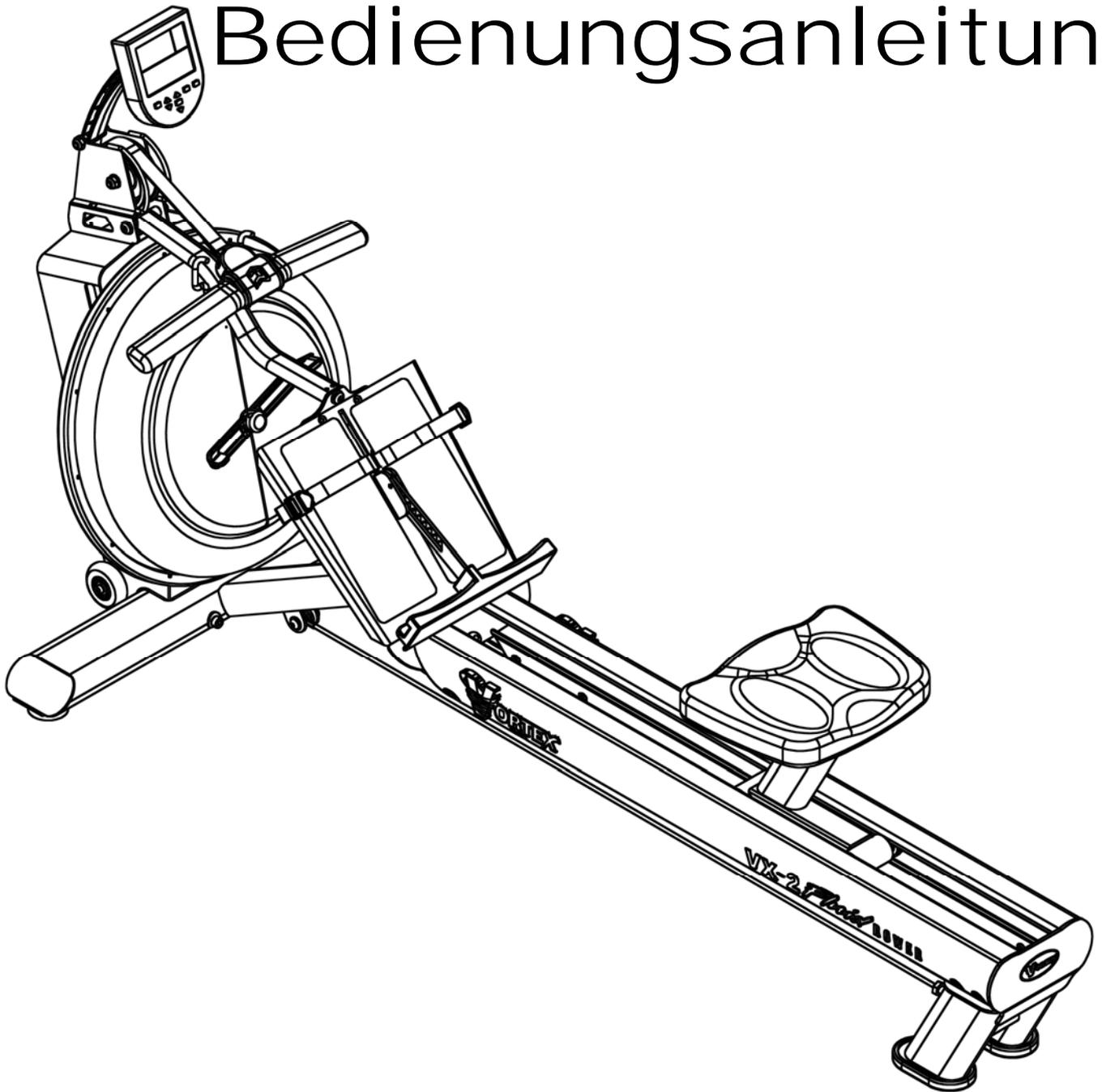


Bedienungsanleitung



VX-2 *Fluid* **ROWER**
FR-E316 *Fluid* **ROWER**



FIRST DEGREE FITNESS
FLUID INNOVATION

www.firstdegreefitness.com

Inhalt:

1. Inhalt des FLUID ROWER Packets.
2. FLUID ROWER Montageanleitung.
3. Tankbefüllung und Wasserbehandlung.
4. Wie rudert man richtig.
5. Langzeit Wasserbehandlung und Grundfunktionen.
6. Wartungsplan.
7. Fehlerbehebung.
8. Der FLUID ROWER Rower Ergometer mit optionaler USB Funktion
9. Austausch des Gummizuges.
10. Teileliste und Garantie.

Training mit dem FLUID ROWER

1. Wie bei jedem Fitnessgerät sollten Sie vor dem Trainingsbeginn mit Ihrem FLUID ROWER Rower Ihren Arzt kontaktieren.
2. Folgen Sie den Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung in Bezug auf die korrekte Fußposition und die grundlegende Rudertechnik.



ACHTUNG!

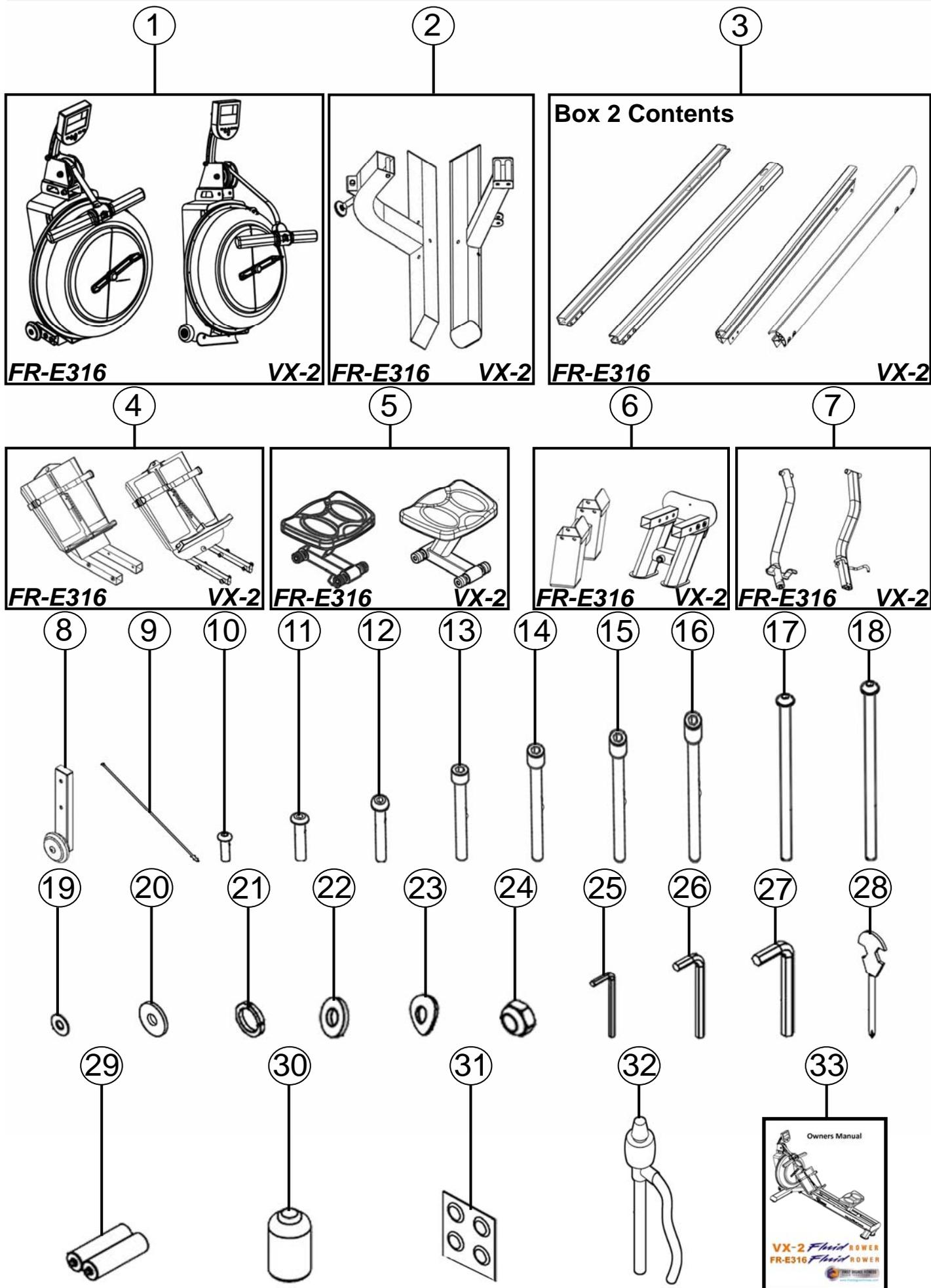
1. Der FLUID ROWER kann zum leichteren Verstauen senkrecht gestellt werden. Für den Fall das dies gewünscht wird folgen Sie bitte den Anweisungen im Kapitel „Grundfunktionen“.



ACHTUNG!

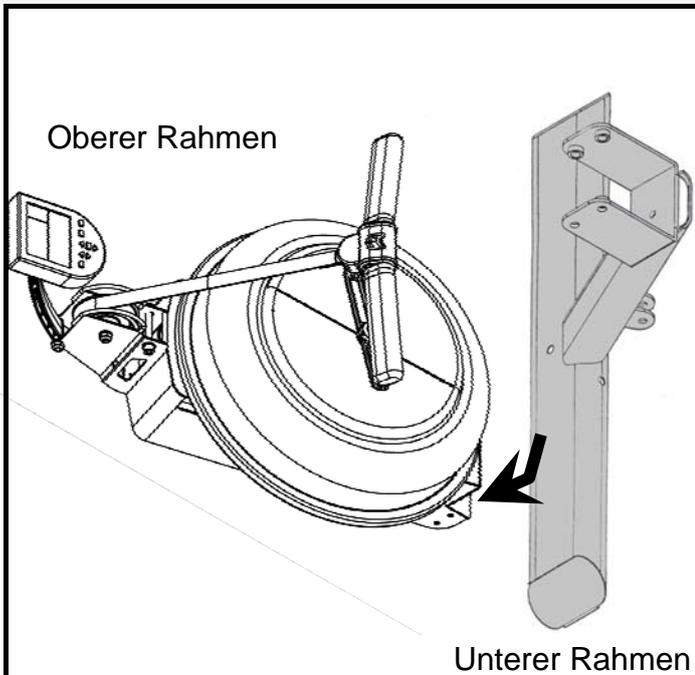
2. Achten Sie darauf Ihre Hände und Finger von bewegten Teilen fernzuhalten. Diese sind mittels Aufklebern am Rahmen Ihres Gerätes gekennzeichnet.

Inhalt der Verpackung:



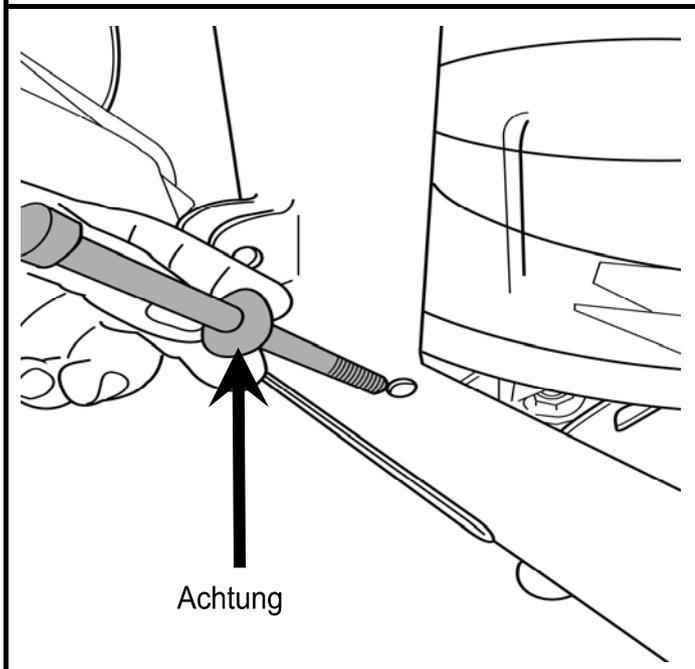
Item	Qty	Description	Item	Qty	Description
1	1	Upper Mainframe and Tank	18	1	Bolt M10 x 180 for VX-2
2	1	Lower Mainframe	19	8	Washer M6
3	2	Left/Right Seat Rail	20	15	Washer M10
4	1	Footplate	21	3	Spring Washers M10 for FR-E316
5	1	Rower Seat	22	4	Plastic Washer M10 for VX-2
6	1	Rear Leg	23	2	Curved Washer M10 for VX-2
7	1	S-Bend Bar Handle Catch	24	2	Nylock Nut M10 for FR-E316
				4	Nylock Nut M10 for VX-2
8	2	Transport Wheel Assembly for FR-E316	25	1	4mm Allen Key
9	1	Frame Tension Cable for VX-2	26	1	6mm Allen Key
10	8	Bolt M6 x 20	27	1	8mm Allen Key
11	1	Bolt M10 x 40 for VX-2	28	1	Multi-tool
12	8	Bolt M10 x 47.5	29	1	AA Batteries
13	1	Bolt M10 x 65 for VX-2	30	2	Touch Up Paint
14	1	Bolt M10 x 80	31	1	Water Treatment Tablet
15	3	Bolt M10 x 90 for FR-E316	32	1	Siphon
16	2	Bolt M10 x 140 for VX-2	33	1	Owners Manual
17	2	Bolt M10 x 170 for FR-E316			

Zusammenbau oberer und unterer Rahmen für VX-2



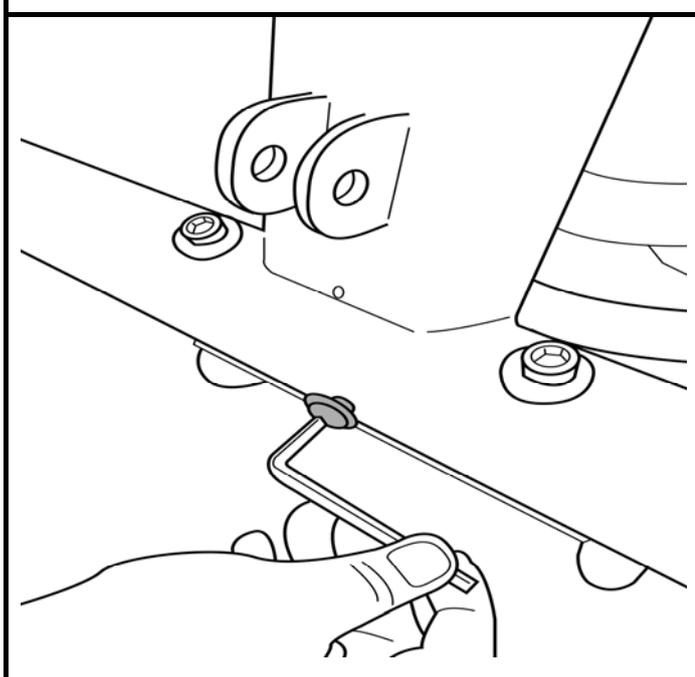
Öffnen Sie die Verpackung und nehmen Sie den Inhalt heraus. Legen Sie den oberen Rahmen auf seine Rückseite so wie in der Abbildung unten dargestellt. Nehmen Sie 2 Stück M10 x 140 mm Schrauben mit den zugehörigen gebogenen Beilagscheiben sowie einer M10 x 65 mm Halbrundschaube mit Beilagscheibe aus dem Schraubenbeutel. Verbinden Sie den unteren mit dem oberen Rahmen zuerst mittels der M10 x 140 mm Schrauben. Ziehen Sie diese aber noch nicht fest bis Sie auch die M10 x 65 mm Schraube eingeschraubt haben so wie unten rechts dargestellt.

Achtung: Die gebogenen Beilagscheiben können die Beschichtung beschädigen, achten Sie daher darauf, dass diese ordentlich auf der ovalen Röhre aufliegen bevor Sie die Schrauben anziehen.



2 Stk. M10 x 140mm Schraube und 2 Stk. gebogene Beilagscheiben. Nicht festziehen!

Achtung: Stellen Sie sicher das die Wölbung der Beilagscheibe mit korrekt mit dem Rahmen ausgerichtet ist um ein sicheres festziehen zu ermöglichen und Kratzer zu vermeiden.

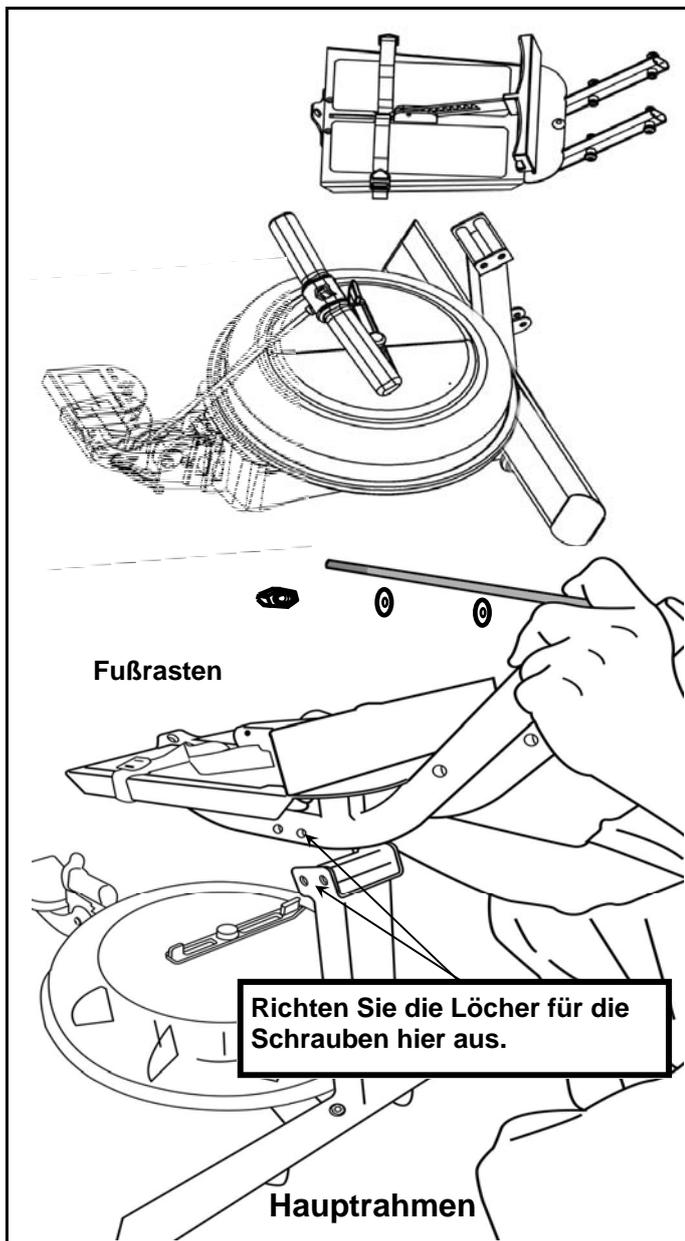


M10 x 65 mm Schrauben und M10 Beilag-scheiben. Ziehen Sie alle 3 Schrauben fest!

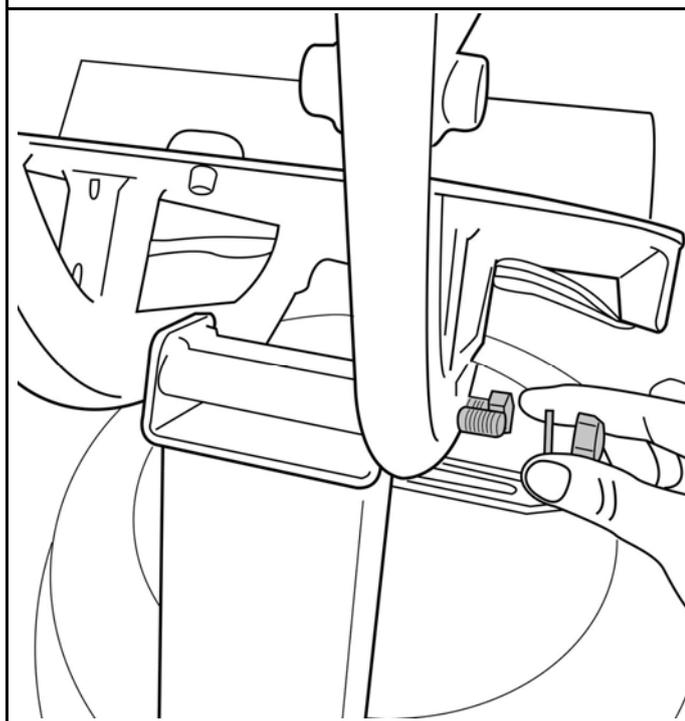


Versuchen Sie nicht das Gerät aufzustellen bevor die Fußrasten und die Sitzschiene montiert sind. Beachten Sie dazu die folgende Seite mit den Montagehinweisen.

Befestigen der Fußrasten am Hauptrahmen für VX-2



Verwenden Sie 2 Stk. M10 x 170 mm Schrauben, 4 Stk. M10 Beilagscheiben und 2 Stk. selbstsichernde Muttern M10 und befestigen Sie damit die Fußrasten am Hauptrahmen so wie in der Abbildung dargestellt.



2 Stk. M10 x 170 mm Schrauben, 4 Stk. Beilagscheiben M10 und 2 Stk. selbstsichernde Muttern M10.

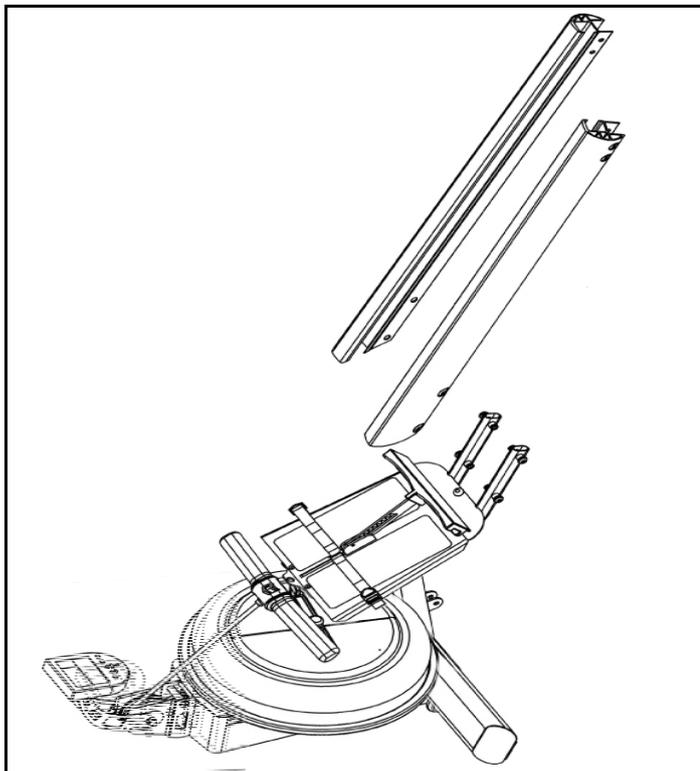
Hinweis: Stellen Sie sicher, dass die Schrauben alle gut fest gezogen sind bevor Sie zum nächsten Schritt weiter gehen.



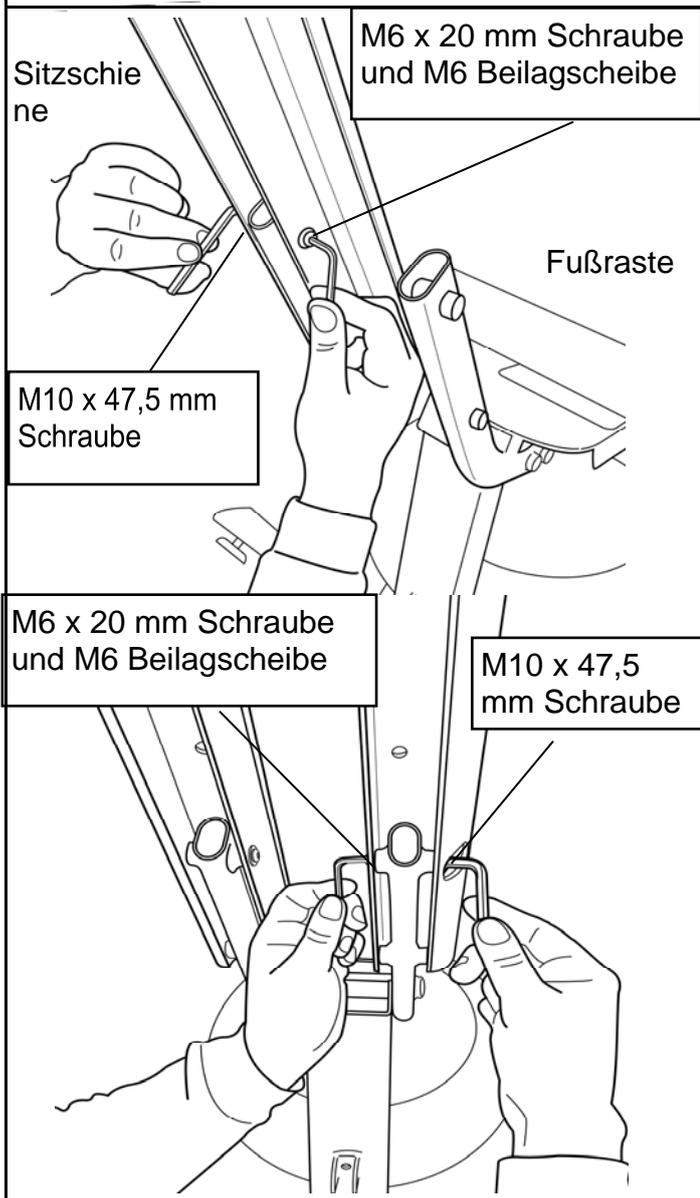
ACHTUNG

Versuchen Sie nicht das Gerät aufzustellen bevor die Fußrasten und die Sitzschiene montiert sind. Beachten Sie dazu die folgende Seite mit den Montagehinweisen.

Befestigen der Sitzschiene am Hauptrahmen für VX-2



Installieren Sie die Sitzschienen am Hauptrahmen. Verwenden Sie dafür 4 Stk. M10 x 47,5 mm Schrauben (keine Beilagscheiben) und 4 Stk. M6 x 20 mm Schrauben mit M6 Beilagscheiben.



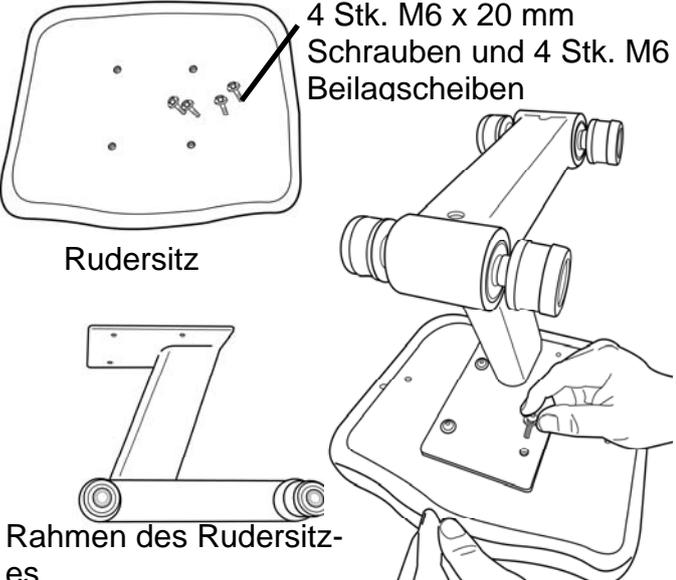
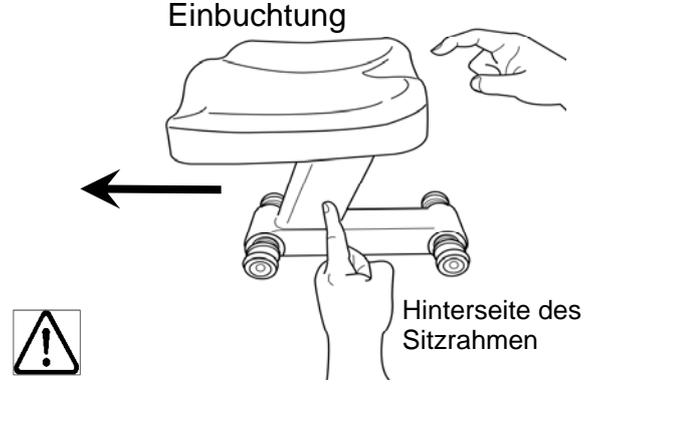
Installieren Sie die rechte Sitzschiene.

Tip: Installieren Sie beide M10 x 47,5 mm Schrauben zuerst von der Außenseite um die Sitzschiene in Position zu halten bevor Sie diese von der Innenseite mit den M6 x 20 mm Schrauben und den M6 Beilagscheiben fest ziehen.

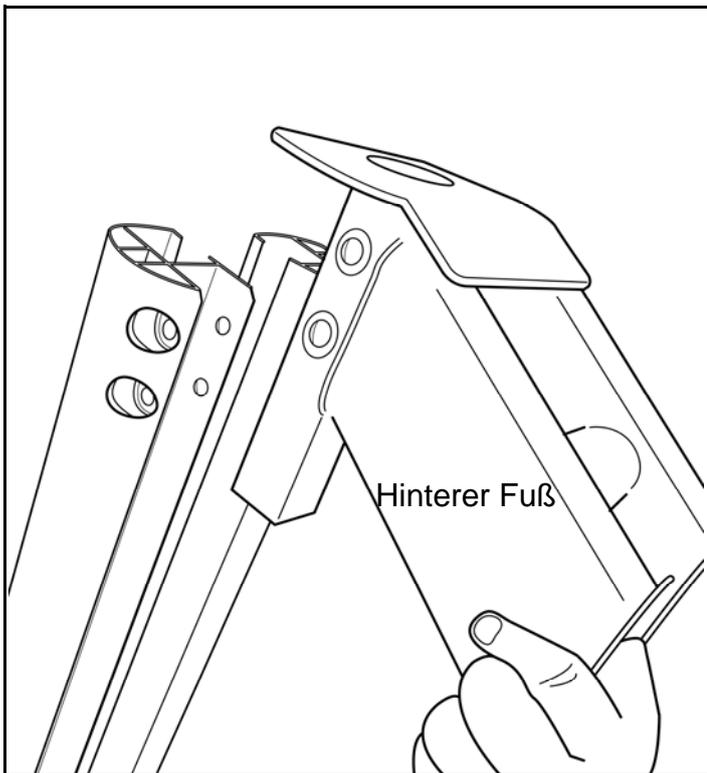
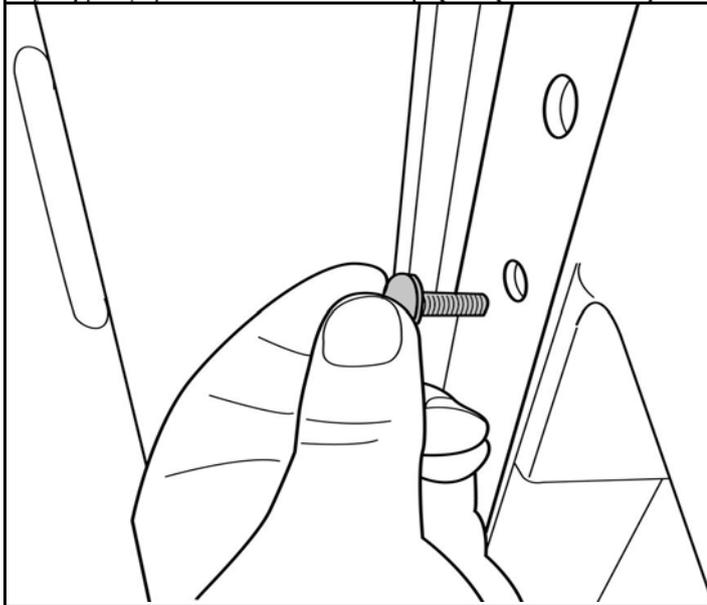
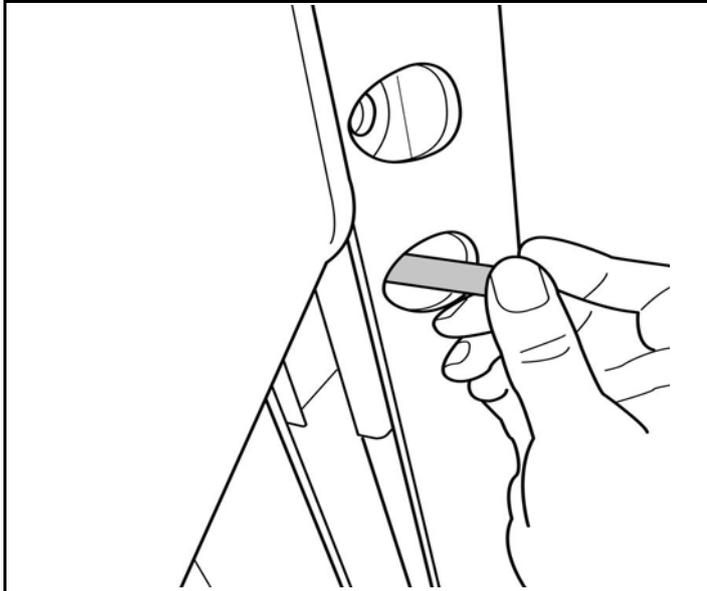


Die Vorderseiten der Sitzschienen weisen unter Umständen scharfe Kanten auf. Bitte mit Vorsicht behandeln.

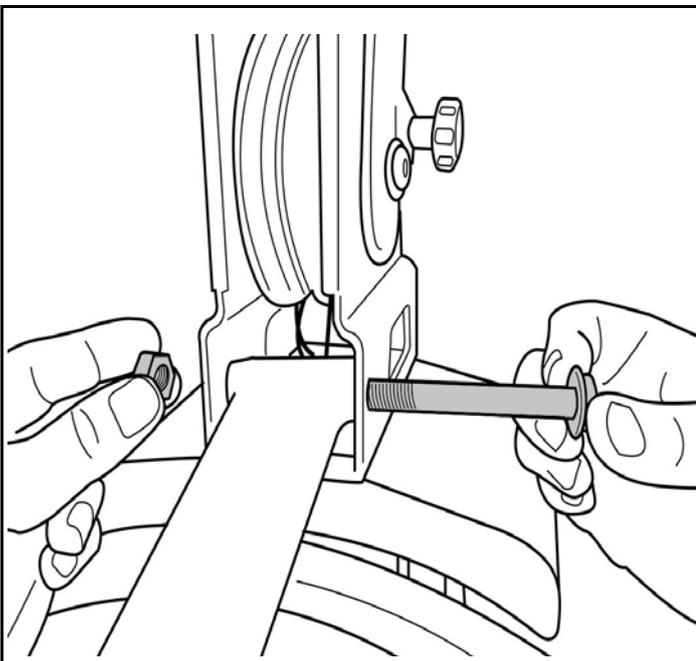
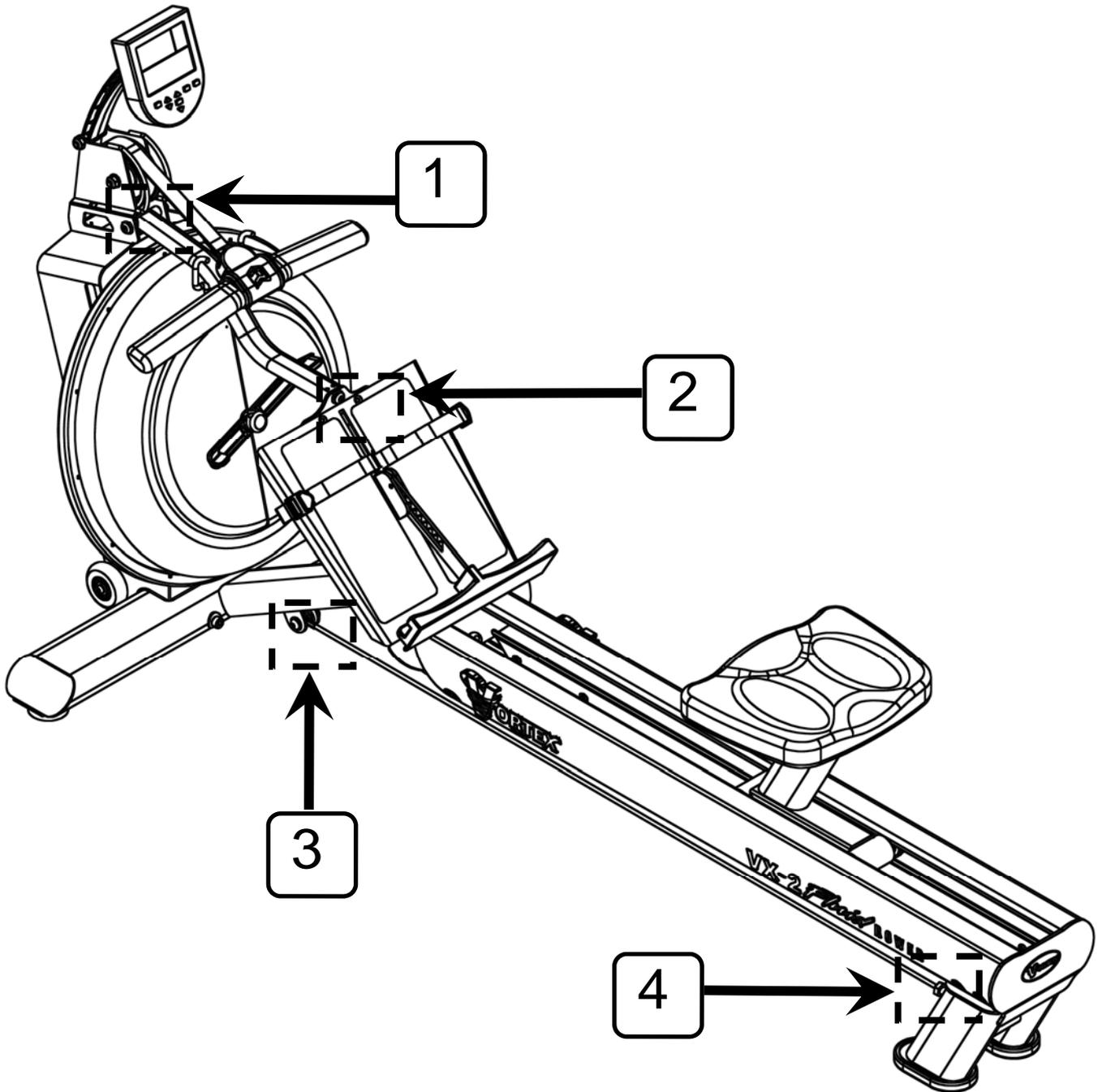
Montage des Rudersitzes für VX-2

 <p>4 Stk. M6 x 20 mm Schrauben und 4 Stk. M6 Beilagscheiben</p> <p>Rudersitz</p> <p>Rahmen des Rudersitzes</p>	<p>Installieren Sie den Rudersitz auf dem dafür vorgesehenem Rahmen mittels 4 Stk. M6 x 20 mm Schrauben und 4 Stk. M6 Beilagscheiben.</p>
 <p>Einbuchtung</p> <p>Hinterrseite des Sitzrahmen</p>	<p>Fertig gestellter Rudersitz Der Sitz muss genau wie dargestellt zusammengebaut werden.</p> <p>Der fertig zusammengebaute Sitz muss in Pfeilrichtung auf die Sitzschienen geschoben werden.</p> <p>Die Einbuchtung am Sitz muss nach hinten zeigen.</p>
	 <p>Achtung: Der Rudersitz ist schwer. Verwenden Sie beide Hände und achten Sie darauf Ihre Finger nicht zwischen die Sitzschienen zu bekommen während Sie den Sitz nach unten einfädeln.</p>

Installing the Rear Leg für VX-2

 <p>Hinterer Fuß</p>	<p>Verwenden Sie 4 Stk. 10 x 47,5 mm Schrauben, 4 Stk. M6 x 20 mm Schrauben und M6 Beilagscheiben und befestigen Sie damit den hintern Fuß an der Sitzschiene so wie in der Abbildung unten dargestellt.</p> <p></p> <p>Hinweis: Installieren Sie alle M10 x 47,5 mm Schrauben zuerst von außen um den Sitzschienefuß in Position zu halten bevor Sie ihn dann von der Innenseite mit den M6 x 20 mm Schrauben und den M6 Beilagscheiben festziehen.</p>
	<p>M6 x 20 mm Schrauben und M6 Beilagscheiben</p>
	<p>M10 x 47,5 mm Schraube</p>

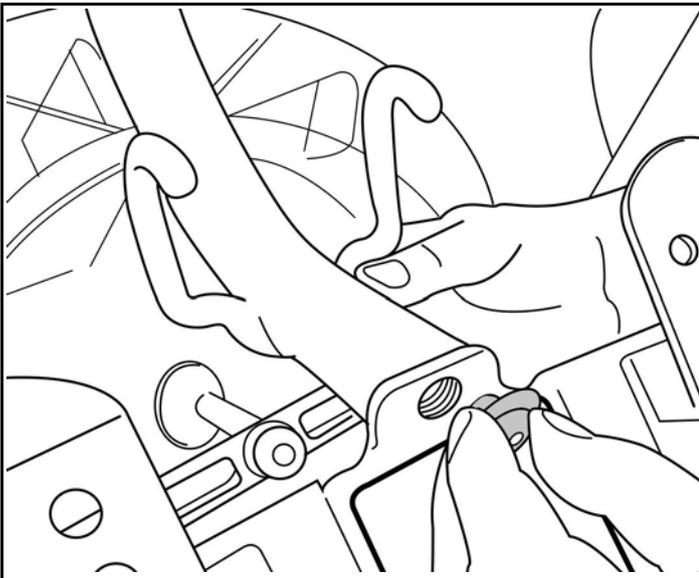
Installieren von S-Bend und Rahmen Spannungskabel für VX-2



1

Senken Sie das Gerät langsam in seine normale Position um die Montage des S-geformten Rahmenstückes und des Rahmenspannkabels fertig zu stellen.

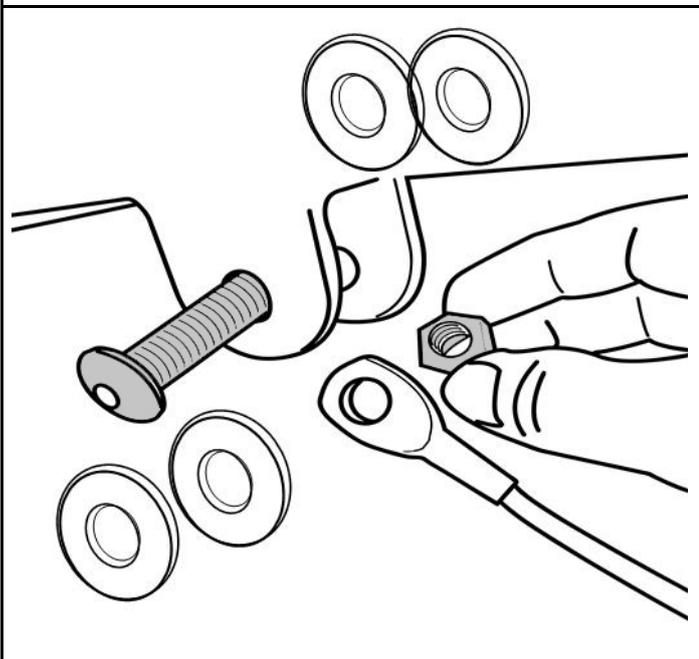
Befestigen Sie das S-geformte Rahmenstück mittels einer Schraube M10 x 80 mm, 2 Stk. Beilagscheiben M10 und 2 Stk. selbstsichernden Muttern M10 am oberen Rahmen so wie in der Abbildung dargestellt.



2

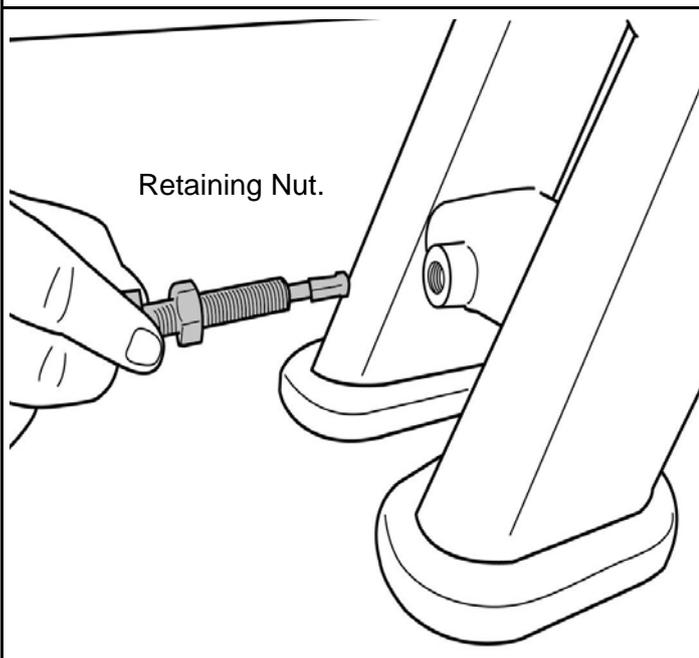
Befestigen Sie das S-geformte Rahmenstück so wie in der Abbildung dargestellt an die Fußrasten. Kippen Sie den oberen Rahmen leicht nach vorne für eine korrekte Ausrichtung.

Hinweis: Die S-geformte Schraube M10 x 15 mm mit Beilagscheibe ist bereits vorinstalliert .



3

Richten Sie die Öse des Rahmenspannkabels mit der Klammer am unteren Rahmen aus und befestigen Sie diese mittels einer Schraube M10 x 40 mm, 4 Stk. weiße Kunststoffbeilagscheiben M10 (2 auf jeder Seite der Öse) und einer selbstsicherndern Mutter M10.

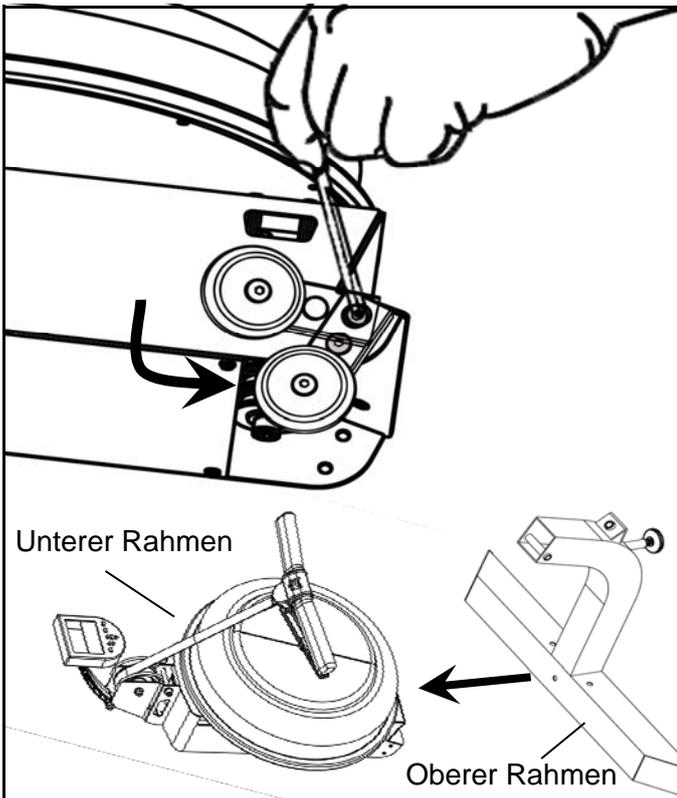


Retaining Nut.

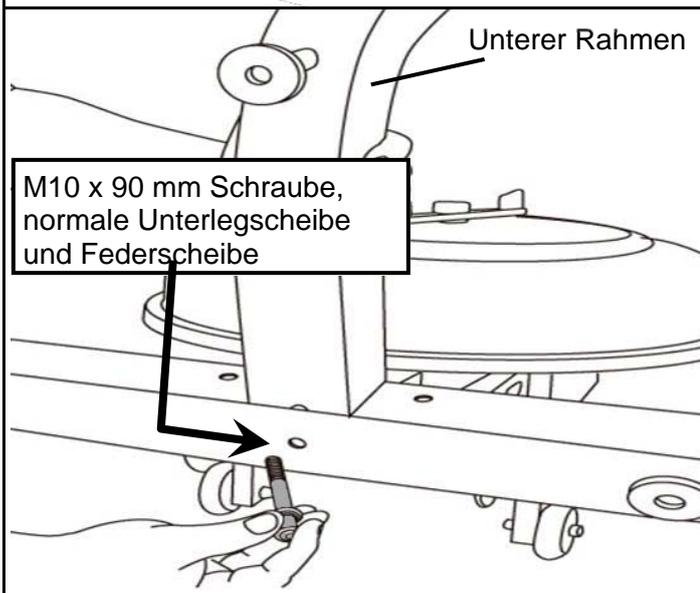
4

Schrauben Sie dann das hintere Ende so wie oben dargestellt in den Sitzschienenfuß.. Spannen Sie solange bis das Kabel straff ist und fixieren Sie dann mittels der Sicherungsmutter.

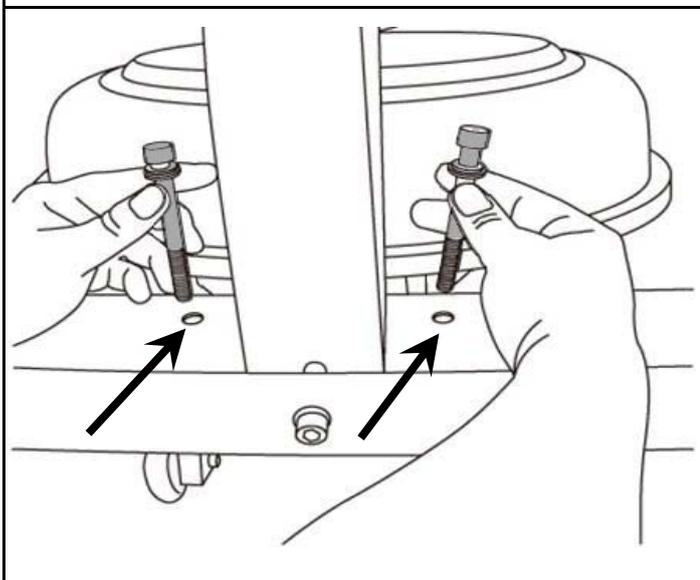
Zusammenbau oberer und unterer Rahmen für E-316



Inhalt aus der Verpackung nehmen und oberen Rahmen auf die Rückseite für Tankmontage legen. Leicht auf eine Seite kippen und die Transporträder in ihre Position einrasten lassen. Diese mit der M8 x 35 mm Schraube sichern. Vorgang auf der gegenüberliegenden Seite wiederholen.



Unteren Rahmen und oberen Rahmen mit der Zentrierschraube (M10 x 90 mm Schraube, normale Unterlegscheibe und Federscheibe) verbinden, aber **nicht festziehen**.

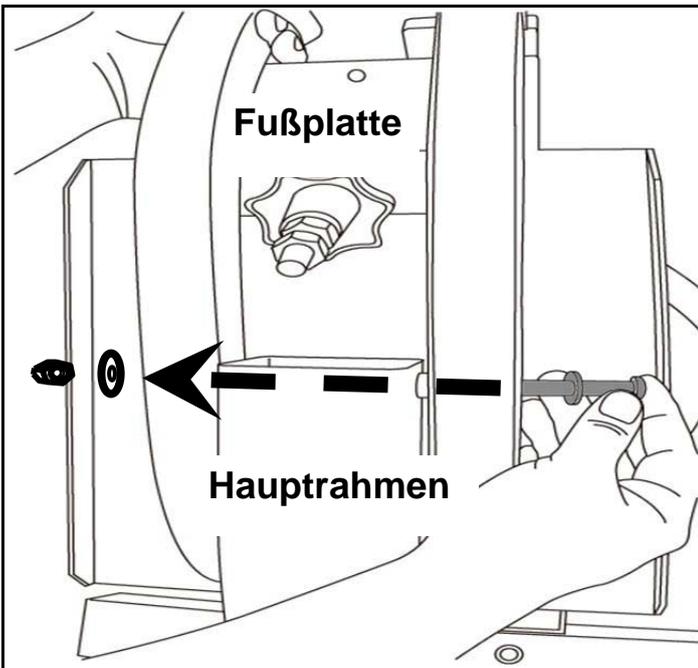


Linke und rechte Seitenschrauben (M10 x 90 mm Schraube, normale Unterlegscheibe und Federscheibe) montieren. Jetzt alle drei Schrauben festziehen.

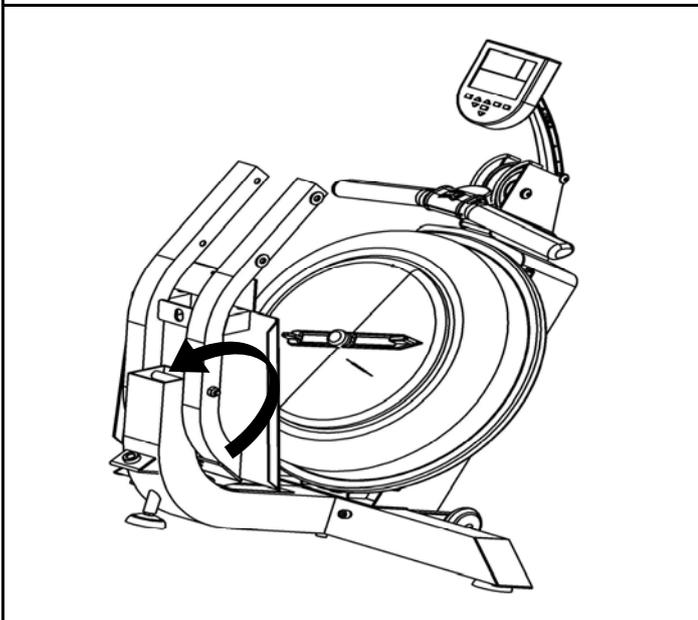
WARNUNG

Stellen Sie den Rower erst auf, wenn die Fußplatte montiert ist. Siehe die nächste Seite für weitere Informationen.

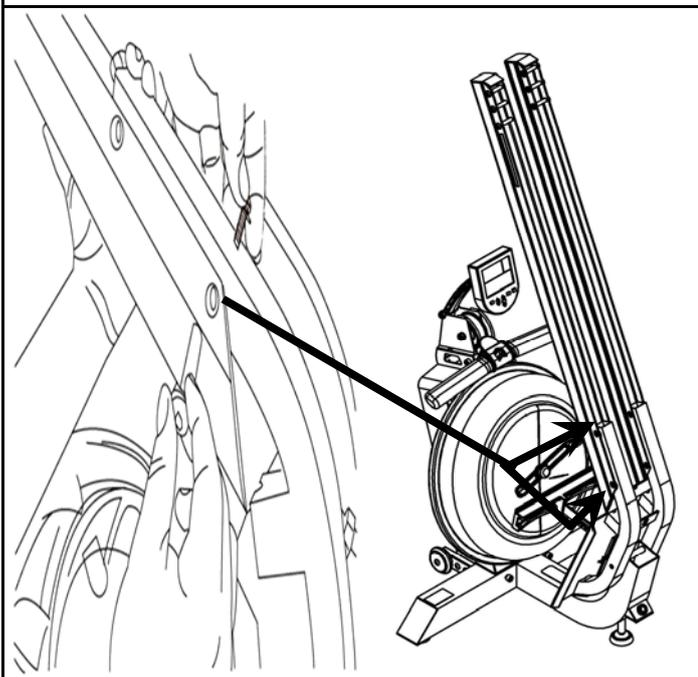
Befestigung Fußplatte und Sitzschienen für E-316



Fußplatte am Hauptrahmen befestigen (M10 x 180 mm Schraube, M10 Sicherungsmutter und 2 Unterlegscheiben). **Vorsicht:** Die Fußplatte ist schwer. FDF empfiehlt, bei der Montage der Fußplatte mit 2 Personen zu arbeiten.



Hinweis: Wenn die Fußplatte gesichert ist, kann die Montage an diesem Punkt fortgesetzt werden, um die Stabilität zu gewährleisten.

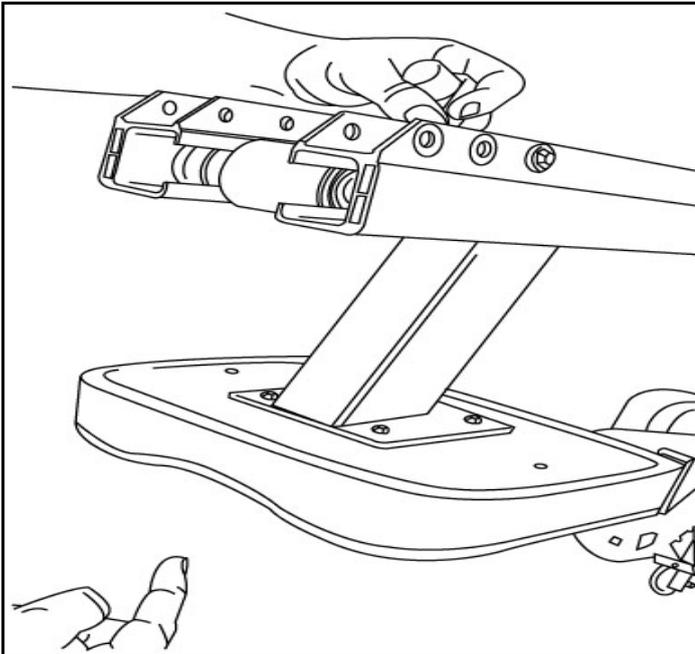


Sitzschienen mit M10 x 47,5 Schrauben, M6 x 20 Schrauben, Schrauben und 4 x 10 mm/4 x 6 mm Unterlegscheiben an der Fußplatte befestigen.

 **WARNUNG**

Hände bei der Montage von schwenkenden Teilen fernhalten.

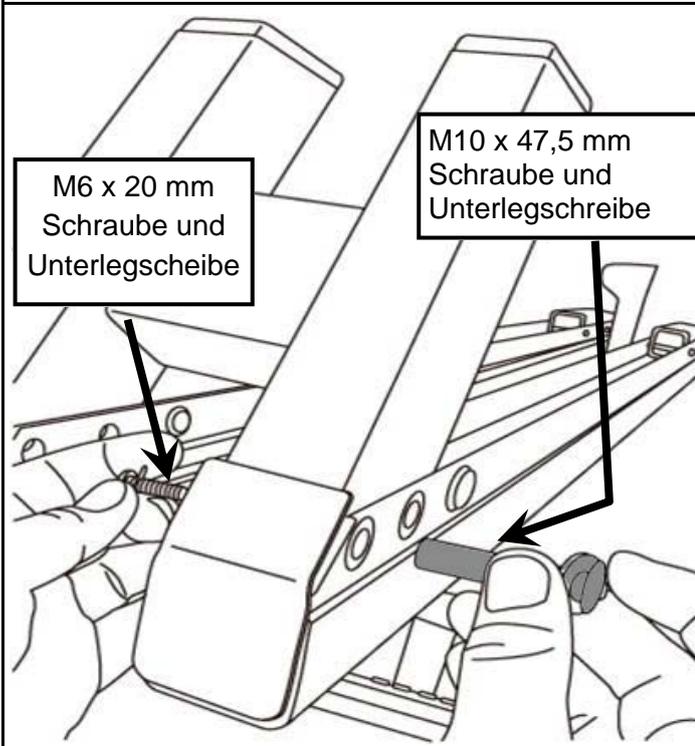
Installieren des Rower Sitz und Rück Leg für E-316



Rudersitz mit der Einbuchtung am Sitz nach hinten zeigend montieren.

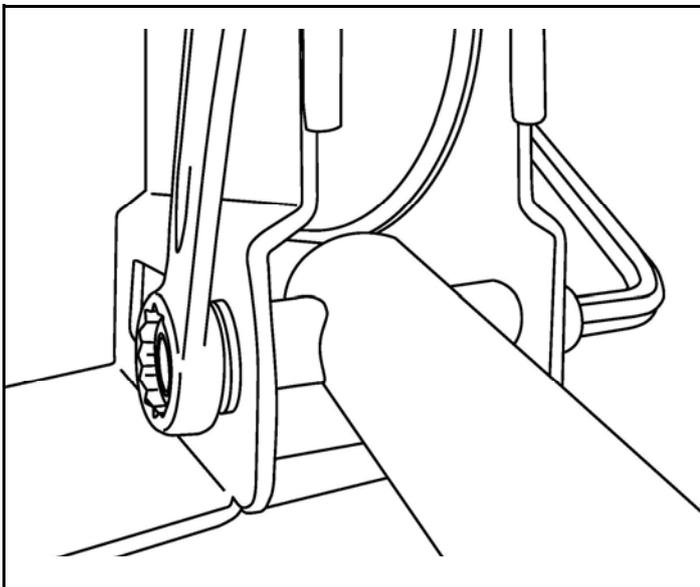
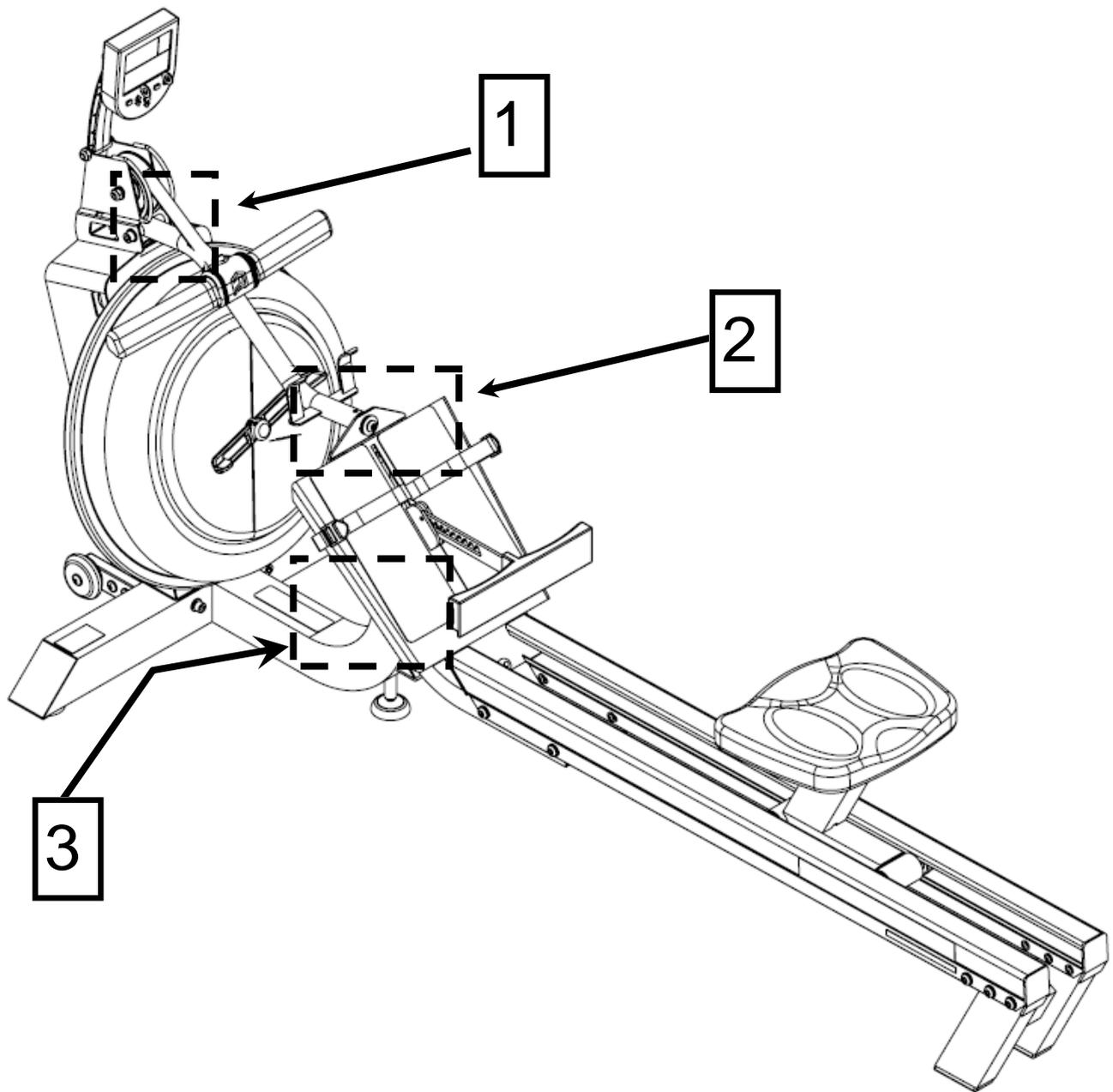


Vorsicht: Der Sitz-Rower ist schwer. Beim Absenken der Sitzschiene Vorsicht walten lassen.



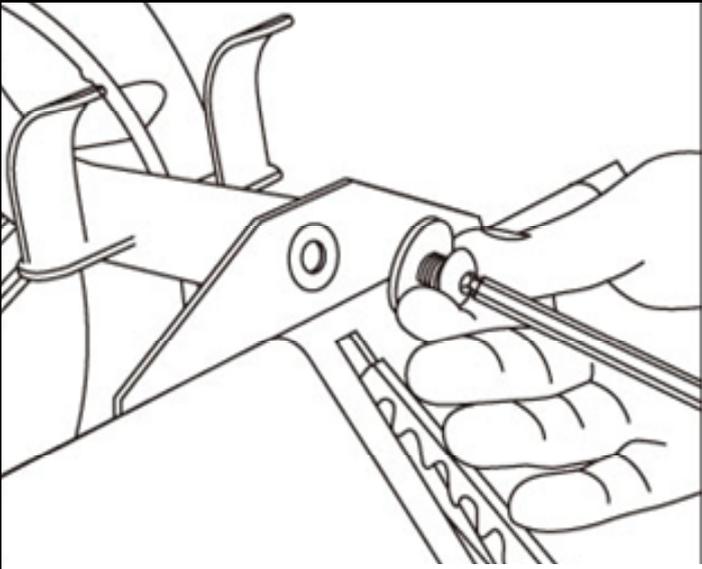
Das hintere Bein mit den M10 x 47,5 Schrauben, M6 x 20 Inbusschrauben und 4 x 10 mm/4 x 6 mm Unterlegscheiben an den Sitzschiene befestigen.

Installieren von S-Bend und Spannrahmen Bolteq E316



1

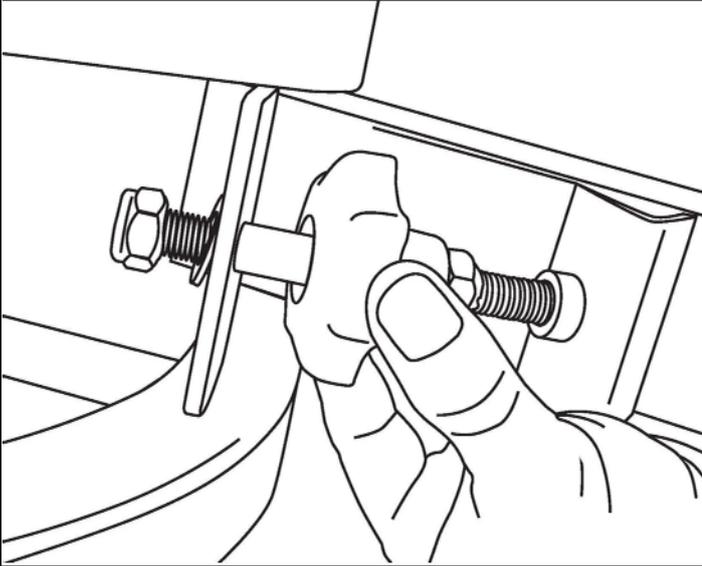
Die Rückseite des S-Bogens mit der M10 x 80 mm Schraube, M10 Sicherungsmutter und zwei M10 Unterlegscheiben auf dem oberen Rahmen montieren.



2

Den oberen Rahmen leicht nach vorne kippen und die Vorderseite des S-Bogens mit einer M10 x 15 mm Schraube und Unterlegscheibe an der Fußplatte sichern.

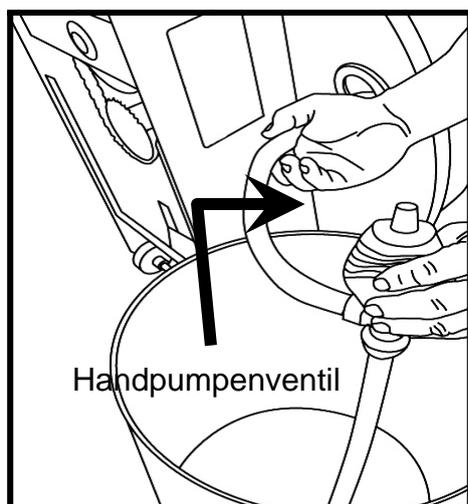
(Hinweis: Die M10 x 15 mm S-Bogen-Schraube mit Unterlegscheibe sind auf dem S-Bogen vormontiert.)



3

Dann die Rahmenspannschraube einsetzen und so fest wie möglich anziehen. Dadurch wird der Rahmen für die richtige Position vorgespannt und die Montage ist beendet.

Tankbefüllung und Wasserbehandlung



Befüllen Sie den Tank wie links dargestellt. Verwenden Sie den gelben Stöpsel nur zum Befüllen.

Befüllen Sie den Tank nur mit dem Einstellhebel auf Stufe 16.

Verwenden Sie ein Münze oder eine großen Schraubenzieher um den Tankstöpsel nach dem abgeschlossenen Befüllen wieder fest zu ziehen.



Stecken Sie auf keinen Fall Ihre Finger in den Tank!

1. Für die Befüllung werden ein großer Kübel (nicht mitgeliefert) und die Fluid Rower Handpumpe (mitgeliefert) benötigt. Die Befüllung braucht etwas 7,6 Liter Wasser.
2. Schrauben Sie den gelben Stöpsel auf der Tankrückseite heraus und stecken Sie den flexiblen Schlauch in die Rückseite des Tankes und das starre Ende der Handpumpe in den Kübel. Hinweis: Der Schlauch kann unter Umständen durch das Schaufelrad blockiert werden. Verwenden Sie das starre Ende der Handpumpe um des Schaufelrad leicht zu verdrehen und keines Falls Ihre Finger.

Hinweis: Falls die Wasserqualität in Ihrer Umgebung bekanntermassen schlecht sein sollte empfiehlt Ihnen FDF die Verwendung von destilliertem Wasser.

3. Stellen Sie den Einstellhebel auf Stufe 16 und beginnen Sie mit der Befüllung. **Hinweis:** Das Ventil auf der Oberseite der Handpumpe muss geschlossen sein um eine korrekte Pumpfunktion zu erreichen. Tipp: Stellen Sie den Wassekübel höher als den Tank so kommt es zu einem „selbstfüll“ Effekt. **Fullen Sie nicht mehr Wasser als bis zur oberen Markierung in den Tank ein!**

Hinweis: Das Öffnen des Ventils auf der Oberseite der Handpumpe führt zum Stoppen des Pumpens. Verwenden Sie diese Funktion um ein Überlaufen des Wassers zu verhindern.

4. Sobald die Wasserbefüllung zum richtigen Stand welcher am Tank angezeigt ist abgeschlossen ist führen Sie die Wasserbehandlung wie nachfolgend beschrieben durch.

Hinweis: Der untere Tankstöpsel ist dauerhaft versiegelt.

Wasserbehandlungsprozedur:

1. Fügen Sie dem Wasser im Tanke eine Chlortablette hinzu.
2. Die gelieferte Chlortabletten sind für viele Jahre Wasserbehandlung. Fügen Sie ein Tablette zu, in falle das Wasser verschmutzt oder wolkig ist.

WARNUNG: Verwenden Sie nur First Degree Fitness Tabletten.



Achtung:

Beim Befüllen des Tanks bzw. Beim Zusetzen der blauen Farbe immer etwas unterlegen, um Flecken auf Boden oder Teppich zu vermeiden.

Wie rudert man richtig?

1. Beginnen Sie den Ruderschlag in einer angenehmen Vorwärtsposition und drücken Sie sich dann mittels Ihrer Beine stark zurück. Ihre Arme und Ihr Rücken bleiben dabei gestreckt.
2. Sobald Ihre Arme über Ihren Knien sind ziehen Sie diese ebenfalls nach hinten und verlängern den Schlag bis sich Ihr Rücken leicht über Ihr Becken nach hinten dreht.
3. Begeben Sie sich in die Ausgangsposition und wiederholen den Vorgang.
4. Für weiter detaillierte Informationen bezüglich Rudertechniken besuchen Sie bitte unsere internationale Webseite unter www.firstdegreefitness.com

Wie oft sollte man rudern?

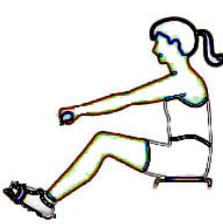
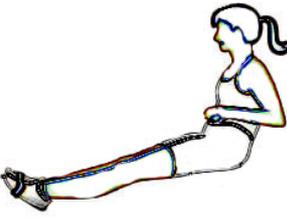
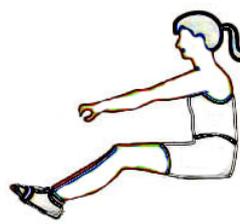
Beginnen Sie mit Trainingseinheiten von 5 Minuten einmal am Tag mit einer Rudergeschwindigkeit von etwa 2 Minuten 30 bis 2 Minuten 45 je 500m und etwa 18 bis 25 Schlägen pro Minute (SPM).

Steigern Sie jeden Tag um einige Minuten solange bis Sie 30 bis 45 Minuten pro Trainingseinheit erreichen und wöchentlich 3 bis 4 mal trainieren.

Dies ist ausreichend um Ihre Ausdauer zu steigern, Muskeltraining zu betreiben und als Teil einer Schlankheitskur genug Kalorien zu verbrennen.

ACHTUNG!

Kontaktieren Sie immer Ihren Arzt bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen. Stoppen Sie das Training sofort falls Sie sich schwindlig oder unwohl fühlen.

				
Vorlage Angenehm nach vorne mit gestreckten Armen und Rücken.	Durchzug Drücken Sie mit den Beinen nach hinten, die Arme bleiben gestreckt.	Rücklage Ziehen Sie mit Armen und Beinen durch bis Sie leicht nach hinten lehnen.	Vorziehen Oberkörper nach vorne lehnen und Körper nach vor bewegen.	Vorlage Gehen Sie in die Ausgangsposition und wiederholen Sie den Vorgang

Langzeit-Wasseraufbereitung und Grundlegende Bedienung



ACHTUNG:

Wichtig: Befüllen Sie den Tank nicht weiter als bis zur Markierung wie auf dem Aufkleber angezeigt da es sonst zum Austreten von Wasser kommen kann. Sehen Sie dazu die Kapitel Tankbefüllung und Wasserbehandlung für weitere Details.

Langzeit-Wasseraufbereitung:

Bereiten Sie das Wasser nicht mit anderen, als die mit dieser Maschine mitgelieferten Tabletten auf. Für Ersatztabletten wenden Sie sich an Ihren lokalen First Degree Händler.

Der Zeitraum für die Wasseraufbereitung des FLUID ROWER hängt vom Umfang der Einstrahlung von Sonnenlicht auf den Tank ab. Rechnen Sie mit 8 bis 12 Monaten in der Nähe eines hellen, von Sonnenlicht durchfluteten Fensters und 2 Jahre oder mehr an einem dunklen Ort. Fügen Sie eine Chlortablette dann hinzu, wenn das Wasser leicht trübe wird. Denken Sie daran 72 Stunden zu warten, bevor Sie blaue Flüssigkeit hinzugeben, da die Chlortablette hoch konzentriert ist.



ACHTUNG: Es wird empfohlen, immer wenn der Tankfüllstopfen offen ist, eine Abdeckplane unter den Tank zu legen.

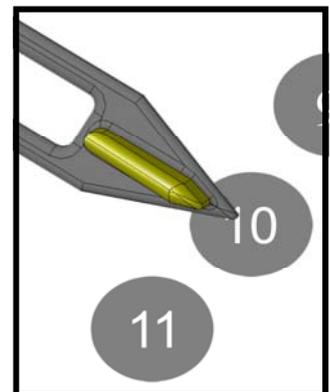
Senkrechte Lagerung: Der VX-1 kann zum leichteren Verstauen senkrecht gestellt werden. Stellen Sie dazu sicher, daß eine geeigneter und sicherer Platz dafür verwendet wird wie z. Bsp. in der Ecke eines Raumes.

Wir empfehlen außerdem etwas weiches (z. Bsp. Teppich oder ein kleines Handtuch) unter der oberen Hinterseite zu platzieren um Kratzer auf der Lackierung als auch den Kunststoffteilen zu vermeiden.

Widerstand:

Der Widerstandsgrad wird durch die Schwierigkeitsgradanzeige vorne auf dem Tank bestimmt. Schwierigkeitsgrad 1 bedeutet geringster Widerstand, Schwierigkeitsgrad 16 bedeutet höchster Widerstand.

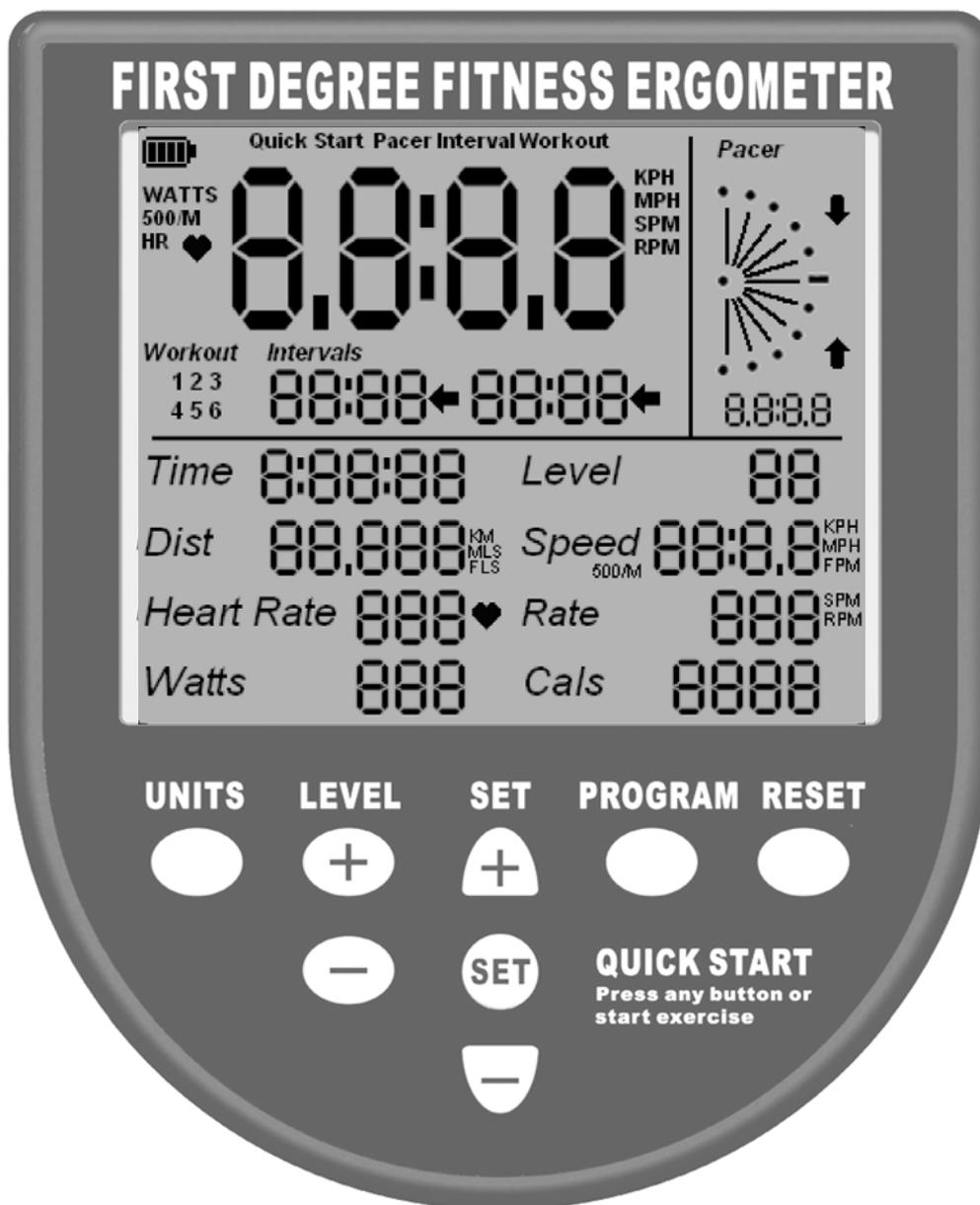
Es werden etwa drei bis vier Ruderschläge benötigt bevor der neu eingestellte Wert auch tatsächlich erreicht wird.



Rahmenspannkabel:

Der FLUID ROWER ist mit einem Rahmenspannkabel ausgestattet welches zur erhöhten Steifigkeit des Rahmens beiträgt. Dieses Kabel kann ab und zu einer Nachjustierung bedürfen. Für best mögliche Leistung sollte das Kabel ordentlich gespannt sein. Sollte das Kabel lose werden sollte es nachgespannt werden. Lockern Sie dafür zu erst die Sicherheitsmutter und spannen Sie dann das Kabel wieder. Danach sichern Sie die neue Einstellung mittels der Sicherheitsmutter wieder ab.

Der FLUID ROWER Ruderergometer



Quick-Start: Liefert sofort Trainingsinformationen, starten Sie einfach mit dem Training. Sie können die Einheiten die auf der Anzeige dargestellt werden einstellen.

UNITS: Zeigt WATT, SPM, HR, 500/m an

LEVEL: Einstellbar von 1 bis 16. Stellen Sie auf die gleiche Stufe wie den Einstellhebel am Tank.

SET: Verändert Zeit und Distanz Werte

PROGRAM: Stellt das ausgewählte Programm auf Null

RESET: Stellt alle Werte auf Null

Hinweis: Für eine komplette Bedienungsanleitung benutzen Sie bitte das separate Computer Handbuch welches im Lieferumfang des FLUID ROWER Series rower enthalten ist.

Verwendung der First Degree Fitness USB Schnittstelle

Beschreibung:

Die USB Anschlußmöglichkeit ist in alle neuen Modelle der FDF Konsole und IPM eingebaut und erlaubt Ihnen ein noch weiter verbessertes Trainingserlebnis in dem Sie nun Ihren Heimcomputer oder Laptop mit Ihrem Trainingsgerät verbinden können. Mittels der von FDF selbst zur Verfügung gestellten Beispielanwendungen können Sie nun trainieren und gleichzeitig Ihre Lieblingsfilme schauen.

NetAthlon 2 XF für Ruderer gibt Ihnen zusätzlich die Möglichkeit sich mittels Internetverbindung und einer virtuellen 3D Realität mit anderen Ruderen Rennen zu liefern oder einfach allein zu trainieren.

Einrichten der USB Verbindung

1. Laden Sie den den USB Gerätetreiber (CDM2xxxx_Setup.exe für 32 und 64 bit Windows 7 / Vista / XP) von der FDF Webseite (www.firstdegreefitness.com) herunter und installieren Sie diesen dann auf Ihrem Computer.
2. Laden Sie die USB Beispielanwendungen von der FDF Website (www.firstdegreefitness.com) herunter und installieren Sie diese dann. Laden Sie NetAthlon 2 XF für Ruderer von <http://www.webracing.org/downloads.htm> und installieren Sie diese dann.

Verbinden Ihrer Konsole mit Ihrem Computer

- Der USB Stecker befindet sich Buchse auf der Hinterseite des IPM gemeinsam mit den Steckern für den Sensor und Herzfrequenzmonitor.
- Verbinden Sie den Stecker mittels eines standart USB Kabel mit Ihrem PC oder Laptop. Es kann zu einer Wartezeit kommen, da Windows erst die USB Treiber starten muss.

Hinweis: Für weitere Informationen benutzen Sie bitte die Bedienungsanleitung Ihres Computers oder besuchen Sie unsere Webseite unter www.firstdegreefitness.com

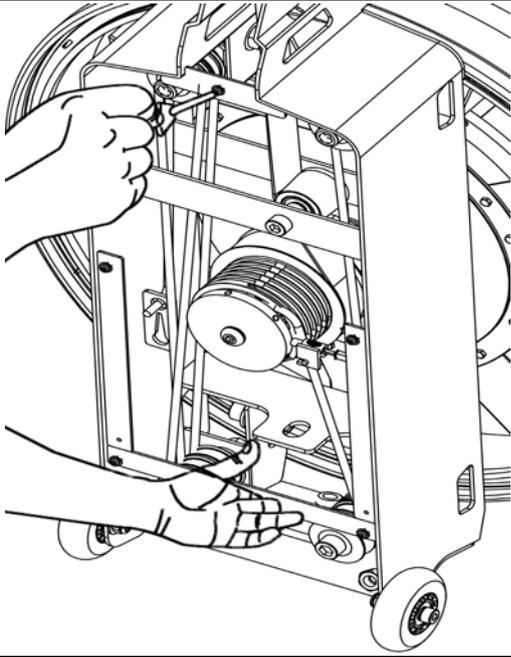
Wartungstabelle:

Bauteil	Zeitraumen	Anweisung	Bemerkungen
Sitz und Sitzschiene	wöchentlich	Wischen Sie die Sitzschiene mit einem fusselfreien Tuch ab. Besprühen Sie die Sitzschiene mit einer leichten Schicht Silikon-spray.	
Rahmen	wöchentlich	Wischen Sie den Rahmen mit einem fusselfreiem Tuch ab.	
Tank und Wasser-behandlung	12 Monate bis 2 Jahre.	Folgen Sie den Anweisungen im Kapitel „Wasserbehandlung“	
Gummizug	Kontrollieren Sie alle hundert Stunden auf korrekte Spannung und Anzeichen von Verschleiß	Der Gummizug sollte für viele Jahre halten. Sollte ein Tausch des Gummizuges notwendig sein, folgen Sie bitte den Anweisungen im Kapitel „Austausch des Gummizuges“.	
Rudern Belt.	Überprüfung alle 100 Stunden für die richtige Spannung und auf Anzeichen von Verschleiß.	Die Ruder Gürtel sollte viele Jahre lang störungsfreien Betrieb. Wenn eine Ruderriemwechsel erforderlich ist, kontaktieren Sie bitte Ihren lokalen Vertriebspartner oder online unter www.firstdegreefitness.com für weitere Details.	
Rahmenspannkabel	Kontrollieren Sie regelmäßig auf korrekte Spannung.	Spannen Sie bis das Kabel straff ist, sehen Sie unter „Grundfunktionen“ für weitere Details nach.	

Fehlerbehebung:

Fehler	Vermutliche Ursache	Lösung
Das Wasser verändert die Farbe oder enthält Schwebstoffe.	Das Rudergerät ist direktem Sonnenlicht ausgesetzt und es wurde keine Wasserbehandlung durchgeführt.	Stellen Sie das Rudergerät an einer Stelle ohne direktes Sonnenlicht auf. Führen Sie die Wasserbehandlung oder einen Wassertausch durch so wie im Kapitel "Wasserbehandlung und Tankbefüllung" beschrieben.
Der Rückzug ist zu leicht	Der Gummizug hat nicht genug Spannung.	Öffnen sie die hintere Kunststoffabdeckung und schneiden sie den Kabelbinder auf. Erhöhen Sie die Spannung in kleinen Schritten unter Verwendung des Abbindpunktes und testen Sie die Spannung in dem Sie dem Rudergriff so weit wie möglich nach vorne lassen. Am vordersten Punkte sollte immer noch eine leichte Spannung vorhanden sein. Hinweis: Leichtes ausfransen des Gummizuges ist völlig normal.
Das Gerät schaukelt von Seite zu Seite wenn am Boden aufgestellt.	Die voderen / hinteren Rahmeneinstellschrauben müssen nachjustiert werden	Stellen sie die voderen zwei oder die hinteren beiden Rahmeneinstellschrauben so ein, dass das Gerät stabil steht. Hinweis: Es ist normal, dass die hinteren beiden leicht vom Boden abgehoben sind.
Starkes verdrehen des Rahmens während starker Ruderschläge.	Rahmenspannkabel ist zu locker eingestellt.	Lockern Sie zu erst die Sicherheitsmutter und spannen Sie dann das Kabel wieder. Danach sichern Sie die neue Einstellung mittels der Sicherheitsmutter wieder ab.
Der FLUID ROWER Computer zeigt zwar Funktion an, spricht aber auf die Ruderbewegung nicht an.	Lockere oder gar keine Verbindung oder der Abstand zum Sensor ist zu groß (siehe sprunghafte Computer Anzeige).	Überprüfen Sie die Steckverbindungen und Kabel. Falls dies zu keinem Ergebnis führen überprüfen Sie den Abstand zum Sensor. Sollte sollte auch das zu keinem Ergebnis führen kontaktieren Sie bitte Ihren Fachhändler.
Die FLUID ROWER Computer Anzeige ist während der Anzeige von SPM and 500meter Zeit sprunghaft.	Die Batterien wurden falsch eingelegt oder müssen ersetzt werden.	Legen Sie die Batterien in der richtigen Position ein und versuchen Sie es noch einmal. Falls der LCD-Bildschirm nicht aufleuchtet, verdrehen Sie die Batterien etwas im Computer. Sollte das Problem weiterhin bestehen, setzen Sie sich mit Ihrem örtlichen Servicecenter in Verbindung.
The FLUID ROWER computer display is erratic while displaying SPM and 500meter times.	Abstand zwischen Sensor und Magnetring ist zu groß.	Stellen Sie den Abstand des Sensors mittels der hinteren Einstellschraube, welche sich in der hinteren Kunststoffabdeckung befindet, ein. Der Abstand sollte nicht größer als 2,5 mm sein.

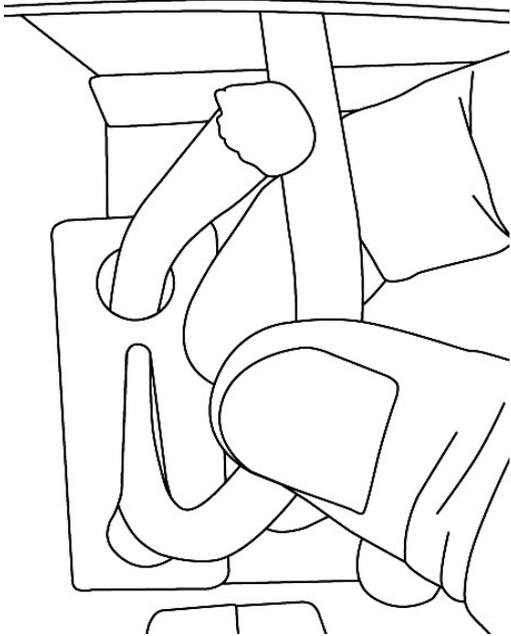
Austausch von Bungee Shock Cord



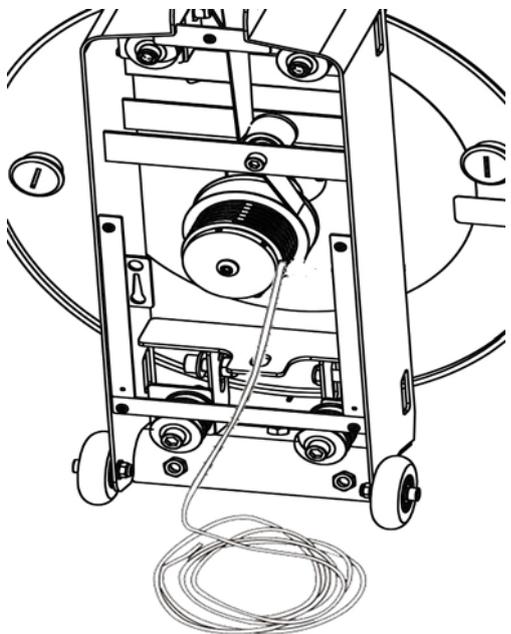
Entfernen Sie die Klarsichtabdeckung von der Rückseite des oberen Rahmens.



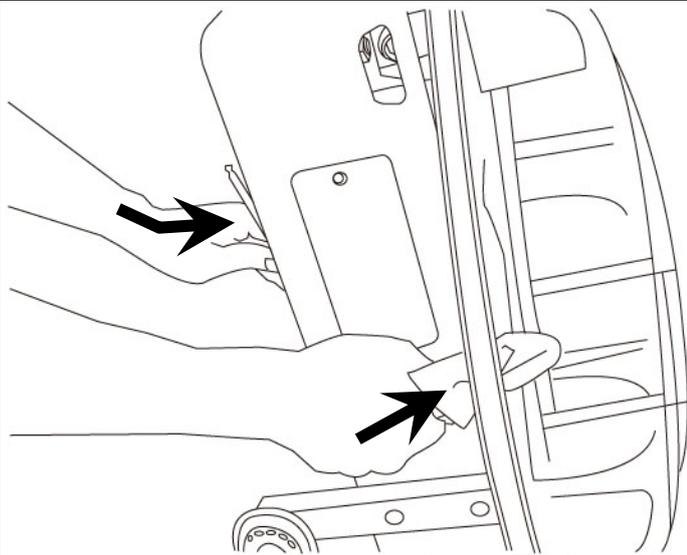
Sensorkabel trennen bevor Abdeckung vollständig ab zu nehmen



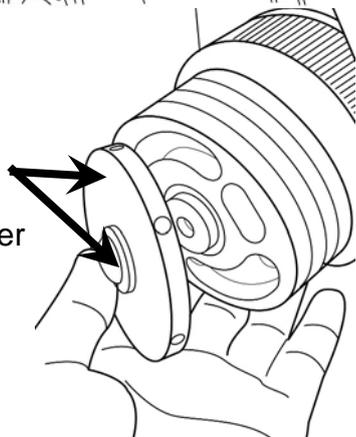
Bewegen Sie den Rudergriff von der S-Bend-Griff bis zu einem Punkt, wo sie an der Oberseite des Tanks aufliegt. Dies hilft, Line-Up der Bungee-Seil Loch zum leichteren Entfernen / Ersatz. Trennen Sie Bungee-Seil aus unteren hinteren Befestigungspunkt.



Nehmen Sie das Bungee-Seil von allen Bungee Rollen ab.



Rear Hintere Hauptwellenschraube und magnetischer Ring



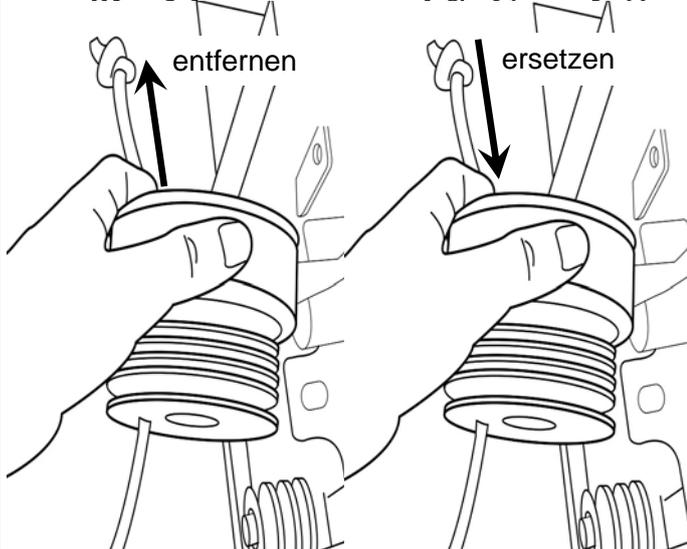
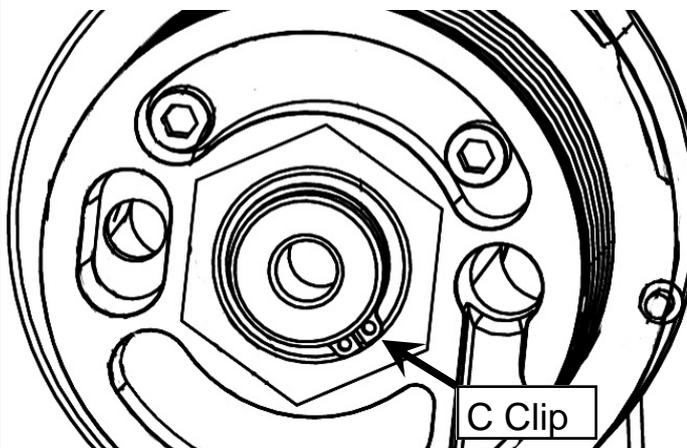
Entfernen Sie als nächstes den magnet-ischen Ring. Um die hintere Hauptwellenschraube, welche den magnetischen Ring in Position hält, zu lockern, ist es notwendig ein verdrehen der Hauptwelle und des Schaufelrades zu ver-hindern. Öffnen Sie den gelben Tankstöpsel und stecken sie einen Schraubenschlüssel welchen Sie mit einem fusselfreien Tuch umwickelt haben (um das galvanisch geschützte Ober-fläche der Schaufeln zu schützen) in das Loch um so das Schaufelrad und die Hauptwelle zu fixieren. Nun können Sie die hintere Hauptwellenschraube lösen. Verwenden Sie dazu einen 6 mm Innensechskantschlüssel. **Achtung:** Vermeiden Sie jeden direkten Kontakt zwischen ungleichen Metallen und den Schaufelrädern. Dies könnte zu vorzeitigem rosten führen. Bedecken Sie jede Art von Werkzeug welches Sie in den Tank stecken mit einem fusselfreien Tuch und stecken Sie keinesfalls Ihre Finger in den Tank. Fixieren Sie das Schaufelrad mittels eines in ein fusselfreies Tuch ein-gewickelten Werkzeugs und verwenden Sie einen 6 mm Innensechs-kantschlüssel um die hintere Hauptwellenschraube zu entfernen so wie in der Abbildung unten dargestellt.



ACHTUNG

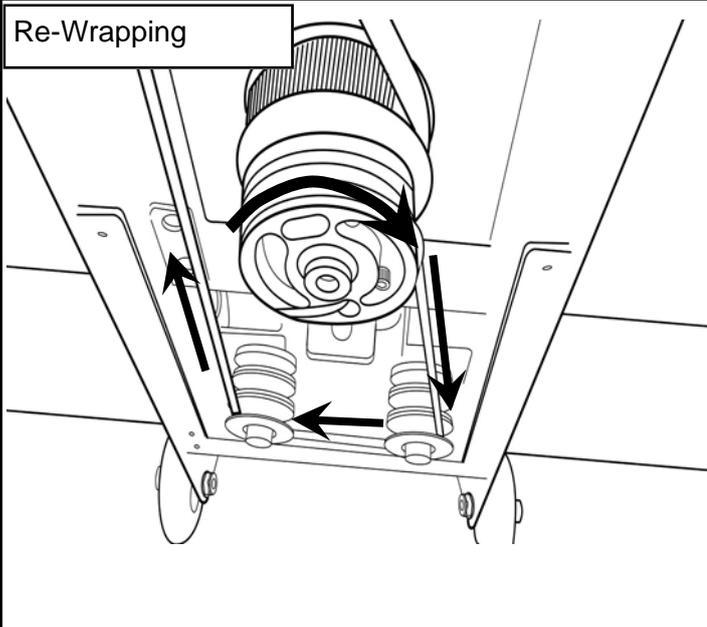
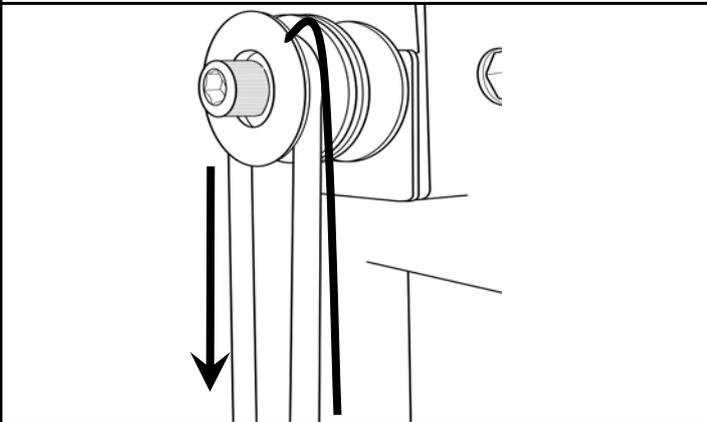
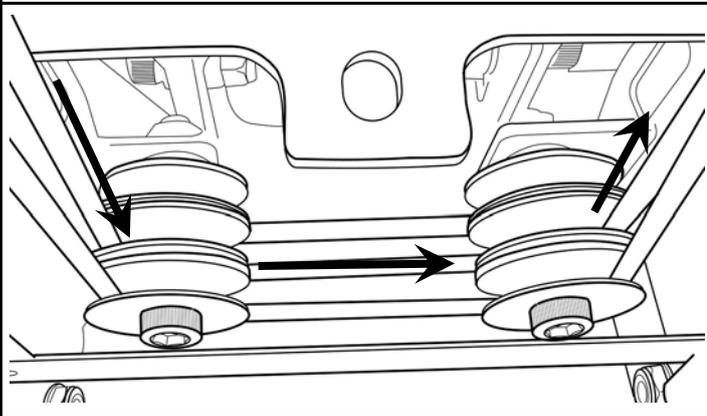
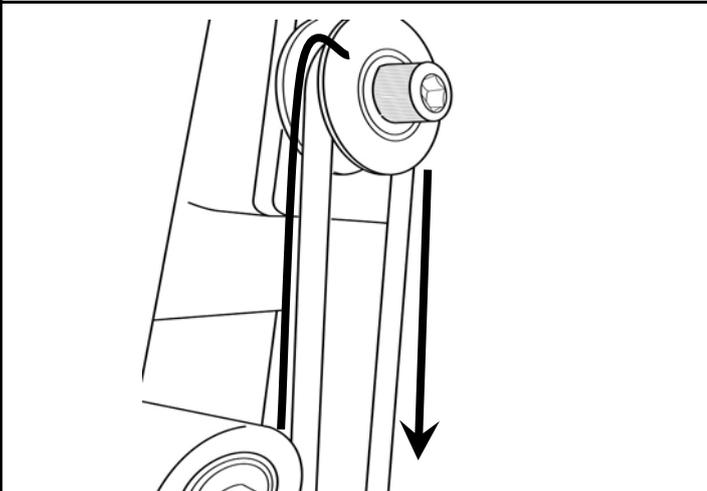


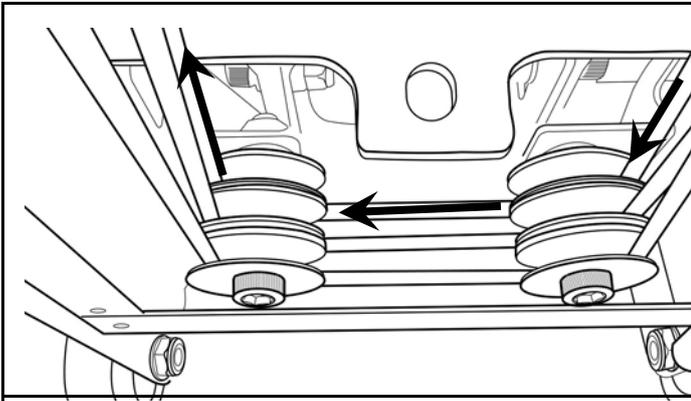
Stecken Sie nicht Ihre Finger in den Tank!



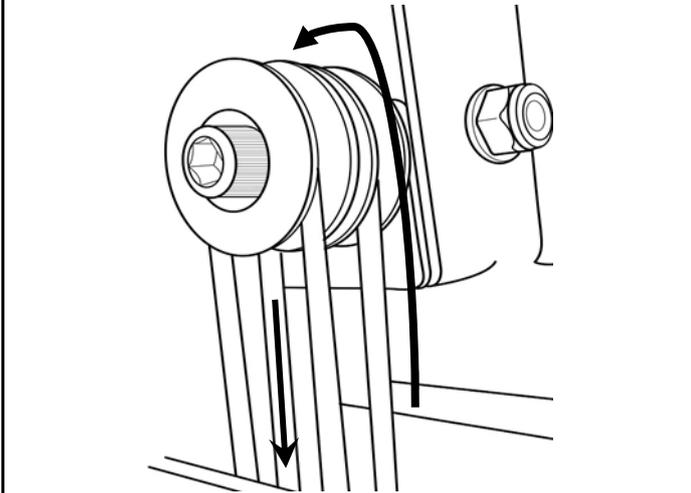
Nach dem Entfernen des magnetischen Ring und den C-Clip wird das Bungee-Seil zugänglich sein. Entfernen Sie den Gürtel / Bungee Flaschenzug von der Welle, ziehen Sie den Bungee-Seil durch den Gürtel / Bungee Pulley und zu entfernen. Fädeln neuen Bungee-Seil durch und ziehen Sie, bis geknotete Ende sicher in den Schlitz statt.

Achtung: Lösen Sie nicht den Gürtel.

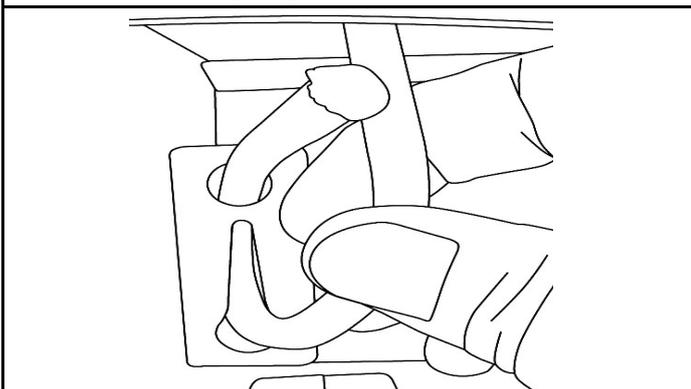
<p>Re-Wrapping</p> 	<p>Sobald das Bungee-Seil in Position ist, stellen zwei Packungen auf dem Gürtel / Bungee Scheibe im Uhrzeigersinn, um sicherzustellen, das Bungee-Seil-Spuren in den entsprechenden Nuten. Sobald das Bungee Erreichen der Position dargestellt, können Sie damit beginnen, die rund um die Bungee Bungee Riemenscheiben gewickelt werden, beginnend mit rechten unteren Frontscheibe nach links unten Frontscheibe.</p>
	<p>Unten links vorne nach links oben vorne Riemenscheibe.</p> <p>⚠ Tipp: Halten Sie das Gummiseil beim Einfädeln durch die Laufräder leicht gespannt.</p>
	<p>Oben links vorne nach Mitte links und rechts Scheiben senken.</p>
	<p>Mitte rechts Flaschenzug nach oben rechts Pulley</p>



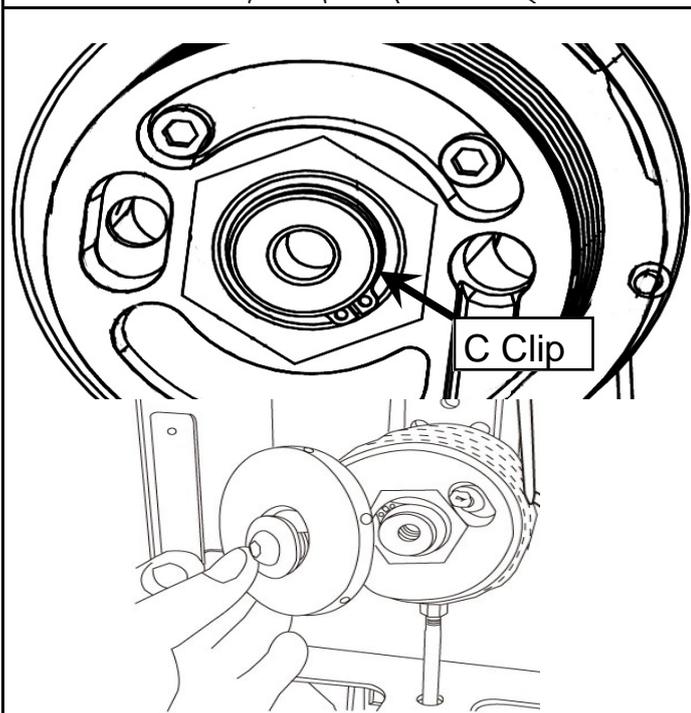
Oberen hinteren rechten hinteren rechten und linken hinteren Riemenscheiben zu verringern.



Unten links hinten nach links oben hinten Pulley.



Oberer linke hinterer Pulley zu binden Punkt. Beenden Sie die Bungee rewrap durch Binden von der Bungee. Sie können sich dafür entscheiden, nicht mit einem Kabelbinder als die Metalllasche wird als eigenständiges Befestigungspunkt konzipiert. Führen Sie das Bungee bis zur gewünschten Spannung und führen Sie das Bungee-Ende durch das obere Loch, wie dargestellt.



Bringen Sie die C-Clip, Magnetring und Rückhauptwellen Bolt. Fest anziehen.

Schließlich bringen Sie die Sensorleitung und setzen Sie die Plexiglas hintere Abdeckung.

VORTEX VX-2 & E-316 Fluid Rower

INTERNATIONAL GARANTIE – KOMMERZIELLE NUTZUNG

Diese Produkt wurde speziell für die Verwendung in Fitnessstudios entworfen und gebaut.

First Degree Fitness Limited garantiert, dass der **Vortex VX-2 / E316 Fluid Rower (model VX-2, E316)**, sofern in unbeschädigter Originalverpackung bei einem autorisierten Händler gekauft, frei von Material- und Herstellungsfehler ist. First Degree Fitness oder seine Händler werden nach ihrem eigenen Ermessen fehlerhafte Teile innerhalb der Garantiezeit so wie in den unten angeführten Bedingungen dargestellt reparieren oder austauschen.

First Metallrahmen - 10 Jahre eingeschränkte Garantie

First Degree Fitness repariert oder ersetzt den Metallhauptrahmen des Gerätes falls dieser auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 10 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleidet. Diese Garantie gilt nicht für die Oberflächenbeschichtung des Rahmens.

Polykarbonattank und Dichtungen - 3 Jahre eingeschränkte Garantie

First Degree Fitness repariert oder ersetzt den Polykarbonattank oder die Dichtungen, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 3 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Mechanische Komponenten (nicht verschleißend) – 2 Jahre eingeschränkte Garantie

First Degree Fitness repariert oder ersetzt alle mechanischen Komponenten, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 2 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Alle anderen Komponenten (verschleißend) – 2 Jahre eingeschränkte Garantie

First Degree Fitness repariert oder ersetzt alle anderen Komponenten, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 1 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Speziell in die Garantie eingeschlossen:

- Gummizug, Rudergurt und Umlenkrollen
- Handgriffe und Fußriemen
- Rudergurt aus Polyester
- Sitz
- Alle Rollen und Lager
- Alle Gummiteile
- Computer und Geschwindigkeitssensor (austauschbare Batterien ausgenommen)
- Alle Treibriemen
- Sitzschiene aus Aluminium

Generell von der Garantie Ausgeschlossen

- Oberflächenschäden an allen Geräteteilen
- Durch Nachlässigkeit, Missbrauch und falsche Benutzung des Gerätes verursachte Schäden
- Alle Fracht- oder Zollgebühren in Verbindung mit Rücksendung oder Versendung von Teilen
- Alle Schäden aller Art oder Verluste von Teilen während des Transportes
- Alle Arbeitskosten in Verbindung mit einer Garantieforderung

Allgemeine Bedingungen

- Die Seriennummer der Maschine muss korrekt bei First Degree Fitness Limited oder einem der autorisierten Händler registriert sein
- First Degree Fitness Limited behält sich das Recht vor, alle Teile, für die im Rahmen der Garantie ein Austausch gefordert wird, zu untersuchen
- Die Garantie gilt nur für den Erstkäufer ab dem Kaufdatum und ist nicht übertragbar
- The product must be returned to your place of purchase in original packaging with transportation, insurance and associated charges paid for by you and risk of loss or damage assumed by you
- Das Produkt muss in seiner Originalverpackung an den Ort des Kaufes zurückgeschickt werden, wobei Sie für Transportkosten, Versicherung und damit verbundene Gebühren aufkommen und das Verlust- oder Beschädigungsrisiko tragen
- Die Herstellergarantie beginnt automatisch ab dem Moment des Kaufes des Produktes zum Endverbraucher oder nach einem (1) Jahr gerechnet vom Monat der Herstellung, je nach dem was zuerst eintritt.