stoelfiets.

Installatie en montage

Bij de installatie en montage van de stoelfiets is het belangrijk om de volgende gedetailleerde instructies te volgen. Hierin wordt verduidelijkt welke onderdelen bij de stoelfiets worden geleverd en hoe deze correct moeten worden geassembleerd.

Controleer de inhoud van de verpakking en zorg ervoor dat alle benodigde onderdelen aanwezig zijn.

Montage-instructies: Volg stap voor stap de montage-instructies in de handleiding. Zorg ervoor dat je de instructies nauwkeurig opvolgt om een stevige en veilige installatie te garanderen.



De montage van de stoelfiets is eenvoudig en neemt slechts twee minuten in beslag:

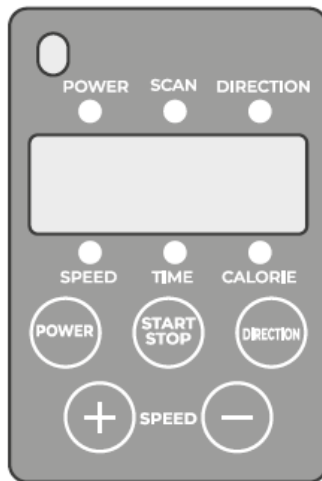
1. Bevestig de stabilisatievoeten (H) zoals weergegeven in de afbeelding. Gebruik de meegeleverde schroevendraaier om de bouten stevig vast te draaien.
2. Bevestig het rechterpedaal (B) op de rechter crank en het linkerpedaal (B) op de linker crank. Gebruik de meegeleverde moersleutel om de pedalen vast te zetten. Draai het rechterpedaal met de klok mee en het linkerpedaal tegen de klok in.

Volg deze eenvoudige stappen om de stoelfiets veilig en stabiel te monteren.

Veiligheidscontrole: Voer na het voltooiën van de montage een veiligheidscontrole uit. Controleer of alle onderdelen stevig vastzitten en er geen losse of ontbrekende onderdelen zijn. Zorg ervoor dat de stoelplaat stabiel en veilig is voor gebruik.

Instructies voor het bedieningspaneel en de afstandsbediening

- **Indicatielampjes:** Weergeven de status van het vermogen, de richting, snelheid, afgelegde afstand, tijd en verbruikte calorieën.
- **POWER-knop:** Zet de stoelfiets aan of uit.
- **START/STOP-knop:** Start of stopt de beweging van de pedalen.
- **RICHTING-knop:** Verandert de traprichting van de pedalen.
- **SNELHEID +/- knoppen:** Pas de snelheid van de pedalen aan tijdens gebruik door de snelheid te verhogen of te verlagen.



Deze knoppen zorgen voor een eenvoudige en intuïtieve bediening van de stoelfiets, zodat je jouw training moeiteloos kunt aanpassen.

Gebruiksaanwijzingen

- Verbinden: Sluit het apparaat aan op een stopcontact.
- Wanneer het scherm 00:00 knippert, druk je op de **START-knop**.
- Het scherm toont vervolgens "-01-", en de stoelfiets begint te werken op snelheid niveau 1. Je kunt de snelheid aanpassen van niveau 1 tot 6 met de **SNELHEID-knoppen**.
- Druk op de **STOP-knop** om de stoelfiets te stoppen.
- De standaard werktijd is ingesteld op 30 minuten. Het apparaat stopt automatisch wanneer deze tijd is verstreken.
- Druk op de **RICHTING-knop** om de draairichting van de pedalen te veranderen.
- Tijdens gebruik worden achtereenvolgens de snelheid, afstand, tijd en verbruikte calorieën op het scherm weergegeven.

Overige instructies

De volgende stapsgewijze handleiding helpt je bij het juiste gebruik van de stoelfiets, inclusief bedieningselementen en instellingen. Daarnaast vind je informatie over de aanbevolen trainingsduur en intensiteit, lichaamshouding en techniek, evenals specifieke aanbevelingen voor bepaalde doelgroepen:

1. **Bedieningselementen:** Leer de bedieningselementen van de stoelplaats kennen. Dit omvat de aan/uit-knop, intensiteitsniveaus, trainingsprogramma's en eventuele andere functies.
2. **Instellingen:** Pas de instellingen van de stoelplaats aan volgens jouw voorkeur en fitnessniveau. Dit kan het selecteren van een specifiek trainingsprogramma, het aanpassen van de intensiteit of het instellen van de trainingsduur omvatten.
3. **Trainingsprogramma's en intensiteiten:** Ontdek de verschillende trainingsprogramma's en intensiteitsniveaus die beschikbaar zijn op de stoelplaats. Elk programma kan gericht zijn op

specifieke doelen, zoals spieropbouw, vetverbranding of algemene fitheid. Pas de instellingen aan op basis van jouw persoonlijke behoeften en doelstellingen.

4. **Aanbevolen trainingsduur, frequentie en intensiteit:** Volg de aanbevelingen in de handleiding met betrekking tot de aanbevolen trainingsduur, frequentie en intensiteit. Dit kan variëren afhankelijk van jouw fitnessniveau en doelen. Begin met kortere sessies en bouw geleidelijk aan op.
5. **Lichaamshouding en techniek:** Let op je lichaamshouding tijdens het gebruik van de stoelfiets. Houd de rug recht, knieën licht gebogen en verdeel je gewicht gelijkmatig over beide voeten. Vermijd overmatig leunen of het aannemen van onjuiste posities. Volg de juiste techniek en bewegingspatronen zoals beschreven in de handleiding.
6. **Specifieke doelgroepen:** Als je behoort tot een specifieke doelgroep, zoals beginners, ouderen of mensen met bepaalde gezondheidsproblemen, raden we aan om extra voorzichtigheid en overleg met een arts te betrachten.

Volg deze gebruiksinstructies nauwkeurig op om op een veilige en effectieve manier te trainen met de stoelfiets. Onthoud dat de resultaten kunnen variëren, en luister altijd naar jouw eigen lichaam. Bij twijfel of vragen, raadpleeg de handleiding of neem contact op met onze klantenservice voor verdere assistentie.

Technische specificaties

- **Nominale spanning:** 24V
- **Vermogen:** 80W
- **Bruto gewicht:** 4,8 kg
- **Netto gewicht:** 4,2 kg
- **Standaard werktijd:** 30 minuten
- **Maximaal draaggewicht:** 40 kg
- **Afmetingen verpakking:** 40,2 x 32 x 14,5 cm

Onderhoud en reiniging

Het onderhouden en reinigen van de stoelfiets is belangrijk voor de duurzaamheid en goede werking van het apparaat. Volg de onderstaande richtlijnen voor het schoonmaken, opbergen en eventuele periodieke controles of onderhoudsvereisten:

1. **Schoonmaken:** Reinig de stoelfiets regelmatig om stof, vuil en zweet te verwijderen. Gebruik een zachte, vochtige doek en een mild reinigingsmiddel om de oppervlakken schoon te maken. Vermijd het gebruik van agressieve chemicaliën of schurende materialen die de afwerking kunnen beschadigen.
2. **Elektrische veiligheid:** Schakel de stoelfiets altijd uit en haal de stekker uit het stopcontact voordat je begint met schoonmaken of onderhoud. Dit voorkomt het risico op elektrische schokken.
3. **Opbergen:** Wanneer de stoelfiets niet in gebruik is, berg deze dan op een veilige en droge plaats op. Zorg ervoor dat het apparaat beschermd is tegen stof, vocht en extreme temperaturen. Gebruik indien beschikbaar de originele verpakking om de stoelfiets veilig op te bergen.
4. **Periodieke controles:** Voer regelmatig visuele controles uit op de stoelfiets om eventuele schade, slijtage of losse onderdelen te identificeren. Controleer ook de kabels en stekkers op eventuele tekenen van beschadiging.

Door regelmatig onderhoud en reiniging uit te voeren, kun je de levensduur van de stoelfiets verlengen en optimale prestaties behouden. Volg de richtlijnen in de handleiding op en neem bij twijfel contact op met onze klantenservice voor verdere assistentie.

Probleemoplossing

In het geval van mogelijke problemen of storingen met de stoelfiets, kun je de onderstaande lijst met suggesties gebruiken om deze op te lossen. Daarnaast vind je contactgegevens voor technische ondersteuning of klantenservice, indien van toepassing:

1. **Probleemidentificatie:** Raadpleeg de handleiding om mogelijke problemen of storingen te identificeren die kunnen optreden met de stoelfiets. Dit kan onder andere onverwachte geluiden, problemen met de bedieningselementen of prestatieproblemen omvatten.
2. **Probleemoplossing:** Volg de aanbevolen stappen in de handleiding om de meest voorkomende problemen op te lossen. Dit kan het controleren van de voedingsaansluiting, het opnieuw instellen van het apparaat, het controleren van de instellingen of het uitvoeren van andere aanbevolen procedures omvatten.
3. **Contactgegevens klantenservice:** Deze kunnen worden gebruikt voor algemene vragen, productinformatie of andere niet-technische kwesties.

Zorg ervoor dat je de handleiding raadpleegt voor specifieke problemen, aanbevolen oplossingen en contactgegevens. Onze technische ondersteuning of klantenservice staat klaar om je te helpen bij het oplossen van problemen en het beantwoorden van jouw vragen.

Garantie en aansprakelijkheid

De garantie en aansprakelijkheid van de stoelfiets worden als volgt beschreven:

1. **Garantievoorwaarden en -periode:** De stoelfiets wordt geleverd met een garantieperiode van 1 jaar. Gedurende deze periode worden fabricagefouten en materiaaldefecten kosteloos gerepareerd of vervangen volgens de voorwaarden van de garantie.
2. **Garantiedekking:** De garantie dekt fabricagefouten en materiaaldefecten die optreden tijdens normaal gebruik van de stoelfiets. Raadpleeg de garantievoorwaarden in de handleiding voor specifieke details en uitzonderingen.
3. **Niet-gedekte garantiegevallen:** De garantie dekt geen schade of defecten veroorzaakt door onjuist gebruik, misbruik, ongevallen, wijzigingen of verwaarlozing van de stoelfiets. Schade als gevolg van onjuiste montage, ongeautoriseerde reparaties of gebruik van niet-originele onderdelen valt ook niet onder de garantie.
4. **Aansprakelijkheid:** De fabrikant of verkoper is alleen aansprakelijk voor directe schade veroorzaakt door een gebrek in het product, in overeenstemming met de toepasselijke wetgeving. Eventuele indirecte, incidentele of gevolgschade valt niet onder de aansprakelijkheid, tenzij wettelijk anders bepaald.

Vertel ons jouw ervaring

Wij wensen je veel sportplezier met jouw nieuwe Zoluko fitness product. Mochten er vragen zijn schroom dan niet om ons te bellen of mailen.

Productbeoordeling

Zouden wij een moment van jouw tijd mogen vragen? Het helpt ons enorm helpen als je jouw persoonlijke ervaring met ons deelt in de vorm van een review op Trustpilot. Je kunt hiervoor gewoon op het Trustpilot logo klikken om de review pagina te openen.



Klik op het logo voor een directe link naar de reviewpagina.

We zouden het erg op prijs stellen als je een eerlijke productreview wilt achterlaten, jouw productervaring is namelijk goud waard voor een klein bedrijf als dat van ons maar zeker ook voor andere klanten. Alvast bedankt!

Namens het volledige team wensen we je veel succes.

Met een sportieve groet,

Team Zoluko

Ontdek onze gratis e-boeken!

Bij Zoluko geloven we in het delen van kennis en het stimuleren van jouw gezondheids- en fitnessreis. Daarom bieden we onze gewaardeerde klanten gratis toegang tot onze uitgebreide e-boekenpagina!

Wat kun je verwachten?

- Een schat aan waardevolle informatie
- Specifieke sportoefeningen met producten uit het Zoluko assortiment
- Tips voor afvallen, fit blijven en spiermassa opbouwen

Benieuwd naar wat onze e-boeken te bieden hebben? Klik hieronder op het e-boek of scan de QR-code en krijg direct toegang tot deze waardevolle bron van kennis.

Jouw reis naar een gezondere en actievere levensstijl begint hier!

