

GARDA

RUDERGERÄT

Monterings- og betjeningsvejledning
Best.nr.: 2461

DK



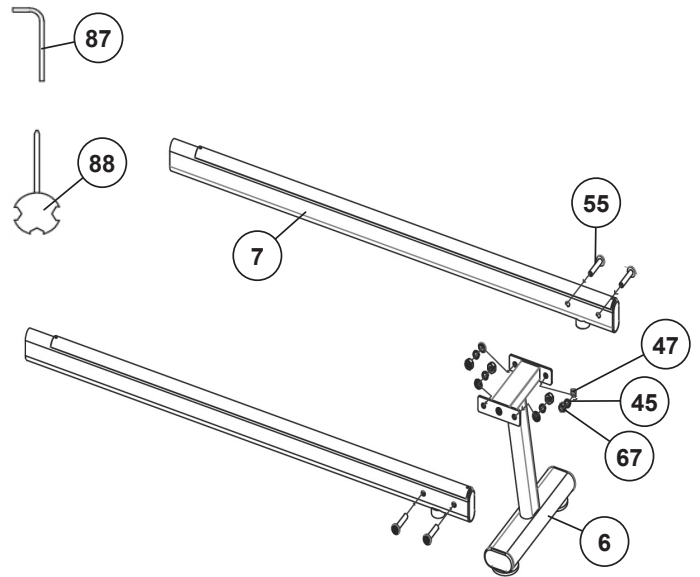
MONTERINGSVEJLEDNING

Fjern alle separate dele fra emballagen, læg dem på gulvet og kontroller groft, at alle er der på bunden af montage trinene. Bemærk venligst, at en række dele er forbundet direkte til hovedrammen og formonteret. Det skruemateriale, der kræves til montering, er placeret på de komponenter, der skal samles. Dette vil gøre det nemmere og hurtigere for dig at samle udstyret. Samlingstid: 30 - 40 min.

TRIN 1

Fastgør den bagerste fod (6) ved sædeskyderen (7).

1. Sæt den bagerste fod (6) i holderen ved sæderammen (7) og skru den fast ved at bruge 4 skruer M8x40 (55), spændeskiver (47), fjederskiver (45) og nylonmøtrikker (67).

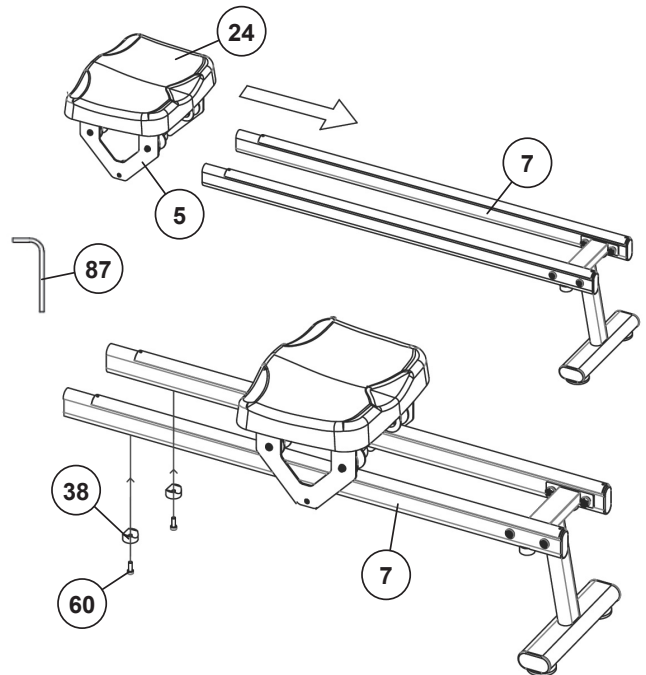


TRIN 2

Fastgør sædet (24).

1. Skub sæderammen (7) gennem sædeskyderen (5) som vist, så 4 remskiver kan rulle op på oversiden og 2 remskiver kan rulle ind på undersiden af sæderammen (7).

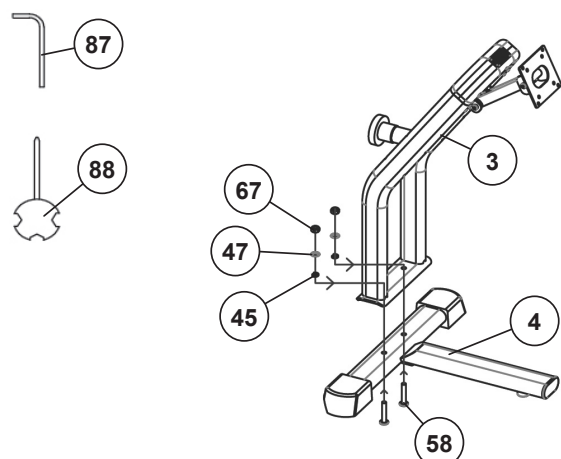
2. Fastgør hyndepuden (38) i passende position på undersiden af sæderammen (7) med skruen M6x16 (60).



TRIN 3

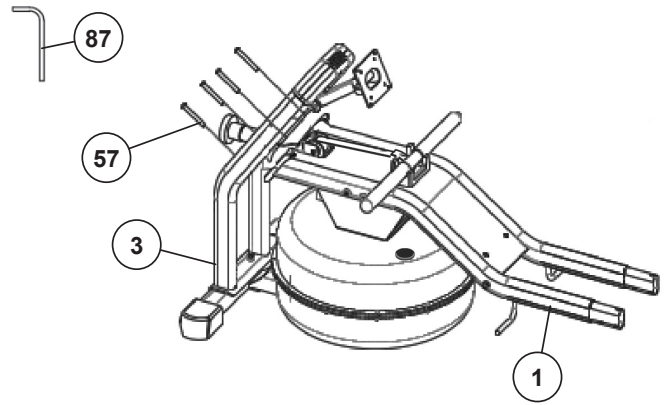
Fastgør den forreste fod (4) på den forreste ramme (3).

1. Placer den forreste fod (4) i holderen på forrammen (3) og skru den fast ved at bruge 2 skruer M8x45 (58), spændeskiver (45), fjederskiver (47) og nylonmøtrikker (67).

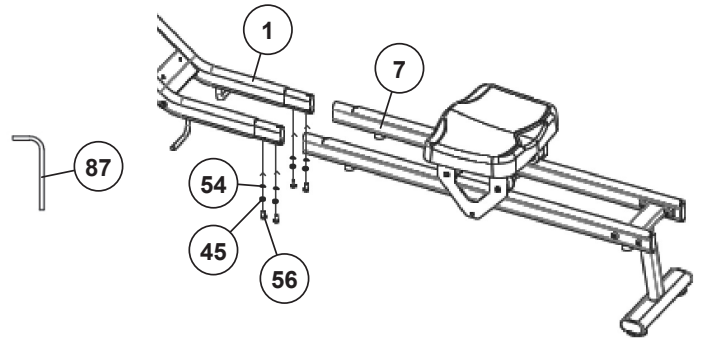


TRIN 4**Fastgør frontrammen (3) ved hovedrammen (1).**

1. Sæt frontrammen (3) ind i holderen på hovedrammen (1), så hullerne mønstrer, og stram frontrammen (3) ved hovedrammen (1) med skruer M8x60 (57).

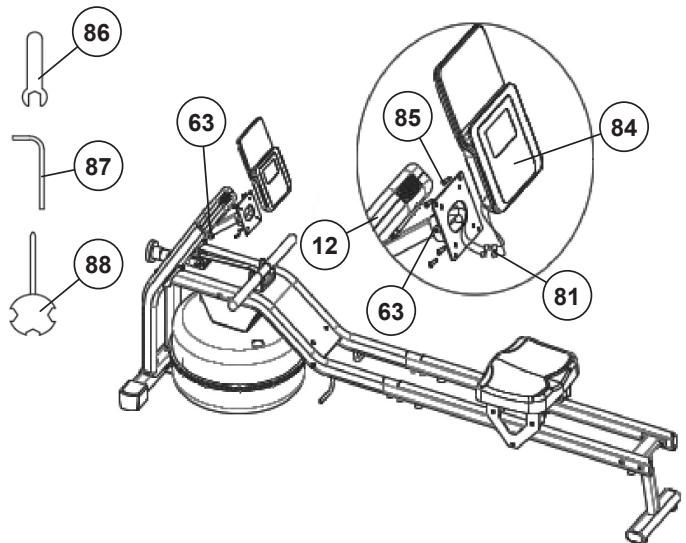
**TRIN 5****Fastgør sæderammen (7) ved hovedrammen (1).**

1. Skub sæderammen (7) ind i holderen på hovedrammen (1), så hullerne mønstrer. Sæt på hver skrue M8x15 (56) en fjederskive (45) og skive (54) spænd derefter sæderammen (7) ved hovedrammen (1).

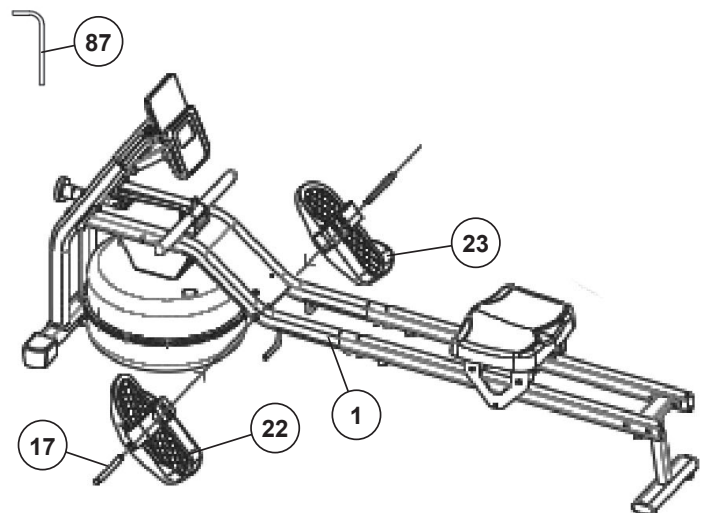
**TRIN 6****Fastgør computeren (84) til computerholderen (12).**

1. Indsæt batterierne (Type AAA - 1,5V) på bagsiden af computeren (84), og observer den korrekte polaritet. (Batterier til computeren er ikke inkluderet i leveringsomfanget. Køb dem venligst hos forhandlere.) Sæt de to tilslutningskabler (81) i de tilsvarende tilslutningsstik på computeren (84), og gem kabelforbindelserne så meget som muligt i computer (84) og i computerholderen (12). Sæt computeren (84) på computerholderen (12), så hullerne mønstrer, og skru den fast med skruen M4x10 (85). Skrue (85) til computeren er formonteret på bagsiden af computeren. Sørg for, at ingen kabler bliver knust.

2. Sæt computeren (84) i den ønskede position for et godt udsyn og fastgør positionen med skruer (63), så computeren kan være lidt svær at rette.

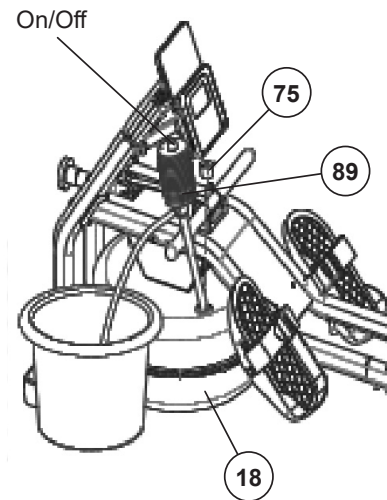
**TRIN 7****Fastgør fodpedalerne (22+23) på hovedrammen (1).**

1. Skru fodpladerne (22+23) ved at bruge skrue (17) i den passende position i bunden af hovedrammen (1). Fodpladerne er mærket på bagsiden med L for venstre og R for højre. Fodstøtternes lange forhøjede kant skal pege mod bundrammen.



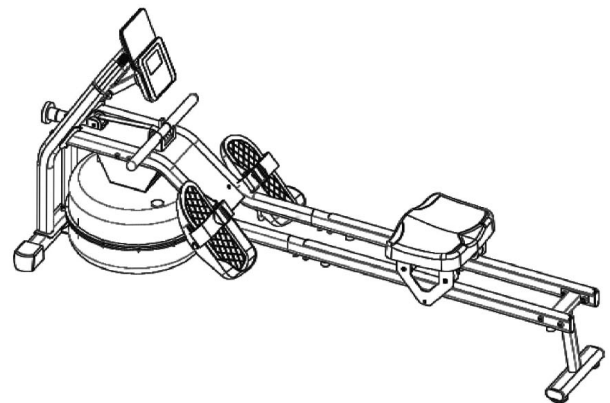
TRIN 8**Genfyld vandbeholderen (18).**

1. Brug postevand fra en spand til at genopfylde vandtanke (18). Fjern påfyldningsproppen (75) fra vandtanken, indsæt den fleksible rørende af vandpumpen (89) ca. 10 cm ind i vandtanken (18) og den stive rørende ned i spanden med vand.
2. Tænd for skruelåget og tryk på håndbælgen for at pumpe vandet ind i tanken (18). (Hvis spandpositionen er højere end tanken, vil vandet automatisk strømme ind i tanken efter at have trykket på nogle håndbælge. Sluk for skruelåget for at afbryde vandgennemstrømningen.) Tanken har et mærke for max. Vandstand. Denne maksimalgrænse må ikke overskrides. Hvis tanken (18) er overfyldt, vil der spildes vand ud under transport og under træning og kan forårsage skade.
3. Vi anbefaler at genopfylde vandstanden lidt under max. niveau, da dette er den optimale romodstand givet. Den ønskede intensitet under træning kan frit vælges efter roningshastigheden. For mindre vandmodstand kan du fjerne vand fra tanken ved hjælp af håndpumpen (89) ved at skifte rørenderne på håndpumpen.
4. Når du opsætter enheden, skal du passe på ikke at udsætte den for direkte sollys, da dette fremmer algevækst.

**CHECK**

1. Kontroller korrekt installation og funktion af alle skruer- og stikforbindelser. Installationen er dermed afsluttet.
2. Når alt er i orden, gør dig bekendt med maskinen ved en lav modstandsindstilling og lav dine individuelle justeringer.

Bemærk: Opbevar venligst værktøjssættet og instruktionerne på et sikkert sted, da disse kan være nødvendige for reparationer eller reservedelsbestillinger, der bliver nødvendige senere.



COMPUTER BESKRIVELSE

Den medfølgende computer tilbyder den største træningskomfort. Hver træningsrelevant værdi vises. Fra træningsstart vises træningstid, slag, distance, kalorier, samlede slag og puls (valgfrit). Alle værdier registreres ved at tælle op fra nul. Hvis du vil have en værdi permanent vist under træning, skal du vælge den ved hjælp af [M]-tasten. En specifik værdi kan indstilles ved hjælp af [E]-knappen. Hvis den angivne værdi nås, indikeres dette med et akustisk signal.

Computeren tænder ved et kort tryk på [M]-knappen eller ved at starte træningen. Computeren begynder at indsamle og vise alle værdier. For at stoppe computeren skal du blot stoppe træningen. Computeren stopper alle målinger og registrerer de sidst nåede værdier. De senest nåede værdier i funktionerne træningstid, slag, kalorier og samlede slag gemmes i 4 minutter, og når træningen genoptages, kan træningen fortsætte fra disse værdier. Computeren slukker automatisk cirka 4 minutter efter du er færdig med træningen.

SKÆRM

[SCANNING]:

De aktuelle værdier for alle funktioner vises efter hinanden i en kontinuerlig veksling på ca. 6 sekunder.

[TID] Tid:

Den aktuelt nødvendige tid vises i minutter og sekunder.

[DIST] Afstand:

Den aktuelle status for de tilbagelagte kilometer vises.

[COUNT] Roningsslag:

De aktuelle roningsslag vises.

[CAL] Kalorier:

Det aktuelle antal kalorier vises i ca. (Kcal).

[TCNT] Roningsslag i alt:

Det samlede antal roslag, der er gennemført i alle træningssessioner, vises. Dataene på dette display slettes kun, når batterierne udskiftes.

[P] Puls:

Den aktuelle puls vises i slag i minuttet. (kun ved brug af det valgfrie Bluetooth-pulsbælte).

TASTER:

1. [E-Enter]:

Ved at trykke én gang på denne tast er det muligt at angive værdier trin for trin i de respektive funktioner. Hertil skal den ønskede funktion først vælges med [M]-tasten. Holdes tasten nede aktiveres hurtigere løb. Når træningen begynder, tælles de angivne værdier ned til nul.

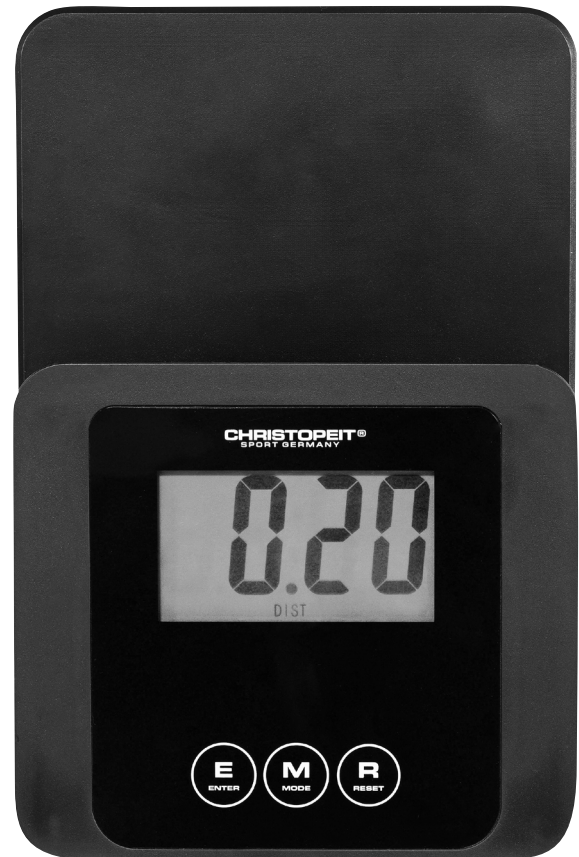
2. [M-tilstand]:

Et kort tryk på denne tast gør det muligt at skifte fra en funktion til en anden, dvs. de respektive funktioner kan vælges, for hvilke der kan indtastes med [E]-tasten. Den aktuelt valgte funktion vises i vinduet.

3. [R-Nulstil]

Når der trykkes kort på denne tast, vil de værdier, der er valgt med

[M]-tasten er nulstillet. Holdes tasten nede i længere tid (ca. 3 sekunder), slettes alle sidst opnåede værdier, undtagen samlede slag.



PULS

Puls bælte pulsmåling

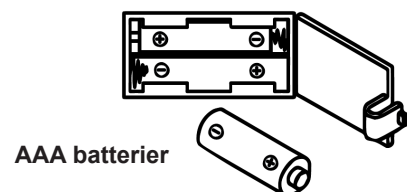
Du kan eventuelt bruge et kompatibelt Bluetooth-pulsbælte til at måle din puls (Christopeit-Sport-pulsbælte 2209). Den målte pulsværdi vises i pulsvisningen. Svartiden er op til 60 sekunder.

Opmærksomhed! Pulsmålingen er ikke egnet til medicinske formål.

UDSKIFTNING AF BATTERIERNE

1. Åbn batterirummets dæksel, og fjern derefter de brugte batterier. (Hvis batterierne skulle lække, skal de fjernes under øget i betragtning af, at batterisyrer ikke kommer i kontakt med huden, kom og rengør batterirummet grundigt.)
2. Indsæt de nye batterier (type (AAA) 1,5 V i den rigtige rækkefølge og under hensyntagen til polariteten i batterirummet og luk batteridækslet, så det klikker på plads.
3. Hvis computeren ikke opfanger med det samme, skal funktionen tages ud i 10 sekunder og sættes i igen.
4. De tomme batterier korrekt i overensstemmelse med bortskaffelsesreglerne bortskaffes og afgiver ikke restaffald.

Batterirum



AAA batterier

APP FORBINDELSE

KINOMAP APP

Sport, coaching, spil og eSport er nøgleordene i Kinomap-appen. Dette indeholder mange kilometer ægte filmmateriale til at træne inde, som om du var udenfor; Sporing af ruter og analyse af din præstation; Coaching indhold; Multiplayer-tilstand; nye indlæg dagligt; Officielle indendørs løb og mere ...

Download appen og tilslut

Scan den tilstedende QR-kode med din smartphone/tablet eller brug søgefunktionen i Playstore (Android) eller APP Store (IOS) for at downloade Kinomap APP. Tilmeld dig og følg instruktionerne i APP'en. Aktiver Bluetooth på smartphonen eller tabletten og vælg enhedshåndteringen i appen og derefter den relevante produktkategori der. Vælg derefter din typebetegnelse ved hjælp af producentens logo "Christopeit Sport" for at tilslutte sportsudstyret. Afhængigt af sportsudstyret optages forskellige funktioner af APP'en via Bluetooth, eller der udveksles data.

Opmærksomhed! Kinomap-appen tilbyder en gratis prøveversion i 14 dage. Du kan derefter beslutte, om du vil fortsætte med at træne gratis med basisversionen eller bruge hele udvalget af Kinomap-appen mod betaling.

Aktuelle oplysninger og gebyrer kan findes på:
www.kinomap.com



kinomap
IOS / ANDROID APP

BETJENINGS- OG TRÆNINGSSINSTRUKTIONER

Øvelse 1

- Begynd denne øvelse med dine ben lige, knæene samlet og den øverste del af din krop oprejst.
- Bøj dig fremad uden at bøje knæene, tag fat i styret og træk tilbage, indtil den øverste del af din krop er oprejst igen. Vigtigt: Årehåndtagene skal trækkes tilbage med armene (og ikke med kroppen), indtil dine hænder har nået din krop.
- Før styret tilbage til udgangspositionen igen.
- Hvil et øjeblik og udfør derefter øvelsen igen, gentag den stille og roligt.



Øvelse 2

- Begynd denne øvelse med at sidde oprejst med sædet så langt frem som muligt og bøjede knæ.
- Skub tilbage, mens benene holder knæene samlet og samtidig trækker styret mod dig.
- Fortsæt med at trække, indtil dine ben er lige og dine hænder har nået din krop.
- Slap af i arme og ben og lad sædet glide fremad, indtil du har nået startpositionen (a) igen og gentag derefter øvelsen igen.



RENGØRING, KONTROL OG OPBEVARING

1. Rengøring

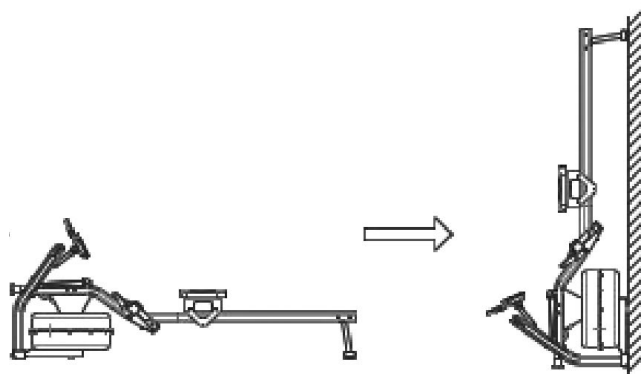
Brug kun en mindre våd klud til rengøring. Forsigtig: Brug aldrig benzen, fortynder eller andre aggressive rengøringsmidler til overfladerengøring, da denne skade forårsagede. Enheden er kun til privat brug i hjemmet og til brug indendørs. Hold enheden ren og fugt fra enheden.

2. Opbevaring

For at ændre installationsstedet løftes bagsiden af enheden, så den hviler på transporthjulene. Du kan opbevare enheden lodret. Fjern batterierne fra computeren, hvis du ikke skal bruge enheden i mere end 4 uger. Vælg et tørt opbevaringssted i huset. Dæk enheden til for at beskytte den mod misfarvning forårsaget af sollys og støv.

3. Checks

Vi anbefaler at kontrollere skrueforbindelserne under monteringen for at sikre, at de er tætte for hver 50 timers drift.

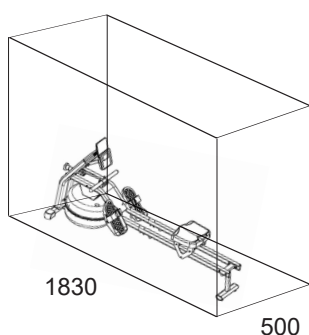


FEJLFINDING

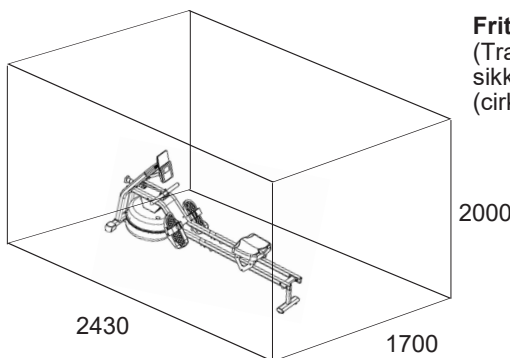
Hvis du ikke kan løse problemet med følgende oplysninger, bedes du kontakte det autoriserede servicecenter.

Problem	Mulig årsag	Løsning
Computeren har ingen værdi ved Display, hvis du trykker på en tast.	Ingen batterier isat eller batterier tomme	Kontroller batteriernes placering ved batterirummet, eller udskift batterierne.
Computeren tæller ikke data og tænd ikke efter start af cykling.	Sensorimpuls mangler base på ikke godt tilsluttet forbindelse	Kontroller stikforbindelserne ved computer og under fold-up konstruktionen.
Computeren tæller ikke data og tænd ikke efter start af cykling.	Sensorimpuls mangler base på ikke korrekt position af sensor.	Kontroller afstanden fra sensoren til magneten. En magnet er fastgjort til snoreviklingen og skal passere sensorerne i en afstand på mindre end < 5 mm.

TRÆNINGSPLADSKRAV



Træningsareal i mm
(til hjemmetræner og bruger)



Frit areal i mm
(Træningsområde og sikkerhedsområde (cirkulerer 600 mm))

PARTS LIST – SPARE PARTS LIST

Type - Order.Nr.: **Garda - 2461**
 Date of technical data: **13.06.2024**
 Dimensions approx: [cm]: L 183 x B 50 x H 75 cm
 Space requirements [m²]: 2,5 m²
 Weight approx. [kg]: 25 kg
 Load max. (User weight) [kg]: 120 kg

FEATURES

- Water brake resistance
- Upright storable for saving space
- Floor level compensation and transport rollers
- Seat slide with ball bearings
- Incline adjustable computer with LCD display shows: Time, Rower Beats, Beats/Total, approx. calories, distance and optionally pulse frequency.
- Input of limits for time, distance, beats and approx. calories
- Announcement of higher limits
- Integrated holder for smartphones and tablets
- Bluetooth connection for Kinomap APP (IOS and Android)
- Bluetooth connection for optionally pulse belt

NOTE

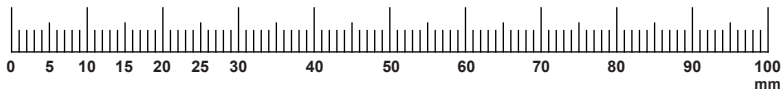
Please contact us if any components are defective or missing, or if you need any spare parts or replacements in future.

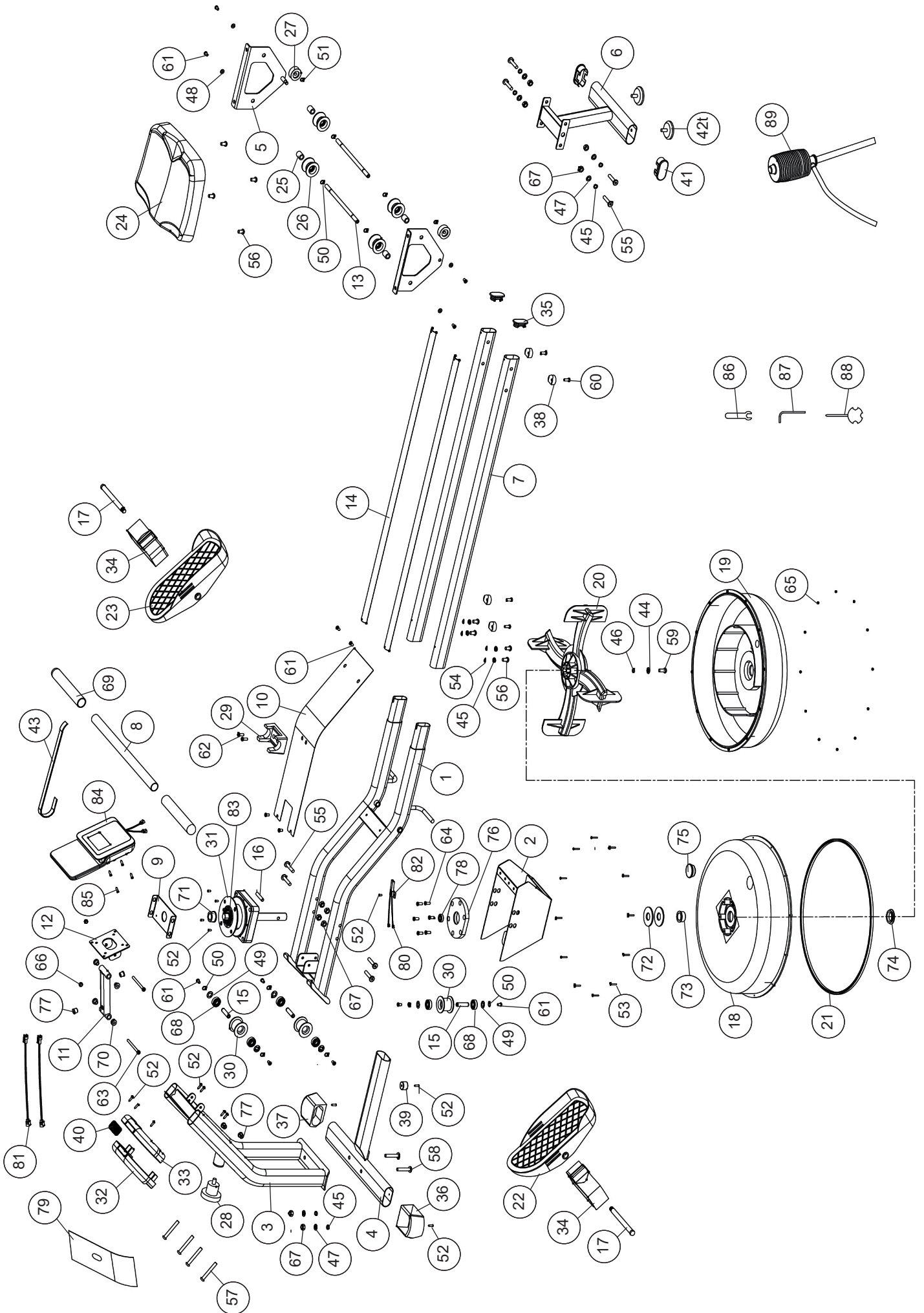
Top-Sports Gilles GmbH
 Friedrichstraße 55, 42551 Velbert
 www.christopeit-sport.com
 Telefon: +49 (0)20 51 / 60 67-0
 Telefax: +49 (0)20 51 / 60 67-44
 e-mail: info@christopeit-sport.com

This product is created only for private Home sports activity and not allowed to us in a commercial or professional area. Home Sport use class H/C.

Illustration No.	Designation	Dimension mm	Quantity	Attached to	ET Number
1	Main frame		1	3+7	33-2461-01-SW
2	Puller unit cover		1	1+18	33-2461-02-SW
3	Front frame		1	1+4	33-2461-03-SW
4	Front stabilizer		1	3	33-2461-04-SW
5	Seat slide		2	21	33-2461-05-SW
6	Rear stabilizer		1	7	33-2461-06-SW
7	Slide rail		2	1+7	33-2461-07-SW
8	Pull rod		1	79	33-2461-08-SW
9	Puller support plate		1	31	33-2461-09-SW
10	Cover plate		1	1	33-2461-10-SW
11	Computer adjustment		1	3+12	33-2461-11-SW
12	Computer holder		1	11+84	33-2461-12-SW
13	Seat roller axle		2	5+26	33-2461-13-SI
14	Aluminium edging		2	7	33-2461-14-SI
15	Webbing wheel axle		3	30	33-2461-15-SI
16	Fixed pin	8x40	1	31	33-2461-16-SI
17	Pedal screw	M12x150	2	1+23	39-10331-CR
18	Top tank half		1	2+19	36-2461-01-BT
19	Bottom tank half		1	18	36-2461-02-BT
20	Paddle		1	31	36-2461-04-BT
21	Water tank seal ring		1	18+19	36-2461-05-BT
22	Pedal left		1	1	36-2460-07-BT
23	Pedal right		1	1	36-2460-08-BT
24	Seat		1	5	36-2461-14-BT
25	Distance tube		4	13	36-2461-15-BT
26	Seat roller		4	13	36-2461-09-BT
27	Bottom wheel		2	5	36-2461-10-BT
28	Rubber front foot		1	3	36-2461-11-BT
29	Handle holder		1	10	36-2461-12-BT
30	Webbing wheel		3	2	36-2461-13-BT
31	Puller unit		1	2+9	36-2461-16-BT
32	Front frame top grip		1	3+33	36-2461-17-BT
33	Front frame bottom grip		1	3+32	36-2461-18-BT
34	Foot strap		2	22+23	36-2460-37-BT
35	Oval plug small		2	7	36-2461-19-BT
36	Front cap with transport roller left		1	4	36-2461-20-BT
37	Front cap with transport roller right		1	4	36-2461-21-BT
38	Rubber end stop		4	7	36-2461-22-BT
39	Rubber foot pad		1	4	36-2461-23-BT
40	Rubber insert		1	32+33	36-2461-24-BT

Illustration No.	Designation	Dimension mm	Quantity	Attached to	ET Number
41	Oval plug big		2	6	36-2461-25-BT
42	Adjusting foot pad	M8	2	6	36-2461-26-BT
43	Webbing		1	8+31	36-2461-27-BT
44	Spring washer non rust	for M8	1	59	39-9864-CR
45	Spring washer	for M8	10	55,56+58	39-9864-SW
46	Washer non rust	8//16	1	59	39-9862-CR
47	Washer	8//16	10	55,56+58	39-9862-SW
48	Washer	6//12	4	61	39-10013
49	Washer	10//20	6	15	39-9989-CR
50	Secure ring	C10	12	13+15	36-1826-16-BT
51	Secure ring	C8	2	5	36-2461-28-BT
52	Cross head screw	4.2x16	15	31-33,36,39+85	39-9909-SW
53	Cross head screw	M3x20	12	18+19	39-10528
54	Curved washer	8//16	4	56	39-10232-SW
55	Inner hex screw	M8x40	8	1+6	39-10132
56	Inner hex screw	M8x15	8	5+7	39-9823
57	Inner hex screw	M8x60	4	3	39-10436
58	Inner hex screw	M8x45	2	4	39-9914-SW
59	Inner hex screw non rust	M8x20	1	20	39-9823-SW
60	Inner hex screw	M6x16	4	38	39-9911
61	Inner hex screw	M6x10	14	10+13+15	36-9805-44-BT
62	Inner hex screw	M6x16	2	29	39-9958
63	Inner hex screw	M6x70	2	11	36-9913117-BT
64	Inner hex screw	M6x15	6	76	39-10120-SW
65	Nylon nut	M3	12	53	39-10126
66	Nylon nut	M6	2	63	39-9861-SW
67	Nylon nut	M8	10	55+58	39-9918-CR
68	Ball bearing	6000ZZ	6	30	39-9998
69	Handle foam		2	8	36-2461-29-BT
70	Shaft sleeve		4	11	36-2461-30-BT
71	Upper shaft sleeve		1	31	36-2461-31-BT
72	Plastic washer		2	31	36-2461-32-BT
73	Water tank bushing		1	31	36-2461-33-BT
74	Rubber washer		1	19	36-2461-34-BT
75	Water tank plug		1	18	36-2461-35-BT
76	Plastic bearing seat		1	31	36-2461-36-BT
77	Cable save		4	3+11	36-2461-37-BT
78	Ball bearing	6904ZZ	1	76	36-1506-24-BT
79	Front blade		1	3	36-2461-38-BT
80	Sensor cable		2	81+82	36-2461-06-BT
81	Connection cable		2	80+84	36-2461-07-BT
82	Sensor holder		1	2	36-1965-11-BT
83	Magnet		1	31	36-2461-08-BT
84	Computer		1	12	36-2461-03-BT
85	Screw	M4x10	4	84	39-9909
86	Ten open end wrench		1		36-2461-39-BT
87	Allen wrench	5	1		36-9116-14-BT
88	Cross flat wrench		1		36-9107-27-BT
89	Hand water pump		1		36-9107-46-BT
90	Assembly and exercise instruction		1		36-2461-40-BT





Service / Hersteller

Bei Reklamationen, notwendigen Ersatzteilbestellungen oder Reparaturen wenden Sie sich bitte an unsere Service Abteilung.

Top-Sports Gilles GmbH

Friedrichstrasse 55
D - 42551 Velbert

<http://www.christopeit-sport.com>

Tel.: +49 (0)2051/6067-0

Fax: +49 (0)2051/6067-44

info@christopeit-sport.com



© by Top-Sports Gilles GmbH D-42551 Velbert (Germany)