

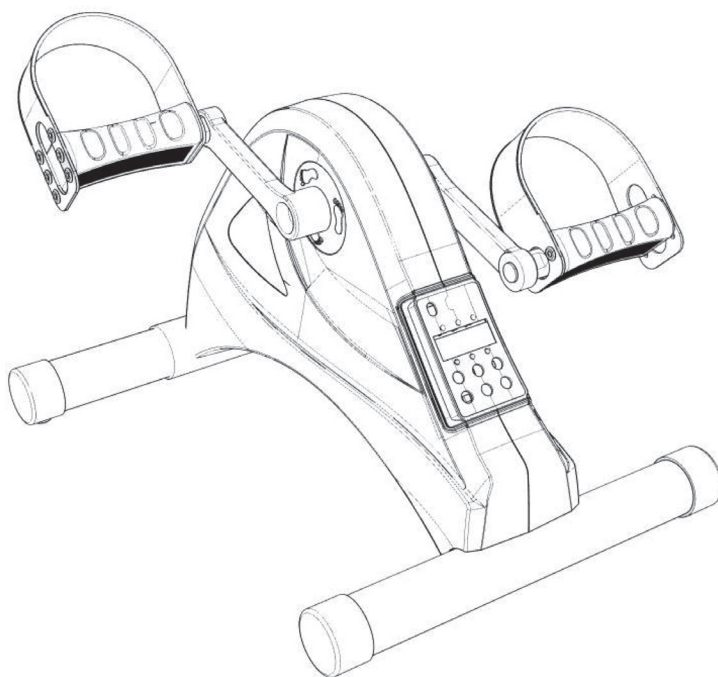


GIMA

PROFESSIONAL MEDICAL PRODUCTS

PEDALIERA ELETTRICA CON DISPLAY - NERA
ELECTRIC PEDAL EXERCISER WITH DISPLAY - BLACK
MINI-VÉLO ÉLECTRIQUE AVEC ÉCRÁN - NOIR
EJERCITADOR CON PEDAL ELÉCTRICO CON PANTALLA - NEGRO
EXERCÍCIO DE PEDAL ELÉTRICO COM DISPLAY - PRETO
ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΠΕΔΑΛ ΑΣΚΗΣΗ ΜΕ ΟΘΟΝΗ - ΜΑΥΡΟ
ELEKTRYCZNY ĆWICZNIK PEDAŁOWY Z WYŚWIETLACZEM - CZARNY
PEDALA ELECTRICA CU DISPLAY - NEGRU
ELEKTRISK PEDALTRÄNARE MED DISPLAY - SVART

Manuale utente - User manual - Notice d'utilisation - Manual del usuario - Guia para utilização - Gebrauchs- und instandhaltungsanleitung - Εγχειρίδιο χρήσης - Lietotāja rokasgrāmata - Používateľská príručka - Uporabniški priročnik - Användarmanual



REF TD001-P8 (GIMA 43153)

Fabbricato da/Manufactured by/Fabriqu  par/Fabricado por/Hergestellt von/
Tillverkad av/Ra ots/ Proizvajalec/Κατασκευασμένο από/Produs de/Vyr ba
Zhejiang Todo Hardware Manufacture co., Ltd
31st Floor, Jinmao Building, CBD center, Yongkang, Zhejiang, China
Made in China

Importato da/Imported by/Import  par/Importado por/Eingef hrt von
Importerad av/Import ja/Uvozil/Εισαγωγή από/Importat de/Dov zal
Gima S.p.A. - Via Marconi, 1 - 20060 Gessate (MI) Italy
gima@gimaitaly.com - export@gimaitaly.com
www.gimaitaly.com



AVVERTENZE IMPORTANTI SULLA SICUREZZA

1. Leggere tutte le istruzioni contenute in questo manuale prima di utilizzare il prodotto. Seguire tutte le avvertenze e le istruzioni per l'uso prima di procedere all'utilizzo del prodotto.
2. Non lasciarlo incustodito e non utilizzarlo in un luogo in cui i bambini e gli animali domestici possono toccarlo. Questo apparecchio non deve essere mai utilizzato come giocattolo.
3. Il proprietario ha la responsabilità di garantire che tutti gli utenti facciano uso del prodotto nella massima sicurezza.
4. Questo prodotto è unicamente destinato per usi domestici.
5. Non conservare il prodotto in un luogo umido.
6. Non indossare indumenti laschi, in quanto possono restare impigliati nella macchina. Rimuovere tutti i gioielli.
7. Se si sperimenta dolore o giramenti di testa mentre si svolgono gli esercizi, smettere immediatamente, riposare e rivolgersi a un medico.
8. Verificare che i fori nella presa di corrente a muro corrispondano alla configurazione dei poli nella spina della macchina. In caso contrario, rivolgersi al fornitore.
9. Questa unità è stata progettata esclusivamente per un uso di tipo domestico.

PRECAUZIONI

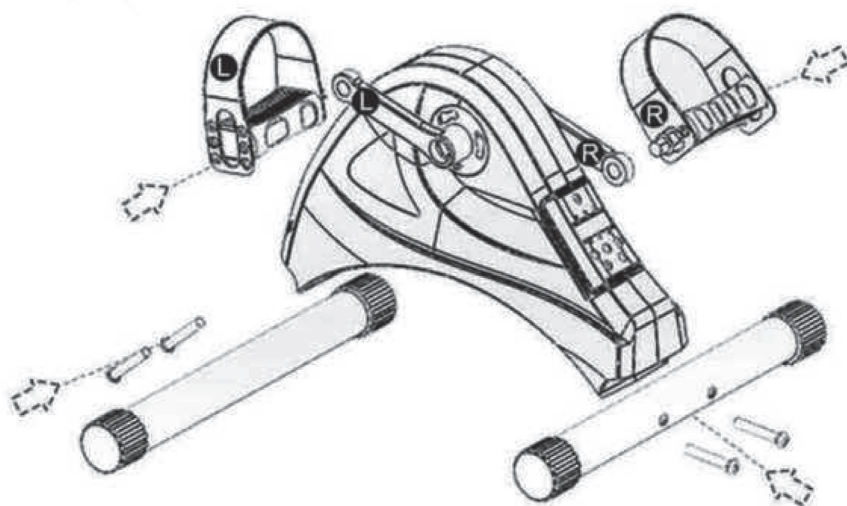
Rivolgersi al medico prima di utilizzare questo prodotto o qualsiasi altro apparecchio per il fitness. Questo vale in particolare se ci si trova in una delle seguenti condizioni: se si è affetti da cancro, se è in convalescenza post-operatoria, in caso di anamnesi di cardiopatie, in presenza di ossa fratturate, per donne in gravidanza ecc.

ELENCO DEI COMPONENTI



- A 1 Struttura principale
- B 2 Pedali
- C 1 Presa
- D 2 Stabilizzatori
- E 1 Controllo remoto
- F 4 Bulloni
- G 1 Cacciavite
- H 1 Chiave

MONTAGGIO



Basteranno due minuti per completare tutto il montaggio.

1. Prelevare gli stabilizzatori (D) e fissarli come mostrato in figura; utilizzare il cacciavite per serrare i bulloni.
2. Destra e sinistra si riferiscono alla posizione adottata dall'utente durante lo svolgimento degli esercizi. Inserire il pedale di destra (B) nella pedivella di destra, quindi inserire il pedale di sinistra (B) nella pedivella di sinistra.

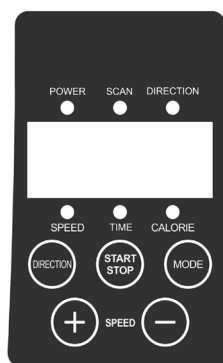
Utilizzare la chiave inglese per assemblare i pedali. Il pedale di destra deve trovarsi in senso orario, mentre quello di sinistra in senso antiorario.

COLLEGAMENTO PER L'ALIMENTAZIONE



Collegare l'unità a una presa di corrente.

ISTRUZIONI SUL PANNELLO SCHERMO E SUL TELECOMANDO



Pannello Schermo:

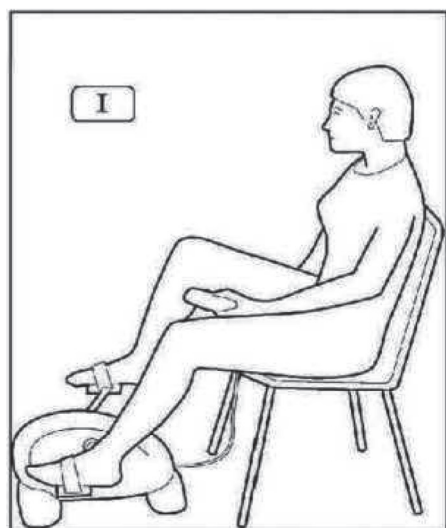
1. **SCANSIONE:** Le informazioni di base contengono velocità, tempo, calorie.
2. **START/STOP:** Per avviare o arrestare la macchina.
3. **DIREZIONE:** Modificare la direzione del movimento del pedale.
4. **MODALITÀ:** Premere il pulsante per selezionare la modalità automatica o manuale.
5. **VELOCITÀ + -:** Quando la macchina è in modalità manuale, è possibile premere il pulsante per regolare la velocità.

FUNZIONAMENTO

1. Inserire l'adattatore nella presa di corrente, quindi premere il pulsante rosso che si trova accanto al connettore.
2. Quando l'apparecchio è fermo, premere il pulsante **MODALITÀ** per selezionare le diverse modalità, scegliendo tra quella automatica e quella manuale. In modalità manuale, sullo schermo lampeggia la dicitura **-HA-**. In modalità automatica, sullo schermo lampeggia la dicitura **P1, P2, P3**.
3. Premere il pulsante **MODALITÀ**; quando sullo schermo lampeggia la dicitura **-HA-**, premere il pulsante **START** e la macchina inizierà a funzionare al livello 1 di velocità; è quindi utilizzare il pulsante **VELOCITÀ** per regolare tra i livelli da 1 a 6.
4. Premere il pulsante **STOP** per fermare l'apparecchio.
5. Il tempo di lavoro predefinito è 30 minuti, trascorso il quale l'apparecchio si spegnerà automaticamente.
6. Premere il pulsante **DIREZIONE**; la macchina cambierà la direzione di rotazione dei pedali.

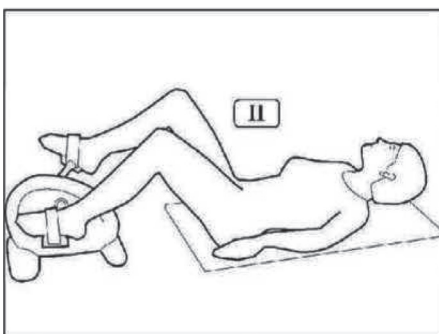
NOTA: I pulsanti del telecomando si presentano allo stesso modo di quelli del pannello. L'utente deve inserire 2 batterie AAA.

SVOLGIMENTO DEGLI ESERCIZI



ESERCIZI PER LE GAMBE DA SEDUTI

1. Usare una sedia stabile e resistente.
2. Posizionare la macchina a una distanza comoda dalla sedia.
3. Sedersi e inserire i piedi nei pedali.
4. Usare il telecomando per attivare la macchina e iniziare a svolgere gli esercizi.



ESERCIZI PER LE GAMBE DA SDRAIATI

Da sdraiati, assicurarsi che la parte inferiore della schiena (regione lombare) sia supportata durante l'uso di questo prodotto. Si raccomanda di posizionare un cuscino piccolo sotto la regione lombare e sotto la testa.



ESERCIZI PER LE BRACCIA

1. Posizionare la macchina a una distanza comoda dalla sedia.
2. Sedersi e posizionare le braccia sui pedali.
3. Usare il telecomando o il pannello di controllo per attivare la macchina e iniziare a svolgere gli esercizi.

SPECIFICHE TECNICHE

Tensione nominale	24V
Alimentazione	80 W
Peso lordo/Peso netto	4,8/4,2 kg
Tempo di lavoro predefinito	30 minuti
Carico massimo:	40 kg
Dimensioni imballaggio	40,2 x 32 x 14,5 cm

 **Smaltimento:** Il prodotto non deve essere smaltito assieme agli altri rifiuti domestici. Gli utenti devono provvedere allo smaltimento delle apparecchiature da rottamare portandole al luogo di raccolta indicato per il riciclaggio delle apparecchiature elettriche ed elettroniche.

CONDIZIONI DI GARANZIA GIMA

Si applica la garanzia B2B standard Gima di 12 mesi.

ENGLISH

IMPORTANT SAFETY WARNINGS

1. Read all the introductions in this manual before using the product. Follow all warnings and operating introductions prior to use.
2. Do not use it alone or in a place where children and pets can touch it. Under no circumstances should this appliance be used as a toy.
3. The owner is responsible for ensuring that all users use this product safely.
4. This product is intended for domestic users only.
5. Do not store this product in a damp place.
6. DO not wear loose or baggy clothing, since it may get caught in the machine. Take off all jewelry.
7. If you feel any pain, or become dizzy while exercising, stop immediately, rest and consult a physician.
8. Please be sure that the holes in the wall socket outlet must match the pin configuration for the plug on the machine.
If this is not the case, please consult your supplier.
9. This unit has been designed for home use only.

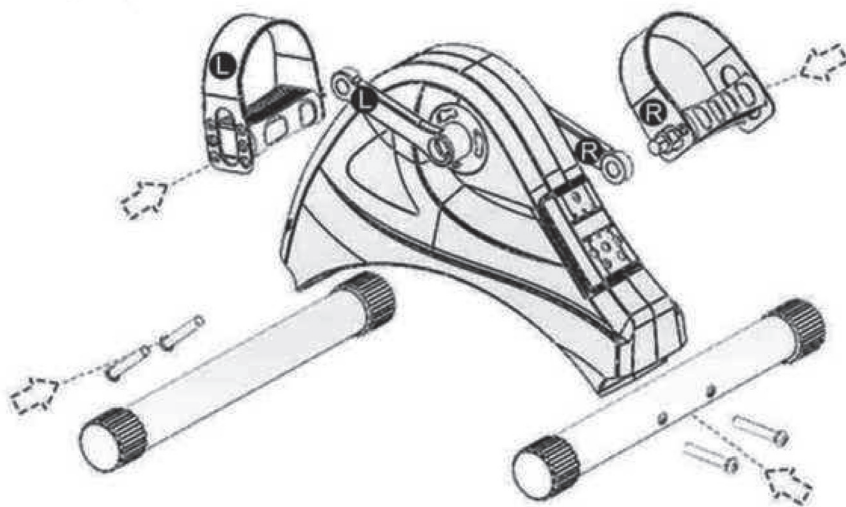
PRECAUTIONS

Consult your doctor before using this product or any other fitness product. Especially if you are in the following conditions, such as cancer patients, convalescence after surgery, history of heart problems, fractured bones, pregnancy and so on.

PARTS LIST



ASSEMBLY



It will take you two minutes to complete all the assembly.

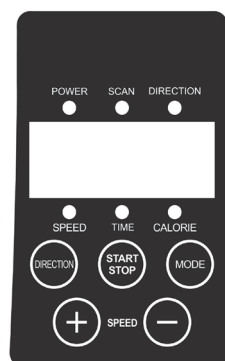
1. Take the Stabilizers(D) and fix it as show on the picture, just use the screwdriver to tighten the bolts.
2. Right and left refer to the position that the user adopts when to do the exercises. Insert the right-hand pedal(B) onto the right hand crank, insert the left-hand pedal (B) onto the left-hand crank.

Use the spanner to assemble pedals. Right pedal towards clockwise, left pedal towards counterclockwise.

CONNECTING POWER



INSTRUCTIONS OF DISPLAY PANEL AND REMOTE CONTROL



Display Panel:

1. **SCAN:** The ordinal data display speed, time, calories.
2. **START/STOP:** Start or stop the machine.
3. **DIRECTION:** Change the direction of pedal movement.
4. **MODE:** Press button to select automatic modes or manual mode.
5. **SPEED + -:** When machine is on manual mode, you can press button to adjust the speed.

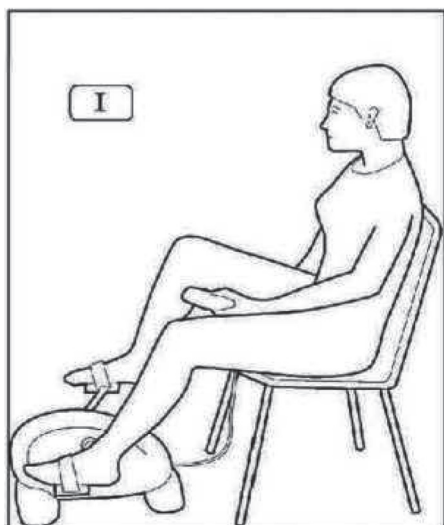
Connect the unit to a socket.

OPERATION

1. Plug the adaptor plug to the direct current and press the red button which is nearby the connector.
2. On the stop status, press the **MODE** button to select different modes, there are automatic modes and manual mode. On the manual mode, screen flashes **-HA-**. On the automatic modes, screen shows **P1, P2, P3**.
3. Press the **MODE** button, screen flashes **-HA-**, then press the **START** button, the unit will work at the speed level 1, you can use the **SPEED** button to adjust the speed from 1 to 6 levels.
4. Press the **STOP** button, the unit will stop working.
5. Default working time are 30 minutes, device will automatically turn off when the working time is over 30 mins.
6. Press the **DIRECTION** button, the machine will change the direction of rotation of the pedals.

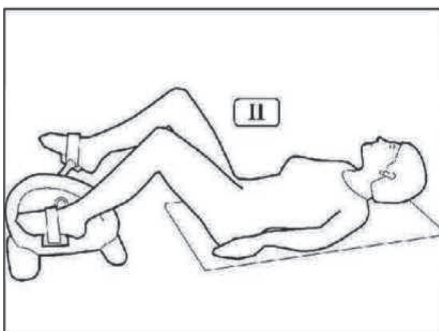
NOTE: Button introductions of remote control is as same as the panel. User need to insert 2 AAA batteries.

EXERCISING



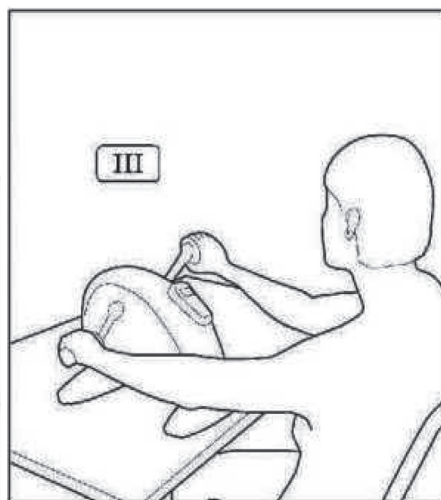
LEG EXERCISING WHEN SITTING

1. Use a stable and sturdy chair.
2. Be sure to place the machine at a comfortable distance from the chair.
3. Sit and place your feet on the pedals.
4. Use the remote control to operate this machine and start your exercising.



LEG EXERCISING WHEN LYING

When lying down, make sure that your lower back(lumbar region) is supported when using this product. We recommend placing a small cushion below the lumbar region and under your head.



ARM EXERCISING

1. Be sure to place the machine at a comfortable distance from the chair.
2. Sit and place your arm on the pedals.
3. Use the remote control or control panel to operate this machine and start your exercising.

TECHNICAL SPECIFICATION

Rated Voltage	24V
Power	80 W
G.W./N.W.	4,8/4,2 kg
Default Working Time	30 minuti
Max. Bearing Weight	40 kg
Packing Size	40,2 x 32 x 14,5 cm



Disposal: The product must not be disposed of along with other domestic waste. The users must dispose of this equipment by bringing it to a specific recycling point for electric and electronic equipment.

GIMA WARRANTY TERMS

The Gima 12-month standard B2B warranty applies.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

1. Lire toutes les instructions de ce manuel avant d'utiliser le produit. Respecter toutes les mises en garde et toutes les instructions d'utilisation avant d'utiliser l'appareil.
2. Ne pas l'utiliser seul ou dans un endroit où les enfants et les animaux domestiques peuvent le toucher. Cet appareil ne doit en aucun cas être utilisé comme un jouet.
3. Le propriétaire est tenu de s'assurer que tous les utilisateurs utilisent ce produit en toute sécurité.
4. Ce produit est destiné aux utilisateurs domestiques uniquement.
5. Ne pas ranger cet appareil dans un endroit humide.
6. Ne pas porter de vêtements amples, car ils pourraient se coincer dans la machine. Enlever tous les bijoux.
7. En cas de douleurs ou de vertiges pendant l'exercice, s'arrêter immédiatement, se reposer et consulter un médecin.
8. Veiller à ce que les trous de la prise murale correspondent à la configuration des broches de la fiche de l'appareil.
Si ce n'est pas le cas, veuillez consulter votre fournisseur.
9. Cet appareil a été conçu pour un usage domestique uniquement.

PRÉCAUTIONS

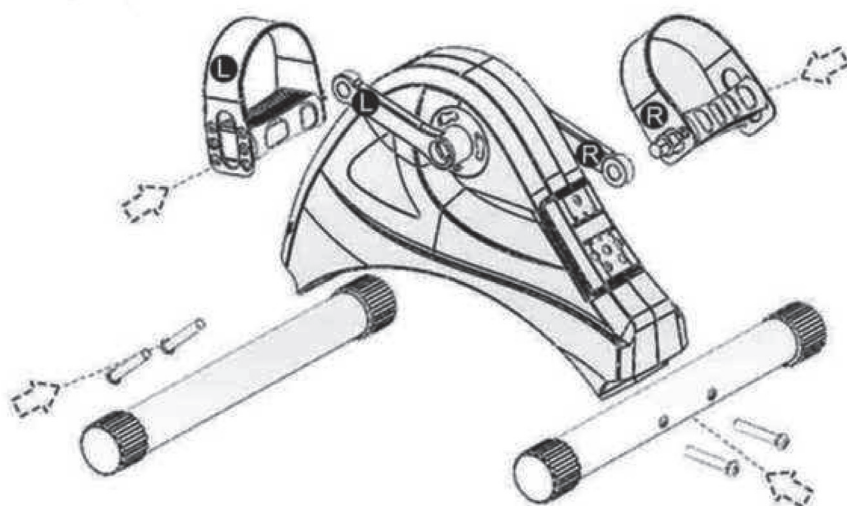
Consultez votre médecin avant d'utiliser cet appareil ou tout autre appareil de fitness. En particulier si vous vous trouvez dans les conditions suivantes : patient cancéreux, convalescence après une opération chirurgicale, antécédents de problèmes cardiaques, fractures, grossesse, etc.

LISTE DES PIÈCES DÉTACHÉES



- A 1 Corps de l'appareil
- B 2 Pédales
- C 1 Fiche d'alimentation
- D 2 Stabilisateurs
- E 1 Télécommande
- F 4 Boulons
- G 1 Tournevis
- H 1 Clé

ASSEMBLAGE



Il vous faudra deux minutes pour effectuer l'ensemble du montage.

1. Prendre les stabilisateurs (D) et les fixer comme indiqué sur l'image, utiliser simplement le tournevis pour serrer les boulons.
2. La droite et la gauche se réfèrent à la position que l'utilisateur adopte lorsqu'il effectue les exercices. Insérer la pédale droite (B) sur le pédalier droit, insérer la pédale gauche (B) sur le pédalier gauche.

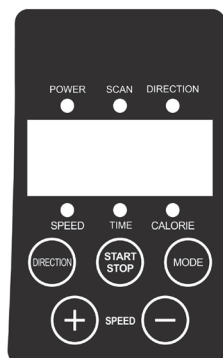
Utiliser la clé pour assembler les pédales. Pédale droite vers le sens des aiguilles d'une montre, pédale gauche vers le sens inverse des aiguilles d'une montre.

BRANCHEMENT DE L'ALIMENTATION



Brancher l'appareil sur une prise de courant.

INSTRUCTIONS CONCERNANT L'ÉCRAN D'AFFICHAGE ET LA TÉLÉCOMMANDE



Pannello Schermo:

Écran d'affichage:

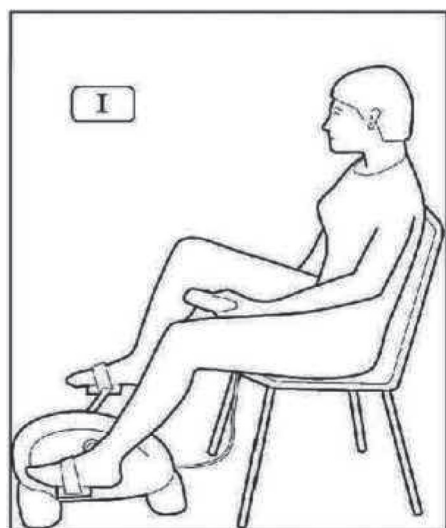
1. **SCAN**: Les données ordinales affichent la vitesse, le temps, les calories.
2. **START/STOP**: Démarrage ou arrêt de la machine.
3. **DIRECTION**: Change la direction du mouvement de la pédale.
4. **MODE**: Appuyer sur le bouton pour sélectionner le mode automatique ou le mode manuel.
5. **SPEED + -**: Lorsque la machine est en mode manuel, il est possible d'appuyer sur le bouton pour régler la vitesse.

FONCTIONNEMENT

1. Brancher la fiche de l'adaptateur sur le courant continu et appuyer sur le bouton rouge qui se trouve à proximité du connecteur.
2. Lorsque l'appareil est à l'arrêt, appuyer sur le bouton **MODE** pour sélectionner différents modes : le mode automatique et le mode manuel. En mode manuel, l'écran clignote **-HA-**. En mode automatique, l'écran affiche **P1**, **P2**, **P3**.
3. Appuyer sur le bouton **MODE**, l'écran clignote **-HA-**, puis appuyer sur le bouton **START**, l'appareil fonctionnera au niveau de vitesse 1, vous pouvez utiliser le bouton **SPEED** pour régler la vitesse de 1 à 6 niveaux.
4. Appuyer sur le bouton **STOP** pour arrêter le fonctionnement de l'appareil.
5. La durée de fonctionnement par défaut est de 30 minutes, l'appareil s'éteindra automatiquement lorsque la durée de fonctionnement est supérieure à 30 minutes.
6. Appuyer sur le bouton **DIRECTION**, l'appareil changera le sens de rotation des pédales.

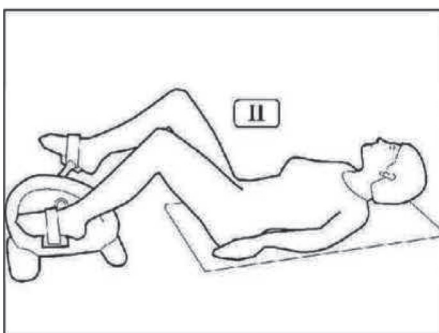
REMARQUE: L'introduction des boutons de la télécommande est identique à celle de l'écran. L'utilisateur doit insérer 2 piles AAA.

EXERCICES



EXERCICES POUR LES JAMBES EN POSITION ASSISE

1. Utiliser une chaise stable et solide.
2. Veiller à placer l'appareil à une distance confortable de la chaise.
3. S'asseoir et placer les pieds sur les pédales.
4. Utiliser la télécommande pour faire fonctionner l'appareil et commencer l'exercice.



EXERCICES POUR LES JAMBES EN POSITION ALLONGÉE

En position allongée, s'assurer que le bas du dos (région lombaire) est soutenu lors de l'utilisation de ce produit. Nous recommandons de placer un petit coussin sous la région lombaire et sous la tête.



EXERCICES AVEC LES BRAS

1. Veiller à placer l'appareil à une distance confortable de la chaise.
2. S'asseoir et placer le bras sur les pédales.
3. Utiliser la télécommande ou le panneau de commande pour faire fonctionner l'appareil et commencer l'exercice.

SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

Tension nominale	24V
Alimentation	80 W
POIDS TOTAL / POIDS NET	4,8/4,2 kg
Durée de fonctionnement par défaut	30 minuti
Poids max. Poids de palier	40 kg
Taille de l'emballage	40,2 x 32 x 14,5 cm

 **Élimination des déchets d'EEE:** Ce produit ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères. Les utilisateurs **doivent** remettre leurs appareils usagés à un point de collecte approprié pour le traitement, la valorisation, le recyclage des déchets d'EEE.

CONDITIONS DE GARANTIE GIMA

La garantie appliquée est la B2B standard Gima de 12 mois.

ESPAÑOL

ADVERTENCIAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD

1. Lea todas las introducciones de este manual antes de utilizar el producto. Siga todas las advertencias e introducciones de funcionamiento antes de utilizarlo.
2. No lo utilice solo o en un lugar donde los niños y las mascotas puedan tocarlo. Bajo ninguna circunstancia utilice este aparato como juguete.
3. El propietario es responsable de que todos los usuarios utilicen este producto de forma segura.
4. Este producto está destinado exclusivamente a usuarios domésticos.
5. No almacene este producto en un lugar húmedo.
6. NO lleve ropa suelta u holgada, ya que podría quedar atrapada en la máquina. Quítese todas las joyas.
7. Si siente algún dolor o se marea durante el ejercicio, deténgase inmediatamente, descanse y consulte a un médico.
8. Asegúrese de que los orificios de la toma de corriente coincidan con la configuración del pin para el enchufe de la máquina. En caso contrario, consulte a su proveedor.
9. Este aparato ha sido diseñado exclusivamente para uso doméstico.

PRECAUCIONES

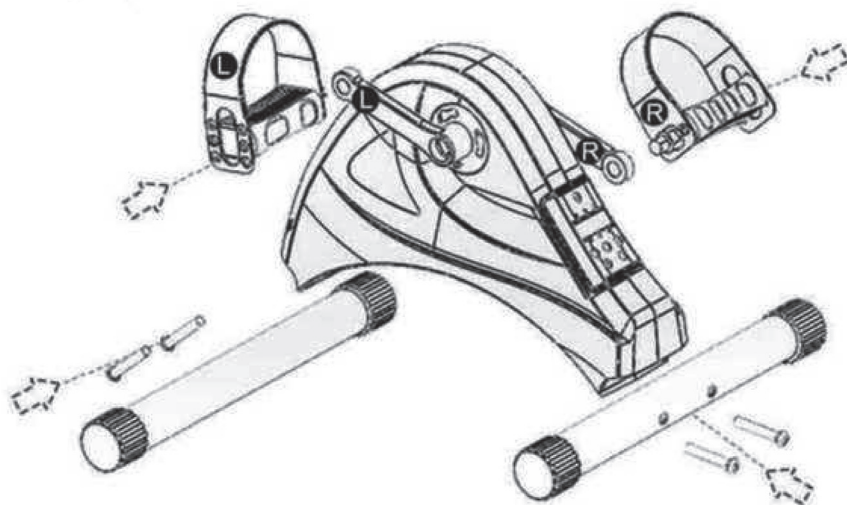
Consulte a su médico antes de utilizar este producto o cualquier otro producto de ejercicio físico. Especialmente si se encuentra en las siguientes condiciones, como pacientes con cáncer, convalecencia después de una cirugía, historial de problemas cardíacos, huesos fracturados, embarazo, etc.

LISTA DE PIEZAS



- A 1 Cuerpo principal
- B 2 Pedales
- C 1 Enchufe
- D 2 Estabilizadores
- E 1 Mando a distancia
- F 4 Pernos
- G 1 de cruz
- H 1 Llave inglesa

MONTAJE



Tardará dos minutos en completar todo el montaje.

1. Tome los estabilizadores (D) y fíjelos como se muestra en la imagen, sólo tiene que utilizar el destornillador para apretar los pernos.
2. Derecha e izquierda se refieren a la posición que el usuario adopta al hacer los ejercicios. Inserte el pedal derecho (B) en la manivela derecha, inserte el pedal izquierdo (B) en la manivela izquierda.

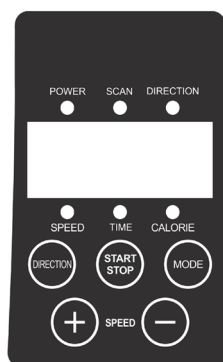
Utilice la llave inglesa para montar los pedales. El pedal derecho hacia la derecha, el pedal izquierdo hacia la izquierda.

CONEXIÓN DE LA ALIMENTACIÓN



Conecte la unidad a un enchufe.

INSTRUCCIONES DEL PANEL DE VISUALIZACIÓN Y DEL MANDO A DISTANCIA



Panel de visualización:

1. **ESCANEAR:** Los datos ordinales muestran velocidad, tiempo, calorías.
2. **ARRANQUE/PARADA:** Arranca o detiene la máquina.
3. **DIRECCIÓN:** Cambia la dirección del movimiento del pedal.
4. **MODO:** Pulse el botón para seleccionar el modo automático o el modo manual.
5. **VELOCIDAD + -:** Cuando la máquina está en modo manual, puede pulsar el botón para ajustar la velocidad.

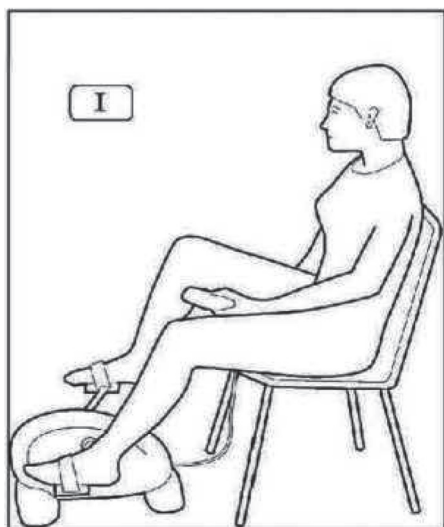
máquina está en modo manual, puede pulsar el botón para ajustar la velocidad.

FUNCIONAMIENTO

1. Enchufe el adaptador a la corriente continua y pulse el botón rojo que está cerca del conector.
2. En el estado de parada, pulse el botón **MODO** para seleccionar diferentes modos, hay modos automáticos y modo manual. En el modo manual, la pantalla parpadea **-HA-**. En los modos automáticos, la pantalla muestra **P1**, **P2**, **P3**.
3. Pulse el botón **MODO**, la pantalla parpadeará **-HA-**, después pulse el botón **INICIO**, la unidad funcionará al nivel de velocidad 1, puede utilizar el botón **VELOCIDAD** para ajustar la velocidad de 1 a 6 niveles.
4. Pulse el botón **PARADA**, la unidad dejará de funcionar.
5. El tiempo de funcionamiento por defecto es de 30 minutos, el dispositivo se apagará automáticamente cuando el tiempo de funcionamiento supere los 30 minutos.
6. Pulse el botón **DIRECCIÓN**, la máquina cambiará la dirección de rotación de los pedales.

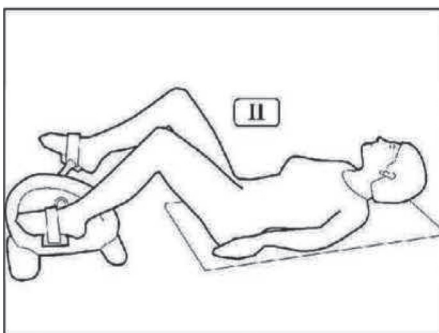
NOTA: La introducción de los botones del mando a distancia es la misma que la del panel. El usuario necesita insertar 2 pilas AAA.

EJERCICIO



EJERCICIO DE PIERNAS CUANDO ESTÉ SENTADO

1. Utilice una silla estable y robusta.
2. Asegúrese de colocar la máquina a una distancia cómoda de la silla.
3. Siéntese y coloque los pies en los pedales.
4. Utilice el mando a distancia para manejar la máquina e iniciar el ejercicio.



EJERCICIO DE PIERNAS CUANDO ESTÉ ACOSTADO

Cuando esté acostado, asegúrese de que la parte inferior de la espalda (región lumbar) esté apoyada cuando utilice este producto. Recomendamos colocar un pequeño cojín debajo de la región lumbar y debajo de la cabeza.



EJERCICIO DE BRAZOS

1. Asegúrese de colocar la máquina a una distancia cómoda de la silla.
2. Siéntese y coloque el brazo sobre los pedales.
3. Utilice el mando a distancia o el panel de control para manejar la máquina e iniciar el ejercicio.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Tensión Nominal	24V
Potencia	80 W
G.W./N.W.	4,8/4,2 kg
Tiempo de Trabajo por Defecto	30 minuti
Peso Máx. de Carga	40 kg
Tamaño del Embalaje	40,2 x 32 x 14,5 cm



Eliminación: El producto no ha de ser eliminado junto a otros residuos domésticos. Los usuarios tienen que ocuparse de la eliminación de los aparatos por desguazar llevándolas al lugar de recogida indicado por el reciclaje de los equipos eléctricos y electrónicos.

CONDICIONES DE GARANTÍA GIMA

Se aplica la garantía B2B estándar de Gima de 12 meses.

AVISOS DE SEGURANÇA IMPORTANTES

1. Leia todas as introduções deste manual antes de utilizar o produto. Siga todos os avisos e introduções de funcionamento antes da utilização.
2. Não o utilize sozinho ou num local onde crianças e animais domésticos possam tocar-lhe. Este aparelho não deve, em caso algum, ser utilizado como um brinquedo.
3. O proprietário é responsável por garantir que todos os utilizadores utilizam este produto de forma segura.
4. Este produto destina-se apenas a utilizadores domésticos.
5. Não guarde este produto num local húmido.
6. NÃO use roupa folgada ou larga, uma vez que pode ficar presa na máquina. Tire todas as joias.
7. Se sentir qualquer dor ou ficar com tonturas durante o exercício, pare imediatamente, descanse e consulte um médico.
8. Certifique-se de que os orifícios da tomada de parede correspondem à configuração dos pinos da ficha da máquina. Se não for esse o caso, consulte o seu fornecedor.
9. Este aparelho foi concebido apenas para utilização doméstica.

PRECAUÇÕES

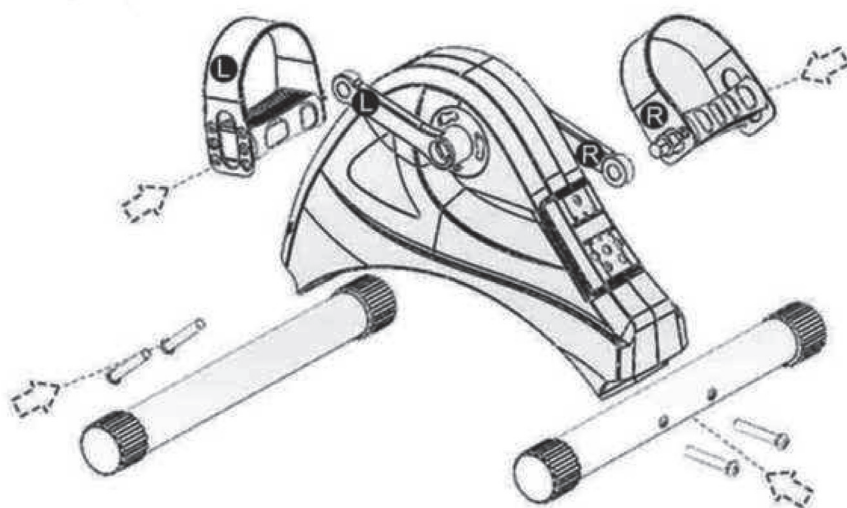
Consulte o seu médico antes de utilizar este produto ou qualquer outro produto de fitness. Especialmente se estiver nas seguintes condições, tais como doente com cancro, convalescença após cirurgia, historial de problemas cardíacos, ossos fraturados, gravidez e por aí adiante.

LISTA DE PEÇAS



- A 1 Corpo principal
- B 2 Pedais
- C 1 Ficha elétrica
- D 2 Estabilizadores
- E 1 Telecomando
- F 4 Parafusos
- G 1 Chave de parafusos
- H 1 Chave inglesa

MONTAGEM



Levará dois minutos a completar toda a montagem.

1. Pegue nos Estabilizadores (D) e fixe-os como mostra a imagem, basta utilizar a chave de parafusos para apertar os parafusos.
2. A direita e a esquerda referem-se à posição que o utilizador adota quando faz os exercícios. Insira o pedal direito (B) na manivela direita, inserir o pedal esquerdo (B) na manivela esquerda.

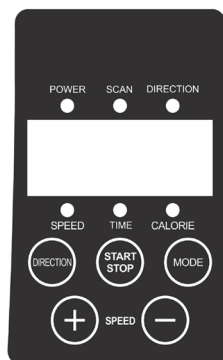
Utilize a chave inglesa para montar os pedais. O pedal direito no sentido dos ponteiros do relógio, pedal esquerdo no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.

CONNECTING POWER



Ligue o aparelho a uma tomada.

INSTRUÇÕES DO PAINEL DE VISUALIZAÇÃO E DO TELECOMANDO



Painel de visualização:

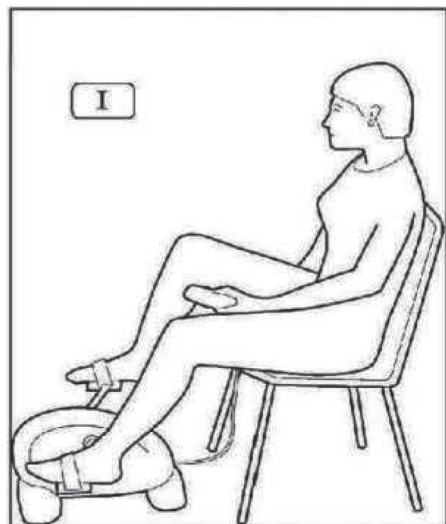
1. **SCAN:** Os dados ordinais visualizam a velocidade, o tempo e as calorias.
2. **START/STOP:** Iniciar ou parar a máquina.
3. **DIRECTION:** Alterar a direção do movimento do pedal.
4. **MODE:** Botão de pressão para selecionar os modos, automático ou manual.
5. **SPEED + -:** Quando a máquina está no modo manual, pode pressionar o botão para ajustar a velocidade.

OPERAÇÃO

1. Insira a ficha adaptadora à corrente contínua e pressione o botão vermelho que se encontra perto do conector.
2. No estado de paragem, pressione o botão **MODE** para selecionar modos diferentes, existem os modos automáticos e o modo manual. No modo manual, o ecrã pisca **-HA-**. Nos modos automáticos, o ecrã mostra **P1**, **P2**, **P3**.
3. Pressione o botão **MODE**, o ecrã pisca **-HA-**, depois pressione o botão **START**, a unidade funcionará no nível de velocidade 1, pode utilizar o botão **SPEED** para ajustar a velocidade de 1 a 6 níveis.
4. Pressione o botão **STOP**, a unidade irá parar de funcionar.
5. O tempo de funcionamento padrão é de 30 minutos, o dispositivo desligar-se-á automaticamente quando o tempo de funcionamento for superior a 30 minutos.
6. Pressione o botão **DIRECTION**, a máquina irá mudar o sentido de rotação dos pedais.

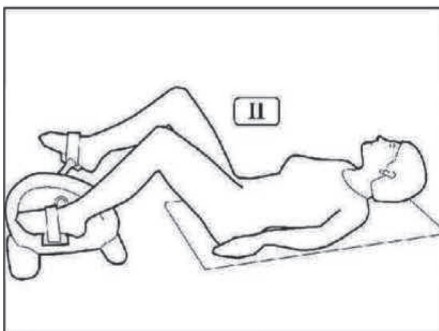
NOTA: A apresentação dos botões do telecomando é idêntica à do painel. O utilizador precisa de inserir 2 pilhas AAA.

EXERCÍCIO



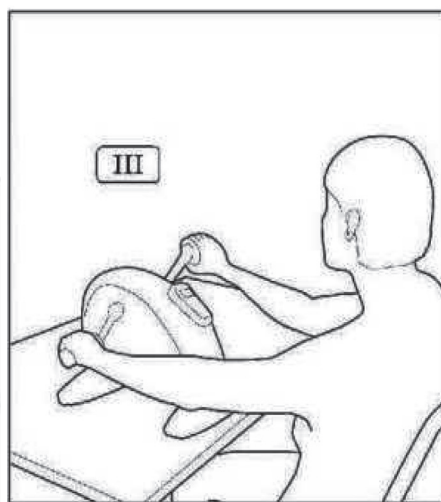
EXERCÍCIO DE PERNAS QUANDO SENTADO

1. Utilize uma cadeira estável e robusta.
2. Certifique de colocar a máquina a uma distância confortável da cadeira.
3. Sente-se e coloque os seus pés nos pedais.
4. Utilize o telecomando para operar esta máquina e iniciar o seu exercício.



EXERCÍCIO DE PERNAS QUANDO DEITADO

Quando deitado(a), certifique-se de que a parte inferior das suas costas (região lombar) está apoiada quando utilizar este produto. Recomendamos a colocação de uma pequena almofada por baixo da região lombar e por baixo da sua cabeça.



EXERCÍCIO DE BRAÇOS

1. Certifique de colocar a máquina a uma distância confortável da cadeira.
2. Sente-se e coloque o seu braço nos pedais.
3. Utilize o telecomando ou o painel de controlo para operar esta máquina e iniciar o seu exercício.

ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Tensão nominal	24V
Energia	80 W
P.B./P.L.	4,8/4,2 kg
Tempo de trabalho padrão	30 minuti
Peso máx. de carga	40 kg
Tamanho da embalagem	40,2 x 32 x 14,5 cm

 **Eliminação:** O produto não deve ser eliminado juntamente com outros resíduos domésticos. Os usuários deverão descartar os equipamentos a serem sucateados, entregando-os ao ponto de coleta indicado para reciclagem de equipamentos elétricos e eletrônicos.

CONDIÇÕES DE GARANTIA GIMA

Aplica-se a garantia B2B padrão GIMA de 12 meses.

DEUTSCH

WICHTIGE SICHERHEITSWARNUNGEN

1. Lesen Sie alle Einführungen in diesem Handbuch, bevor Sie das Produkt benutzen. Befolgen Sie alle Warnhinweise und Bedienungsanleitungen vor der Benutzung.
2. Verwenden Sie das Gerät nicht allein oder an einem Ort, an dem Kinder und Haustiere es berühren können. Dieses Gerät darf unter keinen Umständen als Spielzeug verwendet werden.
3. Der Eigentümer ist dafür verantwortlich, dass alle Benutzer dieses Produkt sicher verwenden.
4. Dieses Produkt ist nur für den Hausgebrauch bestimmt.
5. Bewahren Sie dieses Produkt nicht an einem feuchten Ort auf.
6. Tragen Sie keine weite oder sackartige Kleidung, da sie sich im Gerät verfangen könnte. Legen Sie allen Schmuck ab.
7. Wenn Sie während des Trainings Schmerzen verspüren oder Ihnen schwindlig wird, hören Sie sofort auf, ruhen Sie sich aus und suchen Sie einen Arzt auf.
8. Vergewissern Sie sich, dass die Löcher in der Steckdose mit der Pin-Konfiguration des Steckers am Gerät übereinstimmen. Sollte dies nicht der Fall sein, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.
9. Dieses Gerät ist nur für den Heimgebrauch bestimmt.

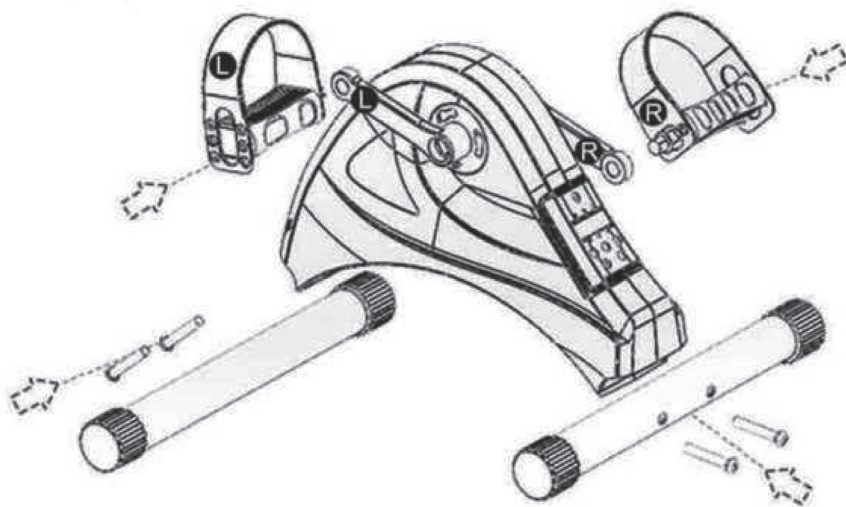
VORSICHTSMASSNAHMEN

Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie dieses Gerät oder ein anderes Fitnessgerät benutzen. Insbesondere, wenn Sie sich in einer der folgenden Situationen befinden: Krebspatienten, Rekonvaleszenz nach einer Operation, Herzprobleme, Knochenbrüche, Schwangerschaft und so weiter.

TEILELISTE



ZUSAMMENBAU



Sie werden zwei Minuten brauchen, um den Zusammenbau abzuschließen.

1. Nehmen Sie die Stabilisatoren (D) und befestigen Sie sie wie auf dem Bild gezeigt. Ziehen Sie die Schrauben mit dem Schraubenzieher fest.
2. Rechts und links bezieht sich auf die Position, die der Benutzer bei der Ausführung der Übungen einnimmt. Stecken Sie das rechte Pedal (B) auf die rechte Kurbel, stecken Sie das linke Pedal (B) auf die linke Kurbel.

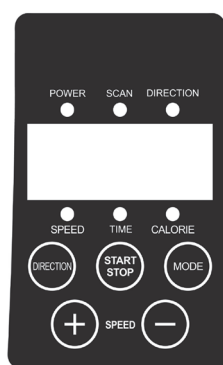
Verwenden Sie den Schraubenschlüssel, um die Pedale zu montieren. Das rechte Pedal im Uhrzeigersinn, das linke Pedal gegen den Uhrzeigersinn.

ANSCHLUSS DER STROMVERSORGUNG



Schließen Sie das Gerät an eine Steckdose an.

ANWEISUNGEN FÜR DAS ANZEIGEFELD UND DIE FERNBEDIENUNG



Display-Panel:

1. **SCAN**: Die Anzeige der Ordnungsdaten Geschwindigkeit, Zeit, Kalorien.
2. **START/STOPP**: Starten oder stoppen Sie das Gerät.
3. **RICHTUNG**: Ändert die Richtung der Pedalbewegung.
4. **MODUS**: Drücken Sie die Taste, um den automatischen oder den manuellen Modus auszuwählen.
5. **GESCHWINDIGKEIT +/-**: Wenn das Gerät im manuellen Modus ist, können Sie die Taste drücken, um die Geschwindigkeit einzustellen.

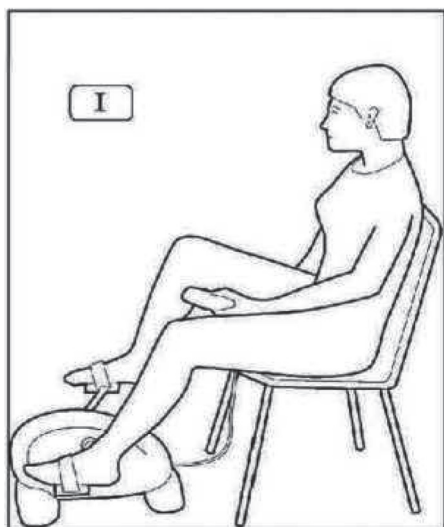
das Gerät im manuellen Modus ist, können Sie die Taste drücken, um die Geschwindigkeit einzustellen.

GEBRAUCH

1. Stecken Sie den Adapterstecker in den Gleichstromanschluss und drücken Sie die rote Taste in der Nähe des Anschlusses.
2. Drücken Sie im Stopp-Status die **MODUS**-Taste, um die verschiedenen Modi auszuwählen. Es gibt einen automatischen und einen manuellen Modus. Im manuellen Modus blinkt der Bildschirm **-HA-**. In den automatischen Modi zeigt der Bildschirm **P1**, **P2**, **P3** an.
3. Drücken Sie die **MODUS**-Taste, der Bildschirm blinkt **-HA-**, dann drücken Sie die **START**-Taste, das Gerät arbeitet mit der Geschwindigkeitsstufe 1, mit der **GESCHWINDIGKEITS**-Taste können Sie die Geschwindigkeit von 1 bis 6 Stufen einstellen.
4. Drücken Sie die **STOPP**-Taste, das Gerät hört auf zu arbeiten.
5. Die voreingestellte Betriebszeit beträgt 30 Minuten. Das Gerät schaltet sich automatisch ab, wenn die Betriebszeit 30 Minuten überschritten hat.
6. Drücken Sie die **RICHTUNGS**-Taste, das Gerät ändert die Drehrichtung der Pedale.

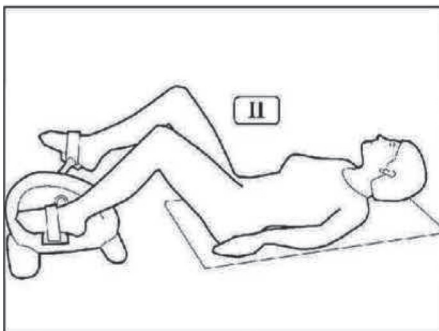
ANMERKUNG: Die Tastenbelegung der Fernsteuerung entspricht der des Bedienfelds. Der Benutzer muss 2 AAA-Batterien einlegen.

TRAINING



BEINTRAINING IM SITZEN

1. Verwenden Sie einen stabilen und robusten Stuhl.
2. Stellen Sie das Gerät in einem angenehmen Abstand zum Stuhl auf.
3. Setzen Sie sich und stellen Sie Ihre Füße auf die Pedale.
4. Verwenden Sie die Fernsteuerung, um das Gerät zu bedienen und Ihr Training zu starten



BEINTRAINING IM LIEGEN

Achten Sie im Liegen darauf, dass Ihr unterer Rücken (Lendenwirbelbereich) gestützt wird, wenn Sie dieses Gerät benutzen. Wir empfehlen Ihnen, ein kleines Kissen unter den Lendenwirbelbereich und unter Ihren Kopf zu legen.



ARMÜBUNGEN

1. Stellen Sie das Gerät in einem angenehmen Abstand zum Stuhl auf.
2. Setzen Sie sich und legen Sie Ihren Arm auf die Pedale.
3. Verwenden Sie die Fernbedienung oder das Bedienfeld, um das Gerät zu bedienen und Ihr Training zu beginnen.

TECHNISCHE DATEN

Nennspannung	24V
Leistung	80 W
G.W./N.W.	4,8/4,2 kg
Standard-Arbeitszeit	30 minuti
Max. Gewicht des Lagers	40 kg
Packungsgröße	40,2 x 32 x 14,5 cm



Entsorgung: Das Produkt darf nicht mit dem anderen Hausmüll entsorgt werden.

Der Benutzer muss sich um die Entsorgung der zu vernichtenden Geräte kümmern, indem er sie zu einem gekennzeichneten Recyclinghof von elektrischen und elektronischen Geräten bringt.

GIMA-GARANTIEBEDINGUNGEN

Es wird die Standardgarantie B2B für 12 Monate von Gima geboten.

WAŻNE OSTRZEŻENIA BEZPIECZEŃSTWA

1. Przed użyciem produktu przeczytać wszystkie wskazania zawarte w niniejszej instrukcji. Przed użyciem zapoznać się z wszystkimi ostrzeżeniami i informacjami dotyczącymi działania.
2. Nie używać bez obecności innych osób lub w miejscu, w którym urządzenia mogą dotknąć dzieci lub zwierzęta. Pod żadnym pozorem nie należy używać przedmiotowego urządzenia do zabawy.
3. Właściciel jest odpowiedzialny za upewnienie się, że wszyscy użytkownicy używają produktu w sposób bezpieczny.
4. Przedmiotowy produkt jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego.
5. Nie przechowywać w miejscu wilgotnym.
6. NIE zakładać luźnych lub obszernych elementów odzieży, które mogłyby zostać wciągnięte przez urządzenie. Zdjąć całą biżuterię.
7. W przypadku odczucia bólu lub zawrotów głowy podczas wykonywania ćwiczeń, natychmiast zaprzestać, odpocząć i zwrócić się do lekarza.
8. Upewnić się, że otwory w ściennym gniazdku elektrycznym pasują do układu bolców na wtyczce urządzenia. Jeżeli tak nie jest, skontaktować się z dostawcą.
9. Przedmiotowe urządzenie zostało zaprojektowane wyłącznie do użytku w warunkach domowych.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

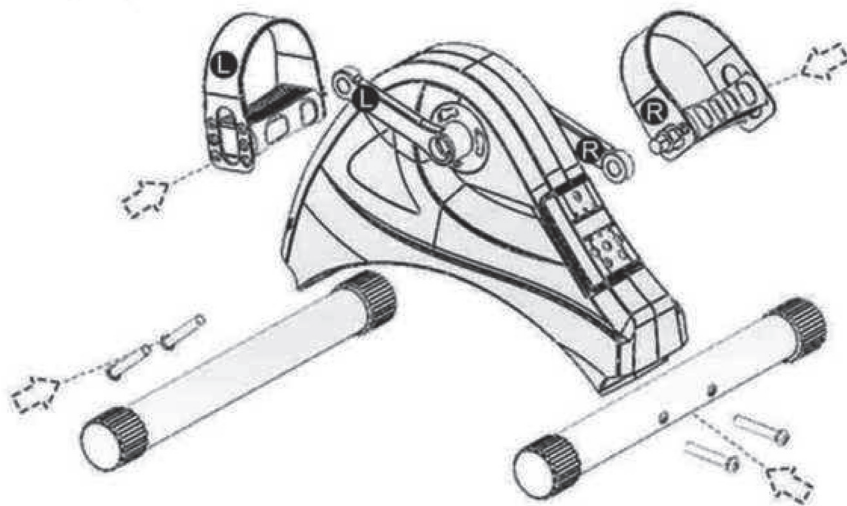
Przed użyciem przedmiotowego produktu lub innego produktu treningowego skonsultować się z lekarzem. Zasięgnąć porady lekarza powinny, w szczególności, pacjenci z chorobą nowotworową, osoby przechodzące rekonwalescencję po zabiegu, osoby z historią problemów kardiologicznych, ze złamanymi kośćmi, kobiety w ciąży, itp.

LISTA CZĘŚCI



- A 1 Korpus główny
- B 2 Pedaly
- C 1 Wtyczka elektryczna
- D 2 Stabilizatory
- E 1 Pilot zdalnego sterowania
- F 4 Śruby
- G 1 Śrubokręt
- H 1 Klucz

MONTAŻ



Montaż zajmuje około dwie minuty.

1. Stabilizatory (D) zamocować w sposób przedstawiony na rysunku. Użyć śrubokręta do dokręcenia śrub.
2. Strona prawa i strona lewa odnoszą się do pozycji, którą przyjmuje użytkownik podczas wykonywania ćwiczeń. Wprowadzić prawy pedał (B) do prawej ręcznej korby. Następnie wprowadzić lewy pedał (B) do lewej ręcznej korby.

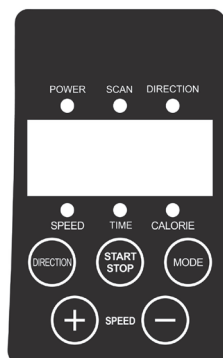
Montaż pedałów wykonać za pomocą klucza. Dokręcić prawy pedał w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, natomiast pedał lewy dokręcić w kierunku przeciwnym.

PODŁĄCZENIE DO ZASILANIA



Podłączyć urządzenie do gniazdka elektrycznego.

INSTRUKCJE DOTYCZĄCE WYŚWIETLACZA I PILOTA ZDALNEGO STEROWANIA



Wyświetlacz:

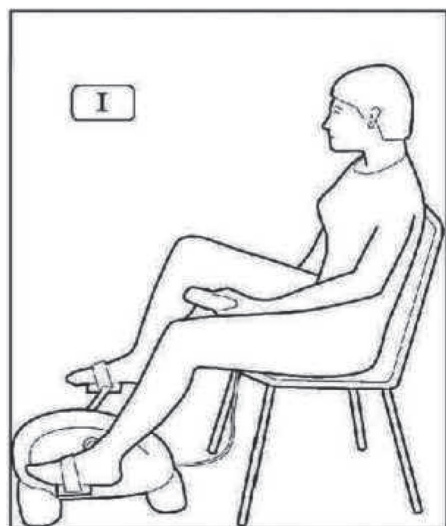
1. **SCAN:** Umożliwia wyświetlenie takich danych, jak prędkość, czas, kalorie.
2. **START/STOP:** Umożliwia uruchomienie lub zatrzymanie urządzenia.
3. **DIRECTION:** Umożliwia zmianę kierunku ruchu pedału.
4. **MODE:** Nacisnąć na przycisk, aby wybrać tryb automatyczny lub ręczny.
5. **SPEED + -:** Kiedy urządzenie znajduje się w trybie ręcznym, nacisnąć na ten przycisk, aby wyregulować prędkość.

DZIAŁANIE

1. Włożyć wtyczkę do gniazdka prądu stałego i nacisnąć na czerwony przycisk znajdujący się w pobliżu złącza.
2. W stanie zatrzymania, nacisnąć na przycisk **MODE**, aby wybrać jeden z dostępnych trybów, automatyczny lub ręczny. W trybie ręcznym na ekranie miga napis **-HA-**. W trybie automatycznym na ekranie wyświetla się napis **P1, P2, P3**.
3. Nacisnąć na przycisk **MODE**. Na ekranie zacznie migać **-HA-**. Następnie nacisnąć na przycisk **START**, aby włączyć prędkość na poziomie 1. Aby wyregulować prędkość, w zakresie od poziomu 1 do 6, nacisnąć na przycisk **SPEED**.
4. Nacisnąć na przycisk **STOP**, aby zatrzymać urządzenie.
5. Czas ćwiczenia jest domyślnie ustawiony na 30 minut. Urządzenie wyłączy się automatycznie po upływie 30 minut.
6. Nacisnąć na przycisk **DIRECTION**, aby zmienić kierunek obracania pedałów.

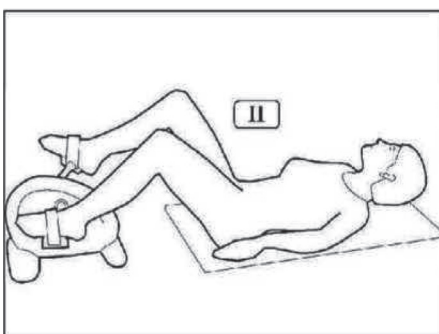
UWAGA: Przyciski na pilocie zdalnego sterowania mają takie same funkcje jak te znajdujące się na wyświetlaczu. Aby włączyć pilot, włożyć 2 baterie AAA.

WYKONYWANIE ĆWICZEŃ



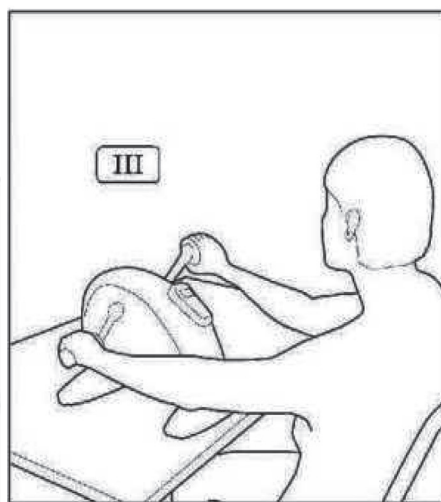
WYKONYWANIE ĆWICZEŃ NÓG SIEDZĄC

1. Użyć stabilnego i wytrzymałego krzesła.
2. Upewnić się, że urządzenie znajduje się na komfortowej odległości od krzesła.
3. Usiąść i umieścić stopy na pedałach.
4. Użyć pilota, aby zdalnie sterować urządzeniem, i rozpocząć ćwiczenia.



WYKONYWANIE ĆWICZEŃ NÓG LEŻĄC

Po położeniu się, przed rozpoczęciem używania produktu, sprawdzić, czy dolna część pleców (okolicą lędźwiową) jest odpowiednio podparta. Zalecamy umieszczenie niewielkiej poduszki pod okolicą lędźwiową pleców i pod głową.



WYKONYWANIE ĆWICZEŃ RAMION

1. Upewnić się, że urządzenie znajduje się na komfortowej odległości od krzesła.
2. Usiąść i położyć ramiona na pedałach.
3. Użyć pilota, aby zdalnie sterować urządzeniem, i rozpocząć ćwiczenia.

SPECYFIKACJE TECHNICZNE

Napięcie znamionowe	24V
Moc	80 W
G.W./N.W.	4,8/4,2 kg
Domyślny czas ćwiczeń	30 minuti
Maks udźwig	40 kg
Rozmiar opakowania	40,2 x 32 x 14,5 cm

 **Utylizacja:** Produktu nie należy utylizować łącznie z odpadami komunalnymi. Użytkownicy są zobowiązani do przekazania urządzenia do odpowiedniego centrum recyklingowego wyspecjalizowanego w utylizacji sprzętów elektrycznych i elektronicznych.

WARUNKI GWARANCJI GIMA

Obowiązuje 12-miesięczna standardowa gwarancja B2B Gima.

ROMÂNĂ

AVERTISMENTE IMPORTANTE PRIVIND SIGURANȚA

1. Citiți toate indicațiile din acest manual înainte de a utiliza produsul. Respectați toate avertismentele și instrucțiunile de funcționare înainte de utilizare.
2. Nu îl utilizați singur sau într-un loc unde copiii și animalele de companie îl pot atinge. Acest aparat nu trebuie folosit în niciun caz ca jucărie.
3. Proprietarul este responsabil pentru a se asigura că toți utilizatorii utilizează acest produs în condiții de siguranță.
4. Acest produs este destinat exclusiv utilizatorilor casnici.
5. Nu depozitați acest produs într-un loc umed.
6. Nu purtați haine largi sau evazate, deoarece acestea se pot agăța în aparat. Scoateți toate bijuteriile.
7. Dacă simțiți dureri sau amețeli în timpul exercițiilor fizice, opriți-vă imediat, odihniți-vă și consultați un medic.
8. Asigurați-vă că găurile din priza de perete se potrivesc cu configurația pinilor pentru ștecherul de pe aparat. Dacă nu este cazul, vă rugăm să vă adresați furnizorului dumneavoastră.
9. Această unitate a fost proiectată numai pentru uz casnic.

PRECAUȚII

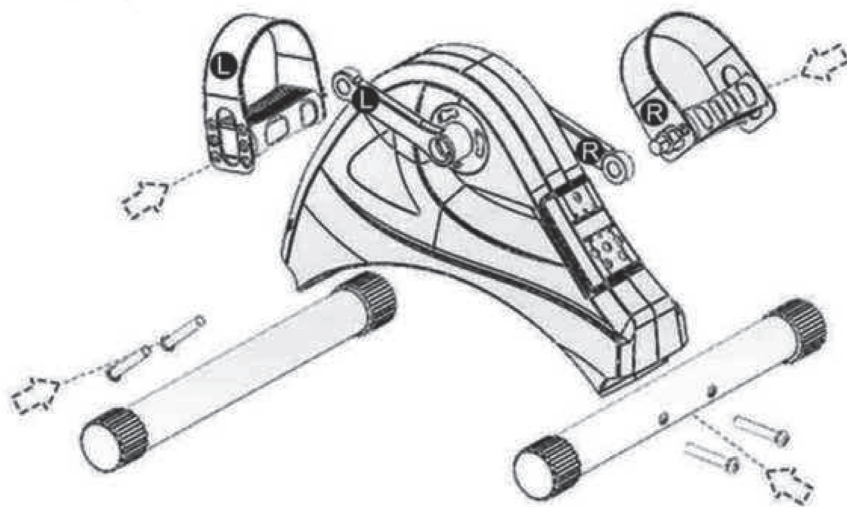
Consultați medicul înainte de a utiliza acest produs sau orice alt produs de fitness. Mai ales dacă vă aflați în următoarele condiții, cum ar fi pacienții cu cancer, convalescența după o intervenție chirurgicală, antecedente de probleme cardiace, oase fracturate, sarcină și așa mai departe.

LISTĂ CU PIESELE COMPONENTE



- A 1 Corp principal
- B 2 Pedale
- C 1 Priză de putere
- D 2 Stabilizatori
- E 1 Telecomandă
- F 4 Șuruburi
- G 1 Șurubelniță
- H 1 Cheie franceză

ASAMBLAREA



Vă va lua două minute pentru a finaliza toată asamblarea.

1. Luați stabilizatorii (D) și fixați-i așa după se arată în imagine, utilizați doar șurubelnița pentru a strânge șuruburile.
2. Dreapta și stânga se referă la poziția pe care o adoptă utilizatorul atunci când face exercițiile. Introduceți pedala din dreapta (B) pe manivela din dreapta, introduceți pedala din stânga (B) pe manivela din stânga.

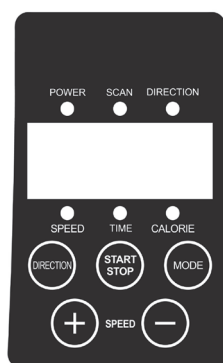
Folosiți cheia pentru a asambla pedalele. Pedala dreaptă în sensul acelor de ceasornic, pedala stângă în sens invers acelor de ceasornic.

CONEXIUNEA DE PUTERE



Conectați unitatea la o priză.

INSTRUCȚIUNI ALE PANOULUI DE AFIȘARE ȘI ALE TELECOMENZII



Panou de afișare

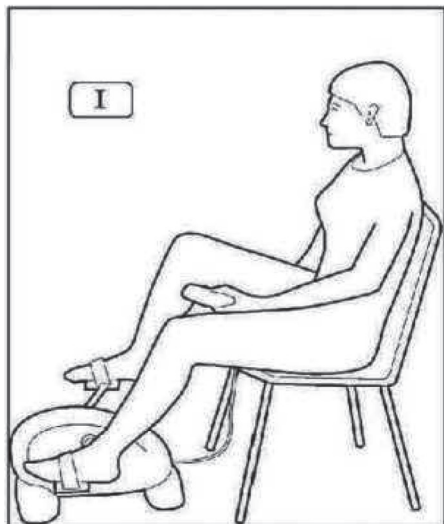
1. **SCANARE**: Datele ordinale afișează viteză, timpul, caloriele.
2. **START/STOP**: Porniți sau opriți aparatul.
3. **DIRECȚIE**: Schimbați direcția de mișcare a pedalei.
4. **MOD**: Apăsați butonul pentru a selecta modurile automate sau modul manual.
5. **VITEZĂ + -**: Când aparatul este în modul manual, puteți apăsa butonul pentru a regla viteza.

FUNȚIONARE

1. Conectați ștecherul adaptorului la curentul continuu și apăsați butonul roșu care se află în apropierea conectorului.
2. În starea de oprire, apăsați butonul **MODE** (Mod) pentru a selecta diferite moduri, există moduri automate și manuale. În modul manual, pe ecran clipește **-HA-**. În modurile automate, ecranul afișează **P1, P2, P3**.
3. Apăsați butonul **MODE** (Mod), ecranul clipește **-HA-**, apoi apăsați butonul **START**, aparatul va funcționa la nivelul de viteză 1, puteți folosi butonul **SPEED** (Viteză) pentru a regla viteza de la 1 la 6 niveluri.
4. Apăsați butonul **STOP**, aparatul nu va mai funcționa.
5. Timpul de lucru implicit este de 30 de minute, dispozitivul se va opri automat atunci când timpul de lucru este mai mare de 30 de minute.
6. Apăsați butonul **DIRECTION** (Direcție), aparatul va schimba direcția de rotație a pedalelor.

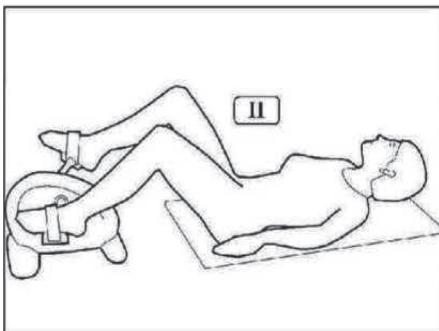
OBSERVAȚIE: Introducerea butoanelor de la telecomandă este la fel ca pe panou. Utilizatorul trebuie să introducă 2 baterii AAA.

EXERCIȚIUL FIZIC



EXERCITAREA PICIOARELOR ÎN TIMP CE STAȚI AȘEZAT

1. Folosiți un scaun stabil și robust.
2. Asigurați-vă că plasați aparatul la o distanță confortabilă față de scaun.
3. Așezați-vă și plasați-vă picioarele pe pedale.
4. Utilizați telecomanda pentru a opera acest aparat și pentru a începe exercițiile.



EXERCITAREA PICIOARELOR ÎN TIMP CE STAȚI ÎNTINS

Când vă întindeți, asigurați-vă că partea inferioară a spatelui (regiunea lombară) este susținută atunci când utilizați acest produs. Vă recomandăm să plasați o pernă mică sub regiunea lombară și sub cap.



EXERCITAREA BRAȚELOR

1. Asigurați-vă că plasați aparatul la o distanță confortabilă față de scaun.
2. Așezați-vă și puneți brațul pe pedale.
3. Folosiți telecomanda sau panoul de control pentru a opera acest aparat și pentru a începe exercițiile.

SPECIFICAȚII TEHNICE

Tensiune nominală	24V
Putere	80 W
G.G./G.N.	4,8/4,2 kg
Țiimpul de lucru implici	30 min
Greutate maximă susținută	40 kg
Dimensiunile ambalajului	40,2 x 32 x 14,5 cm



Eliminare: Produsul nu trebuie eliminat împreună cu alte deșeuri menajere. Utilizatorii trebuie să elimine acest echipament prin aducerea acestuia la un punct de reciclare specific pentru echipamentele electrice și electronice.

CONDIȚII DE GARANȚIE GIMA

Se aplică garanția B2B standard Gima, de 12 luni.

VIKTIGA SÄKERHETSVARNINGAR

1. Läs alla introduktioner i denna manual före användning av produkten. Följ alla varningar och driftsinstruktioner före användning.
2. Använd inte ensam eller på en plats där barn och djur kan röra vid den. Denna enhet får under inga omständigheter användas som en leksak.
3. Ägaren är ansvarig för att se till att alla användare, använder denna produkt säkert.
4. Denna produkt är endast avsedd för hushållsanvändning.
5. Förvara inte denna produkten på en fuktig plats.
6. Använd INTE lösa eller hängande plagg eftersom de kan fastna i maskinen. Ta av alla smycken.
7. Om du känner smärta eller blir yr under träningen, sluta omedelbart, vila och kontakta en läkare.
8. Var uppmärksam att hålen i vägguttaget överensstämmer med konfigurationen av stickkontakten på maskinen. Om detta inte är fallet, kontakta din återförsäljare.
9. Denna enhet är utformad endast för användning i hemmet.

FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER

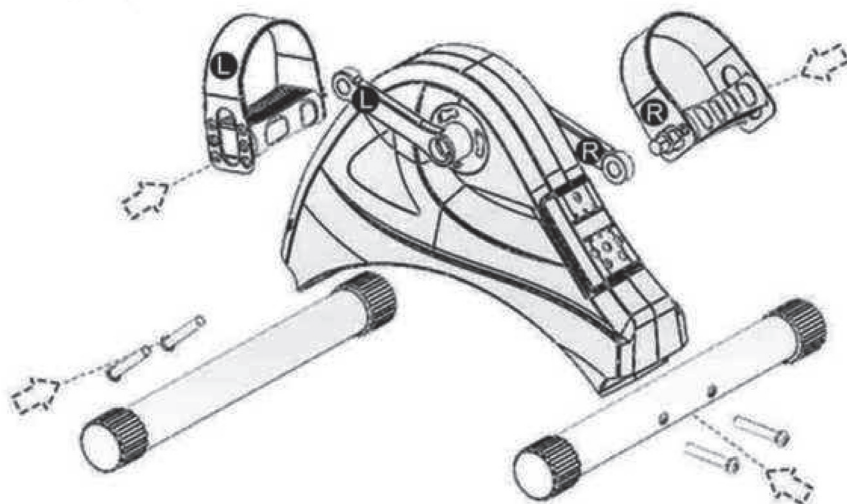
Konsultera din läkare innan du använder denna produkten eller någon annan träningsprodukt. I synnerhet om du är i något av följande tillstånd, såsom cancerpatienter, konvalecens efter kirurgiska ingrepp, historia av hjärtproblem, benfrakturer, graviditet, etc.

KOMPONENTLISTA



- A 1 Huvudkropp
- B 2 Pedaler
- C 1 Strömkontakt
- D 2 Stabilisatorer
- E 1 Fjärrkontroll
- F 4 Skruvar
- G 1 Skruvmejsel
- H 1 Spännare

MONTERING



Det kommer att ta dig två minuter att fullborda hela monteringen.

1. Ta stabilisatorerna (D) och fäst dem som visas på bilden, använd bara skruvmejseln för att dra åt skruvarna.
2. Höger och vänster avser positionen som användare tillämpar när han utför övningarna. För in höger pedal (B) på höger vevstaken, för in vänster pedal (B) på den vänstra vevstaken.

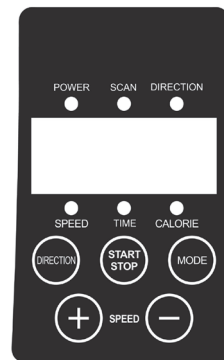
Använd spännaren för att montera pedalerna. Höger pedal medurs, vänster pedal moturs.

CONNECTING POWER



Anslut enheten till ett uttag.

INSTRUKTIONER PÅ DISPLAY-PANELEN OCH FJÄRRKONTROLLEN



Display-panel:

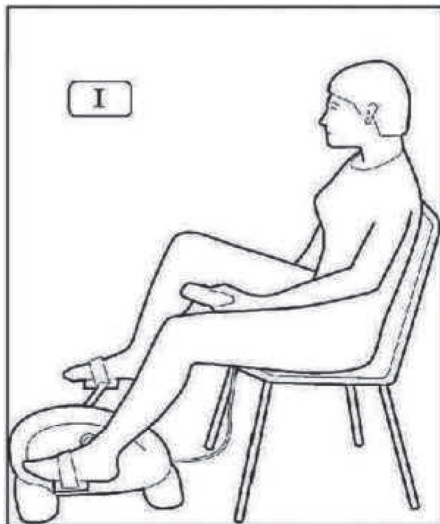
1. **SCAN:** Ordinaldata visar hastighet, tid, kalorier.
2. **START/STOP:** Startar och stoppar maskinen.
3. **DIRECTION:** Ändrar riktning av pedalens rörelse.
4. **MODE:** Tryck in knappen för att välja automatiskt läge eller manuellt läge.
5. **SPEED + -:** När maskinen är i manuellt läge, kan du trycka in knappen för att justera hastigheten.

DRIFT

1. Anslut adapterpluggen till nätströmmen och tryck in den röda knappen intill kontakten.
2. I stop status, tryck in **MODE** knappen för att välja olika lägen, det finns automatiska lägen och manuellt läge. I manuellt läge, blinkar på skärmen **-HA-**. I de automatiska lägena, visar skärmen **P1, P2, P3**.
3. Tryck in **MODE** knappen, skärmen blinkar **-HA-**, tryck sedan in **START** knappen, enheten kommer att fungera vid hastighetsnivå 1, du kan använda **SPEED** knappen för att justera hastigheten från 1 till 6 nivåer.
4. Tryck in **STOP** knappen, enheten kommer att upphöra att fungera.
5. Standard funktionstiden är 30 minuter, enheten kommer att stängas av automatiskt när funktionstiden överskrider 30 minuter.
6. Tryck in **DIRECTION** knappen, maskinen kommer att ändra pedalernas rotationsriktning.

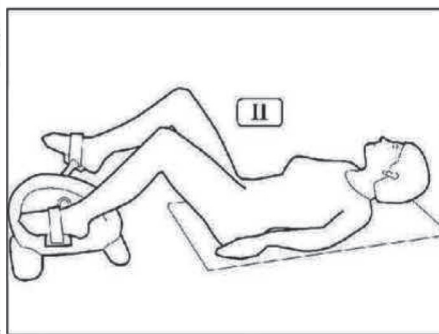
OBS: Knappfunktionerna på fjärrkontrollen är desamma som på panelen. Användaren måste sätta i 2 AAA batterier.

TRÄNING



BENTRÄNING SITTANDE

1. Använd en stabil och stadig stol.
2. Se till att placera maskinen på ett bekvämt avstånd från stolen.
3. Sitt ner och placera dina fötter på pedalerna.
4. Använd fjärrkontrollen för att driva denna maskinen och starta din träning.



BENTRÄNING LIGGANDE

När du ligger ner, se till att den nedre delen av ryggen (ländryggen) stöds när du använder denna produkten. Vi rekommenderar att du placerar en liten kudde under ländryggen och under huvudet.



ARMTRÄNING

1. Se till att placera maskinen på ett bekvämt avstånd från stolen.
2. Sitt ner och placera dina armar på pedalerna.
3. Använd fjärrkontrollen eller kontrollpanelen för att driva denna maskinen och starta din träning.

TEKNISKA SPECIFIKATIONER

Börspänning	24V
Effekt	80 W
G.W./N.W.	4,8/4,2 kg
Standard Funktionstid	30 minuti
Max. Kapacitet	40 kg
Förpackningens storlek	40,2 x 32 x 14,5 cm



Bortskaffande: Produkten får inte bortskaffas med annat hushållsavfall.

Användarna ska bortskaffa utrustningarna som ska skrotas, genom att ta dem till en uppsamlingsplats, som anges för återvinning av elektriska och elektroniska utrustningar.

GARANTIVILLKOR GIMA

Man tillämpar standard garanti B2B Gima på 12 månader.

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

1. Διαβάστε όλες τις εισαγωγές σε αυτό το εγχειρίδιο πριν χρησιμοποιήσετε το προϊόν. Ακολουθήστε όλες τις προειδοποιήσεις και τις οδηγίες λειτουργίας πριν από τη χρήση.
2. Μην το χρησιμοποιείτε μόνο του ή σε μέρος όπου μπορούν να το αγγίξουν παιδιά και κατοικίδια ζώα. Αυτή η συσκευή δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να χρησιμοποιείται ως παιχνίδι.
3. Ο ιδιοκτήτης είναι υπεύθυνος να διασφαλίσει ότι όλοι οι χρήστες χρησιμοποιούν αυτό το προϊόν με ασφάλεια.
4. Αυτό το προϊόν προορίζεται μόνο για οικιακούς χρήστες.
5. Μην αποθηκεύετε αυτό το προϊόν σε υγρό μέρος.
6. ΜΗΝ φοράτε φαρδιά ή φαρδιά ρούχα, καθώς μπορεί να πιαστούν στο μηχάνημα. Αφαιρέστε όλα τα κοσμήματα.
7. Εάν αισθανθείτε πόνο ή ζαλιστείτε κατά την άσκηση, σταματήστε αμέσως, ξεκουραστείτε και συμβουλευτείτε έναν γιατρό.
8. Βεβαιωθείτε ότι οι οπές στην πρίζα πρέπει να ταιριάζουν με τη διαμόρφωση των ακίδων για το βύσμα του μηχανήματος. Εάν αυτό δεν ισχύει, συμβουλευτείτε τον προμηθευτή σας.
9. Αυτή η μονάδα έχει σχεδιαστεί μόνο για οικιακή χρήση.

ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

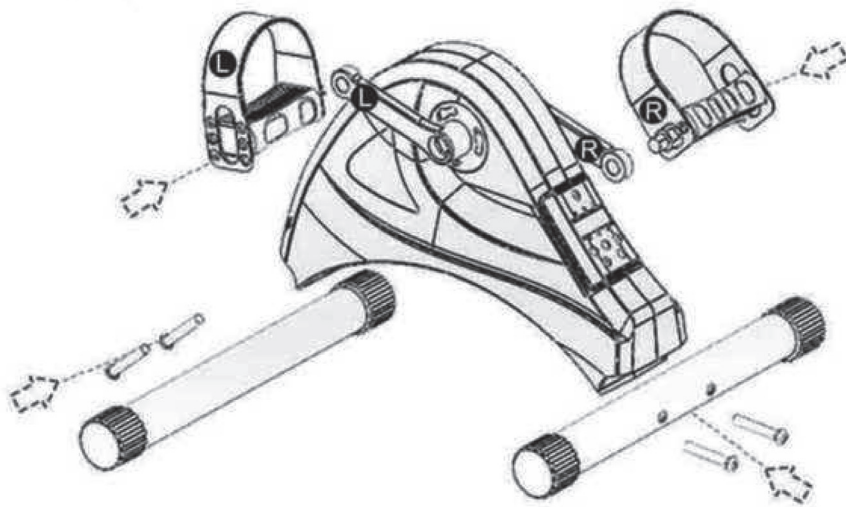
Συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε αυτό το όργανο ή οποιοδήποτε άλλο όργανο γυμναστικής. Ειδικά αν βρίσκεστε στις ακόλουθες καταστάσεις, όπως καρκινοπαθείς, ανάρρωση μετά από χειρουργική επέμβαση, ιστορικό καρδιακών προβλημάτων, σπασμένα οστά, εγκυμοσύνη και ούτω καθεξής.

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ



- A 1 Κύρια μονάδα
- B 2 Πετάλια
- C 1 Βύσμα τροφοδοσίας
- D 2 Σταθεροποιητές
- E 1 Τηλεχειριστήριο
- F 4 Μπουλόνια
- G 1 Κατσαβίδι
- H 1 Κλειδί

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ



Θα χρειαστείτε δύο λεπτά για να ολοκληρώσετε όλη τη συναρμολόγηση.

1. Πάρτε τους σταθεροποιητές (D) και στερεώστε τους όπως φαίνεται στην εικόνα, απλά χρησιμοποιήστε το κατσαβίδι για να σφίξετε τα μπουλόνια.
2. Τα δεξιά και τα αριστερά αναφέρονται στη θέση που παίρνει ο χρήστης όταν κάνει τις ασκήσεις. Τοποθετήστε το δεξί πεντάλ (B) στη δεξιά μανιβέλα, τοποθετήστε το αριστερό πεντάλ (B) στην αριστερή μανιβέλα.

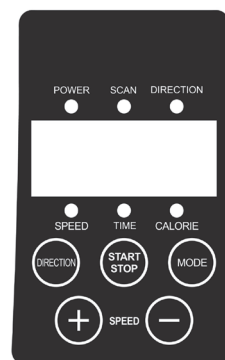
Χρησιμοποιήστε το κλειδί για να συναρμολογήσετε τα πεντάλ. Δεξί πεντάλ προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού, αριστερό πεντάλ προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού.

ΣΥΝΔΕΣΗ ΙΣΧΥΟΣ



Συνδέστε τη μονάδα σε μια πρίζα.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΤΗΣ ΟΘΟΝΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΤΗΛΕΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΟΥ



Πίνακας οθόνης:

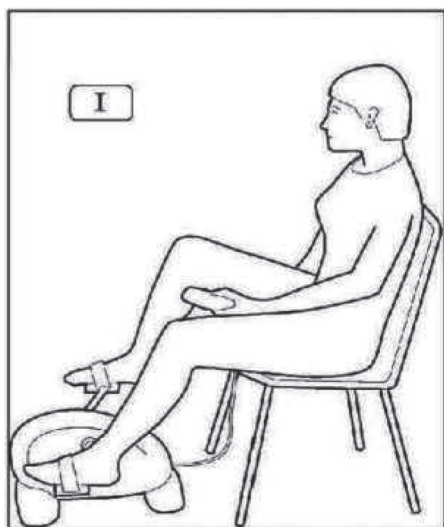
1. **SCAN:** Τα ταξινομημένα δεδομένα εμφανίζουν ταχύτητα, χρόνο, θερμίδες.
2. **START/STOP:** Εκκινήστε ή σταματήστε το μηχάνημα.
3. **DIRECTION:** Αλλάξτε την κατεύθυνση της κίνησης του πεντάλ.
4. **MODE:** Πατήστε το κουμπί για να επιλέξετε αυτόματη λειτουργία ή χειροκίνητη λειτουργία.
5. **SPEED + -:** Όταν το μηχάνημα βρίσκεται σε χειροκίνητη λειτουργία, μπορείτε να πατήσετε το κουμπί για να ρυθμίσετε την ταχύτητα.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

1. Συνδέστε το βύσμα του προσαρμογέα στο συνεχές ρεύμα και πατήστε το κόκκινο κουμπί που βρίσκεται κοντά στο βύσμα.
2. Στην κατάσταση διακοπής, πατήστε το κουμπί **MODE** για να επιλέξετε διαφορετικές λειτουργίες, υπάρχουν αυτόματες λειτουργίες και χειροκίνητη λειτουργία. Στη χειροκίνητη λειτουργία, η οθόνη αναβοσβήνει **-HA-**. Στις αυτόματες λειτουργίες, η οθόνη δείχνει **P1**, **P2**, **P3**.
3. Πατήστε το κουμπί **MODE**, η οθόνη αναβοσβήνει **-HA-**, στη συνέχεια πατήστε το κουμπί **START**, η μονάδα θα λειτουργήσει στο επίπεδο ταχύτητας 1, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το κουμπί **SPEED** για να ρυθμίσετε την ταχύτητα από 1 έως 6 επίπεδα.
4. Πατήστε το κουμπί **STOP** η μονάδα θα σταματήσει να λειτουργεί.
5. Ο προεπιλεγμένος χρόνος λειτουργίας είναι 30 λεπτά, η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα όταν ο χρόνος λειτουργίας ξεπεράσει τα 30 λεπτά.
6. Πατήστε το κουμπί **DIRECTION**, το μηχάνημα θα αλλάξει την κατεύθυνση περιστροφής των πεντάλ.

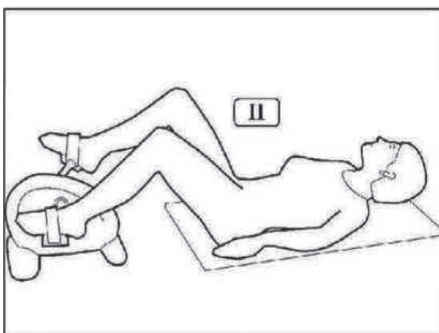
ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Η εισαγωγή των κουμπιών του τηλεχειριστηρίου είναι η ίδια με τον πίνακα. Ο χρήστης πρέπει να τοποθετήσει 2 μπαταρίες AAA.

EXERCISING



ΑΣΚΗΣΗ ΤΩΝ ΠΟΔΙΩΝ ΟΤΑΝ ΚΑΘΕΣΤΕ

1. Χρησιμοποιήστε μια σταθερή και ανθεκτική καρέκλα.
2. Φροντίστε να τοποθετήσετε το μηχάνημα σε άνετη απόσταση από την καρέκλα.
3. Καθίστε και τοποθετήστε τα πόδια σας στα πεντάλ.
4. Χρησιμοποιήστε το τηλεχειριστήριο για να χειριστείτε αυτό το μηχάνημα και να ξεκινήσετε την άσκησή σας.



ΑΣΚΗΣΗ ΤΩΝ ΠΟΔΙΩΝ ΟΤΑΝ ΕΙΣΤΕ ΞΑΠΛΩΜΕΝΟΙ

Όταν ξαπλώνετε, βεβαιωθείτε ότι το κάτω μέρος της πλάτης σας (οσφυϊκή περιοχή) υποστηρίζεται όταν χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν. Συνιστούμε να τοποθετήσετε ένα μικρό μαξιλάρι κάτω από την οσφυϊκή περιοχή και κάτω από το κεφάλι σας.



ΑΣΚΗΣΗ ΒΡΑΧΙΟΝΩΝ

1. Φροντίστε να τοποθετήσετε το μηχάνημα σε άνετη απόσταση από την καρέκλα.
2. Καθίστε και τοποθετήστε το χέρι σας στα πεντάλ.
3. Χρησιμοποιήστε το τηλεχειριστήριο ή τον πίνακα ελέγχου για να χειριστείτε αυτό το μηχάνημα και να ξεκινήσετε την άσκησή σας.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

Ονομαστική τάση	24V
Ισχύς	80 W
G.W./N.W.	4,8/4,2 kg
Προεπιλεγμένος χρόνος εργασίας	30 minuti
Μέγιστο Βάρος έδρασης	40 kg
Μέγεθος συσκευασίας	40,2 x 32 x 14,5 cm



ΧΩΝΕΥΣΗ: Το προϊόν δεν πρέπει να πεταχτεί μαζί με άλλα απορρίμματα του σπιτιού. Οι χρήστες πρέπει να φροντίσουν για την χώνευση των συσκευών μεταφέροντάς τες σε ειδικούς τόπους διαχωρισμού για την ανακύκλωση ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών.

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ GIMA

Ισχύει η τυπική εγγύηση B2B της Gima διάρκειας 12 μηνών.