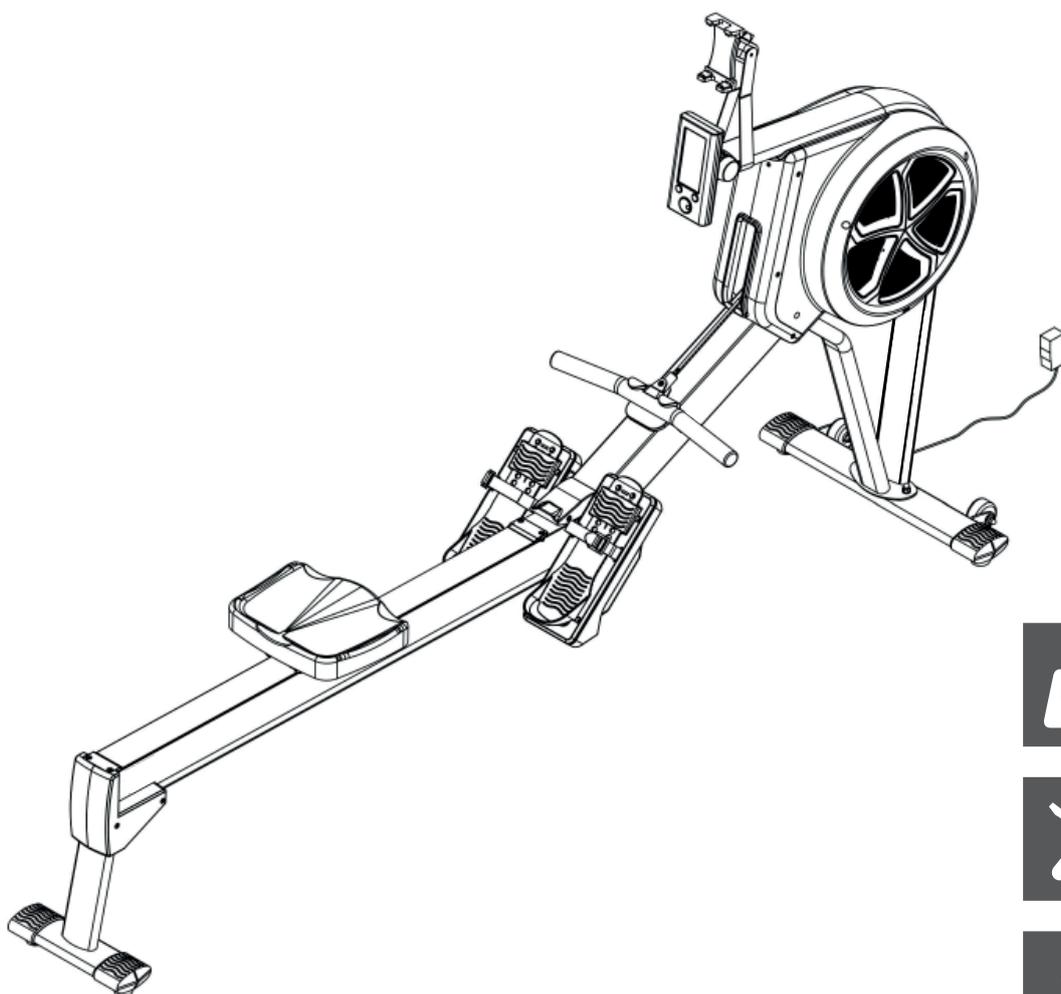


# TAURUS®

## Montage- und Bedienungsanleitung



max. 150 kg



~30-60 Min.



47 kg

L 250 | B 63 | H 145

TFROWXPLUS.01.02

Art.-Nr. TF-ROW-X-PLUS

**Rudergerät ROW-X PLUS**



# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>ALLGEMEINE INFORMATIONEN</b>	<b>7</b>
1.1	Technische Daten	7
1.2	Persönliche Sicherheit	8
1.3	Elektrische Sicherheit	9
1.4	Aufstellort	10
<b>2</b>	<b>MONTAGE</b>	<b>11</b>
2.1	Allgemeine Hinweise	11
2.2	Lieferumfang	12
2.3	Aufbau	13
2.4	Einstellungen / Einrichten des Rudergerätes	17
<b>3</b>	<b>BEDIENUNGSANLEITUNG</b>	<b>19</b>
3.1	Konsolenanzeige	19
3.2	Tastenfunktionen	20
3.3	Bedienung	21
3.4	Programme	22
3.4.1	Quick Start	22
3.4.2	P1 - Manueller Modus (Manual Mode)	22
3.4.3	P2 - Zeitvorgabe (Goal Time)	22
3.4.4	P3 - Kalorienvorgabe (Goal Calorie)	22
3.4.5	P4 - Distanzvorgabe (Goal Distance)	22
3.4.6	P5 - Rennen (Race)	22
3.4.7	P6 - P9 - High intensity Interval Training (HIIT)	23
3.5	Bluetooth und Fitness-Apps	26
3.6	Hinweise für korrektes Rudern	27
<b>4</b>	<b>LAGERUNG UND TRANSPORT</b>	<b>30</b>
4.1	Allgemeine Hinweise	30
4.2	Transportrollen	30
4.2.1	Zusammenklappen des Rudergeräts	31
4.2.2	Auseinanderklappen des Rudergeräts	31
4.3	Trennen und verbinden der Monoschiene	32
4.3.1	Trennen der Monoschiene vom Rudergerät	32
4.3.2	Verbinden der Monoschiene mit dem Rudergerät	33

<b>5</b>	<b>FEHLERBEHEBUNG, PFLEGE UND WARTUNG</b>	<b>34</b>
5.1	Allgemeine Hinweise	34
5.2	Störungen und Fehlerdiagnose	34
5.3	Wartungs- und Inspektionskalender	35
<b>6</b>	<b>ENTSORGUNG</b>	<b>35</b>
<b>7</b>	<b>ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG</b>	<b>36</b>
<b>8</b>	<b>ERSATZTEILBESTELLUNG</b>	<b>37</b>
8.1	Seriennummer und Modellbezeichnung	37
8.2	Teileliste	38
8.3	Explosionszeichnung	42
<b>9</b>	<b>GARANTIE</b>	<b>43</b>
<b>10</b>	<b>KONTAKT</b>	<b>45</b>

## Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für ein Qualitäts-Trainingsgerät der Marke Taurus entschieden haben. Taurus bietet Sport- und Fitnessgeräte für den gehobenen Heimsport und die Ausstattung von Fitness-Studios und Geschäftskunden. Der Fokus liegt bei Taurus Fitnessgeräten auf dem, worauf es beim Sport ankommt: maximale Performance! Daher werden die Geräte in enger Absprache mit Sportlern und Sportwissenschaftlern entwickelt. Denn Sportler wissen am besten, was perfekte Fitnessgeräte ausmacht.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.sport-tiedje.com](http://www.sport-tiedje.com).

### Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Das Gerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden.

Das Gerät ist für den Heimgebrauch und den semiprofessionellen (z. B. Krankenhäuser, Vereine, Hotels, Schulen usw.) Einsatz geeignet. Für gewerblichen bzw. professionellen Einsatz (z. B. Fitness-Studio) ist das Gerät nicht geeignet.

## IMPRESSUM

Sport-Tiedje GmbH  
Europas Nr. 1 für Heimfitness

International Headquarters  
Flensburger Straße 55  
24837 Schleswig  
Deutschland

Geschäftsführer:  
Christian Grau  
Sebastian Campmann  
Dr. Bernhard Schenkel  
Handelsregister HRB 1000 SL  
Amtsgericht Flensburg  
Umsatzsteuer-IdNr.: DE813211547

## HAFTUNGSAUSSCHLUSS



©2011 Taurus ist eine eingetragene Marke der Firma Sport-Tiedje GmbH. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung dieser Marke ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung von Sport-Tiedje ist untersagt.

Produkt und Handbuch können geändert werden. Die technischen Daten können ohne Vorankündigung geändert werden.

## ZU DIESER ANLEITUNG

Bitte lesen Sie die gesamte Anleitung vor der Montage und der ersten Benutzung aufmerksam durch. Die Anleitung hilft Ihnen beim schnellen Aufbau und erläutert die sichere Handhabung. Tragen Sie dafür Sorge, dass alle mit dem Gerät trainierenden Personen (besonders Kinder und Personen mit körperlicher, sensorischer, geistiger oder motorischer Behinderung) unbedingt vorab über diese Anleitung und ihren Inhalt informiert werden. Im Zweifelsfall müssen verantwortliche Personen die Nutzung des Gerätes beaufsichtigen.



Durch laufende Änderungen und Softwareoptimierungen kann es vorkommen, dass die Anleitung angepasst werden muss. Sollten Sie während des Aufbaus oder der Nutzung eventuelle Abweichungen feststellen, dann rufen Sie im Zweifel die im Webshop hinterlegte Anleitung auf. Dort ist immer die aktuellste Anleitung hinterlegt.

Das Gerät wurde sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert. Mögliche Gefahrenquellen, die Verletzungen verursachen könnten, wurden bestmöglich ausgeschlossen. Stellen Sie sicher, dass die Aufbauanleitung korrekt befolgt wurde und dass alle Teile des Gerätes festsitzen. Im Bedarfsfall muss die Anleitung erneut durchgegangen werden, um eventuelle Fehler zu beheben.

Bitte halten Sie sich exakt an die angegebenen Sicherheits- und Wartungsanweisungen. Jegliche davon abweichende Nutzung kann Gesundheitsschäden, Unfälle oder Beschädigungen des Gerätes zur Folge haben, für die seitens des Herstellers und Vertreibers keine Haftung übernommen werden kann.

Die folgenden Sicherheitshinweise können in dieser Bedienungsanleitung vorkommen:

► **ACHTUNG**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu Sachschäden führen können.

⚠ **VORSICHT**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu leichten bzw. geringfügigen Verletzungen führen können!

⚠ **WARNUNG**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen können!

⚠ **GEFAHR**

Dieser Hinweis steht für mögliche schädliche Situationen, die bei Zuwiderhandlung zu schwersten Verletzungen oder zum Tode führen!

ℹ **HINWEIS**

Dieser Hinweis steht für weitere nützliche Informationen.

Bewahren Sie diese Anleitung zur Information, für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf!

## 1.1 Technische Daten

### LCD - Anzeige von

- + Ruderschläge, Schläge pro Minute
- + Trainingszeit in min
- + Strecke in m
- + Zeit/500 m: Durchschnitt / Aktuell
- + Kalorienverbrauch in kcal
- + Herzfrequenz (bei Verwendung eines Brustgurtes)
- + Watt
- + Widerstandsstufe

Widerstandssystem: Luft- und Magnetwiderstand  
Widerstandslevel: 16

Trainingsprogramme insgesamt: 10

### Gewicht und Maße:

Artikelgewicht (brutto, inkl. Verpackung): 53,8 kg  
Artikelgewicht (netto, ohne Verpackung): 46,5 kg  
Verpackungsmaße (L x B x H): ca. 1245 mm x 1055 mm x 420 mm  
Aufstellmaße (L x B x H): ca. 2500 mm x 628 mm x 1450 mm

Maximales Benutzergewicht: 150 kg

## 1.2 Persönliche Sicherheit

### **GEFAHR**

- + Bevor Sie mit der Nutzung des Gerätes beginnen, sollten Sie durch Ihren Hausarzt klären, ob das Training für Sie aus gesundheitlicher Sicht geeignet ist. Betroffen hiervon sind vor allem Personen, die eine vererbungsbedingte Anlage zu Bluthochdruck oder Herzleiden haben, über 45 Jahre alt sind, rauchen, überhöhte Cholesterinwerte aufweisen, übergewichtig sind und/oder im letzten Jahr nicht regelmäßig Sport getrieben haben. Wenn Sie unter medikamentöser Behandlung stehen, die Ihre Herzfrequenz beeinträchtigt, so ist ärztlicher Rat absolut unabdinglich.
- + Beachten Sie, dass exzessives Training Ihre Gesundheit ernsthaft gefährden kann. Bitte nehmen Sie gleichermaßen zur Kenntnis, dass Systeme der Herzfrequenzüberwachung ungenau sein können. Sobald Sie Anzeichen von Schwäche, Übelkeit, Schwindelgefühle, Schmerzen, Atemnot oder andere abnormale Symptome erkennen, brechen Sie Ihr Training sofort ab und konsultieren Sie im Notfall Ihren Hausarzt.

### **WARNUNG**

- + Die Benutzung dieses Gerätes ist für Kinder unter 14 Jahren nicht zulässig.
- + Kinder sollten nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Gerätes gelangen.
- + Personen mit Behinderungen müssen eine medizinische Genehmigung vorweisen und unter strenger Beobachtung stehen, wenn Sie jegliche Trainingsgeräte benutzen.
- + Das Gerät darf grundsätzlich nicht gleichzeitig von mehreren Personen genutzt werden.
- + Wenn Ihr Gerät über einen Safety Key verfügt, ist der Clip des Safety Keys vor Trainingsbeginn an Ihrer Kleidung anzubringen. Im Falle eines Sturzes kann somit der NOT-STOP des Gerätes ausgelöst werden.
- + Halten Sie Hände, Füße und andere Körperteile, Haar, Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern, da sich diese in dem Gerät verfangen können.
- + Tragen Sie bei der Benutzung keine lose bzw. weite Kleidung, sondern geeignete Sportbekleidung. Achten Sie bei den Sportschuhen auf geeignete Sohlen, vorzugsweise sollten diese aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien sein. Ungeeignet sind Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Trainieren Sie niemals barfuß.

### **VORSICHT**

- + Muss Ihr Gerät mit einem Netzkabel ans Stromnetz angeschlossen werden, stellen Sie sicher, dass das Kabel keine potentielle Stolpergefahr darstellt.
- + Achten Sie darauf, dass sich niemand während des Trainings im Bewegungsbereich des Gerätes befindet, um Sie und andere Personen nicht zu gefährden.

### **ACHTUNG**

- + Es dürfen keine Gegenstände jedweder Art in die Öffnungen des Gerätes gesteckt werden.

## 1.3 Elektrische Sicherheit



### **GEFAHR**

- + Um die Gefahr eines Elektroschocks zu verringern, ziehen Sie nach Beendigung des Trainings, vor Aufbau oder Abbau des Gerätes sowie vor der Wartung bzw. Reinigung den Stecker des Gerätes aus der Steckdose. Ziehen Sie dabei nicht am Kabel.



### **WARNUNG**

- + Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, solange der Netzstecker in der Wandsteckdose eingesteckt ist. Während Ihrer Abwesenheit ist das Netzkabel zu entfernen, damit ein unsachgemäßer Gebrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.
- + Falls das Netzkabel oder der Netzstecker beschädigt oder defekt ist, wenden Sie sich an Ihren Vertragspartner. In der Zwischenzeit darf das Gerät nicht genutzt werden.



### **ACHTUNG**

- + Das Gerät benötigt einen Netzanschluss von 220-230V mit 50 Hertz Netzspannung.
- + Das Gerät darf nur mittels des mitgelieferten Netzkabels direkt an eine geerdete Steckdose angeschlossen werden. Verlängerungskabel müssen den VDE-Richtlinien entsprechen. Wickeln Sie das Netzkabel immer vollständig ab.
- + Die Steckdose muss mit einer Sicherung mit einem Mindestsicherungswert „16 Ampere, träge“ gesichert sein.
- + Verändern Sie weder etwas am Netzkabel, noch am Netzstecker.
- + Das Netzkabel ist von Wasser, Hitze, Öl und scharfen Kanten fernzuhalten. Lassen Sie das Netzkabel nicht unter dem Gerät oder unter einem Teppich entlanglaufen und stellen Sie keine Gegenstände darauf.

## 1.4 Aufstellort

### ⚠️ WARNUNG

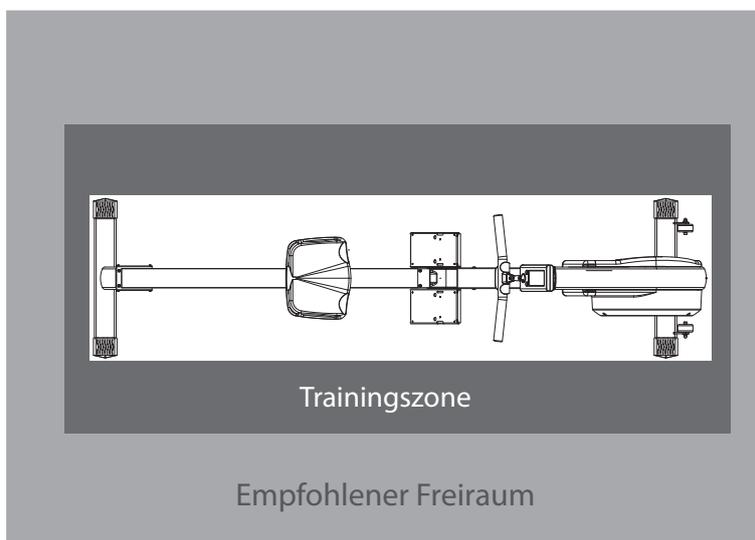
- + Stellen Sie das Gerät nicht in Hauptdurchgängen oder Fluchtwegen auf.

### ⚠️ VORSICHT

- + Wählen Sie den Aufstellort so, dass Sie zu allen Seiten genügend Platz zum Trainieren haben. Achten Sie darauf, als Trainingszone auf jeder Seite mindestens 30 cm sowie vor und hinter dem Gerät mindestens 15 cm Platz zu lassen. Dies ist die mindestens notwendige Fläche für eine sichere Benutzung des Gerätes. Die empfohlene Freizone um das Gerät sollte zu jeder Seite mindestens 60 cm betragen sowie vor und hinter dem Gerät jeweils 45 cm.
- + Stellen Sie sicher, dass der Trainingsraum während des Trainings gut durchlüftet und keiner Zugluft ausgesetzt ist.
- + Wählen Sie den Aufstellort so, dass sowohl vor als auch neben dem Gerät ausreichend Freiraum/Sicherheitszone bestehen bleibt.
- + Die Aufstell- und Anbaufläche des Gerätes sollten eben, belastbar und fest sein.

### ▶️ ACHTUNG

- + Das Gerät darf nur in einem Gebäude, in ausreichend temperierten und trockenen Räumen (Umgebungstemperaturen zwischen 10°C und 35°C), genutzt werden. Die Nutzung im Freien oder Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit (über 70%) wie Schwimmbädern ist nicht zulässig.
- + Um hochwertige Bodenbeläge (Parkett, Laminat, Kork, Teppiche) vor Druckstellen und Schweiß zu schützen und leichte Unebenheiten auszugleichen, benutzen Sie eine Bodenschutzmatte.



### 2.1 Allgemeine Hinweise



#### **GEFAHR**

- + Lassen Sie kein Werkzeug, Verpackungsmaterial wie Folien oder Kleinteile herumliegen, da ansonsten für Kinder Erstickungsgefahr besteht. Halten Sie Kinder während der Montage vom Gerät fern.



#### **WARNUNG**

- + Beachten Sie die am Gerät angebrachten Hinweise, um Verletzungsgefahren zu reduzieren.



#### **VORSICHT**

- + Öffnen Sie die Verpackung nicht, wenn sie auf der Seite liegt.
- + Achten Sie darauf, dass Sie während des Aufbaus in jede Richtung genügend Bewegungsfreiraum haben.
- + Der Aufbau des Gerätes muss von min. zwei Erwachsenen durchgeführt werden. Nehmen Sie im Zweifelsfall die Hilfe einer weiteren, technisch begabten Person in Anspruch.



#### **ACHTUNG**

- + Um Beschädigungen am Gerät und dem Boden zu vermeiden, nehmen Sie den Aufbau auf einer Unterlegmatte oder dem Verpackungskarton vor.



#### **HINWEIS**

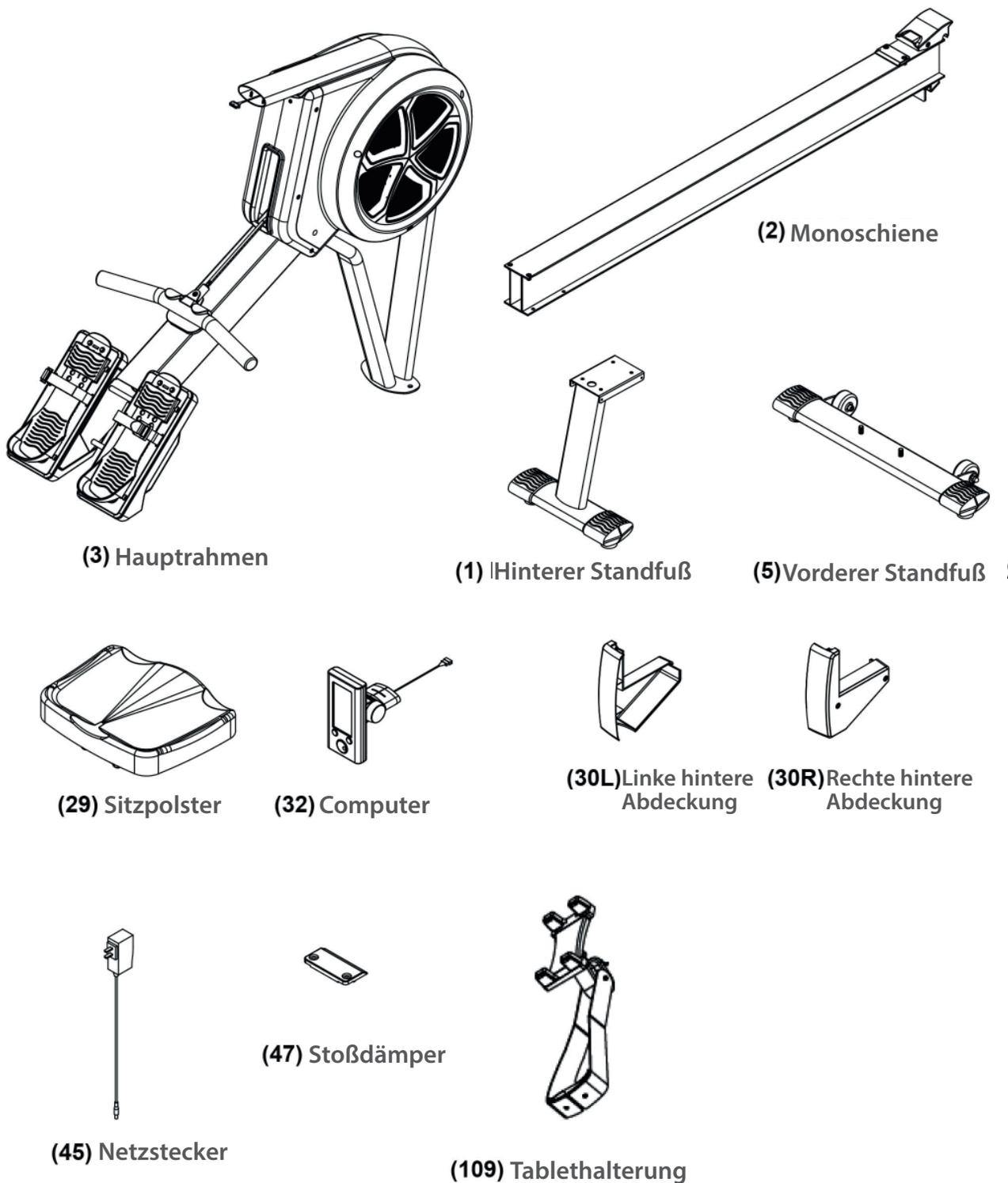
- + Um den Aufbau so einfach wie möglich zu gestalten, können bereits einige zu verwendende Schrauben und Muttern vormontiert sein.
- + Führen Sie die Montage des Gerätes idealerweise an dem späteren Aufstellort durch.

## 2.2 Lieferumfang

Der Lieferumfang besteht aus den nachfolgend dargestellten Teilen. Prüfen Sie zu Beginn, ob alle zum Gerät gehörenden Teile und Werkzeuge im Lieferumfang enthalten sind und ob Schäden vorliegen. Bei Beanstandungen ist unmittelbar der Vertragspartner zu kontaktieren.

### VORSICHT

Sollten Teile des Lieferumfangs fehlen oder beschädigt sein, darf der Aufbau nicht vorgenommen werden.



## 2.3 Aufbau

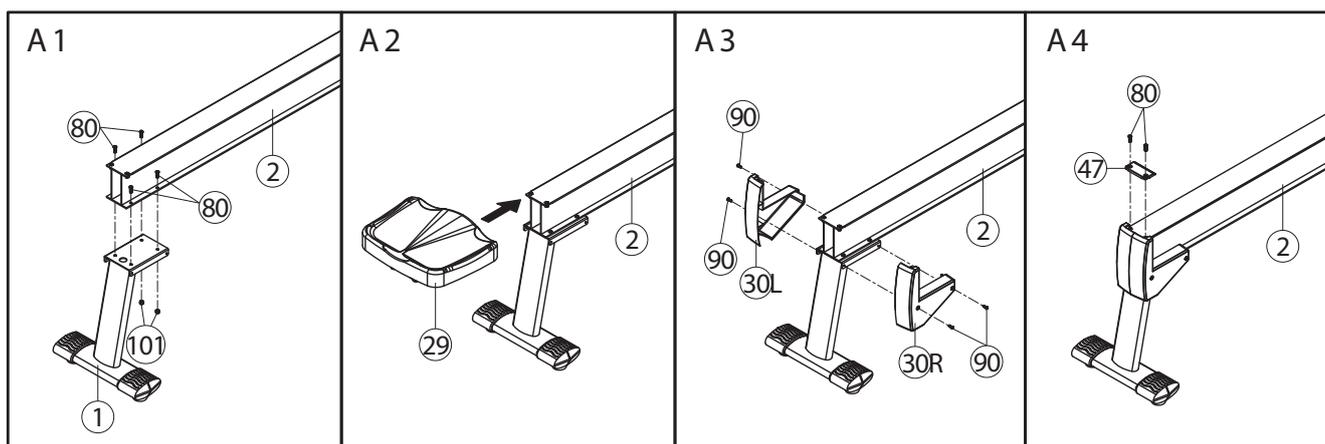
Sehen Sie sich vor dem Aufbau die einzelnen, dargestellten Montageschritte genau an und führen Sie die Montage gemäß der angegebenen Reihenfolge durch.

### **i HINWEIS**

Verschrauben Sie zunächst alle Teile lose und kontrollieren Sie deren richtige Passform. Anschließend ziehen Sie die Schrauben mit Hilfe des Werkzeuges erst fest, wenn Sie dazu aufgefordert werden.

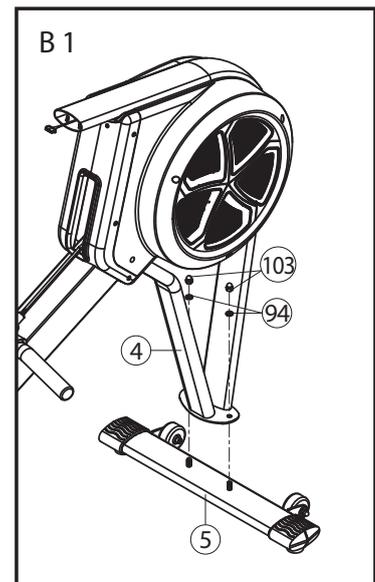
### **Schritt 1: Aufbau hinterer Standfuß und Monoschiene**

1. Hinteren Standfuß (1) an der Monoschiene (2) mit M6 X 16L Sechskantschrauben (80) und zwei M6 Nylon Muttern (101) befestigen. Ziehen Sie die Schrauben an (siehe Abb. A1).
2. Schieben Sie das Sitzpolster (29) auf die Monoschiene (2) (siehe Abb. A2).
3. Befestigen Sie die linke (30L) und rechte hintere Abdeckung (30R) mit vier M4 X 12L Schrauben (90) (siehe Abb. A3).
4. Befestigen Sie den Stoßdämpfer (47) an der Monoschiene (2) mit zwei M6 X 16L Sechskantschrauben (80). Achten Sie darauf, dass die linke (30L) & rechte hintere Abdeckung (30R) korrekt positioniert sind (siehe Abb. A4). Dann ziehen Sie alle Schrauben fest.



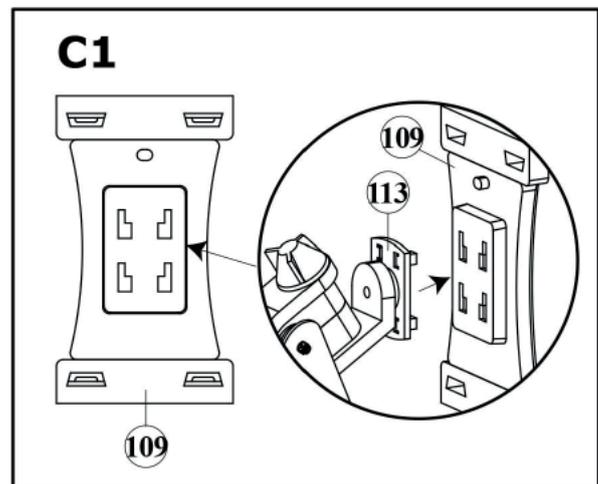
## Schritt 2: Aufbau vorderer Standfuß

1. Befestigen Sie den vorderen Standfuß (5) am vorderen Rahmen (4) mit zwei 3/8" Federscheiben (94) und zwei 3/8" Kappen für Muttern (103) (siehe Abb. B1). Ziehen Sie alle Schrauben fest.

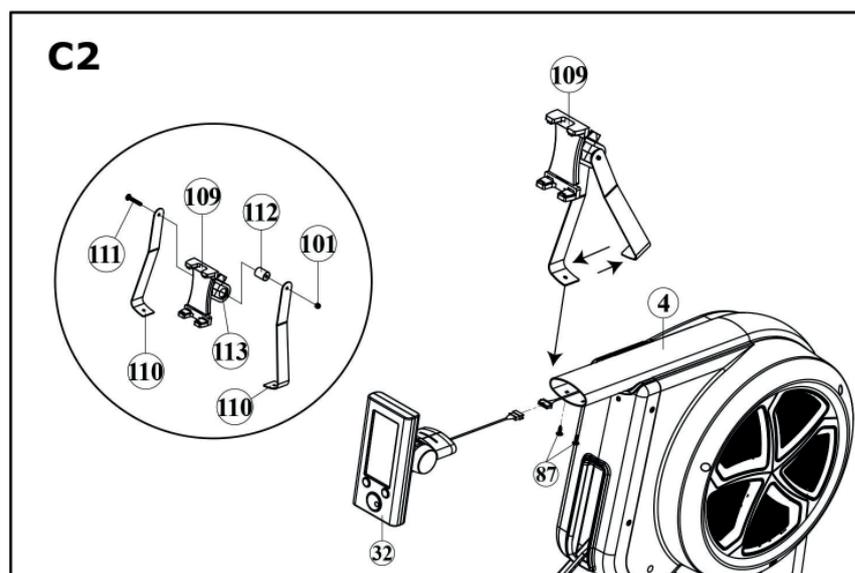


## Schritt 3: Montage von Computer und Tablethalterung

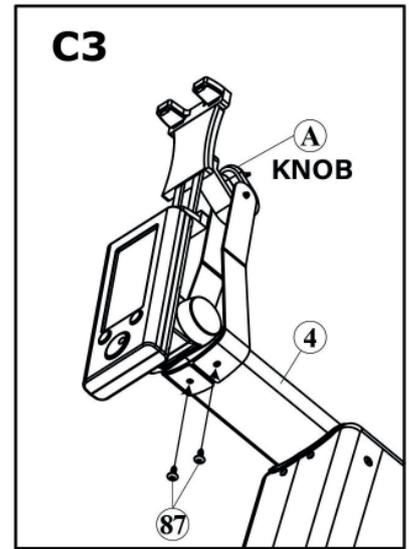
1. Befestigen Sie den Kunststoffhalter (113) an der Tablethalterung (109).



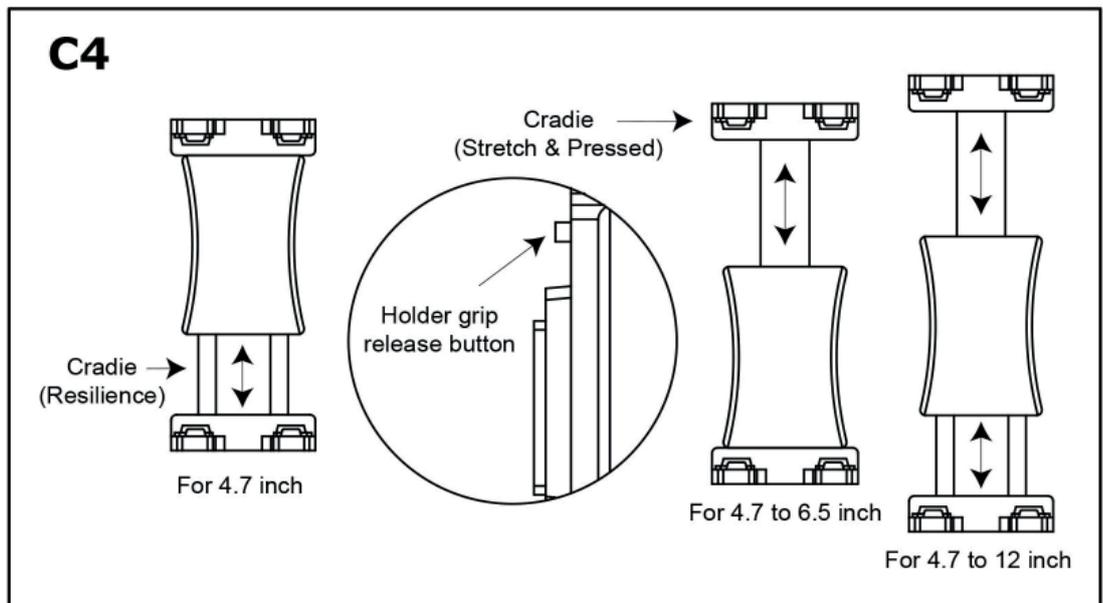
2. Schrauben Sie die beiden vormontierten Schrauben (87) aus dem vorderen Rahmen (4) heraus.
3. Richten Sie beide Seitenteile (110) parallel zueinander aus.
4. Setzen Sie den Computer (32) in den vorderen Rahmen (4) ein.
5. Montieren Sie die Seitenteile (110) mit den beiden Schrauben (87) am vorderen Rahmen (4).



6. Stellen Sie die Tablehalterung (109) in einen passenden Winkel ein.
7. Ziehen Sie den Drehknopf (A) fest.



8. Passen Sie die Tablehalterung (109) an die Größe Ihres Geräts an.



#### Schritt 4: Anschließen des Gerätes an das Stromnetz

► **ACHTUNG**

Das Gerät darf nicht an eine Mehrfachsteckdose angeschlossen werden, da ansonsten nicht gewährleistet werden kann, dass das Gerät mit ausreichend Strom versorgt wird. Technische Fehler können die Folge sein.

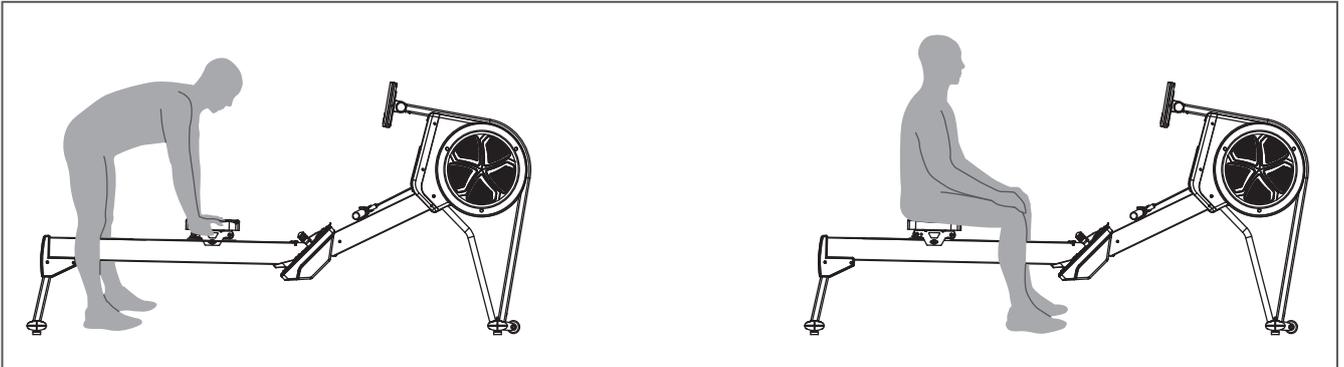
Stecken Sie den Netzstecker in eine Steckdose, die den Vorgaben in dem Kapitel zur elektrischen Sicherheit entsprechen.



## 2.4 Einstellungen / Einrichten des Rudergerätes

### Sicher aufsitzen

1. Stellen Sie sich mittig zur Aluminiumschiene und positionieren Sie den Sitz.
2. Stellen Sie die Sitzposition komfortabel ein und setzen Sie sich langsam.
3. Stellen Sie den Blickwinkel auf den Computer ein, indem Sie diesen hoch oder runter bewegen.



## Einstellung der Fersenstütze und der Schlaufen

Es gibt mehrere Einstellungen für die Fersenstütze. Bevor Sie mit dem Training beginnen, stellen Sie die Fersenstütze korrekt ein.

1. Ziehen Sie Lasche so weit nach oben, dass Ihre Ferse gestützt ist und die Fußschlaufe über der breitesten Stelle Ihres Fußes liegt.



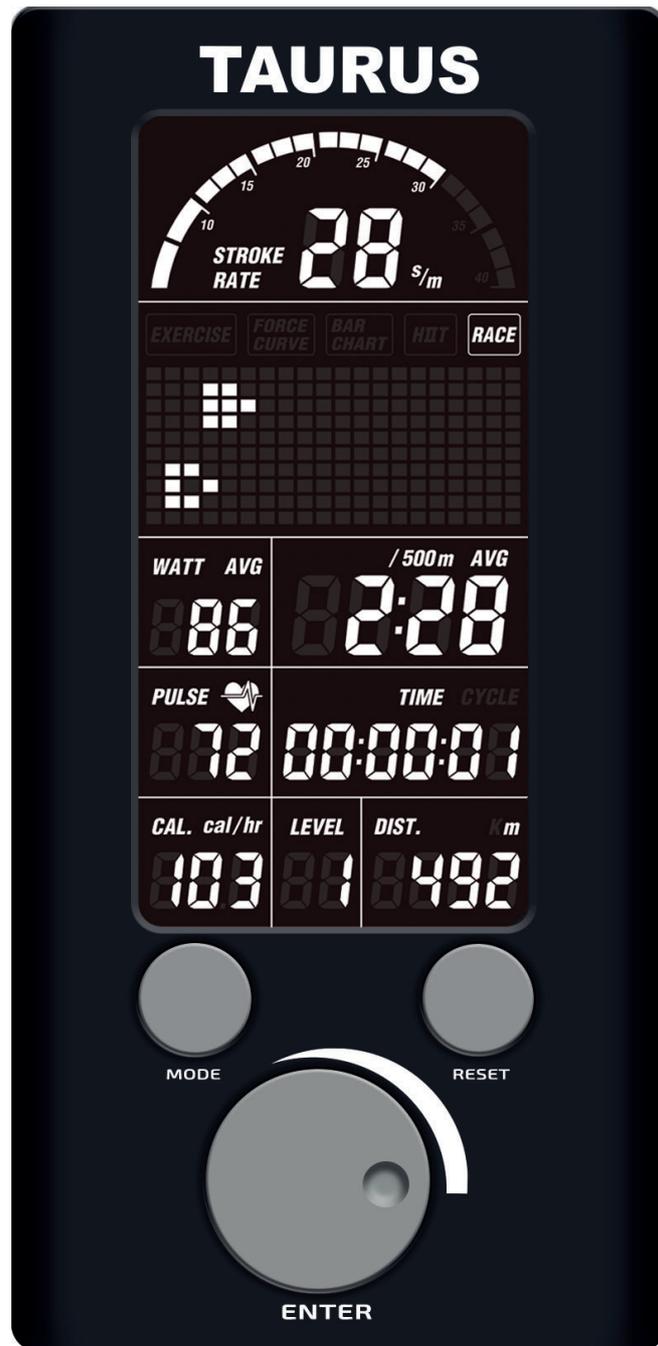
2. Ziehen Sie die Fußschlaufe fest.
3. Lösen Sie die Fußschlaufe, indem Sie die kleine Schnalle nach außen drücken.



#### ① HINWEIS

Machen Sie sich vor Trainingsbeginn mit allen Funktionen und Einstellmöglichkeiten des Gerätes vertraut. Lassen Sie sich die ordnungsgemäße Verwendung dieses Produktes von einem Fachmann erläutern.

### 3.1 Konsolenanzeige



<b>Stroke Rate</b>	Zeigt beim HIIT-Programm die ideale Schlagfrequenz für das High Intensity Intervall Training an. Bei allen anderen Programmen wird hier die nur die Schlagfrequenz angezeigt.
<b>Exercise (2. großes Fenster)</b>	Verschiedene grafische Darstellungen des Trainings, z.B. Kraftkurve oder Balkendiagramm – durch Drücken der Taste Mode können Sie zwischen den Ansichten wechseln.  Dient außerdem zur Auswahl des Trainingsprogramms (P1–P9) mit Hilfe des Drehrads.
<b>Time/500m (Ø)</b>	Zeigt an, welche Zeit Sie aktuell für 500 m benötigen würden. Je geringer der Wert ist, desto höher ist Ihre Trainingsleistung.
<b>WATT (Ø)</b>	Zeigt die geschätzte Leistung Ihres Ruderschlags in Watt an.
<b>PULSE</b>	Zeigt bei Verwendung eines kompatiblen Brustgurts die aktuelle Herzfrequenz an.
<b>TIME</b>	Zeigt die bisherige Trainingsdauer in Minuten : Sekunden an.
<b>CALORIES (kcal/h)</b>	Zeigt den geschätzten Verbrauch an Kilokalorien pro Stunde an.
<b>LEVEL</b>	Zeigt die momentan eingestellte Widerstandstufe (1–16) an.
<b>DISTANCE (Meter oder Meilen)</b>	Zeigt die im Training zurückgelegte Strecke an.

### 3.2 Tastenfunktionen

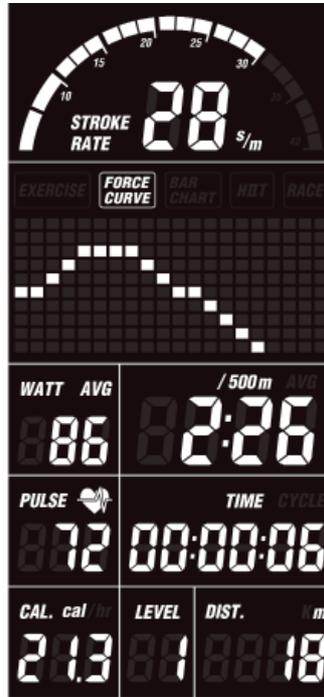
<b>Drehrad Enter</b>	Durch das Drehen des Rädchens können Sie durch die verschiedenen Optionen navigieren oder während des Trainings die Intensität erhöhen bzw. verringern. Mit einem Druck auf das Drehrad bestätigen Sie eine Auswahl.
<b>Mode</b>	Durch das Drücken der Taste wechseln Sie während des Trainings durch die verschiedenen Anzeige-Optionen, bei der Datenanzeige z.B. zwischen aktuellen und durchschnittlichen Werten, im Exercise-Feld z.B. Training --> Kraftkurve --> Balkendiagramm etc.
<b>Resettaste</b>	Drücken Sie Reset, um zur vorherigen Option oder Anzeige zu gelangen. Halten Sie die Taste 3 Sekunden, wird das Training gestoppt und Sie gelangen wieder ins Startmenü zurück.

## 3.3 Bedienung

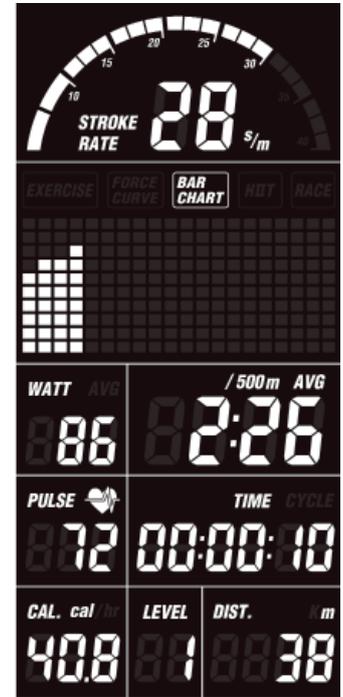
### Display Anzeigen



Training



Kraftkurve

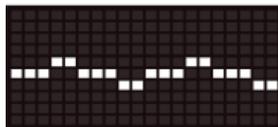


Balkendiagramm

Das Trainingsdisplay zeigt Ihnen eine von vier Einschätzungen Ihres Ruderzugs:



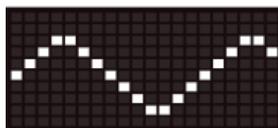
Kein Ruderschlag



Langsame Schlagfrequenz



Moderate Schlagfrequenz



Hohe Schlagfrequenz

## 3.4 Programme

### 3.4.1 Quick Start

Wenn Sie aus dem Startmenü heraus zu rudern beginnen, startet automatisch das Quick Start Programm. Sie können den Grundwiderstand während des Trainings jederzeit mit dem Drehrad ändern. Durch Drücken der Taste Mode können Sie die Anzeigeoptionen verändern. Drücken Sie RESET, um jederzeit zur Programmauswahl zurückzukehren.

### 3.4.2 P1 - Manueller Modus (Manual Mode)

Wenn Sie P1 mit dem Drehrad auswählen und durch Drücken bestätigen gelangen Sie ins manuelle Programm. Stellen Sie vor dem Trainingsbeginn die Widerstandsstufe ein und bestätigen Sie mit ENTER. Beginnen Sie zu rudern, um das Programm zu starten. Halten Sie RESET 3 Sekunden lang gedrückt, um das Training zu beenden und zur Programmauswahl zurückzukehren.

### 3.4.3 P2 - Zeitvorgabe (Goal Time)

Wählen Sie P2 mit ENTER. Stellen Sie die Zeit und die Widerstandsstufe ein und bestätigen Sie mit ENTER. Beginnen Sie zu rudern, um das Programm zu starten. Halten Sie RESET 3 Sekunden lang gedrückt, um das Training zu beenden und zur Programmauswahl zurückzukehren.

### 3.4.4 P3 - Kalorienvorgabe (Goal Calorie)

Wählen Sie P3 mit ENTER. Stellen Sie das Kalorienziel und die Widerstandsstufe ein und bestätigen Sie mit ENTER. Beginnen Sie zu rudern, um das Programm zu starten. Halten Sie RESET 3 Sekunden lang gedrückt, um das Training zu beenden und zur Programmauswahl zurückzukehren.

### 3.4.5 P4 - Distanzvorgabe (Goal Distance)

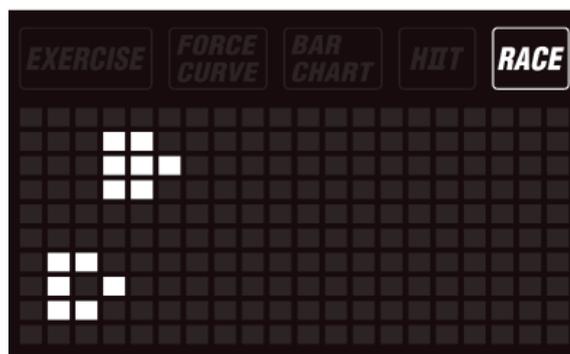
Wählen Sie P4 mit ENTER. Stellen Sie die Zieldistanz und die Widerstandsstufe ein und bestätigen Sie mit ENTER. Beginnen Sie zu rudern, um das Programm zu starten. Halten Sie RESET 3 Sekunden lang gedrückt, um das Training zu beenden und zur Programmauswahl zurückzukehren.

### 3.4.6 P5 - Rennen (Race)

Wählen Sie P5 mit ENTER. Stellen Sie die Strecke und die Widerstandsstufe ein und bestätigen Sie mit ENTER. Beginnen Sie zu rudern, um das Programm zu starten. Halten Sie RESET 3 Sekunden lang gedrückt, um das Training zu beenden und zur Programmauswahl zurückzukehren.

Computerboot

Ihr Boot



### 3.4.7 P6 - P9 - High intensity Interval Training (HIIT)

Das HIIT-Programm teilt sich in vier Phasen auf:

Warm-Up: Wärmen Sie Ihren Körper auf und stellen Sie Ihre gewünschte Widerstandsstufe ein.

HIIT-Phase: In dieser Phase ist eine möglichst hohe Intensität/Schlagzahl von Ihnen gefordert. Achten Sie darauf, nicht über Ihr Fitnesslevel hinaus zu gehen.

Ruhephase: Ruhige Schlagfrequenz, um wieder durchzuatmen und sich auf die nächste Tempophase vorzubereiten.

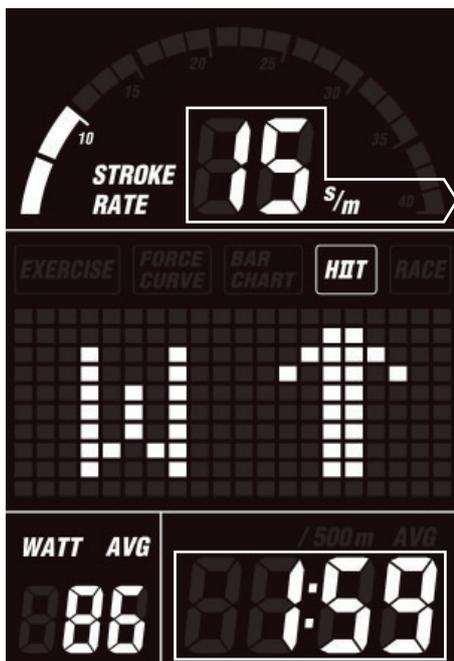
Cool-Down Phase: Das Programm wird beendet und ermöglicht Ihnen die Erholung vom Training.

**P6 (HIIT)** P6 ist ein 20-minütiges Programm für Anfänger.

**P7 (HIIT)** P7 ist ein 20-minütiges Standardprogramm für Fortgeschrittene.

**P8 (HIIT)** P8 ist ein 30-minütiges Standardprogramm.

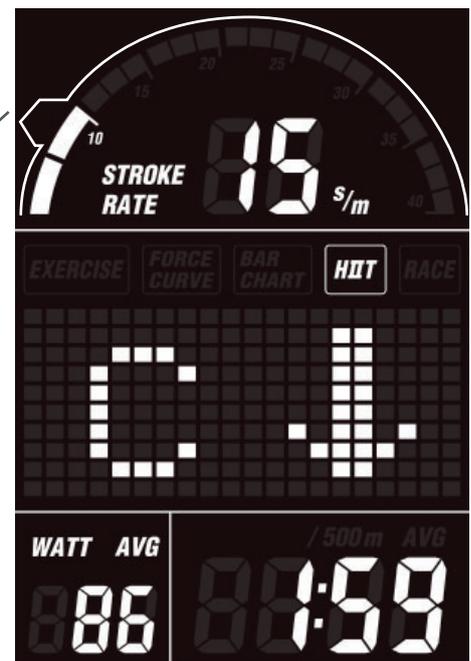
**P9 (HIIT)** P9 ist ein 30-minütiges Programm mit hohen Schlagfrequenzen während der Tempophase für Fortgeschrittene.



Warm-Up Phase

Minimale  
Zielschlagfrequenz

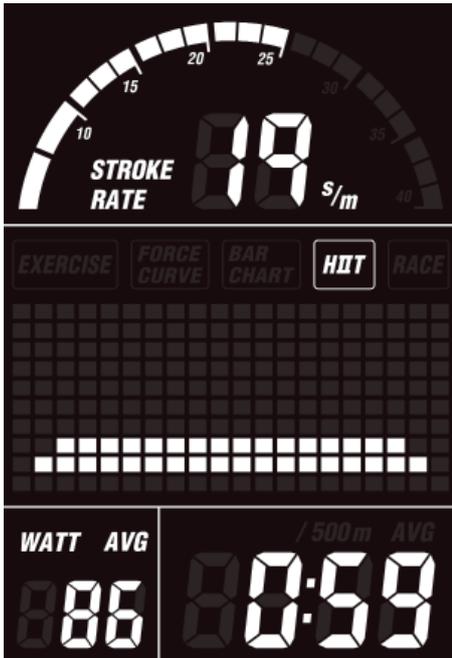
Momentane Leistung



Cool-Down Phase

Zeit: Countdown

Während eines 1-minütigen Countdowns rudern Sie so schnell Sie können im HIIT Programm, so dass Sie die Pyramidenspitze erreichen.



Minimale Zielschlagfrequenz

Momentane Leistung

Fehler: Nicht im Zielbereich

Zeit: Countdown

Während der 2-minütigen Erholungsphase verringern Sie die Schlagfrequenz, um durchzuatmen und sich auf die nächste Tempoeinheit vorzubereiten.

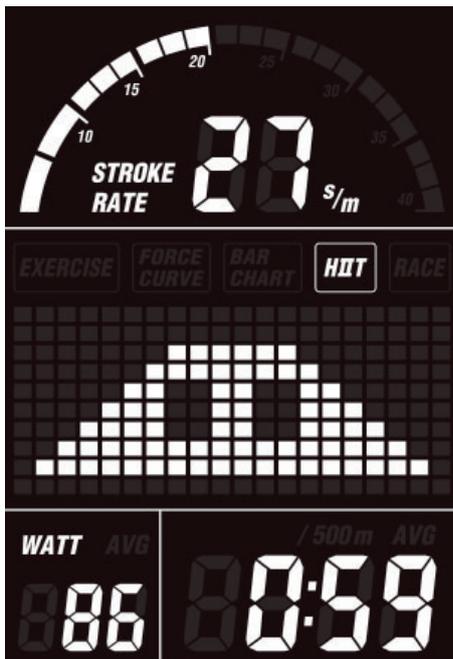
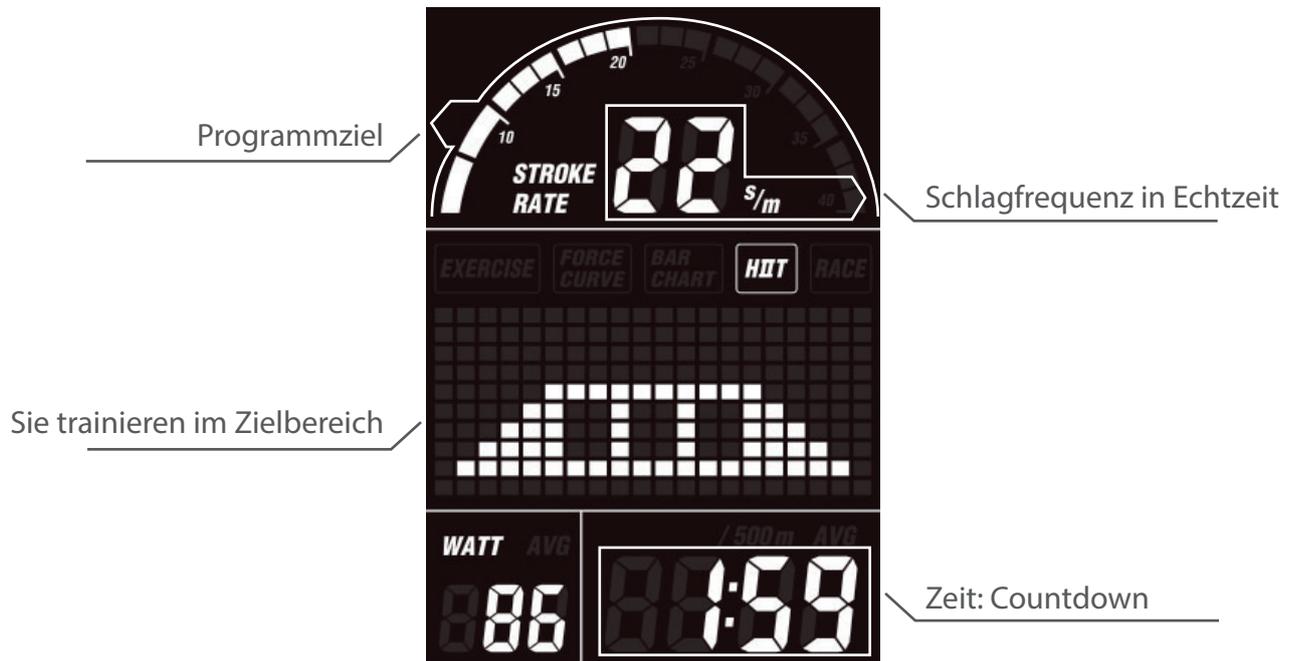


Minimales Ziel: verringert während der Ruhephase

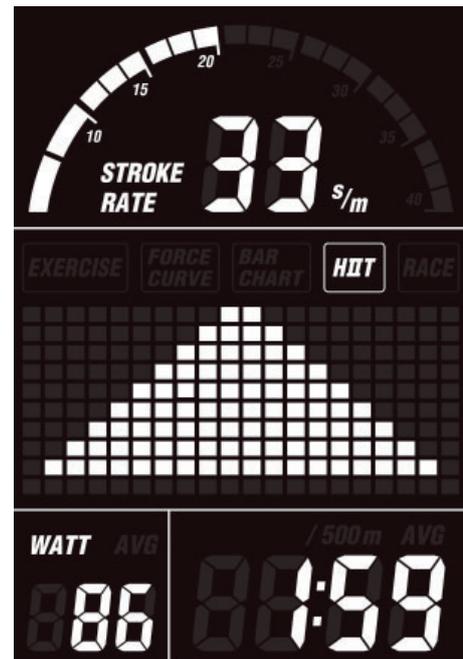
Während der Ruhephase: Countdown von 2 Minuten

Zeit: Countdown

## Pyramide aufbauen



Hervorragend, Sie trainieren mit einer überdurchschnittlichen Leistung.



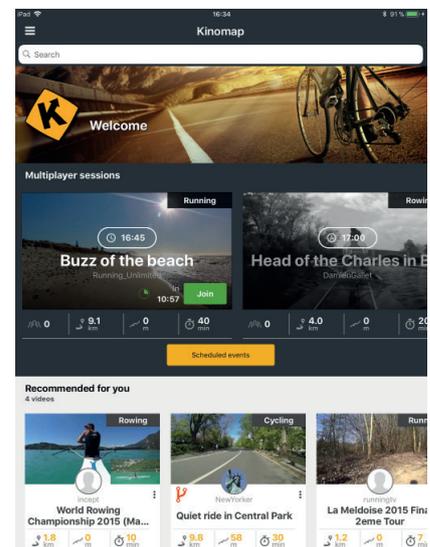
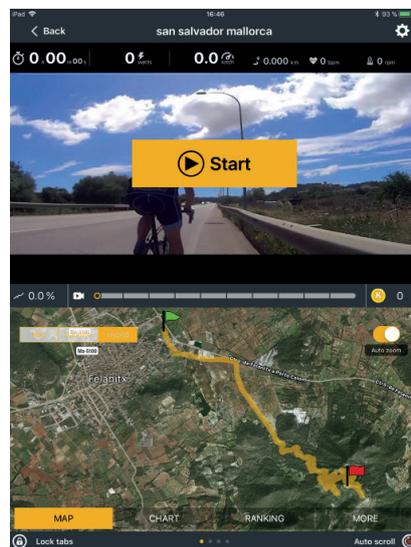
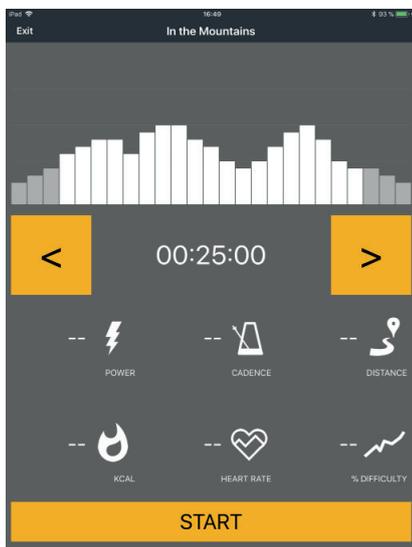
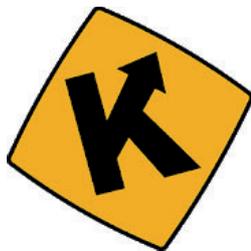
Sie haben die Pyramide geschafft und trainieren auf professionellem Niveau.

### 3.5 Bluetooth und Fitness-Apps

Die Konsole dieses Fitnessgeräts ist mit einer Bluetooth-Schnittstelle ausgestattet. Bitte beachten Sie, dass Ihr Mobilgerät mit der Bluetooth-Schnittstelle des Fitnessgeräts kompatibel sein muss (Bluetooth 4.0).

Um Trainingsapps zu nutzen, schalten Sie Bluetooth an Ihrem Mobilgerät (Tablet oder Smartphone) ein und öffnen Sie die Fitness-App. Wählen Sie Ihr Fitnessgerät. Folgen Sie hierzu den Anweisungen in der App. Den Namen Ihres Gerätes finden Sie auf einem kleinen Aufkleber auf der Rückseite der Konsole.

Trainingsapps finden Sie in den App Stores von google oder Apple. Bitte beachten Sie hierbei, dass es sich um Apps externer Hersteller handelt. Sport-Tiedje übernimmt keine Verantwortung für die Verfügbarkeit, Funktionalität oder die Inhalte dieser Programme.



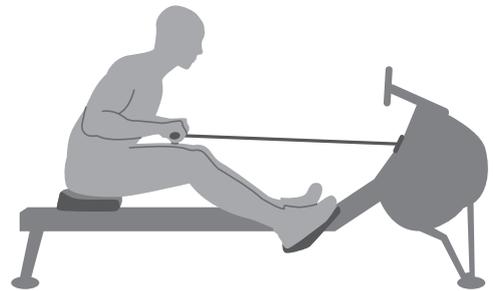
Beispiel: Kinomap

## 3.6 Hinweise für korrektes Rudern

### Körper bewegt sich Richtung Handgriff

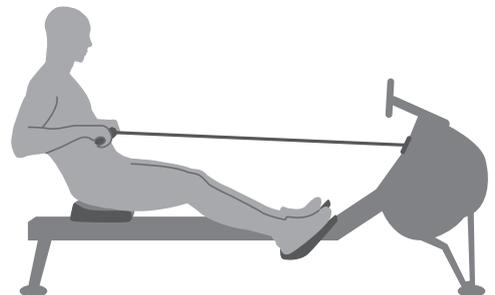
#### Falsch

Am Ende der Bewegung wird der Körper nach vorne Richtung Handgriff gezogen anstatt den Handgriff an den Körper heran zu ziehen.



#### Richtig

Am Ende der Bewegung lehnt der Benutzer sich leicht zurück, hält die Beine unten, den Oberkörper gerade und zieht den Handgriff zum Körper.



### Gespreizte Ellbogen

#### Falsch

Die Ellbogen des Benutzers sind am Ende der Bewegung vom Körper abgespreizt und der Handgriff befindet sich auf Brusthöhe.



#### Richtig

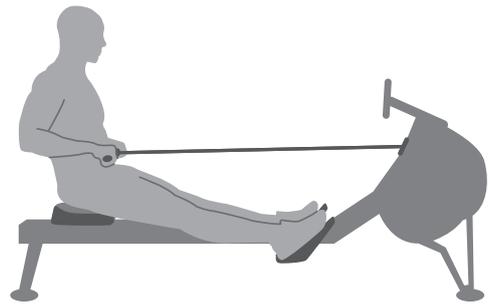
Ziehen Sie den Handgriff zum Körper mit geraden Handgelenken und den Ellbogen dicht am Körper. Die Ellbogen werden hinter den Körper geführt während der Griff zur Taille gezogen wird.



## Knie durchstrecken

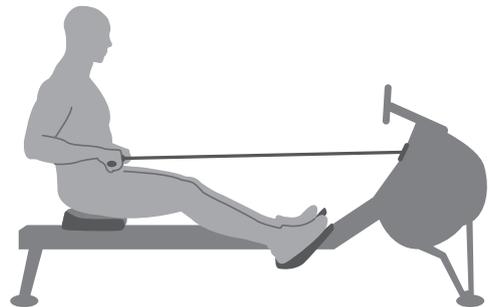
### Falsch

Am Ende der Bewegung streckt der Benutzer das Bein und die Knie vollständig durch.



### Richtig

Halten Sie auch am Ende der Bewegung die Knie immer leicht gebeugt anstatt sie vollständig durchzustrecken.



## Zu weit nach vorne lehnen

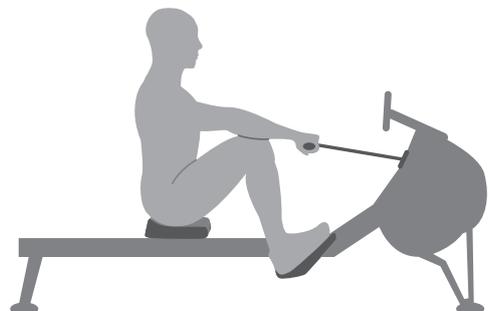
### Falsch

Der Körper wird zu weit nach vorne gebeugt. Die Schienbeine sind eventuell nicht mehr vertikal. Der Kopf und die Schultern richten sich in Richtung Füße. Der Körper ist somit in einer schwachen Position um die Bewegung durchzuführen.



### Richtig

Die Schienbeine sind vertikal. Der Körper ist an die Beine gedrückt, die Arme vollständig nach vorne ausgestreckt und der Körper leicht nach vorne gebeugt. Diese Position sollte angenehm sein



## Rudern mit gebeugten Armen

### Falsch

Der Benutzer beginnt die Bewegung mit den Armen anstatt zuerst mit den Beinen zu drücken.



### Richtig

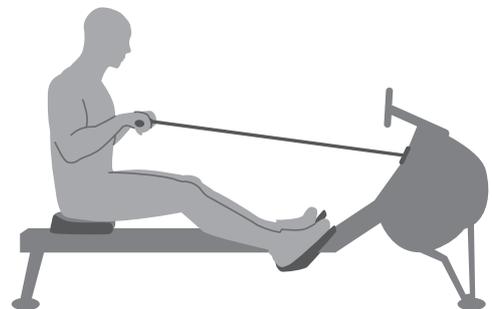
Der Benutzer beginnt, indem er die Beine durchdrückt, den Rücken anspannt und die Arme gestreckt lässt.



## Gebeugte Handgelenke

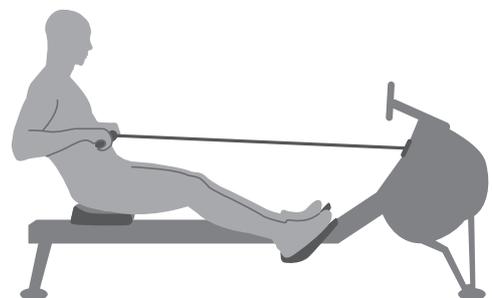
### Falsch

Der Benutzer beugt während der Bewegung die Handgelenke.



### Richtig

Führen Sie die Ruderbewegung stets mit geraden Handgelenken durch.



### 4.1 Allgemeine Hinweise

► **ACHTUNG**

- + Stellen Sie sicher, dass das Gerät im ausgewählten Lagerort vor Nässe, Staub und Schmutz geschützt ist. Der Lagerort sollte trocken und gut belüftet sein und eine konstante Umgebungstemperatur zwischen 5°C und 45°C aufweisen.

⚠ **WARNUNG**

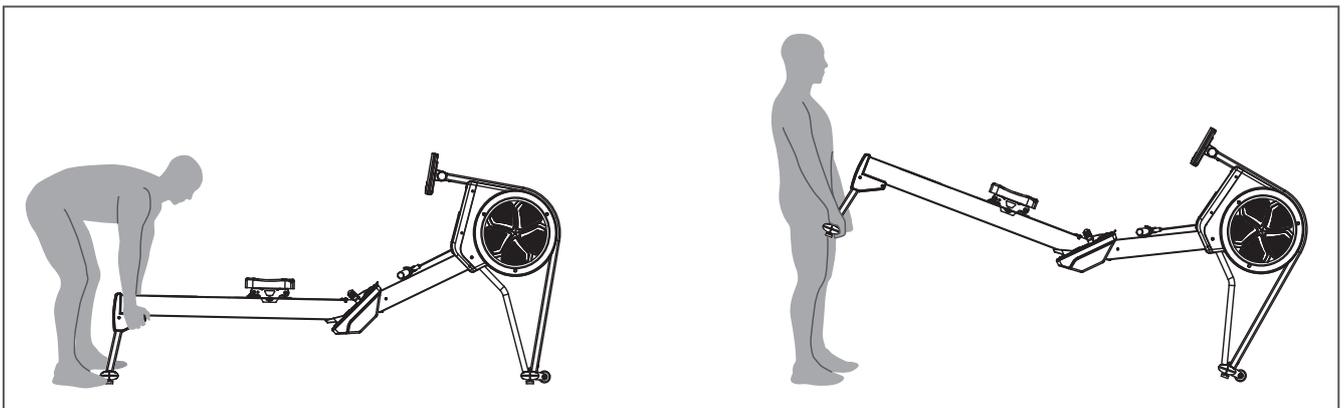
- + Der Lagerort sollte so gewählt werden, dass ein Missbrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.

### 4.2 Transportrollen

► **ACHTUNG**

Sollten Sie Ihr Gerät über besonders empfindlichen und weichen Bodenbelag, wie Parkett, Dielen oder Laminat transportieren wollen, legen Sie den Transportweg beispielsweise mit Karton oder Ähnlichem aus, um eventuelle Bodenschäden zu vermeiden.

1. Stellen Sie sich hinter das Gerät und heben Sie es am hinteren Standfuß an, bis das Gewicht auf die Transportrollen verlagert ist. Anschließend können Sie das Gerät leicht an eine neue Position schieben. Für weitere Transportstrecken sollte das Gerät abgebaut und sicher verpackt werden.
2. Wählen Sie den neuen Standort unter Beachtung der Anweisungen im Abschnitt 1.4 dieser Bedienungsanleitung.



## 4.2.1 Zusammenklappen des Rudergeräts

### ⚠️ **WARNUNG**

- + Schließen Sie das Gerät im geklappten Zustand nicht an den Strom an. Versuchen Sie nicht, das Gerät in Betrieb zu nehmen, wenn es geklappt ist.
- + Halten Sie Ihre Hände, Füße und andere Körperteile vom klappbaren Bereich fern.
- + Heben Sie keine schweren Gegenstände, wenn medizinische Probleme bestehen.

### ⚠️ **VORSICHT**

- + Lehnen Sie sich nicht an das Gerät im geklappten Zustand und legen Sie nichts darauf, wodurch das Gerät instabil wird und umfällt.

1. Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.
2. Heben Sie den Hauptrahmen an, indem Sie den Fußriemen festhalten, und verbinden Sie ihn langsam mit der Monoschiene.

### 📘 **HINWEIS**

Vergewissern Sie sich, dass die Hülsen (eingekreiste Bereiche in der Abbildung unten) eingerastet sind, bevor Sie den Kunststoffverschluss lösen.

3. Lösen Sie die Kunststoffverschluss.

## 4.2.2 Auseinanderklappen des Rudergeräts

1. Drücken Sie auf den Kunststoffverschluss, um die Schiene zu entriegeln und den Fußriemen festzuhalten.
2. Ziehen Sie die Monoschiene langsam hoch, um das Rudergerät abzunehmen.



## 4.3 Trennen und Verbinden der Monoschiene

### ⚠️ WARNUNG

Trennen oder verbinden Sie die Monoschiene mit mindestens zwei Personen. Versuchen Sie nicht den Hauptrahmen anzuheben, sollten Sie Einschränkungen im Bewegungsapparat haben. Um Verletzungen vorzubeugen, halten Sie Finger und Hände vom Klappmechanismus fern.

### 📘 HINWEIS

Das Rudergerät lässt sich zerlegen und somit platzsparend in der Lagerung. Dies erleichtert ebenso den Transport.

### 4.3.1 Trennen der Monoschiene vom Rudergerät

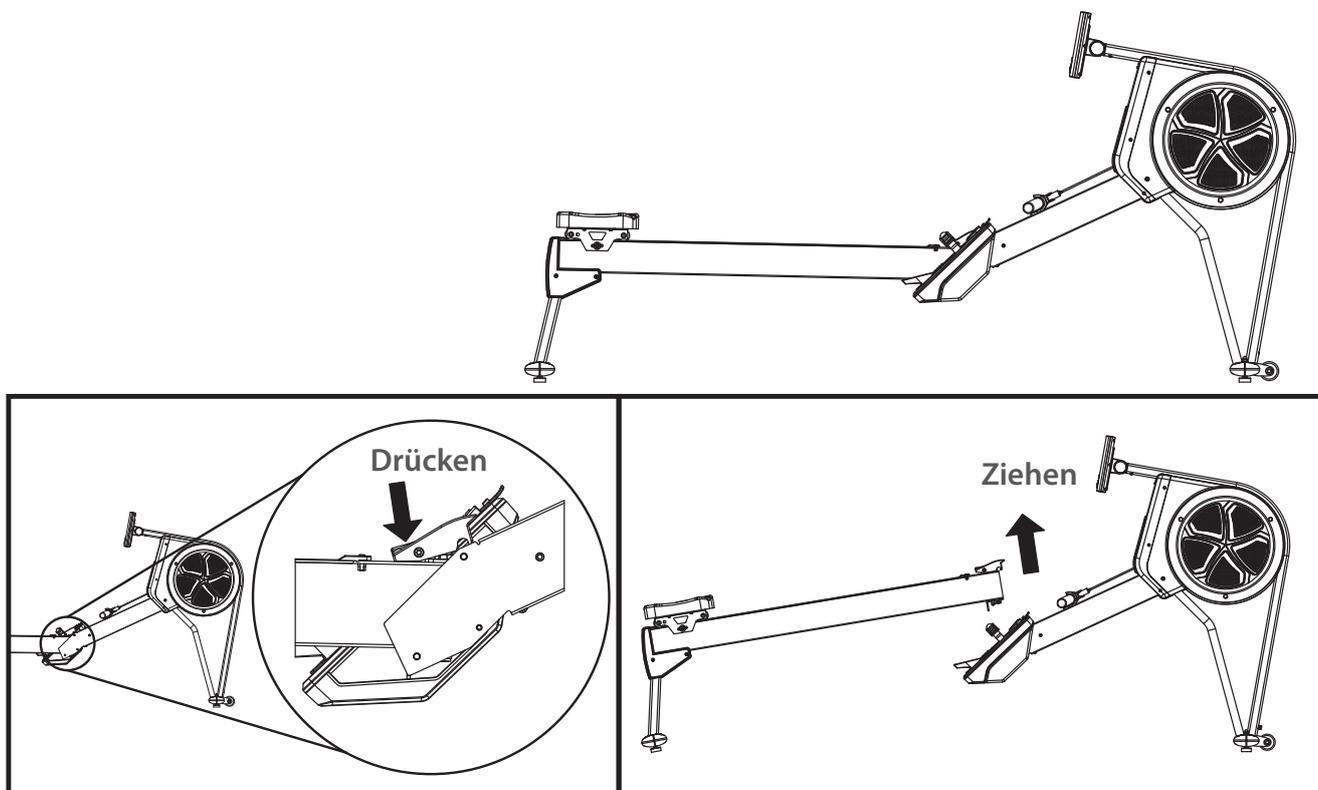
#### ⚠️ WARNUNG

+ Schließen Sie das Gerät im zerlegten Zustand nicht an den Strom an. Versuchen Sie nicht, das Gerät in Betrieb zu nehmen, wenn es zerlegt ist.

#### ⚠️ VORSICHT

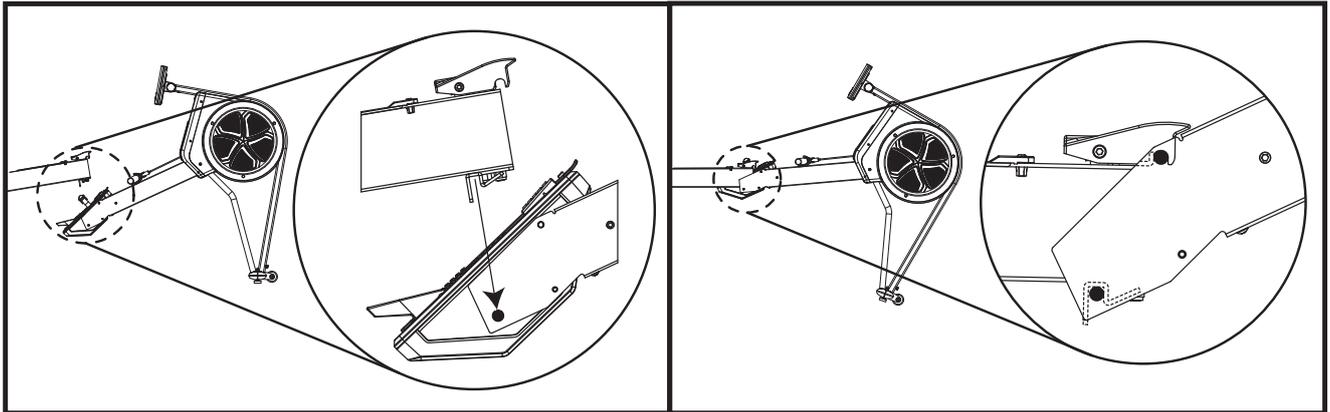
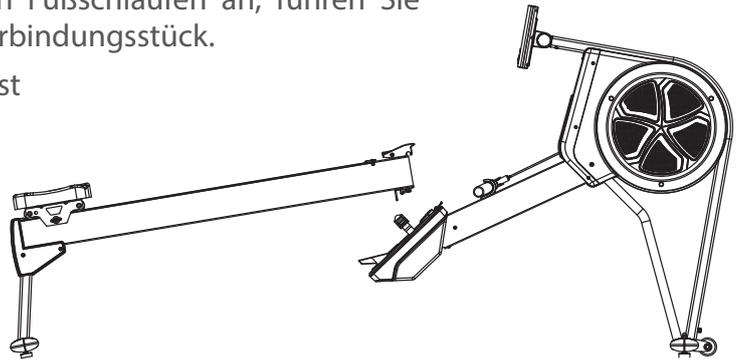
+ Lehnen Sie sich nicht an das Gerät und legen Sie nichts darauf, wodurch das Gerät instabil wird und umfällt.

1. Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.
2. Halten Sie den Hauptrahmen an einer Fußschlaufe fest, drücken Sie nun den großen Kippschalter nach unten, um den Verschluss zu lösen.
3. Heben Sie vorsichtig die Monoschiene an und lösen Sie sie vom Hauptrahmen. Führen Sie diese Aktion nicht alleine aus.



### 4.3.2 Verbinden der Monoschiene mit dem Rudergerät

1. Heben Sie den Hauptrahmen an den Fußschlaufen an, führen Sie vorsichtig die Monoschiene auf das Verbindungsstück.
2. Lassen Sie die Verbindungen fest einrasten.



## 5.1 Allgemeine Hinweise



### WARNUNG

- + Nehmen Sie keine unsachgemäßen Veränderungen am Gerät vor.



### VORSICHT

- + Beschädigte oder abgenutzte Bauteile können Ihre Sicherheit und die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen. Tauschen Sie deshalb beschädigte oder verschlissene Bauteile sofort aus. Wenden Sie sich in einem solchen Fall an den Vertragspartner. Bis zur Instandsetzung darf das Gerät nicht weiter benutzt werden. Verwenden Sie im Bedarfsfall nur originale Ersatzteile.

### ACHTUNG

- + Neben den hier aufgeführten Anweisungen und Empfehlungen zur Wartung und Pflege können zusätzliche Service- und/oder Reparaturleistungen nötig sein; diese sind nur von autorisierten Service-Technikern durchzuführen.

## 5.2 Störungen und Fehlerdiagnose

Das Gerät durchläuft in der Produktion regelmäßig Qualitätskontrollen. Dennoch können Störungen oder Fehlfunktionen am Gerät auftreten. Häufig sind Einzelteile für diese Störungen verantwortlich, ein Austausch ist meist ausreichend. Die häufigsten Fehler und deren Behebung entnehmen Sie bitte aus folgender Übersicht. Sollte das Gerät dennoch nicht ordnungsgemäß funktionieren, wenden Sie sich an Ihren Vertragspartner.

Fehler	Ursache	Behebung
Kein Empfang der Herzfrequenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Störquellen im Raum</li> <li>+ ungeeigneter Brustgurt</li> <li>+ Position des Brustgurtes falsch</li> <li>+ Batterien leer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Störquellen beseitigen (z.B. Handy, Lautsprecher, WLAN, Rasenmäher- und Staubsaugerroboter ...)</li> <li>+ Geeigneten Brustgurt verwenden (siehe empfohlenes Zubehör)</li> <li>+ Brustgurt neu positionieren und/oder Elektroden befeuchten</li> <li>+ Batterien wechseln</li> </ul>
Display zeigt nichts an	Konsole hat keine Stromverbindung	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Drücken und halten Sie die RESET Taste, um die Konsole neu zu starten.</li> <li>+ Starten Sie die Konsole neu, indem Sie das Netzkabel für ca. 15 Sekunden trennen.</li> <li>+ Trennen und verbinden Sie alle Kabelverbindungen neu, siehe Aufbauanleitung.</li> <li>+ Kontaktieren Sie einen Service-Techniker und lassen Sie ggf. die Konsole austauschen.</li> </ul>

## 5.3 Wartungs- und Inspektionskalender

Um Beschädigungen durch Körperschweiß zu vermeiden, muss das Gerät nach jeder Trainingseinheit mit einem feuchten Handtuch (keine Lösungsmittel!) gereinigt werden.

Folgende Routinearbeiten sind in den angegebenen Zeitabständen durchzuführen:

Teil	Wöchentlich	Monatlich	Vierteljährlich	Halbjährlich	Jährlich
Display Konsole	R	I			
Schmierung der beweglichen Teile				I	
Kunststoffabdeckungen	R	I			
Schrauben & Kabelverbindungen		I			
Legende: R = Reinigen; I = Inspizieren					

### Schmierung der Kette

Schmieren Sie die Kette mindestens alle sechs Monate, besser noch nach ca. 50 Betriebsstunden. Benutzen Sie dazu einen nicht fasernden Lappen sowie 20W Motoren- oder Mehrzweck-Öl. Tröpfeln Sie ca. einen Teelöffel des Öls auf den Lappen. Ziehen Sie dann die Kette am Griff vorsichtig bis zum Anschlag heraus. Wischen Sie mit dem Lappen mehrere Male die ganze Kette entlang. entfernen Sie danach mit einem trockenen Lappen überschüssiges Öl.

### Reinigung der Laufschiene

Wischen Sie vor jedem Training mit einem angefeuchteten Tuch einmal über die Laufschiene, um Staub zu entfernen.

## 6 ENTSORGUNG

Dieses Gerät darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsmüll entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Nähere Informationen erhalten Sie bei der zuständigen Entsorgungsstelle Ihrer Gemeindeverwaltung.



Die Werkstoffe sind gemäß ihrer Kennzeichnung wiederverwertbar. Mit der Wiederverwendung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutze der Umwelt.

## 7 ZUBEHÖR-EMPFEHLUNG

Um Ihr Trainingserlebnis noch angenehmer, effektiver und schöner zu gestalten, empfehlen wir Ihnen, Ihr Fitnessgerät um passendes Zubehör zu ergänzen. Das kann zum Beispiel eine **Bodenmatte** sein, die Ihr Fitnessgerät sicherer stehen lässt und auch den Boden vor herabfallendem Schweiß schützt, das können aber auch zusätzliche Handläufe bei einigen Laufbändern sein oder **Silikonspray**, um bewegliche Teile gut in Schuss zu halten.

Wenn Sie ein Fitnessgerät mit Pulstraining erworben haben und Sie herzfrequenzorientiert trainieren wollen, empfehlen wir Ihnen unbedingt die Nutzung eines kompatiblen Brustgurtes, da so eine optimale Übertragung der Herzfrequenz gegeben ist. Bei Kraftstationen wollen Sie eventuell zusätzliche **Zug-Griffe** oder **Gewichte** kaufen.

Unser Sortiment an Zubehör bietet höchste Qualität und macht das Training noch besser. Wenn Sie sich über kompatibles Zubehör informieren möchten, gehen Sie am besten in unserem Webshop auf die Detailseite des Produktes (am einfachsten geben Sie dafür die Artikelnummer im Suchfeld oben ein) und fahren auf dieser Seite dann zum empfohlenen Zubehör. Alternativ können Sie den zur Verfügung gestellten QR-Code nutzen. Sie können sich natürlich auch an unseren Kundenservice wenden: telefonisch, per E-Mail, in einer unserer Filialen oder über unsere Social-Media-Kanäle. Wir beraten Sie gerne!



Bodenmatte



Brustgurt



Kontaktgel



Silikonspray



Handtücher

## 8.1 Seriennummer und Modellbezeichnung

Um Ihnen den bestmöglichen Service bieten zu können, halten Sie bitte **Modellbezeichnung**, **Artikel-Nummer**, **Seriennummer**, **Explosionszeichnung** und **Teileliste** bereit. Die entsprechenden Kontaktmöglichkeiten finden Sie in Kapitel 10 dieser Bedienungsanleitung.

### **HINWEIS**

Die Seriennummer Ihres Geräts ist einmalig. Sie befindet sich auf einem weißen Aufkleber. Die genaue Position dieses Aufklebers entnehmen Sie bitte der folgenden Abbildung.



Tragen Sie die Seriennummer in das entsprechende Feld ein.

**Seriennummer:**

**Marke / Kategorie:**

**Modellbezeichnung:**

**Artikelnummer:**

## 8.2 Teileliste

Nr.	Bezeichnung (ENG)	Anz.
1	REAR STABILIZER	1
2	MONORAIL	1
3	MAIN FRAME	1
4	FRONT FRAME	1
5	FRONT STABILIZER	1
6L	LEFT BELLY FOOT STRETCHER	1
6R	RIGHT BELLY FOOT STRETCHER	1
7	MONORAIL COVER	1
8	HANDLE	1
9	HANDLE HOOK	1
10	TRAVELING PULLEY BRACKET	1
11	CABLE RETAINER PLATE	2
12	BELT SHAFT	1
13	AXLE	1
14	L PLATE	1
15	LOWER HANGER PLATE	1
16	UPPER HANGER PLATE	1
17	MONORAIL BOLT SUPPORT	1
18L	LEFT SEAT CARRIAGE	1
18R	RIGHT SEAT CARRIAGE	1
19	FLYWHEEL FAN	1
20	FLYWHEEL	1
21	DAMPER	1
22	PEDAL	2
23	HEEL REST	2
24	FOOT STRAP WITH BUCKLE	2
25L	LEFT FOOT STRETCHER COVER	1
25R	RIGHT FOOT STRETCHER COVER	1
26	PLASTIC COVER	1
27L	LEFT PLASTIC COVER	1

27R	RIGHT PLASTIC COVER	1
28	BINDING OF PLASTIC COVER	2
29	SEAT PAD	1
30L	REAR LEFT COVER	1
30R	REAR RIGHT COVER	1
31	MOTOR	1
32	COMPUTER (MONITOR)	1
33	COMPUTER BRACKET	1
34	SENSOR BRACKET	1
35	COMPUTER HINGE	2
36	COMPUTER HINGE CAP	2
37	ROBBER ROPE COVER	1
38	CHAIN	1
39	ROBBER ROPE	1
40	8 PINS UPPER CONNECTOR CABLE	1
41	POWER CORD CONNECTOR	1
42	CONNECTING CABLE	1
43	SENSOR CABLE	1
44	8 PINS UPPER CABLE	1
45	POWER ADAPTER	1
46	UPPER PLASTIC HANGER	1
47	BUMPER	2
48L	LEFT FOOT END CAP	2
48R	RIGHT FOOT END CAP	2
49	HEIGHT ADJUSTER	4
50	PULLEY	4
51	IDLER PULLEY	2
52	FRONT STABILIZER WHEEL	2
53	SEAT ROLLER	2
54	HOUSING	2
55	φ8mm SPACER	2
56	φ10mm X 8.5L SPACER	4
57	φ10mm X 10L SPACER	4

58	TUBE FOR IDLER PULLEY	1
59	AXLE FOR HANDLE	1
60	AXLE FOR PLASTIC HANGER	1
61	AXLE FOR PULLEY	4
62	AXLE FOR SEAT PAD	2
63	TUBE FOR FOOT STRETCHER COVER	2
64	SPRING	1
65	OB6203LB BEARING	1
66	OB6000Z BEARING	1
67	OB6900 BEARING	4
68	OB608 BEARING	2
69	CHAIN CONNECTOR	2
70	BALANCE CLIP	2
71	MAGNET BLANCER	1
72	MAGNET	1
73	3/8" X 5" HEX BOLT	2
74	M10 X 110 HEX BOLT	2
75	M8 X 100L BOLT	2
76	M8 X 50L BOLT	2
77	M8 X 30L ROUND INNER ALLEN BOLT	2
78	M8 X 70L HEX SOCKEN DOME BOLT	1
79	M6 X 25L HEX SOCKEN DOME BOLT	2
80	M6 X 16L HEX SOCKEN DOME BOLT	26
81	M6 X 15L SCREW	2
82	M6 X 10L SCREW	2
83	M5 X 10L SCREW	9
84	M5 X 8L SCREW	4
85	M4 X 12L SCREW	6
86	3/16 X 19L SCREW	1
87	3/16" X 16L SCREW	27
88	3/16" X 12L SCREW	5
89	M4 X 8L SCREW	6
90	M4 X 12L SCREW	10

91	M6 X 10L SET SCREW	1
92	RING	2
93	M8 LARGER WASHER	8
94	M8 SMALLER WASHER	4
95	3/8" SPRING WASHER	2
96	M6 SPRING WASHER	4
97	C-RING	1
98	3/8" NYLON NUT	2
99	M10 NYLON NUT	2
100	M8 NYLON NUT	5
101	M6 NYLON NUT (6m/m H)	4
102	3/8" NUT	2
103	3/8" CAP FOR NUT	2
104	M8 CAP FOR NUT	2
105	M6 NYLON NUT (8m/m H)	2
106	22mm OD. BUMPER	2
107	NON-SLIP COVER FOR CHAIN	1
109	TABLET STAND	1
110	STEEL SUPPORT	2
111	M6 X 40L SCREW	1
112	PLASTIC TUBE	1
113	PLASTIC BRACKET	1



Trainingsgeräte von Taurus® unterliegen einer strengen Qualitätskontrolle. Sollte ein bei uns gekauftes Fitnessgerät dennoch nicht einwandfrei funktionieren, bedauern wir dies sehr und bitten Sie, sich an unseren aufgeführten Kundendienst zu wenden. Gerne stehen wir Ihnen telefonisch über die Technik-Hotline zur Verfügung.

### **Fehlerbeschreibungen**

Ihr Trainingsgerät wurde so entwickelt, dass es dauerhaft ein hochwertiges Training ermöglicht. Sollte dennoch ein Problem auftreten, lesen Sie bitte zuerst die Bedienungsanleitung.

Zur weiteren Problemlösung, wenden Sie sich bitte an Ihren Vertragspartner oder rufen Sie unsere kostenlose Service-Hotline an. Zur schnellstmöglichen Problemlösung beschreiben Sie den Fehler bitte so genau wie möglich.

Zusätzlich zur gesetzlichen Gewährleistung gewähren wir Ihnen eine Garantie auf alle bei uns gekauften Fitnessgeräte nach Maßgabe der nachfolgenden Bestimmungen.

**Ihre gesetzlichen Rechte werden hierdurch nicht eingeschränkt.**

### **Garantieinhaber**

Garantieinhaber ist der Erstkäufer bzw. jede Person, die ein neu gekauftes Produkt von einem Erstkäufer als Geschenk erhalten hat.

### **Garantiezeiten**

Ab Übergabe des Trainingsgerätes übernehmen wir die in unserem Webshop hinterlegten Garantiezeiten. Die für Ihr Trainingsgerät entsprechenden Garantiezeiten finden Sie auf jeweiligen Produktseite.

### **Instandsetzungskosten**

Nach unserer Wahl erfolgt entweder eine Reparatur, ein Austausch von beschädigten Einzelteilen oder ein Komplett-Austausch. Ersatzteile, welche beim Geräteaufbau selbst anzubringen sind, sind vom Garantiennehmer selbst zu tauschen und sind nicht Bestandteil der Instandsetzung. Nach Ablauf der Garantiezeit liegt die Verantwortung für Teile-, Instandsetzungs-, Reparatur-, Einbau- und Versandkosten beim Garantiennehmer.

### **Die Benutzungszeiten werden wie folgt deklariert:**

- + Heimgebrauch: ausschließlich private Nutzung nur im Privathaushalt bis zu 3 Std. täglich
- + Semiprofessionelle Nutzung: bis zu 6 Std. täglich (z.B. Reha, Hotels, Vereine, Firmenfitness)
- + Professionelle Nutzung: mehr als 6 Std. täglich (z.B. Fitness-Studio)

### **Garantie-Service**

Während der Garantiezeit werden Geräte, die aufgrund von Material- oder Fabrikationsfehlern Defekte aufweisen, nach unserer Wahl repariert oder ersetzt. Ausgetauschte Geräte oder Teile von Geräten gehen in unser Eigentum über. Die Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiezeit, noch setzen sie eine neue Garantie in Gang.

## **Garantiebedingungen**

Zur Geltendmachung der Garantie sind folgende Schritte erforderlich:

Setzen Sie sich bitte per E-Mail oder Telefon mit dem Kundendienst in Verbindung. Falls das Produkt in der Garantie zwecks Reparatur eingeschickt werden muß, übernimmt der Verkäufer die Kosten. Nach Ablauf der Garantie trägt der Käufer die Transport- und Versicherungskosten. Wenn der Defekt im Rahmen unserer Garantieleistung liegt, erhalten Sie ein repariertes oder neues Gerät zurück.

### **Garantieansprüche sind ausgeschlossen bei Schäden durch:**

- + missbräuchliche oder unsachgemäße Behandlung
- + Umwelteinflüsse (Feuchtigkeit, Hitze, Überspannung, Staub etc.)
- + Nichtbeachtung der für das Gerät geltenden Sicherheitsvorkehrungen
- + Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung
- + Gewaltanwendung (z. B. Schlag, Stoß, Fall)
- + Eingriffe, die nicht von der von uns autorisierten Serviceadresse vorgenommen wurden
- + eigenmächtige Reparaturversuche

### **Kaufbeleg und Seriennummer**

Bitte achten Sie darauf, die entsprechende Rechnung im Garantiefall vorlegen zu können. Damit wir Ihre Modellversion eindeutig identifizieren können sowie für unsere Qualitätskontrolle benötigen wir in jedem Service-Fall die Angabe der Geräte-Seriennummer. Bitte halten Sie die Seriennummer sowie Kundennummer möglichst schon bei Anruf unserer Service-Hotline bereit. Dies erleichtert eine zügige Bearbeitung.

Falls Sie Probleme haben, die Seriennummer an Ihrem Trainingsgerät zu finden, stehen Ihnen unsere Service-Mitarbeiter mit weiteren Auskünften bereit.

### **Service außerhalb der Garantie**

Auch in Fällen eines Mangels an Ihrem Trainingsgerät nach Ablauf der Garantie oder in Fällen, welche nicht in der Gewährleistung eingeschlossen sind, wie z.B. normale Abnutzung stehen wir Ihnen gerne für ein individuelles Angebot zur Verfügung. Wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst, um eine schnelle und kostengünstige Problemlösung zu finden. In diesem Fall gehen die Versandkosten zu Ihren Lasten.

### **Kommunikation**

Viele Probleme können bereits durch ein Gespräch mit uns als Ihrem Fachhändler gelöst werden. Wir wissen, wie wichtig Ihnen als Nutzer des Trainingsgerätes die schnelle und unkomplizierte Problembehebung ist, damit Sie ohne große Unterbrechungen mit Freude trainieren können. Darum sind auch wir an einer schnellen und unbürokratischen Lösung Ihrer Anfrage interessiert. Halten Sie daher bitte Ihre Kundennummer sowie die Seriennummer des defekten Gerätes bereit.

DE		DK	FR
<p><b>TECHNIK</b></p> <p> +49 4621 4210-900</p> <p> +49 4621 4210-698</p> <p> technik@sport-tiedje.de</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>		<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 80 90 16 50</p> <p>+49 4621 4210-945</p> <p> info@fitshop.dk</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> +33 (0) 172 770033</p> <p>+49 4621 4210-933</p> <p> service-france@fitshop.fr</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>
<p><b>SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20 277 (kostenlos)</p> <p> info@sport-tiedje.de</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 21:00</p> <p>Sa 09:00 - 21:00</p> <p>So 10:00 - 18:00</p>		<p><b>PL</b></p> <p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 22 307 43 21</p> <p>+49 4621 42 10-948</p> <p> info@fitshop.pl</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>	<p><b>BE</b></p> <p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 02 732 46 77</p> <p>+49 4621 42 10-932</p> <p> info@fitshop.be</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>

UK	NL	INT
<p><b>TECHNIK</b></p> <p> +44 141 876 3986</p> <p> support@powerhousefitness.co.uk</p>	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> +31 172 619961</p> <p> info@fitshop.nl</p> <p> Ma - Do 09:00 - 17:00</p> <p>Vr 09:00 - 21:00</p> <p>Za 10:00 - 17:00</p>	<p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> +49 4621 4210-944</p> <p> service-int@sport-tiedje.de</p> <p> Mo - Fr 8am - 6pm</p> <p>Sat 9am - 6pm</p>
<p><b>SERVICE</b></p> <p> +44 141 876 3972</p> <p> Mo - Fr 9am - 5pm</p>	<p><b>AT</b></p> <p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 20 20 277 (kostenlos)</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> info@sport-tiedje.at</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>	<p><b>CH</b></p> <p><b>TECHNIK &amp; SERVICE</b></p> <p> 0800 202 027</p> <p>+49 4621 42 10-0</p> <p> info@sport-tiedje.ch</p> <p> Mo - Fr 08:00 - 18:00</p> <p>Sa 09:00 - 18:00</p>

Auf dieser Webseite finden Sie eine detaillierte Übersicht inkl. Anschrift und Öffnungszeiten für alle Filialen der Sport-Tiedje Group im In- sowie im Ausland:

[www.sport-tiedje.de/filialen](http://www.sport-tiedje.de/filialen)

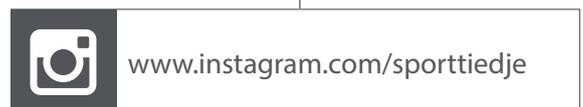
# WIR LEBEN FITNESS

## WEBSHOP UND SOCIAL MEDIA

Sport-Tiedje ist mit derzeit 80 Filialen Europas größter Fachmarkt für Heimfitnessgeräte und weltweit einer der renommiertesten Online-Versandhändler für Fitness-Equipment. Privatkunden bestellen über die 25 Webshops der jeweiligen Landessprache oder lassen sich ihre Wunschgeräte vor Ort zusammenstellen. Darüber hinaus beliefert das Unternehmen Fitnessstudios, Hotels, Sportvereine, Firmen und Physio-Praxen mit professionellen Geräten für Ausdauer- und Krafttraining.

Sport-Tiedje bietet eine breite Palette an Fitnessgeräten namhafter Hersteller, hochwertige Eigenentwicklungen und umfangreiche Serviceleistungen, z. B. einen Aufbauservice und eine sportwissenschaftliche Beratung vor und nach dem Kauf. Dafür beschäftigt das Unternehmen zahlreiche Sportwissenschaftler, Fitnesstrainer und Leistungssportler.

Besuchen Sie uns doch auch auf unseren Social Media Kanälen oder unserem Blog!





# **TAURUS®**

**Rudergerät ROW-X PLUS**