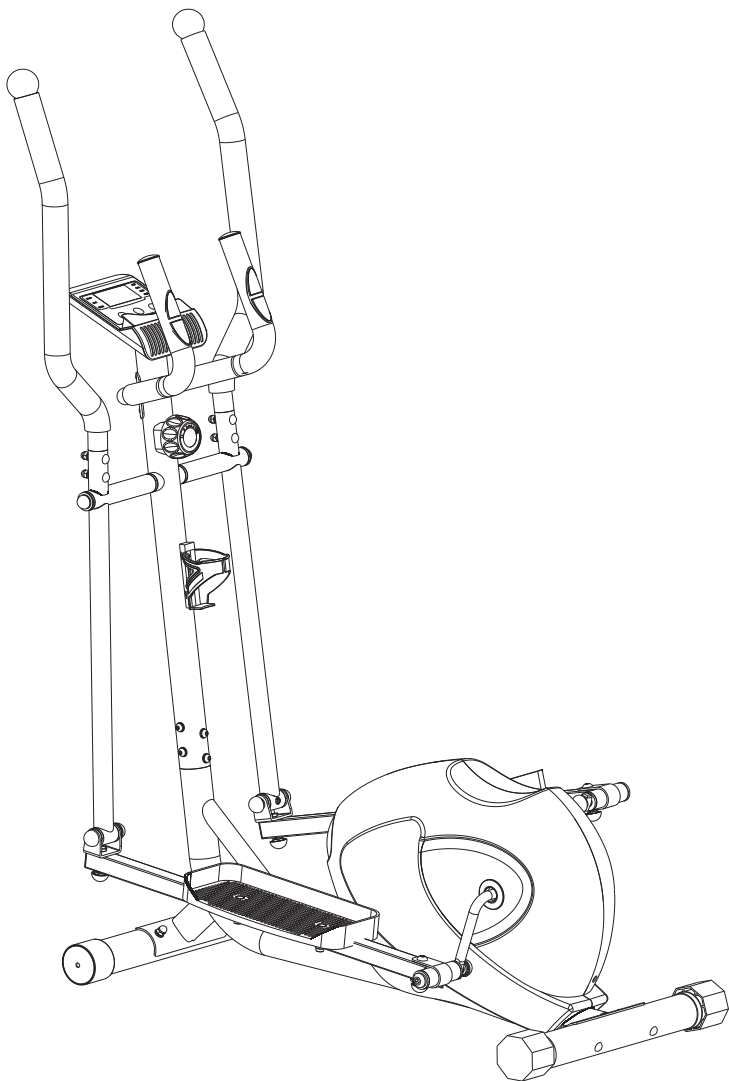


Magnetic Elliptical Machine



User's Manual

Catalogue

Safety Information	EN - 1
Parts list	EN - 2-3
Hardware Pack	EN - 4
Assembly Instruction	EN - 5-11
Monitor Instruction	EN - 12
Maintenance And Troubleshooting Methods	EN - 13
Customer Support	EN - 14



You can scan the QR code with the iPhone/iPad camera or a software which can scan the QR code to get the installation video on YouTube. If you can not scan the QR code, you also can enter the following URL to get the video.

Elliptical Machine Assemble Video: <https://youtu.be/4wK1zT0QV2o>

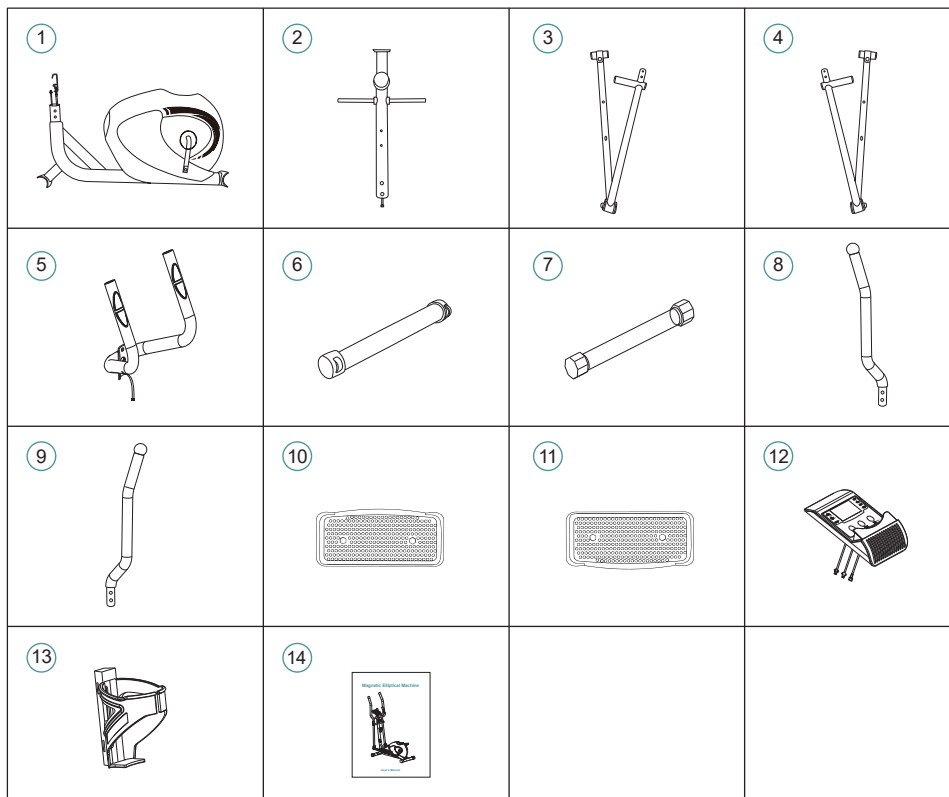
Safety Information

1. We recommend consulting a physician before starting out with an exercise program. Please read all instructions before using Our Magnetic Elliptical Machine. Great care has been taken to design these instructions and following them will help you with quicker assembly and minimize the risk of injury. It is important that you keep these instructions for future reference.
2. Always assemble and operate the equipment on a level surface. Ensure the equipment is stable before use. Always ensure that the equipment has adequate space on each side.
3. Always wear suitable clothing and footwear. (e.g. tracksuit / shorts / training shoes). Remove all personal jewelry before exercising. Ensure you warm-up well before using the equipment as this will help to prevent muscle strain.
4. Never overload the equipment. (See maximum user weight) Never use the equipment in any other manner other than the ways explained in these instructions and any wall-chart supplied.
5. Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
6. Parents and others in charge of children should be aware of their responsibility, because the natural play instinct and the fondness of experimenting of children can lead to situations and behavior for which the training equipment is not intended.
7. The equipment is under no circumstances suitable as a children's toy. If children are allowed to use the equipment, their mental and physical development and above all their temperament should be taken into account. They should be controlled and instructed in the correct use of the equipment.
8. The maximum user weight is 120KG. The free movement pace of this equipment should be larger than 100*120*200cm (LxWxH).
9. This product is not suitable for therapeutic purposes.
10. This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
11. This product has been tested for use in a home environment and is warranted for In Home, personal, family or household use.
12. **CAUTION:** Children and pets are not allowed to approach the elliptical machine when it is in use. Failing to do so can lead to injury.

Please Note: The instruction must be followed carefully in the assembly, use and maintenance of your equipment. The warranty doesn't cover warranty due to negligence of the assembly, adjustment and maintenance instructions described herein.

Parts List

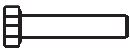
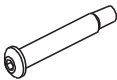
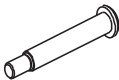
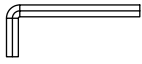
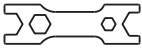
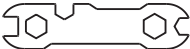
Make sure you have the following parts when you open the package.



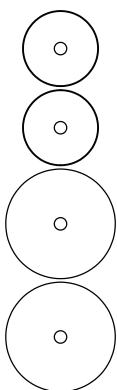
NO	Description	Qty
1	Main Frame	1
2	Centre Bar	1
3	Left Swing Arm	1
4	Right Swing Arm	1
5	Heart Rate Grip	1
6	Front Foot Tube	1
7	Rear Foot Tube	1

NO	Description	Qty
8	Left Handlebar	1
9	Right Handlebar	1
10	Left Pedal	1
11	Right Pedal	1
12	Monitor	1
13	Bottle Holder	1
14	User's Manual	1

Parts List

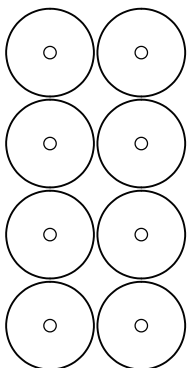
15  Nut cover S=13 *2	16  Nut cover S=19 *2	17  Nut cover S=17 *8	18  M8x45 Hex head bolt *4
19  M8 Nylon nut *4	20  Φ8 Flat washer *4	21  M8x70 Semi-round head square neck bolt *4	22  M8 Cap nut *8
23  Φ8 Spring washer *16	24  Φ8 Arc washer *16	25  M8x45 Semi-round head square neck bolt *4	26  M8x20 Inner hex screw *8
27  Φ8x22 Plain washer *2	28  Φ16 Waveform elastic washer *4	29  Φ16 D Washer 32x16.2 *2	30  M8x20 Hex head bolt *2
31  Left Pedal hinge bolt *1	32  Right Pedal hinge bolt *1	33  Left Nylon Nut 1/2" *1	34  Right Nylon Nut 1/2" *1
35  20x13 Spring washer *2	36  Allen Wrench S=5 / Screwdriver *1	37  Allen Wrench S=8	38  Multi-function wrench 10-15-17-19 *1
39  Multi-function wrench 13-14-15-16-17 *1	40  st4.0x15 bolt*2		

Hardware Pack

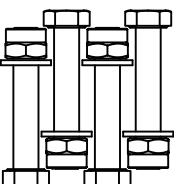


Nut cover S=13 2pcs

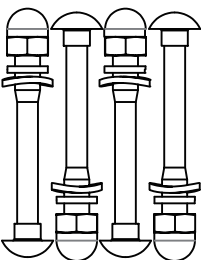
Nut cover S=19 2pcs



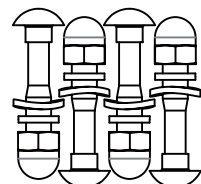
Nut cover S=17 8pcs



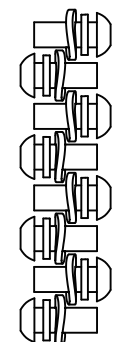
M8x45 Hex head bolt 4pcs
M8 Nylon nut 4pcs
Ø8 Flat washer 4pcs



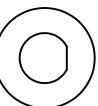
M8 Cap nut 4pcs



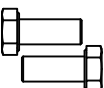
Ø8 Spring washer 4pcs



M8x20 Inner hex screw 8pcs



Ø8x22 Plain washer 2pcs
Ø16 Waveform elastic washer 2pcs
Ø16 D Washer 32x16.2 2pcs



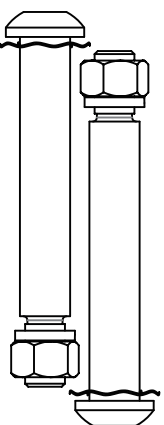
M8x20 Hex head bolt 2pcs

Ø8 Arc washer 4pcs

M8x70 Semi-round head square neck bolt 4pcs

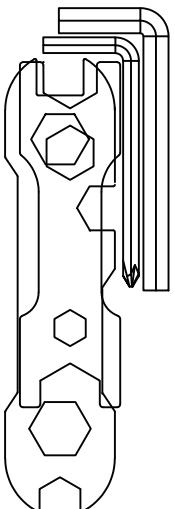
Ø8 Spring washer 4pcs

M8x45 Semi-round head square neck bolt 4pcs



Nylon Nut 1/2" (1pcs R+1pcs L)
pedal hinge bolt (1pcs R+1pcs L)

Spring washer 20x13 2pcs
Ø16 Waveform elastic washer 2pcs



Allen Wrench S=5 Screwdriver 1pcs
Allen Wrench S=8 1pcs

Multi-function wrench 10-15-17-19
Multi-function wrench 13-14-15-16-17



sl4.0x15 bolt 2pcs

Assembly Instruction

Step 1

Install the rear foot tube

Use the Multi-function wrench(39) applied, M8x70 Semi-round head square neck bolts(21), $\Phi 8$ Arc washer(24), $\Phi 8$ Spring washer(23) and M8 Cap nut(22), fasten the rear foot tube(7) to the Main Frame (1). (see fig.1)

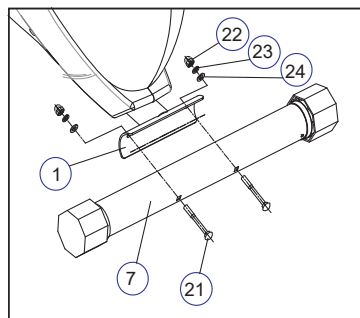
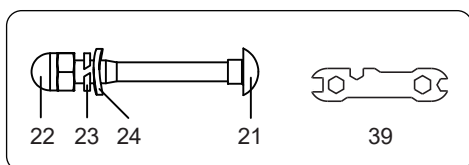


Figure 1

Step 2

Install the front foot tube

Use the Multi-function wrench(39) applied, M8x70 Semi-round head square neck bolts(21), $\Phi 8$ Arc washer(24), $\Phi 8$ Spring washer(23) and M8 Cap nut(22), fasten the front foot tube(6) to the Main Frame (1). (see fig.2)

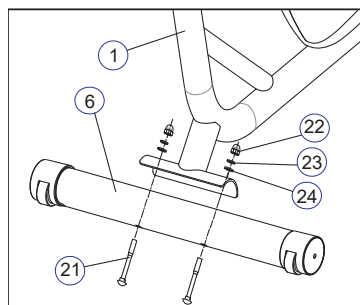
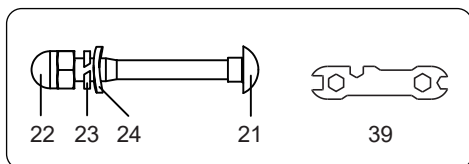


Figure 2

Assembly Instruction

Step 3

Install the Resistance cable and the centre bar.

Before you install the resistance cable, please turn the resistance knob to the level 8 and let the resistance cable extends to the longest to install easily. (see fig.3).

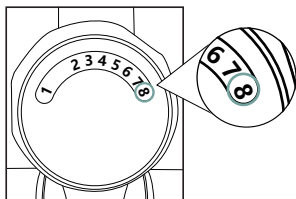


Figure 3



Please make sure to strictly follow this step to install, otherwise it will be very stiff when you pedalling.

3.1 Connect the resistance cable with the lower cable firmly, then pull the resistance cable up and hang it on the hole of the metal bracket. (see fig. 4).

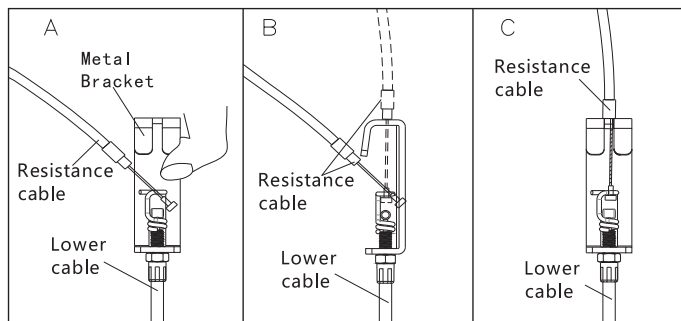


Figure 4

3.2 Connect the Sensor cable 1(41) with the Sensor cable 2(42) firmly. (see fig.5)

3.3 Use the Screwdriver (36) applied, M8x20 Inner hex screw (26), $\Phi 8$ Spring washer(23) and $\Phi 8$ Arc washer(24), connect the Centre bar (2) to the Main frame(1). (see fig.5)

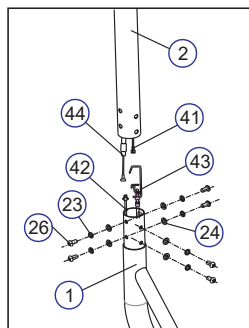
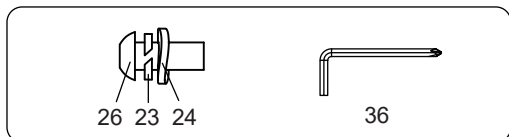


Figure 5

Assembly Instruction

Step 4

Install the Heart Rate Grip

Pass the Heart rate cable(45) through the small hole on the back of the Centre Bar(2), and then pass out from the upper port. Use the Screwdriver (36) applied, M8x20 Inner hex screw (26), $\Phi 8$ Spring washer(23) and $\Phi 8$ Arc washer(24), fasten the Heart rate grip(5) to the Centre Bar(2). (see fig.6)

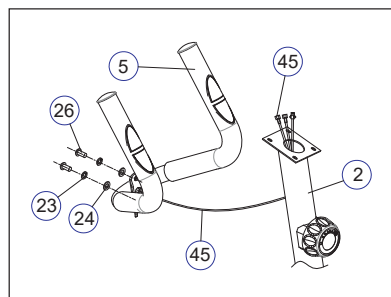


Figure 6

Step 5

Install the Digital Monitor

5.1 Connect the Heart rate cable(45) and the Sensor cable 1(41) to the connectors of the Monitor(12) in one-to-one correspondence, and then plug these cables into the centre bar.

5.2 Use the Screwdriver (36) applied and M5x10 Pan head screw to fasten the Monitor(12) to the Centre bar (2). (see fig.7)

Note: Battery Model Required: 2x 1.5V AAA Battery (Battery not included)

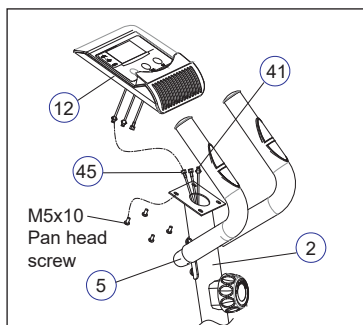


Figure 7



The M5x10 Pan head screw are pre-attached on the back of the monitor.



M5x10 Pan head screw



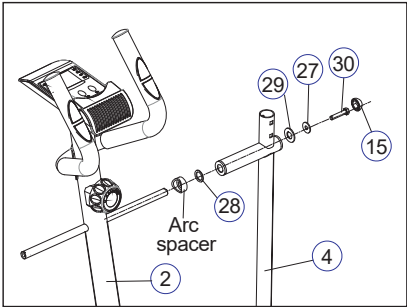
36

Assembly Instruction

Step 6

Install the Right Swing Arm (As well as the Left Swing Arm)

Attached the Arc spacer (the arc is inward), the $\Phi 16$ Waveform elastic washer(28) and the Right swing arm(4) on the right swing shaft of the Center bar(2) in sequence. Use the Multi-function wrench(39) applied, $\Phi 16$ D Washer 32x16.2 (29), $\Phi 8 \times 22$ Plain washer (27) and M8x20 Hex head bolt (30) to tight it and cover with the Nut cover s=13(15). (see fig.8)



 The Arc spacer are pre-attached on the swing shaft of the Center bar.

Figure 8

 28	 29	 27
 30	 15	 39

Assembly Instruction

Step 7

Install the Left Pedal Shaft (As well as the Right Pedal Shaft)

Use the Allen wrench S=8(37), Multi-function wrench(38), Left pedal hinge bolt(31), $\Phi 16$ Waveform elastic washer(28), 20x13 Spring washer(35) and Left Nylon Nut 1/2"(33) supplied to attach the rear weldment of the left swing arm to the left crank and cover with the Nut cover s=19(16). (see fig.9)

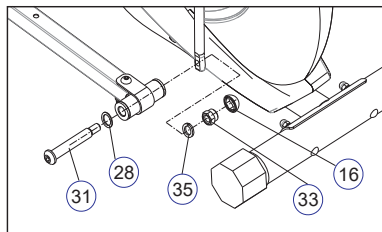
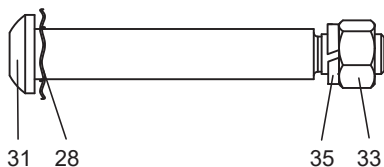


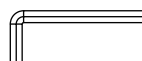
Figure 9



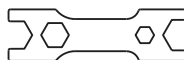
The left pedal hinge bolt is screwed into the left crank in a counterclockwise direction and then the left nylon nut is tightened in a clockwise direction. Oppositely, the right pedal hinge bolt is screwed into the right crank in a clockwise direction and then the right nylon nut is tighten in a counterclockwise direction.



16



37



38

Assembly Instruction

Step 8

Install the Left Pedal (As well as the Right Pedal)

Use the Multi-function Wrench (39), M8x45 Hex head bolt (18), Φ 8 Flat washer(20) and M8 Nylon nut(19) supplied to assemble the Left Pedal (10) and tight them properly. (see fig.10)

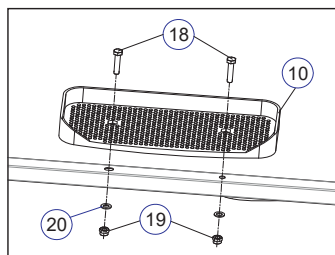
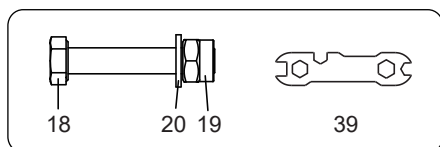


Figure 10

Step 9

Install the Left Handlebar(As well as the Right Handlebar).

Attach the Left handlebar(8) to the upper ends of the Left swing arm (3), and adjust them till the tapping holes aligned.

Use the Multi-function wrench(39) supplied, M8x45 Semi-round head square neck bolt(25), Φ 8 Arc washer(24), Φ 8 Spring washer(23) and M8 Cap nut(22) to tighten it. (see fig.11)



The M8x45 Semi-round head square neck bolts must be inserted correctly into the holes of swing arm. Besides, you also can use your own wrench to tighten the screws as tight as possible.

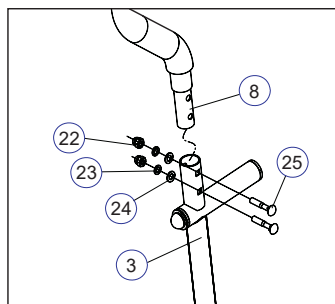
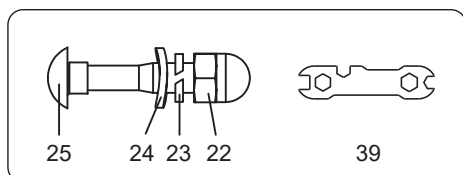


Figure 11



Assembly Instruction

Step 10

Install the Nut cover and the Bottle Holder

10.1 After the whole machine is finished installing, cover the Nut cover S=17 (17) at the joints of the U-shaped seat weldment of the left and the right swing arm. (see fig.12)

10.2 Use the Screwdriver (36) applied and st4.0x15 bolt (40) to fix the bottle holder(13) on the Centre bar(2). (see fig.13)

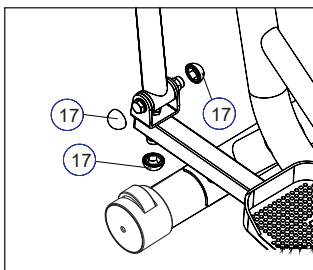


Figure 12

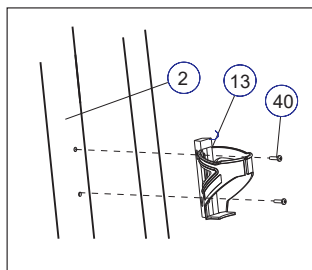


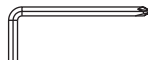
Figure 13



17



40



36

Monitor Instruction

Scanning: when the mode is scanning, the values of each mode are displayed cyclically in the main window, and each item is displayed for 6 seconds.

Time: displays the time from the beginning to the end of the movement. If the middle movement is paused, the time is also paused. Time range: 0:00-99:59 minutes.

Speed: measure the moving speed. The measuring range is 0.0~99.9KM/H or mile/h

RESET key: press this key, and all values except the total distance will be displayed as zero

Mode key:

1. In the stopped state: switch the setting display of each mode in the order: time setting → speed setting → distance setting → calorie setting → total distance setting → heart rate setting.
2. Working status. Switch the contents of the main display window in the order: scan → time → speed → distance → calorie → total distance → heart rate.
3. Long press the MODE key: all values except the total distance are displayed as zero.



Note: the polarity of the battery should be placed correctly; 15 seconds after battery replacement; after replacing the battery, all the memory data disappears; the normal service life of the battery is 1 year.

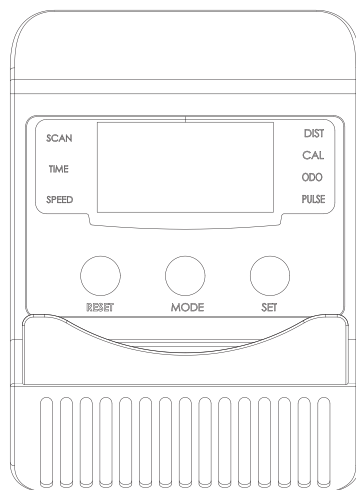
How to improve the exercise effects

Like muscle exercise, aerobic exercise also needs more blood flow and higher heart rate, which will improve the function of cardiovascular system. Heart rate is generally judged by your pulse reading, and it is safe and effective if your pulse is below the maximum training target level. The training target area is called between 87% and 72% of the maximum heart rate, and the training target should be gradually improved by making a training plan, at least 3-4 times a week, each time for 15-20 minutes.

The accurate method to measure heart rate is to press your fingers on the carotid artery or wrist artery between trachea and big neck muscle on the side of neck, count the number of beats every 10 seconds, and multiply it by 6, that is, the number of beats per minute. The electronic watch of this machine has hand-held heart rate display function, which can be used for reference during training.



Don't try to exercise beyond the target heart rate, you must step by step; If there is a medical history, it must be carried out under the guidance of a doctor; When you are over 35-40 years old and do not have normal training, we advise you not to go beyond the doctor's warning. It is important to keep in mind that there are several minutes to warm up and cool down (Figure B below).



Distance: displays the distance from the beginning to the end of the movement. Range: 0.0~9999KM(ML).

Calories: measure the calories consumed from the beginning of exercise to the end of exercise. Measuring range: 0.~9999 cal.

Total distance: record the total distance of movement. After replacing the battery, this value returns to 0, and the measuring range is 0.0~9999KM/H or mile/h.

PULSE: The heart rate (if any) is measured by holding the heart rate sensor in hand, and the measurement range is 40-240 beats/mm.

SET key: in the setting mode, adjust the target value of each mode, and the display of the set mode will change to count down.

Maintenance and troubleshooting methods

1. Regularly check whether the bolts and nuts of each part are fastened, whether the adjusting knob is locked, whether the rotating part is flexible, and whether there are worn or damaged parts. Only when these parts are in good condition can the safety of the equipment be guaranteed;
2. After discovering worn or damaged parts, they should be eliminated immediately or sent to the repair center for replacement, and can only be used after repair;
3. Keep the equipment clean, but do not wipe it with acidic, alkaline or organic solution.
4. Faults and troubleshooting methods:

Causal barrier	Original cause	Exclusion method	Reserve note
Uneven frame	1.uneven ground or sundries 2.The base is not leveled when the frame is assembled	1.Eliminate sundries 2.Loosen the frame connecting bolts, level the base, and then tighten the bolts 3. Adjust the eccentric foot sleeve of the rear bottom pipe	user
Unstable handle	Loose threads	Tighten bolts	user
Rotating parts have abnormal noise	Gap imbalance	Open the shield adjustment	service centre
Rotational weakness	1.the magnetoresistance gap increases 2.The trimmer is damaged 3.The belt slips	1.Open the guard to adjust 2.Replace 3.Open the guard to adjust	service centre

If the machine is slightly changed, no further notice will be given.

WARRANTY

We offer an 12 month warranty after the original purchase date. If there are manufacturing defects on this product, please contact us with your order number and other details about the problem.

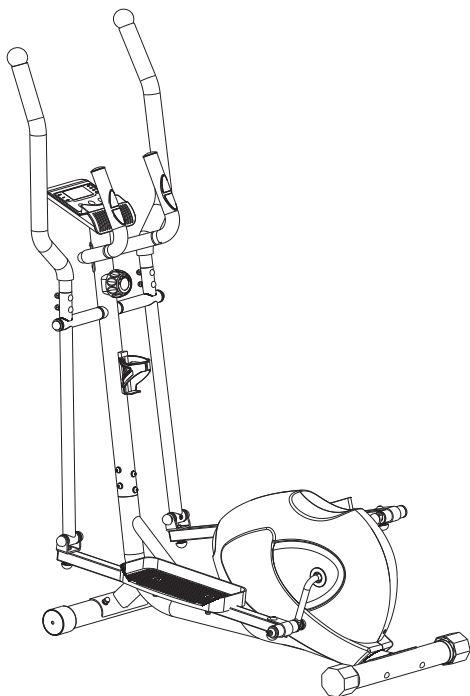
Customer Support

Should you require any assistance regarding this product please gather the following information and then contact us using the details below:

- Order Number: The number you receive after you make your purchase;
- Original purchase date
- Platform of Purchase, such as Amazon, Onbuy, etc;
- Information about the place and conditions of use;
- Precise description of the issue / defect.

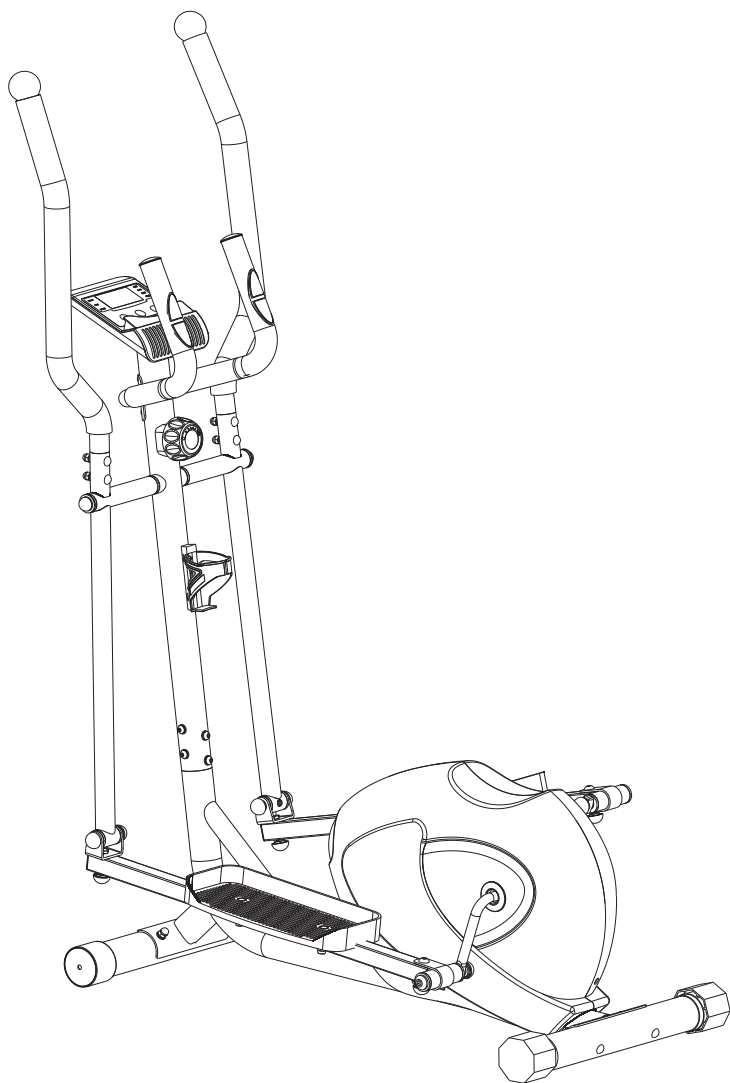
The best way to contact us is via our official customer service email:

dripex.co.uk@outlook.com



IMPORTANT Please retain your sales receipt, Our Fitness Customer Care may request proof of purchase to validate eligibility for warranty service. Warranty cover starts from the date shown on the proof of purchase.

Magnetischer Ellipsentrainer



Benutzerhandbuch

Sicherheitshinweise	DE - 1
Teileliste	DE - 2-3
Hardware-Paket	DE - 4
Montageanleitung	DE - 5-11
Monitor-Anleitung	DE - 12
Wartung und Fehlersuche	DE - 13
Kundenunterstützung	DE - 14



Sie können den QR-Code mit der iPhone/iPad-Kamera oder einer Software scannen, die den QR-Code scannen kann, um das Installationsvideo auf YouTube abzurufen.

Wenn Sie den QR-Code nicht scannen können, können Sie auch die folgende URL eingeben, um das Video abzurufen.

Elliptical Machine Zusammenbau Video: <https://youtu.be/4wK1zT0QV2o>

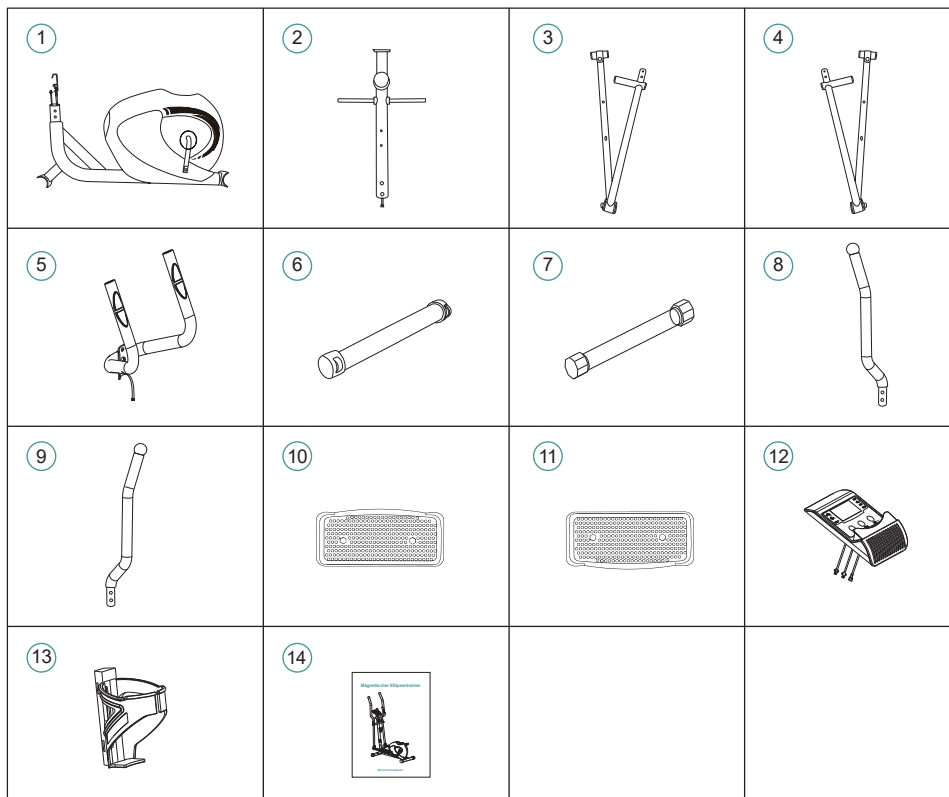
Sicherheitshinweise

1. Wir empfehlen, einen Arzt zu konsultieren, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen. Bitte lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie unsere Magnetic Elliptical Machine benutzen. Mit großer Sorgfalt Diese Anleitung wurde mit großer Sorgfalt erstellt, und wenn Sie sie befolgen, können Sie das Gerät schneller aufbauen Montage und minimiert das Verletzungsrisiko. Es ist wichtig, dass Sie diese Anleitung zum Nachschlagen aufbewahren. für die Zukunft aufbewahren.
2. Bauen Sie das Gerät immer auf einer ebenen Fläche auf und betreiben Sie es. Vergewissern Sie sich vor dem Gebrauch, dass das Gerät stabil ist. Achten Sie immer darauf, dass das Gerät auf jeder Seite ausreichend Platz hat.
3. Tragen Sie stets geeignete Kleidung und Schuhe. (z. B. Trainingsanzug / Shorts / Trainings-schuhe). Legen Sie vor dem Training allen persönlichen Schmuck ab. Achten Sie darauf, dass Sie sich vor dem Training gut aufwärmen Dies hilft, Muskelzerrungen zu vermeiden.
4. Überlasten Sie das Gerät nicht. (Siehe maximales Benutzergewicht) Benutzen Sie das Gerät niemals auf eine andere Weise als in dieser Anleitung und in der mitgelieferten Wandtafel beschrieben.
5. Gesundheitliche Schäden können durch falsches oder übermäßiges Training entstehen.
6. Eltern und andere Personen, die für Kinder verantwortlich sind, sollten sich ihrer Verantwortung bewusst sein, denn der natürliche Spieltrieb und die Experimentierfreudigkeit von Kindern können zu Situationen und Verhaltensweisen führen und Verhaltensweisen führen können, für die das Trainingsgerät nicht vorgesehen ist.
7. Das Gerät ist unter keinen Umständen als Kinderspielzeug geeignet. Wenn Kinder das Gerät benutzen dürfen, sollten ihre geistige und körperliche Entwicklung und vor allem ihr Temperament berücksichtigt werden. Sie sollten beaufsichtigt und in die richtige richtigen Gebrauch des Geräts unterwiesen werden.
8. Das maximale Benutzergewicht beträgt 120 kg. Der Bewegungsspielraum des Geräts sollte größer als 100*120*200cm (LxBxH) sein.
9. Dieses Produkt ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
10. Dieses Gerät ist nicht für den Gebrauch durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis, es sei denn, sie werden es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder in die Benutzung des Geräts die für ihre Sicherheit verantwortlich ist.
11. Dieses Produkt wurde für die Verwendung in einer häuslichen Umgebung getestet und ist garantiert für Haus, für den persönlichen Gebrauch, in der Familie oder im Haushalt.
12. VORSICHT: Kinder und Haustiere dürfen sich dem Gerät nicht nähern, wenn es in Betrieb ist. in Betrieb ist. Nichtbeachtung kann zu Verletzungen führen.

Bitte beachten Sie: Die Anweisungen müssen bei der Montage, Benutzung und Wartung Ihres Geräts sorgfältig befolgt werden. Wartung Ihres Geräts sorgfältig befolgt werden. Die Garantie deckt keine Schäden aufgrund von Nachlässigkeit der hier beschriebenen Montage-, Einstellungs- und Wartungsanweisungen.

Teileliste

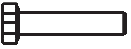
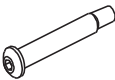
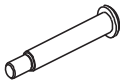
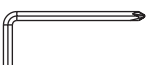
Vergewissern Sie sich beim Öffnen der Verpackung, dass Sie die folgenden Teile haben.

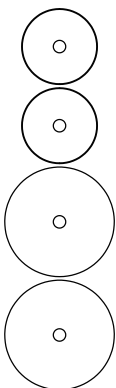


NO	Beschreibung	Qty
1	Hauptrahmen	1
2	Mittelstange	1
3	Linker Schwenkarm	1
4	Rechter Schwenkarm	1
5	Herzfrequenz-Griff	1
6	Vorderes Fußrohr	1
7	Hinteres Fußrohr	1

NO	Beschreibung	Qty
8	Linker Lenker	1
9	Rechter Lenker	1
10	Linkes Pedal	1
11	Rechtes Pedal	1
12	Monitor	1
13	Flaschenhalter	1
14	Benutzerhandbuch	1

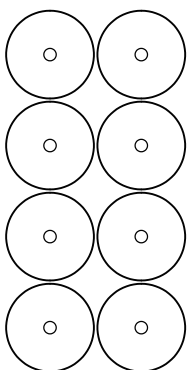
Teilleiste

15  Abdeckung mit Mutter S=13 *2	16  Abdeckung mit Mutter S=19 *2	17  Abdeckung mit Mutter S=17 *8	18  M8x45 Sechskantschraube *4
19  M8 Nylonmutter *4	20  Ø8 Unterlegscheibe *4	21  M8x70 Halbrundkopfschraube mit Vierkantansatz *4	22  M8 Hutmutter *8
23  Ø8 Federscheibe *16	24  Ø8 Bogenunterlegscheibe *16	25  M8x45 Halbrundkopf Schraube mit Vierkantansatz *4	26  M8x20 Innen Sechskantschraube *8
27  Ø8x22 Glatte Unterlegscheibe *2	28  Ø16 Wellenförmige elastische Unterlegscheibe *4	29  Ø16 D-Scheibe 32x16,2 *2	30  M8x20 Sechskantschraube *2
31  Linke Pedalscharnierschraube *1	32  Rechte Pedalscharnierschraube *1	33  Linke Nylonmutter 1/2" *1	34  Rechte Nylonmutter 1/2" *1
35  20x13 Federscheibe *2	36  Inbusschlüssel S=5 / Schraubendreher *1	37  Inbusschlüssel S=8	38  Multi-Funktionsschlüssel 10-15-17-19 *1
39  Multi-Funktionsschlüssel 13-14-15-16-17 *1	40  st4.0x15 Schraube*2		

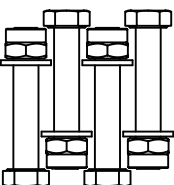


Abdeckung mit Mutter
S=13 2Stk.

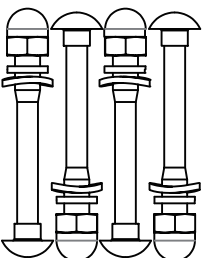
Abdeckung mit Mutter
S=19 2Stk.



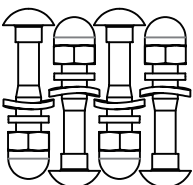
Abdeckung mit Mutter S=17 8Stk.



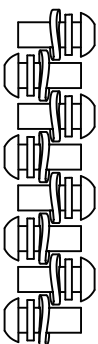
M8x45 Sechskantschraube 4Stk.
M8 Nyilmutter 4Stk.
ø8 Unterlegscheibe 4Stk.



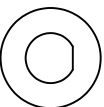
M8 Hutmutter 4Stk.
ø8 Federscheibe 4Stk.
ø8 Bogenunterlegscheibe 4Stk.
M8x70 Halbrundkopf Schraube
mit Vierkantansatz 4Stk.



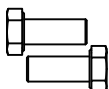
M8 Hutmutter 4Stk.
ø8 Federscheibe 4Stk.
ø8 Bogenunterlegscheibe 4Stk.
M8x45 Halbrundkopf Schraube
mit Vierkantansatz 4Stk.



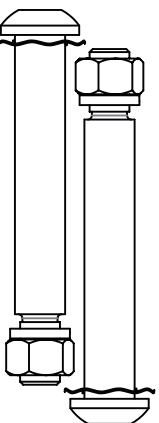
M8x20 Innen Sechskantschraube 8Stk.
ø8 Federscheibe 8Stk.
ø8 Bogenunterlegscheibe 8Stk.



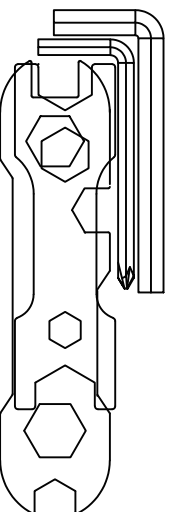
M8x20 Sechskantschraube 2Stk.



ø8x22 Glatte Unterlegscheibe 2Stk.
ø16 Wellenförmige elastische
Unterlegscheibe 2Stk.
ø16 D-Scheibe 32x16,2 2Stk.



Nyilmutter 1/2" (1Stk. R+1Stk. L)
Federscheibe 20x13 2Stk.
Pedalschienenbolzen (1Stk. R+1Stk. L)
ø16 Wellenförmige elastische Unterlegscheibe 2Stk.



Inbusschlüssel S=5/Schraubendreher 1St.
Inbusschlüssel S=8 1Stk.

Multi-Funktionsschlüssel 10-15-17-19
Multifunktionsschlüssel 13-14-15-16-17

s14, 0x15 Schraube 2Stk.



Montageanleitung

Schritt 1

Montieren Sie das hintere Fußrohr

Befestigen Sie das hintere Fußrohr (7) mit dem Multifunktionsschlüssel (39), den Halbrundkopfschrauben M8x70 (21), der Bogenscheibe $\Phi 8$ (24), der Federscheibe $\Phi 8$ (23) und der Muttermutter M8 (22) an dem Hauptrahmen (1). (siehe Abb.1)

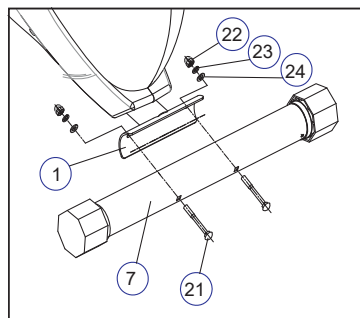
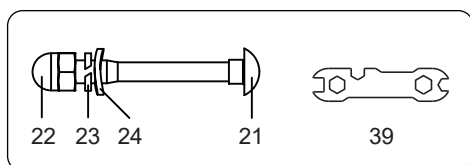


Abb. 1

Schritt 2

Montieren Sie das vordere Fußrohr

Verwenden Sie den verwendeten Multifunktionsschlüssel(39), M8x70 Halbrundkopfschrauben mit Vierkantansatz(21), $\Phi 8$ Bogen Unterlegscheibe(24), $\Phi 8$ Federscheibe(23) und M8 Hut Mutter(22), befestigen Sie das vordere Fußrohr(6) am Haupt Rahmen (1). (siehe Abb.2)

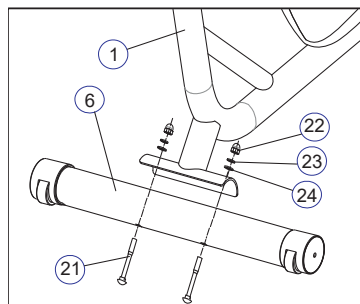
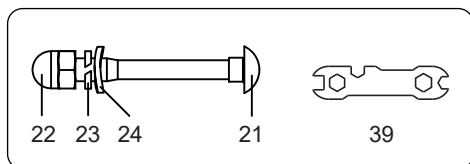


Abb. 2

Schritt 3

Installieren Sie das Widerstandskabel und die Mittelstange

Bevor Sie das Widerstandskabel installieren, drehen Sie bitte den Widerstandsregler auf Stufe 8 und lassen Sie das Widerstandskabel so weit wie möglich ausfahren, damit es sich leicht installieren lässt. (siehe Abb.3).

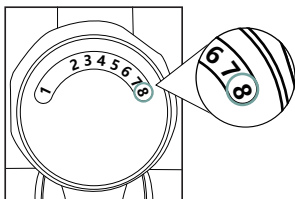


Abb. 3



Bitte halten Sie sich bei der Montage genau an diesen Schritt, sonst wird es beim Treten sehr steif.

3.1 Verbinden Sie das Widerstandskabel fest mit dem unteren Kabel, ziehen Sie dann das Widerstandskabel nach oben und hängen Sie es in das Loch der Metallhalterung. (siehe Abb. 4).

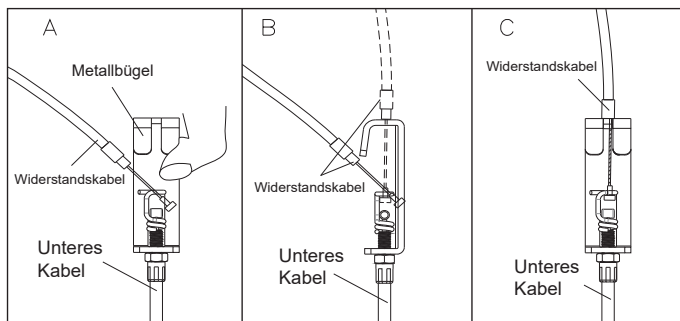


Abb. 4

3.2 Verbinden Sie das Sensorkabel 1(41) fest mit dem Sensorkabel 2(42). (siehe Abb.5)

3.3 Verwenden Sie den Schraubendreher (36), die Innensechskantschraube M8x20 (26), die Federscheibe $\Phi 8$ (23) und die Bogenscheibe $\Phi 8$ (24) und verbinden Sie die Mittelstange (2) mit dem Hauptrahmen (1). (siehe Abb.5)

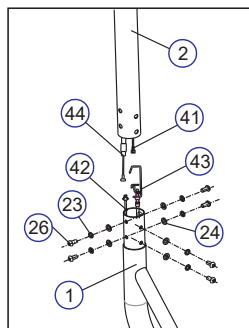


Abb. 5

Montageanleitung

Schritt 4

Installieren Sie den Herzfrequenz-Griff

Führen Sie das Herzfrequenzkabel (45) durch das kleine Loch auf der Rückseite der Mittelstange (2) und führen Sie es dann aus dem oberen Anschluss heraus. Verwenden Sie den Schraubendreher (36), die M8x20-Innensechskantschraube (26), die $\Phi 8$ -Federscheibe (23) und die $\Phi 8$ -Bogenscheibe (24) und befestigen Sie den Herzfrequenzgriff (5) an der Mittelstange (2). (siehe Abb.6)

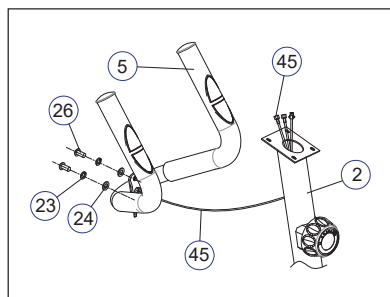
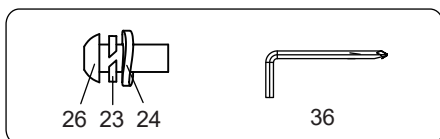


Abb. 6



Schritt 5

Installieren Sie den digitalen Monitor

5.1 Verbinden Sie das Herzfrequenzkabel (45) und das Sensorkabel 1 (41) eins zu eins mit den Anschlüssen des Monitors (12) und stecken Sie diese Kabel dann in die Mittelstange.

5.2 Verwenden Sie den Schraubendreher (36) und die M5x10 Linsenschraube, um den Monitor (12) an der Mittelstange (2) zu befestigen. (siehe Abb.7)

Hinweis: Batteriemodell erforderlich: 2x 1.5V AAA Batterie (Batterie nicht enthalten)

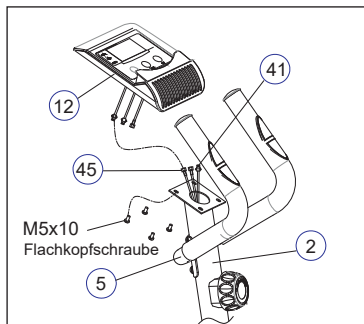


Abb. 7



Die M5x10
Flachkopfschrauben sind
auf der Rückseite des
Monitors vormontiert.



M5x10
Flachkopfschraube



36

Montageanleitung

Schritt 6

Montieren Sie den rechten Schwenkarm (sowie den linken Schwenkarm)

Befestigen Sie den Bogenabstandshalter (der Bogen ist nach innen gerichtet), die elastische $\Phi 16$ Waveform-Scheibe(28) und den rechten Schwenkarm(4) nacheinander an der rechten Schwenkwelle der Mittelstange(2). Verwenden Sie den verwendeten Multifunktionsschlüssel(39), $\Phi 16$ D Unterlegscheibe 32x16,2 (29), $\Phi 8*22$ Unterlegscheibe Unterlegscheibe (27) und M8x20 Sechskantschraube (30) festziehen und mit der mit der Abdeckmutter s=13(15). (siehe Abb.8)

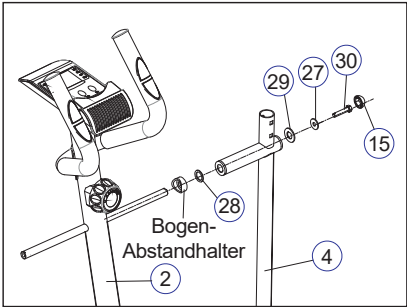


Abb. 8

Die Arc-Distanzstücke sind auf der Schwenkwelle der Centerbar vormontiert.

 28	 29	 27
 30	 15	 39

Montageanleitung

Schritt 7

Montieren Sie die linke Pedalwelle (sowie die rechte Pedalwelle)

Verwenden Sie den Inbusschlüssel S=8(37), Multifunktions Schraubenschlüssel(38), Linke Pedalgelenkschraube(31), $\Phi 16$ elastische Unterlegscheibe(28), 20x13 Feder Unterlegscheibe(35) und linke Nylonmutter 1/2"(33) mitgeliefert, um die hintere Schweißnaht der linken Schwinge an der linken Kurbel und Abdeckung mit der Mutter Abdeckung s=19(16). (siehe Abb.9)

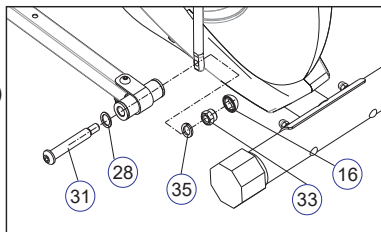
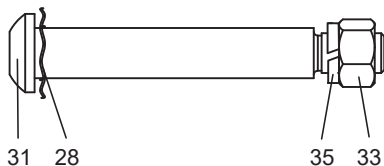


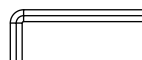
Abb. 9



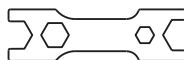
Der linke Pedalgelenkbolzen wird gegen den Uhrzeigersinn in die linke Kurbel geschraubt und dann die linke Nylonmutter im Uhrzeigersinn angezogen. Umgekehrt wird die Schraube des rechten Pedalgelenks im Uhrzeigersinn in die rechte Kurbel geschraubt und dann die rechte Nylonmutter gegen den Uhrzeigersinn angezogen.



16



37



38

Montageanleitung

Schritt 8

Installieren Sie das linke Pedal (sowie das rechte Pedal)

Verwenden Sie den Multifunktionsschlüssel (39), die Sechskantschraube M8x45 Sechskantschraube (18), $\Phi 8$ Unterlegscheibe (20) und M8 Nylon Mutter(19), die mitgeliefert wurden, um das linke Pedal (10) zu montieren und ziehen Sie diese richtig fest. (siehe Abb.10)

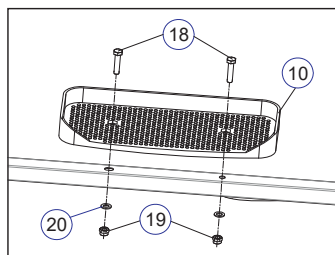
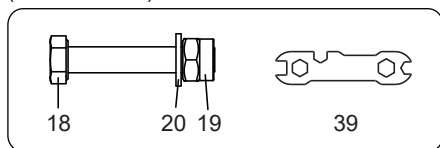


Abb. 10

Schritt 9

Montieren Sie den linken Lenker (und auch den rechten Lenker).

Befestigen Sie den linken Lenker (8) an den oberen Enden der linken Schwinge (3) und stellen Sie sie so ein, dass die Gewindebohrungen übereinstimmen.

Verwenden Sie den mitgelieferten Multifunktions-schlüssel(39), M8x45 Halbrundkopf-Vierkantschraube(25), $\Phi 8$ Bogenscheibe(24), $\Phi 8$ Federscheibe(23) und M8 Hutmutter(22) zum Festziehen. (siehe Abb.11)



Die M8x45 Halbrundkopf-Vierkantschrauben müssen korrekt in die Bohrungen in die Löcher der Schwinge eingesetzt werden. Außerdem, können Sie auch Ihren eigenen Schraubenschlüssel verwenden, um die Schrauben so fest wie möglich anzuziehen.

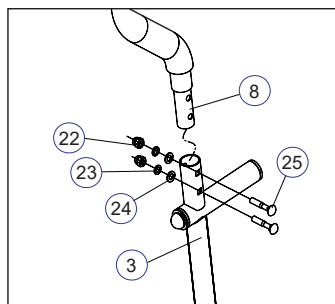
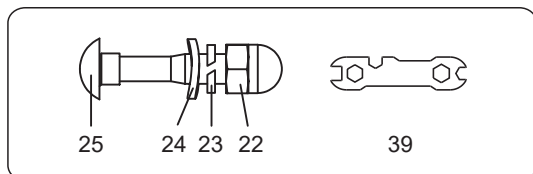


Abb. 11



Schritt 10

Montieren Sie die Abdeckung der Mutter und den Flaschenhalter

10.1 Nachdem die gesamte Maschine montiert ist, decken Sie die Mutterabdeckung S=17 (17) an den Verbindungsstellen der U-förmigen Sitzschweißung der linken und rechten Schwinge ab (siehe Abb. 12).

10.2 Verwenden Sie den Schraubendreher (36) und die Schraube St4,0x15 (40), um den Flaschenhalter (13) an der Mittelstange (2) zu befestigen. (siehe Abb. 13)

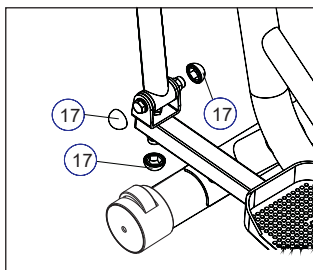


Abb. 12

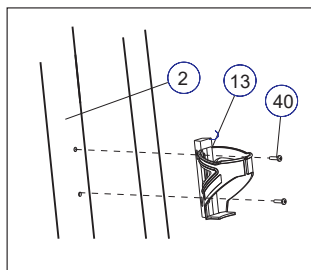


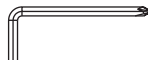
Abb. 13



17



40



36

Monitor-Anleitung

Scanning: Wenn der Modus "Scanning" läuft, werden die Werte jedes Modus zyklisch im Hauptfenster angezeigt, und jeder jedes Element wird 6 Sekunden lang angezeigt.

Zeit: Zeigt die Zeit vom Beginn bis zum Ende der Bewegung an. Wenn die mittlere Bewegung angehalten wird, wird auch die Zeit angehalten. Zeitbereich: 0:00- 99: 59 Minuten.

Geschwindigkeit: Messung der Bewegungsgeschwindigkeit Geschwindigkeit. Der Messbereich ist 0. 0~ 999_9KM/ H oder Meile/h

RESET-Taste: Wenn Sie diese Taste drücken, werden alle Werte außer der Gesamtdistanz als Null angezeigt.

Modus-Taste:

1. Im gestoppten Zustand: Schalten Sie die Anzeige der einzelnen Modi in folgender Reihenfolge um: Zeiteinstellung→Geschwindigkeitseinstellung →Distanzeinstellung→Kalorieneinstellung→Gesamtdistanzeinstellung →Herzfrequenzeinstellung.
2. Arbeitsstatus: Wechseln Sie den Inhalt des Hauptanzeigefensters in der Reihenfolge: Scan→Zeit→Geschwindigkeit→Distanz →Kalorien →Gesamtdistanz→Herzfrequenz.
3. Drücken Sie lange die MODE-Taste: Alle Werte außer der Gesamtdistanz werden als Null angezeigt.

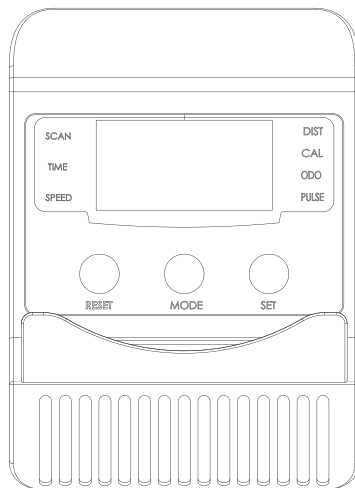
⚠ Hinweis: Die Batterie muss richtig gepolt sein; 15 Sekunden nach dem Batteriewechsel werden alle Speicherdaten gelöscht; die normale Lebensdauer der Batterie beträgt 1 Jahr.

Wie man den Trainingseffekt verbessert

Wie Muskeltraining erfordert auch aerobes Training einen stärkeren Blutfluss und eine höhere Herzfrequenz, wodurch die Funktion des Herz-Kreislauf-Systems verbessert wird. Die Herzfrequenz wird im Allgemeinen anhand des Pulses gemessen, und es ist sicher und effektiv, wenn Ihr Puls unter dem maximalen Trainingsziel liegt. Der Trainingszielbereich liegt zwischen 87% und 72% der maximalen Herzfrequenz, und das Trainingsziel sollte schrittweise verbessert werden, indem ein Trainingsplan erstellt wird, und zwar mindestens 3-4 Mal pro Woche, jeweils 15-20 Minuten lang.

Wie Muskeltraining erfordert auch aerobes Training einen stärkeren Blutfluss und eine höhere Herzfrequenz, wodurch die Funktion des Herz-Kreislauf-Systems verbessert wird. Die Herzfrequenz wird im Allgemeinen anhand des Pulses gemessen, und es ist sicher und effektiv, wenn Ihr Puls unter dem maximalen Trainingsziel liegt. Der Trainingszielbereich liegt zwischen 87% und 72% der maximalen Herzfrequenz, und das Trainingsziel sollte schrittweise verbessert werden, indem ein Trainingsplan erstellt wird, und zwar mindestens 3-4 Mal pro Woche, jeweils 15-20 Minuten lang.

⚠ Versuchen Sie nicht, über die angestrebte Herzfrequenz hinaus zu trainieren, sondern gehen Sie schrittweise vor; wenn eine medizinische Vorgeschichte vorliegt, muss das Training unter der Anleitung eines Arztes durchgeführt werden; wenn Sie über 35-40 Jahre alt sind und nicht normal trainiert haben, raten wir Ihnen, nicht über die Warnung des Arztes hinauszugehen. Es ist wichtig zu beachten, dass zum Aufwärmen und Abkühlen mehrere Minuten zur Verfügung stehen (siehe Abbildung B).



Entfernung: zeigt die Entfernung vom Anfang bis zum Ende der Bewegung an. Bereich: 0. 0~ 9999KM(ML).

Kalorien: Messung der verbrauchten Kalorien verbrauchten Kalorien vom Beginn der Übung bis zum Ende der Übung. Messbereich: 0,~0 9999 cal.

Gesamtstrecke: Aufzeichnung der Gesamtstrecke Entfernung der Bewegung, Nach Austausch der Batterie wird dieser Wert wieder auf 0, und der Messbereich Bereich ist 0. 0 9999KM/ H oder Meile/h.

PULSE: Die Herzfrequenz (falls vorhanden) wird gemessen, indem der Herzfrequenzsensor in der Hand gehalten wird, und der Messbereich beträgt 1s 4-0 240 Schläge/mm.

SET-Taste: Stellen Sie im Einstellungsmodus den Zielwert für jeden Modus ein, und die Anzeige des eingestellten Modus wechselt zum Countdown.

Wartung und Fehlersuche

1. Überprüfen Sie regelmäßig, ob die Schrauben und Muttern der einzelnen Teile fest angezogen sind, ob der Einstellknopf arretiert ist, ob das rotierende Teil flexibel ist und ob es abgenutzte oder beschädigte Teile gibt. Nur wenn diese Teile in gutem Zustand sind, kann die Sicherheit des Geräts gewährleistet werden;
2. Wenn verschlissene oder beschädigte Teile entdeckt werden, sollten sie sofort beseitigt oder zur Reparatur geschickt werden, um sie zu ersetzen, und können erst nach der Reparatur wieder verwendet werden;
3. Halten Sie das Gerät sauber, aber wischen Sie es nicht mit säurehaltigen, alkalischen oder organischen Lösungen ab.
4. Fehler und Methoden zur Fehlerbehebung:

Kausal Barriere	Ursprüngliche Ursache	Ausschlussverfahren	Reserve -schein
Ungleich -mäßige Rahmen	1.unebener Boden oder Sonstiges 2. die Basis ist nicht nivelliert, wenn der Rahmen montiert ist	1. beseitigen Sie den Kleinkram 2.lösen Sie die Verbindungs -schrauben des Rahmens, richten Sie die Basis aus und ziehen Sie die Schrauben fest 3. Stellen Sie die exzentrische Fußhülse des hinteren Bodenrohrs ein.	Benutzer
Instabil Griff	Lose Fäden	Bolzen anziehen	Benutzer
Rotierende Teile machen ungewöhnliche Geräusche	Ungleichgewicht der Lücke	Öffnen Sie die Abschirmung Einstellung	Dienstleistung Zentrum
Rotation Schwäche	1. die Magnetowiderstandslücke vergrößert sich 2. der Trimmer ist beschädigt 3. der Riemen durchrutscht	1.öffnen Sie die Schutzvorrichtung zum Einstellen 2.austauschen 3.öffnen Sie die Schutzvorrichtung zum Einstellen	Dienstleistung Zentrum

Bei geringfügigen Änderungen an der Maschine wird keine weitere Mitteilung gemacht.

GARANTIE

Wir bieten eine 12-monatige Garantie ab dem ursprünglichen Kaufdatum. Wenn es Herstellungsfehler an diesem Produkt gibt, kontaktieren Sie uns bitte mit Ihrer Bestellnummer und anderen Details über das Problem.

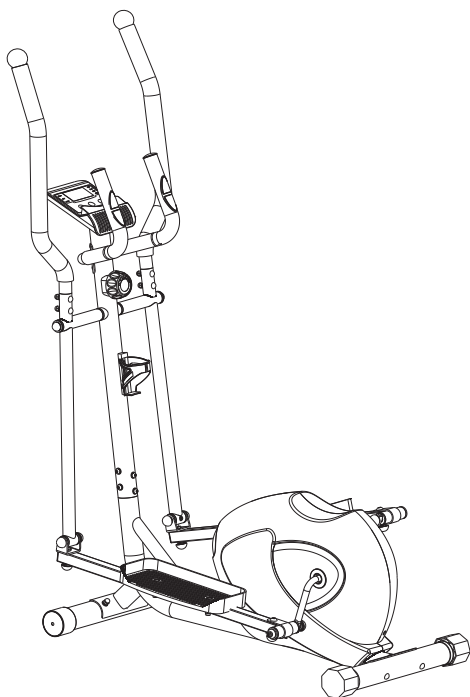
Kundenunterstützung

Sollten Sie Hilfe zu diesem Produkt benötigen, sammeln Sie bitte die folgenden Informationen und kontaktieren Sie uns dann unter den unten angegebenen Kontaktdaten:

- Bestellnummer: Die Nummer, die Sie nach Ihrem Kauf erhalten;
- Ursprüngliches Kaufdatum
- Kaufplattform, wie Amazon, Onbuy, etc;
- Informationen über den Ort und die Bedingungen der Nutzung;
- Genaue Beschreibung des Problems/Mangels.

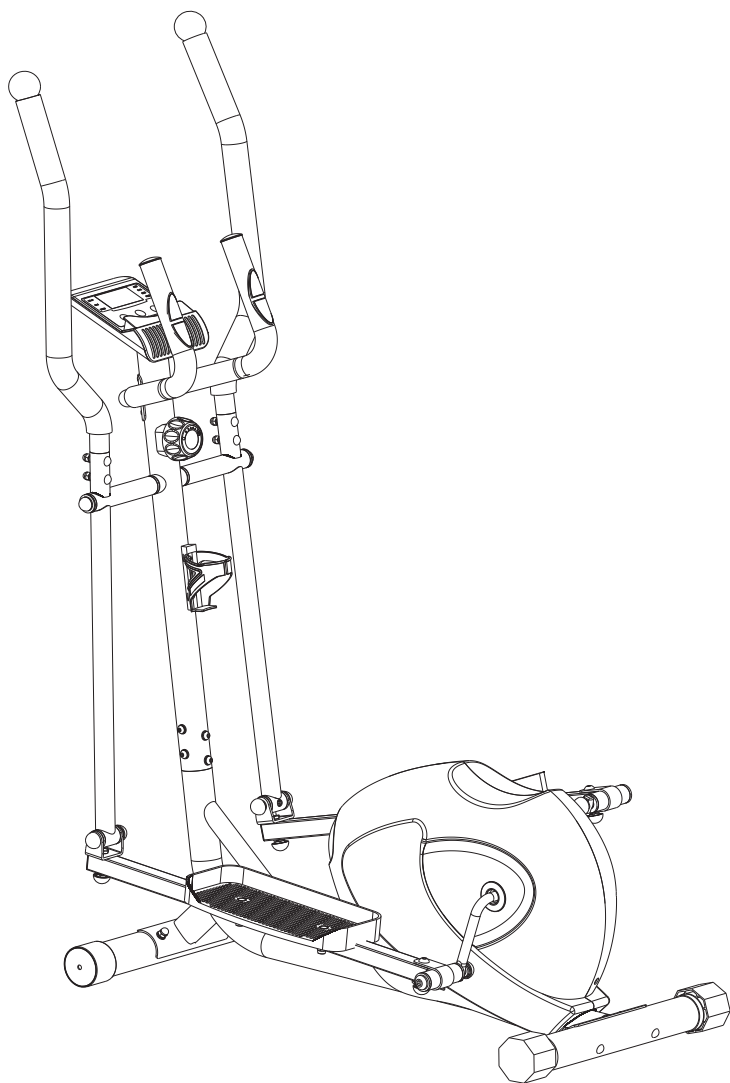
Am besten kontaktieren Sie uns über unseren offiziellen E-Mail-Kundendienst:

dripex.co.uk@outlook.com



WICHTIG Bitte bewahren Sie Ihren Kaufbeleg auf. Unser Fitness-Kundendienst kann einen Kaufnachweis verlangen, um den Anspruch auf Garantieleistungen zu prüfen. Die Garantie beginnt mit dem auf dem Kaufbeleg angegebenen Datum.

Macchina Ellittica Magnetica



Manuale d'uso

Informazioni sulla sicurezza	IT - 1
Elenco delle parti	IT - 2-3
Pacchetto hardware	IT - 4
Istruzioni di montaggio	IT - 5-11
Istruzioni per il monitor	IT - 12
Metodi di manutenzione e risoluzione dei problemi	IT - 13
Assistenza clienti	IT - 14



È possibile scansionare il codice QR con la fotocamera dell'iPhone/iPad o con un software in grado di scansionare il codice QR per ottenere il video di installazione su YouTube. Se non è possibile scansionare il codice QR, è anche possibile inserire il seguente URL per ottenere il video.

Video di montaggio della macchina ellittica: <https://youtu.be/4wK1zT0QV2o>

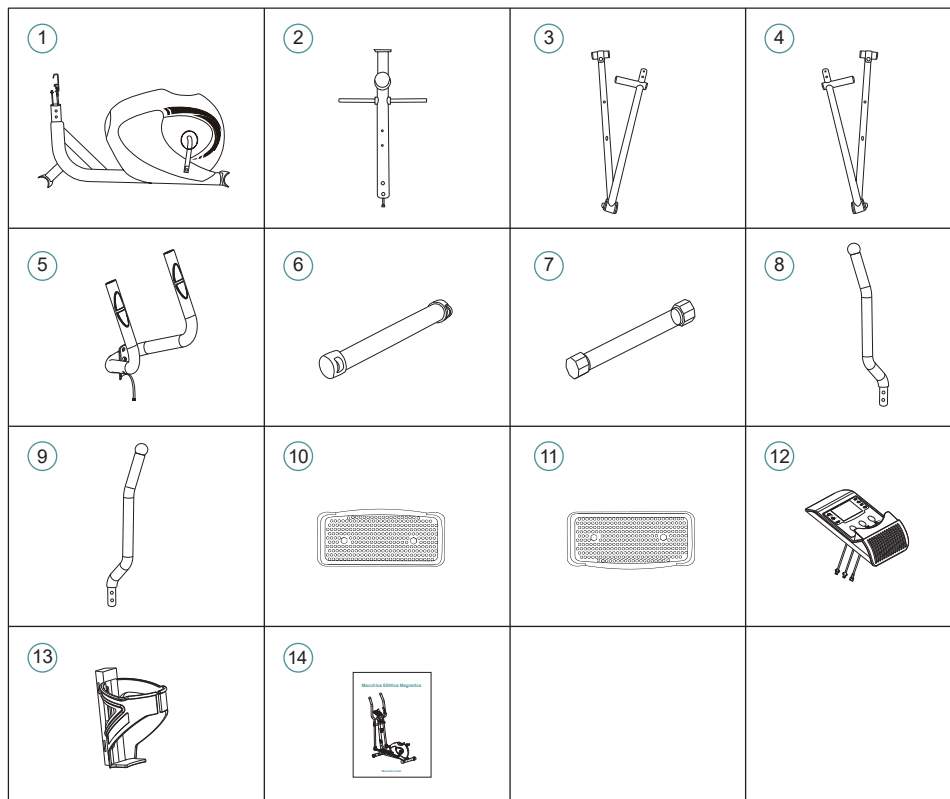
Informazioni sulla sicurezza

1. Si consiglia di consultare un medico prima di iniziare un programma di esercizi. Leggere tutte le istruzioni prima di utilizzare la macchina ellittica magnetica. La progettazione di queste istruzioni è stata eseguita con grande cura e la loro osservanza vi aiuterà a velocizzare l'assemblaggio e a ridurre il rischio di lesioni. montaggio più rapido e ridurre al minimo il rischio di lesioni. È importante conservare queste istruzioni per riferimenti futuri.
2. Montare e utilizzare sempre l'apparecchiatura su una superficie piana. Assicurarsi che l'apparecchiatura sia stabile prima dell'uso. Assicurarsi sempre che l'apparecchiatura disponga di uno spazio adeguato su ogni lato.
3. Indossare sempre abbigliamento e calzature adeguate. (ad es. tuta da ginnastica/pantaloncini / scarpe da allenamento). Togliere tutti i gioielli personali prima di allenarsi. Assicurarsi di riscaldarsi bene prima di usare attrezzature, in modo da prevenire gli affaticamenti muscolari.
4. Non sovraccaricare mai l'apparecchiatura. (Vedere il peso massimo dell'utente) Non utilizzare mai l'apparecchiatura in modo diverso da quello illustrato nelle presenti istruzioni e nei diagrammi a parete forniti. in dotazione.
5. I danni alla salute possono derivare da un allenamento scorretto o eccessivo.
6. I genitori e gli altri responsabili dei bambini devono essere consapevoli della loro responsabilità, perché il naturale istinto di gioco e la passione per la sperimentazione dei bambini possono portare a situazioni e comportamenti per i quali l'attrezzatura di allenamento non è destinata.
7. L'attrezzatura non è in nessun caso adatta come giocattolo per bambini. Se i bambini possono Se i bambini possono utilizzare l'attrezzatura, si deve tenere conto del loro sviluppo mentale e fisico e soprattutto del loro temperamento. Devono essere controllati e istruiti sull'uso corretto dell'attrezzatura.
8. Il peso massimo dell'utente è di 120 kg. Il passo libero di questa attrezzatura deve essere superiore a 100*120*200cm (LxLxH).
9. Questo prodotto non è adatto a scopi terapeutici.
10. Questo apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali. capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte, o mancanza di esperienza e conoscenza, a meno che non abbiano ricevuto supervisione o istruzioni sull'uso dell'apparecchio da parte di una persona responsabile della loro sicurezza.
11. Questo prodotto è stato testato per l'uso in ambiente domestico ed è garantito per uso domestico, personale, familiare o casalingo.
12. **ATTENZIONE:** I bambini e gli animali domestici non devono avvicinarsi alla macchina ellittica quando è in funzione. La mancata osservanza di questa precauzione può provocare lesioni.

Nota: è necessario seguire attentamente le istruzioni per il montaggio, l'uso e la manutenzione dell'apparecchiatura. manutenzione dell'apparecchiatura. La garanzia non copre i danni dovuti alla negligenza delle istruzioni di montaggio, regolazione e manutenzione qui descritte.

Elenco delle parti

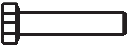
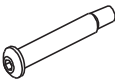
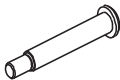
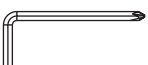
Quando si apre la confezione, accertarsi di avere a disposizione le seguenti parti.



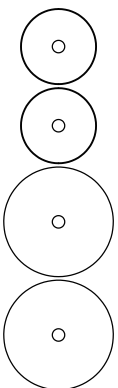
NO	Descrizione	Qty
1	Telaio principale	1
2	Barra centrale	1
3	Braccio oscillante sinistro	1
4	Braccio oscillante destro	1
5	Impugnatura per la frequenza cardiaca	1
6	Tubo del piede anteriore	1
7	Tubo del piede posteriore	1

NO	Descrizione	Qty
8	Manubrio sinistro	1
9	Manubrio destro	1
10	Pedale sinistro	1
11	Pedale destro	1
12	Monitor	1
13	Portabottiglie	1
14	Tubo del piede posteriore	1

Elenco delle parti

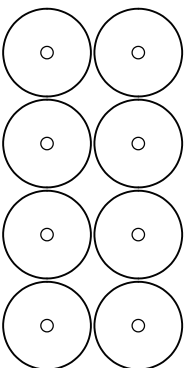
15  Copridero S=13 *2	16  Copridero S=19 *2	17  Copridero S=17 *8	18  M8x45 Bullone a testa esagonale *4
19  M8 Dado in nylon *4	20  Φ8 Rondella piana *4	21  M8x70 Bullone a testa semitonda a collo quadro *4	22  Dado M8 *8
23  Φ8 Rondella elastica *16	24  Φ8 Rondella ad arco *16	25  M8x45 Bullone a testa semitonda a collo quadro *4	26  M8x20 Vite esagonale interna *8
27  Φ8x22 Rondella piana *2	28  Φ16 Rondella elastica per forme d'onda *4	29  Φ16 Rondella D 32x16,2 *2	30  M8x20 Bullone a testa esagonale *2
31  Bullone cerniera pedale sinistro *1	32  Bullone cerniera pedale destro *1	33  Dado in nylon sinistro da 1/2" *1	34  Dado in nylon destro 1/2" *1
35  20x13 Rondella elastica *2	36  Chiave a brugola S=5 / Cacciavite *1	37  Chiave a brugola S=8	38  Chiave multifunzione 10-15-17-19 *1
39  Chiave multifunzione 13-14-15-16-17 *1	40  bullone st4.0x15 *2		

Pacchetto hardware

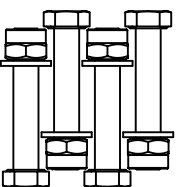


Copridado S=13 2pz

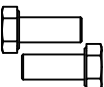
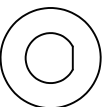
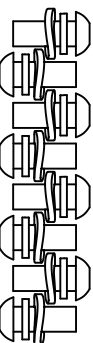
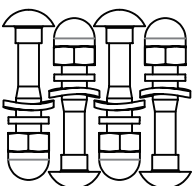
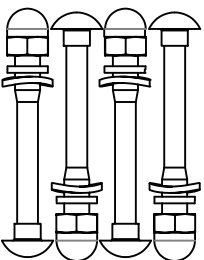
Copridado S=19 2pz



Copridado S=17 8pz



Bullone a testa esagonale M8x45 4 pz
Dado in nylon M8 4pz
Ø8 Rondella patta 4pz.



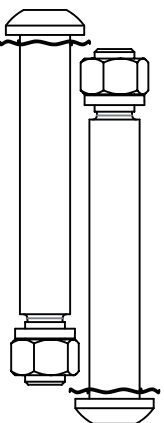
M8x20 Bullone a testa esagonale 2 pezzi

Dado M8 4 pz
Ø8 Rondella elastica 4pz
Ø8 Rondella ad arco 4pz
M8x70 Bullone a testa semironda
ta collo quadrato 4pz

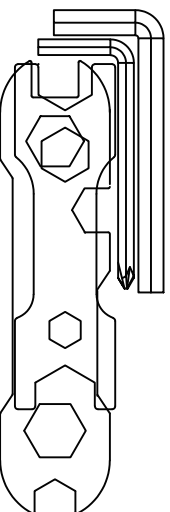
Dado M8 4 pz
Ø8 Rondella elastica 4pz
Ø8 Rondella ad arco 4pz
M8x45 Bullone a testa semironda
a collo quadrato 4pz

M8x20 Vite esagonale interna 8 pz
Ø8 Rondella elastica 8pz
Ø8 Rondella ad arco 8pz

Ø8x22 Rondella piena 1 pz
Ø16 Rondella elastica per
forme d'onda 2 pz
Ø16 Rondella D 32x16,2 pz



Dado Nylon 1/2" (1pz R+1pz L)
Rondella elastica 20x13 2pz
bullone della carriera del pedale (1pz R+1pz L)
Ø16 Rondella elastica per forma d'onda 2pz



Chiave a brugola S=5/cacciavite 1pz
Chiave a brugola S=8 1pz

Chiave multifunzione 10-15-17-19
Chiave multifunzione 13-14-15-16-17



bullone s14 0x15 2pz

Istruzioni di montaggio

Passo 1

Installare il tubo posteriore del piede

Utilizzando la chiave multifunzione(39) applicata, i bulloni a testa semitonda M8x70 a collo quadrato(21), la rondella ad arco $\Phi 8$ (24), la rondella a molla $\Phi 8$ (23) e il dado a risvolto M8(22), fissare il tubo posteriore del piede(7) al telaio principale (1). (vedi fig. 1)

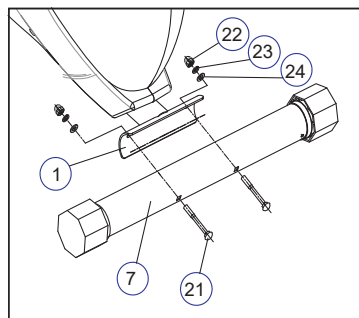
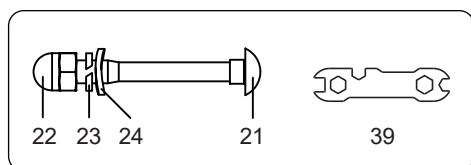


Figura 1

Passo 2

Installare il tubo del piede anteriore

Utilizzando la chiave multifunzione(39) applicata, i bulloni a testa semitonda M8x70 a collo quadrato(21), la rondella ad arco $\Phi 8$ (24), la rondella a molla $\Phi 8$ (23) e il dado a risvolto M8(22), fissare il tubo del piede anteriore(6) al telaio principale (1). (vedi fig. 2)

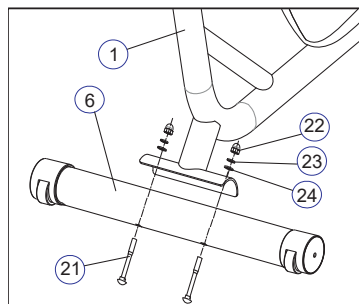
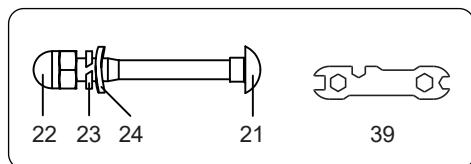


Figura 2

Istruzioni di montaggio

Passo 3

Installare il cavo della resistenza e la barra centrale

Prima di installare il cavo di resistenza, ruotare la manopola della resistenza al livello 8 e lasciare che il cavo di resistenza si estenda al massimo per poterlo installare facilmente. lasciare che il cavo di resistenza si estenda fino alla lunghezza massima per poterlo installare facilmente. (vedi fig. 3).

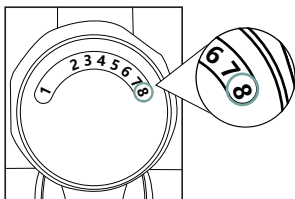


Figura 3



Assicurarsi di seguire scrupolosamente questo passaggio per l'installazione, altrimenti sarà molto rigido quando si pedalare.

3.1 Collegare saldamente il cavo della resistenza con il cavo inferiore, quindi tirare il cavo della resistenza verso l'alto e appenderlo al foro della staffa metallica. e appenderlo al foro della staffa metallica. (vedi fig. 4).

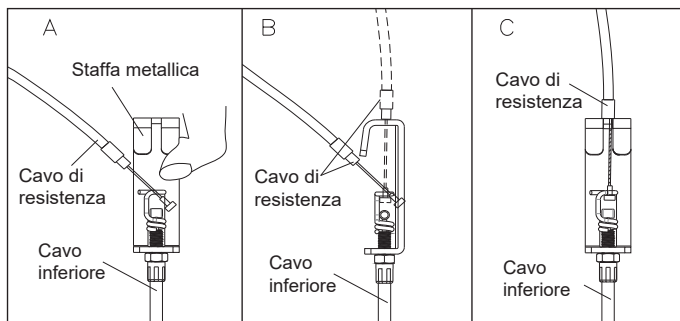


Figura 4

3.2 Collegare saldamente il cavo del sensore 1(41) con il cavo del sensore 2(42). 2(42). (vedere fig. 5)

3.3 Utilizzare il cacciavite (36) applicato, la vite esagonale interna M8x20 (26), la rondella di esagonale interna (26), rondella elastica $\Phi 8$ (23) e rondella ad arco $\Phi 8$ (24), collegare il cavo del sensore 1(41) con il cavo del sensore 2(42). rondella ad arco(24), collegare la barra centrale (2) al telaio principale(1). principale (1). (vedi fig. 5)

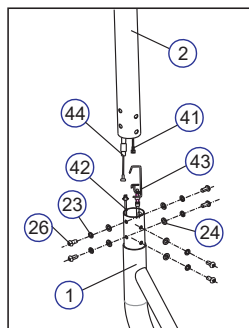
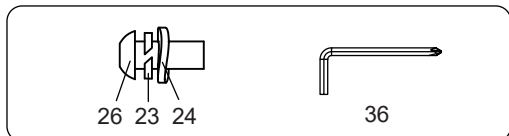


Figura 5

Istruzioni di montaggio

Passo 4

Installare l'impugnatura per la frequenza cardiaca

Far passare il cavo della frequenza cardiaca(45) attraverso il piccolo foro sul retro della barra centrale(2), e poi farlo uscire dalla porta superiore. Utilizzare il cacciavite (36) applicato, la vite esagonale interna M8x20 esagonale M8x20 interna (26), rondella elastica $\Phi 8$ (23) e rondella $\Phi 8$ rondella ad arco(24), fissare l'impugnatura per la frequenza cardiaca(5) alla barra centrale(2). (vedi fig. 6)

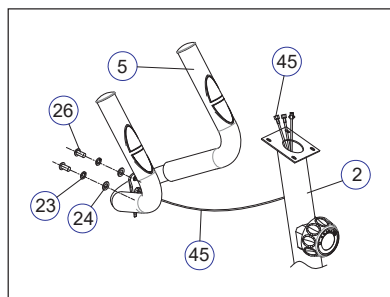


Figura 6

Passo 5

Installare il monitor digitale

5.1 Collegare il cavo della frequenza cardiaca(45) e il cavo del sensore 1(41) ai connettori del monitor(12) in corrispondenza di uno a uno. Monitor(12) in corrispondenza di uno a uno, quindi collegare questi cavi alla barra centrale.

5.2 Utilizzare il cacciavite (36) applicato e la vite a testa cilindrica M5x10 per fissare il monitor (12) alla barra centrale (2). alla barra centrale (2). (vedere fig. 7)

Nota: Modello di batteria richiesto: 2x 1.5V AAA batteria (batteria non inclusa)

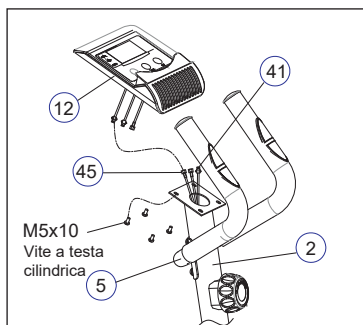


Figura 7



Le viti M5x10 a testa cilindrica sono pre-attaccate sul retro del monitor.



M5x10 Vite a testa cilindrica



36

Istruzioni di montaggio

Passo 6

Installare il braccio oscillante destro (così come il braccio oscillante sinistro)

Applicare in sequenza il distanziatore ad arco (l'arco è verso l'interno), la rondella elastica $\Phi 16$ Waveform(28) e il braccio oscillante destro(4) sull'albero oscillante destro della barra centrale(2). Utilizzare la chiave multifunzione (39) applicata, la rondella $\Phi 16$ D 32x16,2 (29), la rondella piana $\Phi 8 \times 22$ (27) e il bullone a testa esagonale M8x20 (30) per serrarlo e coprire con il copridado s=13(15). (vedi fig. 8)

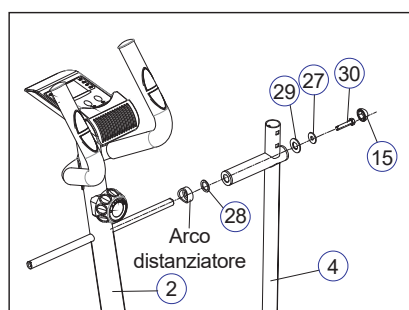


Figura 8



I distanziali Arc sono pre-assemblati sull'albero dell'albero di oscillazione della barra centrale.

 28	 29	 27
 30	 15	 39

Istruzioni di montaggio

Passo 7

Installare l'albero del pedale sinistro (così come l'albero del pedale destro)

Utilizzare la chiave a brugola S=8(37), la chiave multifunzione(38), il bullone della cerniera del pedale sinistro(31), la rondella elastica $\Phi 16$ Waveform(28), la rondella elastica 20x13(35) e il dado di nylon sinistro 1/2"(33) in dotazione per fissare la saldatura posteriore del braccio oscillante sinistro alla pedivella sinistra e coprirla con il dado di copertura s=19(16). (vedi fig.9)

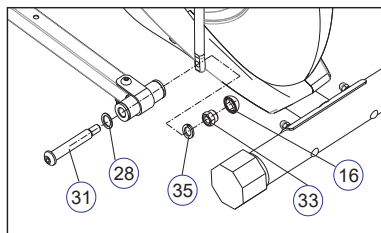
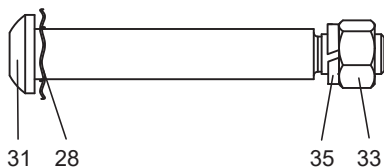


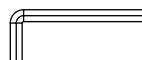
Figura 9



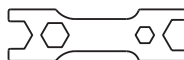
Il bullone della cerniera del pedale sinistro viene avvitato nella manovella sinistra in senso antiorario e poi si stringe il dado di nylon sinistro in senso orario. Inversamente, il bullone della cerniera del pedale destro viene avvitato nella pedivella destra in senso orario e poi il dado di nylon destro viene serrato in senso antiorario.



16



37



38

Istruzioni di montaggio

Passo 8

Installare il pedale sinistro (e il pedale destro)

Utilizzare la chiave multifunzione (39), il bullone a testa esagonale M8x45 (18), la rondella piatta $\Phi 8$ (20) e il dado in nylon M8 (19) in dotazione per assemblare il pedale sinistro (10) e serrarli correttamente. (vedi fig.10)

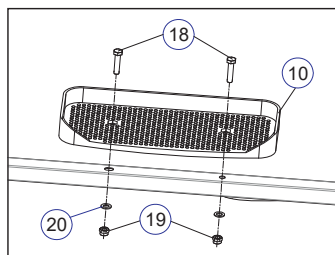
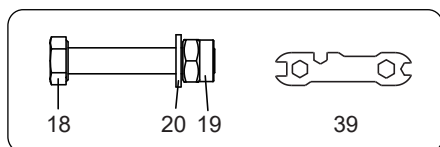


Figura 10

Passo 9

Installare il manubrio sinistro (così come il manubrio destro)

Fissare il manubrio sinistro (8) alle estremità superiori del braccio oscillante sinistro (3) e regolarli fino ad allineare i fori di maschiatura.

Utilizzare la chiave multifunzione(39) in dotazione, i bulloni M8x45 a testa semitonda a collo quadrato(25), la rondella ad arco $\Phi 8$ (24), la rondella a molla $\Phi 8$ (23) e il dado a risvolto M8(22) per serrarlo. (vedi fig. 11)



I bulloni M8x45 a testa semitonda e collo quadro devono essere inseriti correttamente nei fori del braccio oscillante. Inoltre, è possibile utilizzare la propria chiave per stringere le viti il più possibile.

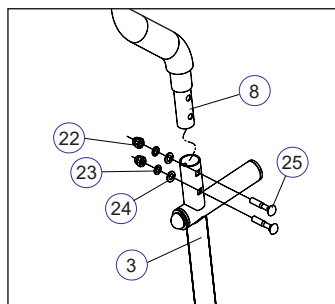
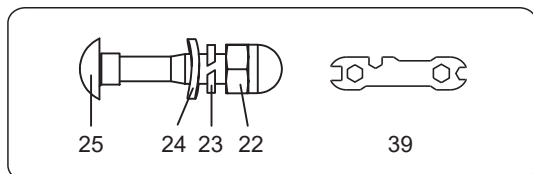


Figura 11



Passo 10

Installare il coperchio del dado e il portabottiglie

10.1 Dopo aver terminato l'installazione dell'intera macchina, coprire il coperchio del dado S=17 (17) in corrispondenza dei giunti del sedile a U del braccio oscillante destro e sinistro. giunzione del sedile a U del braccio oscillante destro e sinistro (vedere fig. 12).

10.2 Usare il cacciavite (36) applicato e il bullone st4.0x15 (40) per fissare il portabottiglie(13) sulla barra centrale(2). (vedi fig. 13)

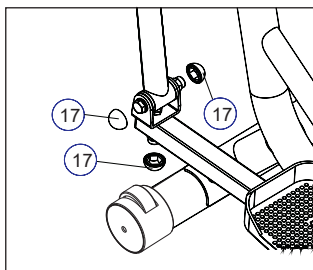


Figura 12

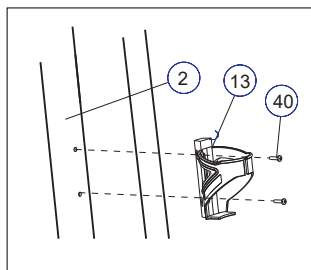


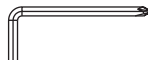
Figura 13



17



40



36

Istruzioni per il monitor

Scansione: quando la modalità è scansione, i valori di ciascuna modalità vengono visualizzati ciclicamente nella finestra principale e ogni voce viene ogni voce viene visualizzata per 6 secondi.

Ora: visualizza l'ora dall'inizio alla fine della dall'inizio alla fine del movimento. Se il movimento centrale movimento è in pausa, anche il tempo è anch'esso in pausa. Intervallo di tempo: 0:00- 99:59 minuti.

Velocità: misura la velocità di movimento. L'intervallo di misurazione è 0. 0~ 999_9KM/ H o miglia/h.

Tasto RESET: premendo questo tasto, tutti i valori, eccetto la distanza totale, verranno visualizzati a zero.

Tasto modalità:

1. In stato di arresto: commuta il display di impostazione di ciascuna modalità nell'ordine: impostazione del tempo→ impostazione della velocità→ impostazione della distanza→ impostazione delle calorie → impostazione della distanza totale→ impostazione della frequenza cardiaca.
2. Stato di lavoro. Commutare il contenuto della finestra principale del display nell'ordine: scansione→tempo→velocità→distanza →caloria→distanza totale→frequenza cardiaca.
3. Premere a lungo il tasto MODE: tutti i valori, tranne la distanza totale, vengono visualizzati come zero.

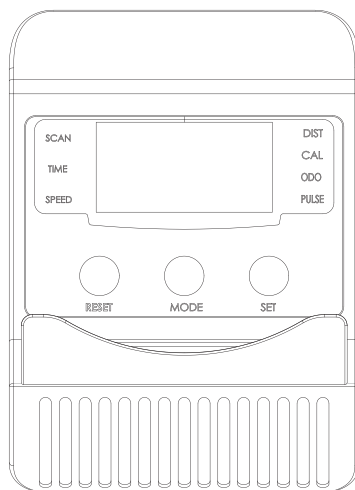
⚠ Nota: la polarità della batteria deve essere posizionata correttamente; 15 secondi dopo la sostituzione della batteria; dopo la sostituzione della batteria, tutti i dati di memoria scompaiono. Dopo la sostituzione della batteria, tutti i dati di memoria scompaiono; la durata normale della batteria è di 1 anno. normale durata della batteria è di 1 anno.

Come migliorare gli effetti dell'esercizio fisico

Come l'esercizio muscolare, anche l'esercizio aerobico richiede un maggior flusso sanguigno e una frequenza cardiaca più elevata, che migliorano la funzione del sistema cardiovascolare. La frequenza cardiaca viene generalmente valutata in base alla lettura del polso, ed è sicura ed efficace se il polso è inferiore al livello massimo dell'obiettivo di allenamento. L'area di allenamento target è definita tra l'87% e il 72% della frequenza cardiaca massima, e l'obiettivo di allenamento dovrebbe essere gradualmente migliorato attraverso un piano di allenamento, almeno 3-4 volte alla settimana, ogni volta per 15-20 minuti.

The accurate method to measure heart rate is to press your fingers on the carotid artery or wrist artery between trachea and big neck muscle on the side of neck, count the number of beats every 10 seconds, and multiply it by 6, that is, the number of beats per minute. The electronic watch of this machine has hand-held heart rate display function, which can be used for reference during training.

⚠ Non cercare di allenarsi oltre la frequenza cardiaca target, è necessario procedere per gradi; se vi è una Se c'è un'anamnesi medica, deve essere eseguita sotto la guida di un medico; se si hanno più di 35-40 anni e non si ha un allenamento normale, si consiglia di non andare oltre il parere del medico. 35-40 anni e non si ha un allenamento normale, si consiglia di non andare oltre l'avviso del medico. avviso del medico. È importante tenere presente che ci sono diversi minuti per riscaldarsi e raffreddarsi (Figura B). raffreddamento (Figura B qui sotto).



Distanza: visualizza la distanza dall'inizio alla fine dello spostamento. Intervallo: 0. 0~ 9999KM(ML).

Calorie: misura le calorie consumate dall'inizio dell'esercizio alla fine dello stesso. Intervallo di misurazione: 0,~0 9999 cal.

Distanza totale: registra la distanza totale del movimento. Dopo aver sostituito la batteria, questo valore torna a 0 e il campo di misurazione è 0. 0 9999KM/ H o miglia/h.

IMPULSO: la frequenza cardiaca (se presente) viene misurata tenendo il sensore di frequenza cardiaca tenendo in mano il sensore di frequenza cardiaca, e l'intervallo di gamma di misurazione 1s 4-0 240 battiti

Tasto SET: in modalità di impostazione, regolare il valore target di ciascuna e il display della modalità modalità impostata passerà al conto alla rovescia.

Metodi di manutenzione e risoluzione dei problemi

1. Controllare regolarmente se i bulloni e i dadi di ogni parte sono fissati, se la manopola di regolazione è bloccata, se la parte rotante è flessibile e se ci sono parti usurate o danneggiate. Solo se queste parti sono in buone condizioni è possibile garantire la sicurezza dell'apparecchiatura;
2. Dopo aver scoperto parti usurate o danneggiate, queste devono essere eliminate immediatamente o inviate al centro di riparazione per la sostituzione e possono essere utilizzate solo dopo la riparazione;
3. Mantenere l'apparecchiatura pulita, ma non pulirla con soluzioni acide, alcaline o organiche.
4. Guasti e metodi di risoluzione dei problemi:

Barriera causale	Causa originaria	Metodo di esclusione	Reserve-schein
Telaio irregolare	1. terreno irregolare o trabiccoli 2. La base non è livellata quando il telaio è assemblato	1. Eliminare le spese accessorie 2. Allentare i bulloni di collegamento telaio, livellare la base e poi serrare i bulloni 3. Regolare il piede eccentrico del tubo inferiore posteriore	Utente
Maniglia instabile	Fili sciolti	Serrare i bulloni	Utente
Le parti rotanti le parti rotanti presentano un normale rumore	Squilibrio del gap	Aprire la regolazione dello scudo regolazione	Centro servizi
Debolezza rotazionale	1. la magnetoresistenza aumenta 2. Il trimmer è danneggiato 3. La cinghia scivola	1. Aprire la protezione per regolare 2. Sostituire 3. Aprire la protezione per regolare	Centro servizi

Se la macchina viene leggermente modificata, non verrà dato alcun preavviso.

GARANZIA

Offriamo una garanzia di 12 mesi dalla data di acquisto originale. In caso di difetti di fabbricazione difetti di fabbricazione del prodotto, si prega di contattarci indicando il numero d'ordine e altri dettagli sul problema. sul problema.

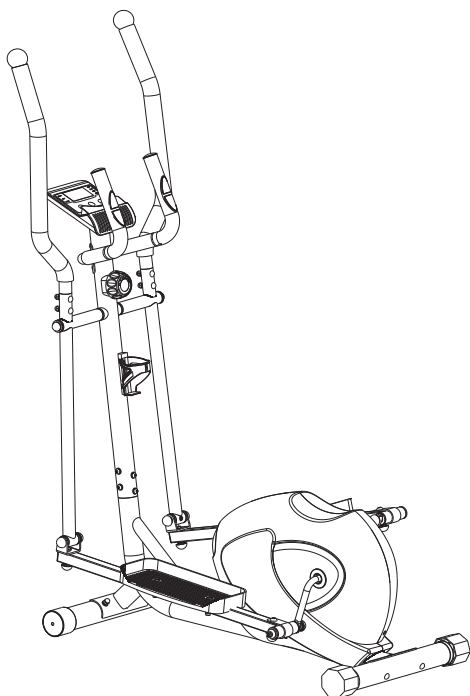
Assistenza clienti

Se avete bisogno di assistenza per questo prodotto, vi preghiamo di raccogliere le seguenti informazioni e di contattarci utilizzando i dettagli qui sotto:

- Numero d'ordine: Il numero che si riceve dopo aver effettuato l'acquisto;
- Data di acquisto originale
- Piattaforma di acquisto, come Amazon, Onbuy, ecc;
- Informazioni sul luogo e sulle condizioni di utilizzo;
- Descrizione precisa del problema/difetto.

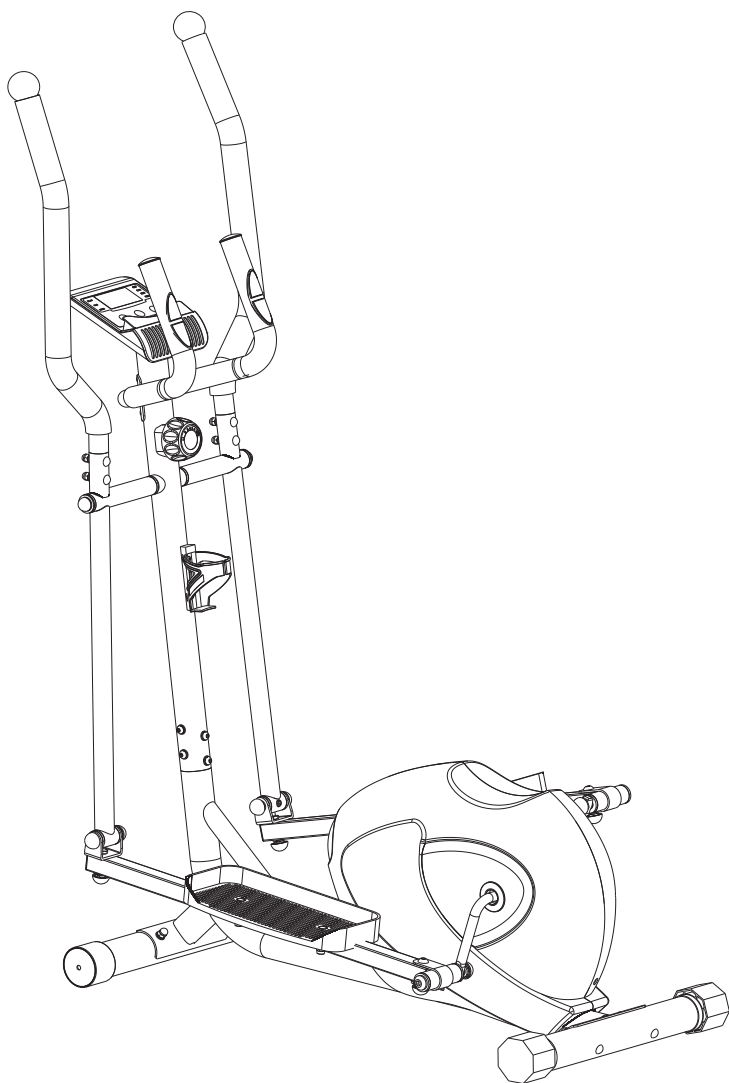
Il modo migliore per contattarci è tramite il nostro servizio clienti ufficiale via e-mail:

dripex.co.uk@outlook.com



IMPORTANTE Conservare la ricevuta d'acquisto, l'assistenza clienti di Fitness può richiedere una prova d'acquisto per convalidare l'idoneità al servizio di garanzia. richiedere la prova d'acquisto per convalidare l'ammissibilità al servizio di garanzia. La garanzia La garanzia decorre dalla data indicata sulla prova d'acquisto.

Machine Vélo Elliptique



Manuel d'instruction

Catalogue des produits

Informations sur la sécurité	FR - 1
Liste des pièces détachées	FR - 2-3
Pack matériel	FR - 4
Instructions d'assemblage	FR - 5-11
Contrôler l'instruction	FR - 12
Méthodes d'entretien et de dépannage	FR - 13
Soutien à la clientèle	FR - 14



Vous pouvez scanner le code QR avec l'appareil photo de l'iPhone/iPad ou un logiciel qui peut scanner le code QR pour obtenir la vidéo d'installation sur YouTube.

Si vous ne pouvez pas scanner le code QR, vous pouvez également saisir l'URL suivante pour obtenir la vidéo.

Vidéo d'assemblage d'un appareil elliptique: <https://youtu.be/4wK1zT0QV2o>

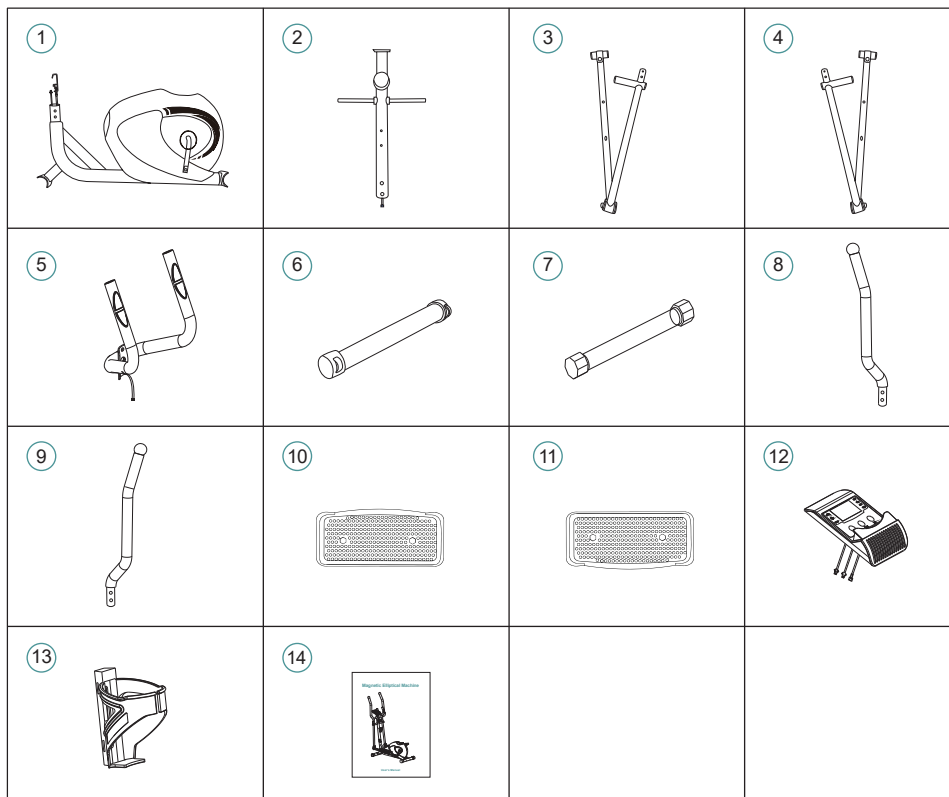
Informations sur la sécurité

1. Nous recommandons de consulter un médecin avant de commencer un programme d'exercices. Veuillez lire toutes les instructions avant d'utiliser notre appareil elliptique magnétique. Un grand soin a été apporté à la conception de ces instructions. Le plus grand soin a été apporté à la conception de ces instructions et le fait de les suivre vous aidera à assembler l'appareil plus rapidement et à minimiser les risques de blessures. plus rapide et de minimiser le risque de blessure. Il est important que vous conserviez ces instructions pour vous y référer ultérieurement. vous y référer ultérieurement.
2. Assemblez et utilisez toujours l'équipement sur une surface plane. Assurez-vous que l'équipement stable avant de l'utiliser. Veillez toujours à ce que l'appareil dispose d'un espace suffisant de chaque côté.
3. Portez toujours des vêtements et des chaussures adaptés. (par exemple, survêtement / short / chaussures d'entraînement).
- Retirez tous vos bijoux personnels avant de faire de l'exercice. Veillez à bien vous échauffer avant d'utiliser l'équipement. l'équipement afin d'éviter les tensions musculaires.
4. Ne surchargez jamais l'équipement. (Voir le poids maximum de l'utilisateur) N'utilisez jamais l'équipement d'une autre manière que celle expliquée dans ces instructions et sur la fiche murale. d'une manière autre que celle expliquée dans ces instructions et dans le tableau mural fournimurale fournie. murale fournie.
5. Des blessures peuvent résulter d'un entraînement incorrect ou excessif.
6. Les parents et les autres personnes en charge des enfants doivent être conscients de leur responsabilité, car l'instinct naturel de jeu et le goût de l'expérimentation des enfants peuvent conduire à des situations et à des comportements pour lesquels l'équipement d'entraînement n'est pas prévu. l'instinct naturel de jeu et le goût de l'expérimentation des enfants peuvent conduire à des situations et à des comportements pour lesquels l'équipement d'entraînement n'est pas prévu. des situations et des comportements pour lesquels l'équipement d'entraînement n'est pas prévu.
7. L'équipement n'est en aucun cas un jouet pour enfants. Si les enfants sont Si des enfants sont autorisés à utiliser l'équipement, leur développement mental et physique et surtout leur tempérament doivent être pris en compte. tempérament doivent être pris en compte. tempérament doivent être pris en compte. Ils doivent être contrôlés et recevoir des instructions sur l'utilisation correcte de l'équipement. l'utilisation correcte de l'équipement.
8. Le poids maximum de l'utilisateur est de 120 kg. L'espace de mouvement libre de cet équipement doit être supérieure à 100*120*200cm (LxLxH).
9. Ce produit ne convient pas à des fins thérapeutiques.
10. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience. capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou manquant d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles n'aient reçu une surveillance ou des instructions concernant l'utilisation de l'appareil. d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles n'aient été surveillées ou instruites sur l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. responsable de leur sécurité.
11. Ce produit a été testé pour une utilisation dans un environnement domestique et est garanti pour un usage domestique, personnel, familial ou domestique. domicile, pour un usage personnel, familial ou domestique.
12. ATTENTION : Les enfants et les animaux domestiques ne sont pas autorisés à s'approcher de l'appareil elliptique lorsqu'il est utilisé. lorsqu'il est utilisé. Le non-respect de cette consigne peut entraîner des blessures.

Remarque: Les instructions doivent être suivies attentivement lors de l'assemblage, de l'utilisation et de l'entretien de l'appareil. l'utilisation et l'entretien de votre appareil. La garantie ne couvre pas la garantie due à la négligence des instructions de montage, de réglage et d'entretien décrites dans le présent document. des instructions de montage, de réglage et d'entretien décrites dans le présent document.

Liste des pièces détachées

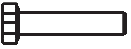
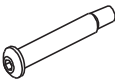
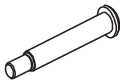
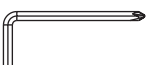
Assurez-vous que vous disposez des pièces suivantes lorsque vous ouvrez l'emballage.



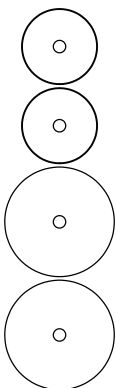
NO	Description	Qty
1	Main Frame	1
2	Centre Bar	1
3	Left Swing Arm	1
4	Right Swing Arm	1
5	Heart Rate Grip	1
6	Front Foot Tube	1
7	Rear Foot Tube	1

NO	Description	Qty
8	Left Handlebar	1
9	Right Handlebar	1
10	Left Pedal	1
11	Right Pedal	1
12	Monitor	1
13	Bottle Holder	1
14	User's Manual	1

Liste des pièces détachées

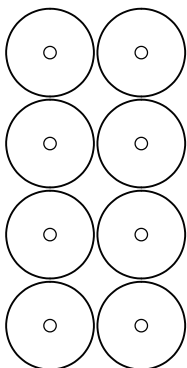
15  Copridado S=13 *2	16  Copridado S=19 *2	17  Copridado S=17 *8	18  M8x45 Bullone a testa esagonale *4
19  M8 Dado in nylon *4	20  Φ8 Rondella piana *4	21  M8x70 Bullone a testa semitonda a collo quadro *4	22  Dado M8 *8
23  Φ8 Rondella elastica *16	24  Φ8 Rondella ad arco *16	25  M8x45 Bullone a testa semitonda a collo quadro *4	26  M8x20 Vite esagonale interna *8
27  Φ8x22 Rondella piana *2	28  Φ16 Rondella elastica per forme d'onda *4	29  Φ16 Rondella D 32x16,2 *2	30  M8x20 Bullone a testa esagonale *2
31  Bullone cerniera pedale sinistro *1	32  Bullone cerniera pedale destro *1	33  Dado in nylon sinistro da 1/2" *1	34  Dado in nylon destro 1/2" *1
35  20x13 Rondella elastica *2	36  Chiave a brugola S=5 / Cacciavite *1	37  Chiave a brugola S=8	38  Chiave multifunzione 10-15-17-19 *1
39  Chiave multifunzione 13-14-15-16-17 *1	40  bullone st4.0x15 *2		

Pack matériel

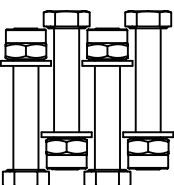


Copriado S=13 2pz

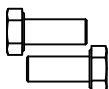
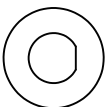
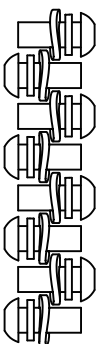
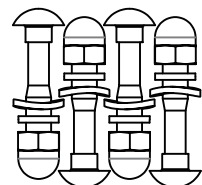
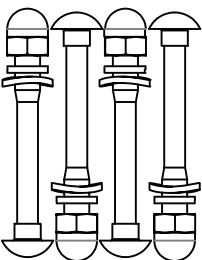
Copriado S=19 2pz



Copriado S=17 8pz



Bullone a testa esagonale M8x45 4 pz
Dado in nylon M8 4pz
Ø8 Rondella patta 4pz.



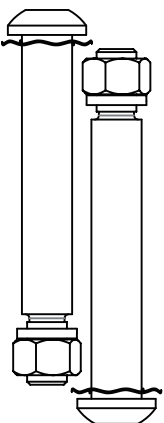
M8x20 Bullone a testa esagonale 2 pezzi

Dado M8 4 pz
Ø8 Rondella elastica 4pz
Ø8 Rondella ad arco 4pz
M8x70 Bullone a testa semilonda
ta collo quadrato 4pz

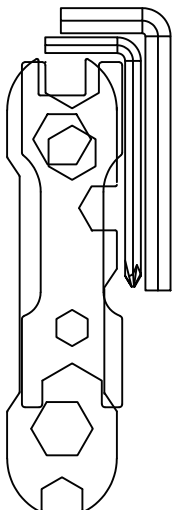
Dado M8 4 pz
Ø8 Rondella elastica 4pz
Ø8 Rondella ad arco 4pz
M8x45 Bullone a testa semilonda
a collo quadrato 4pz

M8x20 Vite esagonale interna 8 pz
Ø8 Rondella elastica 8pz
Ø8 Rondella ad arco 8pz

Ø8x22 Rondella piena 1 pz
Ø16 Rondella elastica per
forme d'onda 2 pz
Ø16 Rondella D 32x16,2 pz



Dado Nylon 1/2" (1pz R+1pz L)
Rondella elastica 20x13 2pz
bullone della carriera del pedale (1pz R+1pz L)
Ø16 Rondella elastica per forma d'onda 2pz



Chiave a brugola S=5/cacciavite 1pz
Chiave a brugola S=8 1pz

Chiave multifunzione 10-15-17-19
Chiave multifunzione 13-14-15-16-17

bullone s14 0x15 2pz



Instructions d'assemblage

Étape 1

Installer le tube de pied arrière

Utiliser la clé multifonction(39) appliquée, M8x70 boulons à tête semi-ronde et à collet carré (21), rondelle Arc $\Phi 8$ (24), rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et capuchon M8 (24). $\Phi 8$ (24), rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et écrou borgne M8(22), fixer le tube de pied avant. (22), fixer le tube de pied avant (6) au cadre principal (1).(voir fig.2)

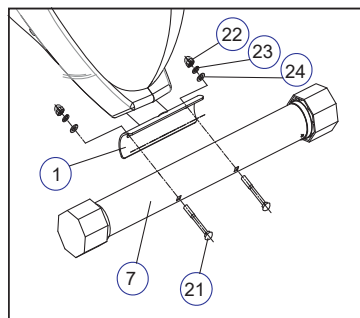
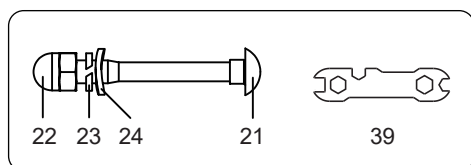


Figura 1

Étape 2

Installer le tube de pied avant

Utiliser la clé multifonction(39) appliquée, M8x70 boulons à tête semi-ronde et à collet carré (21), rondelle Arc $\Phi 8$ (24), rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et capuchon M8 (24). $\Phi 8$ (24), rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et écrou borgne M8(22), fixer le tube de pied avant. (22), fixer le tube de pied avant (6) au cadre principal (1).(voir fig.2)

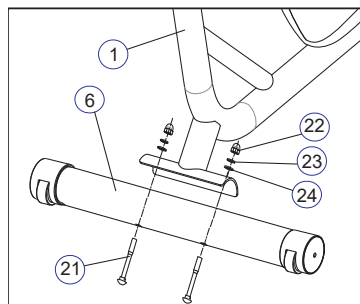
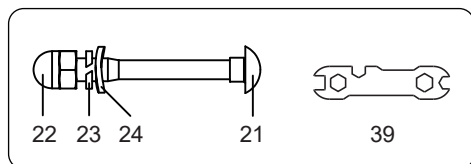


Figura 2

Instructions d'assemblage

Étape 3

Installation du câble de résistance et de la barre centrale

Avant d'installer le câble de résistance, tournez le bouton de résistance au niveau 8 et laissez le câble de résistance s'allonger au maximum pour faciliter l'installation. (voir fig.3).

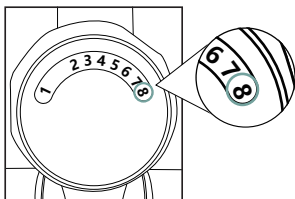


Figure 3



Veillez à suivre scrupuleusement cette étape l'installation, sinon il sera très rigide lorsque vous pédalez.

3.1 Reliez fermement le câble de résistance au câble inférieur, puis tirez le câble de résistance vers le haut et accrochez-le au trou du support métallique. vers le haut et l'accrocher au trou du support métallique. (voir fig. 4).

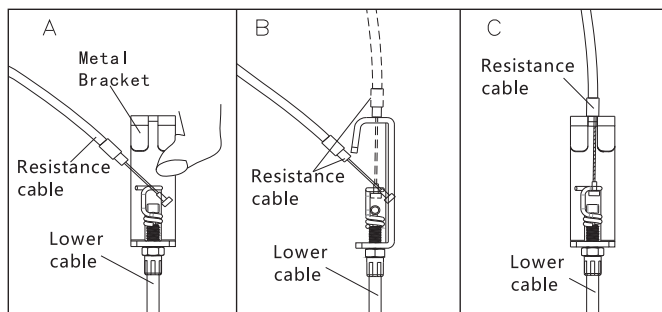


Figure 4

3.2 Connecter fermement le câble du capteur 1(41) au câble du capteur du capteur 2(42). (voir fig.5)

3.3 Utiliser le tournevis (36) appliqué, la vis hexagonale intérieure M8x20 (26), la rondelle-ressort $\Phi 8$ (23) et l'arc $\Phi 8$. intérieure (26), rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et rondelle arc $\Phi 8$ (24), connecter la barre centrale (2) à la barre principale. (24), relier la barre centrale (2) au cadre principal (1). principal (1). (voir fig.5)

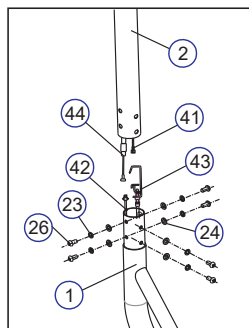


Figure 5

Instructions d'assemblage

Étape 4

Installer la poignée de fréquence cardiaque

Faites passer le câble de fréquence cardiaque (45) dans le petit trou à l'arrière de la barre centrale (2), puis le faire sortir par l'orifice supérieur. Utilisez le tournevis (36) appliqué, la vis hexagonale intérieure M8x20 (26), la rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et la vis à six pans creux (24), intérieure (26), la rondelle élastique $\Phi 8$ (23) et la rondelle d'étanchéité $\Phi 8$ Rondelle en arc (24), fixer la poignée de fréquence cardiaque (5) à la barre centrale. cardiaque (5) à la barre centrale (2). (voir fig.6)

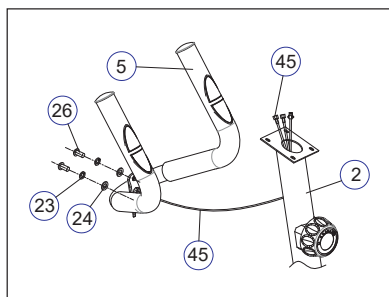
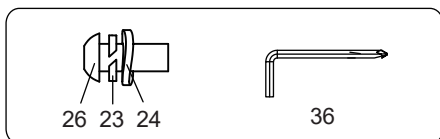


Figura 6



Étape 5

Installation du moniteur numérique

5.1 Connectez le câble de fréquence cardiaque (45) et le câble du capteur 1 (41) aux connecteurs du moniteur (12) en correspondance un à un, puis branchez ces câbles sur la barre centrale.

5.2 Utilisez le tournevis (36) et la vis à tête cylindrique M5x10 pour fixer le moniteur (12) à la barre centrale (2). à la barre centrale (2). (voir fig.7)

Remarque : Modèle de pile requis : 2 piles AAA de 1,5 V (piles non incluses)

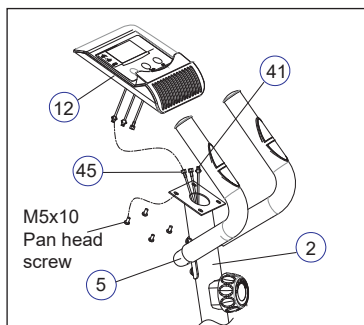


Figura 7



Les vis à tête cylindrique M5x10 sont déjà fixées à l'arrière de l'appareil. à l'arrière du moniteur.



M5x10 Pan head screw



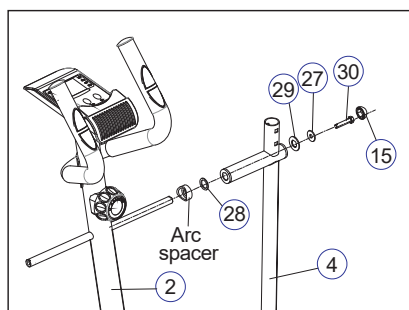
36

Instructions d'assemblage

Étape 6

Installer le bras pivotant droit (ainsi que le bras pivotant gauche)

Et le bras pivotant droit (4) sur l'arbre pivotant droit de la barre centrale (2) dans l'ordre. Utiliser la clé multifonction (39) appliquée, la rondelle $\Phi 16$ D 32x16.2 (29), la rondelle plate $\Phi 8 \times 22$ (27) et le boulon à tête hexagonale M8x20 (30) pour le serrer et le couvrir avec le couvercle de l'écrou. (27) et le boulon à tête hexagonale M8x20 (30) pour le serrer et le couvrir avec le couvercle de l'écrou s=13(15). (voir fig.8)



L'entretoise Arc est
sont pré-fixés sur
l'arbre pivotant de la
barre centrale.

Figura 8

 28	 29	 27
 30	 15	 39

Instructions d'assemblage

Étape 7

Installer l'arbre de pédale gauche (ainsi que l'arbre de pédale droit)

Utiliser la clé Allen S=8(37), la clé multifonctions (38), boulon d'articulation de la pédale gauche (31), $\Phi 16$ Rondelle élastique Waveform(28), rondelle élastique 20x13 (35) et écrou en nylon gauche 1/2" (33) fournis pour fixer la soudure arrière du bras oscillant gauche à la manivelle gauche. bras oscillant gauche à la manivelle gauche et au couvercle

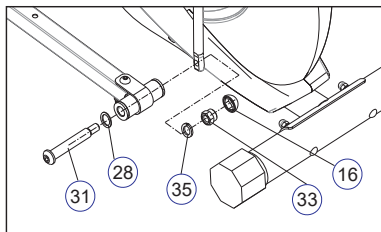
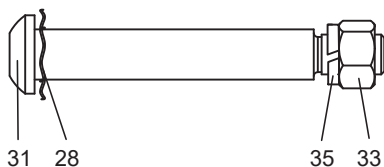


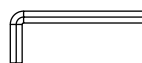
Figura 9



Le boulon d'articulation de la pédale gauche est vissé dans la manivelle gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, puis l'écrou en nylon gauche est serré. dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, puis l'écrou en nylon gauche est serré dans le sens des aiguilles d'une montre. Inversement, le boulon d'articulation de la pédale droite est vissé dans la manivelle droite dans le sens des aiguilles d'une montre. est vissé dans la manivelle droite dans le sens des aiguilles d'une montre, puis l'écrou en nylon droit est serré dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. l'écrou en nylon droit est serré dans le sens inverse des aiguilles d'une montre



16



37



38

Instructions d'assemblage

Étape 8

Installer la pédale gauche (ainsi que la pédale droite)

Boulon de tête (18), rondelle plate $\Phi 8$ (20) et écrou en nylon M8 (19) fournis pour assembler la pédale gauche (10) et les serrer correctement. (voir fig.10)

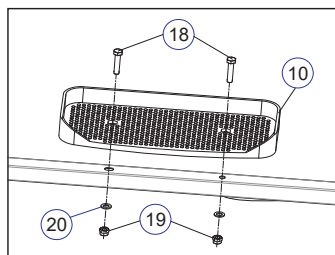
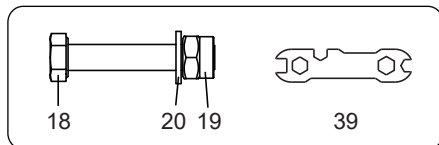


Figure 10

Étape 9

Installer le guidon gauche (ainsi que le guidon droit).

Fixer le guidon gauche (8) aux extrémités supérieures du bras oscillant gauche (3), et les ajuster jusqu'à ce que les trous de taraudage soient alignés. Utiliser la clé multifonction (39) fournie, M8x45 boulon à tête semi-ronde à collet carré (25), $\Phi 8$ Rondelle en arc (24), $\Phi 8$ Rondelle élastique (23) et écrou borgne M8 (22) pour fixer le boulon M8x45 à tête semi-ronde à collet carré (25). Écrou borgne M8 (22) pour le serrer. (voir fig.11)



Les boulons à tête semi-ronde et à col carré M8x45 doivent être insérés correctement. doivent être insérés correctement dans les trous du bras oscillant. En outre, vous pouvez également utiliser votre propre clé pour serrer les vis aussi fort que possible.

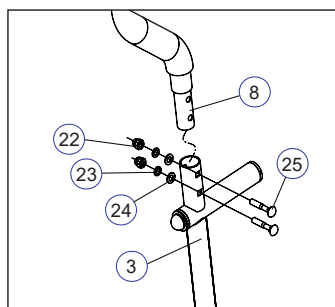
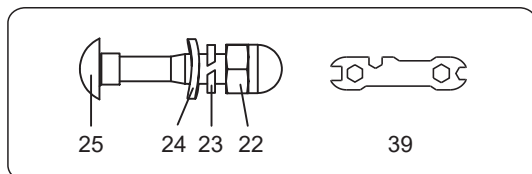


Figure 11



Instructions d'assemblage

Étape 10

Installer le couvercle de l'écrou et le porte-bouteille

10.1 Une fois l'installation de la machine terminée, recouvrir le couvercle de l'écrou S=17 (17) au niveau des joints de la soudure du siège en U du bras oscillant gauche et droit (voir fig.12). joints de la soudure du siège en U du bras oscillant gauche et du bras oscillant droit (voir fig.12).

10.2 Utilisez le tournevis (36) et le boulon st4.0x15 (40) pour fixer le porte-bouteille (13) à la barre centrale (2). sur la barre centrale(2). (voir fig.13)

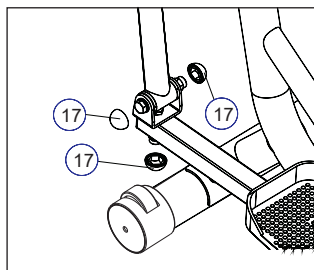


Figura 12

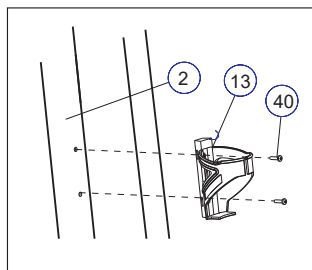


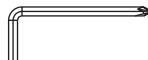
Figura 13



17



40



36

Contrôler l'instruction

Scansione: quando la modalità è scansione, i valori di ciascuna modalità vengono visualizzati ciclicamente nella finestra principale e ogni voce viene visualizzata per 6 secondi.

Ora: visualizza l'ora dall'inizio alla fine della dall'inizio alla fine del movimento. Se il movimento centrale movimento è in pausa, anche il tempo è anch'esso in pausa. Intervallo di tempo: 0:00- 99:59 minuti.

Velocità: misura la velocità di movimento. L'intervallo di misurazione è 0. 0~ 999_9KM/ H o miglia/h.

Tasto RESET: premendo questo tasto, tutti i valori, eccetto la distanza totale, verranno visualizzati a zero.

Tasto modalità:

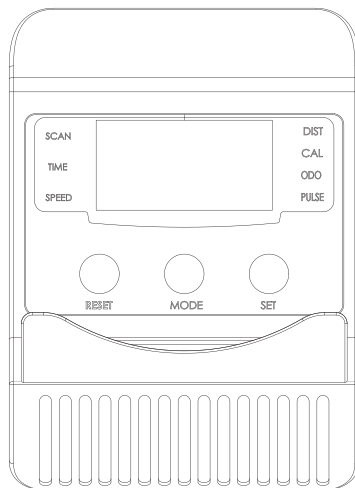
1. In stato di arresto: commuta il display di impostazione di ciascuna modalità nell'ordine: impostazione del tempo→ impostazione della velocità→ impostazione della distanza→ impostazione delle calorie → impostazione della distanza totale→ impostazione della frequenza cardiaca.
2. Stato di lavoro. Commutare il contenuto della finestra principale del display nell'ordine: scansione→tempo→velocità→distanza →caloria→distanza totale→frequenza cardiaca.
3. Premere a lungo il tasto MODE: tutti i valori, tranne la distanza totale, vengono visualizzati come zero.

⚠ Remarque: la polarité de la pile doit être respectée ; 15 secondes après le remplacement de la pile, toutes les données de la mémoire disparaissent ; la durée de vie normale de la pile est d'un an.

Comment améliorer les effets de l'exercice

Comme l'exercice musculaire, l'exercice aérobique nécessite également une plus grande circulation sanguine et une fréquence cardiaque plus élevée, ce qui améliore la fonction du système cardiovasculaire. améliorer la fonction du système cardiovasculaire. La fréquence cardiaque est généralement mesurée par le pouls. L'exercice est sûr et efficace si votre pouls est inférieur à l'objectif d'entraînement maximal. L'objectif d'entraînement d'entraînement se situe entre 87 % et 72 % de la fréquence cardiaque maximale, et l'objectif d'entraînement doit être amélioré progressivement en établissant un plan d'entraînement. L'objectif d'entraînement doit être amélioré progressivement en établissant un plan d'entraînement, au moins 3 à 4 fois par semaine, à raison de 15 à 20 minutes à chaque fois.

⚠ N'essayez pas de faire de l'exercice au-delà de la fréquence cardiaque cible, vous devez procéder par étapes ; En cas d'antécédents médicaux, l'exercice doit être effectué sous la direction d'un médecin. Si vous avez des antécédents médicaux, l'exercice doit être effectué sous la direction d'un médecin. Si vous avez plus de 35-40 ans et que vous n'avez pas un entraînement normal, nous vous conseillons de ne pas aller au-delà de l'avertissement du médecin. l'avertissement du médecin. Il est important de garder à l'esprit qu'il y a plusieurs minutes pour s'échauffer et se refroidir (figure B ci-dessous). de s'échauffer et de se refroidir (figure B ci-dessous).



Distanza: visualizza la distanza dall'inizio alla fine dello spostamento. Intervallo: 0. 0~ 9999KM(ML).

Calorie: misura le calorie consumate dall'inizio dell'esercizio alla fine dello stesso. Intervallo di misurazione: 0,~0 9999 cal.

Distanza totale: registra la distanza totale del movimento. Dopo aver sostituito la batteria, questo valore torna a 0 e il campo di misurazione è 0. 0 9999KM/ H o miglia/h.

IMPULSO: la frequenza cardiaca (se presente) viene misurata tenendo il sensore di frequenza cardiaca tenendo in mano il sensore di frequenza cardiaca, e l'intervallo di gamma di misurazione 1s 4-0 240 battiti

Tasto SET: in modalità di impostazione, regolare il valore target di ciascuna e il display della modalità modalità impostata passerà al conto alla rovescia.

Méthodes d'entretien et de dépannage

1. Vérifier régulièrement si les boulons et les écrous de chaque pièce sont bien fixés, si le bouton de réglage est bloqué, si la partie rotative est flexible, et s'il y a des pièces usées ou endommagées. Ce n'est que lorsque ces pièces sont en bon état que la sécurité de l'appareil peut être garantie ;
2. Après avoir découvert des pièces usées ou endommagées, il convient de les éliminer immédiatement ou de les envoyer au centre de réparation pour qu'elles soient remplacées. de réparation pour être remplacées et ne peuvent être utilisées qu'après réparation ;
3. Maintenir l'équipement propre, mais ne pas l'essuyer avec une solution acide, alcaline ou organique.
4. Défauts et méthodes de dépannage :

Barriera causale	Causa originaria	Metodo di esclusione	Reserve -schein
Telaio irregolare	1.terreno irregolare o trabiccoli 2.La base non è livellato quando il telaio è assemblato	1.Eliminare le spese accessorie 2. Allentare i bulloni di collegamento telaio, livellare la base e poi serrare i bulloni 3. Regolare il piede eccentrico del tubo inferiore posteriore	Utente
Maniglia instabile	Fili sciolti	Serrare i bulloni	Utente
Le parti rotanti le parti rotanti presentano un -ormale rumore	Squilibrio del gap	Aprire la regolazione dello scudo regolazione	Centro servizi
Debolezza rotazionale	1.la magnetoresistenza aumenta 2.Il trimmer è danneggiato 3.La cinghia scivola	1. Aprire la protezione per regolare 2.Sostituire 3.Aprire la protezione per regolare	Centro servizi

Se la macchina viene leggermente modificata, non verrà dato alcun preavviso.

GARANTIE

Nous offrons une garantie de 12 mois à compter de la date d'achat initiale. Si ce produit présente des défauts de fabrication, veuillez nous contacter en indiquant votre numéro de commande et d'autres détails concernant le problème.

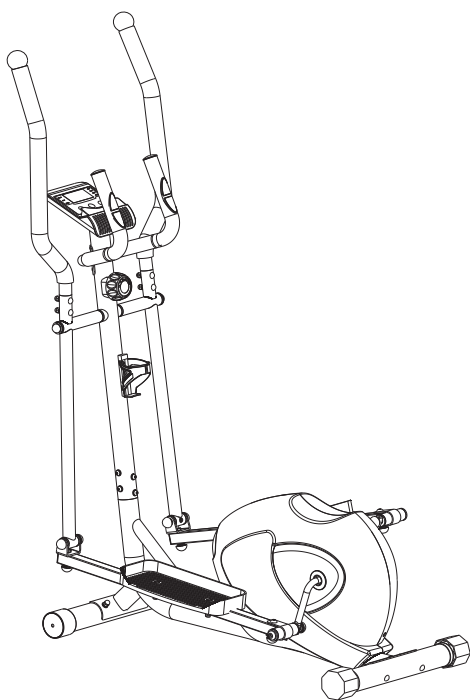
Soutien à la clientèle

Si vous avez besoin d'aide concernant ce produit, veuillez rassembler les informations suivantes, puis contactez-nous en utilisant les coordonnées ci-dessous :

- Numéro de commande: Le numéro que vous recevez après avoir effectué votre achat ;
- Date d'achat initiale
- Plateforme d'achat, telle qu'Amazon, Onbuy, etc ;
- Informations sur le lieu et les conditions d'utilisation ;
- Description précise du problème ou du défaut.

Le meilleur moyen de nous contacter est d'envoyer un courriel à notre service clientèle officiel :

dripex.co.uk@outlook.com



IMPORTANT Conservez votre ticket de caisse, le service clientèle de Our Fitness peut vous demander une preuve d'achat pour valider l'éligibilité au service de garantie. demander une preuve d'achat pour valider l'éligibilité au service de garantie. La garantie commence à la date indiquée sur la preuve d'achat.