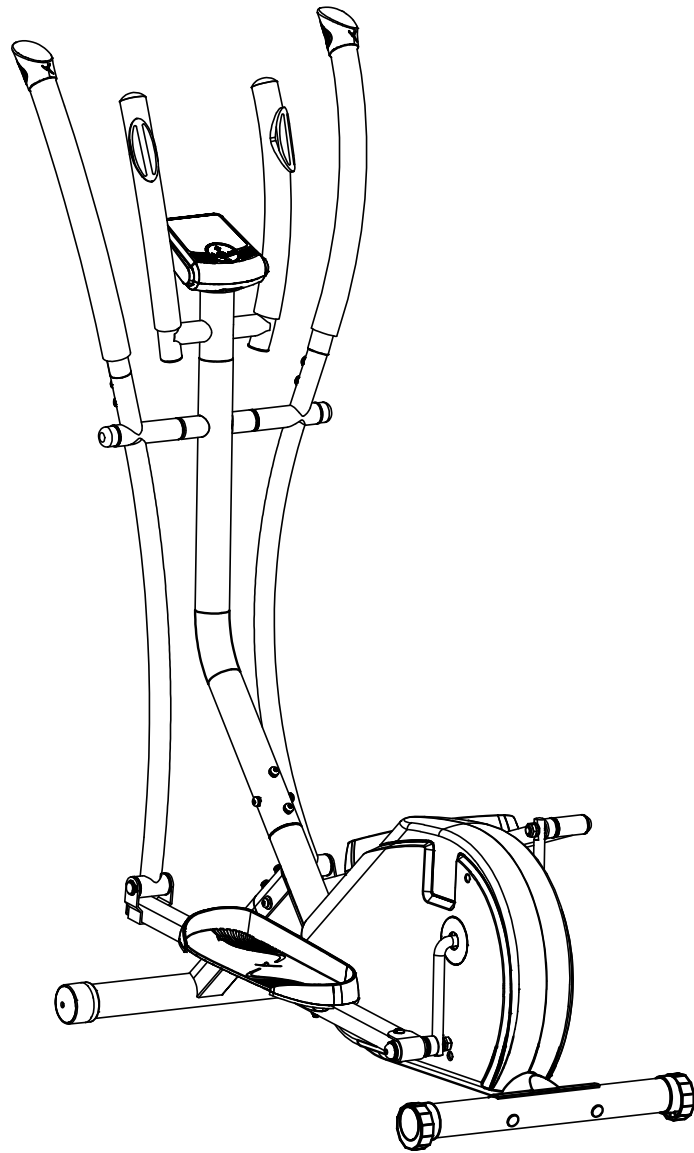


# ELLIPTICAL ESSENTIAL +



**ELLIPTICAL  
ESSENTIAL +**

34 kg / 74 lbs  
131 x 62 x 143 cm  
51 x 24 x 56 in

**Maxi**

110 kg  
242 lbs

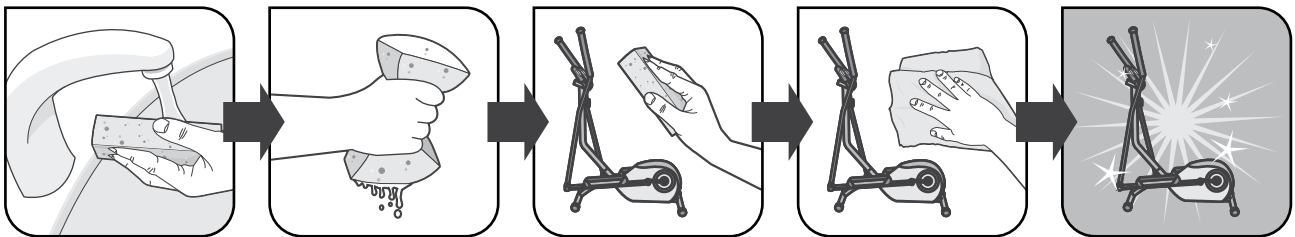
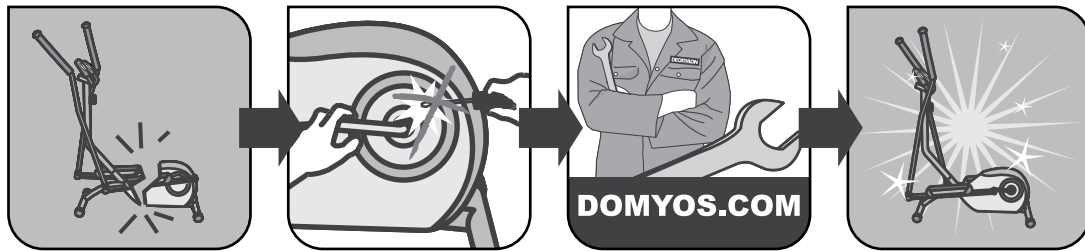
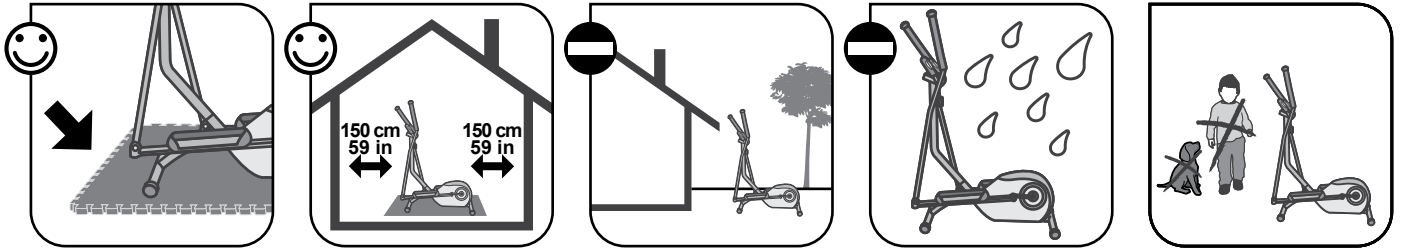


30 min



**DOMYOS**

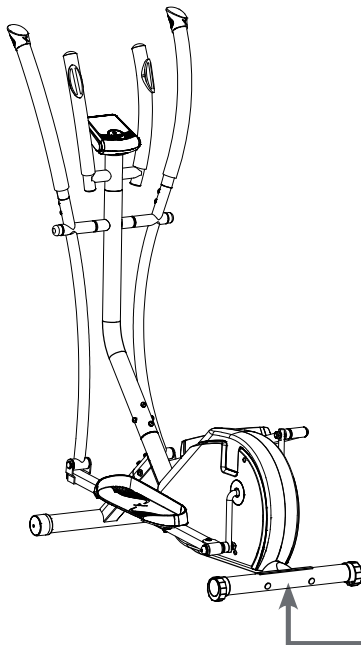
**SAFETY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID • SEGURANÇA •  
BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ • SIGURANȚĂ • BEZPEČNOSTĚ •  
BEZPEČNOST • SÄKERHETSANVISNINGAR • БЕЗОПАСНОСТ • GÜVENLİK • SIGURNOST •  
احتياطات أمنية • 安全 • 安全 • 安全 • 安全**



**⚠ WARNING**

**i WARNING EN**

- Any use of this product other than that intended may lead to serious injury.
- Prior to use, read the instructions carefully and comply with all warnings and instructions.
- Do not let children use this appliance, keep them away from it.
- You must replace the sticker if it is damaged, illegible or missing.
- Keep your hands, feet and hair away from all moving parts.
- Not suitable for therapeutic purposes.



**i AVERTISSEMENT FR**

- Tout usage impropre de ce produit risque de provoquer des blessures graves.
- Avant toute utilisation, veuillez lire attentivement le mode d'emploi et respecter l'ensemble des avertissements et instructions qu'il contient.
- Ne pas permettre aux enfants d'utiliser cette machine et les tenir éloignés de cette dernière.
- 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 en mouvement.
- Ne convient pas à des fins thérapeutiques.

**i ADVERTENCIA ES**

- 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 que contiene.
- No permita que los niños utilicen esta máquina y manténgalos alejados 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 en movimiento.
- No adecuado para fines terapéuticos.

**i WARNUNG DE**

- 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 davon fernzuhalten.
- Beschädigte, unleserliche oder fehlende Aufkleber sind zu ersetzen.
- Halten Sie Ihre Hände, Füße und Haare von den beweglichen Teilen des Geräts fern.
- Nicht für therapeutische Zwecke geeignet.

**i AVVERTENZA IT**

- Qualsiasi uso improprio di questo prodotto rischia di provocare gravi lesioni.
- Használat előtt olvassa el figyelmesen a használati útmutatót és tartsa be a benne lévő figyelemzettesítőket 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 alkatrészekhez.
- Terápiás célokra nem alkalmas.

**i WAARSCHUWING NL**

- Elk onjuist gebruik van dit product kan ernstige verwondingen tot gevolg hebben.
- Lees voor elk 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.

**i AVISO PT**

- Qualquer uso inadequado deste produto pode causar ferimentos graves.
- Antes de qualquer uso, leia com atenção o modo de utilização e respeite a totalidade dos avisos e instruções incluídos.
- Não permita o uso desta máquina por crianças e mantenha-as afastadas desta.
- Se o autocollante 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.

**i OSTRZEŻENIA PL**

- Jakiegokolwiek nieprawidłowe użytkowanie tego produktu grozi odniesieniem poważnych obrażeń.
- Przed rozpoczęciem użytkowania należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi, a następnie ściśle przestrzegać wszystkich zamiarskich w niej ostrzeżeń i zaleceń.
- Nie pozwalaj dzieciom, aby bawiły się urządzeniem. Dzieci powinny zawsze pozostawać w bezpiecznej odległości.
- Jeżeli naklejka jest uszkodzona, nieczytelna lub nieobecna, należy wymienić ją na nową.
- Trzymaj ręce, stopy i włosy w bezpiecznej odległości od ruchomych części urządzenia.
- Nieprzeznaczony do celów terapeutycznych.

**i FIGYELMEZTETÉS HU**

- A termék bármilyen helytelen használata súlyos sérüléseket okozhat.
- Használat előtt olvassa el figyelmesen a használati útmutatót és tartsa be a benne lévő figyelemzettesítőket 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 alkatrészekhez.
- Terápiás célokra nem alkalmas.

**i ВНИМАНИЕ RU**

- В случае ненадлежащего использования данного изделия существует риск получения серьезных травм.
- Перед каждым использованием внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации. Соблюдайте все содержащиеся в ней предупреждения и указания.
- Не разрешайте детям использовать этот тренажер и находиться вблизи него.
- Если наклейка повреждена или отсутствует, или же информацию на ней невозможно прочитать, следует заменить наклейку.
- Руки, ноги и волосы не должны находиться вблизи каких-либо движущихся деталей.
- Не подходит для терапевтических целей.

**i AVERTISMENT RO**

- Orice utilizare necorespunzătoare a acestui produs poate provoca leziuni grave.
- Înainte de orice utilizare, vă rugăm să citiți cu atenție 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 se apropie de acesta.
- În cazul în care autocollantul este deteriorat, ilizibil sau lipsește cu desăvârșire, acesta trebuie înlocuit.
- Nu apropiați mâinile, picioarele sau părul de piesele aflate în mișcare.
- A nu se utiliza în scopuri terapeutice.

**i UPOZORNENIE SK**

- Akkoľvek nevhodné použitie môže mať za následok vážne poranenia.
- Pred použitím si pozorne prečítajte návod na použitie a dodržiavajte všetky varovania a pokyny, ktoré obsahuje.
- Nedovoľte deťom, aby tento prístroj používali a mali k ňomu prístup.
- Ak je samolepiaci štítok poškodený, nečitateľný alebo chýba, odporúča sa ho vymeniť.
- Nedávajte ruky, nohy a vlasy do blízkosti pohybujúcich sa častí.
- Nevhodné na terapeutické účely.

**i UPOZORNĚNÍ CS**

- Nesprávné používání tohoto výrobku může vést k vážným zraněním.
- Před 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 vyměnit.
- Nepřiblížte ruce, chodidla a vlasy k pohybujícím se částem.
- Nevhodné pro terapeutické účely.

**i VARNING SV**

- Felaktig användning av produkten kan orsaka allvarliga skador.
- Innan produkten tas i bruk bör du läsa bruksanvisningen noga och följa alla varningar och instruktioner som finns däri.
- Låt inte barn använda denna maskin, utan se till att hålla dem borta från den.
- 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.

**i ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ BG**

- 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 далеч от уреда.
- Ако малкиривката е повредена, нечетлива или липсва, сменете я.
- Не доближайте ръцете, краката и косата си до движещите се елементи.
- Не е подходящо за терапевтични цели.

**i UYARI TR**

- Bu ürünün uygun bir şekilde kullanılmaması ciddi yaralanmalara yol açabilir.
- Kullanılmadan önce, kullanım kılavuzunu dikkatlice okuyun ve içerdiği uyarıların ve talimatların tamamını dikkate alın.
- Çocukların bu makineyi kullanmasına izin veremeyin ve onları makineden uzak tutun.
- Kendinizi yapışkanlı etiket zarar görmüş, okunaksız veya yerinde değil ise, yerine yenisinin konulması gerekir.
- Ellerinizi, ayaklarınızı ve saçlarınızı hareket halindeki hiçbir parçaya yaklaştırmayın.
- Terapötik amaçla kullanılmaz.

**i UPOZORENJE HR**

- Svaka zloruporaba 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 svrhe.

**i 注意事項 ZH**

- 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。
- 不适用于治疗目的。

**i 警告 JA**

- この商品の不適切なすべての使用法は重症を引き起こす危険があります。
- ご使用前に使用マニュアルを注意深くお読みになり書かれている警告と使用法全体を守ってください。
- お子様にはこの機械を使用させないでください。お子様の手の届かない場所に保管してください。
- シールが損傷したり判読不可能だったりはがれている場合は、シールを交換してください。
- 作動中の部分には手や足、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。

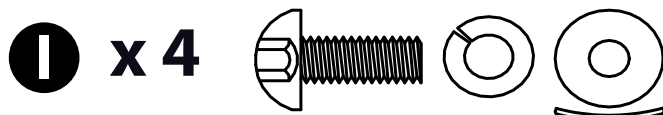
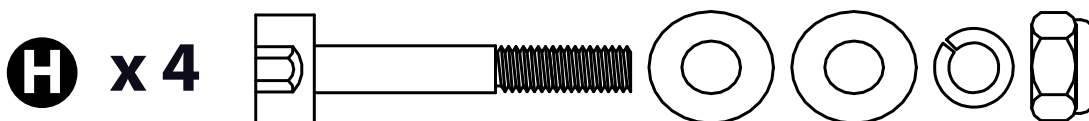
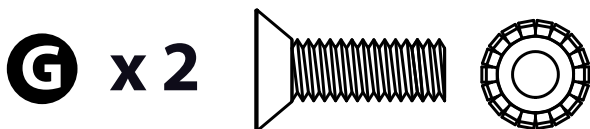
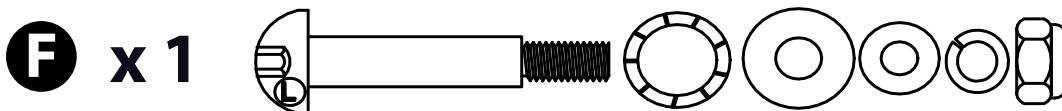
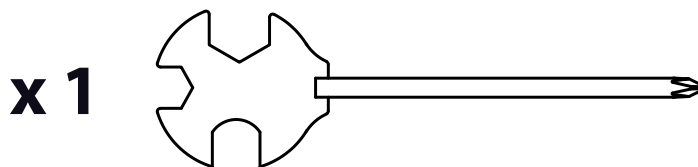
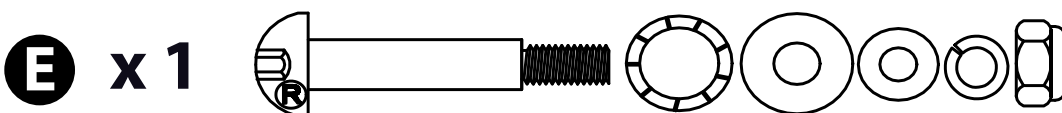
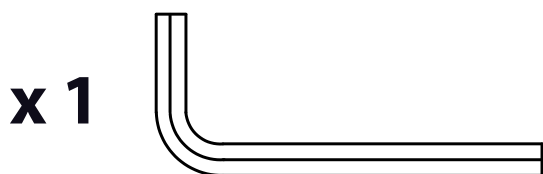
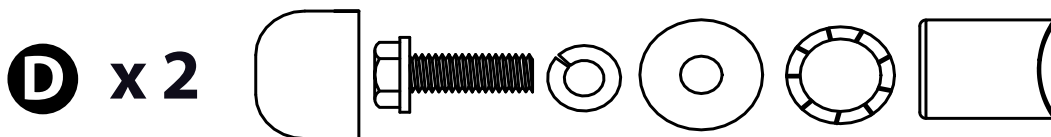
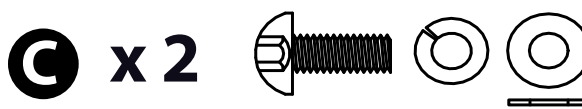
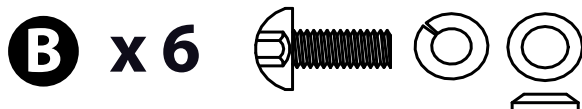
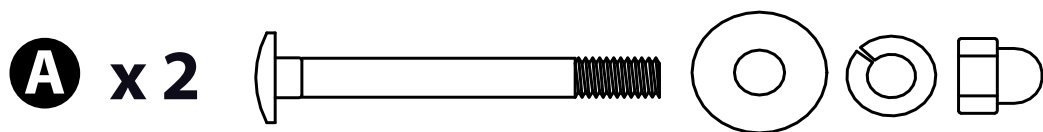
**i 注意事項 ZT**

- 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。
- 不适用于治疗目的。

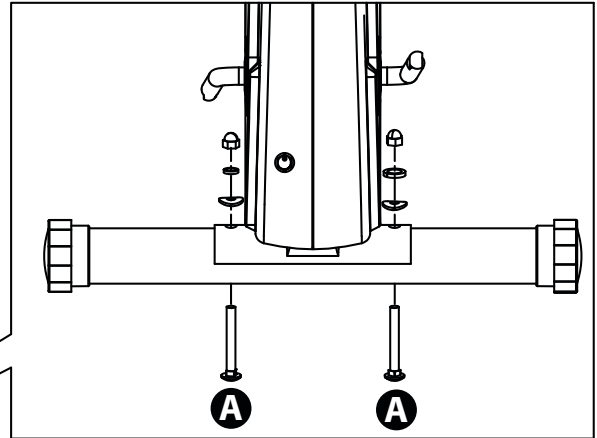
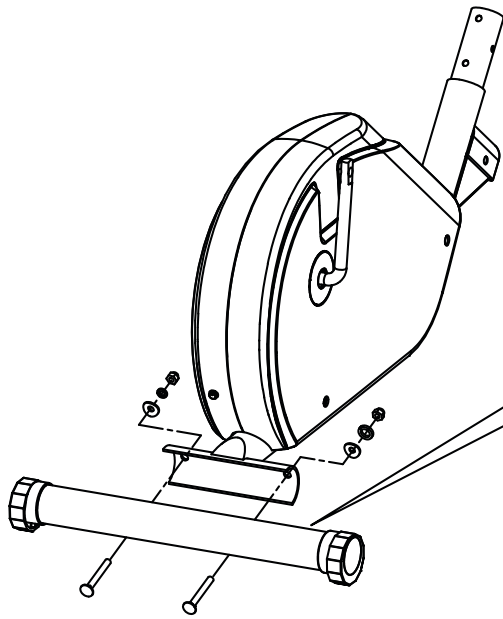
**i تنبيه AR**

- يمكن لسوء استخدام هذا المنتج أن يسبب في إصابات خطيرة.
- قبل أي استخدام، يرجى قراءة دليل الاستخدام بعناية واتباع جميع التحذيرات والإرشادات الواردة فيه.
- لا تسمح للأطفال باستخدام هذا الجهاز، وتجنب اقترابهم من هذا الأخير.
- في حالة تلف الملصق، أو فقدانه أو أصبح من الصعب قراءته، فينبغي استبداله في هذه الحالة.
- لا تقرب يديك وشدك وشعرك من جميع الأجزاء المتحركة.
- غير مناسبة للأغراض العلاجية.

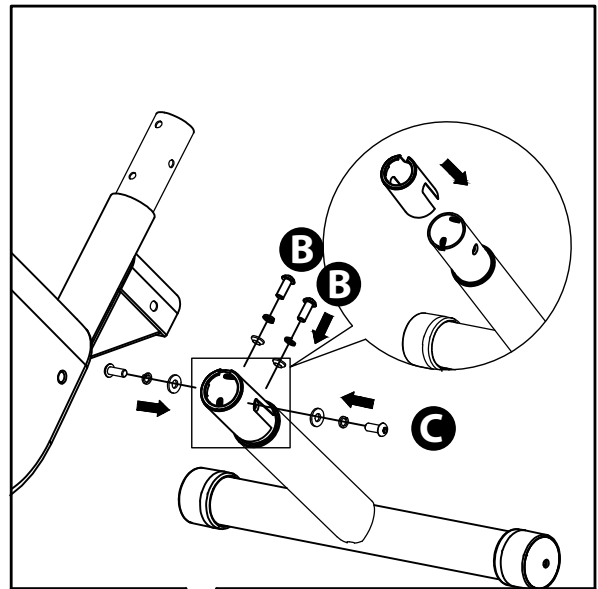
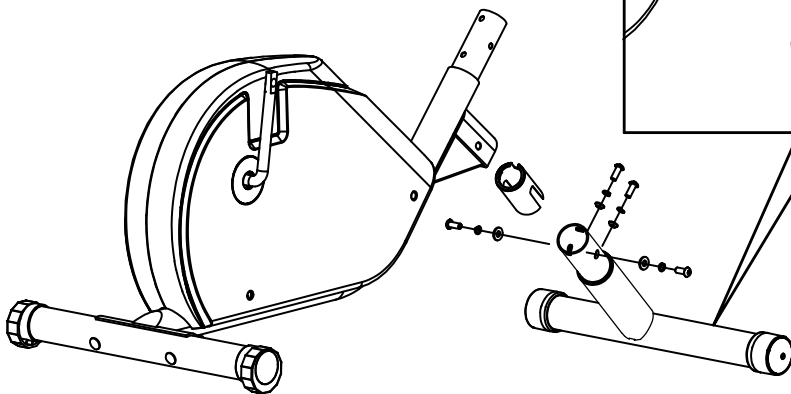
ASSEMBLY • MONTAGE • MONTAJE • MONTAGE • MONTAGGIO • AFWERKING •  
 MONTAGEM • MONTAŽ • SZERELÉS • СБОРКА • MONTARE • MONTÁŽ • MONTÁŽ •  
 MONTERING • МОНТИРАНЕ • MONTAJ • MONTAŽA • 安装 • 組み立て • 安装 • التركيب



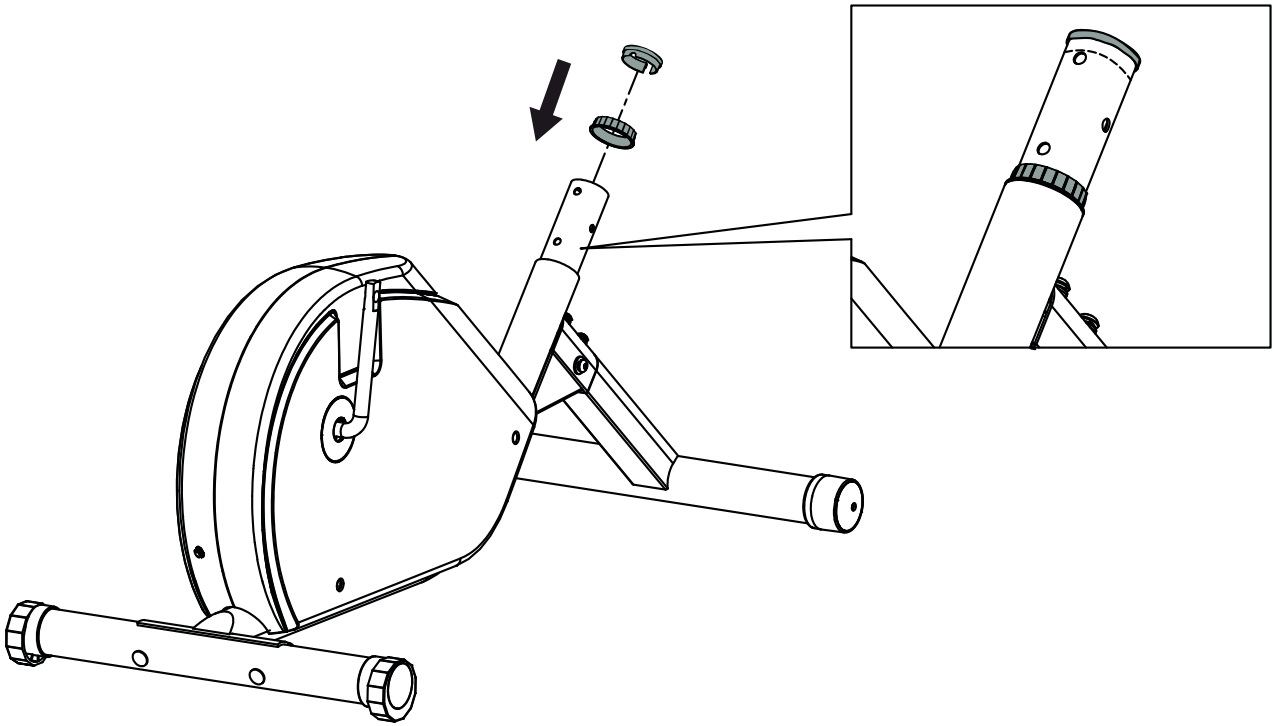
1



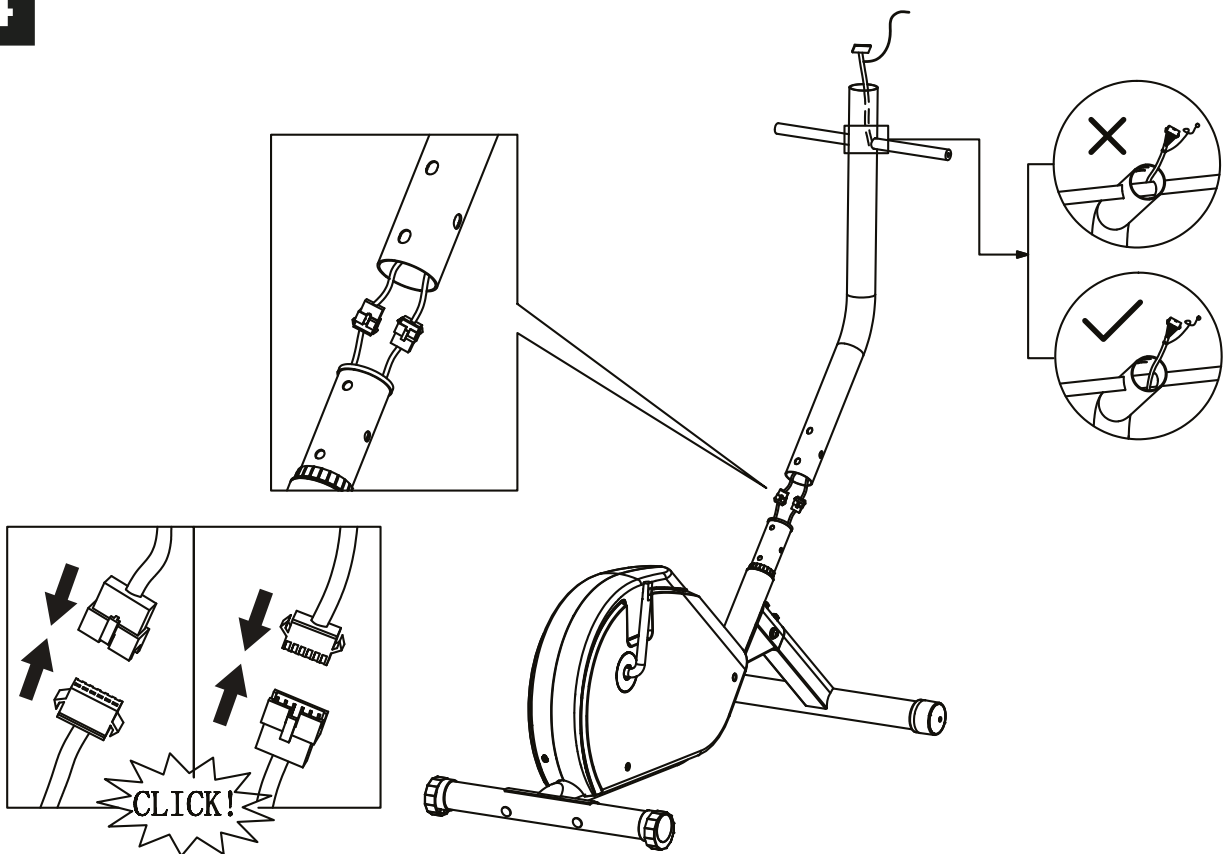
2



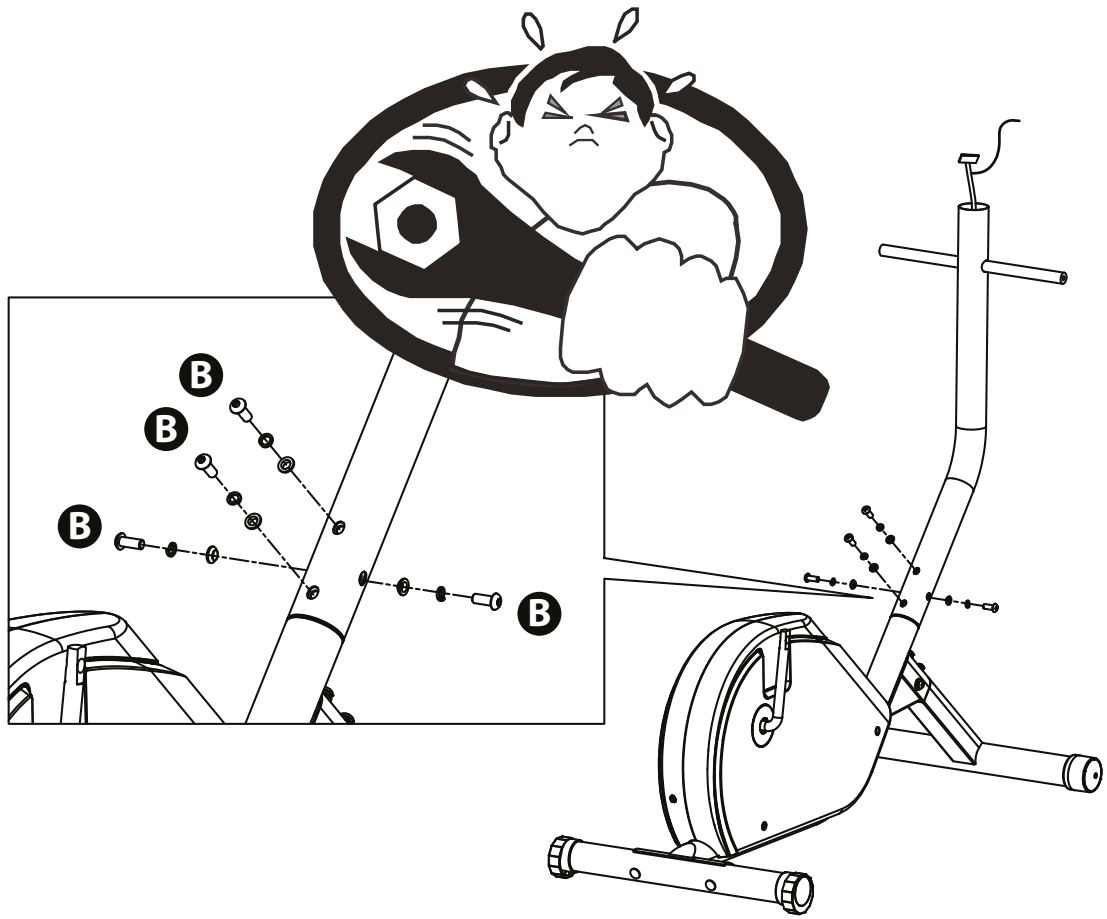
3



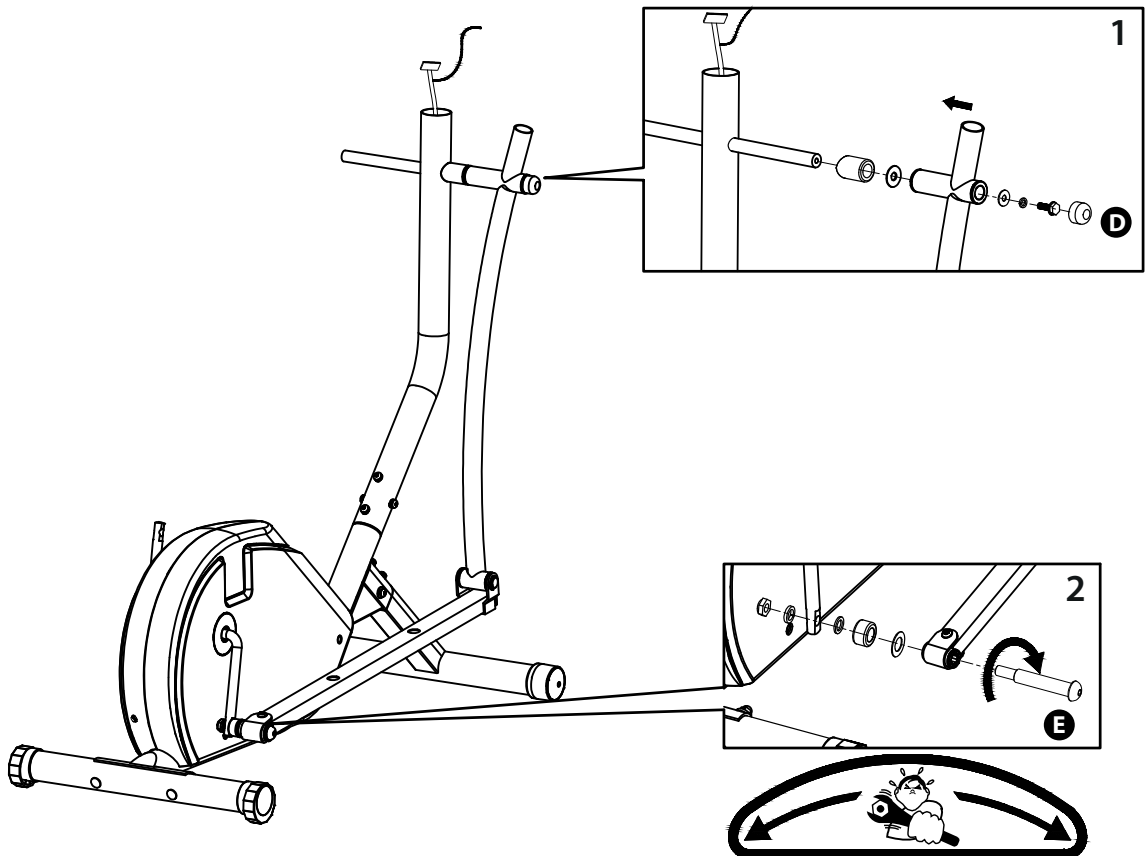
4



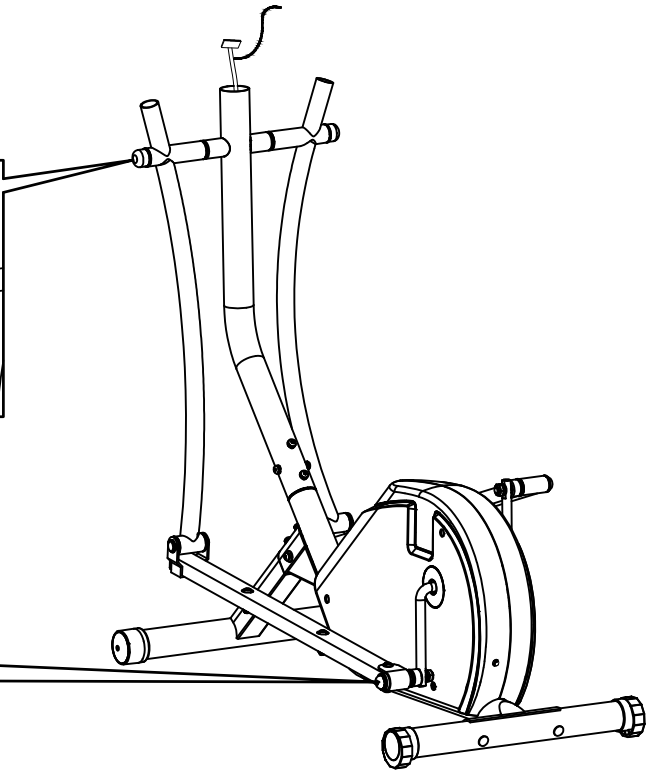
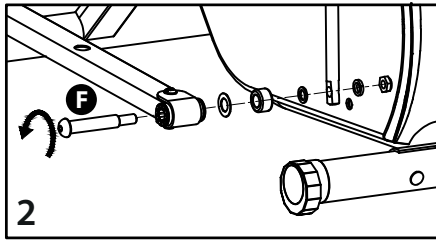
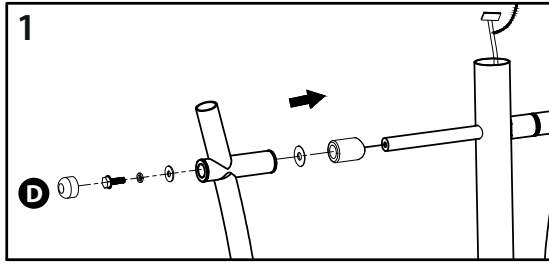
5



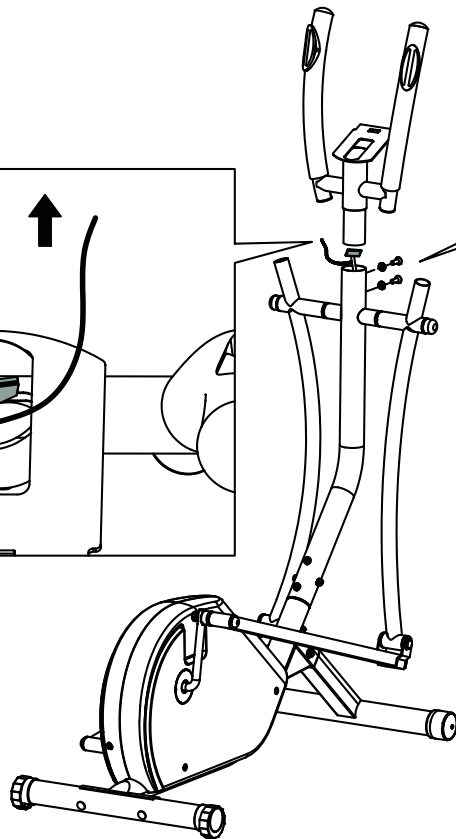
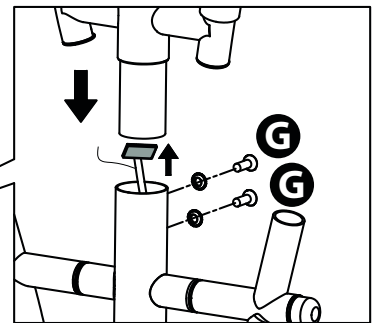
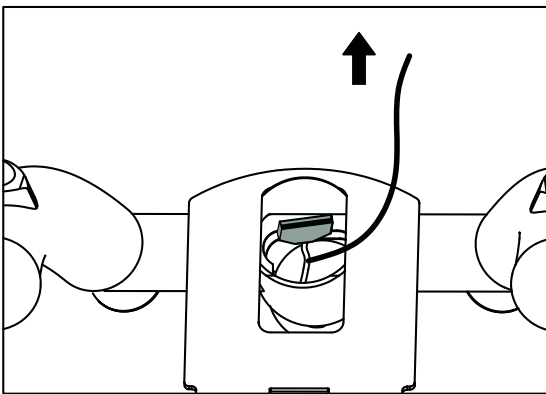
6



7

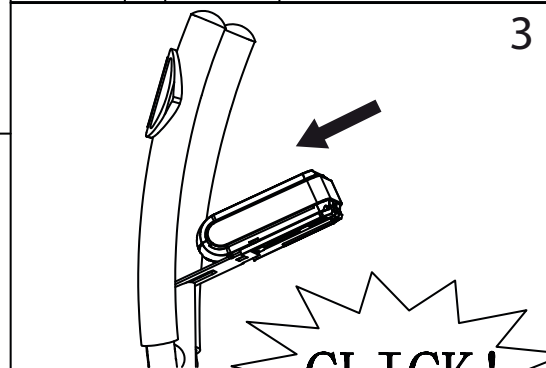
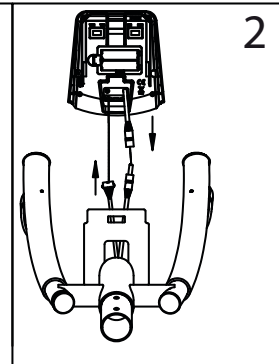
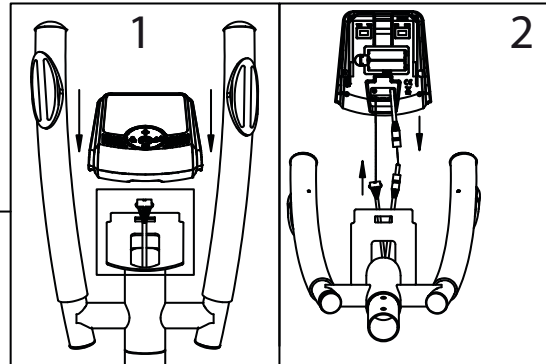
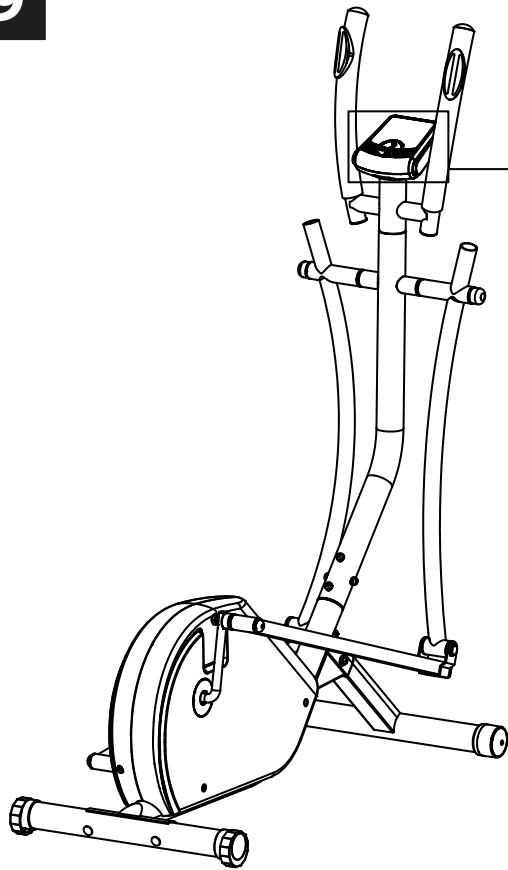


8



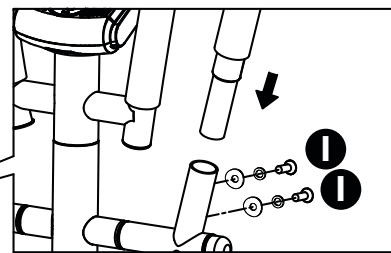
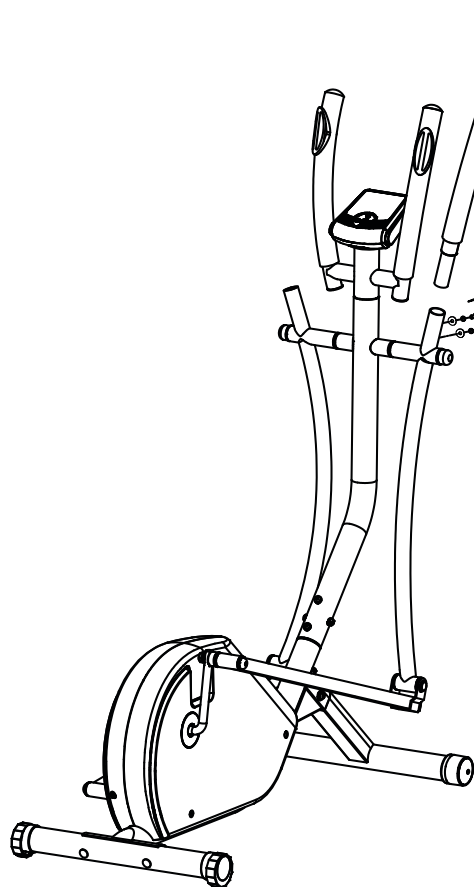


9

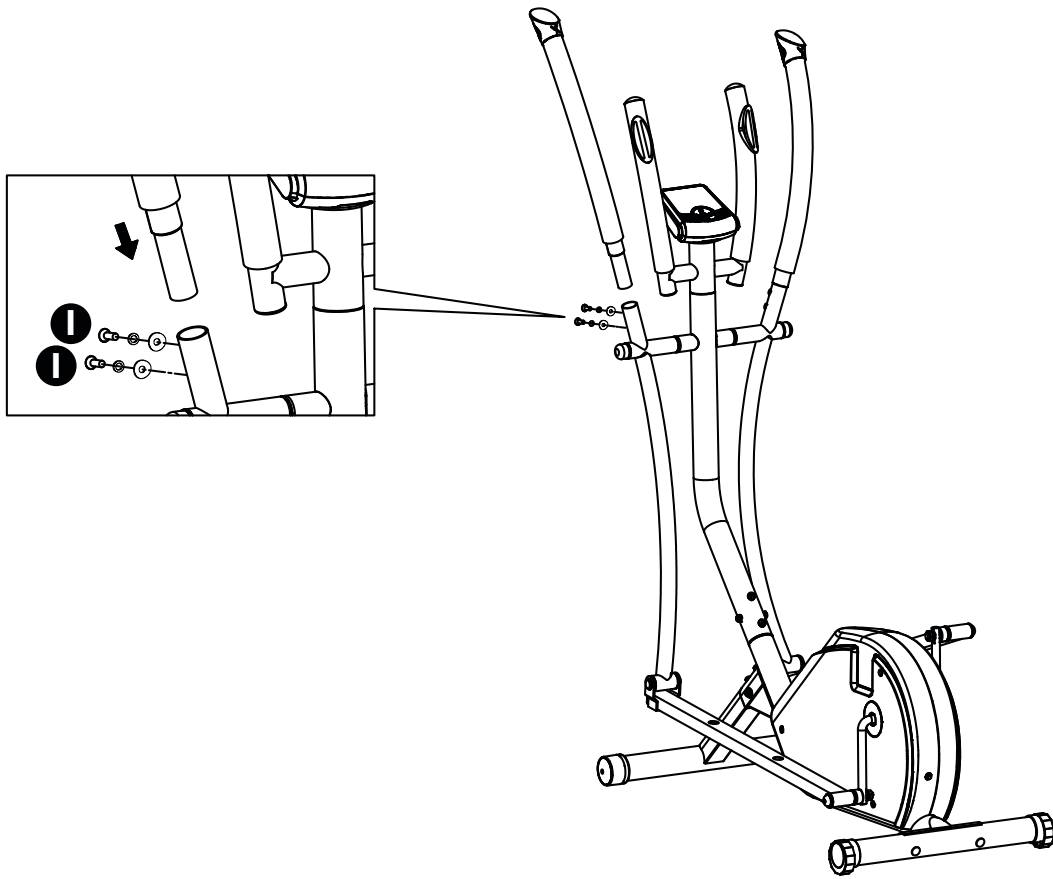


**CLICK!**

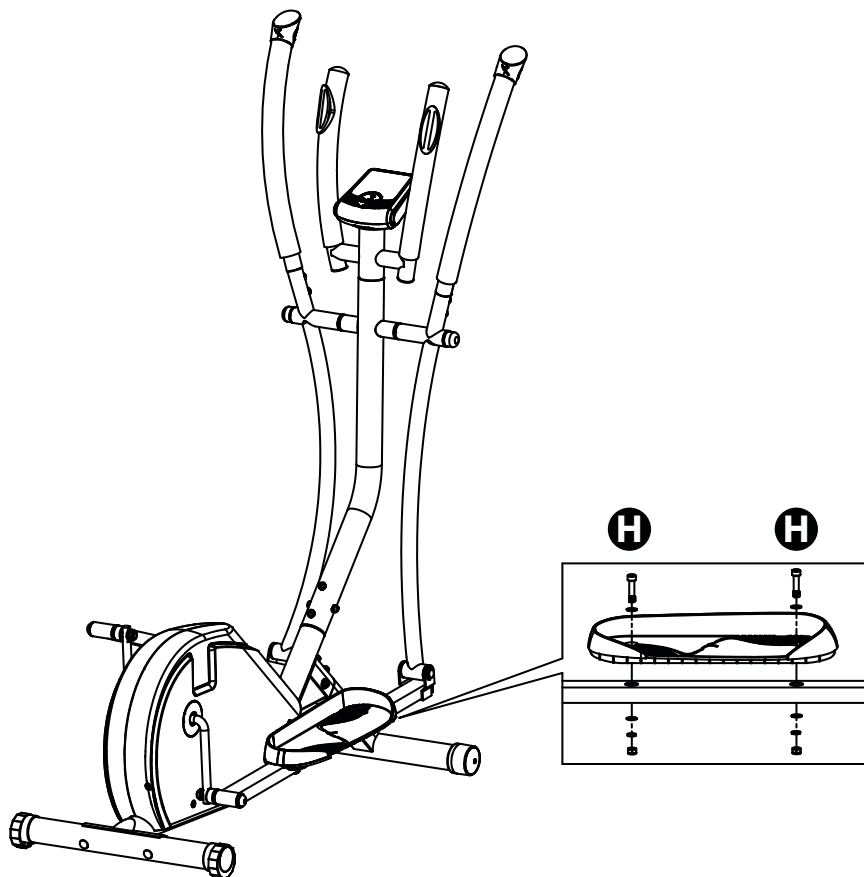
10



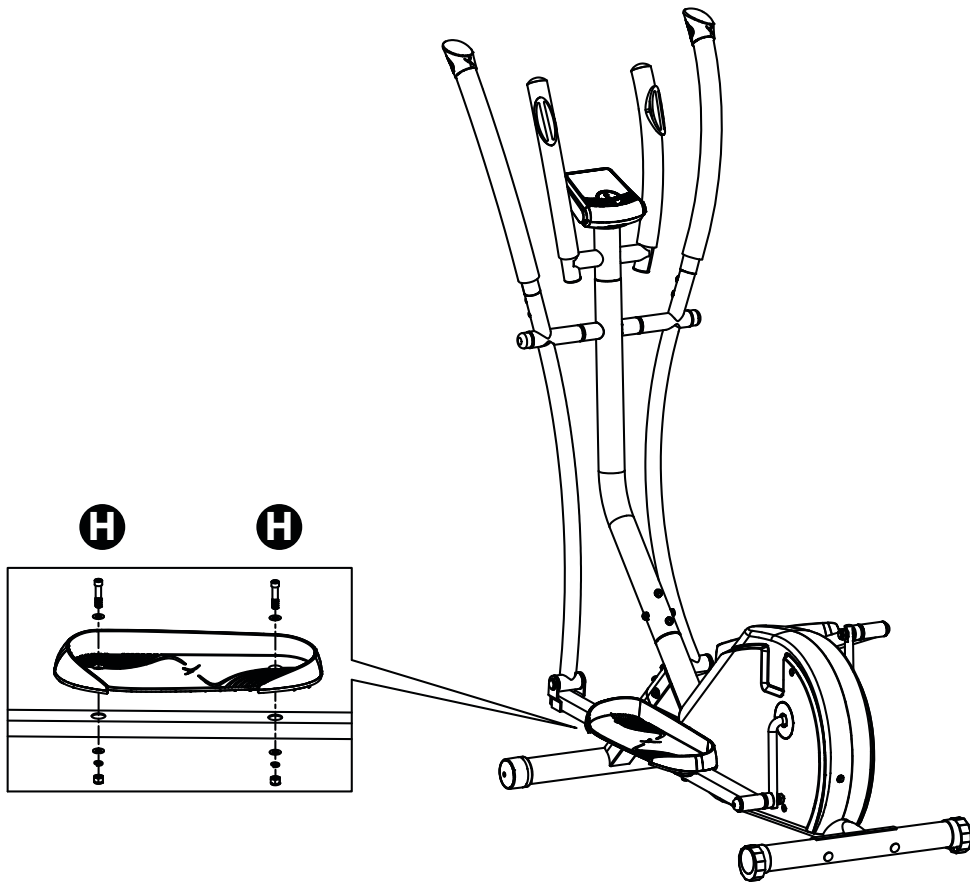
11



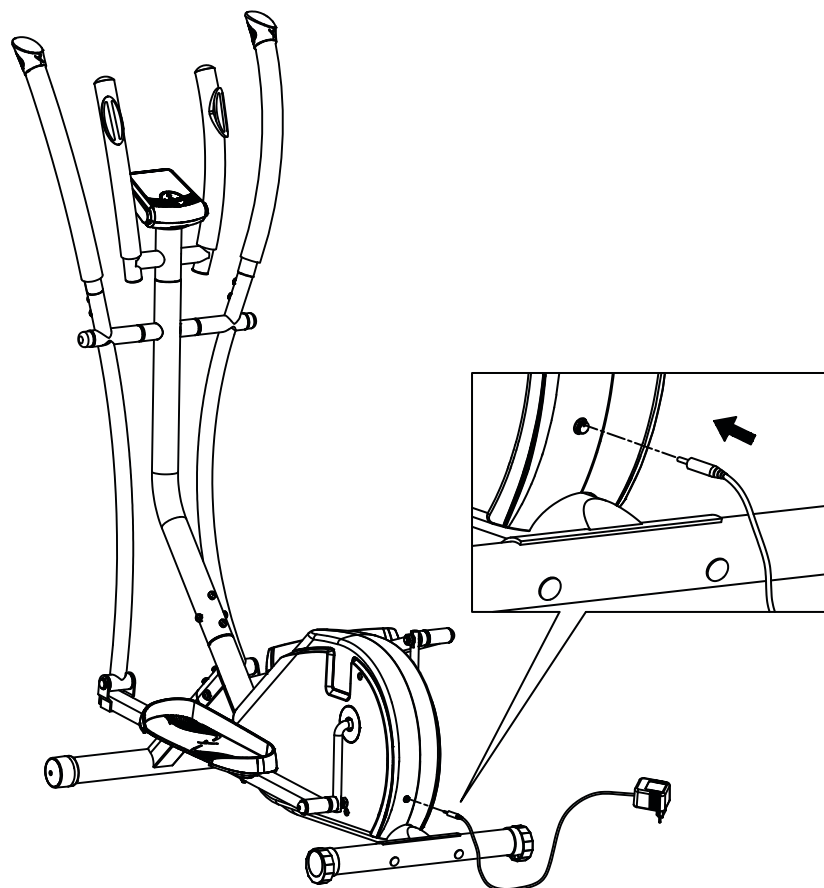
12

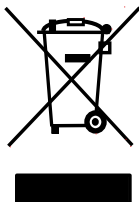
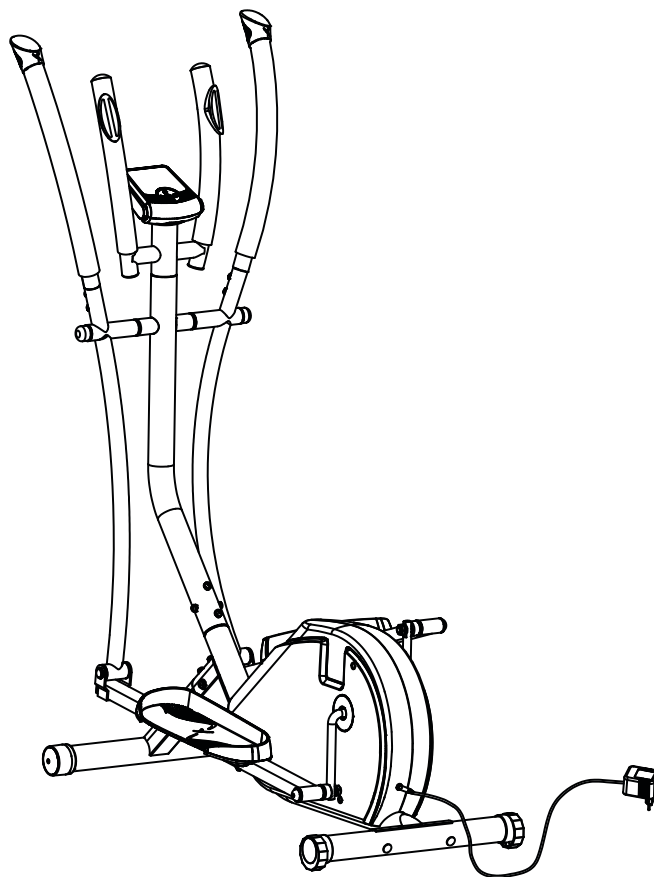


13



14





#### 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 le produit et les piles qu'il contient ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que le 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.

#### RECICLAJE

El símbolo "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 entsorgen 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 Gesundheit.

#### 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 ciclo 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.

#### RECICLAGEM

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 reciclagem dos seus resíduos electrónicos permitirá a protecção do ambiente e da saúde.

#### RECYCLINGU

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

#### ÚJRAHASZNOSÍTÁSA

Az "áthúzott szemetesedény" szimbólum azt jelzi, hogy sem ezt a terméket, sem a benne levő elemeket nem szabad a háztartási szemétkébe 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 újrahasznosítása 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 подлежат отдельной 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 "coș de gunoi barat" semnifică faptul că acest produs și bateriile pe care le conține nu pot fi aruncate împreună cu deșeurile menajere. Acestea fac obiectul unei trieri selective specifice. Depozitați bateria, dar și produsul electronic uzat, într-un spațiu de colectare autorizat pentru a fi reciclate. Această valorificare a deșeurilor electronice va contribui la protecția mediului și a sănătății dumneavoastră.

#### RECYKLÁCIA

Symbol přeškrtnutá nádoba na odpadky znamená, že tento produkt a baterie, ktoré obsahuje, sa nesmú vyhadzovať do bežného domáceho odpadu. Je nutné ich triediť ako separovaný odpad. Baterie ako aj ostatné elektrické komponenty po skončení ich životnosti odovzdajte v autorizovanej zberni, ktorá zabezpečí recykláciu. Táto valorizácia vášho elektronického odpadu prispieva k ochrane životného prostredia a vášho zdravia.

#### RECYKLACE

Symbol přeškrtnuté popelnice znamená, že tento výrobek a baterie v něm obsažené není možné vyhodit do běžného domácího odpadu. Patří do speciálního tříděného odpadu. Po skončení životnosti odložte váš elektronický výrobek do specializované sběrně, kde bude recyklován. Tímto znovuzpracováním elektronického odpadu napomáháte chránit životní prostředí a své zdraví.

#### ÅTERVINNING

Den överkorsade soptunnan innebär att produkten och dess batterier inte kan slängas bland hushållssoptorna. De måste sorteras. Lämnna 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 отделно. 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 atıklarına birliktelik atılmayacağı anlamına gelmektedir. Bunların özel olarak ayrılmış atılmaları gerekmektedir. Bataryaları ve kullanıma ömrü sona eren elektronik ürününüzü, geri dönüşümleri sağlamak üzere bir toplama alanına bırakınız. Elektronik atıklarınızın bu şekilde değerlendirilmesi çevrenin ve sağlığınızın korunmasını sağlayacaktır.

#### RECIKLAŽA

Symbol "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 elektronički proizvod koji se više ne može koristiti predajte ovlaštenom prikupljalu za reciklažu. Ovakvim načinom zbrinjavanja električnog i elektroničkog otpada štitite okoliš i svoje zdravlje.

#### 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。

「斜め線の入ったごみ箱」マークは、製品および電池が、家庭ごみとして処理できないことを示します。指定の選別ゴミとして処理してください。寿命に達したバッテリーや電化製品は、リサイクルごみとして回収されます。電化製品を正しく処理することは、あなたの健康と環境の保護につながります。

#### 回收

"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您的身體健康。

#### إعادة التحويل

يقصد برمز "سلة المهملات ذات علامة X" أنه يجب عدم خلط هذا المنتج وما يحويه من بطاريات مع مخلفات المنزل العادية، فهما يخضعان لتصنيف محدد. يرجى أخذ البطاريات وجهازك الإلكتروني غير الصالح للاستخدام إلى نقطة تجميع لتدوير المخلفات مفرح بها. إن تعاملك مع نفاياتك الإلكترونية على هذا النحو إنما يحمي البيئة ويحمي صحتك.

**1**

Console  
Console  
Consola  
Konsole  
Console  
Console  
Consola  
Konsola  
Műszerfal  
Дисплей  
Consolă  
Konzola  
Konzole  
Konsol  
Табло  
Konsol  
Konzola  
Konzola  
控制台板  
コンソール  
控制台板  
الكونسول

**2**

Mobile handlebars  
Guidon mobile  
Manillar móvil  
Mobiler Lenker  
Manubrio mobile  
Mobiële stuurstang  
Guiador móvil  
Kierownica ruchoma  
Mozgatható kormány  
Подвижный руль  
Ghidon mobil  
Pohyblivé riadidlá  
Mobilní řídítka  
Rörligt styre  
Подвижно кормило  
Hareketli gidon  
Mobilni upravljač  
移动手把  
可動式ハンドル  
移動手把  
مقود متحرك

**3**

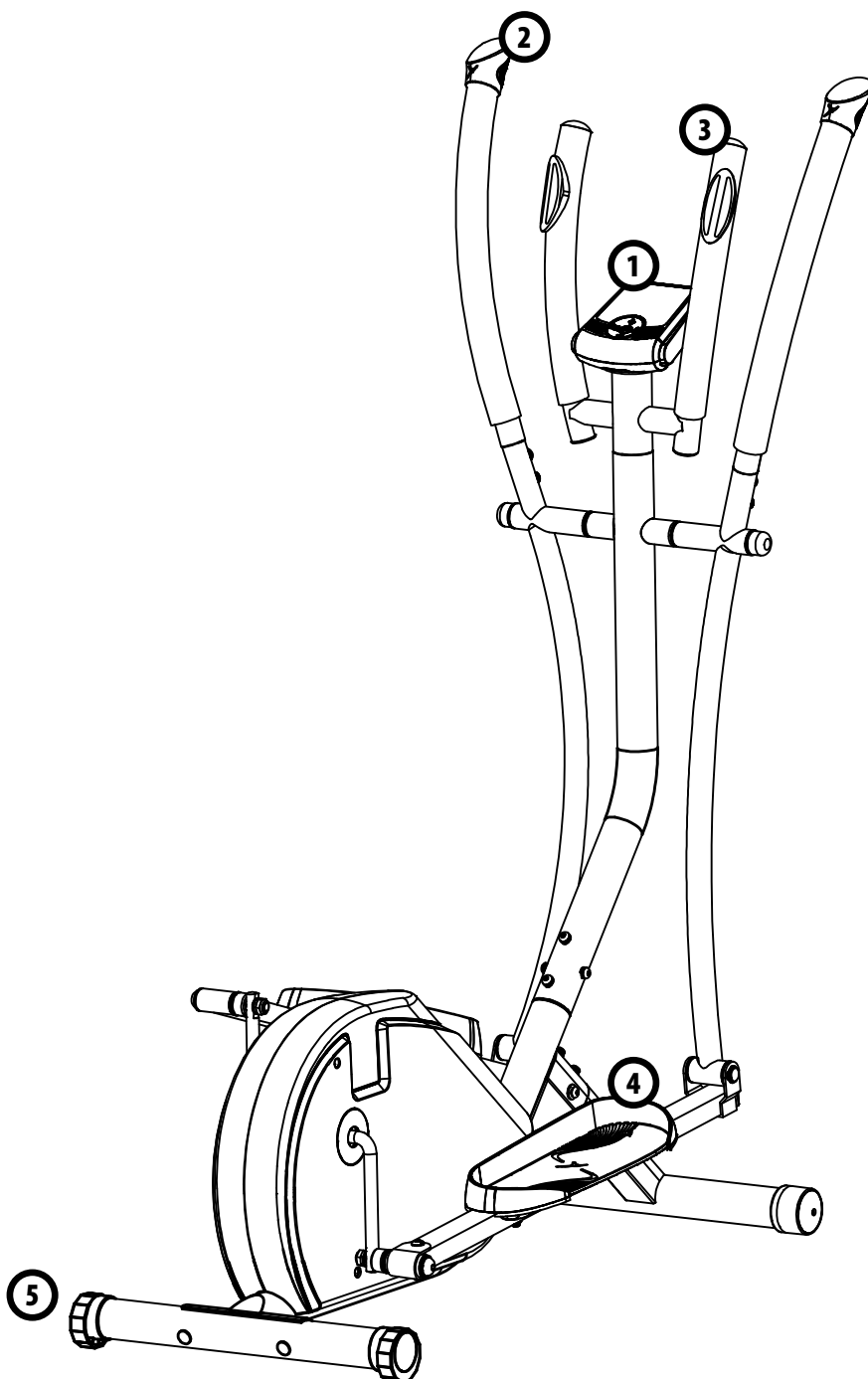
Stationary handlebars  
Guidon fixe  
Manillar fijo  
Fester Lenker  
Manubrio fiso  
Vaste stuurstang  
Guiador fijo  
Kierownica nieruchoma  
Rögzített kormány  
Неподвижный руль  
Ghidon fix  
Pevné riadidlá  
Pevná řídítka  
Fast styre  
Фиксировано кормило  
Sabit gidon  
Fiksni upravljač  
固定手把  
固定ガイド  
固定手把  
مقود ثابت

**4**

Pedal  
Pédale  
Pedal  
Pedal  
Pedale  
Pedaal  
Pedal  
Pedal  
Pedal  
Pedál  
Педадь  
Pedală  
Pedál  
Šlapky  
Pedal  
Педал  
Pedal  
Pedala  
踏板  
ペダル  
踏板  
البدال

**5**

Level adjuster  
Compensateur de niveau  
Compensador de nivel  
Niveauausgleicher  
Compensatore di livello  
Stelschroef niveau  
Compensator de nivel  
Regulacja poziomu  
Szintbe állítás  
Компенсатор неровности пола  
Compensator de nivel  
Kompensátor úrovne  
Kompensátor úrovně  
Nivåkompensator  
Компенсатор на нивото  
Seviye denkleştirici  
Kompensator razine  
水平补偿器  
高さ調整  
水平補償器  
معدل المستوى



Ön egy DOMYOS márkájú terméket választott, és köszönjük bizalmát.

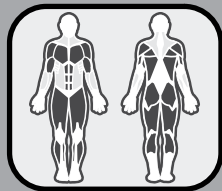
Akár kezdő, akár magas szintű sportoló, a DOMYOS az Ön szövetségese fizikai kondíciójának megtartásában vagy fejlesztésében. Munkatársaink folyamatosan arra töreksenek, hogy a legjobb termékeket állítsák elő. Ha mégis észrevételei, javaslatai vagy kérdései vannak, DOMYOS.COM honlapunkon kíváncsian várjuk véleményüket. Honlapunkon edzéseihez tanácsokat, szükség esetén pedig segítséget is találhat.

Kellemes edzést kívánunk Önnek, és reméljük, hogy ez a DOMYOS termék teljes mértékben megfelel az elvárásainak.

## BEMUTATÁS

Az elliptikus kerékpár használata a kardio edzés egy kitűnő formája, ezáltal növelheti kardiovaszkuláris és légzési kapacitását, teljes alakformázás közben: a far, quadriceps, vádli, hátizom, mellizom, bicepsz és a hasizom erősítése. Visszafelé pedálozva még hangsúlyosabbá teheti a farizom és a combok hátsó részének munkáját. Az állóképesség edzéssel a lehető legtöbb kalóriát égetheti el (megfelelő étrenddel társítva ideális a testsúly csökkentéséhez).

## A TEST MEGDOLGOZTATOTT IZ MAI



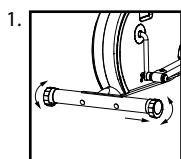
## FIGYELMEZTETÉS

A formába hozatalnak ELLENŐRZÉS MELLETT kell történnie. Mielőtt elkezdené edzésprogramját, kérdezze meg kezelőorvosát. Ez különösen fontos, ha Ön elmúlt 35 éves, vagy ha előzőleg voltak egészséggel kapcsolatos problémái, és több éve nem sportol. Minden utasítást olvasson el használat előtt.

## ÁLTALÁNOS AJÁNLÁSOK

1. A tulajdonos kötelessége megbizonyosodni arról, hogy a termék valamennyi használója megfelelően ismeri a biztonsági előírásokat.
2. A DOMYOS minden felelősséget elhárít a terméknek a vásárló vagy más személy által történő, akár előírászerű, akár helytelen használatából eredő bármely személyi sérülésre vagy vagyoni kárra vonatkozó reklamáció esetén.
3. A készüléket nem szabad üzleti, bérleti vagy intézményes keretek között használni.
4. A használó felelőssége, hogy a termék használata előtt ellenőrizzen és szükség esetén megszorítson minden alkatrészt.
5. A termék össze- és szétzerelésénél mindig gondosan kell eljárni.
6. Lába megóvása érdekében az edzés alatt mindig viseljen sportcipőt. Ne viseljen bő, vagy lógó ruházatot, amely beakadhat a gépbe. Használat előtt vegye le ékszereit. Kösse össze a haját, hogy ne zavarja edzés közben.
7. A szívritmusszabályozót, defibrilátorokat vagy más beültetett elektronikus eszközöket használókat figyelmeztetni kell, hogy a pulzuszámra saját felelősségükre használják.
8. Terhes nőknek nem ajánlott a pulzuszám mérő használata.
9. FIGYELEM! Előfordulhat, hogy a szívritmust ellenőrző rendszerek pontatlanok. A túlterhelés súlyos sérüléseket, akár halált is okozhat. Bármilyen fájdalom vagy rosszullét esetén azonnal abba kell hagyni az edzést.
10. Ha a terméket az elektromos hálózatról üzemelteti, használaton kívül húzza ki a konnektorból.

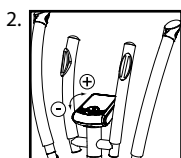
## BEÁLLÍTÁSOK



### 1- A KERÉKPÁR VÍZSZINTBE HELYEZÉSE

Figyelem! a vízszintbeállításához le kell venni az elliptikus kerékpárt.

Ha a termék használat közben instabil, fordítsa el a szintkiegyenlítőket egyikét az instabilitás megszüntetéséig.



### 2- AZ ELLENÁLLÁS BEÁLLÍTÁSA

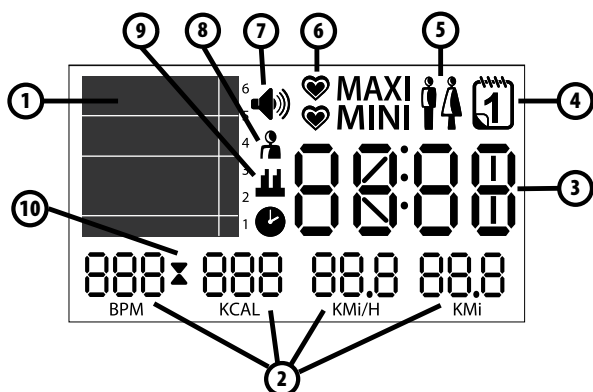
Ez a termék egy „független sebességű» termék. A fékezési nyomatékot nem csupán a pedálózási gyakorisággal tudja beállítani, hanem kiválaszthatja manuálisan is az ellenállás szintjét (a nyomaték szabályozó gomb forgatásával a motor nélküli, a +/- gombok megnyomásával a motorral rendelkező termékeken). Ha azonban megtartja az azonos ellenállási szintet, a fékezési nyomaték az ön pedálózási gyakoriságának növekedésével/csökkenésével azonos mértékben növekszik/csökken.

## A TERMÉK ÁTHERYZÉSE

**Figyelem! Bármilyen helyváltoztatáshoz le kell emelni az elliptikus kerékpárt.**

A földön álljon a termék elé, fogja meg a kormányt és húzza maga felé a kerékpárt. Ekkor a termék a mozgató görgőkre támaszkodik, át tudja helyezni. Az áthelyezés befejezése után segítse a hátsó lábak visszatérését a talajra.

## Kijelzési terület

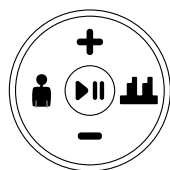


- 1- A programok kijelzési területe
- A szívritmus, elégetett kalóriák, a sebesség és a megtett távolság kijelzése
- Az edzési idő kijelzése
- A felhasználó ÉLETKORÁNAK kiválasztására szolgáló kijelzés
- A felhasználó NEMÉNEK (férfi/nő) kiválasztására szolgáló kijelzés
- A szívritmus célzónáinak beállítására szolgáló kijelzés
- A szívritmus célzóna túllépésére figyelmeztető hangjelzés bevagy kikapcsolt állapotát mutató kijelzés
- A „PARAMÉTEREK MEGADÁSA” módban van
- A „PROGRAMOK” módban van
- Jelzések, amikor a szívritmus célzóna beállított értékei alatt vagy fölött van

## Funkciók

- Sebesség Ez a funkció a becsült sebességet mutatja, vagy km/h-ban (kilométer per óra) vagy mi/h-ban (mérőöld per óra), a termék hátsó részén lévő kapcsoló állásától függően.
- Távolság: Ezzel a funkcióval látható az edzés kezdete óta megtett becsült távolság. Mutathatja km-ben (kilométer) vagy Mi-ben (mérőöld), a termék hátsó részén lévő kapcsoló állásától függően.
- Idő: Ez a funkció az edzés kezdete óta eltelt időt mutatja, percekben: Másodpercek (MM:SS).
- Kalóriák: Ez a funkció mutatja az edzés kezdete óta elégetett kalóriák becsült értékét.
- Szívritmus\*: A szívritmus mérése a kormányon lévő pulzusz mérő érzékelők segítségével történik. A kijelzőn a percenkénti dobbanások száma jelenik meg.

**Figyelem!** becslésről van szó, amit semmiképp nem szabad orvosi hitelességű értéknek tekinteni.



- ▶▶ Bekapcsoló, jóváhagyó, szünet vagy leállító gomb. Belépés a „QUICK START” módba
- 👤 Belépés a «BEÁLLÍTÁSOK» módba
- 📊 Belépés a „PROGRAMOK” módba
- + - A programok futtatása és az értékek beállítása

### EleA konzol hátoldalán végzett beállítások:

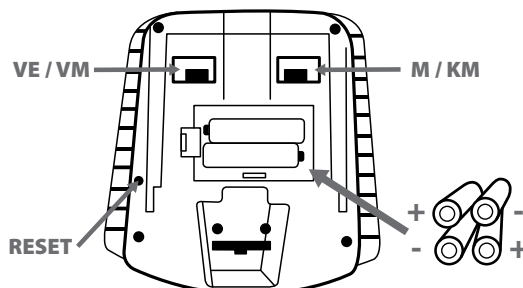
- VE / VM kurzor: A konzol által használt készülék típusának kiválasztása: VM (Mágneses kerékpár) / VE (Elliptikus kerékpár)
- MI / KM kurzor: A TÁVOLSÁG mértékegységének kiválasztása: MI (mérőöld) / KM (kilométer)

### A termék nullázása:

- Ha használaton kívül van, a termék körülbelül öt perc után készenléti állapotba kerül.
- Készenléti állapotban a kijelzések nullázódnak (az adatok nem őrződnek meg).
- A konzol hátoldalán lévő RESET gomb megnyomásával.

### Az elemek behelyezése:

1. Vegye le a konzolt a tartójáról, vegye le a termék hátoldalán található elemtartó rekesz tetejét, tegyen a kijelző hátoldalán lévő rekeszbe két darab AA vagy LR06 (1,5 V) típusú elemet.
2. Ellenőrizze az elemek megfelelő behelyezését, és azt, hogy megfelelően érintkeznek-e a rugókkal.
3. Tegye vissza a helyére az elemtartó rekeszt, és ellenőrizze, hogy jól tart-e.
4. Ha a kijelzés teljesen vagy részben olvashatatlan, vegye ki, majd 15 mp-es várakozás után tegye vissza az elemeket.
5. Az elemek kivételével a komputer memóriájából törlődnek az adatok.





### Selejtezés:




Az „áthúzott szemetesedény” szimbólum azt jelzi, hogy sem ezt a terméket, sem a benne levő elemeket nem szabad a háztartási szemétkébe dobni. Ezeket szelektíven gyűjtik. A használt elemeket és a tovább már nem használható elektronikus terméket újrahasznosítás céljából adja le egy engedélyezett gyűjtőhelyen. Az elektronikai hulladék újrahasznosítása védi a környezetet és az Ön egészségét.


## Használat

A kerékpár hálózatról vagy elemekkel működik. Ha 5 percig nem használja, a konzol kikapcsolódik. Azt javasoljuk, hogy vegye ki az elemeket, ha nem használja a kerékpárt hosszabb ideig, vagy ha hálózatról használja.

Minden feszültség alá helyezésekor (csatlakozás a hálózatra vagy az elemek behelyezése) a konzol elindítja a QUICK START módot. Nyomja meg hosszasan a  gombot a «BEÁLLÍTÁSOK» módba lépéshez, vagy nyomja le hosszasan a  gombot, ha a «PROGRAMOK» módba szeretne belépni. Edzésének végén a készülék 1 perces nyugalmi állapotba való visszatérést kínál fel: 'COOL'. Az edzésről összefoglalás készül.





### Quick start:



A QUICK START funkcióval gyorsan elindíthatja az edzést. Amikor a konzol készenléti állapotban van, a  gomb rövid megnyomása, vagy a pedálozás megkezdése automatikusan elindít egy 30 perces, leggyengébb intenzitású edzést. A munka intenzitásának módosításához nyomja meg röviden a  és  gombokat.

Bármikor szünetet tarthat a  gomb ismételt megnyomásával.

Ennek a gombnak a hosszas megnyomásával befejezheti az edzést: 'END'. Újabb megnyomása kikapcsolja a konzolt: OFF.




### Beállítás:


Amikor a konzol készenléti állapotban van, a  gomb rövid megnyomásával elindul a BEÁLLÍTÁSOK menü: 'SET'. Ebben a beállítási módban megadhatja NEMÉT és ÉLETKORÁT. A készülék ekkor egy szívritmus célterületet javasol, amely az alapbeállítás szerint ajánlott szívritmus 100 %-át veszi maximális értéknek, minimális értéknek pedig a maximális érték 70%-át. Ezeket az értékeket a  és  gombokkal változtathatja. Minden értéket hagyjon jóvá a  rövid megnyomásával. Ezután bekapcsolhatja a beállított maximális és minimális szívritmus zónák túllépésekor jelző figyelmeztetést.




A beállítás végén az OK üzenet jelenik meg. A konzol ekkor egy 30 perces edzést kínál fel. Ezt az időt módosíthatja a  és  gombok segítségével.


### Programok::



Az FC5 konzol 6 edzési programot kínál.

1- A „PROGRAMOK»  módban: nyomja meg a  és  gombokat a program kiválasztásához.

2- Hagyja jóvá ezután a  megnyomásával.

3- A felkínált edzési idő 30 perc, a  és  gombok megnyomásával módosíthatja. Nyomja meg röviden a  gombot az edzés megkezdéséhez.

Bármikor szünetet tarthat a  gomb megnyomásával.

4- Edzési programja alatt a visszatérhet a beállítás módba a  gomb hosszas megnyomásával, vagy visszatérhet a programok kiválasztásához a  hosszas megnyomásával.

A 6 edzési programot a DOMYOS CLUB sportedzőivel együttműködve fejlesztették ki ([www.domyosclub.com](http://www.domyosclub.com)). Minden sporttevékenység előtt beszéljen orvosával, hogy az Önnek megfelelő gyakorlatot alkalmazza. Kezdőknek heti 2-3, mérsékelt ütemű 20 perces edzést ajánlunk.

### Pulzusmérő érzékelők:

Megmérheti szívritmusát az edzés kezdetén és végén, mindkét tenyerét a pulzusmérő érzékelőkre helyezve. Szívritmusa ekkor megjelenik a kijelző jobb alsó részén. Ez a mérés csak tájékoztató jellegű, semmi esetre sem tekinthető orvosi adatnak.

## HIBAKERESÉS

### Ha rendellenes távolságot vagy sebességet észlel:

- Ellenőrizze, hogy a konzol hátoldalán a kapcsoló VM helyzetben van-e mágneses kerékpár / VE helyzetben az elliptikus kerékpár esetén.
- Nyomja meg a RESET gombot, hogy a változás életbe lépjen.

Megjegyzés: A mágneses kerékpárokon minden pedálfordulat 4 méternek felel meg, az elliptikus kerékpárokon 1 pedálfordulat 1,6 méternek felel meg (ezek az értékek átlagos kerékpározási vagy gyaloglási értékeknek felelnek meg).

**Ha a szívritmus kijelző nem villog**, vagy rendellenesen villog, ellenőrizze, hogy a kezei megfelelő helyzetben vannak-e, illetve hogy az érzékelők nem túl nedvesek-e.

### Ha úgy veszi észre, hogy a számláló a nem megfelelő mértékegységet mutat a távolságra:

- Ellenőrizze, hogy a konzol hátoldalán lévő kapcsoló a MI helyzetben van-e a mérföld, vagy KM helyzetben van-e a kilométerekben való kijelzéshez.
- Nyomja meg a RESET gombot, hogy a változás életbe lépjen.

### Ha a számláló nem kapcsolódik be:

- Ellenőrizze, hogy ne használjon egyszerre elemeket és transzformátort.
- Ha elemmel működik, ellenőrizze az elemek megfelelő +/- helyzetét.
- Ha a probléma továbbra is fennáll, kezdje újra új elemekkel.
- Ha hálózatra kapcsolódik, ellenőrizze, hogy az adapter megfelelően csatlakozik-e a kerékpárhoz.
- Mindkét esetben ellenőrizze, hogy megfelelően vannak-e csatlakoztatva a vezetékek a konzol hátoldalán, illetve a kerékpár fő váza és a kormányvilla összeszerelésénél.
- Ha a probléma továbbra is fennáll, kérjük olvassa el az tájékoztató utolsó oldalát.

Ha **zajt hall a burkolaton belülről**, ha nem tudja beállítani az intenzitás szintjét manuális módban, ne próbálkozzon a javítással saját maga. Olvassa el a tájékoztató utolsó oldalát. Csak a mellékelt adapterrel használja a terméket.

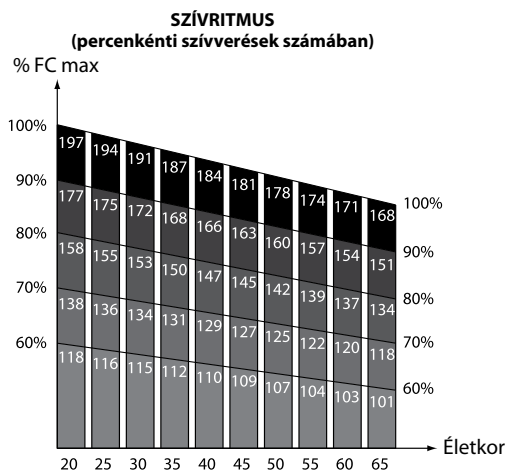


## EDZÉSI ZÓNÁK

FC = Szívritmus

FC max = 210 – (0,65 x az Ön életkora)

- FC > 90% FC max  
Haladóknak fenntartott magas teljesítmény zóna
- FC = 80-90% FC max  
Teljesítményének javítására szolgáló zóna
- FC = 70-80% FC max  
A kitartás javítására szolgáló zóna
- FC = 60-70% FC max  
Mérsékelt erőfelfejtési zóna, az edzések óvatos újrakezdéséhez és a testsúly csökkentéséhez
- FC < 60% FC max  
A bemelegítési és pihenési fázisokban elsősorban ezt a zónát kell használni



## HASZNÁLAT

Ha Ön kezdő, kezdje az edzéseket több napon át alacsony sebességen, erőltetés nélkül, szükség esetén iktasson be pihenőket. Fokozatosan növelje az edzések számát, vagy időtartamát. Az edzések alatt ne hajlítsa be a hátát, hanem tartsa magát egyenesen. Edzés közben ne feledjen el gondoskodni a helyiség megfelelő szellőzéséről, ahol a kerékpár található. *dobrze przewietrzanie pomieszczenia, w którym znajduje się rower.*



### Fenntartó edzés / Bemelegítés Fokozatos erőfelfejtés 10 perctől kezdve

Fizikai erőnlétét megőrzéséhez vagy rehabilitációhoz végzett fenntartó edzést minden nap, mintegy tíz percen keresztül végezheti. Az ilyen típusú edzés célja az izmok és ízületek élénkítése, de használható bemelegítés céljából is fizikai tevékenység előtt. A combok tónusosságának növeléséhez válasszon nagyobb ellenállást és növelje az edzésidőt. Természetesen az edzés alatt bármikor változtathatja a pedálozási ellenállást.



### Aerob edzés a fizikai erőnlét fokozásához: Mérsékelt erőfelfejtés elég hosszú időn keresztül (35 perctől 1 óráig)

Ha fogyni szeretne, fogyókúra mellett az ilyen edzés az egyetlen eszköz a szervezet által felhasznált energiamennyiség növelésére. Ehhez fölösleges túlerőltetnie magát. Jobb eredményeket akkor érhet el, ha rendszeresen végzi az edzéseket. Válasszon viszonylag alacsony pedálozási ellenállást és végezze az edzést a saját ritmusának megfelelően, de legalább 30 percen keresztül. Ennél az edzésnél a bőrön nyhe izzadság jelentkezik, de semmiképp nem szabad kimerülnie. A lassú ritmusban végzett edzés időtartama fogja szervezetét arra ösztönözni, hogy a meglévő zsírból mérítsen energiát, amennyiben harminc percnél tovább, legalább háromszor egy héten edz.



### Aerob kitartóedzés: Erős erőfelfejtés 20 - 40 percen keresztül

Az ilyen edzéssel jelentősen erősíthető a szívizom és javítja a légzést. Az ellenállás és/vagy a pedálozás sebessége úgy van beállítva, hogy növelje a légzés gyakoriságát a gyakorlat végzése alatt. Az erőfelfejtés nagyobb, mint a fizikai erőnlétet fokozó edzésnél. Az edzésekkel egyre tovább tudja majd tartani ezt az erőfelfejtést, egyre jobb ritmusban. Ilyen típusú edzést legalább háromszor egy héten végezhet. Az erősebb ritmusban végzett edzés (anaerob edzés piros zónában) csak sportolóknak való és megfelelő felkészítést igényel. Minden edzés után szenteljen néhány percet arra, hogy a pedálozási sebességet csökkentve szervezete fokozatosan visszatérjen nyugalmi állapotba.

### Visszatérés nyugalmi állapotba

A tevékenység alacsony intenzitású folytatását jelenti, ez a fokozatos „nyugalmi” szakasz. A nyugalmi állapotba való visszatérés biztosítja a szív és az érrendszer, a légzőszervek, a vérkeringés és az izmok visszatérését a „normál” állapothoz (ezzel elkerülhetők az olyan ellenhatások, mint például a tejsavak felhalmozódása, amelyek az izomfájdalmak, azaz a görcsök és az izomláz fő okozói).

### Nyújtás:

A nyugalmi állapothoz való visszatérést nyújtó mozgásoknak kell követniük. A nyújtás minimálisra csökkenti a tejsavak felhalmozódása által okozott izomlázat, „serkenti” a vérkeringést.

## KERESKEDELMI GARANCIA

A DOMYOS rendeltetészerű használat esetén a vásárlás számlával igazolt napjától számított 5 éven keresztül garanciát vállal ennek a terméknek a szerkezetére és további 2 éven keresztül az egyéb alkatrészekre és munkadíjra.

A DOMYOS ennek a garanciavállalásnak a keretében csak a termék cseréjére vagy javítására köteles, melyről a DOMYOS saját belátása szerint dönt.

A garancia nem terjed ki az alábbi esetekre:

- Szállítási sérülések
- Ha kültéren vagy nedves környezetben használták vagy tárolták (trambulín kivételével)
- Hibás összeszerelés
- Rossz vagy nem rendeltetészerű használat
- Rossz karbantartás
- A DOMYOS által el nem ismert szervizben végzett javítások
- Nem magánjellegű használat

Ez a kereskedői garancia nem zárja ki a vásárlás országában hatályos törvényes garancia alkalmazását. A garancia igénybeviteléhez tekintse meg a használati útmutató utolsó oldalán lévő táblázatot.

**AFTER-SALES SERVICE • SERVICE APRÈS-VENTE • SERVICIO POSVENTA • KUNDENDIENST • SERVIZIO ASSISTENZA POST-VENDITA • AFTERSALES AFDELING • ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA • SERWIS PO SPRZEDAŻY • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА • SERVICIU POST-VÂNZARE • POPREDAJNÝ SERVIS • POPRODEJNÍ SERVIS • EFTERMARKNAD • СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ • SATIŞ SONRASI SERVİSİ • SERVIS NAKONPRODAJE • POPRODAJNA SLUŽBA • 售后服务 • アフターサービス • 售後服務 • บริการหลังการขาย • بعد خدمة البيع**

**FRANCE**

Besoin d'assistance ?  
Retrouvez-nous sur le site internet <http://www.domyos.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.domyos.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 dossier 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.it/sav](http://www.domyos.it/sav) per aprire un dossier di assistenza post vendita. Se non hai una connessione ad internet, contatta il Servizio Clienti, munito dello scontrino al num 199 122 326 (11,88 cent/euro al min. + IVA) 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**

Bijstand nodig?  
U vindt de dienst na verkoop terug op de website <http://nl.domyos.be/sav> (kost van internetverbinding). Hier kan u een bijstands aanvraag indienen indien nodig.

**PORTUGAL**

Necessita de assistência?  
Encontre-nos no site [domyos.pt](http://www.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 gratuita.

**DEUTSCHLAND**

Brauchen Sie Hilfe?  
Sie finden uns auf der Internetseite: [www.Domyos.com](http://www.Domyos.com) oder Sie rufen unser Customer - Relationship - Center an unter: 0049-7153-5759900 Halten Sie bitte Ihre Rechnung bereit.

**中国**

您需要帮助吗?  
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](http://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.domyos.com](http://www.domyos.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.domyos.com](http://www.domyos.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.domyos.com](http://www.domyos.com) (Kosten des 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](http://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 LANDE**

Nog vragen?  
Raadpleeg onze internetsite [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (kosten internetverbinding) of ga naar de ontvangstbalie van de winkel waarin u het product heeft gekocht. Neem het aankoopbewijs mee.

**OUTROS PAÍSES**

Precisa de assistência?  
Contacte-nos através do site da Internet [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (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](http://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](http://www.domyos.com) (internetcsatlakozás ára), vagy 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.com](http://www.domyos.com) (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.

**ALTE ȚĂRI**

Aveți nevoie de asistență?  
Ne puteți găsi pe site-ul [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (prețul unei conectări la internet) sau vă puteți prezenta la serviciul de relații cu clienții al magazinului firmei de la care ați achiziționat produsul, având asupra dumneavoastră dovada cumpărării.

**OSTATNÉ KRAJINY**

Potrebujeate asistenciu?  
Nájdite si nás na internetových stránkach [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (cena internetového pripojenia), alebo sa obráťte na oddelenie styku so zákaznikom v obchode, kde ste svoj výrobok zakúpili a popritom nezabudnite predložiť doklad o kúpe.

**OSTATNÍ ZEMĚ**

Potřebujete pomoc?  
Kontaktujte nás na našich internetových stránkách [www.domyos.com](http://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](http://www.domyos.com) (kostnad för internetanslutning 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](http://www.domyos.com) (цената на интернет

вързка) 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 mi ihtiyacınız var?  
[www.domyos.com](http://www.domyos.com) internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığınız mağazanın danışma bölümüne başvurabilirsiniz.

**OSTALE ZEMLJE**

Potreba vam je pomoć?  
Pronađite nas na internetskoj stranici [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predočenje računa.

**DRUGE DRŽAVE**

Potrebujeate pomoč?  
Obiščite našo spletno stran [www.domyos.com](http://www.domyos.com) ali trgovino, v kateri ste izdelek kupili, pri čemer je potrebno dokazilo o nakupu.

**其他国家**

需要帮助?  
请登陆 [www.domyos.com](http://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咨询。

**その他の国**

ヘルプが必要ですか?  
サイト [www.domyos.com](http://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ささい。

**其他國家**

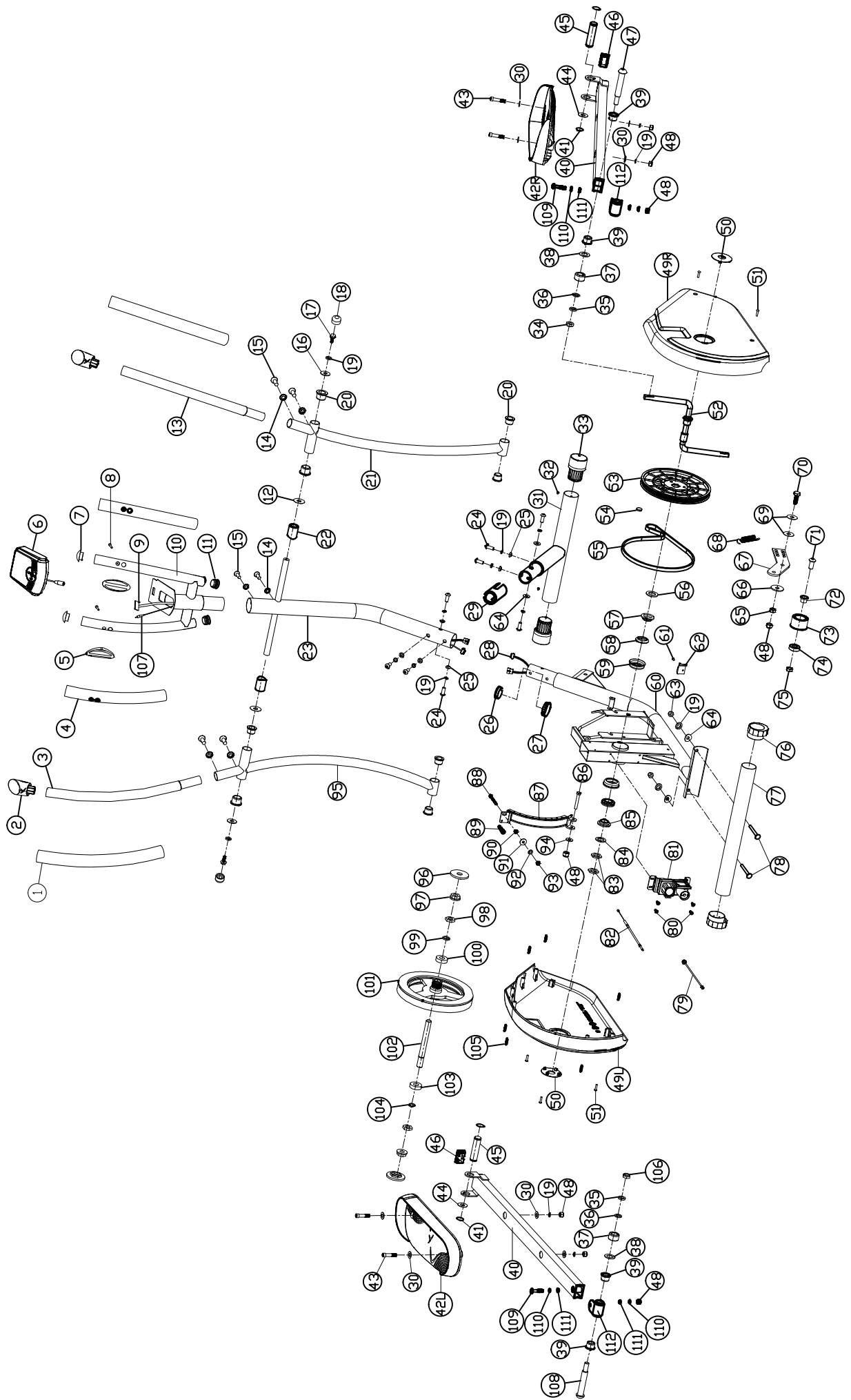
需要幫助?  
請登陸 [www.domyos.com](http://www.domyos.com) 與我們聯繫 (普通上網費用) 或攜帶購物發票至您購買產品的商店的信息諮詢處諮詢。

**ประเทศไทย**

ต้องการความช่วยเหลือหรือไม่?  
พบกับเราได้ที่เว็บไซต์ [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (อาจมีค่าใช้จ่ายในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต) หรือที่แผนกของห้างร้านที่คุณได้ซื้อผลิตภัณฑ์นั้นๆ พร้อมกับหลักฐานการซื้อผลิตภัณฑ์นั้นๆ

**دول أخرى**

هل تحتاج إلى مساعدة?  
اتصل على عبر موقعنا الإلكتروني [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (تكلفة اتصال بالإنترنت) أو توجه إلى المحل الذي اشتريت منه المنتج والذي يوجد به علامة الشركة، واحرص على تقديم إثبات الشراء.



# ELLIPTICAL ESSENTIAL +

**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**  
**Originalna navodila shraniti**  
请保留说明书  
保存用說明書  
請保留原始說明書  
يرجى الاحتفاظ بهذه النشرة

**DECATHLON**

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

IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda - CNPJ : 02.314.041/0001-88

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

TURKSPORT Spor Ürünleri 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 957-9:2003 HC - GB 17498-1 2008 - GB 17498-9 2008 - 品名: 椭圆机 - 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 - ナチュラムイーコマース株式会社

台灣迪卡儂有限公司 - 台灣台中市408南屯區大墩南路379號 - 諮詢電話: (04) 2471-3612 - 品名: 椭圆机 - 主要成分: 铁 / 塑料

Made in China - Fabricado na China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中国制造 - 中國製造



ref pack: 1837.334



DOMYOS.COM