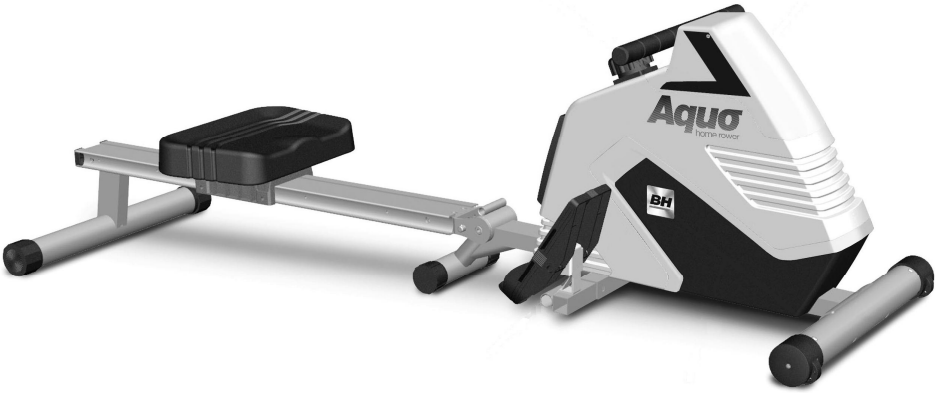
R308



Instrucciones de montaje y utilización
Instructions for assembly and use

Fig.0

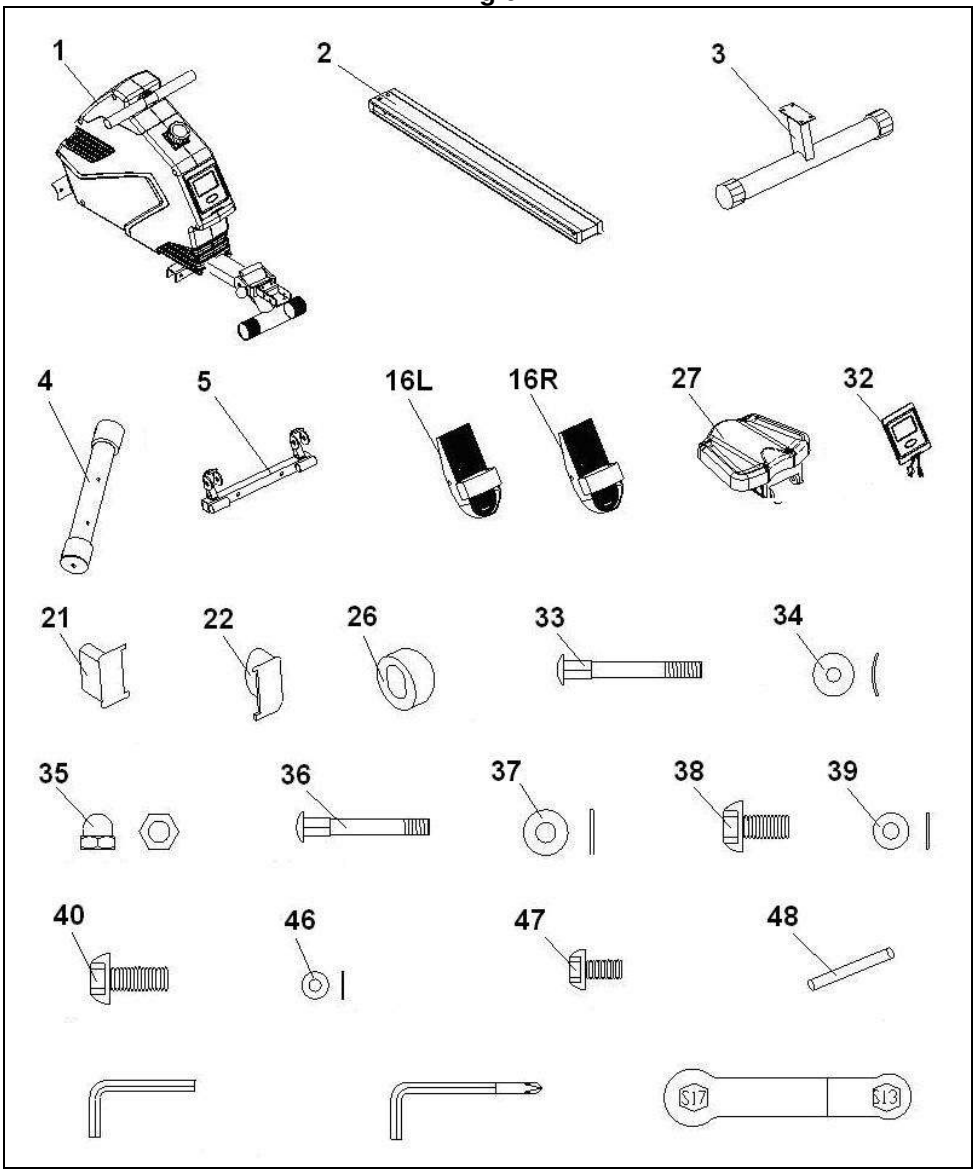


Fig.1

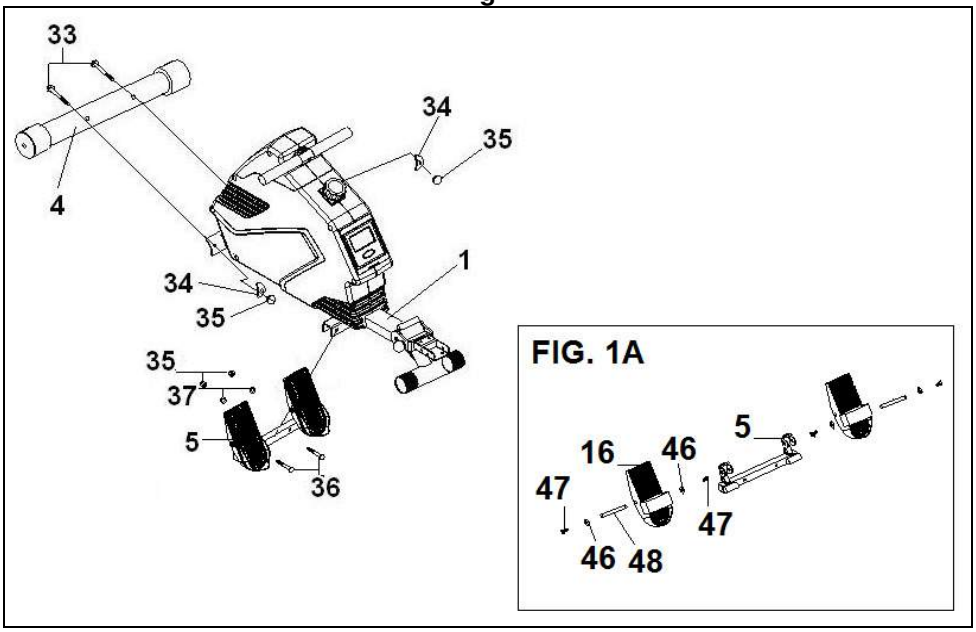

33
4
34
35
1
34
35
35
37
5
36
FIG. 1A
5
16
46
47
47
46
48

Fig.2

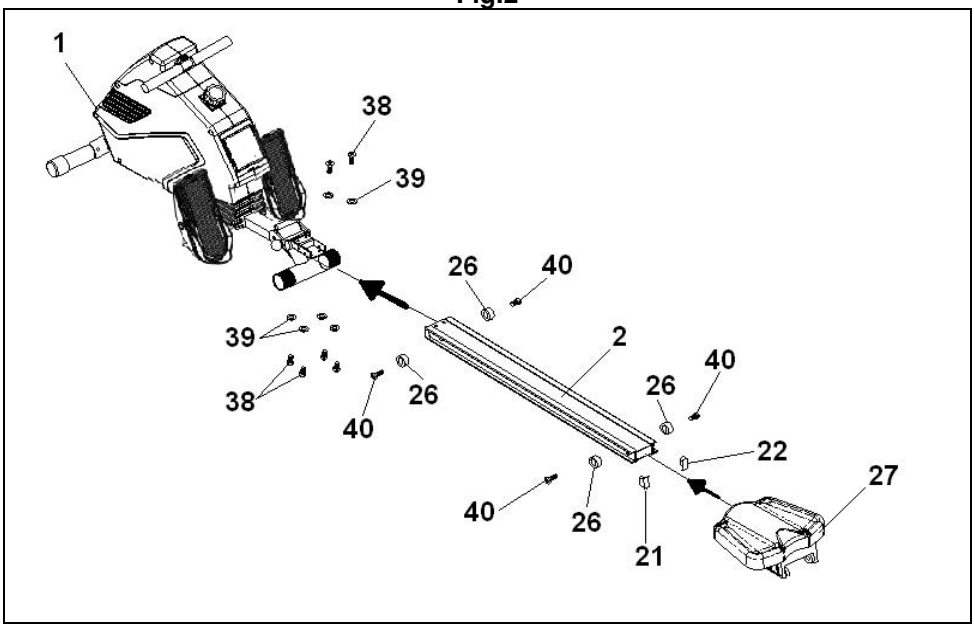

1
38
39
26
40
39
38
40
26
2
40
26
22
27
40
26
21

Fig.3

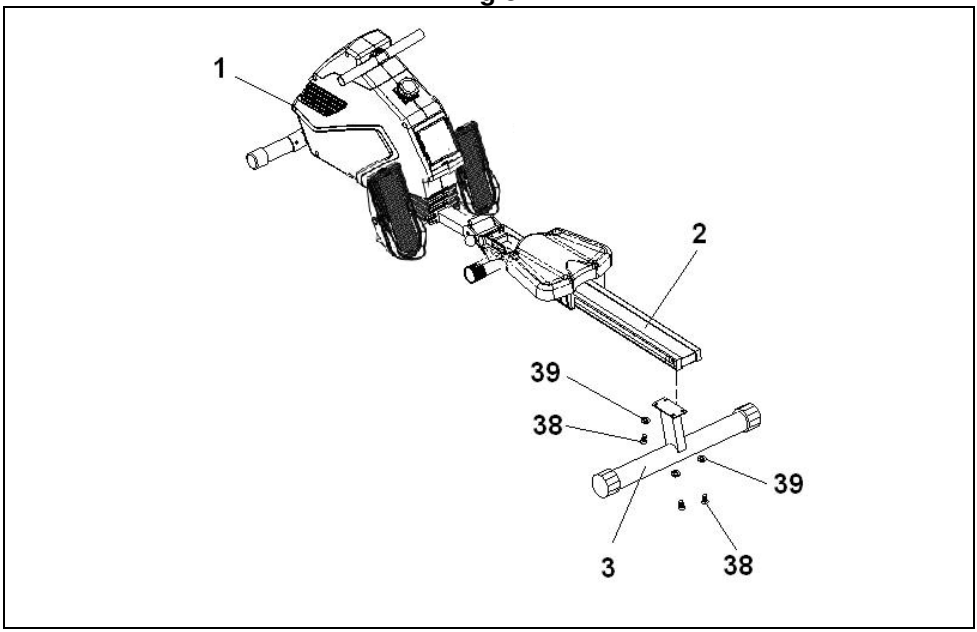


Fig.4

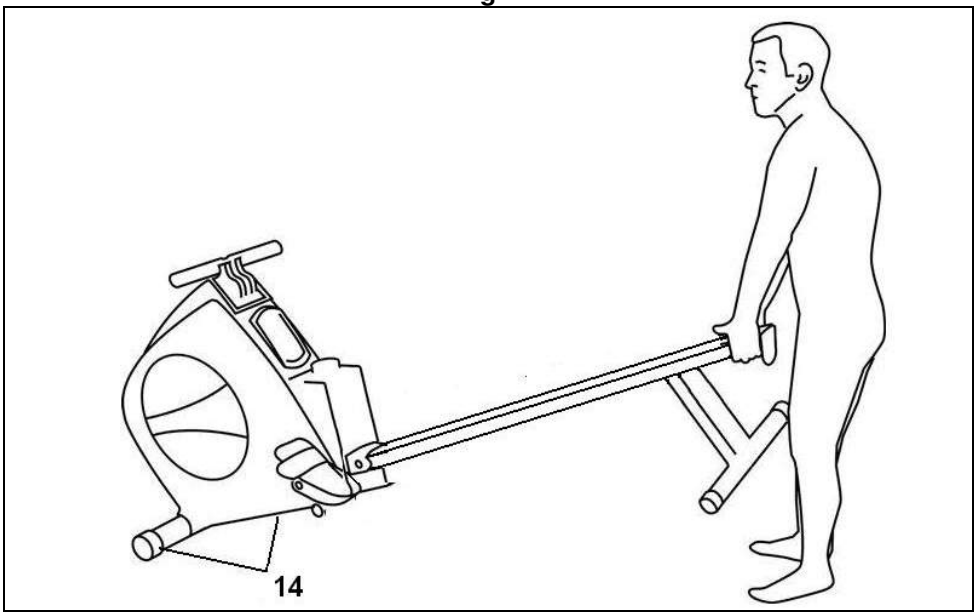


Fig.5

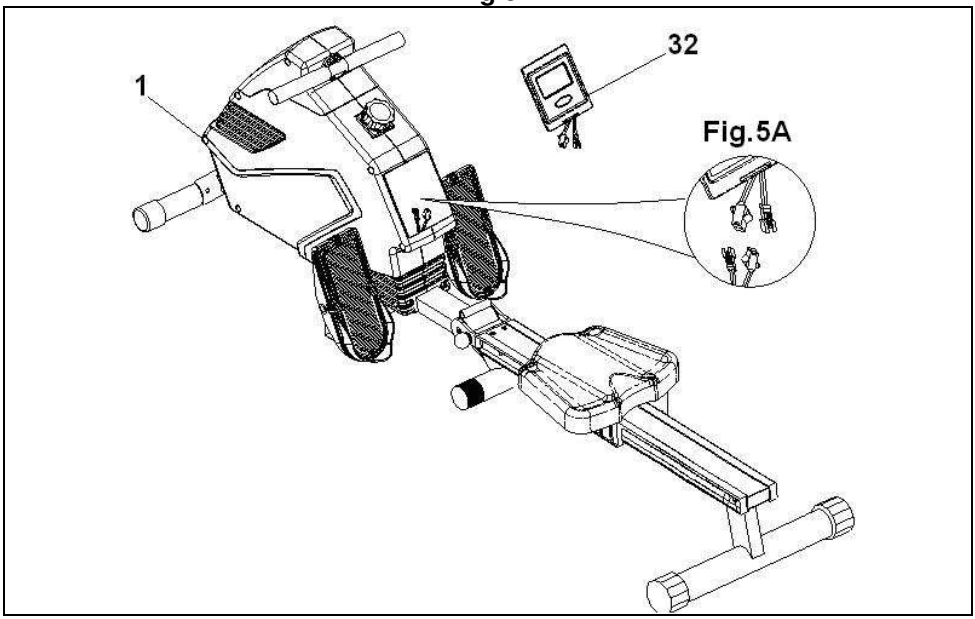


Fig.6

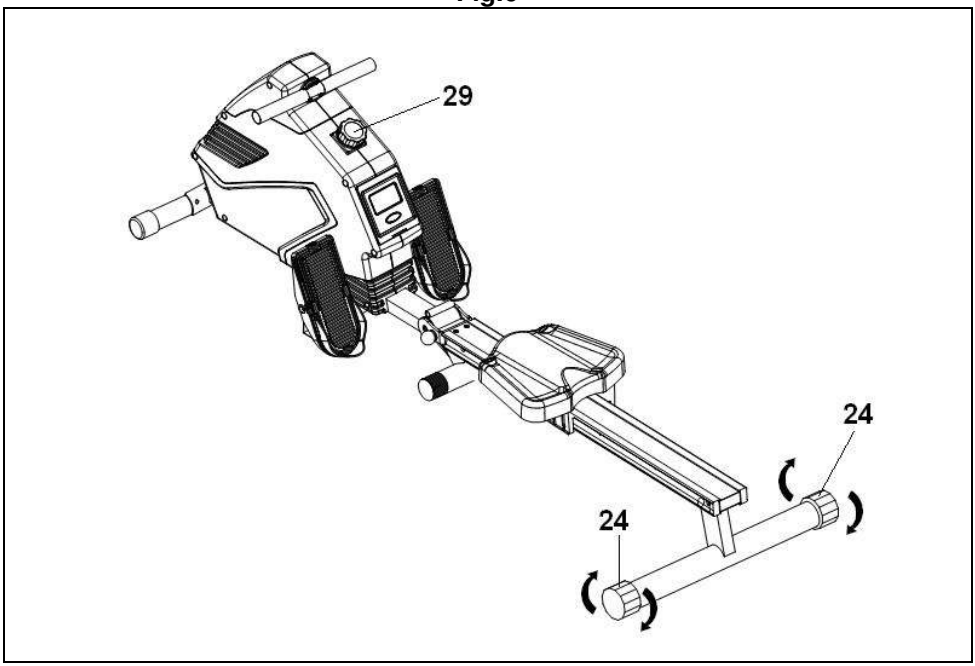
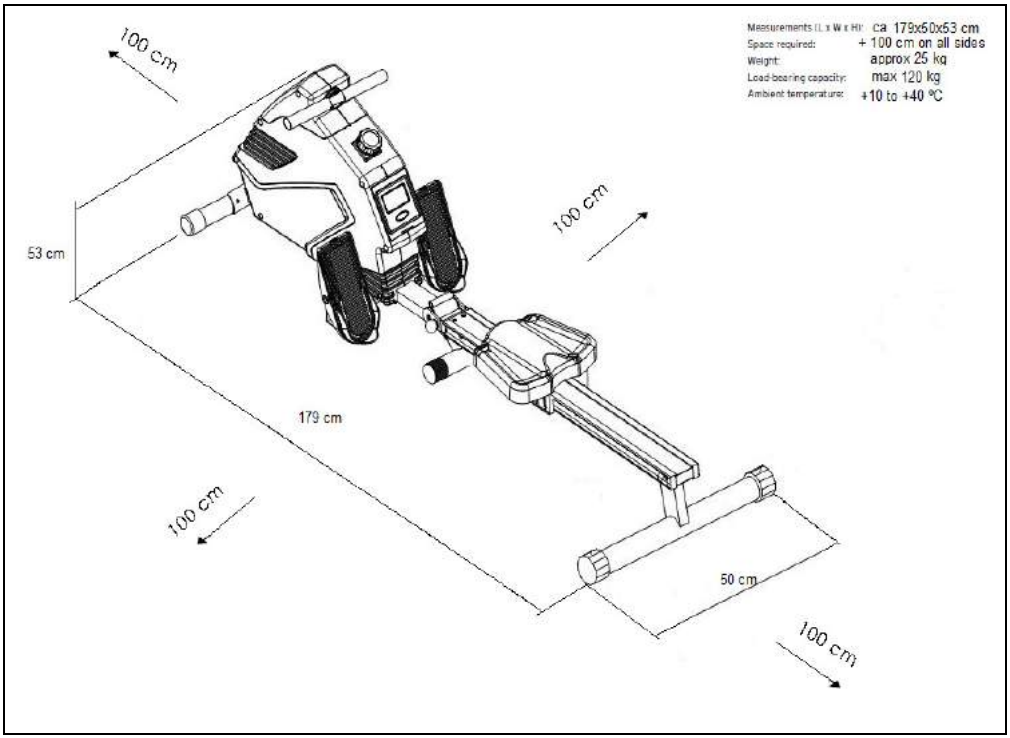


Fig.7


Measurements (L x W x H): ca 179x50x53 cm
Space required: + 100 cm on all sides
Weight: approx 25 kg
Load-bearing capacity: max 120 kg
Ambient temperature: +10 to +40 °C
100 cm
53 cm
100 cm
179 cm
100 cm
50 cm
100 cm

Español

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD.-
Este aparato ha sido diseñado y construido de modo que proporcione la máxima seguridad. Sin embargo, deben aplicarse ciertas precauciones al utilizar aparatos de ejercicio. Lea el manual en su totalidad antes de montar y utilizar la máquina.

Guarde estas instrucciones.

USO
1.-Esta unidad está diseñada para uso doméstico. No es apropiado para uso profesional o clínico.
2.- El peso de usuario no debe exceder de 120 Kg.
3.- Esta unidad dispone de un sistema de rotación dependiente de la velocidad con un freno magnético.
4.- Este aparato ha sido probado y cumple los requisitos de los estándares europeos EN ISO 20957-1 y EN957-7 bajo la clase H.C.
5.- Los padres y otras personas responsables de los niños deben de tener en cuenta la naturaleza curiosa de estos y que puede llevarles a situaciones y conductas que pueden resultar peligrosas. Esta unidad no ha de utilizarse en ningún caso como juguete. No los deje desatendidos en la habitación en la que guarda el aparato.
Las personas discapacitadas no deberán utilizar la máquina sin la asistencia de una persona cualificada o un médico.

RIESGO PARA LA SALUD
Precaución: Antes de comenzar a utilizar el remo, consulte a su médico.
Esta advertencia es especialmente importante para personas de edades superiores a 35 años o con problemas de salud.

1.- Los sistemas de monitorización de pulso pueden ser poco precisos.
Si sufre mareos, náuseas, dolor en el pecho o cualquier otro síntoma durante la utilización de este aparato, PARE el ejercicio. ACUDA A UN MÉDICO INMEDIATAMENTE.
2.- Trabaje en el nivel de ejercicio recomendado, no llegue al agotamiento. El uso incorrecto o el exceso de ejercicio repercute negativamente en su salud.
3.- Antes de utilizar este aparato, realice un calentamiento con ejercicios de estiramiento.

INDICACIONES GENERALES
1.- Retire todas las partes del cartón de embalaje e identifíquelas con respecto al listado, para asegurarse de que no falta ninguna. No elimine el cartón hasta haber montado el remo completamente.
2.- Utilice el aparato siempre de acuerdo con las instrucciones. Si encuentra algún componente defectuoso durante el montaje o comprobación del aparato, o si oye algún ruido extraño durante la utilización, pare y contacte con el servicio de asistencia técnica oficial. No utilice este aparato hasta que se haya solucionado el problema.

3.- Compruebe el remo antes de comenzar el ejercicio, para asegurarse de que se han montado todas las piezas y que las tuercas, tornillos, pedales y brazos se han apretado correctamente antes del uso.
4.- Utilice sólo componentes originales del fabricante. El uso de otros componentes o modificaciones en la máquina invalida la garantía.
5.- Utilice el aparato sobre una superficie sólida y a nivel. NO utilice el remo cerca del agua o al aire libre.
6.- Por razones de seguridad, el equipo deberá disponer a su alrededor de un espacio libre no inferior a 1 m. No coloque objetos cortantes alrededor de la máquina.
7 Utilice este aparato sólo para los fines descritos en este manual. NO utilice accesorios no recomendados por el fabricante.
8.- Mantenga las manos alejadas de las partes en movimiento.
9.-Utilice una indumentaria adecuada para la realización de ejercicio. No use prendas holgadas que podrían engancharse en el remo. Utilice siempre calzado para correr o para aerobic cuando utilice la máquina. Átese los cordones correctamente.
10.- Es responsabilidad del propietario asegurarse que todos los usuarios de la máquina estén adecuados e informados sobre todas las precauciones necesarias. Su unidad sólo puede ser usada por una persona al mismo tiempo.
11.- Revise periódicamente el apriete de los tornillos y reapriételos si es necesario. Compruebe ruidos extraños y contacte con el servicio de asistencia técnica oficial si tiene dudas.

INSTRUCCIONES PARA EL EJERCICIO.-

El uso del remo le reportará diferentes beneficios, mejorará su condición física, tono muscular y, junto con una dieta baja en calorías, le ayudará a perder peso.

1 La fase de calentamiento.

Esta fase acelera la circulación sanguínea en el cuerpo y pone a tono los músculos para el ejercicio. También reduce el riesgo de calambres y lesiones musculares. Es aconsejable realizar algunos ejercicios de estiramiento, según se muestra más adelante.

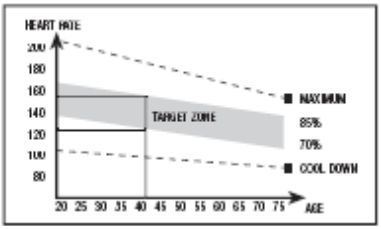


Realice cada estiramiento aproximadamente durante 30 segundos, no fuerce los músculos. Si siente dolor, PARE.

2. La fase de ejercicio.

En esta fase se realiza el esfuerzo más importante. Tras el ejercicio regular, los músculos de los brazos aumentarán su flexibilidad.

Es muy importante mantener un ritmo constante. El ritmo de ejercicio será lo bastante alto para aumentar las pulsaciones hasta la zona objetivo que se muestra en el gráfico siguiente.



Esta fase debería durar un mínimo de 12 minutos aunque se recomienda a la mayoría de la gente comenzar con períodos de 10-15 minutos.

3. La fase de relajación

Esta fase permite la relajación del sistema cardiovascular y muscular. Se trata de una repetición de los ejercicios de calentamiento, por ejemplo, reduciendo el ritmo, y continuando aproximadamente 5 minutos. Repita los ejercicios de estiramiento, y recuerde no forzar los músculos.

Según transcurran los días, necesitará entrenamiento más prolongados y de mayor intensidad. Es recomendable ejercitarse un mínimo de tres días por semana, en días alternos.

Tonificación muscular.

Para tonificar los músculos durante el ejercicio deberá seleccionar una resistencia alta. Esto implicará una mayor tensión sobre la musculatura de los brazos y quizás deba reducir el tiempo del ejercicio. Si también desea mejorar su forma física general, deberá cambiar su programa de entrenamiento. Realice los ejercicios de calentamiento y relajación de costumbre, pero cuando esté llegando al final de la fase de ejercicio, aumente la resistencia para someter sus brazos a un mayor esfuerzo. Deberá reducir la velocidad para mantener el ritmo cardíaco en la zona objetivo.

1.- INSTRUCCIONES DE MONTAJE.-

Saque la unidad de la caja y compruebe que tiene todas las piezas Fig.0.

Se recomienda la ayuda de una segunda persona para la realización de este montaje.

(1) Cuerpo principal.
(2) Carril de asiento.
(3) Soporte trasero de carril.
(4) Tubo caballete delantero con ruedas.
(5) Soporte de apoya pies.
(16L) Apoya pies Izquierdo.
(16R) Apoya pies Derecho.
(27) Asiento.
(32) Monitor electrónico.
(21) Tapa carril izquierda (L).
(22) Tapa carril derecha (R).

Tornilleria.-

(26) Tapón embellecedor.
(33) Tornillo cabeza alomada DIN603 M-10x75.
(34) Arandela curvada M-10x25x1,5.
(35) Tuerca ciega de M-10.
(36) Tornillo cabeza alomada DIN603 M-10x50.
(37) Arandela plana M-10.
(38) Tornillo allen M-8x15.
(39) Arandela plana M-8.
(40) Tornillo allen M-8x22.
(46) Arandela plana M-6.
(47) Tornillo allen M-6x15.
(48) Eje de giro apoya pies.

Llave de allen de 4mm.
Llave de tubo mixta con destornillador estrella.
Llave combinada

2.- COLOCACIÓN DE TUBO CABALLETE.-

Acerque el tubo de caballete delantero con ruedas (4) al cuerpo central (1), Fig.1, introduzca los tornillos (33), coloque las arandelas curvadas (34), y las tuercas ciegas (35) y ayudándose de la llave de allen de 6mm.apriete fuertemente.

3.- MONTAJE DE LOS APOYA PIES.-

En primer lugar posicione el apoya pies izquierdo (16L) el la "U" del soporte (5) Fig.1A. Introduzca el eje (48) por el agujero del apoya pies y coloque por cada extremo el tornillo (47) junto con la arandela (46) y ayudándose de la llave de allen de 4mm, apriete fuertemente.

Realice similar montaje con el apoya pies redicho (16R) descrito en el párrafo anterior Fig.1A.

Acerque el soporte de apoya pies (5) al cuerpo principal (1) Fig.1.

Introduzca los tornillos (33), coloque las arandelas curvadas (34), y las tuercas ciegas (35) y ayudándose de la llave de allen de 6mm, apriete fuertemente.

4.- MONTAJE DEL CARRIL DE ALUMINIO.-

Introduzca el carril de aluminio (2) en dirección de la flecha, en el cuerpo central (1) Fig.2.

Coloque los tornillos (38) junto con las arandelas (39) Fig.2 y ayudándose de la llave de allen de 6mm, apriete fuertemente.

5.- MONTAJE SILLÍN.-

Realizado el montaje del carril de aluminio, introduzca el sillín (27) en el carril (2), en dirección de la flecha como le muestra la Fig.2.

Coloque los topes de recorrido del sillín montando los tornillos (40) junto con el tapones embellecedores (26) y ayudándose de la llave de allen de 6mm, apriete fuertemente.

Coloque las tapas embellecedoras (21) y (22) en el extremo del carril de aluminio como le muestra la Fig.2.

6.- MONTAJE DEL SOPORTE TRASERO.-

Posicione el soporte trasero (3) en la parte inferior del carril (2), Fig.3.

Coloque los tornillos (38) junto con las arandelas (39) y ayudándose de la llave de allen de 6mm, apriete fuertemente.

7.- MONTAJE DEL MONITOR ELECTRÓNICO.-

Retire la banda aislante situada en la parte trasera del monitor (27) para que las pilas hagan contacto y compruebe que el monitor se enciende.

Posicione el monitor electrónico (27) junto al alojamiento del cuerpo principal (1) Fig.5.

Conexiones los terminales del monitor (32), con los terminales que salen del cuerpo principal (1) Fig.5A, e introduzca el monitor en el alojamiento del cuerpo principal (1) Fig.5, teniendo cuidado con los cables.

8.- REGULACIÓN DE ESFUERZO.-

Para un control de esfuerzo regular de su ejercicio, esta unidad dispone de un mando de tensión (29), con varias posiciones de resistencia Fig.6.

Para aumentar la resistencia del ejercicio, usted gire el mando de tensión (29), en sentido de las agujas del reloj (+), hasta conseguir que el esfuerzo de su ejercicio sea el ideal para usted.

Para disminuir la resistencia del ejercicio, gire el mando de tensión (29), en sentido contrario a las agujas del reloj (-).

9.- NIVELACIÓN.

Una vez colocada la unidad en su lugar definitivo, para la realización del ejercicio, compruebe que el asentamiento en el suelo y su nivelación sean correctos. Esto se conseguirá girando más o menos los tacos de apoyo (24) como muestra la Fig.6.

10.- MOVIMIENTO Y ALMACENADO.-

La unidad está equipada con ruedas (14) lo que hace más sencillo su movimiento.

Las ruedas que se encuentran en la parte delantera de su unidad, le facilitarán la maniobra de colocar su unidad en el emplazamiento escogido, levantando, ligeramente por la parte delantera y empujando, como muestra la Fig.4.

Guarde su máquina en un lugar seco con las menores variaciones de temperatura posible.

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto con el (S.A.T).Servicio de Asistencia Técnica, llamando al teléfono de atención al cliente (ver página final del presente manual).

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

English

SAFETY INSTRUCTIONS.-

This rower has been designed and constructed to provide maximum safety. Nevertheless, certain precautions should be taken when using exercise equipment. Carefully read through the instructions contained in this manual. It provides you with important information about assembly, safety and use of the machine.

Keep these instructions safe for future use.

USE

1. This unit has been designed for home use. It is not suitable for commercial or therapeutic use.

2. The user weight does not have to exceed 120kg

3. This unit has a rotation speed dependent system with a magnetic braking system.

4. This appliance has been tested and it complies with standard EN ISO 20957-1 and EN957-7 under class H.C.

5. Parents and/or those responsible for children should always take their curious nature into account and how this can often lead to hazardous situations and behaviour resulting in accidents. This unit does not have to be used in any case like toy. DO NOT leave them unsupervised in the room where this machine is kept.

Disabled people should not use the machine without the assistance of a qualified person or a doctor.

HEALTH HAZARDS

Caution: Consult your doctor before beginning to use the rower. This advice is especially important for those over 35 or suffering from health problems.

1. Heart rate monitoring systems can be inaccurate.

If you experience dizziness, nausea, chest pains or any other symptom while using this appliance STOP the exercise. SEEK MEDICAL ATTENTION IMMEDIATELY.

2. Work at the recommended exercise level, do not overexert yourself. Incorrect or excessive exercising can endanger your health.

3. Do warm up stretching exercises before using the equipment

GENERAL INSTRUCTIONS

1. Remove all the parts from the cardboard packaging and check them against the parts list to ensure that there is nothing missing. Do not throw the cardboard away until the rower trainer is fully assembled.

2. Always use the appliance in accordance with the instructions. If you discover any defective component while assembling or checking the equipment, or if you hear any strange noise during exercise then stop and contact customer care service. Do not use the appliance until the problem has been solved.

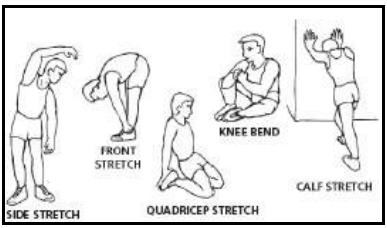
3. Check the rower trainer before starting the exercise; to make sure that all of the parts are attached and that the nuts, bolts, pedals and focus bars have been tightened correctly prior to use.

4. Use original spares from supplier. The replacement or modification of any component, other than what is approved by supplier, will void your of warranty.
5. Use the appliance on a level, solid surface. DO NOT use the rower outdoors or close to water.
6. In the interest of safety, the equipment must have at least 1 metre of free space around it. Do not place sharp objects near the machine.
7 This appliance must only be used for the purposes described in this manual. DO NOT use accessories that are not recommended by the manufacturer.
8 Keep your hands well away from any of the moving parts.
9 Wear clothing suitable for doing exercise. Do not use baggy clothing that might get caught up in the bicycle. Always wear running shoes or trainers when using the machine. Make sure all laces/cords are tied correctly.
10 The owner is responsible for ensuring that anyone who uses the machine is duly informed about the necessary precautions.
11. Check at regular intervals whether all screw connections are tight, and retighten them as required. Check regularly for damage and wear and contact customer care if any doubt.

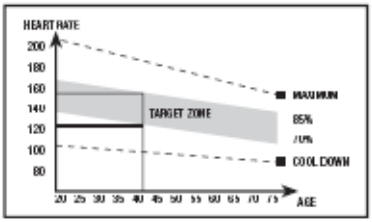
EXERCISE INSTRUCTIONS.-

Use of the ROWER TRAINER offers various benefits; it will improve fitness, muscle tone and when used in conjunction with a calorie controlled diet it will help you to lose weight.

1,Warm-up phase
This phase speeds up the body's blood circulation and gets the muscles ready for exercise. It also reduces the risk of cramp and sprains. It is advisable to do some stretching exercises, as shown below. Each stretch should last approximately 30 seconds, do not overexert the muscles. If you feel pain, STOP.



2. Exercise phase
This phase requires the greatest physical exertion. After regular exercise the arm muscles will become more flexible. It is important to keep the rhythm constant. The rhythm of the exercise should be fast enough to bring the heart rate into the target area, as shown on the following graph:



This phase should last at least 12 minutes, although it is advisable for most people to start off with sessions of 10-15 minutes.

3. Cool-down phase
This phase allows the cardiovascular and muscle system to relax. It consists of repeating the warm-up exercises, i.e. reducing the rhythm and continuing for approximately 5 minutes. Repeat the stretching exercises but remember not to overexert the muscles.
Eventually your training sessions will have to become longer and more intensive. It is advisable to exercise at least three days per week, on alternate days.

Muscle toning
You should select a high exertion level in order to tone muscles during exercise. This entails greater stress on the arm muscles, so it may be wise to reduce exercise times. If you also wish to improve your overall fitness then you should change your training program. Do the warm-up and cool-down exercises as normal but when you are reaching the end of the exercise phase, increase the exertion level in order to make your arms work harder. You should reduce speed in order to keep your heart rate within the target area.

1.- ASSEMBLY INSTRUCTIONS.-

Take the unit out of its box and make sure that all of the pieces are there Fig.0:

The assistance of a second person is recommended when assembling this unit.

(1) Main body.
(2) Seat rail.
(3) Rear rail support.
(4) Front stabiliser bar with wheels.
(5) Foot rest support.
(16L) Left footrest.
(16R) Right footrest.
(27) Seat.
(32) Electronic monitor;
(21) Left rail cover (L).
(22) Right rail cover (R).

Nuts & Bolts.
(26) Screw cap
(33) Coach bolt DIN603 M-10x75.
(34) Curved washer M-10x25x1.5.
(35) Cap nut M-10.
(36) Coach bolt DIN603 M-10x50.
(37) Flat washer M-10.
(38) Allen screw M-8x15.
(39) Flat washer M-8.
(40) Allen screw M-8x22.
(46) Flat washer M-6.
(47) Allen screw M-6x15.
(48) Footrest rotation shaft.

Allen key 4mm
Box spanner with star screw-driver
Combination spanner.

2.- FITTING THE STABILISER BARS.-

Bring the front stabiliser bar with wheels (4) to the main body (1) Fig.1, insert bolts (33), fit the curved washers (34) the cap nuts (35). Use the 6mm Allen key to tighten securely.

3.- MOUNTING THE FOOT RESTS.-

Firstly, position the left foot rest (16L) in the “U” of the support (5) Fig.1A. Insert pin (48) through the foot rest hole and insert screw (47) in each end, in addition to washer (46) y and then firmly tighten with the 4mm Allen wrench.
Repeat the operation described above for the right foot rest (16R), as shown in Fig.1A.

Move the foot rest support (5) towards the main frame (1) Fig.1.
Insert screws (33), mount the curved washers (34), and cap nuts (35) and then firmly tighten with the 6 mm Allen wrench.

4.- MOUNTING THE ALUMINIUM RAIL.-

Insert aluminium rail (2) in the direction indicated by the arrow, into the central frame (1) Fig.2.
Insert screws (38) with washers (39) Fig.2 and then firmly tighten with the 6 mm Allen wrench.

5.- MOUNTING THE SEAT.-

Once the aluminium rail has been assembled, insert seat (27) in rail (2), in the direction indicated by the arrow, as shown in figure Fig.2.
Insert the seat travel stops by mounting screws (40) together with the end caps (26) and then firmly tighten with the 6mm Allen wrench.

Mount end caps (21) and (22) at the end of the aluminium rail as shown in Fig.2.

6.- MOUNTING THE REAR SUPPORT.-

Position rear support (3) on the bottom of rail (2), Fig.3.
Insert screws (38) and washers (39) and then firmly tighten with the 6mm Allen wrench.

7.- MOUNTING THE ELECTRONIC CONSOLE.-

Remove the insulating strip located on the back of the monitor (27) for batteries make contact and make sure the monitor is turned on.
Position the electronic console (27) next to the seat in the main frame (1) Fig.5.
Connect the console terminals (32), with the terminals running from the main frame (1) Fig.5A, and insert the console in the seat in the main frame (1) Fig.5, taking care with the cables.

8.- EXERTION SETTINGS.-

To provide an even level of exertion during exercise, this appliance is equipped with a tensioning control (29), offering various exertion settings, Fig.6.
To increase exercise resistance turn the tensioning control (29) clockwise (+) until the exertion level best suits your exercise requirements. To reduce exercise resistance turn the tensioning control (29) anticlockwise (-).

9.- LEVELLING.-

Once the unit has been placed into its final position for doing exercise, make sure that it sits flat on the floor and that it is level. This can be achieved by screwing the adjustable support blocks (24) up or down, as shown in Fig.6.

10.- MOVEMENT & STORAGE.-

The unit is equipped with wheels (14) to make it easier to move. The wheels located at the front of your unit make it easier to move it into a chosen position, by lifting the rear of the unit up slightly and pushing it, as shown in Fig.4. Store your unit in a dry place, preferably not subject to changes in temperature.

Do not hesitate to get touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual)

BH RESERVES THE RIGHT TO MODIFY THE SPECIFICATIONS OF ITS PRODUCTS WITHOUT PRIOR NOTICE

ESPAÑOL

TECNICA DEL REMO



1.- ATAQUE

- Brazos parcialmente estirados.
- Piernas recogidas contra el cuerpo.
- Cuerpo ligeramente hacia delante.

2. COMIENZO DE LA ACCION

- Brazos estirados.
- Comenzar el movimiento de las piernas.
- Remo por encima de las rodillas.
- El cuerpo se mueve en posición vertical.

3. ACCION

- Piernas continúan empujando.
- Brazos se doblan una vez pasada la altura de las rodillas.

4.- FINAL

- El tirador del remo se coloca a la altura del pecho.
- Piernas parcialmente estiradas.
- Cuerpo ligeramente inclinado hacia atrás.

5.- RECUPERACION

- Brazos estirados hacia delante.
- Piernas flexionadas.

6.- PREPARACION

- Volver a la posición de ataque.
- No soltar el tirador del remo.

ENGLISH

ROWING TECHNIQUE



1.- ATTACK

- Arms partially stretched.
- Legs brought up against the body.
- Body leaning slightly forward.

2.- BEGIN THE ACTION

- Arms stretched fully out.
- Begin the leg movement.
- Oar above knee level.
- Body moves into the upright position.

3.- ACTION

- Legs pushing back.
- Arms beginning to bend once they have passed the knees.

4.- END

- The rowing bar is brought to chest level.
- Legs partially straightened out.
- Body leaning slightly backward.

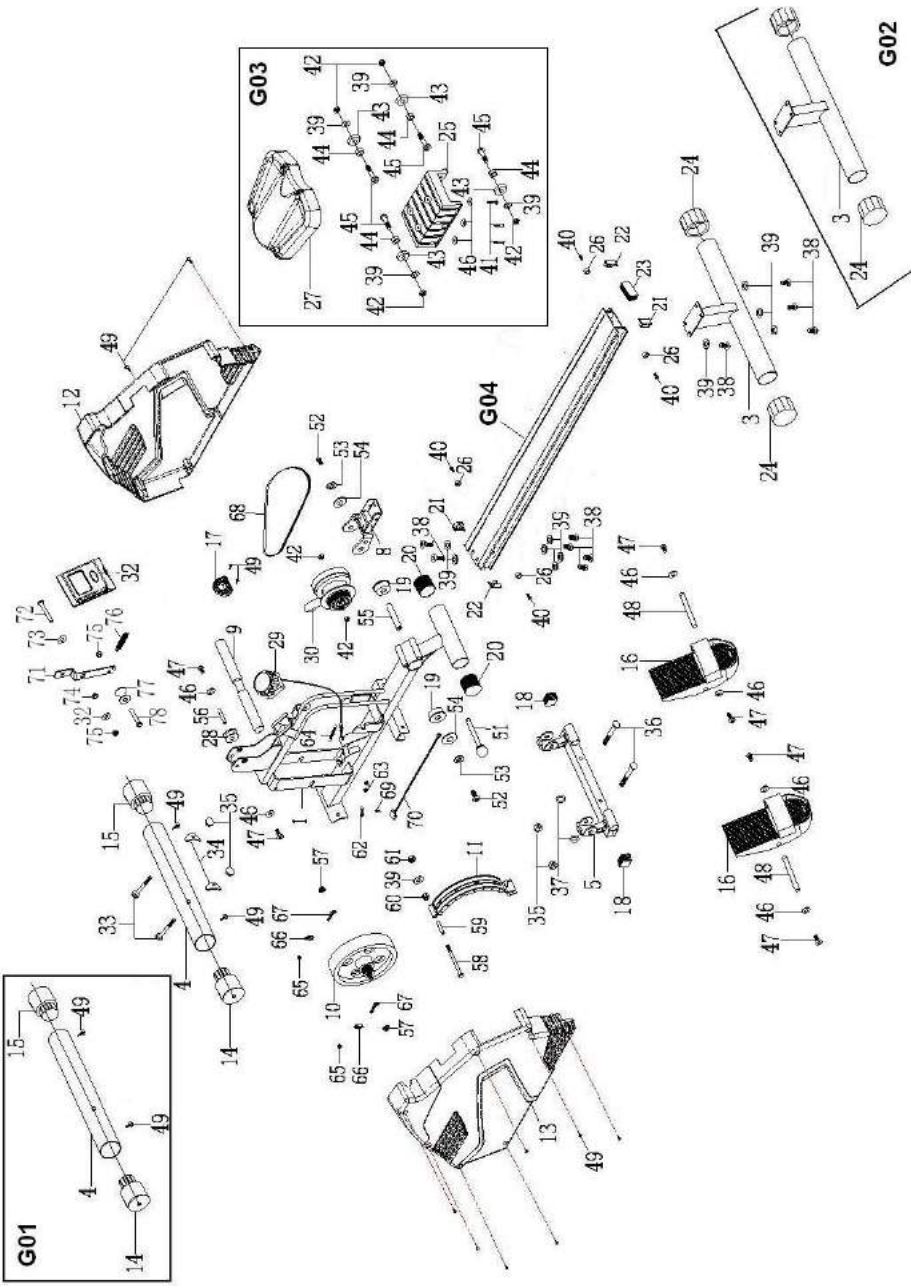
5.- RECOVERY

- Arms stretched out in front.
- Legs bent.

6.- PREPARACION

- Return to the attack position.
- Do not let go of the rowing bar.

R308



Para pedido de repuesto: Indicar el código de la pieza y la cantidad
To order replacement parts: State the part code and Quantity

Ejemplo / E.g:

R308001 **1**

Nº	Code
1	R308001
3	R308003
4	R308004
5	R308005
8	R308008
9	R308009
10	R308010
11	R308011
12	R308012
13	R308013
14	R308014
15	R308015
16	R308016
17	R308017
18	R308018
19	R308019
20	R308020
21	R308021
22	R308022
23	R308023
24	R308024
25	R308025
26	R308026
27	R308027
28	R308028
29	R308029

Nº	Code
30	R308030
32	R308032
33	R308033
34	R308034
35	R308035
36	R308036
37	R308037
38	R308038
39	R308039
40	R308040
41	R308041
42	R308042
43	R308043
44	R308044
45	R308045
46	R308046
47	R308047
48	R308048
49	R308049
51	R308051
52	R308052
53	R308053
54	R308054
55	R308055
56	R308056
57	R308057

Nº	Code
58	R308058
59	R308059
60	R308060
61	R308061
62	R308062
63	R308063
64	R308064
65	R308065
66	R308066
67	R308067
68	R308068
69	R308069
70	R308070
71	R308071
72	R308072
73	R308073
74	R308074
75	R308075
76	R308076
77	R308077
78	R308078
G01	R308G01
G02	R308G02
G03	R308G03
G04	R308G04

CE

Español	Por medio de la presente *Exercycle S.L.* declara que este producto cumple con los requisitos esenciales y cualesquiera otras disposiciones aplicables o exigibles de la Directiva 2004/108/CE.
English	Hereby, *Exercycle S.L*, declares that this product is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 2004/108/EC.
Français	Par la présente *Exercycle S.L* déclare que cette appareil est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la directive 2004/108/CE.
Deutsch	Hiermit erklärt *Exercycle S.L*, dass sich das Gerät in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen und den übrigen einschlägigen Bestimmungen der Richtlinie 2004/108/EG befindet.
Português	*Exercycle S.L.* declara que este producto está conforme com os requisitos essenciais e outras disposições da Directiva 2004/108/CE.
Italiano	Con la presente *Exercycle S.L.* dichiara che questo prodotto è conforme ai requisiti essenziali ed alle altre disposizioni pertinenti stabilite dalla direttiva 2004/108/CE.
Nederlands	Hierbij verklaart *Exercycle S.L.* dat het produkt in overeenstemming is met de essentiële eisen en de andere relevante bepalingen van richtlijn 2004/108/EG.

BH FITNESS SPAIN
EXERCYCLE,S.L.
(Manufacturer)
P.O.BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Tel.: +34 945 29 02 58
Fax: +34 945 29 00 49
e-mail: sat@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA
Tel: +34 945 292 012 /
902 170 258
Fax: +34 945 56 05 27
e-mail: sat@bhfitness.com

BH FITNESS PORTUGAL
MAQUINASPORT, APARELHOS
DE DESPORTO, S.A.
Rua do Metalúrgico 465
Zona Industrial Giesteira
3750-325 Águeda (PORTUGAL)
Tel.: +351 234 729 510
Fax: +351 234 729 519
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL
Tel.: +351 707 22 55 24
Fax: +351 234 729 519
e-mail: info@bhfitness.pt

BH FITNESS UK
Unit 12 Arlington Court
Newcastle Staffs
ST5 6SS
UK 0844 3353988
International
00441782634703

AFTER SALES - UK
e-mail: service@bh-uk.co.uk

BH FITNESS NORTH AMERICA
20155 Ellipse
Foothill Ranch
CA 92610
Tel: + 1 949 206 0330
Toll free: +1 866 325 2339
Fax: +1 949 206 0013
e-mail:
fitness@bhnorthamerica.com
www.bhnorthamerica.com

BH FITNESS MEXICO
BH Exercycle de México S.A. de
CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosí
S:L:P: MÉXICO
Tel.: +52 (444) 824 00 29
Fax: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

BH Germany GmbH
Altendorfer Str. 526
45355 Essen
Tel: +49 201 450910-0
e-mail:
germany@bhfitness.com
Kostenfreie Telefonnummer:
0800 0996655
Ersatzteile:
www.homeactive.de

BH FITNESS ASIA
No.139, Jhongshan Rd.
Daya Township
Taichung 428, Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
e-mail: info@bhasia.com.tw

BH FITNESS CHINA
BH China Co., Ltd.
Block A, NO.68, Branch Lane
455, Lane 822,
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan,
Putuo, Shanghai 200331, P.R.C.
Tel: +86-021-5284 6694
Fax:+86-021-5284 6814
e-mail: info@i-bh.cn

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 0810 000 301
Fax : +33 0810 000 290
savfrance@bhfitness.com

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.
SPECIFICATIONS MAY BE CHANGED WITHOUT PRIOR NOTICE DUE TO OUR PROGRAMME OF CONTINUOUS PRODUCT DEVELOPMENT.