

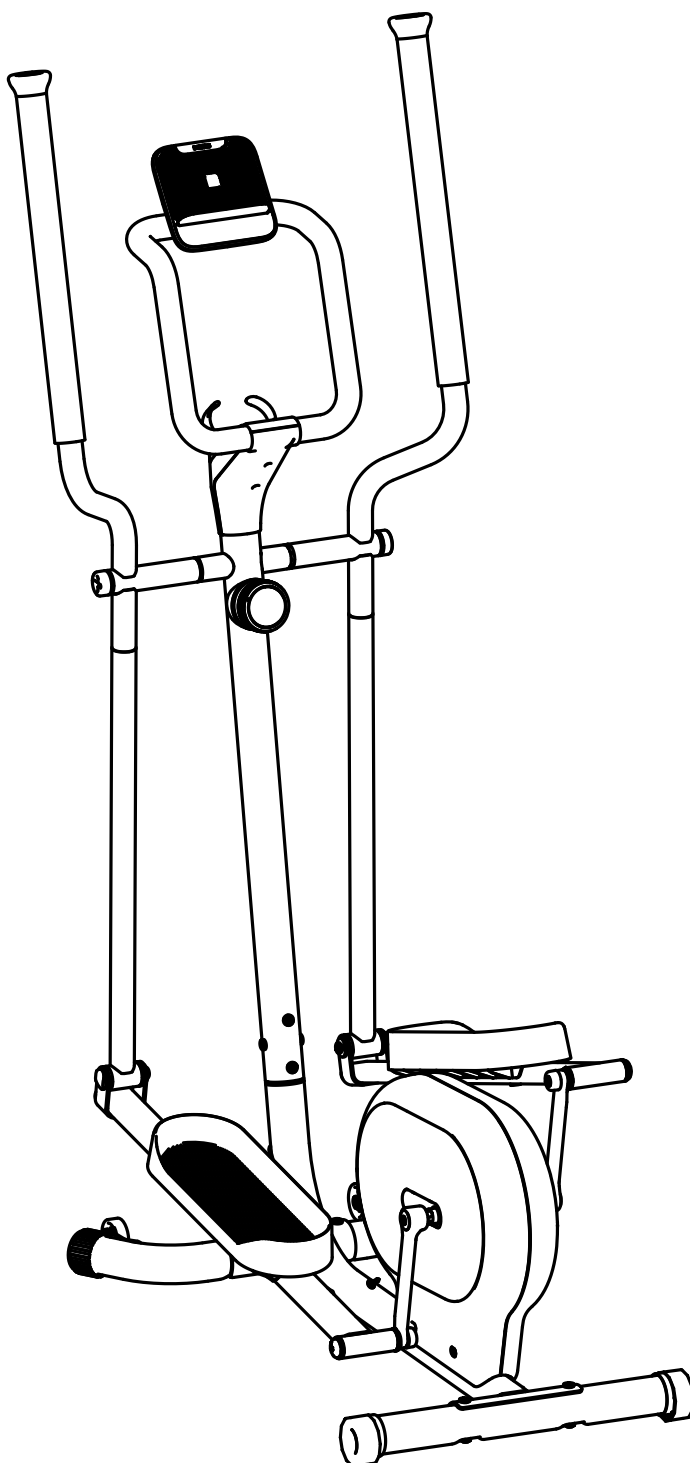
DOMYOS

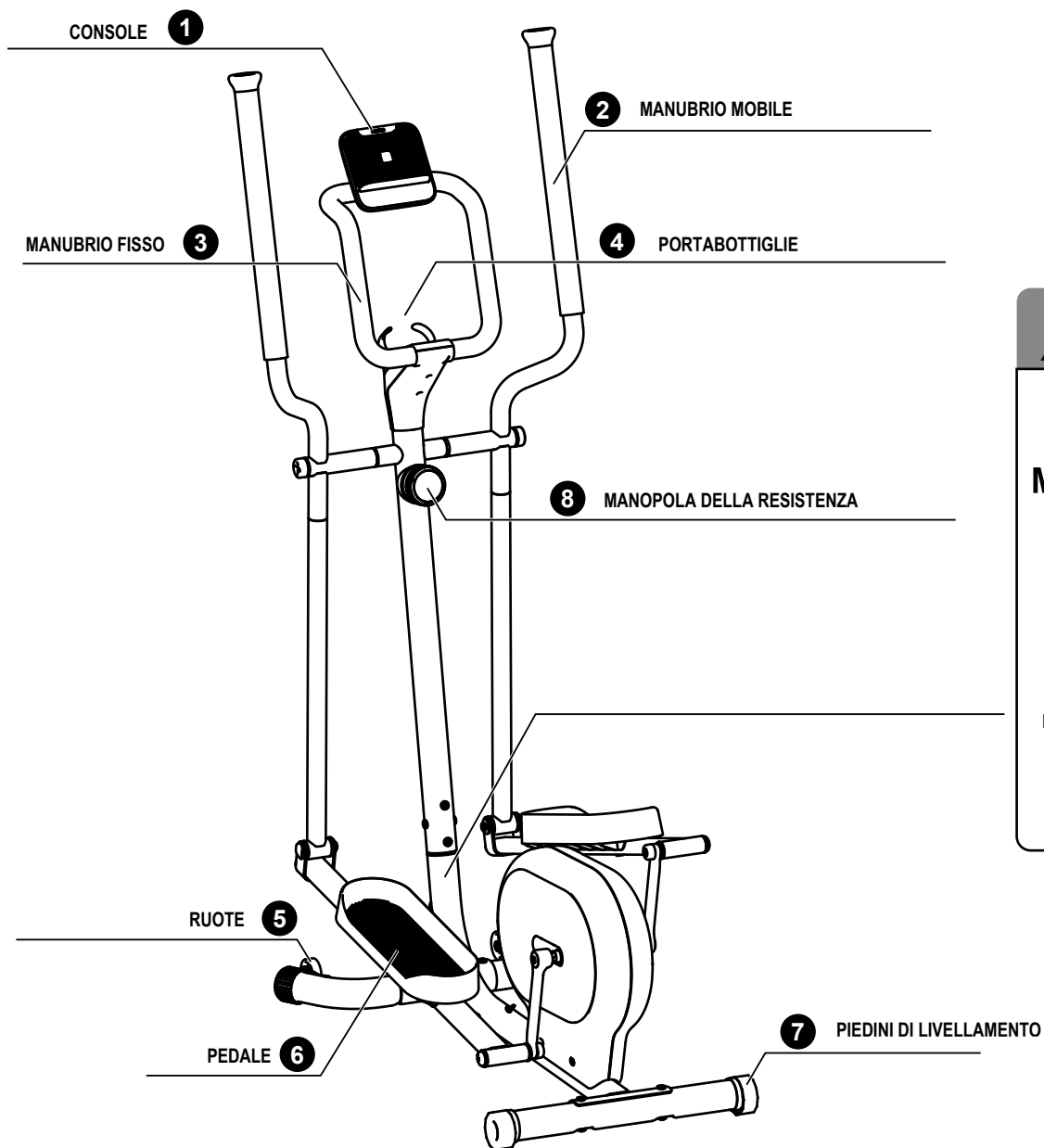
INITIAL EL 100

 69.4 lb
31.5 kg

 MAX 242.5 lb
MAXI 110 kg

 30 min





注意事项

WARNING



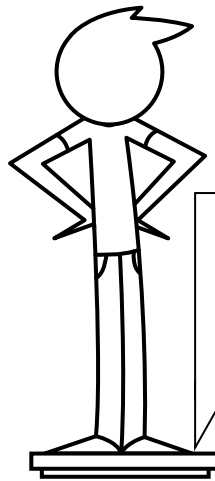
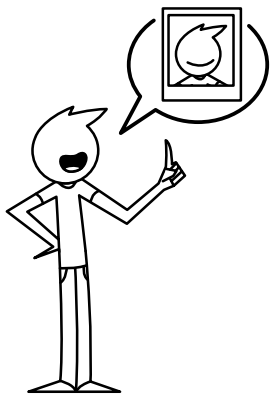
MAXI 最大承重量

110kg 242.5lbs



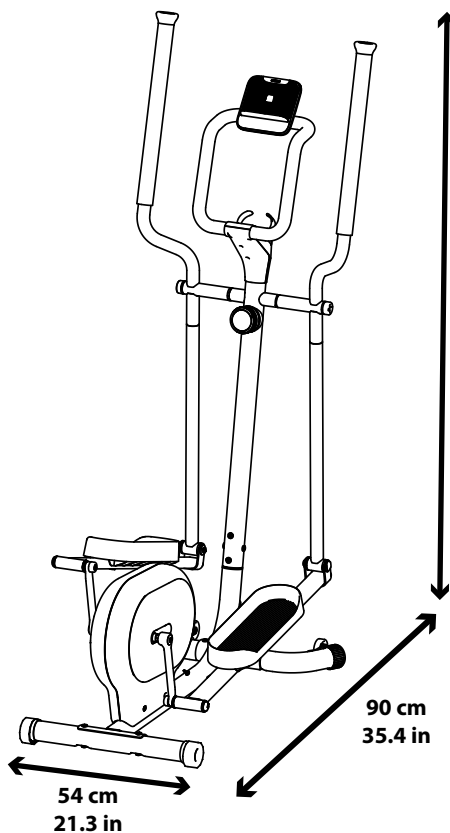
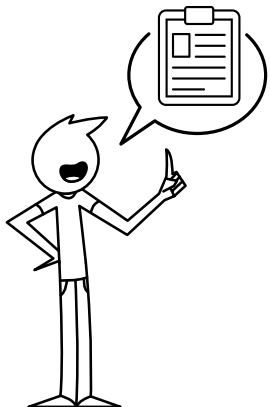
EN ISO 20957 HC
This stationary
training equipment
is not suitable for
high accuracy purposes

执行标准
GB 17498-2008, HC



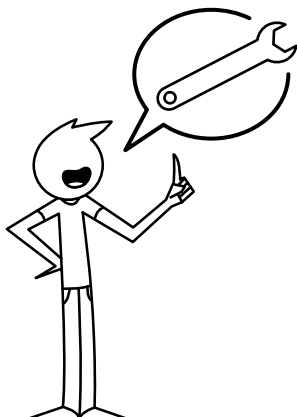
MAXI

**110 kg
242.5 lbs**

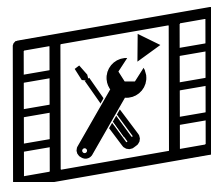


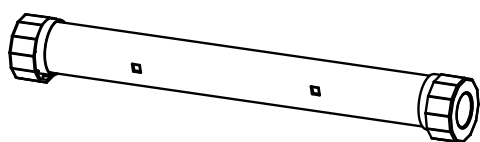
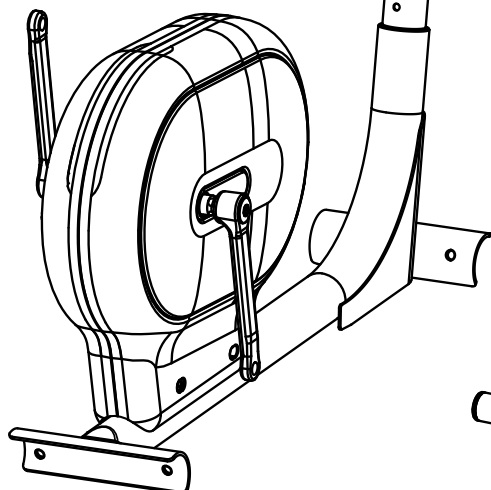
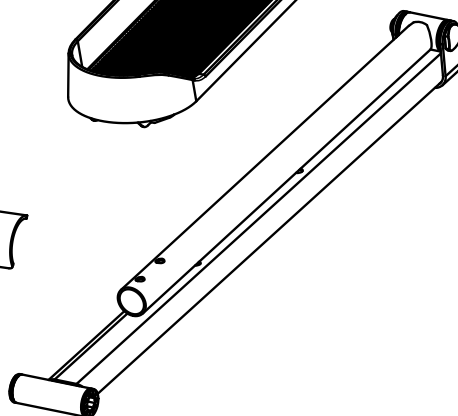
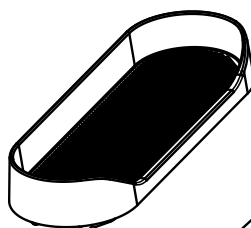
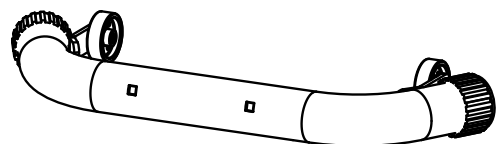
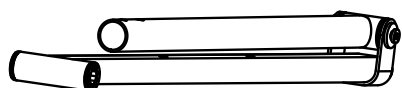
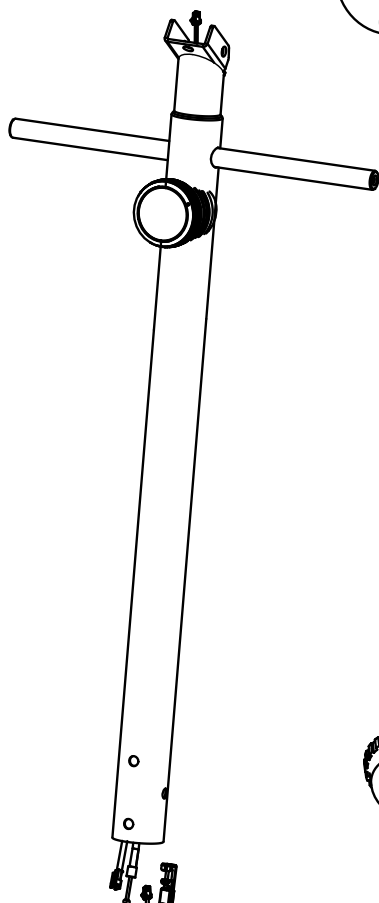
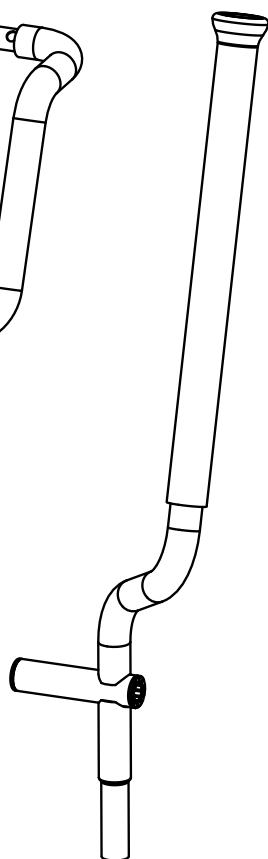
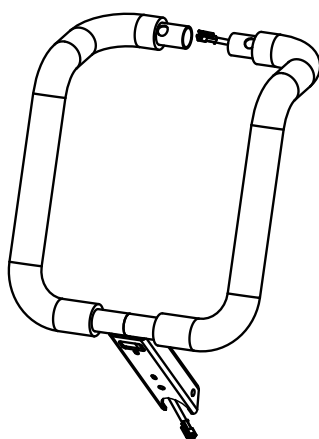
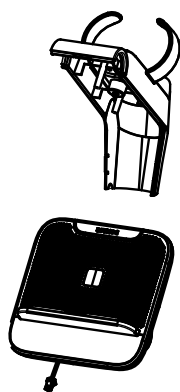
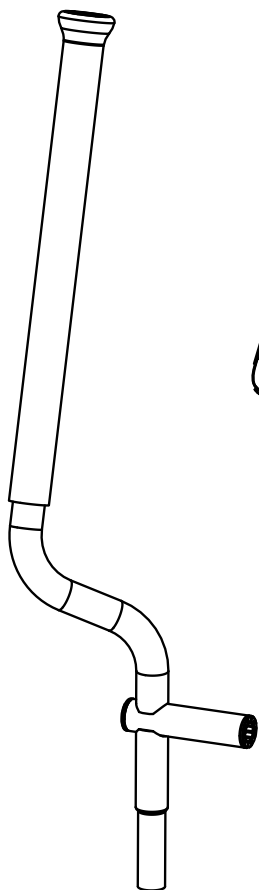
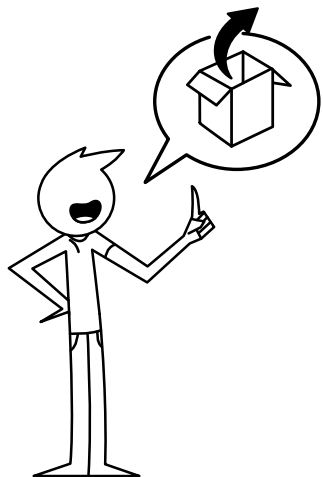
163 cm
64.2 in

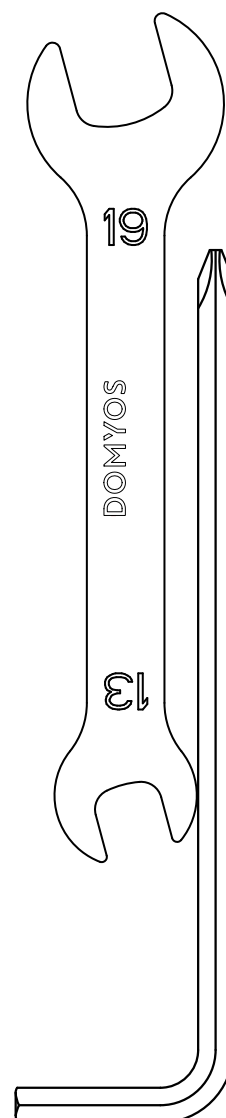
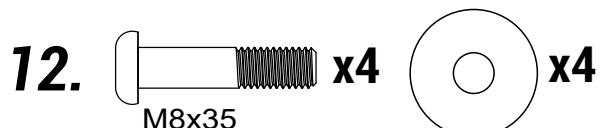
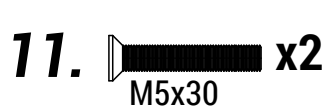
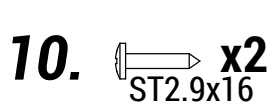
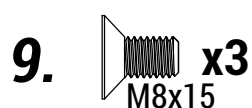
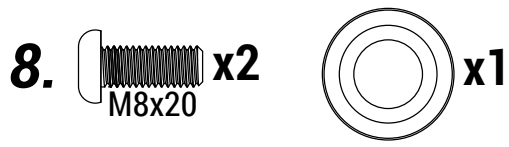
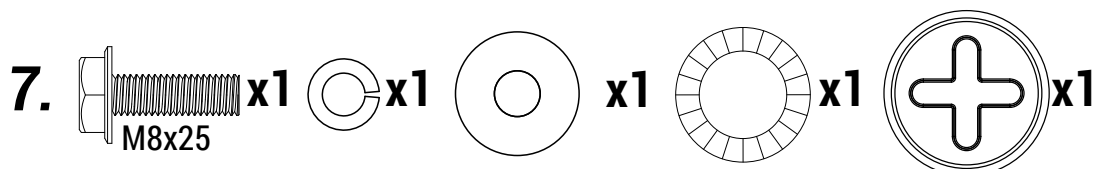
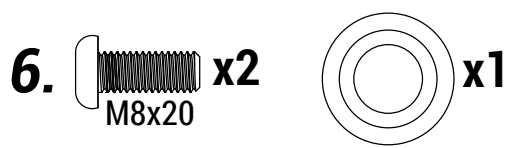
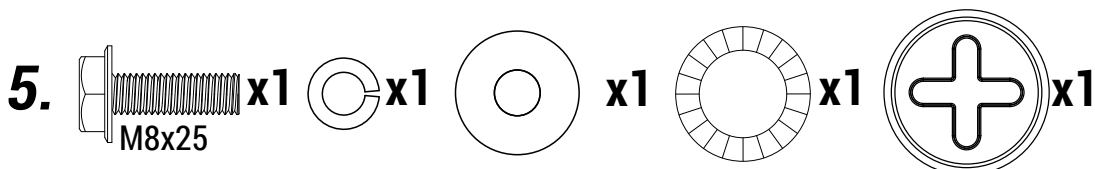
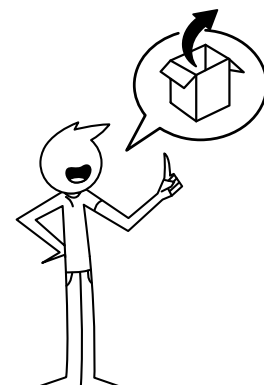
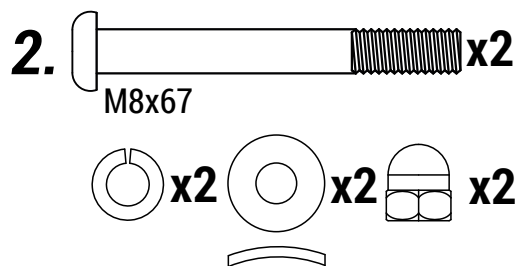
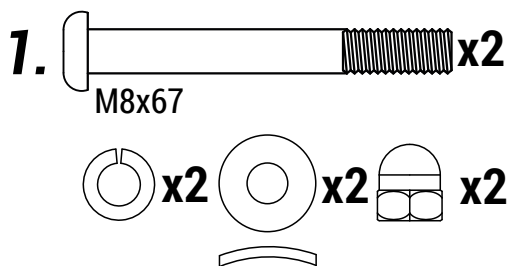

**31.5 KG
69.4 LBS**



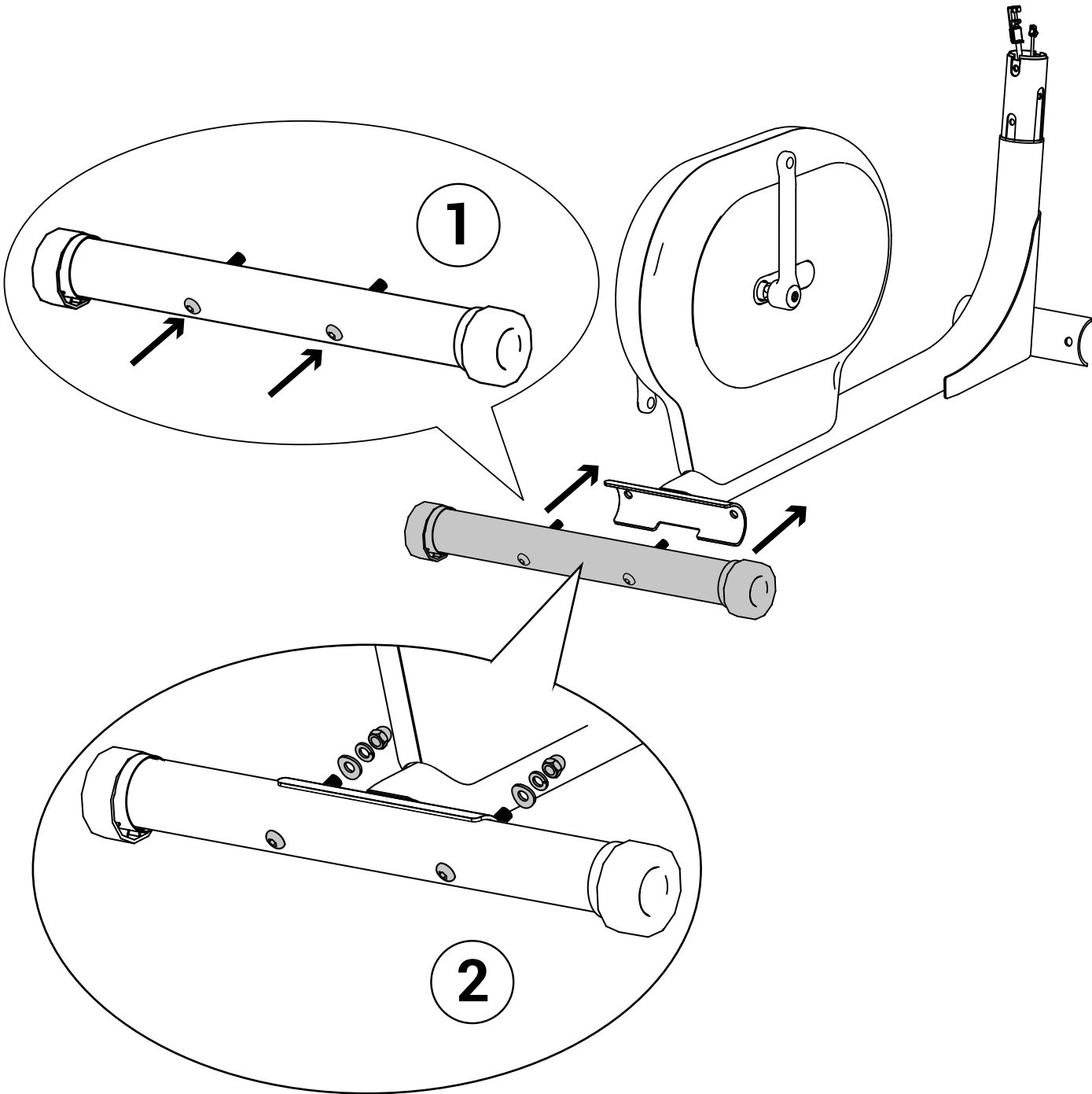
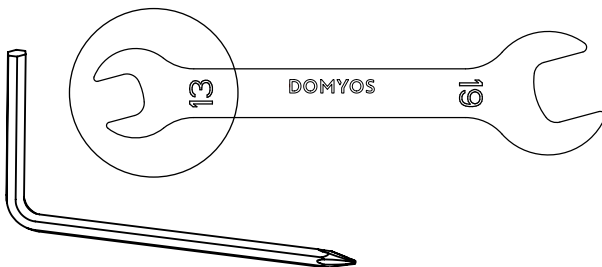
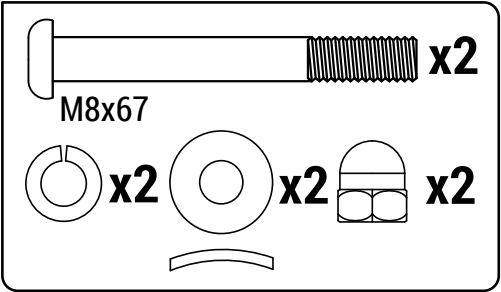
30 min



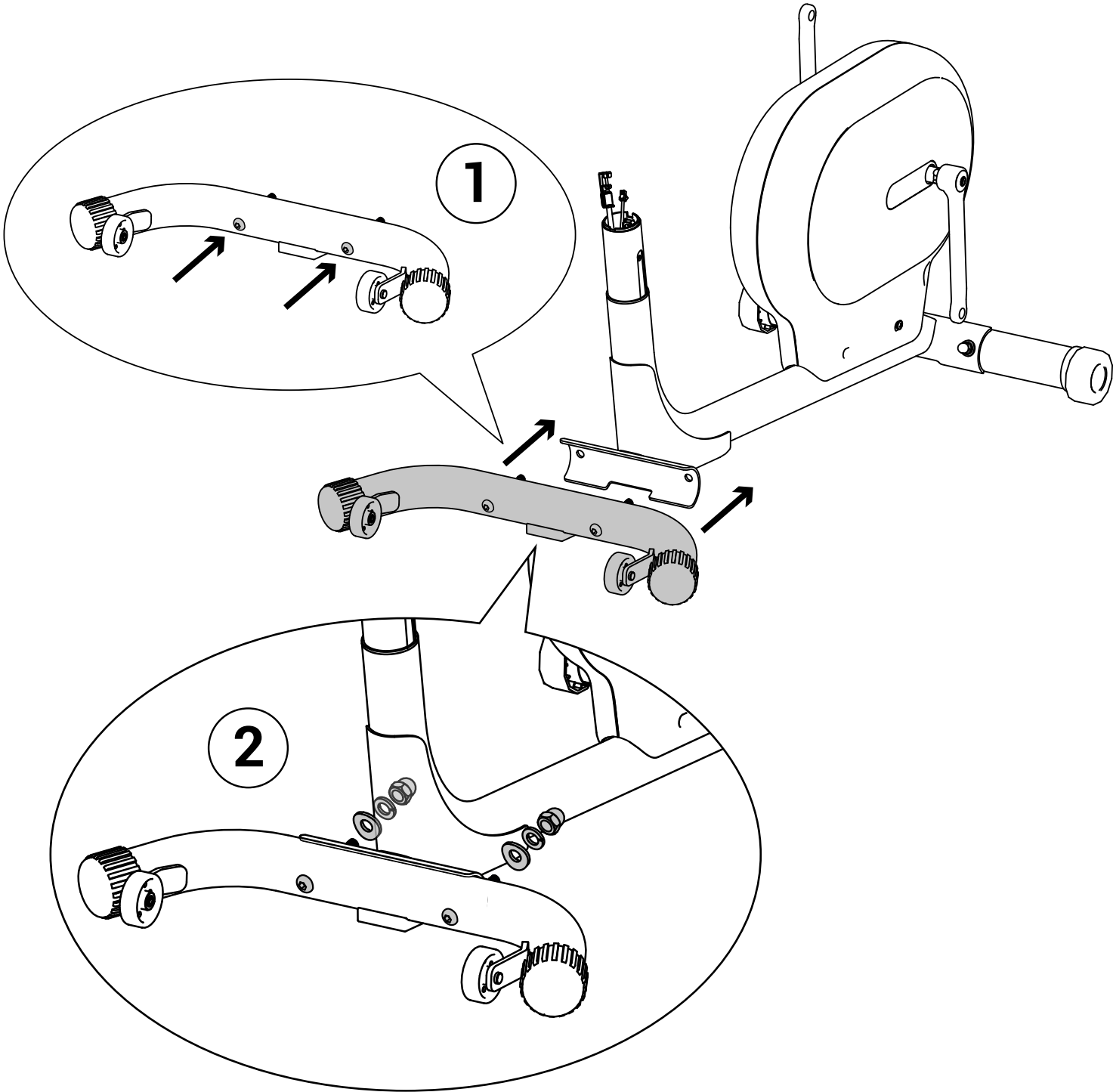
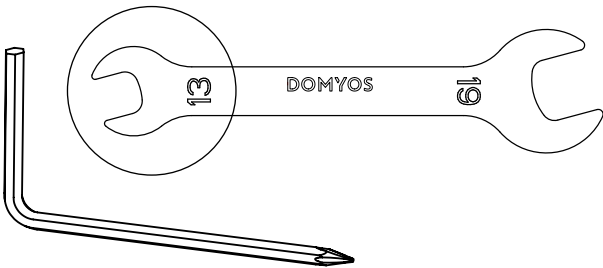
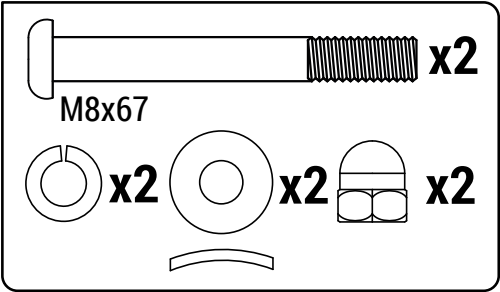


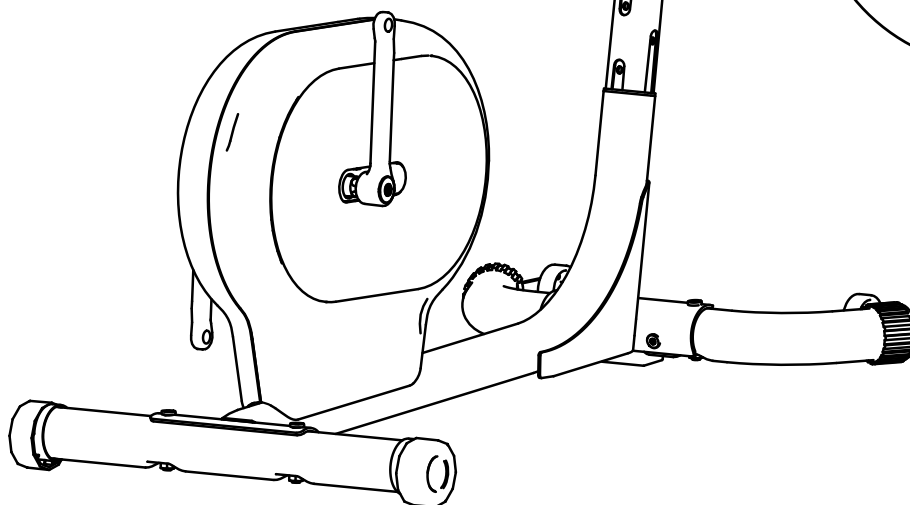
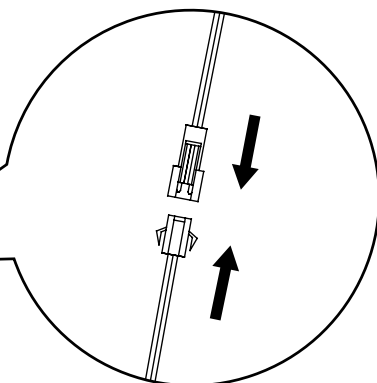
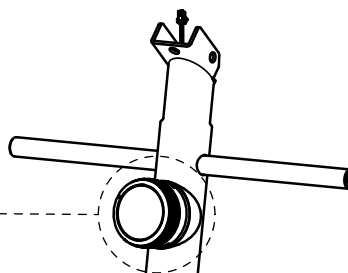
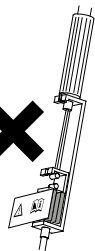
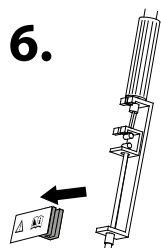
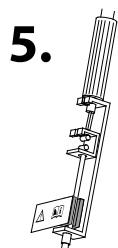
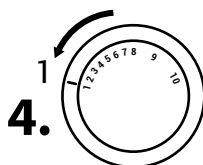
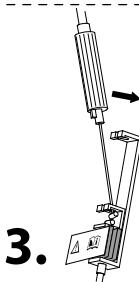
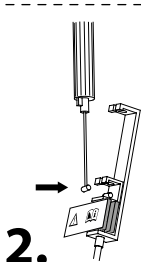
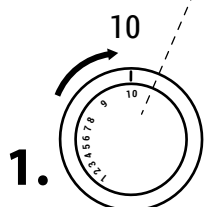
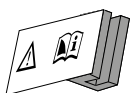


1

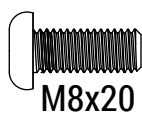


2





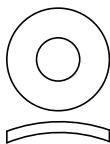
4



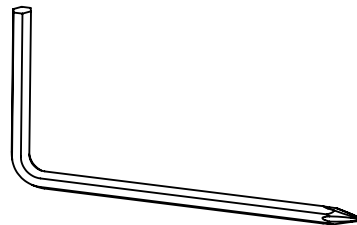
x4



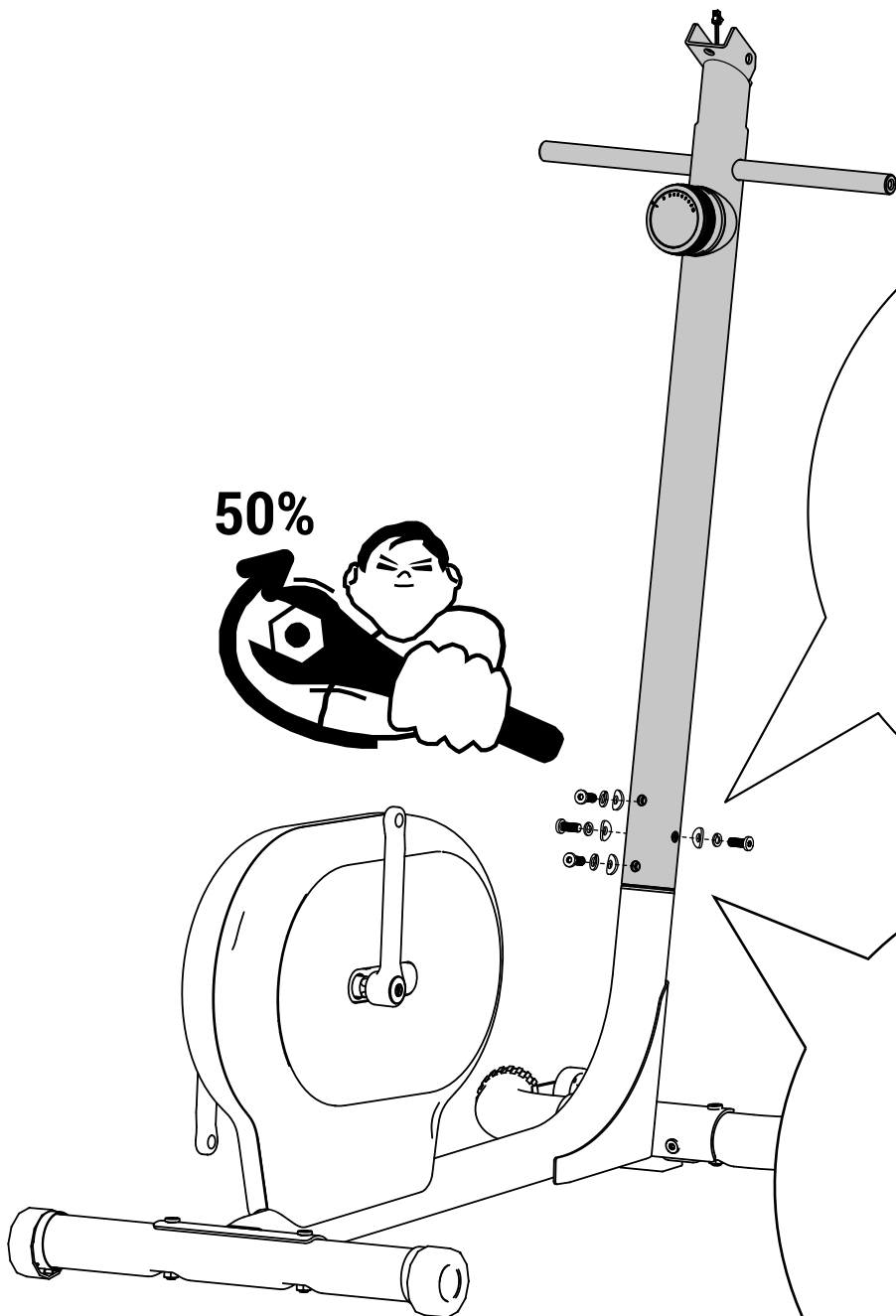
x4



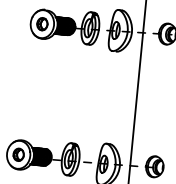
x4



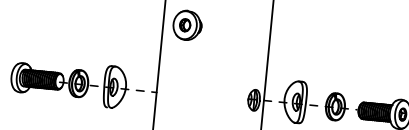
50%



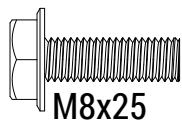
1



2



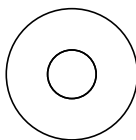
5



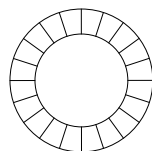
x1



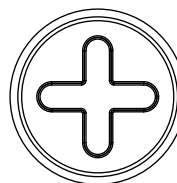
x1



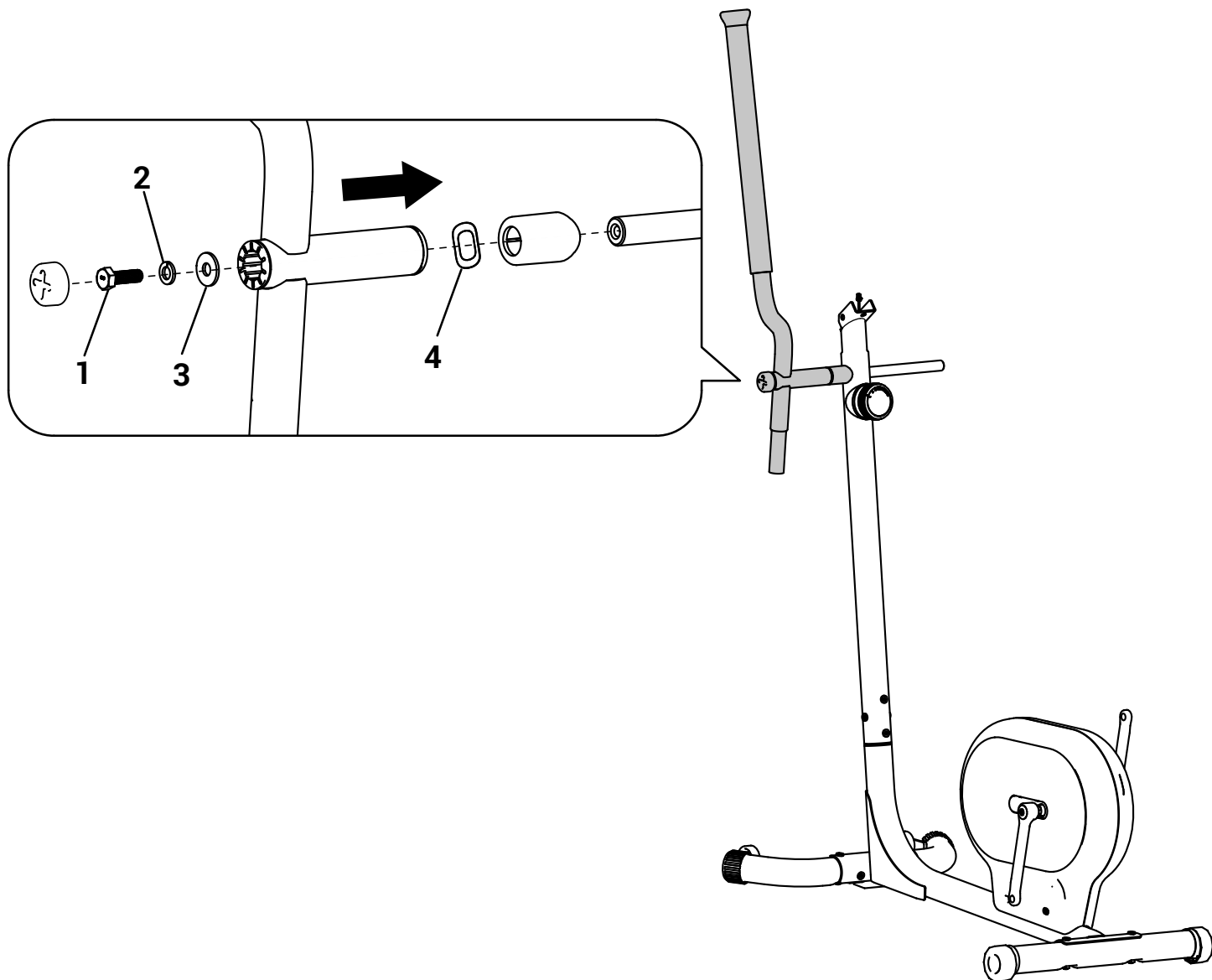
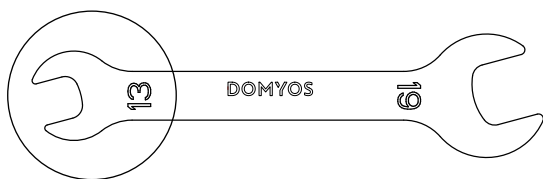
x1



x1

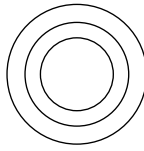


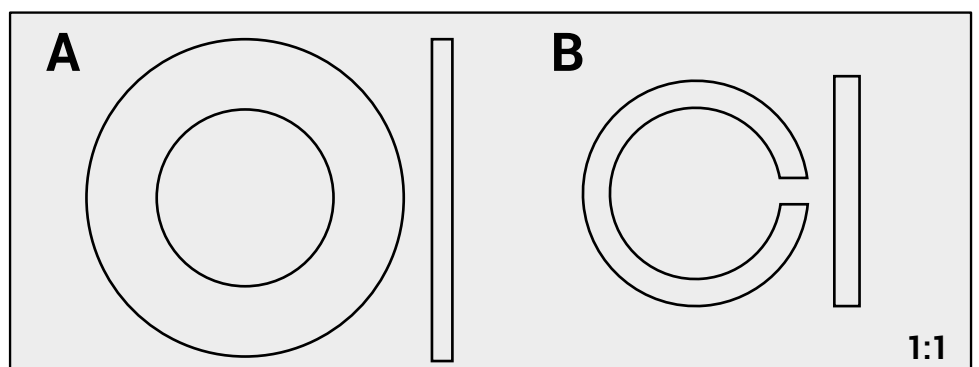
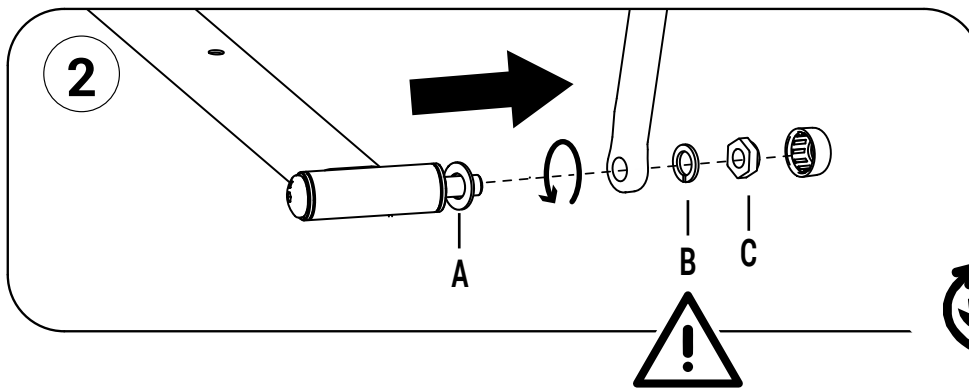
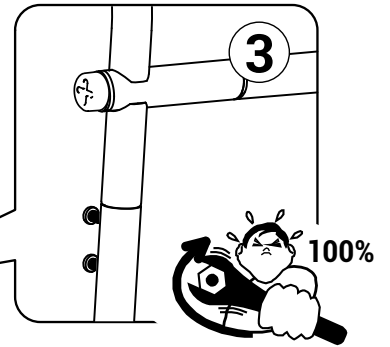
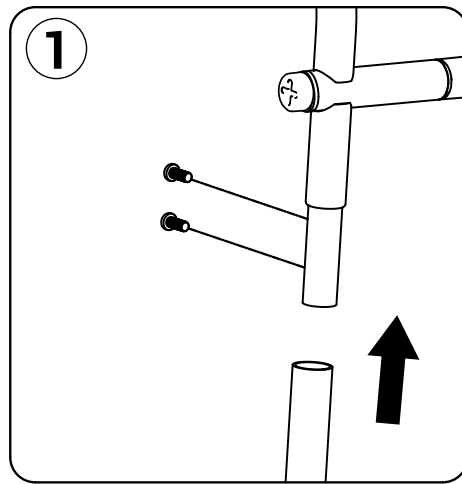
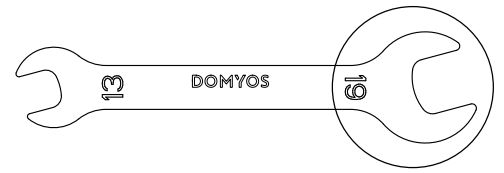
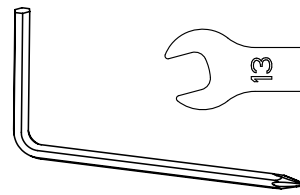
x1



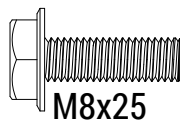
6

 x2
M8x20

 x1



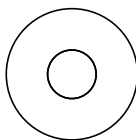
7



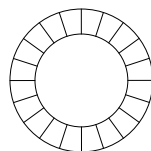
x1



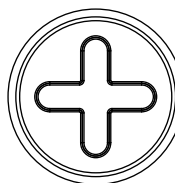
x1



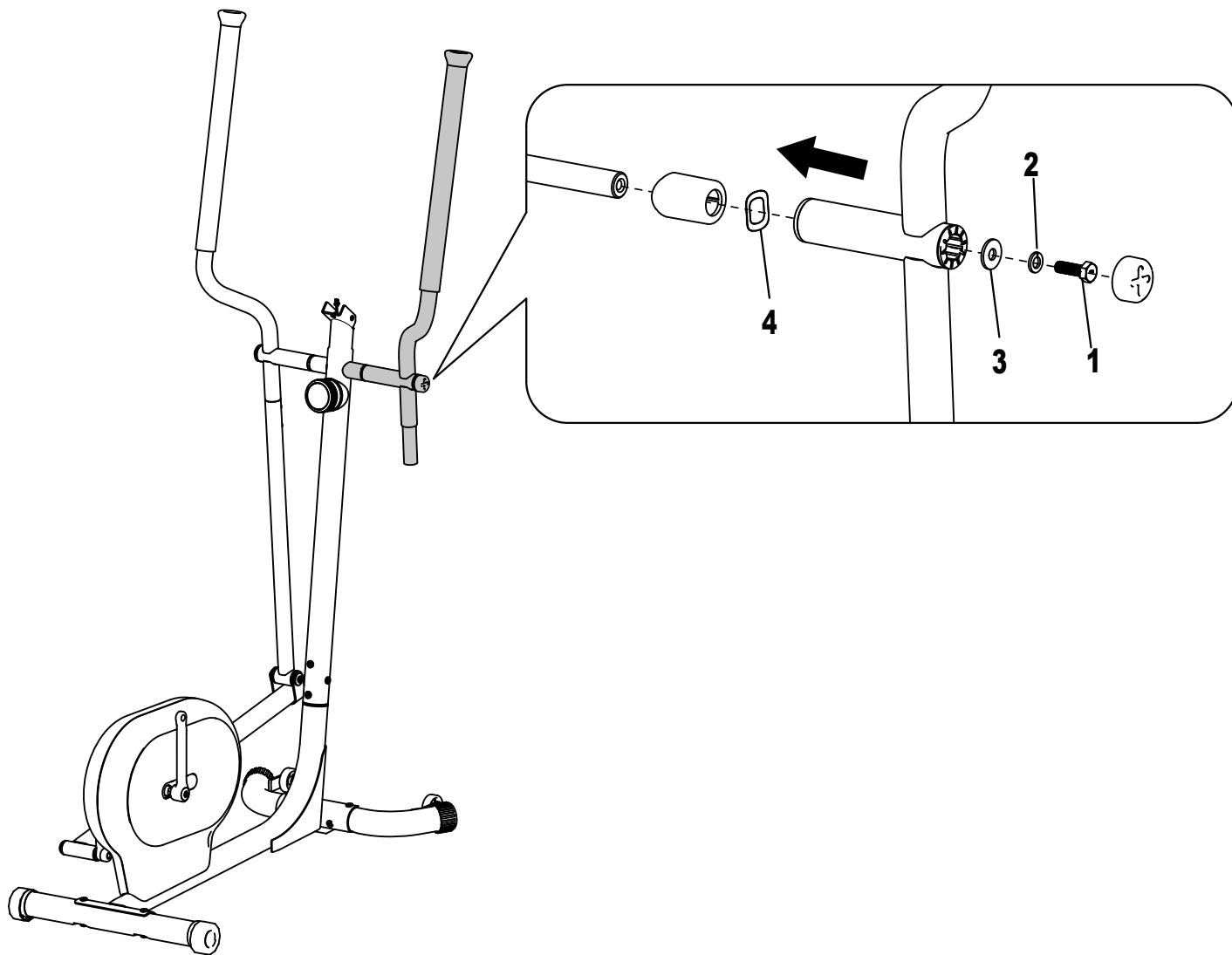
x1



x1

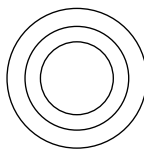


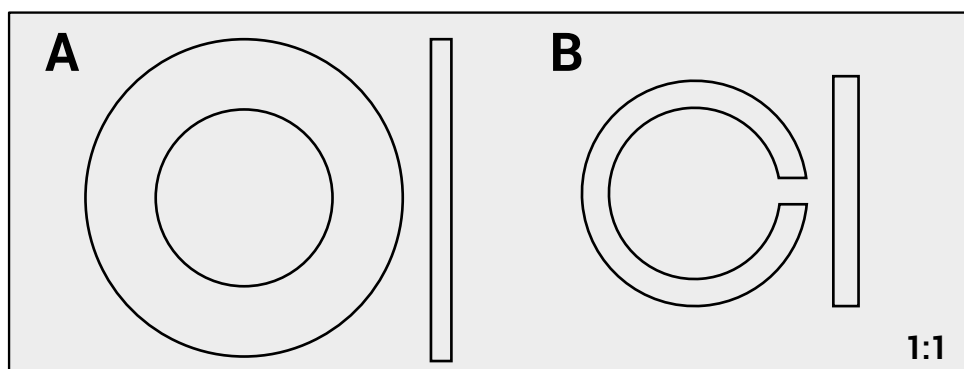
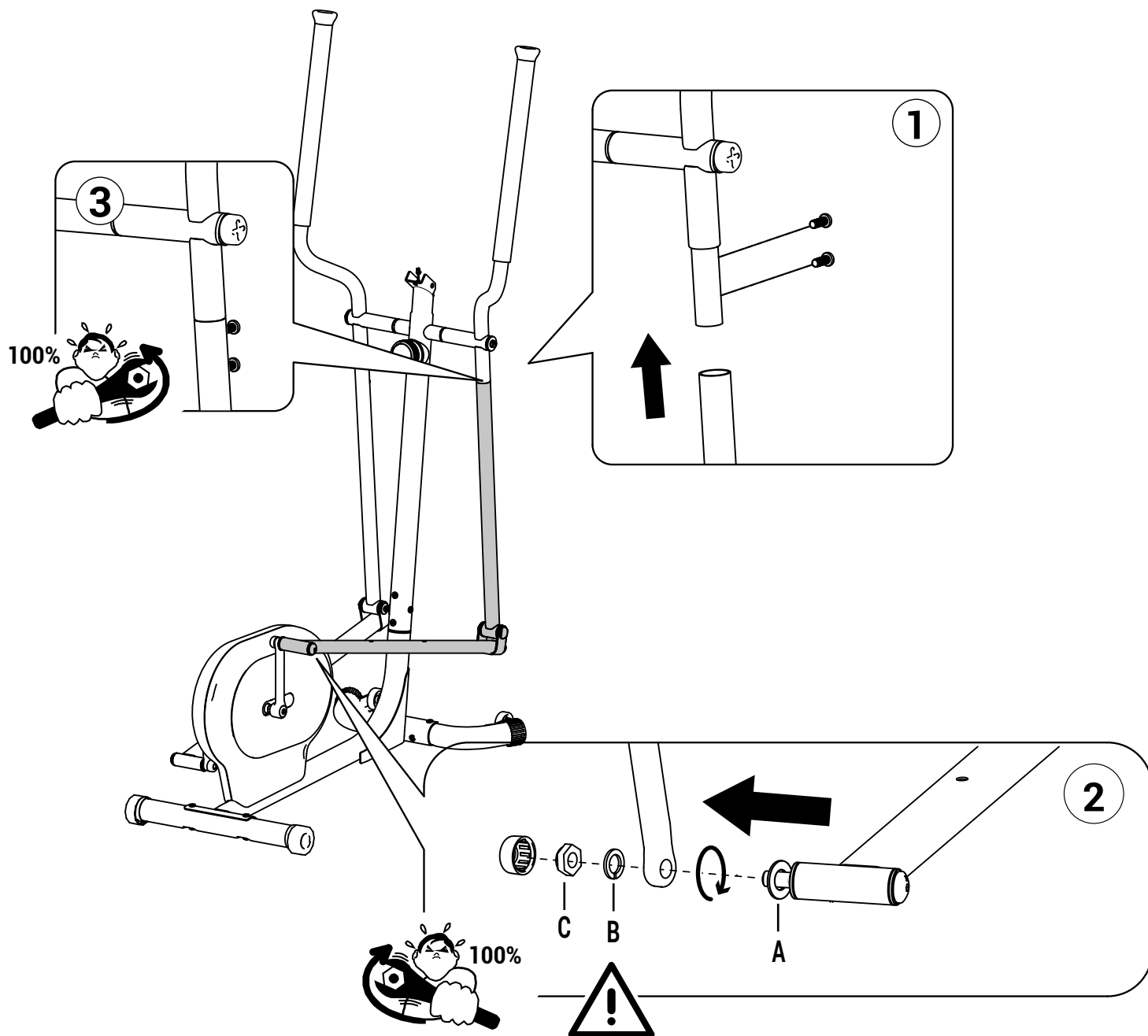
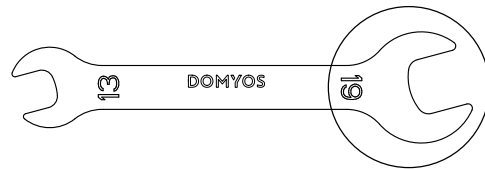
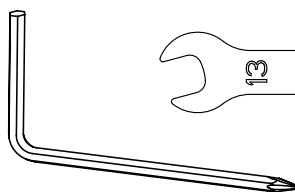
x1



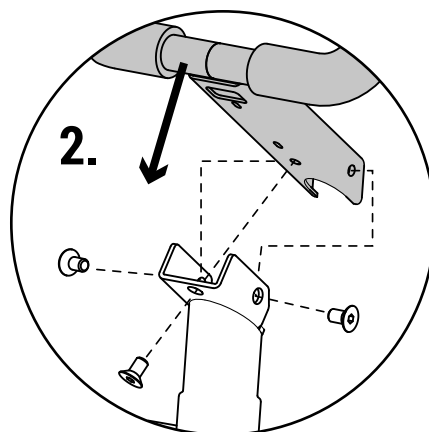
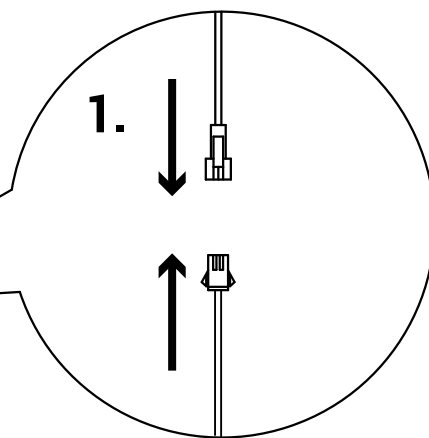
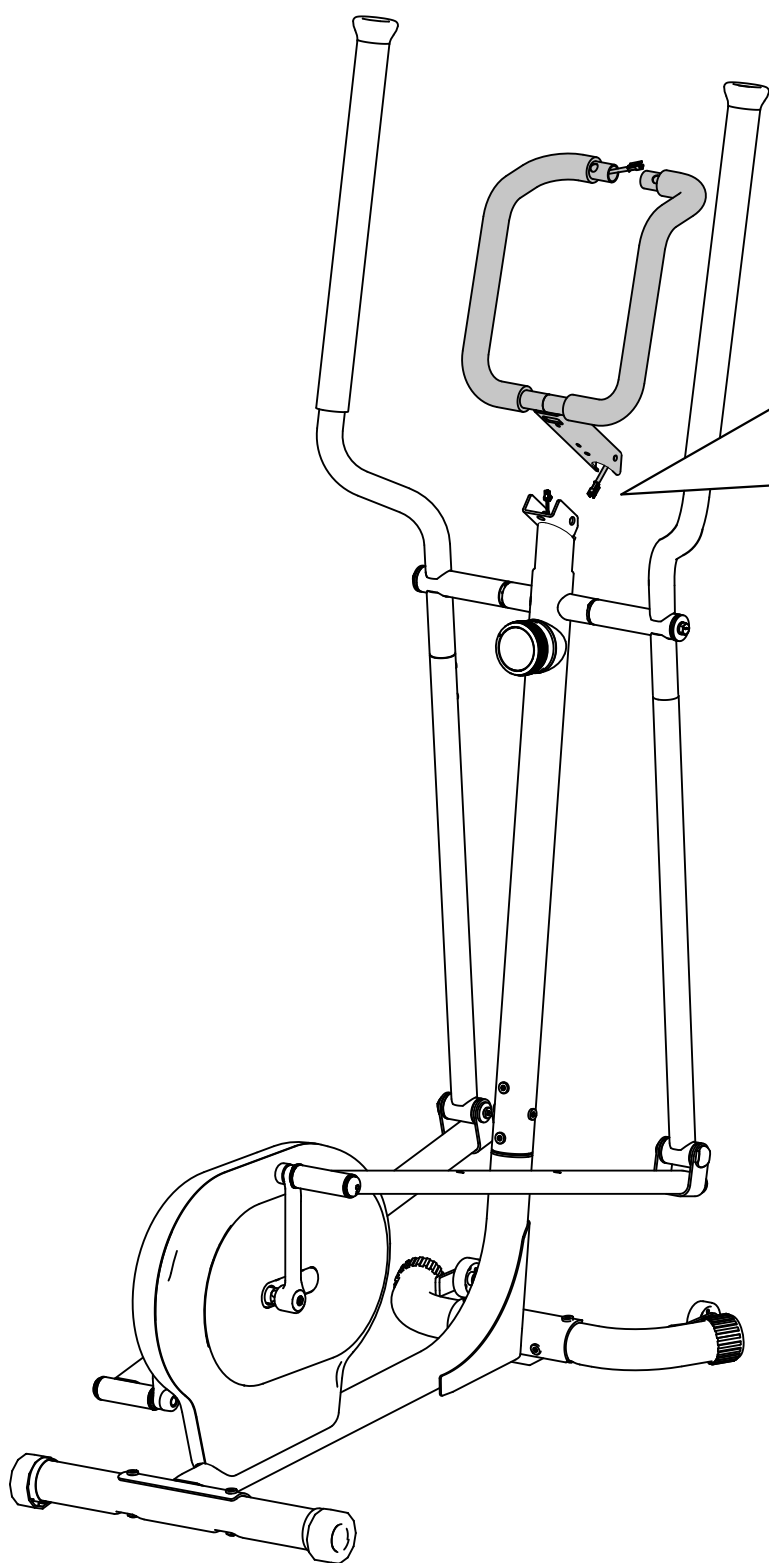
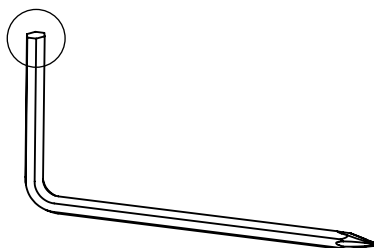
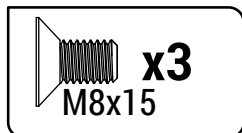
8

 **x2**
M8x20

 **x1**

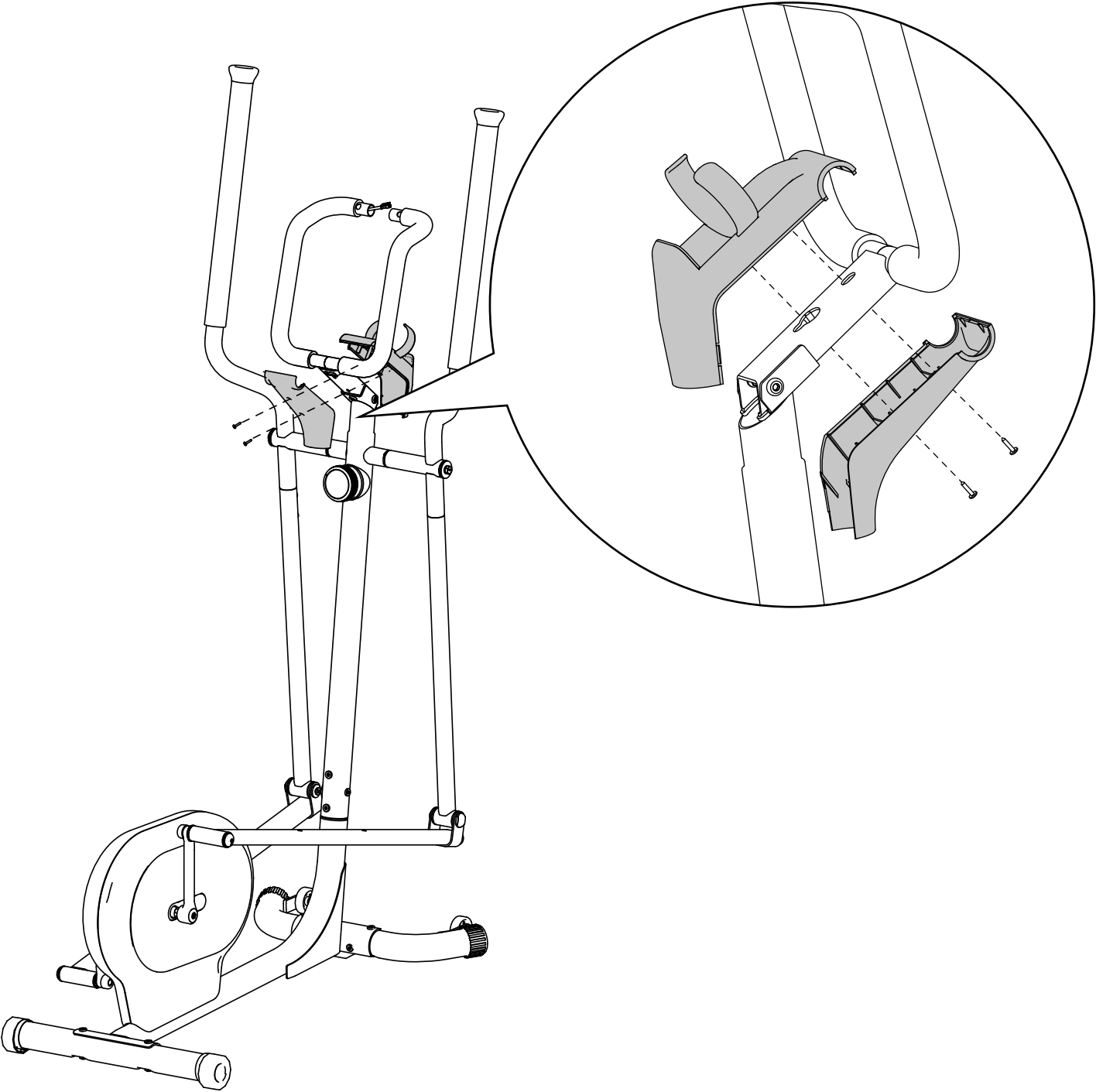
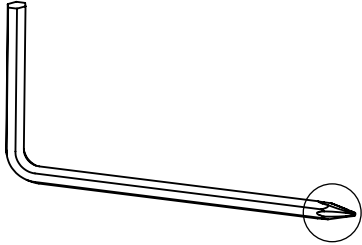


9



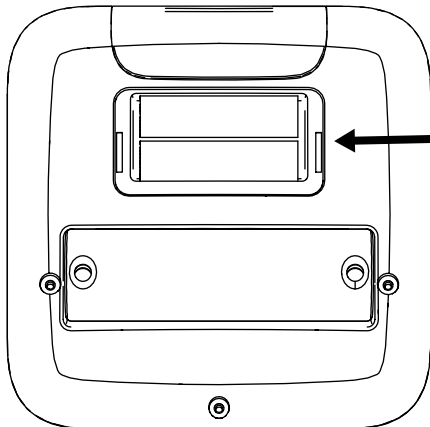
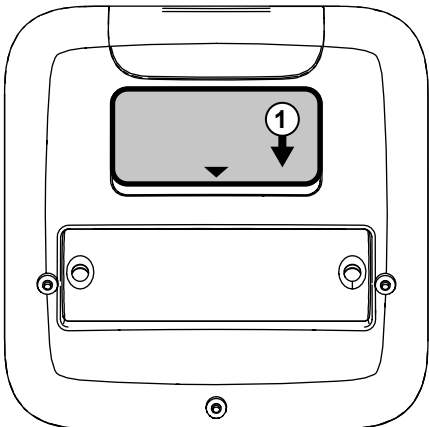
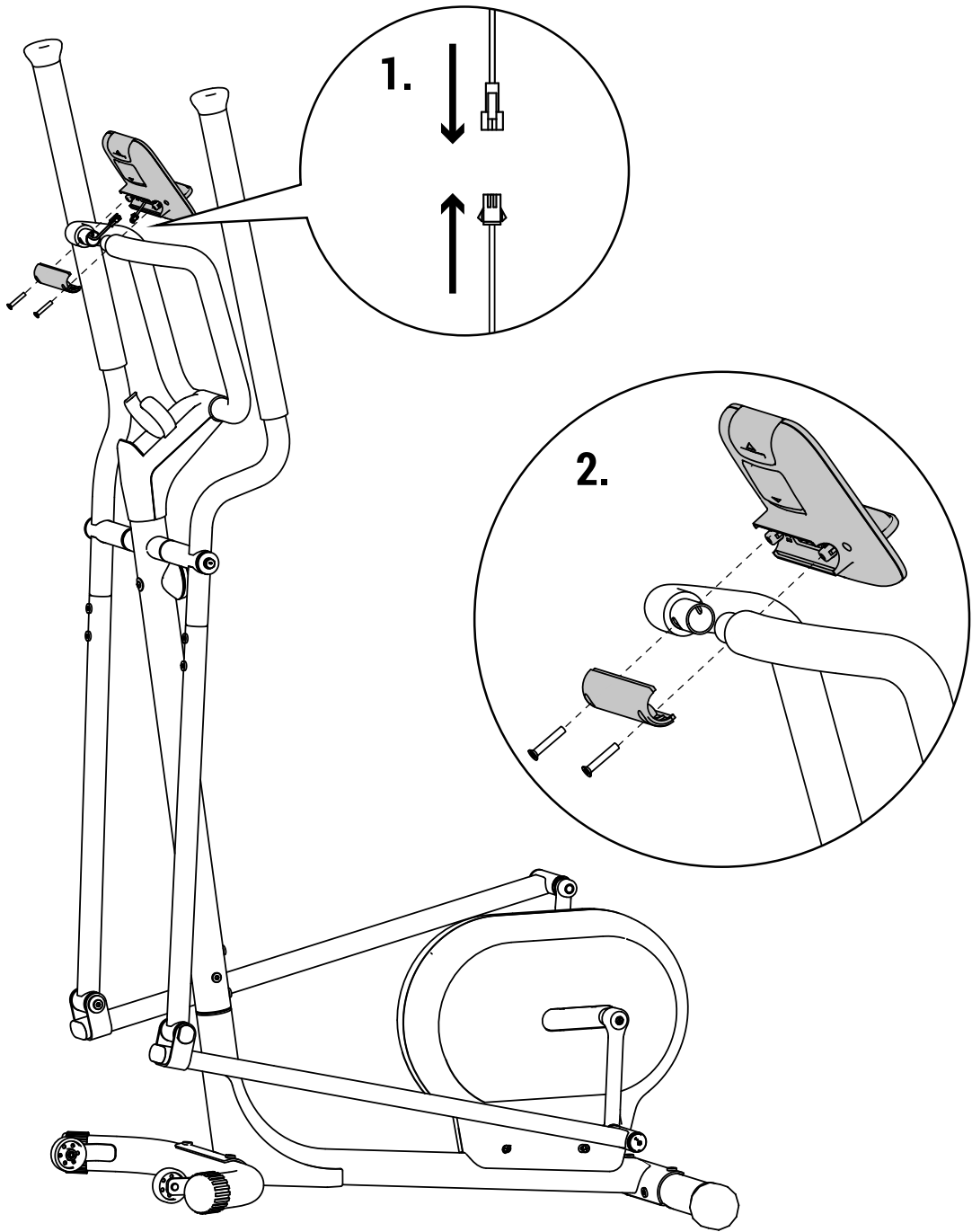
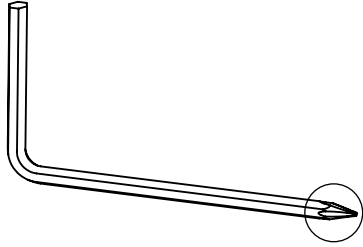
10

X2
ST2.9x16



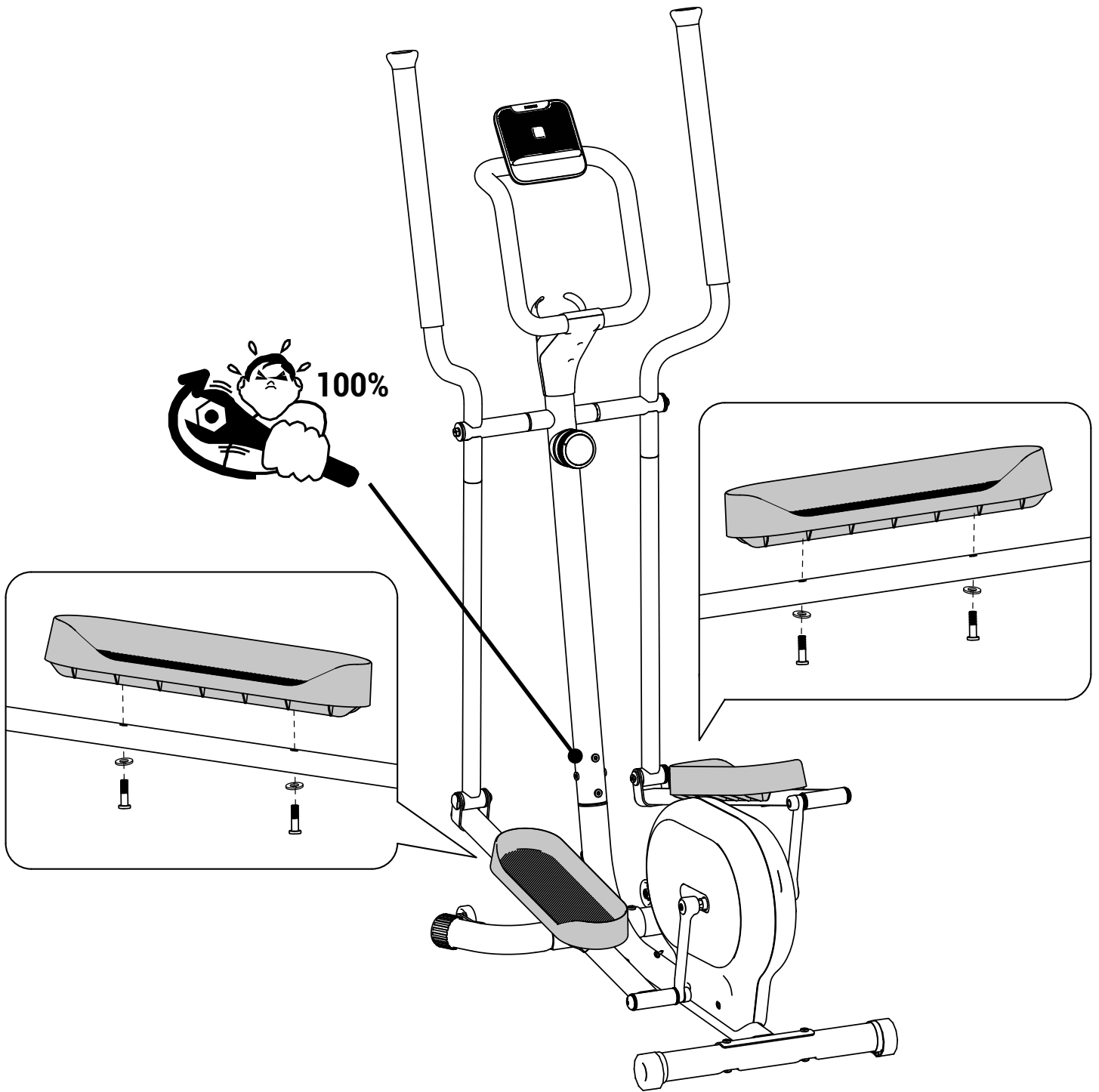
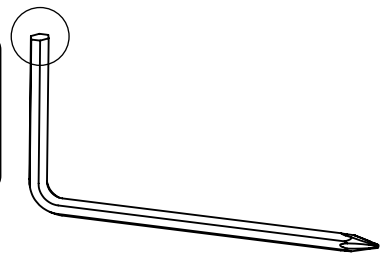
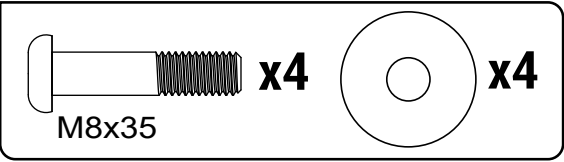
11

X2
M5x30



2 x LR6 AA

12



PRESENTAZIONE

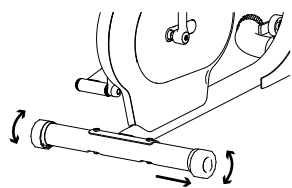
L'ellittica è un'attività eccellente che aumenterà la capacità cardiovascolare e respiratoria tonificando allo stesso tempo l'intero corpo: resistenza muscolare di glutei, quadricipiti, polpacci, schiena, bicipiti e addominali. La funzione pedalata consente di potenziare il lavoro sui glutei e sul retro delle cosce. L'ellittica è ideale per perdere peso e per snellire la linea, insieme a una dieta equilibrata. Questo prodotto è dotato di trasmissione magnetica per un ottimo comfort di pedalata senza strattoni.

CONFIGURAZIONI

ATTENZIONE: Occorre scendere dall'ellittica per spostarla in un modo qualsiasi.

• LIVELLAMENTO DELLA CYCLETTE

Nel caso in cui l'ellittica dovesse diventare instabile durante l'uso, ruotare uno o entrambi i regolatori di livello fino a stabilizzarla.



• SPOSTAMENTO

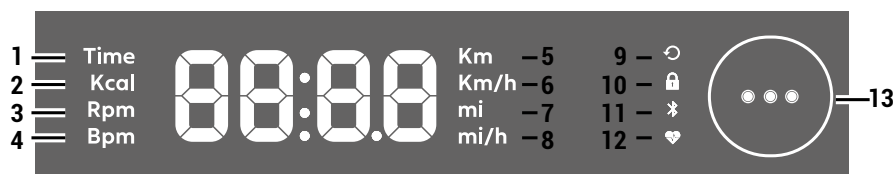
Per spostare l'ellittica, dopo avere ripiegato il sistema e bloccato la ruota di trasporto, porsi davanti al prodotto e spingerlo per il manubrio o la parte in plastica. Durante lo spostamento, tenere la ruota a contatto con il pavimento.

PULIZIA DEL PRODOTTO

Se dopo un certo tempo occorre pulire il prodotto, si può usare un panno imbevuto di alcool o detergente per vetro.

CONSOLE

La console offre numerose funzionalità per potenziare l'allenamento. Si riportano qui di seguito tutte le istruzioni per facilitarne l'uso.



1 Tempo	Questa funzione indica il tempo trascorso dall'inizio della sessione di allenamento, espresso in minuti e secondi (MM:SS). Visualizzazione del tempo da 00:00 a 59:59 (MM:SS). Dopo 59:59 la console visualizza 01:00 (HH:MM).	4 FREQUENZA CARDIACA	Questa funzione viene visualizzata e attivata solo se la console rileva un segnale cardio Bluetooth. L'icona del cuore (12) si illumina. Visualizzazione del valore in BPM
2 Calorie	Questa funzione visualizza una stima delle calorie consumate dall'inizio dell'esercizio.	5 & 7 Distanza	Questa funzione permette di indicare una distanza stimata che può essere espressa in km (chilometri) o in mi (miglia). Visualizzazione della distanza da 00,00 a 99,99 km. Dopo 99,99 km la console visualizza 100,0 km.
3 RPM	Rotazioni/minuto. Questa funzione mostra il numero di giri della pedaliera effettuati in un minuto.	6 & 8 VELOCITÀ	Questa funzione permette di indicare una velocità stimata che può essere espressa in km/h (chilometri l'ora) o in mi/h (miglia l'ora).

La console si accende automaticamente non appena si inizia a pedalare.

Il pulsante  (13) è sensibile al tocco. Esso compare e funziona solo con la console accesa.

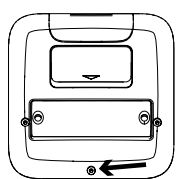
Quando viene accesa, la console si dispone per preimpostazione in modalità AUTOSCAN (9). Questa modalità fa scorrere in sequenza le informazioni ogni 3 secondi. Premere il pulsante  (13) per selezionare le informazioni che si desidera CONGELARE (10) uscendo dalla modalità AUTOSCAN (9).

Pausa :

La console entra automaticamente in pausa 2 secondi dopo l'arresto della pedalata. Il display lampeggia per 2 minuti e mostra automaticamente i dati  (9): Tempo, Distanza, Velocità media, Calorie, Rotazioni/minuto medie, Frequenza cardiaca media (se si utilizza tale funzione). Riprendendo a pedalare si esce dalla modalità pausa.

Impostazioni della console :

In basso al centro, dietro la console, si trova un pulsante. Premendo brevemente tale pulsante, il display mostra i Km / Mi totali percorsi dall'apparecchio, il tempo totale di utilizzo, la versione del firmware della console, la misura della distanza in Mi/Km, il segnale acustico e il Bluetooth.



Premendo il pulsante dietro la console, si esce da questo menu.

Premendo per 3 secondi il pulsante  (13) si accede al tempo totale di utilizzo dell'apparecchio.



Premendo per 3 secondi il pulsante  (13) si accede al numero di versione del firmware attuale.



Premendo per 3 secondi il pulsante  (13) si accede alla scelta dell'unità di distanza chilometri o miglia.



Premere il pulsante  (13) per passare da Km a Mi e da Mi a Km. Andare sull'unità desiderata. Premendo il pulsante dietro la console si conferma la scelta e si esce da questo menu.

Premendo per 3 secondi il pulsante  (13) si conferma la scelta e si accede alla scelta di attivazione o disattivazione del «bip» acustico.



Premere il pulsante  (13) per fare passare il segnale acustico da ON a OFF e da OFF a ON. Andare sulla regolazione desiderata. Premendo il pulsante dietro la console si conferma la scelta e si esce da questo menu.

Premendo per 3 secondi il pulsante  (13) si conferma la scelta e si accede alla scelta di disattivazione e attivazione del Bluetooth.



Il Bluetooth è attivato per preimpostazione. Premere il pulsante  (13) per fare passare il Bluetooth da ON a OFF e da OFF a ON.

Andare sulla regolazione desiderata. Premendo il pulsante dietro la console si conferma la scelta e si esce da questo menu.

Premendo per 3 secondi il pulsante  (13) si ritorna all'inizio della configurazione della console: la visualizzazione di Km / Mi totali percorsi dall'apparecchio.

BLUETOOTH :

Questo apparecchio Domyos è dotato della tecnologia Bluetooth. Il Bluetooth è attivato per preimpostazione. È possibile disattivarlo; Vedere il capitolo “Configurazione della console”.

Frequenza di comunicazione: 2402-2480 MHz Portata: ~3 m / 9.8 ft.

Unavailable translation



Questa funzionalità Bluetooth permette di ricevere e visualizzare le informazioni sulle pulsazioni cardiache. Per esempio una cintura, un bracciale o un orologio connessi che soddisfino i requisiti di frequenza di comunicazione e distanza massima. L'apparecchio viene rilevato automaticamente dalla console che visualizza sul suo display la frequenza cardiaca in pulsazioni/minuto (BPM).



Tale misura è indicativa e non costituisce in alcun modo una garanzia medica. Ricordarsi di consultare un professionista della salute e dello sport per qualsiasi consiglio personalizzato in base agli specifici obiettivi.

VALUTAZIONE DELLA FREQUENZA CARDIACA

La console è dotata di un ricevitore Bluetooth di frequenza cardiaca per cintura cardio o smartwatch (non forniti all'acquisto).

DIAGNOSI DELLE ANOMALIE

Resistenza

Nel caso in cui la resistenza vari pochissimo tra i valori minimo e massimo impostati, verificare di aver rimosso lo spessore durante il montaggio del cavo meccanico nel tubo del manubrio (vedi fase di montaggio n°3).

- Console
- La console non si accende o visualizza «E00» = Cambiare le pile della console.
 - La console non si accende o visualizza «E01» = Sostituire la console.
 - Si possono eliminare i codici di errore console E00 e E01 tenendo premuto il pulsante  (13) per 4 secondi.

Se la console non si accende, sostituire le batterie con batterie nuove.

La console lampeggia quando si inseriscono le pile e continua a lampeggiare quando si pedala e la console non si accende quando si pedala = Scollegare dalla presa e verificare i collegamenti effettuati sul retro della console e all'interno del tubo del manubrio, perché la console non rileva la pedalata.

Non si riesce a connettere il Bluetooth = Provare a connettere la console con un altro apparecchio (cintura, smartwatch, smartphone, tablet...)

Aggiornamento

La app Domyos E-Connected permette di eseguire aggiornamenti della console. Prima di procedere, assicurarsi di avere inserito pile nuove o almeno che la console non abbia visualizzato E00 senza avere sostituito le pile. Durante l'aggiornamento, il display visualizza le lettere UPD lampeggianti una volta al secondo



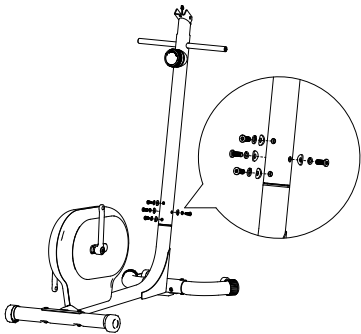
PEDALI:

Per avvitare il pedale sinistro, ruotarlo in senso ANTIORARIO. Per avvitare il pedale destro, ruotarlo in senso orario.

RUMORE:

Assicurarsi che le fasi del montaggio siano eseguite attenendosi rigorosamente alle istruzioni

Verificare regolarmente che tutte le viti, e specialmente queste, siano correttamente serrate; serrarle ogni 3 mesi



STOCCAGGIO:

Per uno stoccaggio prolungato, rimuovere le batterie dalla console e collocare l'unità in un luogo pulito e asciutto con differenze di temperatura ridotte.

Se il problema persiste, rivolgersi all'assistenza post-vendita Domyos (cfr. ultima pagina assistenza post-vendita).

ASSISTENZA POST-VENDITA

UK	FRANCE	ESPAÑA	ITALIA	BELGIQUE
Do you need assistance?	Besoin d'assistance ?	¿Necesita asistencia?	Hai bisogno di assistenza?	Besoin d'assistance?
Find us at www.supportdecathlon.com , or if you don't have an internet connection, call our Customer Loyalty Team at 0207 064 3000.	Retrouvez-nous sur le site internet www.support-decathlon.com (coût d'une connexion internet) .	Nos puede encontrar en el sitio web https://support.decathlon.es/servicios-posventa-decathlon (coste de conexión a internet) o contacte con su tienda habitual y/o el centro de atención al cliente, con el ticket de compra, a +34 91 623 31 22 para ayudarle a abrir un dossier spv (servicio de post venta, llamada gratuita desde un telefono fijo desde España).	Ci puoi contattare dal sito https://support.decathlon.it/ per aprire un dossier di assistenza post vendita.	Retrouvez le service après vente sur le site internet www.supportdecathlon.com (coût d'une connexion internet) ou contactez le centre de relation clientèle au 02 208 26 60 (tarif local).

NEDERLAND	PORTUGAL	DEUTSCHLAND	BELGIË	中国
Hulp nodig?	Necessita de assistência?	Brauchen Sie Hilfe?	Hulp nodig?	你需要帮助吗？
U vindt de dienst na verkoop terug op de website www.supportdecathlon.com (kosten internetverbinding) of contacteer de klantendienst op 088 33 22 888 (lokaal tarief).	Encontre-nos no site www.supportdecathlon.com ou nos contacte através do nosso Centro de apoio técnico tendo em mãos uma prova de compra (cartão Decathlon ou factura de caixa) pelo número 800 919 970* Serviço pós venda gratuito para os produtos Domyos, ver condições de garantia. *Chamada gratuita.	Sie finden uns auf der Internetseite: www.supportdecathlon.com oder Sie rufen unser Customer - Relationship - Center an unter: 0049-7153-5759900 Halten Sie bitte Ihre Rechnung bereit.	U vindt de dienst na verkoop terug op de website www.supportdecathlon.com (kosten internetverbinding) of contacteer de klantendienst op 02 208 26 60 (lokaal tarief).	请访问我们的网站 http://support.decathlon.com 或拨打我们的全国免费客服电话 4009-109-109。温馨提示：拨打电话前，请找到您的购物凭证。

EN - OTHER COUNTRIES	FR - AUTRES PAYS	ES - OTROS PAÍSES	DE - ANDERE LÄNDER	IT - ALTRI PAESI
Need help?	Besoin d'assistance?	¿Necesita asistencia?	Brauchen Sie Hilfe?	Bisogno di assistenza?
Find us on our website www.supportdecathlon.com (cost of an internet connection) or go to the front desk of one of the stores where you bought the product, with proof of purchase.	Retrouvez-nous sur le site internet www.support-decathlon.com (coût d'une connexion internet) ou présentez-vous à l'accueil d'un magasin de l'enseigne où vous avez acheté votre produit, muni d'un justificatif d'achat.	Nos puede encontrar en el sitio web www.supportdecathlon.com (coste de conexión de internet) o preséntese con el justificante de compra en la recepción de la tienda de la marca donde haya comprado el producto.	Besuchen Sie unsere Internet-Site www.support-decathlon.com (Kosten des Internetanschlusses) oder wenden Sie sich an die Empfangsstelle des Geschäfts der Marke, in welchem Sie Ihr Produkt gekauft haben. Legen Sie bitte Ihren Kaufnachweis vor.	Ci potete trovare sul sito Internet www.supportdecathlon.com (costo di una connessione Internet) o potete recarvi all'accoglienza di un negozio del marchio in cui avete comprato il prodotto, muniti di un giustificativo di acquisto.

NL - ANDERE LANDEN	PT - OUTROS PAÍSES	PL - INNE KRAJE	HU - MÁS ORSZÁGOK	RO - ALTEȚĂRI
Hulp nodig?	Precisa de assistência?	Potrzebujesz pomocy?	Segítségre van szüksége?	Aveți nevoie de asistență?
Raadpleeg de website www.supportdecathlon.com (kosten internetverbinding) of contacteer het onthaal van de winkel waar u het product heeft gekocht.	Contacte nos através do site da Internet www.supportdecathlon.com (custo de uma ligação à Internet) ou dirija-se à recepção da loja da marca onde adquiriu o seu produto, com o respectivo comprovativo de compra.	Znajdź nas na stronie internetowej www.supportdecathlon.com (koszt jednego połączenia internetowego) lub wraz z dowodem zakupu zgłoś się do punktu obsługi sklepu firmowego lub tam, gdzie dokonałeś zakupu produktu.	Keressen meg minket internetes honlapunkon www.supportdecathlon.com (internetcsatlakozás ára), vagy forduljon személyesen egyik üzletünk vendégszolgálatához, amely üzletben vásárolta a terméket, a vásárlási bizonylattal.	Ne uitați găsi pe site-ul www.supportdecathlon.com (prețul unei conexiuni la internet) sau vă puteți prezenta la serviciul de relații cu clienții al magazinului firmei de la care ați achiziționat produsul, având asupra dumneavoastră dovada cumpărării.

SK - OSTATNÉ KRAJINY	CS - OSTATNÍ ZEMĚ	SV - ANDRA LÄNDER	HR - OSTALE ZEMLJE	SL - DRUGE DRŽAVE
Potrebujeate asistenцію?	Potřebujete pomoc?	Behöver du hjälp?	Potreba vam je pomoć?	Potrebujeate pomoč?
Nájdite si nás na internetových stránkach www.supportdecathlon.com (cena internetového pripojenia), alebo sa obráťte na oddelenie styku so zákazníkmi v obchode, kde ste svoj výrobok zakúpili a popritom nezabudnite predložiť doklad o kúpe.	Kontaktujte nás na našich internetových stránkách www.supportdecathlon.com (cena za internetové připojení) nebo přijďte na recepci jedné z prodejen gaminí, informacíj skryjí pateikdami pirkimo dokumentą.	Hitta oss på hemsidan www.supportdecathlon.com (kostnad för internet-anslutning tillkommer) eller gå till kundtjänsten i butiken där du köpte produkten, med ditt inköpsbevis.	Pronađite nas na internetskoj stranici www.supportdecathlon.com (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predočenje računa.	Obiščite našo spletno stran www.supportdecathlon.com ali trgovino, v kateri ste izdelek kupili, pri čemer je potrebno dokazilo o nakupu.

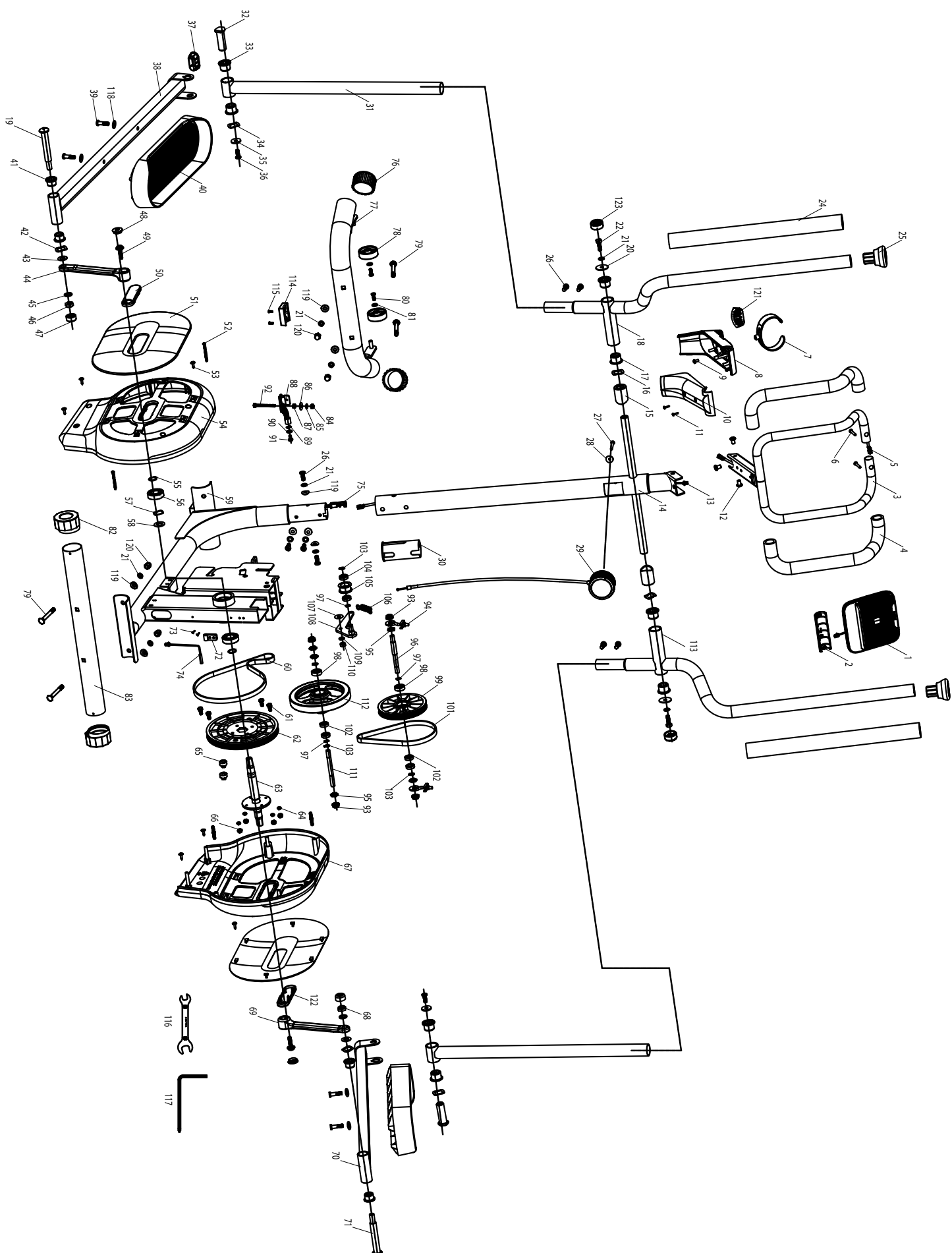
TR - DİĞER ÜLKELER	LT - KITOS ŠALYS	SR - DRUGE ZEMLJE	LV - CITAS VALSTIS	ET- MUUD RIIGID
Yardıma mı ihtiyacınız var?	Ar jums reikia pagalbos?	Da li vam treba pomoć?	Vai jums ir nepieciešama palīdzība?	Kas vajate abi?
www.supportdecathlon.com internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığınız mağazanın danışma bölümüne başvurabilirsiniz.	Susiraskite mus decathlon.com interneto svetainėje ir (arba) kreipkitės į parduotuvės, kurioje įsigijote gaminių, informacijos skyrių pateikdami pirkimo dokumentą.	Potražite nas na našem veb-sajtu decathlon.com i/ili dodite na prijemni pult prodavnice u kojoj ste kupili proizvod sa potvrdom o kupovini	Mūs var atrast vietnē decathlon.com , un/vai dodieties uz veikala reģistratūru, kurā iegādājāties produktu, uzrādot pirkumu apliecināšu dokumentu	Leidke meid decathlon.com veebilehelt ja/või minge koos ostutšekiga sellesse kauplusesse, kust te oma toote ostsite

EL - ΑΛΛΕΣ ΧΩΡΕΣ	BG - ДРУГИ ДЪРЖАВИ	KK - БАСҚА ЕЛДЕР	RU - ДРУГИЕ СТРАНЫ	UK- ІНШІ КРАЇНИ
Χρειάζεστε βοήθεια;	Имате нужда от помощ?	Сізге көмек керек пе?	Нужна поддержка?	Вам потрібна допомога?
Επικοινωνήστε τον δικτυακό μας τόπο, στη διεύθυνση www.supportdecathlon.com (με το κόστος μιας σύνδεσης στο διαδίκτυο) ή απευθυνθείτε στην υποδοχή του κατάστημάς μας στο οποίο αγοράσατε το προϊόν σας, μαζί με την απόδειξη αγοράς.	Моя, посетите нашего сайт: www.support-decathlon.com (цена на интернет връзка) или отидете в отдела «Обслуживание на клиенти» на магазина, където сте купили продукта, като носите със себе си документ, доказващ направената покупка.	Бизди decathlon.com веб-сайтынан табыңыз және/немесе сатып алғаныңызды растайтын құжатпен өнімді сатып алған дүкеннің қабылдау бөліміне барыңыз	Обратитесь к нам через наш интернет-сайт www.supportdecathlon.com (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.	Шукайте нас на вебсайті decathlon.com і/або підійдіть на інформаційну стійку магазину, де ви придбали продукт, із підтвердженням покупки

VI - QUỐC GIA KHÁC	ID - NEGARA LAIN	ZH - 其他国家	JA - その他の国	ZT - 其他國家
Cần hỗ trợ?	Perlu bantuan?	需要帮助？	ヘルプが必要ですか？	需要幫助？
Hãy liên hệ với chúng tôi qua trang web www.supportdecathlon.com (cần có kết nối internet) hoặc đến đại lý chính hãng mà bạn đã mua sản phẩm, mang theo minh chứng mua hàng.	Kunjungilah situs internet kami www.supportdecathlon.com (biaya koneksi internet) atau datanglah ke toko merek di mana Anda membeli produk Anda, dengan membawa bukti pembelian.	请登录 http://support.decathlon.com 与我们联系 (普通上网费用) 或携带购物发票至您购买产品的商店信息咨询处咨询。	サイト www.supportdecathlon.com をご利用ください(インターネット接続料)。もしくは製品購入を証明するものをご持参の上、お買い上げいただいた取扱店にお越しください。	請登陸 http://support.decathlon.com.cn/ 與我們聯繫 (普通上網費用) 或攜帶購物發票至您購買產品的商店的信息諮詢處諮詢。

TH - ประเทศอื่น ๆ	KO - 기타 국가	KM - ប្រទេសផ្សេងៗ ទៀត	AR - دول أخرى
ต้องการความช่วยเหลือ ?	도움이 필요하십니까?	តើអ្នកត្រូវការជំនួយទេ?	هل تحتاج إلى مساعدة؟
แบบกับเราได้ที่เว็บไซต์ www.supportdecathlon.com (อาจมีค่าใช้จ่ายในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต)หรือที่แผนกของห้างร้านที่คุณได้ซื้อผลิตภัณฑ์พร้อมกับหลักฐานการซื้อผลิตภัณฑ์	당사의 웹사이트 www.supportdecathlon.com 을 방문하거나(인터넷 연결 비용), 구매 증명서를 지참하고 제품을 구매한 매장의 프론트 데스크를 방문하십시오.	ស្វែងរកយើងនៅលើគេហទំព័រ www.support-decathlon.com របស់យើង (តម្លៃនៃការភ្ជាប់អ៊ីនធឺណិត) ឬក៏ទៅកាន់ហាងមួយដែលអ្នកបានទិញផលិតផលមួយនិងភស្តុតាងនៃការទិញ។	اتصل على عبر موقعنا الإلكتروني- www.support-decathlon.com (تكلفة اتصال بالإنترنت) أو توجه إلى المحل الذي اشتريته منه المنتج والذي يوجد به علامة الشركة، واحرص على تقديم إثبات الشراء





DOMYOS

INITIAL EL 100

Istruzioni originali da conservare

