

Artikelnummer: 09643

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,
wir freuen uns, dass Sie sich für diesen **Beintrainer** entschieden haben. Sollten Sie Fragen haben, kontaktieren Sie den Kundenservice über unsere Webseite:

www.service-shopping.de

Symbolerklärung



Sicherheitshinweise: Lesen Sie diese aufmerksam durch und halten Sie sich an sie, um Personen- und Sachschäden zu vermeiden.



Bedienungsanleitung vor Gebrauch lesen!

Beachten Sie

- Dieses Gerät ist zum Beintraining bestimmt. Es ist ausschließlich für eine Benutzung im Sitzen geeignet.
- Mit dem Gerät darf jeweils nur eine Person trainieren.
- Dieses Gerät ist ausschließlich für die Verwendung im Heimbereich konzipiert.
- Dieses Gerät ist **nicht** für therapeutische Zwecke geeignet.
- Das Gerät ist für den Privatgebrauch, nicht für eine gewerbliche Nutzung bestimmt.
- Nutzen Sie das Gerät nur wie in der Anleitung beschrieben. Jede weitere Verwendung gilt als bestimmungswidrig.
- Von der Gewährleistung ausgeschlossen sind alle Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung oder Beschädigung entstehen. Dies gilt auch für den normalen Verschleiß.



Sicherheitshinweise

- Halten Sie Kinder und Tiere vom Gerät und Verpackungsmaterial fern. Es besteht Verletzungs- und Erstickengefahr!
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit reduzierten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und/oder Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstanden haben. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Benutzer-Wartung dürfen nicht durch Kinder durchgeführt werden.
- Das Trainingsgerät ist **kein** Spielzeug. Kinder jünger als 8 Jahre und Tiere sind vom Gerät fernzuhalten.
- Stellen Sie sich **niemals** auf das Gerät!
- Sollten Sie in Bezug auf Ihre Gesundheit zu einer Risikogruppe gehören, fragen Sie vor der Benutzung des Gerätes Ihren Arzt. Stimmen Sie ggf. das Trainingsprogramm mit ihm ab.
- Schwangere sollten das Gerät nicht bzw. nur nach Rücksprache mit ihrem Arzt benutzen.
- **ACHTUNG:** Unterbrechen Sie das Training sofort, wenn Sie sich schwach oder schwindelig fühlen. Bei Übelkeit, Brust- oder Gliederschmerzen, Herzklopfen oder anderen Symptomen wenden Sie sich sofort an einen Arzt.
- Beginnen Sie die Übungen langsam und steigern Sie erst allmählich die Intensität bis zur gewünschten und von Ihnen noch beherrschbaren Leistungsstufe.
- Trainieren Sie nicht, wenn Sie bereits müde und erschöpft sind.
- Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass bei unsachgemäßem Gebrauch des Gerätes und übermäßigem Training Gesundheitsschäden möglich sind.
- Setzen Sie das Gerät keinen extremen Temperaturen, starken Temperaturschwankungen, Feuchtigkeit oder direkter Sonneneinstrahlung aus.
- Halten Sie ausreichend Abstand zu Wärmequellen wie z.B. Herdplatten, Öfen, Kaminen oder brennenden Kerzen.

- Lassen Sie das Gerät nicht fallen und setzen Sie es keinen starken Stößen aus.
- Sollte das Gerät defekt sein, versuchen Sie nicht, das Gerät eigenständig zu reparieren. Kontaktieren Sie in Schadensfällen den Kundenservice.

Lieferumfang und Geräteübersicht

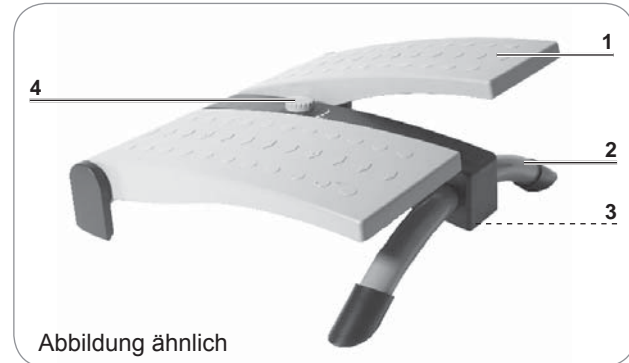
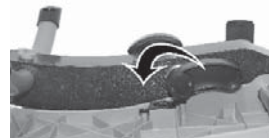


Abbildung ähnlich

- 1 Pedale
- 2 Standfuß
- 3 Feststellschraube
- 4 Einstellrad Schwierigkeitsgrad

Gebrauch

1. Packen Sie alle Teile aus. Prüfen Sie den Lieferumfang auf mögliche Transportschäden. Sollten Sie einen Transportschaden feststellen, verwenden Sie das Gerät nicht(!), sondern wenden Sie sich umgehend an den Kundenservice.
2. Lösen Sie die Feststellschraube an der Unterseite des Gerätes.
3. Stellen Sie den Standfuß auf.
4. Fixieren Sie den Standfuß mit der Feststellschraube.
5. Aus Transportgründen sind die Pedalhebel unter den Pedalen so eingestellt, dass die Pedale flach anliegen. Die Pedalhebel müssen daher vor dem ersten Gebrauch um 180° gedreht werden.
6. Das Gerät ist einsatzbereit, wenn gewölbte Seite der Pedalhebel zum Pedal zeigt!
7. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene, rutschfeste Fläche.
8. Setzen Sie sich auf einen Stuhl direkt vor das Gerät.
9. Stellen Sie den gewünschten Schwierigkeitsgrad mit dem Einstellrad ein.
10. Setzen Sie beide Füße auf das Gerät.
11. Treten Sie die Pedale abwechselnd herunter.



Reinigung und Aufbewahrung

- Verwenden Sie zum Reinigen keine aggressiven, scheuernden oder giftigen Reinigungsmittel.
- Wischen Sie das Gerät mit einem sauberen, feuchten Tuch und mildem Reinigungsmittel ab.
- Bewahren Sie das Gerät außer Reichweite von Kindern und Tieren an einem trockenen, vor direkter Sonneneinstrahlung geschützten Ort auf.

Entsorgung

- Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial umweltgerecht. Es ist wiederverwertbar. Führen Sie es der Wertstoffsammlung zu. Entsorgen Sie auch das Gerät umweltgerecht.

Kundenservice/Importeur:

DS Produkte GmbH, Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Deutschland • ☎ +49 38851 314650 *)

*) 0 - 30 Ct. / Min in das dt. Festnetz. Kosten variieren je nach Anbieter.

Alle Rechte vorbehalten.

Z 09643 M DS V4 0916

Article number: 09643

Dear customer,

We are delighted that you have decided to purchase this **leg trainer**. If you have any questions, please contact customer service via our website:

www.service-shopping.de

Explanation of Symbols



Safety instructions: Read through these carefully and follow them to prevent personal injury and damage to property.



Read the instructions before use!

Please note

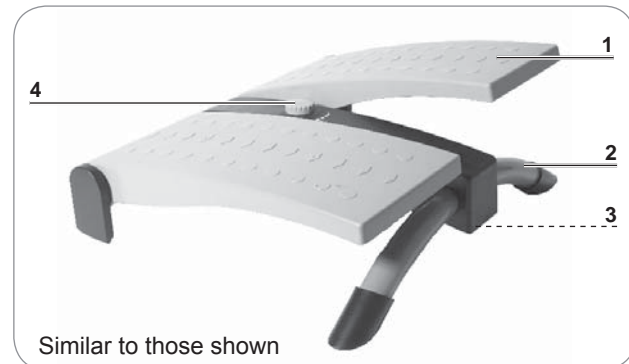
- This device is designed for training the legs. The device is only intended to be used while sitting.
- Only one person at a time may use the device.
- The device is exclusively intended to be used at home.
- This device is **not** suitable for therapeutic applications.
- The device is intended for domestic, not commercial use.
- Only use the device as described in this instruction manual. Any other use is deemed improper.
- Defects arising due to improper handling or damage are excluded from the warranty. This also applies to normal wear and tear.



Safety notes

- Keep children and animals away from the device and packaging material. There is a danger of injury and suffocation!
- This device may be used by children ages 8 and over as well as persons with impaired physical, sensory or mental capacities or those lacking experience and/or knowledge if they are supervised or have been instructed in how to safely use the device and have understood the risks associated with operating the device. Children may not play with the device. Cleaning and user maintenance must not be performed by unsupervised children.
- The fitness device is **not** a toy. Keep children under 8 years of age and animals away from the device.
- **Never** stand on top of the device!
- If you belong to a risk group with respect to your health, be absolutely sure to consult your physician prior to using the device. If applicable, consult your workout plan with him/her.
- Pregnant women are not allowed to use the device or only after having consulted their physician.
- **ATTENTION:** Immediately stop your workout if you feel weak or dizzy. In the event of nausea, pain in the chest or limbs, heart palpation or other symptoms, please immediately contact a physician.
- Start your workout slowly and gradually increase the intensity to the level of your choice and which you are able to manage.
- Do not workout if you already tired and exhausted.
- We expressly point out that using the device improperly or exercising too intensively could be hazardous to your health.
- Do not subject the device to extreme temperatures, severe changes in temperature, direct sunlight or moisture.
- Maintain adequate distance to heat sources such as stovetops, ovens, fireplaces or burning candles.
- Do not allow the device to fall and do not subject it to severe percussions.
- If the device is defective, do not attempt to repair it yourself. In the event of damage, contact the customer service department.

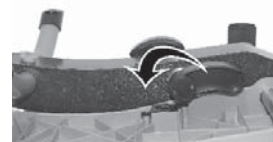
Device contents and device overview



- 1 Pedals
- 2 Base
- 3 Locking screw
- 4 Difficulty dial

Use

1. Unpack all parts. Check the device contents for any damages from transport. Should you identify any transport damages, do not use the device (!), instead please promptly consult the customer service.
2. Undo the locking screw on the bottom of the device.
3. Position the base.
4. Fix it using the locking screw.
5. For transport reasons, the pedal levers under the pedals are set to a position in which the pedals are resting flat against the device. For this reason, the pedal levers must be turned by 180° before first use.
6. The device is ready for use if the curved side of the pedal levers is facing the pedal!
7. Place the device on a level service, anti-slip surface.
8. Sit on a chair directly in front of the device.
9. Set the desired difficulty with the dial.
10. Place both feet on the device.
11. Step on the pedals and push them down alternately.



Cleaning and storage

- When cleaning, do not use any aggressive, scouring or toxic cleaners.
- Wipe the device off with a clean, damp cloth and mild detergent.
- Store the device in a dry area that is out of the reach of children and animals and that is not exposed to direct sunlight.

Disposal



Dispose of the packaging material in an environmental-friendly manner. It can be recycled. Make it available to the collection service for recyclable materials. Dispose of the device in an environmental-friendly manner.

Customer Service / Importer:

DS Produkte GmbH, Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Germany • ☎ +49 38851 314650 *)

*) Calls to German landlines are subject to charges. The cost varies depending on the service provider.

All rights reserved.

Z 09643 M DS V4 0916

Numéro de référence : 09643

Chère cliente, cher client,

Nous nous réjouissons que vous ayez décidé d'acheter ce **stimulateur de jambes**. Si vous avez des questions, veuillez vous adresser au service après-vente sur notre site Internet :

www.service-shopping.de

Explication des symboles utilisés



Consignes de sécurité : lisez et observez-les attentivement afin de prévenir tout dommage corporel ou matériel.



Lisez le mode d'emploi avant utilisation !

Attention

- Cet appareil est destiné à muscler les jambes. Il convient exclusivement pour une utilisation en position assise.
- Une seule personne à la fois peut s'entraîner avec l'appareil.
- L'appareil est exclusivement conçu pour une utilisation à la maison.
- Cet appareil **n'est pas** destiné à un usage thérapeutique.
- L'appareil est destiné à un usage en privé, pas pour une utilisation commerciale.
- Utilisez l'appareil uniquement comme la description du mode d'emploi. Toute autre utilisation est considérée comme contraire aux dispositions.
- Sont exclus de la garantie tous les défauts causés par une manipulation non appropriée ou par un dommage. Ceci est aussi valable pour l'usure normale.

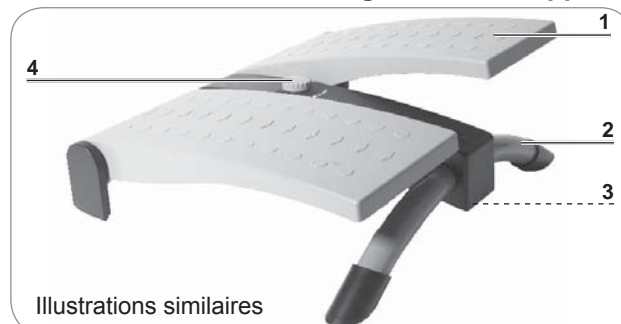


Consignes de sécurité

- Tenez les enfants et les animaux éloignés de l'appareil et du matériel d'emballage. Il y a risque de blessure et d'asphyxie !
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 8 ans ainsi que par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou ayant un manque d'expérience et/ou de connaissance si elles sont surveillées ou si elles sont reçu des instructions sur la manière d'utiliser l'appareil en toute sécurité et si elles ont compris les dangers qui peuvent en résulter. Il est interdit aux enfants de jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être réalisés par des enfants.
- L'appareil d'entraînement **n'est pas** un jouet. Les enfants de moins de 8 ans et les animaux doivent être tenus éloignés de l'appareil.
- Ne vous mettez **jamais** debout sur l'appareil !
- Si, en ce qui concerne votre santé, vous faisiez partie d'un groupe à risque, veuillez dans tous les cas interroger un médecin avant utilisation. Si nécessaire, déterminez avec lui un programme d'entraînement.
- Les femmes enceintes ne pourront pas utiliser l'appareil ou seulement après s'être entretenues avec leur médecin.
- **ATTENTION** : Interrompez immédiatement l'entraînement si vous ressentez des faiblesses ou des étourdissements. En cas de malaise, de douleur thoracique ou dans les articulations, de tachycardie ou d'autres symptômes, veuillez vous adresser immédiatement à un médecin.
- Commencez les exercices par une phase lente et augmentez peu à peu l'intensité jusqu'au niveau de puissance souhaitée et que vous pouvez maîtriser.
- Ne vous entraînez pas si vous êtes déjà fatigué ou épuisé.
- Nous attirons expressément l'attention sur le fait que vous pouvez subir des dommages sur la santé si l'utilisation de l'appareil n'est pas correcte et si l'entraînement est excessif.
- Ne soumettez pas l'appareil à des températures extrêmes, à de fortes variations de température, à l'humidité ou aux rayons directs du soleil.

- Gardez suffisamment de distance par rapport aux sources de chaleur, comme par exemple, des plaques chauffantes, des fours, des cheminées ou des bougies allumées.
- Ne laissez pas tomber l'appareil et ne l'exposez pas à de puissants chocs.
- Si l'appareil devait être défectueux, n'essayez pas de le réparer vous-même. Contactez le service après-vente en cas de dommages.

Contenu de la livraison et vue générale de l'appareil

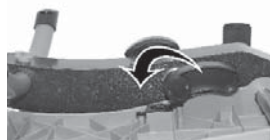


Illustrations similaires

- 1 Pédales
- 2 Pied
- 3 Vis de fixation
- 4 Molette de réglage du degré de difficulté

Utilisation

1. Déballez toutes les pièces. Vérifiez le contenu de la livraison pour voir s'il y a des dommages de transport. Si vous deviez constater des dommages de transport, n'utilisez pas l'appareil(!), mais adressez-vous immédiatement au service après-vente.
2. Desserrez la vis de fixation placée dessous l'appareil.
3. Relevez le pied.
4. Fixez-le avec la vis de fixation.
5. Pour des raisons de transport, nos leviers de pédale en-dessous des pédales sont réglés de façon à ce que les pédales soient à plat. Les leviers de pédale doivent être tournés de 180° avant la première utilisation.
6. L'appareil est opérationnel lorsque le côté bombé des leviers de pédale est orienté vers les pédales !
7. Placez l'appareil sur une surface plate et antidérapante.
8. Asseyez-vous sur une chaise directement devant l'appareil.
9. Réglez le degré de difficulté souhaité avec la molette de réglage.
10. Placez les deux pieds sur l'appareil.
11. Enfoncez les pédales par alternance.



Nettoyage et rangement

- Pour le nettoyage, n'utilisez aucun détergent agressif, abrasif ou toxique.
- Essuyez l'appareil avec un chiffon propre et humide et un peu de détergent doux.
- Rangez l'appareil hors de portée des enfants et des animaux dans un endroit sec et protégé contre les rayons directs du soleil.

Élimination



Éliminez le matériel d'emballage en respectant l'environnement. Il est recyclable. Apportez-le à un centre de recyclage. Éliminez l'appareil en respectant l'environnement.

Service après-vente / Importateur :

DS Produkte GmbH, Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Allemagne • ☎ +49 38851 314650 *)

*) Prix d'un appel vers le réseau fixe allemand. Coût variable selon le prestataire.

Tous droits réservés.

Z 09643 M DS V4 0916

Artikelnummer: 09643

Geachte klant,
We zijn blij dat u deze **beentrainer** hebt gekozen. Hebt u vragen, contacteer dan de klantenservice via onze website:

www.service-shopping.de

Uitleg van de symbolen



Veiligheidsaanwijzingen: lees deze aandachtig door en houdt u zich hieraan om lichamelijk letsel en materiele schade te voorkomen.



Lees de handleiding voor gebruik!

Opgelet

- Dit apparaat is bedoeld voor de training van de benen. Het apparaat is uitsluitend geschikt voor een gebruik al zittend.
- Met het apparaat mag telkens slechts een persoon trainen.
- Dit apparaat is uitsluitend bestemd voor het gebruik thuis.
- Dit apparaat is **niet** geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Het apparaat werd ontworpen voor het privégebruik, niet voor commerciële doeleinden.
- Gebruik het apparaat alleen volgens de beschrijvingen in de handleiding. Elk ander gebruik geldt als oneigenlijk gebruik.
- De garantie dekt geen gebreken die ontstaan door verkeerd gebruik of beschadiging. Dit geldt ook voor de normale slijtage.



Veiligheidsinstructies

- Houd kinderen en dieren weg van het apparaat en het verpakkingsmateriaal. Er bestaat gevaar voor verwondingen en verstikking!
- Dit apparaat mag door kinderen vanaf de leeftijd van 8 jaar en door personen met beperkte fysieke, sensorische of mentale vaardigheden of een gebrek aan ervaring en/of kennis worden gebruikt als ze onder toezicht staan of over het veilig gebruik van het apparaat werden geïnformeerd en de daaruit voortvloeiende gevaren hebben begrepen. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Reiniging en onderhoud mogen niet door kinderen worden uitgevoerd.
- Het trainingsapparaat is **geen** speelgoed. Kinderen jonger dan 8 jaar en dieren moeten uit de buurt worden gehouden van het apparaat.
- Ga **nooit** staan op het apparaat!
- Behoort u voor uw gezondheid tot een risicogroep, vraag dan in elk geval uw arts om raad alvorens het apparaat te gebruiken. Stem eventueel het trainingsprogramma met hem af.
- Zwangere vrouwen mogen het apparaat niet resp. slechts na ruggespraak met hun arts gebruiken.
- **OPGELET:** Onderbreek de training onmiddellijk wanneer u zich zwakjes of duizelig voelt. Bij misselijkheid, borstpijn of pijn aan de gewrichten, hartkloppingen of andere symptomen moet u onmiddellijk een arts contacteren.
- U dient de oefeningen traag te starten en heel langzaam de intensiteit op te drijven tot het gewenste en door u nog controleerbare prestatieniveau.
- Train niet als u al moe en uitgeput bent.
- We wijzen er uitdrukkelijk op dat bij een verkeerd gebruik van het apparaat en een buitensporige training schade aan de gezondheid kan worden veroorzaakt.
- Stel het apparaat niet bloot aan extreme temperaturen, hevige temperatuurschommelingen, directe zonnestralen of vochtigheid.
- Bewaar voldoende afstand tot warmtebronnen zoals kookplaten, ovens, schouwen of brandende kaarsen.
- Laat het apparaat niet vallen en zorg ervoor dat het geen hevige schokken ondergaat.

- Is het apparaat defect, probeer dan niet het apparaat eigenhandig te repareren. Contacteer in geval van schade de klantenservice.

Leveringspakket en overzicht van het apparaat

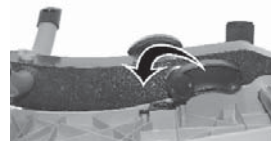


Afbeeldingen soortgelijk

- 1 Pedalen
- 2 Standvoet
- 3 Vastzetschroef
- 4 Instelwiel moeilijkheidsgraad

Gebruik

1. Pak alle onderdelen uit. Kijk de levering na op mogelijke transportschade. Stelt u transportschade vast, gebruik het apparaat dan niet (!), maar richt u direct tot de klantenservice.
2. Maak de vastzetschroef aan de onderzijde van het apparaat los.
3. Plaats de standvoet.
4. Fixeer hem met de vastzetschroef.
5. Om sportredenen zijn de pedaalhendels onder de pedalen zo ingesteld dat de pedalen plat liggen. De pedaalhendels moeten daarom voor het eerste gebruik 180° gedraaid worden.
6. Het apparaat kan in gebruik worden genomen, wanneer de gewelfde zijde van de pedaalhendels naar het pedaal wijst!
7. Zet het apparaat op een effen, niet glad oppervlak.
8. Ga op een stoel direct voor het apparaat zitten.
9. Stel de gewenste moeilijkheidsgraad in met het instelwiel.
10. Plaats beide voeten op het apparaat.
11. Duw de pedalen afwisselend naar beneden.



Reiniging en bewaring

- Gebruik voor de reiniging geen agressieve, schurende of giftige reinigingsmiddelen.
- Veeg het apparaat af met een schone, vochtige doek en een mild reinigingsmiddel.
- Bewaar het apparaat buiten het bereik van kinderen en dieren op een droge en tegen directe zonnestralen beschermde plaats.

Verwijdering



Verwijder het verpakkingsmateriaal op een milieuvriendelijke wijze. Het is recycleerbaar. Geef het mee met recycleerbare materialen. Verwijder het apparaat ook op een milieuvriendelijke manier.

Klantenservice/Importeur:

DS Produkte GmbH, Am Heisterbusch 1, 19258 Gallin, Duitsland • ☎ +49 38851 314650 *)

*) Niet gratis voor Duitse vaste lijnen. Kosten variëren per aanbieder.

Alle rechten voorbehouden.

Z 09643 M DS V4 0916