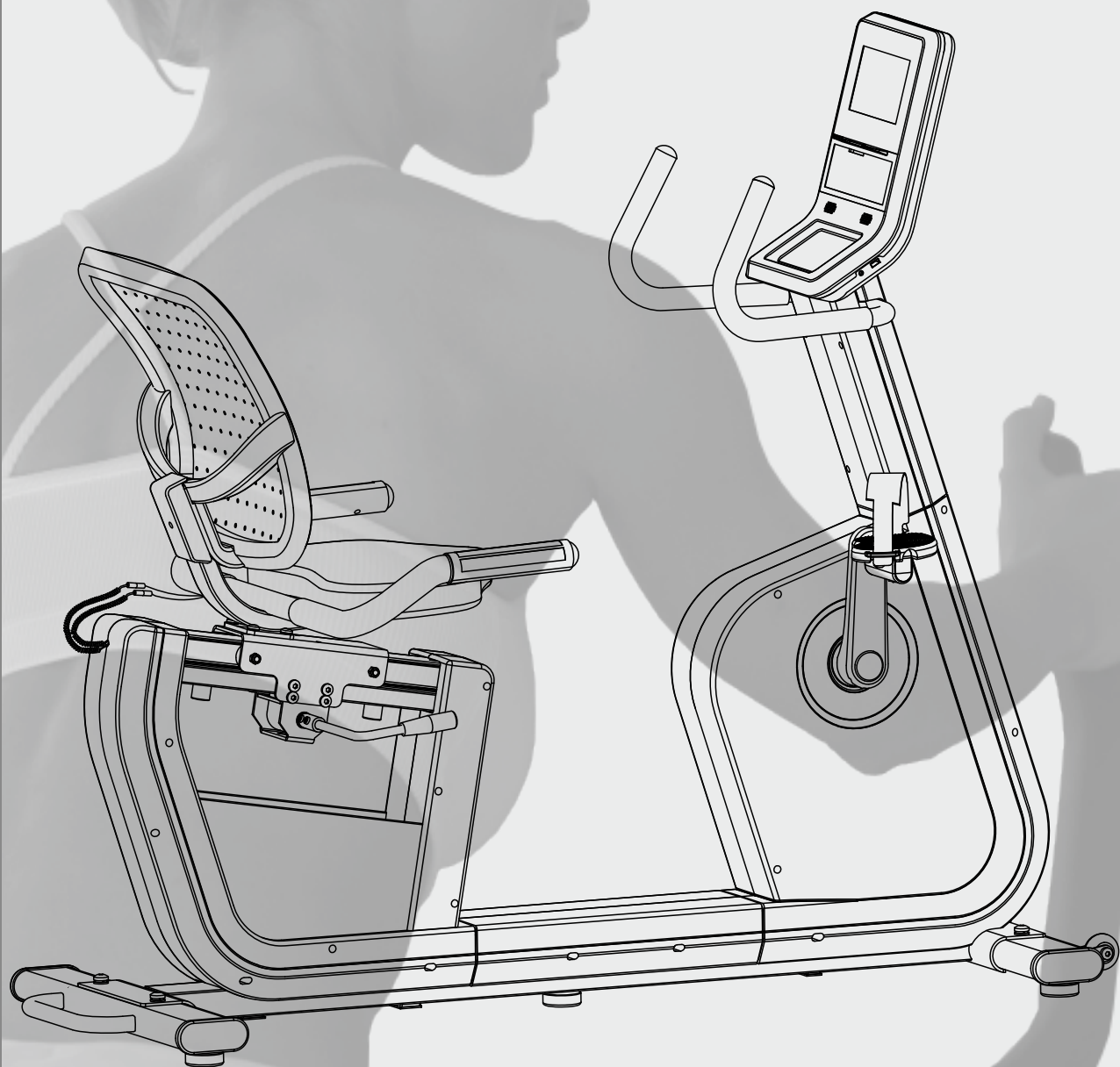


Bike

MAXXUS 6.2R



Index

Index	2
Sicherheitshinweise	3
Geräteübersicht	4
Lieferumfang	5
Montage	6 - 9
Netzadapter & Netzanschluss	9
Sattelleinstellung	10
Standort & Lagerung	11
Transport	11
Reinigung & Pflege	11
Cockpit	12 - 19
Herzfrequenzmessung	20
Warnhinweis zur Puls- und Herzfrequenzmessung	21
Pulsmessung über Handsensoren	21
Herzfrequenzmessung über Brustgurt	21
Trainingsempfehlungen	22 - 23
Technische Details	24
Entsorgung	24
FAQ - Häufig gestellte Fragen	25
Empfohlenes Zubehör	25
Explosionszeichnung	26
Teileliste	27
Gewährleistung	28
Garantiebedingungen - private Nutzung	29
Registrierung	30
Reparaturauftrag / Schadensmeldung	31

Bevor Sie mit dem Training beginnen, machen Sie sich bitte unbedingt mit der gesamten Bedienungsanleitung, insbesondere den Sicherheitsinformationen, den Wartungs- & Reinigungs- und Trainingsinformationen vertraut. Sorgen Sie auch dafür, dass jeder der dieses Trainingsgerät nutzt, ebenfalls mit diesen Informationen vertraut ist und diese beachtet.

Halten Sie unbedingt die Wartungs- und Sicherheitsanweisungen dieser Anleitung exakt ein.

Dieses Trainingsgerät darf ausschließlich für seinen bestimmten Einsatz genutzt werden. Eine zweckentfremdete Nutzung kann ein Risiko für mögliche Unfälle, Schäden der Gesundheit oder die Beschädigungen des Trainingsgerätes bewirken, für die seitens des Vertreibers keine Haftung übernommen wird.

Stromanschluss

- Es wird eine Netzspannung von 220-230V für den Trainingsbetrieb des Gerätes benötigt.
- Das Trainingsgerät darf nur mit dem im Lieferumfang enthaltenen Netzkabel an eine geerdete, mit 16 A einzeln abgesicherte und vom Fachmann installierte Steckdose angeschlossen werden.
- Trennen Sie den Netzstecker immer von der Steckdose wenn Sie den Standort des Trainingsgerätes verändern wollen.
- Vor der Durchführung von Reinigungs-, Wartungs- oder sonstigen Arbeiten trennen Sie den Netzstecker immer von der Steckdose.
- Verzichten Sie bei der Verbindung des Netzsteckers mit einer Steckdose auf Steckdosenleisten und Kabelrollen.
- Bei der Verwendung einer Kabelverlängerung, achten Sie unbedingt darauf, dass diese den Richtlinien und Bestimmungen des VDE entspricht.
- Verlegen Sie das Netzkabel immer so, das es weder beschädigt werden kann, noch eine Stolperfalle darstellt.
- Elektrische Geräte, wie z.B. Handy, PC, Fernseher (LCD, Plasma, Röhre, etc.), Spielkonsolen, etc. senden während deren Betrieb und im Stand-by-Modus elektromagnetische Strahlung aus. Halten Sie diese Geräte von Ihrem Trainingsgerät fern, da es zu Fehlfunktionen, Störungen und Falschangaben, insbesondere bei der Herzfrequenzmessung kommen kann.
- Aus Sicherheitsgründen trennen Sie das Netzkabel immer bei Nichtgebrauch des Gerätes von der Steckdose.

Trainingsumgebung

- Wählen Sie eine Stellfläche, die Ihnen auf allen Seiten des Trainingsgerätes optimalen Freiraum und größtmögliche Sicherheit bietet. Hierbei sollte die Sicherheitsfläche hinter dem Trainingsgerät mindestens 100 cm, seitlich zum Trainingsgerät mindestens 100 cm und vor dem Trainingsgerät 100 cm betragen.
- Achten Sie auf eine gute Belüftung und optimale Sauerstoffversorgung während des Trainings. Zugluft ist hierbei zu vermeiden.
- Ihr Trainingsgerät ist nicht für eine Nutzung im Freien geeignet, deshalb ist die Lagerung und das Training mit Ihrem Gerät nur innerhalb temperierter, trockener und sauberer Räume möglich.
- Der Temperaturbereich für Betrieb und Lagerung sollte zwischen mindestens 10° und maximal 30° Celsius liegen.
- Der Betrieb und die Lagerung Ihres Trainingsgerätes in Nassbereichen, wie z.B. Schwimmbädern, Saunen, etc. ist nicht möglich.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Trainingsgerät während des Betriebes und im Ruhezustand immer auf einem befestigten, ebenen und sauberen Untergrund steht. Unebenheiten im Untergrund müssen entfernt bzw. ausgeglichen werden.
- Um empfindliche Böden, wie Holz, Lamina, Fliesen, etc. zu schonen und vor Beschädigungen wie Kratzern zu schützen, empfiehlt es sich eine **MAXXUS® Bodenschutzmatte** dauerhaft unter das Gerät zu legen. Achten Sie darauf, dass die Unterlage gegen ein mögliches Verrutschen gesichert ist.
- Stellen Sie das Trainingsgerät nicht auf helle oder weiße Teppichböden oder Teppiche, da die Standfüße des Gerätes abfärben können.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Trainingsgerät inklusive des Netzkabels nicht mit heißen Gegenständen in Kontakt kommt und ein ausreichender Sicherheitsabstand zu sämtlichen Wärmequelle, wie z.B. Heizung, Öfen, offene Kamine, etc. eingehalten wird.

Persönliche Sicherheitshinweise für das Training

- Bei Nichtbenutzung des Trainingsgerät entfernen Sie das Netzkabel um so eine unsachgemäße bzw. unkontrollierte Nutzung von Dritten, wie z.B. Kindern zu verhindern.
- Sie sollten vor Beginn Ihres Trainings einen Gesundheitscheck bei Ihrem Arzt durchführen.
- Bei körperlichem Unwohlsein bzw. Atemproblemen beenden Sie das Training sofort.
- Beginnen Sie Ihr Trainingseinheiten immer mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese im Verlauf Ihres Trainings gleichmäßig und schonend. Reduzieren Sie gegen Ende Ihrer Trainingseinheit die Belastung wieder.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings geeignete Sportbekleidung und Sportschuhe tragen. Beachten Sie, dass weite Kleidungsstücke sich während des Trainings im Laufgurt oder den Laufrollen verfangen kann.
- Ihr Trainingsgerät kann ausschließlich nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
- Prüfen Sie vor jedem Training, ob sich Ihr Gerät in einem einwandfreien Zustand befindet. Benutzen Sie Ihr Trainingsgerät niemals, wenn es Fehler oder Defekte aufweist.
- Selbständige Reparaturarbeiten können nur nach Absprache und Genehmigung durch unserer Serviceabteilung und ausgeführt werden. Hierbei dürfen nur Original-Ersatzteile verwendet werden.
- Ihr Trainingsgerät muss nach jeder Nutzung gereinigt werden. Entfernen Sie insbesondere sämtliche Verunreinigungen, die durch Körperschweiß oder andere Flüssigkeiten hervorgerufen wurden.
- Achten Sie immer darauf, dass Flüssigkeiten (Getränke, Körperschweiß, etc.) in keinem Fall in die Vibrationsplatte bzw. in das Cockpit eindringen kann, da dies zu Korrosionen und Beschädigung der mechanischen und elektronischen Bauteile führen kann.
- Ihr Trainingsgerät ist für die Nutzung durch Kinder nicht geeignet.
- Während des Trainings müssen Dritte - insbesondere Kinder und Tiere - einen ausreichenden Sicherheitsabstand einhalten.
- Prüfen Sie vor jedem Training ob sich Gegenstände unter Ihrem Trainingsgerät befinden und entfernen Sie diese in jedem Fall. Trainieren Sie niemals mit Ihrem Trainingsgerät, wenn sich Gegenstände darunter befinden.
- Achten Sie immer darauf, dass Ihr Trainingsgerät nicht von Kindern als Spielzeug oder Klettergerät zweckentfremdet wird.
- Achten Sie darauf, dass Sie und Dritte niemals Körperteile in die Nähe von beweglichen Mechanismen bringen.

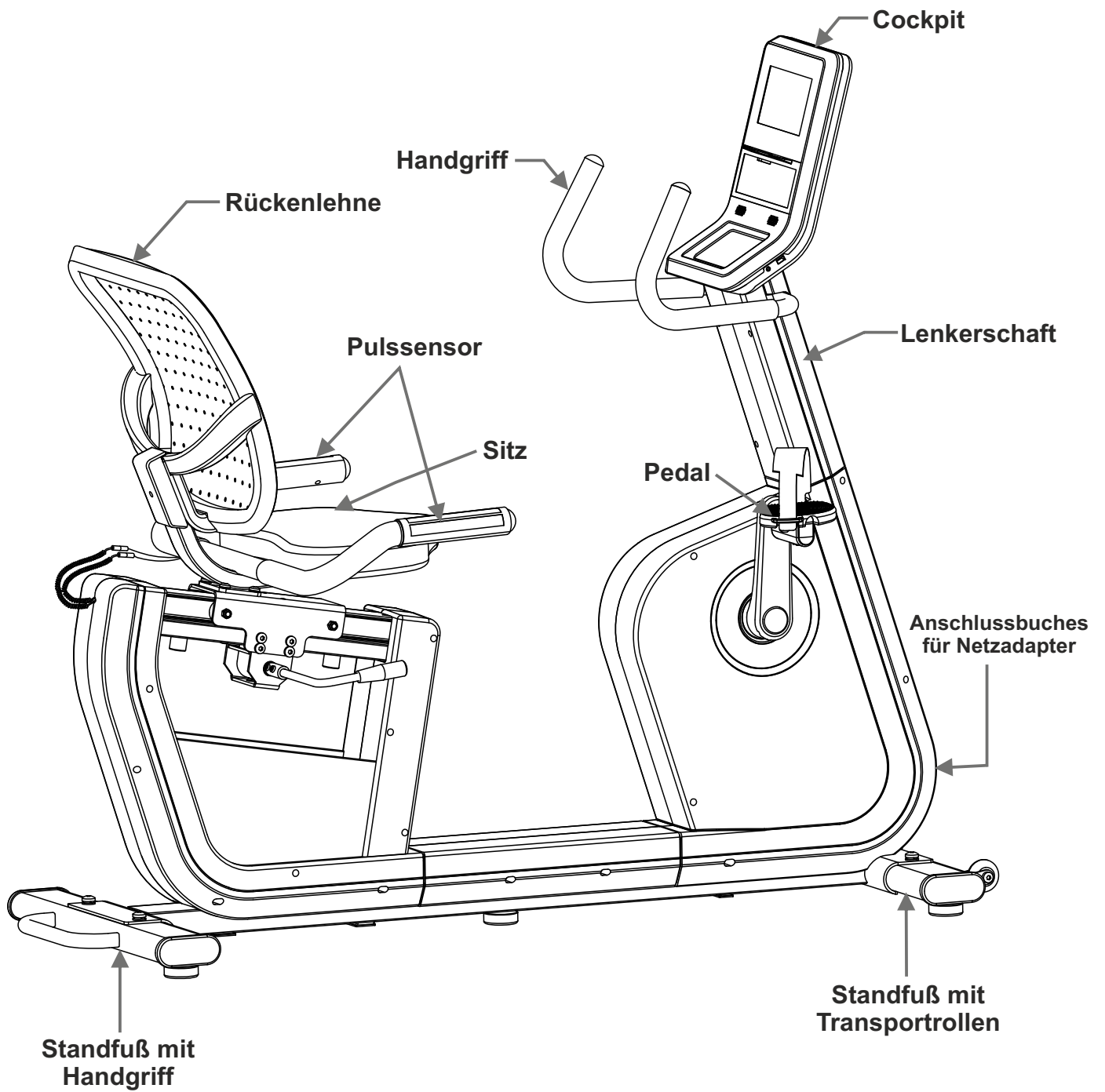
Die Konstruktion dieses Trainingsgerätes beruht auf dem aktuellsten technischen und sicherheitstechnischen Stand.

Dieses Trainingsgerät sollte ausschließlich von erwachsenen Personen genutzt werden!

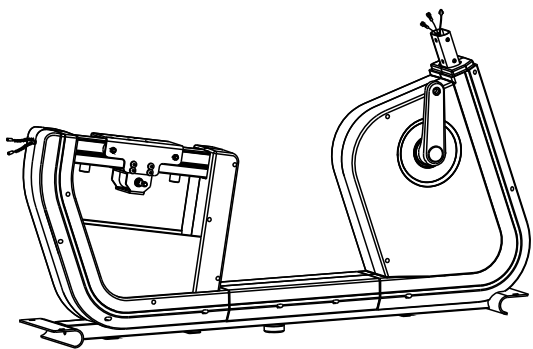
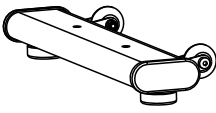
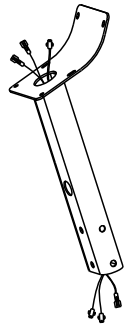
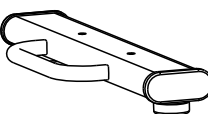
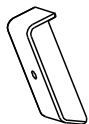
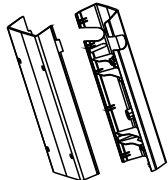
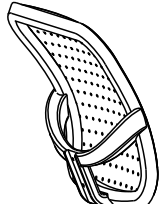

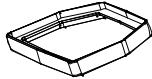
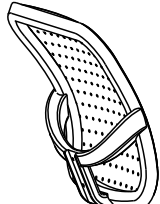

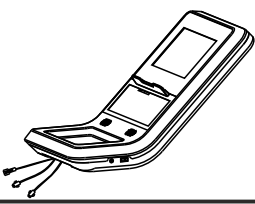


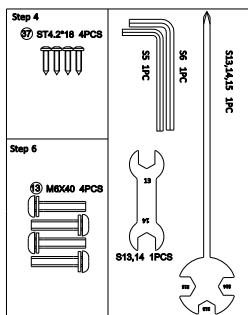
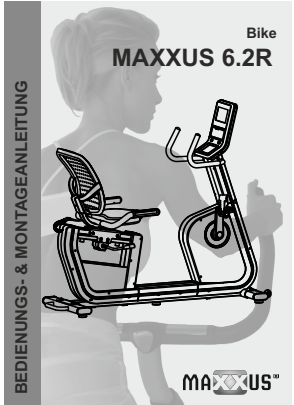
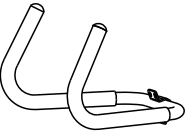
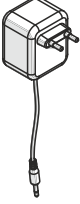
Extremes, falsches und/oder ungeplantes Training kann zu Gesundheitsschäden führen!

Dieses Trainingsgerät ist für den nichttherapeutischen Einsatz geeignet.

Geräteübersicht



Lieferumfang

			
		Standrohr, vorne (5)	
Basisrahmen, (1)			
			
Verkleidung f. Lenkerschaft (24a/b)			Verkleidung f. Rückenlehne
			
Distanzring (51)			Sitz(4)
			
Sitzrahme (4)	Handhebel (8)		
		Schraubenset	Anleitung
Handgriff (3)	Netzadapter (47)		

Montage

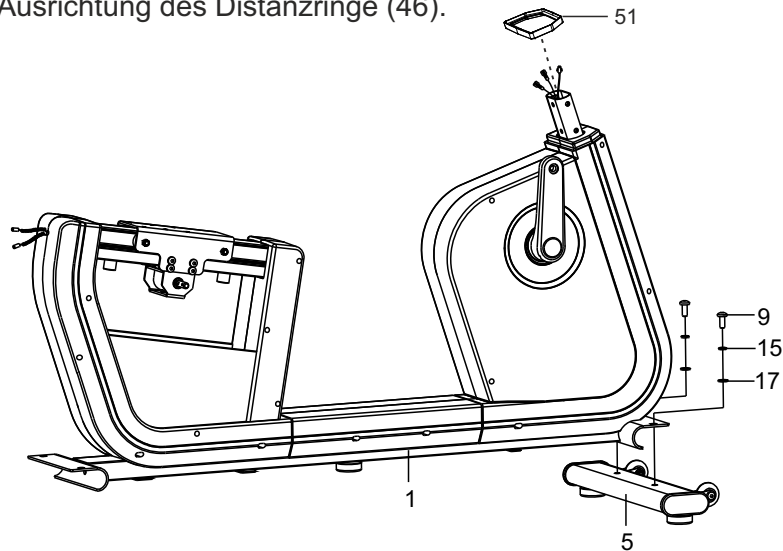
Packen Sie alle Teile des Lieferumfanges vorsichtig aus. Greifen Sie hierbei unbedingt auf die Hilfe einer zweiten Person zurück, da einige Bauteile Ihres Trainingsgerätes sperrig und schwer sind. Überprüfen Sie vor den einzelnen Montageschritten die Vollständigkeit des Befestigungsmaterials (Schrauben, Muttern, etc.) und der Bauteile.

Führen Sie die Montage sorgsam aus, da Beschädigungen bzw. Mängel, die aufgrund von Montagefehlern entstanden sind, in **keinem** Fall durch die Gewährleistung bzw. Garantie abgedeckt werden. Lesen Sie deshalb die Anleitung vor der Montage genau durch, halten Sie die Abfolge der Montageschritte exakt ein und befolgen Sie die Anweisungen der einzelnen Montageschritte. Achten Sie insbesondere während der Montage auf Ihre persönliche Sicherheit. Tragen Sie geeignete Arbeitshandschuhe, lassen Sie sich bei schweren und sperrigen Bauteilen von einer zweiten Person helfen und sichern Sie beweglichen Bauteilen so ab, dass während der Montage keine Körperteile einklemmt werden können.

Die Montage des Trainingsgerätes muss gewissenhaft von erwachsenen Personen durchgeführt werden. Führen Sie die Montage Ihres Trainingsgerät an einem Ort aus, der eben, sauber und frei von, bei der Montage behindernden Gegenständen ist. Führen Sie die Montage mit 2 Personen aus. Erst nach vollständig beendeter Montage Ihres Trainingsgerätes kann mit dem Training begonnen werden.

Schritt 1.1: Montage des vorderen Standrohres

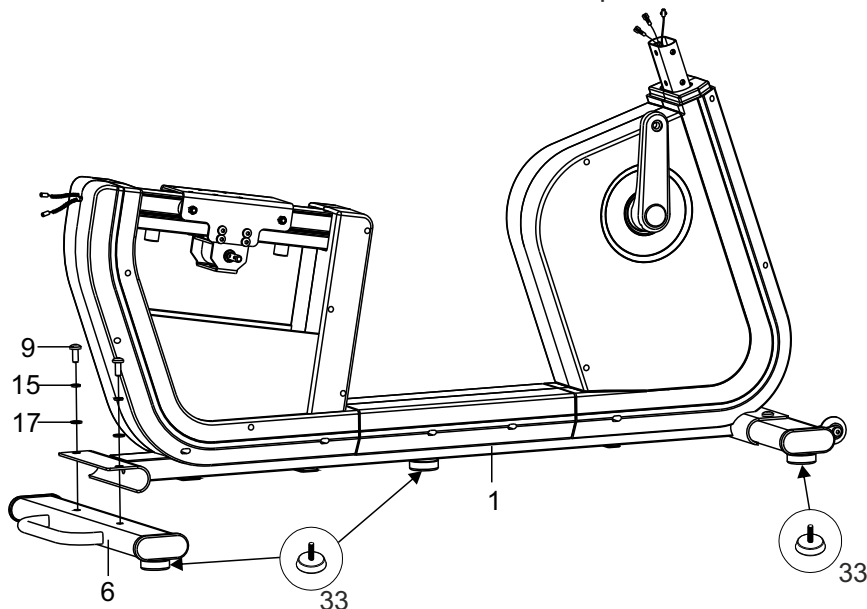
Befestigen Sie das vordere Standrohr mit Transportrollen (5) mit je zwei Innensechskantschrauben M10x25 (9), zwei Federscheiben Ø10 (15) und zwei Unterlegscheiben Ø10 (17) an der vorderen Aufnahme des Basisrahmens (1). Setzen Sie dann den Distanzring (51) auf der vorderen Aufnahme des Basisrahmens ein. Achten Sie hierbei auf die korrekte Ausrichtung des Distanzringe (46).



Schritt 1.2: Montage des hinteren Standrohres

Befestigen Sie das hintere Standrohr mit Handgriff (6) mit je zwei Innensechskantschrauben M10x25 (9), zwei Federscheiben Ø10 (15) und zwei Unterlegscheiben Ø10 (17) an der hinteren Aufnahme des Basisrahmens (1).

Justieren Sie die Standfüße (33) so, dass das Trainingsgerät eben und sicher steht. Drehen Sie hierzu die Standfüße bis zum Anschlag ein und drehen Sie diese dann, je nach Bedarf, soweit Richtung Untergrund bis beide festen Bodenkontakt haben. Ob das Gerät eben steht überprüfen Sie am Besten mit einer Wasserwaage.



Montage

Schritt 2: Montage des Lenkerschaftes

Verbinden Sie das Cockpitkabel (38) und die Kabel der Handpulsmessung (45), die aus der Lenkerschaftsaufnahme des Basisrahmens (1) ragen mit den entsprechenden Kabeln (43 und 46), die aus der unteren Öffnung des Lenkerschafts (2) ragen.

Hinweis: Bei den Kabel der Handpulsmessung (45) und (46) spielt die Reihenfolge der Verbindung keine Rolle, da die Anschlüsse identisch sind.

Setzen Sie den Lenkerschaft (2) in die Aufnahme des Basisrahmens (1) ein.

Befestigen Sie diesen dann rechts und links mit je zwei Innensechskantschrauben M8x16 (11),

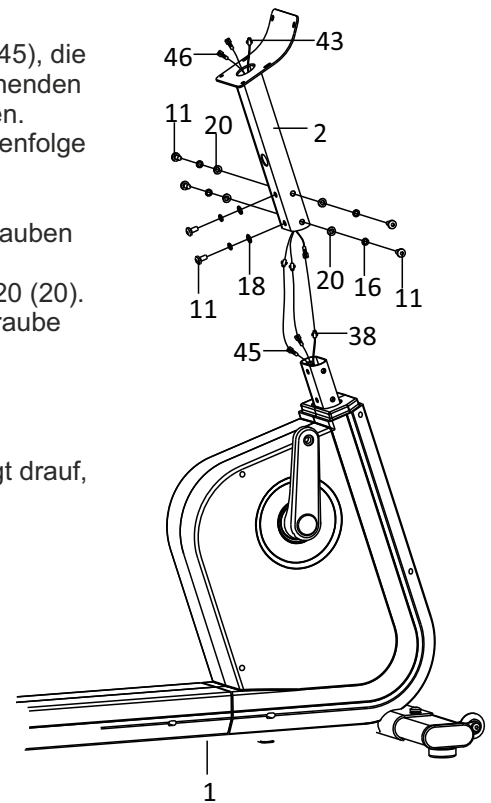
zwei Federscheiben Ø8 (16) und zwei gebogenen Unterlegscheiben Ø8xØ20 (20).

Von vorne befestigen Sie den Lenkerschaft (2) mit zwei Innensechskantschrauben M8x16 (11),

zwei Federscheiben Ø8 (16) und zwei Unterlegscheiben Ø8 (18).

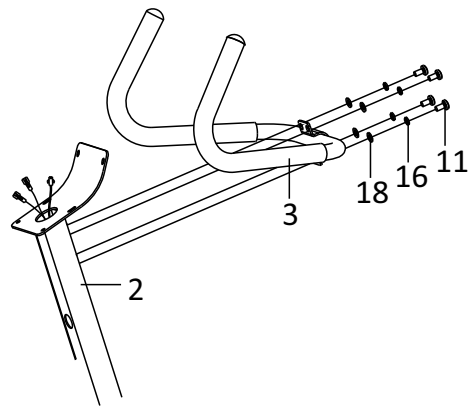
ACHTUNG:

Achten Sie beim Einsetzen und Befestigen des Lenkerschaftes (2) unbedingt drauf, dass Sie die Kabel nicht quetschen oder beschädigen.



Schritt 3: Montage des Lenkerschaftsabdeckung

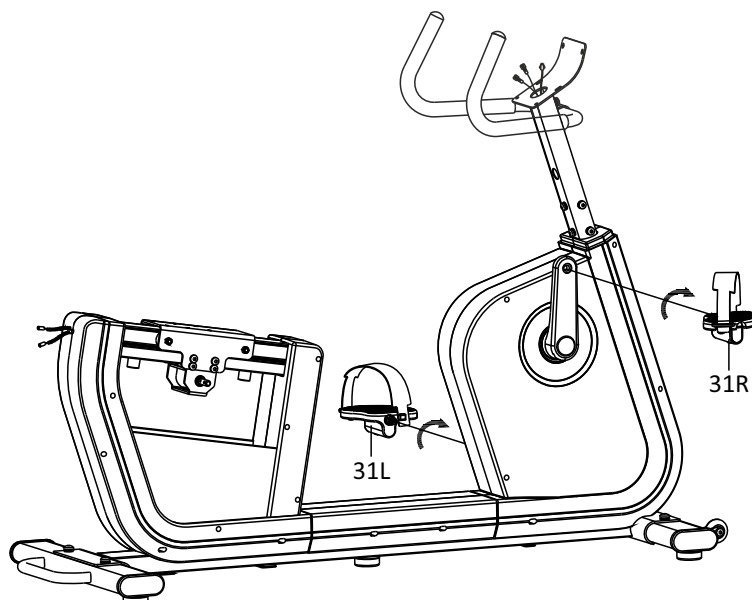
Setzen Sie die vordere und die hintere Lenkerschaftsabdeckung (20a-vorne/20b-hinten) am Lenkerschaft ein. Befestigen Sie die vordere Abdeckung (20a) mit sechs und die hintere Abdeckung (20b) mit zwei Blechschrauben (35).



Schritt 4: Montage der Pedale

Setzen Sie das Gewinde der rechten Pedal (31R) in die Aufnahme des rechten Pedalarms ein und schrauben Sie diese **im** Uhrzeigersinn fest.

Setzen Sie dann das Gewinde der linken Pedal (31L) in die Aufnahme des linken Pedalarms ein und schrauben Sie diese **gegen** den Uhrzeigersinn fest.

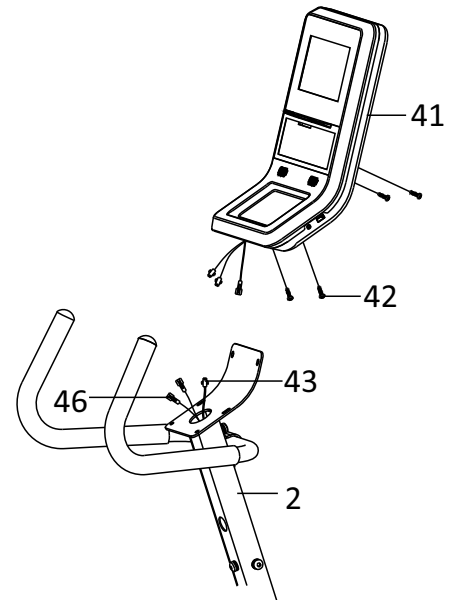


Schritt 5: Montage des Cockpit

Verbinden Sie die beiden Anschlusskabel des Handpulses (46) die aus dem Lenkerschaft (2) ragen mit den entsprechenden Kabeln, die aus dem Cockpit (41) ragen. Verbinden Sie dann das Cockpitkabel (43), das aus dem Lenkerschaft (2) ragt, mit dem entsprechenden Kabel, das aus dem Cockpit (41) ragt.

Befestigen Sie nun das Cockpit (41) mit vier Linsenkopfschrauben M5x10 (42) am Cockpithalter des Lenkerschaftes.

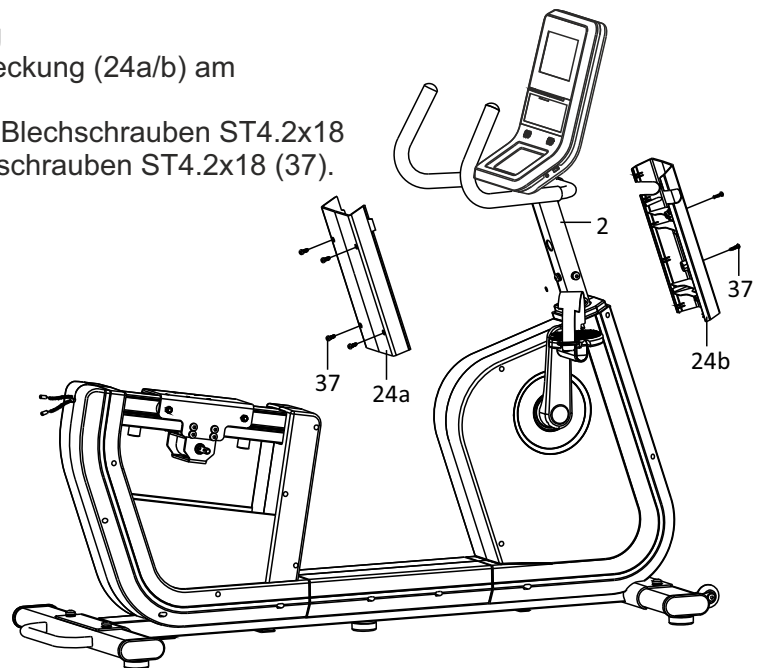
ACHTUNG: Achten Sie beim Einsetzen und Befestigen des Cockpits (41) unbedingt drauf, dass Sie die Kabel nicht quetschen oder beschädigen.



Schritt 6: Montage der Lenkerschafts-Abdeckung

Setzen Sie die vordere und hintere Lenkerschaftsabdeckung (24a/b) am Lenkerschaft ein.

Befestigen Sie die vordere Abdeckung (24a) mit vier Blechschrauben ST4.2x18 (37) und die hintere Abdeckung (24b) mit zwei Blechschrauben ST4.2x18 (37).

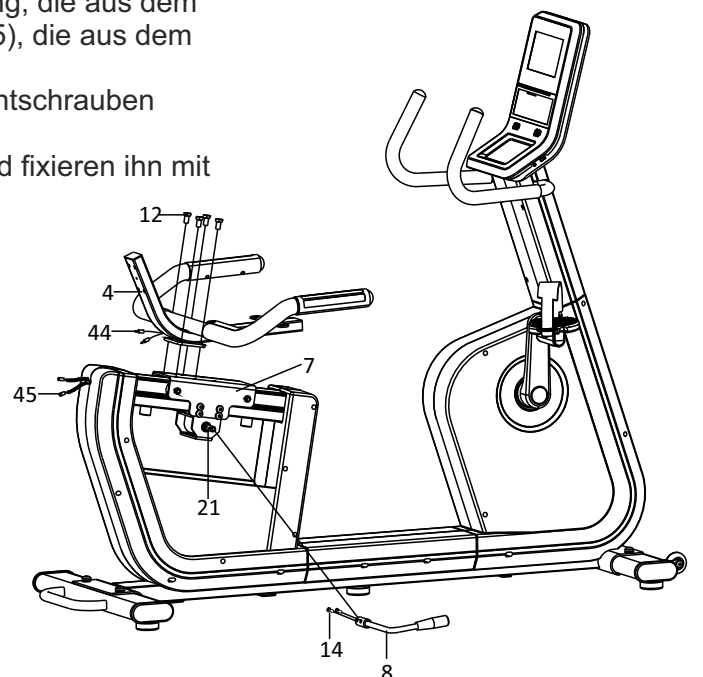


Schritt 7: Montage des Sitzrahmens

Verbinden Sie die beiden Kabel (44) der Handpulsmessung, die aus dem Sitzrahmen (4) ragen, mit den entsprechenden Kabeln (45), die aus dem Basisrahmen (1) ragen.

Befestigen Sie dann den Sitzrahmen (4) mit vier Sechskantschrauben M8x12 (12) am Gleitschlitten (7).

Setzen Sie nun den Handhebel auf den Halter (21) ein und fixieren ihn mit zwei Innensechskantschrauben M6x10 (14).

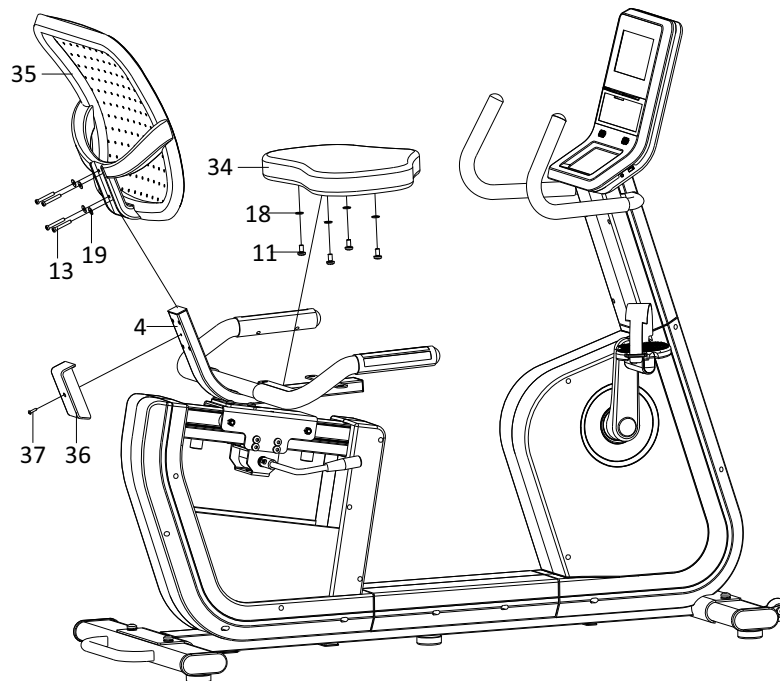


Montage

Schritt 8: Montage des Sitzes & der Rückenlehne

Befestigen Sie den Sitz (34) mit vier Innensechskantschrauben M8x16 (11) und vier Unterlegscheiben Ø8 (18). Montieren Sie dann die Rückenlehne (35) mit vier Innensechskantschrauben M6x40 (13) und vier Unterlegscheiben Ø6 (19) an den Sitzrahmen (4).

Setzen Sie nun die Abdeckung der Rückenlehne (36) am Sitzrahmen (4) ein und befestigen Sie diese mit einer Blechschraube ST4.2x18 (37).



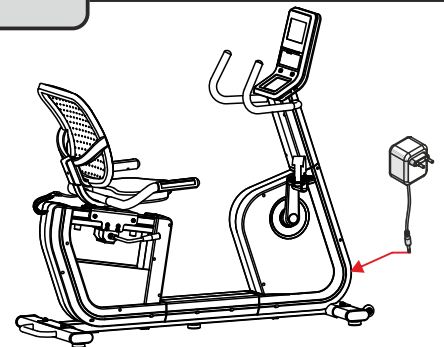
Netzadapter & Netzanschluss

Netzadapter

Stecken Sie das Anschlusskabel des im Lieferumfang enthaltenen Netzadapters in die, sich an der Vorderseite des Hauptgehäuses befindliche Anschlussbuchse ein. Verbinden Sie dann den Netzadapter mit einer Steckdose.

▲ ACHTUNG

Das Gerät darf nur an eine, vom Fachmann installierte und geerdete Steckdosen angeschlossen werden. Verwenden Sie zum Anschluss des Trainingsgerätes keine Mehrfachsteckdosen. Wenn Sie ein Verlängerungskabel einsetzen, so muss dies den Richtlinien des VDE entsprechen.



Anschließen des Gerätes

▲ ACHTUNG:

Bevor Sie den Netzadapter an das Gerät anschließen prüfen Sie unbedingt jedes Mal, dass es sich um den im Lieferumfang des Gerätes enthaltenen Netzadapter handelt. Bei der Verwendung eines anderen Netzadapters kann es zu Beschädigungen der elektronischen Bauteile des Gerätes kommen, für die der Hersteller keine Haftung übernehmen kann. Verbinden Sie immer zuerst das Netzkabel mit dem Trainingsgerät, bevor Sie es mit einer Steckdose verbinden. Wenn Sie Ihr Trainingsgerät vom Stromnetz trennen wollen, ziehen Sie immer zuerst das Netzkabel aus der Steckdose.

Einschalten des Gerätes

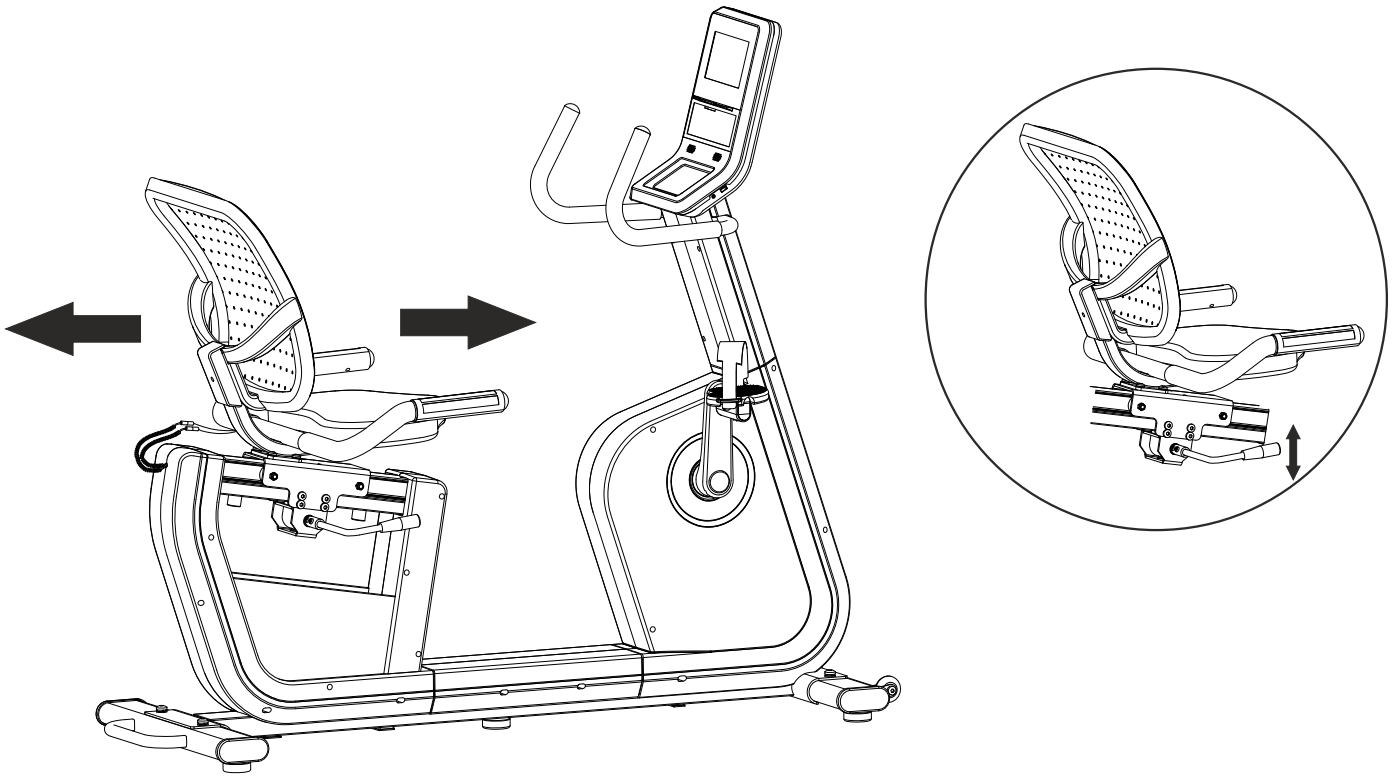
Verbinden Sie das Netzkabel zuerst mit dem Trainingsgerät und dann mit der Steckdose. Nun schaltet sich das Cockpit automatisch ein. Sollte das Trainingsgerät bereits mit dem Stromnetz verbunden sein, sich das Cockpit aber im Stand-By-Modus befinden, so aktivieren Sie das Cockpit durch Drücken einer beliebigen Taste oder durch das Bewegen der Pedale.

Ausschalten des Gerätes

Bei einer Inaktivität von mehr als 4 Minuten schaltet das Cockpit automatisch in den Stand-By-Modus. Sobald Sie Ihr Training beendet haben sollten Sie in jedem Fall das Trainingsgerät vom Stromnetz trennen. Ziehen Sie hierzu immer zuerst das Netzkabel aus der Steckdose und entfernen Sie dann den Netzstecker.

Längsrichtung des Sitzes

Die Längsrichtung des Sitzes wird über den Handhebel, der sich rechts unterhalb des Sitzes befindet reguliert. Zur individuellen Einstellung der optimalen Sitzposition, setzen Sie sich auf den Sitz, drücken den Handhebel herunter und drücken sich mit den Füßen gegen die Pedale nach hinten, oder ziehen sich nach vorne. Wenn Sie die optimale Sitzposition eingestellt haben, ziehen Sie den Handhebel wieder nach oben um den Sitz zu arretieren.



So finden Sie die optimale Sitzposition:

Stellen Sie sicher, dass Sie die Schuhe tragen, die Sie auch während des Trainings tragen möchten. Ideal hierfür sind bequeme Lauf- oder Sportschuhe.

Stellen Sie die Pedalposition so ein, dass der rechte Pedalarm waagrecht nach vorne weist, sich die rechte Pedale also am vom Benutzer entferntesten Punkt ihres Bewegungsradius befindet.

Setzen Sie sich nun auf den Sitz und stellen Sie die Ferse Ihres rechten Fußes auf die rechte Pedale. Nun sollte Ihr Bein fast komplett durchgestreckt sein. Sollte dies nicht der Fall sein, verändern Sie die Sattelhöhe so lange bis Ihr rechtes Bein in dieser Position fast komplett durchgestreckt ist.

Stellen Sie nun den Fußballen auf die Pedale. Jetzt sollte Ihr Bein leicht angewinkelt sein. Dies ist die ideale Trainingsposition.

⚠ ACHTUNG:

Trainieren Sie niemals mit einer Sitzposition, bei der Ihre Beine an der entferntesten Position der Pedale komplett durchgestreckt sind.

Standort & Lagerung

Standort & Lagerung

Dieses Trainingsgerät wurde für die ausschließliche Nutzung in trockenen, wohltemperierten Innenbereichen konzipiert. Die Nutzung bzw. die Lagerung in Feucht- bzw. Nassbereichen, wie Sauna, Schwimmbad, etc. und in Freibereichen, wie Balkon, Terrasse, Garten, Garage, etc. ist ausgeschlossen.

An diesen Standorte kann es aufgrund der dort meist herrschenden hohen Luftfeuchtigkeit und niedrigen Temperaturen zu Defekten an der Elektronik, Korrosion und Rost kommen. Für Beschädigungen dieser Art bestehen keinerlei Gewährleistungsansprüche.

Als Stand- und/oder Lagerort Ihres Trainingsgerätes wählen Sie bitte eine trockene, ebene und wohltemperierte Trainings- bzw. Lagerfläche. Achten Sie in Ihrem eigenen Sinne auch darauf, dass der Trainingsort während des Trainings ausreichend belüftet ist, um eine optimale Sauerstoffversorgung zu ermöglichen.

Bevor Sie Ihr Trainingsgerät nach längerem Nichtgebrauch wieder in Betrieb nehmen, vergewissern Sie sich unbedingt zuvor ob alle Befestigungsteile fest und sicher sitzen.

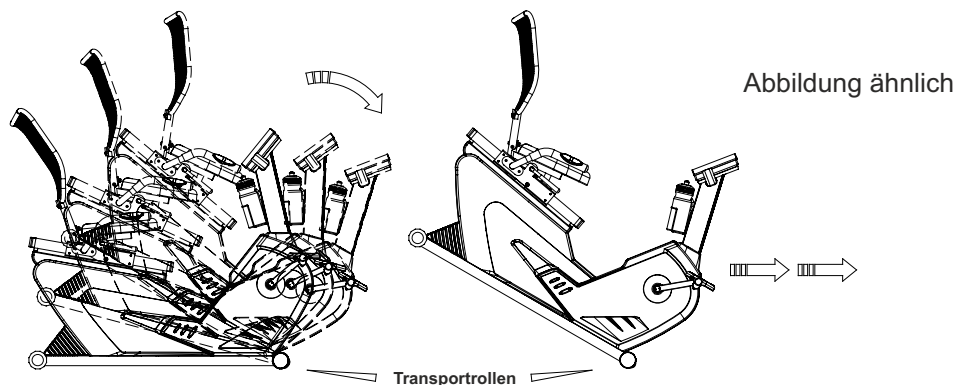
Transport

Transport

Um Ihr Trainingsgerät einfach und sicher transportieren zu können, ist das vordere Standrohr mit Transportrollen und das hintere Standrohr mit einem Handgriff ausgestattet.

Um das Trainingsgerät zu transportieren, stellen Sie sich hinter das Gerät und greifen mit beiden Händen den Handgriff. Heben Sie nun das Trainingsgerät, soweit an, dass das vordere Standrohr keinen Bodenkontakt mehr hat und das Hauptgewicht des Trainingsgerätes auf den Transportrollen liegt.

Nun können Sie das Trainingsgerät über die Transportrollen einfach an die gewünschte Position ziehen oder schieben. Achten Sie beim Anheben, Transportieren und Absetzen immer darauf, dass Sie einen festen und sicheren Stand haben.



Pflege, Reinigung & Wartung

⚠ ACHTUNG

Bevor Sie mit Reinigungs-, Wartungs- und/oder Reparaturarbeiten beginnen, muss das Trainingsgerät komplett vom Stromnetz getrennt sein. Dies ist erst dann der Fall, wenn das Netzkabel von der Steckdose und dem Trainingsgerät getrennt wurde. Ziehen Sie daher zuerst den Netzstecker aus der Steckdose und trennen Sie dann das Netzkabel vom Trainingsgerät. Das Netzkabel darf erst dann wieder an das Trainingsgerät und das Stromnetz angeschlossen werden, wenn alle Arbeiten vollständig beendet wurden und der einwandfreie Trainingszustand des Gerätes wieder hergestellt wurde.

Reinigung

Reinigen Sie Ihr Trainingsgerät nach jeder Trainingseinheit. Benutzen Sie hierzu ein feuchtes Tuch und Seife. Verwenden Sie auf keinen Fall Lösungsmittel.

Das regelmäßige Reinigen trägt maßgeblich zum Erhalt und Langlebigkeit Ihres Trainingsgerätes bei. Beschädigungen, die durch Körperschweiß oder andere Flüssigkeiten entstanden sind, werden in **keinem Fall** durch die Gewährleistung abgedeckt. Achten Sie auch während des Trainings darauf, dass keine Flüssigkeit in das Trainingsgerät oder den Computer eindringen kann.

Wartung

Da in Ihrem Trainingsgerät nur geschlossene Lager verwendet wurden, ist eine Schmierung der Lager nicht erforderlich.

Überprüfung des Befestigungsmaterials

Prüfen Sie mindestens 1x im Monat den festen Sitz der Schrauben und Muttern. Ziehen Sie diese, falls nötig, wieder fest an.

Überprüfung der Bauteile

Überprüfen Sie vor jedem Training den sicheren Sitz von Sattel, Sattelrohr, Lenker und Pedale.

⚠ **ACHTUNG:** Trainieren Sie niemals, wenn ein oder mehrere dieser Bauteile lose sind.

Cockpit



Das Cockpit informiert über folgende Trainingswerte:

- Fenster TIME** Dieser Wert zeigt die bisher absolvierte Trainingszeit des aktuellen Trainings von 0:00 bis maximal 99:59 Minuten an.
- Fenster SPEED** Anzeige der Geschwindigkeit in km/h.
Im Programm „Körperfettmessung“ wird hier das Ergebnis für Körperfettanteil in % angezeigt.
- Fenster DISTANCE** Dieser Wert zeigt die bisher absolvierte Trainingsstrecke des aktuellen Trainings von 0,0 bis maximal 99,99 Kilometern an.
- Fenster PULSE** Dieser Wert zeigt bei Verwendung der Handpulssensoren die aktuelle Pulsfrequenz an.
Bei der Verwendung eines Sende-Brustgurtes (nicht im Lieferumfang enthalten) wird die aktuelle Herzfrequenzfrequenz angezeigt.
- Fenster CALORIES** Dieser Wert zeigt den bisher verbrauchten Kalorien des aktuellen Trainings von 0 bis maximal 999 Kalorien an*.
Im Programm „Körperfettmessung“ wird hier das Ergebnis für die basale Stoffwechselrate (BMR) angezeigt.
- Fenster WATT** Anzeige der aktuell erbrachten Leistung in Watt**.
- Fenster Level** Anzeige der aktuelle Bremsstufe von Level 1 bis 24
- Fenster RPM** Anzeige der Trittgeschwindigkeit/Radumdrehung pro Minute.
Im Programm „Körperfettmessung“ wird hier das Ergebnis für den Körpermasse-Index (BMI) angezeigt.
- Fenster PACE** Anzeige der benötigten Zeit für einen Kilometer basierend auf der aktuellen Geschwindigkeit.
- Profil-Matrix** Grafische Darstellung des aktuellen Programmverlaufs.

*Hinweis zur Kalorienmessung

Die Berechnung des Energieverbrauchs erfolgt mittels einer allgemeinen Formel. Es ist nicht möglich einen individuellen Energieverbrauch exakt zu ermitteln, da hierzu eine Vielzahl persönlicher Daten benötigt werden. Es handelt es sich bei dem angezeigten Energieverbrauch um einen angenäherten und nicht um einen exakten Wert.

**Hinweis zur Wattanzeige

Die Wattanzeige ist nicht geeicht.

Tastatur

RECOVERY	Taste zur Messung des Erholungspulses
▲/▼	Während des Trainings: Tasten zur Erhöhung bzw. Reduzierung der aktuell gewählten Bremsstufe Während der Programmierung: - Auswahl von Programmen - Vorgabe von Werten
ENTER	Taste zur Bestätigung von Eingaben
START/STOP	START-Funktion: Durch Drücken dieser Taste wird das gewählte Training gestartet. Wenn das Training unterbrochen wurde (Pausefunktion) wird es durch erneutes Drücken dieser Taste wieder aufgenommen. PAUSE-Funktion: Durch Drücken dieser Taste während des Trainings wird das aktuelle Training angehalten. RESET-Funktion: Wird die Taste im Pause bzw. Stopp-Modus konstant für mehr als 3 Sekunden gedrückt, so werden automatisch alle Werte auf Null zurückgesetzt.

Einschalten des Gerätes

Befindet sich das Gerät im Standby-Modus (Gerät ist mit Stromquelle verbunden, Cockpit ist ausgeschaltet) schalten Sie es ein indem Sie entweder mit der Tretbewegung beginnen oder eine Taste des Cockpits drücken. Ist das Gerät nicht mit einer Stromquelle verbunden, schaltet sich das Cockpit automatisch ein, sobald der Netzadapter sowohl mit dem Gerät als auch mit einer Steckdose verbunden wurde.

Ausschalten des Gerätes

Nachdem die Tretbewegung beendet wurde schaltet sich das Cockpit nach ca. 4 Minuten selbstständig ab. Nun befindet sich das Trainingsgerät im Standby-Modus. Bitte beachten Sie, das Geräte im Standby-Modus immer eine minimale Strommenge verbrauchen. Daher empfehlen wir, dass Sie Ihr Trainingsgerät immer vom Stromnetz trenne, wenn Sie es nicht benutzen.

Quick-Start-Funktion

Drücken Sie, nachdem sich das Cockpit eingeschaltet hat, die START/STOP-Taste. Die Trainingszeit beginnt automatisch zu laufen und Sie können mit dem Training direkt beginnen. Das Training beginnt mit der voreingestellten Bremsstufe 9. Mit den ▲/▼ Tasten geben Sie die gewünschte Bremsstufe von 1 bis 20 ein und können diese auch während des Trainings jederzeit verändern. Da bei diesem Programm keine Zielwerte vorgegeben werden können, muss das Training vom Benutzer selbstständig beendet werden.

Manuelles Training (MANUAL)

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Unterhalb der Profilmatrix leuchtet „MANUAL“. Drücken Sie die ENTER-Taste. Sollte „MANUAL“ nicht beleuchtet sein, sondern „PROGRAM“, „WATT“, „HRC“ oder „USER“. So drücken Sie die ▲/▼ Tasten bis „MANUAL“ beleuchtet ist und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALORIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG: Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 3: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen. Das Training beginnt mit der voreingestellten Bremsstufe 9. Mit den ▲/▼ Tasten können Sie während des Trainings die Belastungsstufe von Level 1 bis 24 wählen und verändern. Das Training endet automatisch mit Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.

Trainingsprofile (P1-P10)

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Trainingsprofil (P1-P10) aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor.

Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor.

Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALORIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor.

Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG:

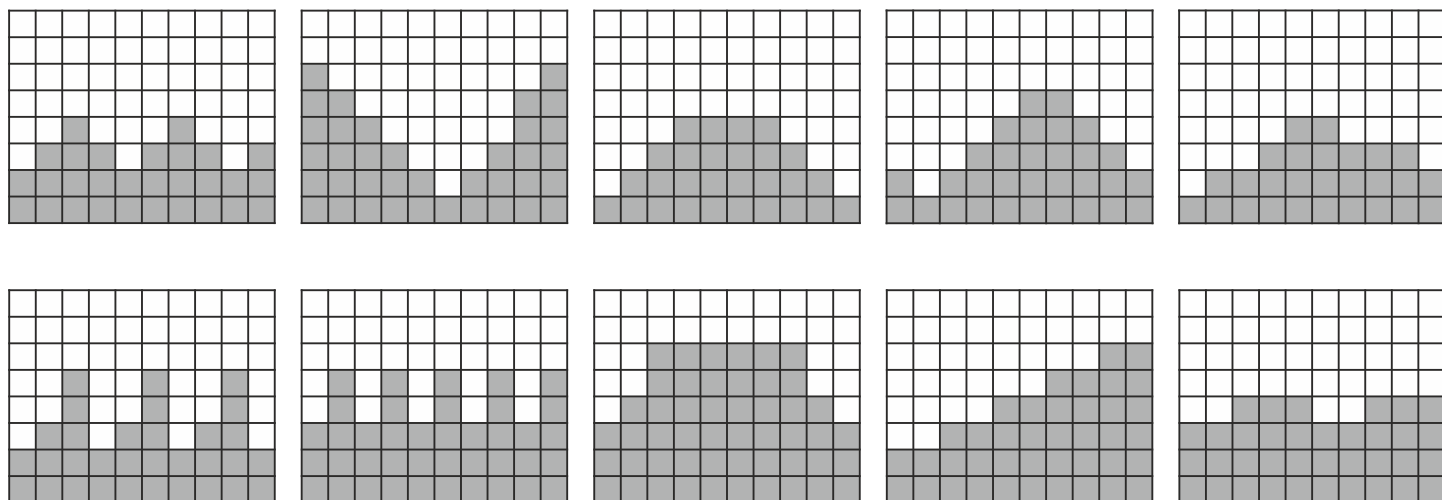
Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 3: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen.

Mit den ▲/▼ Tasten können Sie während des Trainings das Belastungslevel des gewählten Trainingsprofils verändern.

Das Training endet automatisch mit dem Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.



Wattkonstantes Training* (WATT - P11)

Bei diesem Programm handelt es sich um ein leistungskonstantes Trainingsprogramm.

Die Leistung die während des Trainings vom Benutzer erbracht wird ergibt sich aus Trittgeschwindigkeit und Bremswiderstand. Da der Benutzer hier die Leistung in Watt vorgeben kann, passt der Trainingscomputer den Bremswiderstand an die aktuelle Trittgeschwindigkeit an um die Leistung konstant zu halten. Erhöht der Benutzer die Trittgeschwindigkeit bzw. reduziert er sie, so gleicht dies der Trainingscomputer aus, in dem er die Bremskraft reduziert bzw. verringert.

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Trainingsprofil (P11) aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALORIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG:

Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 3: Vorgabe der Wattleistung

Das Fenster WATT blinkt. Geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Wattleistung vor. Hierbei sind Eingaben von 30 bis 350 Watt in 10-Watt-Schritten möglich. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste

Schritt 4: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen.

Mit den ▲/▼ Tasten können Sie während des Trainings die Wattleistung verändern.

Das Training endet automatisch mit Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.

*Hinweis: Die Wattanzeige dieses Trainingsgerätes ist nicht geeicht.

RECOVERY - Erholungspulsmessung

Bei der Erholungspulsmessung wird ermittelt, wie rasch sich das Herz nach einer sportlichen Belastung erholt. Je schneller der Puls fällt, umso trainierter sind Herz und Kreislauf. Die Differenz zwischen dem Belastungspuls und dem Erholungspuls gibt an, wie schnell sich das Herz nach einer Belastung erholt. Drücken Sie die Taste RECOVERY. Umfassen Sie mit beiden Händen die Handpulssensoren. Sollten Sie einen Sende-Brustgurt (als Zubehör erhältlich) während des Trainings tragen, so ist das Umfassen der Handpulssensoren nicht nötig und kann sogar zu Fehlmessungen führen. Das Cockpit zählt einen Count-Down von 60 Sekunden herunter. Nach Ablauf dieser 60 Sekunden erscheint Ihr Messergebnis im Display.

F1 = sehr gut

F2 = gut

F3 = befriedigend

F4 = ausreichend

F5 = mangelhaft

F6 = ungenügend

Herzfrequenzgesteuerte Programme (P12 - P15)

Bei diesen Programme handelt es sich um Trainingsprogramme bei denen das Cockpit in Abhängigkeit zur, vom Benutzer definierten Zielherzfrequenz den Bremswiderstand selbstständig reguliert. Da hierzu das Cockpit auf permanente und genaue Datenübermittlung der Herzfrequenz angewiesen ist, ist die Nutzung dieser Programme nur mit einem Sende-Brustgurt möglich. Dieser ist nicht im Lieferumfang enthalten.

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Trainingsprofil (P12 - P15) aus.

- 55%** Basierend auf Ihrem Alter und der im Kapitel „Herzfrequenzmessung“ vorgestellten Formel errechnet das Cockpit einen Zielpuls von 55% Ihrer maximalen Herzfrequenz. Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der MODE-Taste.
 - 75%** Basierend auf Ihrem Alter und der im Kapitel „Herzfrequenzmessung“ vorgestellten Formel errechnet das Cockpit einen Zielpuls von 75% Ihrer maximalen Herzfrequenz. Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der MODE-Taste.
 - 95%** Basierend auf Ihrem Alter und der im Kapitel „Herzfrequenzmessung“ vorgestellten Formel errechnet das Cockpit einen Zielpuls von 90% Ihrer maximalen Herzfrequenz. Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der MODE-Taste.
ACHTUNG: Dieser Zielpuls sollte nur von sehr gut trainierten Sportlern kurzfristig zur Leistungssteigerung genutzt werden.
- ♥ Hier können Sie einen individuellen Zielpuls vorgeben. Drücken Sie die MODE-Taste und geben dann den gewünschten Zielpuls durch Drücken der +/- Tasten ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der MODE-Taste.

Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALORIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG:

Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 3: Eingabe des Benutzeralters (nur bei Auswahl 55%/75% oder 95%)

Der Wert im Fenster RPM blinkt und „AGE“ ist beleuchtet. Geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten das Benutzeralter ein. Hierbei sind Eingaben von 10 bis 99 Jahre möglich. Im Fenster PULSE wird zeitgleich der errechnete Zielpuls angezeigt. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 3: Eingabe des Benutzeralters (nur bei Auswahl ♥)

Der Wert im Fenster PULSE blinkt. Geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten, individuellen Zielpuls ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 4: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen.

Das Training endet automatisch mit Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.

Herzfrequenzgesteuerte Programme (P12 - P15)

Bei diesen Programme handelt es sich um Trainingsprogramme bei denen das Cockpit in Abhängigkeit zur, vom Benutzer definierten Zielherzfrequenz den Bremswiderstand selbstständig reguliert. Da hierzu das Cockpit auf permanente und genaue Datenübermittlung der Herzfrequenz angewiesen ist, ist die Nutzung dieser Programme nur mit einem Sende-Brustgurt möglich. Dieser ist nicht im Lieferumfang enthalten.

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Trainingsprofil (P12 - P15) aus.

- 55%** Basierend auf Ihrem Alter und der im Kapitel „Herzfrequenzmessung“ vorgestellten Formel errechnet das Cockpit einen Zielpuls von 55% Ihrer maximalen Herzfrequenz. Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der MODE-Taste.
 - 75%** Basierend auf Ihrem Alter und der im Kapitel „Herzfrequenzmessung“ vorgestellten Formel errechnet das Cockpit einen Zielpuls von 75% Ihrer maximalen Herzfrequenz. Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der MODE-Taste.
 - 95%** Basierend auf Ihrem Alter und der im Kapitel „Herzfrequenzmessung“ vorgestellten Formel errechnet das Cockpit einen Zielpuls von 90% Ihrer maximalen Herzfrequenz. Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der MODE-Taste.
ACHTUNG: Dieser Zielpuls sollte nur von sehr gut trainierten Sportlern kurzfristig zur Leistungssteigerung genutzt werden.
- ♥ Hier können Sie einen individuellen Zielpuls vorgeben. Drücken Sie die MODE-Taste und geben dann den gewünschten Zielpuls durch Drücken der +/- Tasten ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der MODE-Taste.

Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALORIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG:

Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 3: Eingabe des Benutzeralters (nur bei Auswahl 55%/75% oder 95%)

Der Wert im Fenster RPM blinkt und „AGE“ ist beleuchtet. Geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten das Benutzeralter ein. Hierbei sind Eingaben von 10 bis 99 Jahre möglich. Im Fenster PULSE wird zeitgleich der errechnete Zielpuls angezeigt. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 3: Eingabe des Benutzeralters (nur bei Auswahl ♥)

Der Wert im Fenster PULSE blinkt. Geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten, individuellen Zielpuls ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 4: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen.

Das Training endet automatisch mit Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.

Eigenes Trainingsprofil (P16 - P19)

Bei diesen Programmen hat der Benutzer die Möglichkeit ein eigenes Trainingsprofil zu erstellen und dauerhaft abzuspeichern.

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Trainingsprofil U1 bis U4 (P16 - P19) aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALROIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG:

Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 3: Segmentvorgabe - Bremsstufe

Das erste Segment des Trainingsprofils sowie die Bremsstufe blinkt. Geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Bremsstufe von Level 1 bis 24 für dieses Segment vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Jetzt blinkt das zweite Segment. Im Ganzen besteht das Trainingsprofil aus 10 Segmenten. Bearbeiten Sie alle Segmente in gleicher Weise, wie bei Segment 1 beschrieben. Nachdem Sie das 10. Segment durch Drücken der ENTER-Taste bestätigt haben fahren Sie nun mit Schritt 3 fort.

Schritt 4: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen.

Das Training endet automatisch mit Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.

Training mit einem bereits erstellten und abgespeicherten Trainingsprogramm (16 -P19)

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Trainingsprofil U1 bis U4 (P16 - P19) aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Vorgabe des Trainingsziels

Sie haben nun die Möglichkeit drei verschiedene Trainingszielwerte vorzugeben:

Schritt 2.1: Trainingszeit

Das Fenster TIME blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingszeit vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingszeit bis 99:00 Minuten vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Trainingsstrecke

Das Fenster DISTANCE blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel die Trainingsstrecke vorgeben möchten, geben Sie nun durch Drücken der ▲/▼ Tasten die gewünschte Trainingsstrecke 99 km vor. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Kalorienverbrauch

Das Fenster CALROIES blinkt. Wenn Sie als Trainingsziel den Kalorienverbrauch vorgeben möchten, geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten den gewünschten Kalorienverbrauch bis 990 Kalorien vor. Wenn Sie ein anderes Trainingsziel wählen möchten stellen Sie den Wert auf Null und drücken dann die ENTER-Taste.

ACHTUNG:

Da es nicht sinnvoll ist mehr als ein Trainingsziel vorzugeben, sollten Sie sich für eines der drei möglichen Trainingsziele vor Ihrem Training entscheiden.

Schritt 4: Trainingsstart

Drücken Sie die START/STOP-Taste um das Training zu beginnen.

Das Training endet automatisch mit Erreichen des vorgegebenen Trainingsziels.

Körperfettanalyse (P20)

Bei diesem Programm ermittelt der Computer den Fettanteil im Körper im prozentualen Verhältnis zum Körpergewicht. Des Weiteren werden die Werte für BMI (Body-Mass-Index) und BMR (basale Stoffwechselrate) ermittelt und angezeigt.

Schritt 1: Programmauswahl

Schalten Sie das Cockpit ein. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das gewünschte Programm P20 aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2: Eingabe der Benutzerdaten

Schritt 2.1: Eingabe der Körpergröße

Im Display ist „HEIGHT“ beleuchtet. Geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten die Körpergröße des Benutzer ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2.2: Eingabe des Körpergewichts

Im Display ist „WEIGHT“ beleuchtet. Geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das Körpergewicht des Benutzer ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2.3: Eingabe des Benutzeralters

Im Display ist „AGE“ beleuchtet. Geben Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das Alter des Benutzer ein. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 2.4: Eingabe des Benutzergeschlechts

Im Display ist „M F“ beleuchtet. Wählen Sie durch Drücken der ▲/▼ Tasten das Geschlecht des Benutzer aus. Hierbei steht „F“ für weiblich und „M“ für männlich. Bestätigen Sie Ihre Eingabe durch Drücken der ENTER-Taste.

Schritt 3: Starten der Analyse

Drücken Sie die START/STOP-Taste und umfassen Sie unmittelbar danach die Sensoren der Handpulsmessung. Nach erfolgreicher Messung erscheinen die Ergebnisse in folgenden Fenstern:

Prozentualer Körperfettanteil am Körpergewicht im Fenster SPEED/BODY

BMR im Fenster CALORIE / BMR

BMI im Fenster RPM / BMI

Körperfett-Analyse - Körperfett-Anteil in Prozent

Bei dieser Art der Messung wird ein elektronischer Impuls über die Handsensoren durch den Körper gesendet. Da Körperfett nicht oder nur sehr schlecht leitfähig ist, wird mittels des elektrischen Widerstandes der Fettanteil im Körper prozentual zum Körpergewicht ermittelt.

ACHTUNG:

Bitte beachten Sie, dass es sich bei dieser Form der Messung um eine Oberkörpermessung handelt. Sollten Sie parallel zu dieser Art der Messung auch noch über eine Waage mit Körperfettanalyse verfügen, so kann es im Ergebnis zu Abweichungen kommen, wenn Sie beide Messwerte miteinander vergleichen. Die Erklärung hierfür ist, dass es sich bei einer Waage zur Körperfettanalyse um eine Unterkörpermessung handelt und somit die beiden Messergebnisse nicht vergleichbar sein können.

Body-Mass-Index (BMI)

Der Body-Mass-Index (BMI) ist eine Maßzahl für die Bewertung des Körpergewichts eines Menschen. Zur Ermittlung des BMI wird das Körpergewicht ins Verhältnis zum Körpergewicht gesetzt. Die Formel zur Berechnung lautet:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Gewicht in kg}}{\text{Größe in Meter}^2}$$

Den optimalen Body-Mass-Index für Ihr Alter entnehmen Sie bitte der nachfolgenden Tabelle:

Alter	optimaler BMI
19 - 24 Jahre	19 - 24
25 - 34 Jahre	20 - 25
35 - 44 Jahre	21 - 26
45 - 54 Jahre	22 - 27
55 - 64 Jahre	23 - 28
älter als 65 Jahre	24 - 29

Basale Stoffwechselrate (BMR)

Der BMR (basale Stoffwechselrate oder Grundumsatz) ist ein Maß für die Stoffwechselaktivität des Körpers. Sie gibt den Kalorienverbrauch im Ruhezustand an. Der BMR berücksichtigt hierbei persönlich Daten wie Größe, Gewicht, Alter und Geschlecht. Abhängig von Aktivitäten lässt sich daraus der persönliche Kalorienbedarf für eine gesunde Ernährung errechnen.

Kalkulation der individuellen Trainingsherzfrequenz

Ihre individuelle Trainingsherzfrequenz kalkulieren Sie wie folgt:

200 - Alter = maximale Herzfrequenz

Dieser Wert stellt Ihre maximale Herzfrequenz da und dient als Basis für die Kalkulation der individuellen Trainingsherzfrequenz. Hierzu setzen Sie die errechnete maximale Herzfrequenz gleich 100%

Wellness- & Gesundheits - Zielzone = 65% der maximalen Herzfrequenz

Dieser Trainingsbereich eignet sich ideal für übergewichtige und/oder ältere Einsteiger, bzw. Wiedereinsteiger mit längerer Trainingspause.

Während des Trainings in diesem Bereich werden vom Körper pro Minute ca. 4-6 Kalorien zur Energiegewinnung verbrannt. Der prozentuale Anteil pro Kalorie liegt bei ca. 70% Fett, 25% Kohlehydrat und 5% Eiweiß.

Kondition- & Fettverbrennungs - Zielzone = 75% der maximalen Herzfrequenz

Dieser Trainingsbereich eignet sich ideal für Sportler deren Ziel Gewichtsreduzierung ist.

Während des Trainings in diesem Bereich werden vom Körper pro Minute ca. 6-10 Kalorien zur Energiegewinnung verbrannt. Der prozentuale Anteil pro Kalorie liegt bei ca. 85% Fett, 10% Kohlehydrat und 5% Eiweiß.

Kondition- & Fitness - Zielzone = 85% der maximalen Herzfrequenz

Dieser Trainingsbereich eignet sich ideal für Sportler deren Ziel eine Verbesserung Ihrer Ausdauer bzw. Kondition ist.

Während des Trainings in diesem Bereich werden vom Körper pro Minute ca. 10-12 Kalorien zur Energiegewinnung verbrannt. Der prozentuale Anteil pro Kalorie liegt bei ca. 35% Fett, 60% Kohlehydrat und 5% Eiweiß.

⚠ Warnhinweis zur Puls- & Herzfrequenzmessung ⚠

ACHTUNG - Puls- und Herzfrequenz-Überwachungssystem können ungenau sein. Übermäßiges Training kann zu ernsthaften Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Sie sich unwohl und/oder eine Ohnmacht nahe fühlen, ist das Training sofort zu unterbrechen.

Sorgen Sie dafür, dass alle Nutzer Ihres Trainingsgerät mit dieser Information vertraut sind, diese verstehen und unbedingt anwenden.

Pulsmessung über Handsensoren

Die meisten Trainingsgeräte sind mit Handpulssensoren ausgestattet. Diese sind zumeist im Cockpit oder an den Handläufen integriert. Diese Handsensoren dienen zur kurzzeitigen Ermittlung der Pulsfrequenz. Hierzu umfassen Sie mit beiden Händen gleichzeitig die Sensoren. Nach kurzer Zeit wird im Display die aktuelle Pulsfrequenz angezeigt. Dieses Messsystem basiert auf den durch den Herzschlag bedingten Blutdruckschwankungen. Hierbei werden die, durch die Blutdruckschwankungen verursachten Veränderungen des elektrischen Hautwiderstandes mittels der Handsensoren gemessen. Diese Veränderungen werden zu einem Mittelwert zusammengefasst und im Display als aktuelle Pulsfrequenz angezeigt.

⚠ ACHTUNG

Bei großen Teilen der Bevölkerung ist die pulsschlagbedingte Hautwiderstandsveränderung so minimal, dass sich aus den Messergebnissen keine verwertbaren Werte ableiten lassen. Auch starke Hornhautbildung an den Handflächen, feuchte Hände und Erschütterungen des Körpers, die bei vielen Trainingsformen unvermeidlich sind, verhindert eine korrekte Messung. In solchen Fällen kann der Pulswert gar nicht oder nur unkorrekt angezeigt werden.

Bitte prüfen Sie deshalb im Falle einer fehlerhaften oder nicht erfolgten Messung, ob dies nur bei einer oder mehreren Personen auftritt. Sollte die Anzeige des Pulses nur im Einzelfall nicht funktionieren, so liegt kein Defekt des Gerätes vor. In diesem Fall empfehlen wir, um eine dauerhaft korrekte Pulsanzeige zu erreichen, die Verwendung eines Brustgurtes. Dieser ist als Zubehör erhältlich

Herzfrequenzmessung über Brustgurt

Eine Großzahl der MAXXUS® Trainingsgeräte sind bereits serienmäßig mit einem Receiver (Empfänger) ausgestattet.

Bei der Verwendung eines Brustgurtes (wir empfehlen die ausschließliche Verwendung eines uncodierten POLAR®-Brustgurtes) ermöglicht dieser Ihnen eine drahtlos Herzfrequenzmessung. Der Brustgurt ist als Zubehör erhältlich.

Diese optimale und EKG-genaue Art der Messung nimmt die Herzfrequenz mittels eines Sende-Brustgurtes direkt von der Haut ab.

Der Brustgurt sendet dann die Impulse über ein elektromagnetisches Feld an den im Cockpit eingebauten Receiver (Empfänger).

Wir empfehlen die grundsätzliche Verwendung eines Brustgurtes zur Herzfrequenzmessung bei der Nutzung herzfrequenzgesteuerter Programme.

⚠ ACHTUNG

Die Ermittlung der aktuellen Herzfrequenz mittels Brustgurt dient lediglich zur Anzeige der aktuellen Herzfrequenz während des Trainings. Dieser Wert sagt aber nichts über die für das Training sichere und effektive Herzfrequenz aus. Auch ist diese Art der Messung in keiner Weise für medizinische Diagnose-zwecke konzipiert oder geeignet.

Besprechen Sie daher mit Ihrem Hausarzt die für Sie am besten geeignete Vorgehensweise bei der Erstellung und Umsetzung Ihres Trainingsplans, bevor Sie mit dem Training beginnen.

Dies gilt vor allem für Personen:

- die über eine längere Zeitspanne sich nicht mehr sportlich betätigt haben
- übergewichtig sind
- älter als 35 Jahre sind
- zu hohen oder zu niedrigen Blutdruck haben
- Herzprobleme haben

Sollten Sie einen Herzschrittmacher oder ähnliche Geräte tragen, so besprechen Sie vor der Benutzung eines Herzfrequenz-Brustgurt dies unbedingt mit Ihrem behandelnden Facharzt.

Trainingsvorbereitungen

Bevor Sie mit Ihrem Training beginnen muss nicht nur Ihr Trainingsgerät sich in einem einwandfreien Trainingszustand befinden, auch Sie bzw. Ihr Körper sollte ebenfalls für das Training bereit sein. Daher sollten Sie, wenn Sie seit längerer Zeit kein Ausdauertraining mehr absolviert haben, vor Beginn Ihres Trainings in jedem Fall Ihren Hausarzt konsultieren und ein Fitness-Check-Up durchführen. Besprechen Sie auch mit Ihrem Arzt Ihr Trainingsziel; sicher kann er Ihnen wertvolle Tipps und Informationen geben. Insbesondere gilt dies für Personen die über 35 Jahre alt sind, Personen die Übergewicht und/oder Probleme mit dem Herz-/Kreislaufsystem haben.

Trainingsplanung

Das A und O für ein effektives, zielorientiertes aber auch motivierendes Training ist ein vorausschauende Trainingsplanung.

Planen Sie daher Ihr Fitnesstraining in den normalen Tagesablauf als festen Bestandteil ein. Ungeplantes Training kann schnell zum Störfaktor werden, oder für eine andere Aufgabe auf unbestimmte Zeit verschoben werden.

Erstellen Sie diese Planung möglichst langfristig auf Monate bezogen und nicht nur von Tag zu Tag, oder Woche zu Woche. Zur Trainingsplanung gehört auch, dass Sie für ausreichend Motivation und Ablenkung während des Trainings sorgen. Ideal zur Ablenkung ist Fernsehen während des Trainings. Hierbei werden Sie optisch und akustisch abgelenkt. Sorgen Sie auch für Trainingsbelohnungen. Setzen Sie sich realistische Ziele, wie zum Beispiel in vier Wochen 1 oder 2 kg abzunehmen, innerhalb von zwei Wochen die Trainingszeit pro Trainingseinheit um 10 Minuten verlängern, etc.. Wenn Sie dieses Ziel dann erreicht haben belohnen Sie sich selber in dem Sie sich zum Beispiel eine Mahlzeit gönnen, auf die Sie bisher verzichtet haben.

Warm-Up vor dem Training

Absolvieren Sie das Warm-Up direkt auf Ihrem Trainingsgerät. Wärmen Sie Ihren Körper auf, in dem Sie 3-5 Minuten vor der eigentlichen Trainingseinheit bei minimaler Bremskrafteinstellung locker trainieren. So bereiten Sie Ihren Körper optimal auf die bevorstehende Belastung vor.

Cool-Down nach dem Training

Steigen Sie nie sofort nach Beendigung Ihres eigentlichen Trainingsprogramms sofort von Ihrem Trainingsgerät ab. Lassen Sie, ähnlich wie bei der Aufwärmphase noch 3-5 Minuten bei minimaler Bremskrafteinstellung Ihr Training locker auslaufen. Danach sollten Sie in jedem Fall Ihre Muskulatur gut dehnen.



Vordere Oberschenkelmuskulatur

Stützen Sie sich mit der rechten Hand an einer Wand oder Ihrem Trainingsgerät ab. Heben Sie den linken Fuß nach hinten an und halten Sie ihn mit der linken Hand fest. Das Knie weist gerade nach unten. Ziehen Sie nun Ihren Oberschenkel soweit nach hinten bis Sie einen leichten Zug im Muskel verspüren. Halten Sie diesen Zug für 10 bis 15 Sekunden lang an. Lassen Sie Ihren Fuß langsam los und setzen das Bein langsam wieder ab. Wiederholen Sie diese Übung nun mit dem rechten Bein.



Innere Oberschenkelmuskulatur

Setzen Sie sich auf den Boden. Führen Sie die Fußsohlen vor dem Körper zusammen, die Knie sind hierbei leicht angehoben. Fassen Sie mit den Händen die Oberseite Ihrer Füße und legen die Ellenbogen auf Ihren Oberschenkeln ab. Drücken Sie nun mit den Armen Ihre Oberschenkel soweit Richtung Boden, bis Sie einen leichten Zug in der Muskulatur verspüren. Halten Sie diesen Zug für 10 bis 15 Sekunden lang an. Achten Sie darauf, dass der Oberkörper während der gesamten Übung gerade bleibt. Beenden Sie dann den Druck auf die Oberschenkel, strecken Sie die Beine langsam aus und stehen dann langsam und gleichmäßig wieder auf.



Bein-, Waden und Po-muskulatur

Setzen Sie sich auf den Boden. Strecken Sie das rechte Bein aus und winkeln Sie das linke Bein soweit an, dass Sie mit der Fußsohle den Oberschenkel des gestreckten rechten Beins berühren. Beugen Sie den Oberkörper nun soweit vor, dass Sie mit gestrecktem rechten Arm die Fußspitze des rechten Fußes greifen. Halten Sie diese Position für 10 bis 15 Sekunden lang an. Lassen Sie Ihre Fußspitze los und richten Sie Ihren Oberkörper langsam und gleichmäßig wieder auf. Wiederholen Sie diese Übung nun mit dem linken Bein.



Bein- und untere Rückenmuskulatur

Setzen Sie sich mit ausgestreckten Beinen auf den Boden. Versuchen Sie mit beiden Händen Ihre Fußspitzen zu fassen, indem Sie Ihre Arme strecken und Ihren Oberkörper leicht nach vorne beugen. Halten Sie diese Position für 10 bis 15 Sekunden lang an. Lassen Sie Ihre Fußspitzen los und richten Sie Ihren Oberkörper langsam und gleichmäßig wieder auf.

Trainingsempfehlungen

Flüssigkeitszufuhr

Vor und während des Trainings ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr unerlässlich. Während einer Trainingseinheit von 30 Minuten ist es durchaus möglich bis zu 1 Liter Flüssigkeit zu verlieren. Um diesen Flüssigkeitsverlust auszugleichen ist Apfelschorle im Mischverhältnis von einem Drittel Apfelsaft und zwei Dritteln Mineralwasser ideal, da sie alle Elektrolyte und Mineralien enthält und ersetzt, die der Körper über den Schweiß verliert. 30 Minuten vor Beginn Ihrer Trainingseinheit sollten Sie ca. 330 ml trinken. Sorgen Sie während des Trainings für eine ausgewogene Flüssigkeitszufuhr.

Trainingshäufigkeit

Experten empfehlen an 3 bis 4 Tagen in der Woche ein Ausdauertraining zu absolvieren um das Herz-/Kreislaufsystem fit zu halten. Sicherlich werden Sie Ihr gesetztes Trainingsziel umso schneller erreichen, je häufiger Sie trainieren. Beachten Sie aber bei Ihrer Trainingsplanung ausreichende Trainingspausen einzuplanen, die Ihrem Körper genug Zeit zur Erholung und Regeneration geben. Nach jeder Trainingseinheit sollten Sie mindestens einen Tag pausieren. Auch für das Fitness- und Ausdauertraining gilt: **Weniger ist of mehr!**

Trainingsintensität

Neben dem Fehler zu häufig zu trainieren werden gerade bei der Intensität des Trainings die meisten Fehler gemacht. Wenn Ihr Trainingsziel lautet für einen Triathlon oder Marathon zu trainieren, wird Ihre Trainingsintensität sicherlich sehr hoch sein. Da aber die Wenigstens solche Trainingsziele haben, sondern eher Ziele wie Gewichtsreduktion, Herz-/kreislauftraining, Verbesserung der Kondition, Stressabbau, etc. erstreben, sollte die Trainingsintensität diesen Zielen angepasst sein. Am sinnvollsten ist es hier mit der entsprechenden Herzfrequenz für das jeweilige Trainingsziel zu arbeiten. Hierbei hilft Ihnen die Information zur Herzfrequenz und die entsprechende Tabelle in dieser Anleitung weiter.

Dauer der einzelnen Trainingseinheit

Für ein optimales Ausdauer- oder Gewichtsreduktionstraining sollte die Dauer der einzelnen Trainingseinheit zwischen 25 und 60 Minuten betragen. Anfänger und Wiedereinsteiger sollten mit einer niedrigen Trainingsdauer von maximal 10 Minuten in der ersten Woche starten und sich dann langsam Woche für Woche steigern.

Trainingsdokumentation

Um Ihr Training optimal und wirkungsvoll gestalten und bewerten zu können, sollten Sie sich vor Beginn Ihres Trainings einen Trainingsplan in schriftlicher Form oder als Computertabelle erstellen.

Hier sollten Sie jedes Training dokumentieren. Daten, wie zurückgelegte Strecke, Trainingszeit, Bremskrafteinstellung und Pulswerte sollten ebenso festgehalten werden wie persönliche Daten, z.B. Körpergewicht, Blutdruck, Ruhepuls (am Morgen direkt nach dem Aufwachen gemessen) und des persönlichen Befindens während des Trainings.

Anbei finden Sie eine Empfehlung für einen Wochenplan

Kalenderwoche: _____ Jahr: 20____						
Datum	Tag	Trainingsdauer	Trainingsstrecke	Kalorienverbrauch	Ø Herzfrequenz	Kommentare
	Montag					
	Dienstag					
	Mittwoch					
	Donnerstag					
	Freitag					
	Samstag					
	Sonntag					
Wochenergebnis:						

Technische Details

Cockpitanzeige von:

- ◆ Zeit
- ◆ Strecke
- ◆ Kalorienverbrauch
- ◆ Watt**
- ◆ Bremsstufe
- ◆ Geschwindigkeit
- ◆ Radumdrehung pro Minute
- ◆ Puls (bei Verwendung der Handsensoren)
- ◆ Herzfrequenz (bei Verwendung eines optional erhältlichen Brustgurtes)

Technische Details

Bremssystem:	Motorisch gesteuertes Permanent-Magnet-Bremssystem
Widerstandsstufen:	1 bis 24 Levels, elektronisch verstellbar
Antriebsart:	zweistufiger Längsrippenriemen
Aufstellmaße:	ca. 114,5x57x137,5cm
Gewicht:	ca. 48kg
Maximales Benutzergewicht:	120 kg
Werteinstellung:	über Tastatur
Stromversorgung:	220-230V - 50Hz
Temperaturbereich:	10° bis 30° für Betrieb und Lagerung

Einsatzgebiet: - Heimbereich*

*für nichttherapeutische Zwecke geeignet
** Wattzahl ist nicht geeicht

Entsorgung



Europäische Entsorgungsrichtlinie 2002/96/EG

Entsorgen Sie Ihr Trainingsgerät in **keinem** Fall über den normalen Hausmüll.

Entsorgen Sie das Gerät ausschließlich über einen kommunalen oder zugelassenen Entsorgungsbetrieb.

Beachten Sie hierbei die aktuell geltenden Vorschriften.

Erkundigen Sie sich im Zweifelsfall bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung nach einer sach- und umweltgerechten Entsorgungsmöglichkeit.



Batterien / Akkus

Gemäß der Batterienverordnung sind Sie als Endverbraucher gesetzlich dazu verpflichtet, alle gebrauchten Akkus und Batterien zurückzugeben. **Eine Entsorgung über den normalen Hausmüll ist gesetzlich verboten.**

Auf den meisten Batterien ist bereits das Symbol abgebildet, das Sie an diese Verordnung erinnert. Neben diesem Symbol befindet sich meist die Angabe des enthaltenen Schwermetalls. Solche Schwermetalle erfordern eine umweltgerechte Entsorgung, daher ist jeder Verbraucher gesetzlich dazu verpflichtet, Batterien und Akkus bei der entsprechenden Sammelstelle seiner Stadt oder Gemeinde, bzw. im Handel abzugeben.

Erkundigen Sie sich im Zweifelsfall bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung nach einer sach- und umweltgerechten Entsorgungsmöglichkeit. Gerne können Sie Ihre verbrauchten Batterien und Akkus auch bei unserer Zentrale in Gross-Gerau abgegeben bzw. ausreichend frankiert an uns senden. Wir werden diese dann gemäß der Batterienverordnung sachgerecht entsorgen.

Geben Sie Batterien und Akkus nur im entladenen Zustand zurück.

Nachfolgend finden Sie Antworten zu häufig gestellten Fragen

Mein Trainingsgerät erzeugt während des Trainingsbetriebs Geräusche - ist das normal?

Ihr MAXXUS® Trainingsgerät ist mit hochwertigen Kugellagern und einem zweistufigen Längsrippenriemen - auch Rillenriemen genannt - ausgestattet. Hinzu kommt das hochwertige Magnetbremssystem, das vollkommen verschleiß- und reibungsfrei arbeitet. All diese extrem hochwertigen Komponenten sorgen dafür, dass sämtliche Laufgeräusche extrem reduziert werden. Somit gehört Ihr MAXXUS® Trainingsgerät zu den leisesten Produkten, die auf dem Fitnessmarkt erhältlich sind. Dennoch ist es durchaus möglich und normal, dass leichte mechanische Geräusche während des Trainings wahrnehmbar sind. Diese mechanischen Geräusche, die kontinuierlich, aber auch mit Unterbrechungen auftreten können, werden durch die teilweise sehr hohe Rotationsgeschwindigkeit der Schwungscheibe während des Trainings erzeugt. Auch können sich bewegende Teile während des Trainings Geräusche erzeugen, die durch die hohlen Metallrohre des Rahmens, die wie Resonanzkörper wirken, verstärkt werden. Durchaus normal ist es auch, dass Laufgeräusche während des Trainings lauter werden. Dies ist zum Einen mit einer Erhöhung der Trainingsgeschwindigkeit zu erklären. Zum Anderen können sich Bauteile Ihres Trainingsgerätes während des Trainings erwärmen und somit ausdehnen.

Das Cockpit hat keine Anzeige nach dem Einschalten des Gerätes

Überprüfen Sie, ob das Netzkabel sowohl am Gerät als auch an der Steckdose ordnungsgemäß angebracht wurde, oder beschädigt ist. Überprüfen Sie, ob das Cockpitkabel bei der Montage gequetscht oder eingeklemmt wurde und/oder die Steckverbindung sich gelöst hat.

Die Handpulssensoren haben keine Funktion

Prüfen Sie, ob bei der Montage eventuell die Kabel der Handsensoren gequetscht oder eingeklemmt wurden.

Die Werte für Geschwindigkeit und Strecke werden während des Trainings mit „0“ angezeigt

Überprüfen Sie, ob das Cockpitkabel bei der Montage gequetscht oder eingeklemmt wurde und/oder die Steckverbindung sich gelöst hat.

Mein Trainingsgerät erzeugt Knackgeräusche während des Trainings

Prüfen Sie, ob das Trainingsgerät eben bzw. im Lot steht. Justieren Sie gegebenenfalls die Standfüße neu. Prüfen Sie, ob die Pedalen fest angezogen sind.

Während des Trainings schlafen meine Füße ein

Der Grund hierfür ist häufig ein zu enger oder ein zu eng geschnürter Trainingsschuh. Da sich die Füße unter Belastung ausdehnen, sollten Sie Ihre Schuhe nur locker zu schnüren. Rat hierzu erhalten Sie auch in Sport- bzw. Laufschuhfachgeschäften

Empfohlenes Zubehör

Dieses Zubehör ist die optimale Ergänzung für Ihr Trainingsgerät. Alle Produkte erhalten Sie in unserem Onlineshop unter www.maxxus.de oder direkt in unserem Showroom.



POLAR® Sende-Brustgurt T34 (uncodiert)

Uncodierter Brustgurt zur Ermittlung der Herzfrequenz mit optimierter Sendereichweite. Unerlässliches Zubehör zur Nutzung der pulsgesteuerten Programme und zur kontinuierliche Ermittlung der aktuellen Herzfrequenz.



MAXXUS® Bodenschutzmatte

Aufgrund der extrem hohen Dichte des Materials und der Materialstärke von 0,5 cm dieser Bodenschutzmatte, schützt sie den Fußboden bzw. den Boden-belag optimal gegen Beschädigungen, Kratzer und Verunreinigungen durch Körperschweiß. Lauf- und Bewegungsgeräusche werden stark minimiert. Erhältlich in folgenden Längen:
• 160cm • 210cm • 240cm



MAXXUS® Entfetter-Spray

Optimales Reinigungsmittel für Gleitrohre und Gleitrollen. Befreit die Gleitrohre und -rollen von Verschmutzungen und pflegt die Oberfläche.



MAXXUS® Gleitspray

Optimales Schmiermittel.

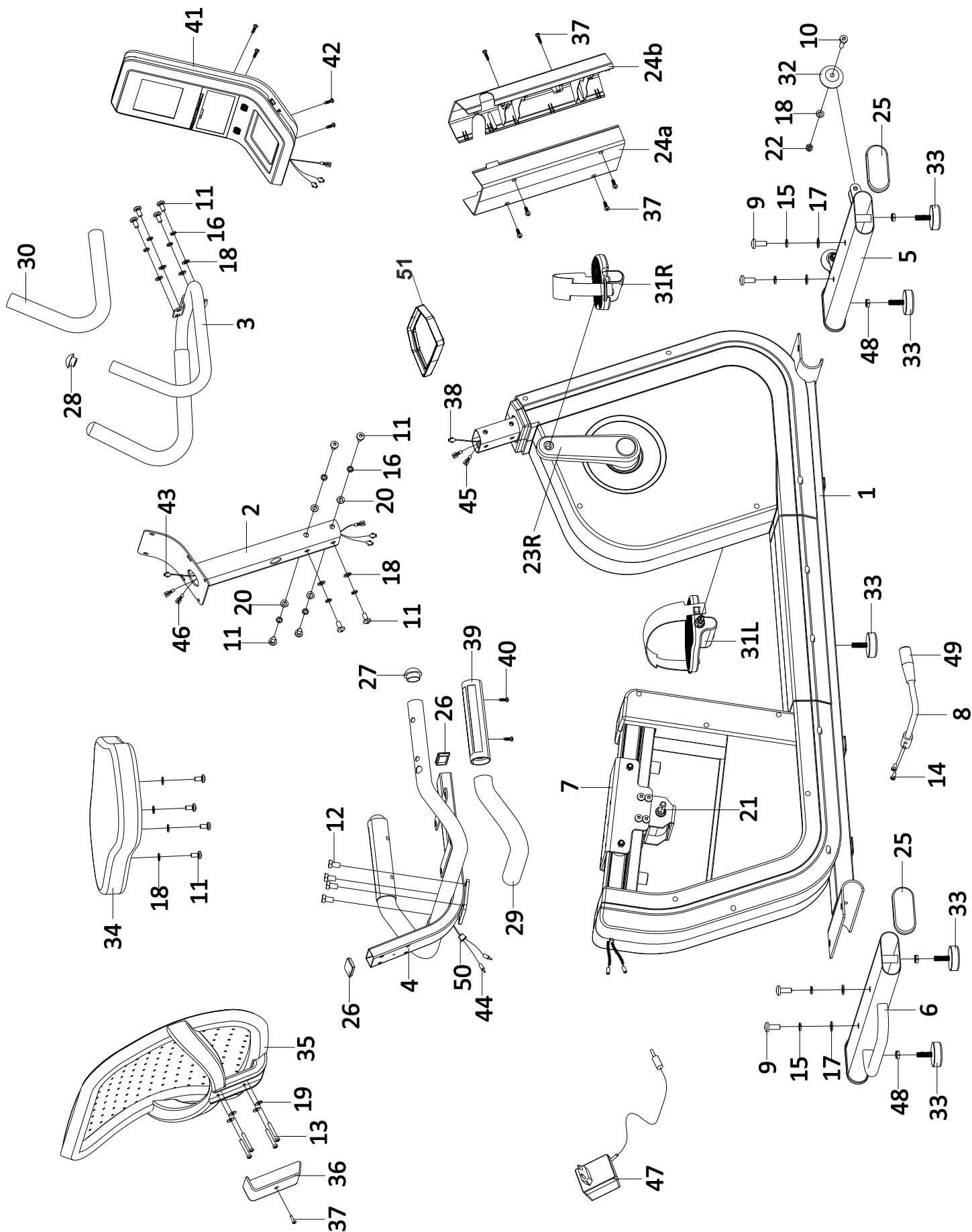
MAXXUS® Anti-Statikspray

Wirkt statischer Aufladungen des Rahmens, der Verkleidungsteile und des Trainingcomputers entgegen. Geräte, die auf Teppichböden oder Kunststoffuntergründen stehen, laden sich statisch auf. Dies verhindert das MAXXUS® Antistatik Spray. Behandelte Kunststoffoberflächen ziehen den Staub nicht so schnell an und bleiben länger sauber.

MAXXUS® Spezial-Schaumreiniger

Zur regelmäßigen Reinigung Ihres Fitnessgerätes. Kunststoffabdeckungen und Metallrahmen lassen sich mit dem MAXXUS® Schaumreiniger perfekt pflegen. Auch geeignet zur Reinigung von Pulsgurte und anderem Trainingszubehör.

Explosionszeichnung



Teilleiste

Teil	Beschreibung	Menge	Teil	Beschreibung	Menge
1	Mainframe	1	26	Rectangular end cap	2
2	Handlebar post	1	27	Sphere end cap 1	2
3	Handrail	1	28	Sphere end cap 2	2
4	Saddle frame	1	29	Foam 1	2
5	Front stabilizer	1	30	Foam 2	2
6	Rear stabilizer	1	31 L/R	Pedal	1 Set
7	Saddle support	1	32	Wheel	2
8	Adjustable handle	1	33	Adjustable knob	5
9	Inner hex pan head bolt M10x25	4	34	Saddle	1
10	Inner hex pan head bolt M8x38	2	35	Backrest	1
11	Inner hex pan head bolt M8x16	14	36	Backrest cover	1
12	Hex bolt M8x12	4	37	Crosspan head self drilling screw ST4.2x18	7
13	Inner hex pan head bolt M6x40	4	38	Sensor wire	1
14	Inner hex cylinder head bolt M6x10	2	39	Handle pulse	2 Set
15	Spring washer D10	4	40	Crosspan head self drilling screw	4
16	Spring washer D8	10	41	Display	1
17	Washer D10x2	14	42	Crosspan head screw M5x10	4
18	Washer D8x1.5	12	43	Trunk wire	1
19	Washer D6xD16x1.2	4	44	Pulse wire	2
20	Curve washer D8xD20x1.5	4	45	Trunk wire 1	2
21	Eccentric shaft	1	46	Trunk wire 2	2
22	Nylon nut M8	2	47	Adaptor	1
23L/R	crank	1 Set	48	Hex nut M10	4
24a/b	Handlebar post cover	1 Set	49	Cap for adjustable handle	1
25	End cap	4	50	Wire clip	1
--	--	--	51	Rubber ring	1

Damit das MAXXUS® Support-Team in der Lage ist Ihnen im Servicefall schnell helfen zu können, benötigen wir einige Daten von Ihrem Fitnessgerät bzw. von Ihnen. Um Ihrem Fitnessgerät die exakten Ersatzteile zuordnen zu können, benötigen wir in jedem Fall die Produktbezeichnung, das Kaufdatum und die Seriennummer.

Bitte füllen Sie im Bedarfsfall das Reparaturauftrags/Schadenmeldungs-Formular dieses Benutzerhandbuches vollständig aus und senden dieses an uns per Post oder Fax ein.

Einsatzbereiche & Gewährleistungszeiten

Die Fitnessgeräte von MAXXUS® sind je nach Modell für unterschiedliche Einsatzbereiche geeignet. Die für Ihr Fitnessgerät geltenden Einsatzbereiche entnehmen Sie bitte den "Technischen Daten" dieses Benutzerhandbuches.

Heimbereich:

Ausschließlich private Nutzung

Gewährleistungsdauer: 2 Jahre

Semiprofessioneller Bereich:

Nutzung unter Anleitung in Hotels, Krankengymnastik-praxen, etc.

Die Nutzung in einem Fitnessstudio, oder einer ähnlichen Einrichtung ist hierbei ausgeschlossen!

Gewährleistungsdauer: 1 Jahr

Professioneller Bereich:

Nutzung in einem Fitnessstudio oder einer ähnlichen Einrichtung unter Aufsicht von Fachpersonal.

Gewährleistungsdauer: 1 Jahr

Bei einer Nutzung Ihres Trainingsgerät in einem, für das Trainingsgerät nicht vorgesehen Bereich erlischt gegebenenfalls ein Garantie- oder Gewährleistungsanspruch!

Eine ausschließlich private Nutzung und damit eine Gewährleistungsdauer von 2 Jahren setzt voraus, dass die Rechnung beim Kauf des Gerätes auf einen Verbraucher ausgestellt ist.

Kaufbeleg und Seriennummer

Um Ihren Anspruch auf Serviceleistungen innerhalb der Gewährleistung zu wahren, benötigen wir von Ihnen in jedem Fall einen Kaufnachweis. Bewahren Sie daher bitte Ihren Kauf- bzw. Rechnungsbeleg immer auf und senden Sie uns eine Kopie im Gewährleistungsfall als Anhang Ihres Reparaturauftrags/Schadenmeldung unaufgefordert mit ein. Damit gewährleisten Sie eine schnelle Bearbeitung Ihres Servicefalles.

Damit wir Ihre Modellversion eindeutig identifizieren können, benötigen wir für eine Serviceleistung die Angabe des Produktnamens, der Seriennummer und des Kaufdatums.

Gewährleistungsbedingungen

Die Gewährleistungszeit für Ihr Trainingsgerät beginnt ab dem Kaufdatum und gilt ausschließlich für Produkte die direkt bei der MAXXUS Group GmbH & Co. KG oder einem direkten und autorisierten Vertriebspartner der MAXXUS Group GmbH & Co. KG erworben wurden.

Die Gewährleistung umfasst Mängel, die auf Fertigungs- oder Materialfehler beruhen. Sie gilt nur für in Deutschland erworbene Geräte. Sie gilt nicht für Schäden und Mängel, die durch schuldhaft unsachgemäßen Gebrauch, fahrlässige oder mutwillige Zerstörung, mangelnde oder unterlassene Wartungs- und/oder Reinigungsmaßnahmen, höhere Gewalt, betriebsbedingte und dadurch normale Abnutzung, Schäden die durch das Eindringen von Flüssigkeiten, Reparatur oder Veränderung von Ersatzteilen fremder Herkunft verursacht werden. Die Gewährleistung gilt ebenfalls nicht für eine fehlerhafte Montage bzw. Beschädigungen die durch eine falsche Montage entstehen. Bestimmte Bauteile unterliegen einem gebrauchsbedingten Verschleiß bzw. einer normalen Abnutzung. Zu diesen Bauteilen zählen zum Beispiel:

- Kugellager
- Lagerbuchsen
- Lager
- Antriebsriemen
- Schalter und Tasten
- Laufgurte (Laufbänder)
- Laufplatten (Laufbänder)
- Laufrollen

Verschleißerscheinungen an diesen Verschleißteilen sind nicht Gegenstand der Gewährleistung.

Sollte das Trainingsgerät aufgrund einer Reparatur bei Ihnen abgeholt werden, so ist die Demontage und Bereitstellung, sowie auch der Empfang und die Wiederaufstellung des Gerätes notwendig. Grundsätzlich fallen diese Leistungen nicht unter die Gewährleistungen. Bei Einzelteilen müssen die defekten Teile an unsere Serviceadresse gut verpackt und nach vorheriger Absprache versendet werden.

Serviceleistungen außerhalb der Gewährleistung & Ersatzteilbestellung

Das MAXXUS® Serviceteam steht Ihnen selbstverständlich auch gerne bei der Problemlösung zur Verfügung, wenn Fälle eines Mangels nach Beendigung der Gewährleistungen, oder Fälle, die nicht durch die Gewährleistungen abgedeckt werden, auftreten.

In einem solchen Fall wenden Sie sich bitte direkt per Email an:

kundendienst@maxxus.de

Bestellungen über Ersatz- und/oder Verschleißteile senden Sie bitte unter Angabe des Produktnamens, der Ersatzteilbezeichnungen, der Ersatzteilnummern und der benötigten Bestellmengen an:

ersatzteile@maxxus.de

Bitte beachten Sie, dass zusätzlich benötigtes Befestigungsmaterial, wie Schrauben, Unterlegscheiben, etc. nicht im Lieferumfang der einzelnen Ersatzteilen enthalten ist und separat bestellt werden muss.

MAXXUS® gewährt für dieses Trainingsgerät eine 5-Jahresgarantie bei ausschließlich privater Nutzung** zu den nachstehenden Bedingungen. Der Garantiezeitraum beginnt mit dem Kaufdatum. Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist noch setzen sie eine neue Garantiefrist in Gang.

I. Voraussetzungen der Garantie

Für einen Garantieschutz müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

1. Privater Direkterwerb und Betrieb in Deutschland

Die Garantie wird ausschließlich für in Deutschland erworbene und betriebene Produkte gewährt, die direkt bei der MAXXUS Group GmbH & Co. KG erworben wurden und ausschließlich zum persönlichen Gebrauch verwendet werden. Von der Garantie ausgeschlossen sind insbesondere die gewerbliche Nutzung, etwa durch Verleih, Vermietung oder Studiobetrieb.

Bei Veräußerung oder sonstiger Weitergabe des Gerätes sind die Adressdaten des Käufers zur Wahrung der Garantie innerhalb einer Frist von 14 Tagen seit Vertragsschluss schriftlich an MAXXUS® zu übermitteln.

2. Geräteregistrierung

Das Gerät ist innerhalb von 4 Wochen nach dem Erhalt schriftlich zu registrieren. Verwenden Sie hierzu ausschließlich die der Gebrauchsanleitung beigelegte „MAXXUS® Registrierungskarte“. Spätere Registrierungen können leider nicht mehr entgegengenommen werden. Senden Sie die Registrierungskarte vollständig ausgefüllt an uns per:

- Fax unter 06151 39735 400
- E-Mail an info@maxxus.de
(bitte beachten Sie, dass dies nur als Scan der Original-Unterschrift akzeptiert werden kann)
- Post an: MAXXUS Group GmbH & Co. KG, Zeppelinstr. 2, 64331 Weiterstadt
(bitte beachten Sie, dass nur ausreichend frankierte Briefe angenommen werden können)

3. Wartung

Für diesen Artikel gilt eine Wartungspflicht. Die Kosten der Wartung trägt der Käufer.

Das Wartungsintervall beginnt mit dem Kaufdatum und beträgt mit Ausnahme von Laufbändern **24 Monate**.

Das Wartungsintervall für Laufbänder beträgt **12 Monate**.

Alle Bauteile sind ungeachtet dessen vom Kunden regelmäßig zu überprüfen und gemäß der Bedienungsanleitung mit geeigneten Schmiermitteln zu behandeln. Ein Wartungsauftrag ist mindestens 4 Wochen vor Ablauf der oben genannten Frist beim MAXXUS® Support zur Planung anzumelden. Die Terminabstimmung erfolgt telefonisch oder per E-Mail, Fax oder Postbrief. Im Fall der Garantieanspruchnahme ist die Durchführung der Wartung mit Belegen über den Kauf von Pflegeölen (nur bei Laufbändern) und über die Durchführung der Wartungen nachzuweisen.

II. Ausschluss

Von der Garantieleistung ausgeschlossen sind:

- Transport- und Fahrtkosten
- Auf- und Abbaukosten bei notwendigem Transport
- Notwendige Wartungsarbeiten
- Behebung von Schäden, welche aufgrund falscher Montage, falscher Nutzung oder mangelnder Reinigung entstanden sind
- Verschleißteile***

*** Von der Garantie ausgeschlossene Verschleißteile sind insbesondere:

- Laufgurt (Laufbänder) ▪ Antriebsriemen ▪ Kugellager ▪ Zugseile ▪ Überzüge an Haltegriffen
- Laufbrett (Laufbänder) ▪ Pedalriemen ▪ Folien ▪ Laufrollen

Zur Schmierung des Laufgurtes von Laufbändern sind ausschließlich MAXXUS® Pflegeöle zu verwenden.

Bei Verwendung von Fremdölen zur Laufgurtschmierung erlischt die Garantie. Dies gilt insbesondere für die Nutzung von Ölsprays.

Für die Instandsetzung, Wartung und Pflege sind ausschließlich original MAXXUS® Produkte zu verwenden.

III. Leistungen im Garantiefall

MAXXUS® steht es frei, das Produkt instanzzusetzen, einen Austausch vorzunehmen oder den Kaufpreis zu erstatten.

IV. Geltendmachung der Garantie

Garantieleistungen werden nur gegen Vorlage eines Kaufbeleges und einer vollständig ausgefüllten Schadensmeldung erbracht. Für die Schadensmeldung ist die Vorlage in dieser Anleitung zu verwenden. Die Schadensmeldung kann alternativ auch auf der MAXXUS® Homepage unter im Bereich „Service“ als PDF heruntergeladen werden. Voraussetzung ist ferner, dass der Käufer den Fehler innerhalb von zwei Monaten anzeigt, nachdem er ihn erkannt hat bzw. hätte erkennen müssen.

Die Rechte aus der Garantie sind schriftlich innerhalb der Garantielaufzeit

per Post an: MAXXUS Group GmbH & Co. KG, Zeppelinstraße 2, 64331 Weiterstadt

per E-Mail an: info@maxxus.de

per Fax an: 06151 39735 400

zu richten.

V. Gesetzliche Rechte

Sonstige Ansprüche und Rechte, die Ihnen nach dem Gesetz oder aufgrund eines Vertrages zustehen, werden durch diese Garantie nicht eingeschränkt. Insbesondere bleiben die Haftung nach dem Produkthaftungsgesetz und gesetzliche Gewährleistungsrechte unberührt.

* Stand: April/2016

** Eine private Nutzung setzt voraus, dass die Rechnung beim Kauf des Gerätes auf einen Verbraucher ausgestellt ist.

Bei einer Nutzung durch Vereine liegt eine private Nutzung nur bei nicht wirtschaftlichen Vereinen vor.

MAXXUS™ Registrierungskarte



Um Ihr Trainingsgerät zu registrieren füllen Sie bitte alle Felder dieser Karte vollständig aus.

Geräte-Daten:

Produktname: **MAXXUS 6.2R**

Produktgruppe: **Bike**

Seriennummer: _____ Rechnungsnummer: _____

Kaufdatum: _____

Nutzungsart:

Private Nutzung

Gewerbliche Nutzung

Persönliche Daten:

Firma: _____ Ansprechpartner: _____

Vorname: _____ Nachname: _____

Straße : _____ Hausnummer.: _____

PLZ / Ort: _____ Land: _____

E-Mail: _____ Tel.-Nr.*: _____

Fax-Nr.*: _____ Handy-Nr.*: _____

* Bei den mit Stern markierten Feldern handelt es sich um freiwillige Angaben, die restlichen Felder sind Pflichtfelder, die unbedingt ausgefüllt werden müssen.

Die beiliegenden Garantiebedingungen, sowie die gerätespezifischen Betriebs- und Wartungshinweise habe ich gelesen, erkenne diese an und bestätige dies mit meiner Unterschrift. Bedienungsanleitungen, Garantiebedingungen sowie Hinweise zu Wartung und Pflege können jederzeit unter www.maxxus.de/PDF eingesehen und herunter geladen werden. Mit der Speicherung meiner Daten zu Garantiezwecken erkläre ich mich einverstanden.

_____ Datum _____ Ort _____ Unterschrift

Senden Sie die ausgefüllte Registrierkarte per:

Post*: MAXXUS Group GmbH & Co KG, Zeppelinstr. 2, D-64331 Weiterstadt

Fax: +49 (0) 6151 39735 - 400

E-Mail: info@maxxus.de

*Brief bitte ausreichend frankieren - unfrankierte Briefe können leider nicht angenommen werden!



MAXXUS[™] Reparaturauftrag / Schadensmeldung

Geräte-Daten

Produktname: **MAXXUS 6.2R** Produktgruppe: **Bike**
 Seriennummer: _____ Rechnungsnummer: _____
 Kaufdatum: _____ Wo gekauft: _____
 Zubehör: _____

Nutzungsart

Private Nutzung Gewerbliche Nutzung

Persönliche Daten

Firma: _____ Ansprechpartner: _____
 Vorname: _____ Nachname: _____
 Straße: _____ Hausnummer.: _____
 PLZ/Ort: _____ Land: _____
 E-Mail: _____ Tel.-Nr.: _____
 Fax-Nr.*: _____ Handy-Nr.*: _____

*Bei den mit Stern markierten Feldern handelt es sich um freiwillige Angaben, die restlichen Felder sind Pflichtfelder, die unbedingt ausgefüllt werden müssen.

Fehlerbeschreibung

Bitte tragen Sie nachfolgend eine kurze, möglichst genau Fehlerbeschreibung ein:
 (Z.B. Wann, wo und in welcher Form tritt der Fehler auf? Häufigkeit, nach welchem Zeitraum, bei welcher Nutzung, etc....)

- Die Kopie des Kaufnachweises / Rechnung /Quittung ist beigelegt.
 Ich erkenne die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der MAXXUS Group GmbH & Co. KG an.

Hiermit beauftrage ich die Firma MAXXUS Group GmbH & Co. KG mit der Beseitigung der oben genannten Mängel. Im Gewährleistungsfall entstehen mir dadurch keine Kosten. Reparaturkosten, die durch die Sachmängelhaftung nicht abgedeckt sind, gehen zu meinen Lasten und sind umgehend zu begleichen. Im Falle einer vor Ort-Reparatur sind unsere Mitarbeiter inkassoberechtigt. Mit meiner Unterschrift bestätige ich diese Vereinbarung.

_____ _____ _____
Datum **Ort** **Unterschrift**

Bitte beachten Sie, dass nur **vollständig** ausgefüllte Aufträge bearbeitet werden können. Legen Sie bitte unbedingt eine Kopie des Kaufbelegs bei. Senden Sie die vollständig ausgefüllte Reparaturauftrag / Schadensmeldung per...

...Post* an: MAXXUS Group GmbH & Co KG, Service Abteilung, Zeppelinstr. 2, 64331 Weiterstadt
 ...Fax an: +49 (0) 6151 39735 400

*Brief bitte ausreichend frankieren - unfrankierte Briefe können leider nicht angenommen werden!

MAXXUS[®]



Maxxus Group GmbH & Co. KG
Zeppelinstr. 2 ♦ D-64331 Weiterstadt
Germany
E-Mail: info@maxxus.de
www.maxxus.de