

# 1. Sicherheitshinweise

## WICHTIG!

☒ Es handelt sich bei diesem Ellipsentrainer um ein drehzahlabhängiges Trainingsgerät der Klasse HC, welches nach DIN EN 957-1/9 nicht für therapeutisches Training geeignet ist.

☒ Max. Belastbarkeit 150 kg.

☒ Der Crosstrainer darf nur für den Heimgebrauch verwendet werden!

☒ Jegliche andere Verwendung ist unzulässig und möglicherweise gefährlich. Der Importeur kann nicht für Schäden verantwortlich gemacht werden, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch verursacht werden.

☒ Sie trainieren mit einem Gerät, das sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert wurde. Mögliche Gefahrenquellen, die Verletzungen verursachen könnten, wurden bestmöglich ausgeschlossen.

Um Verletzungen und/oder Unfälle zu vermeiden, lesen und befolgen Sie bitte diese einfachen Regeln:

1. Erlauben Sie Kindern und Haustiere nicht mit dem Gerät oder in dessen Nähe zu spielen.

2. Überprüfen Sie regelmäßig, ob alle Schrauben, Muttern, Handgriffe und Pedale fest angezogen sind und ob Beschädigungen ersichtlich sind.

3. Tauschen Sie defekte Teile nur nach Rücksprache mit dem Service sofort aus, und nutzen Sie das Gerät bis zur Instandsetzung nicht.

4. Hohe Temperaturen, Feuchtigkeit und Wasserspritzer sind zu vermeiden.

5. Vor Inbetriebnahme des Gerätes die Bedienungsanleitung genau durchlesen.

6. Das Gerät braucht in jede Richtung genügend Freiraum (mindestens 1,5m).

7. Stellen Sie das Gerät auf einen festen, ebenen und rutschfesten Untergrund.

8. Trainieren Sie nicht unmittelbar vor bzw. nach den Mahlzeiten.

9. Lassen Sie sich vor Beginn eines Fitness-Trainings immer zuerst von einem Arzt untersuchen.

10. Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn Sie in regelmäßigen Abständen die Verschleißteile überprüfen. Diese sind mit \* in der Teileliste gekennzeichnet.

11. Trainingsgeräte sind auf keinen Fall als Spielgeräte zu verwenden.

12. Das Trainingsgerät muss nach jedem Training gegen ungewolltes Bewegen gesichert werden!

13. Tragen Sie keine lose Kleidung, sondern geeignete Trainingskleidung wie z.B. einen Trainingsanzug.

# 1. Safety instructions

## IMPORTANT!

☒ The Elliptical is produced according to EN 957-1/9 class HC, and cannot be used for medical therapeutic exercise.

☒ Max. user weight is 150 kg.

☒ The Crosstrainer should be used only for home use

☒ Any other use of the item is prohibited and may be dangerous. The importeur cannot be held liable for damage or injury caused by improper use of the equipment.

☒ The Crosstrainer has been produced according to the latest safety standards.

To prevent injury and / or accident, please read and follow these simple rules:

1. Do not allow children or animals to play on or near the equipment.

2. Regularly check that all screws, nuts, handles and pedals are tightly secured, and if any defects can be seen.

3. Promptly replace all defective parts according to the instructions of the service department and do not use the equipment until it is repaired.

4. Avoid high temperatures, moisture and splashing water.

5. Carefully read through the operating instructions before starting the equipment.

6. The equipment requires sufficient free space in all directions (at least 1.5 m).

7. Set up the equipment on a solid, flat and not slippery surface.

8. Do not exercise immediately before or after meals.

9. Before starting any fitness training, let yourself examined by a physician.

10. The safety level of the machine can be ensured only if you regularly inspect parts subject to wear. These are indicated by an \* in the parts list. Levers and other adjusting mechanisms of the equipment must not obstruct the range of movement during training.

11. Training equipment must never be used as toys.

12. The item has to be locked after every exercise!

13. Do not wear loose clothing; wear suitable training gear such as a training suit, for example.

14. Tragen Sie Schuhe und trainieren Sie nie barfuß.

15. Achten Sie darauf, dass sich nicht Dritte in der Nähe des Gerätes befinden, da weitere Personen durch die beweglichen Teile verletzt werden könnten.

16. Das Trainingsgerät darf nicht in feuchten Räumen (Bad) oder auf dem Balkon aufgestellt werden.

17. Achten Sie auf genügend Abstand des Netzkabels zu heißen Quellen.

18. Stellen Sie den Crosstrainer so auf, dass Sie die Annäherung von Dritten Personen sehen können.

19. Das Trainingsgerät darf nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.

20. Stromschlaggefahr! Fehlerhafte Elektroinstallation oder zu hohe Netzspannung können zu einem elektrischem Stromschlag führen. Schließen Sie das Gerät nur an, wenn die Netzspannung der Steckdose mit der Angabe auf dem Typenschild übereinstimmt. Betreiben Sie das Gerät nicht, wenn es sichtbare Schäden aufweist oder das Netzkabel bzw. der Netzstecker defekt ist. Fassen Sie den Netzstecker nicht mit feuchten Händen an. Ziehen Sie den Netzstecker nicht am Netzkabel aus der Steckdose, sondern fassen Sie immer den Netzstecker an.

21. Lassen Sie Kinder nicht mit der Verpackungsfolie spielen. Sie können sich beim Spielen darin verfangen und ersticken.

14. Wear shoes and never exercise barefoot.

15. Make certain that other persons are not in the area of the Hometrainer, because other persons may be injured by the moving parts.

16. It is not allowed to place the item in rooms with high humidity (bathroom) or on the balcony.

17. Pay attention to enough distance between the power cable to hot sources.

18. Set up the Crosstrainer in such a way, that you are able to see other persons, who are approaching.

19. The exercise equipment may only be used by one person at a time.

20. Risk of electric shock! Faulty electrical installation or excessive mains voltage can lead to electric shock. Only connect the unit if the mains voltage of the socket corresponds to the specification on the rating plate. Do not operate the appliance if it is visibly damaged or if the mains cable or plug is defective. Do not touch the mains plug with wet hands. Do not pull the mains plug out of the socket by the mains cable, but always hold the mains plug.

21. Do not let children play with the packaging film. They can get caught in it while playing and suffocate.