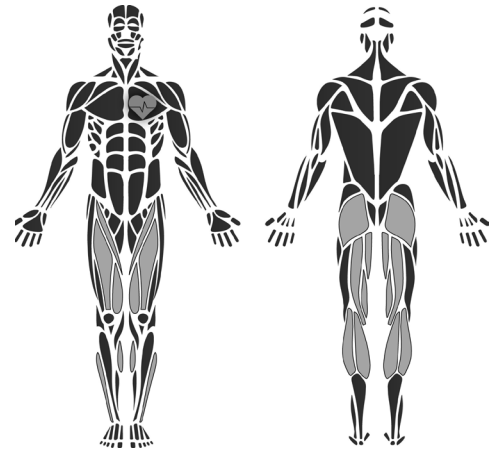
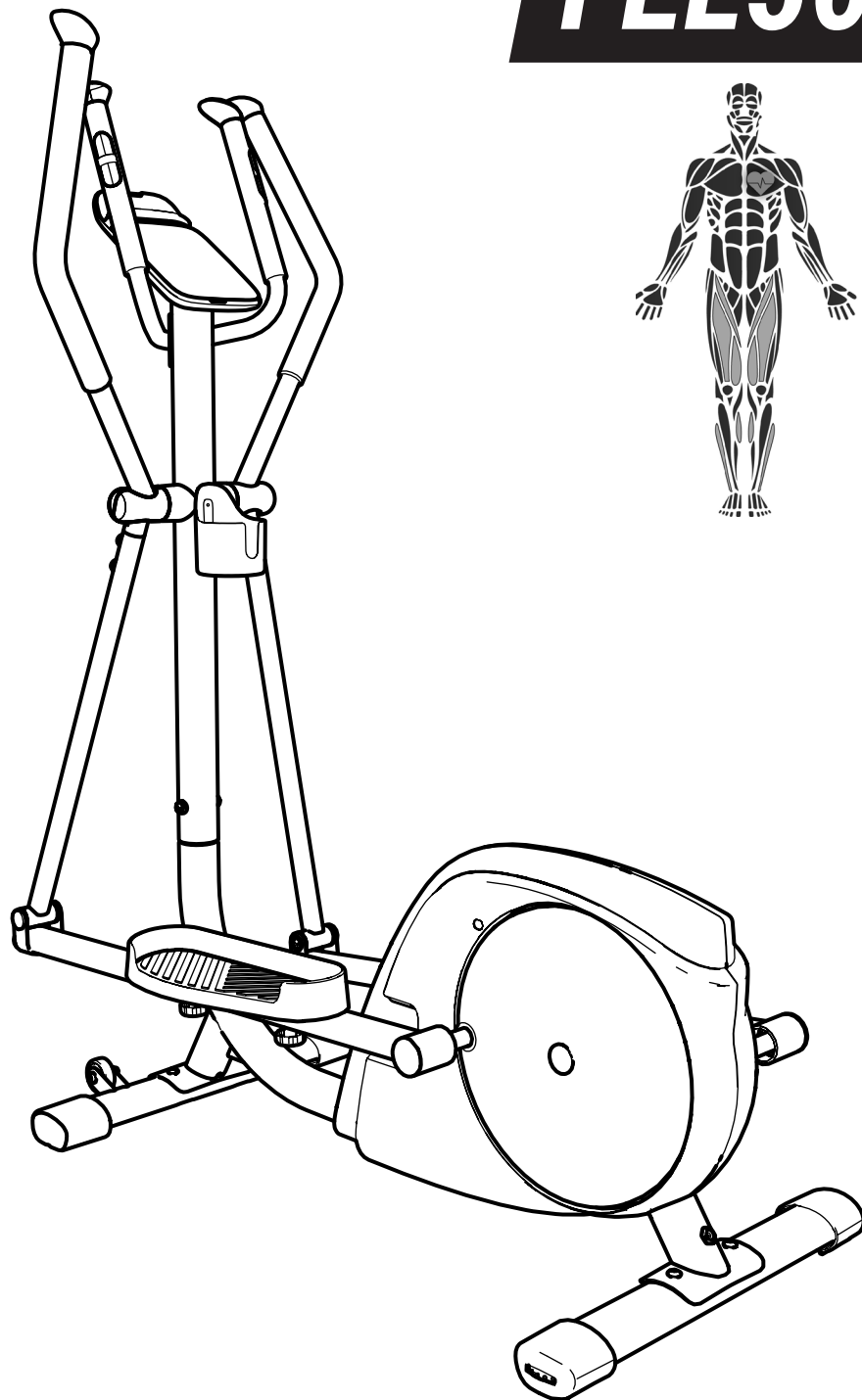


# FEL500



## FEL500

46,7 kg / 103 lbs  
1,41 x 0,68 x 1,55 m  
48.8 x 26.7 x 61 in



**MAXI**  
130 kgs  
287 lbs



60 MIN



<b>EN</b>	Usage notice - Elliptical trainer	15
<b>FR</b>	Notice d'utilisation - Vélo elliptique	16
<b>ES</b>	Instrucciones de uso - Bicicleta elíptica	17
<b>DE</b>	Bedienungsanleitung - Ellipsentrainer	18
<b>IT</b>	Istruzioni per l'uso - Ellittica	20
<b>NL</b>	Gebruikshandleiding - Crosstrainer	21
<b>PT</b>	Instruções de utilização - Bicicleta elíptica	22
<b>PL</b>	Instrukcja obsługi - Rower eliptyczny	24
<b>HU</b>	Használati útmutató - Elliptikus tréner	25
<b>RO</b>	Manual de utilizare - Bicicletă eliptică	26
<b>SK</b>	Návod na použitie - Eliptický bicykel	27
<b>CS</b>	Uživatelské pokyny - Eliptický trenažér	29
<b>SV</b>	Bruksanvisning - Crosstrainer	30
<b>BG</b>	Ръководство за употреба - Крос-тренажор	31
<b>HR</b>	Obavijest o upotrebi - Eliptični bicikl	32
<b>SL</b>	Opomba o uporabi - Eliptični trenažer	34
<b>EL</b>	Οδηγίες χρήσης - Ελλειπτικό ποδήλατο	35
<b>TR</b>	Kullanım kılavuzu - Eliptik bisiklet	36
<b>UK</b>	вказівки щодо використання - еліптичний велосипед	38
<b>LT</b>	naudojimo instrukcijos - elipsinis dviratis	39
<b>SR</b>	упутство за употребу - елиптични бицикл	40
<b>RU</b>	Руководство по использованию - Эллиптический велотренажер	41
<b>VI</b>	Hướng dẫn sử dụng - Xe đạp tập luyện	43
<b>ID</b>	Petunjuk penggunaan - Sepeda eliptikal	44
<b>ZH</b>	使用说明书 - 椭圆机	45
<b>JA</b>	仕様書 - クロストレーナー	46
<b>ZT</b>	使用手冊 - 橢圓機	48
<b>TH</b>	คำแนะนำสำหรับการใช้งาน - จักรยาน อีลิปติคอล (Elliptical)	49
<b>KO</b>	사용 설명서 - 타원형 자전거	50
<b>KM</b>	សំណុំប្រឹក្សានៃការប្រើប្រាស់ - ដំណោះស្រាយចំពោះបញ្ហាដែលមិនទាក់ទង/កាត	51
<b>AR</b>	فوس جهاز - الاستخدام دليل	52
<b>FA</b>	البنیکال دوچرخه - استفاده راهنمای	54



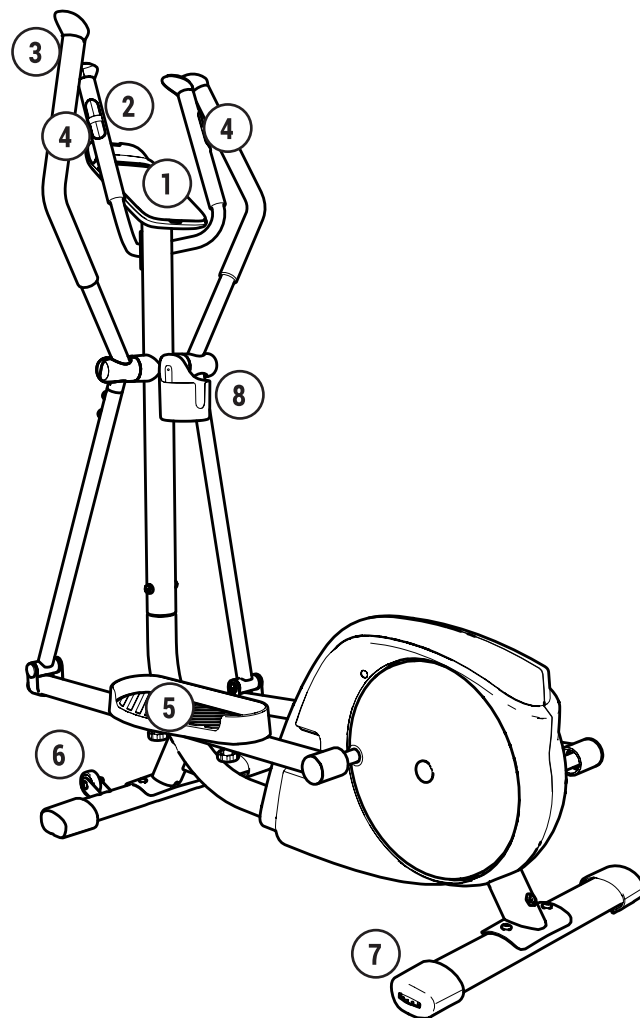
AFTER-SALES SERVICE - SERVICE APRÈS-VENTE - SERVICIO POSVENTA - KUNDENDIENST - SERVIZIO ASSISTENZA POST-VENDITA - AFTERSALESAFDELING - ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA - SERWIS PO SPRZEDAŻY - ÜGYFÉLSZOLGÁLAT - SERVICIU POST-VÂNZARE - POPREDAJNÝ SERVIS - POPRODEJNÍ SERVIS - EFTERMARKNAD - СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ - SERVIS NAKONPRODAJE - POPRODAJNA SLUŽBA - ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΠΕΛΑΤΩΝ - SATIS SONRASI SERVİSİ - ПІСЛЯПРОДАЖНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ - АРТАРНАВИМАС ПО PARDAVIMO - НАКОМ ПРОДАЈЕ - СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА - DỊCH VỤ SAU BÁN HÀNG - LAYANAN PURNA JUAL - 售后服务 - アフターサービス - 售後服務 - บริการหลังการขาย - 애프터 서비스 - கருவிக் குறைபாடுகள் - خدمة بعد البيع - فروش از پس خدمات



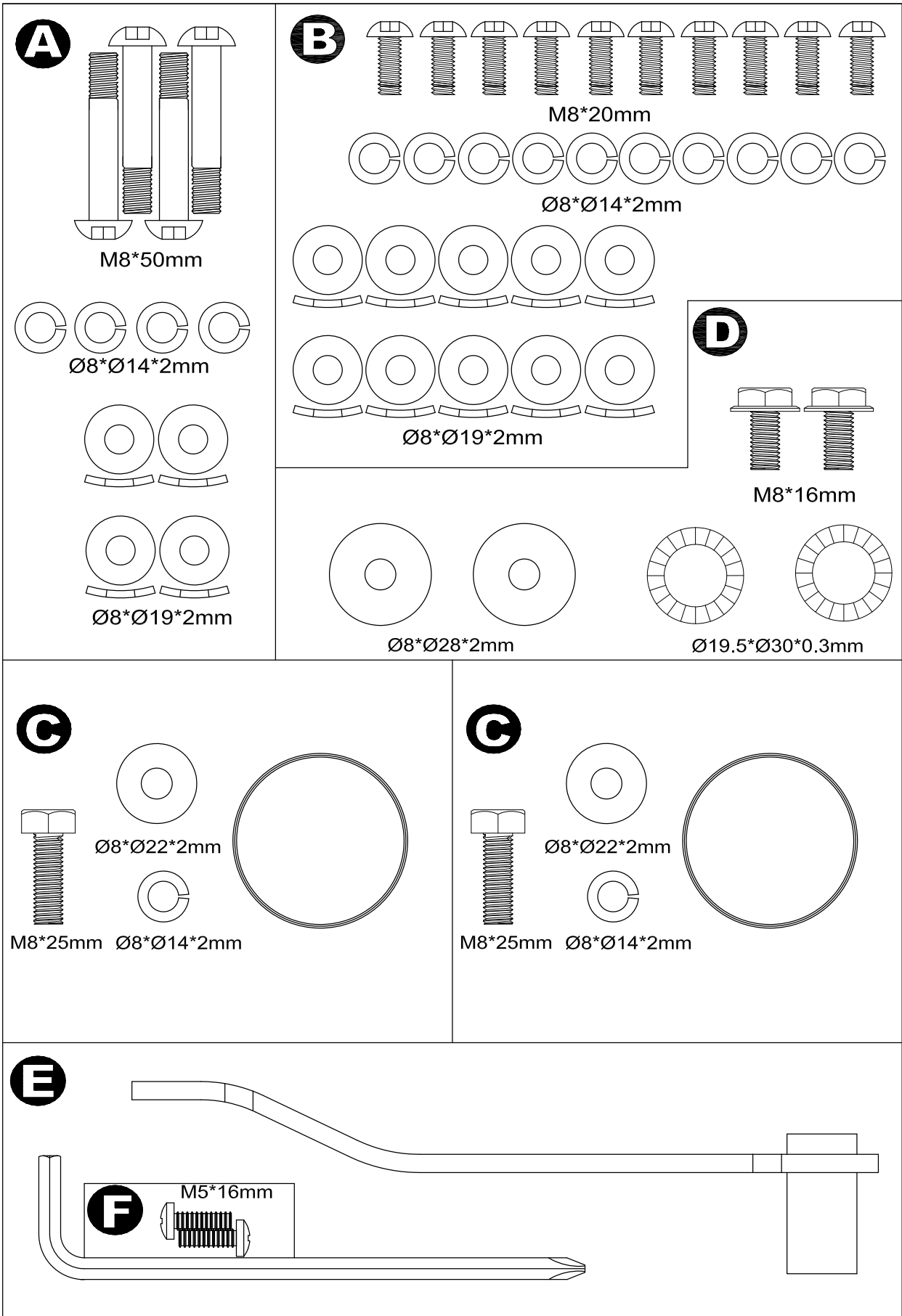
[WWW.SUPPORTDECATHLON.COM](http://WWW.SUPPORTDECATHLON.COM)

..... 56

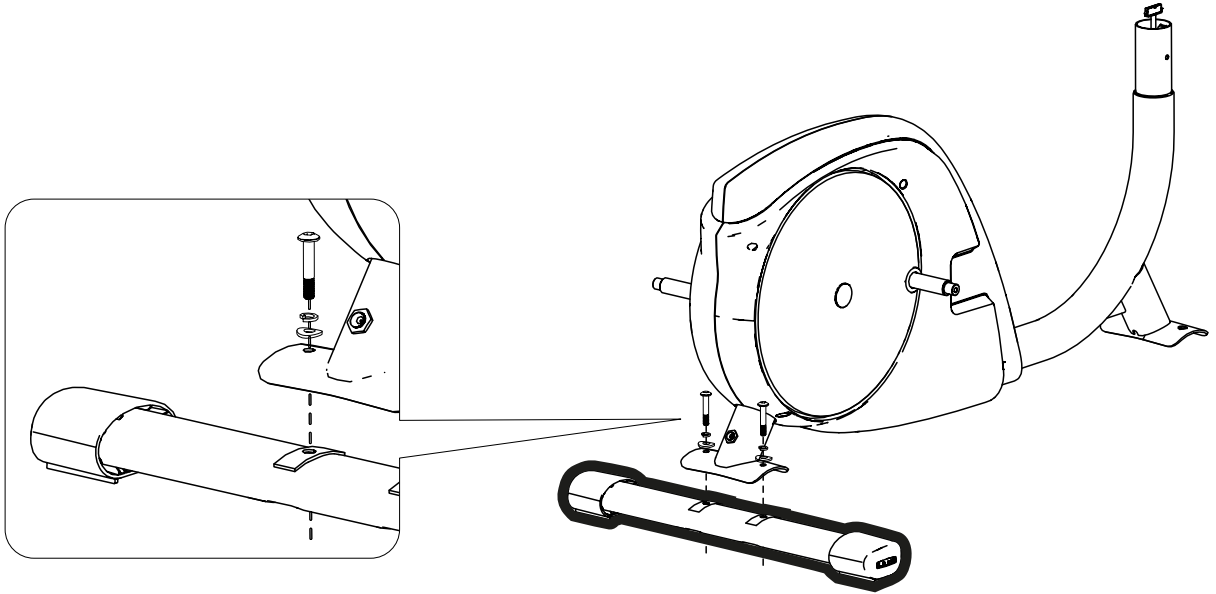
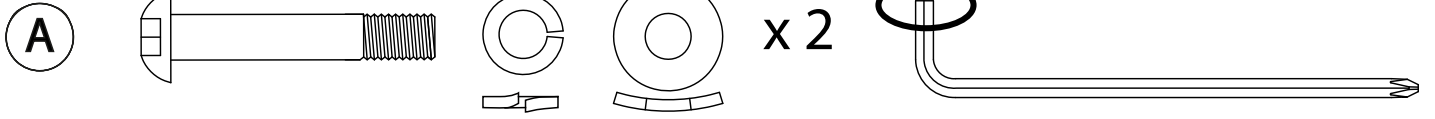
	1	2	3	4	5	6	7	8
EN	Console	Fixed handlebar	Movable handlebar	Pulse sensors	pedal	Castors	Levelling foot	Bottle holder
FR	Console	Guidon fixe	Guidon mobile	Capteurs de pulsations	pédale	Roulettes de déplacement	Compensateur de niveau	Porte bouteille
ES	Consola	Manillar fijo	Manillar móvil	Sensores de pulso	pedal	Ruedas de desplazamiento	Compensador de nivel	Portabidón
DE	Konsole	Fester Lenker	Mobiler Lenker	Pulssensoren	Pedal	Transportrollen	Niveauengleicher	Flaschenhalter
IT	Console	Manubrio fisso	Manubrio mobile	Sensori di pulsazioni	pedale	Rotelle di spostamento	Compensatore di livello	Portabottiglia
NL	Console	Vaste stuurhendels	Bewegende stuurhendels	Hartslagsensoren	pedaal	Transportwieltjes	Niveauregelaar	Flessenhouder
PT	Consola	Guiador fixo	Guiador móvel	Sensores de pulsação	pedal	Rodinhas de deslocação	Compensador de nível	Suporte de garrafa
PL	Konsola	Kierownica nieruchoma	Ruchoma kierownica	Czujnik tętna	pedał	Kółka do przemieszczenia	Kompensator poziomu	Uchwyt na bidon
HU	Konzol	Rögzített kormány	Mobil kormány	Pulzusérzékelők	pedál	Görgők a mozgathoz	Szintkiegénylítő	Palacktartó
RO	Consolă	Ghidon fix	Ghidon mobil	Senzori de pulsații	pedală	Rotile de deplasare	Compensator de nivel	Suport pentru sticlă de apă
SK	Konzola	Pevné riadidlá	Pohyblivé riadidlá	Pulzné snímače	pedál	Premiestňovacie kolieska	Kompenzátor úrovne	Držiak fľaše
CS	konzole	Pevné madlo	Pohyblivé madlo	Tepové senzory	šlapka	Přemísťovací kolečka	Vyrovňovací podložka	Držák na láhev
SV	Konzol	Fast styre	Rörligt styre	Pulssensorer	pedal	Transporthjul	Nivåkompensator	Flaskhållare
BG	Конзола	Фиксирано кормило	Свалящо се кормило	датчици за пулс	педал	Колелца за преместване	Компенсатор на нивото	Стойка за бутилка
HR	Konzola	Fiksni upravljač	Mobilni upravljač	Senzor otkucaja srca	pedala	Kotači za premještanje	Kompenzator razine	Držac za bocu
SL	Konzola	Fiksni držali	Premični držali	Senzorji za merjenje srčnega utripa	pedal	Transportno kolesce	Nastavek za vodoravno poravnavo	Držalo za stekleničko
EL	Κονσόλα	Μη ρυθμιζόμενο τιμόνι	Ρυθμιζόμενο τιμόνι	αισθητήρας παλμών	πεντάλ	Τροχήσκα	Βάση ρυθμιζόμενου ύψους	Βάση μπουκαλιού
TR	Konzol	Sabit gidon	Hareketli gidon	Nabız sensörleri	pedal	Taşıma makaraları	Yükseklik ayar tertibatı	Şişe taşıyıcı
UK	Консоль	Фіксований руль	Рухомий руль	Датчики пульсу	педаль	Коліщата	Ніжка для вирівнювання	Тримач для пляшок
LT	Konsolė	Nejudanti rankena	Judanti rankena	Impulsų jutikliai	pedalas	Ratukai	Lygiuojančioji atrama	Buteliuko laikiklis
SR	Konzola	Fiksirani upravljač	Pokretan upravljač	Psenzori za puls	pedala	Točkici	Noga nivelsanja	Nosac za flaše
RU	Консоль	Неподвижный руль	Регулируемый руль	датчики пульса	педаль	Колесики для перемещения	Компенсатор уровня	Кронштейн для бутылки
VI	Bảng điều khiển	Tay lái cố định	Tay lái rời	Thiết bị cảm biến xung	bàn đạp	Bánh xe	Bộ điều chỉnh cân bằng	Giá đỡ hình chai
ID	Monitor	Stang tidak dapat disesuaikan	Stang dapat disesuaikan	Sensor detakan jantung	Pengayuh	Roda	Pengatur level	Penyangga botol
ZH	控制面板	固定车把	移动车把	脉搏传感器	踏板	移动滑轮	平衡补偿器	水壶架
JA	本体	固定ガイド	可動式ハンドル	脈拍センサー	ペダル	移動用タイヤ	高さ調整	ボトルホルダー
ZT	控制面板	固定車把	移動車把	脈搏感測器	踏板	移動滑輪	平衡補償器	水壺座
TH	ตัวเครื่อง	มือจับคงที่	มือจับเคลื่อนที่	เซนเซอร์วัดชีพจร	คันเหยียบ	ล้อหมุน	ตัวปรับระดับ	ที่ยึดขวด
KO	콘솔	조절 가능한 핸들	조절 가능한 핸들	심박 센서	페달	이동용 바퀴	레벨 조정장치	안장
KM	ပုံနှိပ်	ရတနာမာန်ကိုင်	ရွယ်ရွယ်ကိုင်	ဥပမာန်တပ်ထိတ်	ပျောင်း	ကွဲရွယ်ပွတ်ကိပ်	ကမ္ဘီထိတ်လှည့်ကုမ္ပဏီ	ပံ့ပိုးကိုင်ကပ်
AR	التحكم لوحة	ثابت مقود	متحرك مقود	النبض حساسات	البدال	النقل بكرات	المستوى معادل	لتزجاجة حامل
FA	کنسول	تنظیم غیرقابل دوچرخه دسته	تنظیم قابل دوچرخه دسته	ضربان حسگرهای	پدال	صندلی چرخزیر	اھرم کننده تنظیم	بطری جا



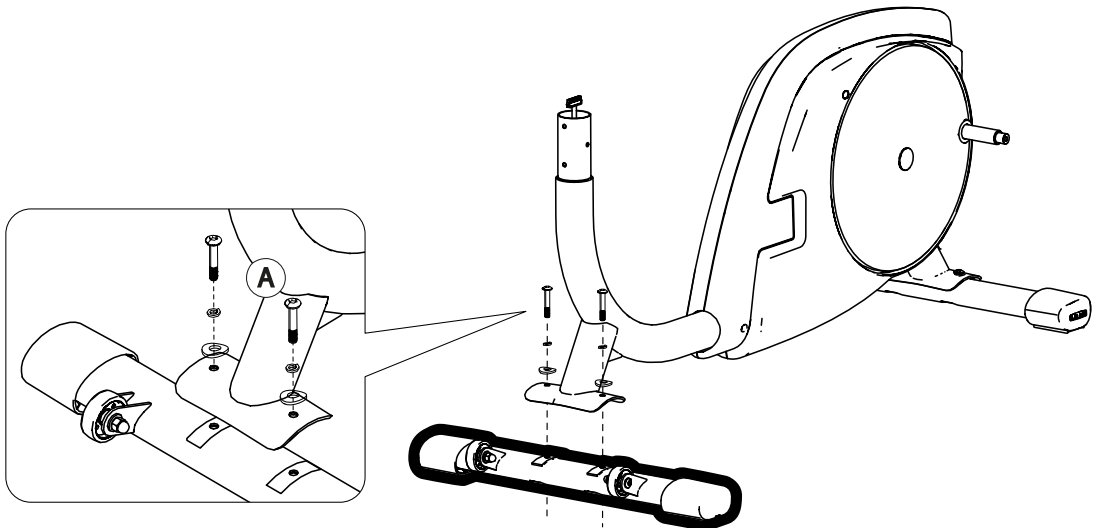
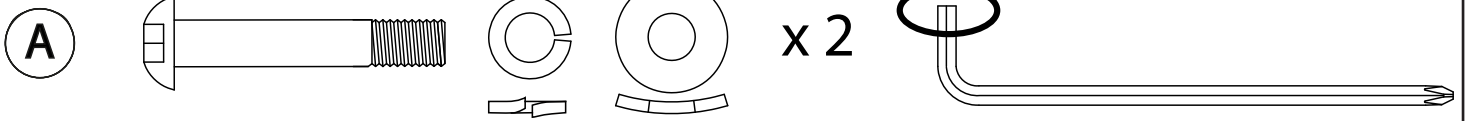




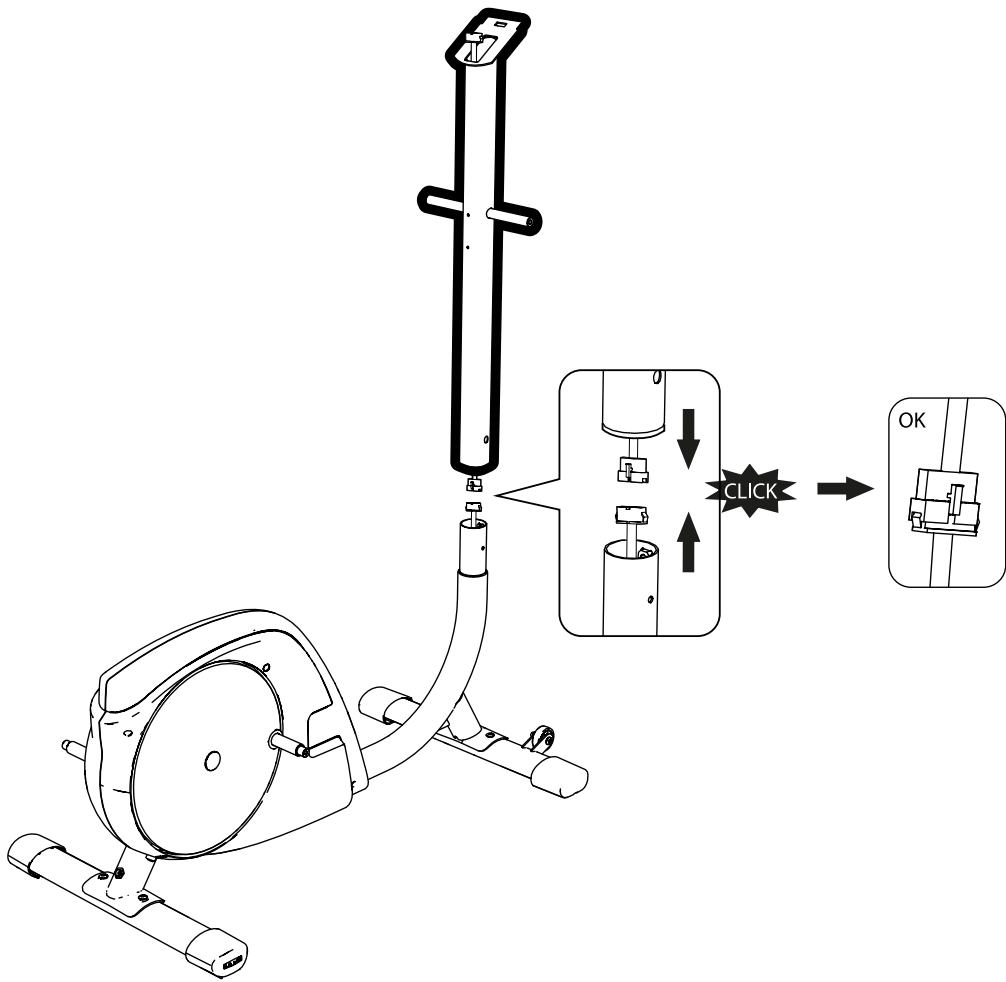
1



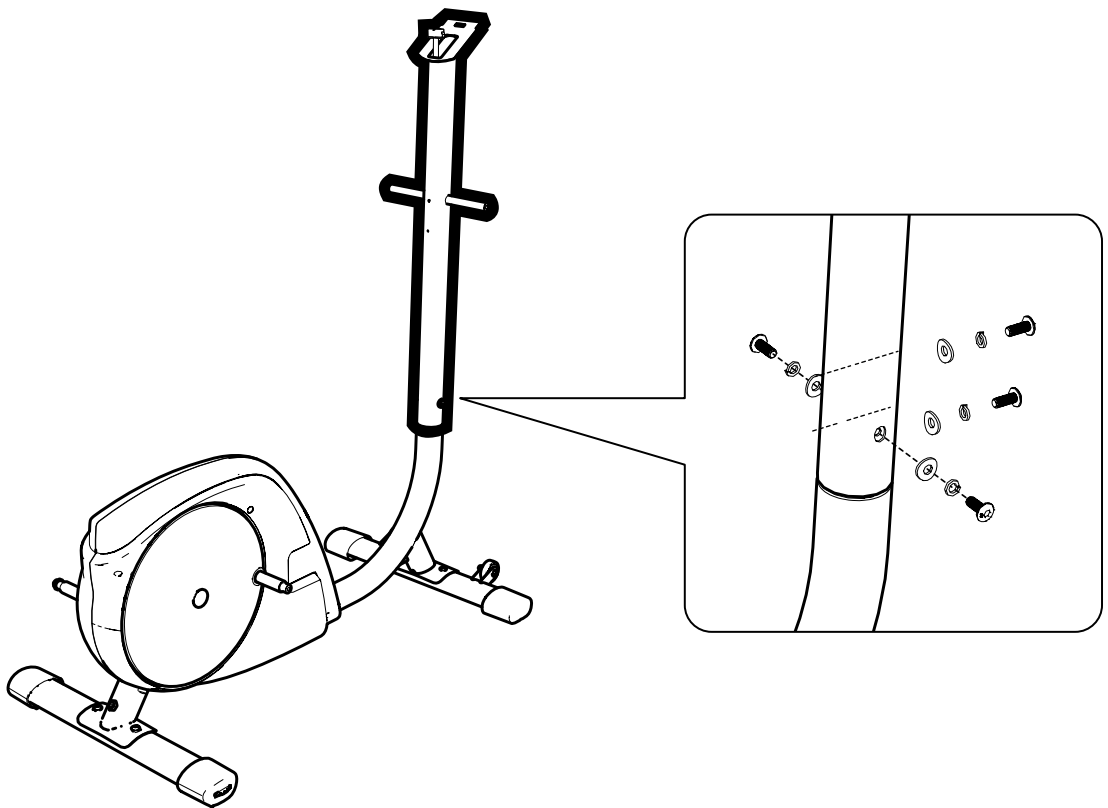
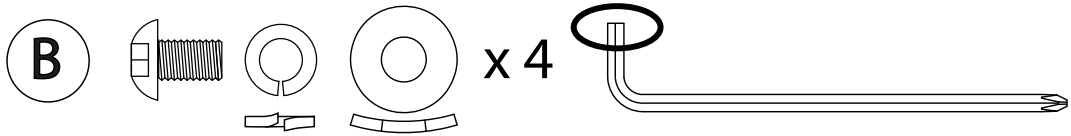
2



3

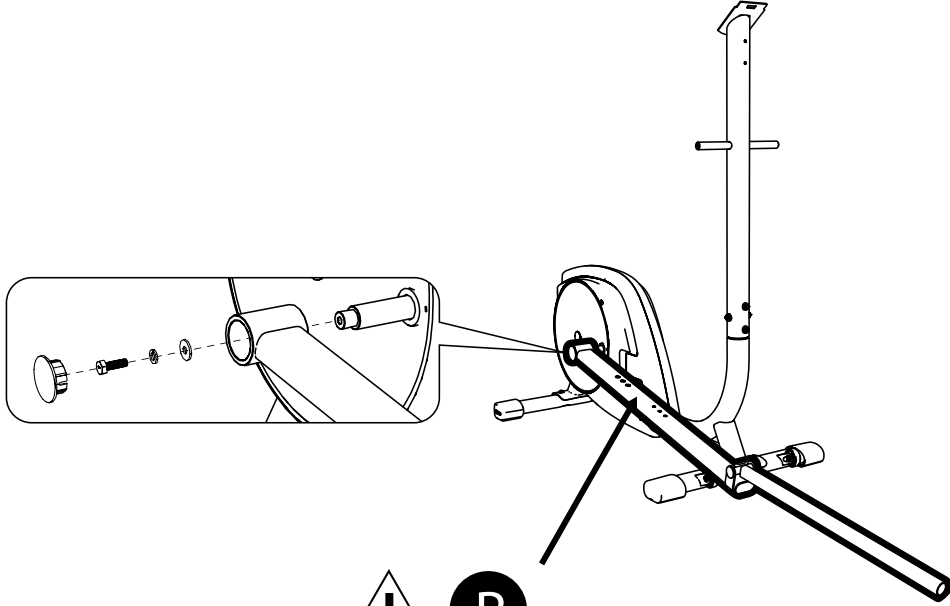
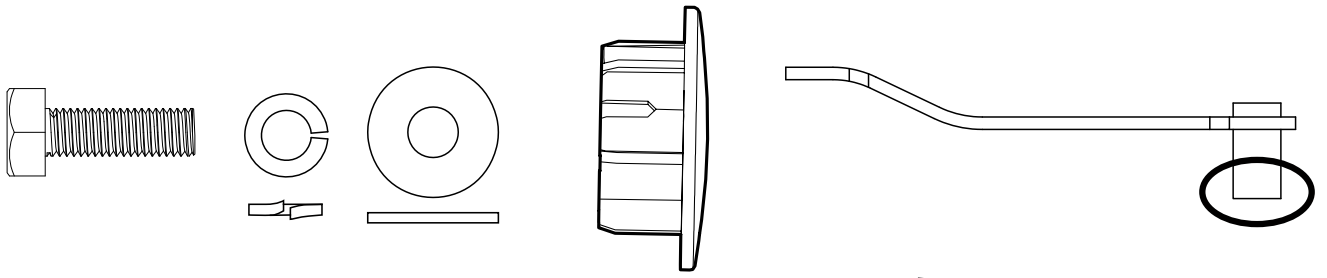


4



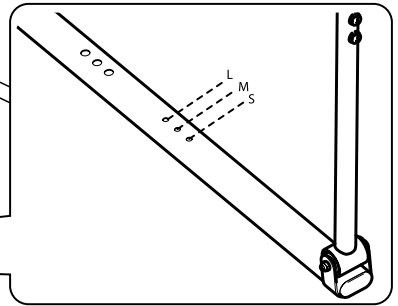
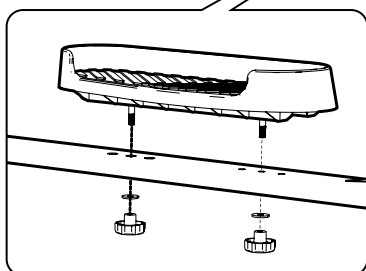
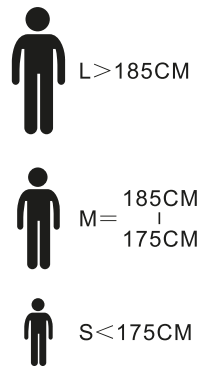
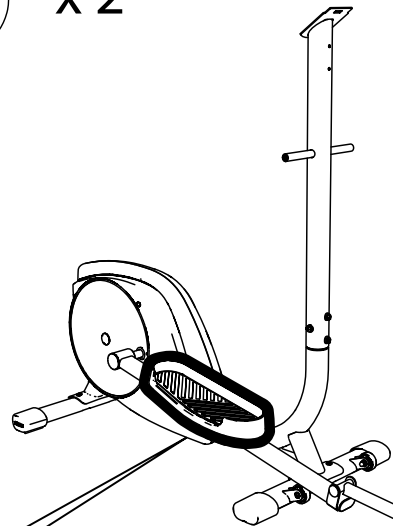
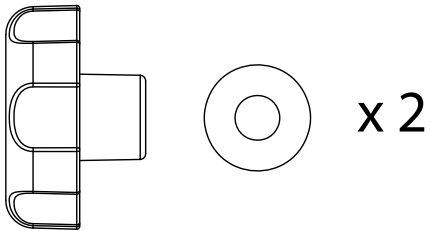
# 5

C



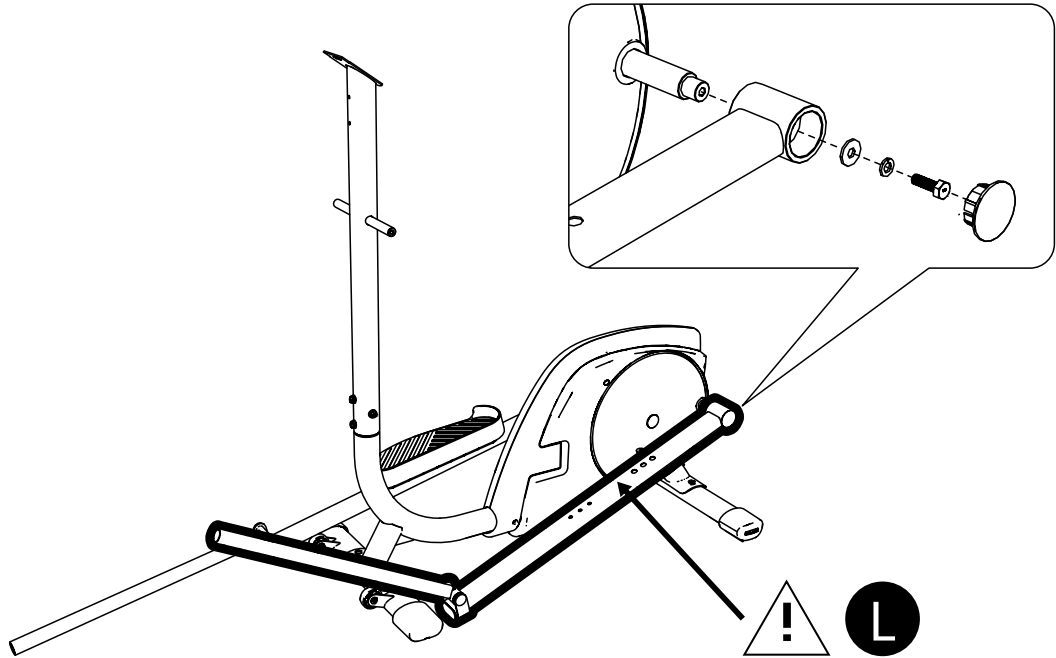
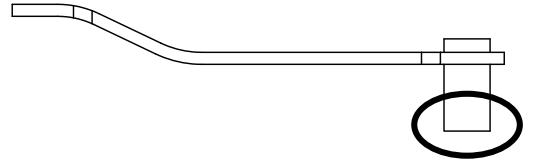
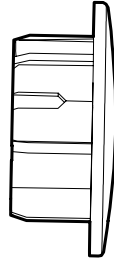
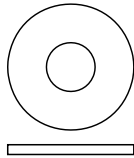
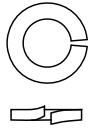
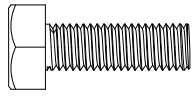
# 6

E



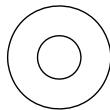
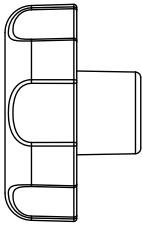
7

C

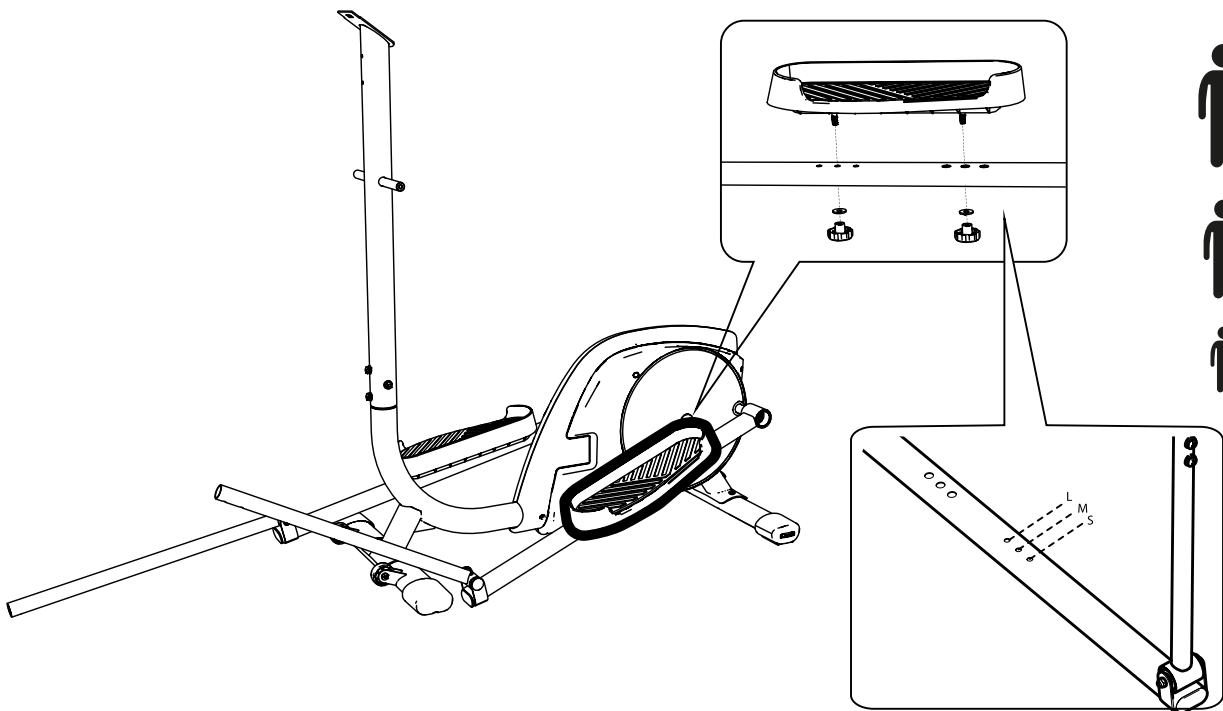


8

E



x 2



L > 185CM



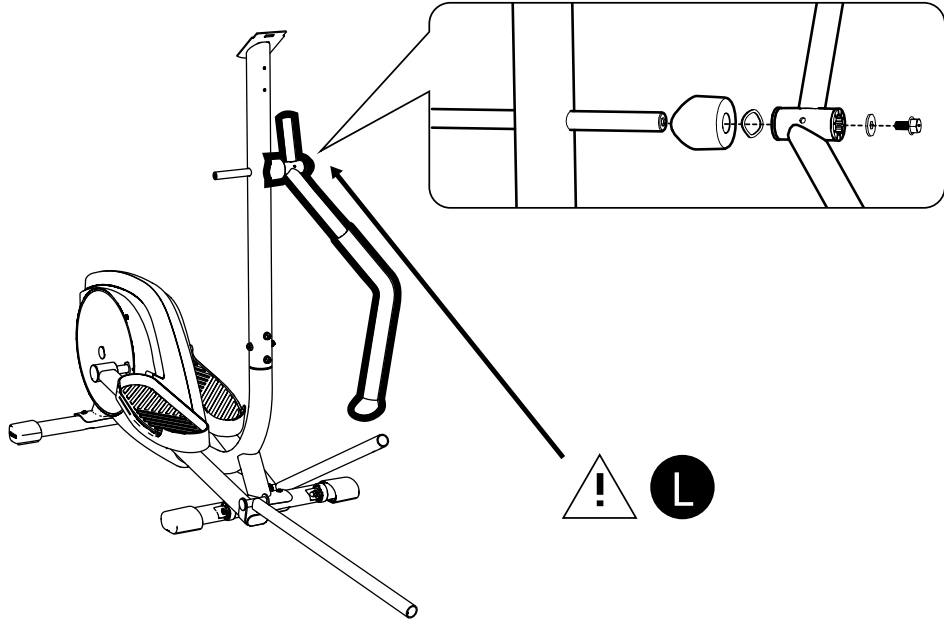
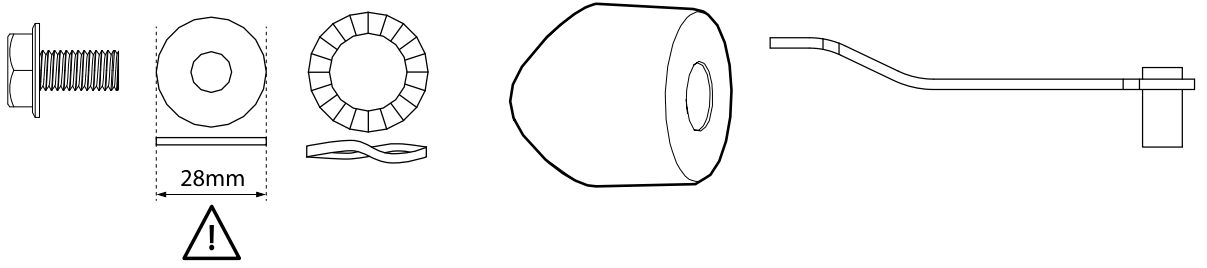
M = 185CM  
175CM



S < 175CM

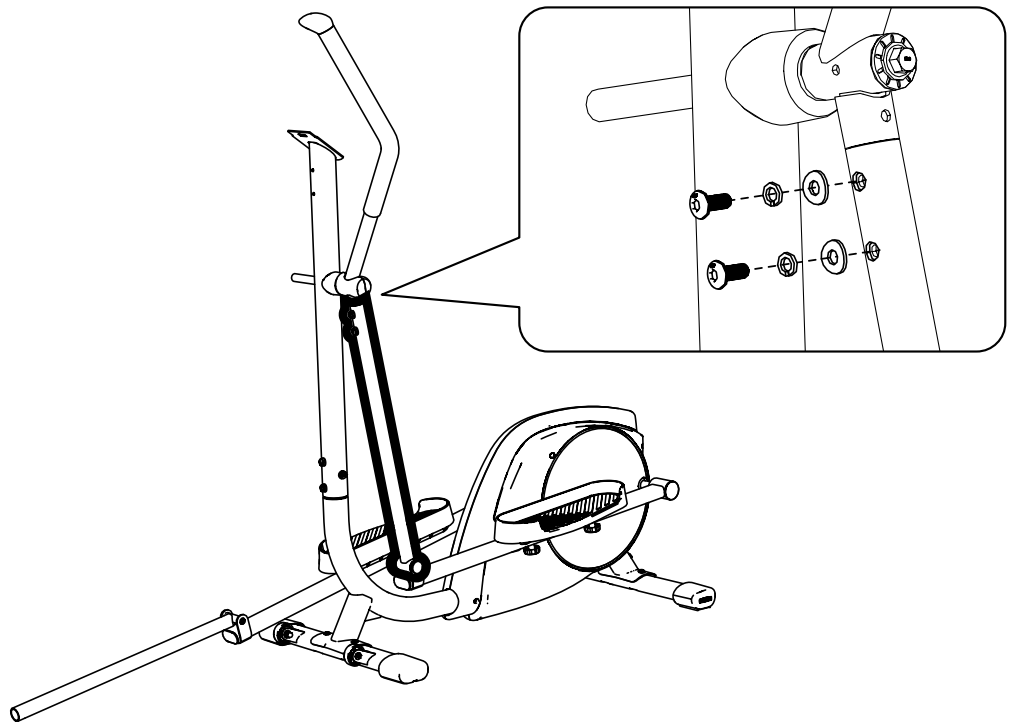
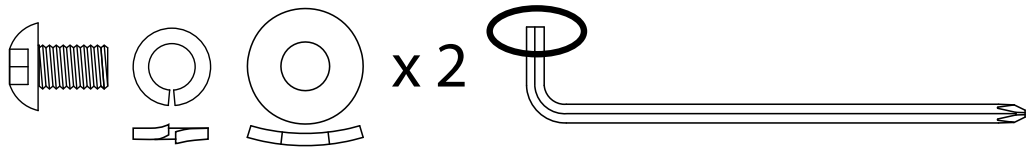
9

D



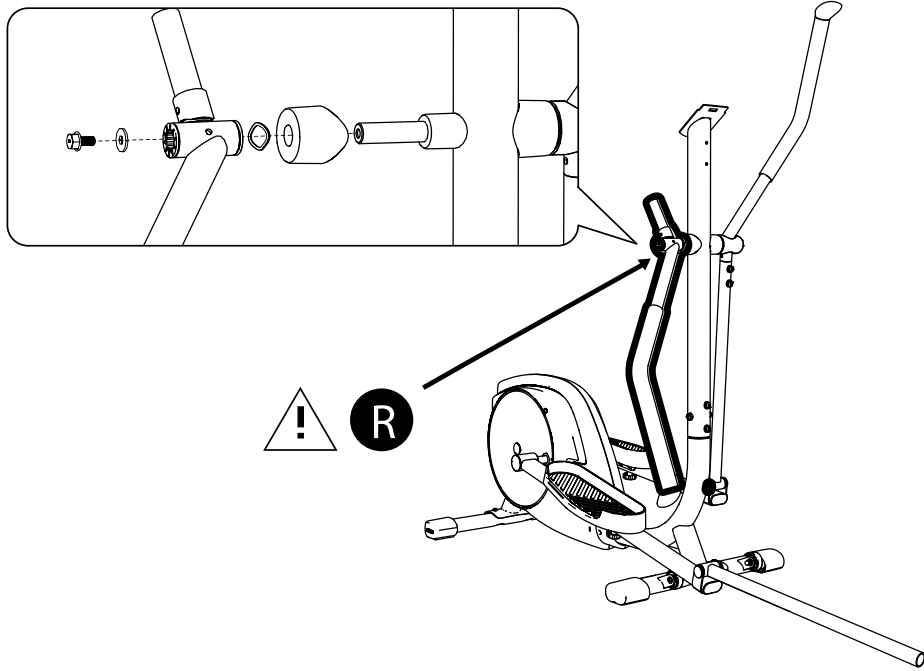
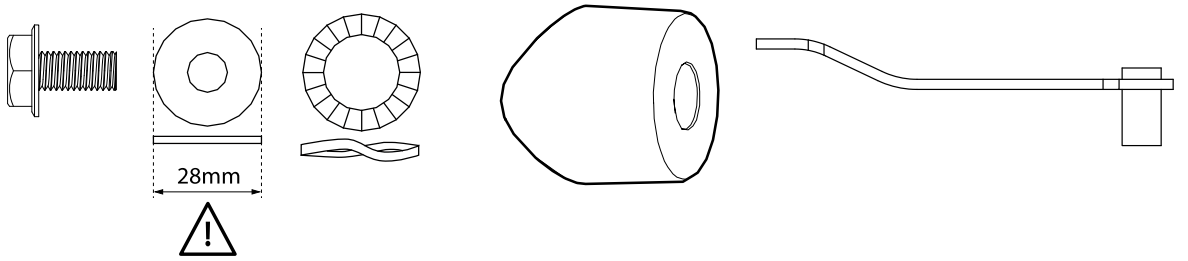
10

B



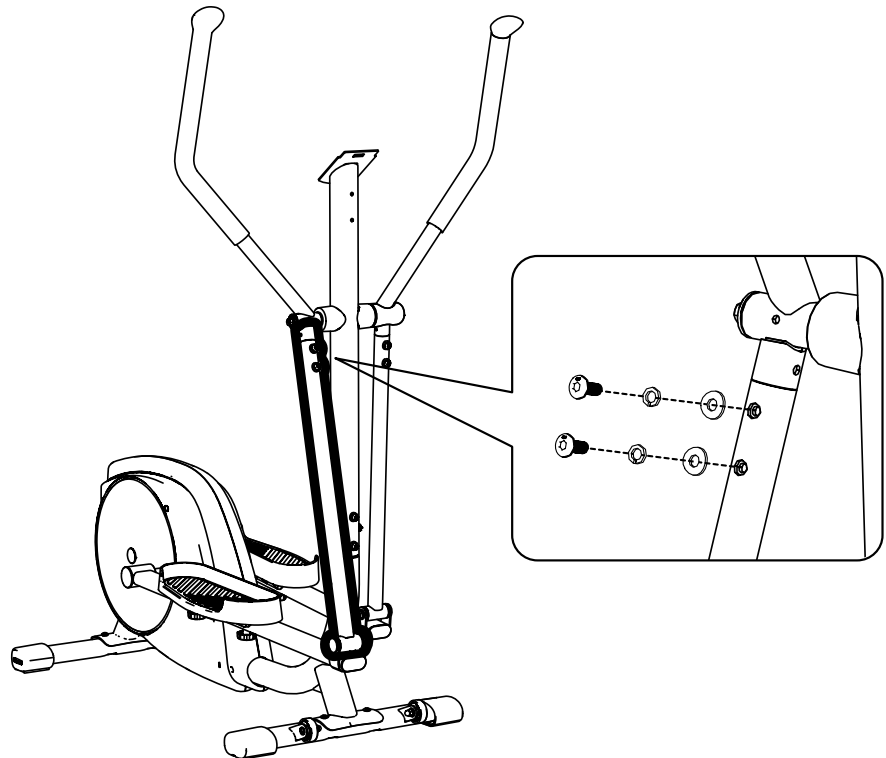
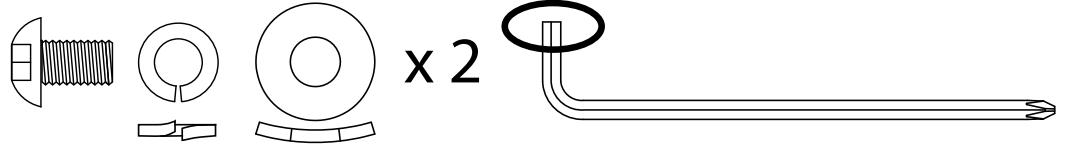
11

D

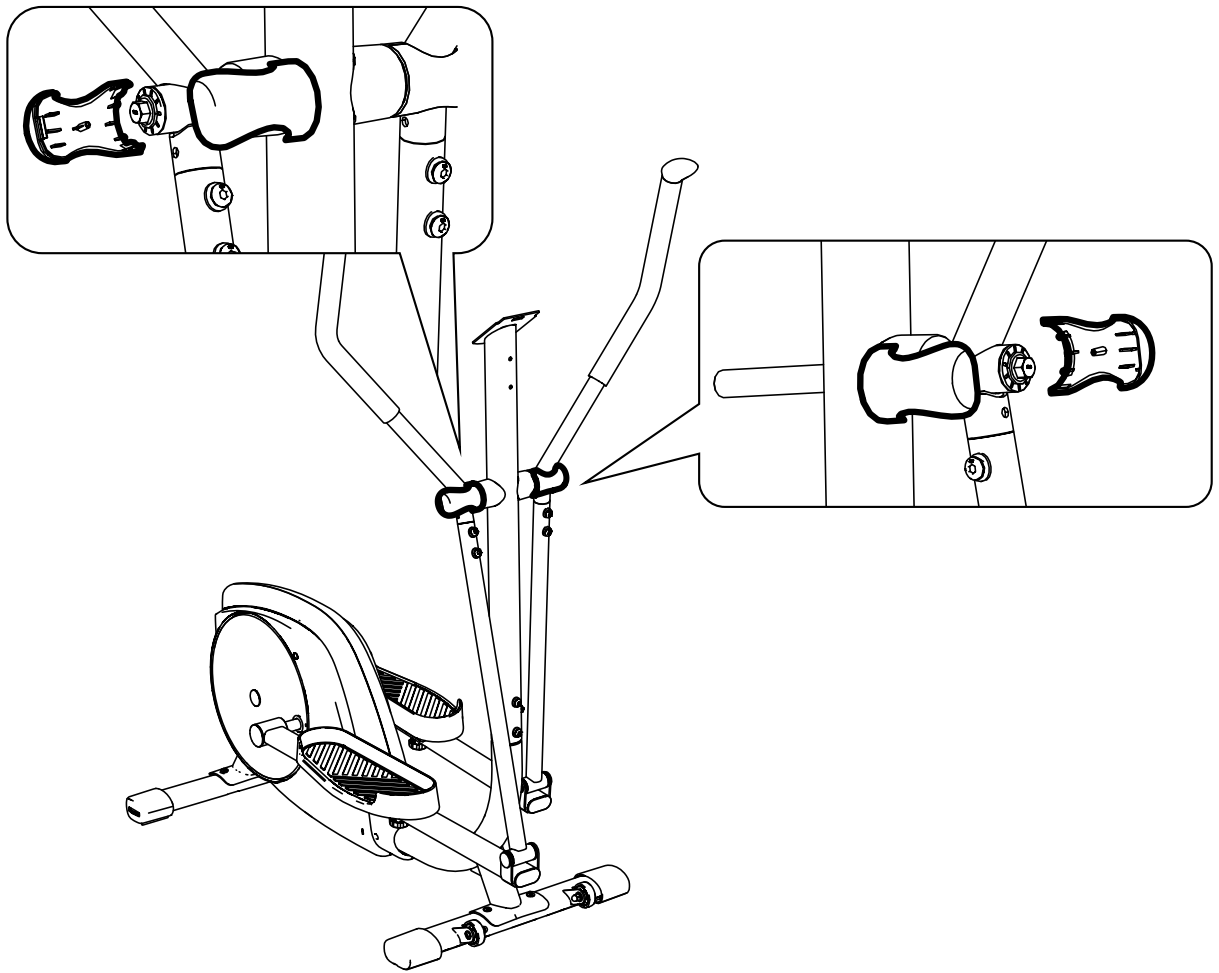


12

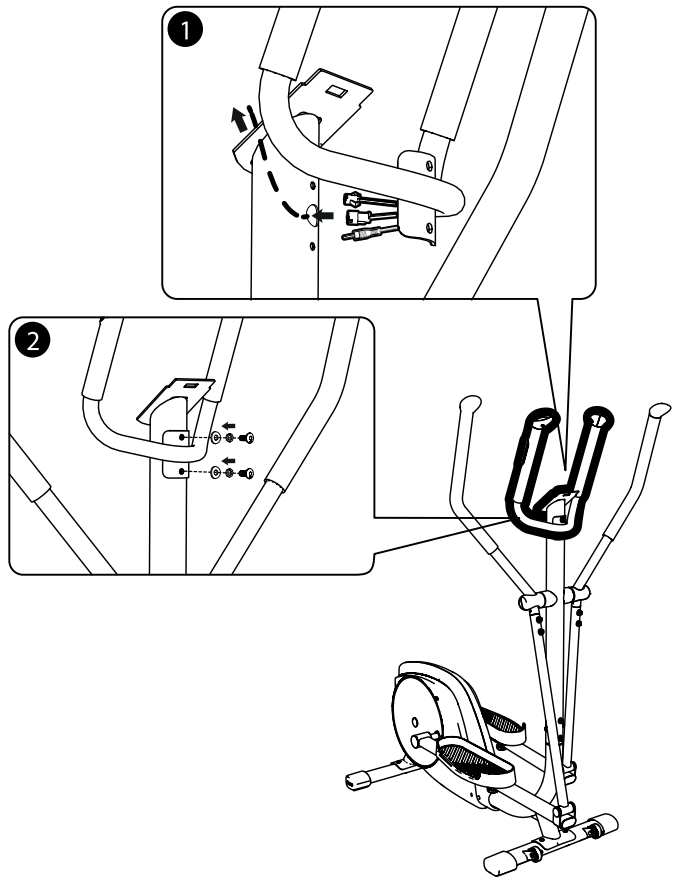
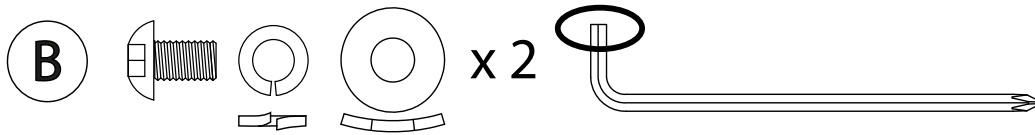
B



13

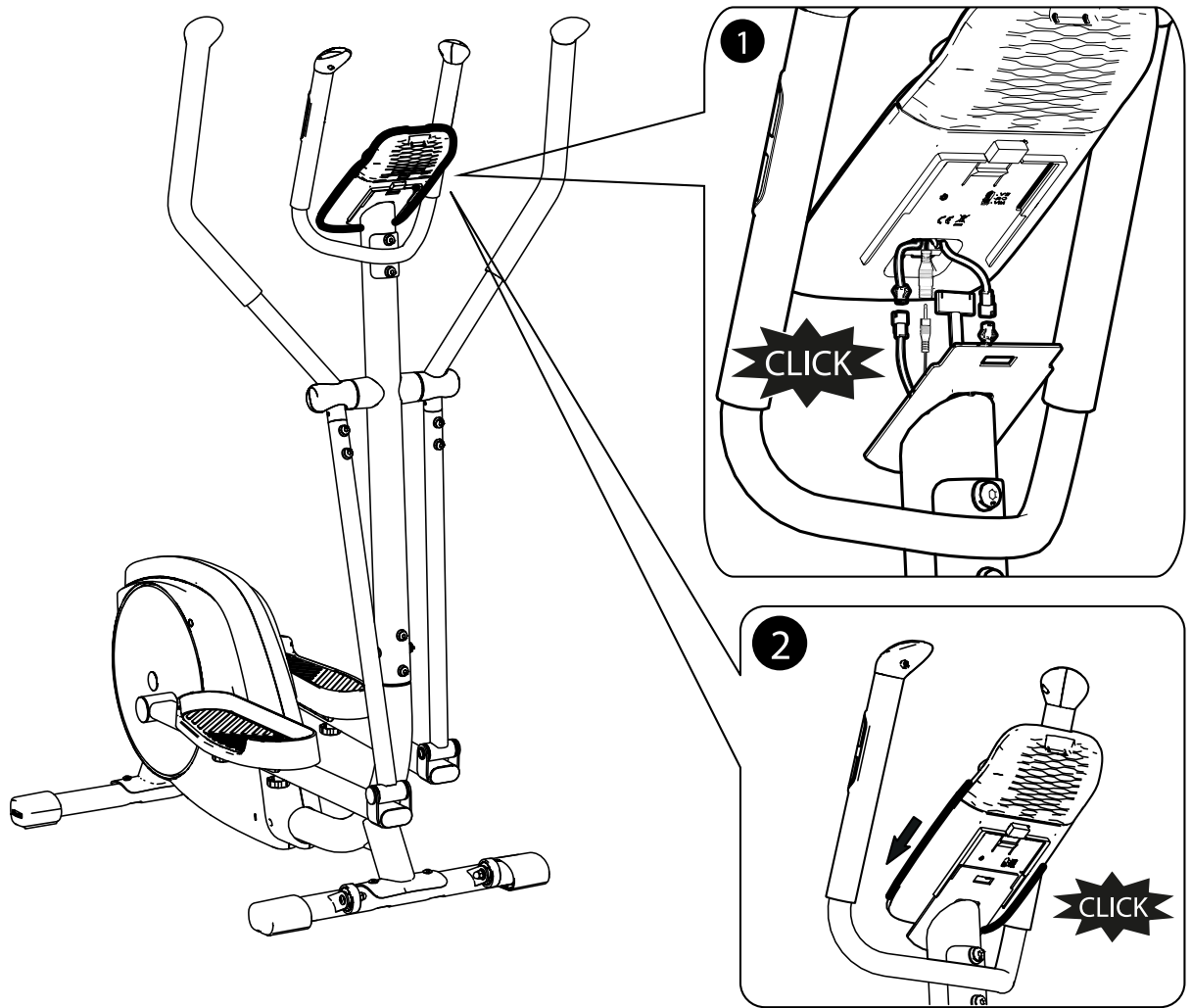


14

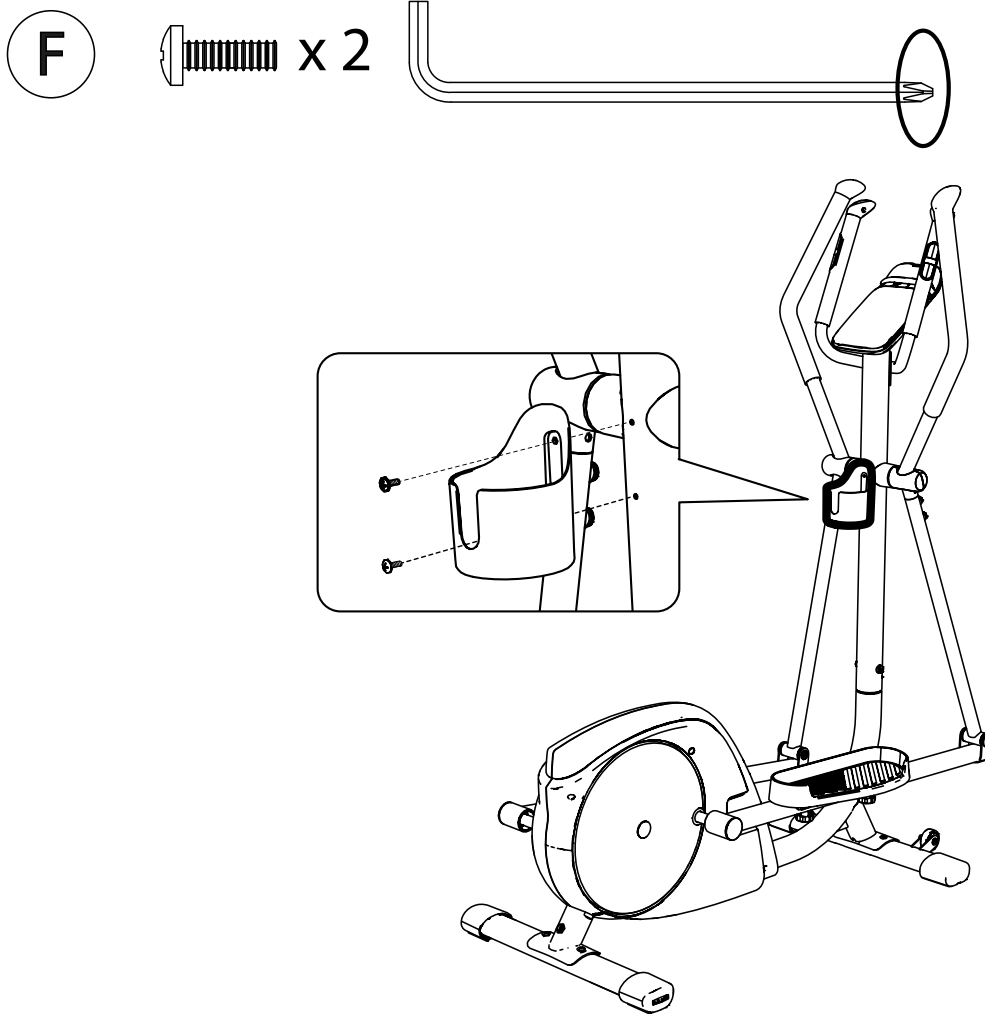


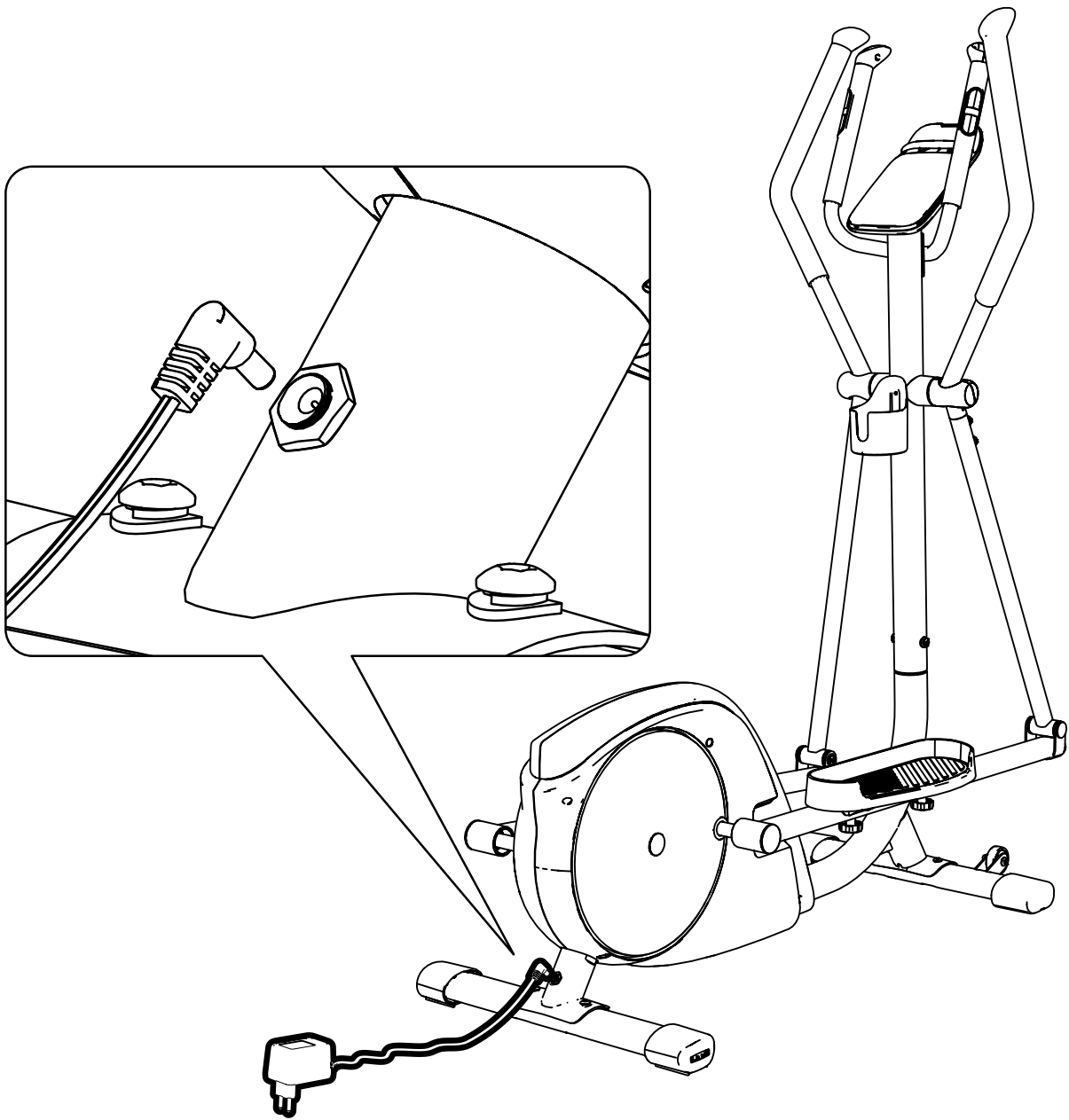


15



16





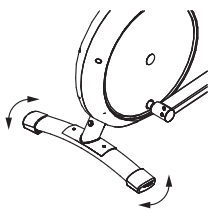
**PRESENTATION**

The cross-trainer is an excellent activity that will increase your cardiovascular and respiratory capacity whilst toning your entire body: buttocks, quadriceps, calves, back, chest, biceps and abdominals. The back-peddalling function lets you enhance work on the buttocks and the back of the thighs. The cross-trainer is ideal for losing weight and refining your figure when combined with a balanced diet.

**SETTINGS**

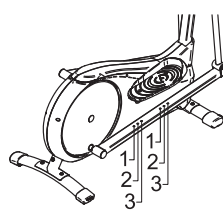
Warning : It is important to get off the bike in order to adjust any settings.

**LEVELLING THE BICYCLE**



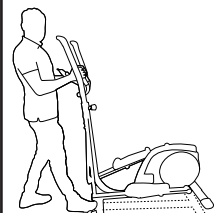
In the event that the bike becomes unstable during use, turn one or both of the level adjusters until the bike is stable.

**ADJUSTING THE PEDAL POSITION**



You can adjust the position of the pedals during assembly. There are 3 adjustment levels: At the front: closest to the handlebar. In the middle. At the back: furthest from the handlebar. The optimal position is the centre position. However, to enhance performance and in order to best adapt to your body shape, this adjustment will enable you to optimise your position on your elliptical trainer. The front position will be perfect for people under 175 cm tall and the rear position will be especially suitable for people over 185 cm.

**MOVING**



**WARNING :** You must get off the elliptical bike to move it in any way. Standing on the floor in front of your product, hold the handlebars and pull the bike towards you. The product is then resting on the castors and you can move it. When you have finished moving it, move down to the floor with the rear legs.

**Console**

Your console offers numerous features to enhance your workout. You will find all of the instructions below for easy use.

**PRESENTATION**



- Button Central button to switch on the console, confirm your choices, start a training session.
- Button Browse through the programme selection menu.
- Button Exit a programme, return to the main menu, switch off the console.
- Button Adjust (increase or decrease) the pedalling difficulty level, adjust (increase or decrease) your settings.

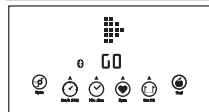
- Speed in km/h (or mph)
- Time before the end of the session (or accumulated time since the start of the session, in the case of a quick-start session).
- Heart rate in beats per minute.
- Distance in km (or Mi). Also allows you to set the total distance to be travelled during a programme.

Selection switch: Select the type of machine (VE, RO, VM).  
VE: cross trainer / VM: exercise bike / RO: rowing machine / RESET: Reset the selection.

**km/miles selection**

- By default, your console will give you distance and speed information in km and km/h. To change the unit to Miles (Mi):
1. Switch off the console.
  2. Press and hold the central button or more than 3 seconds.
  3. Select the unit with the .
  4. Confirm by pressing the central button , the console will automatically display the start screen.

**the home screen**



**MENU**

Maximum heart rate setting:



From the start screen, press the button to access the maximum heart rate setting menu. Set your maximum heart rate by pressing the buttons. Confirm by pressing the button.  
Maximum heart rate calculation (max HR):  
Add 10 for beginners, inexperienced people.  
For women: 226 - age. / For men: 220 - age.  
Recreational exercisers should stick with the basic calculation given above.  
Adjustment based on level of experience:  
Take off 10 for regular exercisers.

HR recovery phase

- between 60% and 69% of MAX HR (GREEN) => gentle exercise
- <60% of MAX HR (BLUE) => MAX
- between 70% and 79% of MAX HR (YELLOW) => weight loss
- between 80% and 89% of MAX HR (ORANGE) => stamina improvement
- > 90% of MAX HR (RED) => performance improvement

Please note that, to find out your target zones, it is recommended to conduct an exercise stress test with a cardiologist.

**Quick start**

Begin pedalling to start your session. To adjust the pedalling difficulty level, press the buttons. To take a break, stop pedalling for a few seconds. To resume your session (within 15 minutes of the start of the break), start pedalling again. To stop the session before the end, press the button. To switch off the console, press and hold the button once you have returned to the start screen. The console will switch off automatically after 15 minutes of inactivity.

**PROGRAMMES**

Select the programmes menu by pressing the button. In the programmes menu, select the profile from the 9 options using the button or the buttons. If you press the / button; set the workout duration using the buttons. Confirm by pressing the button or start pedalling (the default total distance to be travelled is 5 km). You can start your session. To adjust the pedalling difficulty level, press the buttons.

**PROGRAMME PROFILES**

Default time = 30 minutes (except for the Quick-Start, in which the time increases), adjustable using the buttons. A vertical tile = 3 resistance levels. There are 5 vertical blocks so 15 resistance levels in total.

»Quick-Start» mode:



Benefit: Quick use.  
Description: Simply sit on the bike and pedal!

»KCAL 01» programme



Benefit: Weight loss (Level 1).  
Description: Low-intensity double plateau, maintaining a fairly quick pace throughout the training session.  
Tip: If you can, keep hands in place during exercise.

»SOFT» programme



Benefit: 5 km  
Description: Travel five kilometres at a moderate pace and with no variation in resistance.

»PERF 03» programme



Benefit: Performance 3.  
Description: High-intensity intervals to improve endurance and muscle load. You must keep the same pace throughout the session. Lower resistance = recovery phases.

»FIT1» programme



Benefit: Get in shape  
Description: Gentle exercise with slight variations in intensity.

»KCAL 02» programme



Benefit: Weight loss (Level 2).  
Description: Low-intensity intervals in order to keep within the target zone, involving a greater muscle load than in level 1.

»PERF 01» programme



Benefit: Performance 1.  
Description: Double ascent, adapt the pace according to the resistance level. For greater muscular involvement: High resistance = slower pace.

»FIT2» programme



Benefit: Fitness.  
Description: Two peaks in intensity in a workout sequence that includes a progressive (climb) then declining (descent) phase.

»KCAL 03» programme



Benefit: Weight loss (Level 3).  
Description: Maintain a good workload throughout the workout, which includes a progressive phase, a plateau and a declining phase.

»PERF 02» programme



Benefit: Performance 2.  
Description: High-intensity intervals to improve endurance and muscle load. You must keep the same pace throughout the session. Lower resistance = recovery phases.

Calories burned in Kcal		Number of pedal rotations per minute (or rpm)
Heart rate in beats per minute.		Distance in km (or Mi)
Speed in kmh (or mph)		Resistance level (scale of exercise intensity)
Time before the end of the session (or accumulated time since the start of the session, in the case of a quick-start session).		Heart rate zone indicator

**PERFORMANCE SUMMARY**

The summary of your performance is automatically displayed at the end of your session during the two-minute recovery period. You will be able to see: your average heart rate (if you were wearing a non-encoded analogue heart rate monitor during your session); an estimate of the number of calories burned; your average speed; the distance travelled. To exit the performance summary before the end, press and hold the central button.

**TROUBLESHOOTING**

- If the console does not switch on: Check that the adaptor is connected to the bike; Check the cable connection at the back of the console and inside the frame. If the problem persists, check the table on the last page of your user guide.
- The screen of my console displays 'E1', 'E2', 'E3': Contact the Domyos after-sales service.

**MORE INFO**

Go to [www.decathlon.fr](http://www.decathlon.fr) After-Sales Service Support and find:

- FAQ (questions/answers)
- Care instructions
- Tutorial videos to repair your product
- Spare parts available for your product

**FR**

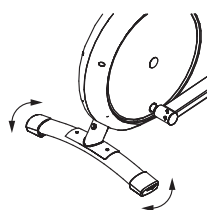
**PRESENTATION**

Le vélo elliptique est une excellente activité qui vous permettra d'augmenter vos capacités cardiovasculaires et respiratoires tout en tonifiant l'ensemble de votre corps : fessiers, quadriceps, mollets, dorsaux, pectoraux, biceps et abdominaux en gainage. La pratique du rétro-pédalage vous permettra d'accroître le travail des fessiers et de l'arrière des cuisses. Le vélo elliptique est idéal pour perdre du poids et affiner votre silhouette, en association avec une alimentation équilibrée.

**RÉGLAGES**

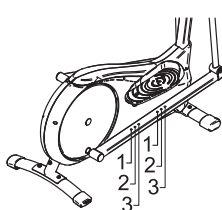
Avertissement : il est nécessaire de descendre du vélo elliptique pour procéder aux réglages.

**MISE À NIVEAU DU VÉLO**



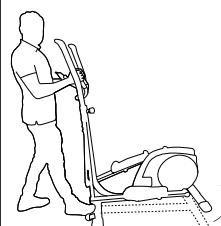
En cas d'instabilité du produit pendant l'utilisation, tournez l'un des compensateurs de niveau ou les deux jusqu'à la suppression de l'instabilité.

**RÉGLAGE DE LA POSITION DES PÉDALES**



Vous avez la possibilité de régler la position des pédales lors du montage. Vous avez 3 niveaux de réglages : A l'avant ; au plus près du guidon. Au milieu. A l'arrière : le plus éloigné du guidon. La position optimale définie est la position centrale. Cependant, dans un objectif de performance et afin de s'adapter au mieux à votre morphologie, ce réglage vous permettra d'optimiser votre position sur votre vélo elliptique. La position à l'avant conviendra parfaitement aux personnes mesurant moins de 175 cm et la position arrière conviendra tout particulièrement aux personnes mesurant plus de 185 cm.

**DÉPLACEMENT**



Avertissement: Il est nécessaire de descendre du vélo elliptique pour procéder à tout déplacement. 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.

**Console**

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

**PRESENTATION**



- Bouton central pour allumer la console, valider vos choix, démarrer une séance d'entraînement.
- Naviguer dans le menu choix du programme.
- Quitter un programme, revenir au menu principal, éteindre la console.
- Régler (augmenter ou diminuer) la difficulté de pédalage, régler (augmenter ou diminuer) vos paramètres.

Interrupteur de sélection : Sélectionner votre type d'appareil (VE, Ro, VM).  
VE: vélo elliptique / VM: vélo d'appartement / RO: rameur / RESET : Réinitialiser la sélection.

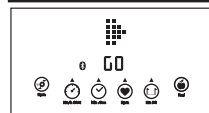
- Vitesse en km/h (ou Mi/h).
- Temps restant avant la fin de la séance (ou temps cumulé depuis le début de la séance, dans le cas d'une séance à démarrage rapide).
- Fréquence cardiaque en battement par minute.
- Distance en km (ou Mi). Permet également de paramétrer la distance totale à parcourir lors d'un programme.

**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):

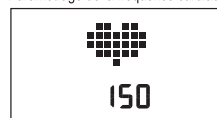
1. Éteindre la console.
2. Appuyer plus de 3 secondes sur le bouton central .
3. Sélectionner l'unité avec les boutons **- +**.
4. Valider en appuyant sur le bouton central , la console se met automatiquement sur l'écran d'accueil.

**ECRAN D'ACCUEIL**



**MENU**

Paramétrage de la fréquence cardiaque maximum :



À partir de l'écran d'accueil, appuyez sur le bouton pour accéder au menu de réglage de la fréquence cardiaque maximum. Réglez votre fréquence cardiaque maximale en appuyant sur les boutons **- +**. Vous validez en appuyant sur le bouton .

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:  
La FC max, en lien avec l'objectif:

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.

- <60 % FC MAX (BLEU) => phase de récupération de la FC MAX
  - 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 pour démarrer votre séance. Pour ajuster la difficulté de pédalage, appuyer sur les boutons **- +**. Pour faire une pause, arrêtez de pédaler pendant quelques 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 **- +**. Si vous validez en appuyant sur le bouton / , vous réglez le temps de pratique en utilisant les boutons **- +**. Vous validez en appuyant sur le bouton ou commencez 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 **- +**. Vous validez en appuyant sur le bouton ou commencez 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 **- +**.

**PROFILS DE PROGRAMME**

Temps par défaut = 30 minutes (sauf «Quick-Start» où le temps s'incrémente) ajustable en appuyant sur les touches **- +**. Un carreau vertical = 3 niveaux de résistance. Il y a 5 carreaux verticaux donc 15 niveaux de résistance au total.

Mode «Quick-Start»



Bénéfice : Utilisation rapide.  
Description : S'installer sur le vélo et pédaler tout simplement!

Programme «KCAL 01»



Bénéfice : Perdre du poids (Niveau 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.

Programme «SOFT»



Bénéfice : 5 km  
Description : Parcourir cinq kilomètres à une cadence modérée et sans variation de la résistance.

Programme «PERF 03»



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.

Programme «FIT1»



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

Programme «KCAL 02»



Bénéfice : Perdre du poids (Niveau 2).  
Description : Intervalles de faible intensité afin de se maintenir en zone cible, en associant une sollicitation musculaire plus importante que sur le niveau 1.

Programme «PERF 01»



Bénéfice : Performance 1.  
Description : Double ascension, adaptez la cadence en fonction du niveau de résistance.  
Pour un engagement musculaire plus important : Résistance élevée = cadence plus faible.

Programme «FIT2»



Bénéfice : Être en forme.  
Description : 2 pics d'effort inclus dans une séquence d'effort qui comprend une phase progressive puis dégressive.

Programme «KCAL 03»



Bénéfice : Perdre du poids (Niveau 3).  
Description : Maintenir un bon volume de travail sur l'ensemble de la séquence qui comprend une phase progressive, un pic d'effort, et une phase dégressive.

Programme «PERF 02»



Bénéfice : Performance 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.

ÉCRAN PENDANT LA SÉANCE

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 cardiofréquence-mètre de type analogique non codée pendant votre séance); une estimation du nombre de calories brûlées; votre vitesse moyenne; la distance parcourue. Pour arrêter le récapitulatif de vos performances avant la fin, appuyer longuement sur le bouton central.

DIAGNOSTIC DES ANOMALIES

- 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. 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.

PLUS D'INFORMATIONS

Connectez-vous sur [www.decathlon.fr](http://www.decathlon.fr) rubrique Assistance SAV et retrouvez:

- Les FAQ (questions / réponses)
- Les conseils d'entretien
- Les vidéos tutorielles pour réparer votre produit
- Les pièces détachées disponibles pour votre produit

ES

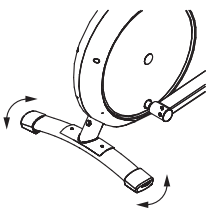
PRESENTACIÓN

La bicicleta elíptica es una excelente actividad que le permitirá aumentar sus capacidades cardiovasculares y respiratorias, al mismo tiempo que tonifica todo el cuerpo: glúteos, cuádriceps, gemelos, dorsales, pectorales, bíceps y todos los abdominales. La práctica del retropedaleo le permitirá reforzar el trabajo de los glúteos y de los isquiotibiales. La bicicleta elíptica es ideal para perder peso y afinar su silueta, en combinación con una alimentación equilibrada.

AJUSTES

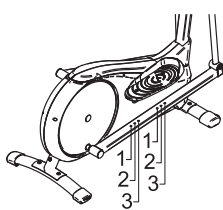
Advertencia: Es importante bajar de la bicicleta para realizar cualquier ajuste.

NIVELACIÓN DE LA BICICLETA



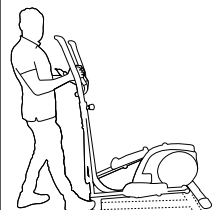
En caso de inestabilidad de la bicicleta durante la utilización, gire uno de los compensadores de nivel o los dos, situados en el pie trasero, hasta suprimir la inestabilidad.

AJUSTE DE LA POSICIÓN DEL PEDAL



Puede ajustar la posición de los pedales durante el montaje. Hay 3 niveles de ajuste: En la parte delantera: más cerca del manillar. En el medio. En la parte trasera: más lejos del manillar. La posición óptima es la posición central. Sin embargo, para mejorar el rendimiento y con el fin de adaptarse mejor a la forma de su cuerpo, este ajuste le permitirá optimizar la posición en su bicicleta elíptica. La posición delantera será perfecta para personas menores de 175 cm de altura y la posición trasera será especialmente adecuada para personas mayores de 185 cm.

DESPLAZAMIENTO



Advertencia: Antes de proceder a mover el producto, hay que bajarse de la bicicleta elíptica. En el suelo, sitúese por delante de la bicicleta, sujétela por el manillar y tire de ella hacia usted. De este modo, el producto quedará apoyado sobre unos ruedines que facilitarán los desplazamientos. Una vez desplazada, vuelva a apoyar las patas traseras de la bici en el suelo.

Consola

Su consola le ofrece muchas características para mejorar su práctica. A continuación, encontrará todas las indicaciones para usarla fácilmente.

PRESENTACIÓN



- Botón central para encender la consola, confirmar sus opciones e iniciar una sesión de ejercicios.
- Navegar por las opciones del menú elegido del programa.
- Salir de un programa, volver al menú principal, apagar la consola.
- Ajustar (aumentar o disminuir) la dificultad del pedaleo, ajustar (aumentar o disminuir) su configuración.

Interruptor de selección: Seleccionar el tipo de dispositivo (VE, Ro, VM).  
VE: elíptica / VM: bicicleta estática / RO: Remo / RESET: Reinicializar la selección.

- Velocidad en km/h (o mi/h).
- Tiempo que queda para el final de la sesión (o tiempo acumulado desde el inicio de la sesión, en el caso de una sesión de inicio rápido).
- Frecuencia cardíaca en pulsaciones por minuto.
- Distancia en km (o Mi). También le permite establecer la distancia total a recorrer durante un programa.

selección km/mi

- mi De forma predeterminada, la consola le da las indicaciones de distancia y velocidad en km y km/h. Para pasar a la unidad Millas (Mi):  
1. Apague la consola.
- mi 2. Presione más de 3 segundos el botón central (OK).

- 3. Seleccione la unidad con los botones - +.
- 4. Confirme pulsando el botón central (OK). La consola mostrará automáticamente la pantalla de inicio.



## Pantalla de inicio



## MENÚ

Ajuste de frecuencia cardíaca máxima:



Desde la pantalla de inicio, presione el botón para acceder al menú de ajuste de la frecuencia cardíaca máxima. Ajuste el ritmo cardíaco máximo presionando los botones **- +**. Confirma pulsando el botón .

Cálculo de la frecuencia cardíaca máxima (FC máx.):  
Para las mujeres: 226 - edad. / Para los hombres: 220 - edad.  
Ajuste en relación con el nivel de competencia:  
La FC máx., vinculada al objetivo:

Añadir +10 para principiantes, personas no entrenadas.  
Restar respecto al siguiente cálculo básico para los que practican ocasionalmente.  
Subir -10 para los que practican con regularidad.

Menos de 60% de FC MÁX (AZUL) => FC MÁX fase de recuperación  
 Entre 60% y 69% de FC MÁX (VERDE) => ejercicio suave

Entre 70% y 79% de FC MÁX (AMARILLO) => pérdida de peso  
 Entre 80% y 89% de FC MÁX (ORANGE) => mejora de la resistencia

Más de 90% de FC MÁX (ROJO) => mejora del rendimiento  
Tenga en cuenta que, para averiguar sus zonas de objetivos se recomienda realizar una prueba de esfuerzo con un cardiólogo.

## Inicio rápido

Comienza a pedalear para iniciar la sesión. Para ajustar la dificultad de pedaleo, presione los botones **- +**. Para hacer una pausa, deja de pedalear durante algunos segundos. Para reanudar la sesión (dentro de los 15 minutos siguientes al inicio de la pausa), comienza a pedalear de nuevo. Para apagar la consola, mantenga presionado el botón . Después de volver a la pantalla de inicio, después de volver a la pantalla de inicio. La consola se apaga automáticamente después de 15 minutos de inactividad.

## PROGRAMAS

Seleccione los programas del menú pulsando el botón . En el menú de programas, selecciona el perfil entre las 9 opciones con el botón o los botones **- +**. Si pulsa el botón / ; establece la duración del entrenamiento con los botones **- +**. Confirma pulsando el botón o empiece a pedalear (el tiempo de práctica predeterminado es de 30 minutos). Si pulsa el botón puede ajustar la distancia total del entrenamiento utilizando los botones **- +**. Confirma pulsando el botón .

## PERFILES DE PROGRAMA

Tiempo predeterminado = 30 minutos (excepto en Quick-Start en el que aumenta el tiempo), ajustable con las teclas **- +**. Una barra vertical = 3 niveles de resistencia. Hay 5 bloques verticales, es decir, 15 niveles de resistencia en total.

<p>Modo «Quick-Start» (inicio rápido):</p>	<p>Beneficio: Uso rápido. Descripción: Siéntese en la bicicleta y simplemente pedalee!</p>	<p>Programa «KCAL 01»</p>	<p>Beneficio: Pérdida de peso (Nivel 1). Descripción: Baja intensidad con doble meseta, manteniendo un ritmo bastante rápido durante toda la sesión de entrenamiento. Consejo: Si puedes, mantén las manos en su lugar durante el ejercicio.</p>	<p>Programa «SOFT»</p>	<p>Beneficio: 5 km Descripción: Realice cinco kilómetros a un ritmo moderado y sin variación en la resistencia.</p>	<p>Programa «PERF 03»</p>	<p>Beneficio: Rendimiento 3. Descripción: Los intervalos de alta intensidad mejoran la resistencia y la carga muscular. Debe mantener el mismo ritmo durante la sesión. Baja resistencia = fases de recuperación.</p>
<p>Programa «FIT1»</p>	<p>Beneficio: Ponerse en forma Descripción: Ejercicio suave con ligeras variaciones de intensidad.</p>	<p>Programa «KCAL 02»</p>	<p>Beneficio: Pérdida de peso (Nivel 2). Descripción: Intervalos de baja intensidad para mantenerte dentro de la zona objetivo, con una carga muscular mayor que en el nivel 1.</p>	<p>Programa «PERF 01»</p>	<p>Beneficio: Rendimiento 1. Descripción: Doble subida, adapte el ritmo de acuerdo con el nivel de resistencia. Para mayor ejercicio muscular: Resistencia alta = ritmo más lento.</p>		
<p>Programa «FIT2»</p>	<p>Beneficio: Fitness. Descripción: Dos picos de intensidad en una secuencia de entrenamiento que incluye una fase progresiva (ascenso) seguida de una fase decreciente (descenso).</p>	<p>Programa «KCAL 03»</p>	<p>Beneficio: Pérdida de peso (Nivel 3). Descripción: Mantiene una buena carga de trabajo a lo largo de la sesión de ejercicios, que incluye una fase progresiva, una meseta y una fase decreciente.</p>	<p>Programa «PERF 02»</p>	<p>Beneficio: Rendimiento 2. Descripción: Los intervalos de alta intensidad mejoran la resistencia y la carga muscular. Debe mantener el mismo ritmo durante la sesión. Baja resistencia = fases de recuperación.</p>		

## PANTALLA DURANTE LA SESIÓN

Calorías quemadas en Kcal		Número de rotaciones de pedal por minuto (o rpm)
Frecuencia cardíaca en pulsaciones por minuto.		Distancia en km (o mi).
Velocidad en km/h (o mi/h).		Niveles de resistencia (escala de intensidad del esfuerzo)
Tiempo que queda para el final de la sesión (o tiempo acumulado desde el inicio de la sesión, en el caso de una sesión de inicio rápido).		Indicador de zona de frecuencia cardíaca

## RESUMEN DE RENDIMIENTO

El resumen de su rendimiento aparece automáticamente al final de su sesión durante el periodo de recuperación de 2 minutos. Podrá ver: su frecuencia cardíaca media (si tiene un cinturón pulsómetro analógico llevado sin codificar durante la sesión); el número estimado de calorías quemadas; su velocidad media; la distancia recorrida. Para detener el resumen de los resultados antes de terminar, mantenga pulsado el botón central.

## DIAGNÓSTICO DE ANOMALÍAS

- Si la consola no se enciende: Compruebe que el adaptador esté conectado a la bicicleta; Compruebe las conexiones de los cables por detrás de la consola y dentro del amazón. Si el problema persiste, consulte el cuadro de la última página del manual de instrucciones.
- En la pantalla de la consola aparece «E1», «E2», «E3»: Diríjase al servicio posventa de Domyos.

## MÁS INFORMACIÓN

Inicia sesión en [www.decathlon.es](http://www.decathlon.es) en Atención al cliente y encontrará:

- Preguntas frecuentes (preguntas y respuestas)
- Videos tutoriales para reparar el producto
- Los consejos de cuidado
- Recambios disponibles para tu producto

# AFTER-SALES SERVICE

SERVICE APRÈS-VENTE - SERVICIO POSVENTA - KUNDENDIENST - SERVIZIO ASSISTENZA POST-VENDITA - AFTERSALESAFDELING - ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA - SERWIS PO SPRZEDAŻY - ÜGYFÉLSZOLGÁLAT - SERVICIU POST-VÂNZARE - POPREDAJNÝ SERVIS - POPRODEJNÍ SERVIS - EFTERMARKNAD - СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ - SERVIS NAKONPRODAJE - POPRODAJNA SLUŽBA - ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΠΕΛΑΤΩΝ - SATIŞ SONRASI SERVİSİ - СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА - DỊCH VỤ SAU BÁN HÀNG - LAYANAN PURNA JUAL - 售后服务 - アフターサービス - 售後服務 - บริการหลังการขาย - 애프터 서비스 - خدمات پس از فروش - بعد خدمة البيع

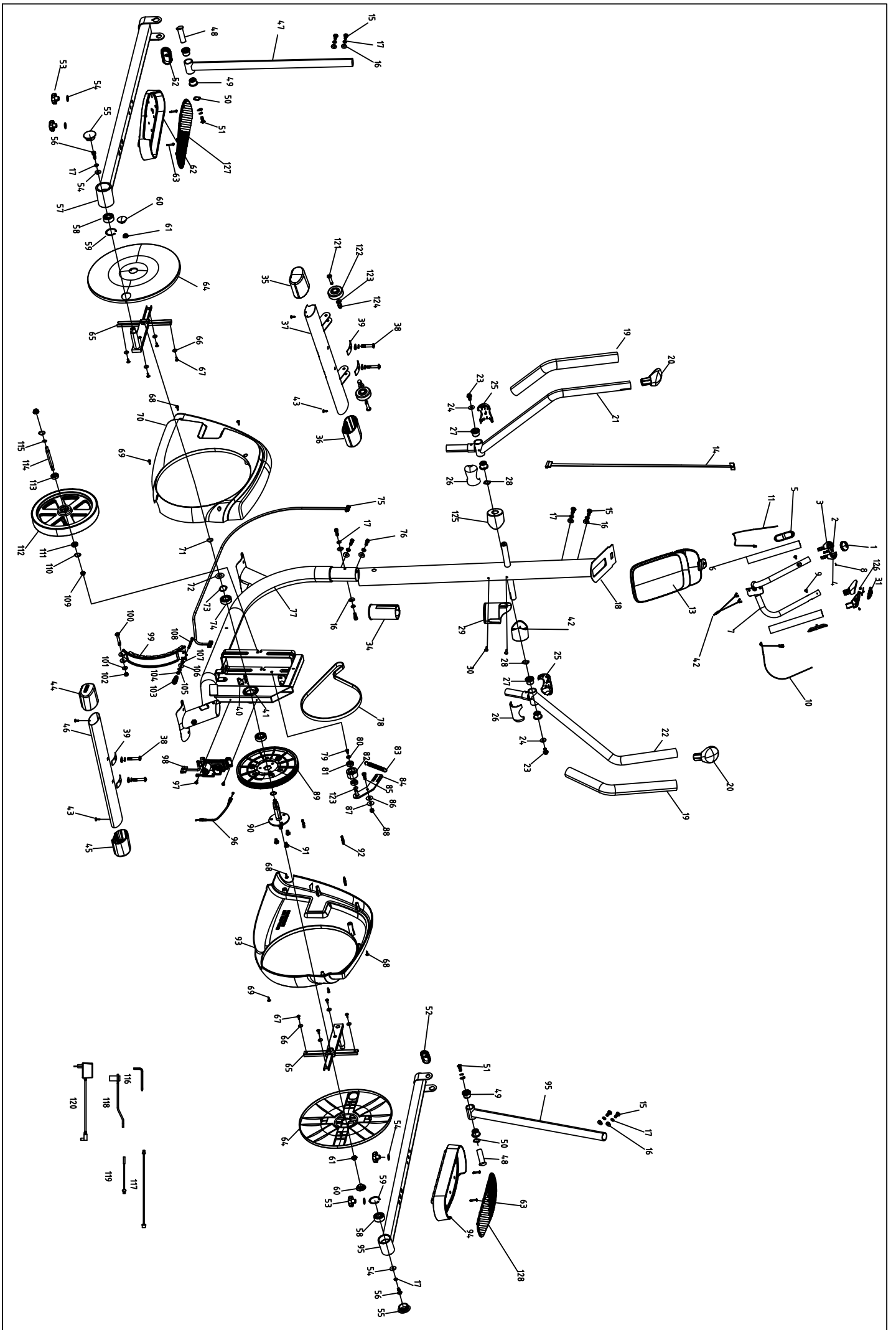
<p><b>UK</b></p> <p>Do you need assistance?</p> <p>Find us at <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a>, or if you don't have an internet connection, call our Customer Loyalty Team at 0207 064 3000.</p>	<p><b>FRANCE</b></p> <p>Besoin d'assistance ?</p> <p>Retrouvez-nous sur le site internet <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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).</p>	<p><b>ESPAÑA</b></p> <p>¿Necesita asistencia?</p> <p>Nos puede encontrar en el sitio web <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (coste de conexión a internet) o contacte con su tienda habitual y/o el centro de atención al cliente, con el ticket de compra, a 914843981 para ayudarlo a abrir un dossier spv (servicio de post venta, llamada gratuita desde un teléfono fijo desde España).</p>	<p><b>ITALIA</b></p> <p>Hai bisogno di assistenza?</p> <p>Ci puoi contattare dal sito <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> 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.</p>	<p><b>BELGIQUE</b></p> <p>Besoin d'assistance?</p> <p>Retrouvez le service après vente sur le site internet <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (coût d'une connexion internet) ou contactez le centre de relation clientèle au 02 208 26 60 (tarif local).</p>
<p><b>NETERLAND</b></p> <p>Hulp nodig?</p> <p>U vindt de dienst na verkoop terug op de website <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (kosten internetverbinding) of contacteer de klantendienst op 088 33 22 888 (lokaal tarief).</p>	<p><b>PORTUGAL</b></p> <p>Necessita de assistência?</p> <p>Encontre-nos no site <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> 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.</p>	<p><b>DEUTSCHLAND</b></p> <p>Sie finden uns auf der Internetseite: <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> oder Sie rufen unser Customer - Relationship - Center an unter: 0049-7153-5759900 Halten Sie bitte Ihre Rechnung bereit.</p>	<p><b>BELGIË</b></p> <p>Hulp nodig?</p> <p>U vindt de dienst na verkoop terug op de website <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (kosten internetverbinding) of contacteer de klantendienst op 02 208 26 60 (lokaal tarief).</p>	<p><b>中国</b></p> <p>你需要帮助吗？</p> <p>请访问我们的网站 <a href="http://supportdecathlon.com">http://supportdecathlon.com</a> 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。</p>

<p><b>EN - OTHER COUNTRIES</b></p> <p>Need help?</p> <p>Find us on our website <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>FR - AUTRES PAYS</b></p> <p>Besoin d'assistance?</p> <p>Retrouvez-nous sur le site internet <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>ES - OTROS PAÍSES</b></p> <p>¿Necesita asistencia?</p> <p>Nos puede encontrar en el sitio web <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>DE - ANDERE LÄNDER</b></p> <p>Brauchen Sie Hilfe?</p> <p>Besuchen Sie unsere Internet-Site <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>IT - ALTRI PAESI</b></p> <p>Bisogno di assistenza?</p> <p>Ci potete trovare sul sito Internet <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>
<p><b>NL - ANDERE LANDEN</b></p> <p>Hulp nodig?</p> <p>Raadpleeg de website <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (kosten internetverbinding) of contacteer het onthaal van de winkel waar u het product heeft gekocht.</p>	<p><b>PT - OUTROS PAÍSES</b></p> <p>Precisa de assistência?</p> <p>Contacte nos através do site da Internet <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>PL - INNE KRAJE</b></p> <p>Potrzebujesz pomocy?</p> <p>Znajdź nas na stronie internetowej <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (koszt jednego połączenia internetowego) lub wraz z dowodem zakupu zgłoś się do punktu obsługi sklepu firmowego lub tam, gdzie dokonałeś zakupu produktu.</p>	<p><b>HU - MÁS ORSZÁGOK</b></p> <p>Segítségre van szüksége?</p> <p>Keressen meg minket internetes honlapunkon <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (internetcsatlakozás ára), vagy forduljon személyesen egyik üzletünk bevásárlóáulhoz, amely üzletben vásárolta a terméket, a vásárlási bizonylattal.</p>	<p><b>RO - ALTE ȚĂRI</b></p> <p>Aveți nevoie de asistență?</p> <p>Ne puteți găsi pe site-ul <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (costo di una conexiune 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.</p>
<p><b>SK - OSTATNÉ KRAJINY</b></p> <p>Potrebujeťte pomoc?</p> <p>Nájdite si nás na internetových stránkach <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>CS - OSTATNÍ ZEMĚ</b></p> <p>Potrebujeťte pomoc?</p> <p>Kontaktujte nás na našich internetových stránkách <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (cena za internetové připojení) nebo přijďte na recepci jedné z prodejen značky, kde jste koupili váš výrobek, a předložte doklad o nákupu.</p>	<p><b>SV - ANDRA LÄNDER</b></p> <p>Behöver du hjälp?</p> <p>Hitta oss på hemsidan <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (kostnad för internet-anslutning tillkommer) eller gå till kundtjänsten i butiken där du köpte produkten, med ditt inköpsbevis.</p>	<p><b>BG - ДРУГИ ДЪРЖАВИ</b></p> <p>Имате нужда от помощ?</p> <p>Моля, посетете нашия сайт: <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (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.</p>	<p><b>HR - OSTALE ZEMLJE</b></p> <p>Potrebna vam je pomoć?</p> <p>Pronađite nas na internetskoj stranici <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predočenje računa.</p>

<p><b>SL - DRUGE DRŽAVE</b></p> <p>DRUGE DRŽAVE</p> <p>Potrebujeťte pomoč?</p> <p>Obiščite našo spletno stran <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> ali trgovino, v kateri ste izdelek kupili, pri čemer je potrebno dokazilo o nakupu.</p>	<p><b>EL - ΑΛΛΕΣ ΧΩΡΕΣ</b></p> <p>Χρειάζεστε βοήθεια;</p> <p>Επισκεφτείτε τον δικτυακό μας τόπο, στη διεύθυνση <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (με το κόστος μιας σύνδεσης στο διαδίκτυο) ή απευθυνθείτε στην υποδοχή οποιδήποτε καταστήματος της αλυσίδας από την οποία αγοράσατε το προϊόν σας, μαζί με την απόδειξη αγοράς.</p>	<p><b>TR - DİĞER ÜLKELER</b></p> <p>Yardıma mi ihtiyacınız var?</p> <p><a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> bir internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantısı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığımız mağazanın danışma bölümüne başvurabilirsiniz.</p>	<p><b>RU - ДРУГИЕ СТРАНЫ</b></p> <p>Нужна поддержка?</p> <p>Обратитесь к нам через наш интернет-сайт <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.</p>	<p><b>VI - QUỐC GIA KHÁC</b></p> <p>Cần hỗ trợ?</p> <p>Hãy liên hệ với chúng tôi qua trang web <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (cần có kết nối internet) hoặc đến đại lý chính hãng mà bạn đã mua sản phẩm, mang theo minh chứng mua hàng.</p>
<p><b>ID - NEGARA LAIN</b></p> <p>Perlu bantuan?</p> <p>Kunjungi situs internet kami <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (biaya koneksi internet) atau datanglah ke toko merek di mana Anda membeli produk Anda, dengan membawa bukti pembelian.</p>	<p><b>ZH - 其他国家</b></p> <p>需要帮助？</p> <p>请登录 <a href="http://supportdecathlon.com">http://supportdecathlon.com</a> 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。</p>	<p><b>JA - その他の国</b></p> <p>ヘルプが必要ですか？</p> <p>サイト <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> 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。</p>	<p><b>ZT - 其他國家</b></p> <p>需要幫助？</p> <p>請登陸 <a href="http://supportdecathlon.com">http://supportdecathlon.com</a> 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。</p>	<p><b>TH - ประเทศอื่น ๆ</b></p> <p>ต้องการความช่วยเหลือ ?</p> <p>พบกับเราได้ที่เว็บไซต์ <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (อาจมีค่าใช้จ่ายในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต) หรือไปที่แผนกของห้างร้านที่คุณได้ซื้อผลิตภัณฑ์พร้อมกับหลักฐานการซื้อผลิตภัณฑ์</p>

<p><b>KO - 기타 국가</b></p> <p>도움이 필요하십니까?</p> <p>당사의 웹사이트 <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> 을 방문하거나 (인터넷 연결 비용), 구매 증명서를 지참하고 제품을 구매한 매장의 프론트 데스크를 방문하십시오.</p>	<p><b>KM - ប្រទេសផ្សេងៗ ទៀត</b></p> <p>តើអ្នកប្រើប្រាស់ទំព័រគេហទំព័រ <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> រឺស៊ុយប៊ែរ (តម្លៃនៃការភ្ជាប់អ៊ីនធឺណិត) រឺទៅកាន់ហាងមួយផ្សេងៗ អ្នកបានទិញផលិតផលរបស់យើងកម្រិតណាមួយទេ?</p>	<p><b>AR - دول أخرى</b></p> <p>هل تحتاج إلى مساعدة؟</p> <p>www.supportdecathlon.com على عبر موقعنا الإلكتروني <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> (تكاليف الانترنت) أو توجه إلى المحل الذي اشتريته منه المنتج والذي يوجد به علامة الشركة، واحرص على تقديم إثبات الشراء</p>	<p><b>FA - سایر کشورها</b></p> <p>به کمک نیاز دارید؟</p> <p>تथा یا هزینه اتصال به اینترنت) از طریق وبسایت <a href="http://www.supportdecathlon.com">www.supportdecathlon.com</a> یا ما در تماس باشید یا با همراه داشتن سند خرید خود به میز پذیرش یکی از خرده فروشی های که این محصول را خریداری کرده اید مراجعه کنید</p>	
---	---	---	---	---

WWW.SUPPORTDECATHLON.COM





# FEL500

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  
Oryginalne instrukcje do zachowania  
Eredeti utasításokat kell tartani  
Instrucțiuni originale care trebuie păstrate  
Originálne pokyny, ktoré treba dodržiavať  
Původní pokyny, které musíte dodržovat  
Original instruktioner som ska hållas  
Сохраните оригинальную инструкцию  
Originalne upute koje treba čuvati  
Izvirno navodilo je treba hraniti  
Φυλάξτε το πρωτότυπο των οδηγιών χρήσης  
Original talimatlar saklanacak  
Оригінальні вказівки слід зберігати  
Originalios instrukcijos turi būti saugomos  
Првобитна упутства треба задржати  
Запазете оригиналното упътване  
Tu.n theo c®φς chỉ dẫn ban đầu  
Petunjuk asli untuk disimpan  
請保留說明書  
大切に保管してください  
請保留原始說明書  
โปรดเก็บรักษาคู่มือการใช้งาน  
보관해야 할 사용설명서 원본  
កុំឱ្យអ្នកដទៃដកស្រង់  
رنا هذه الاحتفاظ برجي  
کنید نگهداری را اصلی های دستورالعمل

**DECATHLON**

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



Made in China/Hecho en China/Fabriqué en Chine/Fabricado na/em China/Pagaminta Kinijojе/Произведено в Китае/imal eldidiği yer  
Çin/ผลิตในจีน/원산지, 제조국: 중국/چين/صنع في الصين/ساخت

**JPN** 550-0004. 大阪市西區本町2-2-12, GLASHAUS 1階, ノヴァテックジャパン株式会社 **KOR** 원산지: 제조국/品名: 피트니스 자전거/원산지, 제조국: 중국/제조사: Decathlon SA-수입자: Decathlon Korea - 주소/전화번호: 인천광역시 연수동 송도과학로 16번길 33-1/1800-2025/제조연월: 별도 표시 (YYYY/MM) **CHN** 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/执行标准: GB17498-1.2008 - GB 17498-9.2008/品名: 恢复训练健身车/主要材料: 金属等级: 合格/产地: 中国/制造/质检证明: 合格/商标: DOMYOS **RUS** Импортёр/уполномоченное изготовителем/лицо: ООО «Октобл», 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД84-й км., ТПЗ «Алтуфьево», влад. 3, стр. 3, +7(495)6414446/Велотренажер для восстановления формы/для занятий спортом/Дата изготовления указана на изделии или упаковке в формате ГТТГ/ММ **TWN** 恢復訓練健身車/主要材料: 金屬/中國製造/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 04-24719666/製造日期標示於工廠符號底下 **BRA** Importado para o Brasil por IGUASPORT Ltda. CNPJ 02.314.041/0001-88 **THA** จักรยานออกกำลังกายชั้นนำ: บริษัท ดีเทคลอน (ประเทศไทย) จำกัด เลขที่ 14/9 หมู่ที่ 13 ถนนบางนา-ตราด ตำบลบางแก้ว อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ 10540 **EGY** دراجة رياضية/بندنة Decathlon Trading Egypt-1st AlWozaraa Square 1169-Sheraton-Cairo-Egypt **AUS** Decathlon Australia Pty Ltd. -4/37 Union Street, Pyrmont, Sydney NSW 2009, Australia **MEX** Importado por Artículos Deportivos Decathlon, S.A de C.V Av. Ejército Nacional 826, Delegación Miguel Hidalgo, Colonia Polanco III Sección, 11540 Ciudad de México, México R.F.C ADD 150727S34 - Tel.: 01 800 062 4500/Bicicleta para ponerse en forma/Material principal: Metal **HKG** DECATHLON HONG KONG COMPANY LIMITED - SUITE 1623 16/F OCEAN CENTRE - 5 CANTON ROAD - KOWLOON - HONG KONG **VIE** Xe đạp tập thể dục/vật liệu chính: Kim loại/Sản xuất tại Trung Quốc/Tên và địa chỉ NNK/PP: Công ty TNHH Decathlon Việt Nam, Lầu 6, 561A Điện Biên Phủ, Phường 25, Quận Bình Thạnh, Tp.Hồ Chí Minh, Việt Nam **CHL** IMPORTADO PARA CHILE POR: DECATHLON CHILE S.P.A.R.U.T. 76.507.443-6

EN ISO 20957-9 2017  
EN ISO 20957-1 2013

Pack Ref: 2847367

**DOMYOS**