

# TAURUS®

## Monterings- og brugsvejledning



max. 180 kg



~ 90 Min.



127 kg

L 211 | B 82 | H 188

TFFX105.01.03

Vare-nr. TF-FX105

**Crosstrainer FX10.5 Pro**



# Indholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>GENERELLE OPLYSNINGER</b>	<b>7</b>
1.1	Tekniske data	7
1.2	Personlig sikkerhed	8
1.3	Elektrisk sikkerhed	9
1.4	Opstillingssted	9
<b>2</b>	<b>MONTERING</b>	<b>10</b>
2.1	Generelle anvisninger	10
2.2	Pakkens indhold	11
2.3	Montering	12
<b>3</b>	<b>BRUGSANVISNING</b>	<b>21</b>
3.1	Konsoldisplay	21
3.2	Tastfunktioner	22
3.3	Tænd maskinen	23
3.4	Standby-Modus	23
3.5	MANUAL (Manuelle programmer)	24
3.5.1	Quick start program	24
3.5.2	Målprogrammer	24
3.6	PROGRAM (Profilprogrammer)	25
3.7	USER (Brugerdefineret program)	27
3.8	H.R.C. (Pulsstyrede programmer)	28
3.9	WATT (Wattprogram)	29
3.10	RECOVERY (Restitutionsfunktion)	29
3.11	BODY FAT (fedtprocentmåling)	30
3.12	Bluetooth og fitness-apps	31
<b>4</b>	<b>OPBEVARING OG TRANSPORT</b>	<b>32</b>
4.1	Generelle anvisninger	32
4.2	Transporthjul	32
<b>5</b>	<b>FEJLAFHJÆLPNING, PLEJE OG VEDLIGEHOLDELSE</b>	<b>33</b>
5.1	Generelle anvisninger	33
5.2	Fejl og fejldiagnose	33
5.3	Fejlkoder og fejlsøgning	34
5.4	Kalender for vedligeholdelse og inspektion	35
<b>6</b>	<b>BORTSKAFFELSE</b>	<b>35</b>
<b>7</b>	<b>ANBEFALING AF TILBEHØR</b>	<b>36</b>

<b>8</b>	<b>RESERVEDELSBESTILLING</b>	<b>37</b>
8.1	Serienummer og modelbetegnelse	37
8.2	Liste over dele	38
8.3	Ekspllosionstegning	43
<b>9</b>	<b>GARANTI</b>	<b>44</b>
<b>10</b>	<b>KONTAKT</b>	<b>46</b>



## Kære kunde

Mange tak for, at du valgte en kvalitets-træningsmaskine af mærket Taurus. Taurus tilbyder sports- og fitnessudstyr til avanceret hjemmetræning og udstyr til fitnesscentre og erhvervs-kunder. Ved træningsudstyr fra Taurus er der lagt vægt på lige netop det, som det drejer sig om ved sport – maksimal performance! Derfor udvikles dette udstyr i tæt samarbejde med idrætsudøvere og idrætsforskere. For idrætsudøvere ved bedst, hvad der kendetegner perfekt træningsudstyr.

Du kan læse mere på [www.fitshop.dk](http://www.fitshop.dk).

### Tilsi-gtet anvendelse

Udstyret må kun anvendes til det tilsigtede.

Dette fitnessudstyr er beregnet til hjemmebrug, semiprofessionel og professionel brug. Det semiprofessionelle område omfatter f.eks. institutioner som hospitaler, skoler, hoteller og foreninger. Den professionelle brug omfatter en erhvervsmæssig brug, f.eks. i fitnesscentre.

## KOLOFON

Sport-Tiedje GmbH  
Europas nr. 1 inden for hjemmefitness

International Headquarters  
Flensburger Straße 55  
24837 Slesvig  
Tyskland

Direktører:  
Christian Grau  
Sebastian Campmann  
Dr. Bernhard Schenkel  
Handelsregister HRB 1000 SL  
Byretten i Flensburg  
Moms-nr.: DE813211547

## ANSVARFRASKRIVELSE



©2011 Taurus er et registreret varemærke tilhørende firmaet Sport-Tiedje GmbH. Alle rettigheder forbeholdes. Enhver brug af dette varemærke uden udtrykkelig skriftlig tilladelse fra Sport-Tiedje er forbudt.

Produkt og brugsanvisning kan blive genstand for ændringer. De tekniske specifikationer kan ændres uden forudgående varsel.

## OM DENNE VEJLEDNING

Læs venligst hele vejledningen grundigt før montering og før brug første gang. Vejledningen hjælper dig med hurtig opstilling og forklarer sikker håndtering. Sørg for, at alle personer, der træner med udstyret (især børn og personer med fysiske, sensoriske, mentale eller motoriske handicap) altid oplyses om denne vejledning og dens indhold. I tvivlstilfælde skal ansvarlige personer føre opsyn med brugen af udstyret.

Udstyret er rent sikkerhedsteknisk konstrueret iht. den nyeste viden. Eventuelle farekilder, der kan forårsage tilskadekomst, er udelukket så godt som muligt. Kontrollér, at opstillingsanvisningen er blevet fulgt korrekt, og at alle udstyrets dele sidder godt fast. Ved behov skal vejledningen gennemgås igen, så eventuelle fejl kan afhjælpes.

Følg de oplyste sikkerheds- og serviceanvisninger nøje. Enhver brug, der afviger fra dette, kan medføre sundhedsskader, ulykker eller beskadigelser, som producenten og forhandleren ikke påtager sig noget ansvar for.



Følgende sikkerhedsanvisninger kan forekomme i denne brugsanvisning:

► **OBS**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse kan medføre materielle skader.

⚠ **FORSIGTIG**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse kan medføre let/mindre alvorlig tilskadekomst!

⚠ **ADVARSEL**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse kan medføre meget alvorlig tilskadekomst eller dødsfald!

⚠ **FARE**

Denne oplysning står foran eventuelle skadelige situationer, der ved tilsidesættelse medfører meget alvorlig tilskadekomst eller dødsfald!

ⓘ **BEMÆRK**

Denne oplysning står foran anden nyttig information.

Gem denne vejledning med henblik på information, vedligeholdelse eller reservedelsbestilling!

## 1.1 Tekniske data

### LCD – visning af:

- + Træningstid i min.
- + Hastighed i km/t
- + Træningsdistance i km
- + Kalorier i kcal
- + Modstandstrin
- + Stigning
- + Puls (ved anvendelse af håndpulssensorerne eller et pulsbælte)
- + Omdrejninger i minuttet
- + Watt

Bremsesystem: Elektromagnetisk induktionsbremse  
Modstandstrin: 32

### Wattangivelser

Justerbart interval i wattprogrammet: 10-350 W  
Min. og maks. Watt ved 60 RPM: 50-400 W  
Min. og maks. Watt ved 100 RPM: 148-765W

Brugerhukommelser: 4  
Programmer i alt: 25  
Quick-Start programmer: 1  
Målprogrammer: 4  
Forudindstillede programmer: 12  
Brugerdefinerede programmer: 1  
Pulsstyrede programmer: 4  
Wattstyrede programmer: 1

Skridtlængde: max. 56 cm  
Skridthøjde: 14 cm  
Omsætningsforhold: 1:8,75  
Svingmasse: 10 kg

### Vægt og mål:

Emballagens mål (LxBxH): 125 cm x 65 cm x 95 cm  
Opstillingsmål (LxBxH): 211 cm x 82 cm x 188 cm  
Varens vægt (brutto, inkl. emballage): 145,2 kg  
Varens vægt (netto, uden emballage): 127 kg  
  
Maksimal brugervægt: 180 kg

## 1.2 Personlig sikkerhed

### **FARE**

- + Inden du begynder at bruge udstyret, bør din egen læge vurdere, om træningen set ud fra et helbredsmæssigt syn passer til dig. Dette gælder især personer, der har arvelige anlæg for forhøjet blodtryk eller hjertelidelser, er over 45 år, ryger, har for højt kolesteroltal, er overvægtige og/eller inden for det seneste år ikke har dyrket motion regelmæssigt. Hvis du er i medicinsk behandling, som påvirker din puls, skal du aftale rådføre dig med din læge.
- + Vær opmærksom på, at overdreven træning kan udsætte dit helbred for alvorlig fare. Vær også opmærksom på, at systemer til overvågning af pulsen kan være unøjagtige. Så snart du mærker tegn på svaghed, kvalme, svimmelhed, smerter, åndenød eller andre unormale symptomer, skal du straks afbryde træningen og i nødstilfælde kontakte egen læge.

### **ADVARSEL**

- + Brug at dette udstyr er ikke tilladt for børn under 14 år.
- + Børn må ikke opholde sig i nærheden af udstyret uden opsyn.
- + Personer med handicap skal fremvise medicinsk tilladelse og være under nøje opsyn, når de bruger enhver form for træningsudstyr.
- + Udstyret må principielt ikke anvendes af flere personer samtidigt.
- + Hvis dit træningsudstyr er udstyret med en Safety Key, skal klipsen til denne Safety Key før brug sættes fast på dit tøj. Hvis du falder, kan den bruges til at udløse et NØDSTOP på dit udstyr.
- + Hold hænder, fødder og andre kropsdele samt hår, tøj, smykker og andre genstande væk fra udstyrets bevægelige dele, da de ellers kan komme til at hænge fast i udstyret.
- + Anvend ikke løst tøj eller tøj med vidde, men egnet sportstøj. Sørg for at bære sportssko med egnede såler, helst af gummi eller andet skridsikkert materiale. Sko med hæle, lædersåler, knopper eller pigge er uegnede. Træn aldrig barfodet.

### **FORSIGTIG**

- + Hvis dit udstyr skal sluttes til lysnettet med et strømkabel, skal du sikre dig, at kablet ikke udgør en potentiel fare for at personer kommer til at snuble over det.
- + Sørg for, at ingen personer opholder sig i udstyrets bevægelsesområde under træningen, så du selv og andre personer ikke kommer i fare.

### **OBS**

- + Der må ikke stikkes genstande af nogen art ind i udstyrets åbninger.

## 1.3 Elektrisk sikkerhed

### **FARE**

- + For at reducere faren for elektrisk stød, skal du efter træning, før opstilling eller nedtagning af udstyret samt før vedligeholdelse/rengøring trække stikket til udstyret ud af stikkontakten. Træk ikke i selve kablet.

### **ADVARSEL**

- + Lad ikke udstyret være uden opsyn, når strømstikket sidder i stikkontakten i væggen. Når du ikke er til stede skal strømkablet fjernes, så tredjemand eller børn forhindres i at bruge udstyret usagkyndigt.
- + Hvis strømkablet eller strømstikket er beskadiget eller defekt, skal du kontakte din forhandler. Indtil reparationen må udstyret ikke anvendes.

### **OBS**

- + Udstyret kræver strømtilslutning på 220-230 V med 50 Hz netspænding.
- + Udstyret må kun tilsluttet direkte i en stikkontakt med jord med det medfølgende strømkabel. Forlængerledninger skal opfylde kravene i stærkstrømsbekendtgørelsen. Rul altid strømkablet helt ud.
- + Stikkontakten skal være sikret med en sikring med en min.-værdi på "16 A, træg".
- + Foretag hverken ændringer på strømkablet eller på strømstikket.
- + Strømkablet skal holdes på afstand af vand, varme, olie og skarpe kanter. Lad ikke strømkablet løbe under udstyret eller under tæppet, og stil heller ikke genstande oven på det.

## 1.4 Opstillingssted

### **ADVARSEL**

- + Anbring ikke udstyret i hovedgennemgange eller på flugtveje.

### **FORSIGTIG**

- + Den anbefalede frie plads omkring redskabet bør til enhver tid være mindst 60 cm til hver side samt 45 cm foran og bagved redskabet
- + Kontrollér, at der er god ventilation i motionsrummet under træningen og at der ikke er træk.
- + Vælg et opstillingssted, hvor der både foran og ved siden af udstyret altid vil være tilstrækkeligt med frirum/en sikkerhedszone.
- + Udstyrets opstillings- og påbygningsareal skal være plant, belastbart og fast.

### **OBS**

- + Udstyret må kun anvendes indendørs i tilstrækkeligt tempererede og tørre rum (omgivelsestemperatur mellem 10°C og 35°C). Brug i det fri eller i rum med høj luftfugtighed (over 70 %), som f.eks. svømmehaller, er ikke tilladt.
- + For at beskytte eksklusive gulvbelægninger (parket, laminat, kork, tæppe) mod trykmærker og sved og for udligne lette ujævnheder i gulvet kan du anvende en gulvbeskyttelsesmåtte.

### 2.1 Generelle anvisninger

#### **FARE**

- + Sørg for ikke at lade værktøj og emballage som f.eks. folie eller smådele ligge rundt omkring, da børn ellers risikerer at blive kvalt. Sørg for at holde børn på afstand under monteringen af udstyret.

#### **ADVARSEL**

- + Vær opmærksom på advarslerne anbragt på udstyret, så du reducerer risikoen for tilskadekomst.

#### **FORSIGTIG**

- + Åbn ikke emballagen, når den ligger på siden.
- + Sørg for at have tilstrækkelig bevægelsesfrihed i alle retninger under opstillingen.
- + Opstillingen af udstyret skal som minimum udføres af to voksne. Ved tvivl skal du få en tredje person med teknisk viden til at hjælpe dig.

#### **OBS**

- + For at undgå skader på udstyret og på gulvet skal du foretage opstillingen på en underlægningsmåtte eller på pappet fra emballagen.

#### **BEMÆRK**

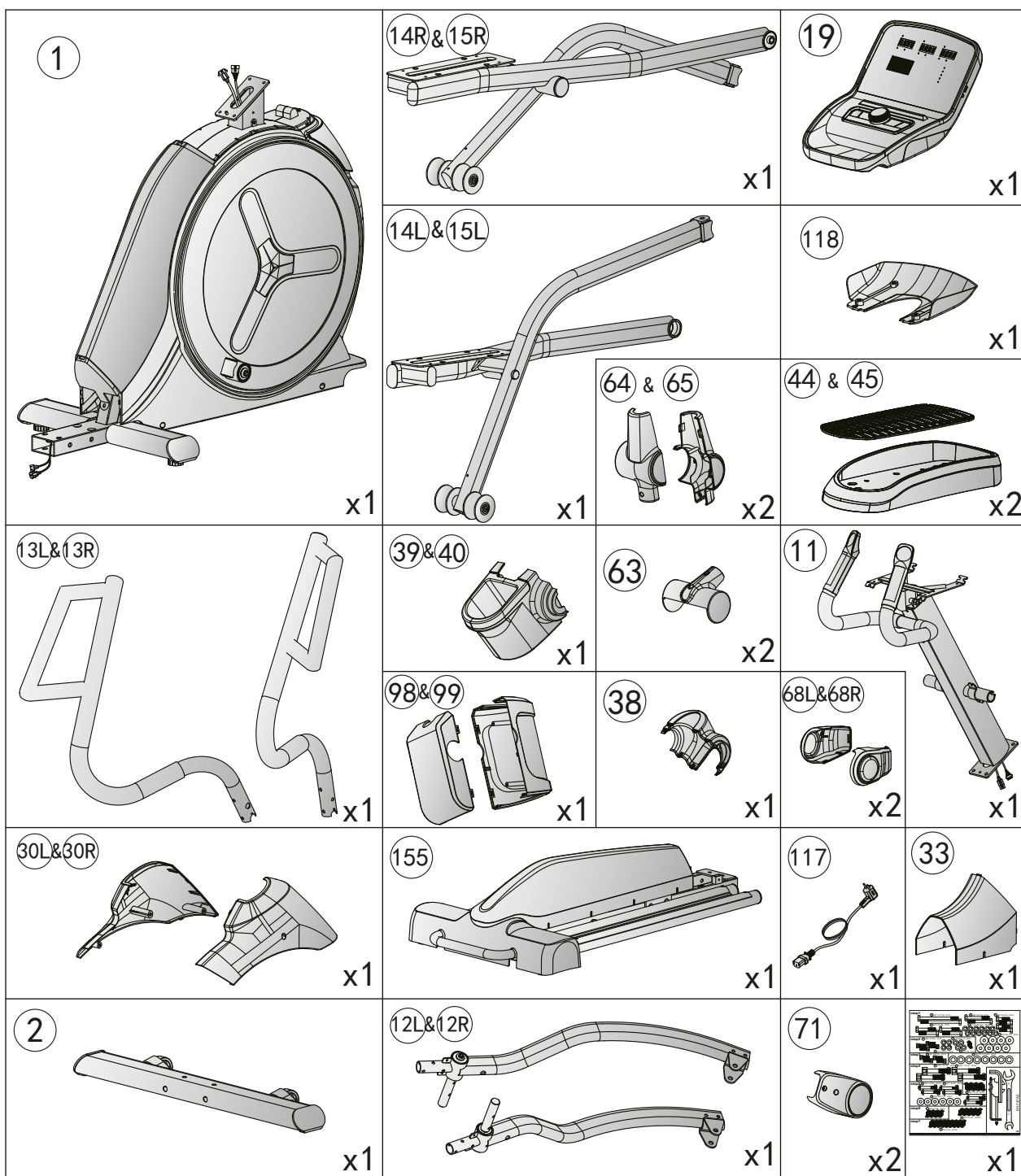
- + For at gøre opstillingen så nem som mulig, kan der allerede være monteret et par skruer og møtrikker på forhånd.
- + Opstil så vidt muligt udstyret dér, hvor det senere skal bruges.

## 2.2 Pakkens indhold

Pakken indeholder delene vist i det følgende. Start venligst med at kontrollere, om alle dele og alt værktøj, der hører til udstyret, fulgte med ved levering, og om der foreligger skader. Ved reklamation skal forhandleren kontaktes direkte.

### **FORSIGTIG**

Hvis dele af pakkens indhold mangler eller er beskadiget, må der ikke foretages opstilling.



## 2.3 Montering

Studér de enkelte viste monteringsstrin nøje inden opstilling, og udfør monteringen i overensstemmelse med den viste rækkefølge.

### ❗ BEMÆRK

Skrú først alle dele løst sammen, og kontrollér, om pasformen er korrekt. Skal du først spænde skrúerne ved hjælp af værktøjet, når du opfordres til det.







### Trin 1: Montering af den forreste og bagerste fod

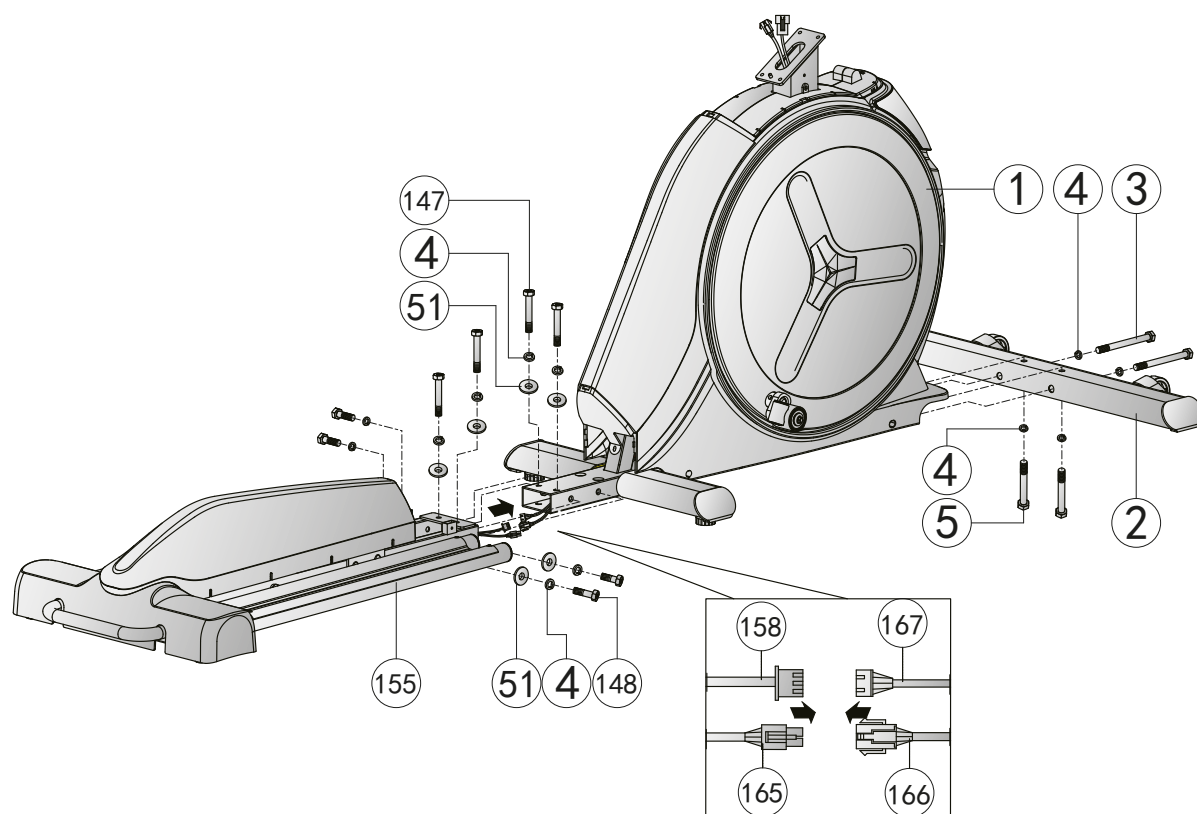
1. Montér den forreste fod (2) på hovedrammen (1) med to sekskantskrúer (3), to sekskantskrúer (5) og fire fjederskiver (4).
2. Forbind stigningskablet (158) med kontrolkablet (167).
3. Forbind de to stigningskontrolkabler (165 & 166) med hinanden.

### ► OBS

Pas på, at kablerne ikke kommer i klemme, når du udfører følgende trin.

4. Montér den bagerste fod med glideskinnen (155) på hovedrammen (1) med otte spændeskiver (51), otte fjederskiver (4), fire sekskantskrúer (147), fire sekskantskrúer (148) og spænd skrúerne med hånden.

③		M8*1.25*120L	x2
⑤		M8*1.25*70L	x2
①47		M8*1.25*55L	x4
①48		M8*1.25*35L	x4
④		D15.4*D8.2*2T	x12
⑤1		D25*D8.5*2T	x8









## Trin 2: Montering af konsolmasten

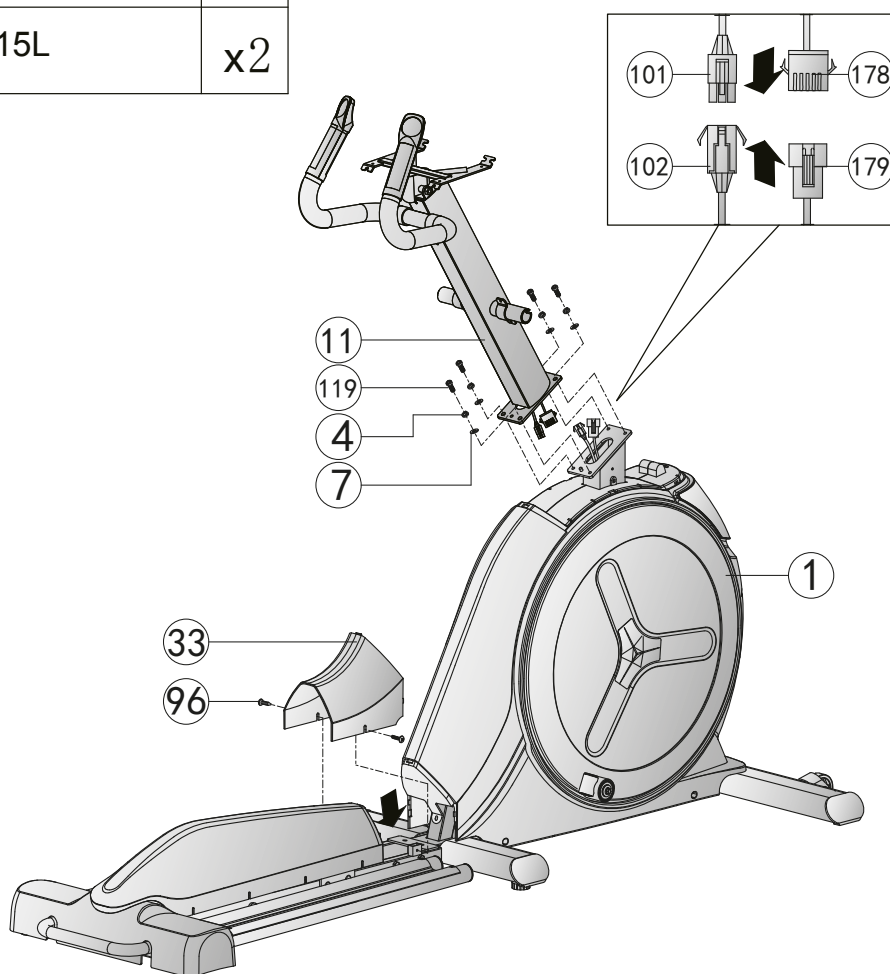
1. Forbind det midterste konsolkabel (101) med det nederste konsolkabel (102).
2. Forbind det midterste signalkabel (178) med det nederste signalkabel (179).

► **OBS**

Pas på, at kablerne ikke kommer i klemme, når du udfører følgende trin.

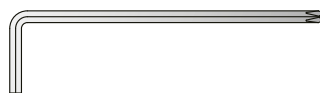
3. Montér konsolmasten (11) på hoveddrammen (1) med fire spændeskiver (7), fire fjederskiver (4) og fire skruer (119) og spænd skruerne med hånden.
4. Montér den bagerste afdækning (33) på rammen med to skruer (96) og spænd skruerne med hånden.

119		M8*1.25*25L	x4
4		D15.4*D8.2*2T	x4
7		D16xD8.5x1.2T	x4
96		ST4.2*15L	x2

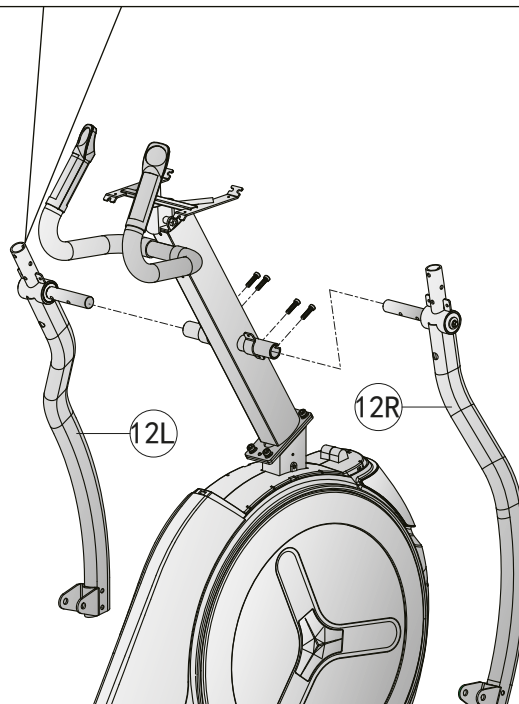
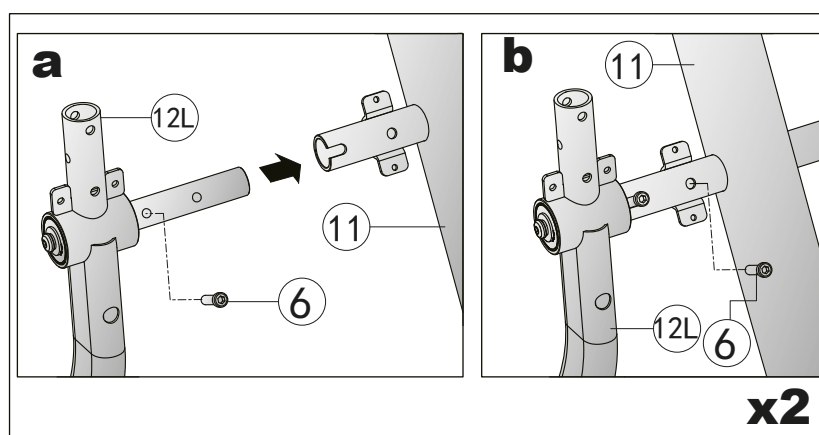


### Trin 3: Montering af pendularmene

1. Montér den venstre pendularm (12L) på konsolmasten (11) med to unbrakoskruer (6).
2. Montér den højre pendularm (12R) på konsolmasten (11) med to unbrakoskruer (6).
3. Spænd skruerne med hånden.





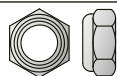

6		M8*1.25*20L	x4
---	--	-------------	----

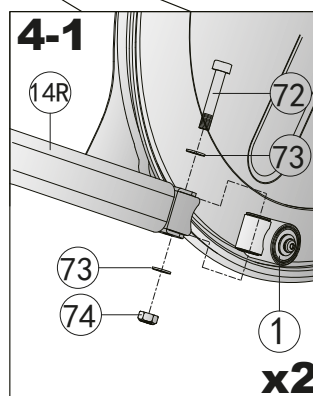
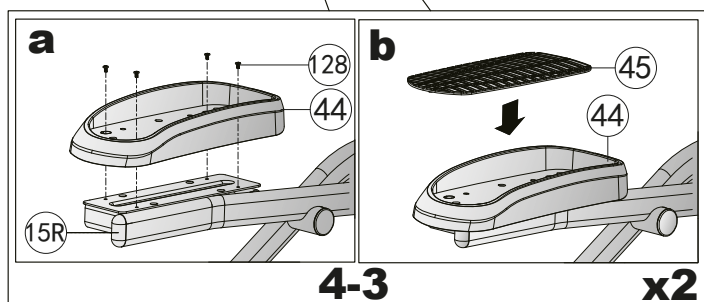
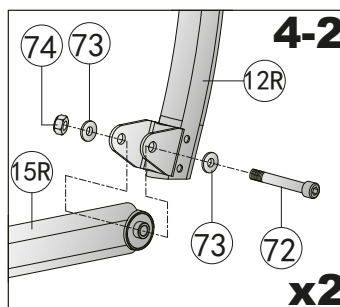
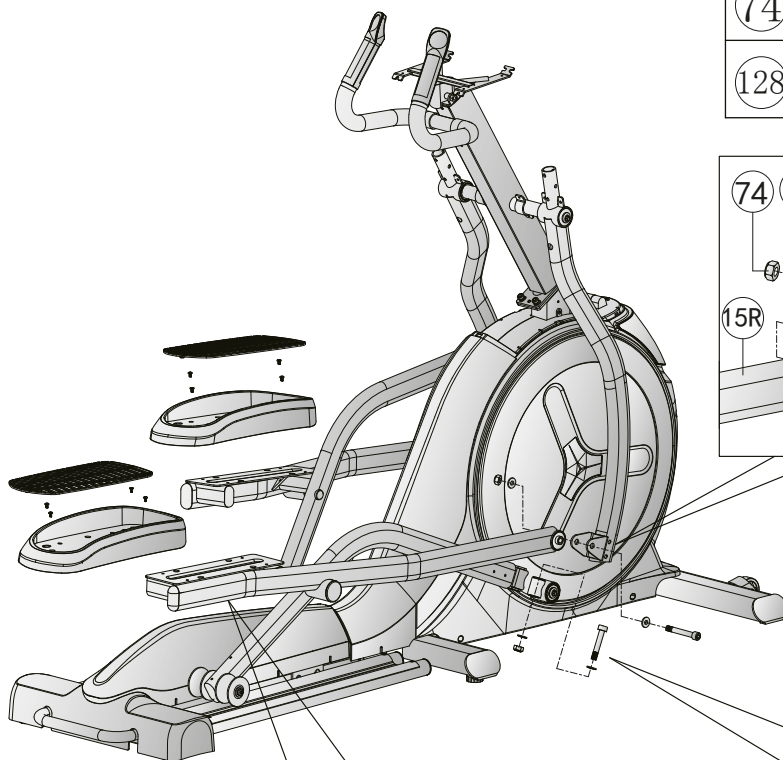


## Trin 4: Montering af pedalkomponenterne

1. Montér den højre og venstre pedalarm (14R/14L) på begge sider af hoveddrammen (1) med hver især to spændeskiver (73), en unbrakoskrue (72) og en sikkerhedsmøtrik (74) (se ill. 4-1).
2. Montér den højre og venstre pedalholder (15R/15L) på de pågældende pendularme (12R/12L) med hver især to spændeskiver (73), en unbrakoskrue (72) og en sikkerhedsmøtrik (74) (se ill. 4-2).
3. Montér den højre og venstre pedal (44) på pedalholderne (15R/15L) med hver især fire skruer (128) og placér pedalmåtterne på de to pedaler (se ill. 4-3).
4. Spænd skruerne med hånden.

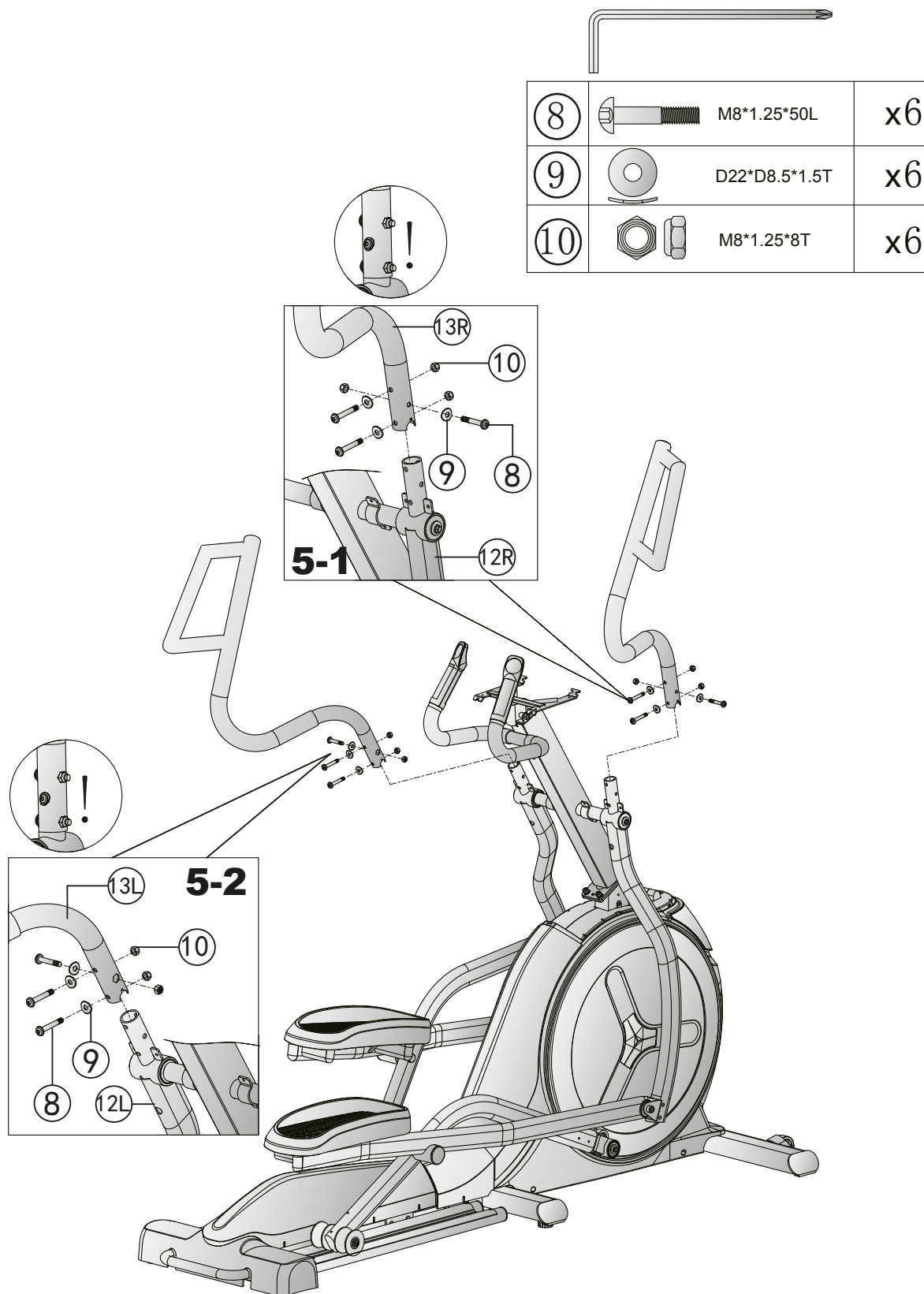


72	 M12*1.75*70L	x4
73	 D24*D13.5*D2.5T	x8
74	 M12*1.75*12T	x4
128	 M6*1.0*15L	x8



## Trin 5: Montering af holdestængerne

Montér den højre og venstre holdestang (13R/13L) på den højre og venstre pendularm (12R/12L) med hver især tre bølgeskiver (9), tre unbrakoskruer (8) og tre sikkerhedsmøtrikker (10) (se ill. 5-1 og 5-2) og spænd skruerne med hånden.



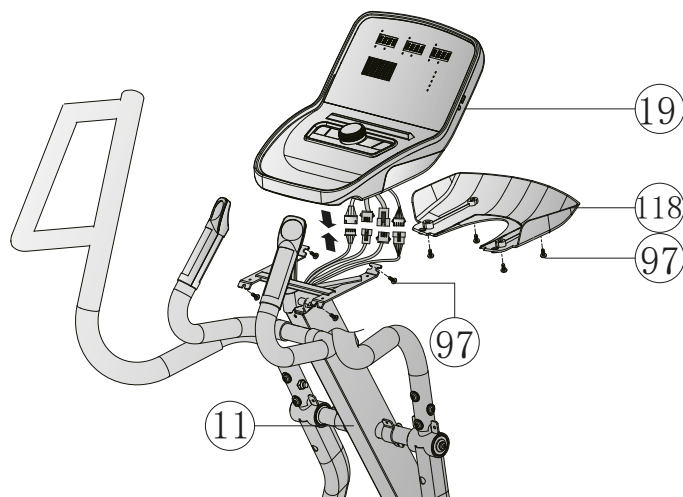
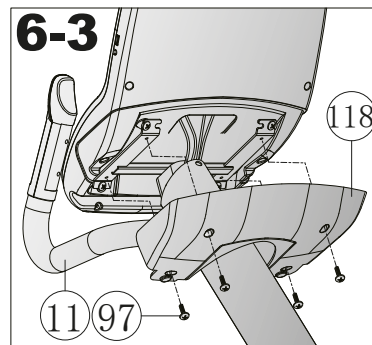
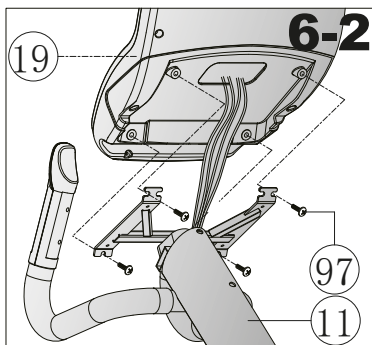
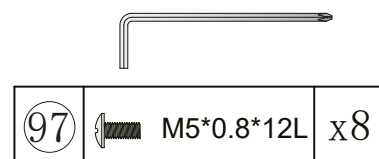
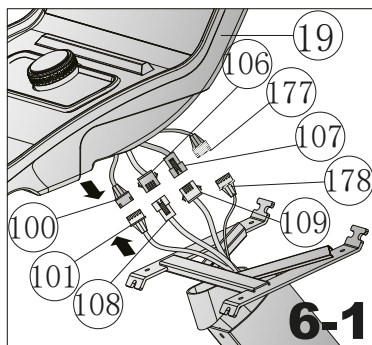
## Trin 6: Montering af konsollen

1. Forbind det øverste konsolkabel (100) med det midterste konsolkabel (101) (se ill. 6-1)
2. Forbind det første, øvre kabel til genvejstasterne (106) med det første, nedre kabel til genvejstasterne (108) og det andet, øvre kabel til genvejstasterne (107) med det andet, nedre kabel til genvejstasterne (109) (se ill. 6-1).
3. Forbind det øverste signalkabel (177) med det midterste signalkabel (178) (se ill. 6-1).

### ► OBS

Pas på, at kablerne ikke kommer i klemme, når du udfører følgende trin.

4. Montér konsollen (19) på konsolenmasten (11) med fire skruer (97) (se ill. 6-2) og spænd skruerne med hånden.
5. Montér afdækningen (118) på konsolenmasten (11) med fire skruer (97) (se ill. 6-3) og spænd skruerne med hånden.





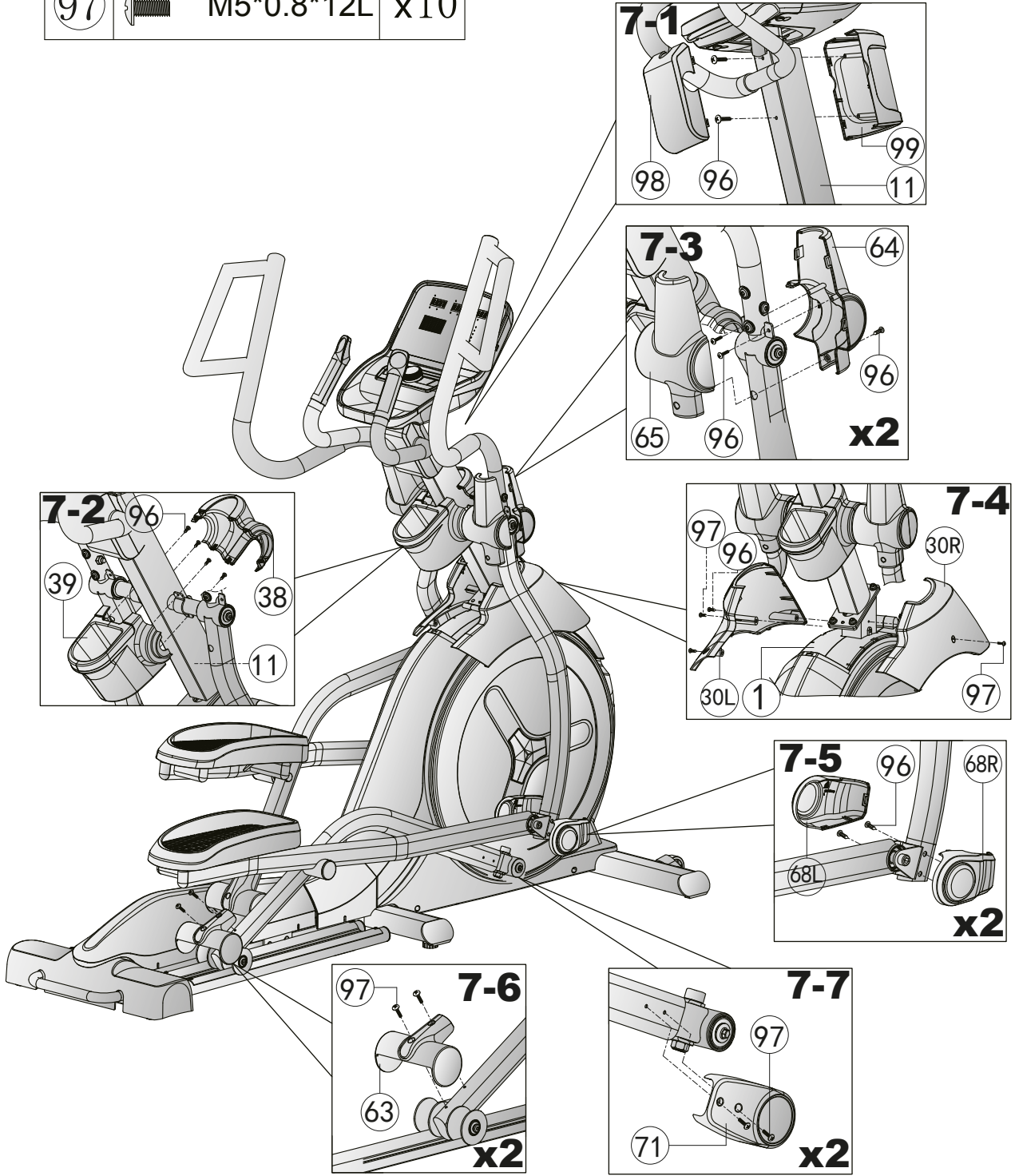
## Trin 7: Montering af afdækningerne

1. Montér den bagerste afdækning (99) under konsollen (19) på konsolmasten (11) med to skruer (96) og spænd skruerne med hånden. Stik den forreste afdækning (98) på den bagerste afdækning (se ill. 7-1).
2. Montér den bagerste del af flaskeholderen (39) på konsolmasten (11) med fire skruer (96) og spænd skruerne med hånden. Stik den forreste del (38) på holderen (se ill. 7-2).
3. Montér den forreste del af afdækningen til holdestængerne (64) på begge holderstænger med hver især to skruer (96) (se ill. 7-3) og spænd skruerne med hånden.
4. Stik den bagerste del af afdækningen til holdestængerne (65) på den forreste del og montér afdækningen (65) på begge holdestænger med hver især en skrue (96) (se il. 7-3). Spænd skruen med hånden.
5. Montér den venstre side af beskyttelsesafdækningen (30L) på hovedrammen (1) med to skruer (96) og en skrue (97) (se ill. 7-4) og spænd skruerne med hånden.
6. Stik den højre side af beskyttelsesafdækningen (30R) på den venstre (30L) og montér afdækningen på hovedrammen (1) med en skrue (97) (se ill. 7-4). Spænd skruen med hånden.
7. Montér den højre afdækning af pedalarmene (68R) på ydersiden af pedalarmen med to skruer (96) og spænd skruerne med hånden. Stik den venstre afdækning (68L) på den højre afdækning (68R) (se ill. 7-5).
8. Montér hjulafdækningen (63) på begge side af maskinen med hver især to skruer (97) (se ill. 7-6) og spænd skruerne med hånden.
9. Montér akselafdækningen (71) på begge aksler med hver især to skruer (97) (se ill. 7-7) og spænd skruerne med hånden.





96		ST4.2*15L	x18
97		M5*0.8*12L	x10



### Trin 8: Justering af fødderne

Ved ujævnheder i gulvet kan du stabilisere udstyret ved at dreje på skruefødderne under hovedrammen.

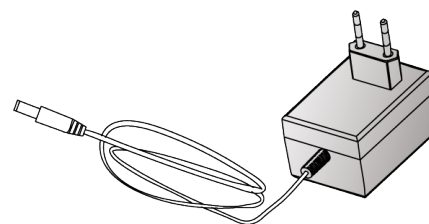
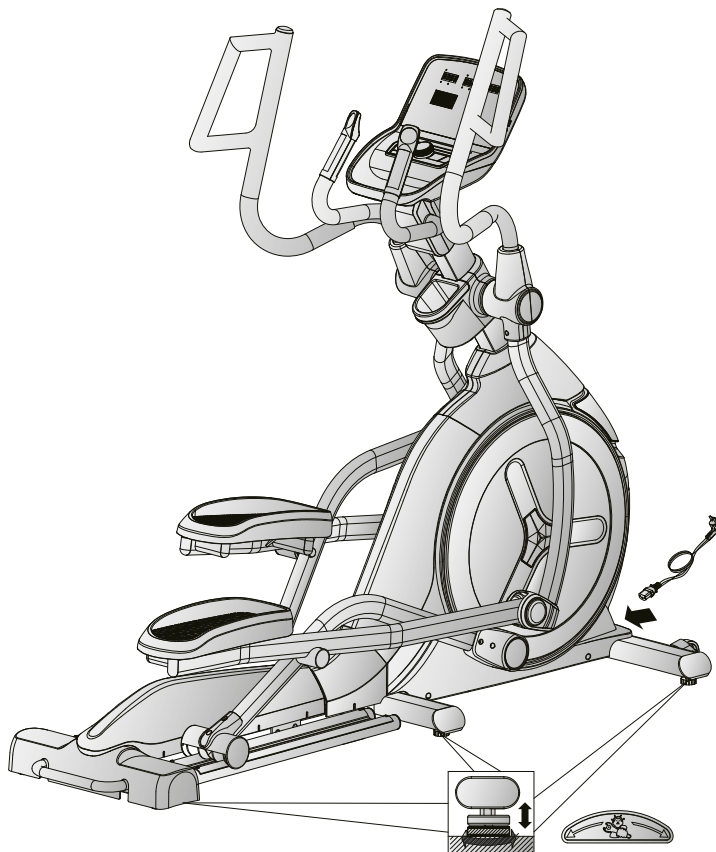
1. Løft udstyret på den ønskede side og drej på skruefoden under hovedrammen.
2. Drej skruen med uret for at skrue den ud og øge højden.
3. Drej mod uret for at sænke højden.

### Trin 9: Tilslutning til strømkilde

#### ► OBS

Udstyret må ikke være tilsluttet en multistikdåse, da det ikke kan garanteres, at udstyret da får tilstrækkelig strøm. Tekniske fejl kan være en følge heraf.

Forbind strømkablet med maskinen og sæt strømkablet i en stikdåse, der opfylder forskrifterne i kapitlet omkring elektrisk sikkerhed.

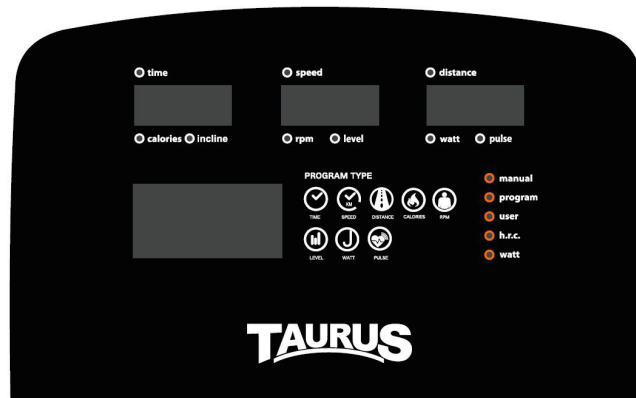




## ⓘ BEMÆRK

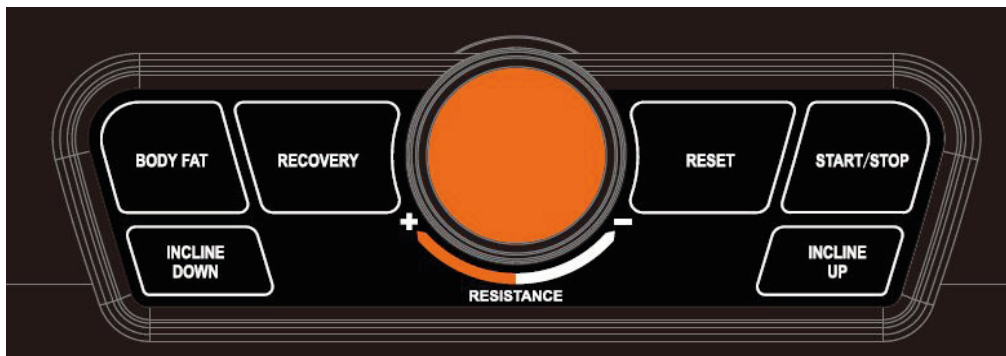
Sørg for at lære alle udstyrets funktioner og indstillingsmuligheder at kende, før du begynder træningen. Få forklaret dette produkts korrekte anvendelse af en fagmand.

## 3.1 Konsoldisplay



VISNING AF	BETEGNELSE
<b>TIME</b>	+ Viser træningstiden (0:00-99:59) + Indstil tiden med encoderen (drejeknap) (0:00-99:00) i trin à -1 minut
<b>SPEED</b>	Viser den aktuelle træningshastighed (maks. 99,9)
<b>DISTANCE</b>	+ Viser distancen (0,00-99,99) + Indstil distancen (0,00-99,0) med encoderen (drejeknap) i trin à 1
<b>CALORIES</b>	+ Viser kalorieforbruget (0-9999) + Indstil kalorieforbruget (0-9999) med encoderen (drejeknap) i trin à 10 cal.-Schritten
<b>RPM</b>	Viser aktuelle omdrejninger i minuttet (RPM, 0-999)
<b>INCLINE</b>	+ Viser det aktuelle stigningstrin (1-10) + Indstil stigningstrinnet med stigningstasterne (INCLINE +/-) i trin à 1
<b>LEVEL</b>	Viser det aktuelle modstandstrin
<b>WATTS</b>	Viser watt-tallet (0-999)
<b>PULSE</b>	+ Viser pulsen (0-230) + Indstil pulsen (0-30-230) med encoderen (drejeknap) i trin à-1

## 3.2 Tastfunktioner



TAST	BETEGNELSE
<b>Encoder (drejeknap)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Øg indstillingsværdier eller træningsmodstand</li> <li>+ Reducér indstillingsværdier eller træningsmodstand</li> <li>+ Bekræft indstillinger</li> </ul>
<b>BODY FAT</b>	Test kroppens fedtprocent
<b>RECOVERY</b>	Test restitutionerpulsen
<b>RESET</b>	Tryk på denne tast i indstillings- eller udvalgsmodus for at gå tilbage til den oprindelige træningsmodus. Hold trykket i 2 sekunder for at genstarte konsollen.
<b>START/STOP</b>	Start/stop træning
<b>INCLINE DOWN</b>	Reducér stigningstrin
<b>INCLINE UP</b>	Øg stigningstrin

### 3.3 Tænd maskinen

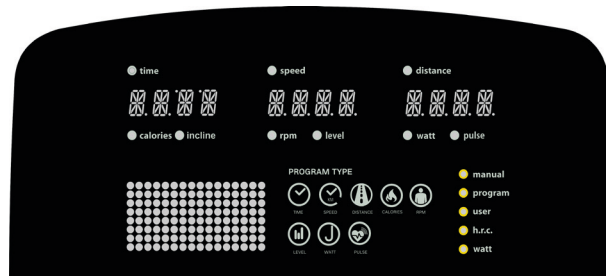
Konsollen starter automatisk, når du tilslutter udstyret til strømmen. Samtlige segmenter lyser op.

1. Vælg en brugerprofil (U1 - U4)
2. Angiv dit køn (SEX), alder (AGE), kropshøjde (HEIGHT) og vægt (WEIGHT).

*Du kommer videre til hovedmenuen.*

I hovedmenuen kan du nu vælge mellem de forskellige programmer:

- + MANUAL (Quickstart og målprogrammer)
- + PROGRAM (profilprogrammer)
- + USER PROGRAM (brugerdefineret program)
- + H.R.C (pulsstyrede programmer)
- + WATT (wattstyret program)



### 3.4 Standby-Modus

Efter fire minutter uden indtastninger eller træningsbevægelse, går konsollen i standby-modus. Så snart konsollen registrerer en bevægelse, afsluttes standby modus.

## 3.5 MANUAL (Manuelle programmer)

Under MANUAL kan du vælge mellem quickstart programmet eller målprogrammerne. Ved målprogrammer kan du indstille værdierne tid (TIME), distance (DISTANCE), kalorier (CALORIES) eller puls (PULSE).

### 3.5.1 Quick start program

1. Vælg programmet MANUAL i hovedmenuen og bekræft dit valg ved at trykke en enkelt gang på encoderen.
2. Tryk på starttasten for at starte quick start programmet.

*Samtlige værdier tælles op fra 0.*

3. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.
4. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.



### 3.5.2 Målprogrammer

Målprogrammerne kan bruges på to forskellige måder. Målprogrammerne kan bruges med en eller flere målværdier.

#### Træning med en målværdi

1. Vælg programmet MANUAL i hovedmenuen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
2. Indstil den ønskede målværdi for tid, kalorier, distance eller puls med encoderen og bekræft indstillingen ved at trykke en gang på encoderen.



#### **ADVARSEL**

Dit træningsudstyr er ikke et medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dette træningsudstyr kan være upræcis. Forskellige faktorerer kan have indflydelse på pulsmålingen og dens præcision. Pulsvisningen fungerer udelukkende som en træningshjælp.

3. Tryk på START/STOP-tasten for at starte programmet.



#### **BEMÆRK**

Du kan ændre modstanden med encoderen under træningen.

*Den indstillede værdi tælles ned, de øvrige værdier tælles op fra 0.*

4. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.
5. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.

## Træning med flere målværdier

1. Vælg programmet MANUAL i hovedmenuen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
2. Indstil den ønskede målværdi for tid, kalorier, distance og /eller puls med encoderen og bekræft ved at trykke en enkelt gang på encoderen.



### ADVARSEL

Dit træningsudstyr er ikke et medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dette træningsudstyr kan være upræcis. Forskellige faktorer kan have indflydelse på pulsmålingen og dens præcision. Pulsvisningen fungerer udelukkende som en træningshjælp.

3. Tryk på START/STOP-tasten for at starte programmet.

### ⓘ BEMÆRK

Du kan ændre modstanden med encoderen under træningen.

*De indstillede værdier tælles ned, de øvrige værdier tælles op fra 0.*

4. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.
5. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.

## 3.6 PROGRAM (Profilprogrammer)

Der er 12 profilprogrammer.

1. Vælg programmet PROGRAM i hovedmenuen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
2. Vælg et af programmerne ved at dreje på encoderen og bekræft dit valg ved at trykke en gang på encoderen.
3. Indstil den ønskede træningstid med encoderen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
4. Tryk på START/STOP-tasten for at starte programmet.

### ⓘ BEMÆRK

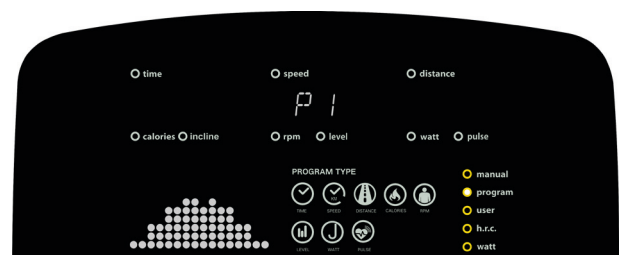
Du kan ændre modstanden med encoderen under træningen.

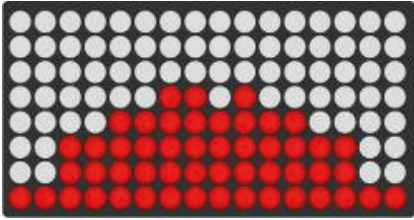
5. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.

### ⓘ BEMÆRK

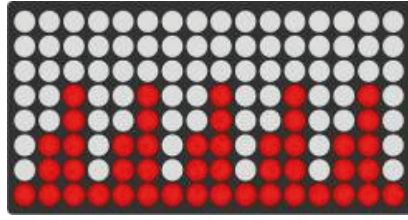
Der er mulighed for at ændre træningstiden, mens programmet er pauseret.

6. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.

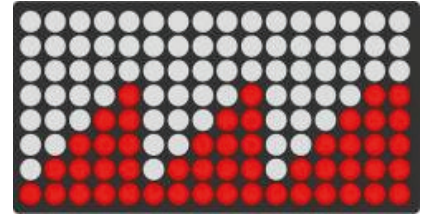




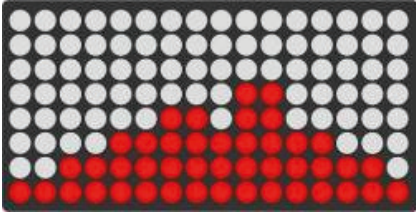
P1



P2



P3



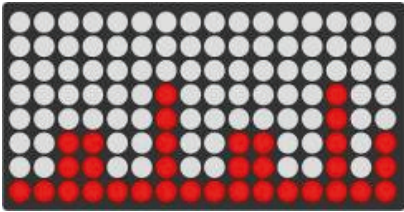
P4



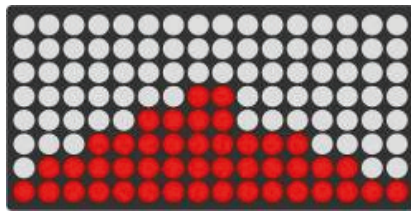
P5



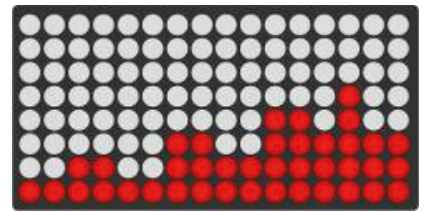
P6



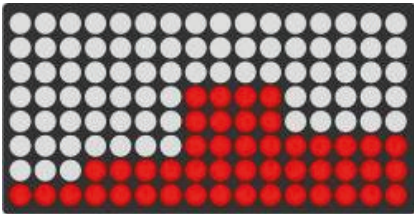
P7



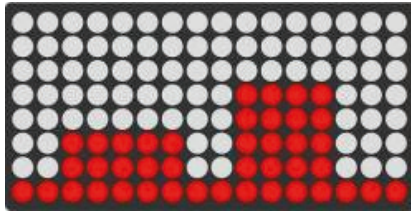
P8



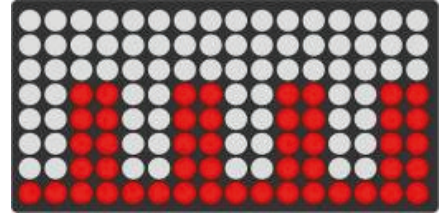
P9



P10



P11



P12



## 3.7 USER (Brugerdefineret program)

Det brugerdefinerede program består af 16 segmenter.

1. Vælg programmet USER i hovedmenuen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
2. Indstil modstanden for de enkelte segmenter og bekræft hver værdi ved at trykke en gang på encoderen.
3. Tryk 2 sekunder på encoderen for at afslutte indstillingerne.



*Den sidst indstillede værdi vises nu på displayet.*

*Du kan nu indstille tiden med encoderen.*

4. Indstil træningstiden med encoderen og bekræft ved enten at trykke en gang på encoderen eller ved at trykke på START/STOP-tasten for direkte at starte træningen.

### **ⓘ BEMÆRK**

Du kan ændre modstanden med encoderen under træningen.

5. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.
6. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.

## 3.8 H.R.C. (Pulsstyrede programmer)

### ⚠ ADVARSEL

Dit træningsudstyr er ikke et medicinsk udstyr. Pulsmålingen på dette træningsudstyr kan være upræcis. Forskellige faktorer kan have indflydelse på pulsmålingen og dens præcision. Pulsvisningen fungerer udelukkende som en træningshjælp.

Der er tre pulsstyrede programmer. Du kan vælge mellem tre forudindstillede værdier (55, 75% eller 90% af din maksimale puls) eller TARGET, hvor du manuelt indstiller en ønsket pulsværdi. Konsollen beregner din maksimale puls baseret på din alder. Vi anbefaler at bruge et pulsbælte til disse programmer.



1. Vælg programmet H.R.C. i hovedmenuen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
2. Vælg en af de forudindstillede pulsværdier eller TARGET og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
3. Hvis du har valgt TARGET, indstil da den ønskede værdi med encoderen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.

### ⓘ BEMÆRK

Den forudindstillede TARGET-værdi er 100.

- 3.1. Du har nu mulighed for at indstille træningstiden og bekræfte ved at trykke en gang på encoderen.
4. Tryk på START/STOP-tasten for at starte programmet og læg nu hænderne rundt om håndpulssensorerne eller brug et egnet pulsbælte.

*Den aktuelle puls vises under træningen.*

### ⓘ BEMÆRK

Kan der ikke registreres en puls, lyser displayet:



5. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.
6. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.



### 3.9 WATT (Wattprogram)

1. Vælg programmet WATT i hovedmenuen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.
2. Indstil en værdi med encoderen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen.

**BEMÆRK**

Den forudindstillede værdi er 120.

3. Indstil den ønskede træningstid med encoderen og bekræft ved at trykke en gang på encoderen eller tryk på START/STOP-tasten for direkte at starte træningen.

**BEMÆRK**

Modstanden tilpasses automatisk efter den indstillede wattværdi.

4. Tryk en gang til på START/STOP-tasten for at pausere programmet.
5. Tryk på RESET-tasten for at afslutte programmet.



### 3.10 RECOVERY (Restitutionsfunktion)

Prøv restitutionsfunktionen efter træning for at måle din restitutionspuls.

Tryk på RECOVERY-tasten for at starte restitutionsfunktionen og læg hænderne om håndpulsensorerne eller brug et egnet pulsbælte.

Efterfølgende starter en countdown, der tæller ned fra 00:60 til 00:00.

**BEMÆRK**

Ønsker du at afslutte restitutionsfunktionen før tiden, tryk da igen på RECOVERY-tasten.



Baseret på din slutpuls får du en fitnesskarakter fra F1 til F6.

F1	Meget godt
F2	Godt
F3	Gennemsnit
F4	Tilstrækkelig
F5	Dårligt
F6	Meget dårligt

### 3.11 BODY FAT (fedtprocentmåling)

1. Vælg din brugerprofil (U1-U4).
2. Tryk på BODY FAT-tasten i hovedmenuen og læg hænderne rundt om håndpulssensorerne.

**ⓘ BEMÆRK**

Hvis du ikke holder rigtigt om håndpulssensorerne viser displayet fejlkoden E-1.

**ⓘ BEMÆRK**

Ønsker du at afslutte fedtprocentmålingen før tiden og gå tilbage til programmet tidligere, tryk da igen på BODY FAT-tasten.

Når testen er slut vises din fedtprocent (FAT%) og BMI.

**ⓘ BEMÆRK**

Hvis din fedtprocent ikke ligger indenfor 5-50% viser displayet fejlkoden E-4.

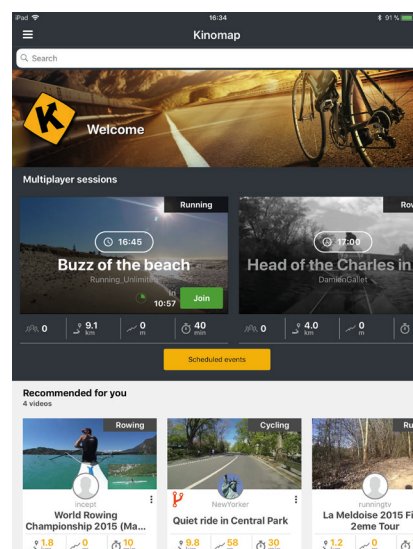
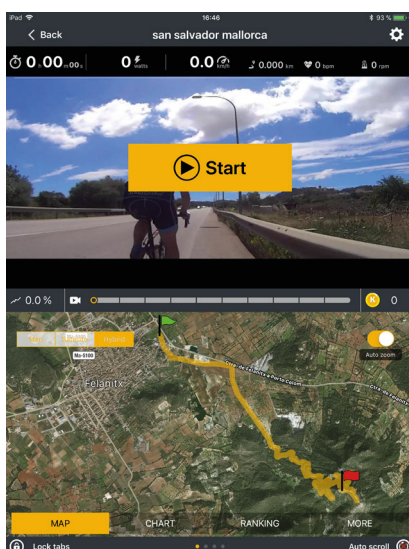
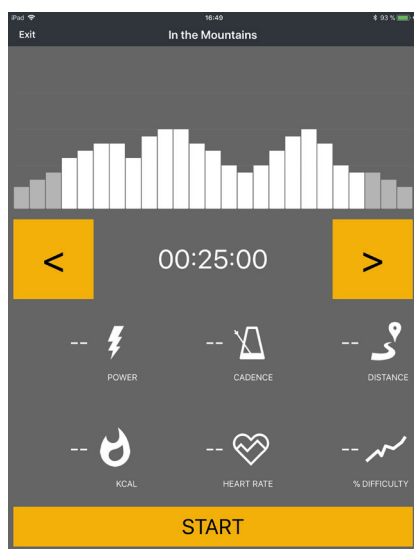


## 3.12 Bluetooth og fitness-apps

Konsollen til denne fitnessmaskine er udstyret med en Bluetooth-port. For at anvende træningsapps skal du først oprette forbindelse mellem din fitnessmaskine og din mobile enhed (tablet eller smartphone). Dette gøres ved at slå Bluetooth til på din mobile enhed og vælge din fitnessmaskine. Navnet på maskinen findes på en lille mærkat på bagsiden af konsollen.

Vær opmærksom på, at din mobile enhed skal være kompatibel med Bluetooth-porten på din fitnessmaskine (Bluetooth 4.0). Start derefter fitnessappen. Måske er det nødvendigt at forbinde appen med din maskine igen. Dette gøres ved at følge anvisningerne i appen. Konsollen slukkes, så snart maskinen er forbundet med appen. Hvis forbindelsen afbrydes igen, tænder konsollen igen.

Træningsapps findes i app-stores fra google eller Apple. Her finder du f.eks. de to apps "Kinomap" og "iconsole+". Vær opmærksom på, at der er tale om apps fra eksterne producenter. Fitshop påtager sig intet ansvar for tilgængeligheden, funktionaliteten eller indholdet i disse programmer.



Eksempel: Kinomap

### 4.1 Generelle anvisninger

► **OBS**

- + Kontrollér, at udstyret på det valgte opstillingssted er beskyttet mod fugt, støv og snavs. Opbevaringsstedet skal være tørt og have god ventilation og en konstant omgivelsestemperatur mellem 5°C og 45°C.

⚠ **ADVARSEL**

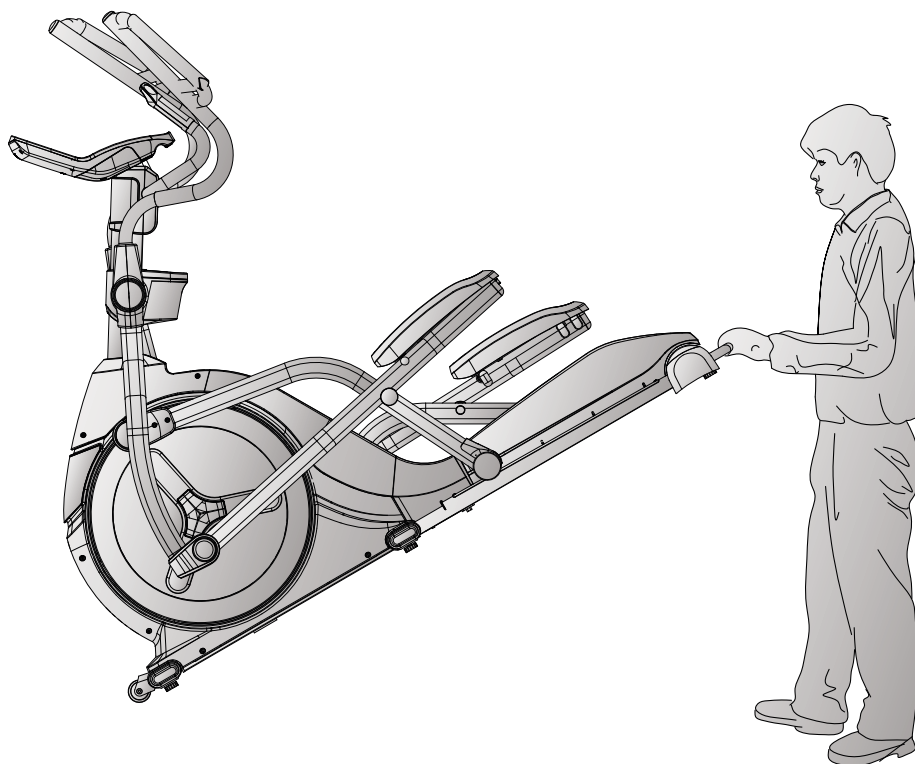
- + Der skal vælges et opbevaringssted, hvor det er udelukket at tredjemand eller børn kan misbruge udstyret.
- + Hvis dit udstyr ikke råder over transporthjul, skal udstyret adskilles før transport.

### 4.2 Transporthjul

► **OBS**

Hvis du ønsker at transportere dit udstyr over særlig følsom og blød gulvbelægning, som parket, gulvbrædder eller laminat, skal du lægge f.eks. pap eller lignende ud på transportstrækningen for at undgå eventuelle gulvskader.

1. Stil dig bag udstyret, og løft det lidt, indtil vægten hviler på transporthjulene. Nu kan du let skubbe udstyret hen til en ny position. For længere transportstrækninger skal udstyret adskilles og emballeres sikkert.
2. Vælg den nye placering under overholdelse af anvisningerne i afsnit 1.4 i denne brugsanvisning.



## 5.1 Generelle anvisninger



### ADVARSEL

- + Foretag ikke usagkyndige ændringer på udstyret.



### FORSIGTIG

- + Beskadigede eller udtjente komponenter kan påvirke din sikkerhed og udstyrets levetid. Udskift derfor straks beskadigede eller slidte komponenter. Kontakt i så fald din forhandler. Udstyret må ikke anvendes, før det er blevet repareret. Anvend ved behov kun originale reservedele.

### ► OBS

- + Udover de anvisninger og anbefalinger, der nævnes her, vedr. vedligeholdelse og pleje kan der være behov for yderligere service- og/eller reparationsydelser; disse ydelser må kun udføres af autoriserede serviceteknikere.

## 5.2 Fejl og fejldiagnose

Udstyret underkastes regelmæssigt kvalitetskontroller under produktionen. Der kan dog trods dette opstå fejl eller fejlfunktion på udstyret. Det er ofte enkeltdele, der er skyld i disse fejl, og udskiftning er oftest tilstrækkelig. De hyppigste fejl og afhjælpningen af dem findes i følgende oversigt. Hvis udstyret trods dette ikke fungerer korrekt, skal du kontakte din forhandler.

Fejl	Årsag	Afhjælpning
Remskiverne vakler eller laver lyde	Remskiven er løs	Spænd møtrikkerne (vær opmærksom på venstre-/højregevind)
Displayet fungerer ikke	Løse stikforbindelser	Tjek alle stikforbindelser
Trædefladerne knirker	Løse trædeflader	Efterspænd skruerne på trædefladerne
Knirkende lyde	Skruerne er løse eller for faste	Tjek skruerne
Køreskinne hviner	Køreskinne / -hjulene er snavsede eller køreskinne tør	Rengøring af køreskinne Efterfulgt af smørelse med Fedtfri silikone
Ingen pulsvisning	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Forstyrrende signaler i rummet</li> <li>+ Uegnet pulsbælte</li> <li>+ Positionering af pulsbælte ikke korrekt</li> <li>+ Pulsbælte defekt eller tomt batteri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Fjern forstyrrende signaler (fx smartphone, WiFi...)</li> <li>+ Brug et egnet pulsbælte (se ANBEFALING AF TILBEHØR)</li> <li>+ Anbring pulsbæltet igen og/eller fugt elektroderne</li> <li>+ Udskift batterierne</li> </ul>

### 5.3 Fejlkode og fejlsøgning

Udstyrets elektronik udfører løbende tests. Ved afvigelser vises der på displayet en fejlkode, og den normale drift standses af hensyn til din sikkerhed.

- + E-1 Redskabet kan ikke registrere et signal. Tjek, at du holder med begge hænder rundt om håndpulssensorerne.
- + E-4 Angivelserne for alder, højde, vægt eller fedtprocent ligger udenfor indstillingsintervallet.

## 5.4 Kalender for vedligeholdelse og inspektion

For at undgå skader på grund af kropssved, skal udstyret altid rengøres med et fugtigt håndklæde (ingen opløsningsmidler!) efter hvert træningspas.

Følgende rutinemæssige opgaver skal udføres med de oplyste tidsintervaller:

Komponent	Ugentligt	Månedligt	1 gang i kvartalet
Display, konsol	R	I	
Køreskinne*		R	
Smørelse af køreskinne og de bevægelige dele*			I
Kunststofafdækninger	R	I	
Skruer og kabelforbindelser		I	
Forklaring: R = rengøring; I = inspektion			

\*Husk altid at rengøre køreskinne og de bevægelige dele, før du gensmører med smøremiddel.

Ved at scanne QR-koden med kamerafunktionen eller QR-kodescanner appen på din smartphone/tablet åbnes en video om generel vedligeholdelse af en crosstrainer på YouTube. I videoen vises de vedligeholdelsespunkter, der beskrives i denne vejledning.

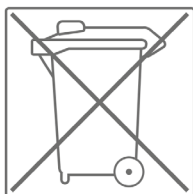
Bemærk venligst, at videoen muligvis ikke er tilgængelig på dit sprog eller med passende undertekster.



Hvis du ikke kan scanne QR-koder, kan du få adgang til alle Sport-Tiedjes videoer på YouTube ved først at åbne YouTube og indtaste "Sport-Tiedje" i søgefeltet.

## 6 BORTSKAFFELSE

Dette udstyr må efter endt levetid ikke bortskaffes sammen med det almindelige husholdningsaffald, men skal afleveres til en kommunal genbrugsstation til genbrug af elektrisk og elektronisk udstyr. Yderligere oplysninger fås hos den lokale genbrugsstation i din kommune.



Materialerne skal genanvendes iht. deres mærkning. Med genanvendelse, udnyttelse af materialer eller andre former for genbrug af udtjent udstyr yder du et vigtigt bidrag til beskyttelse af miljøet.

## 7 ANBEFALING AF TILBEHØR

For at gøre din træningsoplevelse endnu mere behagelig og effektiv anbefaler vi dig at supplere dit fitnessudstyr med tilhørende tilbehør. Det kan f.eks. være en **gulvmåtte**, der får dit fitnessudstyr til at stå sikkert og også beskytter gulvet mod dryppende sved, men det kan også være ekstra håndlister på bestemte løbebånd eller **silikonespray**, så bevægelige dele holdes i gang.

Hvis du har købt fitnessudstyr med pulstræning, og du vil træne efter din puls, anbefaler vi på det kraftigste, at du bruger et kompatibelt pulsbælte, da du derved garanteres en optimal overførsel af pulsen. Ved multimaskiner kan du evt. købe ekstra **trækhåndtag** eller **vægte**.



Vores sortiment af tilbehør byder på optimal kvalitet og gør træningen endnu bedre. Hvis du vil vide mere om kompatibelt tilbehør, kan du gå ind på vores webshop på siden med detaljer om produktet (dette gøres lettest ved at indtaste varenummeret i søgefeltet øverst) og køre ned på siden til det anbefalede tilbehør. Du kan naturligvis også kontakte vores kundeservice: Telefonisk, via e-mail, i en af vores filialer eller ved hjælp af vores kanaler for sociale medier. Vi er altid klar til at hjælpe dig!



Gulvmåtte



Pulsbælte



Håndklæder



Silikonespray



Kontaktgel

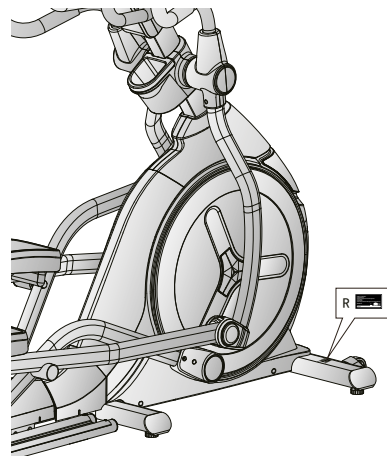


## 8.1 Serienummer og modelbetegnelse

For at vi kan yde så god en service som muligt, bedes du have **modelbetegnelse, varenummer, serienummer, eksplosionstegning** og **listen over delene** ved hånden. De forskellige muligheder for kontakt findes i kapitel 10 i denne brugsanvisning.

**ⓘ BEMÆRK**

Serienummeret på dit udstyr er unikt. Det findes på den hvide mærkat. Den nøjagtige placering af denne mærkat fremgår af følgende illustration.



Skriv serienummeret i det tilhørende felt.

**Serienummer:**

**Mærke/kategori:**

**Modelbetegnelse:**

**Varenummer:**

## 8.2 Liste over dele

Nr.	Betegnelsen (ENG)	Fabr.- komponentnr.	Specifikation	Antal
1	Main frame	747S1-3-1000-BA2		1
2	Front stabilizer	747S0-3-2100-BA1		1
3	Hex bolt	50108-5-0120-F5	M8*1.25*120L	2
4	Spring washer	55108-2-1520-FA	D15.4xD8.2x2T	16
5	Hex bolt	50108-5-0070-F4	M8*1.25*70L	2
6	Allen bolt	54008-5-0020-F0	M8*1.25*20L	4
7	Flat washer	55108-1-1612-FA	D16*D8.5*1.2T	4
8	Allen bolt	50308-5-0050-F3	M8*1.25*50L	6
9	Curved washer	55108-3-2215-FA	D22xD8.5x1.5T	6
10	Nylon nut	55208-1-2008-FA	M8*1.25*8T	8
11	Handlebar post	747A2-3-2000-BA2		1
12L	Supporting tube for left moveable handlebar	747S0-3-3710-BA0		1
12R	Supporting tube for right moveable handlebar	747S0-3-3711-BA0		1
13L	Left handlebar	747S0-3-2430-BA1		1
13R	Right handlebar	747S0-3-2450-BA1		1
14L	Left pedal supporting tube	747A2-3-3810-BA2		1
14R	Right pedal supporting tube	747A2-3-3811-BA2		1
15L	Left pedal bracket	747S0-3-6000-BA4		1
15R	Right pedal bracket	747S0-3-6025-BA4		1
16	Joint for the pedal supporting tube	747S0-3-3804-BA3		2
17	Foot tube sealing piece	747S0-6-2108-BA0	104*63*4T	4
18	Crank	747S0-3-2700-J4		2
19	Computer		SE-8627-31	1
20	Sliding beam guiding plate	747A2-6-5171-00	126.9*720L*2.3T	2
21	Adjustable wheel	74202-6-2174-N0	D50*M10*1.5	6
22	Nut	55210-2-2008-NA	M10*1.5*8T	6
23	Fixing plate for idle wheel	747S0-3-1600-00		1
24	EMS system	747S0-3-3102-02	D265*153*50,SKF	1
25	Crank axle	747S0-3-2903-01		1
26	Pulley wheel	58008-6-1036-D0	D350*29.9*3T	1
27	Multi-groove belt	58004-6-1110-00	520 PJ8	1
28	C key	75000-6-3107-01	8*7*20L	2

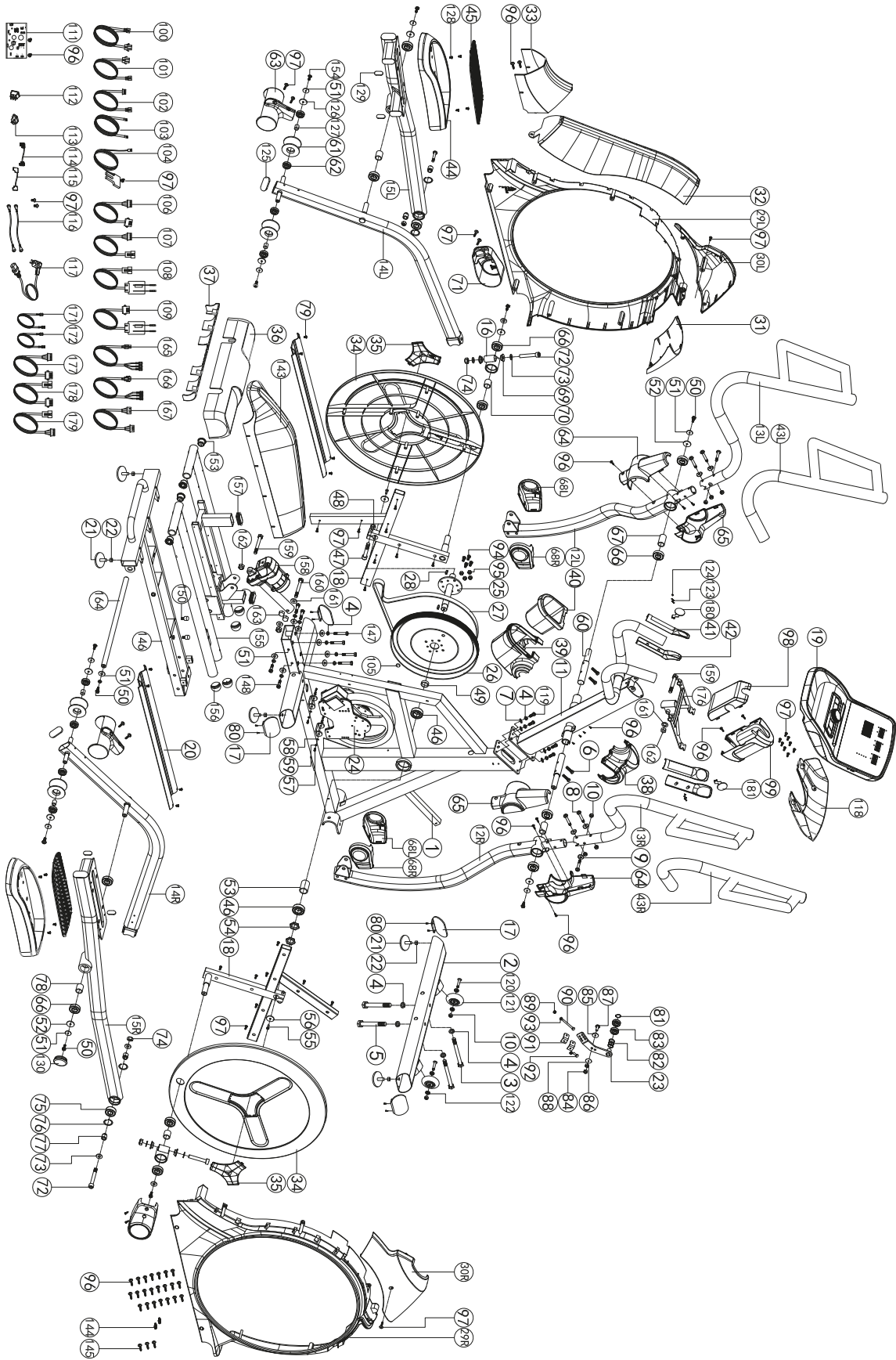
29L	Left chain cover	747S0-6-4501-B0	734.4*878.2*98.1	1
29R	Right chain cover	747S0-6-4502-B0	734*878.2*105.2	1
30L	Left front chain cover	747S0-6-4529-B1	459.7*225.5*87.2	1
30R	Right front chain cover	747S0-6-4530-B1	459.7*225.5*93.8	1
31	Front decorative cover	747S0-6-4523-B0	168.9*175.2*170.8	1
32	Upper decorative cover	747S0-6-4520-B0	639*313.7*176.5	1
33	Rear decorative cover	747A2-6-4521-B0	217.5*177.1*144.6	1
34	Round cover	747S0-6-4506-B0	D632.9*36.7	2
35	Side cover	747S0-6-4582-C0	148*130.3*16.1	2
36	Rear stabilizer cover	747S0-6-4542-B1	566.9*109.3*144.3	1
37	Inner side cover for the stabilizer	747S0-6-4543-B0	503.5*59*44.6	1
38	Water bottle holder(front)	747S0-6-2091-B0	195*159*71.8	1
39	Water bottle holder(rear)	747S0-6-2092-B0	195*167.1*159.4	1
40	Water bottle holder	747S0-6-2074-B0	113*138.3*120.5	1
41	Upper handle pulse cover	747S0-6-2517-B0	184.5*20.8*50	2
42	Lower handle pulse cover	747S0-6-2518-B0	184.5*35.2*50	2
43L	Left dip foam	58015-6-1386-B0	D38*4T	1
43R	Right dip foam	58015-6-1387-B0	D38*4T	1
44	Pedal	58029-6-1147-B0	434.2*210.7*84	2
45	Pedal pad	75000-6-3896-B0	379*168.5*5T	2
46	Bearing	58006-6-1059-00	#6205 ,2RS,SKF	2
47	Allen bolt	54010-8-0065-F6	M10*1.5*65L	2
48	Nut	55210-A-2008-FA	M10*1.5*8T	4
49	Spacer	75000-6-2781-00	D32*D25.2*9T	1
50	Hex bolt	50108-2-0020-U0	M8*1.25*20L	8
51	Flat washer	55108-1-2520-FA	D25*D8.5*2T	20
52	Buffer	739S0-6-1081-B0	D27*D8.2*2.5T	6
53	Sleeve	747S0-6-2707-00	D30*D25.2*45L	1
54	Fixing nut	75000-6-2807-N0	M25*1.5*32*6T	2
55	Allen screw	54006-5-0010-F0	M6*1.0*10L	2
56	Flat washer	55106-1-2820-FA	D28*D6.5*2T	2
57	Allen screw	54006-5-0015-D0	M6*1.0*15L	4
58	Flat washer	55106-1-1310-NA	D13*D6.5*1.0T	4
59	Spring washer	55106-2-1013-NA	D10.5*D6.1*1.3T	4
60	Moveable axle	747S0-6-3771-00	D25*180.5L	2

61	Moving wheel	73800-6-3886-B3	D70*43	4
62	Bearing	58006-6-1043-00	6002 ,2RS,SKF	8
63	Moving wheel cover	74750-6-3897-B0	162*136.2*87	2
64	Front handlebar protective cover(black)	74750-6-3780-B0	240.5*127.8*59	2
65	Rear handlebar protective cover(black)	74750-6-3781-B0	240.5*127.8*50	2
66	Bearing	58006-6-1052-00	6004 ,2RS,SKF	12
67	Sleeve(2)	74750-6-2788-00	D25.4*D20.2*44L	2
68L	Front foot cover(left)(black)	74750-6-3775-B0	152.3*91.1*46.7	2
68R	Front foot cover(right)(black)	74750-6-3776-B0	152.3*91.1*60	2
69	Bushing	58002-6-1028-UC2	D29*D12.1*9T	4
70	Liner	74750-6-2973-00	D25.4*D20.2*26L	2
71	Front pedal axle cover	74750-6-3880-B0	182.4*95.7*67.6	2
72	Allen screw	50412-8-0070-F4	M12*1.75*70L	4
73	Flat washer	55112-1-2425-FA	D24*D13.5*D2.5T	8
74	Nylon nut	55212-1-2012-FA	M12*1.75*12T	4
75	Bearing	58006-6-1031-00	#2203-2RS	2
76	C-clip	55540-3-0018-D0	S-40(1.8T)	2
77	Bushing	58002-6-1092-00	D19*D17*D12*20T	4
78	Sleeve	74750-6-5202-01	D25.4*D20.2*31L	2
79	Cross bolt	52606-2-0015-N0	M6*1*15L	8
80	Cross screw	52842-2-0015-F0	ST4.2*15L	8
81	C-clip	55517-1-0010-00	S-17(1T)	1
82	Waved washer	55117-5-2203--DA	D17*D22*0.3T	3
83	Bearing	58006-6-1044-00	6203-2RS ,SKF	2
84	Nylon nut	55208-1-2008-NA	M8*1.25*8T	1
85	Flat washer	55108-1-2115-CA	D21*D8.5*1.5T	1
86	Nut	55208-2-2006-NA	M8*1.25*6T	1
87	Hex bolt	50108-5-0030-C4	M8*1.25*30L,	1
88	Plastic washer	55110-1-5010-BF	D50*D10*1.0T	1
89	Nylon nut	55206-1-2006-CA	M6x1.0x6T	2
90	Bolt	50106-2-0075-N0	M6*75L	1
91	Fixing bolt	815G0-6-1673-N0	20*27*4T	2
92	Hex bolt	50106-5-0015-C0	M6x1.0x15L	2
93	Nut	55206-2-2005-NA	M6*1*5T	3
94	Hex bolt	50108-5-0020-C0	M8x1.25x20L	4

95	Nylon nut	55208-1-2008-CA	M8*1.25*8T	4
96	Cross screw	52842-2-0015-F0	ST4.2*15L	61
97	Cross bolt	52605-5-0012-F0	M5*0.8*12L,	37
98	Computer bracket(front)	74750-6-2592-B0	196.4*109.5*49.1	1
99	Computer bracket(rear)	74750-6-2593-B0	196.3*109.5*96.4	1
100	Upper computer cable	74750-6-2572-00	300L	1
101	Middle computer cable	74750-6-2587-00	900L	1
102	Lower computer cable	74750-6-2573-00	1050L	1
103	Connecting cable	82050-6-3177-00	350L	1
104	Sensor cable	80550-6-2576-00	500L	1
105	Round magent	174R4-6-2574-00	M02	1
106	Upper cable for the quick key(1)	74750-6-2542-00	300L	1
107	Upper cable for the quick key(2)	74750-6-2539-00	300L	1
108	Lower cable for the quick key(1)	74750-6-2544-00	850L	1
109	Lower cable for the quick key(2)	74750-6-2536-00	850L	1
111	Controller board	74751-6-2597-00		1
112	Switching mode power supply	26100-6-2411-00		1
113	Socket	26100-6-2413-00		1
114	Live wire(1)	26200-6-1789-00	220L	1
115	Neutral wire(2)	26200-6-1792-00	220L	1
116	Grounding cable(2)	26200-6-1788-00	150L	2
117	Electric cable	26100-6-1775-02	1700L	1
118	Computer back cover	74750-6-2529-B0	337.6*225.5*58.4	1
119	Allen bolt	54008-5-0025-F0	M8*1.25*25L	4
120	Allen bolt	50308-5-0040-F3	M8*1.25*40L	2
121	Transporting wheel	84302-6-2175-00	D70.5*23	2
122	Bushing	58002-6-1099-00	D22.2*D8.2*7T	4
123	Cross screw	54203-2-0030-F0	M3*0.5*30L	4
124	Cross screw	54203-2-0012-F0	M3*0.5*12L	2
125	Oval cap	55315-3-3060-B8	30*60*15	2
126	Buffer	74750-6-1081-B0	D21*D8.2*2.5T	4
127	Spacer	74750-6-3892-00	D19*D15.2*25.5L	4
128	Bolt	52606-2-0015-F0	M6*1*15L	8
129	Oval cap	55328-3-2550-B1	25*50*28L	4
130	Round cap	55350-1-0015-B8	D50.8*15	2

143	Rear cover	747A2-6-4514-B0	766.7*169.6*144.3	1
144	Pin	71600-6-4586-60	D6*26.5*7.7	2
145	Cross screw	52804-2-0012-F0	ST4*1.41*12L	3
146	Rear stabilizer	747A2-3-2112-BA2		1
147	Hex bolt	50108-5-0055-F3	M8*1.25*55L	4
148	Hex bolt	50108-5-0035-F3	M8*1.25*35L	4
150	Buffer	55308-4-0010-BB	D20*10L*M8*1.25	2
153	Bushing	58002-6-1051-B0	D19.15x(D25.6x32) xL(17+3)	6
154	Allen bolt	50308-5-0020-UF0	M8*1.25*20L	4
155	Sliding beam	747A2-3-5100-BA4		1
156	Ball cap	55338-1-0031-B8	D38*31L	4
157	Square cap	55312-2-2550-B8	25*50*12L	2
158	Incline	747A2-6-5172-00	JS17-B	1
159	Hex bolt	50110-2-0075-F3	M10*1.5*75L	2
160	Hex bolt	50110-2-0145-F6	M10*1.5*145L	1
161	Flat washer	55110-1-2020-FA	D20*D11*2T	3
162	Nylon nut	55210-1-2010-FA	M10*1.5*10T	3
163	Bolt cover	19100-6-3172-B0	D35*8	2
164	Axle	747A2-6-2751-00	D19*490.5L	1
165	Incline control cable(1)	747A2-6-3481-00	500L	1
166	Incline control cable(2)	747A2-6-3482-00	500L	1
167	VR control cable	747A2-6-3475-00	500L	1
171	Neutral wire	747A2-6-3479-00	900L	1
172	Live wire	747A2-6-3480-00	900L	1
176	Computer fixing plate	747A2-3-2725-BA2		1
177	Upper signal cable	747S1-6-2563-00	300L	1
178	Middle signal cable	747S1-6-3486-00	900L	1
179	Lower signal cable	747S1-6-2564-00	1150L	1
180	Membrane button(incline)	747S1-6-2534-00	D39	1
181	Membrane button(level)	747S1-6-2533-00	D39	1
/	Allen spanner	58030-6-1031-D1	M6 8	1
/	Opening spanner	58030-6-1050-C0	153*6.5T	1
/	Spanner	58030-6-1005-N2		1
	Allen spanner	58030-6-1033-N0	M10	1

# 8.3 Eksplosionstegning





Træningsudstyr fra Taurus® underlægges en streng kvalitetskontrol. Hvis dit træningsudstyr mod forventning ikke skulle fungere upåklageligt, beklager vi dybt og beder dig om at kontakte vores kundeservice. Vi står gerne til rådighed på telefon via vores tekniske hotline.

### Fejlbeskrivelser

Dit træningsudstyr er udviklet således, at det kan klare intensiv træning over længere tid. Skulle der opstå et problem, bedes du først læse brugsvejledningen

Ved yderligere spørgsmål kan du kontakte forhandleren eller ringe til vores kundeservice.- For en hurtig problemløsning bedes du beskrive problemet så præcis som muligt.

Udover den gældende reklamationsret, yder vi også en garanti på samtligt træningsudstyr, der er købt hos os, i overensstemmelse med de følgende bestemmelser.

**Dine lovlige rettigheder bliver ikke indskrænket af dette.**

### Garantiindehaver

Garantiindehaveren er den første køber eller hver person, der modtager et nyindkøbt produkt som gave fra den første køber.

#### Garantitid

Fra du modtager dit træningsudstyr påtager vi os de(n) garantiperiode(r), der fremgår af vores onlineshop. Garantiperioden, der er gældende for dit specifikke træningsudstyr, finder du på den respektive produktside.

### Reparationsudgifter

Vi vælger, om der skal ske enten reparation, udskiftning af beskadigede enkeltdele eller komplet udskiftning. Reservedele, som man selv skal anbringe ved opstilling af udstyret, skal udskiftes af garantiindehaveren selv og er ikke omfattet af reparationen. Efter udløb af garantiperioden for reparationsudgifter er der kun garanti på dele, som ikke omfatter reparation-, monterings- og forsendelsesomkostninger.

### Brugstiderne defineres som følger:

- + Hjemmebrug: Udelukkende privat anvendelse i private hjem op til 3 timer dagligt
- + Semiprofessionel brug: Op til 6 timer dagligt (f.eks. fysioterapi, hoteller, foreninger, motionsrum i virksomheder)
- + Professionel brug: Mere end 6 timer dagligt (f.eks. fitnesscentre)

### Garantiservice

Under garantiperioden repareres eller erstattes udstyr, der på grund af materiale- eller fabrikationsfejl er defekt, efter vores valg. Udskiftet udstyr eller dele af udstyr tilhører os. Garantiydelser medfører ikke en forlængelse af garantiperioden og udløser heller ikke en ny garanti.



## Garantibetingelser

For at gøre krav gældende om garanti skal du gøre følgende:

Kontakt kundeservice pr. e-mail eller telefon. Hvis produktet skal indsendes til reparation under garantien, påhviler omkostningerne forhandleren. Efter udløb af garantien påhviler transport- og forsikringsomkostningerne køberen. Hvis defekten er omfattet af vores garantiydelse, får du et stk. repareret eller nyt udstyr tilbage.

### Garantikrav er udelukket ved skader på grund af:

- + Misbrug eller usagkyndig behandling
- + Miljøpåvirkninger (fugt, varme, overspænding, støv etc.)
- + Tilsidesættelse af de sikkerhedsforanstaltninger, der gør sig gældende for udstyret
- + Tilsidesættelse af brugsanvisningen
- + Anvendelse af vold (f.eks. slag, stød, fald)
- + Indgreb, der ikke er foretaget af den af os autoriserede serviceadresse
- + Egenhændige forsøg på reparation

### Købskvittering og serienummer

Vær opmærksom på, at du skal kunne fremvise fakturaen for udstyret i tilfælde af garanti. For at vi kan identificere din modelversion samt af hensyn til vores kvalitetskontroller har vi ved alle henvendelser vedr. service brug for oplysning om udstyrets serienummer. Hav derfor så vidt muligt allerede serienummer samt kundenummer ved hånden, når du ringer til vores service-hotline. Dette gør det lettere at give dig en hurtig behandling.

Hvis du har problemer med at finde serienummeret på dit træningsudstyr, kan vores service-medarbejdere hjælpe dig på vej.

### Service uden for garantien

I tilfælde af mangler på dit træningsudstyr efter udløb af garantien eller i situationer, som ikke er omfattet af garantiydelsen, som f.eks. almindelig slitage, står vi gerne til rådighed for et individuelt tilbud. Kontakt venligst vores kundeservice, så vi sammen kan finde en hurtig og billig løsning af problemet. I disse tilfælde betaler du selv forsendelsesomkostningerne.

### Kommunikation

Mange problemer kan løses med blot en samtale med os i egenskab af din fagmand. Vi ved, hvor vigtig hurtig og ukompliceret problemafhelpning er for dig som bruger af træningsudstyret, så du kan træne med glæde uden de store afbrydelser. Derfor er vi også interesseret i en hurtig og ubureaukratisk løsning på dit problem. Hav derfor venligst dit kundenummer og serienummeret på det defekte udstyr ved hånden.

DE		DK		FR			
<p><b>TEKNIK</b></p> <p>☎ +49 4621 4210-900</p> <p>☎ +49 4621 4210-698</p> <p>✉ <a href="mailto:technik@sport-tiedje.de">technik@sport-tiedje.de</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 80 90 16 50</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.dk">info@fitshop.dk</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ +33 (0) 172 770033</p> <p>+49 4621 4210-933</p> <p>✉ <a href="mailto:service-france@fitshop.fr">service-france@fitshop.fr</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>			
<p><b>SERVICE</b></p> <p>☎ 0800 20 20 277 (gratis)</p> <p>✉ <a href="mailto:info@sport-tiedje.de">info@sport-tiedje.de</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 21:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 21:00</p> <p>🕒 Sø 10:00 - 18:00</p>		<th colspan="2">PL</th>		PL			
		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.pl">info@fitshop.pl</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<th colspan="2">BE</th>		BE	
				<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 42 10-932</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.be">info@fitshop.be</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>			

UK		NL		INT			
<p><b>TEKNIK</b></p> <p>☎ +44 141 876 3986</p> <p>✉ <a href="mailto:support@powerhousefitness.co.uk">support@powerhousefitness.co.uk</a></p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ +31 172 619961</p> <p>✉ <a href="mailto:info@fitshop.nl">info@fitshop.nl</a></p> <p>🕒 Ma-to 09:00 - 17:00</p> <p>🕒 Fr 09:00 - 21:00</p> <p>🕒 Lø 10:00 - 17:00</p>		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ +49 4621 4210-944</p> <p>✉ <a href="mailto:service-int@sport-tiedje.de">service-int@sport-tiedje.de</a></p> <p>🕒 Ma-fr 8am - 6pm</p> <p>🕒 Lø 9am - 6pm</p>			
<p><b>SERVICE</b></p> <p>☎ +44 141 876 3972</p> <p>🕒 Ma-fr 9am - 5pm</p>		<th colspan="2">AT</th>		AT			
		<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 0800 20 20 277 (gratis)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p>✉ <a href="mailto:info@sport-tiedje.at">info@sport-tiedje.at</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>		<th colspan="2">CH</th>		CH	
				<p><b>TEKNIK OG SERVICE</b></p> <p>☎ 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p>✉ <a href="mailto:info@sport-tiedje.ch">info@sport-tiedje.ch</a></p> <p>🕒 Ma-fr 08:00 - 18:00</p> <p>🕒 Lø 09:00 - 18:00</p>			

På denne webside finder du en detaljeret oversigt inkl. adresse og åbningstider for alle filialer tilhørende Sport-Tiedje Group i ind- og udland:

[www.fitshop.dk/oversigt-over-sport-tiedje-butikker](http://www.fitshop.dk/oversigt-over-sport-tiedje-butikker)

# VI LEVER FOR FITNESS

## WEBSHOP OG SOCIALE MEDIER

Sport-Tiedje er med sine nuværende over 70 filialer Europas største fagmarked for fitnessmaskiner til hjemmebrug og en af de mest ansete online-forhandlere af fitnessudstyr på verdensplan. Privatkunder foretager bestillinger via vores 25 webshops på det pågældende lands sprog eller får sammensat deres drømmeudstyr i lokale filialer. Derudover er virksomheden leverandør af professionelle maskiner til udholdenheds- og styrketræning til fitnesscentre, hoteller, sportsforeninger, firmaer og fysioterapeuter.

Sport-Tiedje tilbyder et bredt sortiment af træningsmaskiner fra kendte producenter, egne udviklede produkter af høj kvalitet og en lang række serviceydelser, f.eks. opstillingsservice og idrætsvidenskabelig rådgivning før og efter købet. Til dette formål har virksomheden ansat en lang række idrætsforskere, fitnessstrænere og eliteudøvere.

Besøg os også på vores platforme for sociale medier eller på vores blog!



[www.fitshop.dk](http://www.fitshop.dk)  
[www.sport-tiedje.de/blog](http://www.sport-tiedje.de/blog)



[www.facebook.com/SportTiedje](http://www.facebook.com/SportTiedje)



[www.instagram.com/sporttiedje](http://www.instagram.com/sporttiedje)



[www.youtube.com/user/sporttiedje](http://www.youtube.com/user/sporttiedje)

**TAURUS**

**cardiostrong**

**BODYCRAFT**

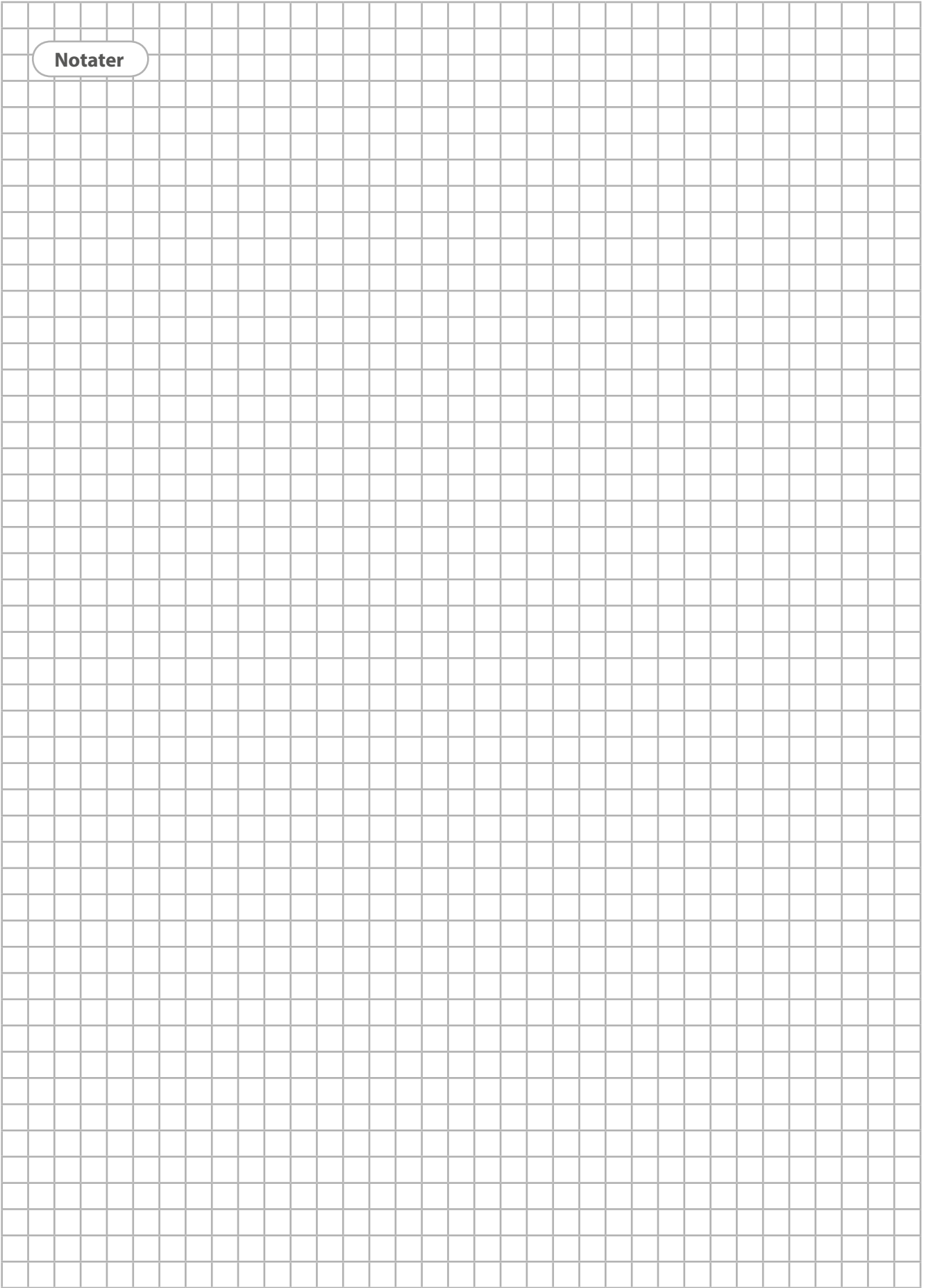
**cardiojump**

**DUKEFITNESS**

**DARWIN**

**Notater**

**Notater**





# TAURUS®

Crosstrainer FX10.5 Pro