



Bedienungsanleitung



KETTLER Arm- und Beintrainer Teletrimmer, Standard

Art.Nr.: 22326

▶▶▶ [zum Produkt ...](#)

Arm- und Beintrainer

▶▶▶ [zur Kategorie...](#)

KETTLER

Montageanleitung „BEWEGUNGSTRAINER“

Art.-Nr. 7782-000



- D
- GB
- F
- NL
- S
- E
- I



FREIZEIT MARKE KETTLER

D Wichtige Hinweise

Bitte lesen Sie diese Anweisung vor der Montage und der ersten Benutzung aufmerksam durch. Sie erhalten wichtige Hinweise für Ihre Sicherheit sowie den Gebrauch und die Wartung des Bewegungstrainers. Bewahren Sie diese Anleitung zur Information bzw. für Wartungsarbeiten oder Ersatzteilbestellungen sorgfältig auf.

- Der BEWEGUNGSTRAINER darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden, d.h. für das Körpertraining erwachsener Personen.
- Jegliche andere Verwendung ist unzulässig und möglicherweise gefährlich. Der Hersteller kann nicht für Schäden verantwortlich gemacht werden, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch verursacht werden.
- Sie trainieren mit einem Gerät, das sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert wurde. Mögliche Gefahrenstellen, die Verletzungen verursachen können, sind bestmöglich vermieden und abgesichert.
- Durch unsachgemäße Reparaturen und bauliche Veränderungen (Demontage von Originalteilen, Anbau von nicht zulässigen Teilen, usw.) können Gefahren für den Benutzer entstehen.
- Beschädigte Bauteile können Ihre Sicherheit und die Lebensdauer des Gerätes beeinträchtigen. Tauschen Sie deshalb beschädigte oder verschlissene Bauteile sofort aus und entziehen Sie das Gerät bis zur Instandsetzung der Benutzung. Verwenden Sie im Bedarfsfall nur Original Kettler-Ersatzteile.
- Im Zweifelsfall und bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler.
- Führen Sie bei regelmäßigem und intensivem Trainingsbetrieb ca. alle 1 bis 2 Monate Kontrollen aller Geräteteile, insbesondere der Schrauben und Muttern durch.
- Weisen Sie anwesende Personen (insbesondere Kinder) auf mögliche Gefährdungen während der Übungen hin.
- Lassen Sie vor Aufnahme des Trainings durch Ihren Hausarzt klären, ob Sie gesundheitlich für das Training mit diesem Gerät geeignet sind. Der ärztliche Befund sollte Grundlage für den Aufbau Ihres Trainingsprogrammes sein. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Gesundheitsschäden führen.
- Stellen Sie sicher, daß der Trainingsbetrieb nicht vor der ordnungsgemäßen Ausführung und Überprüfung der Montage aufgenommen wird.
- Eine Verwendung des Gerätes in Feuchträumen ist auf Dauer gesehen wegen der damit verbundenen Rostbildung nicht zu empfehlen.
- Der BEWEGUNGSTRAINER ist als Trainingsgerät für Erwachsene konzipiert und keinesfalls als Kinderspielgerät geeignet. Bedenken Sie, daß durch das natürliche Spielbedürfnis und Temperament von Kindern oft unvorhergesehene Situationen entstehen können, die eine Verantwortung seitens des Herstellers ausschließen. Wenn Sie Kinder dennoch an das Gerät lassen, sind diese auf die richtige Benutzung hinzuweisen und zu beaufsichtigen.
- Verwenden Sie zur Säuberung und Pflege umweltfreundliche, keinesfalls aggressive oder ätzende Mittel.
- Sehen Sie sich die Zeichnungen in Ruhe an, und montieren Sie das Gerät entsprechend der Bilderfolge. Innerhalb der einzelnen Abbildungen ist der Montageablauf durch Großbuchstaben vorgegeben.
- Die Montage des Gerätes muß sorgfältig und von einer erwachsenen Person vorgenommen werden.
- Bitte verschrauben Sie zunächst alle Teile lose und ziehen Sie die Schraubverbindungen erst nach Abschluß des Montageschrittes fest an.
- Aus fertigungstechnischen Gründen behalten wir uns die Vormontage von Bauteilen (z.B. Rohrstopfen) vor.

GB Assembly Instructions

Before assembling or using the „BEWEGUNGSTRAINER“, please read the following instructions carefully. They contain important information for use and maintenance of the equipment as well as for your personal safety. Keep these instructions in a safe place for maintenance purposes or for ordering spare parts.

For Your Safety

- Exercise should be used only for its intended purpose, i.e. for physical exercise by adult persons.
- Any other use of the equipment is prohibited and may be dangerous. The manufacturer cannot be held liable for damage or injury caused by improper use of the equipment.
- Exercise has been designed in accordance with the latest standards of safety. Any features which may have been a possible cause of injury have been avoided or made as safe as possible.
- Incorrect repairs and structural modifications (e.g. removal or replacement of original parts) may endanger the safety of the user.
- Damaged components may endanger your safety or reduce the lifetime of the equipment. For this reason, worn or damaged parts should be replaced immediately and the equipment taken out of use until this has been done. Use only original Kettler spare parts.
- In case of enquiry, please contact your KETTLER dealer.
- If the equipment is in regular use, check all its components thoroughly every 1 -2 months. Pay particular attention to the tightness of bolts and nuts.
- Instruct persons using the equipment (in particular children) on possible sources of danger during exercising.
- Before beginning your program of exercise, consult your doctor to ensure that you are fit enough to use the equipment. Base your program of exercise on the advice given by your doctor. Incorrect or excessive exercise may damage your health.

I Istruzioni di montaggio

- Il montaggio dell'attrezzo deve essere eseguito accuratamente e da una persona adulta. Ricorrete all'aiuto di almeno una seconda persona.
- Avvitate dapprima tutti i pezzi non serrandoli e serrate saldamente i raccordi a vite solo dopo avere concluso il montaggio.
- Per motivi tecnici ci riserviamo il premontaggio di componenti (p.e. tappi di tubo).

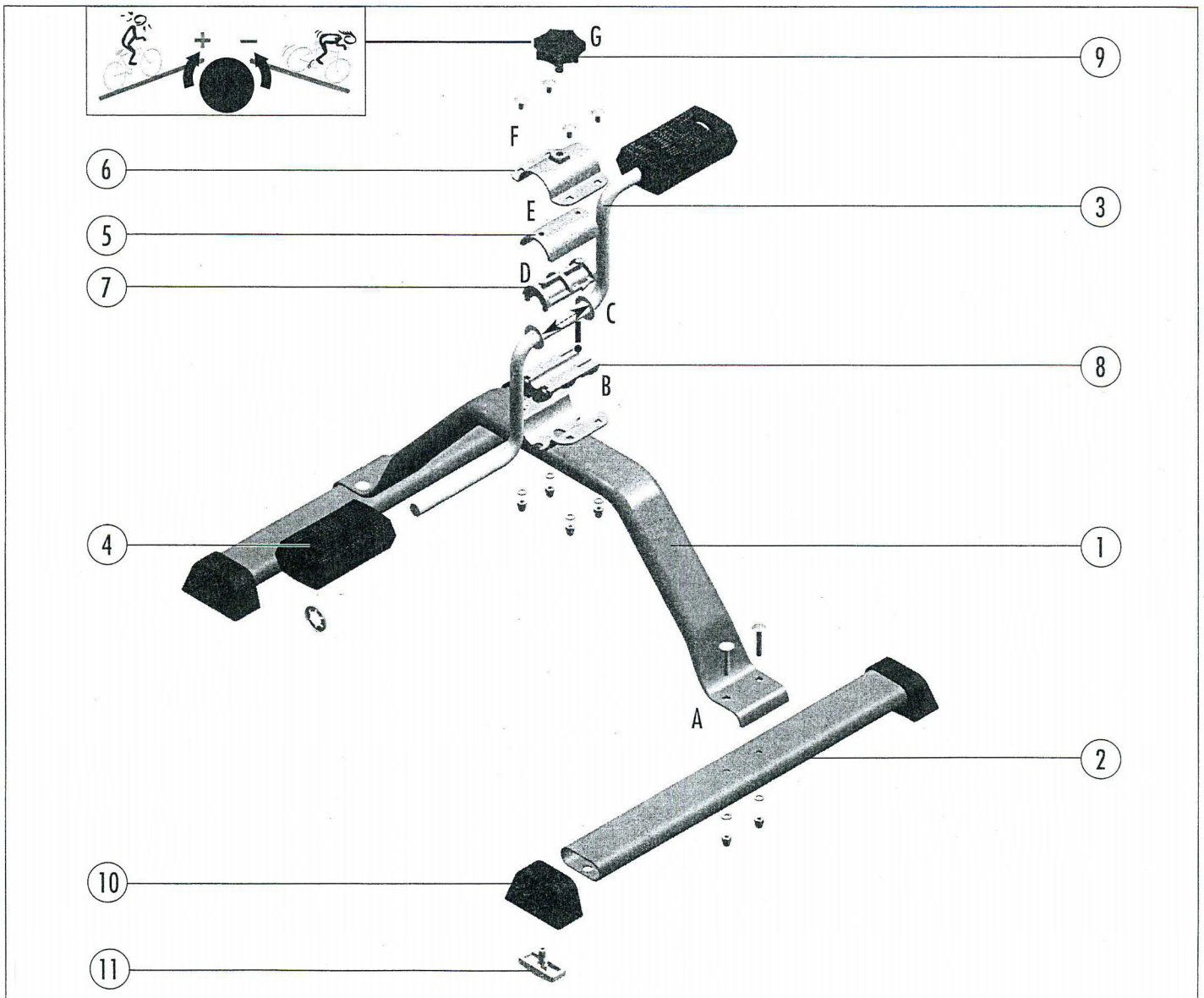
Lista di parti di ricambio

Per l'ordinazione di parti di ricambio indicate il completo numero di articolo, il numero della parte di ricambio, il numero di unit necessario nonché il numero di controllo stampigliato a tergo delle istruzioni per il montaggio.

Esempio di ordinazione: n. art. 7782-000 / n. parte di ricambio 91111452 / 2unit / n. di controllo

Importante: le parti di ricambio da avvitare vengono fatturate e fornite di principio senza materiali di avvitamento. Qualora si dovesse necessitare dell'apposito materiale di avvitamento, questo va indicato in occasione dell'ordinazione della parte di ricambio aggiungendo "con materiale di avvitamento".

Montage- und Ersatzteilzeichnung



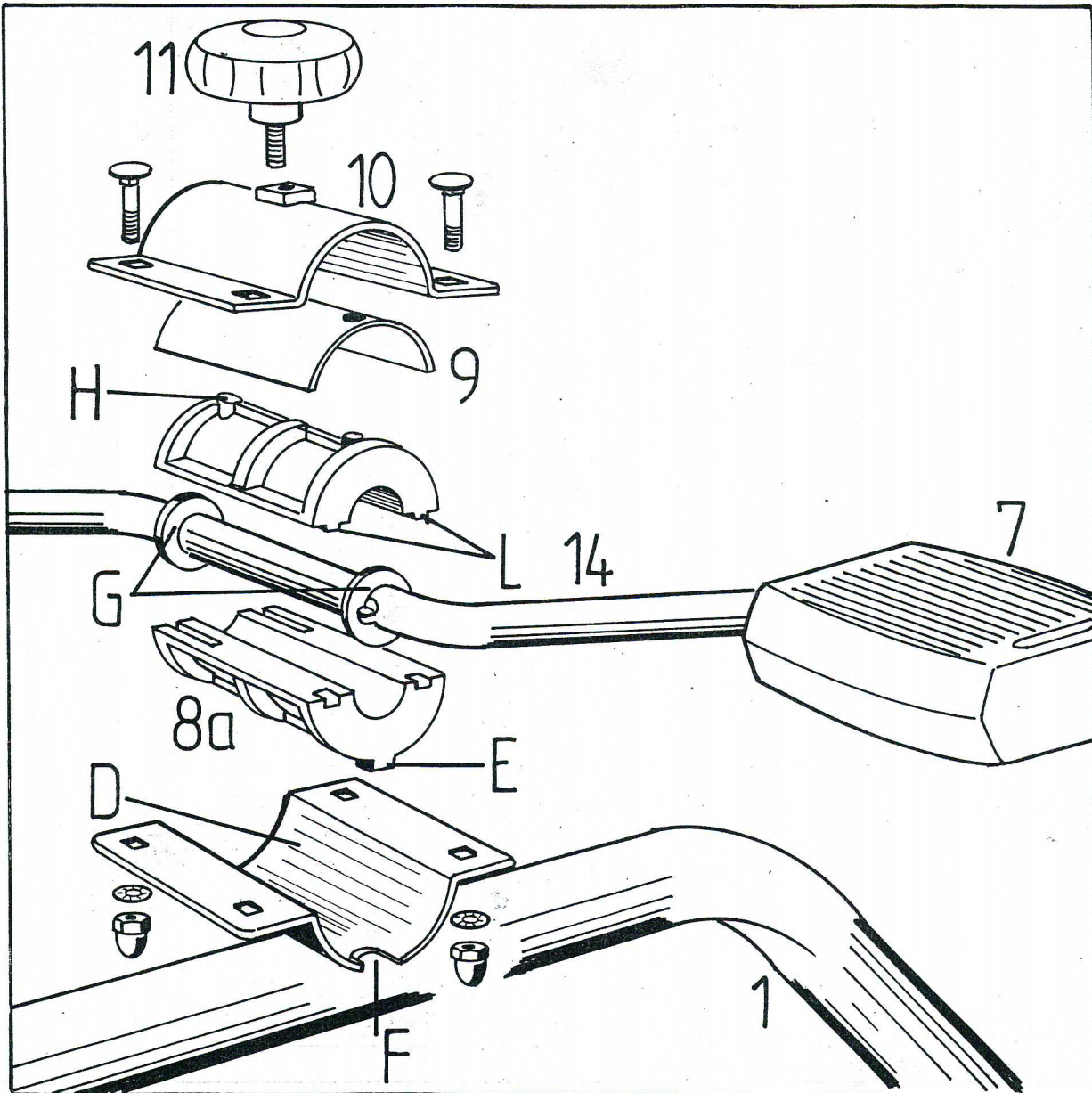
Ersatzteilliste „Bewegungstrainer“

Teil-Nr.	Bezeichnung	Stück	Ersatzteil-Nr. für 7782-000
1	Rahmen	1	91111451
2	Fussrohr	2	91111452
3	Tretkurbel mit Pedalen	1	97200395
4	Pedale	2	10121030
5	Lagerblech	1	97200093
6	Flanschplatte	1	91110165
7	Lagerbuchse 1	1	70125392
8	Lagerbuchse 2	1	70125393
9	Sterngriffschraube	1	10103007
10	Gehäuse für Bodenschoner	4	70127863
11	Bodenschoner	4	70127930
12	Schraubenbeutel	1	91180305

Geben Sie bei Ersatzteilbestellungen bitte die vollständige Artikelnummer, die Ersatzteilnummer, die benötigte Stückzahl sowie die unten aufgestempelte Kontrollnummer an.

Bestellbeispiel: Art.-Nr. 7782-000 / Ersatzteil-Nr. 91111452 / 2 Stück / Kontroll-Nr:

Wichtig: Zu verschraubende Ersatzteile werden grundsätzlich ohne Verschraubungsmaterial berechnet und geliefert. Falls Bedarf an entsprechendem Verschraubungsmaterial besteht, ist dieses durch den Zusatz "**mit Verschraubungsmaterial**" bei der Ersatzteilbestellung anzugeben.



Montage der Tretkurbel.

Zunächst die Unterschale (8 a) in den Rahmenflansch (D) so einlegen, daß die Nocken (E) in die Aussparungen (F) des Flansches greifen. Die Scheiben (G) der Tretkurbel (14) bis zum Anschlag nach außen drücken und die Kurbel in die Unterschale einlegen. Jetzt müssen die Scheiben (G) an beiden Stirnseiten der Lagerschale anliegen. Die Zapfensätze (H) der Oberschale in die Löcher der Druckplatte (9) eindrücken und beide Teile gemeinsam auf die Unterschale aufsetzen. Dabei ist darauf zu achten, daß beide Nocken (L) passgenau in die Nuten der Unterschale greifen. Den Lagerdeckel (10) aufsetzen und unter Einsatz von Schloßschrauben M5 x 10 mm, Zahnscheiben und Muttern gemeinsam mit dem Rahmenflansch (D) fest verschrauben. Sterngriffschraube (11) in die Mutter des Lagerdeckels (10) ein-drehen.

Die Schraube dient zur Einstellung eines Bremswiderstandes. Das Lager darf keinesfalls geölt oder gefettet werden.

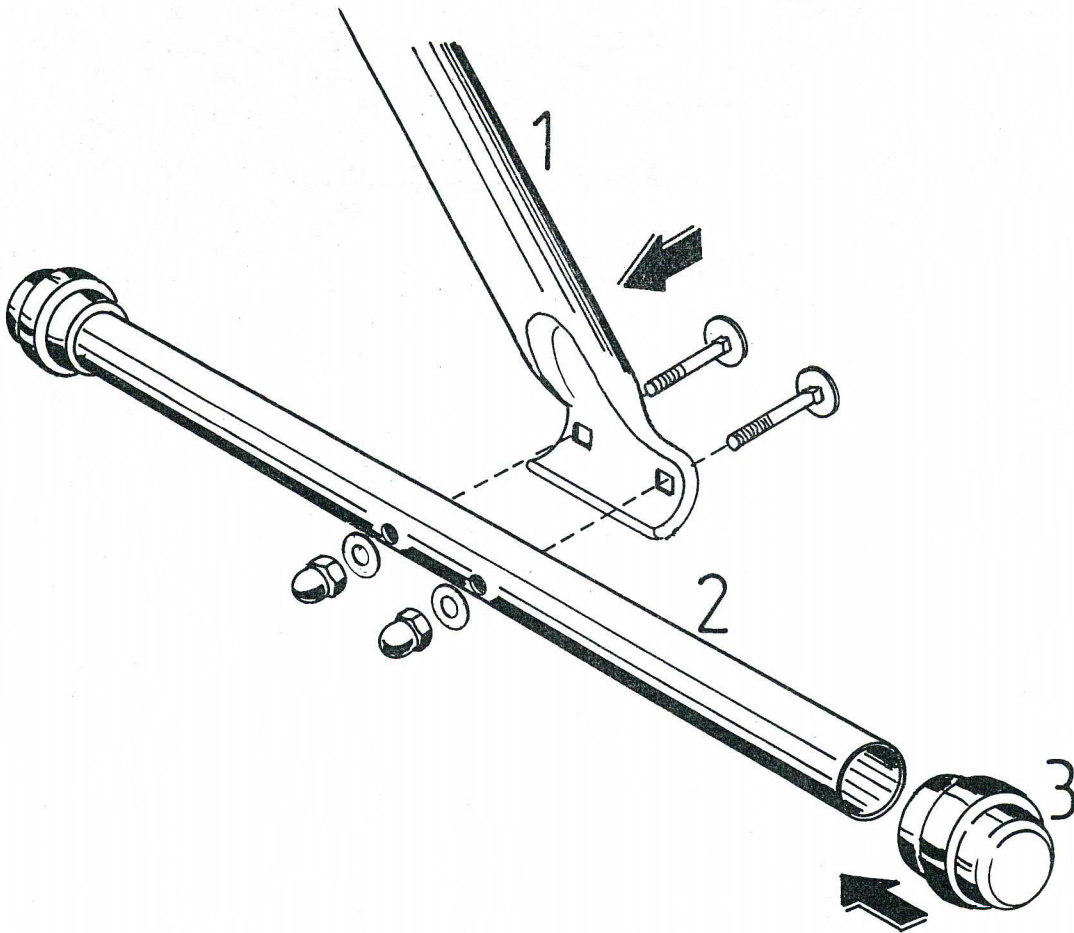
Fitting the tread crank.

Place bottom shell (8 a) into the frame seating (D) so that the lugs (E) engage in the recesses (F). Push washers (G) on pedal shaft (14) outwards as far as possible and place pedal shaft into bottom shell (8 a). The washers must lie against the ends of the bearing shell. Push lugs (H) in top shell into the holes in pressure plate (9) and place both together onto the bottom shell. Make sure that lugs (L) engage correctly into the recesses in the bottom shell. Fit bearing cover (10) and fix firmly to seating (D) using M5 x 10 mm carriage bolts, lock washers and cap nuts. Screw knurled knob (11) into nut in cover (10).

The knob serves to adjust the pedal resistance. The bearing MUST NOT be oiled or greased.

Montage du pédalier.

Placer d'abord la coquille du dessous (rep. 8 a) dans le flasque (rep. D) du châssis de façon que les tenons (rep. E) prennent dans les évidements (rep. F) du flasque. Pousser vers l'extérieur jusqu'en butée les rondelles (rep. G) du pédalier (rep. 14), puis poser le pédalier dans la coquille du dessous. Les rondelles (rep. G) doivent alors se trouver contre les deux faces extérieures de la coquille-palier. Enfoncer le bout des tourillons (rep. H) de la coquille du dessus dans les trous de la plaque (rep. 9), puis poser les deux pièces réunies sur la coquille du dessous. Poser ensuite le couvercle de palier (rep. 10), puis le visser sur le flasque de châssis (rep. D) à l'aide de vis brutes à tête bombée et collet carré M5 x 10 mm, rondelles à dents et écrous. Visser la poignée moletée (rep. 11) dans l'écrou du couvercle de palier (rep. 10). La poignée sert au réglage du pédalage. Le palier ne doit être ni graissé ni huilé.



Montage der Fußrohre.

Fußrohre (2) in die Mulden des Rahmens (1) einlegen und mit Schloßschrauben M5 x 32 mm, Unterlegscheiben und Hutmuttern fest verschrauben. Auf die Fußrohrenden die Fußkappen (3) aufpressen.

Assembling the tubular feet.

Place tubular feet (2) to the frame (1) and secure tightly with screws M5 x 32 mm, washers and nuts. Press each a cap (3) onto the tubular feet ends.

Montage du pied.

Poser le tube-pied (rep. 2) dans le creux du châssis (rep. 1) et le fixer au moyen de vis brutes à tête bombée et collet carré M5 x 32 mm, rondelles et écrous borgnes. Enfiler ensuite les embouts (rep. 3) sur les extrémités du tube-pied.



Sport-Tec
Physio & Fitness

Lemberger Straße 255
D-66955 Pirmasens

Tel.: 06331/1480-0
Fax: 06331/1480-220

info@sport-tec.de
www.sport-tec.de