

# Atmos-Liegerad

Bedienungsanleitung / Montageanleitung





Columbia Centre III, 9525 Bryn Mawr Avenue, Rosemont, IL 60018 • USA  
847.288.3300 • FAX: 847.288.3703  
Service-Tel.: 800.351.3737 (gebührenfrei in den U.S.A. und Kanada)  
Globale Website: [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## Internationale Niederlassungen

### NORD- UND SÜDAMERIKA

#### Nordamerika

##### Life Fitness, LLC

Columbia Centre III  
9525 Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A.  
Telefon: +1 (847) 288 3300  
Service-E-Mail:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Vertriebs-/Marketing-E-Mail:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

#### Brasilien

##### Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315  
Pinheiros  
São Paulo, SP 05401-300  
BRAZIL  
SAC: 0800 773 8282 Option 2  
Telefon: +55 (11) 3095 5200 Option 2  
E-Mail Kundendienst:  
[suportebr@lifefitness.com](mailto:suportebr@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[vendasbr@lifefitness.com](mailto:vendasbr@lifefitness.com)

#### Lateinamerika und Karibik\*

##### Life Fitness, LLC

Columbia Centre III  
9525 Bryn Mawr Avenue  
Rosemont, IL 60018 U.S.A.  
Telefon: +1 (847) 288 3300  
Service-E-Mail:  
[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
Vertriebs-/Marketing-E-Mail:  
[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

### EUROPA, NAHER OSTEN UND AFRIKA (EMEA)

#### Belgien, Niederlande und Luxemburg

##### Life Fitness (Atlantic) B.V.

Fascinatio Boulevard 230, 4<sup>th</sup> Fl - Bldg B  
3065WB, Rotterdam  
Niederlande  
+31 88 646 6666  
E-Mail Kundendienst:  
[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)

#### Vereinigtes Königreich

##### Life Fitness UK LTD

Unit 109<sup>a</sup>  
Lancaster Way Business Park  
Ely, Cambs, CB6 3NX  
Telefon: Büro (+44) 1353.666017  
Kundendienst (+44) 1353.665507  
E-Mail Kundendienst:  
[uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)

#### Deutschland, Österreich, Schweiz

##### Life Fitness Europe GmbH

Neuhofweg 9  
85716 Unterschleißheim  
GERMANY  
Telefon:  
+49 (0) 89 / 31775166 Deutschland  
+43 (0) 1 / 6157198 Österreich  
+41 (0) 848 / 000901 Schweiz  
E-Mail Kundendienst:  
[kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[vertrieb@lifefitness.com](mailto:vertrieb@lifefitness.com)

#### Spanien

##### Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1<sup>a</sup><sup>a</sup>  
08960 Sant Just Desvern Barcelona  
SPAIN  
Telefon: (+34) 93.672.4660  
E-Mail Kundendienst:  
[servicio.tecnico@lifefitness.com](mailto:servicio.tecnico@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[info.iberia@lifefitness.com](mailto:info.iberia@lifefitness.com)

### Alle anderen EMEA-Länder und das Vertriebsgeschäft EMEA\*

##### Life Fitness (Atlantic) B.V.

Fascinatio Boulevard 230, 4<sup>th</sup> Fl - Bldg B  
3065WB, Rotterdam  
Niederlande  
+31 88 646 6666  
Service-E-Mail:  
[emeaservicesupport@lifefitness.com](mailto:emeaservicesupport@lifefitness.com)

### ASIEN-PAZIFIK (AP)

#### Japan

##### Life Fitness Japan, Ltd

4-17-33 Minami Aoyama 1F/B1F  
Minato-ku - Tokyo 107-0062  
Japan  
Telefon: (+81) 0120.114.482  
Fax: (+81) 03-5770-5059  
E-Mail Kundendienst:  
[service.lfj@lifefitness.com](mailto:service.lfj@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[sales@lifefitnessjapan.com](mailto:sales@lifefitnessjapan.com)

#### Hongkong

##### Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square  
21 Wong Chuk Hang Road  
Wong Chuk Hang  
Hongkong  
Telefon: (+852) 25756262  
Fax: (+852) 25756894  
E-Mail Kundendienst:  
[service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

### Alle anderen Länder des asiatisch-pazifischen Raums und Vertriebsunternehmen des asiatisch-pazifischen Raums\*

##### Life Fitness Asia Pacific LTD

26/F, Global Trade Square  
21 Wong Chuk Hang Road  
Wong Chuk Hang  
Hongkong  
Telefon: (+852) 25756262  
Fax: (+852) 25756894  
E-Mail Kundendienst:  
[service.ap@lifefitness.com](mailto:service.ap@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/Marketing:  
[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

\*Informationen über die regionale Vertretung oder den Vertriebs- / Verkaufshändler finden Sie unter [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

## Benutzer- und Servicedokumente - Link

---

<https://fn.fit/KnowledgeBase>

<https://fn.fit/PartStore>

Additional information is available online using the links above.

تتوفر معلومات إضافية على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

点击上面的链接可在线获取更多信息。

Flere oplysninger er tilgængelige online gennem linket ovenfor.

Bijkomende informatie is online beschikbaar via bovenstaande link.

Vous trouverez plus d'informations en ligne à l'aide du lien ci-dessus.

Zusätzliche Informationen finden Sie online über den oben angegebenen Link.

Ulteriori informazioni sono disponibili online utilizzando il link sopra riportato.

追加情報は上記リンクを使用してオンラインで利用可能です。

상기 링크를 통해 온라인에서 추가 정보를 볼 수 있습니다.

Informações adicionais estão disponíveis on-line, através do link acima.

Дополнительная информация доступна в интернете по ссылке, указанной выше.

Mediante el enlace anterior podrá acceder a información adicional en línea.

Ytterligare information finns online genom att använda länken ovan.

İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz.

هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه.

Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez.

Допълнителна информация можете да намерите онлайн, като използвате връзката по-горе.

Mitjançant l'enllaç anterior podreu accedir a informació addicional en línia.

使用上面的連結線上提供額外資訊。

Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad.

ከላይ የተመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä.

Wubetumi anya nsem afoforo aka ho wa websait so denam asem a ewo atifi ho a wubemia so so.

Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω.

מידע נוסף אפשר לקבל באתר האינטרנט באמצעות הקישור לעיל.

További információ elérhető online, a fenti hivatkozás segítségével.

Viðbótarupplýsingar eru fáanlegar á netinu með því að smella á tengilinn hér fyrir ofan.

Plus indicium per superum situm potes invenire.

മുകളിലുള്ള ലിങ്ക് ഉപയോഗിച്ച് ഓൺലൈനിൽ കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്.

Ytterligere informasjon er tilgjengelig på nettet via linken ovenfor.

Dodatkowe informacje są dostępne online pod powyższym odnośnikiem.

Informações adicionais estão disponíveis online a usar o link acima.

Informații suplimentare sunt disponibile online, utilizând link-ul de mai sus.

Dodatne informacije dostupne su na mreži putem gornjeg linka.

Ďalšie informácie sú dostupné online na vyššie uvedenom odkaze.

# Inhaltsverzeichnis

## Zusätzliche Informationen

[Link zu zusätzlichen Online-Informationen](#)..... 6

## Erste Schritte

[Sicherheitsanweisungen](#).....7

[So stabilisieren Sie das Liegerad](#).....9

[Anforderungen an die elektrische Stromversorgung \(anwendbar für Geräte mit externer Stromversorgung\)](#)..... 10

[Prüfen der Stromversorgung für die Konsole](#)..... 10

[Optionale Hilfsantriebsfunktion / Externe Stromversorgung](#)..... 10

## Produktüberblick

[Produkteigenschaften](#)..... 11

[Anschlüsse](#)..... 11

[Einstellen des Sitzes](#)..... 12

[Einstellen der Pedalschlaufen](#)..... 12

[Produktkennzeichnung](#)..... 13

[Etikettenpositionen](#)..... 13

## Montageverfahren

[Link zu zusätzlichen Online-Informationen](#)..... 14

[Befestigungselemente](#).....15

[Erforderliches Werkzeug](#)..... 16

[Hinteren Stabilisator befestigen](#)..... 17

[Vorderen Stabilisator befestigen](#).....17

[Anzugsreihenfolge für die Befestigungselemente der Stabilisatoren](#) ..... 18

[Sitzschlitten installieren](#)..... 19

[Sitzanschlag befestigen](#).....20

[Sitzgriff befestigen](#) ..... 20

[Sitzpolster befestigen](#).....20

[Arretierstift-Baugruppe befestigen](#).....21

[Getränkehalter befestigen](#)..... 21

[Rückenlehne befestigen](#) ..... 22

[Hintere Endkappe der Sitzschiene befestigen](#).....22

[SE4-Kabel am COM-Port-Panel installieren](#).....23

[Konsolen-Schweißbaugruppe befestigen](#)..... 25

[Untere Konsolenrückwandverkleidung befestigen](#) ..... 26

[Massekabel installieren](#) ..... 27

[Montage der Ferritkerne](#)..... 27

[Verbindungen Sockel zu Konsole](#)..... 28

[Konsole befestigen: SL oder SE4](#) ..... 29

[Konsolenrückwandverkleidung befestigen](#) ..... 30

[Pedale befestigen](#).....30

[Prüfen Sie das Gerät auf ordnungsgemäße Funktion](#)..... 30

## Spezifikationen

[Produktspezifikationen](#)..... 31

## Reparatur und technische Daten

[Vorbeugender Wartungsplan](#).....32

[Tipps zur Wartung und Pflege](#)..... 32

[Zugelassene und verträgliche Reinigungsmittel](#)..... 32

[Fehlerbehebung beim Polar® Herzfrequenz-Brustgurt](#)..... 33

[Recyclen des Akkus - SL-Konsole](#)..... 33

[Know-how](#)..... 33

[Software-Updates](#)..... 33

## Garantie

[Garantieinformationen](#)..... 35

## Versionshinweise

[Aktualisierungen des Benutzerhandbuchs](#)..... 36

Life Fitness® ist ein eingetragenes Warenzeichen

Gym Wipes® ist eine eingetragene Marke der The 2XL Corporation. PureGreen 24 ist eine Marke von Pure Green. Polar® ist ein eingetragenes Warenzeichen von Polar Electro Inc.

© Copyright 2026, Life Fitness, LLC. All Rights Reserved. Life Fitness, Hammer Strength, Cybex, ICG and SCIFIT are registered trademarks of Life Fitness, LLC and its affiliated companies and subsidiaries. Disclaimer: Images and specifications are current as of the date of publication and are subject to change.

Columbia Center III - 9525 Bryn Mawr Ave., Rosemont, IL 60018 • 847-288-3300

[www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) • 1028284-0007 AB • 2026

# 1. Zusätzliche Informationen

## Link zu zusätzlichen Online-Informationen

Neben dem Inhalt dieses Handbuchs scannen Sie bitte den QR-Code, um weitere und aktualisierte Informationen zu erhalten.

Life Fitness Atmos Recumbent Bike



<https://fn.fit/AtmosRinstall>

# 2. Erste Schritte

## Sicherheitsanweisungen

Der Eigentümer der Ausrüstung ist dafür verantwortlich, den Benutzern sämtliche Warnhinweise und Anweisungen zur Verfügung zu stellen.

📖 Lesen Sie vor dem Gebrauch alle Anweisungen.

- ⚠️ **VORSICHT:** Wenn Änderungen oder Modifikationen an diesem Gerät vorgenommen werden, erlischt ggf. die Produktgarantie.
- ⚠️ **WARNUNG:** Unsachgemäßer oder übermäßiger Gebrauch von Trainingsgeräten kann gesundheitliche Probleme zur Folge haben. Life Fitness Sofern Risikofaktoren vorliegen empfiehlt es sich NACHDRÜCKLICH, sich vor erstmaliger Trainingsaufnahme ärztlich untersuchen zu lassen. Dies gilt für Personen, die eine vererbungsbedingte Anlage zu Bluthochdruck oder Herzleiden haben, über 45 Jahre alt sind, rauchen, überhöhte Cholesterinwerte aufweisen, übergewichtig sind und/oder im letzten Jahr nicht regelmäßig Sport getrieben haben. Sollte es während des Trainings zu Schwindelanfällen, Benommenheit, Schmerzen oder Atemnot kommen, muss das Training sofort beendet werden.
- ⚠️ **WARNUNG:** Schließen Sie alle Produkte nur an eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose an, um Verbrennungen, Feuer, Stromschläge und Verletzungen zu verhindern.
- ⚠️ **WARNUNG:** Herzfrequenz-Messungssysteme sind manchmal ungenau. Übermäßige Anstrengungen können zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Ihnen schwindelig wird, brechen Sie das Training sofort ab.
- ⚠️ **WARNUNG:** Nicht zum Dehnen verwenden und keine Riemen oder anderen Geräte befestigen.
- ⚠️ **WARNUNG:** Bewahren Sie die Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

Einige Brustgurte können eine austauschbare Batterie enthalten.

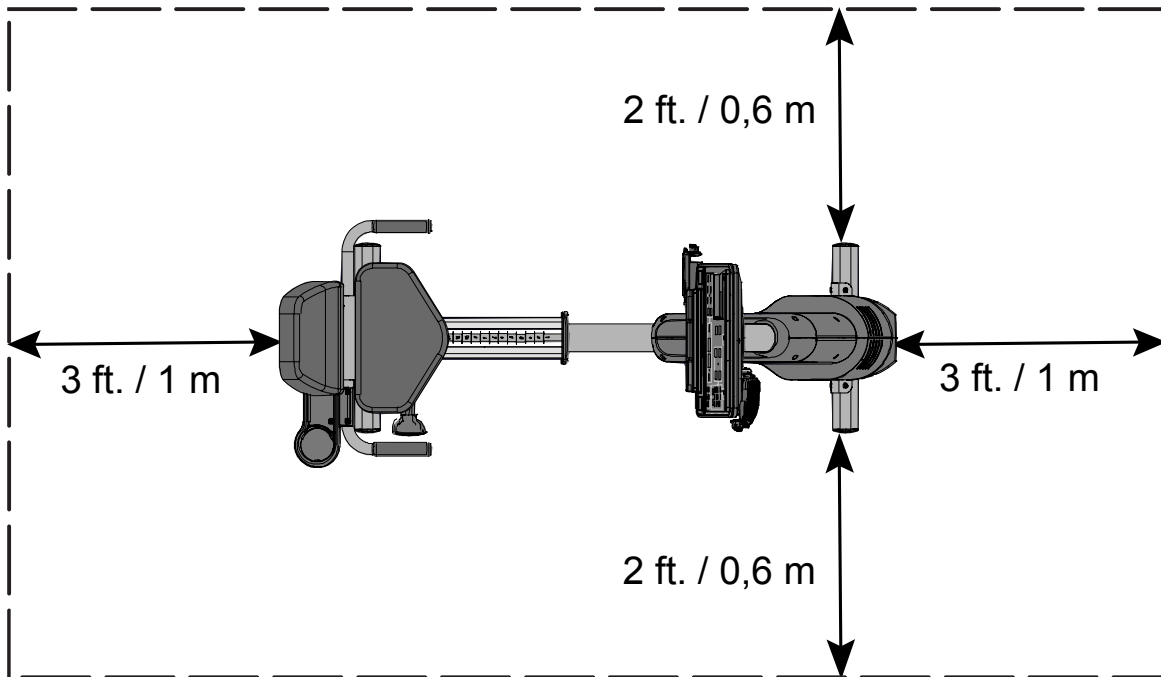
- Das Verschlucken kann durch Verätzungen und einer möglichen Perforation der Speiseröhre innerhalb von nur zwei Stunden zu schweren Verletzungen oder gar zum Tod führen.
- Wenn sie annehmen ihr Kind eine Batterie heruntergeschluckt hat, rufen Sie für schnelle, kompetente Beratung sofort die nächste Vergiftungszentrale an.
- Prüfen Sie die Geräte und stellen Sie sicher, dass das Batteriefach richtig gesichert ist. Prüfen Sie z. B. ob die Befestigungsschraube oder andere mechanische Verbindungselemente fest angezogen sind. Das Gerät darf nicht mit ungesichertem Batteriefach benutzt werden.
- Altbatterien sicher und umgehend entsorgen. Entladene Batterien können weiterhin gefährlich sein.
- Informieren Sie andere über die mit Knopfzellen verbundenen Risiken und wie sie ihre Kinder schützen können.
- ⚠️ **WARNUNG:** Lassen Sie zwischen der breitesten Stelle des Fahrrads und anderen Objekten einen Abstand von 41 cm (16 in.) auf jeder Seite. Lassen Sie zwischen der Vorder- und Rückseite des Fahrrads zu anderen Gegenständen einen Mindestabstand von 0,9 m (3 ft.) und in der Richtung aus welcher der Zugang zum Gerät erfolgt 0,6 m (2 ft.).
- ⚠️ **GEFAHR:** Um das Risiko eines elektrischen Schlags oder Verletzung durch sich bewegende Teile zu vermeiden, trennen Sie das Produkt immer von der Stromversorgung, bevor Sie mit der Reinigung oder mit einer Wartungstätigkeit beginnen.
- Life Fitness gewährleistet oder garantiert nicht, dass die zur Herstellung der gemäß Life Fitness angebotenen Produkte verwendeten Bestandteile latexfrei sind. Die Benutzer dieser Produkte müssen alle erforderlichen Vorkehrungen ergreifen, um versehentliche Berührungen zu vermeiden, die eine allergische Reaktion auf Latex zur Folge haben könnten.
- Benutzen Sie das Produkt nicht, wenn es fallen gelassen bzw. anderweitig beschädigt wurde oder das Netzkabel bzw. der Netzstecker beschädigt ist oder das Gerät teilweise in Wasser getaucht wurde. Wenden Sie sich an den Kundendienst.
- Stellen Sie das Gerät so auf, dass der Benutzer den Netzanschluss erreichen kann. Sollte das Netzkabel beschädigt sein, darf es aus Sicherheitsgründen nur vom Hersteller, einem autorisierten Servicetechniker oder Elektriker ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Sollte das Netzkabel beschädigt sein, darf es aus Sicherheitsgründen nur von einem autorisierten Servicetechniker oder Elektriker ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Befolgen Sie immer die Hinweise auf dem Display, um die korrekte Bedienung des Gerätes zu gewährleisten.
- Dieses Gerät darf nicht von Erwachsenen oder Kindern mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis verwendet werden, es sei denn, die Verwendung des Geräts erfolgt unter Aufsicht oder mit entsprechenden Anweisungen von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person.
- Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien, in Schwimmbeckennähe oder in Räumen mit hoher Luftfeuchtigkeit.

- Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn die Lüftungsöffnungen blockiert sind. Dafür sorgen, dass keine Flusen, Haare oder Staub die Lüftungsöffnungen blockieren.
- Stecken Sie keine Gegenstände in Geräteöffnungen. Sollte versehentlich ein Fremdkörper in eine Öffnung fallen, schalten Sie das Gerät aus, ziehen Sie das Netzkabel aus der Steckdose und versuchen Sie vorsichtig, den Gegenstand zu entfernen. Falls das nicht gelingt, wenden Sie sich bitte an Ihren Kundendienst.
- Stellen Sie keinerlei Flüssigkeiten auf dem Gerät ab, außer auf der dafür vorgesehenen Zubehörablage oder im Getränkehalter. Empfehlenswert sind Flaschen mit Deckel.
- Trainieren Sie niemals barfuß. Tragen Sie immer Schuhe. Tragen Sie Schuhe mit geeigneten Sohlen aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien. Tragen Sie keine Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Achten Sie darauf, dass sich keine Steine in den Sohlen befinden.
- Halten Sie Kleidungsstücke, Schnürsenkel, Handtücher usw. von beweglichen Teilen fern.
- Solange das Gerät in Betrieb ist, nicht in oder unter das Gerät greifen oder es auf die Seite kippen.
- Dieses Gerät ist nicht für die Nutzung durch Kinder vorgesehen. Halten Sie Kinder unter 14 Jahren von dem Gerät fern.
- Erlauben Sie anderen nicht den Benutzer oder das Gerät während des Trainings auf irgendeine Weise zu stören.
- Geben Sie LCD-Konsolen vor dem Einschalten und Verwenden des Geräts mindestens eine Stunde Zeit, um sich an die Temperatur anzupassen.
- Wenn das Produkt nicht verwendet wird, empfiehlt Life Fitness den Netzstecker zu ziehen. Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, wenn Sie das Gerät nicht benutzen und bevor Sie Teile anbringen oder abnehmen.
- Betreiben Sie diese Produkte nur gemäß der Zweckbestimmung und der Beschreibung in dieser Bedienungsanleitung. Verwenden Sie nur vom Hersteller empfohlenes Zubehör.
- Freistehende Geräte sind auf einer ebenen, stabilen und waagerechten Fläche aufzustellen.
- Setzen oder stellen Sie sich nicht auf die Kunststoffverkleidung.
- Seien Sie vorsichtig beim Auf- und Absteigen vom Fahrrad. Halten Sie sich zur Stabilisierung am Handlauf fest.
- Lesen Sie alle Warnhinweise auf jedem Produkt, bevor Sie mit dem Training beginnen.
- Wenn Warnhinweise fehlen oder beschädigt sind, wenden Sie sich sofort an den Kundendienst, um die Warnaufkleber auszutauschen. Die Warnaufkleber sind im Lieferumfang enthalten und sollten vor der ersten Verwendung des Geräts angebracht werden. Life Fitness ist nicht für fehlende oder beschädigte Warnaufkleber verantwortlich.

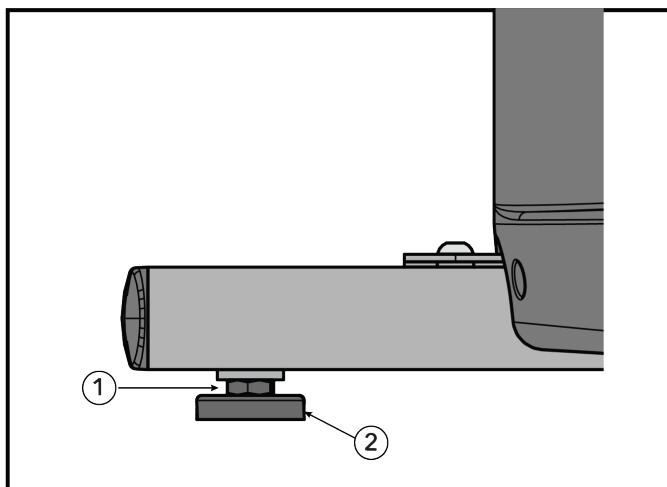
## So stabilisieren Sie das Liegerad

Lesen Sie das gesamte Benutzerhandbuch, bevor Sie den in Betrieb nehmen. Nachdem Sie alle Sicherheitshinweise befolgt haben, bewegen Sie das Gerät zu dem Aufstellungsort. Lassen Sie einen Freiraum von 0,6 m (2 ft) in den Richtungen, aus denen das Ergometer betreten wird, sowie 1 m (3 ft) zwischen der Vorder- oder Rückseite des Ergometers oder anderen Objekten.

### Freier Bereich



Nachdem Sie das Gerät in Position gebracht haben, überprüfen Sie seine Stabilität, indem Sie es seitlich hin- und herbewegen. Sollte das Gerät auch nur leicht wackeln, muss es stabilisiert werden. Stellen Sie zuerst fest, welcher Justierfuß nicht vollständig auf dem Boden aufliegt. Die Kontermutter mit einem 17-mm-Schraubenschlüssel lockern und den Justierfuß durch Drehen auf den Boden absenken. Stellen Sie sicher, dass das Ergometerergometer stabil steht, oder wiederholen Sie das Verfahren, bis das Gerät nicht mehr wackelt. Ziehen Sie die Kontermutter gegen die Stabilisierungsstange an, um die Einstellung zu fixieren.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Kontermutter	4
2	Einstellfuß	4

## Anforderungen an die elektrische Stromversorgung (anwendbar für Geräte mit externer Stromversorgung)

- Geräte mit SL-Konsolen verfügen über eine eigene Stromversorgung. Ein optionales externes Netzteil ist auf Wunsch erhältlich.
- Geräte mit SE4-Konsolen benötigen eine 24-V-Gleichstromversorgung.

**⚠️ WARNUNG:** Verwenden Sie nur das mitgelieferte Netzteil und Netzkabel. Nehmen Sie keine Änderungen vor und verwenden Sie keine sonstigen Vorrichtungen, um das Gerät an eine nicht geerdete Steckdose (zwei Kontakte ohne einen dritten Erdungsanschluss) anzuschließen. Das Gerät muss an eine ordnungsgemäß zugelassene und geerdete Steckdose angeschlossen werden.

Konsole	Netzspannung	Frequenz	Ausgangsspannung	Ausgangsstrom
SL	95 bis 264 V Wechselstrom (AC)	47 - 63 Hz	24 V Gleichstrom (DC)	2,5 A
SE4	95 bis 264 V Wechselstrom (AC)	47 - 63 Hz	24 V Gleichstrom (DC)	3,75 A

Ausgangsspannung	Steckdose und Schutzschalter für gewerbliche Geräte (Ampere)	Steckdose und Schutzschalter für Verbraucher- und Heimgeräte (Ampere)
120 V Wechselstrom (AC)	20 (maximal 8 Bikes pro Schutzschalter für SL, 4 Bikes pro Schutzschalter für SE4)	15 (maximal 8 Bikes pro Schutzschalter für SL, 4 Bikes pro Schutzschalter für SE4)
230 V Wechselstrom (AC)	12 (maximal 8 Bikes pro Schutzschalter für SL, 4 Bikes pro Schutzschalter für SE4)	12 (maximal 8 Bikes pro Schutzschalter für SL, 4 Bikes pro Schutzschalter für SE4)

**HINWEIS:** Der im Lieferumfang des Geräts enthaltene Stecker darf nicht modifiziert werden. Wenn der Stecker nicht in eine Wandsteckdose passt, muss ein Elektriker eine neue Steckdose installieren.

**HINWEIS:** Stellen Sie sicher, dass das Netzteilkabel sicher mit dem Unterteil verbunden ist. Eine lockere Verbindung kann zur Folge haben, dass das Gerät nicht extern mit Strom versorgt wird.

### Prüfen der Stromversorgung für die Konsole

Die SL-Konsole wird von einem wiederaufladbaren 6-Volt-Akku gespeist. Den Akku durch Drücken der START-Taste prüfen. Die Konsole sollte automatisch piepen und aufleuchten. Die Konsole wird das Life Fitness Logo anzeigen. Wenn keine Eingabeaufforderung erscheint, steigen Sie auf und beginnen Sie zu treten. Die Konsole sollte aufleuchten und ein Trainingsprogramm sollte programmiert werden können. Treten Sie während des Trainings 10 - 20 Minuten bei 50 U/min oder schneller um die Batterie optimal aufzuladen. Der Akku bleibt durch die Pedalumdrungen während des Trainings geladen. Optional kann eine externe Stromversorgung genutzt werden. Wenn die Einheit extern mit Strom versorgt wird, erfolgt die Batteriewartung automatisch und Sie müssen nicht in die Pedale treten. Verwenden Sie nur die Stromversorgung von Life Fitness. Andernfalls ist der Betrieb ggf. nicht sicher.

### Optionale Hilfsantriebsfunktion / Externe Stromversorgung

Die optionale Hilfsantriebsfunktion des Fahrradergometers ermöglicht es, dass die Konsole durch eine externe Stromquelle versorgt wird. Dadurch ist keine Mindestgeschwindigkeit mehr erforderlich, um die Konsole mit konstantem Strom zu versorgen. Mit Hilfe dieser Option können Benutzer, die das Fahrradergometer für Reha-Trainingszwecke verwenden möchten, eine Pedalumdrungenrate wählen, die unter dem Mindestwiderstand liegt, ohne dass die Stromversorgung der Konsole unterbrochen wird.

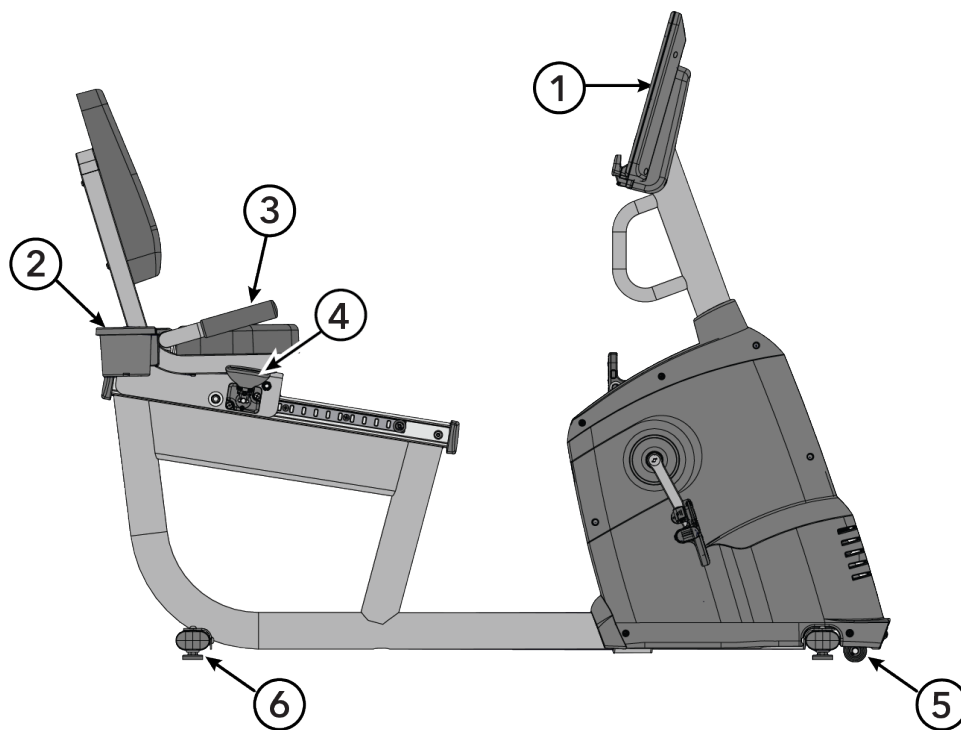
Stecken Sie das Netzkabel in die externe Buchse an der Vorderseite des Fahrradergometers. Stecken Sie das andere Ende des Netzkabels in eine Wechselstrom-Steckdose. Verwenden Sie nur die von Life Fitness zur Verfügung gestellte externe Stromversorgung, um einen unsicheren Betrieb zu vermeiden.

**⚠️ VORSICHT:** Die Steckverbinder müssen sich leicht in die Buchsen einstecken lassen. Kraftaufwendung beim Anschließen des Steckverbinders kann den Stecker bzw. die Buchse beschädigen und die Produktgarantie ungültig machen. Wenn der Netzteil-Doppelbuchsenadapter nicht problemlos in die Aufnahme passt, wurde das falsche Netzteil ausgewählt.

Diese Stromversorgungsoption erfordert die Bestellung eines optionalen Kits. Wenden Sie sich bzgl. einer Bestellung an den Life Fitness Kundendienst.

# 3. Produktüberblick

## Produkteigenschaften

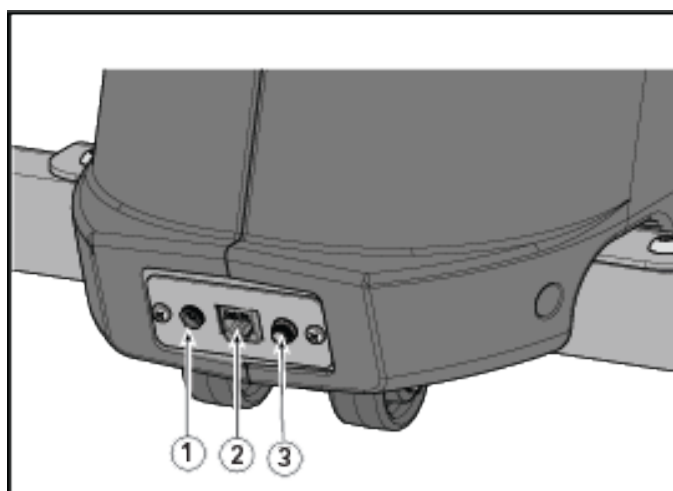


**HINWEIS:** Die SL-Konsole ist in dieser Abbildung als Referenz dargestellt.

Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsole	1
2	Getränkhalter	1
3	Sitzgriff	1
4	Sitzeinstellung	1
5	Transportrollen	2
6	Einstellfüße	4

## Anschlüsse

Die folgende Anschlussbuchse befindet sich an der Vorderseite des Geräts.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Koaxialer Anschluss	1
2	CAT 5e-Netzwerk / Ethernet	1
3	Netzeingang	1

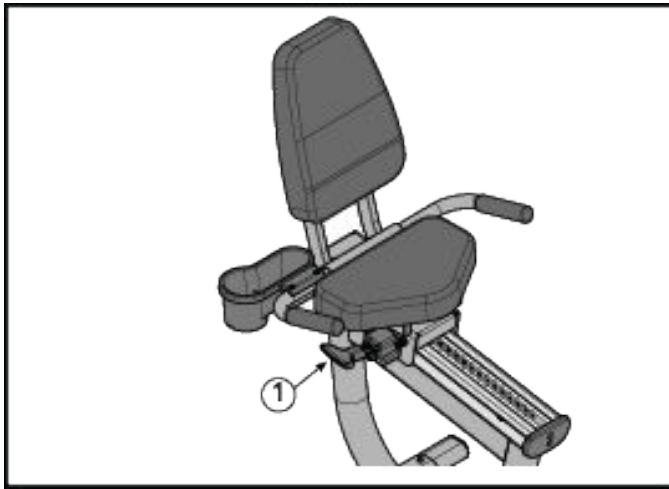
## Einstellen des Sitzes

Ein ordnungsgemäß eingestellter Sitz ist bei allen Trainingsaktivitäten mit einem Fahrradergometer wichtig. Wenn der Sitz nicht weit genug entfernt ist, werden Knien und Muskeln übermäßigen Beanspruchungen ausgesetzt. Wenn der Sitz zu weit entfernt ist, werden Füße, Sprunggelenke, Hüften und Knie gereizt.

Setzen Sie sich auf den Sitz und legen Sie die Fußballen auf die Pedale. In der idealen Position erreichen Sie die unterste Pedalstellung, ohne die Knie durchzudrücken oder auf dem Sitz zu rutschen. Die Knie müssen am tiefsten Pedalpunkt leicht angewinkelt sein.

Falls der Sitz angepasst werden muss, heben Sie den federbelasteten Verstellgriff auf der rechten Seite des Sitzes an. Halten Sie den Griff mit einer Hand fest und greifen Sie mit der anderen Hand an das hintere Ende des Sitzes. Schieben Sie den Sitz je nach Bedarf vor und zurück in die passende Position. Lassen Sie den Griff los, um die Arretierung abzuschließen. Schieben Sie den Sitz vorsichtig etwas nach vorn oder hinten, um sicherzustellen, dass er fest in der Position fixiert ist. Prüfen Sie die Sitzentfernung und justieren Sie diese nach Bedarf.

**⚠ VORSICHT:** Versuchen Sie nicht, den Sitz einzustellen, während Sie in die Pedale treten. Dies kann zu Verletzungen führen oder das Training unangenehm machen.

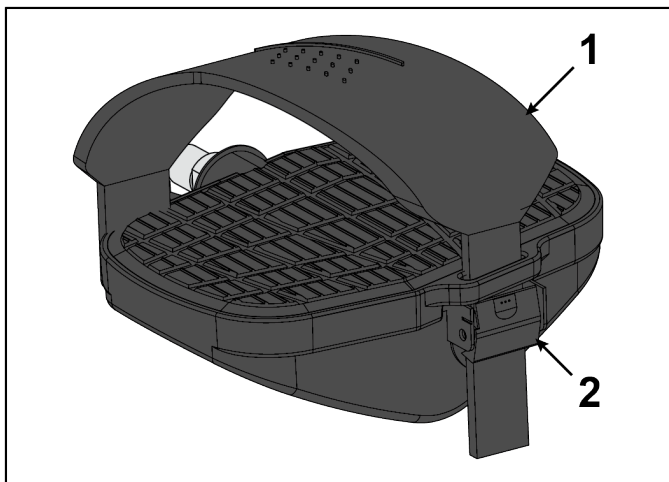


Element	Beschreibung	Anzahl
1	Sitzeinstellhebel	1

## Einstellen der Pedalschlaufen

Die Pedalschlaufen des Fahrradergometers halten die Füße des Benutzers während des Trainings auf den Pedalen. Die Schlaufen sollten bequem sitzen, jedoch eng genug, dass die Schuhe in keiner Pedalstellung von den Pedalen rutschen. Überprüfen Sie den festen Sitz der Schlaufen vor Beginn des Trainings und stellen Sie die Schlaufen ggf. ein.

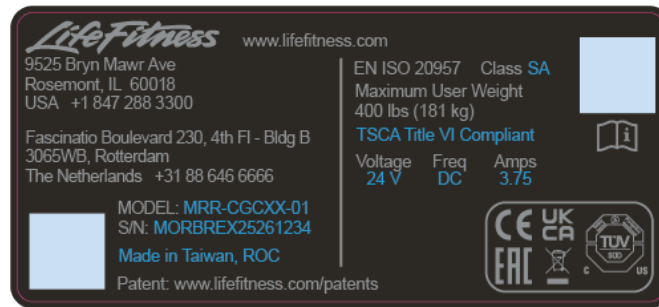
Die Fußschlaufenverriegelung mit einer Hand nach oben schieben, um die gerippte Schlaufe zu lockern. Mit der anderen Hand die gerippte Schlaufe unter der Verriegelung hervorziehen. Den Fuß auf das Pedal stellen. Die gerippte Schlaufe über den Fuß legen, um die gewünschte Länge zu bestimmen. Die Schlaufenverriegelung nach oben schieben und die gerippte Schlaufe durch die Verriegelung führen, um die gewünschte Position auszuwählen. Die Schlaufenverriegelung loslassen, um die Schlaufe zu sichern.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Gurt	2
2	Klammer	2

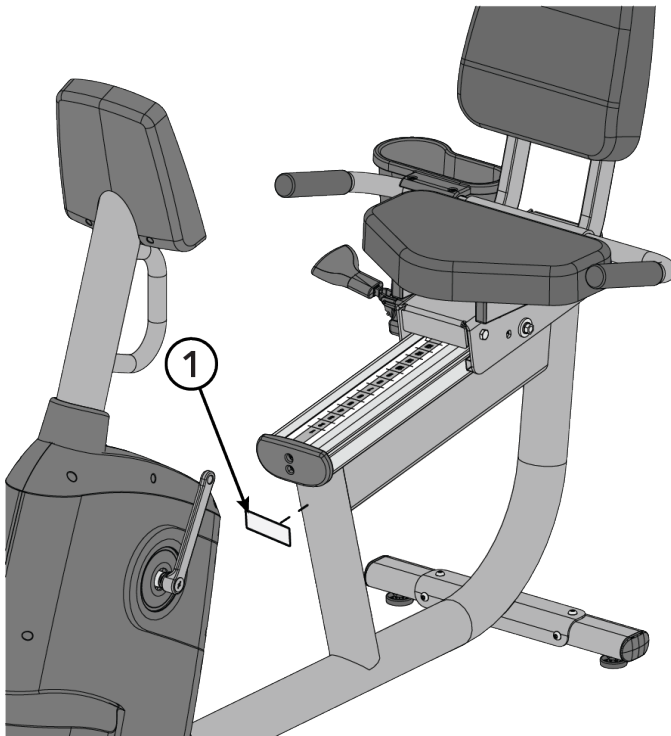
# Produktkennzeichnung

## Konformität / Seriennummer



## Etikettenpositionen

**WICHTIG:** Überprüfen Sie, ob alle aufgeführten Etiketten / Aufkleber am Produkt und an der angegebenen Position angebracht sind. Ersetzen Sie alle fehlenden oder beschädigten Etiketten.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Kennzeichnung: Warnhinweis, Konformität, Seriennummer	1

## 4. Montageverfahren

Für diesen Vorgang sind zwei Personen zu empfehlen.

**TIPP:** Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie mit dem Aufbau des Geräts beginnen. Überprüfen Sie alle Teile sorgfältig. Im Falle von Schäden sehen Sie im Abschnitt Kundendienst dieses Handbuchs nach, um die Teile ordnungsgemäß zurückzugeben, zu ersetzen oder erneut zu bestellen.

### Link zu zusätzlichen Online-Informationen

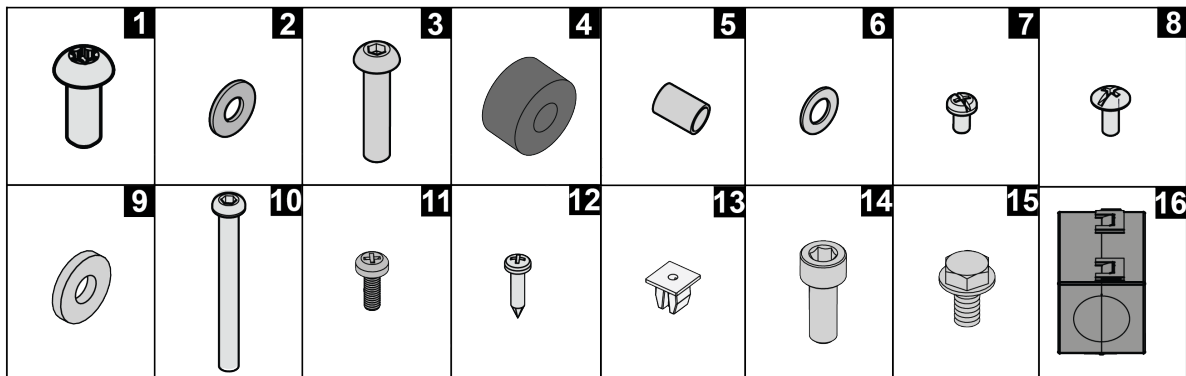
Neben dem Inhalt dieses Handbuchs scannen Sie bitte den QR-Code, um weitere und aktualisierte Informationen zu erhalten.

Life Fitness Atmos Recumbent Bike



<https://lfn.fit/AtmosRinstall>

# Befestigungselemente



Element	Beschreibung	Anzahl
1	SCHRAUBE: M8 x 1,25 6G6H x 20, BUT, TRX, CS, ST, ZB (Stabilisatoren / Sitzgriff / Konsolen-Schweißbaugruppe)	18
2	UNTERLEGSCHEIBE, SITZANSCHLAG (Stabilisatoren / Sitzanschlag / Sitzgriff)	13
3	SCHRAUBE: M8 x 35, HEX. SOC., TRUSS HD (Sitzanschlag)	1
4	ANSCHLAG, GUMMIPUFFER 1" (Sitzanschlag)	1
5	ABSTANDSHALTER, ROHR (Sitzanschlag)	1
6	UNTERLEGSCHEIBE, FLACH 8,4 x 24-2 (Sitzanschlag)	1
7	SCHRAUBE, M5-0,8 X 8 PAN HD (Getränkehalter)	4
8	SCHRAUBE, PHL 5 MM x 12 MM (Hintere Endkappe der Sitzschiene)	2
9	UNTERLEGSCHEIBE: M6 X 16 X 1,5, FLACH, SCHWARZ (Sitzpolster / Rückenpolster / Arretierstift-Baugruppe)	10
10	SCHRAUBE: M6 x 1,0-55, CR. RE, PAN HD (Sitzpolster / Sitzrückenpolster)	8
11	Schraube: M5 x 0,8 x 14, PHL, PAN, MS, ST, ZN (Konsole)	5
12	SCHRAUBE: M4,2 x 0,7; 6G6G x 19, DIN, PHL, PAN, AB, ST, ZB (Konsolenrückwandverkleidung)	2
13	TÜLLE: KUNSTSTOFF, #6 ODER #8 (Konsolenrückwandverkleidung)	2
14	SCHRAUBE: M6 X 1,0 X 16, ISK (SOC) (Arretierstift-Baugruppe)	2
15	SCHRAUBE: 10 X 6 UNS, HXW (Sechskantkopf mit Scheibenbund), L, B, ST, GR (Massekabel)	1
16	FERRITKERNE, ENTSTÖRUNG, GEHÄUSEKERN	1

## **Erforderliches Werkzeug**

- Ratsche
- Ratschenverlängerung
- Kartonschneider
- Kreuzschlitzschraubendreher
- 5-mm-Innensechskantschlüssel
- 11-mm-Schraubenschlüssel
- 8-mm-Steckschlüssel
- T40-Torx-Steckschlüssel
- 15-mm-Pedalschlüssel

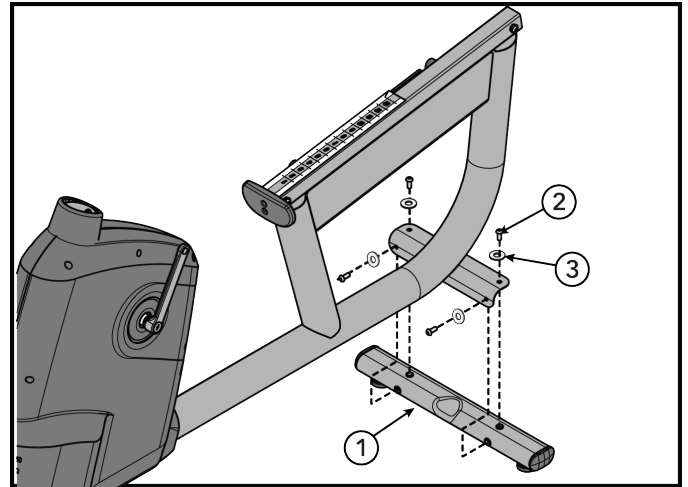
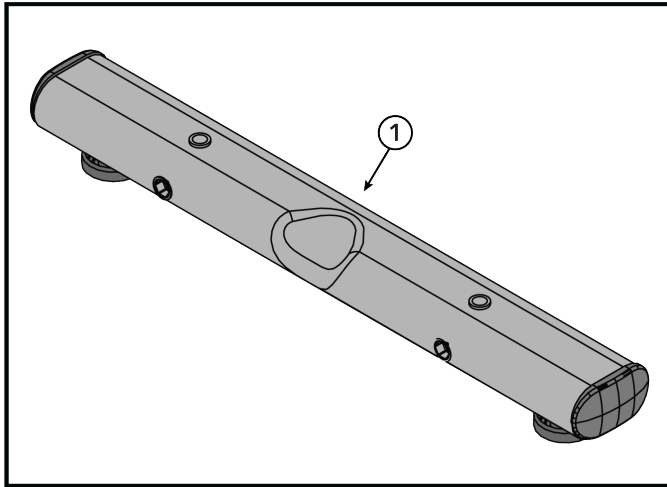
**HINWEIS:** Verwenden Sie KEINE Schlagschrauber zum Anziehen der Befestigungselemente.


## Hinteren Stabilisator befestigen

Der hintere Stabilisator ist an einer deutlichen Markierung zu erkennen, die ihn vom vorderen Stabilisator unterscheidet.

Schrauben Sie zur Befestigung des hinteren Stabilisators am Rahmen die Schrauben locker ein.

**HINWEIS:** ZIEHEN SIE DIE SCHRAUBEN NICHT FEST!

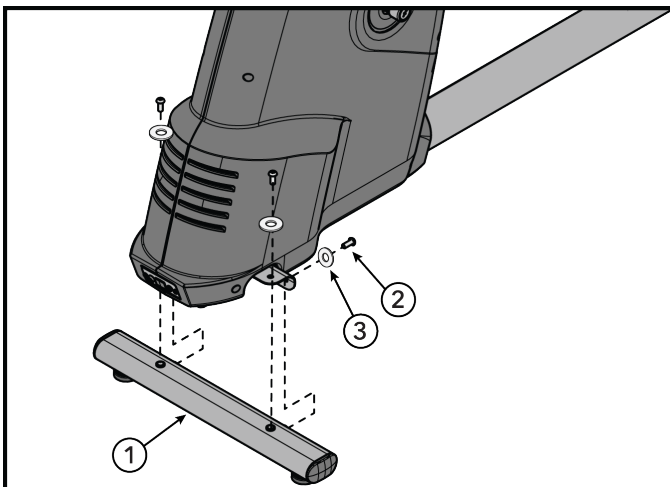



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Hinterer Stabilisator	1
2	SCHRAUBE: M8 × 1,25 6G6H × 20, BUT, TRX, CS, ST, ZB	4
3	UNTERLEGSCHIEBE, SITZANSCHLAG	4
	<b>SETZEN SIE DIE SCHRAUBEN LOSE EIN.</b> (2-3 UMDREHUNGEN)	

## Vorderen Stabilisator befestigen

Setzen Sie die Schrauben zur Befestigung des hinteren Stabilisators am Rahmen lose ein.

**HINWEIS:** ZIEHEN SIE DIE SCHRAUBEN NICHT FEST!



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Vorderer Stabilisator	1
2	SCHRAUBE: M8 × 1,25 6G6H × 20, BUT, TRX, CS, ST, ZB	4
3	UNTERLEGSCHIEBE, SITZANSCHLAG	4
	<b>SETZEN SIE DIE SCHRAUBEN LOSE EIN.</b> (2-3 UMDREHUNGEN)	

## Anzugsreihenfolge für die Befestigungselemente der Stabilisatoren

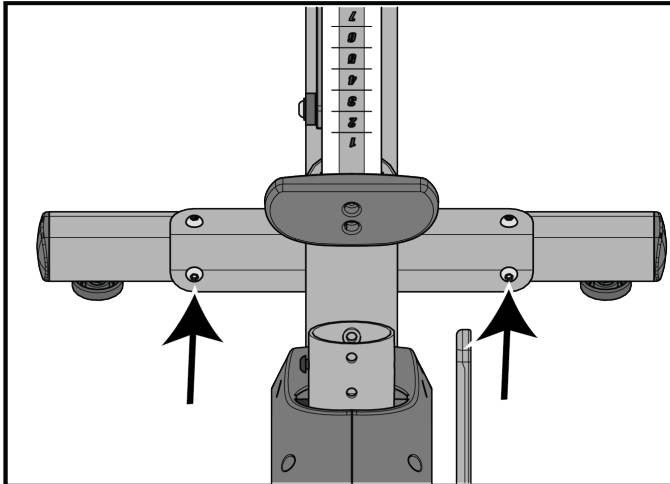
Befestigen Sie beide Stabilisatoren am Rahmen mithilfe eines T40-Torx-Steckschlüssels. Ziehen Sie die Befestigungselemente in der folgenden Reihenfolge fest:

1. Ziehen Sie die unteren Schrauben an beiden Stabilisatoren fest.

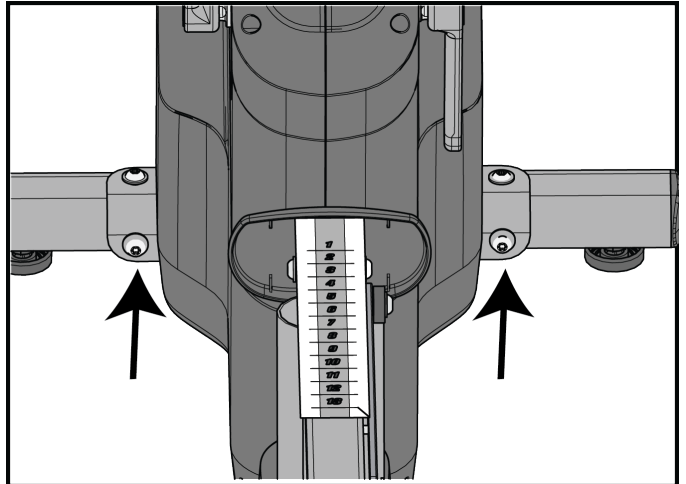


Ziehen Sie die Befestigungselemente mit 14,8 ft-lb / 20 Nm fest.

Hinterer Stabilisator - Untere Schrauben



Vorderer Stabilisator - Untere Schrauben

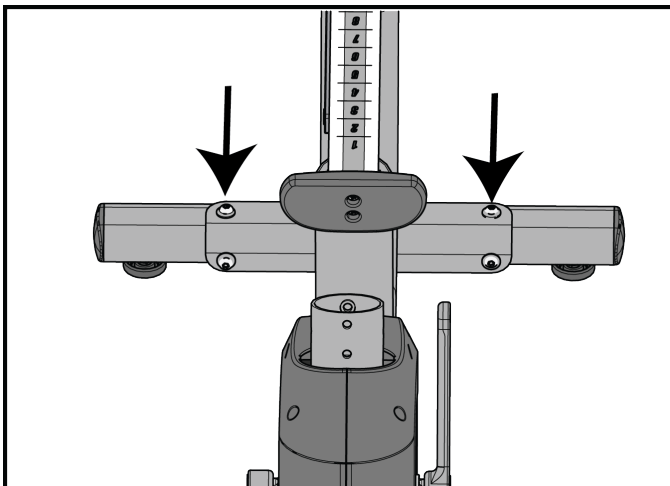


2. Ziehen Sie die oberen Schrauben an beiden Stabilisatoren fest.

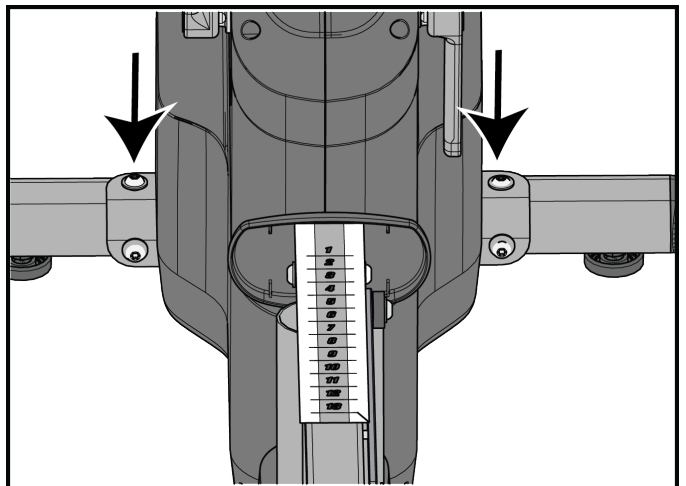


Ziehen Sie die Befestigungselemente mit 14,8 ft-lb / 20 Nm fest.

Hinterer Stabilisator - Obere Schrauben

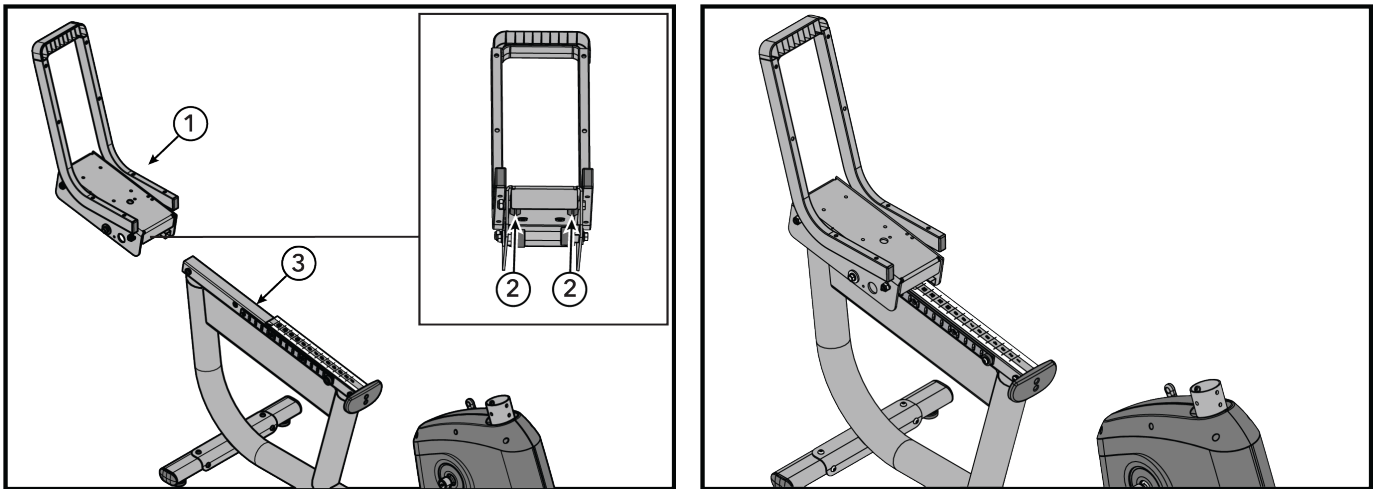


Vorderer Stabilisator - Obere Schrauben



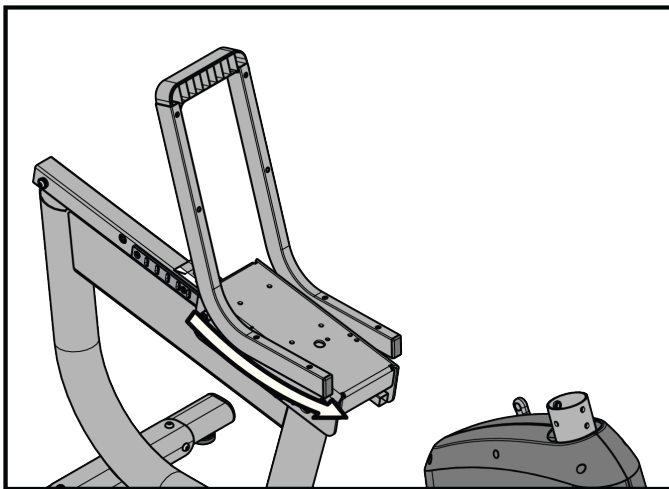
## Sitzschlitten installieren

1. Schieben Sie die vorderen Laufrollen des Sitzschlittens auf den Rahmen.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Sitzschlitten	1
2	Vordere Laufrollen	2
3	Rahmen	1

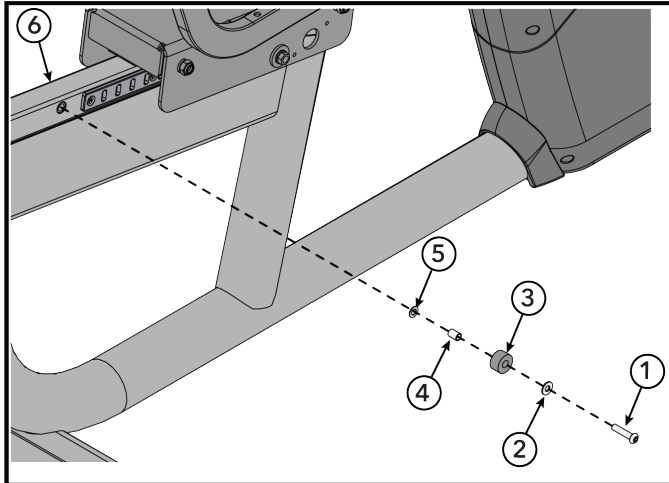
2. Schieben Sie den Sitzschlitten ganz nach vorne.



## Sitzanschlag befestigen

**WICHTIG:** Der Sitzschlitten muss vor der Installation des Sitzanschlages vollständig nach vorne geschoben werden.

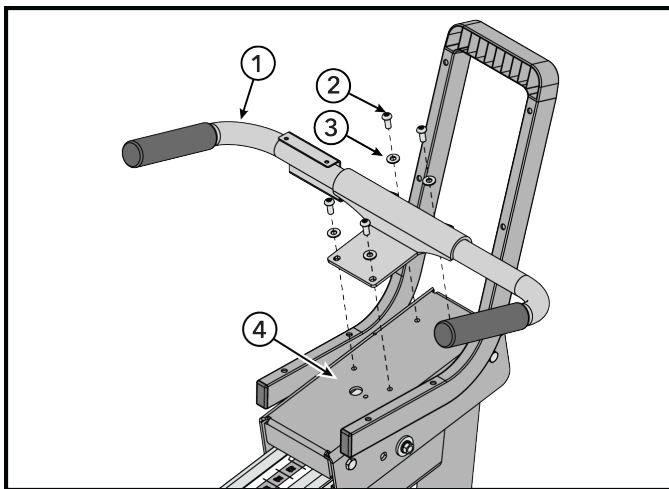
Befestigen Sie den Sitzanschlag mit einer Schraube am Rahmen mithilfe eines 5-mm-Innensechskantschlüssels.




Element	Beschreibung	Anzahl
1	SCHRAUBE: M8 × 35, HEX. SOC., TRUSS HD	1
2	UNTERLEGSCHIEBE, SITZANSCHLAG	1
3	ANSCHLAG, GUMMIPUFFER 1"	1
4	ABSTANDSHALTER, ROHR	1
5	UNTERLEGSCHIEBE, FLACH 8,4 x 24-2	1
6	Rahmen	
	<b>3,9 ft-lb / 5,3 Nm</b>	

## Sitzgriff befestigen

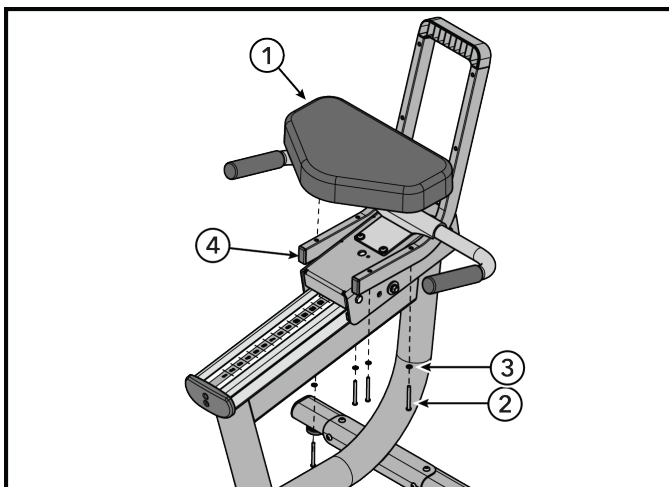
Befestigen Sie den Sitzgriff mit Schrauben am Sitzschlitten mithilfe eines T40-Torx-Steckschlüssels.




Element	Beschreibung	Anzahl
1	Sitzgriff	1
2	SCHRAUBE: M8 × 1,25 6G6H × 20, BUT, TRX, CS, ST, ZB	4
3	UNTERLEGSCHIEBE, SITZANSCHLAG	4
4	Sitzschlitten	1
	<b>14,7 ft-lb / 20 Nm</b>	

## Sitzpolster befestigen

Befestigen Sie das Sitzpolster mit Schrauben am Sitzschlitten mithilfe eines Kreuzschlitzschraubendrehers.

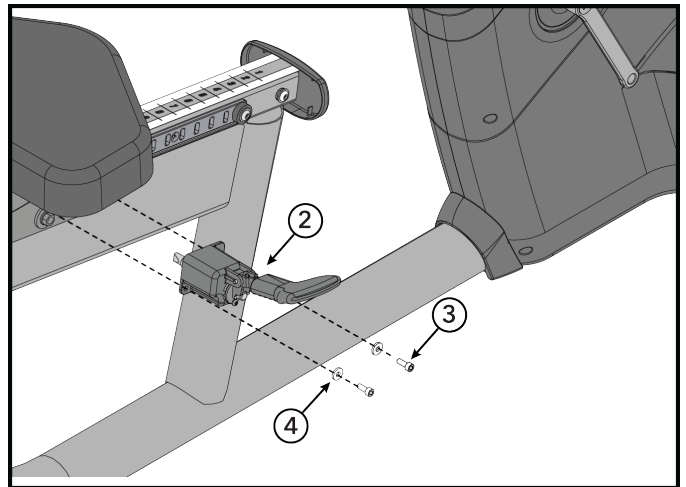
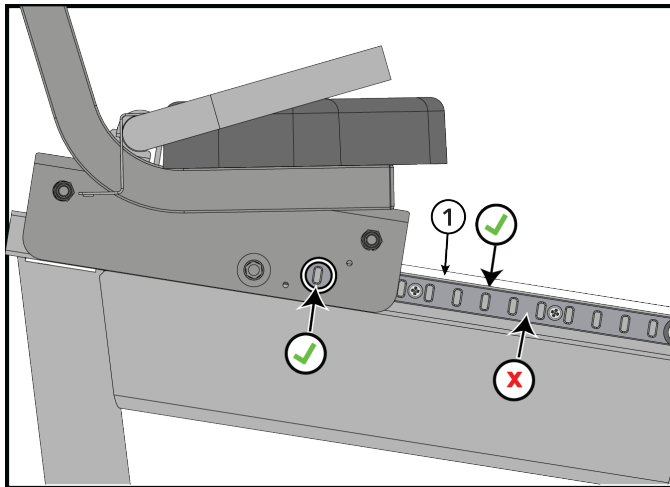



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Sitzpolster	1
2	SCHRAUBE: M6 × 1,0-55, CR. RE, PAN HD	4
3	UNTERLEGSCHIEBE: M6 X 16 X 1,5, FLACH, SCHWARZ	4
4	Sitzschlitten	1
	<b>1,6 ft-lb / 2,2 Nm</b>	

## Arretierstift-Baugruppe befestigen

**HINWEIS:** Richten Sie die Öffnung für die Position der Arretierstift-Baugruppe an einem der vertikalen Schlitzte im Sitzrack am Rahmen aus.

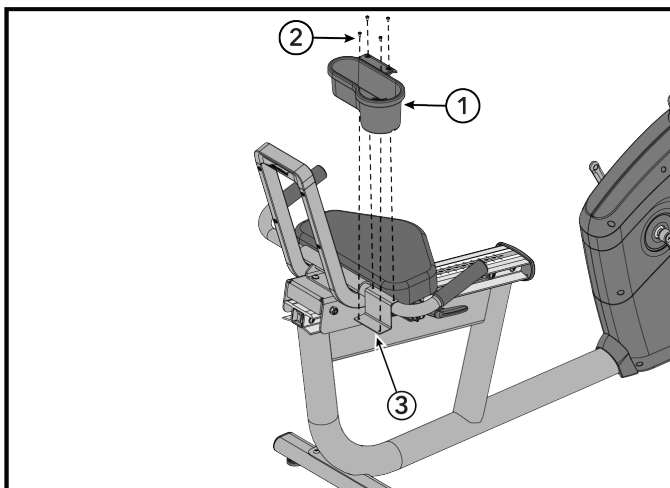
Befestigen Sie die Arretierstift-Baugruppe mithilfe eines Kreuzschlitzschraubendrehers mit Schrauben im Sitzrack.




Element	Beschreibung	Anzahl
1	Sitzrack	1
2	Arretierstift-Baugruppe	1
3	SCHRAUBE: M6 X 1,0 X 16, ISK (SOC)	2
4	UNTERLEGSCHIBE: M6 X 16 X 1,5, FLACH, SCHWARZ	2
	<b>1,5 ft-lb / 2 Nm</b>	

## Getränkehalter befestigen

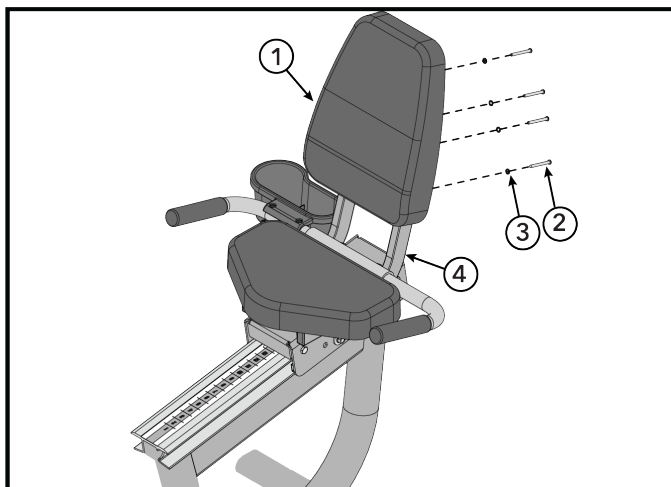
Ziehen Sie die Schrauben zur Befestigung des Getränkehalters an den geschweißten Sitzgriff mit einem Kreuzschlitzschraubendreher an.




Element	Beschreibung	Anzahl
1	Getränkehalter	1
2	SCHRAUBE, M5-0,8 X 8 PAN HD	4
3	Geschweißter Sitzgriff	1
	<b>10,6 in-lb / 1,2 Nm</b>	

## Rückenlehne befestigen

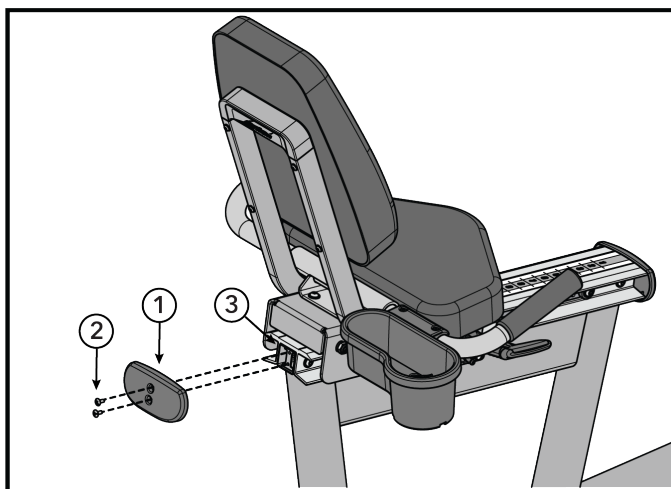
Befestigen Sie die Rückenlehne mit Schrauben am Sitzschlitten mithilfe eines Kreuzschlitzschraubendrehers.




Element	Beschreibung	Anzahl
1	Rückenlehne	1
2	SCHRAUBE: M6 x 1,0-55, CR. RE, PAN HD	4
3	UNTERLEGSCHIBE: M6 X 16 X 1,5, FLACH, SCHWARZ	4
4	Sitzschlitten	1
	<b>1,6 ft-lb / 2,2 Nm</b>	

## Hintere Endkappe der Sitzschiene befestigen

Schrauben Sie die hintere Endkappe der Sitzschiene mit einem Kreuzschlitzschraubendreher am Rahmen fest.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Hintere Endkappe der Sitzschiene	1
2	SCHRAUBE, PHL 5 MM x 12 MM	2
3	Rahmen	1
	<b>9,7 in-lb / 1,1 Nm</b>	

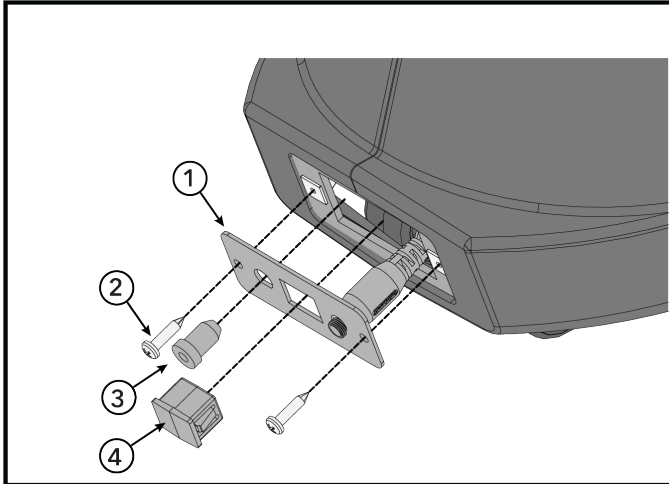
## SE4-Kabel am COM-Port-Panel installieren

Die folgende Anleitung beschreibt die Installation der Kabel für die SE4-Konsole. Wenn die SL-Konsole installiert wird, fahren Sie mit [Konsolen-Schweißbaugruppe befestigen](#) fort.

1. Entfernen Sie die Schrauben, mit denen das COM-Port-Panel am Grundrahmen befestigt ist, mit einem Kreuzschlitzschraubendreher.

**HINWEIS:** Befestigungselemente für die erneute Montage des COM-Port-Panels aufbewahren.

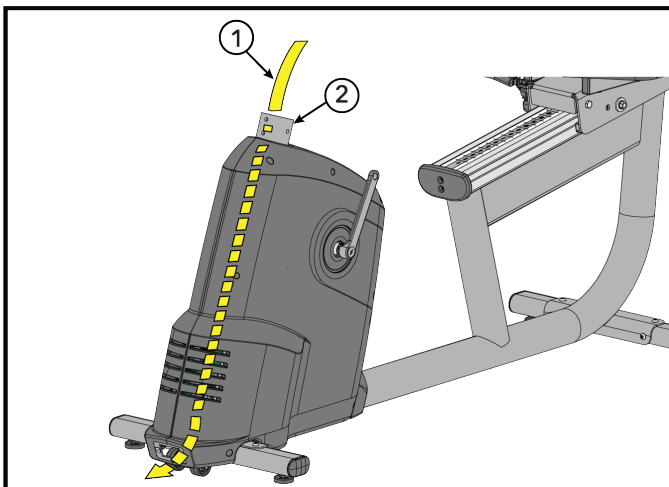
2. Entfernen Sie die Stecker vom COM-Port-Panel.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	COM-Port-Panel	1
2	SCHRAUBE: M4,2 × 0,7; 6G6G × 19, DIN, PHL, PAN, AB, ST, ZB	2
3	Stecker, Koaxialkabel	
4	Stecker, RJ45-Buchse	1

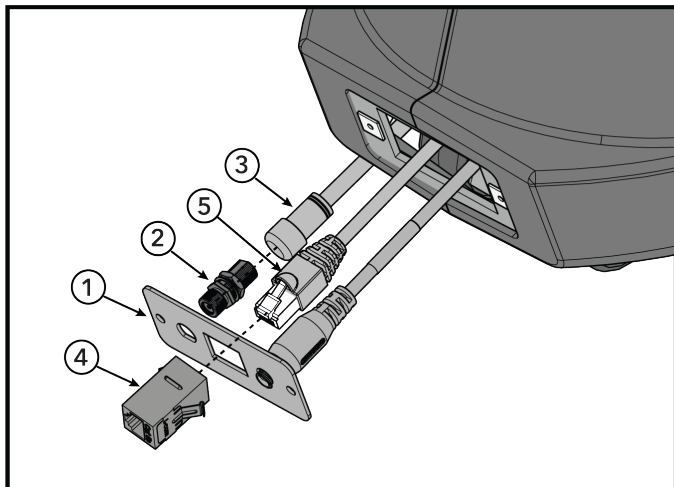
3. Führen Sie die SE4-Kabel durch den Grundrahmen nach unten und durch die Öffnung des COM-Port-Panels.

**TIPP:** Ein Zugdraht ist werkseitig im Rahmen vormontiert, um die Installation der SE4-Kabel zu erleichtern. Wickeln Sie den Zugdraht um die Enden der SE4-Kabel und ziehen Sie ihn von der gegenüberliegenden Seite durch den Rahmen, um die Kabel einzuführen.



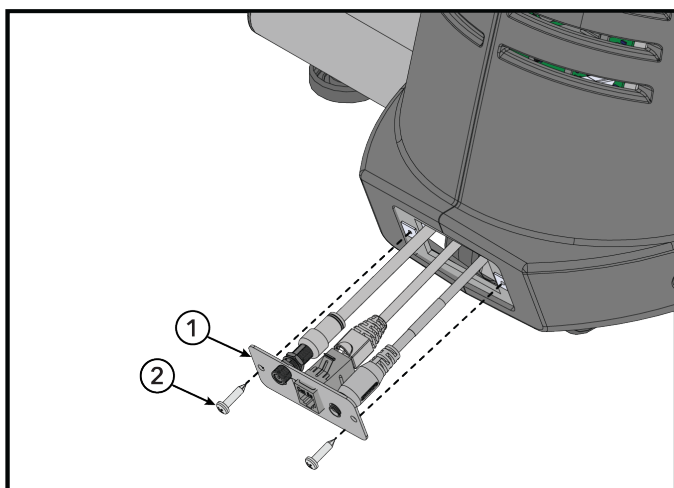
Element	Beschreibung	Anzahl
1	SE4-Kabel (CAT5E- und Koaxialkabel)	2
2	Rahmen	1


4. Stecken Sie die Kabel in die Kupplungen. Setzen Sie die Kupplungen in das COM-Port-Panel ein. Verwenden Sie für das Koaxialkabel einen 11-mm-Schlüssel.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	COM-Port-Panel	1
2	Kupplung, Koaxialkabel	1
3	Kabel, Koaxialkabel	1
4	Kupplung, CAT5E	1
5	Kabel, CAT5E	1

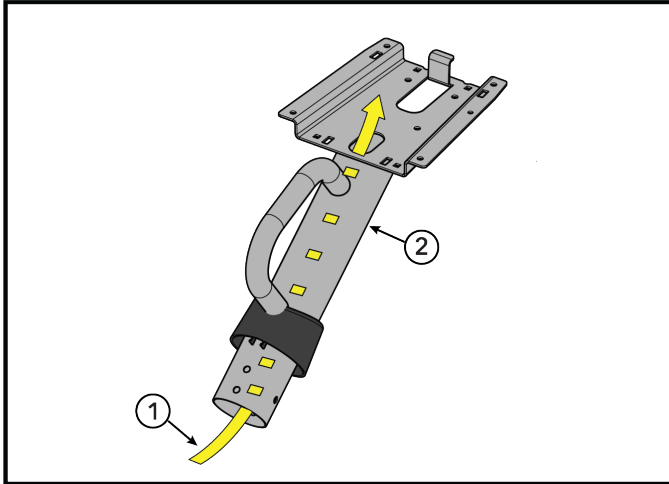
5. Befestigen Sie das COM-Port-Panel mit den Schrauben wieder am Grundrahmen und ziehen Sie diese mit einem Kreuzschlitzschraubendreher fest.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	COM-Port-Panel	1
2	SCHRAUBE: M4,2 × 0,7; 6G6G × 19, DIN, PHL, PAN, AB, ST, ZB	2
	<b>13 in-lb / 1,5 Nm</b>	

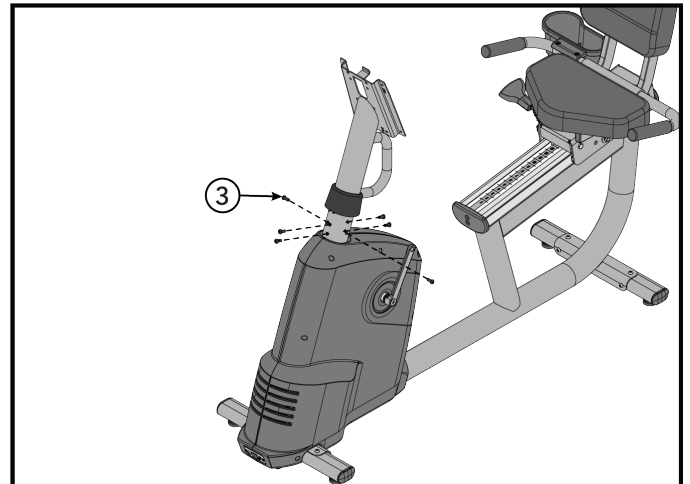
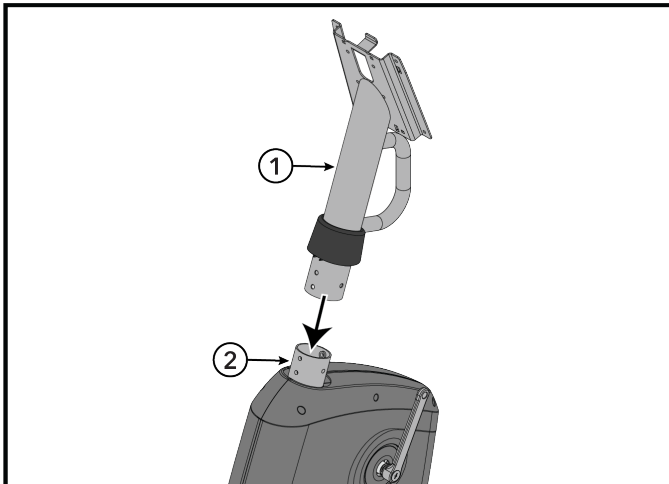
## Konsolen-Schweißbaugruppe befestigen


1. Trennen Sie die Kabelbinder, mit denen die Kabel zusammengefasst sind.
2. Führen Sie die Kabel am Konsolen-Schweißbaugruppe entlang nach oben.



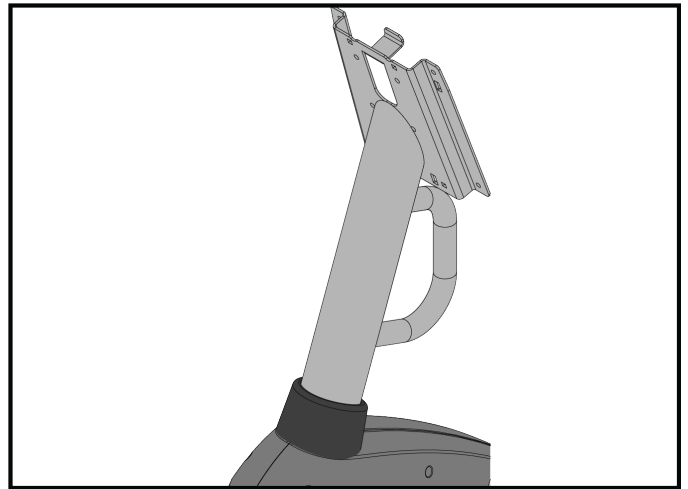
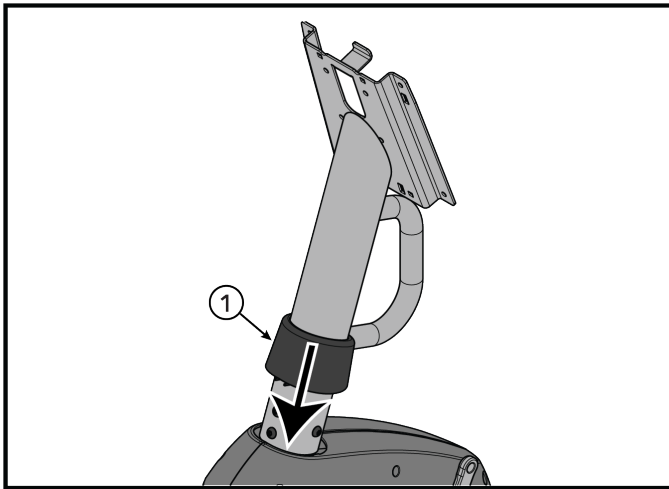
Element	Beschreibung	Anzahl
1	Kabel	-
2	Konsolen-Schweißbaugruppe	1

3. Befestigen Sie Konsolen-Schweißbaugruppe am Rahmen. Ziehen Sie die Schrauben zur Befestigung der Konsolen-Schweißbaugruppe am Rahmen mit einem T40-Torx-Schlüssel fest.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsolen-Schweißbaugruppe	1
2	Rahmen	1
3	SCHRAUBE: M8 × 1,25 6G6H × 20, BUT, TRX, CS, ST, ZB	1
	<b>3,9 ft-lb / 5,3 Nm</b>	

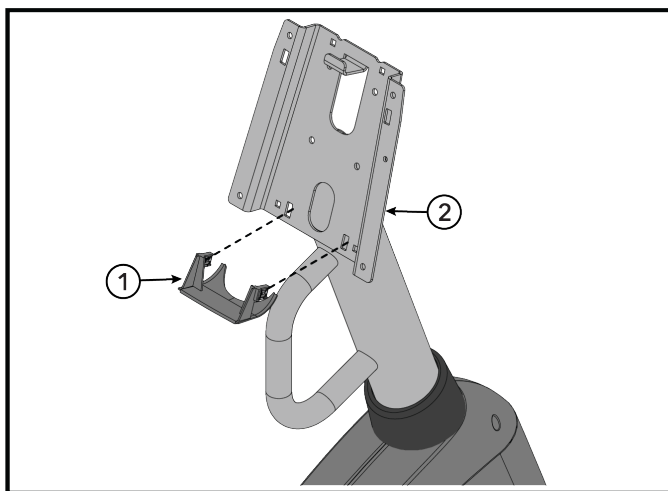
4. Die Konsolenabdeckung nach unten bis an die Abdeckungen drücken.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsolenabdeckung	1

### Untere Konsolenrückwandverkleidung befestigen

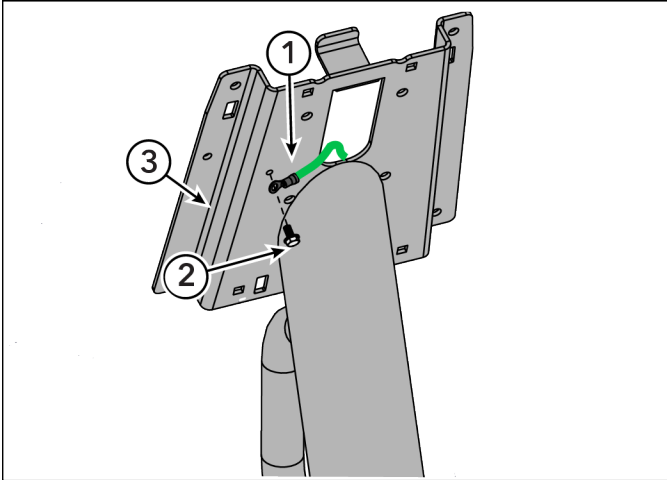
Rasten Sie die untere Konsolenrückwandverkleidung wieder am Konsolen-Schweißbaugruppe ein.




Element	Beschreibung	Anzahl
1	Untere Konsolenrückwandverkleidung	1
2	Konsolen-Schweißbaugruppe	1

## Massekabel installieren

Ziehen Sie die Schraube zur Befestigung des Massekabels am Konsolen-Schweißbaugruppe mit einem 8-mm-Steckschlüssel oder einem Kreuzschlitzschraubendreher fest.

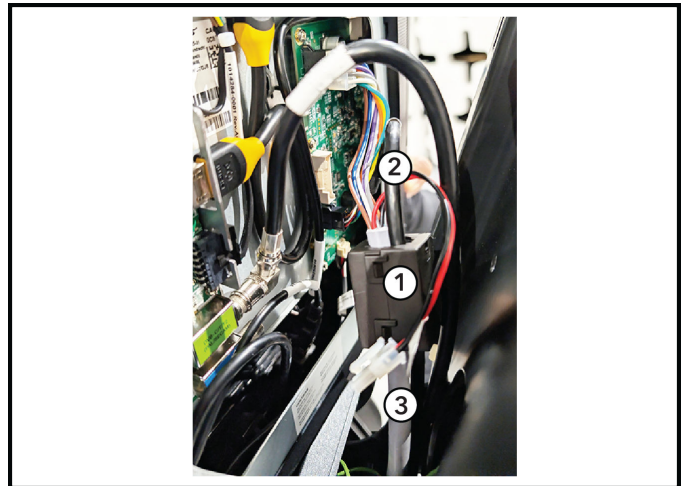
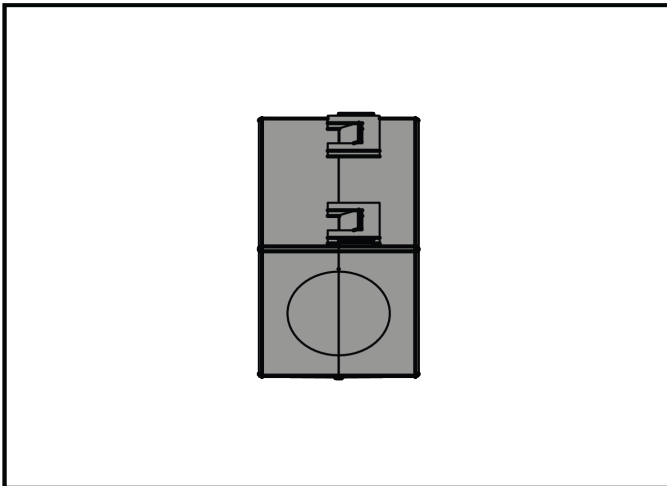


Element	Beschreibung	Anzahl
1	Massekabel	1
2	SCHRAUBE: 10 X 6 UNS, HXW (Sechskantkopf mit Scheibenbund), L, B, ST, GR	1
	2,6 ft-lb / 3,5 Nm.	
3	Konsolen-Schweißbaugruppe	1

## Montage der Ferritkerne

Montieren Sie die Ferritkerne am Basisstromkabel und am Basissignalkabel am unteren Ende der Konsolen-Schweißbaugruppe.

### Ferritkerne

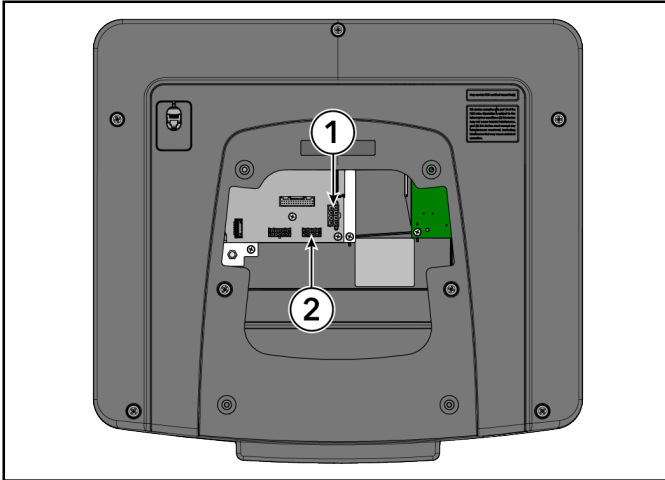


Element	Beschreibung	Anzahl
1	Ferritkerne: Entstörung, Gehäusekern	1
2	Kabel, Konsole zur Basis, Signal	1
3	Kabel, Konsole zur Basisstromversorgung	1

## Verbindungen Sockel zu Konsole

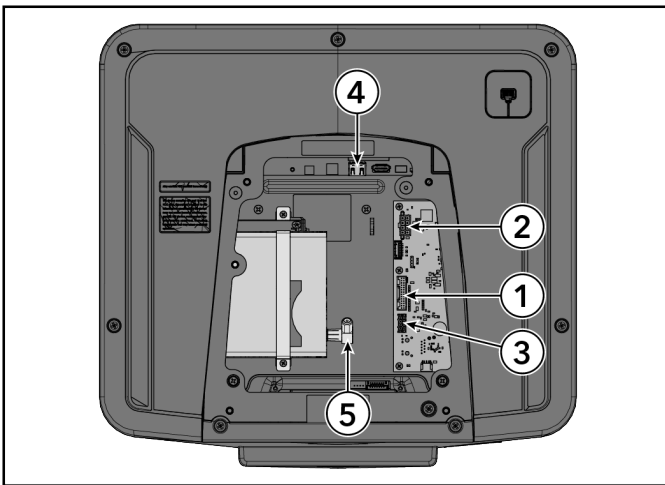
Verbinden Sie die Sockelkabel mit der Konsole.

### SL



Element	Beschreibung
1	Basisstromversorgung
2	Basis-Kommunikation

### SE4



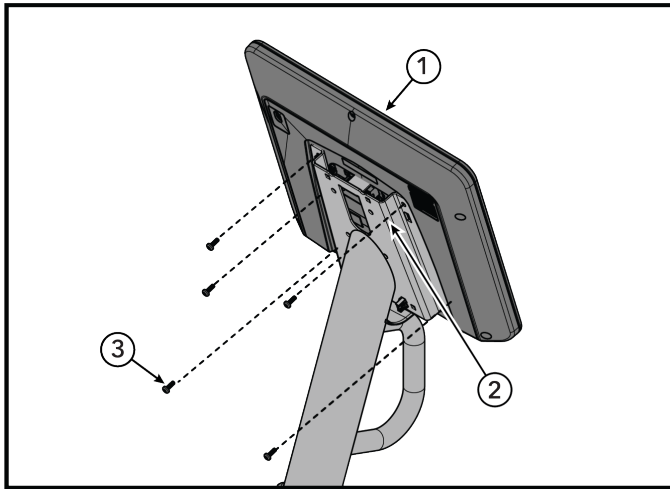
Element	Beschreibung
1	Sockelschnittstellenkabel
2	Basisstromversorgung
3	Basis-Kommunikation
4	Ethernet
5	Koaxialkabel


## Konsole befestigen: SL oder SE4

Bringen Sie die Schrauben mit einem Kreuzschlitzschraubendreher an, um die Konsole an der Konsolenschweißnaht zu befestigen.

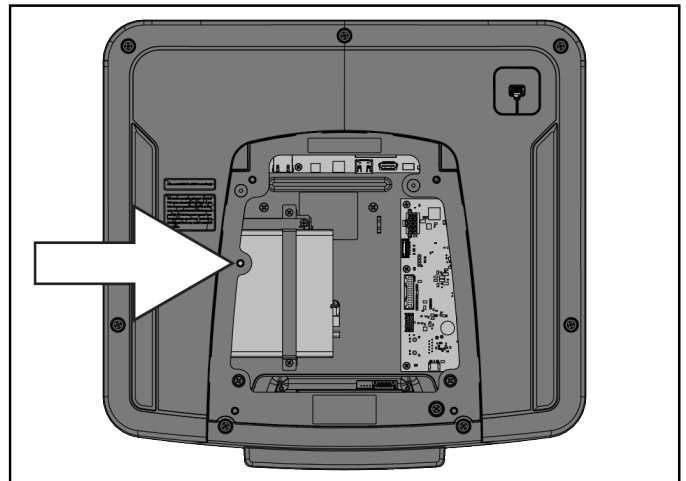
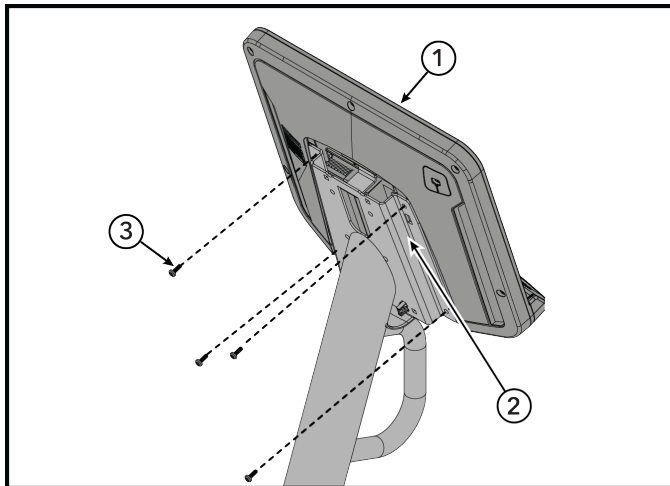
**HINWEIS:** Verwenden Sie den Haken oben am Konsolen-Schweißbaugruppe, um die Installation der Konsole zu erleichtern.

### SL-Konsole




Element	Beschreibung	Anzahl
1	SL-Konsole	1
2	Konsolen-Schweißbaugruppe	1
3	Schraube: M5 x 0,8 x 14, PHL, PAN, MS, ST, ZN	5
	<b>16,8 in-lb / 1,9 Nm</b>	

### SE4-Konsole

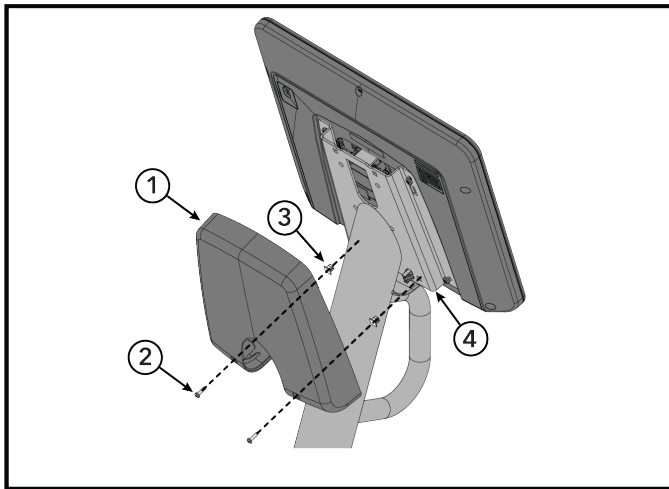



**HINWEIS:** Setzen Sie die Schraube an der markierten Position (neben dem Pfeil) nicht ein, wenn die SE4-Konsole über einen STB-Empfänger (Set-Top-Box-Synchronisation) verfügt! Die Schraube würde den STB-Empfänger im Inneren der Konsole treffen.

Element	Beschreibung	Anzahl
1	SE4-Konsole	1
2	Konsolen-Schweißbaugruppe	1
3	Schraube: M5 x 0,8 x 14, PHL, PAN, MS, ST, ZN	4
	<b>16,8 in-lb / 1,9 Nm</b>	

## Konsolenrückwandverkleidung befestigen

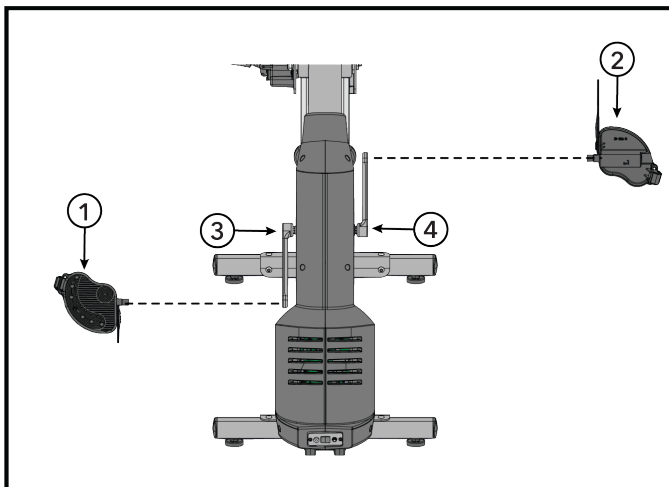
1. Setzen Sie die Kunststofffüllen in die beiden Bohrungen an der Rückseite der Konsolen-Schweißbaugruppe ein.
2. Clips an der Oberseite der Konsolenrückwandverkleidung in die entsprechenden Schlitzte der Konsolenverschweißung eindrücken.
3. Schrauben zur Befestigung der Konsolenrückwandverkleidung an die Konsolen-Schweißbaugruppe mit einem Kreuzschlitzschraubendreher eindrehen.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsolenrückwandverkleidung	1
2	SCHRAUBE: M4,2 × 0,7; 6G6G × 19, DIN, PHL, PAN, AB, ST, ZB	2
3	TÜLLE: KUNSTSTOFF, #6 ODER #8	2
4	Konsolen-Schweißbaugruppe	1
	<b>9,7 in-lb / 1,1 Nm</b>	

## Pedale befestigen

Schrauben Sie das rechte und linke Pedal in die rechten und linken Kurbelarme. Verwenden Sie einen 15-mm-Pedalschlüssel.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Montage: Rechtes Pedal	1
2	Montage: Linkes Pedal	1
3	Rechter Kurbel	1
4	Linker Kurbel	1

## Prüfen Sie das Gerät auf ordnungsgemäße Funktion

# 5. Spezifikationen

## Produktspezifikationen

Verwendungszweck	Starke Beanspruchung / gewerbliche Nutzung, EN ISO 20957 Klasse S
	Privatgebrauch EN ISO 20957 Klasse H
Maximales Benutzergewicht	181 kg / 400 lb
Pedalgröße	6,56 in. x 5,5 in. / 16,6 cm x 14 cm
Widerstandsstufen	26
Antriebstyp	Generator/Riemen
Stromversorgung	Siehe Abschnitt <a href="#">Elektrischer Leistungsbedarf</a>
Kabelloses Aufladen <b>Nur für SE4-Konsole</b>	Qi Kabelloses Induktionsladen <ul style="list-style-type: none"><li>• Aufladefläche: 50 mm x 80 mm (ca. 2 in. x 3 in.)</li><li>• Reaktionszeit beim Aufladen: Weniger als 3 Sekunden</li><li>• Maximale Leistung: 10 W</li><li>• Kompatibilität mit dem Ladeprotokoll: Qi-Schnellaufladung</li></ul>
Kabellose Kommunikation	BT, NFC, Apple & Samsung Watch Kompatibilität, ANT+, RFID, Kabellose Konnektivität

	<b>Geräteabmessungen (ohne Konsole)</b>
Länge	66,4 in. / 168,68 cm
Breite	26,68 in. / 67,8 cm
Höhe	48,5 / 123,2 cm
Gewicht	173 lb / 78,4 kg

# 6. Reparatur und technische Daten

## Vorbeugender Wartungsplan

Element	Wöchentlich	Monatlich	Halbjährlich
Konsolenabdeckungen	Reinigen		Prüfen
Getränkhalter / Zubehörablagen	Reinigen	Prüfen	
Befestigungsbolzen Konsole			Prüfen
Befestigungselemente			Prüfen
Rahmen/Sitzstange	Reinigen		Prüfen
Kunststoffabdeckungen	Reinigen	Prüfen	
Einstellfüße		Kontrollieren/Einstellen	
Pedale/Riemen	Reinigen	Prüfen	

## Tipps zur Wartung und Pflege

**HINWEIS:** Die Sicherheit des Geräts ist nur garantiert, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß untersucht wird. Bei defekten Teilen darf das Gerät erst wieder nach deren Reparatur bzw. Austausch benutzt werden. Achten Sie besonders auf den Zustand von Verschleißteilen (siehe unten).

Folgende Tipps zu Wartung und Pflege stellen die Funktionsfähigkeit des Geräts sicher:

- Stellen Sie das Gerät an einem kühlen, trockenen Ort auf.
- Reinigen Sie die Display-Konsole und alle Außenflächen mit zugelassenen oder geeigneten Reinigungsmitteln (siehe zugelassene und verträgliche Reinigungsmittel) und einem Mikrofasertuch.
- Lange Fingernägel können die Konsole beschädigen oder verkratzen. Betätigen Sie die Konsolentasten daher mit den Fingerkuppen.
- Reinigen Sie die Pedaloberflächen regelmäßig.

**HINWEIS:** Verwenden Sie zum Reinigen der Außenflächen keine Scheuermittel und nur ein weiches Baumwolltuch. Reinigungsmittel auf keinen Fall direkt auf Teile des Geräts auftragen.

## Zugelassene und verträgliche Reinigungsmittel

Es wurden zwei bevorzugte Reinigungsmittel von Zuverlässigkeitsexperten genehmigt: PureGreen 24 und Gym Wipes. Beide Reiniger entfernen sicher und wirksam Schmutz, Verunreinigungen und Schweiß vom Gerät. PureGreen 24 und die Antibacterial Force-Formel von Gym Wipes sind wirksame Desinfektionsmittel gegen MRSA und H1N1.

PureGreen 24 ist als Spray erhältlich und lässt sich vom Fitnessstudio-Personal mühelos anwenden. Geben Sie das Spray auf ein Mikrofasertuch und wischen Sie das Gerät ab. Verwenden Sie PureGreen 24 auf dem Gerät mindestens 2 Minuten zur allgemeinen Desinfektion und mindestens 10 Minuten zur Bekämpfung von Pilzen und Viren.

Gym Wipes sind große, strapazierfähige, vorbefeuchtete Tücher zur Reinigung des Geräts vor und nach dem Training. Verwenden Sie Gym Wipes zur allgemeinen Desinfektion mindestens 2 Minuten lang auf dem Gerät.

Um diese Reinigungsmittel zu bestellen, wenden Sie sich an unseren Kundendienst (1-800-351-3737 oder per E-Mail an: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)).

Das Display und alle äußeren Oberflächen können auch mit einer milden Seife oder einem nicht scheuernden Haushaltsreiniger gereinigt werden. Verwenden Sie ausschließlich ein weiches Mikrofasertuch. Tragen Sie das Reinigungsmittel vor der Reinigung auf das Mikrofasertuch auf. VERWENDEN SIE KEINE Ammoniak- oder säurehaltigen Reinigungsmittel. VERWENDEN SIE KEINE scheuernden Reinigungsmittel. VERWENDEN SIE KEINE Papierhandtücher. Reinigungsmittel NICHT direkt auf die Geräteoberflächen auftragen.

# Fehlerbehebung beim Polar® Herzfrequenz-Brustgurt

## Herzfrequenzanzeige fehlerhaft oder nicht vorhanden

Mögliche Ursache	Abhilfe
Brustgurtsender nicht feucht genug, um genaue Herzfrequenzwerte zu ermitteln.	Die Brustgurtelektroden anfeuchten.
Elektroden des Brustgurtsenders liegen nicht flach auf der Haut auf.	Sicherstellen, dass die Brustgurtelektroden flach auf der Haut aufliegen.
Brustgurtsender verschmutzt.	Den Brustgurtsender mit milder Seifenlauge reinigen.
Brustgurtsender nicht korrekt konfiguriert.	Die Konfiguration des Brustgurtsenders erfolgt, indem Sie ihn zuerst 30,5 cm (1 Fuß) in die Nähe des Empfängers bringen. Der Empfänger befindet sich in der Konsole. Nachdem die Herzfrequenz auf der Konsole angezeigt wird, erweitert sich die Reichweite auf 91,4 cm (3 Fuß).
Brustgurtbatterie leer.	Wenden Sie sich für Anweisungen zum Austausch des Brustgurtes an den Kundendienst.

## Abnormal hohe Herzfrequenzwerte

Mögliche Ursache	Abhilfe
Elektromagnetische Störungen durch: <ul style="list-style-type: none"><li>• Fernsehgeräte bzw. Antennen</li><li>• Mobiltelefone</li><li>• Computer</li><li>• Autos</li><li>• Hochspannungsleitungen</li><li>• Motorbetriebene Fitnessgeräte</li></ul>	Das Fitnessgerät etwas von der potenziellen Störungsquelle weg bewegen bzw. die Störungsquelle etwas vom Fitnessgerät weg bewegen, bis die Herzfrequenzwerte richtig angezeigt werden.

## Recyceln des Akkus - SL-Konsole

Entfernen und recyceln Sie die wiederaufladbare Batterie, bevor Sie dieses Produkt am Ende seiner Nutzungsdauer entsorgen. Trennen Sie die Stromversorgung (*falls angeschlossen*), bevor Sie die Batterie entfernen. Für den Zugang zur Batterie entfernen Sie die rechte Kurbel, Einzelsäulenabdeckungen und die rechte Hauptabdeckung. Zum Ausbau der Batterie das Kabel abklemmen und die beiden Schrauben entfernen, mit denen die Batterie befestigt ist.

## Know-how

### Grundlagenwissen

Ausführliche Informationen finden Sie unter <https://lfn.fit/KnowledgeBase>.

### Service und Reparatur

1. Überprüfen Sie betreffende Problem und schlagen Sie in der Betriebsanleitung nach. Ein Problem kann manchmal dadurch verursacht werden, dass Sie mit dem Produkt und seinen Eigenschaften und Programmen noch nicht vertraut sind.
2. Die Seriennummer des Geräts befindet sich auf dem Rohr an der Vorderseite des Rahmens unterhalb der Endkappe der Extrusion. Notieren Sie diese Nummer. Siehe [Etikettenpositionen](#).
3. Wenden Sie sich an den Kundendienst unter <http://www.lifefitness.com>.

### Software-Updates

Das Gerät enthält integrierte Software, die für den ordnungsgemäßen Betrieb und die Sicherheit unerlässlich ist. Um Funktionalität, Sicherheit und Garantieabdeckung zu gewährleisten, muss die Gerätesoftware mit allen vom Hersteller bereitgestellten Updates, Patches und Upgrades („Updates“) auf dem aktuellen Stand gehalten werden.

1. Benachrichtigung und Überwachung - Der Eigentümer/Betreiber muss (a) beim Hersteller eine gültige E-Mail-Adresse registrieren und aufrechterhalten, um Benachrichtigungen über Aktualisierungen zu erhalten, oder (b) regelmäßig die vom Hersteller vorgesehene Website auf veröffentlichte Aktualisierungs-Hinweise prüfen. Die Nichterfüllung einer der beiden Anforderungen entbindet den Eigentümer/Betreiber nicht von der Verpflichtung, Aktualisierungen zu installieren.
2. Aktualisierungsmethode - Aktualisierungen werden über den sicheren elektronischen Vertriebskanal des Herstellers bereitgestellt. Der Eigentümer/Betreiber muss die bereitgestellten Anweisungen für die ordnungsgemäße Installation und Implementierung befolgen.
3. Verantwortung für die Einhaltung - Die Pflicht, sich über Aktualisierungen auf dem Laufenden zu halten, liegt ausschließlich beim Eigentümer/Betreiber. Die Benachrichtigungspflicht des Herstellers gilt als erfüllt, wenn der Hinweis an die registrierte E-Mail-Adresse gesendet oder auf der dafür vorgesehenen Aktualisierungs-Website veröffentlicht wird.
4. Folgen der Nichtbeachtung - Die Nichtinstallation von Aktualisierungen kann folgende Konsequenzen haben:
  - Ungültige oder eingeschränkte Garantieabdeckung.
  - Aussetzung des technischen Supports.
  - Verminderte Geräteleistung oder Sicherheitsrisiken.
  - Der Hersteller lehnt jede Haftung für daraus resultierende Verletzungen, Schäden oder Verluste ab.

# 7. Garantie

## Garantieinformationen

Um auf die Garantieinformationen zuzugreifen, verwenden Sie bitte den untenstehenden Link oder scannen Sie den QR-Code.

<http://lifefitness.com/warranties>



# 8. Versionshinweise

## Aktualisierungen des Benutzerhandbuchs

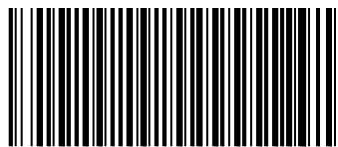
### 1. Februar 2026 (Rev AB)

Thema	Änderungen
Link zu zusätzlichen Online-Informationen	Hinzugefügt
Titelseite	Aktualisiert für Atmos-Liegerad
	Hinzugefügt: Benutzerhandbuch
Sicherheitsanweisungen	Hinzugefügt: Der Eigentümer der Ausrüstung ist dafür verantwortlich, den Benutzern sämtliche Warnhinweise und Anweisungen zur Verfügung zu stellen.
	Formulierung aktualisiert: Freistehende Geräte sind auf einer ebenen, stabilen und waagerechten Fläche aufzustellen.
Befestigungselemente	Hinzugefügt: Ferritkerne
Montage der Ferritkerne	Neuer Montageschritt
Konsole befestigen	Bild und Thema zur SE4-Konsole auf 4 Schrauben aktualisiert.
Rückenlehne befestigen	Drehmomentwert aktualisiert
Sitzpolster befestigen	Drehmomentwert aktualisiert
Arretierstift-Baugruppe befestigen	Drehmomentwert aktualisiert
SE4-Kabel am COM-Port installieren	Hinzugefügt: HINWEIS zum Zugdraht
Reparatur und technische Daten	Hinzugefügt: Thema Software-Aktualisierung
Spezifikationen	Hinzugefügt: 26 Widerstandsstufen









1028284-0007