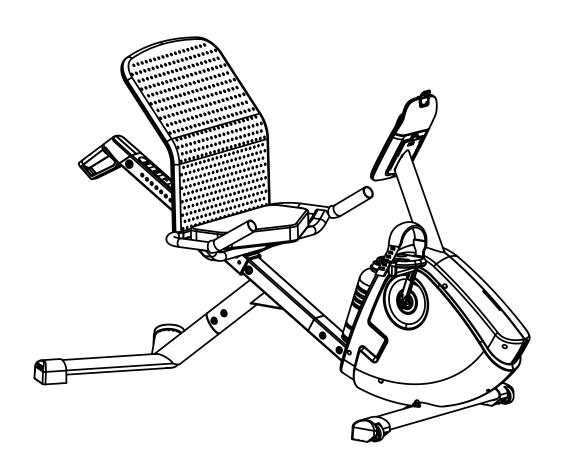
E-SEAT BIKE



E-SEAT BIKE

36 kg / 79 lbs 163 x 68 x 110 cm 40.2 x 11 x 43 in MAXI 150 kg 331 lbs





ΕN Heart rate monitoring belt Console Ceinture cardiofréquencemètre FR ES Consola Cinturón cardiofrecuenciómetro DE Konsole Herzfrequenzmessgurt Console Cintura cardiofrequenzimetro IT Console Band voor hartfrequentiemeter NL PT Consola Cinto cardiofrequencimetro Konsola Pas do pomiaru częstotliwości tętna PL Műszerfal Szívritmusmérő öv HU RU Дисплей Пояс-пульсометр RO Consolă Centura cardio-frecvenţmetru SK Konzola Pás merača srdcovej frekvencie Konzole Pás měřiče tepové frekvence CS sv Konsol Hjärtfrekvensbälte Табло Колан за измерване на пулса BG TR Konsol Kardiyofrekansmetre kemeri Konzola Uređaj za mjerenje srčane frekvencije HR Nadzorna plošča SL Prsni pas za merjenje srčnega utripa ۷I Bảng điều khiển Đồng hồ đo nhịp tim 心率测量胸带 控制面板 ZH 心拍数測定ベルト コンソール JA 控制面板 心率測量胸帶 ZT เข็มขัดวัดการเต้นของหัวใจ TΗ ส่วนควบคม

حزام قياس نبضات القلب

Pédale Pedal Pedal Pedale Pedaal Pedal Pedał Pedál Педаль Pedală Pedál Šlapky Pedal Педал Pedal Pedala Pedali Bàn đạp 脚踏板 ペダル 腳踏板 บันไดจักรยาน بدال

Handrails Barres de maintien Barras de sujeción Haltestangen Barre di tenuta Steunstangen Barras de suporte Uchwyty Tartórúd Поручни Bare de susținere Operné tyče Madla Stödstänger Дръжки Tutunma barları Ručke Ročaji Tay vịn 橫向握杆 ハンドレール 扶手 ราวมือจับ قضبان تثبيت

Bottle holder Porte-bidon Portabotellas Flaschenhalter Porta-borraccia Bidonhouder Porta-cantil Uchwyt na bidon Kulacstartó Держатель фляги Suport bidon Držiak na flašu Košík na láhev Flaskhållare Стойка за бидон Matara kafesi Držač za bocu Držalo za steklenico Vòng kẹp cổ chai 杯架 ボトルホルダー 瓶架 ที่วางขวด حامل الزجاج

(6)

ΔR

لوحة التحكم

ΕN Release lever to adjust the saddle Molette de réglage de la selle FR **ES** Rueda de ajuste del sillín DF Einstellrädchen des Sattels IT Rotella di regolazione della sella

NLInstelknop zadel

Botão de regulação do selim PT PL Pokrętło regulacji siodełka Nyereg állítócsavar HU RU Ручка регулировки седла RO Buton de reglare a șeii SK Nastavovacie koliesko sedla CS Kolečko pro nastavení sedla

sv Reglagehjul till sadel

BG Кръгла ръчка за регулиране на седалката

TR Sele ayar düğmesi

HR Otpustite ručku da biste prilagodili sjedalo

SL Kolesce za nastavitev sedeža ۷I Thả đòn bẩy để điều chỉnh yên

ZΗ 车座调节转轮

レバーを緩め、サドルを調整します JA

ZΤ 鬆開鎖桿調整鞍座 คันปลดล็อคเพื่อปรับอาน TH AR صامولة ضبط المقعد

Transport handle Poignée de déplacement Asa de desplazamiento Gransportgriff Maniglia di spostamento Transporthandvat Pega de deslocação Uchwyt do przemieszczania Fogantyú Транспортировочная ручка Mâner de deplasare Premiestňovacia rukoväť Přemísťovací rukojeť Transporthandtag Ръчка за преместване Taşıma kolu Ručka za prijevoz Ročaj za prenašanje Tay cầm chuyên chở 移动把手 トランスポートハンドル 運送把手

ที่จับเพื่อการขนส่ง مقبض النقل

Castors Roulettes de déplacement Ruedas de desplazamiento Transportrollen Rotelle di spostamento Transportwieltjes Rodinhas de deslocação Kółka do przemieszczania Görgők a mozgatáshoz Колесики для перемещения Rotile de deplasare Premiestňovacie kolieska Přemísťovací kolečka Transporthjul Колелца за преместване Taşıma makaraları Kotači za premještanje Transportno kolesce Bánh xe 移动滑轮 移動用タイヤ 移動滑輪 ล้อขนส่ง

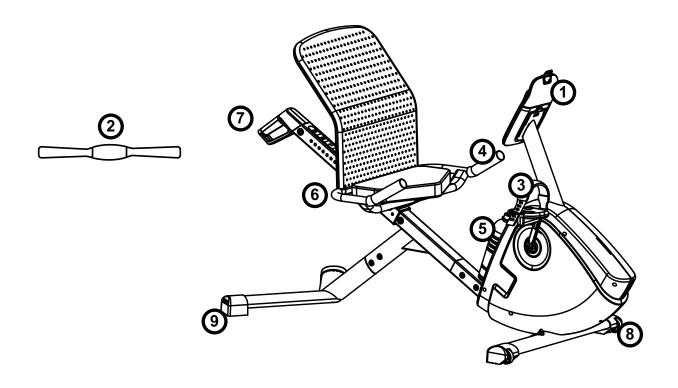
عجلات التحريك

Level adjuster Compensateur de niveau Compensador de nivel Niveauausgleicher Compensatore di livello Stelschroef niveau Compensador de nível Regulacja poziomu Szintbe állítás Компенсатор неровности пола Compensator de nivel Kompenzátor úrovne

Kompenzátor úrovně Nivåkompensator Компенсатор на нивото Seviye denkleştirici Kompenzator razine Nastavek za vodoravno poravnavo

Bô điều chỉnh cân bằng

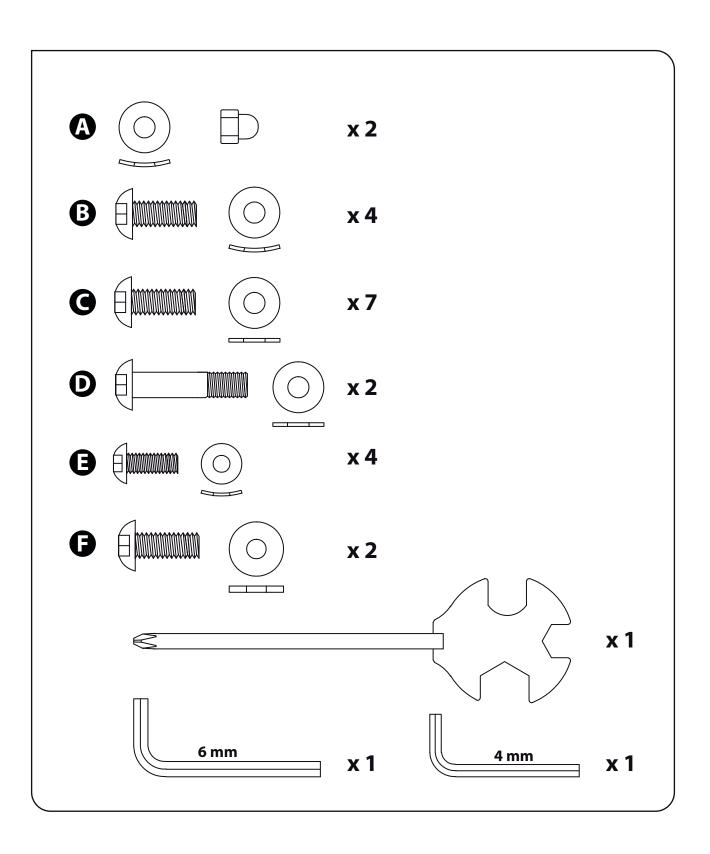
平衡补偿器 高さ調整 平衡補償器 ตัวปรับระดับ معدل المستوى

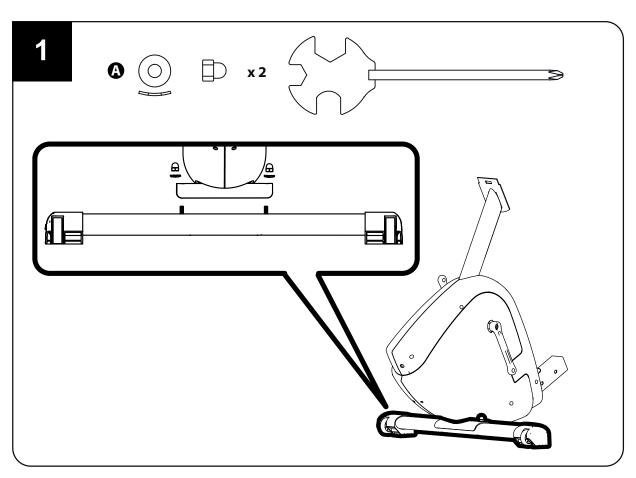


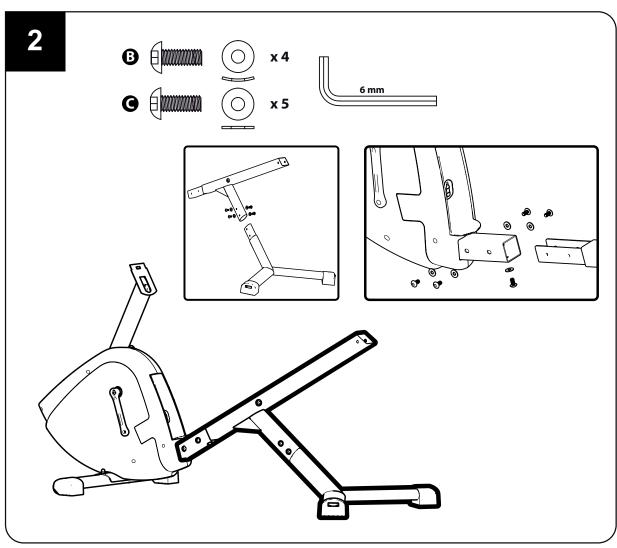
ASSEMBLY・MONTAGE・MONTAJE・MONTAGE・MONTAGGIO・MONTAGE・MONTAGEM・MONTAŻ・ÖSSZESZERELÉS・MOHTAЖ・MONTARE・MONTÁŽ・MONTÁŽ・MONTERING・MOHTAЖ・MONTAJ・MONTAŽA・MONTAŽA・

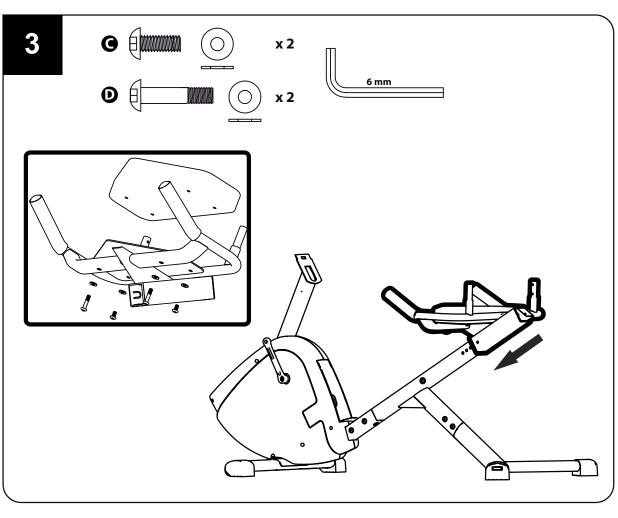
MONTAŽA・LÅP RÁP・安装・組み立て・安装・การประกอบ・

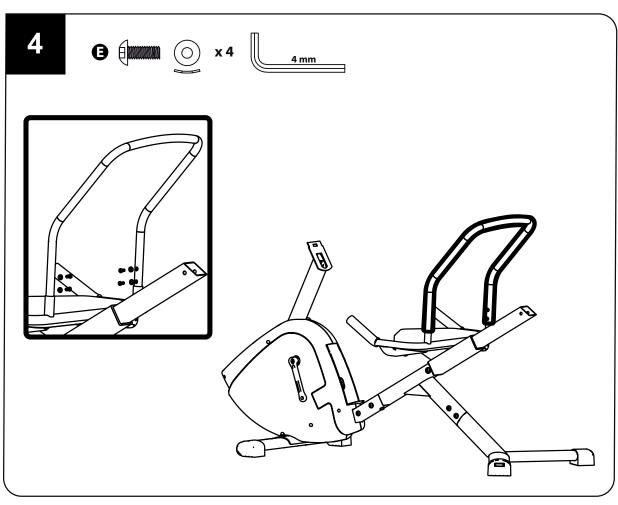
Line (Line (Line

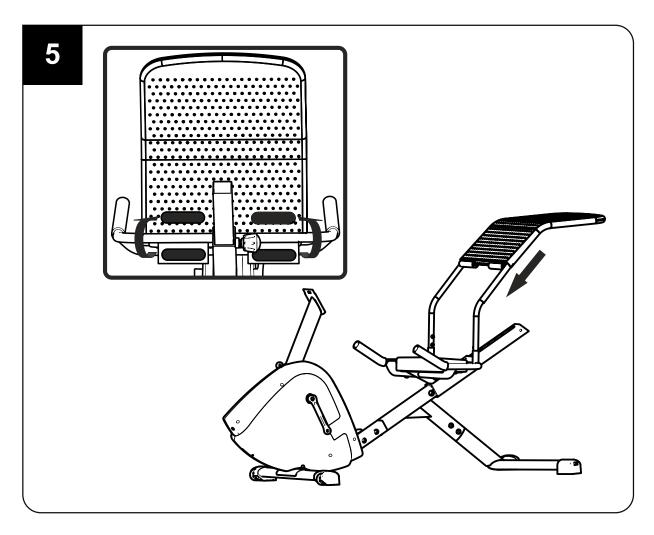


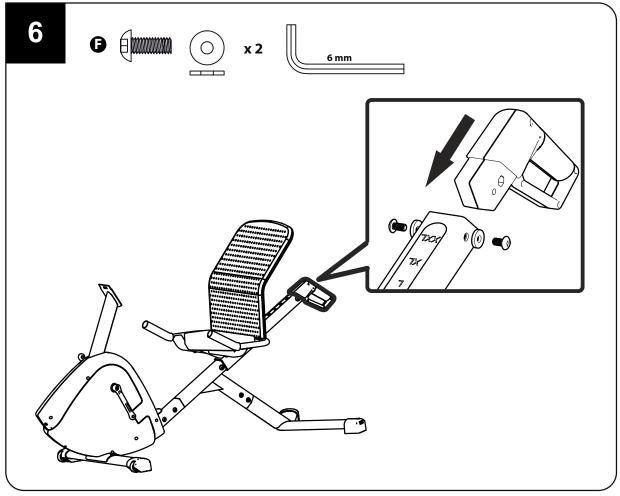


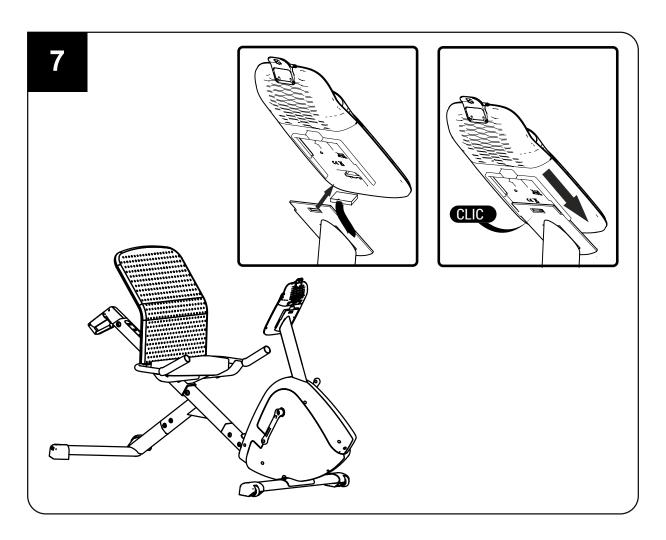


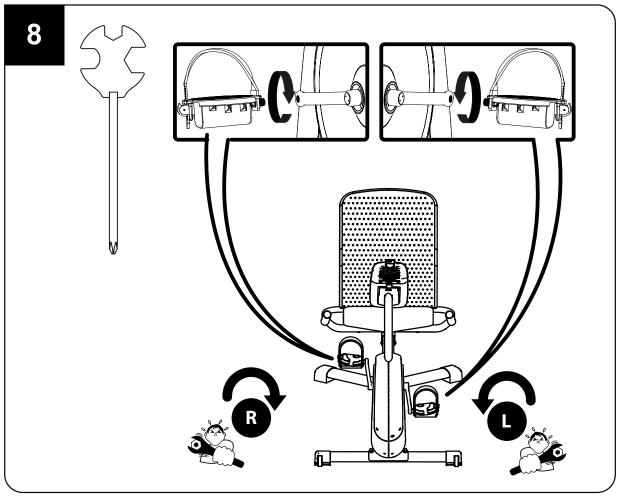


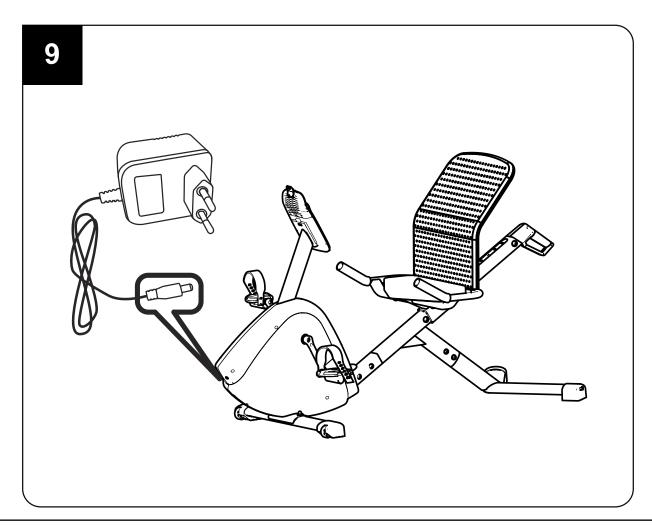




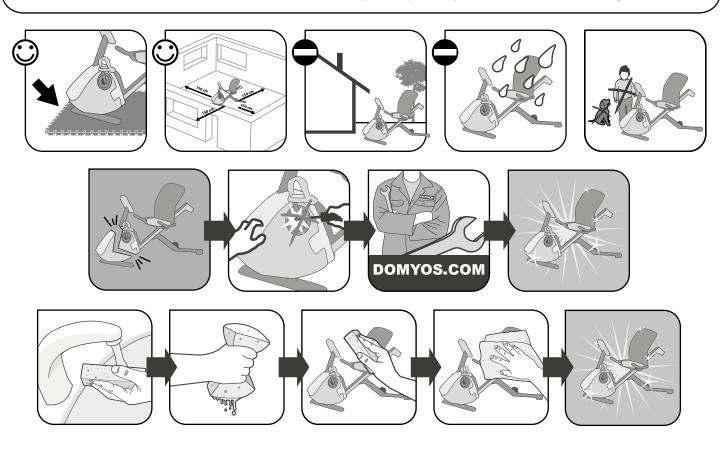


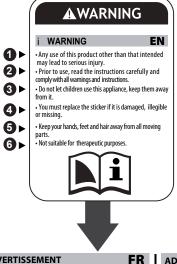


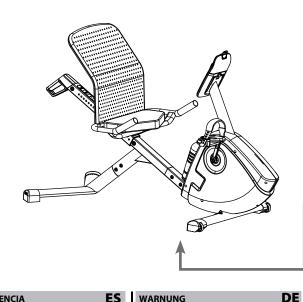




SECURITY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID • SEGURANÇA • BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • БЕЗОПАСНОСТЬ • SIGURANŢĂ • BEZPEČNOSŤ • BEZPEČNOSŤ • SÄKERHET • БЕЛОПАСНОСТ • EMNÍYET • SIGURNOST • VARNOST • AN TOÀN • 安全 • 安全 • ความปลอดภัย • ปไปป่







UNITED TO THE PROPERTY OF THE

AVERTISSEMENT

- Tout usage impropre de ce produit risque de provoquer des blessures
- graves.

 Avant toute utilisation, veuillez lire attentivement le mode d'emplo et respecter l'ensemble des avertissements et instructions qu'il contient Ne pas permettre aux enfants d'utiliser cette machine et les tenir éloignés
- · Si l'autocollant est endommagé, illisible ou manquant, il convient de le remplacer.
- Ne pas approcher vos mains, pieds et cheveux de toutes les pièces
- · Ne convient pas à des fins thérapeutiques

ADVERTENCIA

NL

- · El uso inapropiado de este producto puede provocar heridas graves.
- Antes de toda utilización, se ruega leer atentamente el manual de empleo y respetar todas las advertencias e instrucciones
- No permita que los niños utilicen esta máquina y manténgalos aleiados de esta última
- · Si el adhesivo aparece dañado, ilegible o ausente, conviene reemplazarlo. No acerque las manos, los pies ni el pelo a las piezas
- No adecuado para fines terapéuticos

WARNUNG

- Jeglicher unsachgemäße Gebrauch dieses Produktes kann
- schwerwiegende Verletzungen nach sich ziehen.

 Lesen Sie vor jeder Verwendung stets die Gebrauchsanweisung aufmerksam durch und halten Sie sich an alle darin enthaltenen Warnungen und Anleitungen.
- Kinder dürfen das Trainingsgerät nicht verwenden und sind dav femzuhalten.
- Beschädigte, unleserliche oder fehlende Aufkleber sind zu ersetzen Halten Sie Ihre Hände, Füße und Haare von den beweglichen Teilen
- Nicht f
 ür therapeutische Zwecke geeignet

OSTRZEŻENIA

AVVERTENZA

- Qualsiasi uso improprio di questo prodotto rischia di provocare aravi lesioni.
- Prima di qualsiasi utilizzo, leggere attentamente le istruzioni per l'uso e rispettare la totalità delle avvertenze e istruzioni che contengono Non permettere ai bambini di usare questa macchina e tenerli lontani
- Se l'adesivo è danneggiato, illeggibile o manca del tutto è necessario
- sostituirlo.
- Non avvicinare mani, piedi e capelli a nessuna delle parti in movimento.
 Non idoneo a fini terapeutici

WAARSCHUWING

• Elk onjuist gebruik van dit product kan ernstige verwondingen tot

- gevolg hebben. Lees voor gebruik aandachtig de gebruiksaanwijzing en zorg ervoor dat
- u alle hierin genoemde waarschuwingen en instructies in acht neemt Sta kinderen niet toe om gebruik te maken van dit product en zorg dat
- ze er niet in de buurt kunnen komen.

 Indien de sticker beschadigd, onleesbaar of verwijderd is, dan is het raadzaam deze te vervangen.
- Houd handen, voeten en haren uit de buurt van bewegende onderdelen.
 Niet geschikt voor therapeutische doeleinden

- Qualquer uso inadequado deste produto pode causar ferimentos graves. Antes de qualquer utilização, leia com atenção o manual de instruções respeite a totalidade dos avisos e instruções incluídos. Não permita que as crianças utilizem esta máquina e mantenha
- as afastadas da mesma.
- Se o autocolante estiver danificado, ilegível ou em falta, é aconselhável proceder à sua substituição. Não aproxime as mãos, pés e cabelos de todas as peças em movimento.
- Não adequado para fins terapêuticos

PL

SK

- Jakiekolwiek nieprawidłowe użytkowanie tego produktu grozi odniesieniem poważnych obrażeń.
- Przed rozpoczeciem użytkowania należy dokładnie przeczytać instrukcie obsługi, a następnie ściśle przestrzegać wszystkich zamieszczonych w nie
- sucezeni zatecen. Nie pozwałaci dzieciom, aby bawiły się urządzeniem. Dzieci powinny awsze pozostawać w bezpiecznej odległości. Jeżeli naklejka jest uszkodzona, nieczytelna lub nieobecna, należy
- vymienić ją na nową.
- Trzymać ręce, stopy i włosy w bezpiecznej odległości od ruchomych częśc
- Nieprzeznaczony do celów terapeutycznych

FIGYELMEZTETÉS

- A termék bármilyen helytelen használata súlyos sérüléseket okozhat.
- Használat előtt olvassa el figyelmesen a használati útmutatót és tartsa be a benne lévő figyelmeztetéseket és előírásokat.
 Ne engedje a gyermekeknek, hogy ezt a készüléket használják, és tartsa
- őket távol tőle.
- Ha a matrica megsérült, olvashatatlan vagy hiányzik, ki kell cserélni.
 Ne közelítse a kezeit, lábait és a haját a mozgásban lévő alkatrészeki Terápiás célokra nem alkalmas

ВНИМАНИЕ

RU В случае ненадлежащего использования данного изделия

- существует риск получения серьезных травм. Перед каждым использованием внимательно прочитайте перед каждым использованием внимательно прочитание инструкцию по эксплуатации. Соблюдайте все содержащиеся в ней предупреждения и указания.
 Не разрешайте детям использовать этот тренажер и находиться
- Если наклейка повреждена или отсутствует, или же информацик
- на ней невозможно прочитать, следует заменить наклейку.

 Руки, ноги и волосы не должны находиться вблизи каких-либо движущися деталей.

 Не подходит для терапевтических целей

RO

· Orice utilizare necorespunzătoare a acestui produs poate provoca leziun

BG

TH

- · Înainte de orice utilizare, vă rugăm să cititi cu atentie modul de utilizare și să respectați toate avertismentele și instrucțiunile pe care acesta le conține • Nu le permiteți copiilor să utilizeze acest aparat și nici nu-i lăsați să so
- apropie de acesta. · În cazul în care autocolantul este deteriorat, ilizibil sau lipsește
- Nu apropiați mâinile, picioarele sau părul de piesele componente aflate în
- A nu se utiliza în scopuri terapeutice

AVERTISMENT

UPOZORNENIE

- Akékoľvek nevhodné použitie môže mať za nasledok vážne oranenia
- Pred použitím si pozorne prečítajte návod na použitie a dodržiavajt všetky varovania a pokyny, ktoré obsahuje.
- vsetky varovania a pokyny, które obsanuje. Nedovoľte deťom, aby tento prístroj používali a mali k ňomu prístup. Ak je samolepiaci štítok poškođený, nečitateľný alebo chýba, odporúča s ho vvmeniť.
- Nedávajte ruky, nohy a vlasy do blízkosti pohyblivých dielov.

UPOZORNĚNÍ

- Nesprávné používání tohoto výrobku může vést k vážným zraněním každým použitím si pečlivě přečtěte návod k použití a dodržujte
- veškerá upozornění a pokyny v něm obsažené. Nedovolte dětem používat tento stroj a uchovávejte jej mimo jejich dosah.
 Je-li samolepka poškozená, nečitelná nebo pokud chybí, doporučuje se ji
- vvměnit.
- Nepřibližujte ruce, chodidla a vlasy k pohybujícím se částem

VARNING

- Felaktig användning av produkten kan orsaka allvarliga skador.
 Innan produkten tas i bruk bör du läsa bruksanvisningen och följa alla varningar och instruktioner som finns däri.
- Låt inte barn använda denna maskin, utan se till att hålla dem borta
- Om dekalen är skadad, oläslig eller saknas, bör den bytas ut. Håll händer, fötter och hår på avstånd från maskinens rörliga delar
- Inte lämplig för behandlingssyften

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Всяка употреба на уреда не по предназначение може да доведе до
- риск от сериозни наранявания. Преди всяка употреба, моля прочетете внимателно ръководството за употреба; спазвайте всички съдържащи се в него предупреждения
- и инструкции. Не разрешавайте на деца да ползват уреда; дръжте децата дал
- от уреда. Ако маркировката е повредена, нечетлива или липсва, сменете я.
- Не доближавайте ръцете, краката и косата си до движещите се елементи.
- Не е подходящо за терапевтични цели

TR UYARI

- Bu ürünün uygun bir şekilde kullanılmaması ciddi yaralanmalara
- Kullanımdan önce, kullanım kılavuzunu dikkatlice okuyun ve içerdiği uyarıların ve talimatların tamamını dikkate alın. Çocukların bu makineyi kullanmasına izin vermeyin ve onları makineden
- Kendinden yapışkanlı etiket zarar görmüş, okunaksız veya yerinde
- değil ise, yerine yenisinin konulması gerekir. Ellerinizi, ayaklarınızı ve saçlarınızı hareket halindeki hiçbir parçaya yaklaştırmayın.
- Terapötik amacla kullanılamaz

UPOZORENJE

- Svaka zlouporaba ovog proizvoda može uzrokovati ozbiljne ozljede
- Prije uporabe pažljivo pročitajte upute za uporabu i slijedite sva upozorenja i instrukcije sadržane u njemu.
- Nemojte dopustiti djeci da koriste taj stroj i držite ih podalje od njega. Ako je naljepnica oštećena, nečitljiva ili nedostaje, trebalo bi je zamijeniti.
- Ne približavajte vaše ruke, noge i kosu pokretnim dijelovima.
- Nije prikladno za terapijske syrhe

OPOZORILO

- SL Neustrezna raba tega izdelka lahko povzroči resne poškodbe.
- Pred uporabo natančno preberite navodila in upoštevaite vsa opozorila, ki jih navodila vsebujejo Otroci ne smejo uporabljati te naprave
 Otrok ne pustite v bližino naprave. • Če je nalepka poškodovana, neberljiva ali manjka, namestite
- Rok, nog in las ne približujte premičnim delom naprave.

CHÚ Ý

- Lam dụng máy tập này có thể gây ra chấn thương nghiệm trong. -Đọc kỹ hướng dẫn trước khi sử dụng, phải tuân thủ đúng theo các hướng dẫn và các cảnh báo khi sử dụng máy tập. Không cho trẻ em sử dụng máy tập này và không cho chúng lại gắn máy
- . Nếu các nhãn dán bị hỏng, không đọc được hoặc bị mất, nên thay thế nhãn
- Không để tay, chân hay tóc gắn các bộ phân của máy khi đang hoạt động.

注意事项

- 本产品的不适当使用可能会造成严重受伤。
- 使用前请仔细阅读说明书 遵守说明书中的注意事项和使用说明。
- •请勿让儿童使用本产品
- 并将其放置于远离儿童的地方。 如果产品上粘贴的说明出现损坏
- 无法阅读或缺失的情况,请将其替换。 •请勿将手脚或头发靠近正在转动的部件。
- 不活用干治疗目的

ZH

この商品の不適切なすべての使用法は、 重傷を引き起こすおそれがあります。
・ ご使用の前に、使用マニュアルを注意深くお 読みになり、警告と使用法を守ってください。
・ 子供にはこの機器を使用させないでください。
またその手の届かない場所に保管してください。
シールが破損、判読不可能、はがれている場合は交換してください。
を無数ののださい。

作動中のパーツには手や足、 髪を近づけないでください。治療目的にはお使いいただけません

- 注意事項 本産品的不適當使用可能會造成嚴重受傷。
- 請仔細閱讀使用說明并遵循注意事項進行使用。
- 不可讓兒童接觸或使用該器材。 • 如器材上的貼標破損、模糊或缺失
- 須進行更換。 •請勿將手腳或頭發靠近正在轉動的部件。
- 不適用於治療之目的

คำเตือน การใช้งานผลิตภัณฑ์นี้ด้วยวิธีที่ไม่เหมาะสมอาจก่อ

Không dùng cho các mục đích điều trị bệnh

- ห้เกิดการบาดเจ็บรุนแรงได้ ก่อนการใช้งาน โปรดอ่านอ่นือวิธีใช้งานอย่างละเดียดและปฏิบัติ
- ากอนการาชงาน การการกฎมอ รราชานออกพระออกและ ธภูมห กามคำเพื่อนรวมถึงคำแนะนำทั้งหมดของคู่มือตั้งกล่าว โปรคระ วังอย่าให้เด็กใช้งานอุปกรณ์นี้รวมถึงอย่าปล่อยให้เด็กเข้าใก
- ล้อปกรณ์ด้วย รู____ หากสตี๊กเกอร์ชำรุด อ่านไม่ออก หรือหายไป
- โปรดหาสตึกเกอร์ใหม่มาทดแทน โปรดอย่าน่ามือ เท้า หรือเส้นผม เข้าใกล้ขึ้นส่วนที่กำลังเคลือนใหวอยู่ ไม่เหมาะสำหรับใช้เพื่อวัตถุประสงค์การบำบัดรักษาโรค

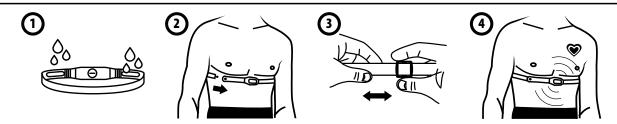
AR

• يمكن لسوء استخدام هذا المنتج أن يتسبب في إصابات

تنبيه

بيمكن سبوء استخدام هداء انقشي أن يسبب مي إسهب - قبل أي استخدام، يرجى قراءة دليل الاستخدام بعناية وإنباع - هدية التخديرات والأرشادات الواردة قد هذا الأخير عد حالة تف الملصق، أو فقدانه أو أصبح من الصعب قراعي، وينبغي استداله في هذه الحالة، - لا تقرب يديك وقدميك وشعرك من جميع الأجزاء المتحركة، غير مناسبة للأغراض العلاجية

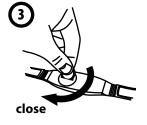
FITTING THE HEART RATE MONITOR BELT • INSTALLATION DE LA CEINTURE CARDIOFRÉQUENCEMÈTRE • INSTALACIÓN DEL CINTURÓN CARDIOFRECUENCÍMETRO • ANLEGEN DES HERZFREQUENZMESSGURTS • INSTALLAZIONE DELLA CINTURA CARDIOFREQUENZIMETRO • PLAATSING VAN DE BORSTBAND VOOR HARTSLAGMETING • INSTALAÇÃO DO CINTO CARDIOFREQUENCÍMETRO • INSTALAÇÃO PASA PULSOMETRU • A SZÍVRITMUSMÉRŐ ÖV ELHELYEZÉSE • ПОДКЛЮЧЕНИЕ ПУЛЬСОМЕТРА • INSTALAREA CENTURII CARDIOFRECVENTMETRU • UMIESTNENIE PÁSU MERAČA TEPOVEJ FREKVENCIE • UMÍSTĚNÍ PÁSU MĚŘIČE TEPOVÉ FREKVENCE • INSTALLATION AV HJÄRTFREKVENSBÄLTET • ПОСТАВЯНЕ НА КОЛАНА НА ПУЛСОМЕРА • KARDİYOFREKANSMETRE KEMERİNİN YERLESTİRİLMESİ • POSTAVLJANJE UREDAJA ZA MJERENJESRČANEFREKVENCIJE • NAMESTITEV PASU ZA MERJENJE SRČNEGA UTRIPA • CÀI ĐĂT ĐỒNG HÒ ĐO NHỊP TIM • 心率测量胸带的安装 • 心拍数測定ベルトの設置 • 心率測量胸帶的安裝 • وضع حزام مقياس ضربات القلب • การติดตั้งเข็มขัดวัดการเตนของหัวใจ • وضع



CHANGING THE BATTERY • CHANGEMENT DE LA PILE • SUSTITUCIÓN DE LA PILA • AUSWECHSELN DER BATTERIE • SOSTITUZIONE DELLA PILA • BATTERIJ VERVANGEN • SUBSTITUIÇÃO DA PILHA • WYMIANA BATERII • AZ ELEM CSERÉJE • ЗАМЕНА БАТАРЕИ • SCHIMBAREA BATERIEI • VÝMENA BATÉRIE • VÝMĚNA BATERIE • BATTERIBYTE • СМЯНА НА БАТЕРИЯТА • PÌL DEĞİSTİRME • MIJENJANJE BATERIJA • ZAMENJAVA BATERIJE • THAY PIN • 电池的更换 • バッテリーの交換 • 電池的更換 • การเปลี่ยนแบตเตอรี่ • تغيير البلية









RECYCLING

The "crossed-out bin" symbol means that this product and the batteries it contains must not be thrown away with general household waste. They are subject to a specific type of sorting. Please take the batteries and your unusable electronic product to an authorised collection point for recycling. This treatment of your electronic waste will protect the environment and your health.

RECYCLAGE

Le symbole "poubelle barrée" signifie que ce produit et les piles qu'il contient ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposezles batteries ainsi que votre produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permettra la protection de l'environnement et de votre santé.

RECICI A IF

El símbolo de la papelera tachada significa que este producto y las pilas que contiene no podrán tirarse con los residuos domésticos. Son objeto de una selección específica. Deposite las baterías, así como su producto electrónico al final de su vida en un espacio de recogida autorizado para su reciclaje. Esta evaluación de los residuos electrónicos permitirá la protección del medio ambiente y de su salud.

ENTSORGUNG

Das Symbol "durchgestrichene Mülltonne" bedeutet, dass dieses Produkt sowie die darin enthaltenen Batterien nicht mit dem Hausmüll zu entsoraen sind. Sie werden mit dem Spezialmüll entsorgt. Entsorgen Sie Batterien sowie Ihr Elektrogerät am Lebensende zum Recycling bei einer genehmigten Sammelstelle Die Wiederverwertung elektronischer Abfälle ermöglicht den Schutz der Umwelt und Ihrer

RICICLAGGIO

Il simbolo del "cestino barrato" significa che questo prodotto e le pile che esso contiene non possono essere smaltiti con i rifiuti domestici Sono l'oggetto di una specifica raccolta differenziata. Consegnare le batterie insieme al prodotto elettronico a fine cio di vita in uno spazio di raccolta autorizzato per riciclarli. Questa valorizzazione dei rifiuti elettronici permetterà la protezione dell'ambiente e della salute.

RECYCLING

Het symbool « doorkruiste vuilnisbak » betekent dat dit product en de batterijen erin niet weggegooid mogen worden met het huisafval. Ze maken deel uit van een specifiek sorteerproces. Werp de batterijen evenals uw elektronisch product aan het einde van de levensduur in een daarvoor bestemde container teneinde deze te recyclen. Deze recycling van uw elektronisch afval zal het milieu en uw gezondheid beschermen.

RECICI AGEM

O símbolo "caixote do lixo com traço por cima significa que este produto e as pilhas que contém não podem ser deitados fora com o lixo doméstico. Estão sujeitos a uma triagem selectiva específica. Coloque as pilhas bem como o seu produto electrónico em fim de vida num espaço de recolha autorizado de forma a proceder à sua reciclagem. Esta reciclanem dos seus resíduos electrónico permitirá a protecção do ambiente e da saúde.

RECYKLINGU

Symbol "przekreślonego kosza" oznacza, że ani produkt ani baterie nie mogą być wyrzucane do odpadów komunalnych. Podlegają one zbiórce selektywnej. Zużyte baterie i urządzenie elektroniczne powinny być pozostawione w autoryzowanym punkcie zbiórki w celu poddania ich recyklingówi. Zapewnia to ochronę środowiska naturalnego oraz zdrowia użytkownika

Az « áthúzott szemetesedény » szimbólum azt ielzi, hogy sem ezt a terméket, sem a benne levő elemeket nem szabad a háztartási szemétbe dobni. Ezeket speciális válogatásnak vetik alá. A használt elemeket és a tovább már nem használható elektronikus terméket újra hasznosítás céljából

adja le egy engedélyezett gyűjtőhelyen. Az elektronikai hulladék újra hasznosítása védi a környezetet és az Ön egészségét.

ПЕРЕРАБОТКА

Знак перечеркнутой мусорной корзины означает, что настоящее изделие, а также батарейки, входящие в его состав, нельзя выбрасывать вместе с бытовыми отходами Они поллежат отлельной утилизации. По окончании срока эксплуатации батареек и электронного изделия отнесите их в специально отведенное для этого место для последующей утилизации. Дальнейшее повторное использование электронных изделий направлено на защиту окружающей среды и Вашего здоровья.

RECICLARE

Simbolul "coş de gunoi barat" semnifică faptul că acest produs și bateriile pe care le conține nu pot fi aruncate împreună cu deseurile menaiere Acestea fac objectul unei trieri selective specifice Depozitați bateriile, dar și produsul electronic uzat, într-un spațiu de colectare autorizat pentru a fi reciclate. Această valorificare a deseurilo electronice va contribui la protecția mediului

RECYKLÁCIA

Symbol "prečiarknutý smetný kôš" značí, že tento produkt a batérie, ktoré obsahuje, nesmú byť odhodené s domácim odpadom. Musia byť selektívne a špecificky triedené. Odovzdajte batérie a jelektronický rrodukt na konci životnosti do povolených zberných priestorov na recyklovanie. Takéto zhodnotenie elektronického odpadu chráni životné prostredie a vaše zdravie.

Symbol "přeškrtnuté popelnice" znamená, že tento výrobek a použité baterie nesmí skončit v popelnici spolu s ostatním domácím odpadem, Použité baterie a elektronické přístroje odneste do autorizované sběrny, kde budou recyklovány, Toto třídění vašeho elektronického odpadu umožňuje ochranu životního prostředí a vašeho

ÅTERVINNING

Den överkorsade soptunnan innebär att produkten och dess batterier inte kan slängas bland hushållssoporna. De måste sopsorteras. Lämna in batterierna och den kasserade elektroniska

apparaten till en auktoriserad återvinningscentral. Om du gör dig av med ditt elektriska avfall på detta vis skonar du miljön och din egen hälsa.

РЕЦИКЛИРАНЕ

Знак "задраскано кошче за боклук" означава, че този продукт и съдържащите се в него батерии не могат да се изхвърлят заедно с домакински отпадъци. Те трябва да се събират разлелно. Изхвърлете батериите и стария електронен уред на разрешеното за целта място за рециклиране. Това преработване на Вашите електронни уреди ще позволи да се защити околната среда и Вашето здраве.

GERI DÖNÜŞÜM

"Üzeri çizgili çöp tenekesi" sembolü, bu ürün ve içerdiği pillerin normal ev atıklarıyla birlikte atılamayacağı anlamına gelmektedir. Bunların özel olarak ayrılıp atılmaları gerekmektedir. Batarvaları ve kullanım ömrü sona eren elektronik ürününüzü, geri dönüşümleri sağlanmak üzere bir toplama alanına bırakınız. Elektronik atıklarınızın bu sekilde değerlendirilmesi çevrenin ve sağlığınızın korunmasını sağlayacaktır.

RECIKLAŽA

Simbol "prekrižene kante za otpatke" označava da se proizvod i baterije koje se u njemu nalaze ne smiju odložiti zajedno s kućanskim otpadom. Oni podliježu posebnom načinu razvrstavanja otpada. Baterije i elekronički proizvod koji se više ne može koristiti predajte ovlaštenom prikupljalištu za reciklažu. Ovakvim načinom zbrinjavanja električnog i elektroničkog otpada štitité okoliš i svoje zdravlje.

RECIKI IRAN IE

Znak »prečrtan zabojnik za odpadke« pomeni, da tega izdelka in baterij, ki jih vsebuje, ne smemo odlagati v zabojnik za splošne gospodinjske odpadke. Zanje se uporablja posebno ločeno zbiranje. Baterije in odpadno elektronsko opremo odložite na zbirnem mestu za recikliranie S takšnim ravnanjem boste zaščitili okolje in

Biểu tượng "thùng rác gạch chéo" có nghĩa là sản phẩm này và pin của sản phẩm không được vứt bỏ cùng với rác thải sinh hoạt chung. Cấn phải phân loại sản phẩm cu thể. Xin vui lòng tháo pin

và sản phẩm điện tử không sử dụng đến điểm thu gom chỉ định để tái chế. Cách xử lý này rác thải điện tử này sẽ bảo vệ môi trường và sức khỏe của ban.

回收 "划杠垃圾箱"标志表明该产品及其电池不可 作为生活垃圾丢弃。必须进行专门的筛选。 将电池和电子产品一起放在专门的回收中心。 这种对电子产品的处理措施有利于保护环境 和您的身体健康

リサイクル 「斜め線の入ったごみ箱!マークは、 要ないことを示します。据定の選別づミとして 処理してください。寿命に違したパッテリー や電化製品は、リサイクルごみとして回り ・キャーサールコントリー く処理する あなたの健康と環境の保護につながります。

四收 "打交叉的垃圾箱"標誌表明該產品及其電池 不可作為生活垃圾丟棄。必須進行專門的篩選。 將電池和電子產品一起放在專門的回收中心。 這種對電子產品的處理措施有利於保護環境和

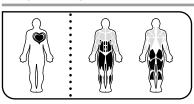
สัญลักษณ์รูป "ถังขยะที่มีเครื่องหมายกากบาท แนะเกษะรูป แรงอะกมสารอาการเอาการเกราะ หมายความว่าท้ามที่ผลิติกลับชน์และแบนคลอรีนีปะปนกับขยะ ในครัวเรือน สิงเหล่านี้ต้องมีการแยกประเภทเฉพาะ โปรคน้ำแบดเคอรีและผลิคภัณฑ์อิเล็กทรอนิกส์ที่ไม่สามารถใ ข้งานได้ไปยังจุดเก็บรวบรวมสำหรับการริไขเคิลที่ได้รับอนุญาต การบำบัดของเสียอิเล็กทรอนิกส์ของคุณจะช่วยปกป้องสิ่งแวด ล้อมและสุขภาพของคุณ

إعادة التوبر يُست برمز "سلة الميملات ذات علامة عم" إنه يجب حم خلط هذا الشتع ما يوديه من بطاراتك مع مخلفات المنزل العادية. فيما يختسنان المسئون حدث برجاء أخذ الطار بان وجهارك الأوكر رفي عنر المساح المتخدا إلى تقطأة تجين التوبر المخلفات مصرح بها. إن تعاملك مع نفياتك الإمكر ونية على هذا النحو إنما يحمى البيئة ويحمى صدتك.

Vous avez choisi un produit de la marque DOMYOS et nous vous remercions de votre confiance.

Que vous soyez débutant ou sportif de haut niveau, DOMYOS est votre allié pour rester en forme ou développer votre condition physique. Nos équipes s'efforcent toujours de concevoir les meilleurs produits pour votre usage. Si toutefois vous avez des remarques, des suggestions ou des questions, nous sommes à votre écoute sur notre site DOMYOS.COM. Vous y trouverez également des conseils pour votre pratique et une assistance en cas de besoin.

PRESENTATION



Le E SEAT BIKE est un vélo assis de remise en forme. Ce vélo est conçu pour vous offrir un maintien du dos optimal pendant votre entraînement. Il est équipé d'une transmission magnétique pour un grand confort de pédalage sans à-coups.

AVERTISSEMENT

La recherche de la forme doit être pratiquée de façon CONTROLÉE. Avant de commencer tout programme d'exercice, consultez votre médecin. Cela est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou ayant eu des problèmes de santé auparavant et si vous n'avez pas fait de sport depuis plusieurs années. Lisez toutes les instructions avant utilisation.

RECOMMANDATION GENERALES

- Il revient au propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs du produit sont informés comme il convient de toutes les précautions d'emploi.
- 2. DOMYOS se décharge de toute responsabilité concernant des plaintes pour blessure ou pour des dommages infligés à toute personne ou à tout bien ayant pour origine l'utilisation ou la mauvaise utilisation de ce produit par l'acheteur ou par toute autre personne.
- N'utilisez pas le produit dans tout contexte commercial, locatif ou institutionnel.
- Il est de la responsabilité de l'utilisateur d'inspecter et visser si nécessaire toutes les pièces avant chaque utilisation du produit.
- 5. Pour la protection de vos pieds pendant l'exercice, portez des chaussures de sport. Ne pas porter de vêtements amples ou pendants qui risquent d'être pris dans la machine. Retirez tous vos bijoux. Attacher vos cheveux afin qu'ils ne vous gênent pas pendant l'exercice.
- Si vous ressentez une douleur ou si vous êtes pris de vertiges alors que vous faites de l'exercice, arrêtez immédiatement, reposez-vous et consultez votre médecin.

- 7. Ne pas approcher vos mains et pieds des pièces en mouvement.
- 8. Ne laissez pas dépasser les dispositifs de réglage.
- 9. Les personnes portant un stimulateur cardiaque, un défibrillateur ou tout autre dispositif électronique implanté sont averties qu'elles utilisent le capteur de pulsations à leurs risques et périls. Avant la première utilisation, un exercice test sous le contrôle d'un médecin est donc recommandé.
- 10.Il est déconseillé aux femmes enceintes d'utiliser le capteur de pulsations.
- 11. Toute opération de montage/démontage sur le produit doit être effectuée avec soin.
- 12.AVERTISSEMENT! Les systèmes de surveillance du rythme cardiaque peuvent manquer de précision. Un surmenage peut entraîner de graves blessures, voire la mort. Toute sensation de douleur ou malaise doit être suivie d'un arrêt immédiat de l'entraînement.

REGLAGES

Avertissement : il est nécessaire de descendre du vélo pour procéder à tout réglage (selle, guidon)

SIÈGE

En position assise avec le dos bien calé contre le dossier, vos genoux doivent être légèrement fléchis quand les pédales sont au plus loin. Vous devez descendre du vélo avant de régler la position du siège.

- 1- Dévissez la molette de réglage.
- 2- Tirez la molette et réglez votre siège à la position souhaitée.
- 3- Relâchez la molette et vérifiez qu'elle se bloque dans l'un des trous prévu à cet effet.
- 4 -Serrez à fond

SANGLE DES PÉDALES

Desserrez la fixation sous la pédale, ajustez la sangle et resserrez la fixation.

MISE À NIVEAU DU VÉLO

En cas d'instabilité du vélo pendant l'utilisation, tourner l'un des embouts d'extrémité en plastique du pied support arrière ou les deux jusqu'à la suppression de l'instabilité.

DEPLACEMENT DE VOTRE PRODUIT



Placez-vous à l'avant de votre produit, tenez le guidon fixe et tirez-le vers vous. Quand votre produit est en appui sur les roulettes de déplacement,

vous pouvez le déplacer. Lorsque le déplacement est terminé, accompagnez le retour des pieds arrière vers le sol.

Votre console propose de nombreuses fonctions pour enrichir votre pratique. Vous trouverez ci-dessous l'ensemble des indications pour l'utiliser facilement.

■ PRÉSENTATION



Bouton (ok) Bouton central pour allumer la console, valider vos choix, démarrer une séance d'entraînement.

Bouton Naviguer dans le menu choix du programme.

Bouton (Quitter un programme, revenir au menu principal, éteindre la console.

Bouton _ + Régler (augmenter ou diminuer) la difficulté de pédalage, régler (augmenter ou diminuer) vos paramètres.

Bouton 🕜 Vitesse en km/h (ou Mi/h).

Bouton Temps restant avant la fin de la séance (ou temps cumulé depuis le début de la séance, dans le cas d'une séance à démarrage rapide). Permet également de paramétrer le temps total de pratique lors d'un programme.

Bouton Fréquence cardiaque en battement par minute. Permet également de paramétrer sa fréquence cardiaque maximum.

Bouton Distance en km (ou Mi). Permet également de paramétrer la distance totale à parcourir lors d'un programme.

Interrupteur de sélection : Sélectionner votre type d'appareil (VE, Ro,VM).

VE: vélo elliptique VM: vélo d'appartement

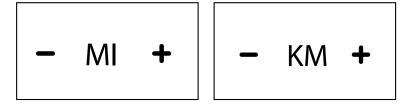
RO: rameur

RESET: Réinitialiser la sélection.

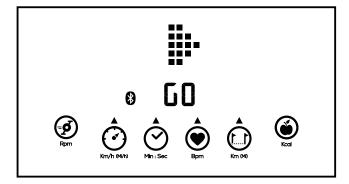
■ SÉLECTION KM / Mi

Par défaut, votre console vous donne les indications de distance et vitesse en km et km/h. Pour passer en unité Miles (Mi):

- 1. Éteindre la console.
- 2. Appuyer plus de 3 secondes sur le bouton central (OK)
- 3. Sélectionner l'unité avec les boutons +.
- 4. Valider en appuyant sur le bouton central $(o\kappa)$, la console se met automatiquement sur l'écran d'accueil.



■ ÉCRAN D'ACCUEIL



C'est le premier écran qui s'affiche lorsque vous allumez la console.

■ MENU

Paramétrage de la fréquence cardiaque maximum.

À partir de l'écran d'accueil, appuyer sur le bouton pour accéder au menu de réglage de la fréquence cardiaque maximum.



Régler votre fréquence cardiaque maximum en appuyant sur les boutons + ou - .

Valider en appuyant sur le bouton (ok)

Calcul de la fréquence cardiaque maximum (FC max):

Pour les femmes: 226 - l'âge. Pour les hommes: 220 - l'âge.

Ajustement par rapport au niveau de pratique:

Ajouter +10 pour les débutants, personnes non entraînées.

Rester sur le calcul de base ci-dessus pour les pratiquants occasionnels.

Enlever -10 pour les pratiquants réguliers.

La FC max, en lien avec l'objectif:

Un voyant lumineux ♥ changera de couleur en lien avec votre objectif.

< 60 % FC MAX (BLEU) => phase de récupération de la FCMAX

entre 60% et 69% de la FC MAX (VERT) => reprise en douceur

entre 70% et 79% de la FC MAX (JAUNE) => perte de poids

entre 80% et 89% de la FC MAX (ORANGE) => amélioration de l'endurance

> 90 % FC MAX (ROUGE) => amélioration de la performance

Sachez que, pour connaître vos zones cibles, il est recommandé d'effectuer un test d'effort chez un cardiologue.

■ DÉMARRAGE RAPIDE

Commencer à pédaler.

Vous pouvez commencer votre séance.

Pour ajuster la difficulté de pédalage, appuyer sur les boutons + ou - .

Pour faire une pause, arrêtez de pédaler pendant 2 secondes.

Pour reprendre votre séance (dans la limite de 15 minutes après le début de la pause), remettez-vous à pédaler.

Pour arrêter la séance avant la fin, appuyer sur le bouton (🖘)

Pour éteindre la console, appuyer longuement sur le bouton (🖜) une fois revenu sur l'écran d'accueil.

La console s'éteint automatiquement après 15 minutes d'inactivité.

PROGRAMMES

Sélectionner le menu programmes en appuyant sur le bouton 🕕.



Dans le menu programmes, sélectionner le profil parmi les 9 proposés en utilisant le bouton 📦 ou les boutons + et 🗕 Si vous validez en appuyant sur le bouton (or) ou (or), vous régler le temps de pratique en utilisant les boutons + et -, puis valider en appuyant sur le bouton (ok) ou commencer à pédaler (par défaut le temps de pratique est de 30 minutes).

Si vous validez en appuyant sur le bouton , vous paramétrez la distance totale à parcourir en utilisant les boutons + et -, puis valider en appuyant sur le bouton (ok) ou commencer à pédaler (par défaut la distance totale à parcourir est de 5 km).

Vous pouvez commencer votre séance.

Pour ajuster la difficulté de pédalage, appuyer sur les boutons + ou -.

Pour reprendre votre séance (dans la limite de 15 minutes après le début de la pause), remettez-vous à pédaler.

Pour arrêter la séance avant la fin, appuyer sur le bouton (🕤).

Pour éteindre la console, appuyer longuement sur le bouton 🕤 une fois revenu sur l'écran d'accueil.

La console s'éteint automatiquement après 15 minutes d'inactivité.

Profils de programme

Temps par défaut = 30 minutes (sauf «Quick-Start» où le temps s'incrémente) ajustable en appuyant sur les touches + et −. Un carreau vertical (5 en tout) = 3 niveaux de résistance.

Mode «QUICK-START»:



Bénéfice: Utilisation rapide.

Description: S'installer sur le vélo et pédaler tout simplement!

1. Programme «FIT1»:



Bénéfice: Remise en forme.

Description: Reprise en douceur avec légères variations d'intensité.

2. Programme «FIT2»:



Bénéfice: Entretenir sa forme.

Description: Deux pics d'effort inclus dans une séquence d'entraînement qui comprend une phase progressive (montée) puis dégressive (descente).

3. Programme «KCAL 1»:



Bénéfice: Perte de poids 1.

Description: «Double plateau à intensité faible, maintenir un rythme assez rapide

sur la session d'entraînement.

Conseil: Garder les mains fixes de préférence pendant l'effort».

4

4. Programme «KCAL2»:



Bénéfice: Perte de poids 2.

Description: Intervalles de faible intensité afin de se maintenir en zone cible, en associant une sollicitation musculaire plus importante que sur le niv 1.

5. Programme «KCAL3»:



Bénéfice: Perte de poids 3.

Description: Maintenir un bon volume de travail tout au long de l'entraînement qui comprend une phase progressive, un plateau et une phase dégressive. Dépense de calories importante.

6. Programme «SOFT:



Bénéfice: 5 km.

Description: Parcourir cinq kilomètres au rythme et à une intensité modérée.

7. Mode «PERF1»:



Bénéfice: Perfomance 1.

Description: Double ascension, adapter le rythme en fonction du niveau de résistance. Pour un engagement musculaire plus important : Résistance élevée = rythme plus faible.

8. Programme «PERF2»:



Bénéfice: Perfomance 2.

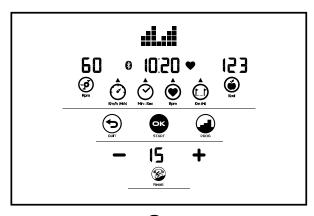
Description: Intervalles de haute intensité pour améliorer son endurance et la sollicitation musculaire. Il faut garder le même rythme tout au long de la séance. Résistances plus faibles = phases de récupération.

9. Programme «PERF3»:



Bénéfice: Performance 3.

Description: Intervalles de haute intensité pour améliorer son endurance et la sollicitation musculaire. Il faut garder le même rythme tout au long de la séance. Résistances plus faibles = phases de récupération.



- 1. Calories brûlées en Kcal
- 2. Nombre de tours de pédale par minutes (ou rpm) ()
- 3. Fréquence cardiaque en battement par minute (appuyer sur le bouton 💜)
- 4. Distance en km (ou Mi) (appuyer sur le bouton ()
- 5. Vitesse en km/h (ou Mi/h) (appuyer sur le bouton ()
- 6. Temps restant afin la fin de la séance (ou temps cumulé depuis le début de la séance, dans le cas d'une séance à démarrage rapide) (appuyer sur le bouton ()
- 7. Niveaux de résistance (échelle d'intensité de l'effort)



8. Indicateur de zone cardiaque 🖤

RÉCAPITULATIF DES PERFORMANCES

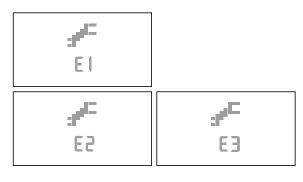


Le récapitulatif de vos performances s'affiche automatiquement à la fin de votre séance pendant la période de récupération de 2 minutes. Vous pouvez ainsi visualiser:

- votre fréquence cardiaque moyenne (si vous avez porté une ceinture cardiofréquencemètre de type analogique non codée pendant votre séance);
- une estimation du nombre de calories brûlées;
- votre vitesse moyenne;
- la distance parcourue.

Pour ajuster la difficulté de pédalage, appuyer sur les boutons + ou - .

Pour arrêter le récapitulatif de vos performances avant la fin, appuyer longuement sur le bouton central.



Votre console ne s'allume pas:

- Vérifiez le branchement de l'adaptateur sur le vélo;
- Vérifiez la connexion des câbles au dos de la console et à l'intérieur de l'armature (étape de montage n°5).

Si le problème persiste, consultez le tableau en dernière page de votre notice d'utilisation. L'écran de ma console affiche «E1», «E2», «E3»:

Contacter le service après vente Domyos (cf dernière page).

UTILISATION DE LA TABLETTE ET L'APPLICATION DOMYOS E-CONNECTED VIA BLUETOOTH

Votre coach personnel Domyos.

Avec l'application mobile Domyos, vous allez vivre une véritable expérience de coaching personnalisée à domicile. Grâce aux encouragements vocaux et aux vidéos de démonstration, vous comprendrez le but des exercices et vous ne serez plus seuls lors de vos séances.

Votre Coach rend vos entraînements simples, motivants et efficaces!

Atteignez vos objectifs.

Les programmes d'entraînements développés par des coachs Domyos experts sont conçus pour améliorer continuellement vos performances. Que vous soyez débutants, intermédiaires ou confirmés, votre coach Domyos mesure votre niveau physique et vous propose des programmes efficaces et adaptés pour atteindre vos objectifs!

Suivez et mesurez vos progrès.

De la séance simple, au programme d'entraînement complet, votre coach vous permet de suivre votre activité et de mesurer vos progrès!

Inviter vos amis et partagez vos succès!

Recevez des encouragements pour rester motivé et partagez vos succès avec vos amis sur les réseaux sociaux!

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site Domyos.com.

COMMENT CONNECTER VOTRE MATÉRIEL DOMYOS À VOTRE TABLETTE / SMARTPHONE?

1/ Télécharger l'application Domyos E-connected sur APP STORE ou GOOGLE PLAY



2/ Ouvrez l'application.

3/ Approchez votre tablette / smartphone près de votre matériel.

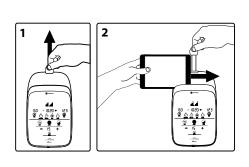
Pour que la fonctionnalité soit opérationnelle, placer votre tablette sur le support en face du capteur optique (voir schéma de fonctionnement de la console).

Soit votre Bluetooth® est activé: Votre matériel le reconnaîtra automatiquement. Le nom de votre matériel s'affichera alors sur votre écran: Cliquez sur OK.

Soit votre Bluetooth® n'est pas activé, alors une fenêtre va s'ouvrir et vous demandera l'autorisation pour activer le Bluetooth® et ainsi connecter votre matériel.

4/ Pour vérifier que votre matériel est bien connecté à votre tablette / Smartphone, l'icône suivant s'illumine sur votre écran.

5/ Découvrez l'application en vous laissant guider par votre coach ou créez un compte sécurisé Domyos, choisissez votre objectif et commencez votre entraînement personnalisé!







Si vous débutez, commencez par vous entraîner pendant plusieurs jours avec une vitesse faible, sans forcer, et en prenant si nécessaire des temps de repos. Augmentez progressivement le nombre ou la durée des séances. Lors de vos exercices ne pas cambrer votre dos, mais le tenir droit. Lors de votre entraînement, pensez à bien aérer la pièce dans laquelle se trouve le vélo.



Entretien / Echauffement : Effort progressif à partir de 10 minutes

Pour un travail d'entretien visant à se maintenir en forme ou à une rééducation, vous pouvez vous entraîner tous les jours pendant une dizaine de minutes. Ce type d'exercice visera à éveiller vos muscles et articulations ou pourra être utilisé comme échauffement en vue d'une activité physique. Pour augmenter la tonicité des jambes, choisissez une résistance plus importante et augmentez le temps d'exercice. Bien évidemment, vous pouvez faire varier la résistance de pédalage tout au long de votre séance d'exercice.



Entretenir votre forme / Perdre du poids : Effort modéré pendant un temps assez long (minimum 22 minutes/jour)

Il est conseillé de pratiquer cette activité de façon régulière et modérée. Votre cardiologue sera en mesure de vous donner votre seuil de pratique idéal a l'issue d'un test d'effort.

Pour que l'exercice soit optimal, il doit faire apparaitre une très légère transpiration et vous devez pratiquer sans essoufflement. Pour entretenir votre forme, l'OMS recommande une séance de ce type au minimum 22 min/jour. Dans un objectif de perte de poids et plus particulièrement de perte de masse grasse, l'OMS recommande une séance de ce type au minimum 44 min/jour.



Améliorer votre endurance: Effort soutenu pendant 20 à 40 minutes

Ce type d'entraînement vise un renforcement significatif du muscle cardiaque et améliore le travail respiratoire. La résistance et/ou la vitesse de pédalage est augmentée de façon à accentuer la respiration pendant l'exercice. L'effort est plus soutenu que le travail pour la mise en forme. Au fur et à mesure de vos entraînements, vous pourrez tenir cet effort plus longtemps, sur un meilleur rythme. Vous pouvez vous entraîner au minimum trois fois par semaine pour ce type d'entraînement. L'entraînement sur un rythme plus forcé est réservé aux athlètes et nécessite une préparation adaptée. Après chaque entraînement, consacrez quelques minutes pour revenir au calme et ramener progressivement l'organisme au repos, en diminuant votre vitesse de pédalage.

Étirements:

Nous conseillons de vous étirer après chaque séance afin de détendre vos muscles et de favoriser votre récupération.

GARANTIE COMMERCIALE

DOMYOS garantit ce produit, dans des conditions normales d'utilisation, pendant 5 ans pour la structure et 2 ans pour les autres pièces et la main d'œuvre à compter de la date d'achat, la date sur le ticket de caisse faisant foi.

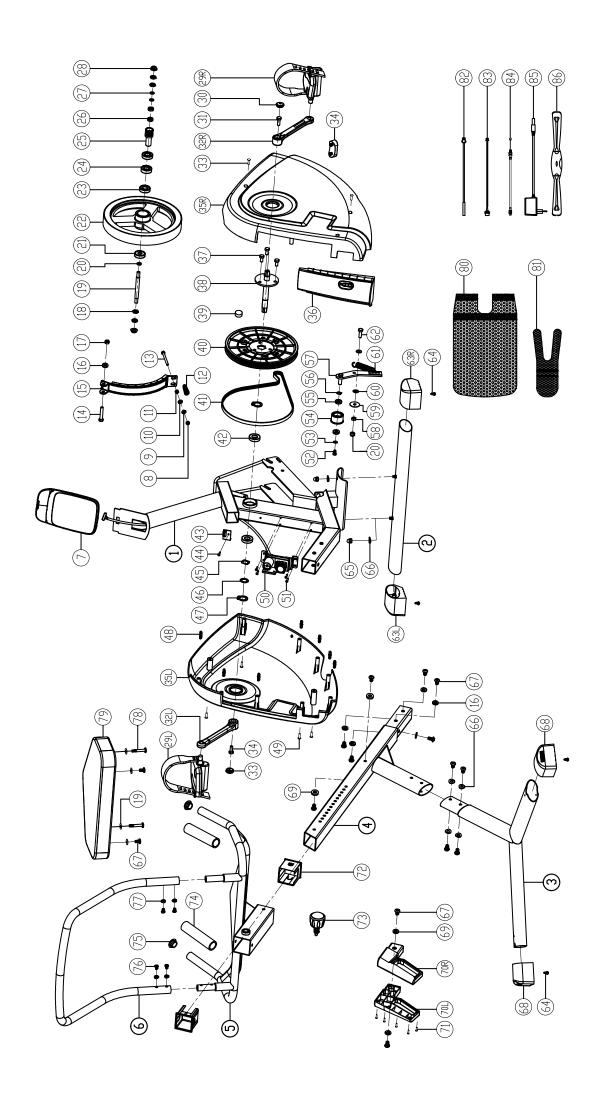
L'obligation de DOMYOS, en vertu de cette garantie, se limite au remplacement ou à la réparation du produit, à la discrétion de DOMYOS.

Cette garantie ne s'applique pas en cas de :

- Dommages causés lors du transport
- Utilisation et/ou stockage en extérieur ou dans un environnement humide (sauf trampolines)
- Mauvais montage
- Mauvaise utilisation ou utilisation anormale
- Mauvais entretien
- Réparations effectuées par des techniciens non-agréés par DOMYOS
- Utilisation hors du cadre privé

Cette garantie commerciale n'exclut pas la garantie légale applicable dans le pays d'achat.

Pour bénéficier de la garantie sur votre produit, consultez le tableau en dernière page de votre notice d'utilisation.



AFTER-SALES SERVICE • SERVICE APRÈS-VENTE • SERVICIO POSVENTA • KUNDENDIENST • SERVIZIO ASSISTENZIA POST-VENDITA • AFTERSALESAFDELING • ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA • SERWIS PO SPRZEDAŻY • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • CEPBUCHAЯ СЛУЖБА • SERVICIU POST-VÂNZARE • POPREDAJNÝ SERVIS • POPRODEJNÍ SERVIS • EFTERMARKNAD • СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ • SATIŞ SONRASI SERVISI • SERVIS NAKONPRODAJE • POPRODAJNA SLUŽBA • DICH VŲ SAU BÁN HÀNG •

售后服务・アフターサービス・售後服務・บริการหลังการขาย・ שבר خدمة السع

FRANCE

Besoin d'assistance?

Retrouvez-nous sur le site internet http://www.domvos.fr/sav (coût d'une connexion internet) ou contactez le centre de relation clientèle, muni d'un justificatif d'achat, au 0800 71 00 71 (appel gratuit depuis un poste fixe en France métropolitaine).

ESPAÑA

¿Necesita asistencia?

Nos puede encontrar en el sitio web http://www.domvos.es/sav (coste de conexión de internet) o contacte con el centro de atención al cliente, con el ticket de compra, a 914843981 para ayudarle a abrir un dosier spv (servicio de post venta, llamada gratuita desde un telefono fijo desde España).

ITALIA

Hai bisogno di assistenza?

Ci puoi contattare dal sito www. domyos.com per aprire un dossier di assistenza post vendita. Se non hai una connessione ad internet, contatta il Centro Relazione Clienti, munito dello scontrino al numero 0395979702 (al costo di una telefonata urbana) per farti aiutare ad aprire una segnalazione.

BELGIQUE

Besoin d'assistance?

Retrouvez le service après vente sur le site internet http://www.domyos. be/sav (coût d'une connexion internet) qui vous permet d'effectuer une demande d'assistance si besoin.

BELGIË / NEDERLAND

Biistand nodia?

U vindt de dienst na verkoop terug op de website http://nl.domyos.be/ sav (kost van internetverbinding). Hier kan u een bijstandsaanvraag indienen indien nodia.

PORTUGAL

Necessita de assitência?

Encontre-nos no site domyos.pt ou nos contacte através do nosso Centro de apoio técnico tendo em mãos uma prova de compra (cartão Decathlon ou factura de caixa) pelo número 800 919 970* Serviço pós venda gratuito para os produtos Domyos, ver condições de garantia. *Chamada

DEUTSCHLAND

Brauchen Sie Hilfe?

Sie finden uns auf der Internetseite: www.Domyos.com oder Sie rufen unser Customer - Relationship Center an unter: 0049-7153-5759900 Halten Sie bitte Ihre Rechnung bereit.

你需要帮助吗? 请访问我们的网站 http://www.domyos.cn/sav 或拨打我们的全国免费客服电话 4009-109-109。温馨提示:拨打电话前, 请找到您的购物凭证。

OTHER COUNTRIES

Need help?

Find us on our website www. domyos.com (cost of an internet connection) or go to the front desk of one of the stores where you bought the product, with proof of purchase.

AUTRES PAYS

Besoin d'assistance?

Retrouvez-nous sur le site internet www.domvos.com (coût d'une connexion internet) ou présentez-vous à l'accueil d'un magasin de l'enseigne où vous avez acheté votre produit, muni d'un justificatif d'achat.

OTROS PAÍSES

¿Necesita asistencia?

Nos puede encontrar en el sitio web www.domvos.com (coste de conexión de internet) o preséntese con el justificante de compra en la recepción de la tienda de la marca donde haya comprado el producto.

ANDERE LÄNDER

Brauchen Sie Hilfe?

Besuchen Sie unsere Internet-Site www.domvos.com (Kosten Internetanschlusses) oder wenden Sie sich an die Empfangsstelle des Geschäfts der Marke, in welchem Sie Ihr Produkt gekauft haben. Legen Sie bitte Ihren Kaufnachweis vor.

ALTRI PAESI

Bisogno di assistenza?

Ci potete trovare sul sito Internet www.domyos.com (costo di una connessione Internet) o potete recarvi all'accoglienza di un negozio del marchio in cui avete comprato il prodotto, muniti di un giustificativo di acquisto.

OVERIGE LANDEN

Nog vragen?

Raadpleeg onze internetsite www. domyos.com (kosten internetverbinding) of ga naar de ontvangstbalie van de winkel waarin u het product heeft gekocht. Neem het aankoopbewijs

OUTROS PAÍSES

Precisa de assistência?

Contacte-nos através do site da www.domyos.com Internet (custo de uma ligação à Internet) ou dirija-se à recepção da loja da marca onde adquiriu o seu produto, com o respectivo comprovativo de compra.

INNE KRAJE

Potrzebujesz pomocy?

Znajdź nas na stronie internetowej www.domyos.com (koszt jednego połączenia internetowego) lub wraz z dowodem zakupu zgłoś się do punktu obsługi sklepu firmowego lub tam, gdzie dokonałeś zakupu produktu.

MÁS ORSZÁGOK

Segítségre van szüksége?

Keressen meg minket internetes honlapunkon www.domyos.com vagy (internetcsatlakozás ára). forduljon személyesen egyik üzletünk vevőszolgálatához, amely üzletben vásárolta a terméket, a vásárlási bizonylattal.

ДРУГИЕ СТРАНЫ

Нужна поддержка?

Обратитесь к нам через наш интернет-сайт www.domyos. сот (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.

ALTE TĂRI

Aveți nevoie de asistentă?

Ne puteți găsi pe site-ul www.domyos. com (pretul unei conectări la internet) sau vă puteți prezenta la serviciul de relatii cu clientii al magazinului firmei de la care ati achizitionat produsul. având asupra dumneavoastră dovada cumpărării.

OSTATNÉ KRAJINY

Potrebujete asistenciu?

Nájdite si nás na internetových stránkach www.domyos.com (cena internetového pripojenia), alebo sa obráťte na oddelenie stvku so zákazníkom v obchode, kde ste svôj výrobok zakúpili a popritom nezabudnite predložiť doklad o kúpe.

OSTATNÍ ZEMĚ

Potřebujete pomoc?

Kontaktujte nás na našich internetových stránkách www.domyos.com (cena za internetové připojení) nebo přijďte na recepci jedné z prodejen značky, kde jste koupili váš výrobek, a předložte doklad o nákupu.

ANDRA LÄNDER

Behöver du hjälp?

Hitta oss på hemsidan www.domyos. com (kostnad för internet-anslutning tillkommer) eller gå till kundtjänsten i butiken där du köpte produkten, med ditt inköpsbevis.

ДРУГИ ДЪРЖАВИ

Имате нужда от помощ?

Моля, посетете нашия сайт: www. domyos.com (цената на интернет връзка) или отидете в отдел . 'Обслужване на клиенти" на магазина, където сте купили продукта, като носите със себе си документ, доказващ направената покупка.

DİĞER ÜLKELER

Yardıma mı ihtivacınız var?

www.domyos.com internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığınız mağazanın danısma bölümüne başvurabilirsiniz.

OSTALE ZEMLJE

Potrebna vam je pomoć?

Pronađite nas na internetskoj stranici www.domyos.com (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predočenje računa.

DRUGE DRŽAVE

Potrebujete pomoč?

Obiščite našo spletno stran www.domyos.com ali trgovino, v kateri ste izdelek kupili, pri čemer je potrebno dokazilo o nakupu.

QUỐC GIA KHÁC

Cần hỗ trơ?

Hãy liên hệ với chúng tôi qua trang web www.domyos.com (cần có kết nối internet) hoặc đến đại lý chính hãng mà bạn đã mua sản phẩm, mang theo minh chứng mua hàng

其他国家

需要帮助?

请登陆 www.domyos.com 与我们联 系(普通上网费用)或携带购物发 票至您购买产品的商店信息咨询处

その他の国

ヘルプが必要ですか?

サイトwww.domyos.comをご覧く ださい(インターネット接続料)。 もしくは製品購入を証明するもの をご持参の上、お買い上げいただ いた取扱店にお越しください。

其他國家

需要幫助?

請登陸 www.domyos.com 與我們聯 繫(普通上網費用)或攜帶購物發 票至您購買產品的商店的信息諮詢

ประเทศอื่น ๆ ต้องการรับความช่วยเหลือ ?แ พบกับเราได้ทีเว็บไซต์ www.domyos.com (อาจมีค่าใช้จ่ายในการเชื่อมต่ออินเท[้]อร์เน็ต) หรือที่แผนกของห้างร้านที่คุณได้ซื้อผลิตภัณฑ์ พร้อมกับหลักฐานการซื้อผลิตภัณฑ์

دول أخرى

هل تحتاج إلى مساعدة؟ اتصل على عبر موقعناً الإلكتروني www.domyos.com

(تكلفة اتصال بالإنترنت) أو ُتوجه إلى المحل الذي اشتريت منه المنتج والذي المحل الدي السيريث لما المحل على على على على تقديم إثبات الشراء.

E-SEAT BIKE

Original instructions to be kept Notice originale à conserver Conserve estas instrucciones originales Originalanleitung für Ihre Unterlagen Istruzioni originali da conservare De oorspronkelijke handleiding dient bewaard te worden Manual original a guardar Instrukcja obsługi do zachowania na przyszłość Tegye el az eredeti használati utasítást. Сохраните оригинальную инструкцию Informații originale care trebuie păstrate Originál návod uchovať Originální návod uschovejte Originalbipacksedel att spara Запазете оригиналното упътване Muhafaza edilecek orijinal kullanım kılavuzu Izvorne upute, sačuvajte za kasniju upotrebu Shranite originalna navodila

> Hwngd nb oqu n 请保留说明书 大切に保管してください 請保留原始說明書 โปรดเก็บรักษาค่มือการใช้งาน انظر الإرشادات الموجودة بالداخل.

DECATHLON

Производитель и адрес, Франция: DECATHLON - 4 Boulevard de Mons - BP 299 59650 Villeneuve d'Ascq cedex - France

IMPORTADO PARA O BRASIL POR IGUASPORT LTDA. CNPJ: 02.314.041/0001-88

Импортер: ООО «Октоблу», 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ «Алтуфьево», владение 3, строение 3, +7(495)6414446 - велосипед - Основным компонентом: металл / пластик - для занятий спортом

TURKSPORT Spor Urünleri Sanayi ve Ticaret Ltd.Şti, Osmaniye Mahallesi Çobançeşme Koşuyolu, Bulvarı No: 3 Marmara Forum Garden Office, 0B Blok 01 Bakırköy 34146 Istanbul, TURKEY

以下标示仅在中国大陆地区适用 - 上海莘威运动品有限公司, 上海市闵行区申北路2号 邮编:201108 - 产品等级: 合格品 - 质检证明: 合格 - EN ISO 20957-1 2013 - EN 957-5:2009 - GB 17498-1 2008 - GB 17498-5 2008 - 品名: 室内健身车 - 主要成分: 铁 / 塑料 - 商标: DOMYOS

540-0011, 大阪市中央区農人橋1-1-22, 大江ビル10階, ノヴァデックジャポン株式会社

進口/委製商台灣迪卡儂有限公司, 台中市南屯區大墩南路379號, 04-24713612 - 品名: 椭圆机 - 主要成分: 铁 / 塑料

Made in China - Fabricado na / em China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中国 制造 -



ℤ (€ [H[

Pack Ref: 2145349



