



SYROS ECO

CROSSTRAINER BEDIENUNGSANLEITUNG



Lesen Sie die TECHNISCHE ANLEITUNG, bevor Sie die BEDIENUNGSANLEITUNG lesen.

AUFBAU



WARNUNG

Während Sie den Crosstrainer aufbauen, sollten Sie bei bestimmten Schritten besonders achtgeben. Es ist sehr wichtig, dass Sie der Aufbauanleitung genau folgen und sicherstellen, dass alle Teile fest angezogen werden. Wenn Sie der Aufbauanleitung nicht genau folgen, kann es sein, dass Teile des Rahmens nicht angezogen wurden anschließend locker sind und bei der Benutzung störende Geräusche verursachen. Um Schäden an Ihrem Computer zu vermeiden, sollten Sie die Aufbauanleitung erneut lesen und dann Fehler, die beim Aufbau vielleicht gemacht wurden, korrigieren.

Bevor Sie fortfahren, tragen Sie die Seriennummer und den Modellnamen in die unten vorgesehenen Zeilen ein. Sie finden die Seriennummer und den Modellnamen auf dem vorderen Standfuß.

TRAGEN SIE DIE SERIENNUMMER UND DEN MODELLNAMEN IN DIE UNTEN VORGESEHENEN KÄSTCHEN EIN:

SERIENNUMMER:

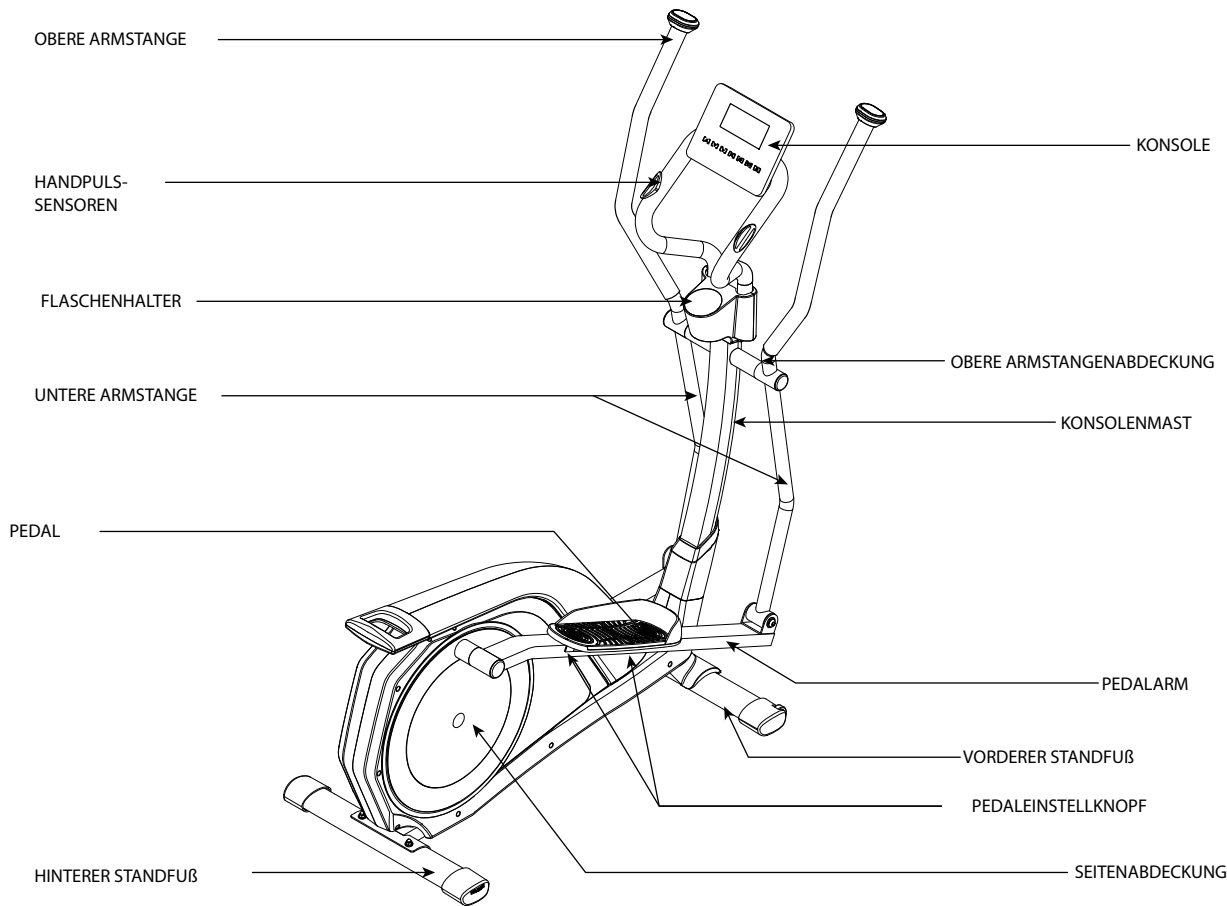
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

MODELLNAME: **HORIZON**
CROSSTRAINER

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|



SYROS ECO
SHOWN



SYROS ECO

BEILIEGENDES WERKZEUG

- 5mm Inbusschlüssel (L-Form)
- Gabelschlüssel

BEILIEGENDE TEILE:

- 1 Hauptrahmen
- 1 vorderer Standfuß
- 1 hinterer Standfuß
- 1 Konsolenmast mit rechter und linker Armstange
- 1 Konsolenmastabdeckung
- 1 mittlere Armstange
- 2 obere Armstangenabdeckungen
- 2 Pedale
- 1 Schraubentüte
- 1 Flaschenhalter

VOR DEM AUFBAU

AUSPACKEN

Packen Sie das Gerät dort aus, wo es benutzt werden soll. Stellen Sie die Verpackung auf eine eben Fläche. Wir empfehlen Ihnen, eine Schutzfolie auf den Boden zu legen. Öffnen Sie die Verpackung nie, wenn sie auf der Seite liegt.

HINWEIS: Achten Sie während jedem Aufbauschnitt darauf, dass alle Muttern und Schrauben leicht angezogen sind, bevor EINE Schraube fest angezogen wird.

HINWEIS: Wir empfehlen Ihnen, beim Aufbau Schraubengewinde mit ein bisschen Schmierfett einzuschmieren. Dazu eignet sich jede Art von Schmierfett wie z.B. Fahrradschmierfett.



BENÖTIGEN SIE HILFE?

Falls Sie Fragen haben oder Teile fehlen, kontaktieren Sie unseren Kundenservice

vor Ort:

02234-9997-100

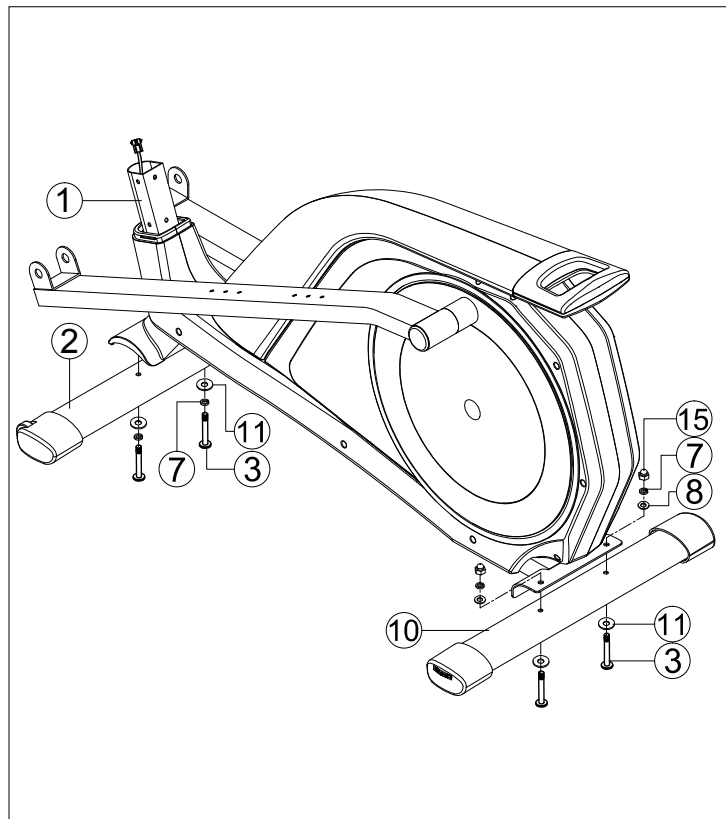


SYROS ECO

AUFBAUSCHRITT 1



SYROS ECO



SCHRAUBENTÜTE INHALT:

| | | | | | |
|---|---------------|----|---|-------------|----|
| ③ | M8x1.25x50L | x4 | ⑪ | D25xD8.5x2T | x4 |
| ⑦ | D15.4xD8.2x2T | x4 | ⑮ | M8x1.25x15L | x2 |
| ⑧ | D18xD8.5x1.2T | x2 | | | |

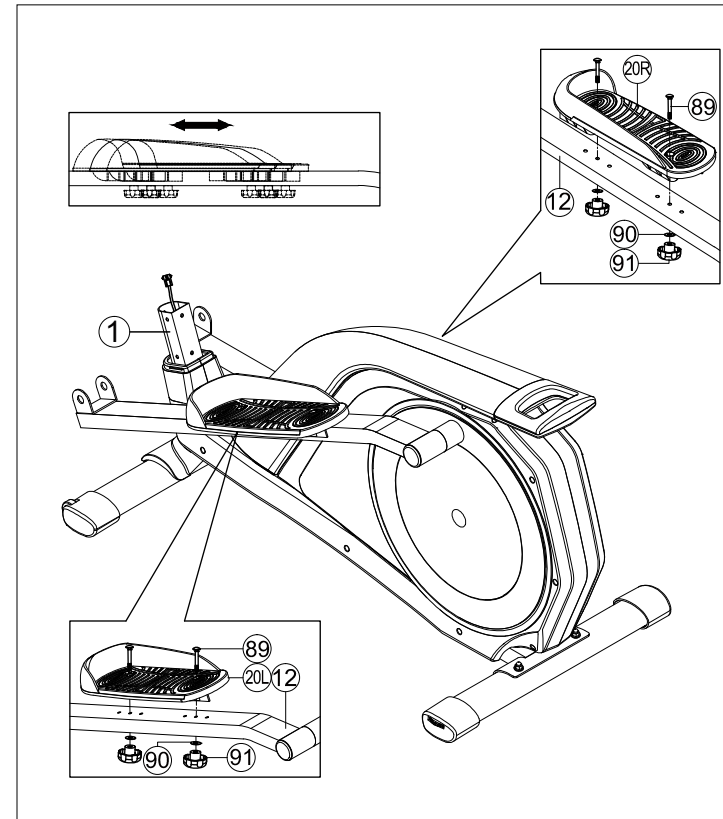
- A Befestigen Sie den HINTEREN STANDFUSS (10) am HAUPTTRAHMEN (1) mit 2 SCHRAUBEN (3), 2 UNTERLEGSCHLEIBEN (11), 2 UNTERLEGSCHLEIBEN (8), 2 FEDERRINGSCHLEIBEN (7), 2 MUTTERN (15).
- B Befestigen Sie den VORDEREN STANDFUSS (2) am HAUPTTRAHMEN (1) mit 2 SCHRAUBEN (3), 2 UNTERLEGSCHLEIBEN (11), 2 FEDERRINGSCHLEIBEN (7).

6

AUFBAUSCHRITT 2



SYROS ECO



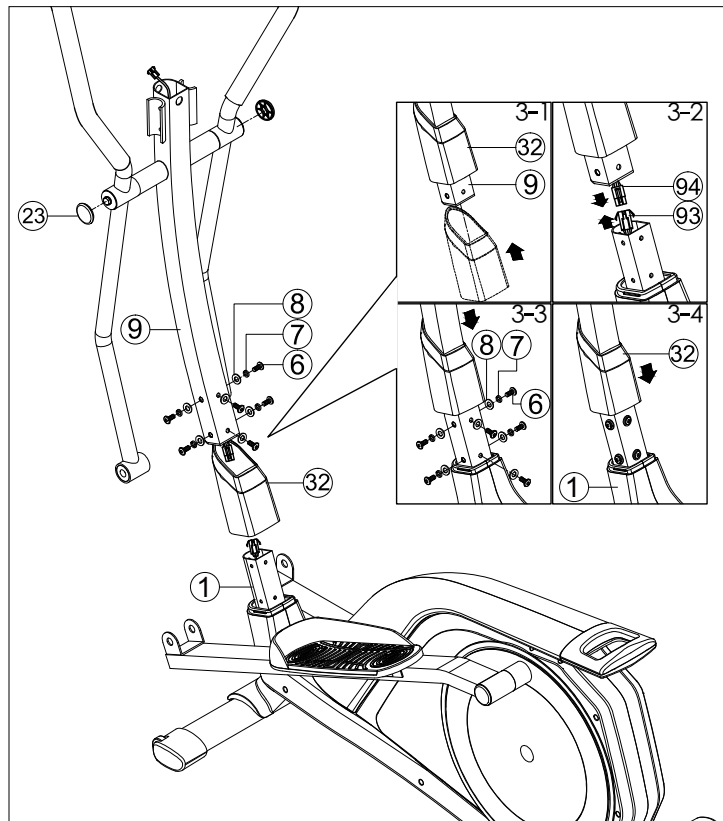
SCHRAUBENTÜTE INHALT:

| | | | | | |
|----|---------------|----|----|----------|----|
| ⑨① | D40xM6 | x4 | ⑧⑨ | M6x1x45L | x4 |
| ⑨② | D14xD6.5x0.8T | x4 | | | |

- A Befestigen Sie das RECHTE PEDAL (20R) am RECHTEN PEDALARM (12) mit 2 SCHRAUBEN (89), 2 UNTERLEGSCHLEIBEN (90) und 2 PEDALKNÖPFEN (91).
- B Wiederholen Sie dies auf der anderen Seite.
- HINWEIS: 3 Pedalpositionen sind möglich.

7

AUFBAUSCHRITT 3

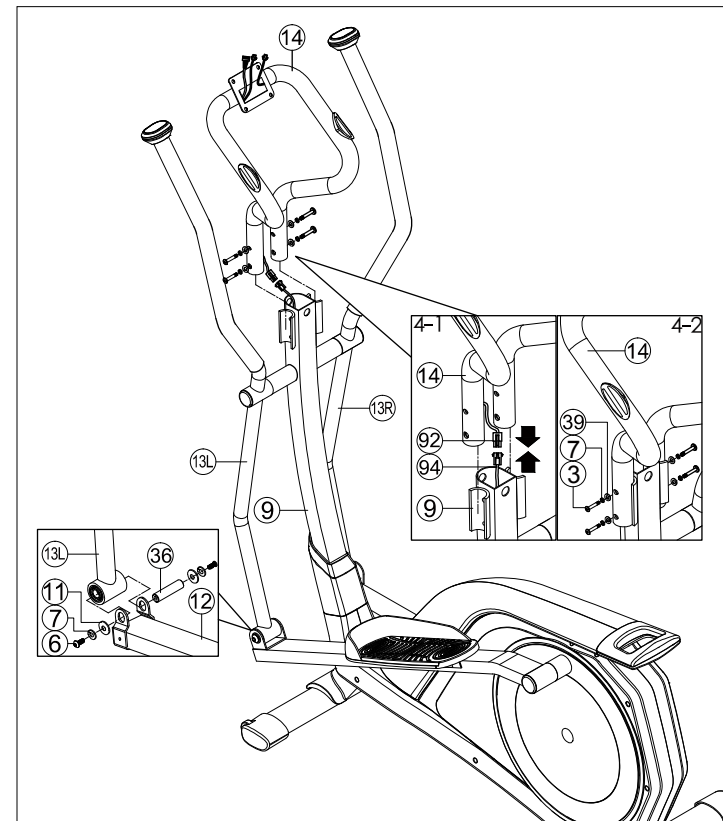


SCHRAUBENTÜTE INHALT:

| | | | | | | | |
|---|--|---------------|----|----|--|-----|----|
| 6 | | M8x1.25x20L | x6 | 23 | | D42 | x2 |
| 7 | | D15.4xD8.2x2T | x4 | | | | |
| 8 | | D18xD8.5x1.2T | x6 | | | | |

- A Schieben Sie die **KONSOLENMASTABDECKUNG (32)** von unten nach oben über den **KONSOLENMAST (9)**. Befestigen Sie die **KONSOLENKABEL (94)** mit den anderen **KABELN (93)** und stecken Sie sie vorsichtig in den **HAUPTRAHMEN (1)**.
- B Schieben Sie den **KONSOLENMAST (9)** in den **HAUPTRAHMEN (1)** und befestigen Sie diesen mit **4 SCHRAUBEN (6)**, **4 FEDERRINGSCHLEIBEN (7)**, **4 UNTERLEGSCHLEIBEN (8)** von der rechten und linken Seite und mit **2 SCHRAUBEN (6)** und **2 UNTERLEGSCHLEIBEN (8)** von vorne.
- C Befestigen Sie die **ABDECKUNG (23)** rechts und links auf der Armstangenachse.

AUFBAUSCHRITT 4



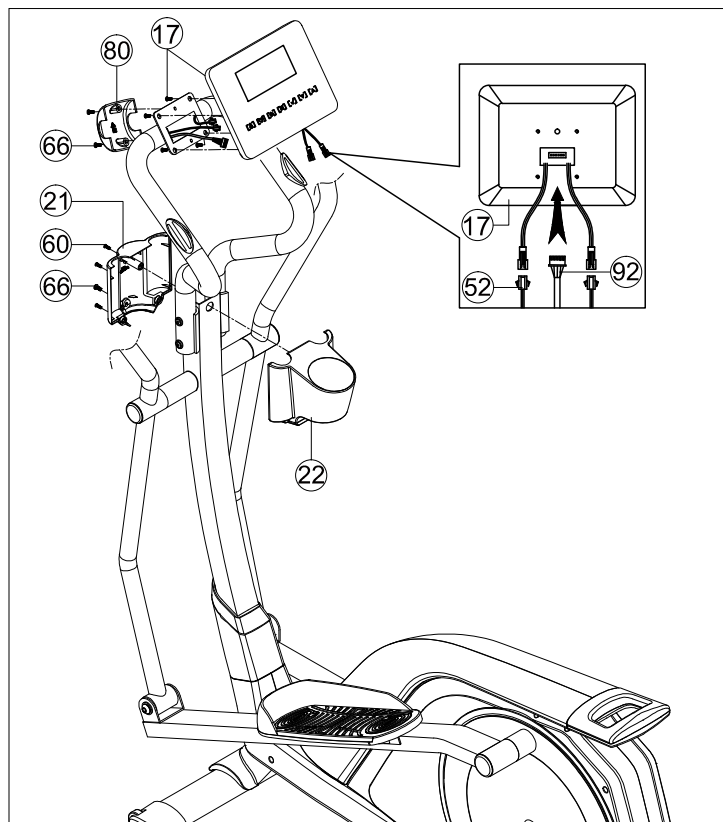
SCHRAUBENTÜTE INHALT:

| | | | | | | | |
|----|--|---------------|----|----|--|---------------|----|
| 6 | | M8x1.25x20L | x4 | 3 | | M8x1.25x50L | x4 |
| 7 | | D15.4xD8.2x2T | x8 | 39 | | D22xD8.5x1.5T | x4 |
| 11 | | D25xD8.5x2T | x4 | 36 | | D15.83x62.7L | x2 |



- A Schieben Sie den **LINKEN PEDALARM (12)** vorne auf die **UNTERE ARMSTANGE (13L)**, sichern Sie das Gelenk mit **1 LAGERBUCHSE (36)**, **2 SCHRAUBEN (6)**, **2 FEDERRINGSCHLEIBEN (7)**, **2 UNTERLEGSCHLEIBEN (11)**.
- B Wiederholen Sie Schritt A auf der anderen Seite.
- C Führen und verbinden Sie die **KABEL DER MITTLEREN ARMSTANGE (92,94)** durch das Loch im **KONSOLENMAST** und führen Sie es oben aus dem **KONSOLENMAST**.
- D Befestigen Sie die **MITTLERE ARMSTANGE (14)** am **KONSOLENMAST (9)** mit **2 SCHRAUBEN (3)**, **2 FEDERRINGSCHLEIBEN (7)**, **2 GEBOGENEN UNTERLEGSCHLEIBEN (39)** auf der linken Seite.
- E Wiederholen Sie Schritt D auf der anderen Seite.

HINWEIS: Achten Sie darauf, keine Kabel bei der Installation des Konsolenmastes zu klemmen.

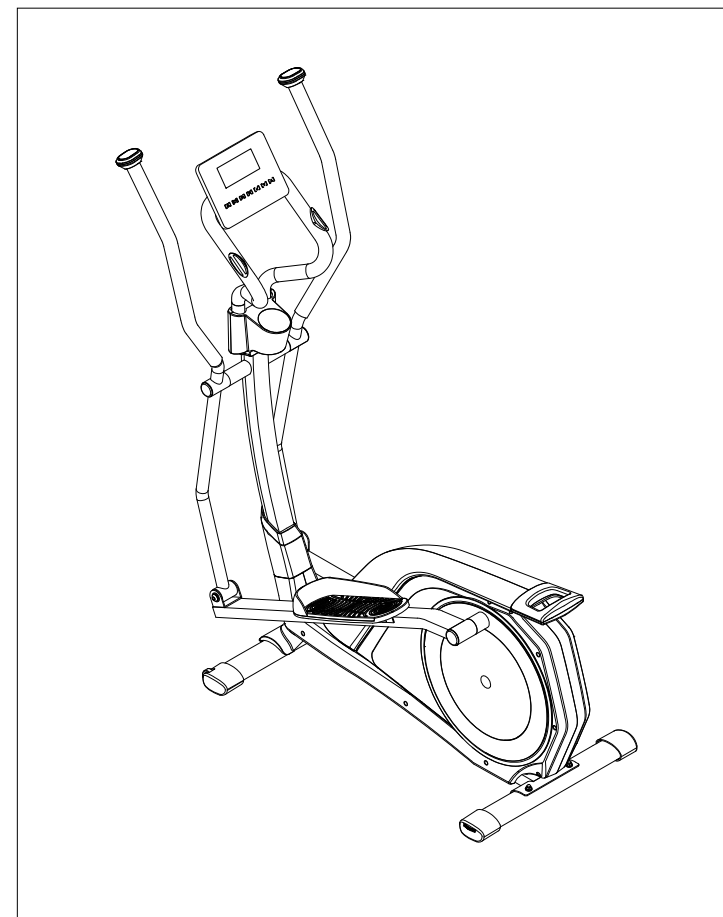
AUFBAUSCHRITT 5



SCHRAUBENTÜTE INHALT:

| | | |
|----|--|----|
| 60 |  ST4x1.4x15L | x3 |
| 66 |  M5x0.8x15L | x3 |

- A Führen Sie die KABEL DER MITTLEREN ARMSTANGE (92, 52) durch das Loch in der MITTLEREN ARMSTANGE (14) und oben heraus.
- B Verbinden Sie die KONSOLENKABEL mit den KABELN DER MITTLEREN ARMSTANGE (14) und verstauen Sie die KONSOLENKABEL vorsichtig in der MITTLEREN ARMSTANGE.
- C Befestigen Sie die KONSOLE an der MITTLEREN ARMSTANGE mit 4 VORINSTALLIERTEN SCHRAUBEN.
- D Befestigen Sie die HINTERE KONSOLENABDECKUNG (80) an der MITTLEREN ARMSTANGE mit 2 SCHRAUBEN (66).
- E Befestigen Sie BEIDE TEILE DES FLASCHENHALTERS (21, 22) am KONSOLENMAST mit 1 SCHRAUBE (66) und 3 SCHRAUBEN (60).



AUFBAU ABGESCHLOSSEN!

SYROS ECO

Max. Benutzergewicht: 150 kg / 330 lb

Produktgewicht: 51,5 kg / 114 lb

Stellfläche: 145 x 62 x 155 cm / 57" x 24" x 61"



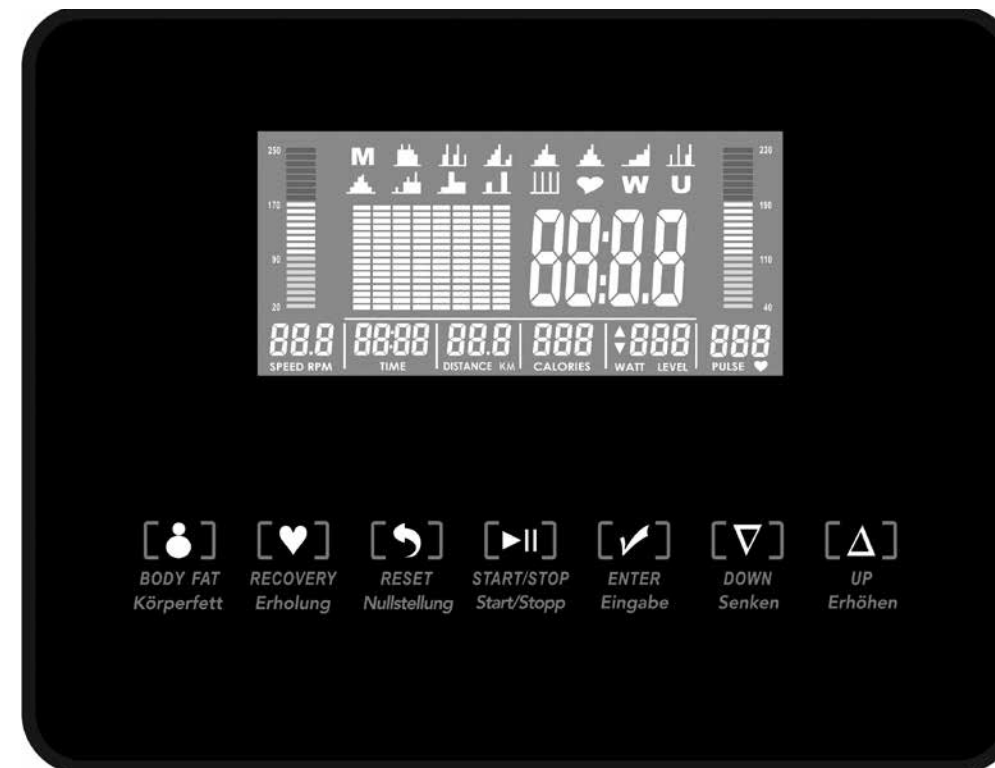
CROSSTRAINER BEDIENUNG

Dieser Abschnitt erklärt, wie Sie die Konsole und die Programme verwenden.

Der Abschnitt GRUNDLAGEN DER BEDIENUNG in der TECHNISCHEN ANLEITUNG des Crosstrainers enthält folgende Anweisungen:

- STANDORT DES CROSSTRAINERS
- POSITIONIERUNG DES FUSSES
- BEWEGEN DES CROSSTRAINERS
- AUSNIVELLIEREN DES CROSSTRAINERS
- STROMBETRIEBENE ODER MANUELL EINSTELLBARE STEIGUNG
- BENUTZUNG DER HERZFREQUENZ

SYROS ECO KONSOLENANZEIGE



SYROS ECO

SYROS ECO KONSOLENBEDIENUNG

A) Erhöhen & Senken / UP & DOWN Taste

- 1) Zum Erhöhen und Senken des Wertes drücken.
- 2) Zum Durchblättern oder Durchsuchen der Punkte drücken, die Sie wählen können.
- 3) Zum Erhöhen oder Senken des Widerstandes drücken.

B) Eingabe / ENTER Taste

Bestätigung der Dateneinstellung oder -auswahl.

C) START/STOPP Taste

- 1) Zum Starten und Unterbrechen des Trainings.
- 2) Wenn die Zeit auf 0:00 herunter zählt, wird der Computer automatisch stoppen und für 8 Sekunden ein Signal geben. Die Zeit wird aus den vorhergehenden Einstellungen übernommen.
- 3) Wenn der Nutzer das Training durch Drücken der START/STOPP Taste stoppt, behält der Computer alle eingestellten Daten.

D) Nullstellung / RESET Taste

- 1) Im STOPP Modus gedrückt, werden alle Werte zurückgesetzt.
- 2) Wenn UPM>15, halten Sie die Taste für 2 Sekunden gedrückt, dann wird die Konsole den Power-On Modus mit einem Signalton fortsetzen und danach in den Einstellungsmodus wechseln.
- 3) Wenn UPM<15 oder kein UPM Eingang, halten Sie die Taste für 2 Sekunden gedrückt, die Konsole wird sich ausschalten.

E) Erholung / RECOVERY Taste

Wenn die Herzfrequenz verfügbar ist, können Sie die RECOVERY Taste drücken, um die Erholungsfunktion zu starten. (Vgl. S. 15 WORKOUT RECOVERY für mehr Informationen)

F) KÖRPERFETT / BODY FAT

Beurteilt Körperfett und BMI Index. (Siehe S. 15 für mehr Informationen zur Bedienung.)

EINSCHALTEN / POWER ON

Wenn die Konsole ein UPM-Signal (UPM>15) feststellt, wird sie sich einschalten.

EINSTELLEN DER PERSÖNLICHEN DATEN

Diese Konsole kann Ihre persönlichen Daten wie Geschlecht, Alter, Größe und Gewicht speichern. Dies ermöglicht Ihnen, Ihr Training schneller zu beginnen. Um Ihre Daten aufzunehmen, folgen Sie den nachfolgenden Schritten und drücken Sie EINGABE nachdem der Wert festgelegt ist.

- 1) Wählen Sie einen Benutzer von 1 zu 4
- 2) Wählen Sie das Geschlecht
- 3) Wählen Sie Ihr Alter
- 4) Wählen Sie Ihre Größe
- 5) Wählen Sie Ihr Gewicht
- 6) Die Konsole kann Daten von bis zu 4 Benutzern speichern und Sie können Ihre Daten jederzeit ändern.

STARTEN SIE IHR TRAINING

- 1) Drücken Sie die Up/Down Taste um ein Programm auszuwählen. Drücken Sie dann die Enter-Taste zur Bestätigung.
- 2) Nach der Programmauswahl drücken Sie die Up/Down Taste um das Trainingslevel und Zeit zu bestimmen.
- 3) Drücken Sie die START/STOPP Taste um das Training zu beginnen oder zu beenden. Drücken Sie die Up/Down-Taste um den Widerstand einzustellen.
- 4) Drücken Sie RESET, um ins Hauptmenü zu gelangen.

Manuell / Manual

- 1) Wählen Sie im Hauptmenü MANUAL und bestätigen Sie mit ENTER.
- 2) Drücken Sie die Up/Down Taste, um LEVEL, ZEIT, Distanz, Kalorien & Puls einzustellen und bestätigen Sie mit ENTER.
- 3) Drücken Sie die START/STOPP Taste um das Training zu starten. Drücken Sie die Up/Down Taste um den Widerstand einzustellen.

HRC

- 1) Wählen Sie eine Herzfrequenz für Ihr Training.
- 2) Wählen Sie das HRC Programm im Hauptmenü und bestätigen Sie mit ENTER.
- 3) Wählen Sie zwischen 55%, 75% und 90% als Ziel oder wählen Sie H.R.C. Hier können Sie selbst Ihr Ziel zwischen 30 und 230 wählen.
- 4) Drücken Sie die Up/Down Taste um die Trainingszeit voreinzustellen.

Benutzerprogramm / User Program

- 1) Wählen Sie das Benutzerprogramm mit der Up/ Down Taste im Hauptmenü und bestätigen Sie mit der Enter Taste.
- 2) Drücken Sie die Up/Down Taste um den Widerstand jeder Spalte einzustellen und drücken Sie Enter um zur nächsten Spalte zu gelangen.

Erholung / WORKOUT RECOVERY

Nach dem Training (> als 30 sek) und mit Vorhandensein von Herzfrequenzdaten (Brustgurt oder über Handpulssensoren) können Sie die RECOVERY Taste drücken. Die ZEIT zählt von 60 sek auf 0 runter und danach wird Ihr Herzfrequenzerholungsstatus von F1,F2...zu F6 angezeigt. (F1-F6 steht für Ihren Fitnessquotient, F1 ist dabei das beste Ergebnis.)

| | |
|---------------|--------------------------------------|
| 1.0 | ÜBERRAGEND/ OUTSTANDING |
| 1.0 < F < 2.0 | EXZELLENT / EXCELLENT |
| 2.0 < F < 2.9 | GUT/ GOOD |
| 3.0 < F < 3.9 | AUSREICHEND / FAIR |
| 4.0 < F < 5.9 | UNTER DURCHSCHNITT/ BELOW AVERAGE |
| 6.0 | SCHLECHT / POOR |

KÖRPERFETTMESSUNG / BODY FAT MEASUREMENT

- 1) Nachdem die Trainingsauswahl beendet oder angehalten wird, drücken Sie die BODY FAT Taste.
- 2) Halten Sie beide Handpulssensoren für 8-10 Sekunden, dann werden die Testergebnisse (Prozent und BMI) auf dem Display angezeigt .

B.M.I. (Body Mass Index)

| B.M.I | NIEDRIG | NIEDRIG/ MITTEL | MITTEL | MITTEL / HOCH |
|-------------|---------|-----------------|-----------|---------------|
| MESSBEREICH | <20 | 20-24 | 24.1-26.5 | >26.5 |

KÖRPERFETT / BODY FAT:

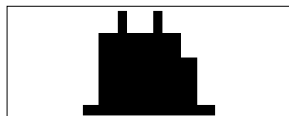
| Fett % | (-) NIEDRIG | (+) NIEDRIG/ MITTEL | ▲ MITTEL | ◆ MITTEL / HOCH |
|----------|-------------|---------------------|----------|-----------------|
| MÄNNLICH | <13% | 13%-25.9% | 26%-30% | >30% |
| WEIBLICH | <23% | 23%-35.9% | 36%-40% | >40% |

WATT / WATTS CONTROL

- 1) Wählen Sie das Wattprogramm im Hauptmenü und bestätigen Sie mit ENTER.
- 2) Wählen Sie einen Ziel-Watt-Wert mit den Up/Down Tasten.
- 3) Drücken Sie Start/Stop um zu starten oder stoppen nachdem Sie Ihre Eingabe beendet habe.

SYROS ECO VOREINGESTELLTE PROGRAMME

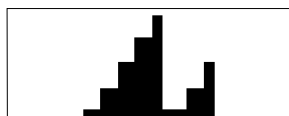
- **P1:** Ist ideal, um das Körpergewicht zu reduzieren: Wechsel zwischen starken und schwachen Widerständen, aber immer im Fettverbrennungsbereich.



- **P2:** Durch den Wechsel zwischen leichten und starken Widerständen während des Trainings wird Ihre Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer durch die Einbeziehung sowohl des Herzens als auch der Muskeln verbessert.



- **P3:** Durch die Kombination von Bergen und Tälern (Widerstände) verbrennen Sie mehr Fett während des Trainings.



- **P4:** Verbessert Ihre Leistung und Ausdauer durch die Erhöhung auf Spitzenwiderstände, um die schwierigsten Außenbedingungen zu simulieren.



- **P5:** Vollständiges Trainingsprogramm zur Steigerung Ihrer körperlichen Fitness.



- **P6:** Für fortgeschrittene Benutzer und als Herausforderung: Steigender Widerstand zur Straffung der Muskeln.

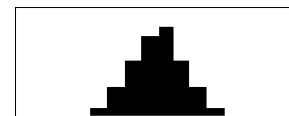


VOREINGESTELLTE PROGRAMME

- **P7:** Nach einer intensiven Trainingseinheit gönnen Sie Ihrem Herzen und Ihren Muskeln eine Erholungsphase.



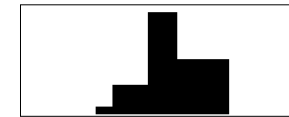
- **P8:** Simuliert das Bergsteigen durch schrittweises Erhöhen und Absenken der Widerstände.



- **P9:** Allmählich steigender Widerstand durch den Wechsel von Berg und Tal ermöglicht Ihnen Ihr Tagesziel zu erreichen.



- **P10:** Verbessert Ihre Leistung und Ausdauer durch Erhöhung des Widerstandslevels auf Spitzenwiderstände (Simulation der Bergwelt)



- **P11:** Verbessert die Herz- und Lungenkapazität durch die Simulation täglicher Joggingeinheiten.



- **P12:** Verbessert Ihre Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer durch den automatischen Wechsel der Widerstandslevel während des Trainings.



ÜBERWACHUNG IHRER HERZFREQUENZ

RÜCKMELDUNG

Ihr Horizon Fitness Crosstrainer bietet zwei Optionen für Herzfrequenzmeldungen. Sie können sich für die Handläufe, die mit Pulssensoren ausgestattet sind, entscheiden oder Sie benutzen den Brustgurt (separat verkauft), um beim Training die Arme frei bewegen zu können.

HANDPULSSENSOREN

Die Handpulssensoren befinden sich an den Handläufen. Legen Sie Ihre Handflächen direkt auf die Handpulssensoren. Beide Hände müssen zur Erfassung Ihrer Herzfrequenz auf den Sensoren liegen. Halten Sie die Sensoren nicht zu fest umschlossen, sonst erhöht sich Ihr Blutdruck. Versuchen Sie mit stetigem und mäßigem Druck die Handpulssensoren zu umschließen. Halten Sie die Pulssensoren nur so lange umfasst, bis die Herzfrequenz angezeigt wird, ansonsten erhalten Sie Unregelmäßigkeiten in der Messung.

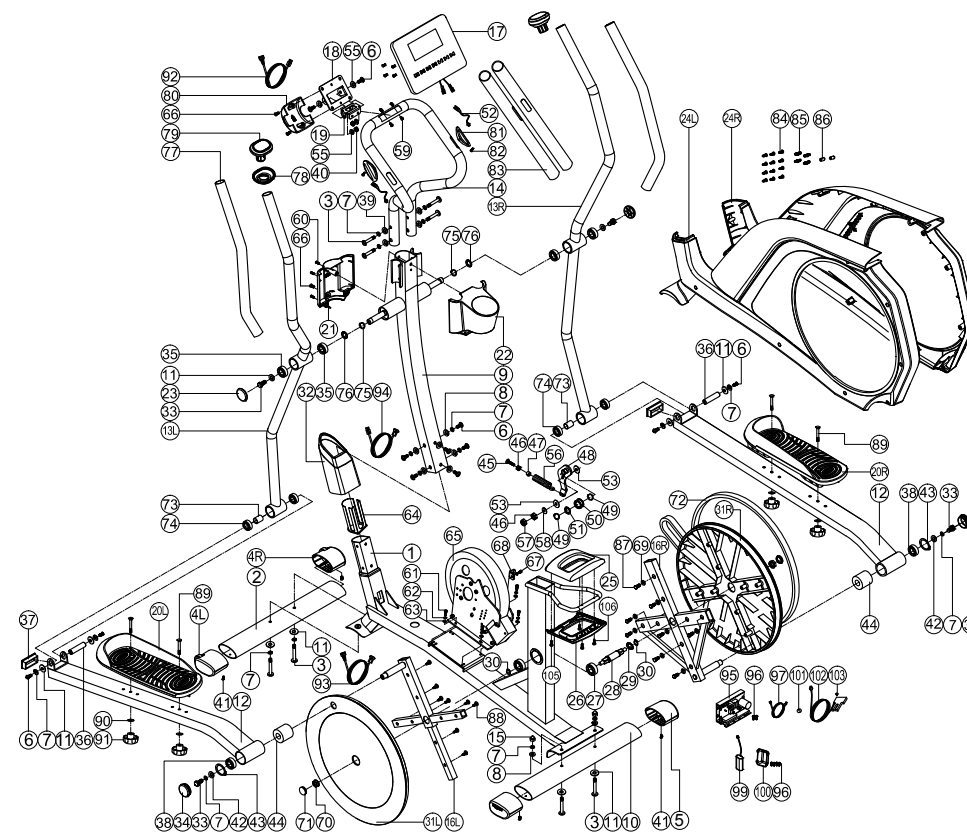
KABELLOSER BRUSTGURT (WIRD SEPARAT VERKAUFT)

Bevor Sie den kabellosen Brustgurt umschnallen, sollten Sie die beiden Gummelektroden mit Wasser befeuchten. Platzieren Sie den Brustgurt unter dem Brustkorb oder dem Brustmuskel mit dem Logo nach außen genau über Ihrem Brustbein. HINWEIS: Der Brustgurt muss fest sitzen und richtig platziert sein, um präzise und ununterbrochen Messwerte zu senden. Wenn der Brustgurt zu locker oder nicht richtig sitzt, kann es sein, dass Ihnen eine ungleichmäßige Herzfrequenz angezeigt wird. Falls Schwierigkeiten mit der Herzfrequenzfunktion auftreten, wird auf die Seiten 10, 11 und 24 des Technischen Handbuchs verwiesen.

WARNUNG!

Die Herzfrequenzfunktion ist keine medizinische Einrichtung. Verschiedene Faktoren könnten die Genauigkeit der Messung Ihrer Herzfrequenz beeinflussen. Die Messung der Herzfrequenz ist nur als Trainingshilfe gedacht.

SYROS ECO EXPLOSIONSZEICHNUNG



SYROS ECO ERSATZTEILLISTE

| NO. | DESCRIPTION | SPECIFICATION | |
|-----|---|----------------------|----|
| 1 | MAIN FRAME (SILVERY) | | 1 |
| 2 | FRONT STABILIZER (SILVERY) | 40*80*1.5T*480L | 1 |
| 3 | BOLT | M8*1.25*50L | 8 |
| 4L | FRONT FOOT CAP (LEFT) BLACK | 79.3*92*52.5 | 1 |
| 4R | FRONT FOOT CAP (RIGHT) BLACK | 79.3*92*52.5 | 1 |
| 5 | ADJUSTABLE FOOT CAP BLACK | 40*80*76.2 | 2 |
| 6 | ALLEN BOLT | M8X1.25X20L | 12 |
| 7 | SPRING WASHER | D15.4 *D8.2*2T | 18 |
| 8 | FLAT WASHER | D18XD8.5X1.2T | 8 |
| 9 | HANDLEBAR POST WELDING SET (SILVERY) | 7154A | 1 |
| 10 | REAR STABILIZER (SILVERY) | 40*80*1.5T*500L | 1 |
| 11 | FLAT WASHER | D25XD8.5X2T | 10 |
| 12 | PEDAL WELDING SET (SILVERY) | | 2 |
| 13L | LEFT SWAYING SUPPORTING TUBE WELDING SET (SILVERY) | | 1 |
| 13R | RIGHT SWAYING SUPPORTING TUBE WELDING SET (SILVERY) | | 1 |
| 14 | HANDLEBAR (SILVERY) | D31.8*1.5T*469*233.6 | 1 |
| 15 | CUP CAP | M8*1.25*15L | 2 |
| 16L | LEFT CRANK WELDING SET (SILVERY) | | 1 |
| 16R | RIGHT CRANK WELDING SET (SILVERY) | 7154A | 1 |
| 17 | COMPUTER | SR-7699-31,CLASS A | 1 |
| 18 | COMPUTER FIXING PLATE (SILVERY) | 106*106*3T | 1 |
| 19 | U SHAPE BRACKET (SILVERY) | 66*22*3T | 1 |
| 20L | LEFT PEDAL (BLACK) | 420*130*85 | 1 |

| NO. | DESCRIPTION | SPECIFICATION | |
|-----|--------------------------------|------------------|---|
| 20R | RIGHT PEDAL (BLACK) | 420*130*85 | 1 |
| 21 | COMPUTER BRACKET (FRONT) BLACK | 153*158*131 | 1 |
| 22 | COMPUTER BRACKET (REAR) BLACK | 160*158*48 | 1 |
| 23 | AXLE COVER (BLACK) | D42*11.3 | 2 |
| 24L | LEFT CHAIN COVER | WHITE+SILVERY | 1 |
| 24R | RIGHT CHAIN COVER | WHITE+SILVERY | 1 |
| 25 | TRAIL COVER (UPPER) | SILVERY | 1 |
| 26 | TRAIL COVER (LOWER) | SILVERY | 1 |
| 27 | BEARING | #6004-2RS(C0) | 2 |
| 28 | CRANK AXLE | D20*116 | 1 |
| 29 | WAVED WASHER | D27*D21*0.3T | 1 |
| 30 | C-RING | D22.5*D18.5*1.2T | 2 |
| 31L | ROUND DISC (RIGHT) | WHITE | 1 |
| 31R | ROUND DISC (LEFT) | D456*29,WHITE | 1 |
| 32 | UPPER PROTECTIVE COVER | WHITE | 1 |
| 33 | BOLT | M8*1.25*20 | 4 |
| 34 | END CAP | D45.3*13.7 | 2 |
| 35 | BEARING | #6003ZZ | 4 |
| 36 | FRONT PEDAL AXLE | D15.83*62.7L | 2 |
| 37 | CAP (SQUARE) BLACK | 30*60*15 | 2 |
| 38 | BEARING | #2203-2 RS | 2 |
| 39 | CURVED WASHER | D22*D8.5*1.5T | 4 |
| 40 | ANTI-LOOSE NUT | M8*1.25*8T | 2 |
| 41 | SCREW | ST4.2*1.4*15L | 4 |
| 42 | FLAT WASHER | D21*D8.5*1.5T | 2 |

| NO. | DESCRIPTION | SPECIFICATION | |
|-----|-------------------------------|-----------------|---|
| 43 | C-RING | S-40(1.80T) | 2 |
| 44 | PEDAL AXLE COVER | D46*45 | 2 |
| 45 | BOLT | M8*1.25*35L | 1 |
| 46 | NUT | M8*1.25*6T | 2 |
| 47 | FIXED NUT | D15*13L | 1 |
| 48 | IDLE FIXING PLATE WELDING SET | | 1 |
| 49 | C-RING | S-15 (1T) | 2 |
| 50 | IDLE WHEEL | D44*21L | 1 |
| 51 | WAVED WASHER | D21*D16*0.3T | 1 |
| 52 | HANDLE PULSE CABLE | 350L | 2 |
| 53 | PLASTIC FLAT WASHER | D10*D24*0.4T | 2 |
| 55 | FLAT WASHER | D16*D8.5*1.2T | 4 |
| 56 | EXTENDING SPRING | D3*D19*67L | 1 |
| 57 | ANTI-LOOSE NUT | M8*1.25*8T | 1 |
| 58 | FLAT WASHER | D21*D8.5*1.5T | 1 |
| 59 | ROUND SCREW | M5*0.8*15L | 4 |
| 60 | ROUND SCREW | ST4*1.41*15L | 3 |
| 61 | SCREW | M6*1*15L | 4 |
| 62 | SPRING WASHER | D10.5*D6.1*1.3T | 4 |
| 63 | FLAT WASHER | D13*D6.5*1.0T | 4 |
| 64 | INNER SLEEVE | 61*55*114.5 | 1 |
| 65 | EMS GENERATOR SYSTEM | D242.7*76 | 1 |
| 66 | ROUND SCREW | M5*0.8*15L | 3 |
| 67 | SCREW | M6*1*10L | 1 |
| 68 | FIXED PLATE | 20*27*4T | 1 |

| NO. | DESCRIPTION | SPECIFICATION | |
|-----|----------------------------|---------------|----|
| 69 | FLAT WASHER | D14*D6.5*0.8T | 8 |
| 70 | ANTI-SLIP NUT | M10*1.25*10T | 2 |
| 71 | SIDE COVER | D36*16 | 2 |
| 72 | MULTI-BELT | 1651 J6 | 1 |
| 73 | BUSHING | D22.2*33.3L | 2 |
| 74 | BEARING | #99502 | 4 |
| 75 | C-RING | S-17 (1T) | 2 |
| 76 | WAVED WASHER | D17*D22*0.3T | 2 |
| 77 | FOAM HDR | D30*3T*550L | 2 |
| 78 | COVER FOR HANDLEBAR(BLACK) | 81*26.5 | 2 |
| 79 | CAP FOR HANDLEBAR(BLACK) | 81*61 | 2 |
| 80 | PROTECTIVE COVER (BLACK) | 100*81*40.8 | 1 |
| 81 | HANDLE PULSE(BLACK) | PE18 | 2 |
| 82 | ROUND SCREW | ST4*25L | 2 |
| 83 | FOAM HDR (BLACK) | D30*3T*550L | 2 |
| 84 | SCREW | ST4.2*1.4*20L | 12 |
| 85 | PIN | D6*26.5*7.7 | 4 |
| 86 | BUFFER | D9*D5.8*13 | 2 |
| 87 | BOLT | M6*1.0*15L | 8 |
| 88 | SCREW | ST4*1.41*15L | 8 |
| 89 | SQUARE BOLT | M6*1*45L | 4 |
| 90 | FLAT WASHER | D14*D6.5*0.8T | 4 |
| 91 | KNOB | D40*M6*12L | 4 |
| 92 | UPPER COMPUTER CABLE | 650L | 1 |
| 93 | LOWER COMPUTER CABLE | 1150L | 1 |

| NO. | DESCRIPTION | SPECIFICATION | |
|-----|--------------------------|---------------|---|
| 94 | MIDDLE COMPUTER CABLE | 800L | 1 |
| 95 | RESISTANCE CONTROL BOARD | | 1 |
| 96 | SCREW | ST4.2*1.4*12L | 6 |
| 97 | BATTERY CONNECTION CABLE | 1050L | 1 |
| 99 | BATTERY | 6.0V,1300MHA | 1 |
| 100 | POWER COVER | 70*46 | 1 |
| 101 | ROUND MAGNET | M02 | 1 |
| 102 | SENSOR CABLE | 250L | 1 |
| 103 | BOLT | M5*0.8*12L | 1 |
| 105 | ROUND SCREW | ST4*1.41*15L | 2 |
| 106 | ROUND SCREW | ST4*25L | 2 |

D: Entsorgungshinweis

Vision Fitness / Horizon Fitness-Produkte sind recyclebar. Führen Sie das Gerät am Ende der Nutzungsdauer einer sachgerechten Entsorgung zu (örtliche Sammelstelle).

GB: Waste Disposal

Vision Fitness / Horizon Fitness products are recyclable. At the end of its useful life please dispose of this article correctly and safely (local refuse sites).

F: Remarque relative à la gestion des déchets

Les produits Vision Fitness / Horizon Fitness sont recyclables. A la fin sa durée d'utilisation, remettez l'appareil à un centre de gestion de déchets correct (collecte locale).

NL: Verwijderingsaanwijzing

Vision Fitness / Horizon Fitness producten zijn recycleerbaar. Breng het apparaat aan het einde van de gebruiksduur naar een op recycling gespecialiseerd bedrijf (plaatselijk verzamelpunt).

E: Informaciones para la evacuación

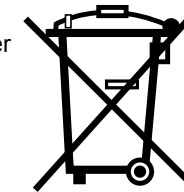
Los productos de Vision Fitness / Horizon Fitness son reciclables. Cuando se termina la vida útil de un aparato o una máquina, entréguelos a una empresa local de eliminación de residuos para su reciclaje.

I: Indicazione sullo smaltimento

I prodotti Vision Fitness / Horizon Fitness sono riciclabili. Quando l'apparecchio non servirà più, portatelo in un apposito punto di raccolta della Vostra città (Punti di raccolta comunali).

PL: Wskazówka dotycząca usuwania odpadów.

Produkty firmy Vision Fitness / Horizon Fitness podlegają recyklingowi. Pod koniec okresu używalności proszę oddać urządzenie do właściwego punktu usuwania odpadów (lokalny punkt zbiorczy).





CROSSTRAINER BEDIENUNGSANLEITUNG

SYROS ECO Owner's Manual Rev. 1.1 © 2016 Horizon Fitness