

Romaskine

ACCORD



DK

Montagevejledning

1. Resumé af dele	Side 3
2. Vigtige anbefalinger og sikkerhedsoplysninger	Side 12
3. Liste over dele	Side 13 - 14
4. Monteringsvejledning med eksploderede diagrammer	Side 15 - 16
5. Computerinstruktioner	Side 17
6. Drifts- og udøvelsesinstruktioner	Side 18
7. Rengøring, opbevaring, kontroller, fejlfinding, opvarmningsøvelser (opvarmning)	Side 19 - 20
8. Træningsinstruktioner	Side 20

Kære kunde,

Vi lykønsker dig med dit køb af denne sportsudstyr til hjemmetræning og håber, at vi vil have en stor glæde med det. Vær opmærksom på de vedlagte noter og instruktioner, og følg dem nøje med hensyn til montering og brug.

Tøv ikke med at kontakte os når som helst, hvis du har spørgsmål.

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert



Vigtige anbefalinger og Sikkerhedsinstruktioner

Vores produkter er alle TÜV-GS testet og repræsenterer derfor de højeste aktuelle sikkerhedsstandarder. Denne kendsgerning gør det imidlertid ikke unødvendigt at overholde følgende principper strengt.

1. Saml maskinen nøjagtigt som beskrevet i monteringsvejledningen og brug kun de vedlagte, specifikke dele af maskinen. Før montering skal du kontrollere, om leveringen er fuldstændig i forhold til leveringsmeddelelsen og kartonens fuldstændighed mod monteringsstrinnene i installations- og betjeningsvejledningen.
2. Kontroller alle skruer, møtrikker og andre tilslutninger, før du bruger maskinen første gang og med regelmæssige intervaller for at sikre, at træneren er i sikker tilstand.
3. Placer maskinen på et tørt, plant sted og beskyt den mod fugt og vand. Ujævne dele af gulvet skal kompenseres ved passende forholdsregler og med de medfølgende justerbare dele af maskinen, hvis sådanne er installeret. Sørg for, at der ikke kommer nogen kontakt med fugt eller vand.
4. Placer en passende base (f.eks. Gummimåtte, træplade osv.) Under maskinen, hvis maskinens område skal være specielt beskyttet mod indryk, snavs osv.
5. Fjern alle genstande inden for en radius på 2 meter fra maskinen, inden du begynder at træne.
6. Brug ikke aggressive rengøringsmidler til at rengøre maskinen og brug kun det medfølgende værktøj eller egnet værktøj, der er egnet til at samle maskinen og til nødvendige reparationer. Fjern svedråber fra maskinen umiddelbart efter afsluttet træning.
7. **ADVARSEL!** Systemer med hjertefrekvensovervågning kan være upræcise. Overdreven træning kan føre til alvorlig helbredsskade eller død. Konsulter en læge, inden du starter et planlagt træningsprogram. Han kan definere den maksimale anstrengelse (puls, watt, træningens varighed osv.), Som du kan udsætte dig selv og kan give dig præcise oplysninger om den korrekte kropsholdning under træning, målene for din træning og din diæt. Træn aldrig efter at have spist store måltider.
8. Brug kun maskinen, når den er i den rigtige funktionsmåde. Brug kun originale reservedele til nødvendige reparationer. **ADVARSEL!** Udskift de slidte dele med det samme, og hold dette udstyr ubrugt, indtil det er repareret.
9. Når du indstiller de justerbare dele, skal du observere den korrekte position og de markerede, maksimale indstillingspositioner og sørge for, at den nyligt justerede position er korrekt sikret.
10. Maskinen må kun bruges til træning af en person ad gangen, medmindre andet er beskrevet i instruktionerne. Træningstiden bør ikke overhales 60 minutter / dagligt.


11. Bær træningstøj og sko, der er egnede til konditionstræning med maskinen. Dit tøj skal være sådan, at de ikke kan fange under træning på grund af deres form (f.eks. Længde). Dine træningssko skal være passende til enheden, skal støtte dine fødder solidt og skal have skridsikre såler.

12. **ADVARSEL!** Hvis du bemærker en følelse af svimmelhed, sygdom, brystmerter eller andre unormale symptomer, skal du stoppe træningen og konsultere en læge.

13. Glem aldrig, at sportsmaskiner ikke er legetøj. De må derfor kun bruges i henhold til deres formål og af passende informerede og instruerede personer.

14. Mennesker som børn, invalide og handicappede skal kun bruge maskinen i nærværelse af en anden person, der kan yde hjælp og råd. Tag passende forholdsregler for at sikre, at børn aldrig bruger maskinen uden tilsyn.

15. Sørg for, at den person, der leder træning, og andre mennesker aldrig bevæger eller holder nogen dele af kroppen i nærheden af bevægelige dele.

16.  Efter udløbet af levetiden må dette produkt ikke bortskaffe det normale husholdningsaffald, men det skal gives til et samlingssted til genanvendelse af elektriske og elektroniske komponenter. Du finder muligvis symbolet på produktet, i instruktionerne eller på emballagen.

17. Materialerne kan genbruges i overensstemmelse med deres mærkning. Med genanvendelse, materialebrug eller beskyttelse af vores miljø. Spørg den lokale administration om det ansvarlige bortskaffelsessted.

18. For at beskytte miljøet må du ikke bortskaffe emballagematerialer, brugte batterier eller dele af maskinen som husholdningsaffald. Læg disse i de passende opsamlingsbeholdere, eller før dem til et passende opsamlingssted.

19. Rækkevælgmodstand er justerbar. Så dette produkt har et hastighedsafhængigt system, hvilket betyder, at den hydrauliske vælgmodstand ikke påvirkes af roehastigheden.

20. CE-mærkning af dette emne er med hensyn til den elektromagnetiske kompatibilitet (EF-direktiv 2004 / 108EG) såvel som den elektriske sikkerhed.

21. Denne maskine er testet og certificeret i overensstemmelse med EN ISO 20957-1: 2013 og EN 957-7: 1998 H / C. Den maksimalt tilladte belastning (= kropsvægt) er specificeret som 120 kg.

22. Monterings- og betjeningsvejledningen er en del af produktet. Hvis der sælges eller videregives til en anden person, skal dokumentationen leveres med produktet.

Parts List – Spare Parts List Accord Order No. 9904(A)

Technical data: Issue: 01. 09. 2019

- 12 trins justerbar roemodstand
- vandret justerbar for forskellige kropshøjder
- 4-trins hældning justerbar
- behageligt sæde med lette glidevalser
- kan klappes sammen, for at spare plads
- Computer viser tid, slag, slag pr. Minut, slag totalt og ca. kalorier
- maks. 120 kg (kropsvægt)

Pladsbehov ca. L 132 x B 159 x H 70 cm

Fold plads ca. L 95 x B 48 x H 28 cmcm

Kontakt os, hvis komponenter er defekte eller mangler, eller hvis du har brug for reservedele eller udskiftninger i fremtiden.

Internet service- and spare parts data base:
www.christopeit-service.de

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert
Telefon: +49 (0) 20 51 - 6 06 70
Telefax: +49 (0) 20 51 - 6 06 74 4
e-mail: info@christopeit-sport.com
www.christopeit-sport.com

Dette produkt er kun oprettet til privat hjemmesportsaktivitet og er ikke tilladt for os i et kommercielt eller professionelt område.
Home Sport use class H/C

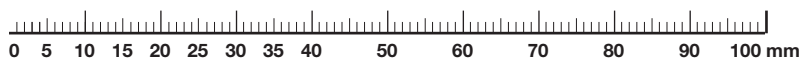


Illustration No.	Designation	Dimesnion mm	Quantity	Attached to illustration No.	ET number
1	Main frame		1		33-9904-31-SI
2	Front frame		1	1	33-9904-32-SI
3	Incline adjuster		1	1	33-9904-03-SI
4	Seat carriage		1	35	33-9904-11-SI
5L	Extension rowing arm left		1	1	33-9904-22-SI
5R	Extension rowing arm right		1	1	33-9904-23-SI
6L	Rowing arm left		1	7L	33-9904-06-SI
6R	Rowing arm right		1	7R	33-9904-07-SI
7L	Pivot connector left		1	5L+6L	33-9904-09-SI
7R	Pivot connector right		1	5R+6R	33-9904-10-SI
8	Foot pedal axle		1	2	33-9904-33-SI
9	Seat sliding tube		2	1+3	33-9904-04-CR
10	Plastic cap		3	1+2	36-9904-51-BT
11	Pulling plate		1	4	33-9904-12-SI
12	Round plug		2	2	36-9904-21-BT
13	Square plug	45x45	1	2	36-9904-20-BT
14	End cap		3	1+2	36-9904-19-BT
15	Plastic slide		1	1	36-9904-18-BT
16	Foot pedal		2	8	36-1260-10-BT
17	Square plug	38x38	2	3	36-9904-09-BT
18	End cap		2	1	36-9904-52-BT
19	Locking pin		2	1	36-9211-18-BT
20	Rubber ring buffer		4	9	36-9904-28-BT
21	Round cap		4	9	36-9904-14-BT
22	Bolt	M6x45	4	4	39-10085
23	Plastic bushing		4	22	36-9904-54-BT
24	Washer	6//12	8	22+36	39-10007-CR
25	Spring washer	for M6	4	22	39-9865-CR
26	Cap nut	M6	4	22	39-9969
27	Cap nut	M8	4	30	39-9900
28	Roller		4	30	36-9904-10-BT
29	Plastic bushing		2	30	36-9904-11-BT
30	Axle with double thread	M8	2	4+28	36-9904-04-BT
31	Washer	8//16	10	30, 37+46	39-9862
32	Spring washer	for M8	14	30+40	39-9864-VC
33	Knob		2	1+5	36-9904-12-BT
34	Washer	10//20	2	33	39-9989-CR
35	Seat		1	4	36-9904-06-BT
36	Cross head bolt	M6x14	4	4+35	39-9911
37	Hexagon bolt	M8x45	4	1, 3+9	39-10110

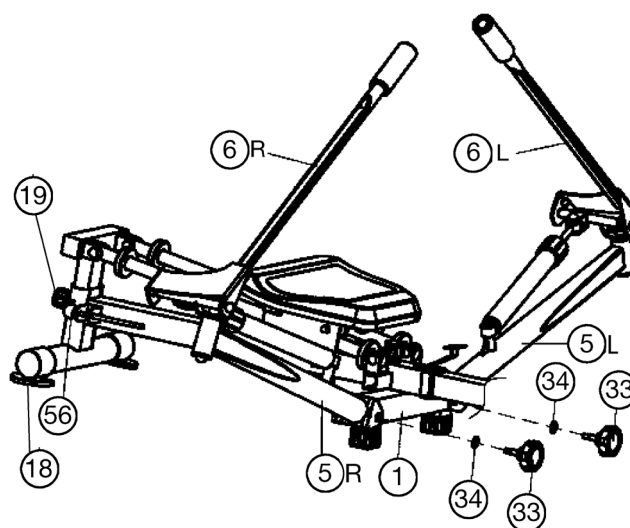
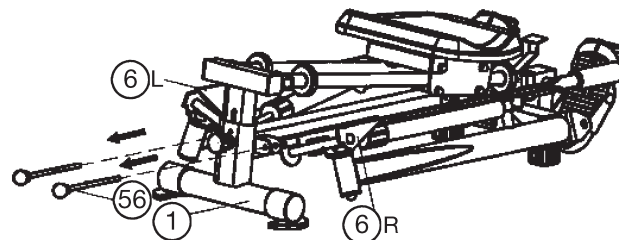
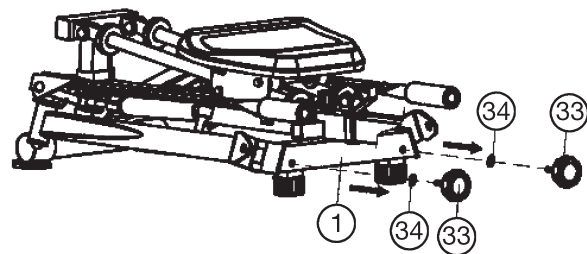
Illustration No.	Designation	Dimesnion mm	Quantity	Attached to illustration No.	ET number
38	Nylon nut	M8	6	37+46	39-9818-CR
39	Washer	8//22	8	40	39-10018
40	Hexagon bolt	M8x15	10	5, 7+8	39-10247
41	Hexagon bolt	M12x75	2	1+5	39-9984
42	Washer	13//24	4	41	39-10135
43	Spring washer	for M12	2	41	36-9519924-BT
44	Nylon nut	M12	2	41	39-9986
45	Hydraulic cylinder		2	5+7	36-9904-08-BT
46	Hexagon bolt	M8x40	2	7+45	39-10125-VC
47	Plastic washer		4	6	36-9904-33-BT
48	Plastic bushing		4	5	36-9904-55-BT
49	Plastic grip		2	6	36-9904-26-BT
50	Foam hand grip		2	49	36-9904-23-BT
51	Computer		1	1	36-9904-53-BT
52	Sensor wire		1	1+51	36-9904-31-BT
53	Self-tapping screw	3x10	2	52	39-10127
54	Square plug		2	1	36-9904-17-BT
55	Round magnet		1	4	36-9904-32-BT
56	Locking pin		2	1+6	36-9904-15-BT
57	Plastic tube plug		2	6	36-9904-22-BT
58	Neck bushing		1	1+3	36-9904-13-BT
59L	Torsion spring left		1	7L	36-9904-56-BT
59R	Torsion spring right		1	7R	36-9904-57-BT
60	Ball cap	for M8/14	16	37, 40+46	36-9988109-BT
61	Ball cap	for M8//13	6	38	36-9214-33-BT
62	Washer	8//32	2	40	39-10166
63	Assembly and exercise instruction		1		36-9904-59-BT

Monteringsvejledning

Fjern alle separate dele fra emballagen, læg dem på gulvet, og kontroller, at alle er der på grundlag af pakkelisten i denne vejledning til montering og brug. Bemærk, at et antal dele er forbundet direkte til hoveddrammen og forudmonteret. Derudover er der flere andre individuelle dele, der er knyttet til separate enheder. Dette vil gøre det lettere og hurtigere for dig at samle udstyret. Samlingstid: 10 min.

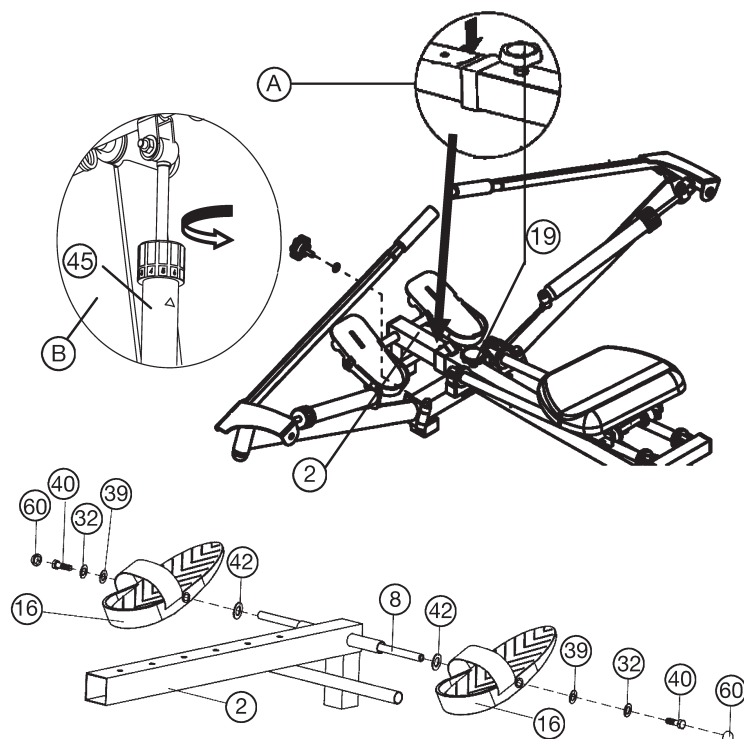
Trin 1: Udfoldning af romaskinen.

1. Skru de to håndgrebskruer (33) ud af hoveddrammen (1), og træk derefter de to låsestifter (56) ud.
2. Fold forlængelses-roarmene (5) ud, og placer de to håndgrebskruer (33) med flade skiver (34) i hoveddrammen (1). Indsæt de to låsestifter (56) i hullerne i bagenden af hoveddrammen. (Fold foldemaskinen i omvendt rækkefølge.)
3. Drej hurtigudløseren (19) tilbage i bunddrammen (1), og sæt fodkapperne (18) i fodrøret fra bunddrammen (1)



Trin 2: Justering af fodlængde og romodstand.

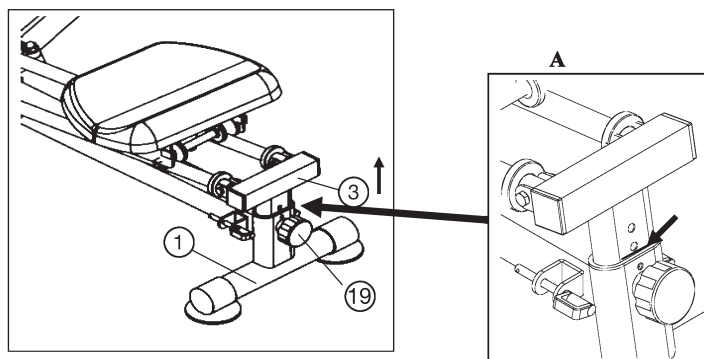
1. Skru hurtigudløseren (19) af, og løft lidt op for at trække det teleskopiske forlængelsesrør (2) så langt frem som ønsket for behagelig benforlængelse. Lås denne position med hurtigudløseren (19) og skru fast. Bemærk: Træk ikke forlængelsesrøret (2) længere end den markerede maks.-linje (se tegning A).
2. Sæt på begge sider af fodpedalholderen (8) på hver en stor skive (42) og en fodpedal (16). Sæt en fjederskive (32) og en spændeskive (39) på skruen (40), og spænd dem for at fastgøre fodpedalerne (16) ved fodpedalholderen (8). Skub skruehætterne (60) på skruehovedet på skruen (40).
3. Hydraulikcylindrene (45) er designet med 12 sektioner for forskellig vægtmodstand. Bare drej den øverste ring på cylindrene (45) og drej den designede figur, der peger på pilens etiket på cylinderens hoveddel, som vist på tegning B).



Trin 3:

Justering af sædets hældning.

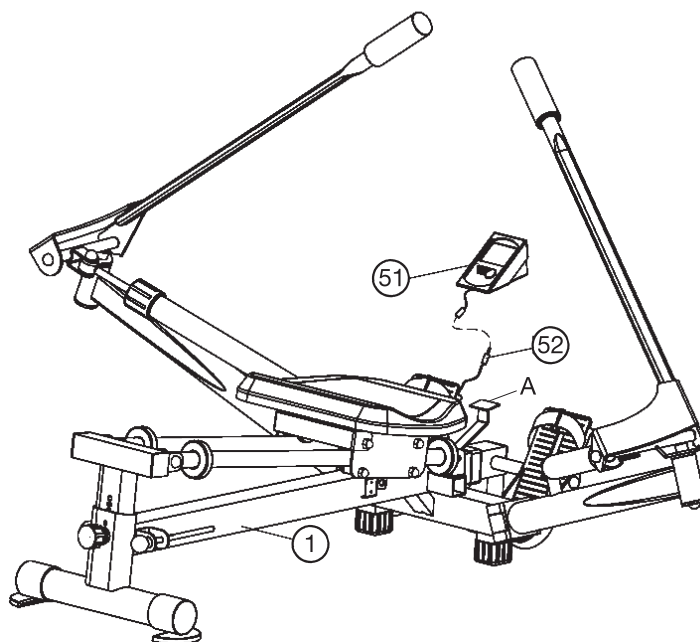
(3) 1. Denne romaskine er designet til 4 hældningspositioner i bagenden. Sæt hurtigudløserknappen (19) i bagenden af hovedrammen (1). Løsn knaphovedet med hurtig frigørelse (19) et par vendinger, og træk drejknappen ud. Løft den bageste skrå justering (3) til den ønskede højdeposition og juster hullerne for at låse drejknappen for den ønskede hældningsposition. Bemærk: Træk ikke den bageste skrå justering (3) længere end den markerede maks.-linje (se tegning A).



Trin 4:

Montering af computer.

(A) 1. Tag computeren (51) ud af emballagen, og indsæt batterierne (Type "AA" -1,5 V penceller) ved at se efter den rigtige polaritet på bagsiden af computeren (51). (Batterier til computeren er ikke inkluderet i denne vare. Køb dem venligst på dit lokaliserede marked.) Tilslut sensor-kablet (52) med kablet til computeren (51) og skub computeren (51) på beslaget (B) (A), der svejses på den forreste del af jordsrammen (1).



TRIN 5:

Checks

1. Kontroller den korrekte installation og funktion af alle skruede og stikforbindelser.
2. Installationen er dermed afsluttet.
3. Når alt er i orden, skal du gøre dig bekendt med maskinen i en lav modstandsindstilling og foretage dine individuelle justeringer.

Bemærk:

Opbevar instruktionerne et sikkert sted, da disse kan kræves til reparationer eller reservedelsbestillinger senere bliver nødvendige. Computeren skifter automatisk ca. 4 minutter efter træning er stoppet. Alle opnåede værdier indtil vil blive slettet.

Advarsel

Rør aldrig ved den hydrauliske cylinder under eller umiddelbart efter træningen, da den kan blive meget varm afhængig af brugen. I nogle tilfælde, til trods for streng kvalitetskontrol, forekommer det, at små malerier eller andre små partikler løses fra bevægelige dele, eller olie kan dryppe fra de hydrauliske cylindre. Derfor skal du beskytte dit gulv eller tæppe ved at lægge en måtte eller klud under produktet.



Computer instruktioner for 9904(A)

Den medfølgende computer muliggør den mest praktiske træning. Hver værdi, der er relevant for træning, vises i et tilsvarende vindue. Fra begyndelsen af træningen vises den krævede tid, beats / minute, roer beats, det omtrentlige kaloriforbrug og beats Total. Alle værdier tælles fra nul og opad.

Computeren tændes ved kort at trykke på tasten eller blot ved at begynde at træne. Computeren begynder at registrere og vise alle værdier. For at stoppe computeren skal du bare stoppe træningen. Computeren stopper alle målinger og bevarer de sidst opnåede værdier. De sidst opnåede værdier i funktionerne TID, ROWER BEATS, CALORIES gemmes, og træningen kan fortsætte med disse værdier, når træningen genoptages.

Computeren skifter automatisk ca. 4 minutter efter træning er stoppet. Alle værdier, der er opnået indtil det tidspunkt, gemmes og vises igen, når træningen genoptages. Det er derefter muligt at fortsætte træningen fra disse værdier.

Display:

1. 1. "Zeit" -visning:

Den aktuelt krævede tid vises i minutter og sekunder.
De sidst opnåede værdier med denne funktion gemmes.

2. 2. "Ruderschläge" display:

De aktuelle rodtakt vises. De sidst opnåede værdier med denne funktion gemmes

3. "Schläge / Minute" (beats per minut) display:

Den aktuelle hastighed i slag pr. Minut vises. De senest nåede værdier kan ikke gemmes i denne funktion som beskrevet ovenfor. (Maks. Visningsgrænse er 199 slag pr. Minut)

4. 4. display "Kalorien":

Den aktuelle status for de forbrugte kalorier (Kcal) vises. De sidst opnåede værdier med denne funktion gemmes.

5. 5. "Schläge-Total" -visning:

De aktuelle rodtakt for alle træningssessioner vises. De sidst opnåede værdier med denne funktion gemmes

6. 6. "SCAN" -funktion:

Hvis denne funktion er valgt, vises de aktuelle værdier for alle funktioner successivt i en konstant sekvens ca. hvert 5. sekund.

Nøgle:

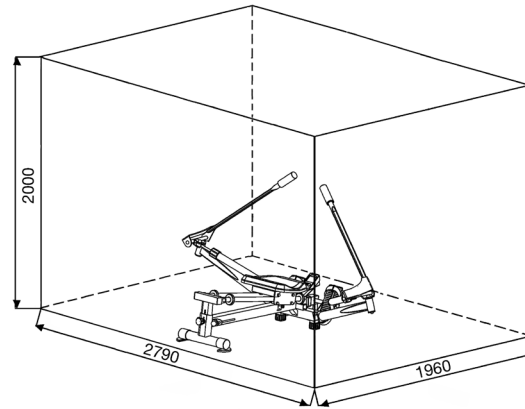
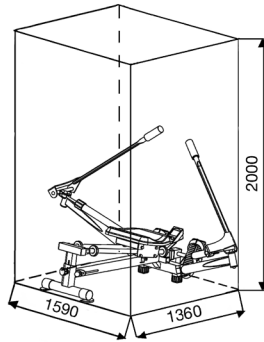
Et kort tryk på denne tast gør det muligt at skifte fra en funktion til en anden. Den aktuelt valgte funktion vises med et ikon i det respektive vindue.

Hvis tasten holdes længere (ca. 3 sekunder), slettes alle sidst opnåede værdier med undtagelse af værdierne i displayet "Schläge-Total".



Training area in mm
(for home trainer and user)

Free area in mm
(Training area and security area
(rotating 60cm))



Rengøring, kontrol og opbevaring af hjemmecyklen:

1. Rengøring

Brug kun en mindre våd klud til rengøring. Forsigtig: Brug aldrig benzen, tyndere eller andre aggressive rengøringsmidler til rengøring af overfladen, da denne skade er forårsaget. Enheden er kun til privat hjemmebrug og til brug egnet indendørs. Hold enheden ren og fugtighed fra enheden.

2. Opbevaring

Fjern batterierne fra computeren, mens du har tænkt enheden i mere end 4 uger for ikke at bruge. Fold sæderammen op, indtil den er låst. Vælg et tørt opbevaringsrum og sprøjt lidt olie på tråden på styret og på gevindet til hurtigudløseren til foldning. Dæk cyklen for at beskytte den mod at blive misfarvet af sollys og beskyt gennem støv.

3. Kontrol

Vi anbefaler hver 50 time at gennemgå skrueforbindelserne for tæthed, som blev forberedt i samlingen. Hver 100 driftstimer skal du sprøjte noget olie på tråden på styret boltene og på gevindet med hurtig frigørelse for opfoldning funktion.

Fejlfinding

Hvis du ikke kan løse problemet med følgende oplysninger, skal du kontakte det autoriserede servicecenter.

Problem	Possible Cause	Solution
Computer has no value at Display if you press any key.	No Batteries insert or batteries empty	Check the position of batteries at battery compartment or replace batteries.
Computer is not counting data and do not switch on after start cycling.	Sensor impulse missing base on not well plugged connection	Check the plug connections at computer and under the fold up construction.
Computer is not counting data and do not switch on after start cycling.	Sensor impulse missing base on not correct position of sensor.	Check the distance between magnet and sensor. The magnet which is positioned at seat slide should have only less than < 5mm distance against the sensor position.

Service / Hersteller

Bei Reklamationen, notwendigen Ersatzteilbestellungen oder Reparaturen wenden Sie sich bitte an unsere Service Abteilung.

Internet Service- und Ersatzteilportal:
www.christopeit-service.de



© by Top-Sports Gilles GmbH
D-42551 Velbert (Germany)

Service:

Tel.: +49 (0)2051/6067-0
Fax: +49 (0)2051/6067-44

Top-Sports Gilles GmbH

Friedrichstrasse 55
D - 42551 Velbert

info@christopeit-sport.com
<http://www.christopeit-sport.com>

