

FIT WHEEL PRO

CROSSTRAINER

Montage- und Bedienungsanleitung

Bestell-Nr.: 2429

Seite: 2-15

DE

Assembly and operating instructions

Order No.: 2429

Page: 16-27

GB

Instructions de montage et d'utilisation

No. de commande: 2429

Page: 28-39

F

Montage- en bedieningsinstructies

Bestellnr.: 2429

Pagina: 40-51

NL

Návod k montáži a použití pro

Objednací číslo: 2429

Strana: 52-63

CZ



INHALTSÜBERSICHT

Seite	Inhalt
2	Christopeit-Sport Community
3	Wichtige Empfehlungen und Sicherheitshinweise
4-6	Montageanleitung
7	Benutzung des Gerätes
7	Trainingsplatzbedarf
8-9	Computerbeschreibung
10	APP-Konnektivität
11	Reinigung, Wartung und Lagerung
11	Störungsbeseitigung
11	Garantiebestimmungen
12	Trainingsanleitung Allgemein
13-15	Stückliste - Ersatzteilliste
65	Konformitätserklärung
66-67	Explosionszeichnung

Achtung!
Vor Benutzung
Bedienungs-
anleitung lesen!



SEHR GEEHRTE KUNDIN, SEHR GEEHRTER KUNDE,

wir gratulieren Dir zum Kauf dieses Heimsport-Trainingsgerätes und wünschen Dir viel Vergnügen damit. Bitte beachte und befolge die Hinweise und Anweisungen dieser Montage- und Bedienungsanleitung. Wenn Du irgendwelche Fragen hast, kannst Du dich selbstverständlich jederzeit an uns wenden.

CHRISTOPEIT-SPORT COMMUNITY

Unser Ziel ist es, Dir nicht nur neue und großartige Sportgeräte für Dein Homestudio anzubieten, sondern Dich auch bei Deinem täglichen Workout motivierend und abwechslungsreich zu unterstützen. Werde ein Teil unserer Christopeit-Sport Community.

CHRISTOPEIT-GYM

In unserem Christopeit GYM findest Du zu Deinem Trainingsgerät verschiedene Programme mit unterschiedlichen Herausforderungen. Wir wünschen Dir viel Freude bei Deinem täglichen Training.

Scanne den QR-Code oder folge dem Link:

<https://www.christopeit-sport.com/lifestyle/christopeit-gym/>

GYM



CHRISTOPEIT-BLOG

Finde viele spannende Themen rund um Fitness und Gesundheit bei uns im Blog.

Scanne den QR-Code oder folge dem Link:

<https://www.christopeit-sport.com/lifestyle/blog/>

BLOG



SOCIAL-MEDIA

Folgen uns auf Facebook, Instagram und Youtube.

Scanne den QR-Code oder suche auf den jeweiligen Plattformen nach: Christopeit-Sport

FACEBOOK



INSTAGRAM



YOUTUBE



Mit freundlichen Grüßen,
Deine Top-Sport Gilles GmbH

WICHTIGE EMPFEHLUNGEN UND SICHERHEITSHINWEISE

Unsere Produkte sind grundsätzlich TÜV-GS geprüft und entsprechen damit dem aktuellen, höchsten Sicherheitsstandard. Diese Tatsache entbindet aber nicht, die nachfolgenden Grundsätze strikt zu befolgen.

1. Das Gerät genau nach der Montageanleitung aufbauen und nur die, für den Aufbau des Gerätes beigefügten, gerätespezifischen Einzelteile verwenden. Vor dem eigentlichen Aufbau die Vollständigkeit der Lieferung anhand des Lieferscheins und die Vollständigkeit der Kartonverpackung anhand der Montageschritte der Montage- und Bedienungsanleitung kontrollieren.
2. Vor der ersten Benutzung und in regelmäßigen Abständen (ca. alle 50 Betriebsstunden) den festen Sitz aller Schrauben, Muttern und sonstigen Verbindungen prüfen und die zugänglichen Achsen und Gelenke mit etwas Schmiermittel behandeln, damit der sichere Betriebszustand und das Sicherheitsniveau des Trainingsgerätes gewährleistet ist.
3. Das Gerät an einem trockenen, stabilen, ebenen Ort aufstellen und es vor Feuchtigkeit und Nässe schützen. Bodenunebenheiten sind durch geeignete Maßnahmen am Boden und, sofern bei diesem Gerät vorhanden, durch dafür vorgesehene, justierbare Teile des Gerätes auszugleichen. Der Kontakt mit Feuchtigkeit und Nässe ist auszuschließen.
4. Sofern der Aufstellort besonders gegen Druckstellen, Verschmutzungen und ähnliches geschützt werden soll, eine geeignete, rutschfeste Unterlage (z.B. Gummimatte, Holzplatte o.ä.) unter das Gerät legen.
5. Vor dem Trainingsbeginn alle Gegenstände in einem Umkreis von 2 Metern um das Gerät entfernen.
6. Für die Reinigung des Gerätes keine aggressiven Reinigungsmittel und zum Aufbau und für eventuelle Reparaturen nur die mitgelieferten bzw. geeignete, eigene Werkzeuge verwenden. Schweißablagerungen am Gerät sind direkt nach Trainingsende zu entfernen.
7. **Achtung!** Bei unsachgemäßem und übermäßigem Training sind Gesundheitsschäden möglich. Vor der Aufnahme eines gezielten Trainings oder bei Einnahme von Medikamenten ist ein geeigneter Arzt zu konsultieren. Dieser kann definieren welcher maximalen Belastung (Puls, Watt, Trainingsdauer u.s.w.) man sich aussetzen darf und genaue Auskünfte bzgl. der richtigen Körperhaltung beim Training, der Trainingsziele und der Ernährung geben. Es darf nicht nach schweren Mahlzeiten trainiert werden.
8. Mit dem Gerät nur trainieren wenn es einwandfrei funktioniert. Für eventuelle Reparaturen nur Original-Ersatzteile verwenden. Tauschen Sie defekte Teile sofort aus und halten Sie das Gerät bis zur Reparatur außer Betrieb. **Achtung!** Sollten Teile bei Benutzung des Gerätes übermäßig heiß werden ersetzen Sie diese umgehend.
9. Bei der Einstellung von verstellbaren Teilen auf die richtige Position bzw. die markierte, maximale Einstellposition und ordnungsgemäße Sicherung der neu eingestellten Position achten.
10. Sofern in der Anleitung nicht anders beschrieben, darf das Gerät nur immer von einer Person zum Trainieren benutzt werden. Die Trainingsleistung sollte insgesamt 75 Min./tägl. nicht überschreiten.
11. Es sind Trainingskleidung und Schuhe zu tragen die für ein Fitness-Training mit dem Gerät geeignet sind. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese aufgrund ihrer Form (z.B. Länge) während des Trainings nicht hängen bleiben kann. Die Trainingsschuhe sollten passend zum Trainingsgerät gewählt werden, grundsätzlich dem Fuß einen festen Halt geben und eine rutschfeste Sohle besitzen.
12. **Achtung!** Wenn Schwindelgefühle, Übelkeit, Brustschmerzen oder andere abnormale Symptome wahrgenommen werden, das Training abbrechen und an einen geeigneten Arzt wenden.
13. Generell gilt, dass Sportgeräte kein Spielzeug sind. Sie dürfen daher nur bestimmungsgemäß und von entsprechend informierten und unterwiesenen Personen benutzt werden.
14. Personen wie Kinder, Invalide und behinderte Menschen sollten, das Gerät nur im Beisein einer weiteren Person, die eine Hilfestellung und Anleitung geben kann, benutzen. Die Benutzung des Gerätes durch unbeaufsichtigte Kinder ist durch geeignete Maßnahmen auszuschließen.
15. Es ist darauf zu achten, dass der Trainierende und andere Personen sich niemals mit irgendwelchen Körperteilen in den Bereich von sich noch bewegenden Teilen begeben oder befinden.
16.  Dieses Produkt darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsabfall entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Das Symbol auf dem Produkt, der Gebrauchsanleitung oder der Verpackung weist darauf hin. 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 unserer Umwelt. Bitte erfragen Sie bei der Gemeindeverwaltung die zuständige Entsorgungsstelle.
17. Die Verpackungsmaterialien und Teile des Gerätes im Sinne der Umwelt nicht mit dem Hausmüll entsorgen, sondern in dafür vorgesehene Sammelbehälter werfen oder bei geeigneten Sammelstellen abgeben.
18. Bei diesem Gerät handelt es sich um ein geschwindigkeitsabhängiges Gerät, d.h. mit zunehmender Trainingsgeschwindigkeit nimmt die Leistung zu und umgekehrt.
19. Das Gerät ist mit einer 32-stufigen Widerstandseinstellung ausgestattet. Diese ermöglicht eine Verringerung bzw. Erhöhung des Bremswiderstandes und damit der Trainingsbelastung. Dabei führt das Drehen der Taste „nach Links“ zu einer Verringerung des Bremswiderstandes und damit der Trainingsbelastung. Das Drehen der Taste „nach Rechts“ führt zu einer Erhöhung des Bremswiderstandes und damit der Trainingsbelastung.
20. Die zulässige maximale Belastung (=Körpergewicht) ist auf 120 kg festgelegt worden.
21. Die Montage- und Bedienungsanleitung ist als Teil des Produktes zu betrachten. Bei Verkauf oder der Weitergabe des Produktes ist diese Dokumentation mitzugeben.

MONTAGEANLEITUNG

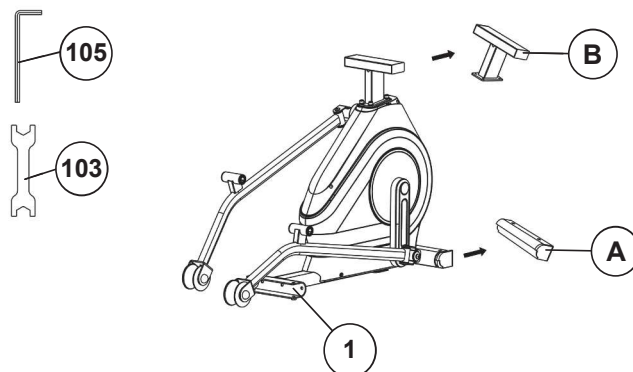
Entnehmen Sie alle Einzelteile der Verpackung, legen diese auf den Boden und kontrollieren grob die Vollständigkeit anhand der Montageschritte. Zu beachten ist dabei, dass einige Teile direkt mit dem Grundgestell verbunden sind und vormontiert wurden. Das zur Montage benötigte Schraubenmaterial befindet sich an den zu montierenden Bauteilen. Dieses soll Ihnen den Zusammenbau des Gerätes erleichtern und schneller durchführbar machen.

Montagezeit: ca. 50 min.

SCHRITT 1

Demontage der Transportsicherungen (A+B) vom Grundrahmen (1).

Demontieren Sie die Transportsicherungen A und B vom Grundrahmen (1). Das Schraubenmaterial für diese Montageteile behalten und die Transportsicherungen können entsorgt werden.



SCHRITT 2

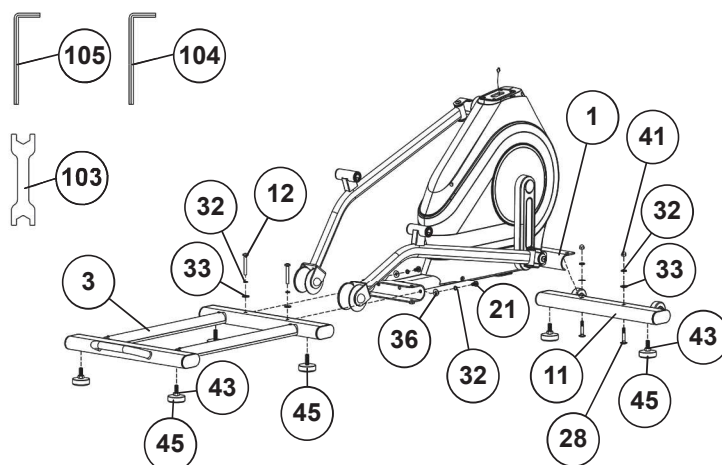
Montage des vorderen Fußrohres (11) und der Laufschiene (3) am Grundrahmen (1).

1. Montieren Sie die Fußschrauben (45) mit den Muttern (43) an den vorderen Fuß (11).

2. Montieren Sie die Fußschrauben (45) mit den Muttern (43) an die Laufschiene (3) hinten im Griffbereich und die Fußschrauben ohne Mutter im vorderen Bereich der Laufschiene (3).

3. Montieren Sie den vorderen Fuß (11) am Grundrahmen (1). Benutzen Sie dafür zwei Schlossschrauben M8x55 (28), Unterlegscheiben 8//20 (33), Federringe (32) und Hutmuttern (41).

4. Führen Sie die Laufschiene (3) zum Grundrahmen (1) sodass die Bohrungen fluchten und schrauben Sie die Laufschiene (3) mittels der Schrauben M8x16 (21), gebogenen Unterlegscheiben 8//20 (36) und Federringen (32) fest. Schrauben Sie dann weiter die Laufschiene (3) mittels der Schrauben M8x60 (12), Unterlegscheiben 8//20 (33) und Federringen (32) fest. Nach Beendigung der Gesamtmontage können Sie durch Drehen an den höhenverstellbaren Fußschrauben (45) kleine Unebenheiten des Untergrundes ausgleichen. Die eingestellte Höhenposition kann durch die Mutter (43) gesichert werden. Das Gerät wird damit so ausgerichtet, dass ungewollte Eigenbewegungen des Gerätes während des Trainings ausgeschlossen werden.



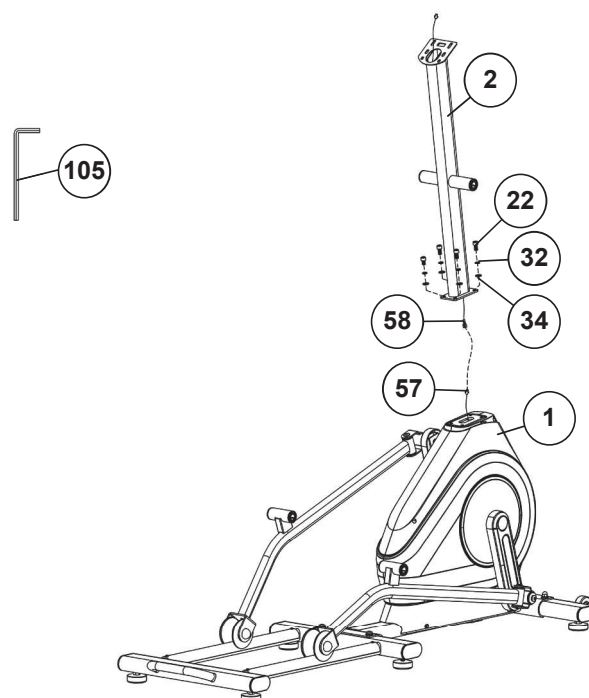
SCHRITT 3

Montage des Stützrohres (2) am Grundrahmen (1).

1. Auf die Schrauben M8x16 (22), je einen Federring (32) und eine Unterlegscheiben 8//16 (34) stecken und griffbereit neben den vorderen Teil des Grundrahmens (1) legen.

2. Das untere Ende des Stützrohres (2) zum Grundrahmen (1) führen und das Verbindungskabel (58) mit dem Motorkabel (57) zusammenstecken. (**Achtung!** Das oben aus dem Stützrohr (2) ragende Ende des Verbindungskabels (58) darf nicht in das Rohr rutschen, da es zur weiteren Montage noch benötigt wird.) Ebenso darauf achten, dass beim Zusammenstecken der Rohre die Kabelverbindung nicht eingequetscht wird.

3. Dann mittels der Schrauben (22), Federringe (32) und Unterlegscheiben (34) das Stützrohr (2) auf den Grundrahmen (1) fest anschrauben.



SCHRITT 4

Montage der Fußhebel (5) und der Verbindungsrohre (4).

1. Den Fußhebel rechts (5R) in die Aufnahme vom Verbindungsrohr rechts (4R) einstecken und die Bohrungen so ausrichten, dass sie übereinander liegen. Den Achsbolzen (15) durch die Bohrungen stecken und den Fußhebel rechts (5R) mittels der Schraube M6x16 (16) am Verbindungsrohr rechts (4R) festschrauben.

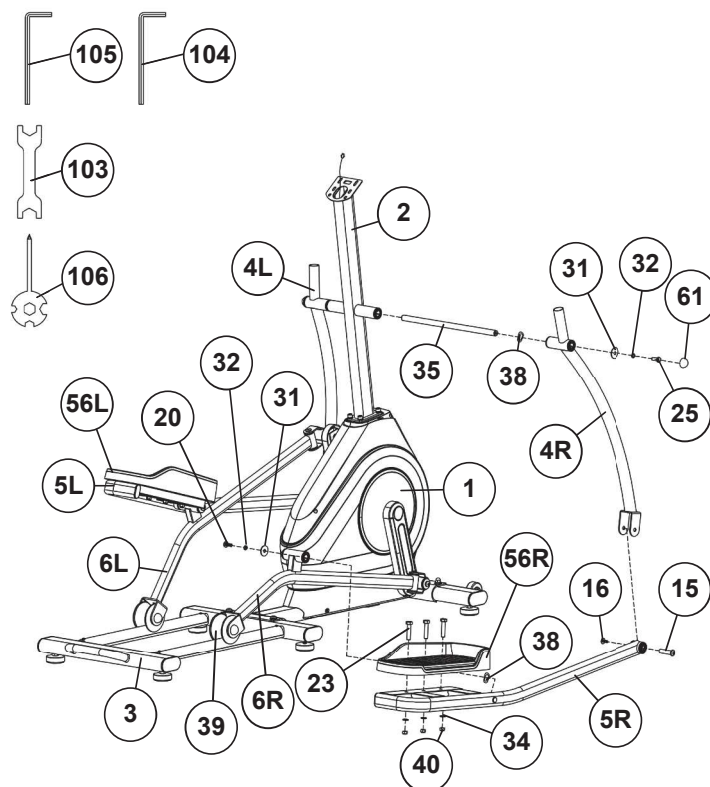
2. Den Fußhebel rechts (5R) mit dem Verbindungsrohr rechts (4R) auf der rechten Seite des Grundrahmens (1) ablegen. **(Achtung! Rechts und Links sind aus der Blickrichtung zu sehen, wenn man auf dem Gerät steht und trainiert.)** Stecken Sie die Griffachse (35) mittig in das Stützrohr (2) ein und anschließend eine Wellscheibe 17//22 (38) auf die Griffachse (35) auf. Schieben Sie dann das Verbindungsrohr rechts (4R) auf die Griffachse (35) und sichern Sie diese Position mittels der Schraube M8x20 (25), Federring (32) und Unterlegscheibe 8//32 (31).

3. Schieben Sie eine Wellscheibe 17/22 (38) auf die Aufnahme des rechten Fußhebels (5R) und stecken Sie dann den Fußhebel rechts (5R) in die Aufnahme der rechten Fußhebelstütze (6R) ein. Sichern Sie diese Position mittels der Schraube M8x20 (20), Federring (32) und Unterlegscheibe 8//32 (31).

4. Die rechte Fußschale (56R) auf den Fußhebel rechts (5R) auflegen und die Bohrungen in den Teilen so ausrichten, dass sie übereinander liegen. Die Schrauben M8x40 (23) von oben durch die Bohrungen stecken und mittels der Unterlegscheiben (34) und selbstsichernden Muttern (40) befestigen. (Die Fußschale (56R) mit der hochgezogenen Innenkante zum Grundrahmen hin ausgerichtet montieren.)

5. Den Fußhebel links (5L) incl. allen zusätzlich erforderlichen Teilen auf der linken Seite des Gerätes, genauso wie in 1.-4. beschrieben, montieren.

6. Legen Sie die Stützrollen (39) auf die Laufschiene (3) auf. Ziehen Sie die Schrauben (25) der Griffachse mit beiden Montageschlüsseln gleichzeitig fest an und stecken Sie auf die Schrauben (25) die Schraubenkappen (61) auf.

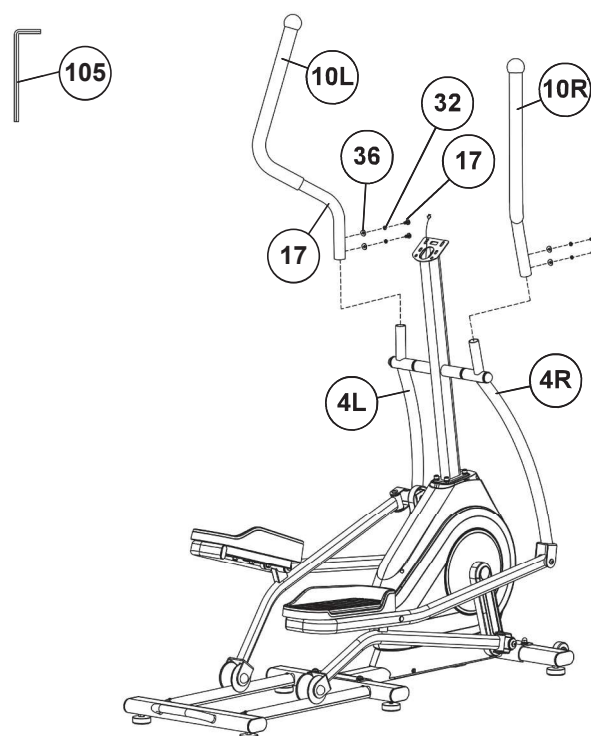


SCHRITT 5

Montage der Handgriffe (10) an den Verbindungsrohren (4).

1. Die Handgriffe (10L+10R) auf die Verbindungsrohre (4L+4R) stecken und die Bohrungen in den Rohren so ausrichten, dass sie übereinander liegen. **(Achtung! Die Griffrohre müssen nach der Montage so ausgerichtet sein, dass die oberen Enden nach außen (vom Stützrohr (2) weg) gebogen sind.)**

2. Auf die Schrauben (17) je einen Federring (32) und eine gebogene Unterlegscheibe (36) stecken und die Handgriffe (10) fest verschrauben.



SCHRITT 6

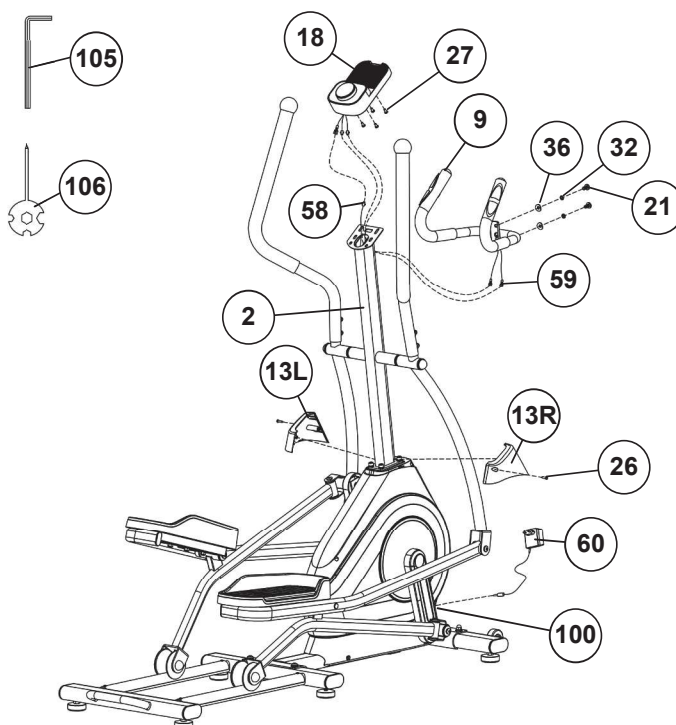
Montage des Pulsgriffes (9) und des Computers (18) am Stützrohr (2).

1. Führen Sie den Pulsgriff (9) zum Stützrohr (2) und stecken Sie die Puls kabel (59) durch die mittlere Bohrung am Stützrohr bis nach oben zur Computeraufnahme durch. Auf die Schrauben M8x16 (21) jeweils einen Federring (32) und eine gebogene Unterlegscheibe 8//20 (36) aufstecken und den Pulsgriff (9) am Stützrohr (2) fest montieren.

2. Nehmen Sie den Computer (18) und stecken Sie das Verbindungskabel (58) sowie die Puls kabel (59) in die Rückseite des Computers (18) ein.

3. Legen Sie den Computer (18) auf die Computeraufnahme oben am Stützrohr (2) auf und befestigen Sie ihn mittels der Schrauben M5x10 (27). Die Schrauben (27) befinden sich dazu auf der Computerrückseite. (Bitte achten Sie darauf, dass die Kabel beim Auflegen des Computers nicht eingeklemmt werden.)

4. Montieren Sie die Stützrohrverkleidung links und rechts (13L+13R) mittels der Schrauben (26) am Stützrohr (2).



SCHRITT 7

Anschluss des Netzgerätes (60).

1. Stecken Sie den Stecker des Netzgerätes (60) in die entsprechende Buchse (100) am vorderen Ende der Verkleidung des Gerätes ein.

2. Stecken Sie danach das Netzgerät (60) in eine vorschriftsmäßig installierte Steckdose (230V~/50Hz).

KONTROLLE

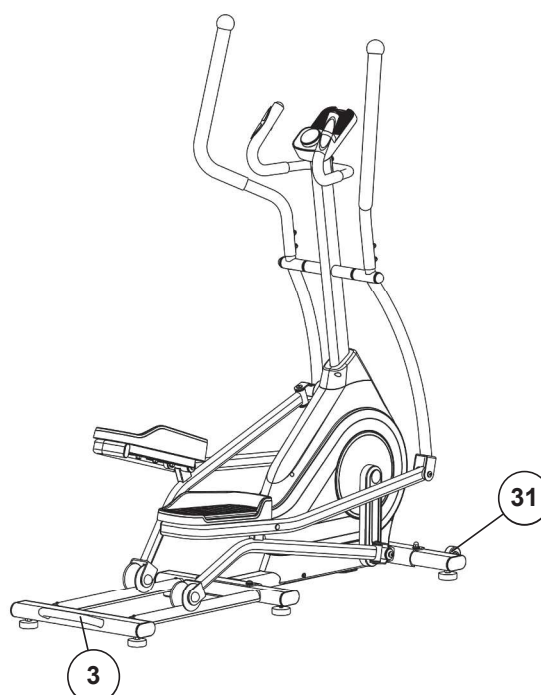
1. Alle Verschraubungen und Steckverbindungen auf ordnungsgemäße Montage und Funktion prüfen. Die Montage ist hiermit beendet.

2. Wenn alles in Ordnung ist, mit leichten Widerstandseinstellungen mit dem Gerät vertraut machen und die individuellen Einstellungen vornehmen.

Hinweis: Bitte das Werkzeug-Set und die Anleitung sorgsam aufbewahren, da diese bei ggf. später einmal erforderlichen Reparaturen bzw. Ersatzteilbestellungen benötigt werden.

TRANSPORT

Um den Crosstrainer an einen anderen Ort zu verbringen kann dieser hinten am Griff der Laufschiene (3) hochgehoben werden, bis das die Transportrollen (39) den Boden berühren. So kann man den Crosstrainer auf den Rollen leicht verschieben.



BENUTZUNG DES GERÄTES

Aufsteigen:

Stellen Sie sich neben das Gerät und halten Sie sich am Griff fest. Führen Sie die nahegelegende Fußschale zur untersten Position und setzen Sie den Fuß darauf, sodass Sie einen sicheren Stand auf der Fußschale haben. Schwingen Sie nun das andere Bein zur gegenüberliegenden Fußschalenseite und stellen Sie ihn auf die Fußschale auf. Dabei mit den Händen am Haltegriff festhalten.

Absteigen:

Stoppen Sie das Training und halten Sie sich am Haltegriff gut fest. Stellen Sie zuerst einen Fuß von der Fußschale für einen sicheren Stand auf den Boden und danach den zweiten Fuß und steigen Sie zu einer Seite über das Gerät ab.

Auf/- und Absteigen



Benutzung: mit Haltegriff



mit Handgriffen



Benutzung:

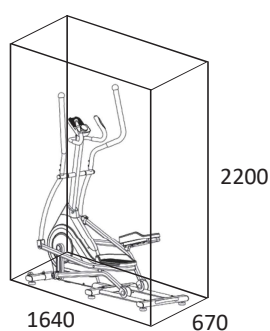
Halten Sie sich mit beiden Händen zuerst am Haltegriff in gewünschter Position fest und treten Sie bei gleichzeitiger Gewichtsverlagerung auf die Fußschalen Rechts und Links, sodass nur die Ferse von der Fußschale kurz abhebt und ein gleichmäßiger Trainingslauf erfolgt. Um den Oberkörper mit zu trainieren fassen Sie an die mitlaufenden Armhebel Rechts und Links in gewünschter Position. Mit Steigerung oder Verminderung der Geschwindigkeit und des Bremswiderstandes lässt sich die Intensität des Trainings steuern. Stets am Haltegriff oder an den Armhebeln festhalten beim Training.

Anmerkung:

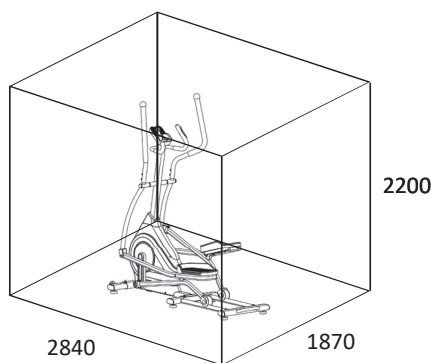
Dieses Fitnessgerät ist ein stationäres Heimsportgerät und simuliert eine Kombination aus Radfahren, Steppen und Laufen. Ein vermindertes Risiko besteht durch ein wetterunabhängiges Training ohne äußere Einflüsse, sowie bei evtl. Gruppenzwang das Risiko von Überanstrengungen oder Stürzen. Die Kombination aus Radfahren, Steppen und Laufen bietet ein Herz-Kreislauf-Training ohne Überforderung, aufgrund der Möglichkeit des selbst einstellbaren Widerstandes. Somit ist ein mehr oder weniger Intensives Training möglich. Es trainiert die unteren und oberen Extremitäten, stärkt das Herz-Kreislaufsystem und fördert somit die Gesamtfitness des Körpers.

Achtung! Dieses Produkt verfügt nicht über einen Freilauf. Somit können bewegliche Teile nicht unmittelbar angehalten werden.

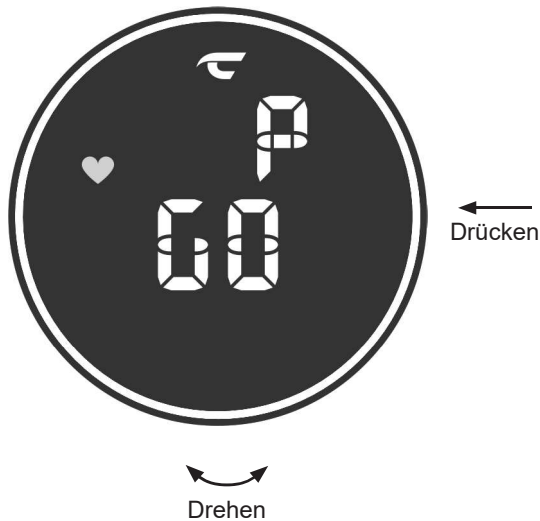
TRAININGSPLATZBEDARF



Stellfläche in mm
(für Gerät)



Trainingsfläche in mm
(Trainingsfläche und Sicherheitsfläche umlaufend 600mm)



INBETRIEBNAHME

Stecken Sie das Netzgerät in die Netzanschlussbuchse und in eine vorschriftsmäßig angeschlossene Steckdose (230V~50Hz). Die Computeranzeige zeigt kurz alle Anzeigen an und wechselt dann in die Start-Anzeige "GO". Durch Ziehen an der Zugstange kann das Quick-Start Programm direkt gestartet werden. Alle Werte werden aufsteigend gezählt und man kann durch Drehen am Außenring des Computers den Widerstand wie gewünscht einstellen. Bei Trainingsunterbrechung werden die Anzeigewerte für 3 Min. gespeichert und es kann von diesen Anzeigewerten aus weiter trainiert werden. Der Computer schaltet sich automatisch 3 Min. nach Trainingsende in den Stand-By Modus. Es erlischt die Anzeige im Computer und einige Anzeigewerte werden auf null zurückgesetzt.

BEDIENUNG

Es gibt zur Bedienung des Computers folgende 3 grundlegende Funktionen:

1. Drehen des Außenringes nach Links oder Rechts
2. Kurzes Drücken auf das Display
3. Langes Drücken auf das Display

ANZEIGE

Nach Einstecken des Netzgerätes wird das Startbild "GO" für das QUICK START-Programm angezeigt. Kurzes Drücken ruft die Vorgabe-Programme auf. Durch Drehen einer Raststufe werden die Trainings-Programme aufgerufen.



Das Display verfügt über 2 Anzeigefenster. In der oberen Anzeige werden im Wechsel von 3 Sekunden der Puls und die Ruderschläge pro Minute angezeigt. Diese Anzeige lässt sich nicht auf einen Wert dauerhaft einstellen. In der unteren Anzeige werden alle anderen Funktionen auch im Wechsel von 3 Sekunden angezeigt. Hier kann durch Drücken auf das Display eine gewünschte Funktion dauerhaft angezeigt werden.

[Puls]

Zeigt den aktuellen Pulsschlag an.



[Zeit]

Zeigt die Trainingsdauer in Minuten / Sekunden.



[Geschwindigkeit]

Zeigt die Geschwindigkeit in Km/H an.



[UPM]

Zeigt die Umdrehungen pro Minute an.



[Entfernung]

Zeigt die Entfernung in Meter an.



[Kalorien]

Zeigt den ca. Kalorienverbrauch in Kcal an.



[Watt]

Keine Anzeige bei dem Model "Fit Wheel Pro".



[Widerstand]

Zeigt die aktuelle Widerstandsstufe an.



[Programm]

Zeigt an das ein Trainingsprogramm abläuft.



Widerstands-Zonenanzeige:

Während des Trainings wird im Computerdisplay die aktuell eingestellte Widerstandsstufe durch einen farbigen Leuchtring angezeigt. Dabei sind die Farben folgenden Widerstandsstufen zugeordnet: Blau - Standby / LEVEL 1-8 ; Grün - LEVEL 9-15, Gelb - LEVEL 16-23 und Rot - LEVEL 24 - 32.



PROGRAMME

Quick-Start-Programm:

Das Schnellstart-Programm kann vom Standby Modus oder vom Startbild aus direkt durch Trainingsbeginn gestartet werden. Die Widerstandsstufe kann durch Drehen am Knopf eingestellt werden und es werden alle Anzeigen aufsteigend gezählt. Vorgaben sind bei diesem Programm nicht möglich.



Vorgabe-Programme

Durch Drücken auf das Startbild "GO" wechselt die Anzeige zum Vorgabe-Programm. Durch erneutes Drücken wird die Zeit aufgerufen und kann durch Drehen am Knopf eingestellt werden. Weiteres Drücken ruft die Vorgabemöglichkeiten Entfernung, Kalorien und Pulsobergrenze auf, welche jeweils durch Drehen am Knopf eingestellt werden können. Starten des Programmes durch Trainingsbeginn. Vom eingestellten Zielwert wird dann beim Training absteigend bis auf null gezählt. Ist das Ziel erreicht so ertönt ein akustisches Signal und die Trainingsanzeige wird gestoppt.



Zeit-Vorgabe:

(Vorgabemöglichkeit: 1:00-99:00 Minuten)



Entfernung-Vorgabe:

(Vorgabemöglichkeit: 100-9900 Meter)



Kalorien-Vorgabe:

(Vorgabemöglichkeit: 10-9990 Kcal)



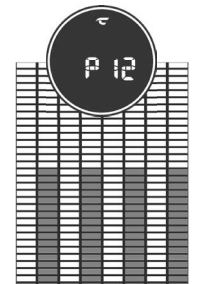
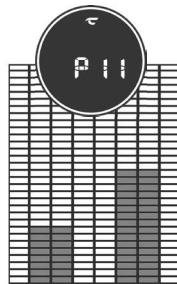
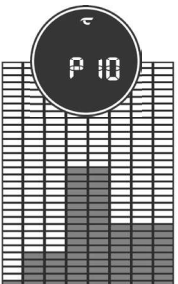
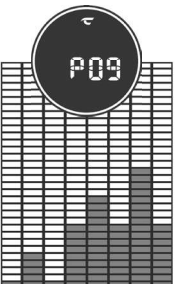
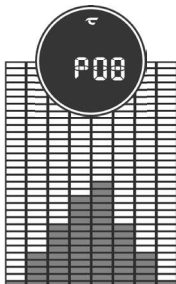
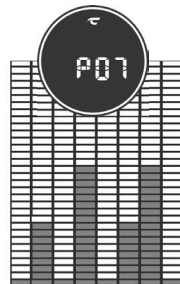
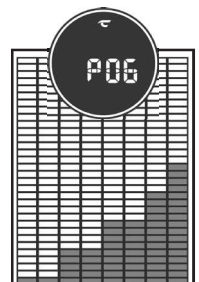
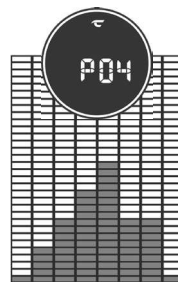
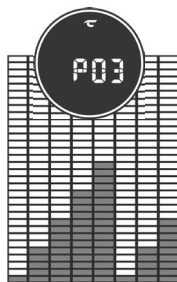
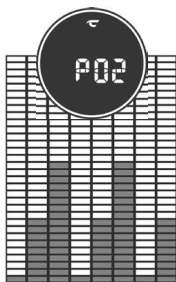
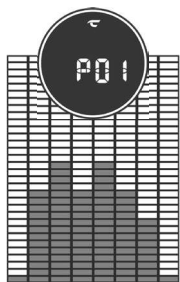
Pulsobergrenze:

(Vorgabemöglichkeit: 30-230)



[P] WIDERSTANDSPROGRAMME 1-12

Drücken Sie einmal kurz auf das Startbild "GO" und drehen Sie den Knopf eine Raststufe um zur Trainingsprogramm-Auswahl zu gelangen. Drücken Sie den Knopf erneut und durch Drehen des Knopfes kann eines der 12 Trainingsprogramme ausgewählt werden. Durch Drücken des Knopfes beim ausgewählten Programm kann dann eine Zeitvorgabe mittels Drehen am Knopf eingestellt werden. Starten des Programmes durch Trainingsbeginn. Nach Ablauf des Programmes ertönt ein akustisches Signal und die Trainingsanzeige wird gestoppt.



Zurück:

Um zum Startbild zurück zu kommen Drücken Sie den Knopf für 3 Sekunden.

KONNEKTIVITÄT

KINOMAP APP

Sport, Coaching, Gaming und eSport sind die Schlüsselwörter der Kinomap App. Diese beinhaltet viele Kilometer reales Filmmaterial um drinnen zu trainieren, als wären Sie draußen; Verfolgungstrecken und Analysen Ihrer Leistung; Coaching-Inhalte; Multiplayer-Modus; täglich neue Beiträge; Offizielle Indoor-Rennen und mehr...

Herunterladen der App und Verbindung

Scannen Sie den nebenstehenden QR Code mit Ihrem Smartphone / Tablet oder Verwenden Sie die Suchfunktion beim Playstore (Android) oder App Store (IOS) um die Kinomap App herunterzuladen. Registrieren Sie sich und folgen Sie den Anweisungen. Aktivieren Sie Bluetooth auf dem Smartphone oder Tablet und wählen Sie in der App den Gerätemanager und dann dort die passende Produktkategorie aus. Wählen Sie dann über das Hersteller-Logo „Christopeit Sport“, Ihre Typbezeichnung aus, um das Sportgerät zu verbinden. Je nach Sportgerät werden unterschiedliche Funktionen über Bluetooth von der APP erfasst, bzw. Daten ausgetauscht.

Achtung! Die Kinomap App bietet eine kostenlose Testversion für 14 Tage an. Danach kann man entscheiden, ob man mit der Basisversion kostenlos weiter trainieren oder gebührenpflichtig den vollen Umfang der Kinomap App nutzen möchte.

Aktuelle Informationen und Gebühren finden Sie unter:
www.kinomap.com



WEITERE APPS

iConsole (Android und iOS app)

Verwenden Sie die Suchfunktion beim Playstore (Android) oder APP Store (IOS), um die jeweilige App herunterzuladen oder weitere Informationen zu erhalten.

REINIGUNG, WARTUNG UND LAGERUNG

1. Reinigung

Benutzen Sie nur ein leicht angefeuchtetes Tuch zur Reinigung. **Achtung:** Benutzen Sie niemals Benzin, Verdünner oder andere aggressive Reinigungsmittel zur Oberflächenreinigung da dadurch Beschädigungen verursacht werden. Das Gerät ist nur für den privaten Heimgebrauch und zur Benutzung in Innenräumen geeignet. Halten Sie das Gerät sauber und Feuchtigkeit vom Gerät fern.

2. Lagerung

Wählen Sie einen trockenen Lagerort im Haus und geben Sie etwas Sprüh-Öl an die hinteren und vorderen Fußhebelverbindungen und an die Handhebelachse. Decken Sie das Gerät ab um es vor Verfärbungen durch evtl. Sonneneinstrahlung und Staub zu schützen.

3. Wartung

Wir empfehlen alle 50 Betriebsstunden eine Überprüfung der Schraubenverbindungen auf festen Sitz, welche bei der Montage hergestellt wurden. Alle 100 Betriebsstunden sollten Sie etwas Sprüh-Öl an die hinteren und vorderen Fußhebelverbindungen und an die Handhebelachse geben.

STÖRUNGSBESEITIGUNG

Wenn Sie die Funktionsstörung nicht anhand der aufgeführten Informationen beheben können, so kontaktieren Sie Ihren Händler oder den Hersteller.

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Der Computer schaltet sich durch Drücken auf das Display nicht ein.	Kein Netzteil eingesteckt oder die Steckdose führt keine Spannung.	Überprüfen Sie ob das Netzgerät ordnungsgemäß eingesteckt wurde, ggf. mit einem anderen Verbraucher ob die Steckdose Spannung führt.
Der Computer zählt nicht und schaltet sich durch Beginn des Trainings nicht ein.	Fehlender Sensorimpuls aufgrund nicht ordnungsgemäßer oder gelöster Steckverbindung.	Überprüfen Sie die Steckverbindung am Computer und die Steckverbindung im Stützrohr auf ordnungsgemäßen Sitz.
Der Computer zählt nicht und schaltet sich durch Beginn des Trainings nicht ein.	Fehlender Sensorimpuls aufgrund nicht ordnungsgemäßer Position des Sensors.	Schrauben Sie die Verkleidung auf und überprüfen Sie den Abstand von Sensor zum Magneten. Ein Magnet in der Tretkurbelscheibe ist gegenüber vom Sensor und muss einen Abstand von kleiner als < 5mm aufweisen.
Keine Pulsanzeige.	Pulsstecker nicht eingesteckt.	Stecken Sie den separaten Stecker vom Puls kabel in die entsprechende Buchse am Computer ein.
Keine Pulsanzeige.	Pulssensor nicht ordnungsgemäß angeschlossen.	Schrauben Sie die Handpulssensoren ab und überprüfen Sie die Steckverbindungen auf ordnungsgemäßen Sitz und die Kabel auf evtl. Beschädigungen.

GARANTIEBESTIMMUNGEN

Die Garantie beträgt 24 Monate, gilt für Neuware bei Ersterwerb und beginnt mit dem Rechnungs- bzw. Auslieferdatum. Während der Garantiezeit werden eventuelle Mängel kostenlos beseitigt.

Bei Feststellung eines Mangels sind Sie verpflichtet diesen unverzüglich dem Hersteller zu melden. Es steht im Ermessen des Herstellers die Garantie durch Ersatzteilversand oder Reparatur zu erfüllen. Bei Ersatzteilversand besteht die Befugnis des Austausches ohne Garantieverlust. Eine Instandsetzung am Aufstellort ist ausgeschlossen.

Heimsportgeräte sind nicht für eine kommerzielle oder gewerbliche Nutzung geeignet. Eine Zuwiderhandlung in der Nutzung hat eine Garantieverkürzung oder Garantieverlust zur Folge.

Die Garantieleistung gilt nur für Material oder Fabrikationsfehler. Bei Verschleißteilen oder Beschädigungen durch missbräuchliche oder unsachgemäße Behandlung, Gewaltanwendung und

Eingriffen die ohne vorherige Absprache mit unserer Service Abteilung vorgenommen werden, erlischt die Garantie.

Bitte bewahren Sie, falls möglich, die Originalverpackung für die Dauer der Garantiezeit auf, um im Falle einer Rücksendung die Ware ausreichend zu schützen und senden Sie keine Ware unfrei zur Service Abteilung ein!

Eine Inanspruchnahme von Garantieleistungen erwirkt keine Verlängerung der Garantiezeit.

Ansprüche auf Ersatz von Schäden welche evtl. außerhalb des Gerätes entstehen (sofern eine Haftung nicht zwingend gesetzlich geregelt ist) sind ausgeschlossen.

Hersteller:

Top-Sports Gilles GmbH, Friedrichstr. 55, 42551 Velbert

TRAININGSANLEITUNG ALLGEMEIN

Um spürbare, körperliche und gesundheitliche Verbesserungen zu erreichen, müssen für die Bestimmung des erforderlichen Trainingsaufwandes folgende Faktoren beachtet werden.

INTENSITÄT

Die Stufe der körperlichen Belastung beim Training muß den Punkt der normalen Belastung überschreiten, ohne dabei den Punkt der Atemlosigkeit und /oder der Erschöpfung zu erreichen. Ein geeigneter Richtwert kann dabei der Puls sein. Mit jedem Training steigt die Kondition und somit sollte man die Trainingsanforderungen anpassen. Dieses ist durch eine Verlängerung der Trainingsdauer, einer Erhöhung der Schwierigkeitsstufen oder Veränderung der Trainingsart möglich.

TRAININGSPULS

Um den Trainingspuls zu bestimmen können Sie wie folgt vorgehen. Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei um die Richtwerte handelt. Wenn Sie gesundheitliche Probleme haben oder unsicher sind, wenden Sie sich an einen Arzt oder Fitnesstrainer.

01 Maximalpuls-Berechnen

Die Ermittlung des maximalen Pulswertes kann auf vielen unterschiedlichen Wegen erfolgen, da der Maximalpuls von viel Faktoren abhängig ist. Zur Berechnung nimmt man gerne die Faust-Formel (Maximalpuls = $220 - \text{Lebensalter}$). Diese Formel ist sehr allgemein gehalten. Sie wird in viele Heimsporprodukten verwendet, um den Maximalpuls zu bestimmen. Wir empfehlen Ihnen die Sally Edwards-Formel. Diese Formel berechnet den Maximalpuls genauer und berücksichtigt das Geschlecht, Alter und Körpergewicht.

Sally Edwards-Formel

Männer:

Maximalpuls = $214 - (0,5 \times \text{Alter}) - (0,11 \times \text{Körpergewicht})$

Frauen:

Maximalpuls = $210 - (0,5 \times \text{Alter}) - (0,11 \times \text{Körpergewicht})$

02 Trainingspuls-Berechnen

Der optimale Trainingspuls wird durch das Ziel des Trainings festgelegt. Dafür wurden Trainingszonen definiert.

Gesundheits - Zone: REKOM - Regeneration und Kompensation.

Geeignet für: Anfänger

Trainingsart: sehr leichtes Ausdauertraining

Ziel: Erholung und Förderung der Gesundheit. Aufbau der Grundkondition.

Trainingspuls = 50 bis 60% von dem Maximalpuls

Fettstoffwechsel - Zone: GA1 - Grundlagen - Ausdauertraining 1.

Geeignet für: Anfänger und Fortgeschrittene

Trainingsart: leichtes Ausdauertraining

Ziel: Aktivierung des Fettstoffwechsels (Kalorienverbrennung). Verbesserung der Ausdauerleistung.

Trainingspuls = 60 bis 70% vom Maximalpuls

Aerobe - Zone: GA1/2 - Grundlagen - Ausdauertraining 1 bis 2.

Geeignet für: Anfänger und Vorgeschrittene

Trainingsart: moderates Ausdauertraining.

Ziel: Aktivierung des Fettstoffwechsels (Kalorienverbrennung), Verbesserung der Aerobenleistung, Steigerung der Ausdauerleistung.

Trainingspuls = 70 bis 80% vom Maximalpuls

Anaerobe - Zone: GA2 - Grundlagen - Ausdauertraining 2

Geeignet für: Fortgeschrittene und Leistungssportler

Trainingsart: moderates Ausdauertraining oder Intervalltraining

Ziel: Verbesserung der Laktattoleranz, maximale Steigerung der Leistung.

Trainingspuls = 80 bis 90% vom Maximalpuls

Wettkampf - Zone: WSA - Leistung / Wettkampfttraining

Geeignet für: Athleten und Hoch-Leistungssportler

Trainingsart: intensives Intervalltraining und Wettkampfttraining

Ziel: Verbesserung der max. Geschwindigkeit und Leistung.

Achtung! Das Training in dem Bereich kann zu der Überlastung des Herz-Kreislauf-Systems und gesundheitliche Schäden führen.

Trainingspuls = 90 bis 100% vom Maximalpuls

Beispielrechnung

Männlich, 30 Jahre alt und wiege 80 Kg. Ich bin Anfänger und möchte etwas Abnehmen und meine Ausdauerleistung steigern.

01: Maximal Puls - Berechnung

Maximalpuls = $214 - (0,5 \times \text{Alter}) - (0,11 \times \text{Körpergewicht})$

Maximalpuls = $214 - (0,5 \times 30) - (0,11 \times 80)$

Maximalpuls = ca. 190 Schläge/Min

02: Trainingspuls-Berechnen

Durch meine Ziele und Trainingsgrad passt für mich die Fettstoffwechsel-Zone am besten.

Trainingspuls = 60 bis 70% von dem Maximalpuls

Trainingspuls = $190 \times 0,6$ [60%]

Trainingspuls = 114 Schläge/ Min

Nachdem Sie Ihren Trainingspuls für Ihre Trainingskondition oder Ziele ermittelt haben, können Sie mit dem Training beginnen. Die meisten Ausdauertrainingsgeräte von uns verfügen über Pulssensoren oder sind Pulsgurtkompatibel. Somit können Sie Ihren Puls während des Trainings überwachen. Wird die Pulsfrequenz nicht in der Computeranzeige angezeigt oder wollen Sie sicherheitshalber Ihre Pulsfrequenz, die durch eventuelle Anwendungsfehler o.ä. falsch angezeigt werden könnte, kontrollieren, können Sie zu folgenden Hilfsmitteln greifen:

a. Puls-Messung auf herkömmliche Weise (Abtasten des Pulsschlages z.B. am Handgelenk und zählen der Schläge innerhalb einer Minute).

b. Puls-Messung mit entsprechend geeigneten und geeichten Puls-Mess-Geräten (im Sanitäts- Fachhandel erhältlich).

c. Pulsmessung mit weiteren Produkten wie Pulsuhr, Smartphone....

HÄUFIGKEIT

Die meisten Experten empfehlen die Kombination von einer gesundheitsbewußten Ernährung, die entsprechend dem Trainingsziel abgestimmt werden muß, und körperliche Ertüchtigungen drei- bis fünfmal in der Woche. Ein normaler Erwachsener muß zweimal pro Woche trainieren um seine derzeitige Verfassung zu erhalten. Um seine Kondition zu verbessern und sein Körpergewicht zu verändern benötigt er mindestens drei Trainingseinheiten pro Wochen. Ideal bleibt natürlich eine Häufigkeit von fünf Trainingseinheiten pro Woche.

GESTALTUNG DES TRAININGS

Jede Trainingseinheit sollte aus drei Trainingsphasen bestehen: „Aufwärm-Phase“, „Trainings-Phase“ und „Abkühl-Phase“. In der „Aufwärm-Phase“ soll die Körpertemperatur und die Sauerstoffzufuhr langsam gesteigert werden. Dieses ist durch gymnastische Übungen über eine Dauer von fünf bis zehn Minuten möglich. Danach sollte das eigentliche Training „Trainings-Phase“ beginnen. Die Trainingsbelastung sollte nach dem Trainingspuls gestaltet werden. Um den Kreislauf nach der „Trainings-Phase“ zu unterstützen und einem Muskelkater oder Zerrungen vorzubeugen, muß nach der „Trainings-Phase“ noch die „Abkühl-Phase“ eingehalten werden. In dieser sollten, fünf bis zehn Minuten lang, Dehnungsübungen und/oder leichte gymnastische Übungen durchgeführt werden.

Beispiel - Dehnübungen für die Aufwärm/- und Abkühl-Phasen

Starten Sie Ihre Aufwärmphase durch Gehen auf der Stelle für mind. 3 Minuten und führen Sie danach folgende gymnastische Übungen durch. Bei den Übungen nicht übertreiben und nur soweit ausführen bis ein leichtes Ziehen zu spüren ist. Diese Position dann etwas halten. Wir empfehlen die Aufwärmübungen zum Abschluss des Trainings erneut durchzuführen und das Training mit Ausschütteln der Extremitäten zu beenden.



Greifen Sie mit der linken Hand hinter den Kopf an die rechte Schulter und ziehen Sie mit der rechten Hand etwas an der linken Armbeuge. Nach 20Sek. Arm wechseln.



Beugen Sie sich soweit wie möglich nach vorn und lassen Sie die Beine fast durchgestreckt. Zeigen Sie dabei mit den Fingern in Richtung Fußspitze. 2 x 20Sek.



Setzen Sie sich mit einem Bein gestreckt auf den Boden und beugen Sie sich vor und versuchen Sie den Fuß mit den Händen zu erreichen. 2 x 20Sek.



Knien Sie sich in weitem Ausfallschritt nach vorn und stützen Sie sich mit den Händen auf dem Boden ab. Drücken Sie das Becken nach unten. Nach 20 Sek. Bein wechseln.

MOTIVATION

Der Schlüssel für ein erfolgreiches Programm ist ein regelmäßiges Training. Sie sollten sich einen festen Zeitpunkt und Platz pro Trainingstag einrichten und sich auch geistig auf das Training vorbereiten. Trainieren Sie nur gut gelaunt und halten Sie sich stets Ihr Ziel vor Augen. Bei kontinuierlichem Training werden Sie Tag für Tag feststellen, wie Sie sich weiterentwickeln und Ihrem persönlichen Trainingsziel Stück für Stück näher kommen.

STÜCKLISTE - ERSATZTEILLISTE

Artikel:	Fit Wheel Pro - 2429
Stand der technischen Daten:	22.10.2024
Stellmaß:	L 164 x B 67 x H 162 cm
Trainingsplatzbedarf:	2,5 m ²
Gerätegewicht:	49 kg
Benutzergewicht (max.):	120 kg
Benutzergröße (max.):	200 cm

EIGENSCHAFTEN

- Komfortable Training durch 43cm Schrittlänge und geringem Fußschalenabstand von nur 12cm
- Magnet-Brems-System mit ca.12 kg Schwungmasse
- 32-stufige computergesteuerte Widerstandseinstellung
- 12 vorgegebene Trainingsprogramme
- 4 manuelle Programme mit Vorgabe von Zeit, Entfernung, ca. Kalorien und Puls
- Separater Pulsmessgriff
- Transportrollen und Netzteil
- Smart LED Control Computer mit farbiger Beleuchtung für verschiedene Widerstandszonen und: Zeit, Geschwindigkeit, RPM, Entfernung, ca. Kalorien, Widerstandstufe, Puls und Scan
- Computer verfügt über Tablet/Smartphone-Halterung
- Bluetooth Verbindung für Kinomap APP (IOS and Android)
- Bluetooth Verbindung für optionalen BT-Pulsgurt

HINWEISE

Wenn ein Bauteil nicht in Ordnung ist oder fehlt, oder wenn Sie in Zukunft ein Ersatzteil benötigen, wenden Sie sich bitte an:

Top-Sports Gilles GmbH

Friedrichstraße 55, 42551 Velbert
 www.christopeit-sport.com
 Telefon: +49 (0)20 51 / 60 67-0
 Telefax: +49 (0)20 51 / 60 67-44
 e-mail: info@christopeit-sport.com

Dieses Produkt ist nur für den privaten Heimsportbereich gedacht und nicht für gewerbliche oder kommerzielle Nutzung geeignet. Heimsportnutzung Klasse H/C.

Abb.- Nr.	Bezeichnung	Abmessung mm	Menge	Montiert an Abb. Nr.	ET Nummer
1	Grundrahmen		1	2+3	33-2429-01-SW
2	Stützrohr		1	1	33-2429-02-SW
3	Laufschiene		1	1	33-2429-03-SW
4L	Verbindungsrohr links		1	5L+10L	33-2429-24-SW
4R	Verbindungsrohr rechts		1	5R+10R	33-2429-25-SW
5L	Fußhebel links		1	6L+8	33-2429-06-SW
5R	Fußhebel rechts		1	6R+8	33-2429-07-SW
6	Fußhebelstütze		2	4+5	33-2429-08-SW
7	Fußhebelstützhalterung		2	4+6	33-2429-09-SW
8	Pedalarm		2	7+65	33-2429-10-SW
9	Pulsgriff		1	2	33-2429-11-SW
10L	Handgriff links		1	4L	33-2429-22-SW
10R	Handgriff rechts		1	4R	33-2429-23-SW
11	Fußrohr vorne		1	1	33-2429-14-SW
12	Innensechskantschraube	M8x60	2	3	39-10436-SW
13L	Stützrohrverkleidung links		1	2+13R	36-2429-05-BT
13R	Stützrohrverkleidung rechts		1	2+13L	36-2429-06-BT
14	Achsbolzen für Fußhebelstütze	10x57	2	7	36-2429-21-BT
15	Achsbolzen für Fußhebel	10x45	2	5	36-2429-22-BT
16	Innensechskantschraube	M6x16	4	14+15	39-10120
17	Innensechskantschraube	M8x20	4	10	39-9886-SW
18	Computer		1	2	36-2429-03-BT
19	Sechskantschraube	M8x40	2	39	39-10125-VC
20	Innensechskantschraube	M8x20	4	5+8	39-10095-CR
21	Innensechskantschraube	M8x16	4	3+9	39-9823-VC
22	Innensechskantschraube	M8x16	4	2	39-9913-SW
23	Sechskantschraube	M8x40	6	56	39-10132-CR
24	Sechskantschraube	M8x16	4	37	39-10041
25	Sechskantschraube	M8x20	2	35	39-10095-SW
26	Kreuzschlitzschraube	4.2x18	27	13,48,54,55,75,80+97	36-9111-38-BT
27	Kreuzschlitzschraube	5x10	4	18	39-9903-SW
28	Schlossschraube	M8x55	2	11	39-9919
29	Distanzring	17//22	4	37	36-9925523-BT
30	Achsmutter	M12	2	65	36-2310-33-BT
31	Unterlegscheibe	8//32	6	20+25	39-10180-CR
32	Federring	für M8	26	12,17,20-22,24,25+28	39-9864-SW
33	Unterlegscheibe	8//20	8	12,24+28	39-10018

Abb.- Nr.	Bezeichnung	Abmessung mm	Menge	Montiert an Abb. Nr.	ET Nummer
34	Unterlegscheibe	8//16	12	19,22+23	39-9861-CR
35	Handgriffachse		1	2+4	33-2429-15-SI
36	Unterlegscheibe gebogen	8//20	8	17+21	39-10232-CR
37	Rollenachse	17x59	2	42	36-1621-31-BT
38	Wellscheibe	17//22	6	5,8+35	36-9918-22-BT
39	Transportrolle		2	11	36-2429-20-BT
40	Selbstsichernde Mutter	M8	8	19-23	39-9918-CR
41	Antirutschpad		1	18	36-2429-29-BT
42	Kugellager	6003Z	4	39	36-1260-36-BT
43	Mutter	M10	4	45	39-9981
44	Stopfen oval		6	3+11	36-2429-14-BT
45	Fußschraube		6	3+11	36-2429-13-BT
46	Handgriffüberzug		2	9	36-2429-16-BT
47	Pulsgriffüberzug		2	10	36-2429-15-BT
48	Pedalarmverkleidung		2	8	36-2429-07-BT
49	Abdeckkappe		2	48	36-2429-08-BT
50	Kunststofflager	32x16x22	14	2,4,6+7	36-2429-23-BT
51	Kunststofflager	28x10x18	4	6	36-2429-24-BT
52	Kunststofflager	32x10x15.5	4	5	36-2429-25-BT
53	Kunststoff-Distanzstück	32x16x14	2	3	36-2429-26-BT
54	Gleitschiene		2	3	33-2429-16-SW
55	Pulssensor		2	9	36-1127-07-BT
56L	Fußschale links		1	5L	36-2429-09-BT
56R	Fußschale rechts		1	5R	36-2429-10-BT
57	Motorkabel		1	58+80	36-2429-11-BT
58	Verbindungskabel		1	18+57	36-2429-12-BT
59	Pulskabel		2	18+55	36-1621-17-BT
60	Netzteil	9V=DC/1A	1	100	36-1420-17-BT
61	Schraubenkappe	M8	6	24+25	36-9214-33-BT
62	Endkappe		2	5	36-2429-17-BT
63	Griffknauf		2	10	36-9825315-BT
64	Rundstopfen		2	9	36-9988-32-BT
65	Tretachse		1	78	33-2429-17-SI
66	Magnet		1	78	36-9128-85-BT
67	Mutter	M6	2	69	39-9861-VC
68	Mutter	M5	2	71	39-10012
69	Augenschraube		2	99	39-10000
70	U-teil		2	69	36-9713-55-BT
71	Sechskantschraube	M5x60	2	82	39-10406
72	Sechskantschraube	M6x15	2	73	39-10120
73	Magnetbügelachse		1	82	33-1621-19-SI
74	Feder		1	81	36-9107-62-BT
75L	Verkleidung links		1	1+75R	36-2429-01-BT
75R	Verkleidung rechts		1	1+75L	36-2429-02-BT
76	Rundverkleidung		2	75	36-2429-04-BT
77	Flachriemen	390J	1	78+98	36-9913116-BT
78	Tretkurbelscheibe		1	65	36-2429-18-BT
79	Spannrolle		1	1	36-9211-28-BT
80	Stellmotor		1	1+57	36-2429-19-BT
81	Seilzug		1	97	36-1621-42-BT
82	Magnetbügel		1	73	33-2429-18-SI
83	Sechskantschraube	M8x12	3	65+78	36-1621-46-BT
84	Federring	für M6	2	72	39-9865-CR
85	Unterlegscheibe	10//14	1	89	36-9211-15-BT
86	Unterlegscheibe	6//16	2	72	39-10013-VC
87	Wellscheibe	21//25	1	65	36-9925523-BT
88	Wellscheibe	12//14	1	73	36-9126-57-BT
89	Selbstsichernde Mutter	M10	1	79	39-9981
90	Sicherungsring	C 20	2	65	36-9925520-BT
91	Sicherungsring	C 12	2	73	39-10176
92	Kugellager	6004z	2	1	36-1621-40-BT
93	Kugellager	6000z	2	98	36-9317-21-BT
94	Achsmutter	M10x1	2	99	39-9820

Abb.- Nr.	Bezeichnung	Abmessung mm	Menge	Montiert an Abb. Nr.	ET Nummer
95	Achsmutter schmal	M10x1	2	99	39-9820-SI
96	Distanzring		1	99	36-9126-58-BT
97	Sensorhalter		1	1+101	36-9119-22-BT
98	Schwungrad		1	99	33-2429-19-SI
99	Schwungradachse		1	98	33-2429-20-SI
100	Netzanschlusskabel		1	57+75L	36-1621-26-BT
101	Sensor		1	57+97	36-9814-21-BT
102	Laufrolle		1	6	36-2429-27-BT
103	Maulschlüssel		1		36-2466-16-BT
104	Innensechskantschlüssel	5	1		36-9119-34-BT
105	Innensechskantschlüssel	6	1		36-9116-14-BT
106	Multischlüssel		1		36-9107-28-BT
107	Montage- und Bedienungsanleitung		1		36-2429-30-BT

