



Használati útmutató

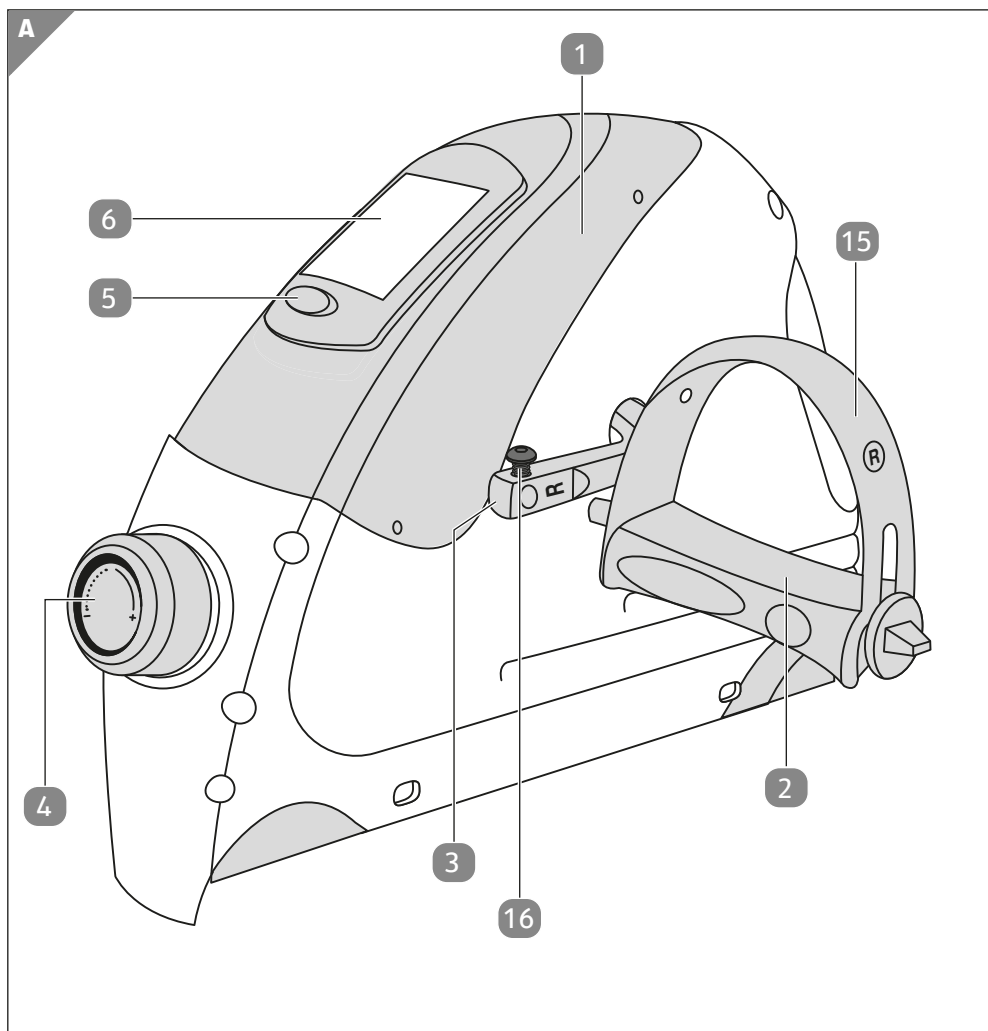
crane[®]

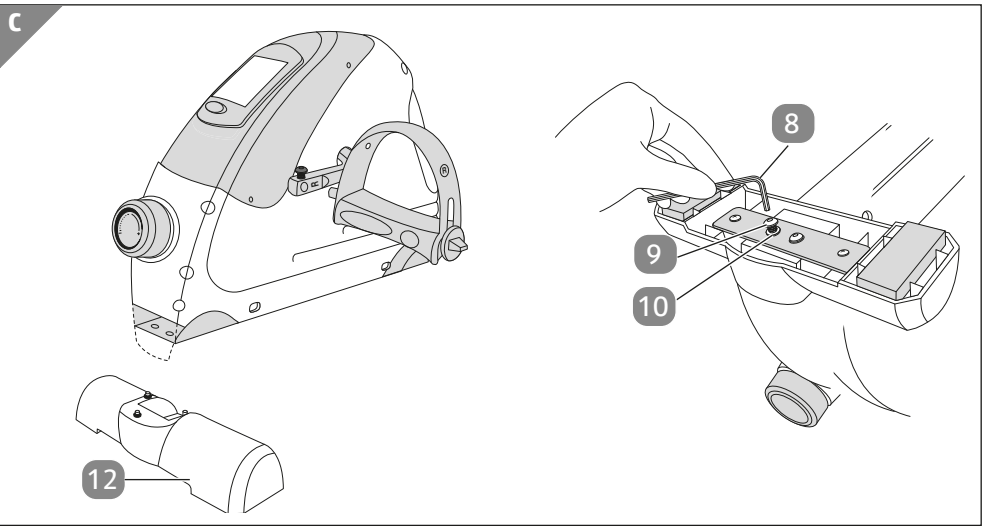
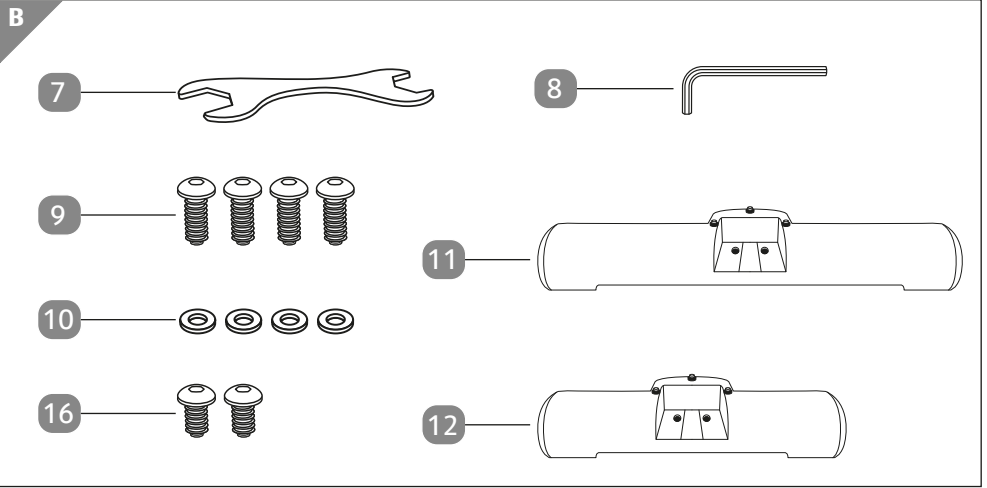
KAR- ÉS LÁBERŐSÍTŐ

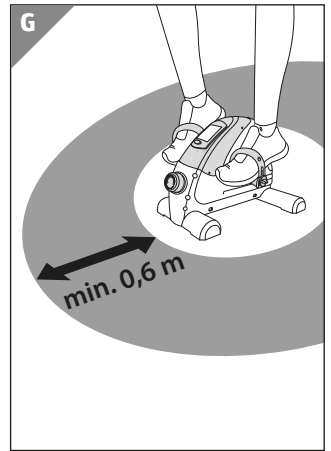
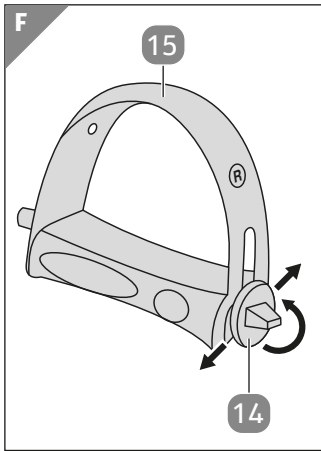
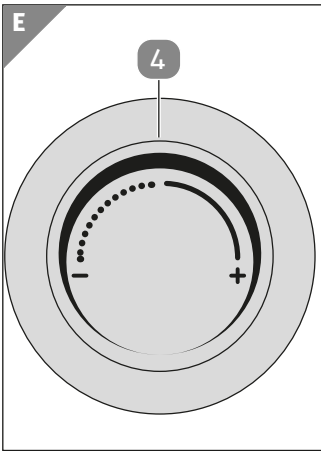
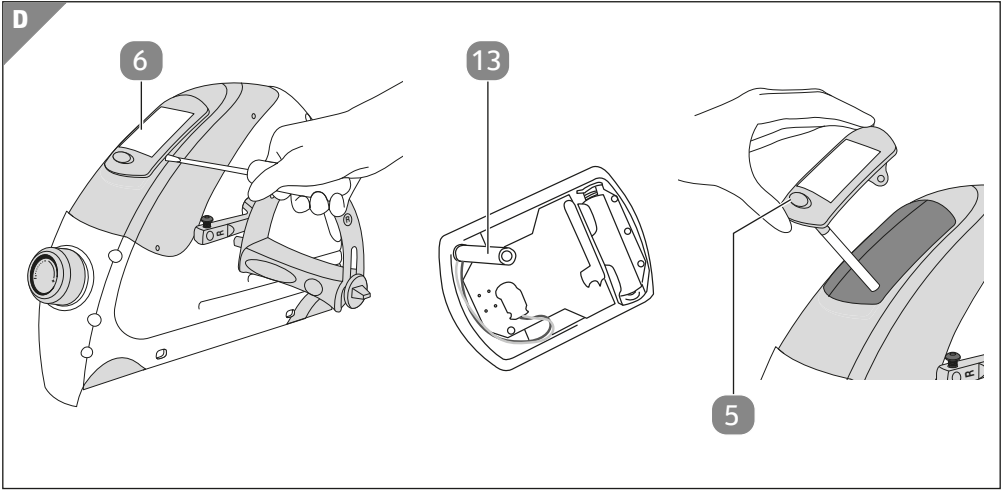


Tartalom

Áttekintés	3
Használata	4
A csomag tartalma/a készülék részei	6
Általános tájékoztató	7
Olvassa el és őrizze meg az útmutatót.....	7
Jelmagyarázat	7
Biztonság	8
Rendeltetésszerű használat	8
Biztonsági utasítások	8
Első használatba vétel	13
A kar- és láberősítő, valamint a csomag tartalmának ellenőrzése	13
A tartólábak felszerelése	13
A pedálok felszerelése	14
Az elemek behelyezése	14
A számítógép kijelzett értékei és funkciói	15
A számítógép be- és kikapcsolása.....	15
A forgási ellenállás módosítása.....	15
A pedálkengyelek beállítása	16
Edzés	16
Az edzés céljai.....	16
Fontos szempontok az edzés sikerességéhez	16
Ki edzhet?.....	16
Terhelés	17
Tipppek a sikeres és egészséges edzéshez	17
Bemelegítő feladatok.....	17
Nyújtó gyakorlatok.....	18
Útmutató a gyakorlatokhoz.....	19
Tisztítás és karbantartás	20
Tárolás	20
Hibakeresés	20
Műszaki adatok	21
Megfelelőségi nyilatkozat	21
Leselejtezés	21
A csomagolás leselejtezése.....	21
Elhasznált készülékek leselejtezése	21







A csomag tartalma/a készülék részei

- 1 Kar- és láberősítő
- 2 Pedál, 2 darab
- 3 Pedálhajtó kar
- 4 Állítócsavar
- 5 Gombot
- 6 Számítógép
- 7 Villáskulcs
- 8 Imbuszkulcs
- 9 Hengeres fejű csavar, 4 darab
- 10 Alátét, 4 darab
- 11 Hátsó, nagy tartóláb
- 12 Elülső, kis tartóláb
- 13 Érzékelő
- 14 Rögzítőcsavar
- 15 Pedálkengyel
- 16 Hengeres fejű csavar (előszerelt), fekete, 2 darab



A csomag egy darab AAA típusú 1,5 V-os elemet tartalmaz.

Általános tájékoztató

Olvassa el és őrizze meg az útmutatót



A használati útmutató a kar- és láberősítőhöz tartozik. Fontos tudnivalókat tartalmaz az üzembe helyezésről és a kezelésről.

A kar- és láberősítő használata előtt alaposan olvassa el a használati útmutatót, különösen a biztonsági utasításokat. A használati útmutató figyelmen kívül hagyása súlyos sérülésekhez vagy a kar- és láberősítő károsodásához vezethet.

A használati útmutató az Európai Unióban érvényes szabványok és szabályok alapján készült. Vegye figyelembe az adott országban érvényes irányelveket és törvényeket is.

A későbbi használatához őrizze meg a használati útmutatót. Amennyiben a kar- és láberősítőt továbbadja, feltétlenül mellékelje a használati útmutatót is.

Jelmagyarázat

A használati útmutatóban, a kar- és láberősítőn és a csomagoláson a következő jelöléseket használtuk.

FIGYELMEZTETÉS!

A jelzőszimbólum/-szó közepes kockázatú veszélyt jelöl, amelyet ha nem kerülnek el, súlyos, akár halálos sérüléshez vezethet.

VIGYÁZAT!

Ez a jelzőszimbólum/-szó alacsony kockázatú veszélyt jelöl, amelyet ha nem kerülnek el, kisebb vagy közepesen súlyos sérülésekhez vezethet.

ÉRTESÍTÉS!

Ez a jelzőszó a lehetséges anyagi károkra figyelmeztet.



Ez a jel az összeszerelésről, a használatról nyújt hasznos kiegészítő tudnivalókat.



Megfelelőségi nyilatkozat (lásd a „Megfelelőségi nyilatkozat” c. fejezetet): Az itt látható jellel ellátott termékek teljesítik az EK irányelvek követelményeit.



Ne használja a készüléket állva!



www.tuv.com
ID 1419078203

Ellenőrzött biztonság: Az ezzel a jellel ellátott termékek megfelelnek a német termékbiztonsági törvény (Produktsicherheitsgesetz – ProdSG) követelményeinek.

Biztonság

Rendeltetészerű használat

A kar- és láberősítőt kizárólag testmozgásra és az állóképesség növelésére tervezték. Kizárólag személyes használatra szolgál, kereskedelmi célú felhasználásra nem alkalmas. A kar- és láberősítő megfelel a „H” használati besorolás (H = otthoni használat) és a „C” pontossági besorolás (= kis pontosság) követelményeinek.

A kar- és láberősítőt kizárólag a használati útmutatónak megfelelően használja. Bármely más használat rendeltetésellenes használatnak minősül, anyagi kárt és/vagy személyi sérülést okozhat. A kar- és láberősítő nem gyermeknek való játékszer. A kar- és láberősítő nem orvostechikai termék.

A gyártó és a forgalmazó a rendeltetésellenes vagy hibás használatból eredő káro- kért nem vállal felelősséget.

Biztonsági utasítások

A kar- és láberősítő megfelel az EN ISO 20957-1:2013 és az EN ISO 20957-5:2016 európai szabványok, „H” használati besorolás (H = otthoni használat) követelményeinek. A kar- és láberősítő megfelel az EN ISO 20957-1:2013 és az EN ISO 20957-5:2016 európai szabvány „H” használati besorolás (H = otthoni használat) és „C” pontossági besorolás (= kis pontosság) követelményeinek. A kar- és láberősítő nem alkalmas nagy pontosságot igénylő használatra. A kar- és láberősítő az előírt biztonsági tényezők figyelembevételével, az EN ISO 20957-1:2013 és az EN ISO 20957-5:2016 európai szabványoknak megfelelően került bevizsgálásra.

▲ FIGYELMEZTETÉS!

Veszélyes a gyermekekre és a korlátozott fizikai, érzékszervi vagy mentális képességű személyekre (például az idősebb emberekre, és azokra, akik nincsenek fizikai vagy szellemi képességeik teljes birtokában) vagy azon személyekre, akik nem rendelkeznek megfelelő tapasztalattal és tudással (például a nagyobb gyerekekre).

- A kar- és láberősítőt korlátozott fizikai, érzékszervi vagy mentális képességű, ill. kellő tapasztalattal és ismerettel nem rendelkező személyek (pl. gyermekek) csak felügyelet mellett vagy abban az esetben használhatják, ha tisztában vannak az eszköz biztonságos használatával, és megértették az ebből fakadó veszélyeket. Gyermekek nem játszhatnak a kar- és láberősítővel, valamint az eszköz részeivel. Tisztítást és felhasználói karbantartást gyermekek felügyelet nélkül nem végezhetnek.
- Működés közben ne hagyja felügyelet nélkül a kar- és láberősítőt.
- Ne engedje, hogy a gyerekek a csomagolófóliával játsszanak. Játék közben belegabalyodhatnak és megfulladhatnak.
- Ügyeljen rá, hogy a gyermekek ne nyelhessék le az apróbb alkatrészeket (például a csavarokat).

▲ FIGYELMEZTETÉS!**Robbanásveszély!**

Erős hőhatás következtében az elemek felrobbanhatnak.

- Ne forrósítsa fel és ne tegye ki az elemeket nyílt lángnak.
- Ne zárja rövidre az elemeket.
- Ügyeljen rá, hogy az elemeket a helyes polaritással (+ és -) helyezze be.
- Ne töltsen fel a nem újratölthető elemeket.

- Soha ne vegyítsen különböző típusú vagy más gyártóktól származó elemeket. Egyszerre cserélje az egész elemgarnitúrát. Ne használjon egyszerre régi és új elemeket.
- Ne hegesszen vagy forrasszon közvetlenül az elemek közelében.
- Ne szerelje szét az elemeket.
- Az elemeket gyermekek elől elzárva tartsa.
- Ne engedje gyermeknek felügyelet nélkül elvégezni az elemcserét.
- Az éppen nem használt elemeket az eredeti csomagolásban tárolja, és a fém tárgytól tartsa távol.
- Vegye ki az elemeket a kar- és láberősítőből, ha azt hosszabb ideig nem használja.
- A kifolyt elemeket soha ne fogja meg védőfelszerelés nélkül. A kifolyt elemek megérintésekor mindig viseljen védőkesztyűt. Ha az elemből kifolyt sav mégis a bőrére kerül, azonnal öblítse le vízzel az adott területet. Ha a folyadék a szemébe vagy a szájába kerül, azonnal keressen fel egy orvost.
- A lenyelt elem életveszélyes lehet. Az elemeket tartsa távol a gyermekektől.
- A tölthető elemeket feltöltés előtt mindig vegye ki a készülékből.
- Távolítsa el a majdnem teljesen lemerült, ill. üres elemeket az eszközből. Fokozott kifolyásveszély áll fenn. A lemerült elemek ártalmatlanítását szakszerűen végezze (lásd „Ártalmatlanítás”).

▲ VIGYÁZAT!**Sérülésveszély!**

A sérülések megelőzése érdekében győződjön meg róla, hogy elolvasta az előírásokat.

- A kar- és láberősítő használata előtt kérje ki háziorvosa véleményét. A terhes nők különösen legyenek óvatosak.
- Használat után úgy hagyja ott a kar- és láberősítőt, hogy senki ne sérülhessen meg a kiálló alkatrészek miatt.
- Gondoskodjon róla, hogy a kar- és láberősítő stabilan álljon. Csakis szilárd, vízszintes és csúszásmentes felületen eddzen.
- Ne használja a kar- és láberősítőt álló helyzetben.
- Szakszerűtlen vagy túlzásba vitt edzés esetén nem zárható ki az egészségkárosodás.
- Fájdalom, hányinger, szédülés, gyengeség vagy mellkasi fájdalom esetén hagyja abba az edzést, és keressen fel egy orvost.
- A készülék használójának testsúlya nem haladhatja meg a 130 kg-ot. Ellenkező esetben fennáll a személyi sérülések és az anyagi károk veszélye.
- Rendszeresen ellenőrizze a kar- és láberősítőt károsodások és elhasználódás tekintetében (pl. összekötő elemek, pedálok stb.). A kar- és láberősítő biztonsági szintje más módon nem tartható.
- Az edzés helyszínén legalább 0,6 m-es szabad helyet kell hagyni. A szabad területnek – ahonnan a kar- és láberősítő megközelíthető – legalább 0,6 m-rel nagyobbak kell lennie az edzéshez szükséges területnél (lásd G ábra). Ennek a szabad területnek a vészhelyzetben való leszálláshoz szükséges területet is magában kell foglalnia. Ha az edzési célokra szolgáló sporteszközök közvetlenül egymás mellett vannak felállítva, akkor közös szabad terület tartozhat hozzájuk.

ÉRTESÍTÉS!

Meghibásodás veszélye!

A kar- és láberősítő szakszerűtlen használata miatt a termékben kár keletkezhet.

- A kar- és láberősítő a „C” osztályba (= kis pontosság) tartozó eszköz, amely terápiás és egyéb iparszerű használatra nem alkalmas. A kar- és láberősítőt egyszerre csak egy személy használhatja.
- Minden egyes használat előtt ellenőrizze az összes alkatrészt, különösen a pedálokat, hogy a helyükön vannak-e, illetve nem kopottak-e.
- Minden hibás alkatrészt azonnal cseréltesse ki. A helyreállítás befejezése előtt a kar- és láberősítőt tilos használni.
- Ne használja állva a kar- és láberősítőt.
- A kar- és láberősítőt mindig vízszintes, sík felületre helyezze.
- A CE jelölés a kar- és láberősítő elektromágneses összeférhetőségére vonatkozik.
- A kar- és láberősítő sebességfüggetlen eszköz.
- A kar- és láberősítő fékrendszere az állítócsavarral szabályozható.

Első használatba vétel

A kar- és láberősítő, valamint a csomag tartalmának ellenőrzése

ÉRTEŚÍTÉS!

Meghibásodás veszélye!

Ha a csomagolást figyelmetlenül, éles késsel vagy egyéb hegyes tárggyal nyitja ki, a kar- és láberősítő könnyen megrongálódhat.

– Ezért a csomagolás kinyitásakor legyen nagyon óvatos.

1. A kar- és láberősítőt **1** a csomagolásból kivéve ellenőrizze, hogy nem látható-e rajta vagy bármely alkatrészén sérülés. Ha sérülést lát a kar- és láberősítőn, ne használja a terméket. Forduljon a gyártóhoz a jótállási tájékoztatón megadott szervizcímen.
2. Ellenőrizze, hogy a csomag hiánytalan-e (lásd **A** és **B ábra**).

A tartólábak felszerelése

Az összeszerelés és használat során felbukkanó hibák elkerülése érdekében kövesse az alábbi utasításokat lépésről lépésre. A kar- és láberősítő előre össze van szerelve, így csak néhány mozdulatot kell rajta elvégeznie.

1. Vegye ki az előszerelt kar- és láberősítőt **1** a csomagolásból, és helyezze stabil, vízszintes felületre.
2. Dugja a kis tartólábat **12** az elülső befogató pontokba (lásd **C ábra**).
3. Helyezzen egy-egy alátétet **10** a hengeres fejű csavarokra **9**.
Az alátétek megakadályozzák, hogy a hengeres fejű csavarok a kar- és láberősítő használata során keletkező rezgés következtében maguktól meglazuljanak.
4. Rögzítse két hengeres fejű csavarral a kis tartólábat a mellékelt imbuszkulccsal **8** (lásd **C ábra**).
5. Ismételje meg az utolsó két lépést a nagy tartólábbal **11** és a hátsó befogató pontokkal.

A pedálok felszerelése

1. A pedálokat „L” (bal) és „R” (jobb) betűvel jelölték meg a pedálszíjakon és a pedál-hajtókarokon **3**. Ügyeljen arra a szerelés során, hogy a jelölések megegyezzenek. Vegye figyelembe a pedálon feltüntetett információt is
2. Oldja ki az előszerelt fekete hengeres fejű csavarokat **16**.
3. Helyezze a pedálokat **2** a pedál-hajtókarokra **3** és húzza meg a pedálokat a mellékelt csavarkulccsal **7**. Az „R” jelű jobb pedált az óramutató járásával megegyező irányba forgatva húzhatja meg. Az „L” jelű bal pedált az óramutató járásával ellenkező irányba forgatva húzhatja meg.
4. Húzza meg be a pedál-hajtókarokon **3** található fekete hengeres fejű csavarokat **16** az imbuszkulcs **8** segítségével. A fekete hengeres fejű csavarokat **16** nem lehet teljesen behajtani, mert csak a pedál kiegészítő rögzítésére szolgálnak.

Az elemek behelyezése

A komputer használatához egy AAA típusú, 1,5 V-os elemet kell használnia. Az elem előszerelt, és egy biztonsági csíkkal védett.

1. A kar- és lábtréner első használatakor távolítsa el a biztonsági csíkot.

Új elemek behelyezéséhez a következőképpen járjon el:

1. A számítógép óvatos megemeléséhez használjon valamilyen lapos, életlen szerszámot, például egy nagyméretű, laposfejű csavarhúzó (lásd **D ábra**). Azután óvatosan emelje ki a számítógépet **6** a keretből.
2. Helyes polaritással (+ és -) helyezze be az elemeket. Ügyeljen az elemeken és az elemtartón feltüntetett értékekre.
3. Ügyeljen rá, hogy a számítógép érzékelője **13** megfelelően illeszkedjen a készülékházba, és helyezze vissza a számítógépet a helyére (lásd **D ábra**). A gomb **5** nézzen lefele.
4. Ha a képernyő kijelzője halványabbá válik, akkor új elemet kell behelyezni. Minden mentett adat törlődik.

A kar- és lábérősítő immáron üzemkész.

A számítógép kijelzett értékei és funkciói

A számítógépnek kétsoros kijelzője van, melyen megjelennek a különböző funkciók. A felső sorban a sebesség jelenik meg. Az alsó sorban különféle információk állnak rendelkezésére.

Speed	Sebesség km/órában számítva.
TIME	Az edzés alatt eltelt idő percben és másodpercben.
ODO (Total counts)	Az elemek behelyezése óta megtett összútatót mutatja.
RPM (Counts)	A percenkénti pedálfordulatok száma.
DIST (Distance)	Az edzés megkezdése óta megtett táv kilométerben.
CAL (Calories)	Körülbelüli kalóriaelfogyasztás
SCAN	Minden érték néhány másodpercig látható a kijelzőn.



Az értékek törlése

Az összes érték törléséhez tartsa lenyomva kb. 3 másodpercig az gombot **5**.

A számítógép be- és kikapcsolása

Amint megkezdzi a kar- és láberősítővel az edzést, a számítógép magától bekapcsol, és elkezd a mérést. Ha a kar- és láberősítőt több mint 4 percig nem használják, a számítógép automatikusan kikapcsol.

A forgási ellenállás módosítása

A hatékony edzés biztosításához lehetősége van módosítani a forgási ellenálláson. Ehhez egyszerűen csak forgassa el az állítócsavart **4** (lásd **E ábra**).

- Mínusz = kisebb ellenállás a kezdőknek.
- Plusz = nagyobb ellenállás a haladóknak és a profiknak.



Egyértelmű ellenállást észlel, miután az állítócsavart **4** a legkisebb ellenállásig elforgatta. Ne forgassa az állítócsavart ezen az ellenálláson túl, különben az állítócsavar kilazul.

A pedálkengyelek beállítása

A pedálkengyeleken tetszés szerint állíthat.

1. A meglazításhoz forgassa a rögzítőcsavart **14** ütközésig az óramutató járásával ellentétesen. Húzza a pedálkengyelt **15**, hogy beállítsa annak hosszát (lásd **F ábra**).
2. Végül forgassa a rögzítőcsavart ütközésig az óramutató járásával azonosan a pedálkengyel hosszának rögzítéséhez.

Edzés

Az edzés céljai

- Izomfelépítés,
- általános erőnlét,
- kitartás,
- általánosságban véve jobb közérzet.

Fontos szempontok az edzés sikerességéhez

- Rendszeresen eddzen.
- Gondolja át, hogyan halad(t) az edzések során.
- Táplálkozzon kiegyensúlyozottan.

Ki edzhet?

Alapvetően bárki elkezdheti az erőnléti edzéseket, aki testileg egészséges, legyen az illető akár fiatal, akár idős.

Terhelés

VIGYÁZAT!

Sérülésveszély!

Lassan kezdjen neki az edzésnek.

- Nem javasolt az edzést hirtelen megszakítani. Mielőtt elkezdí a tulajdonképpeni gyakorlatokat, azt javasoljuk, először lassú tempóban, kis erőfelfejtéssel melegítsen be. Folytassa az edzést a gyakorlatok befejeztével is még pár percig lassú tempóban, kis erőfelfejtéssel. Azt követően pedig javasolt lazító gyakorlatokat végeznie.

A testnek – különösen a szívnek és a keringésnek – időre van szüksége, hogy alkalmazkodjon az edzés jelentette változásokhoz. Így különösen fontos, hogy az edzést alacsony terheléssel kezdje, és csak nagyon lassan növelje. Továbbá ügyeljen a szünetek betartására is, mind az edzés során, mind utána. Olyan tempóval kezdje az edzést, melyet kellemesnek talál. A rendszeres testmozgás eredményeként növelheti az edzés időtartamát, vagy magasabb nehézségi fokra állíthatja a készüléket.

Tippek a sikeres és egészséges edzéshez

- Viseljen az edzéshez megfelelő ruházatot (például melegítőt). Fontos, hogy a ruha kényelmes és légáteresztő legyen.
- Soha ne eddzen teli hassal.
- Ne eddzen, ha már fáradt vagy kimerült.
- Mindig vegye számításba, hogy teste a sporttevékenységhez sok folyadékot igényel. Gondoskodjon a megfelelő folyadékbevitelről.

Bemelegítő feladatok

Alapvetően minden sporttevékenységet bemelegítéssel javasolt kezdeni. Így stimulálhatja és fokozhatja teljesítőképessége fizikai és pszichés összetevőit. Ezenkívül a bemelegítő gyakorlatok révén jelentősen csökken a sérülések kockázata. Az alábbi gyakorlatokkal a nagyobb izomcsoportok a mozgás révén bemelegednek. Fusson 5–10 percig lazán, egy helyben, avagy a szoba körül. Közben felváltva építse bele a mozgulatsorba olyan ugrásokat, melyek során megfordul, illetve átmozgatja a csípőjét.

Nyújtó gyakorlatok

Az alábbi gyakorlatok könnyű, de célirányos mozgásokat tartalmaznak, melyek élénkítik a testet, beindítják a keringést és rugalmas ízületeket varázsolnak. A nyújtó gyakorlatokat többször végezze el minden egyes edzés előtt, de csak a bemelegítő gyakorlatokat követően.

Vádli:

Mindkét kezével támaszkodjon a falnak. Hajlítsa be előre a jobb lábát, a bal lábát pedig tartsa egyenesen. Nyomja a bal sarkát teljesen a talajhoz. Tartsa ezt a pozíciót mintegy 15–20 másodpercig. Ismételje meg a gyakorlatot a bal lábával.

Comb:

Álljon arccal a fal felé, jobb vagy bal lábát előre téve. Hajlítsa be a csípőjét, és a kezével tartsa meg az egész súlyát. Tartsa közben mindkét lábát egyenesen. Tartsa ezt a pozíciót mintegy 15–20 másodpercig. Ismételje meg a gyakorlatot a másik lábával is.

Comb:

Jobb kezével támaszkodjon a falnak. Fogja meg a bal lábfejét a bal kezével, és húzza lassan a tompora felé. A lábfejét a tompora mögé húzza, ne oldalra. Tartsa ezt a pozíciót kb. 15–20 másodpercig. Ismételje meg a gyakorlatot a jobb lábfejével.

Hát:

Álljon egyenesen, és tegye a jobb karját a feje mögé. Fogja meg a bal kezével a jobb könyökét, és finoman húzza meg, miközben felsőtestét balra dönti. Csípőjét közben ne hajlítsa be. Tartsa ezt a pozíciót mintegy 15–20 másodpercig, majd ismételje meg a gyakorlatot a bal karjával.

Hát:

Feküdjön háttal a padlóra. Rakja keresztbe a jobb lábát át a balon, és húzza a térdét lassan a padló felé. Ügyeljen arra, hogy a vállai közben ne emelkedjenek el a talajról. Tartsa ezt a pozíciót mintegy 15–30 másodpercig. Ismételje meg a gyakorlatot a bal lábával.

Comb/közelítőizmok:

Üljön a földre. Fogja meg mindkét sarkát, és nyomja össze a talpait, míg azok össze nem érnek. Döntse előre a csípőjét, és közben tartsa egyenesen a hátát. Tartsa ezt a pozíciót mintegy 15–30 másodpercig.

Hát és vállak:

Üljön egyenesen, keresztbe tett lábakkal (törökülésben) a padlóra. Kulcsolja össze a kezét, és nyújtsa ki egyenesen a karjait a feje fölé. Az állát közben tartsa felfelé. Tartsa ezt a pozíciót mintegy 15 – 30 másodpercig.

Útmutató a gyakorlatokhoz

VIGYÁZAT!

Sérülésveszély!

Figyeljen a testi tünetekre.

- Azonnal szakítsa félbe az edzést, ha gyengének érzi magát vagy szédeleg. Rosszullét, mellkasi vagy végtagfájdalmak, gyors szívdobogás vagy más tünetek esetén azonnal forduljon orvosához.
- Ne használja a kar- és láberősítőt álló helyzetben.

A bemelegítést követően elkezdheti a gyakorlatokat.

Lábizomzat



Ügyeljen rá, hogy elegendő mozgásteret legyen!

Az edzőterület körül minimum 0,60 m területet szabadon kell hagyni (lásd **G ábra**).

Helyezze a kar- és láberősítőt **1** szilárd, vízszintes, csúszásmentes felületre, és üljön egy székre vagy egy fotelba. Helyezze a lábait a pedálokra **2**. Közben győződjön meg róla, hogy lábai megfelelően rögzültek a pedálkengyelek **15** révén – megelőzve a lecsúszást. A szék és a készülék közötti távolság akkora legyen, hogy ha az egyik lába be van hajlítva, közben a másikat teljesen ki tudja nyújtani. Kezdje el a lábtréninget. A pedált előre és hátrafele is tekerheti.

Karizomzat

Helyezze a kar- és láberősítőt **1** maga elé egy asztalra. Majd a pedálokat **2** vegye biztosan a kezébe. Kezdje el a kéztréninget. A pedált előre és hátrafele is tekerheti.

Tisztítás és karbantartás

ÉRTESÍTÉS!

Meghibásodás veszélye!

A kar- és láberősítő szakszerűtlen kezelése károkhoz vezethet.

– Ne használjon agresszív tisztítószert, éles vagy fémes tisztítóeszközt, például kést, kemény spatulát és más hasonló tárgyakat. Ezek károsíthatják a felületet.

1. Rendszeres időközönként (egy- vagy kéthavonta), illetve ha hosszabb ideig nem használja a készüléket, ellenőrizze, hogy a kar- és láberősítőn **1** minden csavarkötés és dugós csatlakozás a helyén van-e, valamint vizsgálja meg a kopó alkatrészeket, hogy nem látható-e rajtuk kopás vagy törés jele.
2. Enyhén benedvesített ruhával törölje át a kar- és láberősítőt. Azután hagyja minden alkatrészét teljesen megszáradni.

Tárolás

A kar- és láberősítőt, illetve annak tartozékait gyermekek elől elzárva, száraz helyen, kb. 20 °C-os hőmérsékleten tárolja.

Hibakeresés

Probléma	Lehetséges ok	Megoldás
A pedálmozgás ellenére a képernyő nem jelzi a sebességmérést.	Az érzékelő nincs megfelelően rögzítve a képernyőtartóba.	A számítógép óvatos megemeléséhez használjon valamilyen lapos, életlen szerszámot, például egy nagyméretű, laposfejű csavarhúzó. Azután óvatosan emelje ki a számítógépet a keretből. Fordítsa meg a számítógépet, és rögzítse megfelelően az érzékelőt a képernyőtartóba.
	Lemerültek az elemek.	Helyezzen be új elemeket.

Műszaki adatok

A fogyasztási cikk típusa:	ANS-19-116
Súly:	kb. 4,9 kg
A lendtömeg-rendszer súlya:	kb. 1,5 kg
Méreték:	kb. 40,5 × 41 × 31 cm
Cikkszám:	821919
Az LC-kijelző mérete:	kb. 5 × 5 cm

Megfelelőségi nyilatkozat



Az EU megfelelőségi nyilatkozat szükség esetén a jótállási tájékoztatón feltüntetett címen igényelhető.

Leselejtesés

A csomagolás leselejtesése



A csomagolást szétválogatva tegye a hulladékba. A kartont és papírt a papírgyűjtőbe, a fóliát pedig a megfelelő újrahasznosító gyűjtőbe tegye.

Elhasznált készülékek leselejtesése

(Az Európai Unión belül alkalmazandó, illetve azokban az országokban, ahol van szelektív hulladékgyűjtés)



Kiselejtezett készülékek

Az áthúzott kerekese szemeteskukát ábrázoló szimbólum azt jelenti, hogy az elektromos és elektronikus berendezéseket nem szabad a háztartási hulladékkal együtt kidobni. A fogyasztókat törvény kötelezi arra, hogy az elektromos és elektronikus berendezéseket hasznos élettartamuk végén a szétválogatatlan települési hulladéktól elkülönítve gyűjtsék. Ezzel biztosítható a környezetbarát és erőforrás-kímélő újrahasznosítás. Azokat az elemeket és akkumulátorokat a gyűjtőhelyre történő leadás előtt le kell választani a készülékről és a kijelölt hulladékgyűjtő helyre kell vinni, amelyeket elektromos vagy elektronikus készülék nem foglal magába és amelyeket roncsolásmentesen eltávolíthatók. Ugyanez vonatkozik azokra a lámpákra is, amelyek roncsolásmentesen eltávolíthatók a készülékből. A magánháztartásból származó elektromos és elektronikus készülékek tulajdonosai a WEEE 2012/19-es előírásainak megfelelően a hulladékkezelő vállalatok gyűjtőhelyein, vagy a gyártók

ill. forgalmazók által kialakított gyűjtőhelyeken adhatják le azokat. A régi készülékek leadása díjtalan. Az elektromos és elektronikus berendezéseket a legalább 400 m²-es eladótérrel rendelkező kereskedők kötelesek visszavenni. Ugyancsak kötelesek visszavenni az elektromos és elektronikus berendezések számára legalább 400 m²-es raktárterülettel rendelkező távértékesítő kereskedők. A forgalmazók észszerű távolságon belül biztosított megfelelő visszaküldési lehetőség biztosításával általában kötelesek gondoskodni a régi készülékek díjmentes visszavételéről. A fogyasztóknak lehetőségük van régi készüléket díjmentesen leadni a forgalmazónál, aki köteles azt visszavenni, ha Ön új, azonos értékű, lényegében azonos funkciójú készüléket vásárol. Ez a lehetőség magánháztartásba történő szállítás esetén is fennáll. A forgalmazó az adásvételi szerződés megkötésekor köteles megkérdezni a fogyasztót a visszaadási szándékról. Ezen túlmenően a fogyasztók a régi készülékeket ingyenesen leadhatják a forgalmazó gyűjtőhelyén, aki köteles azokat visszavenni, anélkül, hogy ez új készülék vásárlásához kapcsolódna. Az egyes eszközök élhossza azonban nem haladhatja meg a 25 cm-t.



Elemek

Az elemek és akkumulátorok nem dobhatók a háztartási hulladékba. A fogyasztók törvényileg kötelesek szelektíven ártalmatlanítani az elemeket és akkumulátorokat. Az elemek és akkumulátorok ingyenesen leadhatók az Önközségének/városrészének gyűjtőhelyén, illetve kereskedelmi helyeken annak érdekében, hogy környezetbarát ártalmatlanításukról és az értékes nyersanyagok újrahasznosításáról gondoskodhassanak. Szakszerűtlen ártalmatlanításuk esetén mérgező anyagok juthatnak a környezetbe, amelyek ártalmas hatást gyakorolhatnak emberekre, állatokra és növényekre. Az elektromos készülékekben található elemeket és akkumulátorokat lehetőség szerint a készüléktől külön kell ártalmatlanítani. Az elemeket és akkumulátorokat csak lemerült állapotban adja le. Lehetőség szerint az egyszer használatos elemek helyett használjon inkább újratölthető elemeket.

A rövidzárlat tűzhez vagy robbanáshoz vezethet. A magas károsanyag-tartalmú elemek az alábbi jelölésekkel vannak ellátva:

Cd = kadmium, Hg = higany, Pb = ólom



Állapot: 2022-07



Származási hely: Kína
Gyártó:

ASPIRIA NONFOOD GMBH
LADEMANNBOGEN 21-23
22339 HAMBURG
GERMANY

ÜGYFÉLSZOLGÁLAT

821919

Kérjük forduljon a magyarországi **ALDI**
áruházakhoz.

A FOGYASZTÁSI CIKK TÍPUSA:
ANS-19-116

05/2023

3

ÉV
JÓTÁLLÁS