

EM8000

Ergometer

Monterings- och bruksanvisning

Ordernummer: 2410
Sida: 2-14



Monterings- och bruksanvisning

Ordernummer: 2410
Sidor: 15-26



Instruktioner för montering och användning

Befälnummer: 2410
Sidor: 27-38



Monterings- och bruksanvisning

Ordernummer: 2410
Sidor: 39-50



Návod k montáži a použití per

Antal objekt: 2410
Sidor: 51-62



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Sida	Innehåll
2	Christopeit Sports Community
3	Viktiga rekommendationer och säkerhetsanvisningar
4-6	Monteringsanvisningar
6	Använda enheten
7	Watttabell
8-10	Datorbeskrivning
10	Pulsmätning
10	APP-anslutning
11	Rengöring, underhåll och
11	förvaring Felsökning
11	Garantivillkor
12	Utbildningsinstruktioner Allmän
13-14	reservdelslista - Reservdelslista
63	Försäkran om överensstämmelse
64	Sprängskiss

Fara!
Före användning
Drift
läs instruktionerna!



BÄSTA KUND,

Vi gratulerar dig till köpet av denna hemmatränningsutrustning och önskar dig mycket nöje med den. Vänligen läs och följ instruktionerna i denna monterings- och bruksanvisning. Om du har några frågor är du välkommen att kontakta oss när som helst.

CHRISTOPEIT SPORTGEMENSKAP

Vårt mål är inte bara att erbjuda dig ny och bra träningsutrustning för ditt hemmagym, utan också att ge dig motivation och variation i din dagliga träning. Bli en del av vår Christopeit Sport-community.

Christopeit Gym

På vårt Christopeit GYM hittar du olika program med olika utmaningar för din träningsutrustning. Vi önskar dig mycket nöje med din dagliga träning.

Skanna QR-koden eller följ länken: <https://www.christopeit-sport.com/lifestyle/christopeit-gym/>

GYM



CHRISTOPEIT-BLOGGEN

Hitta många spännande ämnen om träning och hälsa i vår blogg.

Skanna QR-koden eller följ länken: <https://www.christopeit-sport.com/lifestyle/blog/>

BLOGG



SOCIALA MEDIER

Följ oss på Facebook, Instagram och YouTube.

Skanna QR-koden eller sök på respektive plattformar efter: Christopeit-Sport

FACEBOOK



INSTAGRAM



YOUTUBE



Med vänliga hälsningar,
Din Top-Sport Gilles GmbH

VIKTIGA REKOMMENDATIONER OCH SÄKERHETSINSTRUKTIONER

Våra produkter är generellt testade och uppfyller därför gällande säkerhetsstandarder. Detta befriar dig dock inte från skyldigheten att strikt följa följande principer.

1. Montera enheten exakt enligt monteringsanvisningen och använd endast de specifika delar som medföljer för monteringen. Innan du påbörjar den faktiska monteringen, kontrollera att följesedeln är fullständig och att kartongförpackningen är fullständig enligt monteringsstegen i monterings- och bruksanvisningen.

2. Kontrollera före första användningen och regelbundet (ungefär var 50:e drifttimme) att alla skruvar, muttrar och andra anslutningar är åtdragna och att de åtkomliga axlarna är åtdragna. Behandla lederna och dess funktionsduglighet med lite smörjmedel för att säkerställa säker avfallshantering. Denna avfallshantering är kostnadsfri för dig. Skydda miljön och avfallshantering av träningsredskapet på rätt sätt.

3. Placera enheten på en torr, stabil och plan plats. När du köper en ny enhet har du rätt att

och skydda den mot fukt och väta. Returnera den gamla enheten till din återförsäljare om golvet är ojämnt. Återförsäljare måste vidta lämpliga åtgärder på golvet och, i förekommande fall, på elektrisk och elektronisk utrustning med försäljningsyta. Om sådan finns måste detta kompenseras med hjälp av enhetens justerbara delar. Kontakt med fukt och hög luftfuktighet måste undvikas.

4. Om installationsplatsen är särskilt skyddad mot tryckmärken, ta tillbaka den kostnadsfritt, även utan att en ny enhet köps, om de gamla enheterna inte är större till någon dimension.

Placera ett lämpligt, halkfritt underlag (t.ex. gummmatta, träskiva eller liknande) under apparaten.

5. Innan träningen påbörjas, ta bort alla föremål inom en radie av 2 meter från enheten.

6. Använd inte starka rengöringsmedel för att rengöra apparaten, och använd endast de verktyg som medföljer eller dina egna lämpliga verktyg för montering och eventuella reparationer. Avlägsna eventuella svettavlagringar från apparaten omedelbart efter träningen.

7. Uppmärksamhet! Felaktig och överdriven träning kan orsaka hälsoskador. Innan någon specifik träning eller medicinering påbörjas bör en kvalificerad läkare konsulteras. Denna läkare kan fastställa det maximala Belastning (puls, watt, träningstid etc.) kan du kasta dig i de avsedda uppsamlingsbehållaren eller på lämpliga platser och få exakt information om korrekt hållning när du tränar. Träning, träningsmål och kost bör beaktas. Träning bör inte ske efter tunga måltider.

8. Träna endast med enheten när den fungerar korrekt. Använd endast originalreservdelar för eventuella reparationer. Byt ut defekta delar omedelbart och håll enheten ur bruk tills reparationerna är slutförda. **Fara!** Om några delar blir alltför varma under användning, byt ut dem omedelbart.

9. När du justerar justerbara delar, se till att de är i rätt läge eller i det markerade maximala justeringsläget och att det nyligen justerade läget är ordentligt säkrat.

10. Om inget annat anges i instruktionerna kan enheten Endast en person åt gången bör använda cykeln för träning. Bromsmotståndet och därmed träningsbelastningen är begränsade. Träningsprestationen bör inte överstiga 90 minuter per dag.

11. Använd träningskläder och skor som är lämpliga för konditionsträning med utrustningen. Kläderna måste vara utformade så att de inte fastnar i kroppen under träning på grund av sin form (t.ex. längd). Träningsskor bör väljas så att de matchar utrustningen, ger stadigt stöd och har en halkfri sula.

12. Uppmärksamhet! Om du upplever yrsel, illamående, bröstsmärtor eller andra onormala symtom, avbryt träningen och kontakta en lämplig läkare.

13. Sportutrustning är som regel inte en leksak. Den får därför endast användas för avsett ändamål och av personer som är korrekt informerade och instruerade.

14. Personer som barn, funktionshindrade och personer med funktionsnedsättning bör endast använda enheten i närvaro av en annan person som kan ge hjälp och vägledning. Lämpliga åtgärder måste vidtas för att förhindra att barn utan tillsyn använder enheten.

15. Det är viktigt att säkerställa att praktikanten och andra personer aldrig placerar någon del av sin kropp i området kring delar som fortfarande är i rörelse.

16.  Den intilliggande symbolen för en överstruken En soptunna på hjul indikerar att den här enheten omfattas av direktiv 2012/19/EU. Detta direktiv anger att du inte får slänga enheten med vanligt hushållsavfall när den är slut, utan på särskilt anvisade insamlingsplatser, återvinningscentraler eller avfallshanteringsanläggningar.

Denna avfallshantering är kostnadsfritt, även utan att en ny enhet köps, om de gamla enheterna inte är större till någon dimension.

Följande gäller för den tyska marknaden: enhet har du rätt att

och skydda den mot fukt och väta. Returnera den gamla enheten till din återförsäljare om golvet är ojämnt. Återförsäljare måste vidta lämpliga åtgärder på golvet och, i förekommande fall, på elektrisk och elektronisk utrustning med försäljningsyta. Om sådan finns måste detta kompenseras med hjälp av enhetens justerbara delar. Kontakt med fukt och hög luftfuktighet måste undvikas.

än 25 cm. Vi erbjuder returmöjligheter direkt i våra butiker och butiker. Kontakta även din återförsäljare för information om lokala returmöjligheter. Om din gamla enhet innehåller personuppgifter är du ansvarig för att radera den innan du returnerar den.

Om möjligt utan att förstöra den gamla enheten, ta bort de gamla batterierna eller uppladdningsbara batterierna och lamporna innan du returnerar den gamla enheten för avfallshantering och kassera dem separat. Om du har inbyggda uppladdningsbara batterier, vänligen ange att enheten innehåller ett uppladdningsbart batteri när du kasserar dem. För mer information om avfallshanteringsalternativ, vänligen kontakta din kommun eller kommun.

17. För miljöns skull, släng inte förpackningsmaterial och delar av enheten med hushållsavfallet, utan i uppsamlingsbehållaren eller på lämpliga platser och få exakt information om korrekt hållning när du tränar.

Lämna av vid uppsamlingsplatser.

18. För hastighetsberoende träning kan bromsmotståndet justeras manuellt, och effekten beror på pedalrotationshastigheten. För hastighetsberoende träning kan användaren ange en önskad effekt i watt via datorn och därmed utföra ett hastighetsberoende träningspass med samma effekt. Bromssystemet justerar automatiskt motståndet mot pedalrotationerna för att uppnå den förinställda effekten.

19. Enheten är utrustad med en motståndsställning med 32 nivåer, vilket möjliggör en minskning eller ökning

motståndet och därmed träningsbelastningen är begränsade. Genom att trycka på "-"-knappen minskar du bromsmotståndet och därmed träningsbelastningen. Genom att trycka på "+"-knappen ökar du bromsmotståndet och därmed träningsbelastningen.

20. Den maximalt tillåtna belastningen (=kroppsvikt) är satt till 150 kg. H/A-klassificeringen indikerar att denna enhet endast är avsedd och tillverkad för hemmabruk. Den är utrustad med en dator med en högprecisionsdisplay för effekt. Toleransen är ± 5 W upp till 50 watt och ± 10 % över 50 watt.

21. Monterings- och bruksanvisningen anses vara en del av produkten. Denna dokumentation måste bifogas om produkten säljs eller överläts till annan part.

MONTERINGSANVISNINGAR

Innan du börjar montera, se till att följa våra rekommendationer och säkerhetsanvisningar! Ta ut alla enskilda delar ur förpackningen, placera dem på golvet och kontrollera grovt att du har alla delar med hjälp av monteringsritningarna. Detta bör göra monteringen av enheten enklare och snabbare. **Monteringstid ca 30-40 minuter.**

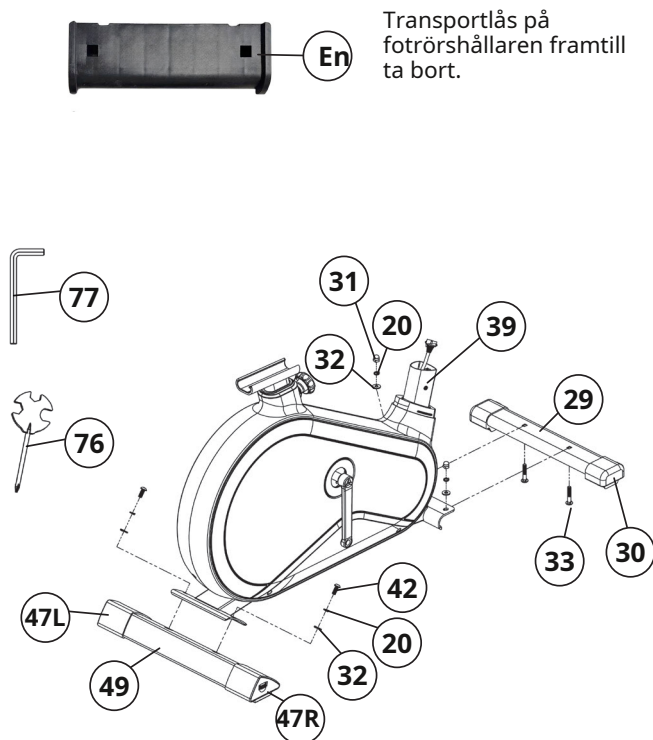
Komponent "A" fungerar som transportlås och behövs inte längre efter montering.

STEG 1

Montering av fram- och bakfot (29+49).

1. För den främre foten (29), monterad med fotskydden med transportrullenheter (30), till basramen (39) och skruva fast den med vagnsbultarna M8x45 (33), brickorna (32), fjäderbrickorna (20) och överfallsmuttrarna (31).

2. För den bakre foten (49) monterad med de höjdjusterbara fotskydden (47) till basramen (39) och fäst den med skruvarna (42), fjäderbrickorna (20) och brickorna (32). (Höjdjusteringsskruvarna på fotskydden (47) är avsedda att stabilisera enheten på ojämna ytor.)

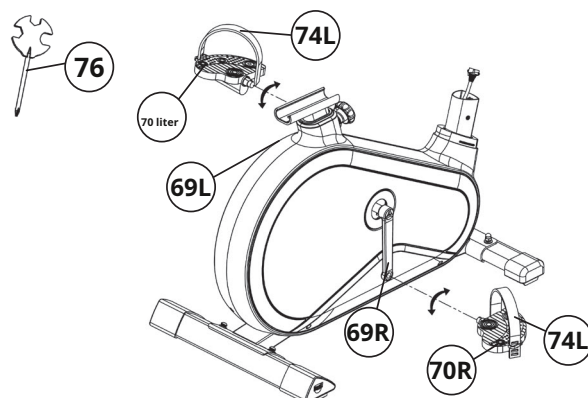


STEG 2

Montering av pedalerna (70L+70R).

1. Fäst pedallåsremmarna (74L+74R) på motsvarande pedaler (70L+70R). Pedallåsremmarna är märkta "R" för höger och "L" för vänster.

2. Montera pedalerna (70L+70R) på pedalarmarna (69L+69R). Pedalerna är märkta "R" för höger och "L" för vänster. **Fara:** Vänster och höger är synliga från den riktning du sitter och tränar på maskinen. Den högra pedalen (70R) måste vridas medurs och den vänstra pedalen (70L) moturs.



STEG 3

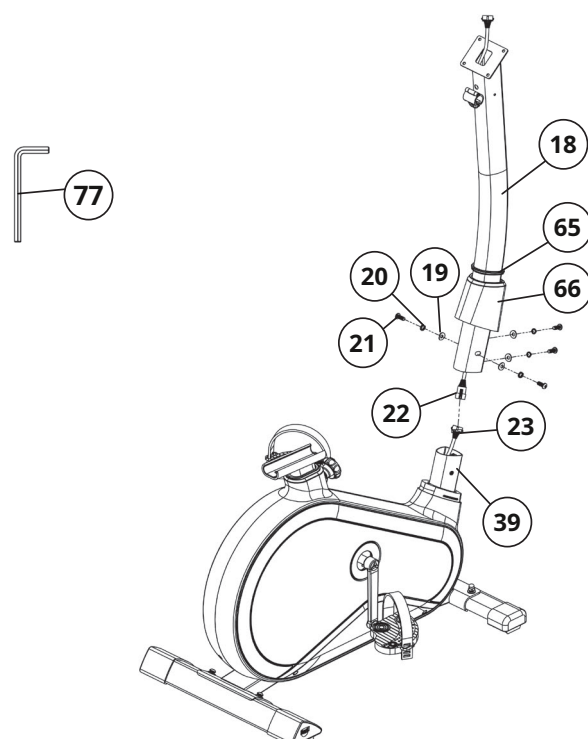
Montering av styrstödröret (18) på basramen (39).

1. Skjut gummiringen (65) och stödrörets skydd (66) på stödröret (18).

2. För styrsstödröret (18) till hållaren på basramen (39) och anslut styrvajern (23) till anslutningsvajern (22).

3. Skjut in styrsstödröret (18) i motsvarande hållare på basramen (39) och fäst det med M8x20-skruvarna (21), fjäderbrickorna (20) och de böjda brickorna (19). **Fara:** Se till att kabeln inte kläms när du ansluter rören.)

4. Placera stödrörets skydd (66) över skruvförbindningen och sedan gummiringen (65).



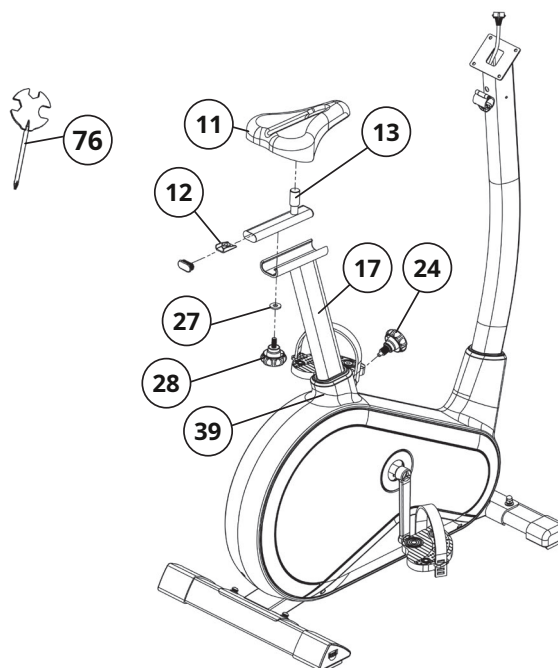
STEG 4

Montering av sadeln (11) och sadelglidaren (13) på sadelstolpens rör (17).

1.Placera sadeln (11) på sadelglidaren (13) och skruva fast den till önskad vinkel. Dra åt båda svarta muttrarna under sadeln ordentligt.

2.Sätt in sadelglidaren (13) i hållaren på sadelstolpsröret (17) och fäst den i önskat horisontellt läge med hjälp av bricken 10//25 (27) och stjärnskruven (28) på fästdelen (12).

3.Sätt i sadelstolpens rör (17) i den avsedda hållaren på basramen (39) och säkra önskad position genom att skruva fast snabbkopplingen (24).**Fara!**För att skruva fast snabbkopplingen (24) måste det gängade hålet i basramen (39) och ett av hålen i sadelstolpen (17) vara i linje. Dessutom måste man se till att sadelstolpen (17) inte dras ut ur basramen bortom det markerade, maximala justeringsläget. Justeringen kan ändras senare efter önskemål genom att lossa snabbkopplingen (24) några varv, sedan dra i den, flytta sadelstolpen till den nya positionen tills snabbkopplingen klickar på plats och sedan dra åt den igen.

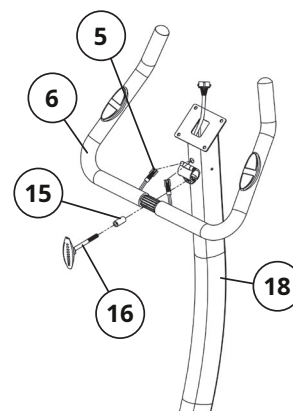


STEG 5

Montering av styret (6) på stödröret (18).

1.För styret (6) till det öppna styrfästet på stödröret (18), trä pulskablarna (5) uppåt genom den befintliga öppningen på stödröret (18) och stäng styrfästet över styret (6).

2.Fäst styret (6) i önskad position på stödröret (18) med hjälp av distansen (15) och handtagsskruven (16).



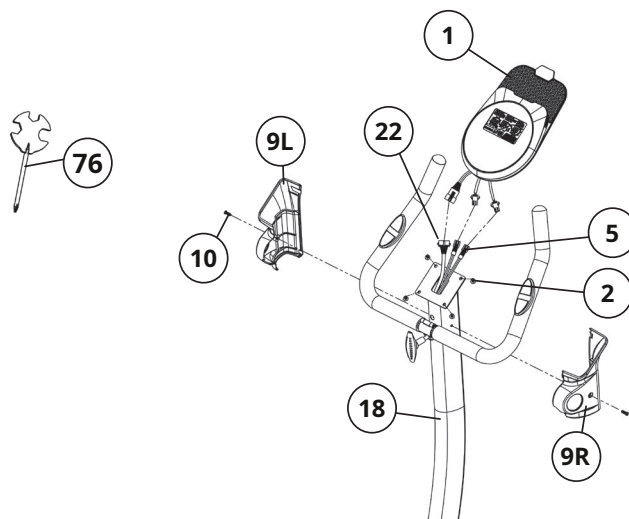
STEG 6

Montering av datorn (1) på stödröret (18).

1.Anslut anslutningskabeln (22) och pulskabeln (5) i motsvarande anslutningsuttag på datorn (1).

2. Placera datorn (1) på stödröret (18) (utan att klämma kabelanslutningen) och fäst datorn (1) på stödröret (18) med skruvarna (2). Skruvarna (2) finns på datorns baksida.

3.För styrskyddet (9L+9R) över styrets ändar till styrets stödrör (18) och fäst det med skruven (10).



STEG 7

Anslutning av strömförsörjningen (73).

1. Sätt i nätadapters kontakt (73) i motsvarande uttag (46) på baksidan av locket.

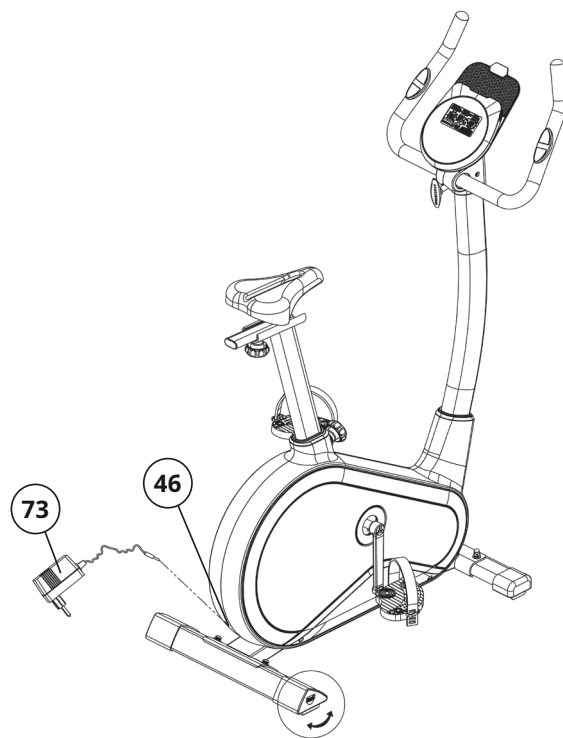
2. Anslut sedan nätaggregatet (73) till ett korrekt anslutet uttag (230V~/50Hz).

INSPEKTION OCH DRIFTTAGNING

1. Kontrollera att alla skruv- och insticksanslutningar är korrekt monterade och fungerar. Monteringen är nu klar.

2. Om allt är OK, bekanta dig med enheten med hjälp av inställningarna för ljusmotstånd och gör de individuella inställningarna.

Ett meddelande: Förvara verktygssatsen och instruktionerna på ett säkert ställe, eftersom de kan behövas för framtida reparationer eller beställningar av reservdelar.



ANVÄNDA ENHETEN

Justering av sitshöjd

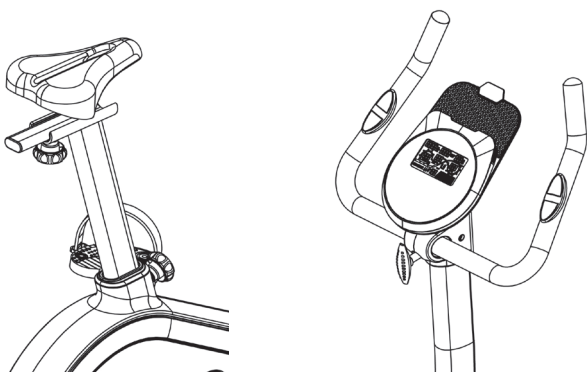
För att uppnå en bekväm sittställning under träning måste sitshöjden justeras korrekt. Rätt sitshöjd uppnås när ditt knä fortfarande är lätt böjt och inte kan sträckas helt ut, även med pedalerna i sitt lägsta läge. För att justera rätt sittställning, lossa snabbkopplingen något med ena handen och dra sedan ut vredet. Med den andra handen kan du skjuta sadeln och sadelstolpen till önskad sittställning. Släpp sedan vredet tills det klickar på plats och skruva sedan fast det igen.

Viktig

Se till att snabbkopplingen är ordentligt fastsatt och åtdragen. Dra inte ut sadelstolpen längre än till sitt maximala läge och justera inte någon position medan du sitter på träningsmaskinen.

Justering av styret

För att justera styret, lossa helt enkelt styrskraven tills styret kan flyttas till önskat läge och dra sedan åt den igen efter justeringen.



Transport av enheten

Det finns två transporthjul i den främre foten. För att flytta enheten till en annan plats eller förvara den, ta tag i handtaget och luta enheten på den främre foten tills den enkelt kan flyttas på transporthjulen, skjut den sedan till önskad plats.

Stiga

När sitshöjden är korrekt justerad, håll i styret. Sänk ner närmaste pedal till dess lägsta läge och skjut foten under pedalremmen så att du har ett säkert fotfäste på pedalen. Sväng nu ditt andra ben till motsatt sida av pedalen och sitt på sadeln. Håll i styret med händerna och placera din andra fot på den andra pedalen under pedalremmen.

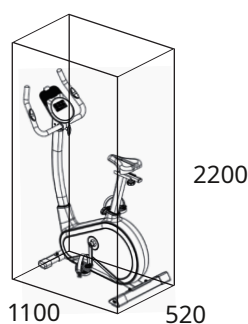
använda

Håll i styret med båda händerna i önskad position och sitt kvar på sadeln under träningen. Se också till att dina fötter är säkrade på pedalerna med pedalremmarna.

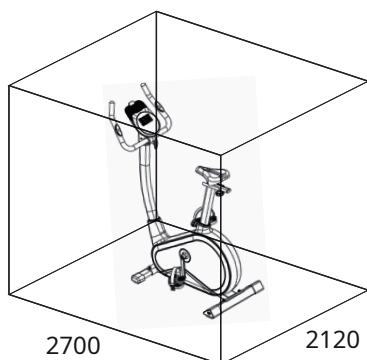
Sitta av

Avbryt träningen och håll fast i styret. Sätt först en fot från pedalerna för att få ett säkert fotfäste, stig sedan av sadeln. Sätt sedan den andra foten från pedalerna och kliv av maskinen åt sidan.

Denna stationära hemmaträningsmaskin simulerar cykling. Risker för överansträngning eller fall minskas genom träning oavsett väderförhållanden, såväl som genom eventuellt gruppträck. Cykling erbjuder konditionsträning utan överansträngning, tack vare möjligheten att justera motståndet. Detta möjliggör en mer eller mindre intensiv träning. Den tränar de nedre extremiteterna, stärker hjärt-kärlsystemet och främjar därmed den allmänna konditionen.



Fotavtryck i mm
(för enhet)



Träningsyta i mm
(Träningsområde och säkerhetsområde runt 600 mm)

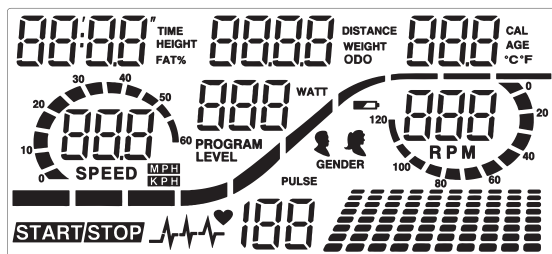
WATT-TABELL

Varvtal och effekt

varv/min → Nivå ↓	20	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120
1	6	9	15	17	20	30	36	46	51	61	67
2	8	12	20	24	30	41	51	61	71	79	86
3	9	15	24	31	40	52	62	72	83	95	106
4	11	19	29	39	50	64	76	87	101	114	128
5	13	22	35	47	60	76	91	104	120	135	151
6	15	27	41	54	70	91	104	121	141	160	173
7	18	31	47	62	80	102	120	137	160	180	197
8	20	35	51	70	90	113	131	152	175	197	218
9	22	39	57	78	100	126	146	170	194	218	241
10	24	43	63	86	110	137	160	185	212	239	261
11	27	46	68	93	120	149	173	201	229	259	282
12	29	50	73	101	130	160	186	215	247	276	302
13	31	54	80	108	140	172	202	230	262	299	327
14	34	59	86	116	150	183	213	245	281	315	347
15	35	62	91	125	160	194	226	261	297	335	366
16	37	67	97	134	170	208	242	279	319	360	392
17	40	71	103	140	180	219	257	295	335	381	411
18	42	75	109	148	190	231	269	310	352	402	431
19	44	79	114	156	200	243	285	325	371	420	452
20	47	83	121	163	210	254	299	342	391	439	479
21	49	87	127	172	220	267	313	356	410	463	501
22	50	90	133	181	230	279	327	373	427	482	520
23	52	96	141	191	240	296	346	394	451	511	551
24	54	100	146	197	250	305	357	410	463	525	569
25	56	104	152	205	260	318	371	426	482	547	590
26	58	108	158	212	270	329	386	440	500	568	613
27	60	110	164	220	280	341	400	455	519	587	630
28	62	115	171	229	290	355	416	475	538	610	659
29	64	117	177	237	300	369	432	495	558	638	679
30	66	120	182	243	310	380	445	510	573	653	700
31	68	123	189	253	320	395	463	530	598	680	730
32	70	127	194	263	330	409	480	550	620	710	760

Notera:

Effektvisningen i watt justerades baserat på pedalexelns varvtal per minut (RPM) och bromsmomentet (Nm). Enheten fabrikstestades före leverans och uppfyller därför kraven i klassificeringen "High Accuracy Display". Om du har några tvivel om enhetens visning, kontakta din återförsäljare eller tillverkare för att få den kontrollerad/justerad. (Observera att en viss tolerans för avvikelse är tillåten, se sidan 3.)



VISA

[TID] Tid:00:00~99:59.

[LÄNGD] Höjd i cm:Inmatning i kropps fettprogrammet

[FETT%] Kroppsfett i %:Resultat i kropps fettprogrammet

[AVSTÅND] Avstånd i km:0,00~99,99 km **[VIKT]**

Användarvikt i kg:Inmatning i kropps fettprogrammet

[ODO] KM Totalt:Distansen i km för alla träningspass visas endast i startdisplayen.

[CAL] Kalorier i kcal:0~999 kcal **[ÅLDER]** Ålder i år:Inmatning i HRC- och kropps fettprogram

[°C °F] Temperaturvisning:Temperaturvisningen i Celsius eller Fahrenheit beror på modellen. (Ej tillgängligt för EM 8000.)

[HASTIGHET] Hastighet i km/h:0,0~99,9 km/h

[PROGRAM] Programnummer:1-24

[NIVÅ] Motståndsnivå:1~32 nivå

[WATT] Watt:0~999 watt

[KÖN]] Kön Maskulin / Kvinnlig: Inmatning i kropps fettprogrammet

[RPM] Varv per minut:0~15~999

[START/STOPP] Status:Start/Stop-displayen

[PULS] Pulsvisning:P~40~240 max. möjligt värde. Hjärtasymbolen blinkar när pulsdata tas emot.

Programgrafik:01 Manuell, 02-13 Program, 14-17 Användare, 18-22 HRC, 23 Watt, 24 Kroppsfett

Starta visningen (i 2 sekunder):

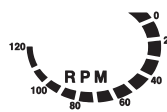
Övre raden - Vänster: Bluetooth-identifieringsnummer för appens drift

Övre raden - Höger: Totalt antal kilometer (ODO).

Nedersta raden - Vänster: Kod för hastighetsprogrammering



[HASTIGHET]:Grafisk representation av hastighet från 0 till 60 km/h. Varje segment motsvarar 5 km/h.



[V/M]:Grafisk representation av varvtal per minut från 0 till 120 varv/min. Varje segment motsvarar 10 varv/min.



[AVSTÅND]Grafisk representation av avståndet. Linjen motsvarar 1 km. Varje linjesegment motsvarar ett avstånd på 100 m. Det aktuella avståndet indikeras av det blinkande linjesegmentet.



[PROGRAM]:Grafisk representation av programmet. Var och en av de 10 tidsstaplarna representerar 1/10 av den angivna tränings tiden. Ju högre stapel, desto högre pedalmotstånd. Varje stapelsegment innehåller 4 nivåer. Den aktuella träningsstatusen indikeras av den blinkande stapeln.

KNAPPAR

[T-TEST]-knapp:konditionstest

[B-BODYFAT]-knapp:Analys av kroppsfett

[E-ENTER]-tangenter:Bekräftar ett programval, öppnar och bekräftar inmatade funktioner. Om du trycker i cirka 2 sekunder återställs alla standardvärden.

[+] - [-] tangenter:Ökar eller minskar ett förinställt värde eller tar fram nästa eller föregående funktion i valet. (Endast blinkande information kan ändras/bekräftas.) Genom att hålla knappen nedtryckt aktiveras snabbspolning framåt.

[START/STOPP]-knapp:Startar, pausar eller stoppar träningsprogrammet.

FUNKTIONSBESKRIVNING

Idrifttagning

1.Anslut nätadaptern till produkten och ett korrekt anslutet eluttag. Datorns display tänds, åtföljd av en pipsignal, och visar kort Bluetooth-identifieringsnummer, ODO och hastighetsprogrammeringskod. Startmenyn visas sedan med det valda programmet 01.

2.Tryck på [+/-]-knapparna för att välja ett av de 24 programmen (01=Manuellt, 02-13=Träningsprogram, 14-17=Användare, 18-22=HRC, 23=Watt, 24=Kroppsfett) och bekräfta ditt programval genom att trycka på [E]-knappen. Standardvärdena som [TIME] tid, [DISTANCE] distans, [CAL] kalorier och [P] puls i det valda programmet kan nås genom att trycka på [E]-knappen och ändras med [+/-]-knapparna.

3.När programmet och standardvärdena är inställda, tryck på [START/STOP]-knappen för att starta träningen.

4.Om du trycker på [START/STOP]-knappen igen avbryts programmet. Alla värden som uppnåtts fram till den punkten sparas i 4 minuter. Du kan fortsätta träningen baserat på dessa värden inom de 4 minuterna, eller så kan du nollställa alla funktioner genom att trycka på [E]-knappen i cirka 2 sekunder.

5.Datorn växlar automatiskt till standby-läge cirka 4 minuter efter träningspassets slut och nollställer värdena.

PROGRAM

01: Manuellt program

Välj program 01 med hjälp av [+/-]-knapparna och bekräfta med [E]-knappen. Få åtkomst till de förinställda alternativen för puls [TIME], [DISTANCE], [CAL] och [P] genom att trycka på [E]-knappen och ställ in värdena med hjälp av [+/-]-knapparna. Starta programmet med [START/STOP]-knappen och justera motståndet under träningen med hjälp av [+/-]-knapparna.

Program 01
Manuellt



02-13: Träningsprogram

Välj ett av programmen 2-13 med hjälp av [+/-]-knapparna och bekräfta med [E]-knappen. Ta fram de förinställda alternativen [TIME], [DISTANCE], [CAL] och [P] puls genom att trycka på [E]-knappen och ställ in värdena med hjälp av [+/-]-knapparna. Starta det valda programmet med [START/STOP]-knappen. Efter start kan programmen justeras för att vara svårare eller lättare genom att trycka på [+/-]-knappen.

Program 02
Trappa



Program 03
kulle



Program 04
Vågor



Program 05
dal



Program 06
Fettförlust



Program 07
ramp



Program 08
Fjäll



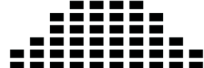
Program 09
Intervaller



Program 10
Tillfällighet



Program 11
plata



Program 12
sprinta



Program 13
öka



14-17: Individuella program för U1-U4:

Välj ett av programmen 14-17 med hjälp av knapparna [+/-] och bekräfta med knappen [E]. Designa din

Din egen programprofil. Med det här programmet kan du själv bestämma var och en av de 10 motståndsstaplarna. Ställ in önskat motstånd för den första stapeln med [+/-]-knapparna och bekräfta din inmatning med [E]-knappen. Upprepa denna process för alla 10 staplar. Tryck sedan på [E]-knappen för att ställa in [TIME] tid, [DISTANCE] distans, [CAL] kalorier och [P] puls. Du kan ändra värdet med [+/-]-knapparna och bekräfta med [E]-knappen. Starta programmet genom att trycka på [START/STOP]-knappen. Den inställda programprofilen sparas automatiskt och kan skrivas över vid behov. När du har ställt in ditt individuella program behöver du bara hämta det och kan starta direkt genom att trycka på [START/STOP]-knappen.

Program 14
Användare 1



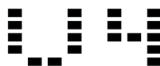
Program 15
Användare 2



Program 16
Användare 3



Program 17
Användare 4



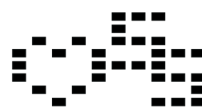
18-22: Pulsprogram

Välj ett av programmen 18-21 med hjälp av [+/-]-knapparna och bekräfta med [E]-knappen. Du kan komma åt de förinställda alternativen [ÅLDER], [TID], [DISTANCE] och [KAL] genom att trycka på [E]-knappen och ställa in värdena med hjälp av [+/-]-knapparna för programmen 55%, 65%, 75% och 85%.

Pulsprogrammen 55 %, 65 %, 75 % och 85 % baseras på åldersinmatningen och beräknar den övre pulsgränsen till 55 %, 65 %, 75 % eller 85 % av det maximala pulsvärdet.

Med pulsprogram 22 kan du ställa in den övre pulsgränsen direkt. Du kommer åt de förinställda alternativen [P] puls, [TIME] tid, [DISTANCE] distans och [CAL] kalorier genom att trycka på [E]-knappen och justera värdena med [+/-]-knapparna. Pulsdisplayen blinkar så snart den övre pulsgränsen nås under träningen.

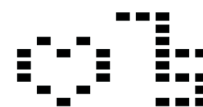
Program 18
55 % HRC



Program 19
65 % HRC



Program 20
75 % HRC



Program 21
85 % HRC



Program 22
Mål HRC



23: Oberoende wattprogram

Välj program 23 med hjälp av [+/-]-knapparna och bekräfta med [E]-knappen. Du kommer åt förinställningsalternativen [WATT] och [TIME] genom att trycka på [E]-knappen och ställ in värdena med [+/-]-knapparna. Standardeffekten är 100. Värdet kan justeras från 20 till 400 watt i steg om 5 watt. Använd [+/-]-knapparna för att ställa in effekten. Den inmatade effekten förblir konstant oavsett pedalhastighet tack vare automatisk motståndjustering. Starta effektprogrammet med [START/STOP]-knappen.

watt



24: Kroppsfettprogram

Här kan du beräkna ditt kroppsfett och få ett personligt träningsförslag. Välj program 24 med hjälp av [+/-]-knapparna och bekräfta med [E]-knappen. Ta fram de förinställda alternativen [U1-U4] användare, [LÄNGD] längd, [VIKT] vikt, [GENDER] kön och [ÅLDER] ålder genom att trycka på [E]-knappen och ställ in värdena med hjälp av [+/-]-knapparna. Ta sedan tag i handpulssensorerna för att mäta. Efter cirka 10 sekunder visas resultatet: FET% och ett träningsprogramförslag. För att starta träningsprogrammet, tryck på [START/STOP]-knappen.

Fara!Om datorn visar felmeddelandet "Err" finns det ett signalfel i pulsöverföringen. I det här fallet Kör kroppsfettprogrammet igen och använd handpulssensorerna. pulssensorerna är så effektiva som möjligt. täckt med handen.

Program 24 Kroppsfetttest



Kroppsfett Typ →	Under-vikt	Normal Vikt	Ljus Övervikt	Ovan-vikt
Kön ↓	Kroppsfett Typ 1	Kroppsfett Typ 2	Kroppsfett Typ 3	Kroppsfett Typ 4
manlig	< 10 %	10~19,9%	20~24,9%	≥ 25 %
kvinnlig	< 20 %	20~29,9%	30~34,9%	≥ 35 %

Träningstid:

40 minuter



Träningstid:

40 minuter



Träningstid:

20 minuter



Träningstid:

40 minuter



Träningstid:

40 minuter



Träningstid:

20 minuter



KROPPSFETTSTEST:

Tryck på [B]-knappen för att gå direkt till kroppsfettprogram 24.

KONDITIONSTEST:

Efter ett träningspass med pulsvisning i valfritt program med en sista ansträngningsfas kan du trycka på [T]-knappen för att starta ett konditionstest. För att programmet ska fungera korrekt, placera båda händerna på handpulssensorerna i 60 sekunder. Efter 60 sekunder visas ett konditionsvärde från F1 till F6. (Se tabell!) **Fara!**Ingen annan display fungerar under konditionstestet.

Skick	Resultat	Skillnad i hjärtfrekvens
Mycket bra	F1	Över 50
Bra	F2	40 ~ 49
Genomsnitt	F3	30 ~ 39
Tillräcklig	F4	20 ~ 29
Dålig	F5	10 ~ 19
Mycket dåligt	F6	Under 10

PULSMÄTNING

Pulsmätning med hjälp av ett pulsbälte:

För tillförlitlig pulsmätning under träning rekommenderar vi att du bär ett lämpligt bröstband. Datorn har en inbyggd mottagare, så att du kan använda en Bluetooth-pulsmätare, till exempel Christopeit-Sport BT-pulsmätare (artikelnr. 2209). Om du fuktar pulsmätaren något innan du sätter på den, bör datorn registrera och visa dina pulsdata inom 60 sekunder. Pulsmätarens räckvidd är 1 till 2 meter, beroende på modell.

Handpulsmätning:

På vänster och höger handtag finns Se till att båda pulssensorerna används igen så att

Placera handflatorna på sensorerna samtidigt och med normal kraft. Så snart en puls mäts visas ett värde på pulsdysplayen. (Handpulsmätningen är endast vägledande, eftersom individuella avvikelser från den faktiska pulsen kan uppstå på grund av rörelse, friktion, svett, hudstruktur och blodflöde etc.)

Ett meddelande:Om båda pulsmätningssytemetoderna används samtidigt prioriteras handpulsmätningen.

Fara!Pulsmätningssystem kan vara felaktiga. Överdriven träning kan leda till allvarliga skador eller dödsfall. Sluta träna omedelbart om du känner dig yr eller svimmar. Pulsmätningar är inte lämpliga för medicinska ändamål.

APPANSLUTNING

KINOMAP-APPEN

Sport, coaching, spel och e-sport är nyckelorden i Kinomap-appen. Den innehåller kilometervis med verkliga bilder för att träna inomhus som om du vore utomhus; spårning av rutten och prestationsanalyser; coachningsinnehåll; flerspelarläge; nya inlägg dagligen; officiella inomhuslopp; och mer...

Ladda ner appen och anslut

Skanna QR-koden bredvid med din smartphone/surfplatta eller använd sökfunktionen i Play Store (Android) eller App Store (IOS) för att ladda ner Kinomap-appen. Registrera dig och följ instruktionerna. Aktivera Bluetooth på din smartphone eller surfplatta, välj enhetshanteraren i appen och sedan lämplig produktkategori. Välj sedan ditt modellnamn via tillverkarens logotyp "Christopeit Sport" för att ansluta sportutrustningen. Beroende på sportutrustningen registreras olika funktioner av appen och data utbyts via Bluetooth.

Fara!Kinomap-appen erbjuder en gratis 14-dagars provperiod. Därefter kan du bestämma om du vill fortsätta träna med grundversionen gratis eller betala för att använda Kinomap-appens alla funktioner.

Aktuell information och avgifter finns på:
www.kinomap.com



kinomap
IOS / ANDROID-APP

RENGÖRING, UNDERHÅLL OCH FÖRVARING

1. Rengöring

Använd endast en lätt fuktig trasa för rengöring. **Fara:** Använd aldrig bensin, thinner eller andra aggressiva rengöringsmedel för att rengöra ytan, eftersom det kan orsaka skador. Enheten är endast avsedd för privat bruk i hemmet och inomhusbruk. Håll enheten ren och skyddad från fukt.

2. Förvaring

Koppla ur nätadaptern om du inte planerar att använda enheten på mer än fyra veckor. Välj en torr förvaringsplats inomhus och spraya med lite olja på vänster och höger pedallager. Täck över enheten för att skydda den från missfärgning orsakad av solljus och damm.

3. Underhåll

Vi rekommenderar att kontrollera åtdragningen av skruvförbanden som gjorts under monteringen var 50:e användningstimme. Var 100:e användningstimme bör du spraya pedalernas vänstra och högra kullager, gängorna på styrets monteringsbultar och gängorna på snabbkopplingarna med lite sprayolja.

FELSÖKNING

Om du inte kan lösa problemet med hjälp av informationen som tillhandahålls, kontakta din återförsäljare eller tillverkaren.

problem	Möjlig Orsakad	Lösning
Datorn slås inte på när jag trycker på en tangent.	Ingen strömförsörjning inkopplad eller så är uttaget spänningsförande.	Kontrollera om strömförsörjningen är korrekt inkopplad, vid behov med en annan förbrukare för att kontrollera om uttaget är spänningsförande.
Datorn räknar inte och slås inte på när träningen börjar.	Saknad sensorpuls på grund av felaktig eller lös anslutning.	Kontrollera att kontakten på datorn och kontakten i stödröret sitter ordentligt.
Datorn räknar inte och slås inte på när träningen börjar.	Saknad sensorpuls på grund av felaktig sensorposition.	Skruva av locket och kontrollera avståndet mellan sensorn och magneten. En magnet i vevskivan sitter mittemot sensorn och måste vara mindre än 5 mm ifrån varandra.
Ingen pulsvisning. (Err)	Pulskontakten är inte inkopplad.	Anslut den separata kontakten från pulskabeln till motsvarande uttag på datorn.
Ingen pulsvisning. (Err)	Pulssensorn är inte korrekt ansluten.	Skruva loss handpulssensorerna och kontrollera att kontakterna sitter ordentligt och att kablarna inte är skadade.

GARANTIVILLKOR

Garantin gäller i 24 månader, gäller nya varor vid första köptillfället och börjar gälla på faktura- eller leveransdatum. Under garantiperioden åtgärdas eventuella fel kostnadsfritt.

Om du upptäcker ett fel är du skyldig att omedelbart rapportera det till tillverkaren. av tillverkarens garanti genom att skicka reservdelar eller till serviceavdelningen! Reparation. Vid skickande av reservdelar, den auktoriserade Byte utan att garantin upphör att gälla. Reparationer på installationsplatsen är undantagna.

Hemträningsutrustning är inte lämplig för kommersiellt eller industriellt bruk. Underlåtenhet att följa dessa instruktioner kommer att resultera i minskad eller förlorad garanti.

Garantin gäller endast material- eller tillverkningsfel. Slitdelar eller skador orsakade av felaktig hantering, våld och

Alla ingrepp som utförs utan föregående samråd med vår serviceavdelning upphäver garantin.

Vänligen behåll, om möjligt, originalförpackningen under garantiperioden för att skydda varorna tillräckligt vid en eventuell retur och skicka inte några varor fraktfritt.

Att göra anspråk på garantitjänster leder inte till en förlängning av garantiperioden.

Krav på ersättning för skador som kan uppstå utanför enheten (såvida inte ansvar är obligatoriskt enligt lag) är uteslutna.

Tillverkare:

Top-Sports Gilles GmbH, Friedrichstr. 55, 42551 Velbert

ALLMÄNNA UTBILDNINGSPROCEDURER

För att uppnå märkbara fysiska och hälsomässiga förbättringar måste följande faktorer beaktas när man bestämmer den nödvändiga träningsinsatsen.

INTENSITET

Nivån av fysisk ansträngning under träning måste överstiga punkten för normal ansträngning utan att nå punkten för andfåddhet och/eller utmattning. Ett lämpligt riktmärke kan vara din puls. Med varje träningspass förbättras din kondition, och därför bör du anpassa dina träningskrav därefter. Detta kan uppnås genom att förlänga träningstiden, öka svårighetsgraden eller ändra träningstypen.

TRÄNINGSPULS

För att bestämma din träningspuls kan du göra så här. Observera att detta endast är riktlinjer. Om du har några hälsoproblem eller är osäker, kontakta en läkare eller fitnessinstruktör.

01 Beräkna maxpuls Maximal hjärtfrekvens kan bestämmas på många olika sätt, eftersom den beror på många faktorer. Tumregeln används ofta för att beräkna den (maxpuls = 220 - ålder). Denna formel är mycket generell. Den används i många träningsprodukter för hemmabruk för att bestämma maxpuls.

Vi rekommenderar Sally Edwards formel. Denna formel beräknar maxpuls

Ålder och kroppsvikt.

Sally Edwards formel

Män:

Maximal hjärtfrekvens = $214 - (0,5 \times \text{ålder}) - (0,11 \times \text{kroppsvikt})$

Kvinnor:

Maximal hjärtfrekvens = $210 - (0,5 \times \text{ålder}) - (0,11 \times \text{kroppsvikt})$

02 Beräkna träningspuls

Den optimala träningspuls bestäms av träningsmålet. Träningszoner har definierats för detta ändamål.

Hälsozon:REKOM - Regenerering och kompensation. **Lämplig för:** nybörjare

Träningspuls:mycket lätt uthållighetsträning

Mål:Återhämtning och hälsofrämjande. För att förhindra uppbyggnad av

Träningspuls = 50 till 60 % av maxpuls

Lipidmetabolism - Zon:GA1 - Grunderna - Uthållighetsträning 1.

Lämplig för:Nybörjare och avancerade **Träningspuls:**lätt uthållighetsträning

Mål:Aktivering av fettmetabolism (kaloriförbränning). Förbättring av uthållighetsprestanda.

Träningspuls = 60 till 70 % av maxpuls

Aerob zon:GA1/2 - Grunderna - Uthållighetsträning 1 till 2.

Lämplig för:Nybörjare och avancerade **Träningspuls:**måttlig uthållighetsträning.

Mål:Aktivering av fettmetabolism (kaloriförbränning), förbättring av aerob prestation, ökning av uthållighetsprestanda.

Träningspuls = 70 till 80 % av maxpuls

Anaerob zon:GA2 - Grunderna - Uthållighetsträning 2 **Lämplig för:**Avancerade och tävlingsinriktade idrottare **Träningspuls:**måttlig uthållighetsträning eller intervallträning

Mål:Förbättra laktattoleransen, maximal prestationsökning.

Träningspuls = 80 till 90 % av maxpuls

Tävlingszon:WSA - Prestations-/Tävlingssträning **Lämplig för:**Idrottare och högpresterande idrottare **Träningspuls:**intensiv intervallträning och tävlingssträning **Mål:**Förbättrad maximal hastighet och prestanda.

Fara!Träning inom detta område kan leda till överbelastning av hjärtsystemet och hälsoskador.

Träningspuls = 90 till 100 % av maxpuls

Exempelberäkning

Man, 30 år gammal, och väger 80 kg. Jag är nybörjare och skulle vilja gå ner lite i vikt och öka min uthållighet.

01: Maximal puls - beräkning

Maximal hjärtfrekvens = $214 - (0,5 \times \text{ålder}) - (0,11 \times \text{kroppsvikt})$

Maximal hjärtfrekvens = $214 - (0,5 \times 30) - (0,11 \times 80)$

Maximal hjärtfrekvens = ca 190 slag/min

02: Beräkna träningspuls

Med tanke på mina mål och träningsnivå är fettomsättningszonen den bästa lösningen för mig.

Träningspuls = 60 till 70 % av maxpuls

Träningspuls = $190 \times 0,6$ [60 %]

Träningspuls = 114 slag/min

När du har fastställt din träningspuls för din konditionsnivå eller dina mål kan du börja träna. De flesta av våra uthållighetsträningsredskap har pulssensorer eller är kompatibla med ett pulsbälte. Detta gör att du kan övervaka din puls under träningen. Om din puls inte visas på dataskärmen, eller om du vill kontrollera din puls bara för att vara säker på att den visas felaktigt på grund av applikationsfel, kan du använda följande verktyg:

a.Pulsmätning på konventionellt sätt (palpation av pulsen t.ex. på handleden och räkna slag inom en minut).

b.Pulsmätning med lämpliga och kalibrerade pulsmätare (finns i butiker för medicinsk utrustning).

är.Pulsmätning med andra produkter som pulsmätare, smartphones etc.

FREKVEN

mer exakt och tar hänsyn till kön.

En hälsosam kost, som måste anpassas till ditt träningsmål, och fysisk träning tre till fem gånger i veckan. En normal vuxen behöver träna två gånger i veckan för att bibehålla sin nuvarande konditionsnivå. För att förbättra sin kondition och ändra sin kroppsvikt behöver de minst tre träningspass per vecka. Naturligtvis är fem träningspass per vecka fortfarande idealiskt.

UTBILDNINGENS UTFORMANCE

Varje träningspass bör bestå av tre träningsfaser: en uppvärmningsfas, en träningsfas och en nedvarningsfas. Under uppvärmningsfasen bör kroppstemperaturen och syretillförseln ökas långsamt. Detta kan uppnås genom gymnastiska övningar som varar i fem till tio minuter. Efter detta bör den faktiska träningen (träningsfasen) börja. Träningsbelastningen bör justeras efter din träningspuls. För att stödja din cirkulation efter träningsfasen och för att förhindra muskelsmärta eller ...

spänningar måste grundkonditionen bibehållas efter "träningsfasen".

En "nedkylningsfas" bör observeras. Under denna fas bör stretchövningar och/eller lätta gymnastiska övningar utföras i fem till tio minuter.

Exempel - Stretchövningar för uppvärmnings- och nedvarningsfaserna

Börja din uppvärmning genom att gå på platsen i minst 3 minuter och utför sedan följande övningar. Överdriv inte övningarna och utför dem bara tills du känner en lätt stretch. Håll sedan denna position ett tag. Vi rekommenderar att du upprepar uppvärmningsövningarna i slutet av ditt träningspass och avslutar träningen med en lätt skakning av dina extremiteter.



Sträck dig bakom huvudet med vänster hand till höger axel och dra försiktigt i vänster armveck med höger hand. Byt arm efter 20 sekunder.



Böj dig framåt så långt som möjligt, håll benen nästan raka. Peka fingrarna mot tårna. 2 x 20 sekunder.



Sitt på golvet med fötterna utsträckta, böj dig framåt och försök att nå foten med händerna. 2 x 20 sekunder.



Knäböj framåt i ett brett utfall och placera händerna i golvet. Pressa ner bäckenet. Byt ben efter 20 sekunder.

MOTIVERING

Nyckeln till ett framgångsrikt program är regelbunden träning. Du bör bestämma en specifik tid och plats för ditt träningspass varje dag och även mentalt förbereda dig för det. Träna bara på gott humör och ha alltid ditt mål i åtanke. Med konsekvent träning kommer du att märka hur du förbättras dag för dag och närmar dig ditt personliga träningsmål.

DELLISTA - RESERVDELSLISTA

Artikel:	EM8000 - 2410
Tekniska data: Mått:	17 februari 2025 L 110 x B 52 x H 138 cm
Krav på träningsutrymme:	3,5 m ²
Enhetens vikt:	34,5 kg
Användarvikt (max.):	150 kg
Användarlängd (min.-max.):	150–200 cm

- Bakgrundsbelyst LCD-display visar samtidigt: Tid, distans, hastighet, ungefärliga kalorier, varvtal, watt och puls
- Lagring för smartphone och surfplatta
- Bluetooth-anslutning för Kinomap-appen (iOS och Android)
- Bluetooth-anslutning för valfritt BT-pulsbälte
- Strömförsörjning med elektriska data: 220–240 V/50–60 Hz/~65 Watt

EGENSKAPER

- Induktionsbromssystem
- ca 12 kg svänghjuls massa
- 32-stegs motståndskontroll
- 12 fördefinierade träningsprogram
- 5 pulsprogram med förinställd puls
- 4 individuella program (U1-U4)
- 1 manuellt program
- 1 hastighetsoberoende wattprogram
- Kroppsfettanalys och konditionstest
- Handpulsmätning
- Sadeln är justerbar horisontellt och vertikalt
- Styre och sadel justerbara
- Justering av golvhöjd och transporthjul

ANTECKNINGAR

Om en komponent är felaktig eller saknas, eller om du behöver en reservdel i framtiden, vänligen kontakta:

Top-Sports Gilles GmbH

Friedrichstraße 55, 42551 Velbert
www.christopeit-sport.com
Telefon: +49 (0)20 51 / 60 67-0 Fax:
+49 (0)20 51 / 60 67-44 e-post:
info@christopeit-sport.com

Denna produkt är endast avsedd för privat hemmabruk och är inte lämplig för kommersiellt eller industriellt bruk. Klass H/A för hemmabruk.

Bild nr.	Beskrivning	dimensionera mm	Folkmassa	Monterad på Bild nr.	ET-nummer
1	dator		1	18	36-2410-03-BT
2	skruva	M5x12	6	1+40	39-9903
3	Handtagsskydd		2	6	36-2410-09-BT
4	Runda pluggar	25	2	6	39-9847
5	Pulskabel		2	1+8	36-2410-10-BT
6	styret		1	18	33-2410-04-SV
7	Phillips-skruv	4x25	2	8	36-9111-38-BT
8	handpulssensor		2	6	36-2410-11-BT
9L	Styrskydd vänster		1	9R+18	36-2410-07-BT
9R	Styrskydd höger		1	9L+18	36-2410-08-BT
10	skruva	M5x15	2	9	39-9851
11	sadel		1	13	36-2410-12-BT
12	Fästdel		1	13	36-2410-26-BT
13	sadelsläde		1	17	33-2410-05-SV
14	Fyrkantiga pluggar	20x40	2	13	36-2410-27-BT
15	distansrör	8x13x48	1	16	36-9806228-BT
16	Styrskruv	M8x75	1	18	36-9211-16-BT
17	sadelstolpsrör		1	13+39	33-2410-03-SV
18	Styrstödsrör		1	39	33-2410-02-SV
19	Böjd bricka	8//19	4	21	39-10018-CR
20	fjäddering	för M8	8	21	39-9864-VC
21	insexskruv	M8x20	4	18	39-9886-CR
22	anslutningskabel		1	1+23	36-2410-14-BT
23	Styrkabel		1	22+40	36-2410-15-BT
24	Snabb frigöring	M16	1	39	36-2410-16-BT
25	Sensorkabel		1	39+40	36-2229-23-BT
26	plastglidflygplan	40x80	1	39	36-2410-17-BT
27	bricka	10//25	1	12	39-9989-CR
28	Stjärngreppsskruv	M10x22	1	12	36-2410-28-BT
29	Främre fotrör		1	39	33-2410-06-SV
30 liter	Ändkåpa med transportrulle vänster		1	29	36-1907-10-BT
30R	Ändkåpa med transportrulle höger		1	29	36-1907-11-BT
31	överfallsmutter	M8	2	33	39-9900-SV
32	bricka	8//16	5	33,42+53	39-9962
33	vagnsbult	M8x45	2	29	39-9953
34	kullager	6003-2RS	2	51	36-9806214-BT
35	distansring	17,5//21x1t	2	51	39-10135

Bild nr.	Beteckning	dimensionera mm	Folkmassa	Monterad på Bild nr.	ET-nummer
36	distansring	17,5//21x2t	2	51	39-10135
37	korrugerad bricka	17//22	1	51	36-9918-22-BT
38	Låsring	C17	1	51	36-9825320-BT
39	Basram		1	29+49	33-2410-01-SV
40	Kontrollkort		1	39	36-2410-18-BT
41	EMS-anslutningskabel		1	40+59	36-2229-28-BT
42	insexskruv	M8x25	2	49	36-10454
43	insexskruv	M6x15	5	53+59	39-9911
44	fjädering	för M6	4	43	39-9865-SV
45	bricka	6//14	5	43	39-9863
46	Eluttag		1	60 liter	36-2229-24-BT
47L	Fotkåpa vänster		1	49	36-2410-19-BT
47R	Fotkåpa höger		1	49	36-2410-20-BT
48	Phillips-skruv	M5x25	2	47	36-9825339-BT
49	Bakre fotrör		1	39	33-2410-07-SV
50	remskiva		1	51	33-2410-09-SI
51	Pedalaxel		1	34+50	33-2410-18-SV
52	sexkantsskruv	M8x12	3	51	39-9886-CR
53	Spännrullens fäste		1	59	33-2410-10-SV
54	Platta bälten	410J6	1	50+59	36-9820115-BT
55	Spännrulle		1	63	36-9214-28-BT
56	korrugerad bricka	10//15	1	53	36-1508-11-BT
57	Självlåsand mutter	M8	1	53	39-9918-CR
58	Fjäder		1	39+53	36-2410-21-BT
59	Svänghjul		1	39	33-2229-14-SV
60 liter	Vänster panel		1	39+60R	36-2410-01-BT
60R	Höger panel		1	39+60L	36-2410-02-BT
61	Phillips-skruv	M5x20	9	25+60	36-9825233-BT
62	Phillips-skruv	4x20	7	60	36-9825338-BT
63	anslutningsstycke		1	60	36-1508-10-BT
64L	Dekorativ insats vänster		1	60 liter	36-2410-04-BT
64R	Dekorativ insats höger		1	60R	36-2410-05-BT
65	Gummiring för styrsstödrör		1	18+66	36-2410-22-BT
66	Styrsstödrörsskydd		1	18	36-2410-23-BT
67	Gummiring för beklädnad		1	39+60	36-2410-24-BT
68	Runt lock		2	60	36-2410-06-BT
69L	Pedalarm vänster	9/16"	1	51+70R	33-2410-21-SV
69R	Pedalarm höger	9/16"	1	51+70L	33-2410-22-SV
70 liter	Pedal vänster	9/16"	1	69L	36-9806229-BT
70R	Pedal höger	9/16"	1	69R	36-9806230-BT
71	Axelskruv	M8x20	2	69	39-9886-CR
72	Täckkåpa		2	69	36-9840-15-BT
73	strömförsörjning	26V=DC/2,5A	1	46	36-2229-11-BT
74L	Pedalfäste vänster		1	70 liter	36-9916-13-BT
74R	Pedalfäste höger		1	70R	36-9916-14-BT
75	magnet		1	50	36-9825506-BT
76	Flernyckel		1		36-9107-28-BT
77	Insexnyckel	6	1		36-9107-27-BT
78	Sadelsläde		1	17	36-2410-28-BT
79	Monterings- och bruksanvisning		1		36-2410-30-BT

