

# Cybex - R Serie Sitzergometer

## Montageanleitung

---



Teilenummer  
1008126-0007 AC

**CYBEX®**



10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • USA  
847.288.3300 • FAX: 847.288.3703  
Service-Tel.: 800.351.3737 (gebührenfrei in den U.S.A. und Kanada)  
Globale Website: [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com)

## Internationale Niederlassungen

### NORD- UND SÜDAMERIKA

#### Nordamerika

##### Cybex International Inc.

10601 W Belmont Ave  
Franklin Park, IL 60131 U.S.A.  
Telefon: (847) 288 3300  
E-Mail Kundendienst: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/  
Marketing: [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

10601 W Belmont Ave  
Franklin Park, IL 60131 U.S.A.  
Telefon: (847) 288 3300  
E-Mail Kundendienst: [customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)  
E-Mail Vertrieb/  
Marketing: [commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

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

#### Niederlande und Luxemburg

##### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
DIE NIEDERLANDE  
Telefon: (+31) 180 646 666  
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)

#### Großbritannien

##### Life Fitness UK LTD

Queen Adelaide  
Ely, Cambs, CB7 4UB  
Telefon: Zentrale (+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 5,1ªª  
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)

#### Belgien

##### Life Fitness Benelux NV

Parc Industriel de Petit-Rechain  
4800 Verviers  
BELGIUM  
Telefon: (+32) 87 300 942  
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)

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

##### Life Fitness Atlantic BV

Bijdorpplein 25-31  
2992 LB Barendrecht  
DIE NIEDERLANDE  
Telefon: (+31) 180 646 644  
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  
Service-E-Mail: [service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[hongkong.sales@lifefitness.com](mailto:hongkong.sales@lifefitness.com)

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

##### 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  
Service-E-Mail: [service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)  
Vertrieb/Marketing E-Mail:  
[hongkong.sales@lifefitness.com](mailto:hongkong.sales@lifefitness.com)

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

# Link Benutzer und Service-Dokumente

---

<https://lifefitness9512.zendesk.com/hc/en-us>

<https://lfworld.lifefitness.com>

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 የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä.

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

Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω.

מידע נוסף זמין באופן מקוון 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

## Sicherheit

Sicherheitsanweisungen.....	4
-----------------------------	---

## Erste Schritte

Standort und Stabilisierung des aufrechten Fahrradergometers.....	6
Anforderungen an die elektrische Stromversorgung (anwendbar für Geräte mit externer Stromversorgung).....	7
Optionale externe Stromversorgung.....	7
Prüfen Sie die Stromversorgung der Konsole - 50L Konsole.....	8
Technische Daten.....	8

## Übersicht

Produkteigenschaften.....	9
Anschlüsse.....	9
Einstellen der Pedalschlaufen.....	10
Einstellen des Sitzes.....	11

## Reparatur und technische Daten

Vorbeugender Wartungsplan.....	12
Tipps zur Wartung und Pflege.....	12
Zugelassene und verträgliche Reinigungsmittel.....	12
Tipps zur Problemlösung des telemetrischen Brustgurtsystems Polar®.....	13
Fehlerbehebung in Bezug auf die Lifepulse™-Sensoren.....	14
Service und Reparatur.....	14
Recyceln der Batterie.....	14

## Aufbau

Befestigungselemente und erforderliche Werkzeuge.....	15
Bevor Sie beginnen.....	16
Einzelsäule am Unterteil befestigen.....	17
Befestigen des linken Verkleidungsteils an der Einzelsäule.....	18
Befestigen des rechten Teils der Einzelsäulenabdeckung am linken Teil.....	18
Anbringen der Handgriffabdeckungen.....	19
Kabelverbindungen Sockel zu Konsole - 50L.....	20
Kabelverbindungen Sockel zu Konsole - 70T.....	20
Bringen Sie die Konsole und die hintere Konsolenabdeckung an.....	20

Cybox® und das Cybox-Logo sind eingetragene Warenzeichen von Cybox International, Inc.

**HAFTUNGSAUSSCHLUSS:** Cybox International, Inc. gibt keine Zusicherungen oder Garantien in Bezug auf den Inhalt dieses Handbuchs. Wir behalten uns das Recht vor, dieses Dokument jederzeit zu überarbeiten oder Änderungen am hierin beschriebenen Produkt ohne vorherige Ankündigung und ohne Verpflichtung dazu, irgendeine Person hiervon in Kenntnis zu setzen, vorzunehmen.

© Copyright 2022, Life Fitness, LLC. All Rights Reserved. Life Fitness, Hammer Strength, Cybox, 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.

10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 800-351-3737 • 847-288-3700 •


[www.cyboxintl.com](http://www.cyboxintl.com) • 1008126-0007 AC • 2022

# Sicherheit

## Sicherheitsanweisungen


 Alle Anweisungen vor der Verwendung des Geräts lesen.

 **ACHTUNG:** 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 Family of Brands 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 ist, brechen Sie Ihr 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 habe eine Batterie heruntergeschluckt, 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 nicht gesichertem Batteriefach benutzt werden.
- Altbatterien sicher und schnell entsorgen. Auch entladene Batterien sind immer noch potenziell gefährlich.
- Informieren Sie andere über die mit Knopfzellen verbundenen Risiken und wie sie ihre Kinder schützen können.

 **WARNUNG:** Lassen Sie zwischen dem breitesten Teil des Fahrradergometers und anderen Objekten auf beiden Seiten mindestens 41 cm. Lassen Sie vor und hinter dem Fahrradergometer mindestens 0,9 m und im Aufstiegsbereich 0,6 m Platz.

 **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.

- 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 Zubehörlage oder im Getränkehalter. Empfehlenswert sind Flaschen mit Deckel.

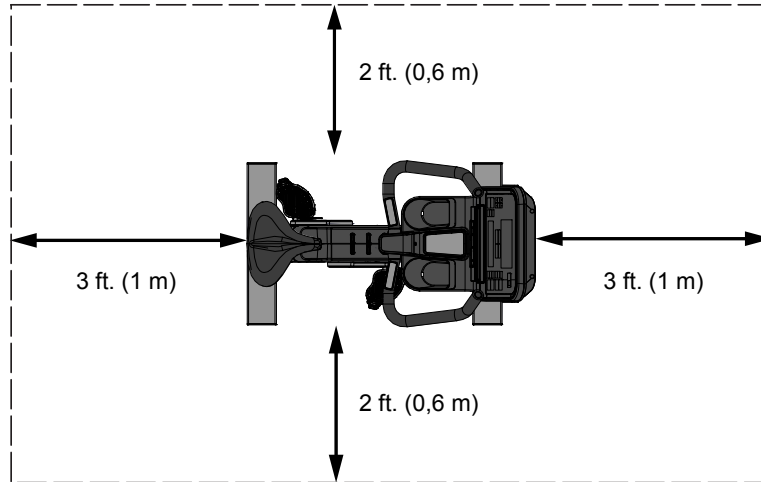
- Trainieren Sie niemals barfuß. Tragen Sie stets geeignete Schuhe. Tragen Sie Sportschuhe mit geeigneten Sohlen aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien. Tragen Sie keine Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes. Achten Sie darauf, dass sich keine Steine in den Sohlen befinden.
- 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 Kinder gedacht. Kinder unter 14 Jahren von dem Gerät fernhalten.
- 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 diesem Handbuch. Verwenden Sie nur vom Hersteller empfohlenes Zubehör.
- Frei stehende Geräte müssen auf einer stabilen und ebenen Oberfläche installiert werden.
- Setzen oder stellen Sie sich nicht auf die Kunststoffverkleidung.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Sie auf das Fahrradergometer steigen bzw. vom Fahrradergometer absteigen. Halten Sie sich zur Stabilisierung am Handlauf fest.
- Lesen Sie alle Warnhinweise auf dem 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 Family of Brands ist nicht für fehlende oder beschädigte Warnaufkleber verantwortlich.

# Erste Schritte

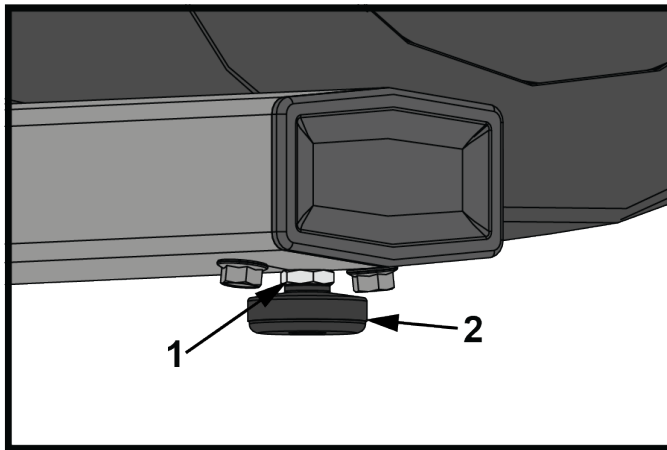
## Standort und Stabilisierung des aufrechten Fahrradergometers

Lesen Sie das gesamte Benutzerhandbuch, bevor Sie das Fahrradergometer 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. Lockern Sie die Kontermutter mit einem M17-Maulschlüssel und senken Sie den Einstellfuß durch Drehen auf den Boden ab. 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)

- Die nur mit der 50L Konsole ausgestatteten Geräte haben einen Eigenantrieb.
- Die mit der 50L Konsole ausgestatteten Geräte können mit einer optionalen 12 V DC externen Stromversorgung verwendet werden. Die Verwendung eines aufsetzbaren TV-Bildschirms erfordert eine externe 12-V-Stromversorgung.
- Die mit der 70L Konsole ausgestatteten Geräte müssen eine 24 V DC externe Stromversorgung verwenden.

 **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
50L	95 bis 264 V AC	47 - 63 Hz	12 V DC	3 A
50L mit aufsetzbaren TV-Monitor	95 bis 264 V AC	47 - 63 Hz	12 V DC	5 A
70T	95 bis 264 V AC	47 - 63 Hz	24 V DC	3,5 A

Ausgangsspannung	Betriebsstätten Steckdose u. Trennschalter (Ampere)
120 V AC	20 (nicht mehr als 10 Fahrradergometer pro Unterbrecher)
230 V AC	12 (nicht mehr als 10 Fahrradergometer pro Unterbrecher)

**ANMERKUNG:** 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.

**ANMERKUNG:** 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.


### Optionale externe Stromversorgung

Die optionale externe Versorgungsfunktion 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 Pedalumdrehungsrate wählen, die unter dem Mindestwiderstand liegt, ohne dass die Stromversorgung der Konsole unterbrochen wird.

1. Stecken Sie das Netzkabel in die externe Buchse an der Vorderseite des Fahrradergometers.
2. Den Steckverbinder bis zur sicheren Befestigung fest am Gerät anziehen.
3. Stecken Sie das andere Ende des Netzkabels in eine Wechselstrom-Steckdose.

Verwenden Sie nur die von Cybex zur Verfügung gestellte externe Stromversorgung, um einen unsicheren Betrieb zu vermeiden.

**ANMERKUNG:** Geräte mit der 50L Konsole verwenden eine 12 V DC Stromversorgung. Die 70T Konsole verwendet eine 24 V DC Stromversorgung. Die Elektronik des Unterteils ist so konstruiert, dass der Konsolentyp vor Freigabe der Stromversorgung bestimmt wird, sodass eine Versorgung mit einer inkorrekten Betriebsspannung ausgeschlossen ist.

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

Diese Option muss durch ein optionales Kit bestellt werden. Zum Bestellen wenden Sie sich bitte an den Kundendienst.

## Prüfen Sie die Stromversorgung der Konsole - 50L Konsole

Die 50L Konsole wird von einem wiederaufladbaren 6-Volt-Akku oder einer optionalen 12 V DC Stromversorgung gespeist. Die 70T Konsole ist nur mit einem 24 V DC Steckernetzgerät verwendbar.

Prüfen Sie den Akku durch Drücken der Taste **START / grüner Pfeil**. Die Konsole sollte automatisch piepen und aufleuchten. 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 Pedalumdrehungen 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 *Cybex*. Andernfalls ist der Betrieb ggf. nicht sicher.

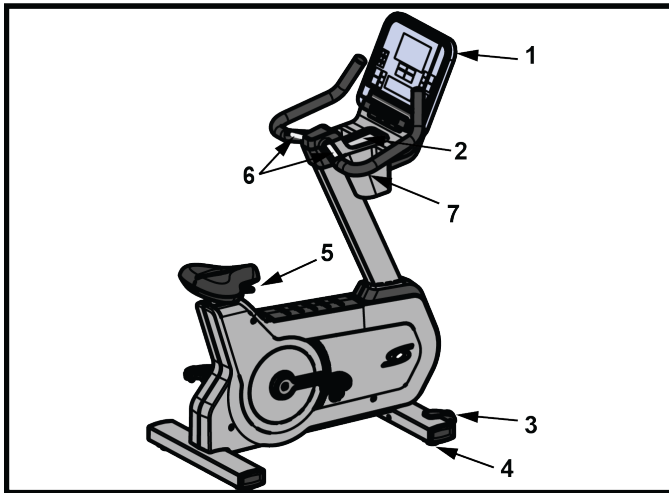
### Technische Daten

Verwendungszweck	Starke Beanspruchung bei gewerblicher Nutzung, EN ISO 20957 Klasse SA
Maximales Benutzergewicht	181 kg / 400 lbs.
Pedalgröße	5 in. x 5,5 in. / 12,7 cm x 14 cm
Antriebstyp	Bandriemen
Stromversorgung	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die nur mit der 50L Konsole ausgestatteten Geräte haben einen Eigenantrieb.</li> <li>Die mit der 50L Konsole ausgestatteten Geräte können mit einer optionalen 12 V DC externen Stromversorgung verwendet werden. Die Verwendung eines aufsetzbaren TV-Bildschirms erfordert eine externe 12-V-Stromversorgung.</li> <li>Die mit der 70L Konsole ausgestatteten Geräte müssen eine 24 V DC externe Stromversorgung verwenden.</li> </ul>
Herzfrequenzüberwachung	Patentiertes digitales Lifepulse™ Herzfrequenz-Sensorsystem und Polar®-kompatibles telemetrisches Herzfrequenz-Überwachungssystem

	Geräteabmessungen (mit Konsole)	Versandmaße (ohne Konsole)
Länge	41,7 in. / 106 cm	48 in. / 122 cm
Breite	24 in. / 61 cm	27,5 in. / 70 cm
Höhe	59,5 in. / 151,3 cm	52 in. / 132 cm
Gewicht	78,9 kg / 174 lbs. (ohne Konsole)	88 kg / 194 lbs.

# Übersicht

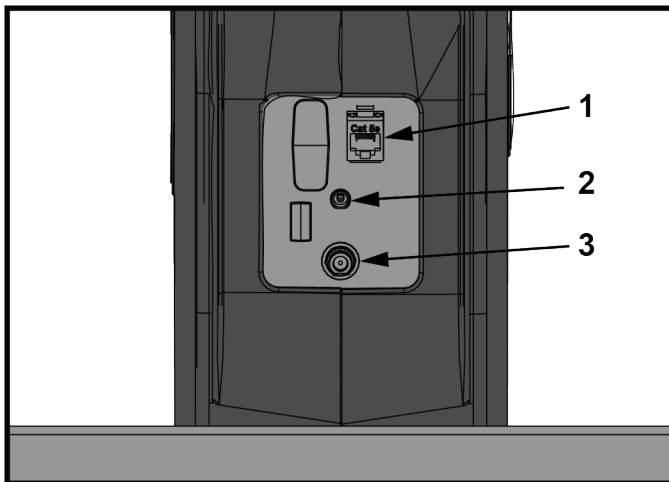
## Produkteigenschaften



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsole	1
2	Ablagefach	1
3	Rad	2
4	Einstellfüße	4
5	Sitzeinstellhebel	1
6	Herzfrequenz-Handsensoren	2
7	Getränkehalter	2

## Anschlüsse

Die folgende Anschlussbuchse befindet sich an der Vorderseite des Fahrradergometers.

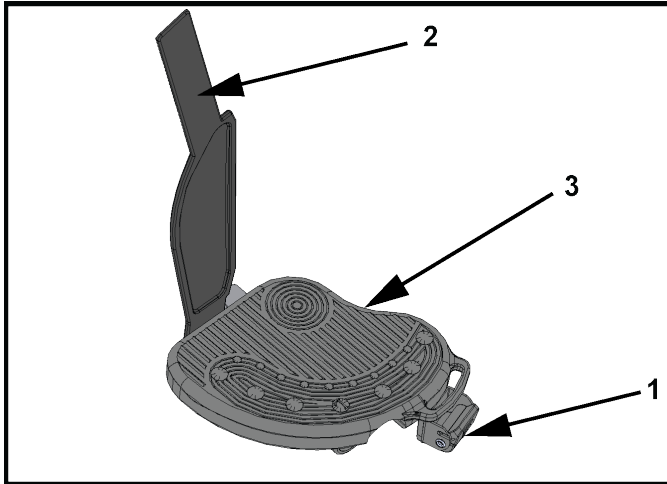


Element	Beschreibung	Anzahl
1	CAT5e Netzwerk / Ethernet (nur 70T Konsole)	1
2	Netzeingang	1
3	koaxialer Anschluss	1

## 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.



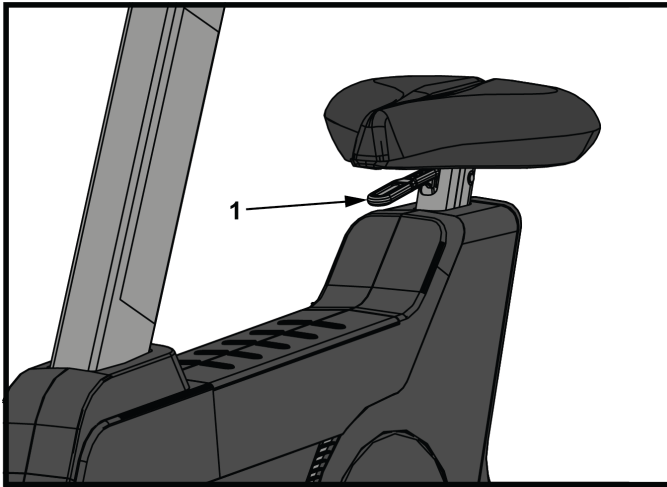
Element	Beschreibung	Anzahl
1	Schnappverschluss	2
2	Gurt	2
3	Pedal	2

## 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, auf dem Sitz zu rutschen oder die Hüfte zwanghaft auszustrecken. Die Knie müssen am tiefsten Pedalpunkt leicht angewinkelt sein.

Wenn der Sitz tiefer eingestellt werden muss, ziehen Sie bitte den federbelasteten Einstellgriff unterhalb der vorderen Sitzseite heraus. Halten Sie den Griff und die Vorderseite des Sitzes mit einer Hand fest und greifen Sie die Rückseite des Sitzes mit der anderen Hand. Schieben Sie Griff und Sitz je nach Bedarf in die richtige Stellung. Lassen Sie die Verschlussstange los, um die Arretierung abzuschließen. Schieben Sie den Sitz vorsichtig etwas nach oben oder unten, um sicherzustellen, dass die Position arretiert ist. Prüfen Sie die Sitzentfernung und justieren Sie diese nach Bedarf.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Sitzeinstellhebel	1

Wenn der Sitz höher eingestellt werden muss, halten Sie diesen fest und ziehen Sie ihn nach oben in die gewünschte Position. Wenn der Sitz in eine höhere Position verstellt wird, muss der Benutzer den Einstellgriff nicht hochziehen.

**⚠ ACHTUNG:** Stellen Sie den Sitz nicht beim Treten der Pedale oder im Sitzen ein. Dadurch können Verletzungen verursacht werden oder das Training wird als unangenehm empfunden.

# Reparatur und technische Daten

## Vorbeugender Wartungsplan

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

## Tipps zur Wartung und Pflege

**ANMERKUNG:** 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.

**ANMERKUNG:** 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 den Experten zugelassen: PureGreen 24 und Gym Wipes. Beide Reiniger befreien das Gerät sicher und wirksam von Schmutz, Verunreinigungen und Schweiß. PureGreen 24 und die Antibacterial Force-Formel der Gym Wipes sind wirksame Desinfektionsmittel gegen MRSA und H1N1.

PureGreen 24 ist als Spray erhältlich und kann von den Studiomitarbeitern ohne großen Aufwand eingesetzt werden. Geben Sie das Spray auf ein Mikrofasertuch und wischen Sie das Gerät ab. Tragen Sie zu allgemeinen Desinfektionszwecken PureGreen 24 mindestens zwei Minuten lang auf das Gerät auf, zur Eindämmung von Pilz- und Virenbefall mindestens zehn Minuten lang.

Gym Wipes sind großformatige Feuchttücher für die Reinigung des Geräts vor und nach dem Workout. Reinigen Sie das Gerät zu allgemeinen Desinfektionszwecken mindestens zwei Minuten lang mit den Gym Wipes.

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)).

Die Anzeige und alle Oberflächen können auch mit einer milden Seifenlauge oder einem nicht scheuernden Haushaltsreiniger gereinigt werden. Verwenden Sie ausschließlich ein weiches Mikrofasertuch. Tragen Sie das Reinigungsmittel vor der Reinigung auf das Mikrofasertuch auf. KEINE Ammoniak- oder säurehaltigen Reinigungsmittel verwenden. KEINE scheuernden Reinigungsmittel verwenden. KEINE Papierhandtücher verwenden. Tragen Sie die Reinigungsmittel NICHT direkt auf die Oberflächen des Geräts auf.

## **Tipps zur Problemlösung des telemetrischen Brustgurtsystems Polar®.**

### **Herzfrequenzanzeige fehlerhaft oder nicht vorhanden**

<b>Mögliche Ursache</b>	<b>Abhilfe</b>
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.	Um den Brustgurtsender zu konfigurieren, halten Sie das Gerät zunächst innerhalb eines 30-cm-Abstandes vom Empfänger. Der Empfänger befindet sich in der Konsole. Nachdem die Herzfrequenz auf der Konsole angezeigt wird erweitert sich der Bereich zu 1 Meter.
Brustgurtbatterie leer.	Wenden Sie sich zum Austausch des Brustgurtes an den Kundendienst.

### **Abnormal hohe Herzfrequenzwerte**

<b>Mögliche Ursache</b>	<b>Abhilfe</b>
Elektromagnetische Störungen durch Fernsehgeräte und/oder Antennen.	Das Fitnessgerät etwas von der potenziellen Störungsquelle weg bewegen bzw. die Störungsquelle etwas vom Fitnessgerät weg bewegen, bis die Herzfrequenzwerte richtig angezeigt werden.
Elektromagnetische Störungen durch Handys.	
Elektromagnetische Störungen durch Computer.	
Elektromagnetische Störungen durch Fahrzeuge.	
Elektromagnetische Störungen durch Hochspannungsleitungen.	
Elektromagnetische Störungen durch motorbetriebene Fitnessgeräte.	

## **Fehlerbehebung in Bezug auf die Lifepulse™-Sensoren**

---

Bei fehlerhafter oder fehlender Herzfrequenzanzeige folgendermaßen vorgehen:

- Hände abtrocknen, um ein Abrutschen zu verhindern.
- Legen Sie die Hände während des Trainings auf die in den Haltegriffen integrierten Sensoren.
- Die Sensoren fest umfassen.
- Konstanten Druck auf die Sensoren ausüben.

## **Service und Reparatur**

---

1. Ermitteln Sie das Störungssymptom und lesen Sie die relevanten Stellen im Benutzerhandbuch 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 aufschreiben; die Nummer befindet sich auf der vorderen Stabilisationsstange.
3. Wenden Sie sich an den Kundendienst unter <http://www.lifefitness.com>.

## **Recyclen der Batterie**

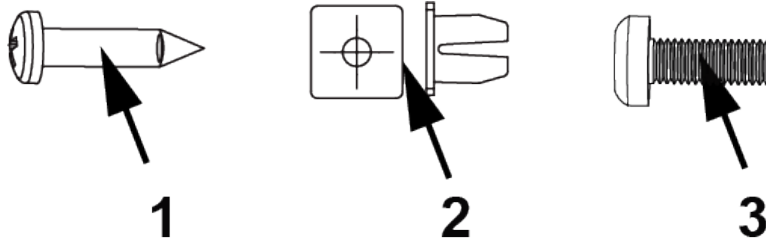
---

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.

# Aufbau

## Befestigungselemente und erforderliche Werkzeuge

### Befestigungselemente



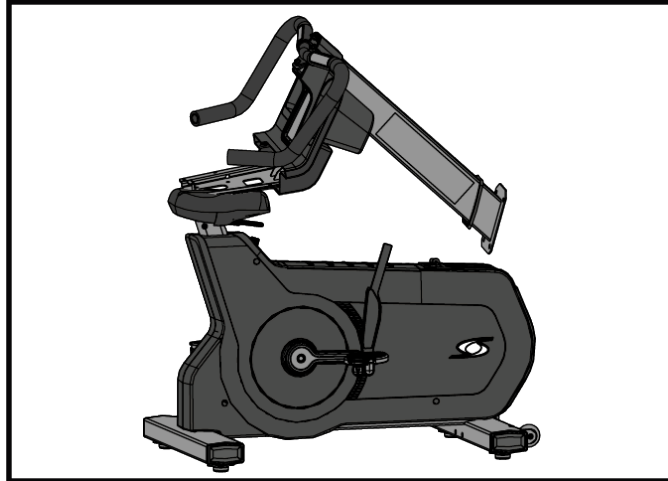
Element	Beschreibung	Anzahl
1	M4,2 X 19 Kreuzschlitz-Flachkopfschrauben	3
2	Kunststofffülle	2
3	M5 x 14 Kreuzschlitz-Flachkopfschraube	5

### Benötigtes Werkzeug:

- 13-mm-Buchse
- Kreuzschlitzschraubendreher

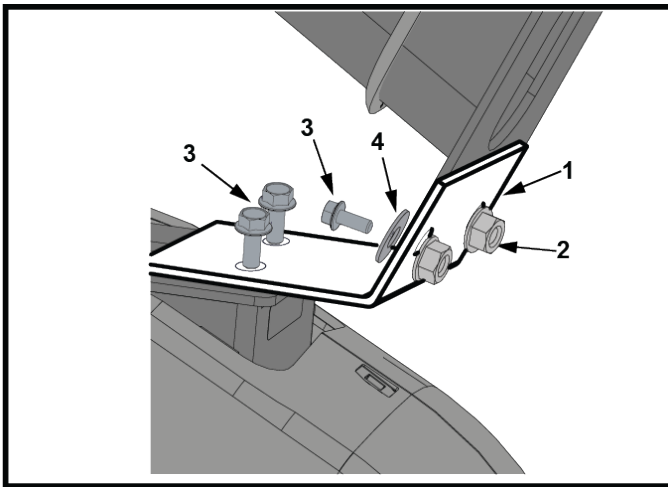
## Bevor Sie beginnen

Die Einzelsäule wird so positioniert, dass die Rückseite der Konsolen-Stützschißung auf dem Sitz des Ergometers liegt. Der Sitz ist auf der untersten Position eingestellt.



1. Entfernen und entsorgen Sie den Metallbügel, der die Einzelsäule am Unterteil hält. Verwenden Sie einen 13-mm-Steckschlüssel, um die vier M8-Schrauben, zwei Kunststoffscheiben und zwei M8-Sechskantmutter zu entfernen, mit denen die Einzelsäule an der Halterung befestigt ist. Verwenden Sie den 13-mm-Steckschlüssel auch, um die M8-Sechskantmutter zu entfernen, die die Metallhalterung an dem Unterteil halten.

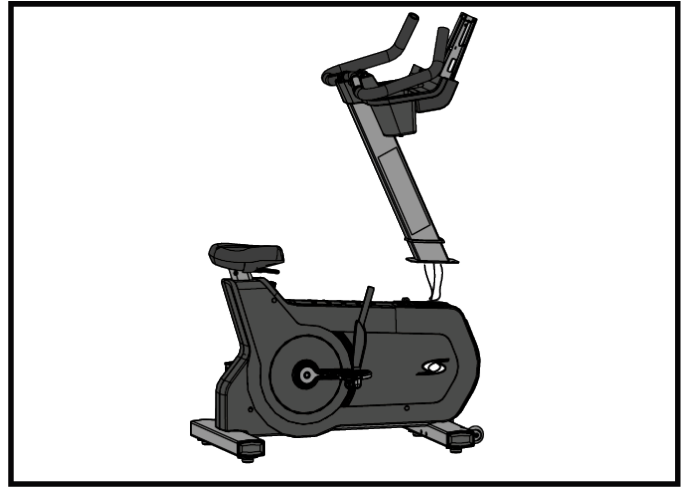
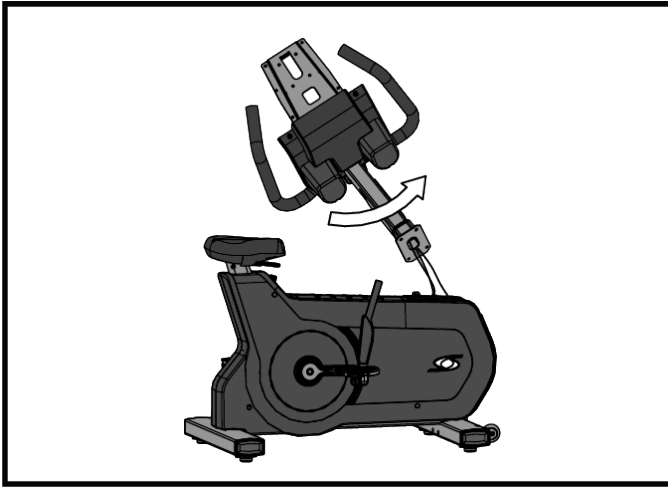
**ANMERKUNG:** Entsorgen Sie die vier M8-Sechskantmutter und die beiden Kunststoffunterlegscheiben. Bewahren Sie die M8-Schrauben zur Wiederverwendung auf.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Metallhalterung entsorgen	1
2	M8-Sechskantmutter entsorgen	2
3	M8-Schraube	4
4	Kunststoffscheiben entsorgen	2

- Greifen Sie die Griffstangen. Heben Sie die Einzelsäule an und drehen Sie diese **GEGEN DEN UHRZEIGERSINN**.

**ANMERKUNG:** Drehen Sie die Einzelsäule **NICHT** im Uhrzeigersinn! Dadurch können sich die Kabel verdrehen.



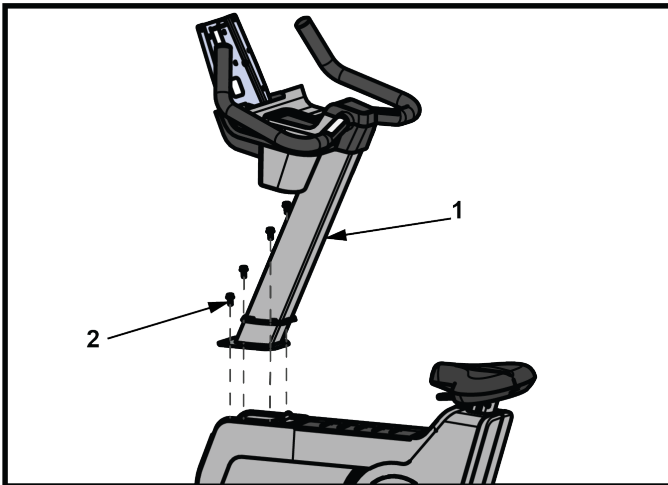
### **Einzelsäule am Unterteil befestigen**

**!** **ACHTUNG:** Entfernen Sie alle Schutzabdeckungen/sämtliches Klebeband von der Einzelsäule und der Konsolen-Stützsweißkonstruktion vor der Befestigung am Unterteil! Wenn die Schutzabdeckungen und/oder das Klebeband nicht entfernt werden, kann dies zu einer unsachgemäßen Erdung führen!

- Drücken Sie den überschüssigen Kabelstrang zurück in das Einzelsäulenrohr.

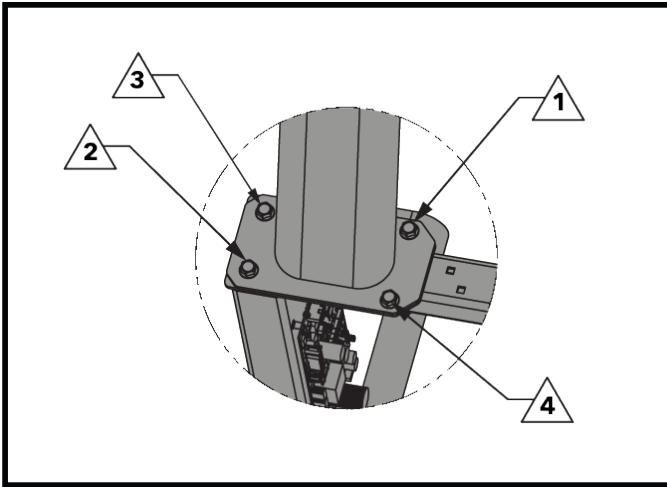
**ANMERKUNG:** Vermeiden Sie Quetschungen des Kabelstranges.

- Befestigen Sie die Einzelsäule mithilfe von vier Schrauben am Unterteil.

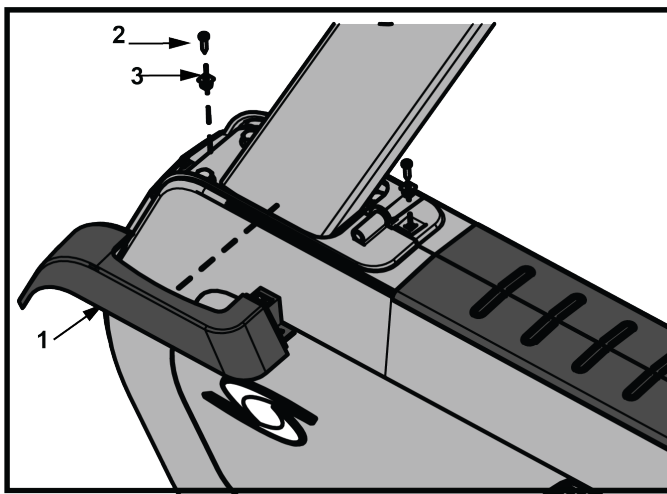



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Einzelsäule	1
2	M8 X 20 Flanschkopfschraube <i>Verwenden Sie die zuvor entfernten Schrauben wieder.</i>	4

3. Beachten Sie beim Anziehen der Schrauben die Reihenfolge der Nummerierung. Anzugsmoment: 37 Nm (27 ft. lbs.)



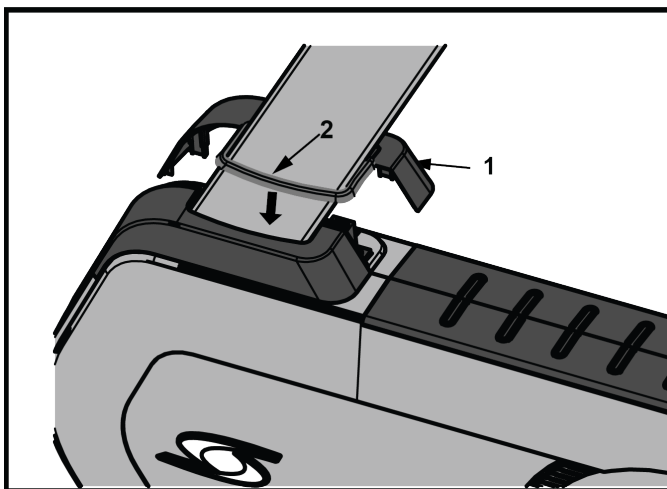
### Befestigen des linken Verkleidungsteils an der Einzelsäule



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Einzelsäulenverkleidung	1
2	M4,2 X 19 Kreuzschlitz-Flachkopfschrauben	2
3	Kunststofffülle	2
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

### Befestigen des rechten Teils der Einzelsäulenabdeckung am linken Teil

Befestigen Sie die Laschen der rechten Einzelsäulenverkleidung in den entsprechenden Aussparungen der linken Einzelsäulenverkleidung.

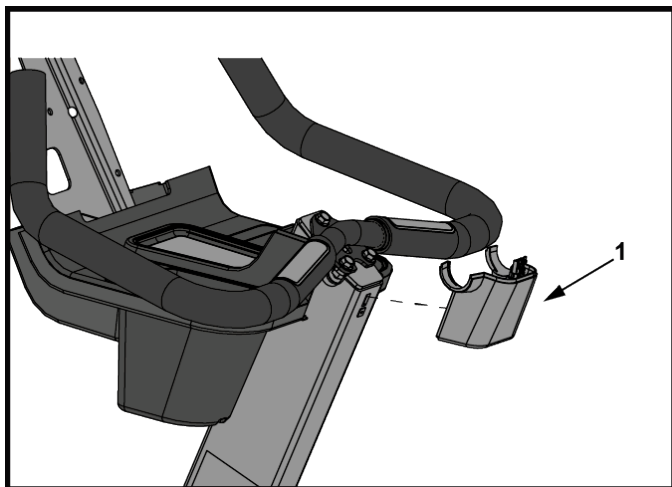


**ANMERKUNG:** Schieben Sie die Dichtung nach unten zur Verkleidung.

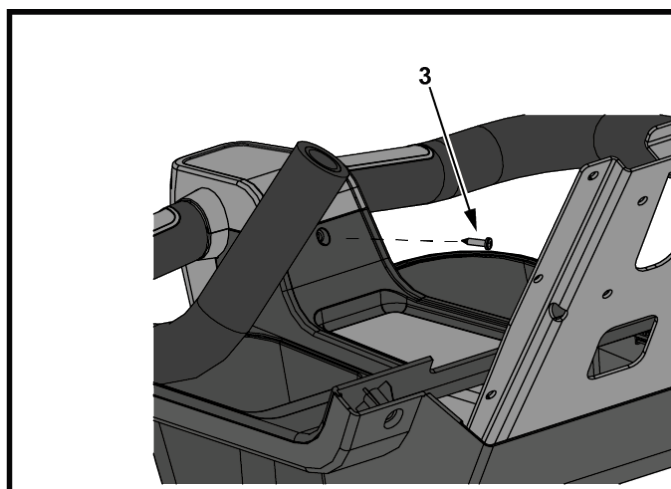
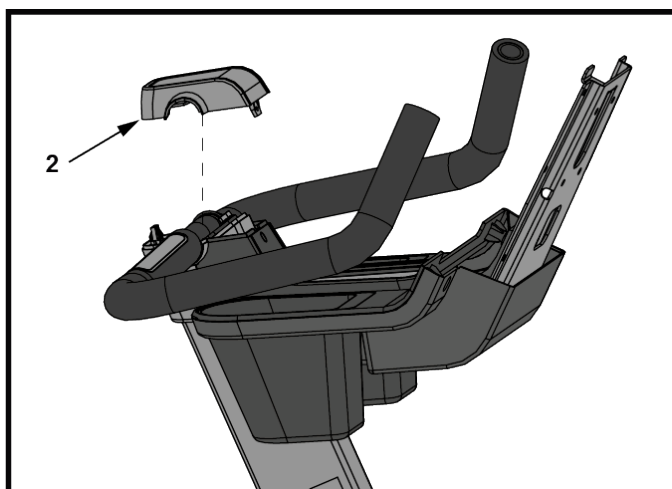
Element	Beschreibung	Anzahl
1	Einzelsäulenverkleidung, rechts	1
2	Dichtung ( <i>befestigt an der Einzelsäule</i> )	1


## Anbringen der Handgriffabdeckungen

1. Befestigen Sie die Federklemme der Abdeckung des hinteren Griffs an der Einzelsäule.

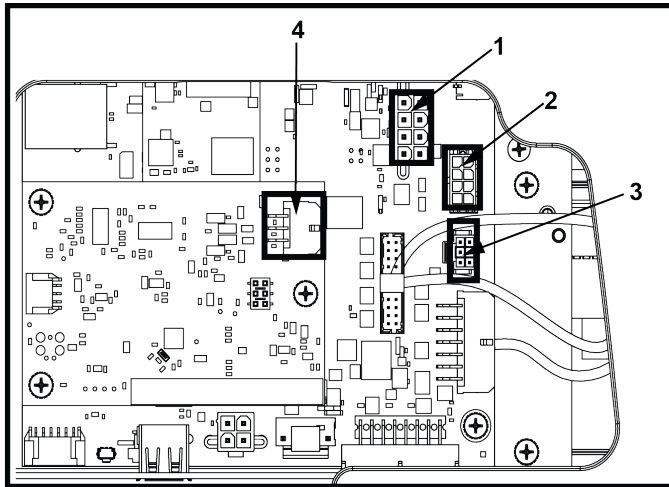


2. Lassen Sie die Abdeckung des oberen Griffs an der Abdeckung des hinteren Griffs einrasten.
3. Sichern Sie die Abdeckung des oberen Griffs mit einer Schraube an der Einzelsäule.



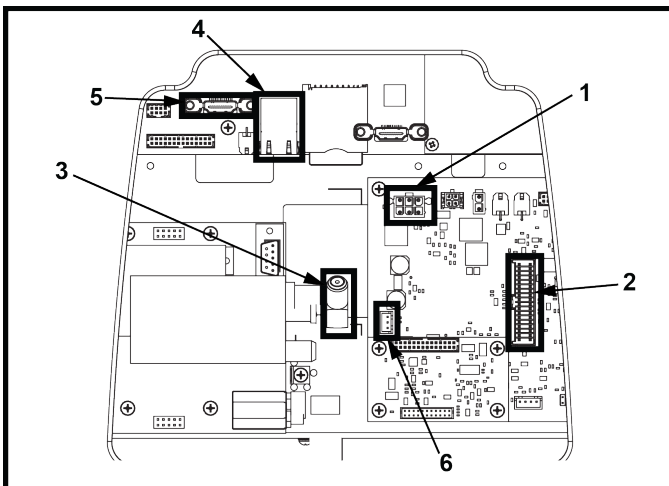
Element	Beschreibung	Anzahl
1	Abdeckung Griff, hinten	1
2	Abdeckung Griff, oben	1
3	M4,2 X 19 Kreuzschlitz-Flachkopfschrauben	1
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

## Kabelverbindungen Sockel zu Konsole - 50L



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsole zu Sockel Stromversorgung	1
2	Signal Unterteil	1
3	Tastaturschalter am Lenker (Widerstand)	1
4	Lifepulse	1

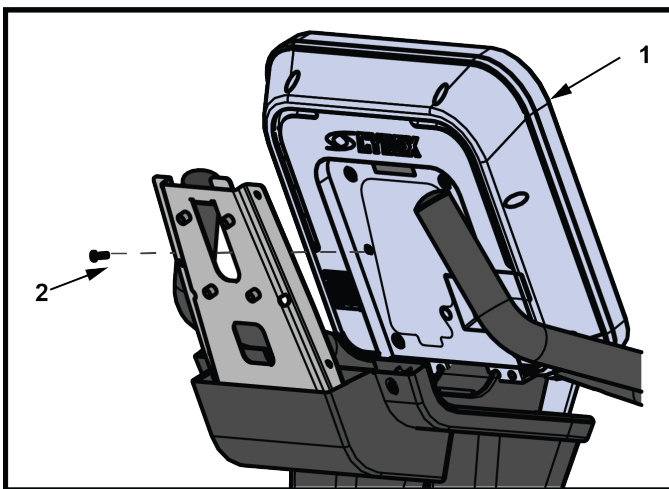
## Kabelverbindungen Sockel zu Konsole - 70T




Element	Beschreibung	Anzahl
1	Externes Netzkabel:	1
2	PCB an Konsolenkabel	1
3	Koaxialkabel	1
4	CAT5e	1
5	HDMI ( <i>optional</i> )	1
6	IR ( <i>optional</i> )	1

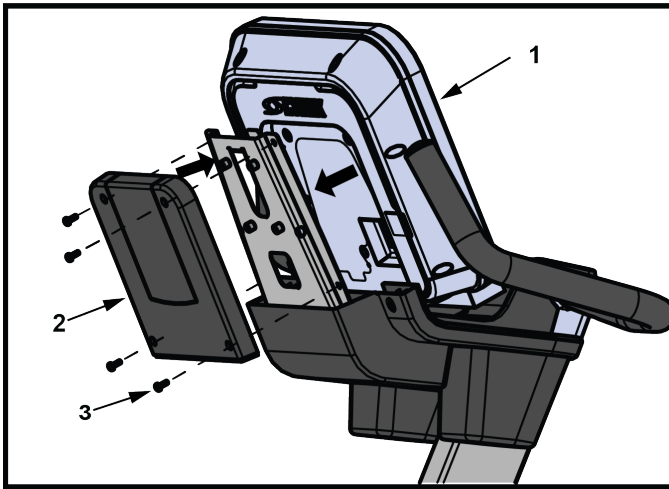
## Bringen Sie die Konsole und die hintere Konsolenabdeckung an.


1. Befestigen Sie die Erdungsschraube (M5 X 14 Kreuzschlitz-Flachkopfschraube) an der Konsole.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsole	1
2	M5 x 14 Kreuzschlitz-Flachkopfschraube	1
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	

2. Verwenden Sie die verbleibenden vier M5 X 14 Phillips Flachkopfschrauben, um sowohl die Konsole als auch die hintere Konsolenabdeckung an der Konsolenhalterung zu befestigen.



Element	Beschreibung	Anzahl
1	Konsole	1
2	Hintere Konsolenabdeckung	1
3	M5 x 14 Kreuzschlitz-Flachkopfschraube	4
	1,5 Nm (1,1 ft. lbs.)	



10601 W Belmont Ave, Franklin Park, IL 60131 • 800-351-3737 • 847-288-3700 •

[www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com)