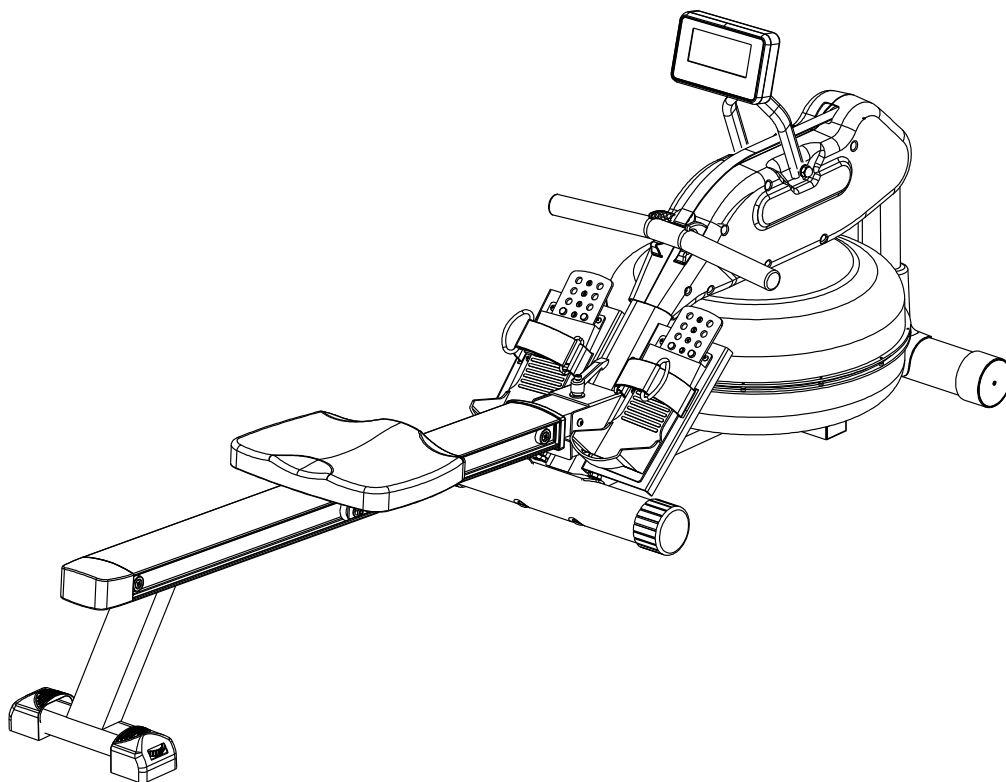


AtlanticRower

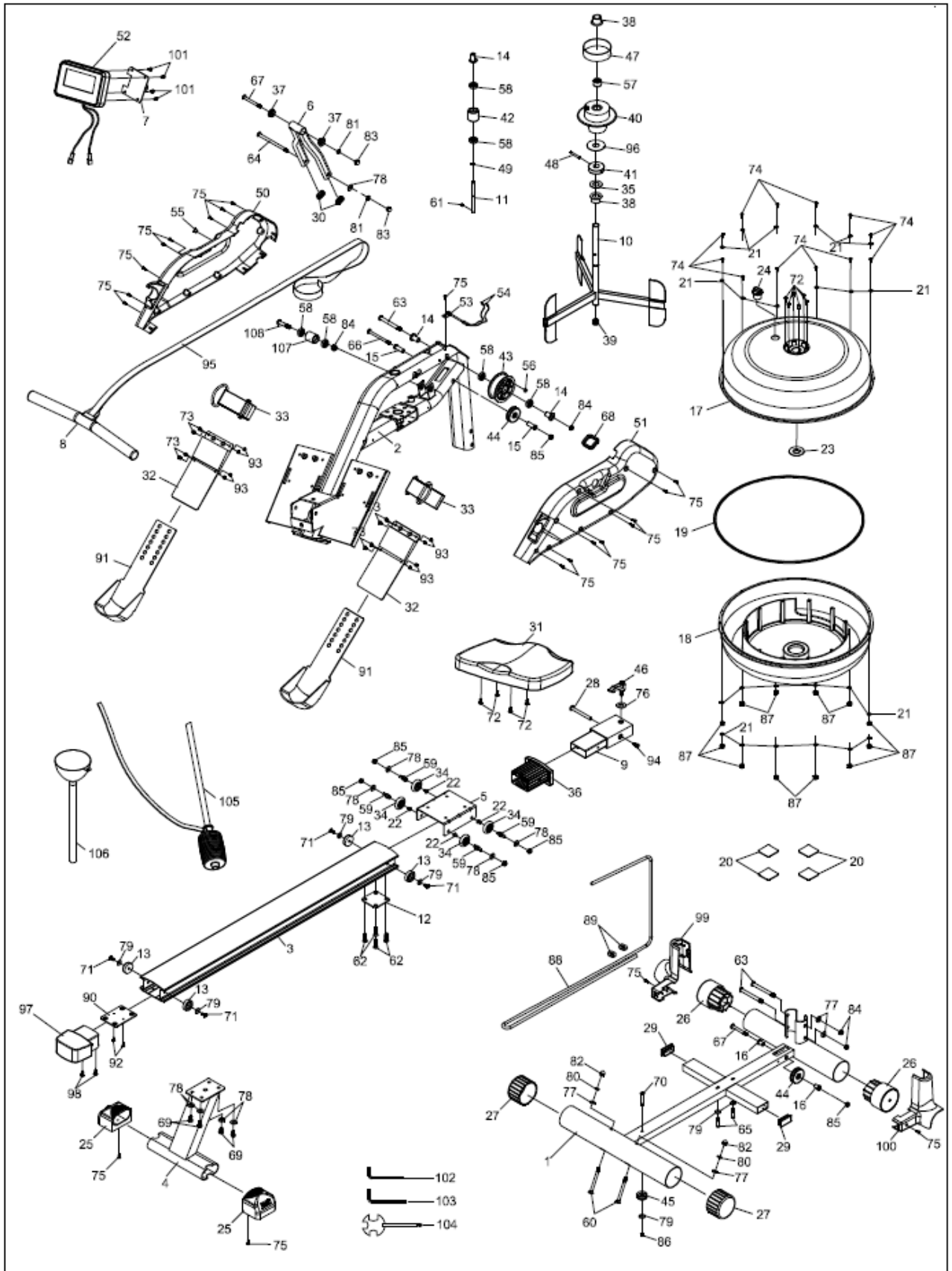


Art.nr. 372 839
Model: NS-RE6006

INNHold / INNEHÅLL / CONTENTS / SISÄLLYS/INHALT

3		Deletegning / Sprängskiss / Parts drawing / Osakuvaus / Teilezeichnung
4		Deleliste / Dellista / Parts List / Osaluettelo/ Liste der Einzelteile
7		Pre-Assembly Check List
8		Hardware Part List
9		Montering / Assembly / Asennus/Montage
12		How to fill and empty the tank
13	NO DK	Viktig informasjon
14		Betjening av computeren
17		Reklamasjonsvillkår
18		Kontaktinformasjon (Norge og Danmark)
19	SE	Viktig information
20		Betjäning av datorn
23		Reklamationsvillkor
24		Kontaktinformation
25	GB	Important information
26		Operating the console
29		Warranty regulations
30		Conatct information
31	FI	Tärkeitä tietoja
32		Tietokoneen huolto
35		Valitusehdot
36		Yhteystiedot
37	DE	Wichtige Informationen
38		Bedienung das computeres
41		Reklamationsbestimmungen
42		Wichtige Informationen Zum Service

**DELETEDING / SPRÄNGSKISS / EXPLODED VIEW / OSAKUVAUS /
TEILEZEICHNUNG**



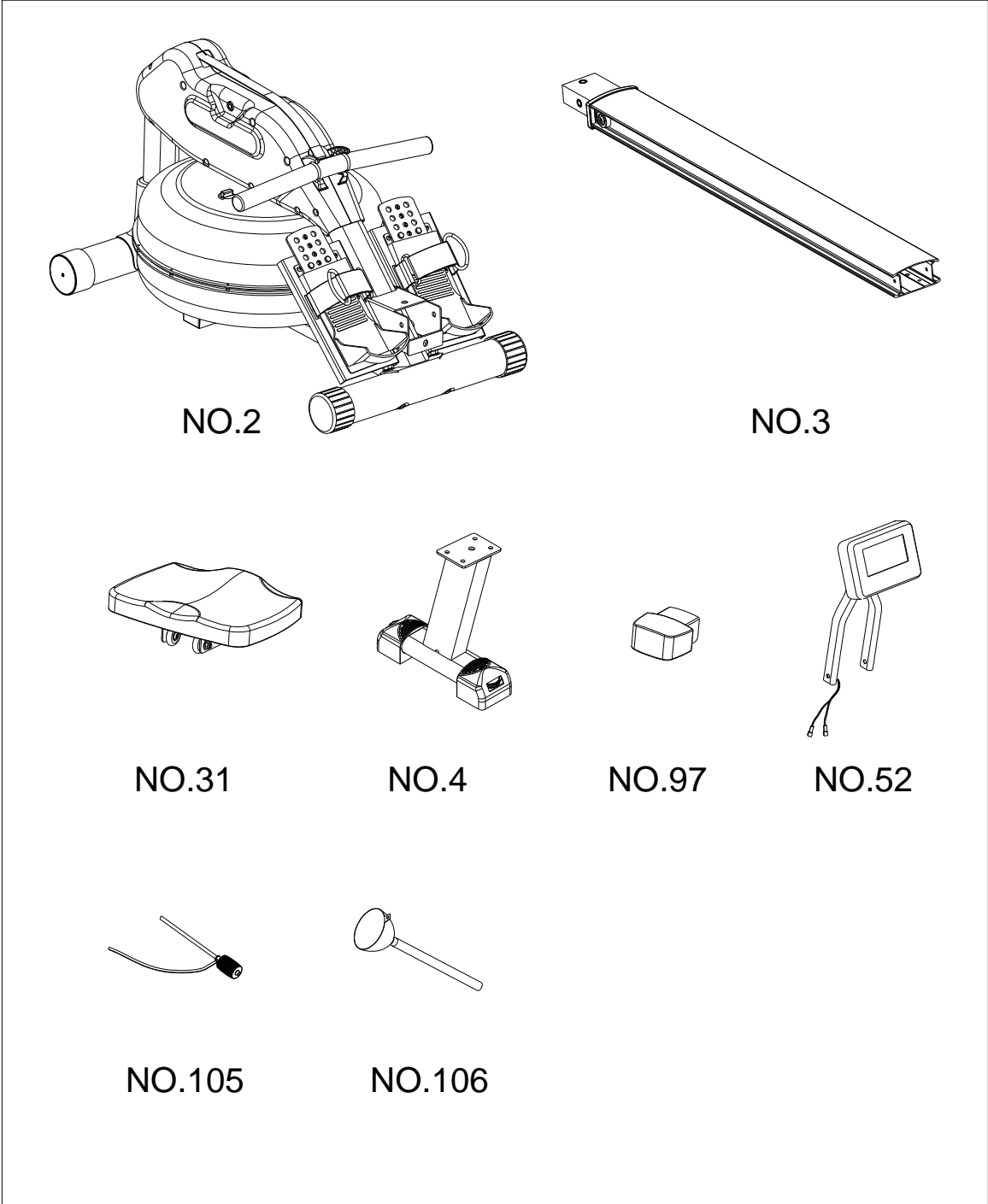
**DELELISTE / DELLISTA / PARTS LIST / OSALUETTELO/ LISTE
DER EINZELTEILE**

No.	Description	Qty.
1	Base frame	1
2	Main frame	1
3	Sliding rail	1
4	Rear support	1
5	Seat support	1
6	Computer support	1
7	Support plate	1
8	Handlebar	1
9	Rail connector	1
10	Impeller	1
11	Impeller shaft	1
12	Rail support	1
13	Stopper	4
14	Strap pulley bushing	3
15	Bungee cord pulley bushing	2
16	Small bungee cord pulley bushing	2
17	Upper tank	1
18	Lower tank	1
19	Rubber ring seal	1
20	Lower pad	4
21	Stainless washer	24
22	Bolt(M5x8)	4
23	Impeller shaft seal	1
24	Fill plug	1
25	Adjustable end cap	2
26	Wheel end cap	2
27	Round end cap	2
28	Barrel nut (M10)	1
29	Rectangular plug	2
30	Oval plug	2
31	Seat	1
32	Pedal support	2
33	Pedal strap	2
34	Roller	4
35	Plastic washer (ø20)	1
36	Front end cap	1
37	Plastic bushing	2
38	Strap/bungee pulley bushing	2
39	Round plug	1
40	Strap/bungee pulley	1
41	Shaft retainer	1
42	Idle roller	1
43	Strap pulley	1
44	Bungee pulley	2
45	Small bungee pulley	1









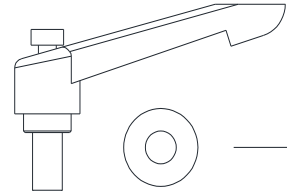



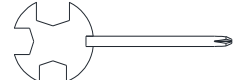
46	Fixing lever	1
47	Hook pad	1
48	Spring pin	1
49	E-ring	1
50	Left cover	1
51	Right cover	1
52	Computer	1
53	Sensor holder	1
54	Sensor wire	2
55	Grommet	1
56	Magnet	1
57	One-way bearing	1
58	Bearing	6
59	Roller shaft	4
60	Carriage bolt (M10*85)	2
61	Set screw (M5*8)	1
62	Bolt (M8*30)	4
63	Bolt (M10*95)	3
64	Bolt (M8*135)	1
65	Bolt (M6*35)	2
66	Bolt (M8*95)	1
67	Bolt M8*65)	2
68	Rubber ring	1
69	Bolt (M8*15)	4
70	Bolt (M6*50)	1
71	Bolt (M6*20)	4
72	Stainless bolt (M6*15)	10
73	Bolt (M5*12)	8
74	Stainless screw (M3*24)	12
75	Screw (M4*16)	21
76	Washer (ø10)	1
77	Arc washer (ø10)	4
78	Washer (ø8)	9
79	Washer (ø6)	7
80	Lock washer (ø10)	2
81	Lock washer (ø8)	2
82	Acorn nut (M10)	2
83	Acorn nut (M8)	2
84	Nylock nut (M10)	4
85	Nylock nut (M8)	6
86	Nylock nut (M6)	2
87	Stainless nylock nut (M3)	12
88	Bungee cord	1
89	Metal ring	2
90	Plate	1
91	Pedal cap	2
92	Bolt (M4*12)	2
93	Nylock nut (M5)	8

94	Bolt (M*15)	1
95	Strap	1
96	Plastic washer (ø20)	1
97	Rear end cap	1
98	Bolt (M5*10)	2
99	Left front cover	1
100	Right front cover	1
101	Screw (M5*12)	4
102	Allen wrench (5 mm)	1
103	Allen wrench (6 mm)	1
104	Combination wrench	1
105	Syphon pump	1
106	Funnel	1
107	Guide roller	1
108	Bolt (M10*50)	1

PRE-ASSEMBLY CHECK LIST



HARDWARE PARTS LIST

	_____	#13 Stopper 2pcs
	_____	#79 M6 2pcs
	_____	#71 M6*20 2pcs
	_____	#98 M5*10 2pcs
	_____	#69 M8*15 4pcs
	_____	#78 M8 4pcs
	_____	#64 #78 #81 #83 / 1set
	_____	#28 M10 1pc #94 M6*15 1pc
	_____	#46 Fixing lever 1pc
	_____	#76 M10 1pc
	_____	#102 S5 1pc
	_____	#103 S6 1pc
	_____	#104 S13-17 1pc

Above described parts are all the parts you need to assemble this machine. Before you start to assemble, please check the hardware packing to make sure they are included.

MONTERING / ASSEMBLY/ ASENNUS/ MONTAGE

NOTE: We recommend being 2 people to assemble the product.

STEP 1

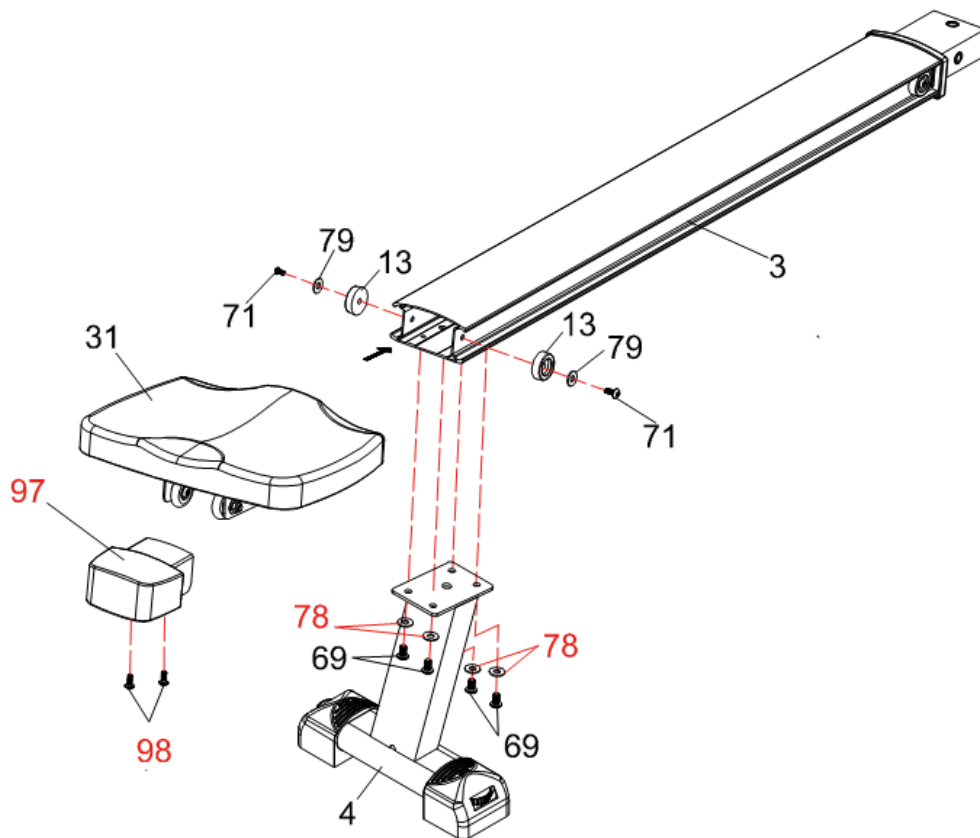
- Slide the seat (31) onto the rail (3). Insert rear end cap (97) into the rail (3) and secure with two bolts.

STEP 2

- Secure the two stoppers (13) onto the rail (3) with two bolts (71) and washers $\varnothing 6$ (79).

STEP 3

- Attach the rear support (4) to the rail (3) with four bolts M8*15 (69) and washers $\varnothing 8$ (78).



STEP 4

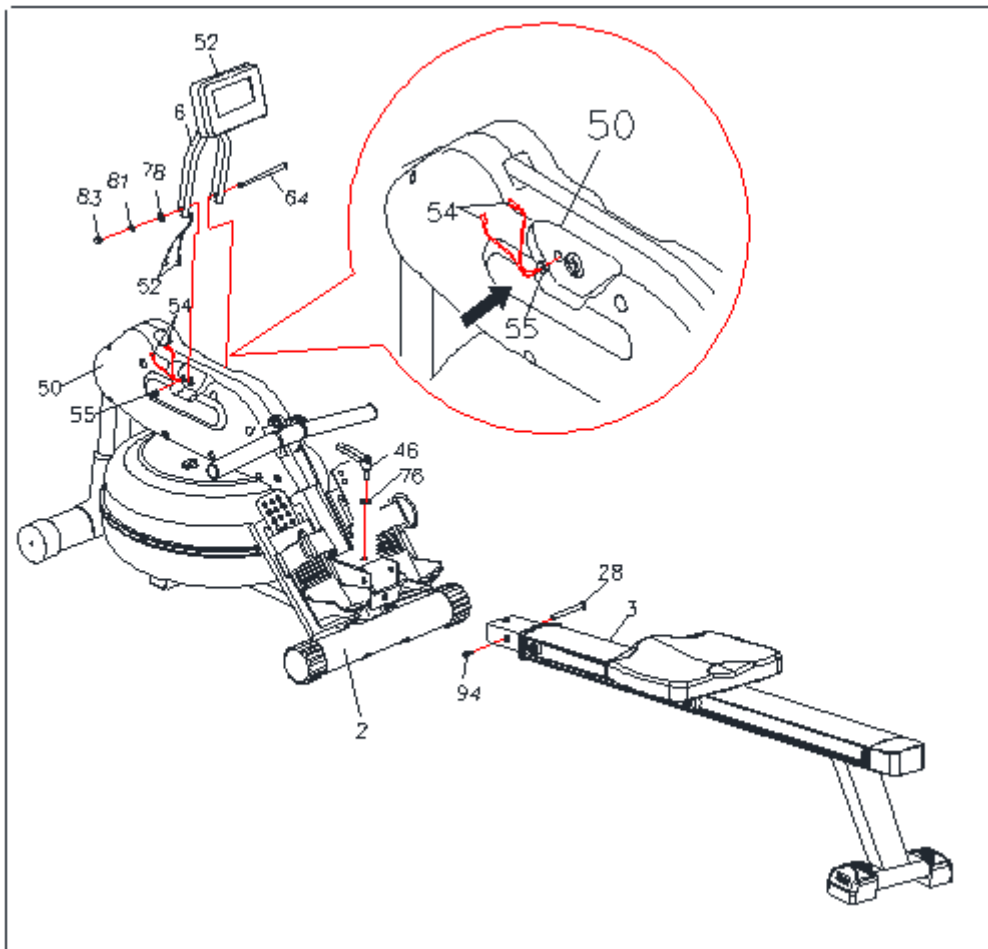
- Attach the rail (3) to the main frame (2) with one bolt M6*15 (94) and one barrel nut M10 (28). Lock the rail (3) in unfolded position using a fixing lever (46) and one washer $\varnothing 10$ (76).
- NOTE: After tightening the fixing lever (46), the rear support of the base frame (1) might be raised off the floor slightly. It is normal state. It will lean the floor while in use.

STEP 5

- Insert batteries into the computer (52). Attach the computer support (6) to the main frame (2) using one bolt M8*135 (64), one washer $\varnothing 8$ (78), one lock washer $\varnothing 8$ (81) and acorn nut M8 (83).

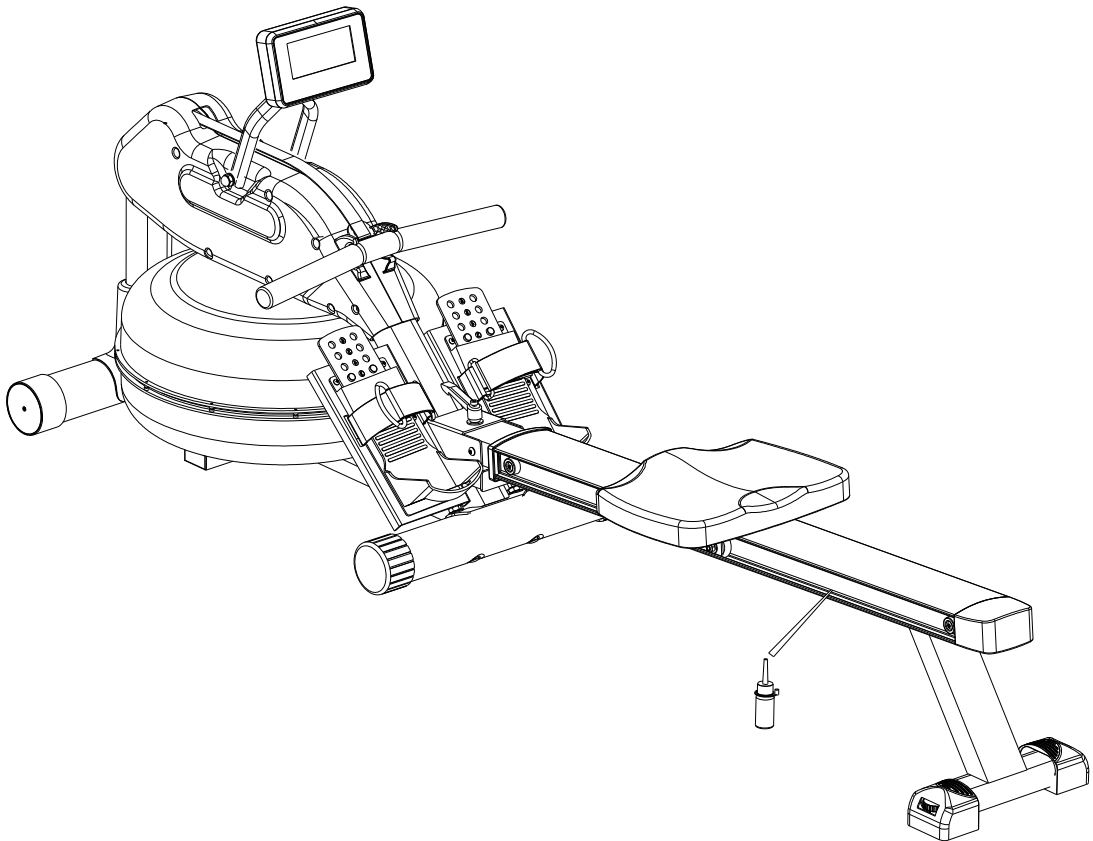
STEP 6

- Clip the grommet (55) onto both sensor wires (54). Then press the grommet (55) into the left cover (50). Connect the sensor wire (54) to the connection wire of the computer (52). Push the excess wires back into the left cover (50).



STEP 7

- Apply a small amount of lubricate oil to a paper towel or clean cloth. Spread a thin layer of the oil evenly along the rail (3) where the rollers (34) move. Then wipe off any excess oil.



**CHECK ALL BOLTS AND NUTS ARE TIGHTENED
BEFORE USING THE MACHINE**

HOW TO FILL AND EMPTY THE TANK

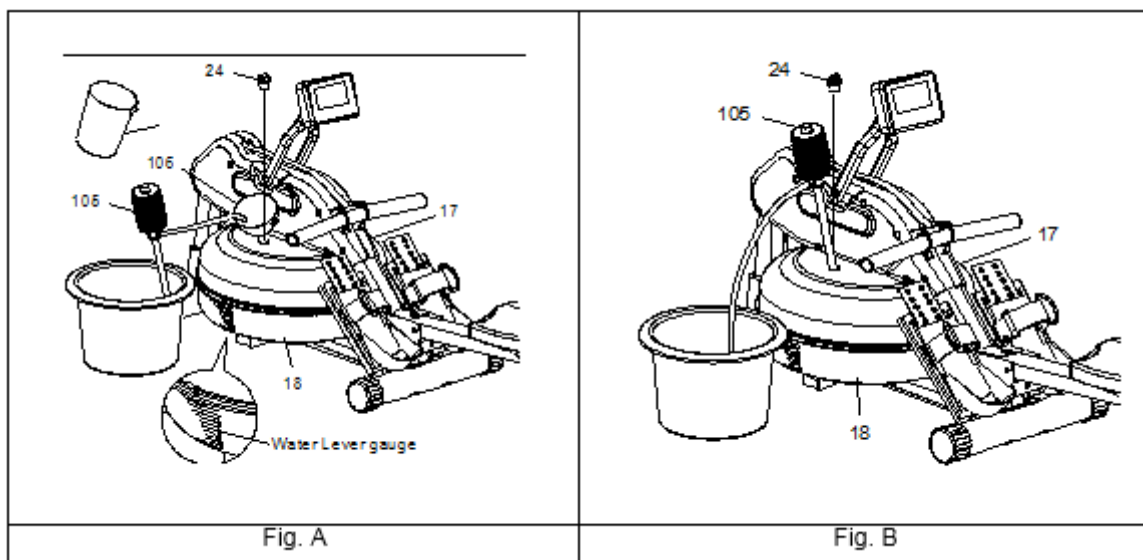
1. Remove the fill plug (24) from the upper tank (17).
2. Refer to the A illustration to fill it with water. Insert the funnel (106) into the tank. Use a water cup or the syphon pump (105) and a bucket to fill the tank. Use a water level gauge on the side of the tank to measure desired water level (volume) in the tank.
3. Refer to the picture B to empty the tank. Place a bucket next to the rower. Use the syphon pump (105) to pump out the water from the tank into the bucket.
4. Once completed, insert the fill plug (24) into the upper tank (17). Wipe excess water out from the frame after filling.

NOTE:

- Fill the tank only with tap water. We strongly recommend you to purchase water-purification tablets. Use 1 tablet in the tank each 6 months. Never use pool chlorine or chlorine bleach. This will damage the tank and void the warranty.

WATER LEVEL

- See Fig. A. The water level gauge is on the side of the tank. The maximum fill level is 10. Never fill it over this limit. Filling the tank over this limit will void the warranty.
- The resistance depends on the water level in the tank. Water level 1 is the lowest resistance. Level 9 is the highest resistance.



VIKTIG INFORMASJON



Bruksområdet for dette treningsapparatet er hjemmetrening.

Apparatet skal kun brukes som beskrevet i denne bruksanvisningen.

Eieren av trimapparatet er ansvarlig for at alle brukere er kjent med disse sikkerhetsreglene.

Under montering; sørg for at alle skruer og muttere sitter på rett plass og at de entrer skikkelig, før du begynner å stramme noen av dem.

Plasser trimapparatet på et flatt og jevnt underlag.

Trimapparatet må ikke brukes utendørs, eller i rom med unormalt høy luftfuktighet. Det er ikke anbefalt å bruke apparatet i garasje, carport eller på overbygget terrasse.

Det anbefales å benytte en underlagsmatte, for å eliminere sjansene for at gulv eller gulvbelegg tar skade i.f.m. bruk av apparatet.

Apparatet skal oppbevares tørt og frostfritt. Displayet bør aldri utsettes for direkte sollys.

Før hver bruk; påse at alle skruer og muttere er godt strammet til. Dersom det oppdages løse eller defekte deler; sørg for at ingen benytter seg av apparatet før det er i tilfredsstillende stand igjen.

Apparatet skal kun benyttes av en person av gangen.

Det anbefales å bruke hansker ved bruk av apparatet, for å unngå ubehagelige blemmer i hendene.

Sitt alltid på setet under bruk.

Barn må ikke benytte apparatet uten tilsyn, og bør heller ikke være i nærheten når apparatet er i bruk av andre.

Apparatet bør ikke benyttes av personer med vekt over 130 kg.

Apparatet bør ikke brukes i.f.m. medisinsk eller fysikalsk behandling, med mindre det er spesielt anbefalt av lege eller fysioterapeut.

Det tas forbehold om trykkfeil i manualen.

BETJENING AV COMPUTEREN



Under treningsøkter vil skjermen skifte mellom å vise tid (TIME), tid pr 500 meter (TIME/500M), SPM, distance (DISTANCE), rotak (STROKES), totale rotak (TOTAL STROKES), kalorier (CALORIES BURNED) og puls (PULSE).

Skjerm	Beskrivelse
UP▲/ DOWN ▼	Trykk på opp eller ned for å sette valgt verdi, og manøvrere deg mellom di forhåndssette programmene.
ENTER:	Trykk for å bekrefte valget.
START / STOP	Trykk for å starte eller stoppe treningen.
RESET:	Trykk for å komme til hovedmenyen.
RECOVERY:	Trykk for å aktivere RECOVERY PROGRAM som vil gi de genformevaluering etter treningen.

Skjerm	Beskrivelse
Time (tid)	Forhåndsinnstill treningstid ved å trykke +/- (1min - 99 min), med ett minutts endring pr trykk.
TIME/500M (tid/500m)	Gjennomsnittstiden du bruker på 500 meter vil vises på skjermen og oppdateres kontinuerlig.
SPM	Rotak pr minutt.
Distance (distanse)	Forhåndsinnstill målverdi ved å trykke +/- (0 - 99900 meter), med 100 meters endring pr trykk.
Strokes (rotak)	Forhåndsinnstill målverdi ved å trykke +/- (0 - 9990 rotak), med ti rotaks endring pr trykk.
Total strokes (totale rotak)	Teller totale antall rotak fra 0 til 9999.
Calories (kalorier)	Forhåndsinnstill målverdi for kalorier ved å trykke +/- (10Cal – 9990Cal), med 10 Cals endring pr trykk.
Pulse (puls)	I manuell modus kan du stille inn målverdi ved å trykke +/- fra 30 til 240, med 1BPM endring pr trykk. PULSE vil samtidig vises på toppen av skjermen. Skjermen vil vise brukerens puls under trening. Når du når målverdien vil computeren lydindikere til programmet avsluttes. Denne funksjonen er kun tilgjengelig ved bruk av pulselte.
Calender (kalender)	Computeren vil vise dato og år mens den er i dvalemodus.
Temperature (temperatur)	Computeren vil vise inneværende romtemperatur mens den er i dvalemodus.
Clock (klokke)	Computeren vil vise klokkeslett mens den er i dvalemodus.

DRIFT

1. Installer to stk AA-batterier og computeren vil lydindikere i to sekunder (Fig.1). Computeren vil deretter åpne vise dato og klokkeslett (Fig.2).
2. Klokka vil blinke. Trykk (+) for å stille inn time. Trykk ENTER for å bekrefte. Trykk deretter (+) for å stille inn minutter. Trykk ENTER for å bekrefte. Still deretter inn årstall i STROKES-skjermen; måned in CALORIE-skjermen; og dag i PULSE-skjermen; ved å trykke (+/-). Trykk ENTER etter hver innstilling for å bekrefte. ALARM vil blinke etter du har bekreftet. Trykk ENTER for å vente med å stille inn alarmen; eller trykk (+) for å skru den på. En pil vil deretter dukke opp ved siden av ALARM.

Trykk ENTER. CLOCK vil nå blinke. Trykk (+/-) for å stille inn alarm-tid. Trykk ENTER for å bekrefte. Computeren vil nå åpne SPORT-skjermen (Fig.3).

Fig.1

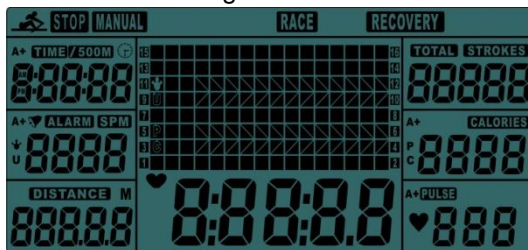


Fig.2



Fig.3

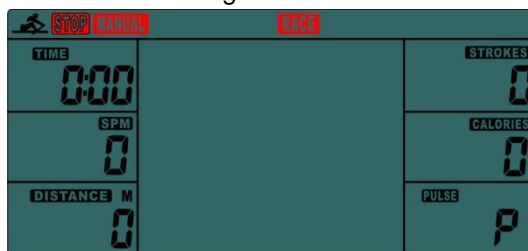


Fig.4



3. Når du åpner SPORT-skjermen vil MANUAL og RACE blinke. Trykk (+/-) for å velge en av dem. Trykk deretter ENTER for å bekrefte valget.

(1) **MANUAL (Fig.4):** Det er to valg i MANUAL modus.

A. Computeren kan stilles til nedtellingsmodus. Når du velger MANUAL modus, vil verdien for TIME blinke på skjermen. Trykk (+) for å stille inn tiden du ønsker å telle ned fra. Trykk deretter ENTER for å bekrefte. Dersom du ikke ønsker å stille inn nedtellingstid, trykk ENTER for å gå til neste funksjon. Du kan stille inn verdier for DISTANCE, STROKES, CALORIES eller PULSE. (Du kan kun stille inn målverdier for én av disse funksjonene av gangen). Trykk START for å starte. STOP-ikonet vil nå forsvinne. Når målverdien har talt ned til null, eller når du trykker STOP-knappen vil programmet stoppe, og vise gjennomsnittsverdien.

B. Computeren teller verdiene opp fra null. Trykk START for å starte.

(2) RACE (Fig.5) :

Trykk RACE-modus. L9 vil nå blinke. TIME/500M vil vise 4:00. Trykk (+/-) for å velge fra L1 til L15. Trykk ENTER for å bekrefte. Still deretter inn distansen for racet (500m – 10000 m) når DISTANCE blinker.

Trykk ENTER og et bildet av racet vil vises på skjermen.

TIME/500M-programmene er som følger :

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00



Fig.5

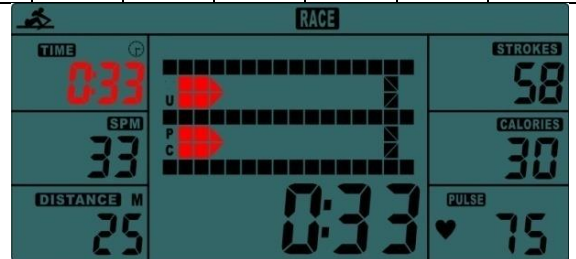


Fig.6

- A. Trykk START for å starte, og STOP-ikonet vil forsvinne. USER og PC vil vises på matriseskjermen (Fig.6). Programmet vil avsluttes når racet har blitt vunnet av enten computeren eller brukeren. Matriseskjermen vil deretter vise beskjeden "PC WIN" eller "USER WIN" avhengig av hvem som vant (Fig.7).



Fig.7

- B. Når racet er over kan du trykke START for å starte et nytt race. Trykk RESET for å avslutte programmet.

(3) RECOVERY :

1. Denne funksjonen fungerer kun med et 5.3 KHz pulsbelte (ikke inkludert). Etter å ha trent en stund med pulsbeltet, trykker du RECOVERY. Alle funksjoner vil stanse med unntak av TIME, som vil telle ned fra 60 sekunder.
2. Skjermen vil deretter vise deg din rekonvalesens med en karakter fra F1 til F6.
3. F1 er best. F6 er dårligst. Brukeren kan forbedre rekonvalesens ved å trene seg i bedre form. Trykk RECOVERY på nytt for å returnere til hovedskjermen.

DVALEMODUS

Skjermen vil gå i dvalemodus etter fire minutter uten aktivitet

- Merk: Fyll tanken kun med vann fra springen. Det anbefales at du også bruker vannrensingstabletter. Bruk én tablett i tanken hver sjette måned. Benytt aldri klor eller klorblekemiddel. Dette vil skadde tanken og ugyldiggjøre produktgarantien.

RETNINGSLINJER FOR REKLAMASJONSBEHANDLING



Reklamasjonsbestemmelsene omhandler produkter brukt til hjemmetrening. For bedriftsmarkedet finnes egen oversikt over garantibestemmelser for semi-proff utstyr.

Komponentene som trimutstyr er satt sammen av er i hovedsak delt inn i tre hovedgrupper; **Slitedeler**, **Andre utskiftbare komponenter** og **Konstruksjon/rammeverk**.

Med **Slitedeler** menes deler som man ved normal bruk vil måtte påregne og bytte ut med jevne mellomrom. Herunder sorterer deler som bremseklosser, trinser, vaiere, justeringsskruer kulelager, strikker, fjærer og lignende. Ifølge kjøpslov/forbrukerkjøpslov er det ingen lovfestet reklamasjonsrett på slike deler. Men vi gir ett års garanti på disse delene.

*NB. For at det skal være tillatt å markedsføre eller omtale kjøpsvilkår som en GARANTI, forutsetter det at de gir kjøper vesentlig bedre rettigheter enn det som følger av loven. Normal REKLAMASJONSRETT er **ulovlig** å omtale som GARANTI i salgs- eller markedsføringsmateriell.*

Med **Andre utskiftbare komponenter** menes alle andre løse deler som finnes på apparatene. Eksempler på slike deler kan være seteputer, polstringer, pedaler, treningscomputere og annen elektronikk. På denne typen deler gjelder den lovfestede reklamasjonsretten på to år, forutsatt at de ikke er utsatt for unormal ytre påvirkning.

Unntatt fra denne kategorien er motorer til tredemøller.

For alle tredemøllemotorer gjelder en fem års reklamasjonsrett, forutsatt at de ikke er utsatt for unormal ytre påvirkning eller unødvendig slitasje gjennom manglende vedlikehold.

Med **Konstruksjonsdeler / rammeverk** menes hovedbestanddelene i treningsapparatet, dvs. stålkonstruksjoner og tilhørende sveisesømmer.

For denne typen deler gjelder en fem års reklamasjonsrett, forutsatt at de ikke er utsatt for unormal ytre påvirkning.

Lengre garantier/livstidsgarantier på rammeverk vil evt. være spesifisert for hvert enkelt produkt.

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE



Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Service. Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylناسport.no – her vil du finne informasjon om produktene, brukermanualer, ett kontaktskjema for å komme i kontakt med oss og mulighet for å bestille reservedeler. Ved å fylle ut kontaktskjema gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.

VIGTIGT OM SERVICE



I tilfælde af problemer af nogen art, skal du kontakte Mylna Service. Vi vil gerne have dig til at kontakte os, før du kontakter butikken, så vi kan tilbyde dig den bedst mulige hjælp.

Besøg vores hjemmeside www.mylناسport.com - her vil du finde information om de produkter, brugermanualer, en kontakt formular for at komme i kontakt med os og mulighed for at bestille reservedele. Ved at udfylde kontaktformularen giver du os de oplysninger vi har brug for at hjælpe dig så effektivt som muligt.

VIKTIG INFORMATION



Användningsområdet för detta träningsredskap är hemmaträning.

Träningsredskapet får endast användas enligt beskrivningen i denna bruksanvisning.

Träningsredskapets ägare ansvarar för att alla användare har satt sig in i dessa säkerhetsföreskrifter.

Vid montering: se till att alla skruvar och muttrar sitter på rätt plats och att de är ordentligt införda innan du börjar spänna dem.

Placera träningsredskapet på ett plant och jämnt underlag.

Träningsredskapet får inte användas utomhus eller i rum med onormalt hög luftfuktighet. Du rekommenderas inte att använda träningsredskapet i ett garage, en carport eller på en överbyggd terrass.

Du rekommenderas att använda en underlagsmatta för att eliminera risken för att golv eller golvbeläggningen tar skada då träningsredskapets används.

Träningsredskapet ska förvaras torrt och frostfritt. Displayen bör aldrig utsättas för direkt solljus.

Före varje användningstillfälle: kontrollera att alla skruvar och muttrar är ordentligt åtdragna. Om du upptäcker lösa eller defekta delar: se till att ingen använder träningsredskapet förrän det befinner sig i tillfredsställande skick igen.

Endast en person åt gången får använda träningsredskapet.

Du rekommenderas att använda handskar när du använder träningsredskapet för att undvika obehagliga blennor i händerna.

Sitt alltid på sätet under användning.

Barn får inte använda träningsredskapet utan tillsyn, och bör inte heller befinna sig i närheten när någon annan använder träningsredskapet.

Träningsredskapet bör inte användas av personer som väger över 130 kg.

Träningsredskapet bör inte användas i samband med medicinsk eller fysiologisk behandling, såvida inte detta ordinerats specifikt av läkare eller fysioterapeut.

Vi förbehåller oss eventuella tryckfel i bruksanvisningen.

HUR DU ANVENDER DATORN



Under träningspass växlar skärmen mellan att visa tid (TIME), tid per 500 meter (TIME/500M), SPM, sträcka (DISTANCE), roddtag (STROKES), totale antal roddtag (TOTAL STROKES), kalorier (CALORIES BURNED) och puls (PULSE).

Skärm	Beskrivning
UP ▲ / DOWN ▼	Tryck upp eller ned för att ställa in valt värde och manövrera mellan de förhandsinställda programmen.
ENTER:	Tryck för att bekräfta valet.
START/STOPP	Tryck för att starta eller stoppa träningen.
RESET:	Tryck för att komma till huvudmenyn.
RECOVERY:	Tryck för att aktivera RECOVERY PROGRAM, vilket visar en forutvärdering efter träningen.

Skärm	Beskrivning
Time (tid)	Ställ in önskad träningstid genom att trycka på +/- (1–99 min), med en minuts ökning eller sänkning per tryck.
TIME/500M (tid/500 m)	Genomsnittstiden som det tar att ro 500 meter visas på skärmen och uppdateras kontinuerligt.
SPM	Roddtag per minut
Distance (sträcka)	Ställ in önskat målvärde genom att trycka på +/- (1–99 900 meter), med hundra meters ökning eller sänkning per tryck.
Strokes (roddtag)	Ställ in önskat målvärde genom att trycka på +/- (1–9 990 roddtag), med tio roddtags ökning eller sänkning per tryck.
Total strokes (totalt antal roddtag)	Räknar totalt antal roddtag från 0 till 9 999.
Calories (kalorier)	Ställ in målvärde för kalorier genom att trycka på +/- (10–9 990 kalorier), med tio kaloriers ökning eller sänkning per tryck.
Pulse (puls)	I manuellt läge kan du ställa in önskat målvärde genom att trycka på +/- från 30 till 240, med 1 BPM ökning eller sänkning per tryck. PULSE visas samtidigt längst upp på skärmen. Skärmen visar användarens puls under träningen. När du når målvärdet avger datorn en ljudsignal tills programmet avslutas. Denna funktion är endast tillgänglig vid användning med pulsband.
Calender (kalender)	Datorn visar datum och år när den är i viloläget.
Temperature (temperatur)	Datorn visar aktuell rumstemperatur när den är i viloläget.
Clock (klocka)	Datorn visar aktuell tid när den är i viloläget.

DRIFT

4. När du sätter i två AA-batterier avger datorn en ljudsignal i två sekunder (fig. 1). Datorn startas sedan och visar datum och tid (fig. 2).
5. Klockan blinkar. Tryck på (+) för att ställa in tiden. Tryck på ENTER för att bekräfta. Tryck sedan på (+) för att ställa in minuter. Tryck på ENTER för att bekräfta. Ställ sedan in årtal på STROKES-skärmen, månad på CALORIE-skärmen och dag på PULSE-skärmen genom att trycka på (+/-). Tryck åter på ENTER efter varje inställning för att bekräfta. ALARM blinkar efter att du har bekräftat. Tryck på ENTER för att vänta med att ställa in larmet eller tryck på (+) för att aktivera det. En pils visas sedan bredvid ALARM. Tryck på ENTER. CLOCK kommer nu att blinka. Tryck på (+/-) för att ställa in en larmtid. Tryck på ENTER för att bekräfta. Datorn öppnar nu SPORT-skärmen (fig. 3).

Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

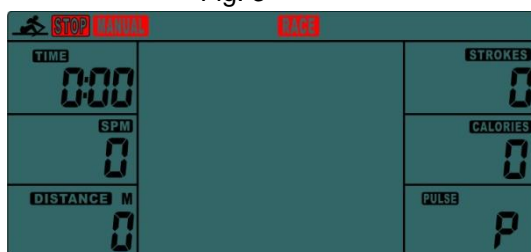


Fig. 4



6. När du öppnar SPORT-skärmen blinkar MANUAL och RACE. Tryck på (+/-) för att välja något av alternativen. Tryck sedan på ENTER för att bekräfta valet.

(4) **MANUAL (fig. 4):** Det finns två val i MANUAL-läget.

A. Datorn kan ställas in i nedräkningsläget. När du väljer MANUAL-läget blinkar värden för TIME på skärmen. Tryck på (+) för att ställa in tiden som du vill räkna ned från. Tryck därefter på ENTER för att bekräfta. Om du inte vill ställa in nedräkningstiden trycker du på ENTER för att gå till nästa funktion. Du kan ställa in värden för DISTANCE, STROKES, CALORIES eller PULSE. (Du kan bara ställa in målvärden för en av dessa funktioner åt gången).

Tryck på START för att starta. STOP-ikonen försvinner. När målvärdet har räknat ned till noll eller när du trycker på STOP-knappen stoppas programmet och genomsnittsvärden visas.

B. Datorn räknar upp värdena från noll. Tryck på START för att starta.

(5) RACE (fig. 5) :

Tryck på RACE-läget. L9 kommer nu att blinka. TIME/500M visar 4:00. Tryck på (+/-) för att välja ett alternativ mellan L1 och L15. Tryck på ENTER för att bekräfta. Ställ sedan in sträckan för loppet (500–10 000 m) när DISTANCE blinkar.

Tryck på ENTER. En bild av loppet visas nu på skärmen.

TIME/500M-programmen är enligt följande:

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
08:00	07:30	07:00	06:30	06:00	05:30	05:00	04:30	04:00	03:30	03:00	02:30	02:00	01:30	01:00



Fig. 5

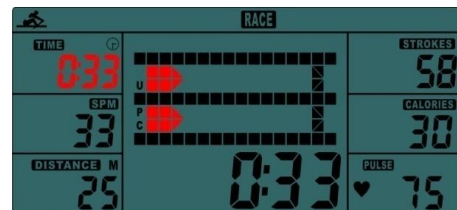


Fig. 6

- A. Tryck på START för att starta. STOP-ikonen kommer då att försvinna. USER och PC visas på matrisskärmen (fig. 6). Programmet avslutas när loppet vunnits av antingen datorn eller användaren. Matrisskärmen visar sedan meddelandet "PC WIN" eller "USER WIN" beroende på vem som vunnit (fig. 7).



Fig. 7

- B. När loppet är över kan du trycka på START för att starta ett nytt lopp. Tryck på RESET för att avsluta programmet.

(6) RECOVERY:

- Den här funktionen fungerar endast med ett pulsband på 5,3 KHz (medföljer inte). Efter att ha tränat en stund med pulsbandet trycker du på RECOVERY. Alla funktioner kommer nu att avslutas, med undantag för TIME som kommer att räkna ned från 60 sekunder.
- Skärmen visar sedan din återhämtningsförmåga med en siffra mellan F1 och F6.
- F1 är bäst. F6 är sämst. Användaren kan förbättra sin återhämtningsförmåga genom att träna mer. Tryck ännu en gång på RECOVERY för att återgå till huvudmenyn.

VILOLÄGE

Skärmen försätts i viloläge efter fyra minuters inaktivitet.

- OBS! Fyll behållaren endast med kranvatten. Det rekommenderas även att du använder vattenreningstabletter. Använd en tablett i tanken var sjätte månad. Använd aldrig klor eller klorblekmedel. Detta skadar tanken och gör produktgarantin ogiltig.

REKLAMATIONSVILLKOR



Reklamationsvillkoren omfattar produkter som endast användts till hemmaträning
För företagsmarknaden gäller egna villkor.

Villkoren omfattar ***slitdelar, andra utbytbara komponenter*** och ***konstruktion/ramverk***.

Med **slitdelar** avses delar som man vid normal användning måste räkna med att byta ut med jämna mellanrum. Härunder inräknas delar som bromsklossar, linhjul, vajrar, justeringsskruvar, kullager, gummiband, fjädrar och liknande.

För dessa delar finns det ingen reklamationsrett enligt de lagstadgade rättigheterna i konsumentköplagen. Men vi ger ett års garanti på dessa delar.

Med **andra utbytbara komponenter** avses alla andra lösa delar som finns på apparaterna. Exempel på sådana delar kan vara sadeldynor, överdrag, pedaler, träningsdatorer och annan elektronik. För denna typ av delar gäller en 3 års reklamationsrett, under förutsättning att delarna inte utsatts för onormal yttre påverkan.

Motorer till löpband är undantagna från denna kategori.

För alla löpbandsmotorer gäller en 5 års reklamationsrett, under förutsättning att de inte utsatts för onormal yttre påverkan eller onödigt slitage genom bristfälligt underhåll.

Med **konstruktionsdelar/ramverk** avses träningsredskapets huvuddelar, dvs. stålkonstruktioner och tillhörande svetsfogar.

För denna typ av delar gäller minimum 5 års reklamationsrett. Eventuella längre garantier/livstidsgarantier specificeras för varje enskild produkt.

VIKTIGT BETRÄFFANDE SERVICE



Om det skulle uppstå roblem av något slag, kontakta Mylna Service. Vi skulle vilja att ni kontaktar oss innan du kontaktar butiken så att vi kan erbjuda dig bästa möjliga hjälp.

Besök vår hemsida www.mylناسport.se - här hittar du information om produkterna, bruksanvisningar, ett kontaktformulär som du kan använda för att komma i kontakt med oss och möjlighet att beställa reservdelar. Genom att fylla ut kontakformuläret ger du oss den information vi behöver för att hjälpa dig så effektivt som möjligt.

IMPORTANT INFORMATION



The area of use for this fitness equipment is home exercise.

The exercise machine should only be operated as described in this manual.

The owner of the equipment is responsible that all users of the exercise machine are familiar with the contents of these precautions.

During assembly; make sure that all nuts and bolts are in their right places and properly entered before tightening any of them.

Place the exercise machine on a flat and smooth surface.

The exercise equipment must not be used outdoors, or in rooms with extraordinary humidity. It is not recommended to use the machine in a garage, carport or covered terrace.

It is recommended to use a protective mat to eliminate the risk of damage to the floor during the use of the exercise machine.

Store the exercise machine in a frost free and dry environment. The display should never be exposed to direct sunlight.

Before every use; make sure that all nuts and bolts are securely tightened. If any loose or defective parts are revealed, make sure that no one uses the exercise machine until it has been properly replaced or tightened.

The exercise machine should only be used by one person at the time.

To avoid uncomfortable blisters in the palms, it is recommended to use suitable gloves when using the rower.

Always use the exercise machine sitting down only.

Children must not use the equipment unattended, and they should not be around while the exercise machine is being used by others.

The maximum user weight for this exercise machine is 130 kg.

The exercise machine should not be used for medical purposes or physical therapy, unless it is specifically recommended by your doctor or physical therapist.

With reservation for any misprints.

HOW TO OPERATE THE CONSOLE



During a workout, the display console will alternately and repeatedly display the Time, Time/500M, SPM, Distance, Strokes, Total Strokes, Calories Burned and Pulse.

Display	Description
UP▲/ DOWN▼	Press to adjust any function value, and to choose between the preset programs.
ENTER:	Press to confirm any setting.
START / STOP	Press in order to start or stop any workout.
RESET:	Press to reset computer to main menu.
RECOVERY	To activate the RECOVERY PROGRAM that will automatically evaluate your fitness immediately after your work out.

Display	Description
Time	Preset target time by pressing UP and DOWN buttons (1min ~ 99 min), in 1 minute increments.
TIME/500M	Your average 500 meter time will automatically be displayed and continuously updated.
SPM	Strokes per minute.
Distance	Preset target value by pressing UP and DOWN buttons (0 ~ 99900 meters), 100 meters increments.
Strokes	Preset target value by pressing UP and DOWN buttons (0~9990 strokes), 10 strokes increments.
Total strokes	Accumulates total strokes from 0 up to 9999.
Calories	Set Preset target CALORIES by pressing UP or DOWN buttons (10Cal ~9990Cal), 10 Cal increments.
Pulse	In Manual Mode, set target value by pressing up/down mode from 30 to 240, 1BPM increments, PULSE will display on the top of computer at the same time. The computer will display user's heart rate during training. When reach target value, computer will beep until program is stopped. The pulse measurement function can only be used with chest belt.
Calender	The computer will display year, month, and day when computer is in sleep mode.
Temprature	The computer will display current room temperature when the computer is in sleep mode.
Clock	The computer will display current clock when the computer is in sleep mode

OPERATION

7. Install 2PCS AA batteries (included) and computer will beep for 2 seconds (Fig.1). Then, the computer enters into the CLOCK & CALENDAR MODE (Fig.2).
8. The CLOCK will flash. Press UP to set the hour. Press ENTER to confirm. Press UP to set the minutes. Press ENTER to confirm. Continue to set up YEAR (in the STROKES window); MONTH (in the CALORIES window); DAY (in the PULSE window) by pressing UP or DOWN. Each time, press ENTER to confirm. After you confirm, ALARM will blink. To skip setting up an alarm, press ENTER. To set up an alarm, press UP KEY to turn on ALARM. An arrow will appear next to ALARM.

Press ENTER. CLOCK window will flash. Press UP or DOWN to set the alarm time. Press ENTER to confirm. Computer will go into the SPORT screen (Fig.3).

Fig.1

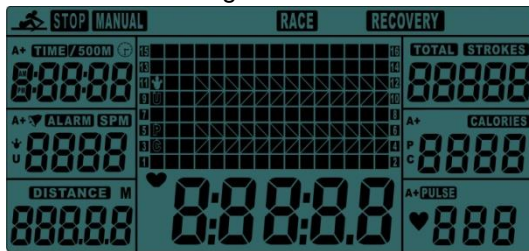


Fig.3

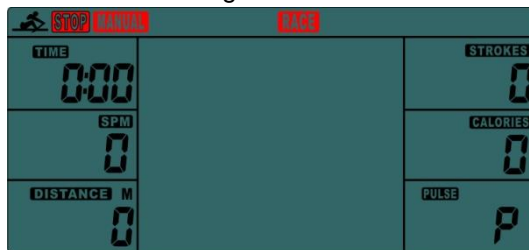
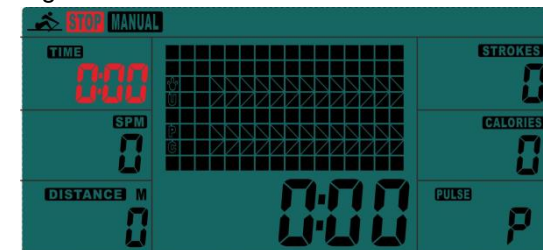


Fig.2



Fig.4



9. When you enter into the SPORT screen, MANUAL and RACE will blink. Press UP or DOWN to select MANUAL or RACE. Press ENTER to confirm your selection.

(7) MANUAL (Fig.4): There are 2 options in MANUAL mode.

A. The computer can be set to countdown. When you select MANUAL, the value of TIME will start to flash. Press UP to set the value of TIME to countdown. Press ENTER to confirm it. If you do not want to set the value of time to COUNTDOWN, press ENTER to go to the next function. You can set the values for DISTANCE, STROKES, CALORIES, or PULSE. (You can only set the value for one function to countdown. For example, if you have set the target value for TIME, then DISTANCE can't be set.)

Press START button to start. The STOP icon will disappear.

When the function you have selected counts down to zero or you press STOP button, the computer will stop and display the average value.

B. The computer counts the value of your workout. Press START to start.

(8) RACE (Fig.5) :

Select RACE mode and L9 will flash. The TIME/500M will display 4:00. Then, press UP or DOWN to select L1 ~ L15. Press ENTER to confirm. Then, you can set the distance of the race (500M~10000M) while the value of DISTANCE is blinking.

Press ENTER and the picture of the race will display on the screen.

The TIME/500M of the programs are as follows :

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00



Fig.5

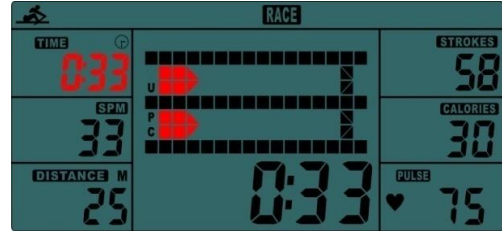


Fig.6

A. Press START button to start and STOP will disappear. USER and PC will display in the matrix (Fig.6). The computer will stop when either user or computer has reached the race distance that was set. Then the matrix displays "PC WIN" or "USER WIN" (Fig.7).



Fig.7

B. When the race is over, you can press START to start a race once again. Press RESET to leave the RACE screen.

(9) RECOVERY :

- This meter works with a 5.3 KHz chest strap heart rate monitor (not included). After exercising for a period of time, keep wearing chest strap monitor and press "RECOVERY" button. All function displays will stop except "TIME" starts counting down from 00:60 to 00:00.
- Screen will display your heart rate recovery status with the F1, F2....to F6.
- F1 is outstanding. F6 is poor. User may keep exercising to improve the heart rate recovery status. (Press the RECOVERY button again to return the main display.)

SLEEP MODE

The computer will go into sleep mode after about 4 minutes of inactivity.

- NB! Fill the tank only with tap water. We strongly recommend you to purchase water-purification tablets. Use 1 tablet in the tank every 6 months. Never use pool chlorine or chlorine bleach. This will damage the tank and void the warranty.

WARRANTY REGULATIONS



The warranty regulations apply for products that are used for home exercise. For the corporate market, there are specially adapted products and separate warranty regulations apply.

Exercise equipment consist mainly of three component categories; ***Wearing parts***, ***Other replaceable labour parts***, and ***Frame / Structure***.

By **Wearing parts** is implied parts that will eventually be worn down through normal use, and thereby need to be replaced regularly. Included in this category will come breaking pads, wires, pulleys, adjustment screws, ball bearings, rubber bands, springs etc.

Normally, there is no statutory right to bring forth claims for such parts, but we offer a 1 year warranty for these parts.

By **Other replaceable labour parts** is implied all other replaceable parts on the machine or device. Examples of such parts could be seat cushions, foam padding, pedals, exercise computers and other electronics. For the consumer market, a 2 year restricted warranty applies for these parts, provided that they have not been subjected to negligence or error in handling or storing, wrong assembly, unsuitable use or unauthorized or improper repairs.

Excluded from this restriction are treadmill motors.

For all treadmill motors, there is a 5 year warranty, provided that they have not been subjected to negligence in maintenance, or unauthorized or improper repairs.

By **Frame/structure** is implied all the parts of the load-bearing steel frame, and its welding seems and joints.

For these parts, the warranty time for a minimum of 5 years is applied. Longer warranties and/or life time warranties will specified in the product information for each individual machine or device.

IMPORTANT REGARDING SERVICE

In the event of problems of any kind, please contact Mylna Service. We would like you to contact us before contacting the store so we can offer you the best possible help.

Visit our website www.mylnasport.no - here you will find information about the products, user manuals, a contact form to get in touch with us and possibility to order spare parts. By filling out the contact form you give us the information we need to help you as effectively as possible.

TÄRKEITÄ TIETOJA



Tämän kuntolaitteen käyttötarkoitus on kotikuntoilu.

Laitetta saa käyttää vain näissä käyttöohjeissa kuvatulla tavalla.

Kuntolaitteen omistaja on vastuussa siitä, että käyttäjät tuntevat nämä turvallisuusohjeet.

Huolehdi asennuksen aikana, että kaikki ruuvit ja mutterit ovat oikeilla paikoillaan ja kierrä ne hyvin paikalleen, ennen kuin aloitat niiden kiristämisen.

Sijoita kuntolaite tasaiselle ja vakaalle alustalle.

Kuntolaitetta ei saa käyttää ulkona tai tiloissa, joissa ilmankosteus on normaalia korkeampi. Suositus on, ettei laitetta käytetä autotallissa, pysäköintitalossa tai katetulla ulkokuistilla.

Alusmaton käyttöä suositellaan, jotta vältetään lattian tai lattiapinnoitteen vahingoittuminen jne. laitteen käytön vuoksi.

Laitte on säilytettävä kuivassa tilassa jäätymiseltä suojattuna. Näyttöä ei saa altistaa suoralle auringonvalolle.

Tarkista ennen jokaista käyttöä, että kaikki ruuvit ja mutterit on hyvin kiristetty. Jos huomataan irrallisia tai viallisia osia, huolehdi, ettei kukaan käytä laitetta ennen kuin vikat on korjattu.

Laitetta saa käyttää kerrallaan vain yksi henkilö.

Käsineiden käyttöä suositellaan laitetta käytettäessä, jotta käsiin ei tule ikäviä hiertymiä.

Istu käytön aikana aina laitteen istuimella.

Lapset eivät saa käyttää laitetta ilman valvontaa eivätkä olla laitteen läheisyydessä sen ollessa käytössä.

Yli 130 kg painavat henkilöt eivät saa käyttää laitetta.

Laitetta ei saa käyttää lääketieteellisen tai fysikaalisen hoidon yhteydessä, jollei lääkäri tai fysioterapeutti ole sitä erikseen määrännyt.

Oppaassa olevista painovirheistä ei vastata.

TIETOKONEEN HUOLTO



Harjoitusjaksojen aikana näyttöruudulla näkyvät vuorotellen tiedot aika (TIME), aika / 500 metriä (TIME/500M), SPM, matka (DISTANCE), aironvedot (STROKES), aironvedot yhteensä (TOTAL STROKES), kalorit (CALORIES BURNED) ja syke (PULSE).

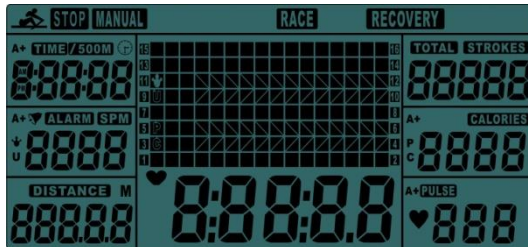
Ruutu	Kuvaus
UP ▲ / DOWN ▼	Valitse arvo painamalla ylös- tai alas-painiketta, ja siirry esiasetettujen ohjelmien välillä.
ENTER:	Vahvista valinta painamalla painiketta.
START / STOP	Aloita tai pääty harjoittelu painamalla painiketta.
RESET:	Siirry päävalikkoon painamalla painiketta.
RECOVERY:	Aktivoi painiketta painamalla RECOVERY PROGRAM, joka antaa sinulle harjoituksen jälkeisiä kuntoarvioita.

Ruutu	Kuvaus
Time (aika)	Esiaseta harjoittelu-aika painamalla +/- (1 min – 99 min) -painikkeita. Aika muuttuu yhden minuutin jokaisella painalluksella.
TIME/500M (aika / 500 m)	Näyttöruudulla näkyy keskimääräinen aika, joka sinulta menee 500 metriin, ja sitä päivitetään jatkuvasti.
SPM	Aironvetoa minuutissa
Distance (matka)	Esiaseta tavoitearvo painamalla +/- (0 – 99 900 metriä) -painikkeita. Matka muuttuu 100 metriä jokaisella painalluksella.
Strokes (aironveto)	Esiaseta tavoitearvo painamalla +/- (0 – 9 990 aironvetoa) -painikkeita. Arvo muuttuu kymmenen aironvetoa jokaisella painalluksella.
Total strokes (aironvetoja yhteensä)	Laskee aironvetojen kokonaislukumäärän 0 – 9 999.
Calories (kalorit)	Esiaseta kalorien tavoitearvo painamalla +/- (10 kCal – 9 990 kCal) -painikkeita. Matka muuttuu 10 kilokaloria jokaisella painalluksella.
Pulse (syke)	Voit asettaa tavoitearvot manuaalisessa tilassa painamalla +/- -painikkeita 30–240. Lukema muuttuu 1 BPM jokaisella painalluksella. Samalla näyttöruudun yläreunassa näkyy PULSE. Käyttäjän syke harjoituksen aikana näkyy näyttöruudussa. Kun saavutat tavoitearvon, tietokone ilmoittaa äänimerkillä ohjelman päättymisestä. Tämä toiminto on käytettävissä vain sykevyötä käytettäessä.
Calendar (kalenteri)	Tietokone näyttää lepotilassa päivämäärän ja vuoden.
Temperature (lämpötila)	Tietokone näyttää lepotilassa nykyisen huonelämpötilan.
Clock (kello)	Tietokone näyttää lepotilassa kellonajan.

DRIFT

10. Kaksi AA-paristoa, jonka jälkeen tietokone antaa äänimerkin kahden sekunnin kuluttua (Kuva 1). Tietokone käynnistyy ja näyttää päivämäärän ja kellonajan (Kuva 2).
11. Kellonaika vilkkuu. Aseta tunnit painamalla (+)-painiketta. Vahvasta painamalla ENTER-painiketta. Aseta minuutit painamalla (+)-painiketta. Vahvasta painamalla ENTER-painiketta. Aseta sitten (+/-)-painikkeita painamalla vuosiluku STROKES-näytössä, kuukaudet CALORIE-näytössä ja päivämäärä PULSE-näytössä. Vahvasta jokaisen asetuksen jälkeen painamalla ENTER-painiketta. ALARM vilkkuu, kun olet vahvistanut asetukset. Paina ENTER-painiketta, kun et vielä halua asettaa hälytystä tai ota hälytys käyttöön painamalla (+)-painiketta. Nuoli näkyy tekstin ALARM vieressä. Paina ENTER-painiketta. CLOCK vilkkuu. Aseta hälytysaika painamalla (+/-)-painiketta. Vahvasta painamalla ENTER-painiketta. Tietokone avaa nyt SPORT-näyttöruudun (Kuva 3).

Kuva 1



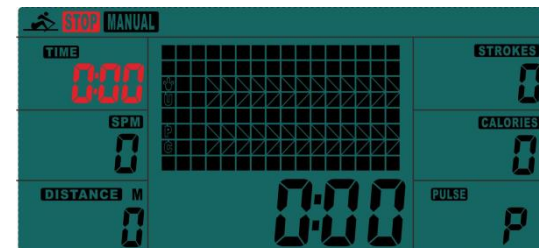
Kuva 3



Kuva 2



Kuva 4



12. Kun avaat SPORT-näytön MANUAL ja RACE vilkkuvat. Valitse niistä toinen painamalla (+/-)-painiketta. Vahvasta sitten valinta painamalla ENTER-painiketta.

- (10) **MANUAL (Kuva 4):** MANUAL-tilassa on kaksi valintaa.
- A. Tietokoneen voi asettaa laskuritilaan. Kun valitset MANUAL-tilan, TIME-arvot vilkkuvat näytöllä. Aseta haluttu laskuriaika painamalla (+)-painiketta. Vahvasta sitten painamalla ENTER-painiketta. Jos et halua asettaa laskuriaikaa, siirry seuraavaan toimintoon painamalla ENTER-painiketta. Voit asettaa arvot kohtiin DISTANCE, STROKES, CALORIES tai PULSE. (Voit asettaa tavoitearvot vain yhdelle toiminnolle kerrallaan). Aloita painamalla START-painiketta. STOP-kuvake häviää näytöstä. Kun laskurin tavoitearvo on saavutettu tai jos painat STOP-painiketta, ohjelma pysähtyy ja näytössä näkyy keskiarvot.
- B. Tietokone laskee nolasta ylöspäin. Aloita painamalla START-painiketta.

(11) RACE (Kuva 5) :

Valitse RACE-tila painamalla. L9 vilkkuu. TIME/500M näyttää lukemaa 4:00. Valitse L1–L15 painamalla (+/-)-painikkeita. Vahvasta painamalla ENTER-painiketta. Asta sen jälkeen kilpailumatka (500 m – 10 000 m), kun DISTANCE vilkkuu.

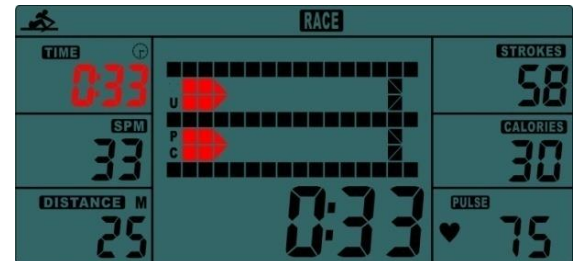
Paina ENTER-painiketta, jolloin näytössä näkyy kuva kilpailusta.

TIME/500M-ohjelmat:

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00



Kuva 5



Kuva 6

- A. Aloita painamalla START-painiketta, jolloin STOP-kuvake häviää näkyvistä. Matriisinäytöllä näkyy USER ja PC (Kuva 6). Ohjelma päättyy kun kilpailu päättyy tietokoneen tai käyttäjän voittoon. Matriisinäytöllä näkyy sen jälkeen viesti PC WIN tai USER WIN, sen mukaan kumpi voitti (Kuva 7).



Kuva 7

- B. Kun kilpailu on päättynyt, voit aloittaa uuden kilpailun painamalla START-painiketta. Päätä ohjelma painamalla RESET-painiketta.

(12) RECOVERY:

10. Tämä toiminto toimii vain 5,3 KHz:n sykevyötä (ei sisälly toimitukseen) käytettäessä. Kun olet harjoitellut jonkin aikaa sykevyön kanssa, paina RECOVERY-painiketta. Kaikki toiminnot pysähtyvät, paitsi TIME, joka laskee 60 sekunnista alaspäin.
11. Näytössä näkyy sen jälkeen sykkeesi palautuminen asteikolla F1–F6.
12. F1 on paras arvo. F6 on huonoin arvo. Käyttäjä voi parantaa palautumisarvoa harjoittelemalla parempaan kuntoon. Palaa päänäyttöön painamalla RECOVERY-painiketta uudelleen.

LEPOTILA

Näyttö siirtyy lepotilaan neljän minuutin käyttämättömyyden jälkeen. Huomaa: Täytä säiliö vain hanavedellä. Lisäksi suositellaan käyttämään myös vedenpuhdistustabletteja. Lisää yksi tabletti säiliöön puolivuositain. Älä koskaan käytä klooria tai klooripitoista valkaisuainetta. Se vahingoittaa säiliötä ja aiheuttaa tuotetakuun raukeamisen.

VALITUSOHJEET



Valitusehdot koskevat kotikuntoilussa käytettyjä tuotteita. Yritysmarkkinoille on oma jakso puoli ammattilaisvälineiden takuuehdoista.

Kuntoilulaitteiden tapaiset komponentit on koottu pääasiassa kolmeen pääryhmään jaettavista osista: **kulutuset** **muut vaihdettavat osat** ja **rakenne/runko-osat**.

Kulutuset tarkoittaa osia, jotka normaalissa käytössä kuluvat ja joita on vaihdettava säännöllisin väliajoin. Näitä ovat esimerkiksi jarrupalat, pyörät, vaijerit, säätöruuvit, kuulalaakerit ja jouset.

Kuluttajasuojalain mukaan tällaisista osista ei lakisääteisesti ole valitusoikeutta.

Annamme tällaisille osille kuitenkin yhden vuoden takuun.

*HUOMIO Jotta myyntiehtoja voidaan markkinoida tai kutsua TAKUUksi, laki edellyttää että tarjoamme huomattavasti paremmat oikeudet kuin mitä laki takaa. Myynti- tai markkinointimateriaaleissa **on laitonta** kutsua normaalia VALITUSOIKEUTTA TAKUUksi.*

Muilla vaihdettavilla osilla tarkoitetaan kaikki muita laitteessa olevia irto-osia. Näitä ovat esimerkiksi istuintyyny, pehmusteet, polkimet, harjoittelutietokone ja muu elektroniikka. Tämän tyyppisiä osia koskee lakisääteinen kahden vuoden valitusoikeus, edellyttäen, ettei niitä ole altistettu epätavallisen suurelle kulutukselle. Poikkeus tähän luokkaan ovat juoksumattojen moottorit.

Kaikkia juoksumattojen moottoreita koskee viiden vuoden valitusoikeus, edellyttäen ettei sitä ole altistettu epätavallisen suurelle kulutukselle tai vaurioille kunnossapidon laiminlyönnin vuoksi.

Rakenne-/runko-osilla tarkoitetaan kuntoiluvälineen pääosia, eli teräsrakenteita ja niiden hitsausseamoja.

Tämän tyyppisiä osia koskee viiden vuoden valitusoikeus, edellyttäen, ettei niitä ole altistettu epätavallisen suurelle kulutukselle.

Kunkin laitteen kohdalla on erikseen mainittu rakenne- ja runko-osien mahdollisesta pidemmästä takuua ajasta/elinikäisestä takuusta.

TÄRKEÄÄ LIITTYEN HUOLTOON



Jos jonkinlaisia ongelmia tuotteen kanssa sattuisi ilmenemään, ole yhteydessä Mylna Serviceen.

Haluamme auttaa teitä parhaalla mahdollisella tavalla ja toivoisimme että olette yhteydessä meihin suoraan ennen asiointia myyjän kanssa.

Tutustu sivuihimme www.mylناسport.fi - Sieltä löydät mm. Tuotetietoa, ohjekirjoja ja yhteydenottolomakkeen. Tätä kautta voit olla meihin yhteydessä ja mm. tilata varaosia.

Täyttämällä lomakkeen me saamme kaiken tarvittavan tiedon, jolla voimme palvella sinua parhaalla tavalla

WICHTIGE INFORMATIONEN



Das Gerät darf ausschließlich gemäß dieser Bedienungsanleitung verwendet werden.

Der Eigentümer des Fitnessgeräts ist dafür verantwortlich dafür, dass alle Nutzer mit diesen Sicherheitsregeln vertraut sind.

Stellen Sie bei der Montage sicher, dass alle Schrauben und Muttern an den richtigen Positionen verbaut und korrekt in den Bohrungen sitzen, bevor Sie mit dem Festziehen beginnen.

Stellen Sie das Fitnessgerät auf einem flachen und ebenen Untergrund auf.

Das Fitnessgerät darf nicht im Außenbereich oder in Räumen mit außergewöhnlich hoher Luftfeuchtigkeit verwendet werden.

Es wird davon abgeraten, das Gerät in einer Garage, einem Carport oder auf einer überdachten Terrasse zu nutzen.

Das Gerät ist an einem trockenen und frostfreien Ort aufzubewahren. Es wird empfohlen, das Gerät auf einer Unterlage aufzustellen, um eventuelle Schäden am Fußboden oder Bodenbelag infolge der Nutzung des Geräts zu vermeiden.

Achten Sie vor jeder Verwendung darauf, dass Schrauben und Muttern ordnungsgemäß festgezogen sind. Wenn lose oder defekte Teile festgestellt werden, sorgen Sie dafür, dass das Gerät nicht verwendet wird, bevor ein einwandfreier Zustand wiederhergestellt ist.

Tragen Sie immer Schuhe mit einer guten Gummisohle, wenn Sie das Gerät verwenden.

Die maximale Gewichtsbelastung pro Haltepunkt beträgt 130 kg.

Das Gerät darf nicht in Verbindung mit medizinischen oder physischen Behandlungen verwendet werden, sofern dies nicht explizit durch den Arzt oder Physiotherapeuten empfohlen wird.

Eventuelle Druckfehler im Handbuch vorbehalten.

BEDIENUNG DES COMPUTERS



Während der Trainingseinheiten zeigt der Bildschirm abwechselnd die Zeit (TIME), die Zeit auf 500 Metern (TIME/500M), die Ruderschläge pro Minute (SPM), die Distanz (DISTANCE), die Ruderschläge (STROKES), die Ruderschläge gesamt (TOTAL STROKES), die Kalorien (CALORIES BURNED) und den Puls (PULSE) an.

Bildschirm	Beschreibung
UP ▲/DOWN ▼	Drücken Sie auf "UP" (nach oben) oder "DOWN" (nach unten), um einen Wert ausgewählten und durch die voreingestellten Programme zu navigieren,
ENTER:	Drücken Sie diese Taste, um Ihre Auswahl zu bestätigen.
START/STOP	Drücken Sie diese Taste, um die Trainingseinheit zu starten oder zu stoppen.
RESET:	Drücken Sie diese Taste, um zum Hauptmenü zurückzukehren.
RECOVERY:	Drücken Sie diese Taste, um RECOVERY PROGRAM zu aktivieren und eine Bewertung Ihrer Kondition nach dem Training zu erhalten.

Bildschirm	Beschreibung
Time (Zeit)	Legen Sie vorab die Trainingszeit fest, indem Sie die Tasten "+/-" drücken (1 bis 99 Min.). Pro Tastendruck ändert sich die Zeit um eine Minute.
TIME/500M (Zeit/500 m)	Die durchschnittliche Zeit, die Sie für 500 Meter benötigen, wird auf dem Bildschirm angezeigt und fortlaufend aktualisiert.
SPM	Ruderschläge pro Minute
Distance (Distanz)	Legen Sie vorab einen Zielwert fest, indem Sie die Tasten "+/-" drücken (0 bis 99900 Meter). Pro Tastendruck ändert sich der Wert um 100 Meter.
Strokes (Ruderschläge)	Legen Sie vorab einen Zielwert fest, indem Sie die Tasten "+/-" drücken (0 bis 9990 Ruderschläge). Pro Tastendruck ändert sich der Wert um zehn Ruderschläge.
Total strokes (Ruderschläge gesamt)	Zählt die Gesamtzahl der Ruderschläge von 0 bis 9999.
Calories (Kalorien)	Legen Sie vorab einen Zielwert fest, indem Sie die Tasten "+/-" drücken (10 bis 99900 Cal). Pro Tastendruck ändert sich der Wert um zehn Kalorien.
Pulse (Puls)	Im manuellen Modus können Sie einen Zielwert einstellen, indem Sie "+/-" von 30 bis 240 drücken. Pro Tastendruck ändert sich der Wert um 1 BPM (Herzschlag pro Minute). PULSE wird gleichzeitig oben auf dem Bildschirm angezeigt. Der Bildschirm zeigt den Puls des Nutzers während des Trainings. Wenn Sie den Zielwert erreichen, gibt der Computer ein Tonsignal aus, bis das Programm beendet wird. Diese Funktion ist nur verfügbar, wenn ein Pulsgürtel verwendet wird.

Calendar (Kalender)	Der Computer zeigt das Datum und Jahr, während er sich im Ruhezustand befindet.
Temperature (Temperatur)	Der Computer zeigt die aktuelle Raumtemperatur, während er sich im Ruhezustand befindet.
Clock (Uhr)	Der Computer zeigt die aktuelle Uhrzeit, während er sich im Ruhezustand befindet.

BETRIEB

13. Legen Sie zwei AA-Batterien ein, und der Computer gibt zwei Sekunden lang ein Tonsignal aus (Abb. 1). Anschließend zeigt der Computer Datum und Uhrzeit an (Abb. 2).

14. Die Uhr blinkt. Drücken Sie "+", um die Stunden einzustellen. Bestätigen Sie Ihre Auswahl mit "ENTER". Drücken Sie anschließend "+", um die Minuten einzustellen. Bestätigen Sie Ihre Auswahl mit "ENTER". Anschließend legen Sie die Jahreszahl im Bildschirm "STROKES", den Monat im Bildschirm "CALORIE" und den Tag im Bildschirm "PULSE" ein, indem Sie "+/-" drücken. Bestätigen Sie jede einzelne vorgenommene Einstellung mit "ENTER". Nach dem Bestätigen blinkt "ALARM". Drücken Sie "ENTER", um mit dem Abschalten des Alarms zu warten, oder drücken Sie "+" um ihn zu aktivieren. Neben "ALARM" wird ein Pfeil angezeigt.

Drücken Sie "ENTER". CLOCK blinkt jetzt. Drücken Sie "+", um die Alarmzeit einzustellen. Bestätigen Sie Ihre Auswahl mit "ENTER". Der Computer öffnet jetzt den Bildschirm "SPORT" (Abb. 3).

Abb. 1



Abb. 3

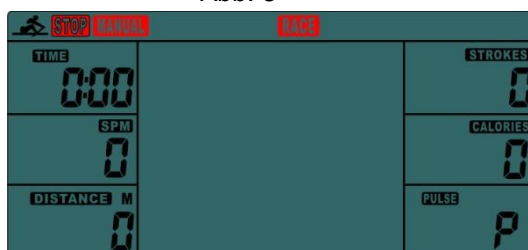


Abb. 2

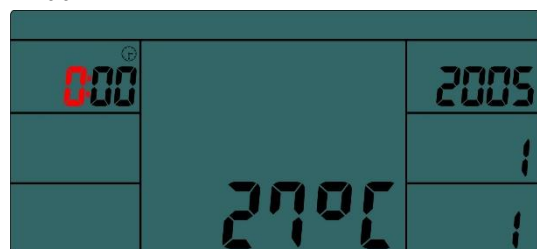
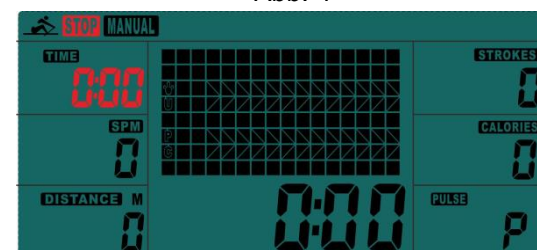


Abb. 4



15. Wenn Sie den Bildschirm "SPORT" öffnen, blinken "MANUAL" und "RACE". Drücken Sie "+/-", um eine der beiden Möglichkeiten auszuwählen. Bestätigen Sie Ihre Auswahl anschließend mit "ENTER".

(13) **MANUAL (Abb. 4):** Im manuellen Modus (MANUAL) gibt es zwei Möglichkeiten.

A. Der Computer kann so eingestellt werden, dass er rückwärts zählt. Wenn Sie den Modus "MANUAL" auswählen, blinkt der Wert für "TIME" auf dem

Bildschirm. Drücken Sie "+", um die Zeit, von der heruntergezählt werden soll, einzustellen. Bestätigen Sie Ihre Auswahl anschließend mit "ENTER". Wenn Sie keine Zeit zum Herunterzählen auswählen möchten, drücken Sie "ENTER", um mit der nächsten Funktion fortzufahren. Sie können Werte für "DISTANCE", "STROKES", "CALORIES" oder "PULSE" festlegen. (Sie können immer nur einen Zielwert für jeweils eine dieser Funktionen einstellen). Um zu beginnen, drücken Sie die Taste "START". Das Symbol "STOP" wird daraufhin ausgeblendet. Wenn der Zielwert auf Null heruntergezählt wurde oder wenn Sie die Taste "STOP" drücken, stoppt das Programm und zeigt den Durchschnittswert an.

B. Der Computer zählt die Werte von Null aufwärts. Um zu beginnen, drücken Sie die Taste "START".

RICHTLINIEN FÜR DAS REKLAMATIONSVERFAHREN



Die Reklamationsbestimmungen betreffen Produkte, die für das Heimtraining verwendet werden.

Für den Betriebsmarkt gibt es eine separate Übersicht über die Garantiebestimmungen für semiprofessionelle Ausrüstung.

Die Komponenten, aus denen Fitnessgeräte sich zusammensetzen, unterteilen sich im Wesentlichen in drei Hauptgruppen, **Verschleißteile**, **Andere austauschbare Teile** und **Konstruktion/Rahmen**.

Als **Verschleißteile** werden Teile bezeichnet, für die bei regulärer Verwendung ein Austausch innerhalb regelmäßiger Abstände vorgesehen ist. Dazu gehören beispielsweise Bremsklötze, Laufrollen, Gummibänder, Einstellschrauben, Kugellager, Leinen, Federn etc.

Gemäß Kaufrecht und Verbraucherkaufrecht gibt es kein gesetzlich geregeltes Reklamationsrecht auf diese Teile. Dennoch gewähren wir für diese Teile ein Jahr Garantie.

*Hinweis: Damit Kaufbedingungen als GARANTIE vermarktet und bezeichnet werden dürfen, wird vorausgesetzt, dass der Käufer deutlich bessere Rechte erhält als vom Gesetz vorgeschrieben. Es ist **ungesetzlich**, reguläres REKLAMATIONSRECHT in Verkaufs- oder Marketingunterlagen als GARANTIE zu bezeichnen.*

Als **Andere austauschbare Teile** werden alle anderen losen Teile bezeichnet, die das Gerät umfasst. Beispiele sind u. a. Sitzkissen, Polster, Pedale, Trainingscomputer und weitere Elektronik. Für diese Teile gilt eine gesetzlich vorgeschriebene Reklamationsfrist von zwei Jahren, sofern diese keiner übermäßigen äußeren Einwirkung ausgesetzt sind.

Von dieser Kategorie ausgenommen ist der Motor für Laufbänder.

Für alle Laufbandmotoren gilt ein fünfjähriges Reklamationsrecht, sofern diese keiner übermäßigen äußeren Einwirkung oder unnötigem Verschleiß aufgrund von mangelnder Wartung ausgesetzt sind.

Mit **Konstruktionsteilen /Rahmen** werden die Hauptbestandteile des Trainingsgeräts bezeichnet, d. h. die Stahlkonstruktionen und zugehörigen Schweißnähte.

Für diese Teile gilt eine Reklamationsfrist von fünf Jahren, sofern diese keiner übermäßigen äußeren Einwirkung ausgesetzt sind.

Eventuelle verlängerte Garantien/Garantien auf Lebenszeit auf den Rahmen sind explizit für einzelne Produkte angegeben.

WICHTIGE INFORMATIONEN ZUM SERVICE



Im Falle jeglicher Probleme bitten wir Sie, Mylna Service zu kontaktieren. Bitte kontaktieren Sie uns, bevor Sie sich an die Geschäftsfiliale wenden, damit wir Ihnen die bestmögliche Hilfestellung geben können.

Auf unserer Website www.mylناسport.com finden Sie Informationen zu unseren Produkten, Bedienungsanleitungen und ein Kontaktformular, über das Sie uns erreichen können. Über das Kontaktformular können Sie auch Ersatzteile bestellen. Indem Sie das Kontaktformular ausfüllen, erhalten wir alle erforderlichen Informationen, um Ihnen so effektiv wie möglich weiterzuhelfen.



Leverandør:
Mylna Sport AS
Postboks 244
3051 Mjøndalen
Norge
www.abilica.no
www.mylناسport.no

Leverantör:
Mylna Sport AB
Box 181
56624 Habo
Sverige
www.abilica.se
www.mylناسport.se

Supplier:
Mylna Sport AS
P.O. Box 244
N-3051 Mjoendalen
Norway
www.abilica.com
www.mylناسport.com