

CARE

F I T N E S S

NOTICE DE MONTAGE

FR

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

EN

MONTAGEHANDLEIDING

NL

MONTAGEANLEITUNG

DE

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

ES

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

IT



86061

MINI ELLIPTIQUE

AVERTISSEMENTS :

Sécurité

- Lisez et conservez avec précaution ce manuel de l'utilisateur. N'utilisez ce produit que de la manière indiquée.
- Cet appareil doit être assemblé et utilisé par des adultes.
- Votre appareil est conforme à la norme **EN-957 classe HC** pour une utilisation à domicile, pour une utilisation à domicile et en salle de sport.
- Pour une utilisation en toute sécurité une surface stable et plane est nécessaire. Protégez votre revêtement de sol par un tapis. Ne pas utiliser cet appareil dans un endroit humide (piscine, sauna, etc.).
- Ne pas laisser jouer les enfants avec l'appareil. La société CARE décline toute responsabilité quant aux dommages qu'ils pourraient subir. Ne pas laisser les enfants à proximité de l'appareil pendant votre entraînement.
- CARE décline toute responsabilité en cas de modifications techniques faites par l'utilisateur sur l'un de nos produits.
- **Poids maximum de l'utilisateur : 100 kg.**
- Avant de commencer votre entraînement il est primordial de consulter votre médecin pour déterminer le niveau d'intensité de votre programme. Un entraînement excessif ou mal programmé peut nuire à la santé.
- Gardez le dos droit lors des exercices.
- Il est fortement recommandé de porter une tenue et des chaussures appropriées.
- Tenez compte pour les parties réglables des positions maximales.

Entretien

- Vérifier régulièrement le serrage des éléments de fixation avec les vis et les écrous. Pour garder son niveau de sécurité, votre appareil doit être examiné régulièrement. Il est impératif de remplacer toute pièce défectueuse et de ne plus l'utiliser jusqu'à sa complète réparation.
Penser au graissage régulier des pièces mobiles.
- La sueur étant très corrosive ne pas laisser celle-ci entrer en contact avec les parties émaillées ou chromées de l'appareil, et particulièrement l'ordinateur, essuyer immédiatement votre appareil après entraînement. Le nettoyage des parties émaillées se fait à l'aide d'une éponge imprégnée d'eau. Tous produits agressifs ou corrosifs sont à proscrire.

Garantie : Le châssis est garanti 5 ans. Les pièces d'usures sont garanties 2 ans. La garantie s'applique en utilisation normale par un particulier à domicile. Activer la garantie de votre produit en ligne sur : www.carefitness.com

Recyclage



Le symbole « poubelle barrée » signifie que ce produit et les piles qu'il peut contenir ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que votre produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permettra la protection de l'environnement et de votre santé.

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE



Temps de montage
30 min



Outils
inclus



Difficultés
facile

FR

ÉTAPE 1

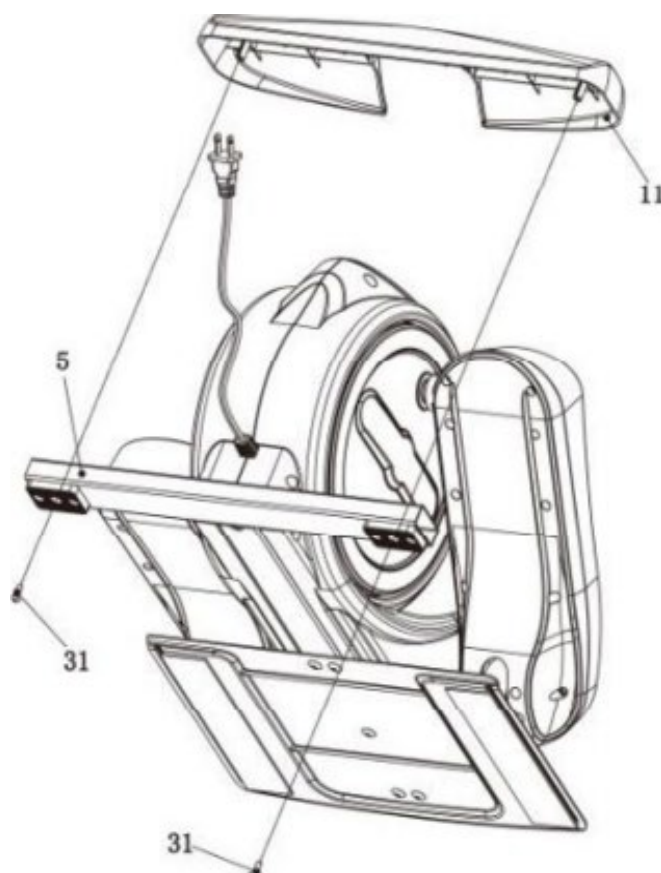
1. **Insérez d'abord le cache décoratif (11)** à la position correspondante du cadre principal (5).
2. **Utilisez ensuite les 2 vis ST4.2x15 (31)** pour fixer le cache décoratif (11) au cadre principal (5).



Clé x 1 pièce



Vis x 2 pièces



UTILISATION DU VÉLO ELLIPTIQUE MOTORISÉ

Mise en marche du vélo elliptique motorisé

Avant de commencer à pédaler, branchez le vélo à une alimentation électrique de 110V ou 240V, conformément à l'illustration.



PRÉPARATION POUR LE CYCLISME :

1. **Ajustez la position** entre le vélo elliptique et le siège.
2. **Desserrez les sangles** Velcro des pédales, placez vos pieds sur les pédales, puis serrez les sangles pour un bon maintien.
3. **Reportez-vous à l'illustration** pour plus de détails.



UTILISATION DE L'ÉCRAN ET DE LA TÉLÉCOMMANDE :

Attention : Insérez une nouvelle pile (CR2032) dans le compartiment à piles

FR



Fonctions et opérations :

Démarrer/Arrêter (▶) :

- Appuyez sur ce bouton pour allumer le vélo.
- Une fois activé, l'écran affichera les informations en mode SCAN : **Niveau (Level), Temps (Time), Nombre de tours (Count), Tours par minute (RPM)**.

Niveau (+/-) :

- Appuyez sur la touche (+) pour **augmenter** le niveau.
- Appuyez sur la touche (-) pour **réduire** le niveau.

Changement de mode (M) :

- Lorsque le vélo est en veille, maintenez ce bouton enfoncé pour entrer en **mode réglage du temps**.
- Appuyez sur la touche (+) pour **augmenter** le temps d'entraînement.
- Appuyez sur la touche (-) pour **réduire** le temps d'entraînement.
- La plage de réglage du temps est de **1 à 30 minutes**.
- Lorsque vous pédalez, vous pouvez appuyer sur cette touche pour afficher manuellement : **(Niveau) Level, temps, (nombre de tours)Count, RPM**.
- Lorsque le vélo est en veille, appuyez sur cette touche pour entrer en **mode automatique**. Appuyez à plusieurs reprises pour faire défiler les programmes **P1 à P12**.

Pédalage avant et arrière (↔) :

- Appuyez sur cette touche pour **alterner le sens de pédalage (avant/arrière)**.

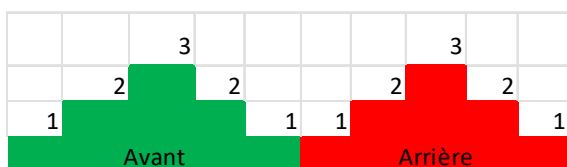
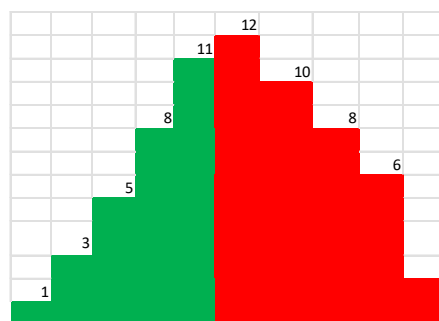
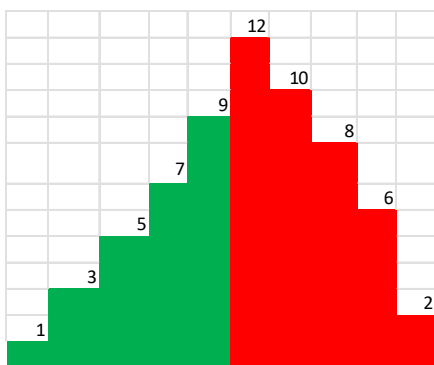
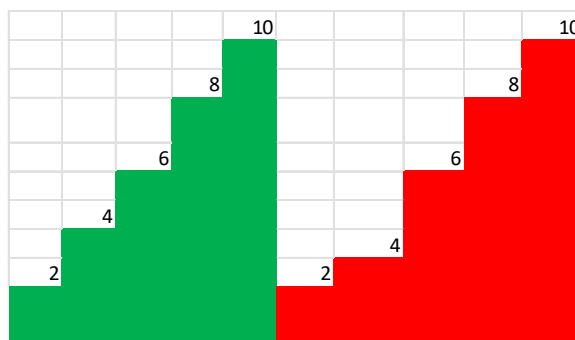
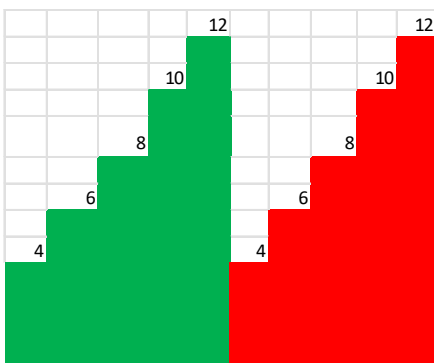
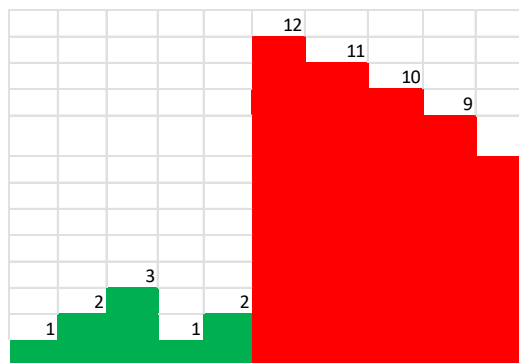
Indicateur lumineux de fonctionnement :

- L'affichage alterne entre : **SCAN (balayage), TEMPS, (NIVEAU) Level, (NOMBRE DE TOURS) Count et RPM**.

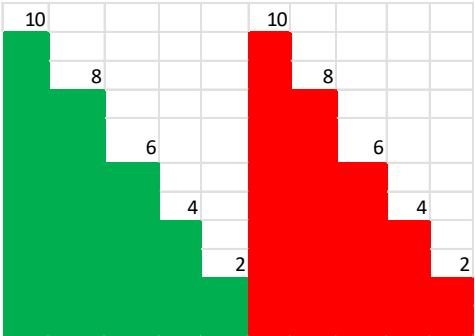
Mode automatique :

- Il existe **douze programmes prédéfinis** d'une durée totale de **15 minutes**.
- Pendant ces **15 minutes**, le niveau **et la direction du pédalage changent automatiquement**.
- Lorsque le vélo est en veille, appuyez brièvement sur la touche (M) pour sélectionner un programme prédéfini (P1-P12).

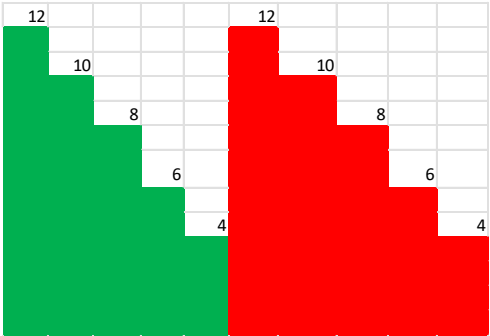
Prog	RPM	vitesse (RPM)	interval
P1	30	1-2-3-2-1 / 1-2-3-2-1	3x5 min
P2	37	1-3-5-8-11 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P3	44	1-3-5-7-9 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P4	51	2-4-6-8-10 / 2-4-6-8-10	3x5 min
P5	58	4-6-8-10-12 / 4-6-8-10-12	3x5 min
P6	65	1-2-3-1-2 / 12-11-10-9-8	3x5 min
P7	72	10-8-6-4-2 / 10-8-6-4-2	3x5 min
P8	79	12-10-8-6-4 / 12-10-8-6-4	3x5 min
P9	86	2-6-8-10-12 / 12-10-8-10-12	3x5 min
P10	93	2-3-4-5-6 / 2-3-4-5-6	3x5 min
P11	102	5-4-3-2-1 / 5-4-3-2-1	3x5 min
P12	110	6-5-4-3-2 / 6-5-4-3-2	3x5 min

P1**P2****P3****P4****P5****P6**

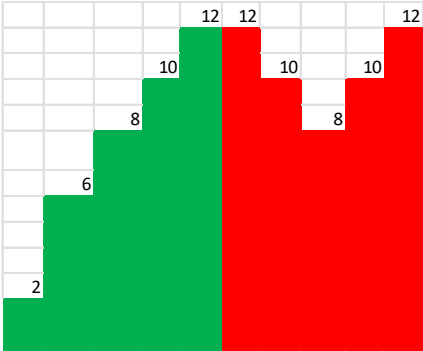
P7



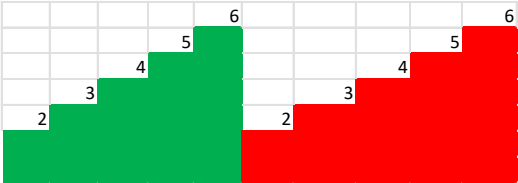
P8



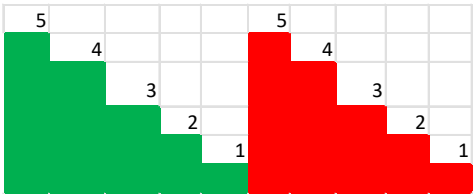
P9



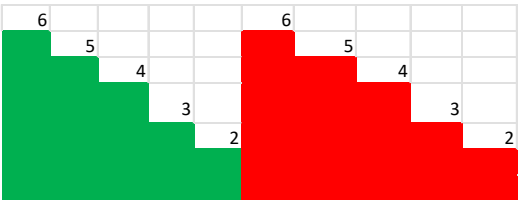
P10



P11



P12



POUR COMMANDER DES PIECES DETACHEES

Dans un soucis d'efficacité munissez-vous des éléments suivants avant de contacter

notre Service Après-Vente :

- **Le nom ou la référence du produit.**
- **Le numéro de fabrication** indiqué sur le châssis principal et sur le carton d'emballage.
- **Le numéro de la pièce manquante ou défectueuse** indiqué sur la vue éclatée du produit présente dans cette notice.
- Contacter **du lundi au vendredi de 10H00 à 12H00 et de 14H00 à 17H00 (sauf jour fériés).**

CARE Service Après-Vente

18 / 22 rue Bernard – Z.I. les Vignes

93012 BOBIGNY Cedex

Tél. : + 33 (0)1 48 43 67 20

E-mail : <https://www.carefitness.com/sav>

WARNINGS :

EN

Safety

- Read and keep this user manual carefully. Use this product only as described.
- This device must be assembled and used by adults only.
- Your device complies with **EN-957 Class HC** standards for home use. It must not be used in gyms or any public, association, or rental environments.
- A flat and stable surface is required for safe use. Protect your flooring with a mat. Do not use this device in damp areas (e.g., swimming pools, saunas).
- Do not allow children to play with the device. Care declines any responsibility for any injury they may incur. Keep children away from the device during your workout.
- Care is not responsible for any technical modifications made by the user on any of our products.
- **Maximum user weight and height: 100 kg.**
- Before beginning any exercise program, consult your doctor to determine an appropriate level of intensity. Excessive or poorly planned training may be harmful to your health.
- Keep your back straight while exercising.
- Wearing suitable clothing and footwear is strongly recommended.
- Do not exceed the maximum positions for adjustable parts.

Maintenance

- Regularly check that all fasteners are securely tightened. To maintain its safety, your device must be inspected regularly. Any faulty parts must be replaced, and the device must not be used until fully repaired.
- As sweat is highly corrosive, avoid letting it come into contact with enamelled or chrome-plated parts of the device, especially the computer. Wipe the device immediately after use. Clean enamelled parts with a damp sponge. Do not use any harsh or corrosive products.

Warranty: The frame is covered by a 5-year warranty. Wear parts are covered for 2 years.

The warranty applies to normal home use by a private individual. Activate your product warranty online at www.carefitness.com

Recycling



The “crossed-out wheeled bin” symbol means that this product and the batteries it contains must not be disposed of with household waste. They are subject to specific recycling procedures. Take the batteries and your electronic product to an authorized collection point to be recycled. Proper disposal of your electronic waste helps protect the environment and your health.

ASSEMBLY STEPS

EN



Assembly time
30 min



Tools
included



Difficulties
easy

STEP 1

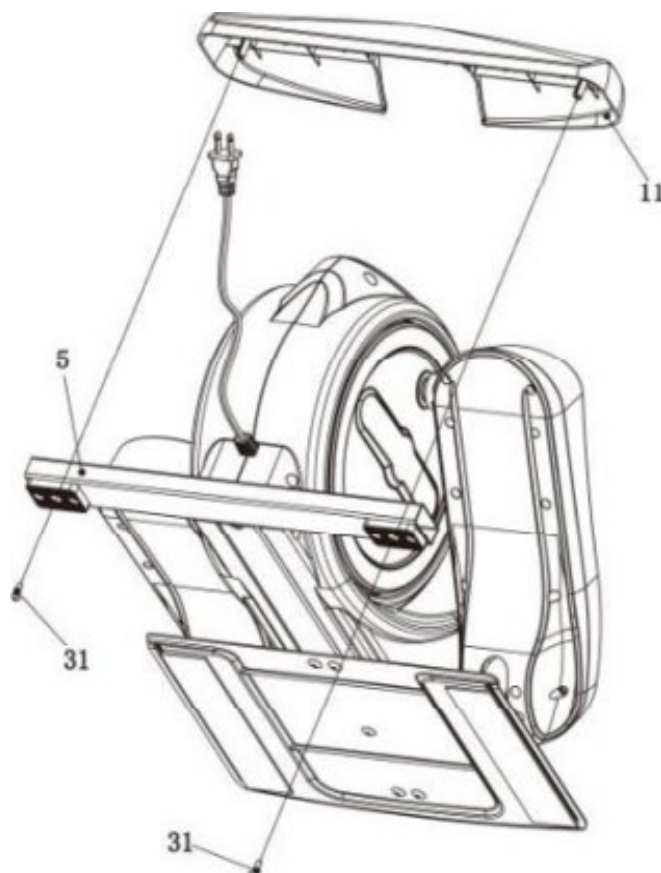
1. **First, insert the decorative cover (11)** into the corresponding position on the main frame (5).
2. **Then use the 2 ST4.2x15 screws (31)** to attach the cover to the main frame (5).



Wrench x 1 piece



Screws x 2 piece



USING THE MOTORIZED ELLIPTICAL BIKE

Starting the bike

Before pedaling, plug the bike into a 110V or 240V power supply as illustrated.



Preparation for cycling:

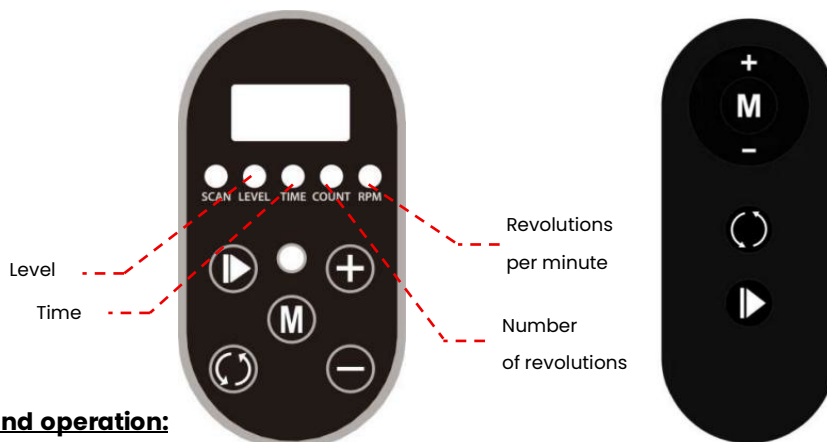
1. **Adjust the position** between the elliptical bike and the seat.
2. **Loosen** the Velcro straps on the pedals, place your feet on the pedals, then tighten the straps for a secure fit.
3. **Refer to the illustration** for more details.



USING THE SCREEN AND REMOTE CONTROL:

Warning : Insert a new battery (CR2032) into the battery compartment

EN



Functions and operation:

Start/Stop (▶) :

- Press this button to power on the bike.
- Once on, the screen displays SCAN mode: **Level, Time, Count, RPM.**

Level (+/-) :

- Press this button (+) to **increase** level.
- Press this button (-) to **decrease** speed.

Mode switch (M) :

- When the bike is in standby mode, press and hold this button **to enter the time setting mode.**
- Press the button (+) to **increase** the workout time.
- Press the button (-) to decrease the workout time.
- The time range can be set from **1 to 30 minutes.**
- While pedaling, you can press this button to manually display: **Level , Time, Count, RPM.**
- When the bike is in standby mode, **press this button to enter auto mode.** Press repeatedly to scroll through programs **P1 to P12.**

Indicator light (●) :

- The display alternates between: **SCAN, TIME, LEVEL, COUNT, and RPM.**

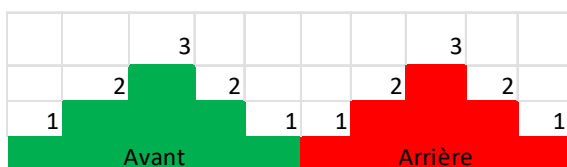
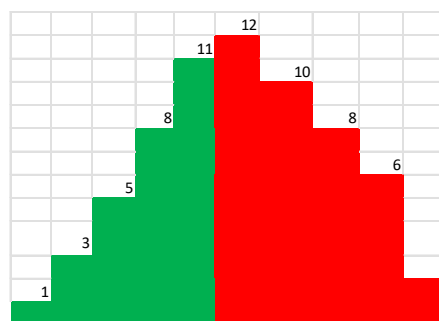
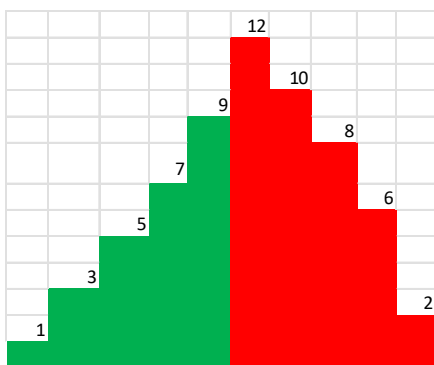
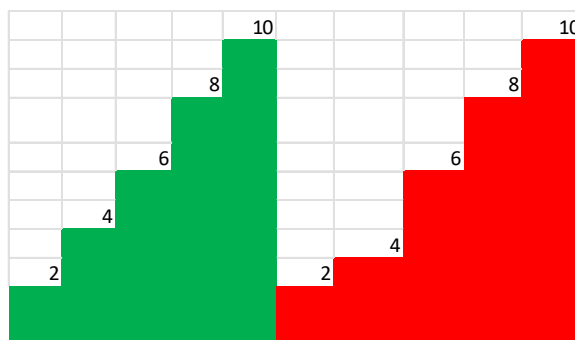
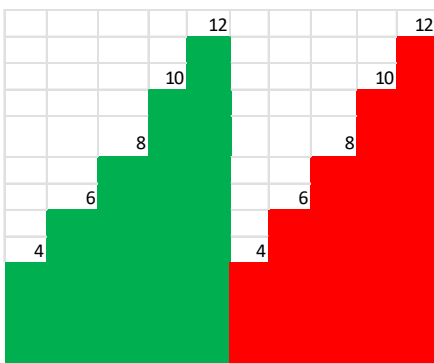
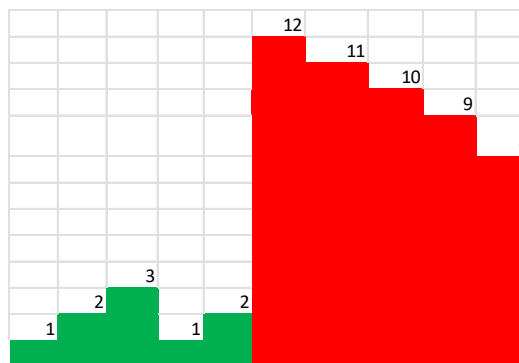
Operating light indicator:

- The display alternates between: **SCAN, TIME, LEVEL, COUNT and RPM.**

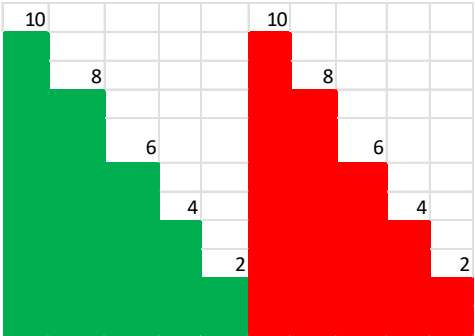
Automatic mode :

- There are **twelve preset programs** with a total duration of **15 minutes.**
- During these **15 minutes**, the resistance level and **pedaling direction change automatically.**
- When the bike is in standby mode, briefly press the button (M) to select a preset program (P1~P12).

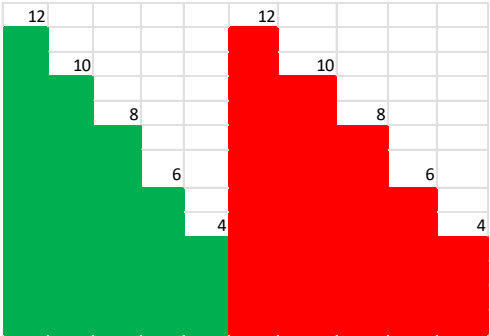
Prog	RPM	vitesse (RPM)	interval
P1	30	1-2-3-2-1 / 1-2-3-2-1	3x5 min
P2	37	1-3-5-8-11 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P3	44	1-3-5-7-9 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P4	51	2-4-6-8-10 / 2-4-6-8-10	3x5 min
P5	58	4-6-8-10-12 / 4-6-8-10-12	3x5 min
P6	65	1-2-3-1-2 / 12-11-10-9-8	3x5 min
P7	72	10-8-6-4-2 / 10-8-6-4-2	3x5 min
P8	79	12-10-8-6-4 / 12-10-8-6-4	3x5 min
P9	86	2-6-8-10-12 / 12-10-8-10-12	3x5 min
P10	93	2-3-4-5-6 / 2-3-4-5-6	3x5 min
P11	102	5-4-3-2-1 / 5-4-3-2-1	3x5 min
P12	110	6-5-4-3-2 / 6-5-4-3-2	3x5 min

P1**P2****P3****P4****P5****P6**

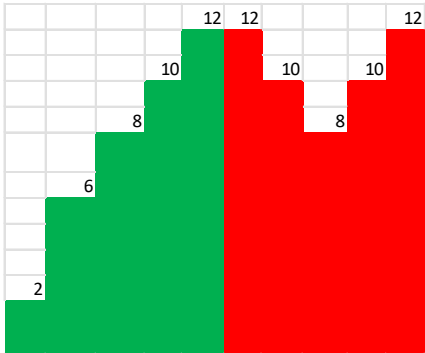
P7



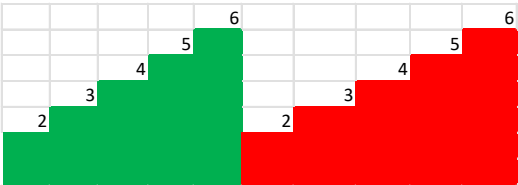
P8



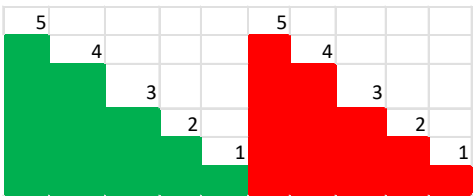
P9



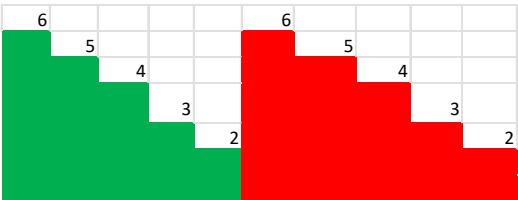
P10



P11



P12



TO ORDER SPARE PARTS

For efficiency, please have the following information ready before **contacting our After-Sales Service**:

- **The name or reference number of the product.**
- **The serial number found** on the main frame and on the packaging box.
- **The number of the missing or defective** part as shown in the exploded view in this manual.

After-Sales Service

Email : service-uk@carefitness.com

WAARSCHUWINGEN:

NL

Veiligheid

- Lees en bewaar deze handleiding zorgvuldig. Gebruik dit product alleen zoals beschreven.
- Dit apparaat mag alleen door volwassenen worden gemonteerd en gebruikt.
- Uw apparaat voldoet aan de **EN-957 klasse HC** norm voor thuisgebruik. Het mag niet worden gebruikt in sportscholen of andere openbare, gedeelde of verhuurde ruimtes.
- Voor een veilig gebruik is een vlakke en stabiele ondergrond vereist. Bescherm uw vloer met een mat. Gebruik dit apparaat niet in vochtige omgevingen (bijv. zwembad, sauna).
- Laat kinderen niet met het apparaat spelen. Care aanvaardt geen aansprakelijkheid voor eventuele verwondingen. Houd kinderen uit de buurt van het apparaat tijdens het trainen.
- Care is niet verantwoordelijk voor technische wijzigingen die door de gebruiker aan het product worden aangebracht.
- **Maximale gebruikersgewicht en -lengte: 100 kg.**
- Raadpleeg uw arts voordat u een trainingsprogramma start om een geschikt intensiteitsniveau te bepalen. Overmatige of slecht geplande training kan schadelijk zijn voor de gezondheid.
- Houd uw rug recht tijdens het oefenen.
- Het wordt sterk aanbevolen om geschikte kleding en schoenen te dragen.
- Overschrijd de maximale posities van verstelbare onderdelen niet.

Onderhoud

- Controleer regelmatig of alle bevestigingen goed vastzitten. Om de veiligheid te behouden, moet het apparaat regelmatig worden gecontroleerd. Vervang defecte onderdelen onmiddellijk en gebruik het apparaat pas weer na volledige reparatie.
- Zweet is zeer corrosief; vermijd contact met gelakte of verchroomde onderdelen, vooral met de computer. Veeg het apparaat onmiddellijk na gebruik schoon. Reinig gelakte onderdelen met een vochtige spons. Gebruik geen agressieve of bijtende producten

Garantie: Het frame heeft een garantie van 5 jaar. Slijtageonderdelen hebben een garantie van 2 jaar. De garantie geldt voor normaal thuisgebruik door particulieren. Activeer uw productgarantie online op www.carefitness.com

Recycling



Het symbool "doorgestreepte vuilnisbak" betekent dat dit product en de bijbehorende batterijen niet met het huisvuil mogen worden weggegooid. Ze vallen onder specifieke afvalscheiding. Lever batterijen en elektronische apparaten in bij een erkend inzamelpunt voor recycling. Een correcte verwerking beschermt het milieu en uw gezondheid.

INS MONTAGE-INSTRUCTIES

NL



Montagetijd

60 min



Gereedschap

inbegrepen



Moeilijkheidsgraad

gemakkelijk

STAP 1

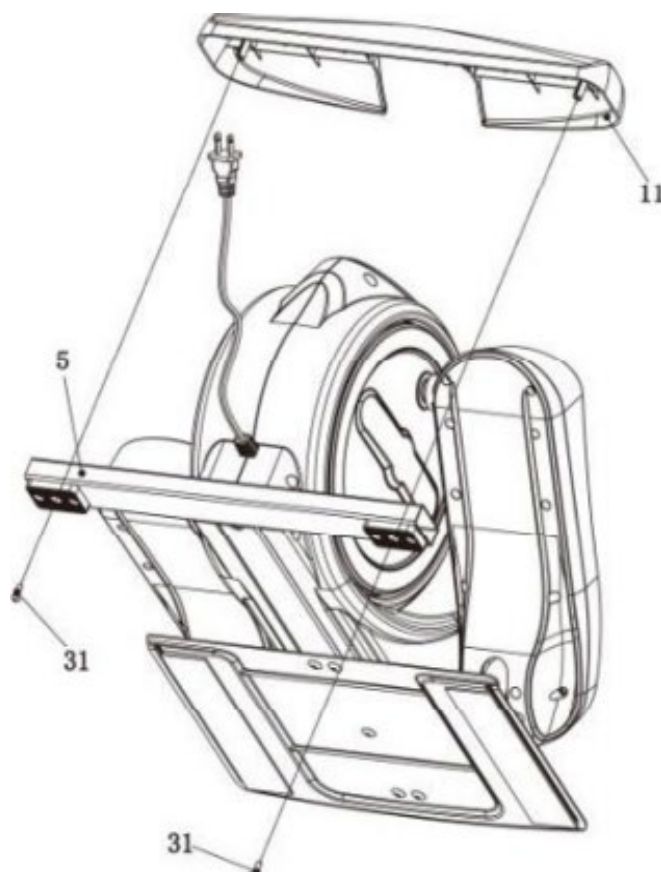
1. **Plaats eerst de decoratieve afdekking (11)** op de juiste positie van het hoofdframe (5).
2. **Gebruik vervolgens de 2 ST4.2x15-schroeven (31)** om de afdekking (11) aan het hoofdframe (5) te bevestigen.



Sleutel x 1 stuk



Schroeven x 2 stuks



GEBRUIK VAN DE GEMOTORISEERDE CROSSTRAINER

Opstarten van de crosstrainer

Sluit het apparaat aan op een stroombron van 110 V of 240 V zoals afgebeeld, voordat u begint te trappen.



Vorbereiding op het fietsen:

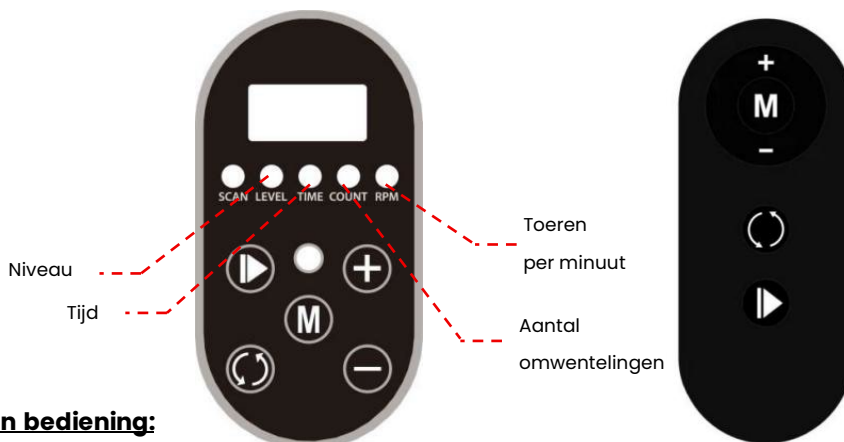
1. **Stel de positie** in tussen de crosstrainer en de stoel.
2. **Maak de klittenbandsluitingen** van de pedalen los, plaats uw voeten op de pedalen en trek de banden aan voor een goede grip.
3. **Zie de illustratie** voor meer details.



GEBRUIK VAN HET SCHERM EN DE AFSTANDSBEDIENING:

LET OP: Plaats een nieuwe batterij (CR2032) in het batterijvak.

NL



Functies en bediening:

Start/Stop (▶) :

- Druk op deze knop om het apparaat in te schakelen.
- Na het inschakelen wordt de SCAN-modus weergegeven: **Niveau (Level), Tijd (Time), Aantal omwentelingen (Count), RPM (omwentelingen per minuut).**

Snelheid (+/-) :

- Druk op deze knop (+) om de **snelheid** te verhogen.
- Druk op deze knop (-) om de **snelheid** te verlagen.

Modus wijzigen (M) :

- Wanneer het apparaat in stand-by staat, houdt u deze knop **ingedrukt om naar de tijdinstelling te gaan.**
- Druk op (+) om de **trainingstijd** te verhogen.
- Druk op de knop (-) om de **trainingstijd** te verkorten.
- Het instelbereik van de tijd is **1 tot 30 minuten.**
- Tijdens het trappen kunt u handmatig wisselen tussen **niveau, tijd, aantal omwentelingen en RPM.**
- In stand-by drukt u herhaaldelijk op deze knop om het **automatische programma** te activeren en door de programma's **P1 tot P12 te bladeren.**

Vooruit-/achteruit trappen (↔) :

- Druk op deze knop om de **traprichting (vooruit/achteruit)** te wijzigen

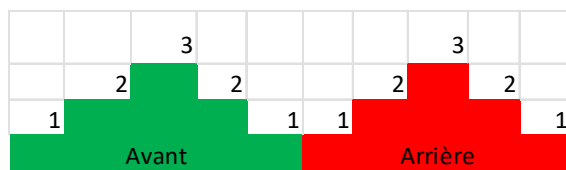
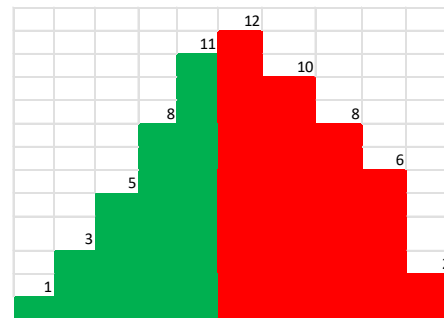
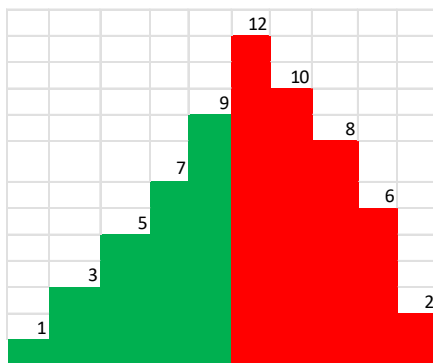
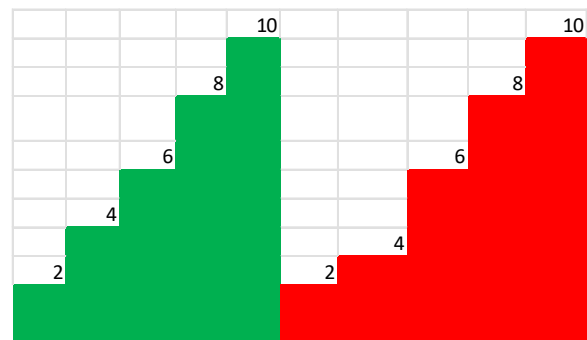
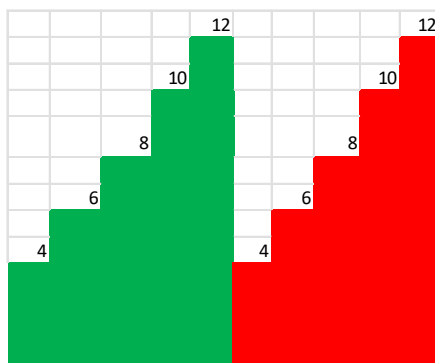
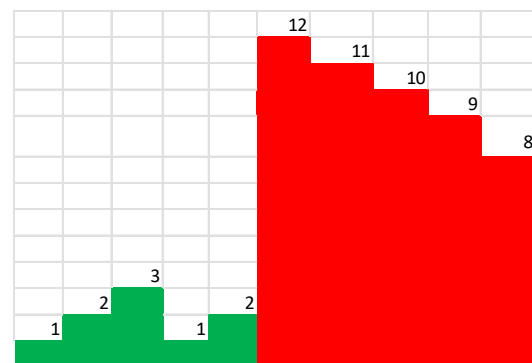
Statusindicator:

- Het scherm wisselt tussen: **SCAN, TIJD, NIVEAU, AANTAL OMWENTELINGEN, RPM.**

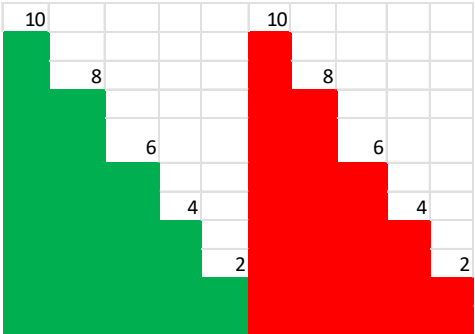
Automatische modus:

- Er zijn twaalf **vooraf ingestelde programma's** met een totale duur van **15 minuten.**
- Tijdens deze **15 minuten** veranderen snelheid **en richting automatisch**
- In stand-by drukt u kort op de knop (M) om een programma te kiezen (P1~P12).

Prog	RPM	vitesse (RPM)	interval
P1	30	1-2-3-2-1 / 1-2-3-2-1	3x5 min
P2	37	1-3-5-8-11 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P3	44	1-3-5-7-9 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P4	51	2-4-6-8-10 / 2-4-6-8-10	3x5 min
P5	58	4-6-8-10-12 / 4-6-8-10-12	3x5 min
P6	65	1-2-3-1-2 / 12-11-10-9-8	3x5 min
P7	72	10-8-6-4-2 / 10-8-6-4-2	3x5 min
P8	79	12-10-8-6-4 / 12-10-8-6-4	3x5 min
P9	86	2-6-8-10-12 / 12-10-8-10-12	3x5 min
P10	93	2-3-4-5-6 / 2-3-4-5-6	3x5 min
P11	102	5-4-3-2-1 / 5-4-3-2-1	3x5 min
P12	110	6-5-4-3-2 / 6-5-4-3-2	3x5 min

P1**P2****P3****P4****P5****P6**

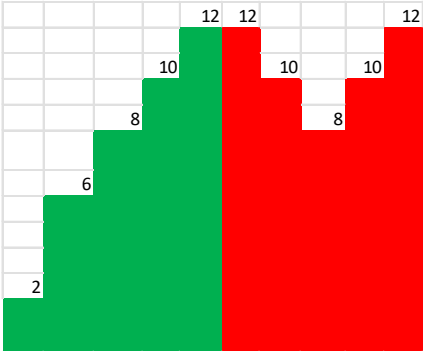
P7



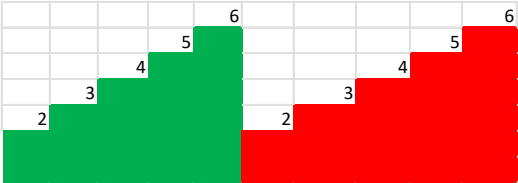
P8



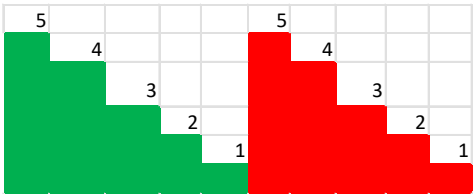
P9



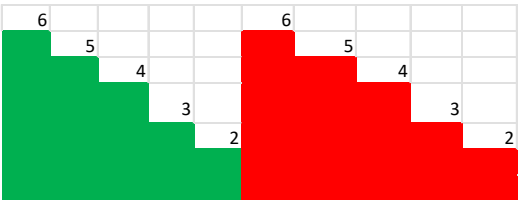
P10



P11



P12



PO RESERVEONDERDELEN BESTELLEN



Voor een optimale efficiëntie raden wij u aan de volgende zaken bij de hand te hebben voordat u contact opneemt met onze klantenservice:

- De naam of referentie van het product.
- Het productienummer staat vermeld op het hoofdchassis en op de verpakking.
- Het nummer van het ontbrekende of defecte onderdeel dat op de exploded view van het product in deze handleiding staat vermeld

C.A.R.E. Klantendienst

E-mail: service-nl@carefitness.com

WARNHINWEISE :

DE

Sicherheit

- Lesen und bewahren Sie dieses Benutzerhandbuch sorgfältig auf. Verwenden Sie dieses Produkt nur wie beschrieben.
- Dieses Gerät darf nur von Erwachsenen montiert und verwendet werden.
- Ihr Gerät entspricht der Norm **EN-957 Klasse HC** für den Heimgebrauch. Es darf nicht in Fitnessstudios oder anderen öffentlichen, gemeinschaftlichen oder vermieteten Räumen verwendet werden.
- Für eine sichere Nutzung ist eine flache und stabile Oberfläche erforderlich. Schützen Sie Ihren Bodenbelag mit einer Matte. Verwenden Sie dieses Gerät nicht in feuchten Bereichen (z. B. Schwimmbad, Sauna).
- Lassen Sie Kinder nicht mit dem Gerät spielen. Care übernimmt keine Verantwortung für eventuelle Verletzungen. Halten Sie Kinder während des Trainings vom Gerät fern.
- Care übernimmt keine Verantwortung für technische Änderungen, die vom Benutzer an unseren Produkten vorgenommen werden.
- **Maximales Benutzergewicht und -größe: 100 kg.**
- Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms Ihren Arzt, um ein geeignetes Intensitätsniveau festzulegen. Übermäßiges oder schlecht geplantes Training kann Ihrer Gesundheit schaden.
- Halten Sie den Rücken während des Trainings gerade.
- Das Tragen geeigneter Kleidung und Schuhe wird dringend empfohlen.
- Überschreiten Sie nicht die maximalen Positionen der verstellbaren Teile.

Wartung

- Überprüfen Sie regelmäßig, ob alle Befestigungen fest sitzen. Um die Sicherheit zu gewährleisten, muss das Gerät regelmäßig inspiziert werden. Defekte Teile müssen ersetzt werden. Verwenden Sie das Gerät erst nach vollständiger Reparatur.
- Da Schweiß stark korrosiv ist, vermeiden Sie den Kontakt mit lackierten oder verchromten Teilen, insbesondere mit dem Computer. Wischen Sie das Gerät sofort nach dem Training ab. Lackierte Teile können mit einem feuchten Schwamm gereinigt werden. Aggressive oder korrosive Reinigungsmittel sind zu vermeiden.

Garantie: Der Rahmen hat eine Garantie von 5 Jahren. Verschleißteile haben eine Garantie von 2 Jahren. Die Garantie gilt für den normalen Gebrauch durch Privatpersonen zu Hause. Aktivieren Sie Ihre Produktgarantie online unter www.carefitness.com

Recycling



Das Symbol „durchgestrichene Mülltonne“ bedeutet, dass dieses Produkt und die enthaltenen Batterien nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sie unterliegen einer speziellen Mülltrennung. Bringen Sie die Batterien und das elektronische Altgerät zu einer autorisierten Sammelstelle, um sie zu recyceln. Eine fachgerechte Entsorgung schützt Umwelt und Gesundheit.

MONTAGEANLEITUNG



Montagezeit
30 min



Werkzeuge
enthalten

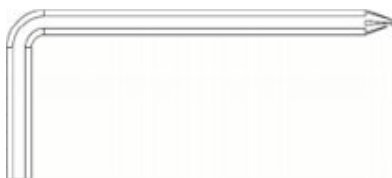


Schwierigkeitsgrad
einfach

DE

SCHRITT 1

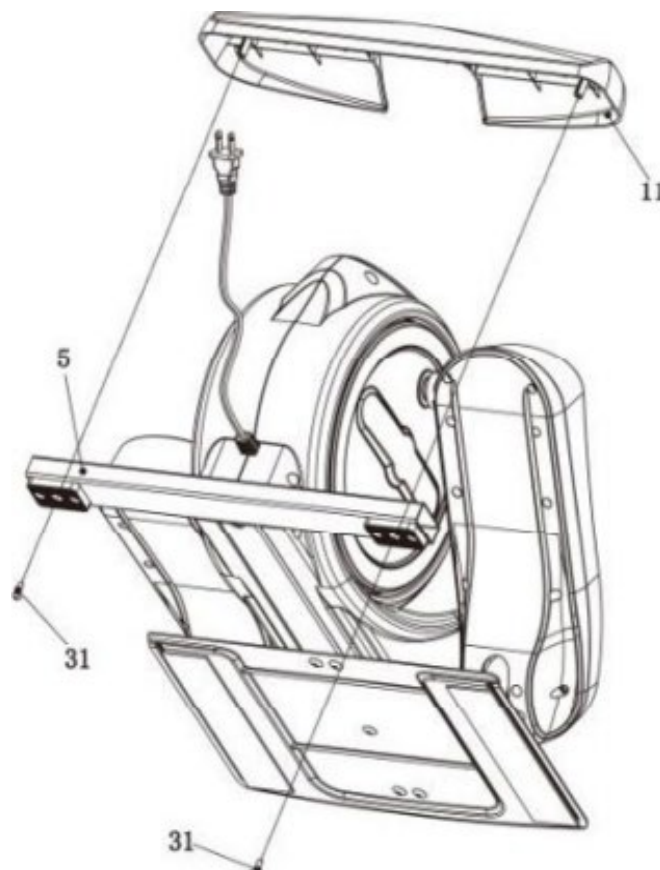
1. **Setzen Sie zuerst die Zierabdeckung (11)** an der entsprechenden Position des Hauptrahmens (5) ein.
2. **Verwenden Sie dann die 2 ST4.2x15-Schrauben (31)**, um die Zierabdeckung (11) am Hauptrahmen (5) zu befestigen.



Schlüssel x 1 Stück



Schrauben x 2 Stück



VERWENDUNG DES MOTORISIERTEN ELLIPTISCHEN TRAINERS

Inbetriebnahme des motorisierten Ellipsentrainers

Bevor Sie mit dem Treten beginnen, schließen Sie das Gerät an eine Stromversorgung von 110 V oder 240 V an, wie in der Abbildung gezeigt.



VORBEREITUNG ZUM TRAINIEREN:

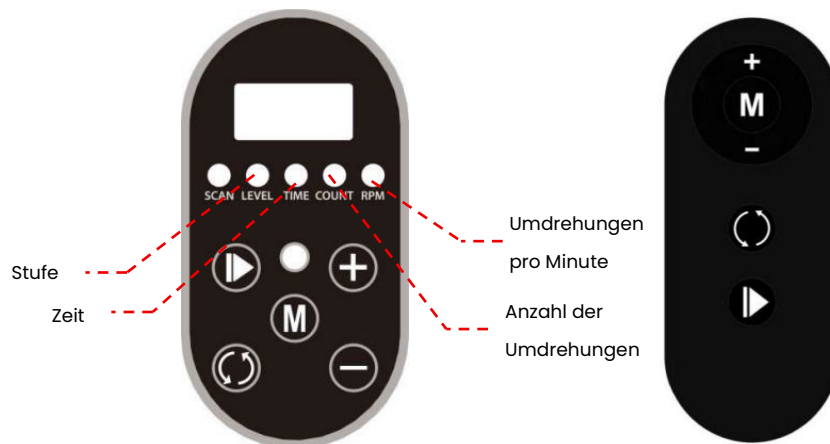
1. **Passen Sie die Position** zwischen Ellipsentrainer und Sitz an.
2. **Lösen Sie die Klettverschlüsse der Pedale**, stellen Sie Ihre Füße auf die Pedale und ziehen Sie die Gurte fest, um sicheren Halt zu gewährleisten.
3. **Siehe Abbildung** für weitere Details.



U BILDSCHIRM- UND FERNBEDIENUNGSBEDIENUNG

DE

ACHTUNG : Legen Sie eine neue Batterie (CR2032) in das Batteriefach ein



Funktionen und Bedienung:

Start/Stopp (▶) :

- **Drücken Sie diese** Taste, um das Gerät einzuschalten.
- Nach dem Einschalten zeigt das Display SCAN-Modus: **Level (Stufe), Zeit, Anzahl der Umdrehungen (Count), U/min (RPM)**.

Stufe (+ -) :

- Drücken Sie diese Taste (+) um die stufe zu **erhöhen**.
- Drücken Sie diese Taste (-) um die stufe zu **verringern**.

Moduswechsel (M) :

- Wenn sich das Gerät im Standby befindet, halten Sie diese Taste gedrückt, um in **den Zeiteinstellungsmodus zu gelangen**.
- Drücken Sie diese Taste (+) um die Trainingszeit zu erhöhen.
- Appuyez sur la touche (-) um die Trainingszeit zu verringern.
- Der Zeitbereich liegt zwischen **1 und 30 Minuten**.
- Während des Tretens können Sie diese Taste drücken, um manuell anzuzeigen: Level (Stufe), Zeit, Anzahl der Umdrehungen, U/min.
- Wenn das Gerät im Standby ist, drücken Sie diese Taste, um den automatischen Modus zu starten. **Drücken Sie mehrmals, um durch die Programme P1 bis P12 zu blättern**.

Vorwärts-/Rückwärtsfahren (↔) :

- Drücken Sie diese Taste, um die **Tretbewegung zwischen vorwärts und rückwärts zu wechseln**.

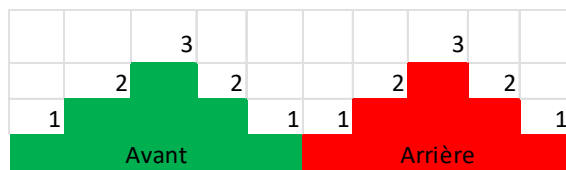
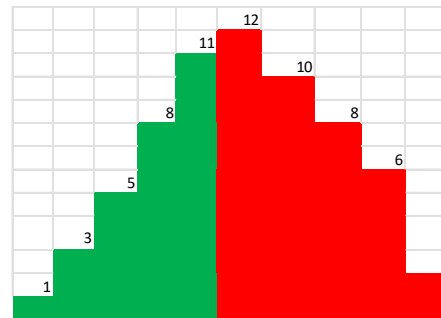
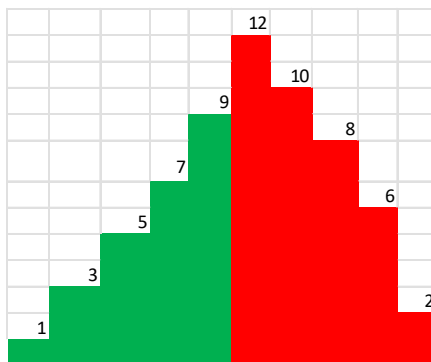
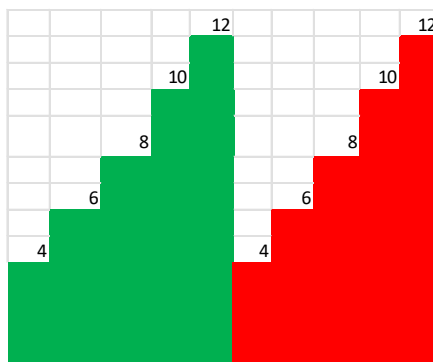
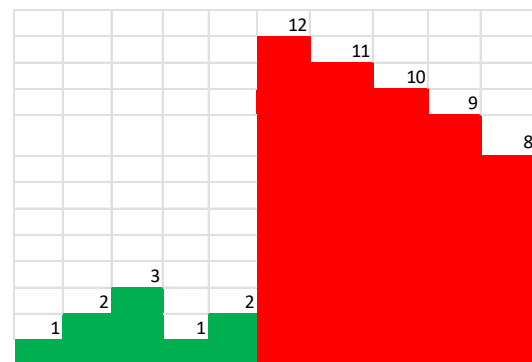
Betriebsanzeige:

- Die Anzeige wechselt zwischen: **SCAN, ZEIT, LEVEL (Geschwindigkeit), ANZAHL DER UMDR. (Count), RPM**.

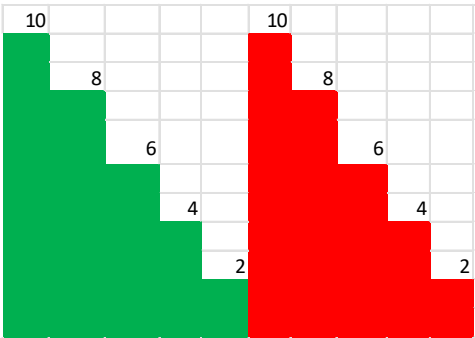
Automatikmodus:

- Es gibt zwölf **voreingestellte Programme** mit einer Gesamtdauer von **15 Minuten**.
- Während **dieser 15 Minuten ändern** sich Geschwindigkeit und Richtung der Tretbewegung **automatisch**.
- Im Standby-Modus drücken Sie kurz die Taste (M) um ein voreingestelltes Programm (P1~P12) auszuwählen.

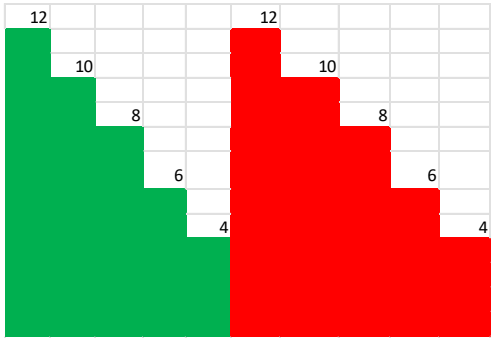
Prog	RPM	vitesse (RPM)	interval
P1	30	1-2-3-2-1 / 1-2-3-2-1	3x5 min
P2	37	1-3-5-8-11 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P3	44	1-3-5-7-9 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P4	51	2-4-6-8-10 / 2-4-6-8-10	3x5 min
P5	58	4-6-8-10-12 / 4-6-8-10-12	3x5 min
P6	65	1-2-3-1-2 / 12-11-10-9-8	3x5 min
P7	72	10-8-6-4-2 / 10-8-6-4-2	3x5 min
P8	79	12-10-8-6-4 / 12-10-8-6-4	3x5 min
P9	86	2-6-8-10-12 / 12-10-8-10-12	3x5 min
P10	93	2-3-4-5-6 / 2-3-4-5-6	3x5 min
P11	102	5-4-3-2-1 / 5-4-3-2-1	3x5 min
P12	110	6-5-4-3-2 / 6-5-4-3-2	3x5 min

P1**P2****P3****P4****P5****P6**

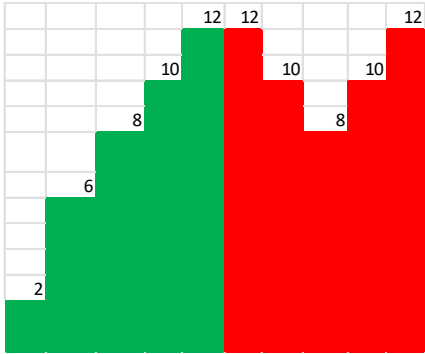
P7



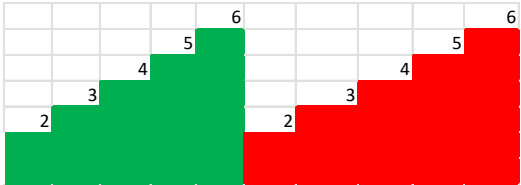
P8



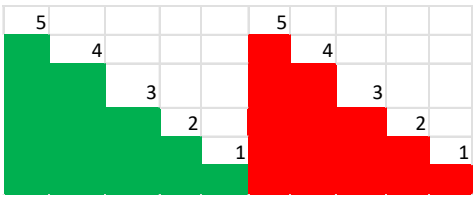
P9



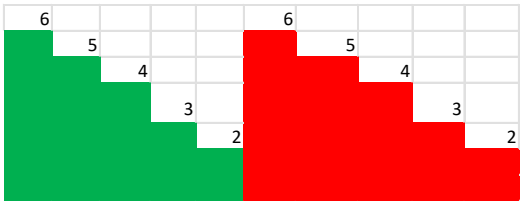
P10



P11



P12



ERSATZTEILE BESTELLEN

DE

Aus Effizienzgründen halten Sie bitte die folgenden Gegenstände bereit, bevor **Sie unseren Kundendienst kontaktieren:**

- **Der Name** oder **die Referenz des Produkts.**
- **Die Herstellungsnummer ist** auf dem Hauptgehäuse und auf dem Verpackungskarton angegeben.
- **Die Nummer des fehlenden oder defekten** Teils ist auf der Explosionszeichnung des Produkts in diesem Handbuch angegeben.

Service Après Vente (Kundendienst)

E mail : service-de@carefitness.com

ADVERTENCIAS :

Seguridad

- Lea y conserve cuidadosamente este manual de usuario. Utilice este producto solo como se indica.
- Este aparato debe ser montado y utilizado únicamente por adultos.
- Su aparato cumple con la norma **EN-957 clase HC** para uso doméstico. No debe utilizarse en gimnasios ni en lugares públicos, asociaciones o de alquiler.
- Para un uso seguro, es necesario colocar el aparato sobre una superficie plana y estable. Proteja su suelo con una alfombrilla. No utilice este aparato en lugares húmedos (piscinas, saunas, etc.).
- No permita que los niños jueguen con el aparato. Care no se hace responsable de los daños que puedan sufrir. Mantenga a los niños alejados del aparato durante el entrenamiento.
- Care no se hace responsable de las modificaciones técnicas realizadas por el usuario en nuestros productos.
- **Peso y altura máximos del usuario: 100 kg.**
- Antes de comenzar cualquier programa de entrenamiento, consulte a su médico para determinar el nivel de intensidad adecuado. Un entrenamiento excesivo o mal planificado puede ser perjudicial para la salud.
- Mantenga la espalda recta durante los ejercicios.
- Se recomienda encarecidamente el uso de ropa y calzado adecuados.
- No exceda las posiciones máximas de las partes ajustables.

Mantenimiento

- Verifique regularmente que todos los elementos de fijación estén bien apretados. Para mantener la seguridad, el aparato debe inspeccionarse regularmente. Es obligatorio reemplazar cualquier pieza defectuosa y no utilizar el aparato hasta su completa reparación.
- El sudor es muy corrosivo; evite el contacto con partes esmaltadas o cromadas del aparato, especialmente con el contador. Limpie el aparato inmediatamente después del entrenamiento. Las partes esmaltadas se limpian con una esponja húmeda. No utilice productos agresivos o corrosivos.

Garantía: El bastidor tiene una garantía de 5 años. Las piezas de desgaste tienen una garantía de 2 años. La garantía se aplica al uso normal por parte de un particular en el hogar. Active la garantía de su producto en línea en www.carefitness.com

Reciclaje



El símbolo del “contenedor tachado” indica que este producto y las pilas que contiene no deben desecharse con los residuos domésticos. Están sujetos a una recogida selectiva específica. Deposite las pilas y su producto electrónico en un punto de recogida autorizado para su reciclaje. La correcta gestión de estos residuos electrónicos protege el medio ambiente y su salud.

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

ES



Tiempo de montaje
30 min



Herramientas
incluidas



Dificultad
fácil

Paso 1

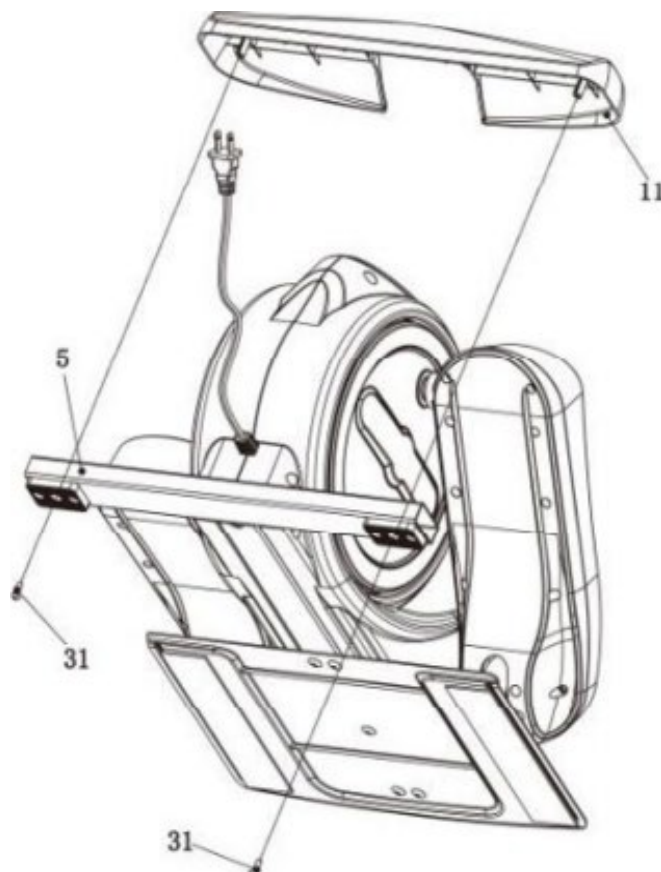
- 1. Primero, inserte la cubierta decorativa (11)** en la posición correspondiente del bastidor principal (5).
- 2. Luego, utilice los 2 tornillos ST4.2x15 (31)** para fijar la cubierta decorativa (11) al bastidor principal (5).



Llave x 1 pieza



Tornillos x 2 piezas



USO DE LA BICICLETA ELÍPTICA MOTORIZADA

Encendido de la bicicleta elíptica

Antes de comenzar a pedalear, conecte la bicicleta a una fuente de alimentación de 110 V o 240 V, según se muestra en la ilustración.



PREPARACIÓN PARA EL PEDALEO :

1. **Ajuste la posición** entre la bicicleta elíptica y el asiento.
2. **Afloje las correas de velcro de los pedales**, coloque los pies y luego ajústelas para una buena sujeción.
3. **Consulte la ilustración** para más detalles.



USO DE LA PANTALLA Y EL MANDO A DISTANCIA :

Atención : **Inserte una pila nueva (CR2032) en el compartimento de la pila**

ES



Funciones y operaciones :

Encender/Apagar (▶) :

- Pulse este botón para encender la bicicleta.
- Una vez encendida, la pantalla mostrará el modo SCAN: **Level (nivel), Time (tiempo), Count (Número de revoluciones), RPM (revoluciones por minuto).**

Nivel (+ -) :

- Pulse este botón (+) para **aumentar** el nivel.
- Pulse este botón (-) para **disminuir** el nivel.

Cambio de modo (M) :

- Cuando la bicicleta está en reposo, mantenga este botón pulsado para entrar **en el modo de ajuste de tiempo.**
- Pulse el botón (+) para **aumentar** el tiempo de entrenamiento.
- Pulse el botón (-) para **reducir** el tiempo de entrenamiento.
- El rango de tiempo es **de 1 a 30 minutos.**
- Durante el pedaleo, pulse este botón para mostrar manualmente: **Nivel, Tiempo, Conteo, RPM.**
- Cuando la bicicleta esté en reposo, pulse este botón para entrar **en modo automático.** Pulse varias veces para recorrer los programas P1 a P12.

Pedaleo hacia adelante y hacia atrás (↔) :

- Pulse este botón para alternar la dirección del **pedaleo (adelante/atrás).**

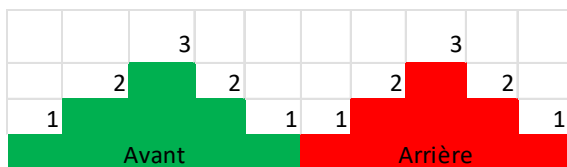
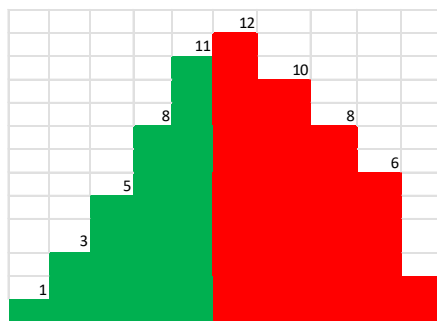
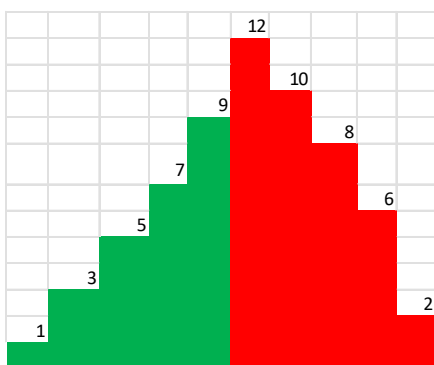
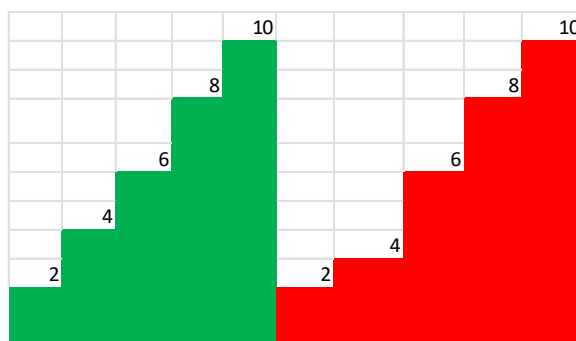
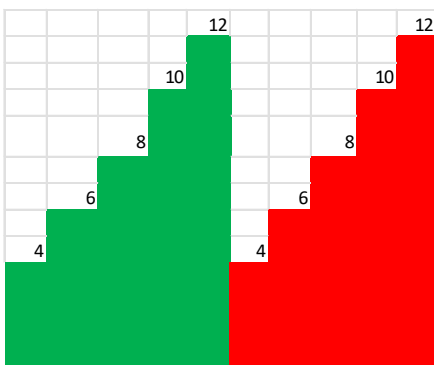
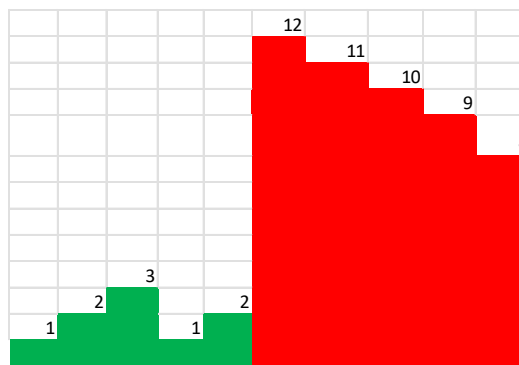
Indicador luminoso de funcionamiento :

- La pantalla alterna entre: **SCAN, TIEMPO, NIVEL, CONTEO y RPM.**

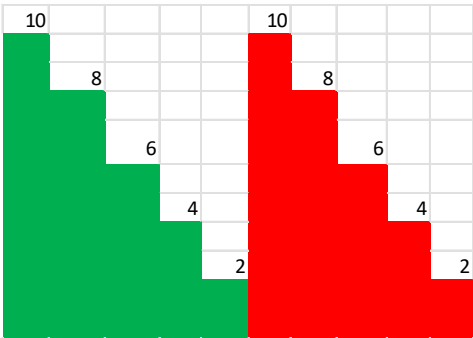
Modo automático :

- Hay **doce programas** preestablecidos con una duración **total de 15 minutos.**
- Durante **estos 15 minutos**, la velocidad y **la dirección del pedaleo cambian automáticamente.**
- Cuando la bicicleta está en reposo, pulse brevemente el botón (M) para **seleccionar un programa preestablecido (P1~P12).**

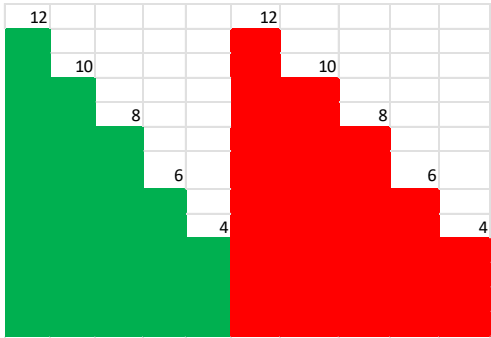
Prog	RPM	vitesse (RPM)	interval
P1	30	1-2-3-2-1 / 1-2-3-2-1	3x5 min
P2	37	1-3-5-8-11 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P3	44	1-3-5-7-9 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P4	51	2-4-6-8-10 / 2-4-6-8-10	3x5 min
P5	58	4-6-8-10-12 / 4-6-8-10-12	3x5 min
P6	65	1-2-3-1-2 / 12-11-10-9-8	3x5 min
P7	72	10-8-6-4-2 / 10-8-6-4-2	3x5 min
P8	79	12-10-8-6-4 / 12-10-8-6-4	3x5 min
P9	86	2-6-8-10-12 / 12-10-8-10-12	3x5 min
P10	93	2-3-4-5-6 / 2-3-4-5-6	3x5 min
P11	102	5-4-3-2-1 / 5-4-3-2-1	3x5 min
P12	110	6-5-4-3-2 / 6-5-4-3-2	3x5 min

P1**P2****P3****P4****P5****P6**

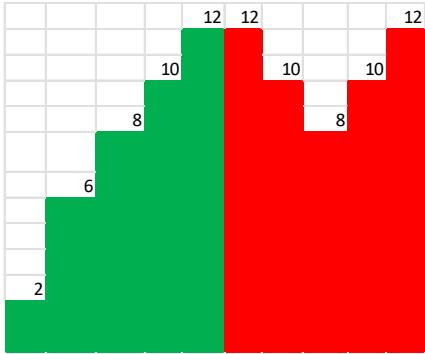
P7



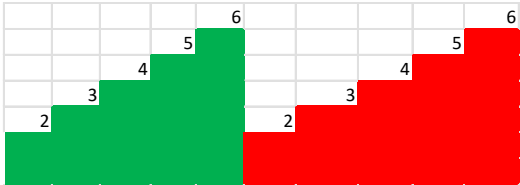
P8



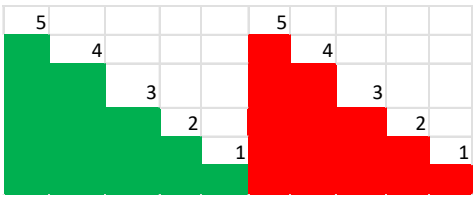
P9



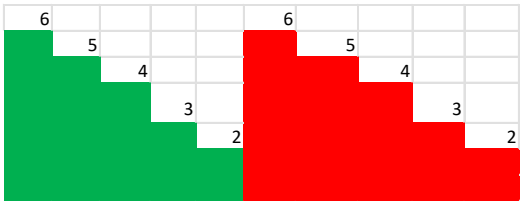
P10



P11



P12



PARA PEDIR PIEZAS DE REPUESTO

Para mayor eficiencia , tenga los siguientes elementos listos antes de comunicarse con nuestro Servicio Posventa:

- **El nombre o referencia del producto.**
- **El número de fabricación** indicado en el chasis principal y en la caja de embalaje.
- **El número de la pieza faltante o defectuosa** que se indica en la vista ampliada del producto en este manual.

Servicio Posventa

Correo electrónico: service-es@carefitness.

AVVERTENZE :

Sicurezza

- Leggere e conservare con cura questo manuale d'uso. Utilizzare il prodotto solo come indicato.
- Questo dispositivo deve essere assemblato e utilizzato solo da adulti.
- Il dispositivo è conforme alla norma **EN-957 classe HC** per uso domestico. Non deve essere utilizzato in palestre o in ambienti pubblici, associativi o in affitto.
- Per un uso sicuro è necessario posizionare il dispositivo su una superficie stabile e piana. Proteggere il pavimento con un tappetino. Non utilizzare in ambienti umidi (es. piscina, sauna).
- Non lasciare che i bambini giochino con l'apparecchio. Care declina ogni responsabilità per eventuali danni. Tenere i bambini lontani durante l'allenamento.
- Care declina ogni responsabilità in caso di modifiche tecniche apportate dall'utente ai nostri prodotti.
- **Peso e altezza massimi dell'utente: 100 kg.**
- Prima di iniziare qualsiasi programma di allenamento, consultare il medico per determinare il livello di intensità appropriato. Un allenamento eccessivo o non adatto può essere dannoso per la salute.
- Mantenere la schiena dritta durante gli esercizi.
- È fortemente consigliato indossare abbigliamento e calzature adeguati.
- Non superare le posizioni massime delle parti regolabili.

Manutenzione

- Controllare regolarmente il serraggio degli elementi di fissaggio. Per mantenere la sicurezza, il dispositivo deve essere ispezionato regolarmente. Sostituire immediatamente qualsiasi parte difettosa e non utilizzare il dispositivo fino alla completa riparazione.
- Il sudore è molto corrosivo; evitare che entri in contatto con le parti smaltate o cromate del dispositivo, in particolare con il computer. Pulire immediatamente dopo l'uso. Le parti smaltate si puliscono con una spugna umida. Non usare prodotti aggressivi o corrosivi.

Garanzia: Il telaio è garantito 5 anni. I pezzi soggetti a usura sono garantiti 2 anni. La garanzia si applica all'uso normale da parte di un privato a domicilio. Attivare la garanzia online su www.carefitness.com

Riciclaggio



Il simbolo del "bidone barrato" indica che questo prodotto e le pile in esso contenute non devono essere smaltiti con i rifiuti domestici. Sono soggetti a raccolta differenziata. Portare le pile e il prodotto elettronico a fine vita in un punto di raccolta autorizzato per il riciclaggio. Un corretto smaltimento protegge l'ambiente e la salute.

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

IT



Tempo di montaggio
30 min



Attrezzi
inclusi



Difficoltà
facile

FASE 1

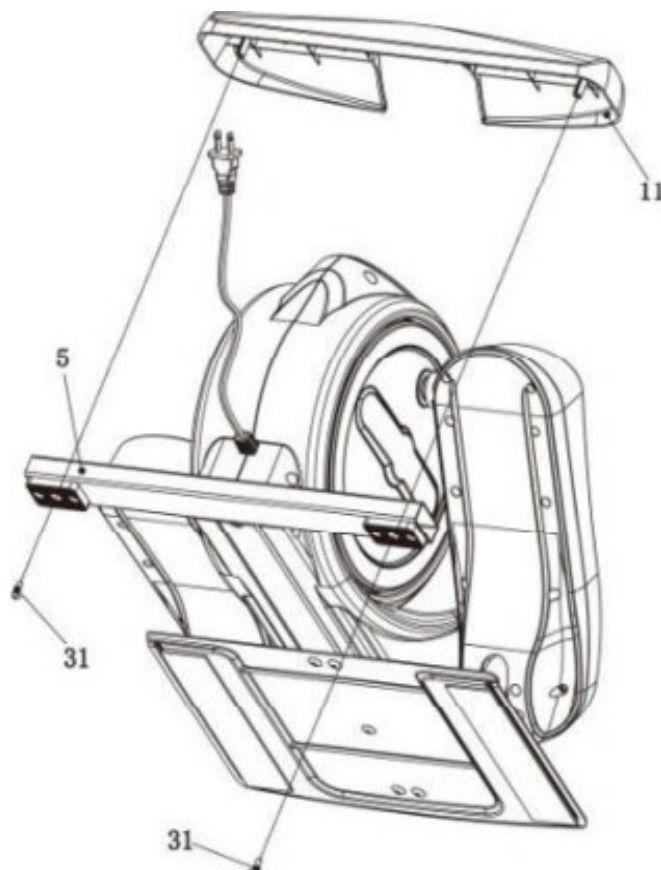
- **Inserire prima la copertura decorativa (11)** nella posizione corrispondente sul telaio principale (5).
- **Quindi utilizzare le 2 viti ST4.2x15 (31)** per fissare la copertura decorativa (11) al telaio principale (5)



Chiave x 1 pezzo



Viti x 2 pezzi



UTILIZZO DELLA BICICLETTA ELLITTICA MOTORIZZATA

Accensione della bicicletta ellittica

Prima di iniziare a pedalare, collegare la bici a una fonte di alimentazione da 110 V o 240 V, come illustrato.



PRÉPARATION POUR LE CYCLISME :

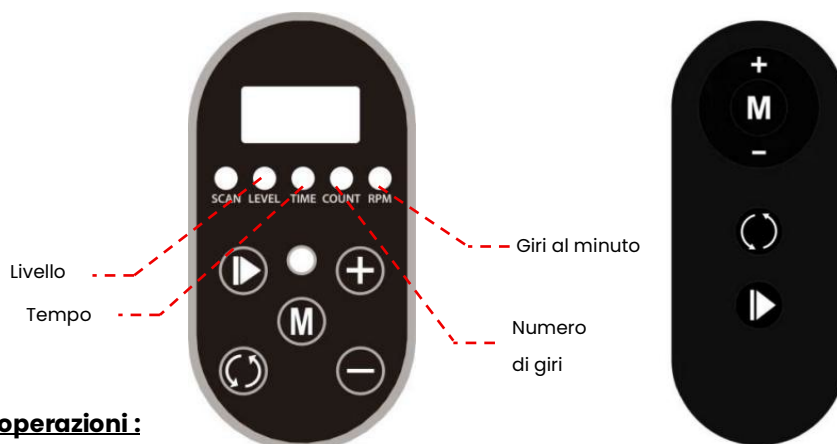
1. **Regolare la posizione** tra la bici ellittica e il sedile.
2. **Allentare le cinghie in velcro dei pedali**, posizionare i piedi sui pedali e poi stringere le cinghie per una buona tenuta.
3. **Fare riferimento all'illustrazione** per maggiori dettagli.



USO DEL DISPLAY E DEL TELECOMANDO :

Attenzione : Inserire una nuova batteria (CR2032) nel vano batterie

IT



Funzioni e operazioni :

Avvio/Arresto (▶) :

- Premere questo pulsante per accendere la bici.
- Una volta accesa, il display mostrerà la modalità SCAN: **Level (Livello)**, **Time (tempo)**, **Count (conteggio)**, **RPM (giri al minuto)**.

Livello (+/-) :

- Premere questo pulsante (+) per **aumentare** il livello.
- Premere questo pulsante (-) per **ridurre** il livello.

Cambio modalità (M) :

- Quando la bici è in standby, tenere premuto questo pulsante per accedere **alla modalità di impostazione del tempo**.
- Premere il pulsante (+) per **aumentare** il tempo di allenamento.
- Premere il pulsante (-) per **ridurre** il tempo di allenamento.
- Il tempo è regolabile **da 1 a 30 minuti**.
- Durante la pedalata, premere il pulsante per visualizzare manualmente: **Livello, Tempo, Conteggio, RPM**.
- Quando la bici è in standby, premere questo pulsante per attivare **la modalità automatica**. Premere più volte per scorrere i **programmi da P1 a P12**.

Pedalata avanti e indietro (↔) :

- Premere questo pulsante per **alternare il senso di pedalata (avanti/indietro)**.

Indicatore luminoso di funzionamento :

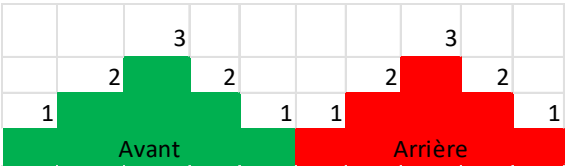
- Il display alterna tra: **SCAN, TEMPO, LIVELLO, CONTEGGIO e RPM**.

Modalità automatica :

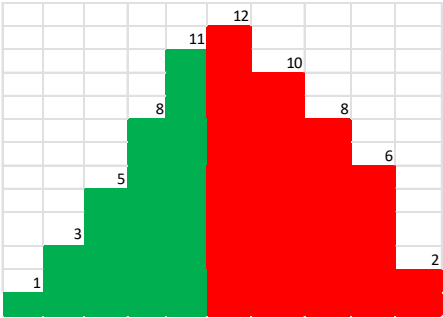
- Sono disponibili **dodici programmi** preimpostati della durata totale di **15 minuti**.
- Durante **questi 15 minuti** la velocità e **la direzione della pedalata cambiano automaticamente**.
- Quando la bici è in standby, premere brevemente il pulsante (M) per selezionare un **programma predefinito (P1-P12)**.

Prog	RPM	vitesse (RPM)	interval
P1	30	1-2-3-2-1 / 1-2-3-2-1	3x5 min
P2	37	1-3-5-8-11 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P3	44	1-3-5-7-9 / 12-10-8-6-2	3x5 min
P4	51	2-4-6-8-10 / 2-4-6-8-10	3x5 min
P5	58	4-6-8-10-12 / 4-6-8-10-12	3x5 min
P6	65	1-2-3-1-2 / 12-11-10-9-8	3x5 min
P7	72	10-8-6-4-2 / 10-8-6-4-2	3x5 min
P8	79	12-10-8-6-4 / 12-10-8-6-4	3x5 min
P9	86	2-6-8-10-12 / 12-10-8-10-12	3x5 min
P10	93	2-3-4-5-6 / 2-3-4-5-6	3x5 min
P11	102	5-4-3-2-1 / 5-4-3-2-1	3x5 min
P12	110	6-5-4-3-2 / 6-5-4-3-2	3x5 min

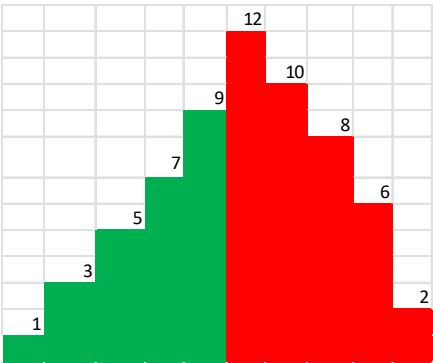
P1



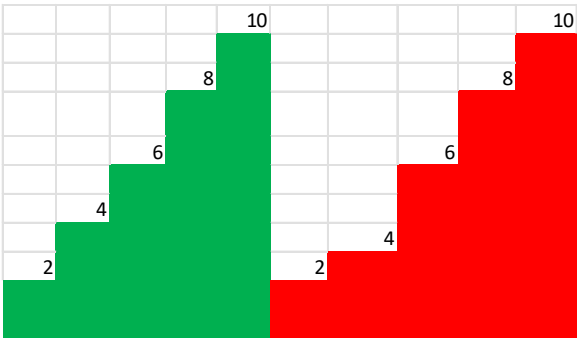
P2



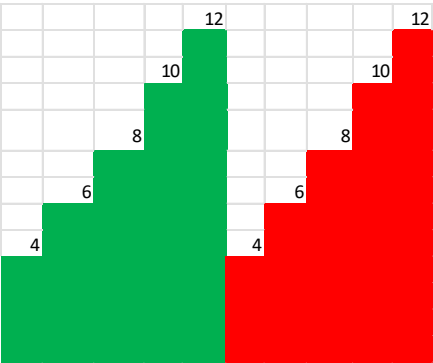
P3



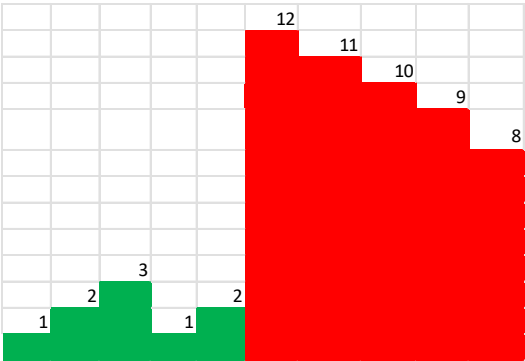
P4



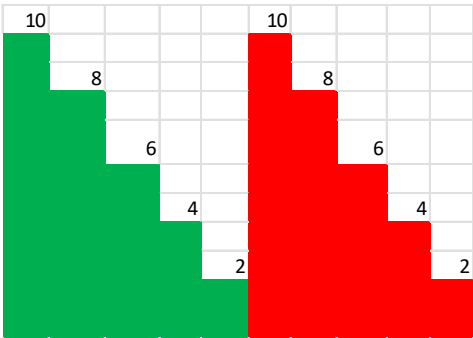
P5



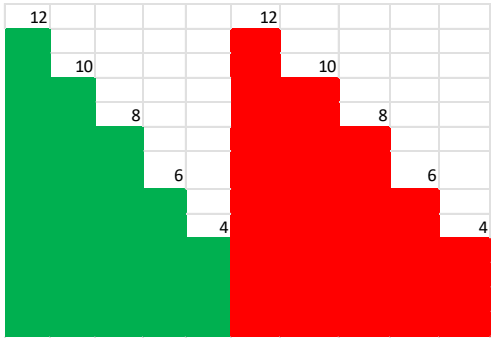
P6



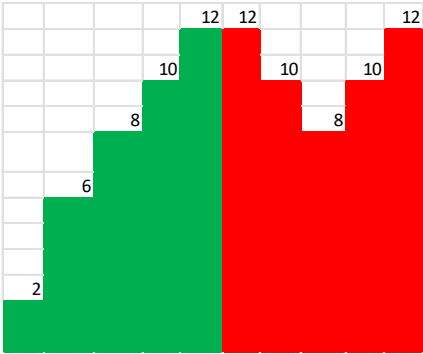
P7



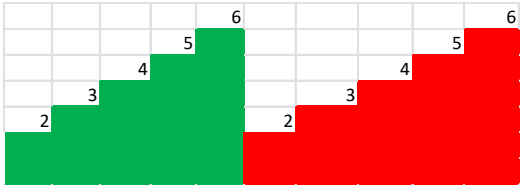
P8



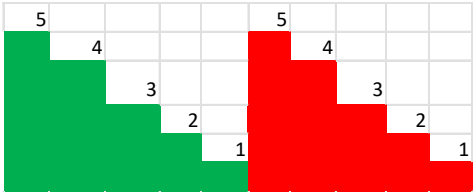
P9



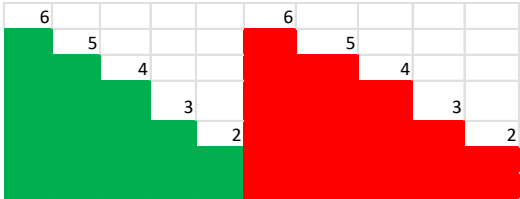
P10



P11



P12



PER ORDINARE RICAMBI

Per una maggiore efficienza , prima di contattare il nostro servizio post-vendita, ti preghiamo di tenere a portata di mano i seguenti elementi:

- **Il nome o il riferimento del prodotto.**
- **Il numero di fabbricazione** è indicato sul telaio principale e sulla scatola di imballaggio.
- **Il numero della parte mancante o difettosa** è indicato nella vista esplosa del prodotto nel presente manuale.

Servizio post-vendita

E mail : service-it@carefitness.com



FR

**Cet appareil
se recycle**

A DEPOSER
EN MAGASIN



OU

A DEPOSER
EN DÉCHÈTE



Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !

08/2025