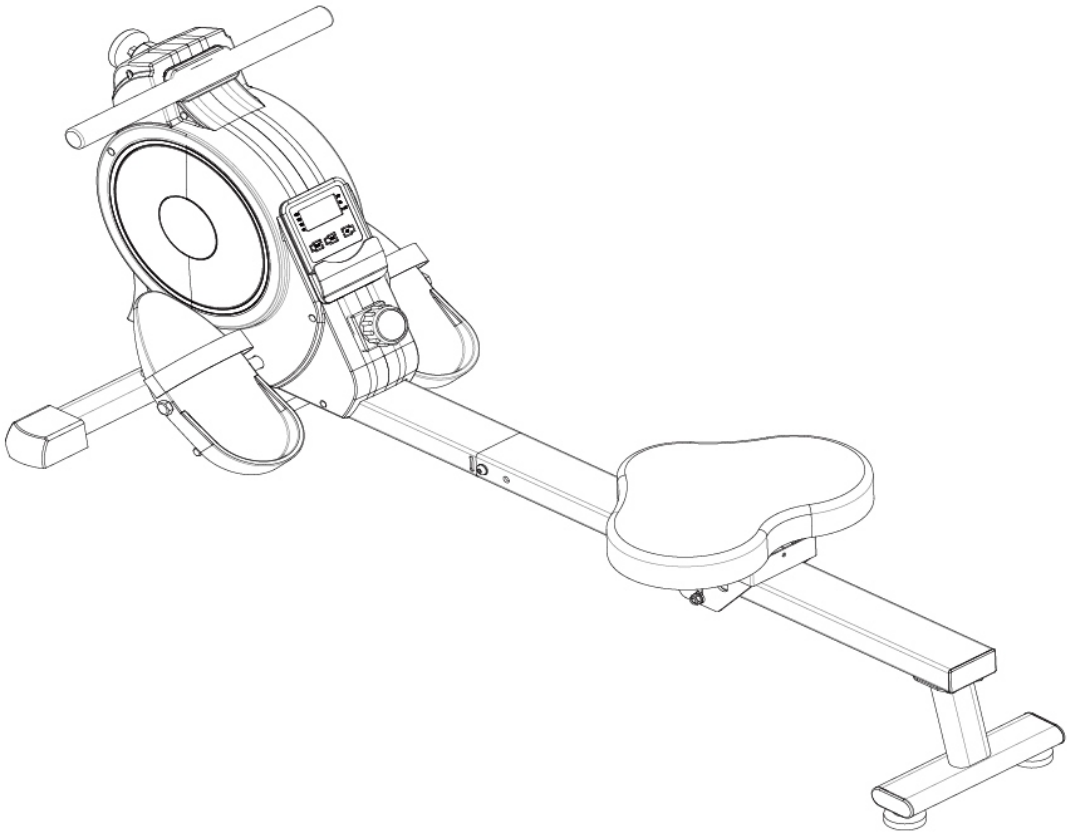
SPORTNOW

IN251200069V01_UK_FR_DE_ES_IT

A90-433V00



Original instructions
Instructions d'origine
Originalbetriebsanleitung
Instrucciones originales
Istruzioni originali

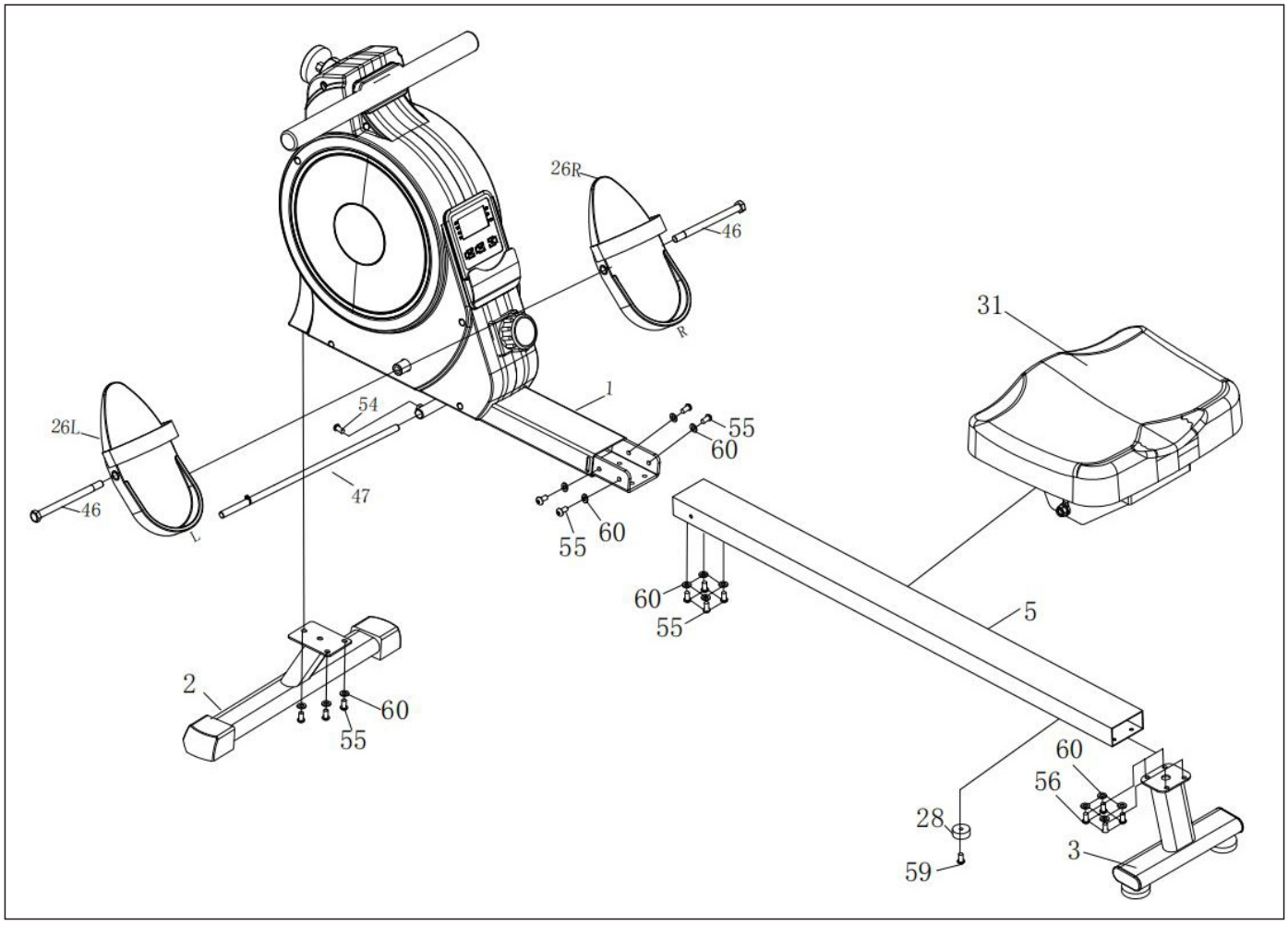
***EN*_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.**
***FR*_IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMEN ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFERER ULTERIEUREMENT**
***ES*_IMPORTANTE, LEA Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.**
***DE*_WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTER NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.**
***IT*_IMPORTANTE! CONSERVARE IL PRESENTE MANUALE PER FUTURO RIFERIMENTO E LEGGERLO ATTENTAMENTE.**

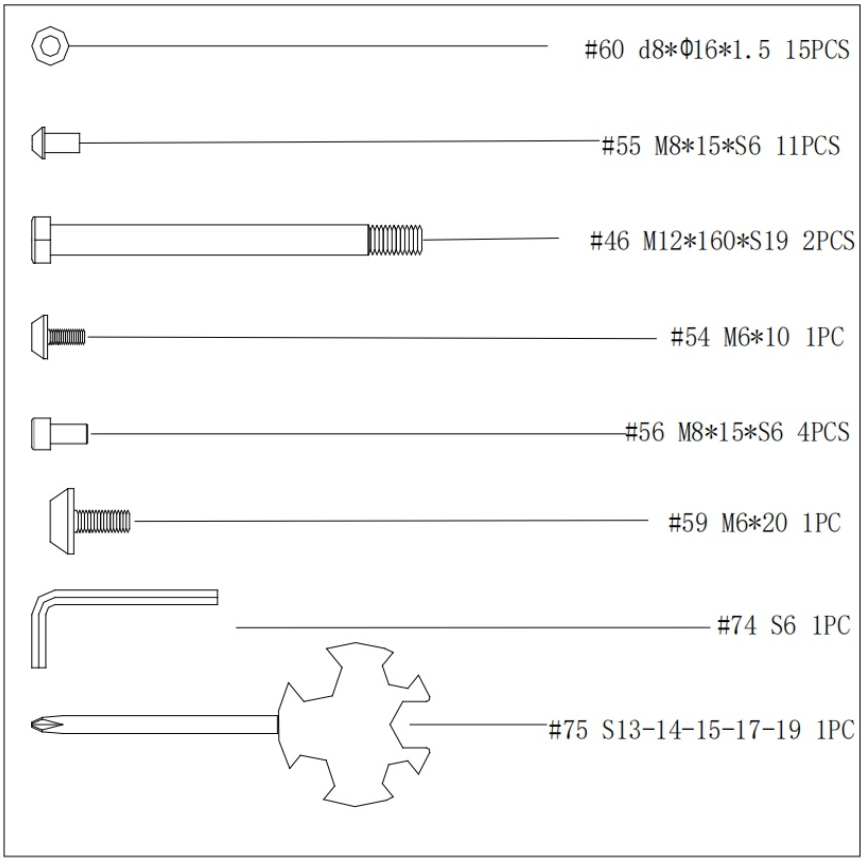
1. Instructions for safe use EN

Thank you for purchasing our products, the correct use of this machine is your safety and health guarantee, please read the following carefully before using the exercise bike:

1. It is very important to read the manual completely before installation and use. Only when properly installed, maintained and used this equipment can the practice be safe and effective.
2. Before starting an exercise program, consult your doctor to determine your current physical condition and see if it will pose a risk to your health when you exercise with this equipment. If you are undergoing some treatments regarding heart rate, blood pressure, and cholesterol, then doctor's advice is very necessary.
3. Pay attention to some signals from your own body. Incorrect and excessive exercise will harm your health. If you experience any of the following discomforts: pain, chest tightness, rapid heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness and nausea, stop practicing immediately. If you want to continue your exercise program, consult your doctor first.
4. Keep children and pets away from this equipment, which is specially designed for adults.
5. Use a strong, flat material on the bottom of the equipment to protect your floor and carpet. For safety, please ensure that there is at least 0.5m of free space around the equipment.
6. Please make sure that each screw and nut are locked tightly before use.
7. Please use this equipment with caution. If you notice any defects while installing or using the equipment, or hear any unusual sounds, stop practicing immediately. Do not continue to use until the problem is resolved.
8. Wear well-fitting clothing during exercise to prevent loose clothes from tripping on equipment or restricting exercise. Please be aware that incorrect and excessive practice may cause harm to the body.
9. This equipment is only suitable for indoor and household use. The maximum load capacity is 130KG.
10. Be as careful as possible when handling this equipment to avoid unnecessary injury.
11. This product cannot be used as a medical device.

2. Exploding Drawing

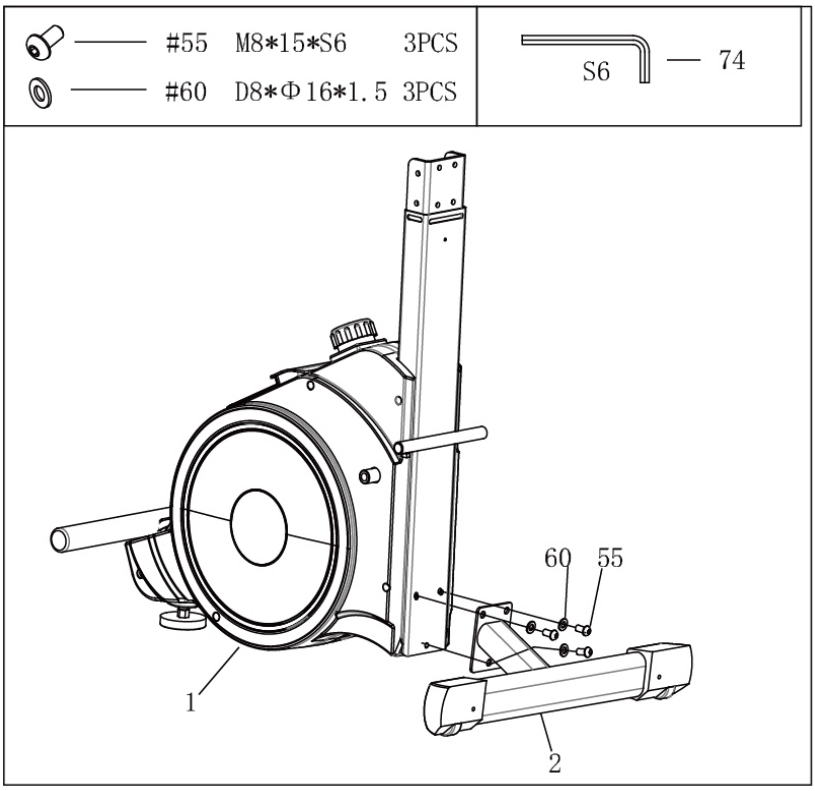




3. Parts List

NO.	Description	SPEC	QTY
1	Main frame	Weldment	1
2	Front Stabilizer		1
3	Rear stabilizer	Weldment	1
5	Slide rail tube		1
26	Stepper board	320*140*55	2
28	Cushion pad	φ25.2*φ22*15	1
31	Seat	Sets	1
46	Bolt	M12 *160*S19	2
47	Stepper axis 1	Φ12*440	1
54	Screw	M6*10	1
55	Screw	M8*16 S=6	11
56	Screw	M8*15 S=6	4
59	Screw	M6*20	1
60	Washer	Φ16*Φ8*1.5	15

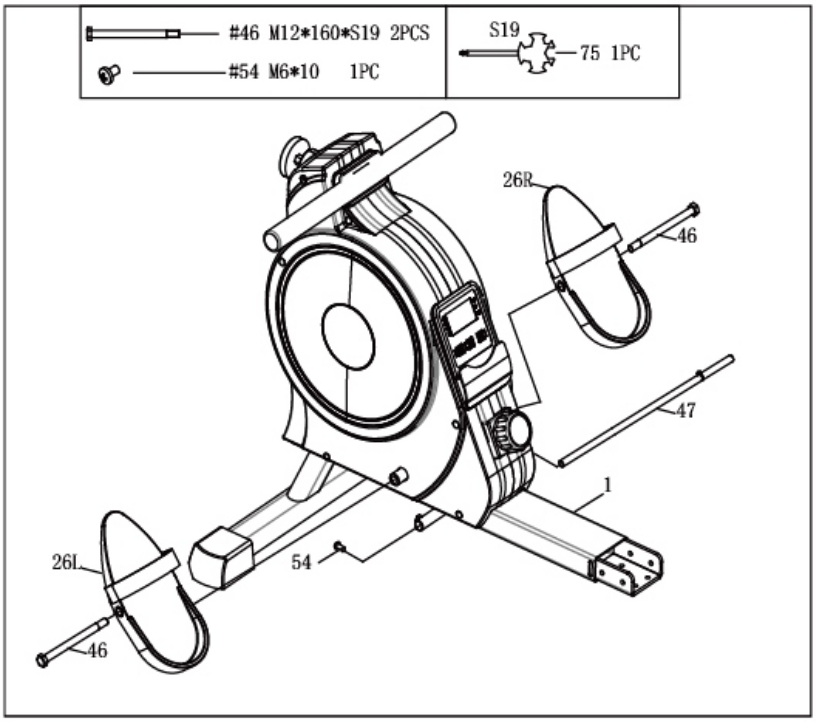
4. Installation steps



Step 1:

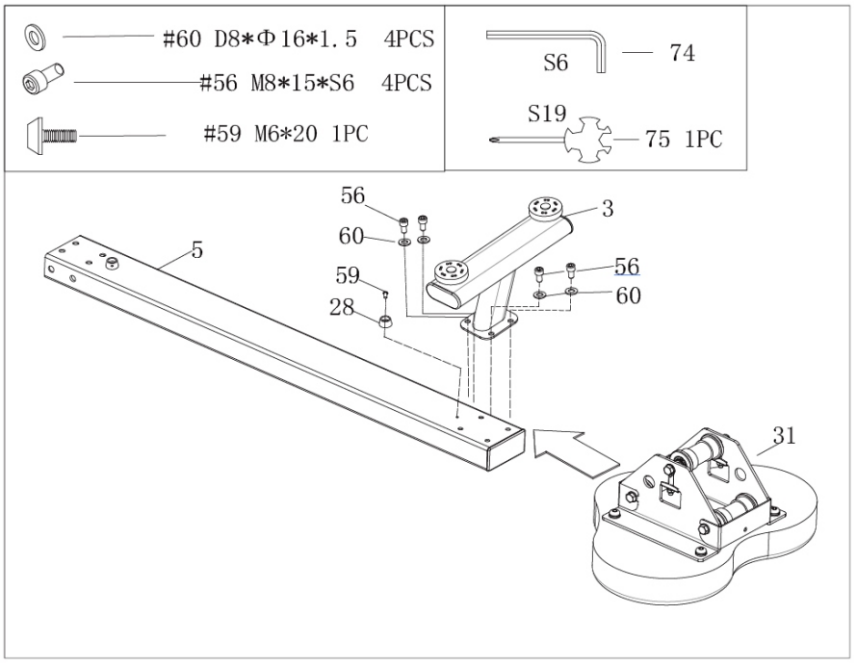
Use 3 screws (55) and 3 washers (60) to install the front stabilizer (2) to the main frame (1). Use a wrench (74) to tighten and secure.

Note: the rollers of the front legs forward.



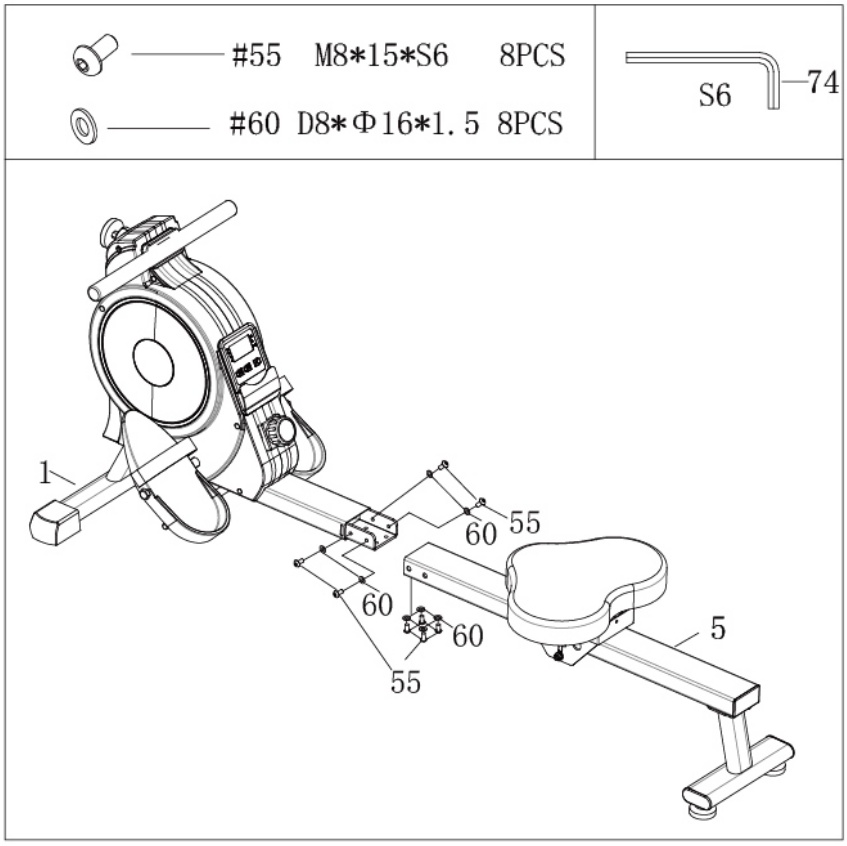
Step 2:

1. Pass the foot pedal fixing shaft (47) through the main frame (1), match the screws (54) and use wrench (75) to tighten and fix.
2. Use the screw (46) through the foot pedal (26) and use wrench(75) to tighten and fix. Pay attention to the left and right marks of the pedals.



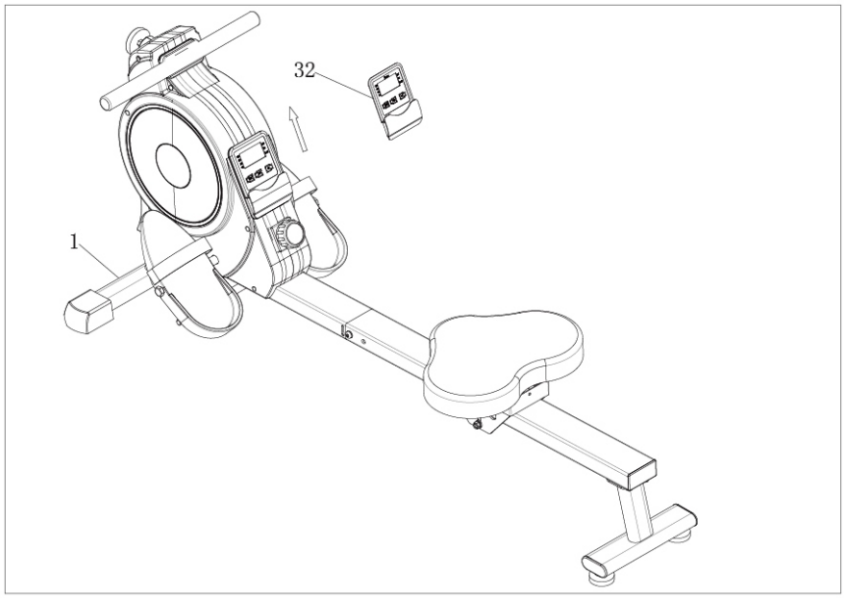
Step 3:

1. Insert the seat (31) into the slide rail (5).
2. Use 4 screws (56) and 4 washers (60) to install the rear support frame (3) to the slide rail (5). Use a wrench (74) to tighten and secure.
3. Then fix the screw (59) and cushion (28) at the upper limit of the slide rail.



Step 4:

1. Use 8 screws (55) and 5 washers (60) to install the slide rail (5) to the main frame (1), and use wrench (74) to tighten and fix them all.



Step 5:

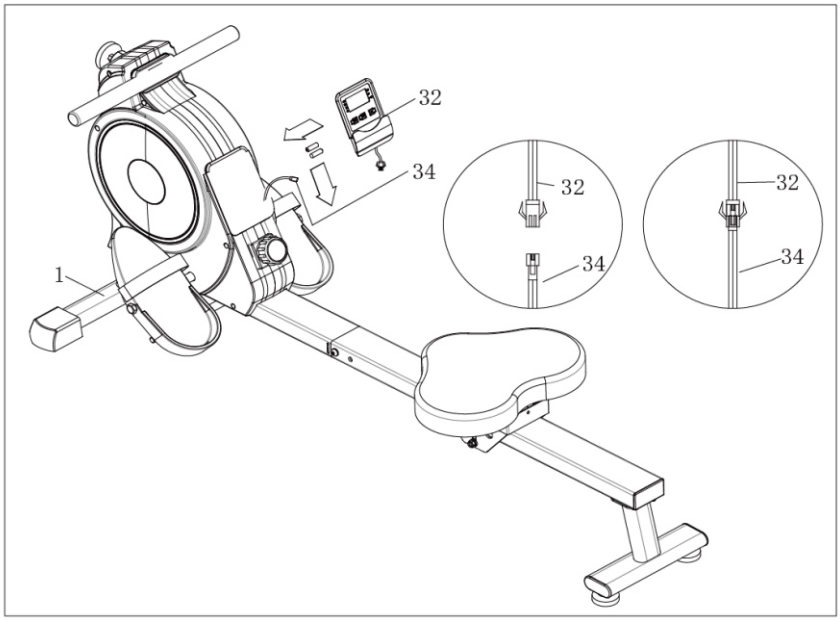
1.Remove 2 AAA batteries from the instruction manual bag.

2. Push the monitor (32) on the main frame upward, and then take out the monitor (32) from the main frame (1).

3. Disconnect the middle line (34) and the wire of the monitor. Install 2 AAA batteries into the electronic meter.

BATTERY WARNING:

1. Do not mix alkaline, standard (carbon-zinc),or rechargeable (nickel-cadmium) batteries.
2. Never mix old and new batteries.
3. Batteries are to be inserted with the correct polarity.
4. Remove the batteries when the unit is not in use for long periods.
5. The supply terminals are not to be short-circuited.
6. Always comply with local laws and regulations.



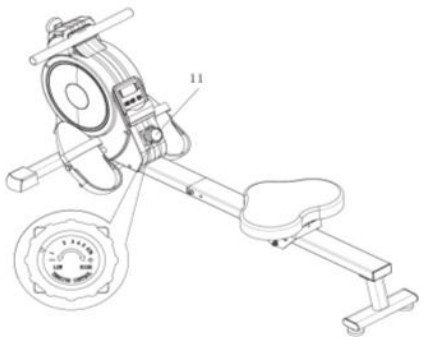
Step 6:

1. Connect the middle line (34) with the wire of the monitor (32), put the monitor (32) back into the main frame (1), and then push the it down to make it in a suitable position.

Note: *The two upper tabs of the electronic watch (32) should be aligned with the two upper slots of the monitor of the main frame (1).*

5. ADJUSTMENT GUIDE

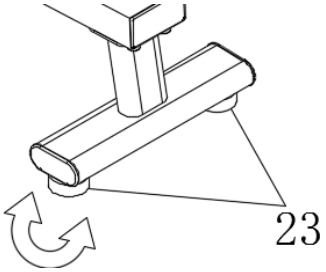
CAUTION! Moving parts, such as the seat, can crush and cut. Keep hands clear of the sliding rail during use!



Knob use:

Resistance adjustment:

Adjust the knob (11) clockwise to increase the resistance and counterclockwise to reduce the resistance.

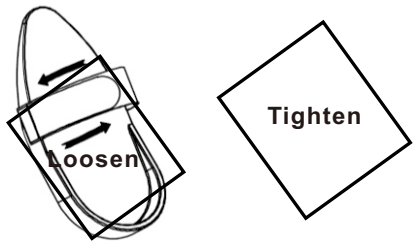


Height adjustment:

Balance adjustment:

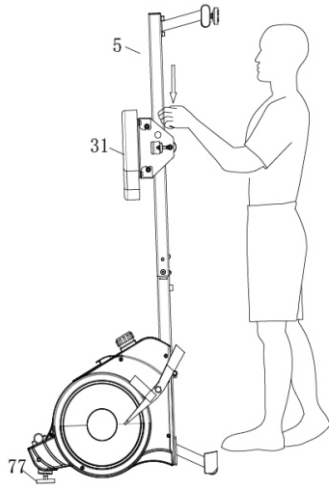
If the product is found to be unbalanced during use, the product can be balanced by adjusting the flat foot pad (23).

Adjust the flat foot pad clockwise (23) to raise the height; Adjust the flat foot pad (23) counterclockwise to lower the height.



Foot pedal adjustment method:

Pedal strap adjustment instructions: The length of the strap can be adjusted by the size of the foot, and the direction of elastic adjustment is shown on the left.



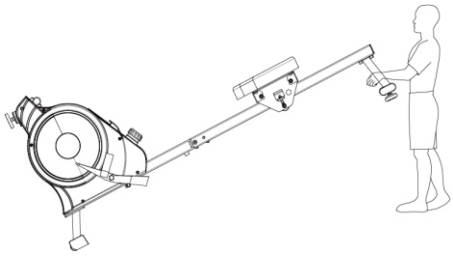
Product placement:

When not in use, you can save space by placing the product upright. The product will be supported by a flat foot pad (77) in contact with the ground level and can be placed upright.

Safety precautions: The seat cushion (31) will slide down when the slide rail (5) is erected.

WARNING!

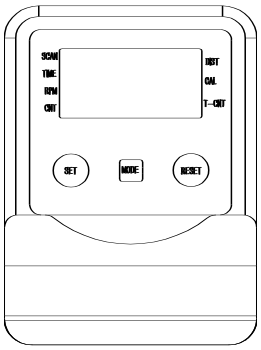
When you erect the product, be careful with your fingers to avoid getting pinched by the saddle slipping!



Moving function:

When handling, lift the rear support tube 45 degrees forward.

Instructions for the use of monitor



Button function:

MODE – Press the selection function Long press to reset time/times/calories.

SET - Set time/times/calories when in non-scan mode.

RESET – Press this key to clear the set time/number and calories.

Function operation instructions:

1. Auto scan SCAN:

Press the "MODE" button until "SCAN" is displayed, the electronic watch will switch the display content every 6 seconds in the following order: Time , Number of COUNT, Total Number of Times T. COUNT, RPM and Calorie.

2. TIME:

(1) The time from the beginning of the exercise to the end of the exercise.

(2) Press the "MODE" button until the time "TIME" is displayed, and press the "SET" button to set the target exercise time.

When the set time countdown reaches 0, it will stop for about 1 second and then start the counting.

3. COUNT:

(1) Display the current number of exercises.

(2) Press the "MODE" button until the distance number is displayed, and press the "SET" button to set the target number of exercises.

When the set number of countdowns reaches 0, it will stay for about 1 second and then start the counting.

4. T.COUNT:

From the battery attached, the total number of exercises.

5. DIST:

Measure the distance traveled from the start of the movement to the cessation of the movement.

6. CALORIES:

(1) Calculate calories burned from the beginning to the end of exercise.

(2) Press the "MODE" button until the distance "CAL" is displayed, and press the "SET" button to set the target calories burned.

When the calorie countdown is set to 0, it will stay for about 1 second and then start the positive counting.

Description:

1. If there is no display or the display is blurry, replace the battery.
2. After 4 minutes of stopping use, the electronic watch will automatically shut down.
3. After restarting the movement or pressing the button, the electronic watch will automatically turn on.
4. After the exercise starts, the electronic meter will automatically calculate the exercise data, and after stopping the exercise for 4 seconds, the electronic meter will stop calculating the exercise data.

Parameter description:

Function	Automatic scanning	Switch data every 6 seconds
	Time	00:00'~99:59'
	Count	0-9999
	Total count	0-9999
	Calorie	0.0~999.9 kcal
	Distance	0-9999
Battery model		2 AAA or UM –4
Operating temperature		0°C ~ +40°C
Storage temperature		-10°C ~ +60°C

Operating Instructions:

1. Display Wake/Slee

In sleep mode, press any button to wake the monitor. If the monitor is inactive for 4 minutes, it will automatically turn off and enter sleep mode.

2. Function Settings

To set a target countdown for an exercise function, stop exercising and ensure the monitor is inactive. Press the MODE button to make the current setting function flash. Use the MODE button to switch to the desired function (the functions that can be set are time, distance, calories, and strokes). When the desired function is flashing, use the UP or DOWN buttons to increase or decrease the value. Once the settings are complete, you can start exercising towards the target value. There will be flashing and a beep alarm to indicate when the target value is reached.

3. Bluetooth Function

This monitor can connect to various mobile apps via Bluetooth. The specific apps that can be connected are designated by the fitness equipment manufacturer and should follow their requirements. To connect to Bluetooth, press the Bluetooth button. Bluetooth will turn on, and the monitor display will turn off, allowing connection to a mobile app. Refer to the fitness equipment manufacturer's separate APP usage instructions for connection methods for different apps.

Notes:

1. If the monitor shows abnormal displays or crashes, open the battery cover and remove the battery, then reinstall the battery.
2. If the monitor display becomes dim or the heart rate function does not work properly, open the battery cover and replace the battery.
3. Battery specifications:
   Monitor battery: R6 SIZE AAA 1.5V ×2 (two AAA carbon batteries).

Bluetooth / App-Function

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

To use the Kinomap app, switch on Bluetooth on the rowing machine and on your smartphone or tablet. You may have to activate the location services on your smartphone or tablet to enable a connection via the app.

When you start the app for the first time, you will be asked to register. Registration is necessary to use the app. You will then be asked to add a device.

If you are not prompted asked to add a device, tap on "More", "Device Management" and then on "+" in the upper right corner. Tap the rowing machine icon. Then select "SENSORS - FTMS" from the list.

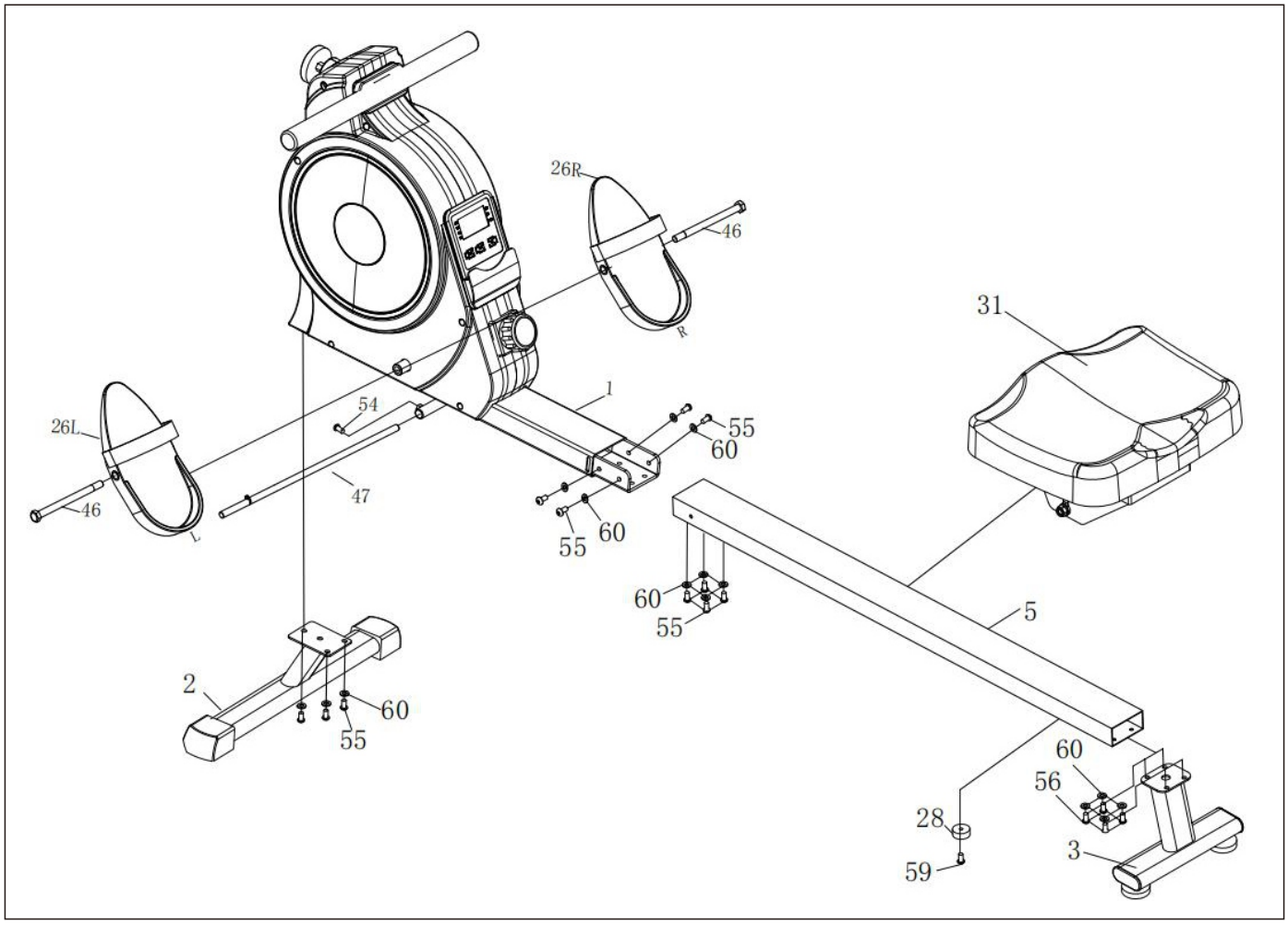
Now follow the instructions in the app to add the rowing machine to the app. For more information on using the app, visit www.kinomap.com.

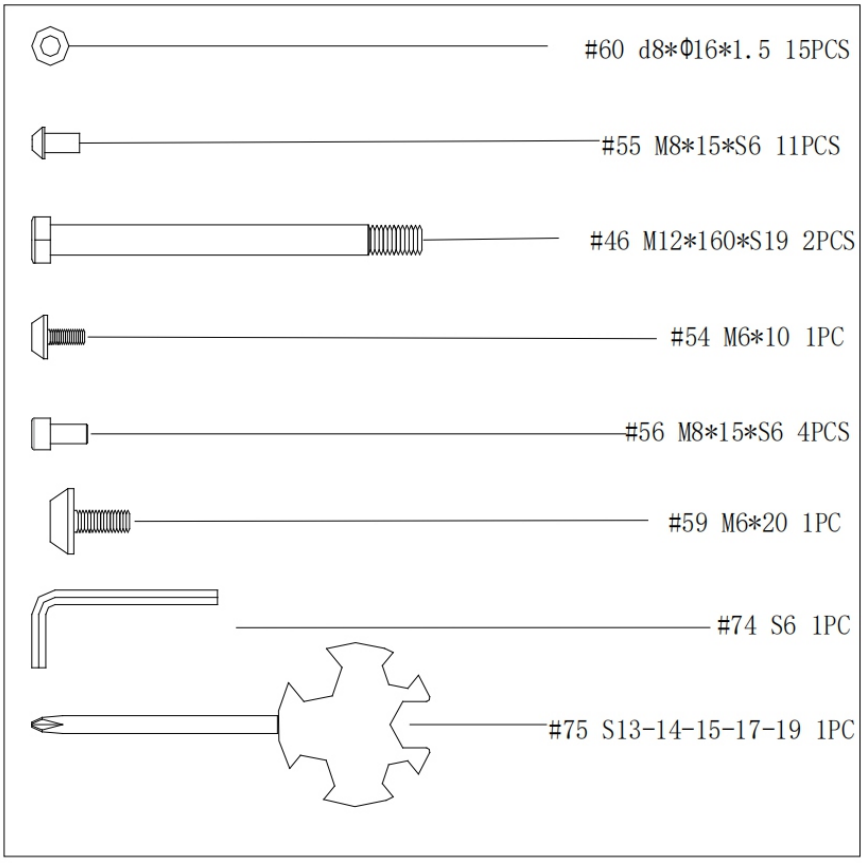
1. Instructions d'utilisation sécuritaire FR

Merci d'avoir acheté notre produit. Une utilisation correcte de cette machine est la garantie de votre sécurité et de votre santé. Veuillez lire attentivement les informations suivantes avant d'utiliser le vélo d'exercice :

1. Il est crucial de lire intégralement le mode d'emploi avant l'installation et l'utilisation. Seule une installation, une maintenance et une utilisation appropriées de cet équipement permettent d'assurer une pratique sûre et efficace.
2. Avant de commencer un programme d'exercice, consultez votre médecin pour déterminer votre état physique actuel et vérifier si l'utilisation de cet équipement présente un risque pour votre santé. Si vous suivez un traitement lié à la fréquence cardiaque, à la pression artérielle ou au cholestérol, le conseil médical est indispensable.
3. Faites attention aux signaux de votre corps. Un exercice incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Si vous ressentez l'une des indispositions suivantes : douleur, oppression thoracique, accélération cardiaque, essoufflement, étourdissement, vertiges ou nausées, arrêtez immédiatement la pratique. Si vous souhaitez poursuivre votre programme d'exercice, consultez d'abord votre médecin.
4. Gardez les enfants et les animaux domestiques à distance de cet équipement, qui est spécialement conçu pour les adultes.
5. Placez l'équipement sur un sol solide et plat pour protéger votre revêtement de sol et votre tapis. Pour des raisons de sécurité, assurez-vous qu'il y a au moins 0,5 m d'espace libre autour de l'équipement.
6. Vérifiez que chaque vis et écrou est bien serré avant utilisation.
7. Utilisez cet équipement avec précaution. Si vous remarquez un défaut lors de l'installation ou de l'utilisation, ou si vous entendez un bruit inhabituel, arrêtez immédiatement la pratique. Ne réutilisez pas l'équipement tant que le problème n'a pas été résolu.
8. Porter des vêtements adaptés lors de l'exercice pour éviter que des vêtements amples ne s'accrochent à l'équipement ou ne limitent votre mouvement. Veuillez noter qu'une pratique incorrecte ou excessive peut causer des blessures.
9. Cet équipement est uniquement destiné à un usage intérieur et domestique. La charge maximale autorisée est de 130 KG.
10. Manipulez cet équipement avec la plus grande prudence pour éviter toute blessure inutile.
11. Ce produit ne peut pas être utilisé comme dispositif médical.

2. Dessin explosif

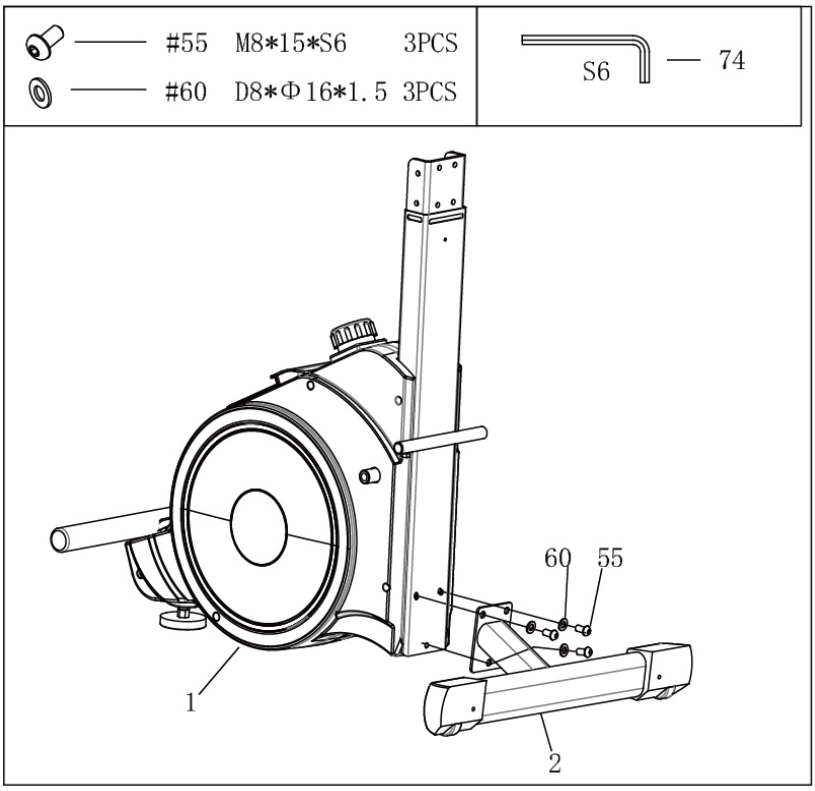




3. Liste des pièces

NO.	Description	SPEC	QTY
1	Cadre principal	Ébauche soudée	1
2	Stabilisateur avant		1
3	Stabilisateur arrière	Ébauche soudée	1
5	Tube de rail de glissement		1
26	Plateau de marche	320*140*55	2
28	Coussinet de coussin	φ25.2*φ22*15	1
31	Siège	Ensemble	1
46	Boulon	M12 *160*S19	2
47	Axe de marche 1	Φ12*440	1
54	Vis	M6*10	1
55	Vis	M8*16 S=6	11
56	Vis	M8*15 S=6	4
59	Vis	M6*20	1
60	Rondelle	Φ16*Φ8*1.5	15

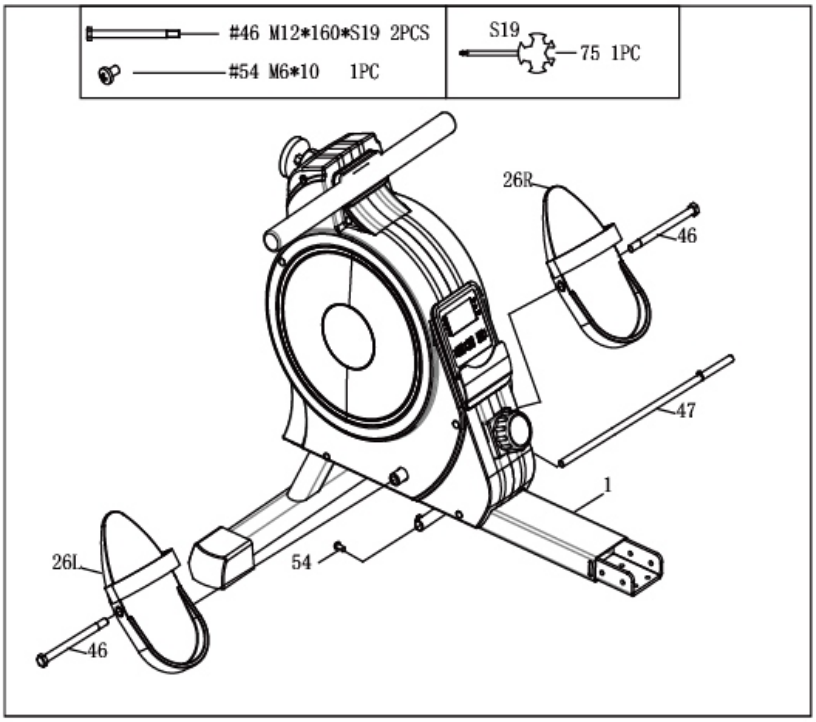
4. Étapes d'installation



Étape 1 :

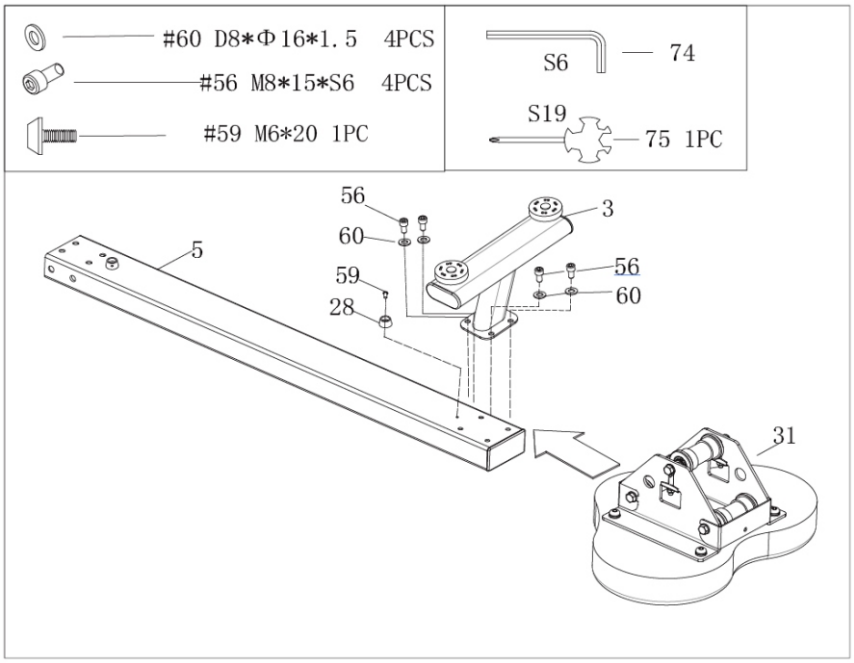
Utilisez 3 vis (55) et 3 rondelles (60) pour fixer le stabilisateur avant (2) au cadre principal (1). Serrez et sécurisez avec une clé à douille (74).

Remarque : les rouleaux des pattes avant vers l'avant.



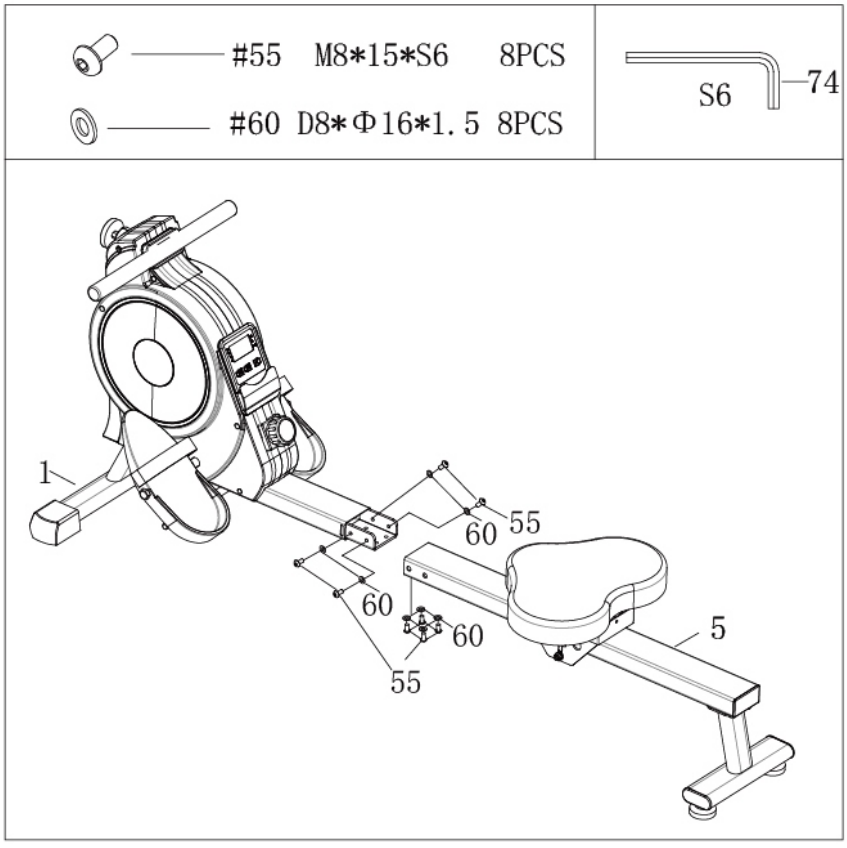
Étape 2 :

1. Passez l'axe de fixation de plateau de marche (47) à travers le cadre principal (1), associez les vis (54) et serrez et fixez avec la clé croisée (75).
2. Passez la vis (46) à travers le plateau de marche (26) et serrez et fixez avec la clé croisée (75). Faites attention aux marquages gauche et droit des plateaux de marche.



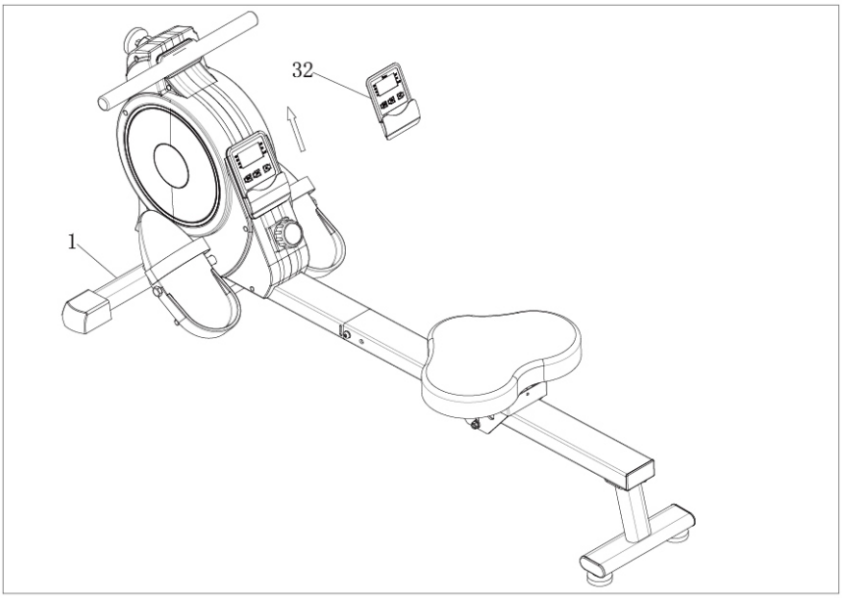
Étape 3 :

1. Insérez le siège (31) dans le rail de glissement (5).
2. Utilisez 4 vis (56) et 4 rondelles (60) pour fixer le cadre de support arrière (3) au rail de glissement (5). Serrez et sécurisez avec une clé à douille (74).
3. Ensuite, fixez la vis (59) et le coussinet (28) à la limite supérieure du rail de glissement.



Étape 4 :

1. Utilisez 8 vis (55) et 5 rondelles (60) pour fixer le rail de glissement (5) au cadre principal (1), et serrez et fixez-les tous avec une clé à douille (74).



Étape 5 :

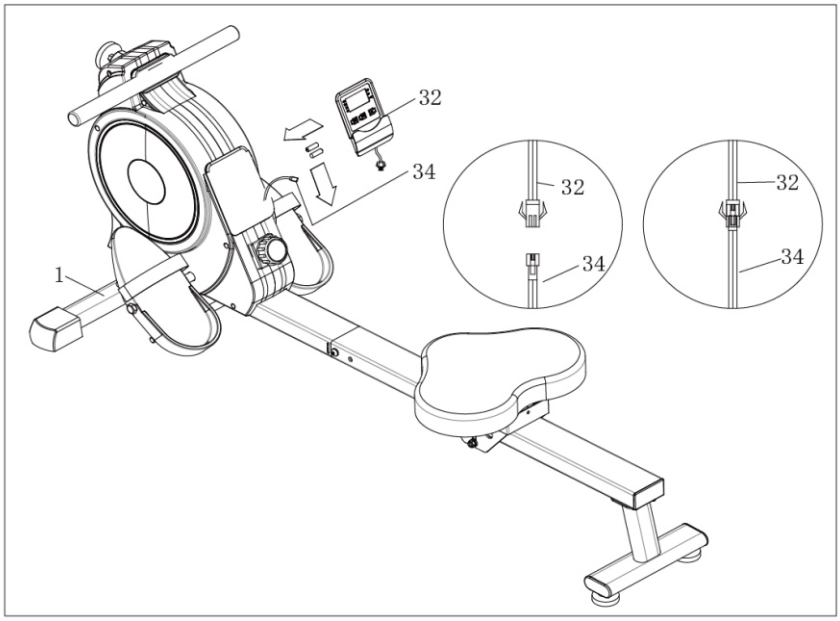
1.Retirez 2 piles AAA du sac du mode d'emploi.

2. Poussez le moniteur (32) vers le haut sur le cadre principal, puis retirez le moniteur (32) du cadre principal (1).

3. Débranchez le fil central (34) et le fil du moniteur. Insérez 2 piles AAA dans le compteur électronique.

AVIS RELATIF AUX PILES :

1. Ne mélangez pas des piles alcalines, standard (carbone-zinc), ou rechargeables (nickel-cadmium).
2. Ne mélangez jamais des piles anciennes avec de nouvelles piles.
3. Les piles doivent être insérées avec la bonne polarité.
4. Retirez les piles lorsque l'appareil n'est pas utilisé pendant une longue période.
5. Les bornes d'alimentation ne doivent pas être court-circuitées.
6. Respectez toujours les lois et règlements locaux.



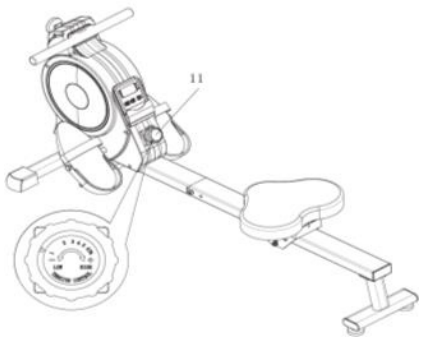
Étape 6:

1. Branchez le fil central (34) au fil du moniteur (32), replacez le moniteur (32) dans le cadre principal (1), puis poussez-le vers le bas pour le positionner correctement.

Remarque : *Les deux languettes supérieures du compteur électronique (32) doivent s'aligner avec les deux fentes supérieures du support de moniteur du cadre principal (1).*

5. Guide de réglage

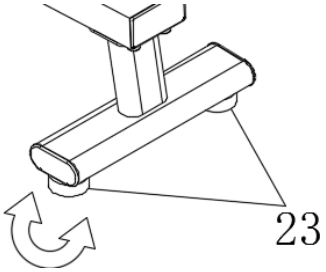
ATTENTION ! Les pièces mobiles, telles que le siège, peuvent écraser ou couper. Gardez les mains à l'écart du rail de glissement pendant l'utilisation !



Utilisation du bouton rotatif :

Réglage de la résistance :

Tournez le bouton rotatif (11) dans le sens horaire pour augmenter la résistance et dans le sens antihoraire pour la réduire.

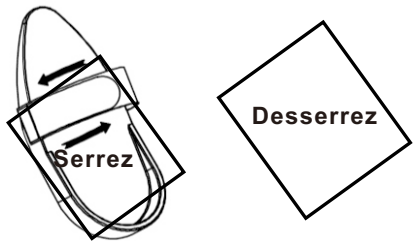


Réglage de la hauteur :

Réglage de l'équilibre :

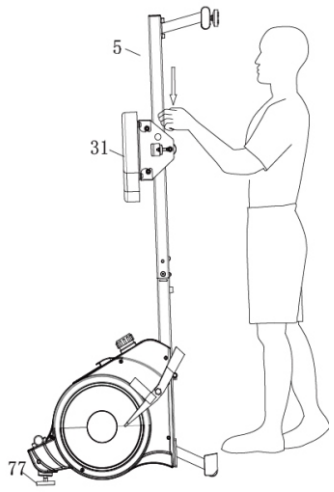
Si le produit est déséquilibré lors de l'utilisation, vous pouvez l'équilibrer en réglant le coussinet de pied plat (23).

Tournez le coussinet de pied plat (23) dans le sens horaire pour augmenter la hauteur ; tournez-le dans le sens antihoraire pour réduire la hauteur.



Méthode de réglage du plateau de marche :

Instructions de réglage de la sangle du plateau : La longueur de la sangle peut être ajustée selon la taille du pied, et la direction du réglage élastique est indiquée à gauche.



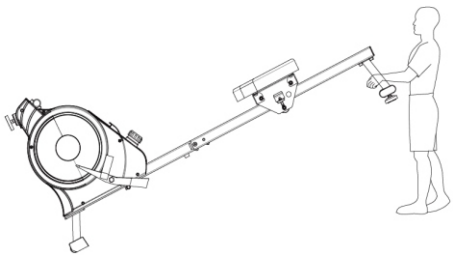
Placement du produit :

Lorsqu'il n'est pas utilisé, vous pouvez économiser de l'espace en plaçant le produit verticalement. Le produit sera soutenu par un coussinet de pied plat (77) en contact avec le sol et peut être placé debout.

Précautions de sécurité : Le coussin de siège (31) glissera vers le bas lorsque le rail de glissement (5) est érigé.

AVERTISSEMENT !

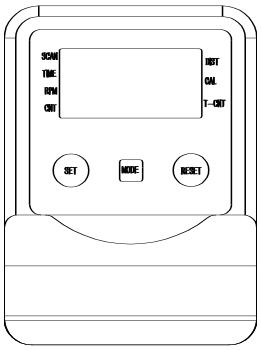
Lorsque vous érigez le produit, faites attention à vos doigts pour éviter qu'ils ne soient coincés par le glissement de la selle !



Fonction de déplacement :

Lors du transport, soulevez le tube de support arrière de 45 degrés vers l'avant.

Instructions d'utilisation du moniteur



Fonction des boutons :

MODE - Appuyez pour sélectionner une fonction. Appuyez longuement pour réinitialiser le temps/le nombre de mouvements/les calories.

SET - Réglez le temps/le nombre de mouvements/les calories en mode non-scan.

RESET - Appuyez sur cette touche pour effacer le temps/le nombre/les calories réglés.

Instructions d'utilisation des fonctions:

1. Scan automatique SCAN :

Appuyez sur le bouton "MODE" jusqu'à ce que "SCAN" s'affiche. Le compteur électronique basculera le contenu affiché toutes les 6 secondes dans l'ordre suivant : Temps, Nombre de mouvements COUNT, Nombre total de mouvements T.COUNT, RPM et Calories.

2. TEMPS :

(1) Temps écoulé depuis le début jusqu'à la fin de l'exercice.

(2) Appuyez sur le bouton "MODE" jusqu'à ce que le temps "TIME" s'affiche, puis appuyez sur le bouton "SET" pour régler le temps cible d'exercice.

Lorsque le décompte du temps réglé atteint 0, il s'arrêtera pendant environ 1 seconde puis redémarrera le comptage.

3. COUNT :

(1) Affiche le nombre actuel de mouvements.

(2) Appuyez sur le bouton "MODE" jusqu'à ce que le nombre de mouvements s'affiche, puis appuyez sur le bouton "SET" pour régler le nombre cible de mouvements.

Lorsque le décompte du nombre réglé atteint 0, il restera affiché pendant environ 1 seconde puis redémarrera le comptage.

4. T.COUNT :

Nombre total de mouvements depuis l'installation des piles.

5. DIST :

Mesure la distance parcourue depuis le début jusqu'à l'arrêt de l'exercice.

6. CALORIES :

(1) Calcule les calories brûlées depuis le début jusqu'à la fin de l'exercice.

(2) Appuyez sur le bouton "MODE" jusqu'à ce que les calories "CAL" s'affichent, puis appuyez sur le bouton "SET" pour régler le nombre cible de calories à brûler.

Lorsque le décompte des calories réglées atteint 0, il restera affiché pendant environ 1 seconde puis redémarrera le comptage positif.

Description :

1. Si aucun affichage n'apparaît ou si l'affichage est flou, remplacez les piles.
2. Après 4 minutes d'inutilisation, le compteur électronique s'éteindra automatiquement.
3. Lors du redémarrage de l'exercice ou de l'appui sur un bouton, le compteur électronique s'allumera automatiquement.
4. Après le démarrage de l'exercice, le compteur électronique calculera automatiquement les données d'exercice. Après 4 secondes d'arrêt de l'exercice, il arrêtera automatiquement le calcul des données d'exercice.

Description des paramètres

Fonction	Scan automatique	Basculer les données toutes les 6 secondes
	Temps	00:00'~99:59'
	Count	0-9999
	Total count	0-9999
	Calorie	0.0~999.9 kcal
	Distance	0-9999
Modèle de pile		2 AAA or UM –4
Température de fonctionnement		0°C ~ +40°C
Température de stockage		-10°C ~ +60°C

Mode d'emploi :

1. Réveil/Veille de l'écran

En mode veille, appuyez sur n'importe quel bouton pour réveiller le moniteur. Si le moniteur est inactif pendant 4 minutes, il s'éteindra automatiquement et passera en mode veille.

2. Réglages des fonctions

Pour définir un compte à rebours cible pour une fonction d'exercice, arrêtez l'exercice et assurez-vous que le moniteur est inactif. Appuyez sur le bouton MODE pour faire clignoter la fonction actuellement réglée. Utilisez le bouton MODE pour passer à la fonction souhaitée (les fonctions réglables sont le temps, la distance, les calories et les coups). Lorsque la fonction souhaitée clignote, utilisez les boutons HAUT ou BAS pour augmenter ou diminuer la valeur. Une fois les réglages terminés, vous pouvez commencer à vous exercer en visant la valeur cible. Un clignotement et un bip avertiront lorsque la valeur cible sera atteinte.

3. Fonction Bluetooth

Ce moniteur peut se connecter à diverses applications mobiles via Bluetooth. Les applications spécifiques pouvant être connectées sont désignées par le fabricant de l'appareil de fitness et doivent suivre leurs exigences. Pour connecter via Bluetooth, appuyez sur le bouton Bluetooth. Le Bluetooth s'activera et l'affichage du moniteur s'éteindra, permettant la connexion à une application mobile. Reportez-vous aux instructions d'utilisation de l'APP fournies séparément par le fabricant de l'appareil de fitness pour les méthodes de connexion selon les différentes applications.

Remarques:

1. Si l'appareil affiche des images anormales ou plante, ouvrez le couvercle de la pile et retirez la pile, puis réinstallez la pile.
2. Si l'affichage de l'appareil devient sombre ou si la fonction de fréquence cardiaque ne fonctionne pas correctement, ouvrez le couvercle de la pile et remplacez la pile.
3. Spécifications de la pile : Pile de l'appareil : R6 SIZE AAA 1.5Vx2 (deux piles carbon AAA).

Bluetooth / Fonction de l’application

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

Pour utiliser l’application Kinomap, activez le Bluetooth sur le rameur et sur votre smartphone ou tablette. Il se peut que vous deviez activer les services de localisation sur votre smartphone ou tablette pour permettre une connexion via l’application.

Lorsque vous lancez l’application pour la première fois, il vous sera demandé de vous inscrire. L’inscription est nécessaire pour utiliser l’application. Vous serez ensuite invité à ajouter un appareil.

Si l’on ne vous demande pas d’ajouter un appareil, appuyez sur « Plus », « Gestion des appareils » puis sur « + » en haut à droite. Appuyez sur l’icône du rameur. Sélectionnez ensuite « SENSORS - FTMS » dans la liste.

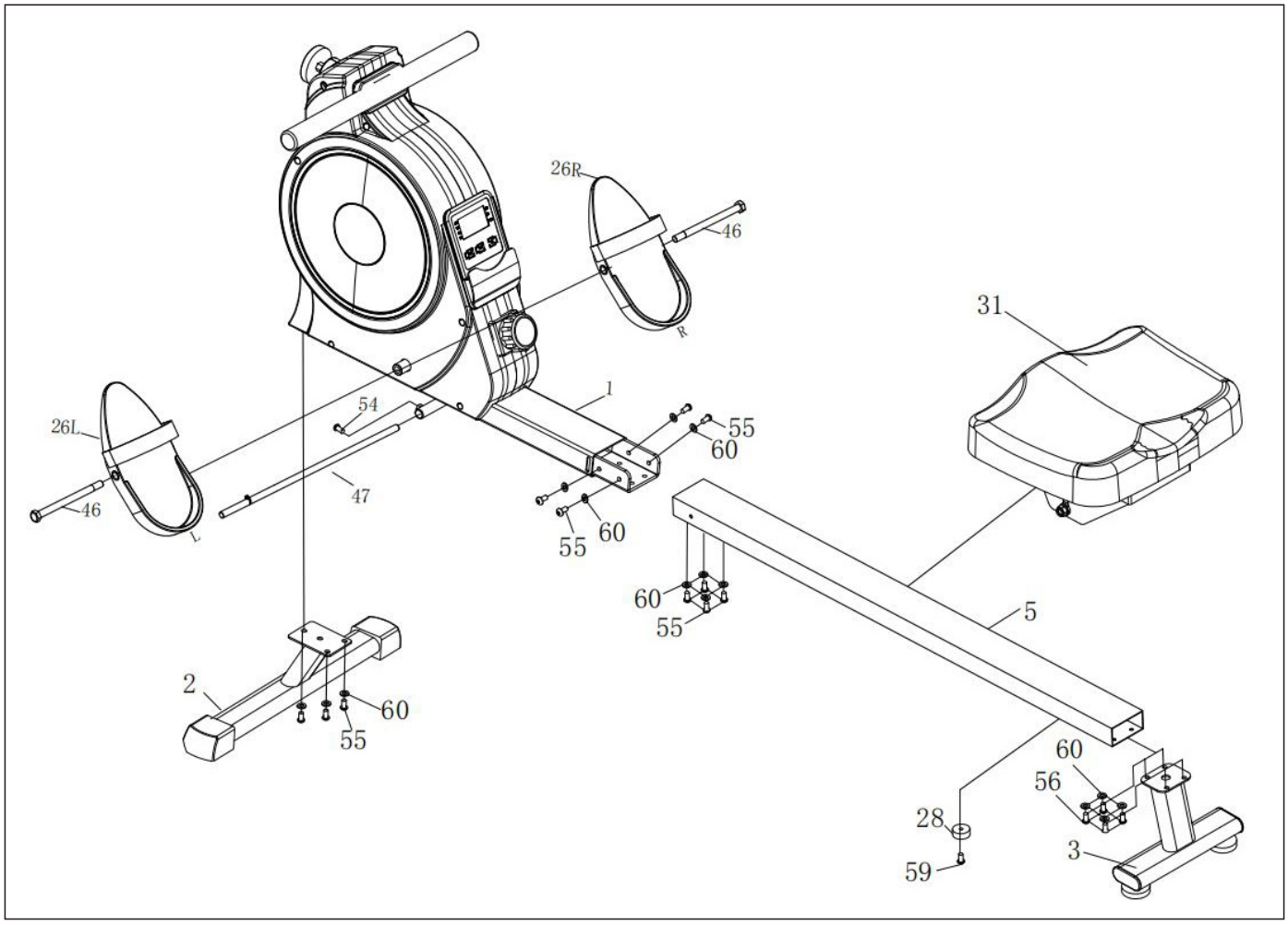
Suivez maintenant les instructions dans l'application pour ajouter le rameur à l'application. Pour plus d'informations sur l'utilisation de l'application, visitez www.kinomap.com.

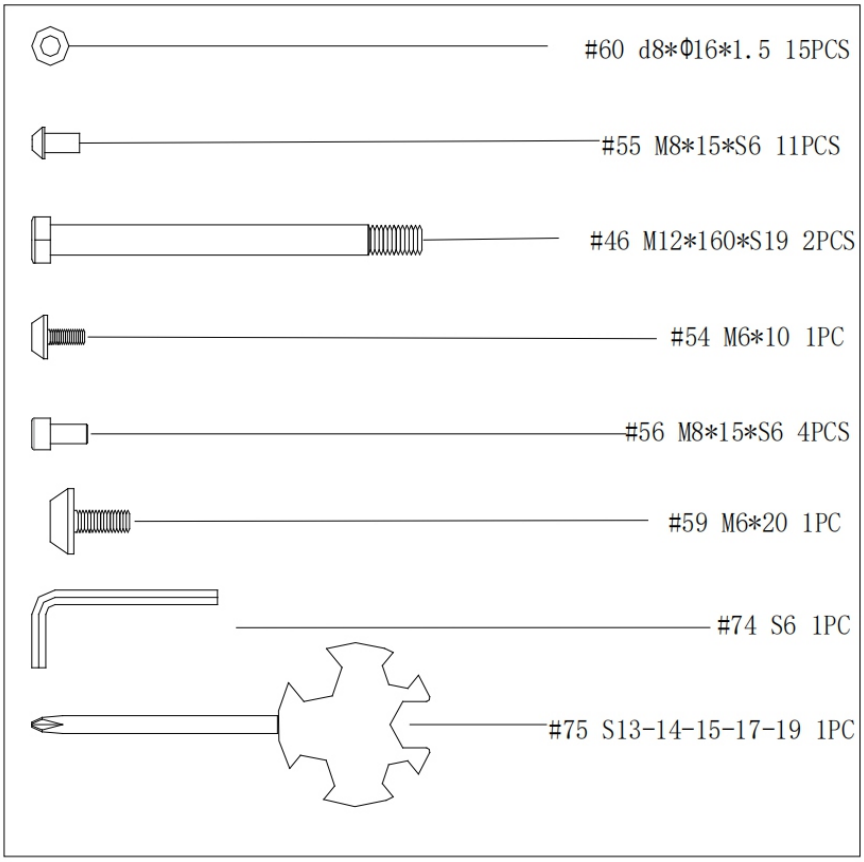
1. Sicherheitsanweisungen für die Verwendung DE

Vielen Dank für den Kauf unseres Produkts. Die richtige Verwendung dieser Maschine gewährleistet Ihre Sicherheit und Gesundheit. Bitte lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig durch, bevor Sie das Trainingsrad verwenden:

1. Es ist sehr wichtig, die Bedienungsanleitung vollständig durchzulesen, bevor Sie das Gerät installieren und verwenden. Nur bei korrekter Installation, Wartung und Nutzung dieses Geräts kann das Training sicher und effektiv erfolgen.
2. Bevor Sie mit einem Trainingsplan beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt, um Ihren aktuellen körperlichen Zustand zu ermitteln und zu prüfen, ob die Nutzung dieses Geräts für Ihre Gesundheit ein Risiko darstellt. Wenn Sie eine Behandlung im Zusammenhang mit Herzfrequenz, Blutdruck oder Cholesterin durchführen, ist ärztlicher Rat unbedingt erforderlich.
3. Achten Sie auf Signale Ihres Körpers. Falsches und übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit schädigen. Wenn Sie eine der folgenden Unannehmlichkeiten erfahren: Schmerzen, Brustdruck, schneller Herzschlag, Atemnot, Schwindel, Übelkeit, hören Sie das Training umgehend auf. Wenn Sie den Trainingsplan fortsetzen möchten, konsultieren Sie zuerst Ihren Arzt.
4. Halten Sie Kinder und Haustiere von diesem Gerät fern – es ist speziell für Erwachsene konzipiert.
5. Stellen Sie das Gerät auf einem stabilen, ebenen Untergrund auf, um Ihren Bodenbelag und Teppich zu schützen. Aus Sicherheitsgründen stellen Sie sicher, dass um das Gerät herum mindestens 0,5 m freier Raum vorhanden ist.
6. Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben und Muttern vor der Verwendung fest angezogen sind.
7. Verwenden Sie dieses Gerät mit Vorsicht. Wenn Sie bei der Installation oder Nutzung des Geräts Mängel bemerken oder ungewöhnliche Geräusche hören, hören Sie das Training umgehend auf. Setzen Sie die Nutzung nicht fort, bevor das Problem behoben wurde.
8. Tragen Sie passende Kleidung während des Trainings, um zu verhindern, dass lockere Kleidung an dem Gerät hängen bleibt oder die Bewegungen einschränkt. Bitte beachten Sie, dass falsches und übermäßiges Training Körperverletzungen verursachen kann.
9. Dieses Gerät ist ausschließlich für Innen- und Haushaltsgebrauch geeignet. Die maximale Belastbarkeit beträgt 130 kg.
10. Behandeln Sie dieses Gerät bei der Handhabung so vorsichtig wie möglich, um unnötige Verletzungen zu vermeiden.
11. Dieses Produkt kann nicht als medizinisches Gerät verwendet werden.

2. Explosionszeichnung

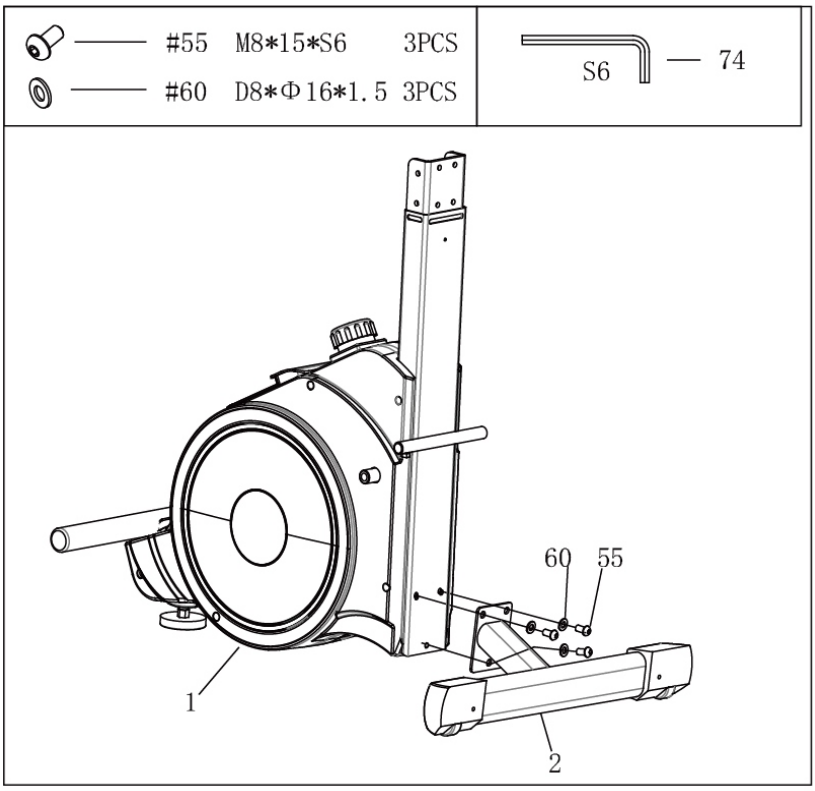




3. Teileliste

NO.	Bezeichnung	SPEZIFIKATION	MENGE
1	Hauptrahmen	Schweißteil	1
2	Vorderer Stabilisator		1
3	Hinterer Stabilisator	Schweißteil	1
5	Schieberegelleitung		1
26	Trittbrett	320*140*55	2
28	Polsterpad	φ25.2*φ22*15	1
31	Sitz	Sätze	1
46	Bolt	M12 *160*S19	2
47	Trittachse 1	Φ12*440	1
54	Schraube	M6*10	1
55	Schraube	M8*16 S=6	11
56	Schraube	M8*15 S=6	4
59	Schraube	M6*20	1
60	Unterlegscheibe	Φ16*Φ8*1.5	15

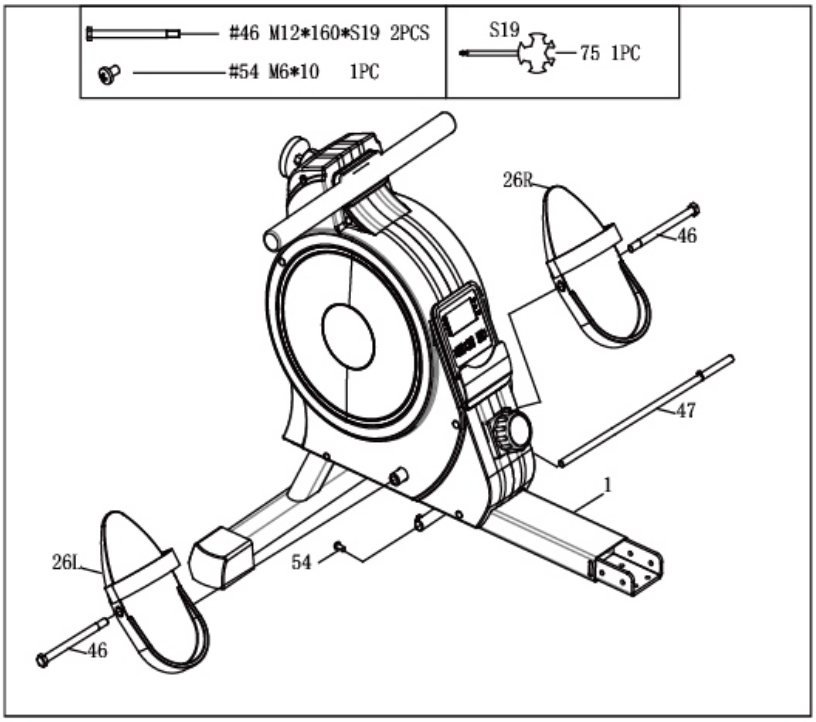
4. Installationsschritte



Schritt 1 :

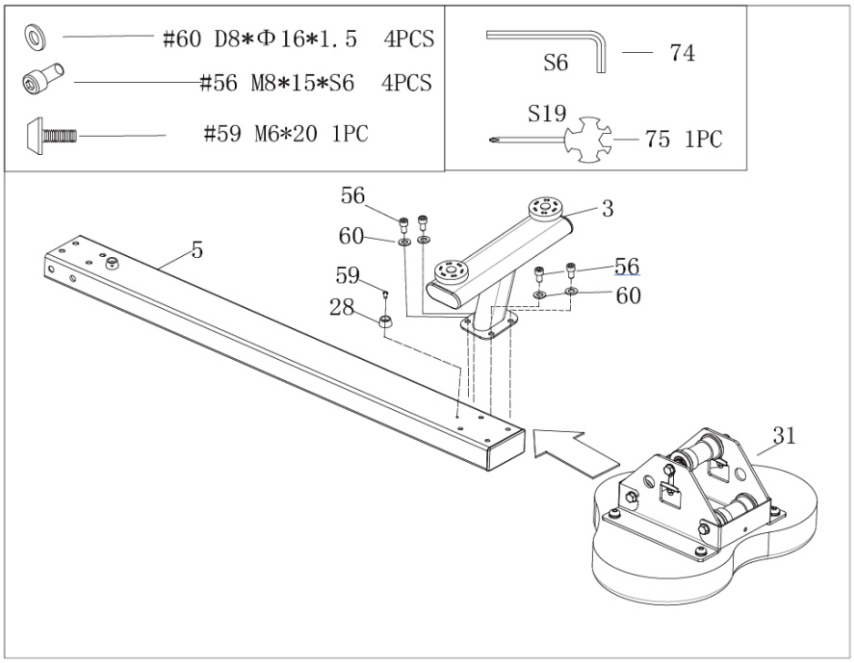
Verwenden Sie 3 Schrauben (55) und 3 Unterlegscheiben (60), um den vorderen Stabilisator (2) am Hauptrahmen (1) zu installieren.

Hinweis: die Rollen der Vorderbeine nach vorne.



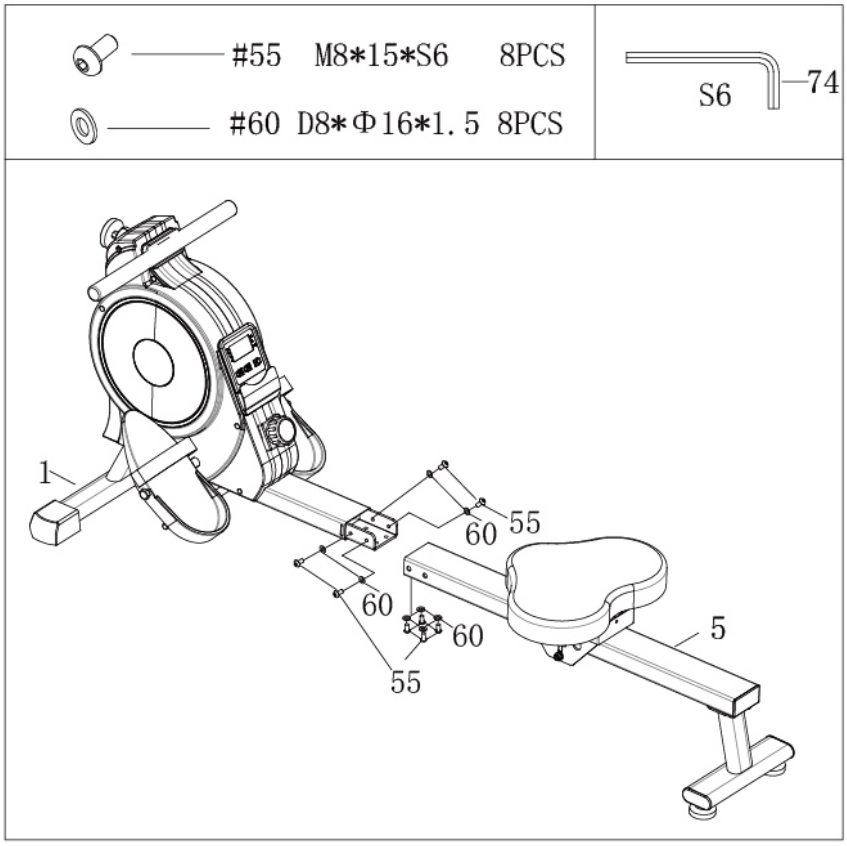
Schritt 2 :

1. Stecken Sie die Trittplattenfixierachse (47) durch den Hauptrahmen (1), passen Sie die Schrauben (54) an und ziehen Sie mit einem Kreuzschraubenzieher (75) fest, um zu fixieren.
2. Stecken Sie die Schraube (46) durch die Trittplatte (26) und ziehen Sie mit einem Kreuzschraubenzieher (75) fest, um zu fixieren. Achten Sie auf die linken und rechten Markierungen der Trittplatten.



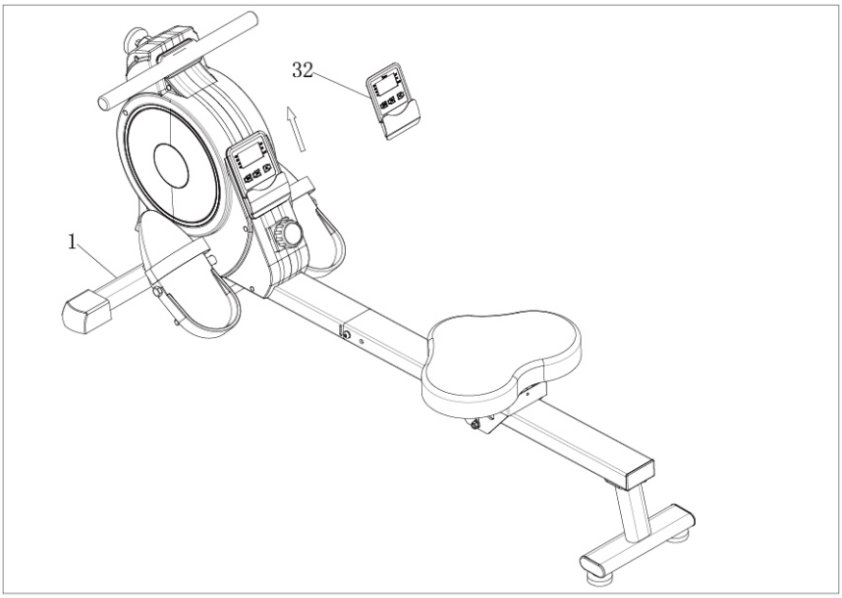
Schritt 3 :

1. Stecken Sie den Sitz (31) in die Schiebebahn (5).
2. Verwenden Sie 4 Schrauben (56) und 4 Unterlegscheiben (60), um den hinteren Stützrahmen (3) an der Schiebebahn (5) zu installieren. Ziehen Sie mit einem Schraubenzieher (74) fest und sichern Sie.
3. Fixieren Sie anschließend die Schraube (59) und das Polster (28) an der oberen Grenze der Schiebebahn.



Schritt 4 :

1. Verwenden Sie 8 Schrauben (55) und 5 Unterlegscheiben (60), um die Schiebebahn (5) am Hauptrahmen (1) zu installieren, und ziehen Sie alle mit einem Schraubenzieher (74) fest, um zu fixieren.



Schritt 5 :

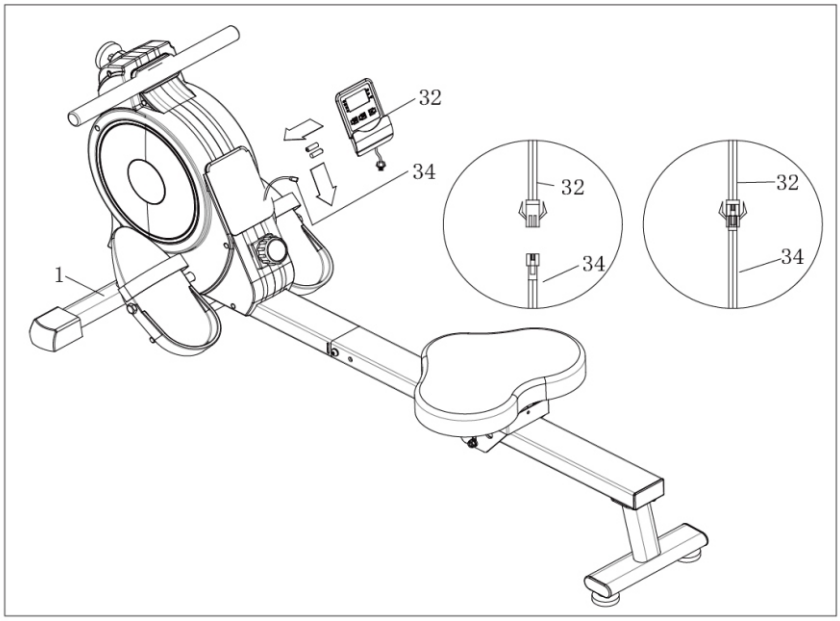
1.Nehmen Sie 2 AAA-Batterien aus der Tasche der Bedienungsanleitung heraus.

2. Drücken Sie den Monitor (32) am Hauptrahmen nach oben und nehmen Sie dann den Monitor (32) aus dem Hauptrahmen (1) heraus.

3. Trennen Sie die Mittellinie (34) und den Draht des Monitors. Stecken Sie 2 AAA-Batterien in das elektronische Display.

BATTERIEWARNUNG:

1. Mischen Sie keine Alkali-, Standard- (Kohle-Zink) oder wiederaufladbaren (Nickel-Cadmium) Batterien.
2. Vermischen Sie niemals alte und neue Batterien.
3. Achten Sie darauf, die Batterien mit der richtigen Polarität einzulegen.
4. Entfernen Sie die Batterien, wenn das Gerät längere Zeit nicht benutzt wird.
5. Die Versorgungsklemmen dürfen nicht kurzgeschlossen werden.
6. Beachten Sie stets die örtlichen Gesetze und Vorschriften.



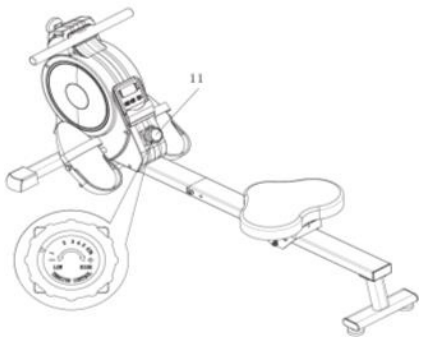
Schritt 6:

1. Verbinden Sie die Mittellinie (34) mit dem Draht des Monitors (32), setzen Sie den Monitor (32) zurück in den Hauptrahmen (1) und drücken Sie ihn dann nach unten, um ihn in einer geeigneten Position zu platzieren.

Hinweis: *Die beiden oberen Laschen des elektronischen Displays (32) müssen mit den beiden oberen Schlitzen des Monitorhalters des Hauptrahmens (1) ausgerichtet sein.*

5. Einstellungsanleitung

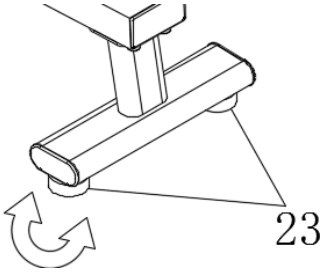
VORSICHT! Bewegliche Teile wie der Sitz können quetschen und schneiden. Halten Sie Ihre Hände während der Nutzung von der Schiebebahn fern!



Verwendung des Knobs:

Widerstandseinstellung:

Drehen Sie den Knob (11) im Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu erhöhen, und gegen den Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu verringern.

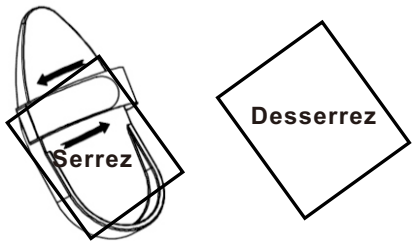


Höheneinstellung:

Gleichgewichtseinstellung:

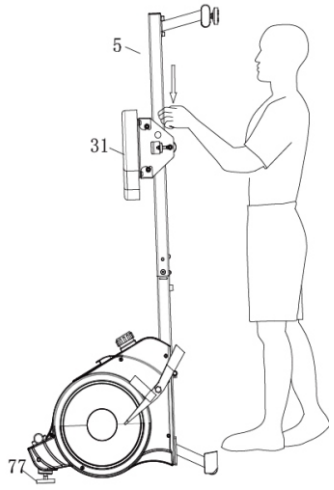
Wenn das Produkt während der Nutzung unausgewogen ist, kann das Produkt durch Einstellen der Flachfußpad (23) ausgewogen werden.

Drehen Sie die Flachfußpad (23) im Uhrzeigersinn, um die Höhe zu erhöhen; drehen Sie die Flachfußpad (23) gegen den Uhrzeigersinn, um die Höhe zu verringern.



Einstellungsmethode für die Trittplatte:

Anleitung zur Einstellung des Trittplattenriemens: Die Länge des Riemens kann entsprechend der Fußgröße eingestellt werden, und die Richtung der Elastizitätseinstellung ist links angegeben.



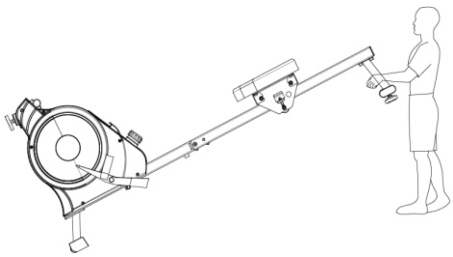
Produktplatzierung:

Wenn das Produkt nicht verwendet wird, können Sie Platz sparen, indem Sie es aufrecht platzieren. Das Produkt wird von einer Flachfußpad (77) unterstützt, die mit dem Boden in Kontakt tritt, und kann aufrecht platziert werden.

Sicherheitsvorsichtsmaßnahmen: Das Sitzpolster (31) gleitet nach unten, wenn die Schiebebahn (5) aufrecht gestellt wird.

WARNUNG!

Wenn Sie das Produkt aufrecht stellen, achten Sie auf Ihre Finger, um eine Quetschung durch das Gleiten der Sitzsattel zu vermeiden!

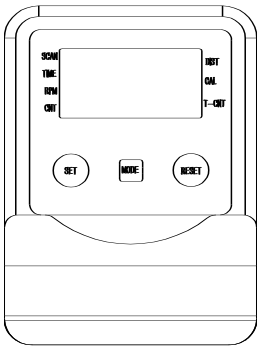


Bewegungsfunktion:

Beim Transport heben Sie das hintere Stützrohr um 45 Grad nach vorne.

Anleitung zur Verwendung des Monitors

Tastenfunktion:



MODE - Drücken Sie, um die Funktion auszuwählen. Drücken Sie lange, um Zeit/Anzahl/Kalorien zurückzusetzen.

SET - Setzen Sie Zeit/Anzahl/Kalorien im Nicht-Scan-Modus.

RESET - Drücken Sie diese Taste, um die eingestellte Zeit/Anzahl und Kalorien zu löschen.

Anleitung zur Funktionsbedienung:

1. Automatischer Scan SCAN:

Drücken Sie die Taste "MODE", bis "SCAN" angezeigt wird. Das elektronische Display wechselt alle 6 Sekunden den Anzeigeinhalt in folgender Reihenfolge: Zeit, Anzahl COUNT, Gesamtanzahl T.COUNT, RPM und Kalorien.

2. TIME:

(1) Die Zeit von Beginn bis Ende des Trainings.

(2) Drücken Sie die Taste "MODE", bis die Zeit "TIME" angezeigt wird, und drücken Sie die Taste "SET", um die Ziel-Trainingszeit einzustellen.

Wenn der Countdown der eingestellten Zeit 0 erreicht, hält er etwa 1 Sekunde an und startet dann das Zählen neu.

3. COUNT:

(1) Zeigt die aktuelle Anzahl von Trainingsbewegungen an.

(2) Drücken Sie die Taste "MODE", bis die Distanzanzahl angezeigt wird, und drücken Sie die Taste "SET", um die Zielanzahl von Trainingsbewegungen einzustellen.

Wenn der Countdown der eingestellten Anzahl 0 erreicht, hält er etwa 1 Sekunde an und startet dann das Zählen neu.

4. T.COUNT :

Die Gesamtanzahl von Trainingsbewegungen seit dem Einlegen der Batterien.

5. DIST:

Misst die zurückgelegte Strecke von Beginn bis Ende der Bewegung.

6. CALORIES:

(1) Berechnet die verbrannten Kalorien von Beginn bis Ende des Trainings.

(2) Drücken Sie die Taste "MODE", bis die Distanz "CAL" angezeigt wird, und drücken Sie die Taste "SET", um die Zielmenge an verbrannten Kalorien einzustellen.

Wenn der Kalorien-Countdown 0 erreicht, hält er etwa 1 Sekunde an und startet dann das positive Zählen.

Beschreibung:

1. Wenn keine Anzeige erscheint oder die Anzeige unscharf ist, tauschen Sie die Batterie aus.
2. Nach 4 Minuten ohne Nutzung schaltet sich das elektronische Display automatisch aus.
3. Nach dem Neustart der Bewegung oder dem Drücken der Taste schaltet sich das elektronische Display automatisch ein.
4. Nachdem das Training begonnen hat, berechnet das elektronische Display automatisch die Trainingsdaten. Nach 4 Sekunden ohne Training hört das elektronische Display auf, die Trainingsdaten zu berechnen.

Parameterbeschreibung

Funktion	Automatischer Scan	Wechselt alle 6 Sekunden zwischen den Daten
	Zeit	00:00'~99:59'
	Anzahl	0-9999
	Gesamtanzahl	0-9999
	Kalorien	0.0~999.9 kcal
	Distanz	0-9999
Batteriemodell		2 AAA or UM –4
Betriebstemperatur		0°C ~ +40°C
Lagertemperatur		-10°C ~ +60°C

Betriebsanleitung:

1. Display Aufwecken/Schlafmodus

Im Schlafmodus drücken Sie eine beliebige Taste, um den Monitor aufzuwecken. Wenn der Monitor 4 Minuten lang inaktiv ist, schaltet er sich automatisch aus und geht in den Schlafmodus.

2. Funktionseinstellungen

Um einen Ziel-Countdown für eine Übungsfunktion einzustellen, beenden Sie das Training und stellen sicher, dass der Monitor inaktiv ist. Drücken Sie die MODE-Taste, um die aktuelle Einstellungsfunktion blinken zu lassen. Verwenden Sie die MODE-Taste, um zur gewünschten Funktion zu wechseln (die einstellbaren Funktionen sind Zeit, Entfernung, Kalorien und Schläge). Wenn die gewünschte Funktion blinkt, verwenden Sie die UP- oder DOWN-Tasten, um den Wert zu erhöhen oder zu verringern. Sobald die Einstellungen abgeschlossen sind, können Sie mit dem Training zum Zielwert beginnen. Es gibt ein Blinken und einen Signalton, wenn der Zielwert erreicht ist.

3. Bluetooth-Funktion

Dieser Monitor kann über Bluetooth mit verschiedenen mobilen Apps verbunden werden. Die spezifischen Apps, die verbunden werden können, werden vom Hersteller der Fitnessgeräte festgelegt und sollten deren Anforderungen entsprechen. Um eine Bluetooth-Verbindung herzustellen, drücken Sie die Bluetooth-Taste. Bluetooth wird aktiviert und das Monitor-Display wird ausgeschaltet, um eine Verbindung zu einer mobilen App herzustellen. Lesen Sie die separaten APP-Nutzungsanweisungen des Fitnessgeräteherstellers für die Verbindungsmethoden verschiedener Apps.

Hinweise:

1. Wenn der Monitor abnormale Anzeigen zeigt oder abstürzt, öffnen Sie die Batteriefachabdeckung, entfernen Sie die Batterie und setzen Sie sie dann wieder ein.
2. Wenn das Monitor-Display dunkel wird oder die Herzfrequenzfunktion nicht ordnungsgemäß funktioniert, öffnen Sie die Batteriefachabdeckung und ersetzen Sie die Batterie.
3. Batteriespezifikationen:
   Monitor-Batterie: R6 SIZE AAA 1.5V ×2 (zwei AAA-Kohlebatterien).

Bluetooth-Konnektivität / Verwendung der “Kinomap”-App

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

Um die Kinomap-App zu verwenden, schalten Sie Bluetooth an dem Rudergerät und auf Ihrem Smartphone bzw. Tablet ein. Gegebenenfalls müssen Sie auf Ihrem Smartphone bzw. Tablet die Standortdienste aktivieren, um eine Verbindung über die App zu ermöglichen.

Wenn Sie die App erstmalig starten, werden Sie dazu aufgefordert, sich zu registrieren. Die Registrierung ist für die Verwendung der App notwendig. Sie werden anschließen aufgefordert, ein Gerät hinzuzufügen.

Werden Sie nicht aufgefordert ein Gerät hinzuzufügen, tippen Sie auf „Mehr", „Geräte-Management" und anschließend auf „+" in der oberen rechten Ecke. Tippen Sie auf das Rudergeräte-Symbol. Wählen Sie anschließend „SENSORS-FTMS" aus der Liste.

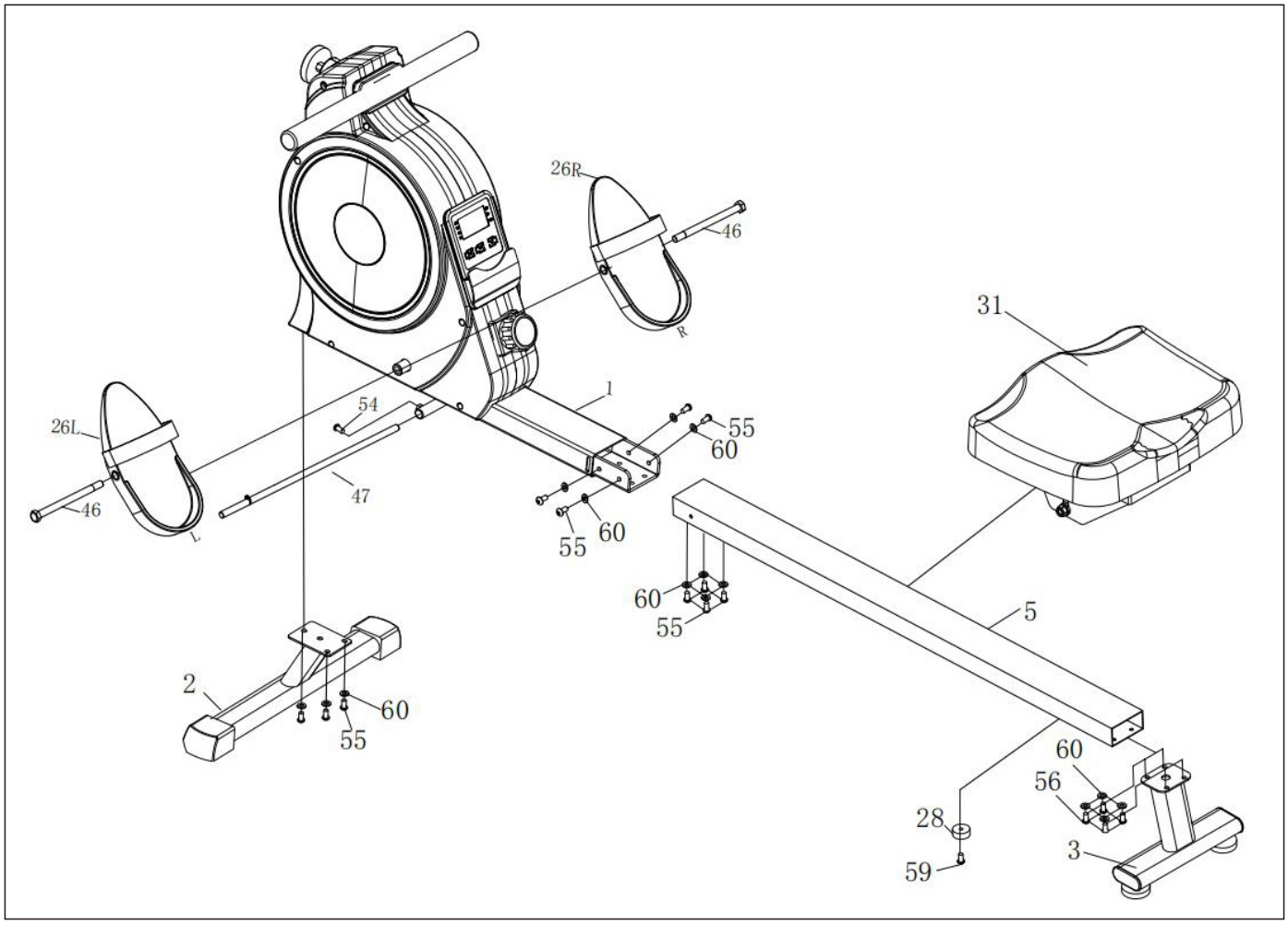
Folgen Sie nun den Anweisungen der App, um das Rudergerät zur App hinzuzufügen. Weitere Informationen zur Verwendung der App finden Sie im Internet unter www.kinomap.com.

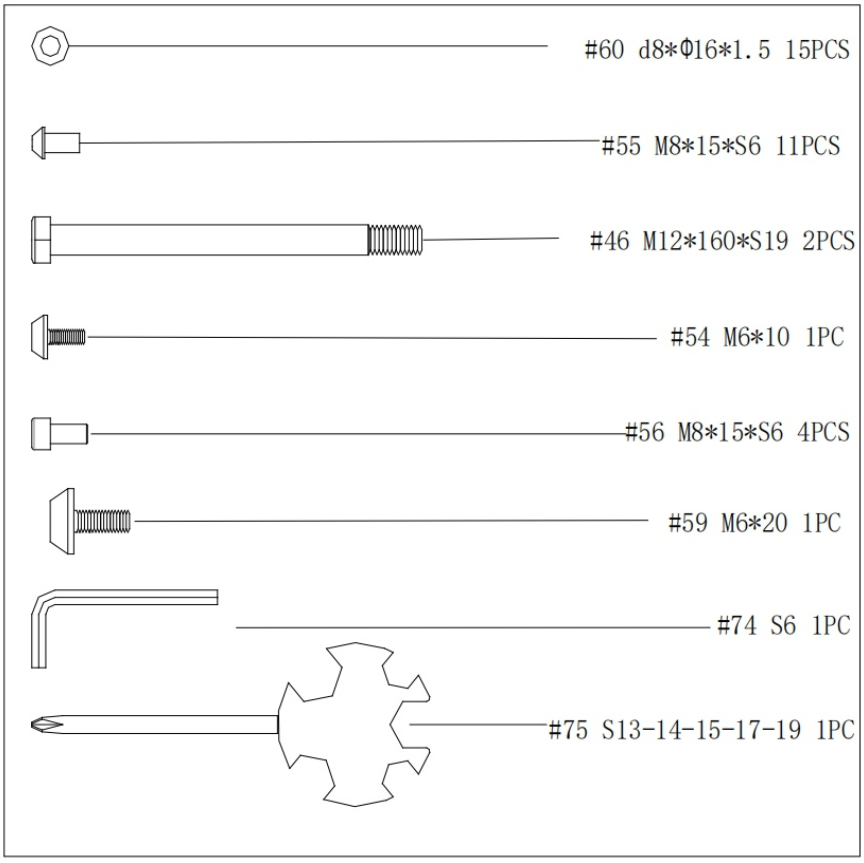
1. Instrucciones de uso seguro ES

Gracias por comprar nuestro producto. El uso correcto de esta máquina es la garantía de su seguridad y salud. Por favor, lea atentamente lo siguiente antes de usar la bicicleta de ejercicio:

1. Es muy importante leer el manual completo antes de la instalación y el uso. Solo cuando este equipo se instale, mantenga y use correctamente, el ejercicio podrá ser seguro y efectivo.
2. Antes de comenzar un programa de ejercicio, consulte a su médico para determinar su estado físico actual y ver si el uso de este equipo representa un riesgo para su salud. Si está recibiendo tratamiento relacionado con la frecuencia cardíaca, la presión arterial o el colesterol, el consejo médico es indispensable.
3. Ponga atención a las señales de su cuerpo. El ejercicio incorrecto o excesivo dañará su salud. Si experimenta cualquiera de las siguientes molestias: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos acelerados, dificultad para respirar, mareos, vértigos o náuseas, detenga el ejercicio inmediatamente. Si desea continuar con su programa de ejercicio, consulte primero a su médico.
4. Mantenga a los niños y mascotas alejados de este equipo, ya que está diseñado especialmente para adultos.
5. Coloque el equipo sobre una superficie sólida y plana para proteger su suelo y alfombra. Por seguridad, asegúrese de que haya al menos 0,5 metros de espacio libre alrededor del equipo.
6. Asegúrese de que todos los tornillos y tuercas estén bien apretados antes del uso.
7. Use este equipo con precaución. Si nota algún defecto durante la instalación o el uso del equipo, o escucha algún sonido inusual, detenga el ejercicio inmediatamente. No continúe usando el equipo hasta que el problema se resuelva.
8. Vista ropa ajustada durante el ejercicio para evitar que la ropa holgada se atasque en el equipo o limite el movimiento. Recuerde que el ejercicio incorrecto o excesivo puede causar daños al cuerpo.
9. Este equipo es solo adecuado para uso interior y doméstico. La capacidad de carga máxima es de 130 kg.
10. Maneje este equipo con la mayor precaución posible para evitar heridas innecesarias.
11. Este producto no puede usarse como dispositivo médico.

2. Dibujo explosivo

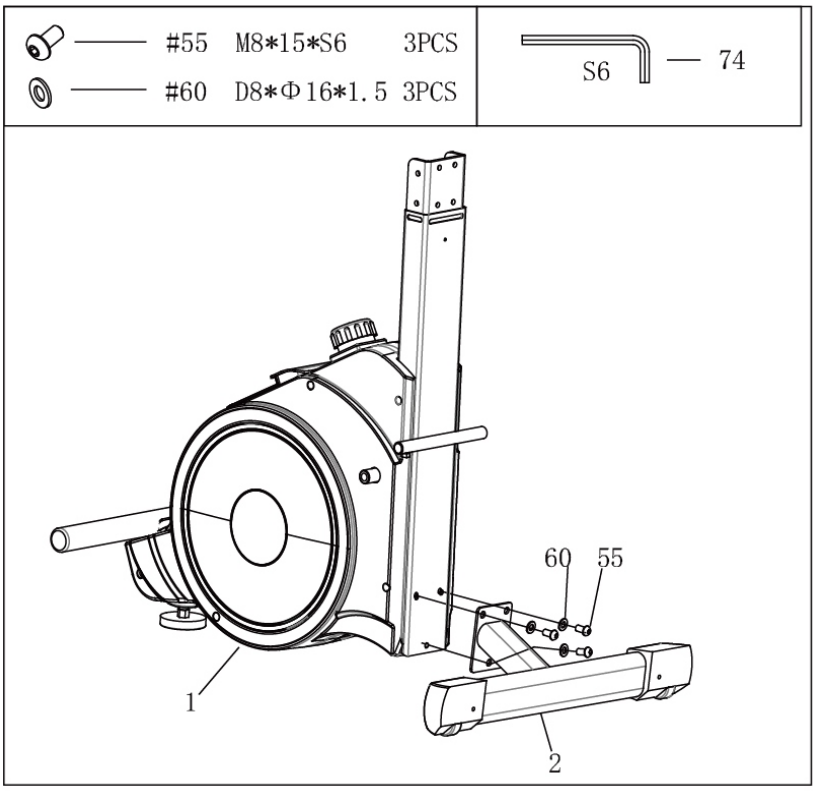




3. Lista de piezas

NO.	Descripción	ESPECIFICACIONES	CANTIDAD
1	Chasis principal	Soldadura	1
2	Estabilizador delantero		1
3	Estabilizador trasero	Soldadura	1
5	Tubo de riel deslizante		1
26	Tablero del stepper	320*140*55	2
28	Almohadilla de cojín	φ25.2*φ22*15	1
31	Asiento	Juegos	1
46	Bulón	M12 *160*S19	2
47	Eje del stepper 1	Φ12*440	1
54	Tornillo	M6*10	1
55	Tornillo	M8*16 S=6	11
56	Tornillo	M8*15 S=6	4
59	Tornillo	M6*20	1
60	Arandela	Φ16*Φ8*1.5	15

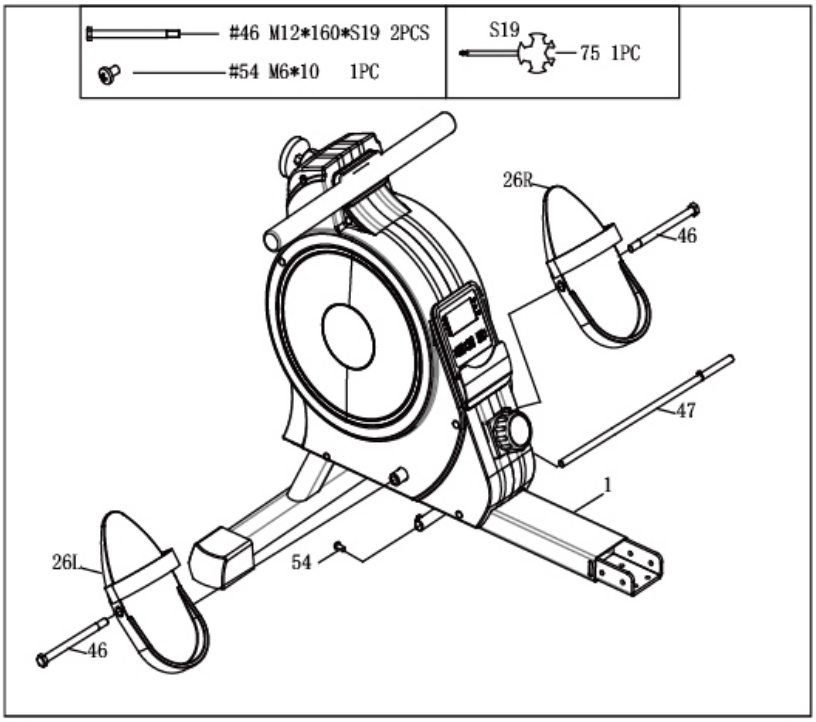
4. Pasos de instalación



Paso 1 :

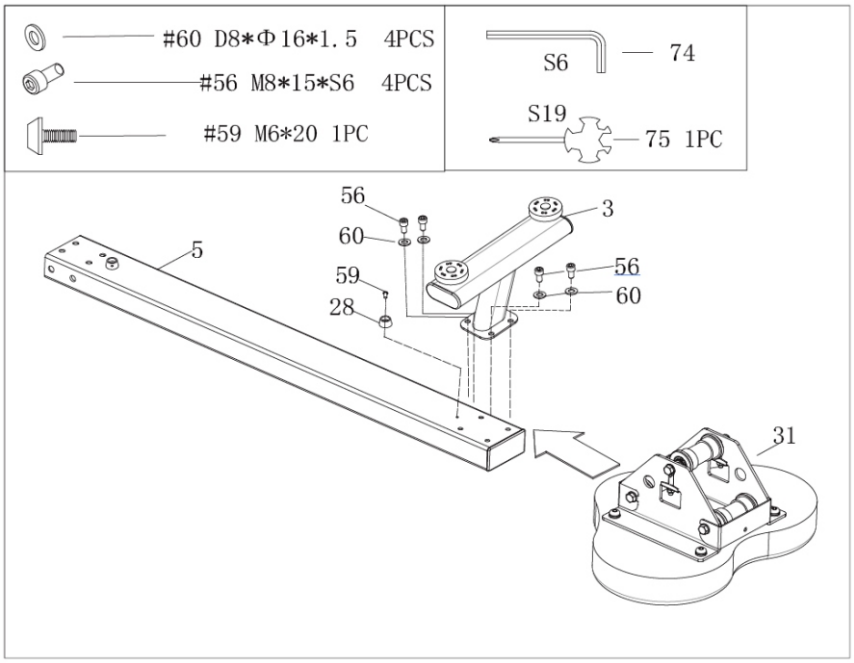
Usa 3 tornillos (55) y 3 arandelas (60) para instalar el stabilizador delantero (2) en el armazón principal (1). Apretar y fijar con una llave fija (74).

Nota: Dirija las ruedas de las patas delanteras hacia adelante.



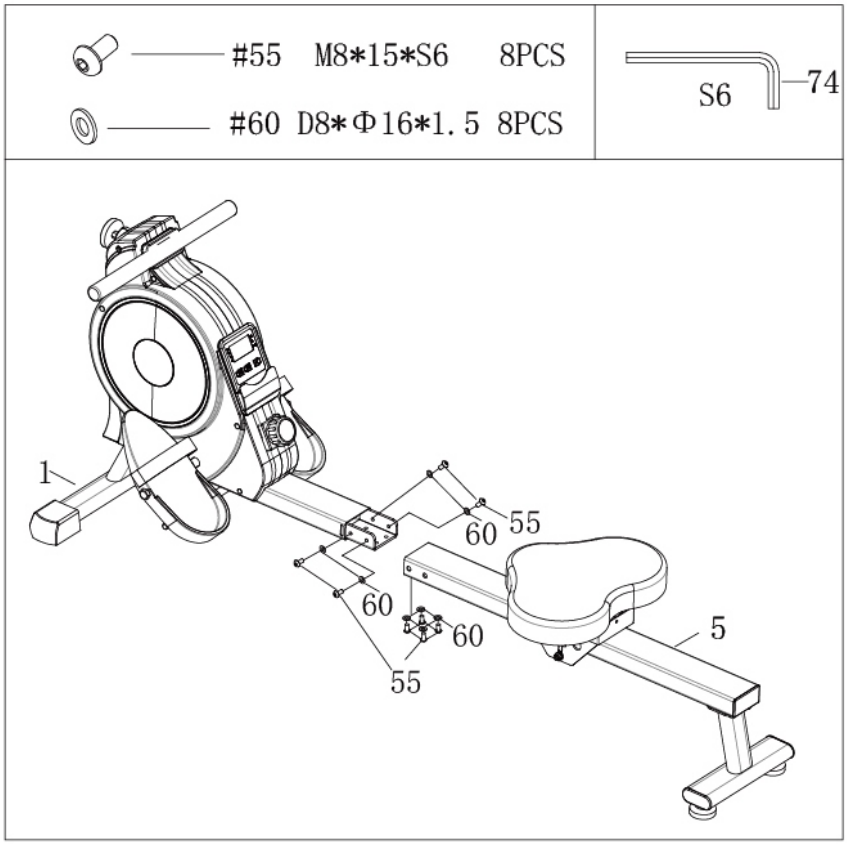
Paso 2 :

1. Pasar el eje de fijación de la placa de pedaleo (47) a través del armazón principal (1), acoplar los tornillos (54) y apretar y fijar con una llave cruz (75).
2. Pasar el tornillo (46) a través de la placa de pedaleo (26) y apretar y fijar con una llave cruz (75). Prestar atención a las marcas de izquierda y derecha de las placas de pedaleo.



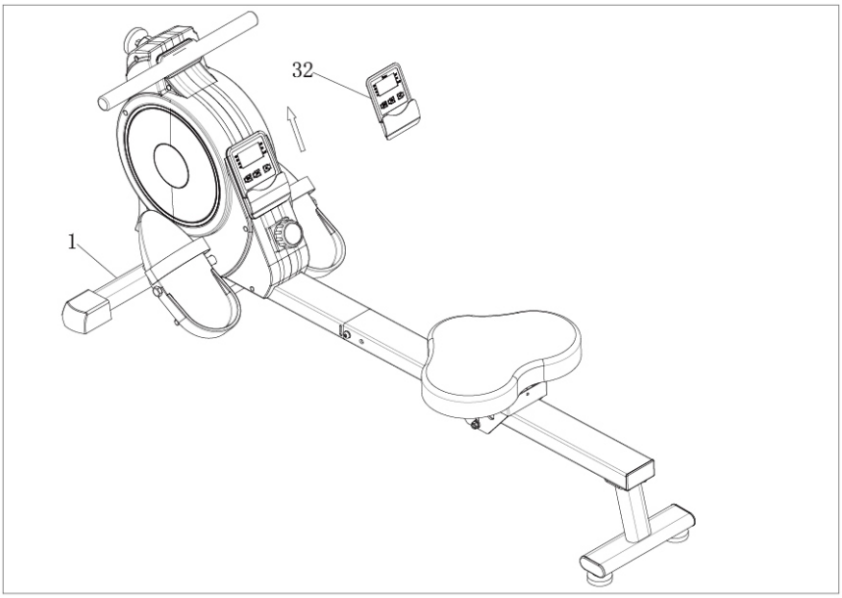
Paso 3 :

1. Insertar el asiento (31) en el riel deslizante (5).
2. Usa 4 tornillos (56) y 4 arandelas (60) para instalar el armazón de soporte trasero (3) en el riel deslizante (5). Apretar y fijar con una llave fija (74).
3. Luego, fijar el tornillo (59) y el cojín (28) en el límite superior del riel deslizante.



Paso 4 :

1. Usa 8 tornillos (55) y 5 arandelas (60) para instalar el riel deslizante (5) en el armazón principal (1), y apretar y fijar todos con una llave fija (74).

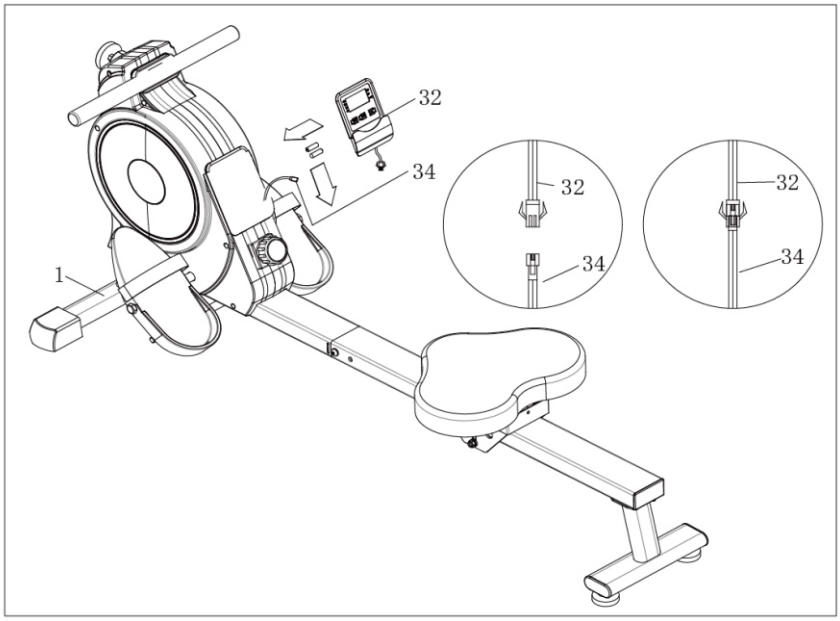


Paso 5 :

1.Extraer 2 baterías AAA de la bolsa del manual de instrucciones.
2. Empujar el monitor (32) hacia arriba en el armazón principal, luego extraer el monitor (32) del armazón principal (1).
3. Desconectar el cable central (34) y el cable del monitor. Insertar 2 baterías AAA en el medidor electrónico.

ADVERTENCIA DE BATERÍA:

1. No mezcle las pilas alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (níquel-cadmio).
2. Nunca mezcle las baterías nuevas y viejas.
3. Debe insertar las baterías con la polaridad correcta.
4. Retire las baterías cuando no se utilice la unidad durante períodos prolongados.
5. Los terminales de alimentación no deben ser cortocircuitados.
6. Siempre cumpla con las leyes y normativas locales.



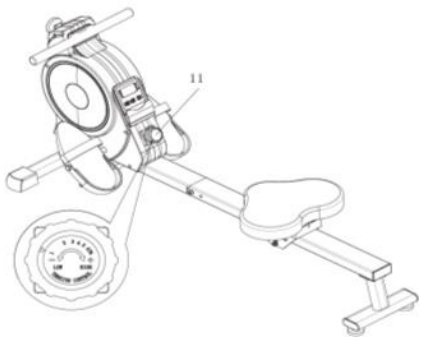
Paso 6:

1. Conectar el cable central (34) con el cable del monitor (32), colocar el monitor (32) de nuevo en el armazón principal (1), luego empujarlo hacia abajo para ponerlo en una posición adecuada.

Nota: Las dos pestañas superiores del reloj electrónico (32) deben alinearse con las dos ranuras superiores del monitor del armazón principal (1).

5. Guía de ajuste

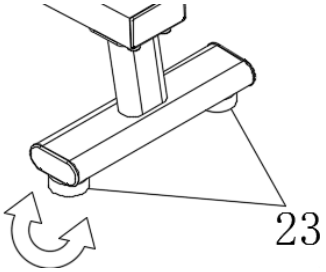
ATENCIÓN: Las piezas móviles, como el asiento, pueden aplastar o cortar. Mantenga las manos alejadas del riel deslizante durante el uso.



Uso de la perilla:

Ajuste de resistencia:

Gire la perilla (11) en el sentido de las agujas del reloj para aumentar la resistencia y en el sentido contrario para reducirla.

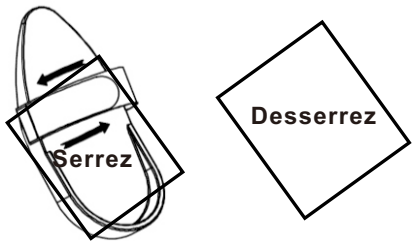


Ajuste de altura:

Ajuste de equilibrio:

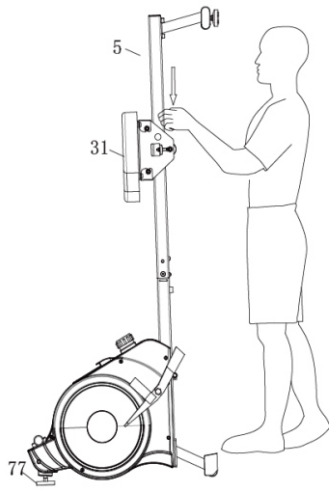
Si el producto resulta desequilibrado durante el uso, puede equilibrarse ajustando el cojín de pie plano (23).

Gire el cojín de pie plano (23) en el sentido de las agujas del reloj para aumentar la altura; gírelo en el sentido contrario para reducirla.



Método de ajuste de la placa de pedaleo:

Instrucciones de ajuste de la correa de la placa: La longitud de la correa se puede ajustar según el tamaño del pie, y la dirección de ajuste de elasticidad se indica a la izquierda.



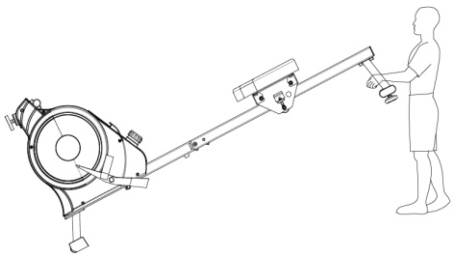
Colocación del producto:

Cuando no se use, se puede ahorrar espacio colocando el producto en posición vertical. El producto será sostenido por un cojín de pie plano (77) en contacto con el suelo y se puede colocar en posición vertical.

Precauciones de seguridad: El cojín del asiento (31) se deslizará hacia abajo cuando el riel deslizante (5) esté erguido.

ADVERTENCIA!

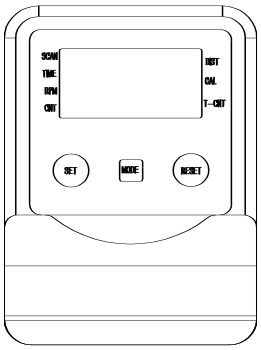
Cuando levante el producto en posición vertical, tenga cuidado con sus dedos para evitar que se pellizquen por el deslizamiento del sillín.



Función de traslado:

Al transportar el producto, levante el tubo de soporte trasero 45 grados hacia adelante.

Instrucciones de uso del monitor



Función de botones:

MODE - Presionar para seleccionar la función. Mantener presionado para reiniciar el tiempo/número de repeticiones/calorías.

SET - Establecer el tiempo/número de repeticiones/calorías en modo no escaneo.

RESET - Presionar esta tecla para borrar el tiempo/número y calorías establecidos.

Instrucciones de operación de funciones:

1. Escaneo automático SCAN:

Presione el botón "MODE" hasta que se muestre "SCAN". El reloj electrónico cambiará el contenido mostrado cada 6 segundos en el siguiente orden: Tiempo, Número de repeticiones COUNT, Número total de repeticiones T.COUNT, RPM y Calorías.

2. TIEMPO:

(1) Tiempo desde el inicio hasta el final del ejercicio.

(2) Presione el botón "MODE" hasta que se muestre el tiempo "TIME", y presione el botón "SET" para establecer el tiempo objetivo de ejercicio.

Cuando la cuenta regresiva del tiempo establecido llegue a 0, se detendrá durante aproximadamente 1 segundo y luego comenzará a contar nuevamente.

3. COUNT:

（1) Mostrar el número actual de ejercicios.

(2) Presione el botón "MODE" hasta que se muestre el número de distancias, y presione el botón "SET" para establecer el número objetivo de ejercicios.

Cuando la cuenta regresiva del número establecido llegue a 0, se mantendrá durante aproximadamente 1 segundo y luego comenzará a contar nuevamente.

4. T.COUNT :

Die Gesamtanzahl von Trainingsbewegungen seit dem Einlegen der Batterien.

5. DIST:

Número total de ejercicios desde que se instalaron las baterías.

6. CALORÍAS:

(1) Calcular las calorías quemadas desde el inicio hasta el final del ejercicio.

(2) Presione el botón "MODE" hasta que se muestre la distancia "CAL", y presione el botón "SET" para establecer el número objetivo de calorías quemadas.

Cuando la cuenta regresiva de calorías llegue a 0, se mantendrá durante aproximadamente 1 segundo y luego comenzará a contar positivamente.

Descripción:

1. Si no hay pantalla o la pantalla es borrosa, reemplace la batería.
2. Después de 4 minutos sin usar el equipo, el reloj electrónico se apagará automáticamente.
3. Al reiniciar el movimiento o presionar el botón, el reloj electrónico se encenderá automáticamente.
4. Después de que comience el ejercicio, el medidor electrónico calculará automáticamente los datos del ejercicio, y después de 4 segundos sin ejercicio, el medidor electrónico dejará de calcular los datos del ejercicio.

Descripción de parámetros

Función	Escaneo automático	Cambio de datos cada 6 segundos
	Tiempo	00:00'~99:59'
	Número de repeticiones	0-9999
	Número total de repeticiones	0-9999
	Caloría	0.0~999.9 kcal
	Distancia	0-9999
Modelo de batería		2 AAA or UM –4
Temperatura de funcionamiento		0°C ~ +40°C
Temperatura de almacenamiento		-10°C ~ +60°C

Instrucciones de funcionamiento:

1. Activar/Suspender pantalla

En modo de suspensión, pulse cualquier botón para activar el monitor. Si el monitor permanece inactivo durante 4 minutos, se apagará automáticamente y entrará en modo de suspensión.

2. Ajustes de funciones

Para establecer una cuenta regresiva objetivo para una función de ejercicio, deje de hacer ejercicio y asegúrese de que el monitor esté inactivo. Presione el botón MODE para hacer que la función de ajuste actual parpadee. Use el botón MODE para cambiar a la función deseada (las funciones que se pueden ajustar son tiempo, distancia, calorías y brazadas). Cuando la función deseada esté parpadeando, use los botones UP o DOWN para aumentar o disminuir el valor. Una vez completos los ajustes, puede comenzar a ejercitarse hacia el valor objetivo. Habrá un parpadeo y una alarma sonora cuando se alcance el valor objetivo.

3. Función Bluetooth

Este monitor puede conectarse a varias aplicaciones móviles a través de Bluetooth. Las aplicaciones específicas que se pueden conectar son designadas por el fabricante del equipo de fitness y deben seguir sus requisitos. Para conectarse por Bluetooth, presione el botón Bluetooth. El Bluetooth se activará y la pantalla del monitor se apagará, permitiendo la conexión a una aplicación móvil. Consulte las instrucciones de uso de la APP proporcionadas por el fabricante del equipo de fitness para los métodos de conexión de las diferentes aplicaciones.

Notas:

1. Si el monitor muestra pantallas anormales o se bloquea, abra la tapa de la batería y retire la pila, luego vuelva a colocar la batería.
2. Si la pantalla del monitor se atenúa o la función de frecuencia cardíaca no funciona correctamente, abra la tapa de la batería y sustituya la pila.
3. Especificaciones de la batería: Batería del monitor: R6 TAMAÑO AAA 1.5Vx2 (dos pilas de carbono AAA).

Bluetooth / Función de la app

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

Para usar la app Kinomap, encienda el Bluetooth en la máquina de remo y en su smartphone o tablet. Es posible que deba activar los servicios de ubicación en su smartphone o tablet para permitir la conexión a través de la app.

Cuando inicie la app por primera vez, se le pedirá que se registre. El registro es necesario para usar la app. A continuación se le pedirá que añada un dispositivo.

Si no se le solicita que añada un dispositivo, toque en “Más”, “Gestión de dispositivos” y luego en “+” en la esquina superior derecha. Toque el icono de la máquina de remo. Luego seleccione “SENSORS - FTMS” de la lista.

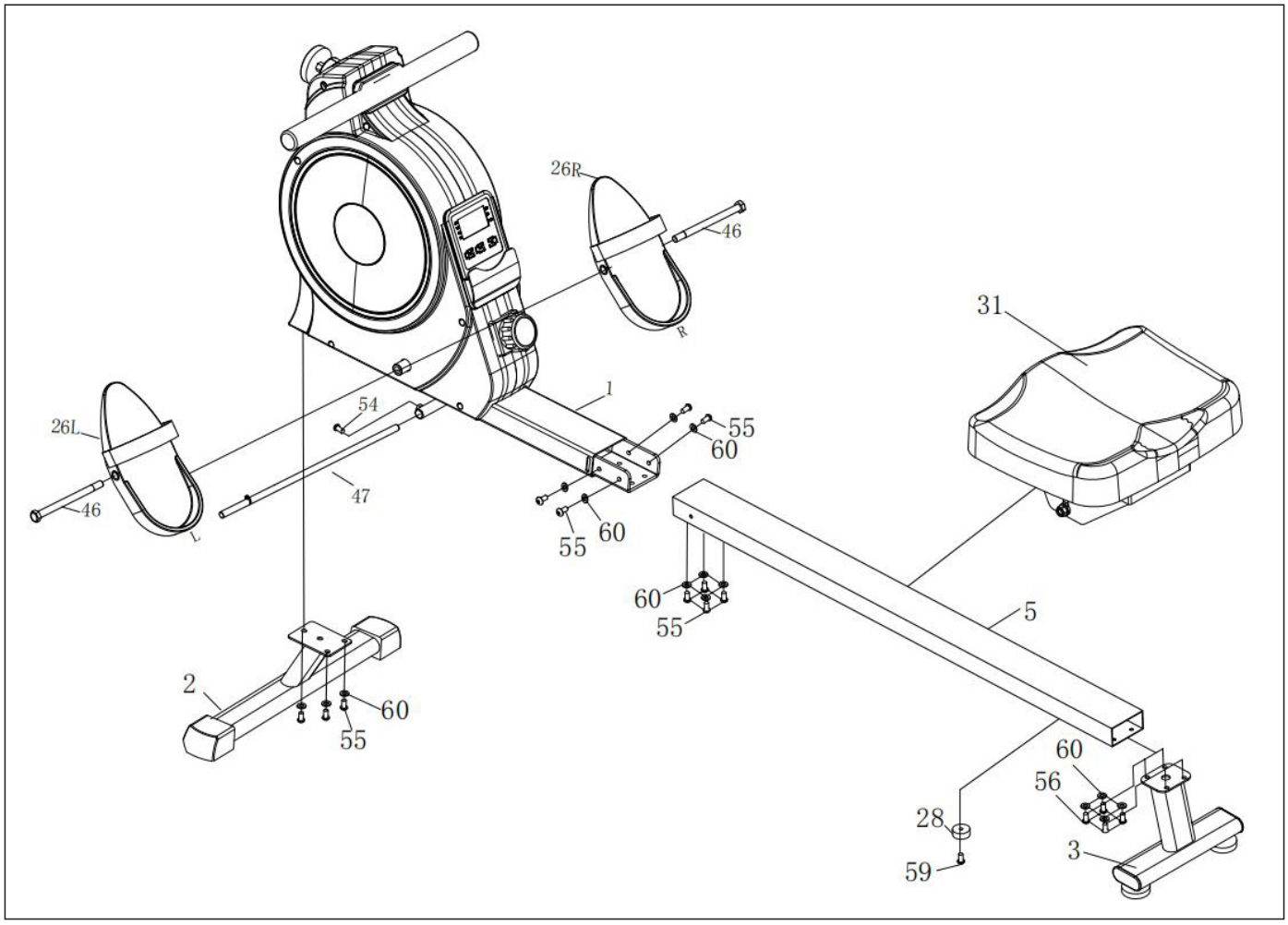
Ahora sigue las instrucciones en la aplicación para añadir la máquina de remo a la app. Para más información sobre el uso de la aplicación, visita www.kinomap.com.

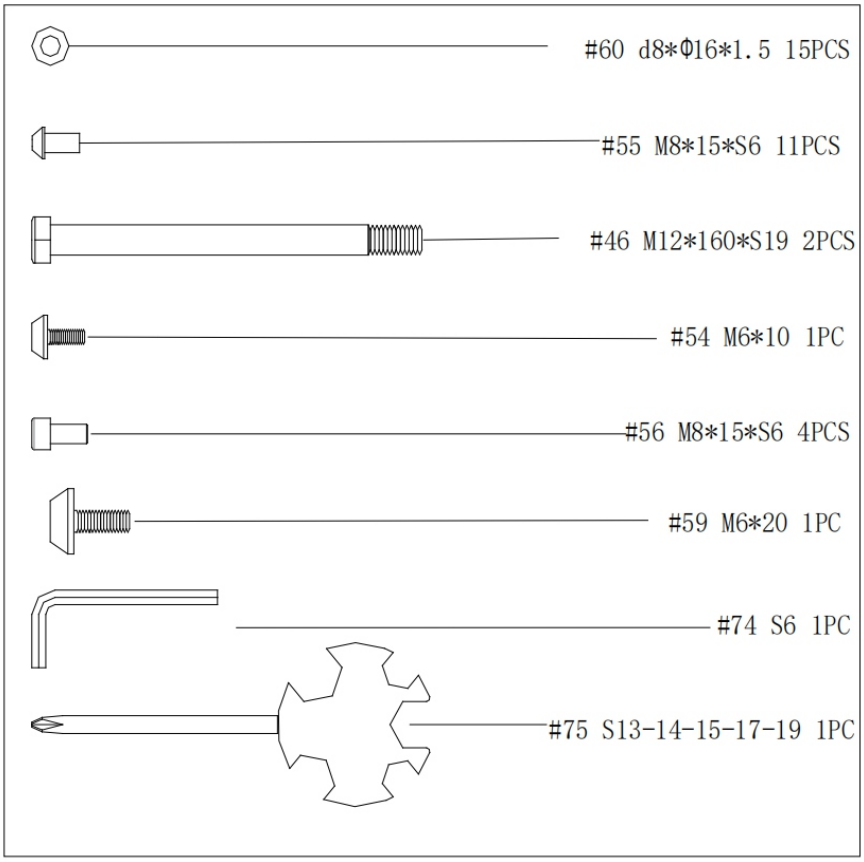
1. Istruzioni per l'uso sicuro IT

Grazie per aver acquistato il nostro prodotto. L'uso corretto di questa macchina garantisce la vostra sicurezza e salute. Prima di utilizzare la bicicletta per esercizi, leggere attentamente quanto segue:

1. È fondamentale leggere il manuale nel suo insieme prima dell'installazione e dell'uso. Solo con un'installazione, manutenzione e utilizzo corretti di questo apparecchio, l'esercizio può essere sicuro ed efficace.
2. Prima di iniziare un programma di esercizi, consultare il medico per determinare lo stato fisico attuale e verificare se l'uso di questo apparecchio rappresenta un rischio per la salute. Se vi trovate in trattamento per problemi relativi alla frequenza cardiaca, pressione arteriosa o colesterolo, il consiglio medico è indispensabile.
3. Attendere ai segnali del proprio corpo. Un esercizio incorrecto o eccessivo può danneggiare la salute. Se si riscontrano uno dei seguenti disturbi: dolore, stanchezza toracica, battiti cardiaci accelerati, dispnea, vertigini, stanchezza o nausea, interrompere immediatamente l'esercizio. Se si desidera continuare il programma di esercizi, consultare prima il medico.
4. Mantenere bambini e animali domestici alla distanza da questo apparecchio, progettato esclusivamente per adulti.
5. Posizionare l'apparecchio su una superficie solida e piatta per proteggere pavimento e tappeto. Per motivi di sicurezza, assicurarsi che intorno all'apparecchio ci sia almeno 0,5 m di spazio libero.
6. Verificare che ogni vite e dado siano ben serrati prima dell'uso.
7. Usare questo apparecchio con cautela. Se durante l'installazione o l'uso si notano difetti o si sentono suoni anomali, interrompere immediatamente l'esercizio. Non riutilizzare l'apparecchio fino a quando il problema non è stato risolto.
8. Indossare abiti adatti durante l'esercizio per evitare che abiti larghi si intrappolino nell'apparecchio o limitino i movimenti. Tenere presente che un esercizio incorrecto o eccessivo può causare danni al corpo.
9. Questo apparecchio è adatto esclusivamente per uso interno e domestico. La capacità massima di carico è di 130 kg.
10. Maneggiare questo apparecchio con la massima cautela per evitare danni inutili.
11. Questo prodotto non può essere utilizzato come dispositivo medico.

2. Disegno scomposto

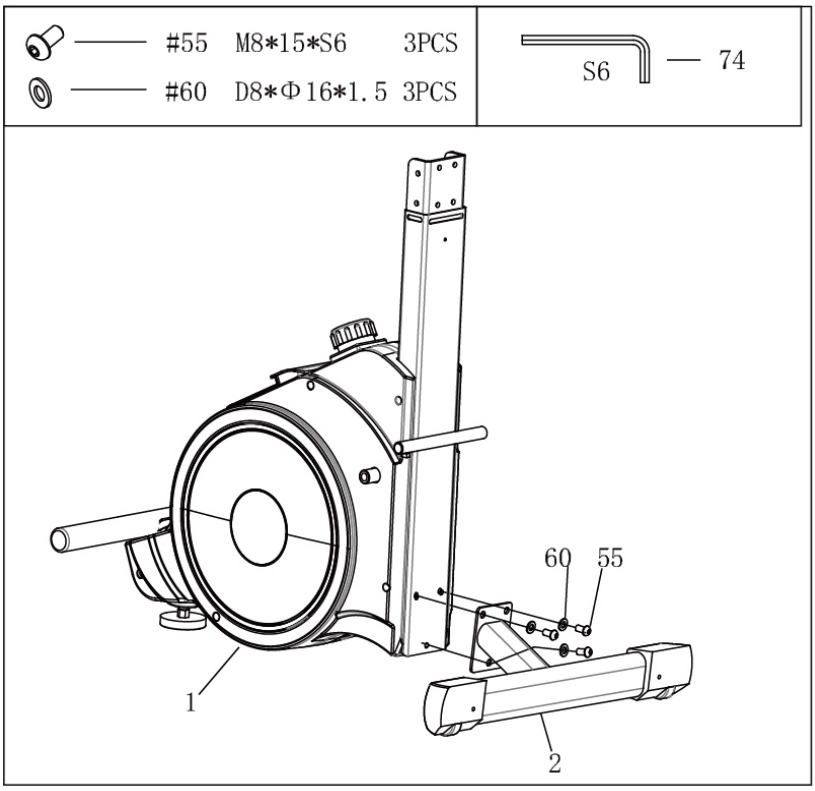




3. Elenco delle parti

NO.	Descrizione	SPECIFICHE	QUANTITÀ
1	Telaio principale	Saldatura	1
2	Stabilizzatore anteriore		1
3	Stabilizzatore posteriore	Saldatura	1
5	Tubo di guida scorrevole		1
26	Piatto del stepper	320*140*55	2
28	Cuscinetto	φ25.2*φ22*15	1
31	Sedia	Set	1
46	Bullone	M12 *160*S19	2
47	Asse del stepper 1	Φ12*440	1
54	Vite	M6*10	1
55	Vite	M8*16 S=6	11
56	Vite	M8*15 S=6	4
59	Vite	M6*20	1
60	Rondella	Φ16*Φ8*1.5	15

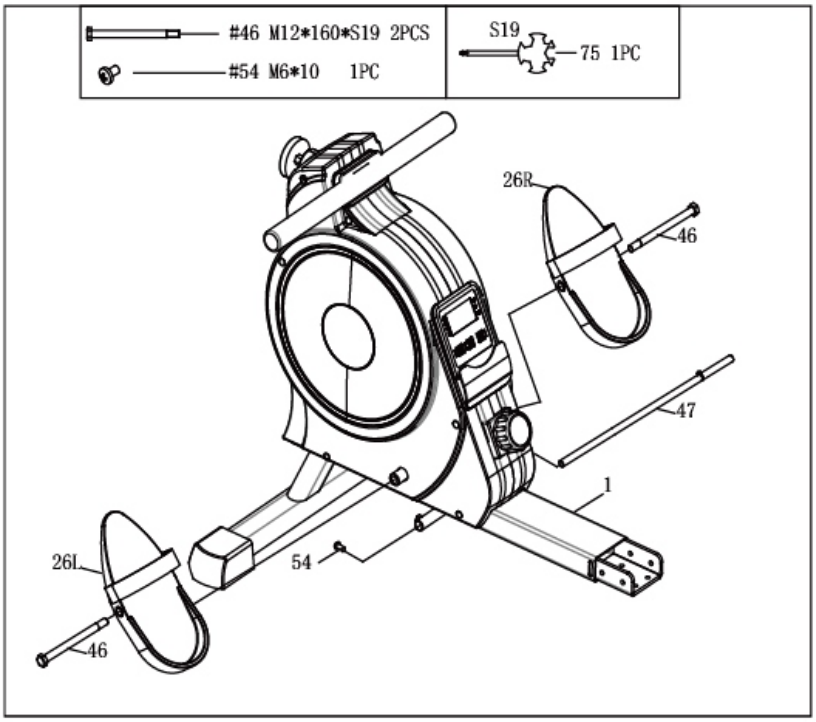
4. Passaggi di installazione



Passo 1 :

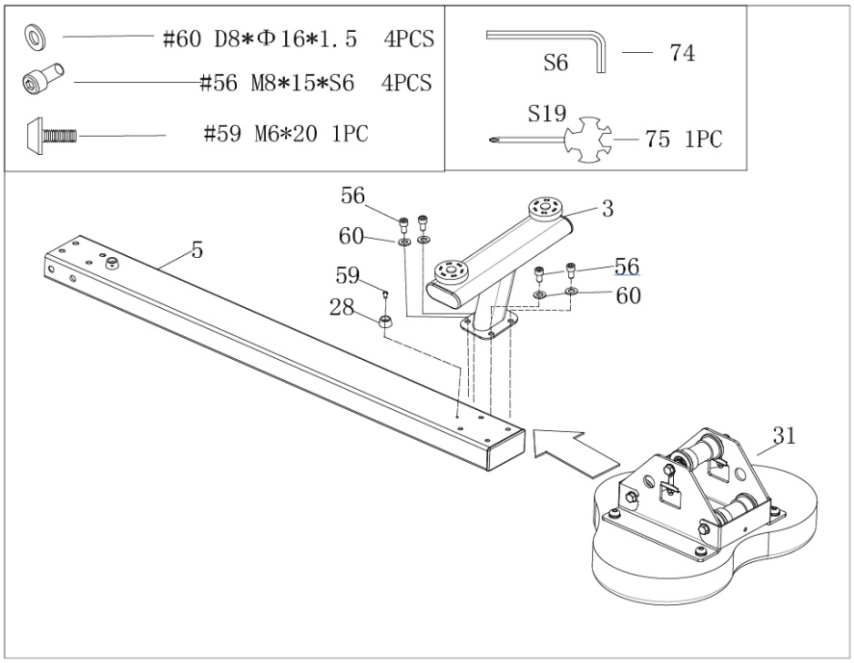
Usare 3 viti (55) e 3 rivestimenti (60) per installare il stabilizzatore anteriore (2) sul telaio principale (1).

Nota: i rulli delle gambe anteriori verso avanti.



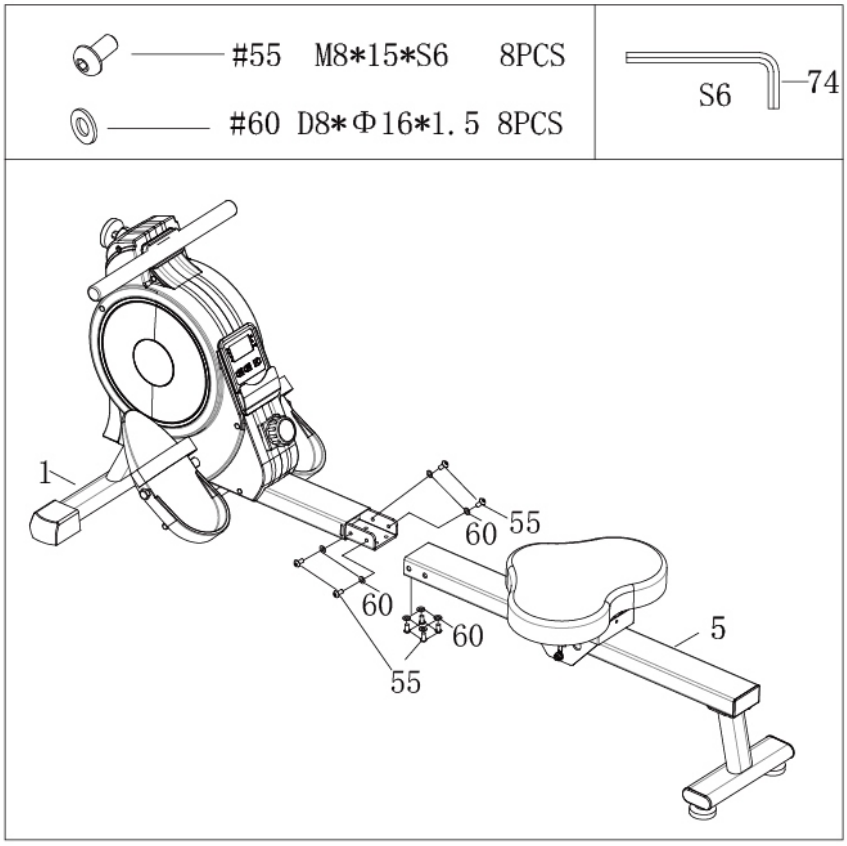
Passo 2 :

1. Passare l'asse di fissaggio della piattaforma pedale (47) attraverso il telaio principale (1), abbinare le viti (54) e serrare/fissare con una chiave a croce (75).
2. Passare la vite (46) attraverso la piattaforma pedale (26) e serrare/fissare con una chiave a croce (75). Attendere alle marche sinistra e destra delle piattaforme pedali.



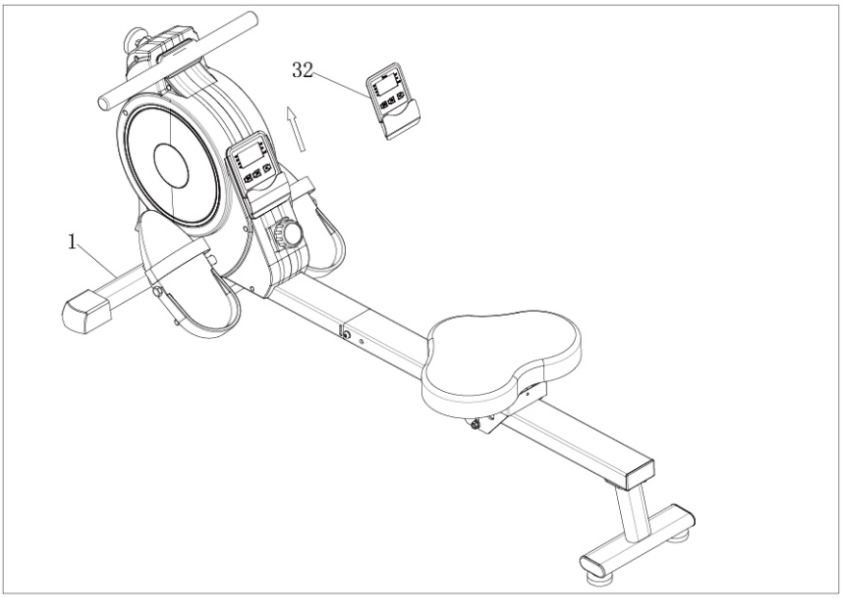
Passo 3 :

1. Inserire il sedile (31) nel binario scorrevole (5).
2. Usare 4 viti (56) e 4 rivestimenti (60) per installare il telaio di supporto posteriore (3) sul binario scorrevole (5). Serrare e fissare con una chiave fissa (74).
3. Successivamente, fissare la vite (59) e il cuscinetto (28) al limite superiore del binario scorrevole.



Passo 4 :

1. Usare 8 viti (55) e 5 rivestimenti (60) per installare il binario scorrevole (5) sul telaio principale (1), e serrare/fissare tutti con una chiave fissa (74).



Passo 5 :

1.Estrarre 2 batterie AAA dalla borsa del manuale d'uso.

2. Spingere il monitor (32) verso l'alto sul telaio principale, quindi estrarre il monitor (32) dal telaio principale (1).

3. Scollegare il cavo centrale (34) e il cavo del monitor. Inserire 2 batterie AAA nel contatore elettronico.

AVVERTENZE SULLA BATTERIA:

1. Non mischiare batterie alcaline, standard (zinco-carbone) o ricaricabili (nichel-cadmio).

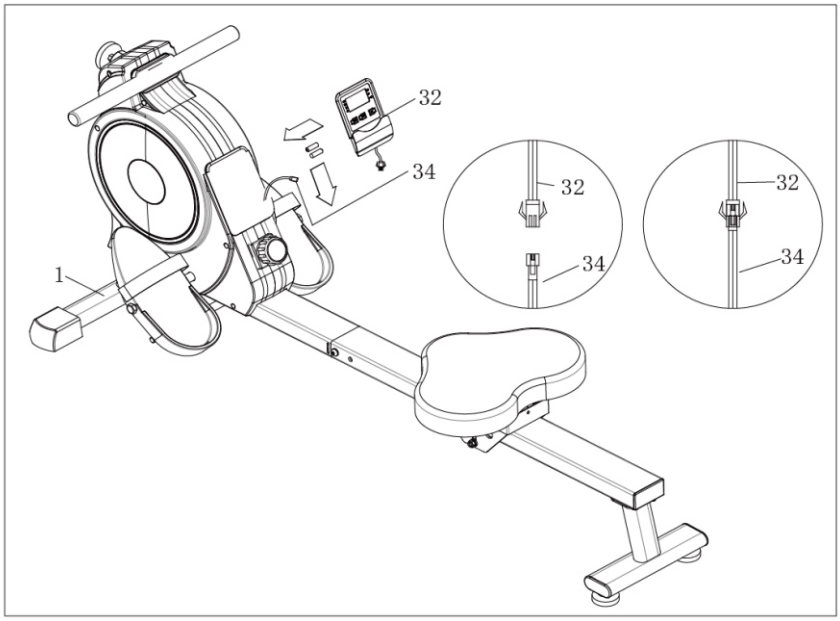
2. Non mischiare mai batterie vecchie e nuove.

3. Le batterie devono essere inserite secondo la polarità corretta.

4. Rimuovere le batterie quando l'unità non viene utilizzata a lungo.

5. I terminali della batteria non devono essere cortocircuitati.

6. Rispettare sempre le leggi e le normative locali.



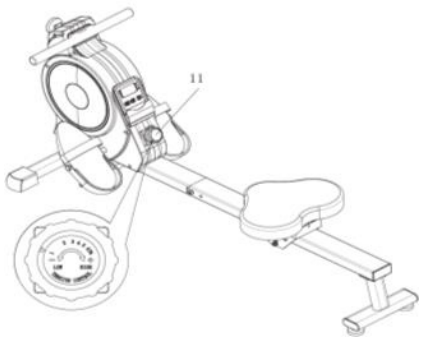
Passo 6:

1. Collegare il cavo centrale (34) al cavo del monitor (32), reinserire il monitor (32) nel telaio principale (1), quindi spingerlo verso il basso per posizionarlo correttamente.

Nota: Le due linguette superiori del cronometro elettronico (32) devono allinearsi con le due fessure superiori del supporto del monitor del telaio principale (1).

5. Guida alla regolazione

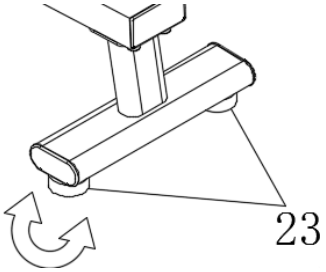
ATTENZIONE! Le parti mobili, come il sedile, possono schiacciare o tagliare. Mantenere le mani alla distanza dal binario scorrevole durante l'uso!



Uso del pomello:

Regolazione della resistenza:

Girare il pomello (11) in senso orario per aumentare la resistenza e in senso antiorario per ridurla.

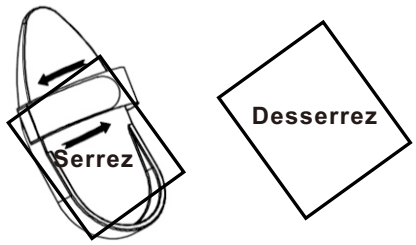


Regolazione dell'altezza:

Regolazione dell'equilibrio:

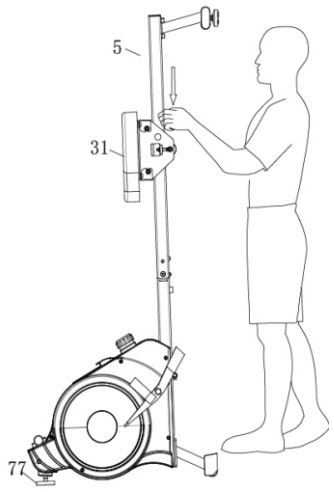
Se il prodotto risulta sbilanciato durante l'uso, è possibile equilibriarlo regolando il cuscinetto piatto (23).

Girare il cuscinetto piatto (23) in senso orario per aumentare l'altezza; girare in senso antiorario per ridurla



Metodo di regolazione della piattaforma pedale:

Istruzioni per la regolazione della cinta della piattaforma: La lunghezza della cinta può essere regolata in base alle dimensioni del piede, e la direzione della regolazione dell'elasticità è indicata a sinistra.



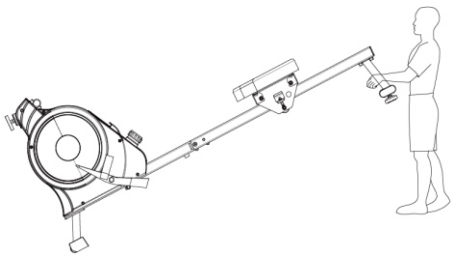
Posizionamento del prodotto:

Quando non in uso, è possibile risparmiare spazio posizionando il prodotto verticalmente. Il prodotto sarà supportato da un cuscinetto piatto (77) in contatto con il pavimento e può essere posizionato verticalmente.

Precauzioni per la sicurezza: Il cuscino del sedile (31) scivolerà verso il basso quando il binario scorrevole (5) è eretto.

AVVERTENZA!

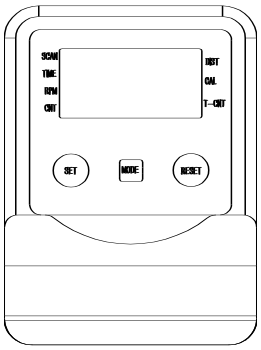
Quando si erge il prodotto, stare attenti alle dita per evitare che vengano schiacciate dal scivolamento della selle.



Funzione di trasporto:

Durante il trasporto, sollevare il tubo di supporto posteriore di 45 gradi verso l'avanti.

Istruzioni per l'uso del monitor



Funzione dei tasti:

MODE - Premere per selezionare la funzione. Tenere premuto per ripristinare tempo/numero/calorie.

SET - Impostare tempo/numero/calorie in modalità non-scan.

RESET - Premere questo tasto per cancellare il tempo/numero e le calorie impostati.

Instrucciones de operación de funciones:

1. Scan automatico SCAN:

Premere il tasto "MODE" fino a quando non viene visualizzato "SCAN". Il cronometro elettronico cambierà il contenuto visualizzato ogni 6 secondi nell'ordine seguente: Tempo, Numero di ripetizioni COUNT, Numero totale di ripetizioni T.COUNT, RPM e Calorie.

2. TIEMPO:

(1) Tempo dall'inizio alla fine dell'esercizio.

(2) Premere il tasto "MODE" fino a quando non viene visualizzato il tempo "TIME", e premere il tasto "SET" per impostare il tempo obiettivo di esercizio.

Quando il conto alla rovescia del tempo impostato raggiunge 0, si interromperà per circa 1 secondo e poi riprenderà il conteggio.

3. COUNT:

(1) Visualizzare il numero attuale di esercizi.

(2) Premere il tasto "MODE" fino a quando non viene visualizzato il numero di distanza, e premere il tasto "SET" per impostare il numero obiettivo di esercizi.

Quando il conto alla rovescia del numero impostato raggiunge 0, si manterrà per circa 1 secondo e poi riprenderà il conteggio.

4. T.COUNT :

Numero totale di esercizi depuis l'inserimento delle batterie.

5. DIST (Distanza):

Misurare la distanza percorsa dall'inizio alla fine del movimento.

6. CALORIE:

(1) Calcolare le calorie bruciate dall'inizio alla fine dell'esercizio.

(2) Premere il tasto "MODE" fino a quando non viene visualizzata la distanza "CAL", e premere il tasto "SET" per impostare il numero obiettivo di calorie bruciate.

Quando il conto alla rovescia delle calorie raggiunge 0, si manterrà per circa 1 secondo e poi riprenderà il conteggio positivo.

Descrizione:

1. Se non c'è visualizzazione o la visualizzazione è sfocata, sostituire la batteria.
2. Dopo 4 minuti di non uso, il cronometro elettronico si spegnerà automaticamente.
3. Riavviando il movimento o premendo un tasto, il cronometro elettronico si accenderà automaticamente.
4. Dopo l'inizio dell'esercizio, il contatore elettronico calcolerà automaticamente i dati dell'esercizio, e dopo 4 secondi di interruzione dell'esercizio, interromperà il calcolo dei dati dell'esercizio.

Descrizione dei parametri

Funzione	Scan automatico	Cambio dati ogni 6 secondi
	Tempo	00:00'~99:59'
	Count (Numero di ripetizioni)	0-9999
	Total count (Numero totale di ripetizioni)	0-9999
	Calorie	0.0~999.9 kcal
	Distanza	0-9999
Modello batteria		2 AAA or UM –4
Temperatura di funzionamento		0°C ~ +40°C
Temperatura di conservazione		-10°C ~ +60°C

Istruzioni per l'uso:

1. Risveglio/Sospensione del display

In modalità sospensione, premere un qualsiasi pulsante per riattivare il monitor. Se il monitor rimane inattivo per 4 minuti, si spegnerà automaticamente e entrerà in modalità sospensione.

2. Impostazioni delle funzioni

Per impostare un conto alla rovescia obiettivo per una funzione di allenamento, interrompere l'esercizio e assicurarsi che il monitor sia inattivo. Premere il pulsante MODE per far lampeggiare la funzione corrente. Usare il pulsante MODE per passare alla funzione desiderata (le funzioni che possono essere impostate sono tempo, distanza, calorie e bracciate). Quando la funzione desiderata lampeggia, usare i pulsanti UP o DOWN per aumentare o diminuire il valore. Una volta completate le impostazioni, è possibile iniziare l'allenamento verso il valore obiettivo. Ci sarà lampeggio e un allarme acustico per indicare quando il valore obiettivo è raggiunto.

3. Funzione Bluetooth

Questo monitor può connettersi a varie app mobili via Bluetooth. Le app specifiche con cui può connettersi sono designate dal produttore dell'attrezzatura fitness e devono seguire le loro indicazioni. Per connettere il Bluetooth, premere il pulsante Bluetooth. Il Bluetooth si attiverà e il display del monitor si spegnerà, consentendo la connessione a un'app mobile. Fare riferimento alle istruzioni d'uso dell'APP fornite separatamente dal produttore dell'attrezzatura fitness per i metodi di connessione per le diverse app.

Note:

1. Se il monitor mostra visualizzazioni anomale o va in crash, aprire il coperchio della batteria e rimuovere la batteria, quindi reinstallare la batteria.
2. Se il display del monitor diventa fioco o la funzione di frequenza cardiaca non funziona correttamente, aprire il coperchio della batteria e sostituire la batteria.
3. Specifiche della batteria: Batteria del monitor: R6 SIZE AAA 1.5Vx2 (due batterie al carbonio AAA).

Bluetooth / Funzione App

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

Per utilizzare l'app Kinomap, attivare il Bluetooth sul vogatore e sullo smartphone o tablet. Potrebbe essere necessario abilitare i servizi di localizzazione sullo smartphone o tablet per consentire una connessione tramite l'app.

Quando avvii l'app per la prima volta, ti verrà chiesto di registrarti. La registrazione è necessaria per usare l'app. Successivamente ti verrà chiesto di aggiungere un dispositivo.

Se non ti viene chiesto di aggiungere un dispositivo, tocca "More", "Device Management" e poi "+" nell'angolo in alto a destra. Tocca l'icona del vogatore. Poi seleziona "SENSORS - FTMS" dall'elenco.

Ora segui le istruzioni nell'app per aggiungere il vogatore all'app. Per ulteriori informazioni sull'uso dell'app, visita www.kinomap.com.

UK

If you have any questions, please contact our customer care centre.
Our contact details are below:

0044-800-240-4004

enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:
MH STAR UK Ltd
1 Northampton Cross Logistics Park
Northampton Cross Road
Northampton
NN4 9FH
MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.
Nuestros datos de contacto son los siguientes:

0034-931294512

atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:
Spanish Aosom, S.L.
C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de Balenyà, Spain.
B66295775
atencioncliente@aosom.es
TEL: 931294512
HECHO EN CHINA

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.
Nos coordonnées sont les suivantes:

0033-1-84166106

aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP:
MH France
2, rue Maurice Hartmann
92130 Issy-les-Moulineaux
France
FABRIQUÉ EN CHINE



DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.
Unsere Kontaktdaten stehen unten:

0049-0(40)-87408465

service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:
MH Handel GmbH
Wendenstraße 309
D-20537 Hamburg
Germany
IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.
I nostri dettagli di contatto sono di seguito:

0039-0249471447

clienti@aosom.it

IMPORTATO DA/Produttore/REP:
AOSOM Italy srl
Centro Direzionale Milanofiori
Strada 1 Palazzo F1
20057 Assago (MI)
P.I.: 08567220960
FATTO IN CINA

Aosom