DKN®

Reaching for better

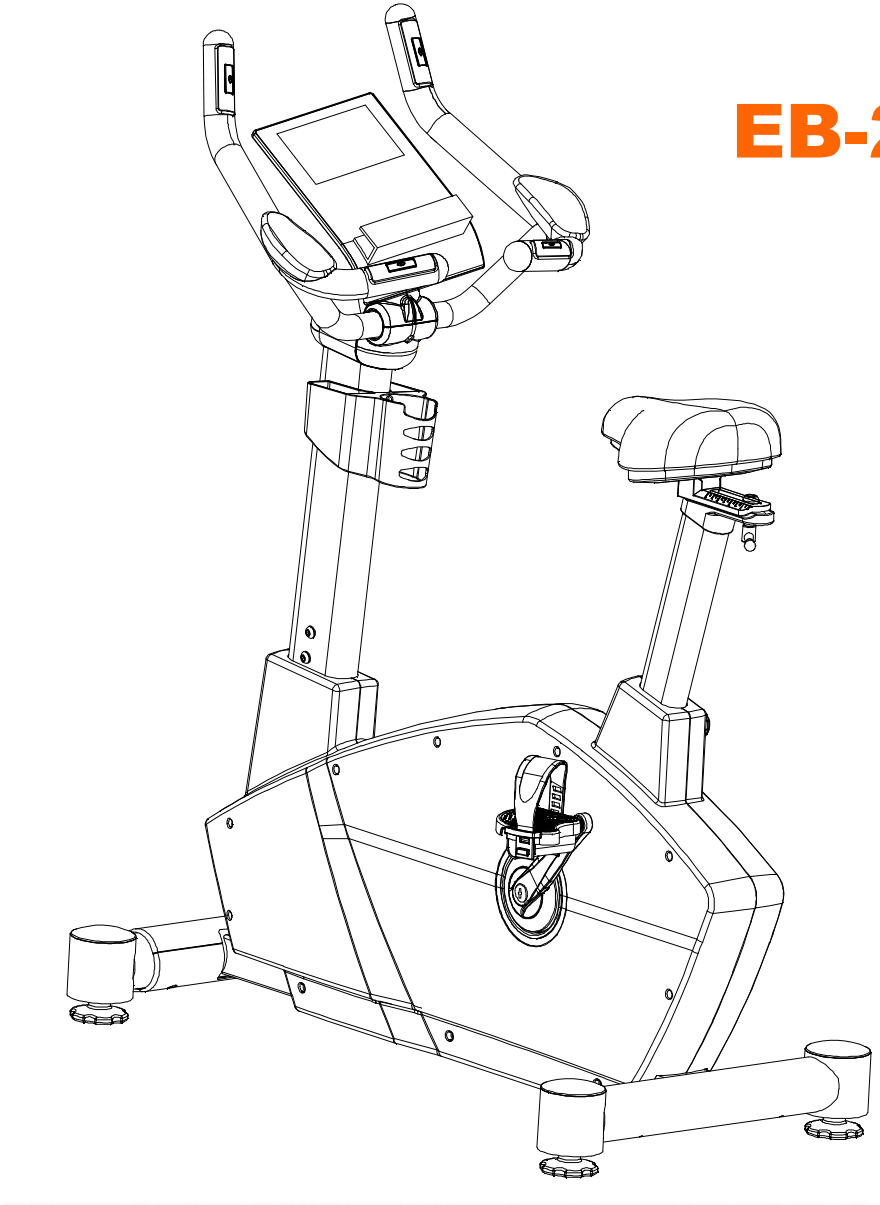
DKN TECHNOLOGY

DKN MOTION

GET IT ON Google play

Available on the App Store

# EB-2100i



ALL RIGHTS RESERVED © / TM

www.DKN-Technology.com

## DKN Motion

Available on the App Store

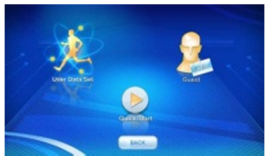
GET IT ON Google play

## GETTING STARTED

- **Activate Bluetooth connection on iPad or tablet.**
- Pair **DKN Motion**.
- Activate **DKN Motion** App on your tablet.
- Press **CONNECT,** select **DKN Motion** (password 0000).



- Press **SET USER DATA**.



- **Create** or **Select User profile**.



- **Landing page**: select work-out.



- Start work-out.

## AFTER WORK-OUT:

- Press Home to **LANDING PAGE**.
- Press **BACK** (3x), press **EXIT**.



- Press Home to **LANDING PAGE**.
- Press **BACK** (3x), exit APP on the tablet.
- **Deactivate Bluetooth Connection** on iPad to clear the training console.

**DKN Motion supports:**
iPad mini
iPad 2, 3, 4
iPad
ANDROID 4.0, 10', 1280 x 800 pixels

"Made for iPod," "Made for iPhone," and "Made for iPad" means that an Electronic accessory has been designed to connect specifically to iPod, iPhone, or iPad, respectively, and has been certified by the developer to meet Apple performance standards.

Apple is not responsible for the operation of this device or its compliance with safety and regulatory standards.

Please note that the use of this accessory with iPod, iPhone, or iPad may affect wireless performance.

iPad, iPhone, iPod, iPod classic, iPod nano, iPod shuffle, and iPod touch are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.

## DKN iWorld

Available on the App Store

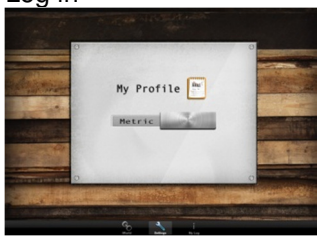
GET IT ON Google play

# GETTING STARTED

- **Activate Bluetooth connection on iPad or tablet**
- Pair **DKN iTrainer** (password 0000)
- Activate **DKN iWorld** App on your tablet




- Log in

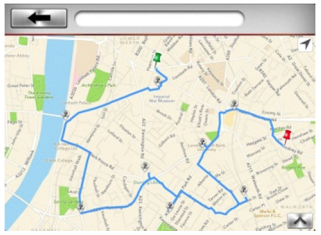






- Select favourite, or create your own route.



- Press start



- Toggle between Map, Streetview or Satellite

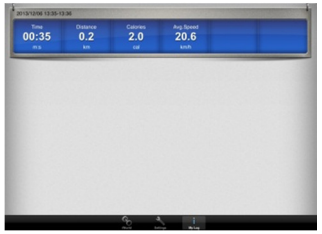




- Post update




- Log file



## Garantía - Warranty - Garantie – Garantie – Garancia – Garanzia – Garantie – Гарантия - Εγγύηση

Este producto DKN está destinado única y exclusivamente para uso doméstico.

DKN garantiza que este producto está libre de defectos de material en el momento de la venta, del envío y de la entrega. La duración de la garantía de este producto está limitada a un periodo de dos (2) años a partir de la fecha de la compra, esta debe de estar indicada en su factura o ticket de compra. Este comprobante de compra debe de ser facilitado por la Red de Distribuidores Autorizados DKN al comprador final.

Esta garantía limitada es intransferible y no cubre el desgaste normal por el uso (incluyendo piezas dañadas por el desgaste como baterías, muelles, rodamientos, piezas de funcionamiento, sistemas hidráulicos, cables, correas, poleas, amortiguadores, correas de transmisión de energía y otras partes no duraderas, que se han estropeado debido al mal uso y a la falta de mantenimiento).

Esta Garantía Limitada será considerada nula si el producto: Ha sido golpeado, o ha tenido un mantenimiento inadecuado, o si el usuario no ha seguido las instrucciones del montaje, o si el usuario ha modificado su estado original, o por otras causas que determinen que no existen defectos en el material debido a consecuencias de un tratamiento inadecuado, mala instalación, montaje incorrecto, que el usuario tenga un peso superior al peso máximo de usuario, subida de tensión, etc...), o en caso de uso semi-profesional o profesional (entre otros lugares, gimnasios, escuelas deportivas, clínicas, hoteles, etc...).

Los gastos de transporte y gastos de desplazamiento de los técnicos, están excluidos de esta garantía y estarán a cargo exclusivo del cliente.

La responsabilidad del fabricante bajo esta Garantía Limitada, no incluirá responsabilidad alguna por daños directos, indirectos o consecuentes resultantes de cualquier defecto o maluso de la maquina.

---

This DKN product is designed for residential use only.

DKN warrants this product to be free from defects in material at the time of the product's tender of delivery. This ‘Carry-in’ Limited Warranty applies for a period of two (2) years, beginning on the date mentioned on your product invoice or proof of purchase of product sold through the DKN Authorized Dealer Network to the original retail purchaser and authenticated by proof of purchase from a retailer a product sold by an authorized DKN dealer.

This Limited Warranty is not transferable and does not cover normal wear and tear (including, but not limited to, damage and wear to batteries, springs, bearings, running mats, hydraulic systems, ropes, belts, pulleys, power shocks, drive belts and other non-durable parts, etc...).

This Limited Warranty is void if the product is damaged by accident, unreasonable use, improper service, failure to follow instructions provided, modification from its original state, or other causes determined not arising out of defects in material, the consequences of improper treatment, bad installation, wrong assembly or tampering of the parts by incorrect assembly, improper use of the machine (eg. too heavy load in time, weight etc...), problems caused by lack of maintenance, deviations of the standard machine, such as light vibrations or noise, and in case of semi-professional, professional and commercial use (inter alia in sports schools, physio, companies, etc...).

Transport charges, travel charges for technicians, and possible trader and/ or workshop charges are excluded from this warranty, and will be at the sole cost of the owner. The liability of the manufacturer under this Limited Warranty shall not include any liability for direct, indirect, or consequential damages resulting from any defect nor the use of this machine.

Ce produit DKN est uniquement conçu pour un usage résidentiel, comme indiqué sur la fiche produit.

DKN garantit que ce produit est exempt de tous vices de forme, entre sa mise sur le marché et sa livraison. La garantie de prise en charge s'applique pour une durée de deux (2) ans, débutant le jour mentionné sur la facture d'achat auprès d'un revendeur agréé DKN.

Cette garantie limitée n'est pas cessible et ne couvre pas l'usure normale (comprenant, mais pas exclusivement, les dommages et l'usure des piles, ressorts, roulements à billes, systèmes hydrauliques, cordes, courroies, poulies, et d'autres pièces non durables, ou suite à des variations de tensions électriques...). Cette garantie limitée n'est pas applicable si le produit est endommagé par accident, utilisation abusive ou non adaptée, mauvais entretien, non-respect des instructions fournies, modification de son état d'origine, par d'autres causes non inhérentes à un défaut du matériel, ou suite à un traitement inadéquat, une mauvaise installation, un montage erroné altérant es pièces, une mauvaise manipulation (lors d'un déménagement,etc…)

Cette garantie est également nulle en cas d'utilisation semi-professionnelle, professionnelle et commerciale (notamment dans les écoles de sport, physio, entreprises, etc...).

Les frais de transport, le déplacement d'un technicien, et les frais éventuels d'un intervenant agrée DKN et/ou les frais de réparation en atelier ne sont pas compris dans la garantie, et seront à la seule charge de l'acquéreur.

Le fabricant en vertu de la présente garantie ne peut être tenu responsable d'aucun dommage direct, indirect ou consécutif, résultant d'un défaut, ou de l'utilisation de cette machine.

---

Dit DKN product is uitsluitend bestemd voor thuisgebruik.

Deze 'carry-in' garantie is geldig voor een periode van twee (2) jaar vanaf de datum op de kassa of aankoopbon van het product dat door een gemachtigd DKN handelaar werd verkocht. Garantie kan worden ingeroepen wanneer het apparaat steeds in het bezit is geweest van de originele koper, en het originele aankoopbewijs kan worden voorgelegd.

De garantie geldt niet voor: normale slijtage, de gevolgen van een ondeskundige behandeling, manipulatie door de koper of door derden, slechte installatie, foutieve montage of het onklaar maken van onderdelen door onjuiste montage, oneigenlijk gebruik van het apparaat (bv. te zware belasting in tijd, gewicht enz...), problemen die voortvloeien uit een gebrek aan onderhoud, afwijkingen van het standaard apparaat, zoals lichte vibraties of geluiden die het functioneren van het apparaat niet beïnvloeden, die onderdelen die onderhevig zijn aan slijtage zoals: batterijen, veren, lagers, looptapijten, hydraulische systemen, touwen, aandrijfriemen, katrollen, enz..., schade aan het apparaat veroorzaakt door het transport van het apparaat.

De garantie kan ook niet worden ingeroepen bij semiprofessioneel, professioneel en commercieel gebruik (ondermeer in sportscholen, fysio, bedrijven, instituten enz...).

Transportkosten, voorrijkosten van een monteur, en de eventuele handelaars en/of werkplaatskosten worden uitgesloten van deze garantie, en zijn dus voor rekening van de bezitter van het apparaat.

De fabrikant kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor schade, verlies of kosten, incidenteel noch gerelateerd, ten gevolge van gebruik van dit toestel.

Esta garantia é válida durante os dos (2) anos seguintes para qualquer manufactura e danos materiais de produtos de fitness DKN adquiridos a vendedores autorizados pela DKN. Se pretender efectuar uma reclamação durante o período de garantia, a DKN tem a responsabilidade de reparar ou substituir o aparelho/peça com anomalias, à sua discrição. Os custos de transporte e custos relacionados com o vendedor deverão ser suportados pelo proprietário do aparelho.

Se quiser utilizar os seus direitos de garantia, leve o seu certificado de garantia à loja onde adquiriu o seu aparelho. O vendedor local agirá em conformidade com a situação. Se não tiver essa possibilidade, contacte o seu importador nacional DKN.

A garantia não é válida para os seguintes casos: desgaste normal, consequências de utilização imprópria, danos causados pelo comprador do aparelho e defeitos devidos a circunstâncias excepcionais. Não se pode recorrer a esta garantia depois de terem sido efectuadas alterações à construção original, ou se não se tiver utilizado peças DKN em caso de reparação ou substituição de peças.
A garantia não pode ser invocado para uso semi-profissional, profissional e comercial (inclusive em academias, fisioterapia, empresas, institutos, etc ..).

Os custos de transporte, despesas de viagem de um mecânico, e qualquer vendedor e/ou custos da oficina estão excluídos desta garantia, e são, portanto, a cargo do proprietário da unidade.

O fabricante não pode ser responsabilizado por perdas acidentais ou consequenciais, danos ou despesas relacionadas com a utilização deste aparelho.

---

Questo prodotto DKN è stato progettato per l'uso domestico.

DKN garantisce che questo prodotto è esente da difetti materiali al momento della consegna del prodotto per il periodo di tempo indicato nelle pagine degli elementi per uso domestico.

La Garanzia Limitata “carry-in” è valida per un periodo di due (2) anni, a partire dalla data indicata sulla fattura del prodotto o sulla prova di acquisto del prodotto venduto dalla rete di rivenditori autorizzati DKN al cliente.

Questa Garanzia Limitata non è trasferibile e non copre la normale usura (ivi inclusi, ma non limitatamente a, danni e usura alle batterie, molle, cuscinetti, nastro di corsa, sistemi idraulici, funi, cinghie, pulegge, scosse elettriche, cinghie di trasmissione ed altri componenti non durevoli, ecc.)

Questa Garanzia Limitata non è valida se il prodotto è danneggiato da incidente, uso irragionevole, uso improprio, mancata osservanza delle istruzioni fornite, la modifica dal suo stato originale, o altre cause non determinate derivanti da difetti nel materiale, le conseguenze di trattamento improprio, errata installazione, montaggio errato o manomissione dei componenti da montaggio, uso improprio della macchina (es. Carico troppo pesante nel tempo, peso, ecc.), problemi causati dalla mancanza di manutenzione (come leggere vibrazioni o rumore).

Questa Garanzia Limitata decade anche in caso di utilizzo semi-professionale, professionale e commerciale (Scuole Sportive, Centri fisioterapici, aziende, ecc.)

Spese di trasporto, spese di viaggio per i tecnici e l'eventuale professionista e/o le spese di laboratorio sono escluse da questa garanzia, e saranno a carico esclusivo del cliente.

La presente Garanzia Limitata esclude il produttore da qualsiasi responsabilità derivante da danni diretti, indiretti o consequenziali risultanti da qualsiasi difetto nell'uso di questa macchina.

Dieses Produkt wird nur für Wohnzwecke ausgelegt.

DKN garantiert, dass dieses Produkt frei von Material zum Zeitpunkt der Ausschreibung des Produkts der Lieferung. Diese ‘Carry-in’ Garantie umfasst alle Herstellungs- und Materialfehler von DKN Produkten, die bei einem lizensierten DKN Händler erworben wurden innerhalb eines Zeitraumes von 2 Jahren nach Kaufdatum.

Diese Garantie ist nicht übertragbar und gilt nicht für normale Abnutzung (einschließlich, aber nicht zu, Schaden begrenzt und tragen zu Batterien, Federn, Lager, Betrieb Matten, Hydrauliksysteme, Seile, Riemen, Riemenscheiben, Macht Schocks, Antriebsriemen und andere kurzlebige Teile, etc. ..).

Diese eingeschränkte Gewährleistung ist nichtig, wenn das Produkt durch Unfall, unsachgemäßen Gebrauch, unsachgemäßen Service, Missachtung von Anweisungen, Modifikation von seinem ursprünglichen Zustand, oder andere Ursachen nicht ermittelt, die sich aus Material-, Folgen unsachgemäßer Behandlung, schlechte folgen beschädigt ist
Die folgenden Schäden sind nicht durch die Garantie abgedeckt:Falsche Installation, falsche Montage oder Manipulation der Teile durch fehlerhafte Montage, unsachgemäße Verwendung der Maschine (zB zu schwere Last in der Zeit, Gewicht etc. ..), Probleme, die durch mangelnde Wartung verursacht werden, Abweichungen von der Standard-Maschine, wie Licht Erschütterungen oder Lärm, und im Falle der semi-professionellen, beruflichen und gewerblichen Bereich (unter anderem in Sportschulen, Physio-, Firmen, etc. ..).

Transportkosten, Reise-Gebühren für Techniker und Händler möglich und/oder Workshop Gebühren sind von dieser Garantie ausgenommen und wird auf alleinige Kosten des Besitzers sein.

Der Hersteller ist in keinem Fall für Begleit- und Folgeschäden, Beschädigungen oder Ausgaben in Verbindung mit dem Trainingsgerät

---

Настоящая гарантия покрывает все производственные и материальные потоки изделий DKN, приобретенных у авторизованного дилера DKN, на протяжении двух лет с момента покупки.

В случае предъявления вами претензии в рамках данной гарантии, компания DKN обязана выполнить по своему усмотрению ремонт или замену дефектной части Затраты на транспортировку и работы, выполняемые дилером, не покрываются настоящей гарантией и возмещаются владельцем устройства.

Для того, что бы воспользоваться данной гарантией, необходимо предоставить гарантийный талон вашему дилеру. Дилер выполнит все необходимые действия. Если это невозможно, свяжитесь с импортером продукции DKN в вашей стране.
На следующие дефекты гарантия не распространяется: нормальный износ и надрывы, последствия неправильного устранения неисправности покупателем или третьей стороной, а также другие неисправности. В рамках данных гарантийных обязательств не принимаются претензии в случае внесения изменений в оригинальную конструкцию, а также проведения ремонтных работ без использования оборудования или оригинальных запасных частей марки DKN.

Гарантия не может быть основанием для полупрофессионального, профессионального и коммерческого использования (в том числе в спортивных залах, физиотерапия, компаний, институтов, и т.д…). Транспортные расходы, командировочные расходы механика, и любого дилера и / или семинара затраты исключены из данной гарантии, и, таким образом, несет владелец аппарата.

Производитель не несет ответственность за дополнительные или косвенные убытки, повреждения и затраты, вызванные использованием тренажеров.

Αυτό το προϊόν έχει σχεδιαστεί για οικιακή χρήση μόνο.

Αυτή η εγγύηση καλύπτει όλη την κατασκευή και τις υλικές ρωγμές επάνω στο προϊόν της DKN , που αγοράζονται από εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο / έμπορο της DKN για μία περίοδο δύο (2) ετών από την αγορά. Αν επιθυμείτε κάτι εκτός εγγύησης, η DKN έχει το δικαίωμα για να επισκευάσει ή να αντικαταστήσει την ελαττωματική μονάδα ή το μέρος κατά την κρίση της. Ο ιδιοκτήτης της μονάδας πρέπει να πληρώσει για τα έξοδα μεταφοράς και τις δαπάνες εργαστηρίων οποιουδήποτε εμπόρου.

Για να μπορείτε να έχετε οποιαδήποτε αξίωση ενώ είστε σε εγγύηση, πάρτε την κάρτα εγγύησής σας στον έμπορό σας. Ο έμπορος θα λάβει έπειτα όλα τα απαραίτητα μέτρα. Αν αυτό δεν είναι δυνατό, ελάτε σε επαφή με τον εθνικό αντιπρόσωπο της DKN.

Τα εξής δεν καλύπτονται από την εγγύηση: κανονική φθορά λόγω χρήσης και οι συνέπειες της ανάρμοστης επεξεργασίας ή της ζημίας που προκαλείται από τον αγοραστή ή τα τρίτα πρόσωπα και τα ελαττώματα που οφείλονται σε άλλες περιστάσεις. Οι αξιώσεις δεν μπορούν να γίνουν κάτω από την εγγύηση αν έχουν γίνει τροποποιήσεις στην αρχικό κατασκευή ή τον εξοπλισμό ή αν δεν χρησιμοποιήθηκαν τα αρχικά ανταλλακτικά της DKN στην επισκευή της μονάδας.

Η παρούσα Περιορισμένη Εγγύηση είναι άκυρη αν το προϊόν έχει υποστεί ζημιά από κακή εγκατάσταση, λανθασμένη συναρμολόγηση ή αλλοίωσης των τμημάτων από εσφαλμένη συναρμολόγηση, ακατάλληλη χρήση του μηχανήματος (π.χ. πολύ βαρύ φορτίο στην ώρα, βάρους κλπ. ..), τα προβλήματα που προκαλούνται από την έλλειψη της συντήρησης, αποκλίσεις του πρότυπου μηχανήματος, όπως το φως δονήσεων ή του θορύβου.

Η παρούσα Περιορισμένη Εγγύηση είναι άκυρη σε περίπτωση ημι-επαγγελματική, επαγγελματική και εμπορική χρήση (μεταξύ άλλων, σε αθλητικά σχολεία, φυσιοθεραπεία, επιχειρήσεις, κ.λπ...).

Τα έξοδα μεταφοράς, έξοδα ταξιδίου για τους τεχνικούς, και είναι δυνατόν έμπορος ή / και τέλη εργαστήριο εξαιρούνται από αυτή την εγγύηση, και θα είναι στην αποκλειστική κόστος του ιδιοκτήτη.

Σε καμία περίπτωση ο κατασκευαστής θα είναι υπεύθυνος για τις τυχαίες ή επακόλουθες απώλειες, τις ζημίες ή τις δαπάνες σχετικά με τα προϊόντα άσκησης.

---

**Instrucciones de seguridad**
**Antes de empezar el entrenamiento en su aparato, por favor lea las instrucciones atentamente.**
**Por favor, guardelas para información en caso de reparación o entrega de piezas componentes.**

- Este aparato se ha fabricado para soportar un peso de 150 kg.
- Siga los pasos de las instrucciones de montaje atentamente.
- Utilice solamante partes originales.
- Antes el montaje, controle si la entrega de las piezas está completa, utilizando la lista de partes incluida.
- Para el montaje solamente emplee los materiales provistos y solicite ayuda cuando sea necesario.
- Ubique el aparato en una superficie lisa y no resbaladiza. Para evitar una posible corrosion, se recomienda no usar el aparato en áreas húmedas.
- Controle antes el primer entrenamiento y cada 1-2 meses que todos los elementos se conectan y están en buena condición
- Reemplaze los componentes defectos imediatamente y no utilice el aparato hasta la reparación.
- Para reparaciones, solamente utilice componentes originales.
- En caso de reparación, por favor solicite ayuda a vuestro distribuidor.
- Para el aseo, no utilice detergentes agresivos.
- Asegurese de comenzar el entrenamiento solo despues de un correcto montaje e inspección.
- Asegurese que las partes ajustables esten en su máxima posición de ajuste.
- El aparato ha sido ensayado para adultos. Asegurese de que los niños utilicen este aparato solo bajo la supervisión de un adulto.
- Asegurese que los presentes esten conscientes de posibles peligros,  p.e partes móviles durante el entrenamiento.
- Por favor siga los consejos para un entrenamiento correcto de acuerdo a lo detallado en las instrucciones de entrenamiento.

**Consulte a vuestro médico antes de empezar con el programa de entrenamiento.**
**El lo puede asesorar en el tipo de entrenamiento y cual es el impacto adecuado.**

- El manual del propietarios es solo para información del cliente.
- El productor no se hace responsable faltas de traducción o de eventuales cambios en las especificaciones técnicas.

**Los datos son solamente indicativos y no pueden ser utilizados para fines médicos.**

**Before you start training on your DKN strider, please read the instructions carefully.**
**Be sure to keep the instructions for information, in case of repair and for spare part delivery.**

- This exerciser has been tested up to a max. body weight of 150 kg/330 lbs.
- Follow the carefully the different steps of the assembly instructions.
- Use only original parts as delivered.
- Before starting the assembly, be sure to check if delivery is complete by using the included parts-list.
- For assembly use only suitable tools and ask for assistance with assembly if necessary.
- Place the exerciser on an even, non-slippery surface. Because of possible corrosion, the usage of any exerciser in moist areas is not recommended.
- Check before the first training and every 1-2 months that all connecting elements are tight fitting and are in the correct condition.
- Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.
- For repairs, use only original spare parts.
- In case of repair please ask your dealer for advice
- Avoid the use of aggressive detergents when cleaning.
- Ensure that training starts only after correct assembly and inspection.
- For all adjustable parts be aware of the maximum positions to which they can be adjusted/tightened to.
- This exerciser is designed for adults. Please ensure that children use the exerciser only under the supervision of an adult.
- Ensure that those present are aware of possible hazards, e. g. movable parts during training.
- Warning: incorrect/excessive training can cause health injuries.
- Please follow the advice for correct training as detailed in training instructions.

**Consult your physician before starting with any exercise programme. He can advise on the kind of training and which impact is suitable.**

- The owner's manual is only for customers' reference.
- The supplier can not guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.

**All data displayed are approximate guidance and cannot be used in any medical application.**

**Conseils de Sécurité**

**Veuillez lire attentivement cette notice de conseils avant de débuter votre premier entraînement sur l'appareil. Conservez précieusement cette notice pour information, pour les travaux d'entretien ainsi que pour l'éventuelle commande de pièces de rechange.**

- Suivre exactement la notice de montage de l'appareil. N'utilisez à cet effet que les pièces originales.
- Avant de procéder au montage, veuillez vérifier le contenu du carton.
- N'utilisez que des outils appropriés et faîtes-vous éventuellement aider par une deuxième personne lors du montage.
- Posez l'appareil sur un support plat et non glissant. L'utilisation prolongée de l'appareil dans des pièces humides est interdite afin d'éviter une possible corrosion.
- Avant la première utilisation et à intervalles réguliers (tous les 1 ou 2 mois), veuillez vérifier que l'état de l'appareil est bon et que l'assemblage des pièces est solide.
- Pour l'entretien et les réparations, n'utilisez que des pièces de rechange d'origine.
- Si des doutes ou des questions persistent, adressez-vous à votre revendeur spécialisé.
- Limites d'appareil: 150 kg.
- N'utilisez aucun produit de nettoyage agressif et évitez de laisser pénétrer des liquides dans l'appareil.
- Assurez-vous que la mise en service n'ait lieu qu'après un montage conforme et une vérification de l'appareil.
- Tenez compte, pour les parties réglables, des positions maximales.
- L'appareil est conçu pour un entraînement d'adultes.
- Assurez-vous que les enfants ne puissent l'utiliser sans la surveillance d'adultes.
- Avertissez les personnes présentes des éventuels dangers, liés par exemple aux pièces détachables, lors des entraînements.
- Reportez-vous à la notice d'entraînement pour des conseils quant au contenu des entraînements.

**Avant de démarrer l'entraînement, adressez-vous à votre médecin : il sera en mesure de vous indiquer quels types d'exercices vous conviennent, ainsi que le niveau de difficultés.**

- Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.
- Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.

**Les données sont indicatifs et ne peuvent être appliqués dans aucune utilisation medical.**

**Veiligheids richtlijnen**
**Lees aandachtig de handleiding alvorens u begint met de montage en het gebruik van dit toestel.**
**Bewaar deze handleiding mocht U ooit informatie nodig hebben mbt tot onderhoud of reserve onderdelen.**

- Gebruik enkel de originele onderdelen.
- Verifïeer aan de hand van de onderdelenlijst of er geen onderdelen ontbreken of beschadigd zijn vooraleer de montage aan te vatten.
- Gebruik het juiste gereedschap, en vraag eventueel of iemand U kan helpen bij de montage.
- Plaats het apparaat op een vlakke droge ondergrond. Het gebruik van een fitnessapparaat in een vochtige omgeving raden we ten zeerste af gezien het optreden van corrosie.
- Controleer alle moeren en bouten vooraleer U begint te oefenen. We raden U eveneens aan op regelmatige basis dit te blijven controleren.
- Gebruik enkel originele onderdelen voor het onderhoud en bij eventuele herstellingen.
- Raadpleeg Uw verdeler in geval van panne.
- Reinig Uw apparaat met een weinig vochtige doek. Vermijd het gebruik van detergenten.
- Vergewis U ervan dat de montage compleet afgewerkt is conform deze handleiding vooraleer U begint te oefenen.
- Een aantal onderdelen zijn voorzien van regelbare posities naargelang de gebruiker: respecteer de opgegeven maxima.
- Dit toestel is ontworpen voor een probleemloos gebruik gedurende een lange periode, kijk alle bouten en moeren zorgvuldig na en geef de bewegende onderdelen regelmatig een smeerbeurt.
- Houd het toestel buiten het bereik van kinderen
- Draag geen losse kleding, deze kan verstrikt raken tussen de bewegende onderdelen
- Stop onmiddellijk met oefenen indien het volgende zich voordoet : misselijkheid, beven, gebrek aan adem, pijn in de borst of het hoofd.
- Oefen nooit 45 minuten voor u gaat eten en/of 1 uur na het eten.
- Gebruikerslimiet: 150 kg.

**Raadpleeg uw arts alvorens te starten met oefenen.**

- Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leiddraad.
- De leverancier kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.

**Deze gegevens zijn louter indicatief en mogen derhalve nooit aangewend worden bij medische doeleinden.**

**Norme di sicurezza**
**Prima di iniziare a usare vostro apparecchio, leggere attentamente le istruzioni.**
**Conservare le istruzioni per futura consultazione, in caso di interventi di riparazione e per richiedere i pezzi di ricambio.**

- Il presente apparecchio è stato concepito può sostenere un peso corporeo massimo di 150 kg.
- Seguite attentamente le istruzioni di ciascuna fase del montaggio.
- Utilizzate esclusivamente le parti originali fornite in dotazione.
- Prima del montaggio, controllate la lista degli accessori e assicuratevi che ci siano tutti.
- Per il montaggio, utilizzate solamente gli strumenti appropriati e fatevi aiutare da qualcuno in caso di necessità.
- Il apparecchio deve essere posizionato su una superficie piatta e non scivolosa. Si sconsiglia l'utilizzo di qualsiasi apparecchio similare in posti umidi, che potrebbero causare problemi di corrosione.
- Controllate, prima di utilizzare l'apparecchio per la prima volta e ad intervalli regolari (ogni 1 o 2 mesi), che tutte le giunture siano ben strette ed in buone condizioni.
- Sostituite immediatamente ogni pezzo difettoso e/o non utilizzate l'apparecchio prima che questo venga riparato.
- Per le riparazioni, utilizzate solo pezzi di ricambio originali.
- In caso di riparazione, vi preghiamo di rivolgervi al vostro rivenditore.
- Quando pulite l'apparecchio, evitate l'uso di detergenti aggressivi e non fate penetrare liquidi al suo interno.
- Assicuratevi di iniziare l'allenamento solo dopo aver correttamente montato il Ministep ed aver controllato che tutto è come da istruzioni.
- Per il posizionamento delle parti regolabili, non andate oltre i limiti massimi consentiti.
- Il presente apparecchio è stato concepito per gli adulti. Vi preghiamo di far sì che i bambini possano utilizzarlo solo in vostra presenza.
- Accertatevi che chi partecipa ai vostri allenamenti sia consapevole del fatto che alcune parti potrebbero staccarsi durante l'allenamento, provocando dei danni.
- Attenzione: un allenamento sbagliato o eccessivo può causare danni alla salute.
- Per allenarvi nel modo corretto, potrete far riferimento alle istruzioni da noi fornite.

**Rivolgersi al proprio medico prima di intraprendere qualsiasi programma di esercizi. Egli sarà in grado di fornire consigli sul tipo di allenamento e gli effetti più idonei.**

- Il manuale d'uso viene fornito unicamente quale materiale di consultazione per il cliente.
- Il fornitore non è in grado di prestare alcuna garanzia per quanto concerne l'assenza di errori di traduzione o causati da variazioni delle specifiche tecniche de prodotto.

**Tutti i dati visualizzati sono approssimativi e orientativi. Non possono dunque essere utilizzati in alcun caso per scopi medici.**

## Instruções de Segurança

- Este aparelho foi fabricado e testado para um peso de 150 kg.
- Siga atentamente as etapas das instruções de montagem.
- Utilize apenas peças originais.
- Antes da montagem, controle se tem o conjunto completo, utilizando a lista incluída.
- Para a montagem, utilize apenas materiais adequados e peça ajuda quando necessário
- Coloque o aparelho numa superfície regular e anti-derrapante. A sua utilização em áreas húmidas não é aconselhável, dada a possibilidade de corrosão.
- Certifique-se, antes do primeiro treino e cada 1-2 meses, que todos os elementos se encontram bem fixos e ligados e estão em boas condições.
- Substitua os elementos defeituosos imediatamente e não utilize o aparelho até este ser reparado.
- Para reparações, utilize somente peças e componentes originais.
- En caso de reparação, por favor questione o seu distribuidor.
- Não utilize detergentes agressivos.
- Assegure-se de que só inicia o treino após a correcta montagem e verificação da mesma.
- Assegure-se da posição máxima das partes ajustáveis.
- Aparelho foi testado para adultos. Assegure-se de que as crianças o utilizam sob vigilância de um adulto.
- Assegure-se que os presentes têm consciência dos possíveis problemas, p.e., partes móveis durante o treino
- Por favor siga o conselho para um treino correcto.

**Consulte o seu médico antes de começar o programa de treino. Poderá aconselhá-lo acerca do tipo de treino e intensidade do mesmo.**

- Manual deve ser utilizado somente  para obtenção de informação geral.
- Não se poderá responsabilizar o fornecedor por eventuais erros ocorridos devidos a alterações nas especificações técnicas.

**Os dados são meramente indicativos e não podem ser utilizados para fins médicos.**

**Sicherheitsanweisungen**
**Bevor Sie mit dem Training beginnen, lesen Sie bitte sorgfältig diese Anweisungen. Bewahren Sie die Anweisungen für den Fall einer Reparatur oder einer Ersatzteillieferung zu Ihrer Information auf.**

- Trainer ist für ein Körpergewicht von bis zu 150 kg ausgelegt.
- Folgen Sie den Schritten der Aufbauanleitung aufs genaueste.
- Verwenden Sie ausschliesslich die mitgelieferten Originalteile.
- Vor dem Zusammenbau überprüfen Sie anhand der beigefügten Liste die Vollständigleit der Lieferung.
- Für die Montage verwenden Sie bitte ausschliesslich das geeignete Werkzeug und fragen Sie wenn nötig um Hilfe.
- Stellen Sie den Trainer auf ebenem und trockenem Untergrund auf.
- Vor dem Gebrauch des Trainers in feuchter Umgebung wird gewarnt, da es zu Korrosionsschäden führen kann.
- Überprüfen Sie vor dem ersten Training und danach in einem Rhythmus von 1-2 Monaten,ob alle Verbindungsteile fest sitzen und in einwandfreiem Zustand sind.
- Ersetzen Sie schadhafte Teile sofort und/oder benutzen Sie den Trainer erst wieder nach der Reparatur.
- Für die Reparatur verwenden Sie bitte nur Originalersatzteile.
- Im Fall einer Reparatur fragen Sie Ihren Händler um Rat.
- Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel.
- Erst nach der korrekten Montage und deren Überprüfung dürfen Sie mit dem Training beginnnen.
- Bei allen verstellbaren Teilen stellen Sie bitte sicher, dass die Maximalstellung nicht überschritten wird.
- Dieser Trainer ist für Erwachsene ausgelegt.
- Stellen Sie sicher, dass Kinder den Trainer nur unter der Aufsicht Erwachsener benutzen.
- Stellen Sie sicher, dass sich alle Anwesenden einer möglichen Gefahr durch bewegliche Teile während des Trainings bewusst sind.
- Warnung: falsches/übertriebenes Training kann gesundheitliche Schäden zur Folge haben.
- Folgen Sie bitte den Ratschlägen für ein korrektes Training wie in der Trainingsanleitung angegeben.

**Bei Unsicherheiten fragen Sie Ihren Arzt oder Physiotherapeuten bevor Sie ein Trainings-programm starten. Er kann Sie beraten, welches Training und welche Belastung für Sie geeignet sind.**

- Das Handbuch ist ausschliesslich für den Kundengebrauch.
- Der Lieferant übernimmt keine Garantie für Übersetzungsfehler oder technische Änderungen.

**Alle angezeigten Übungen dienen der ungefähren Orientierung und können nicht bei jeder körperlichen Verfassung angewandt werden.**

**Перед началом тренировки на платформе DKN, внимательно прочтите настоящую инструкцию.**
**Храните инструкцию в справочных целях на случай ремонта или заказа запасных частей.**

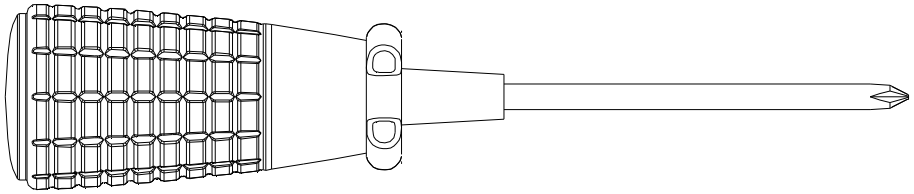
- Настоящий тренажер был испытан для максимального веса 150 кг/330 фунтов.
- Внимательно следуйте инструкциям по сборке. Используйте только оригинальные запасные части из комплекта поставки.
- Перед началом сборки проверьте комплектность поставки с использованием прилагаемых перечней деталей.
- Для сборки используйте только подходящие инструменты и, при необходимости, попросите помощи при выполнении операций.
- Установите тренажер на ровную, не скользящую поверхность. Из-за возможной коррозии не рекомендуется использовать тренажер во влажных помещениях.
- Перед началом первой тренировки, а также каждые 1-2 месяца, рекомендуется проверять все соединительные элементы на прочность крепления и работоспособность.
- Незамедлительно производите замену неисправных узлов и/или не допускайте использования оборудования до выполнения ремонта. Для выполнения ремонтных работ используйте оригинальные запасные части.
- При выполнении ремонта обратитесь за консультацией к дилеру
- Не допускается использование агрессивных моющих средств в процессе чистки.
- Тренировку начинайте только после выполнения правильной сборки и осмотра.
- Для всех регулируемых узлов необходимо учитывать максимальные положения, до которых их можно отрегулировать/затянуть.
- Данный тренажер предназначен для взрослых. Тренировки детей должны проходить только в присутствии взрослого.
- Занимающийся должен быть знаком с возможными угрозами в процессе тренировки, например, подвижными узлами.
- Внимание: неправильные/чрезмерные тренировки могут стать причиной проблем со здоровьем.

**Перед началом тренировки проконсультируйтесь у вашего врача. Он поможет вам выбрать тип тренировки и подходящую нагрузку**

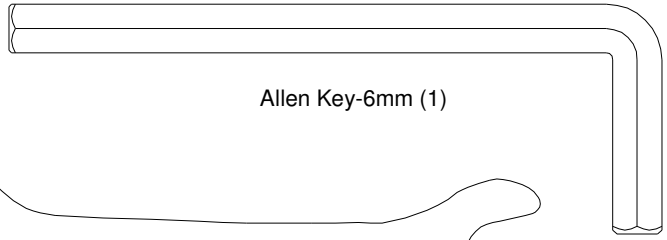
- Руководство пользователя предназначено только для справочных целей покупателя.
- Поставщик не гарантирует отсутствие ошибок перевода или изменений технических характеристик изделия.

**Все приведенные данные являются приблизительным руководством и не могут быть использованы в медицинских целях.**

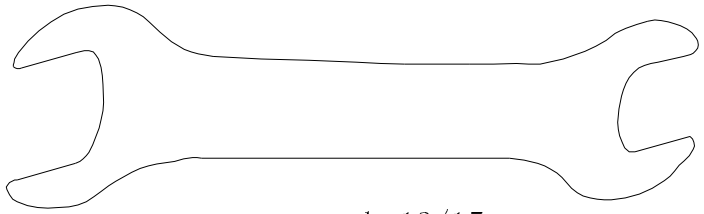
# E B 2 1 0 1



Screwdriver (1)



Allen Key-6mm (1)

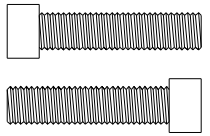


wrench-13/15mm (1)



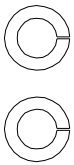
Screw M3*30L(3)

(STEP 6)



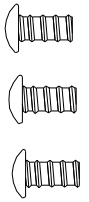
Allen Bolt M7*P1.0*30L (2)

(STEP 4)



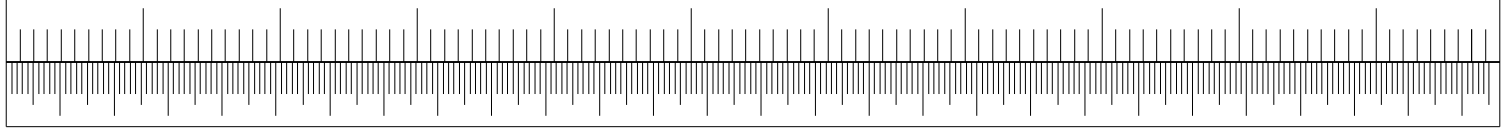
Spring Washer Φ7*4*2T(2)

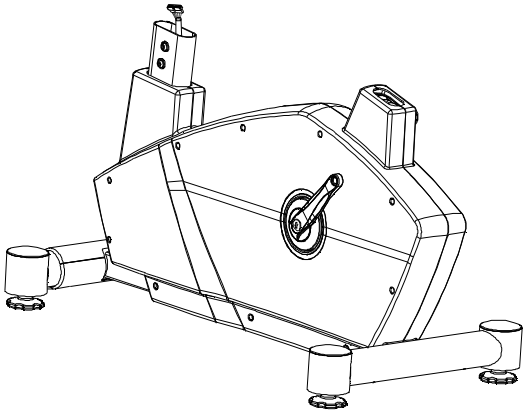
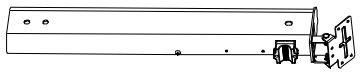
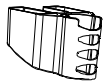
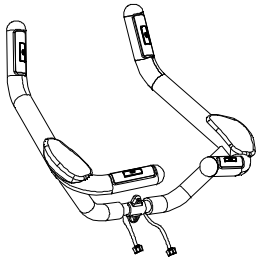
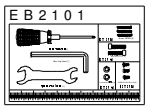
(STEP 4)

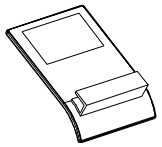
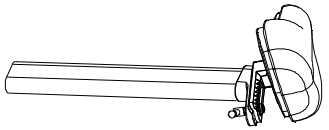


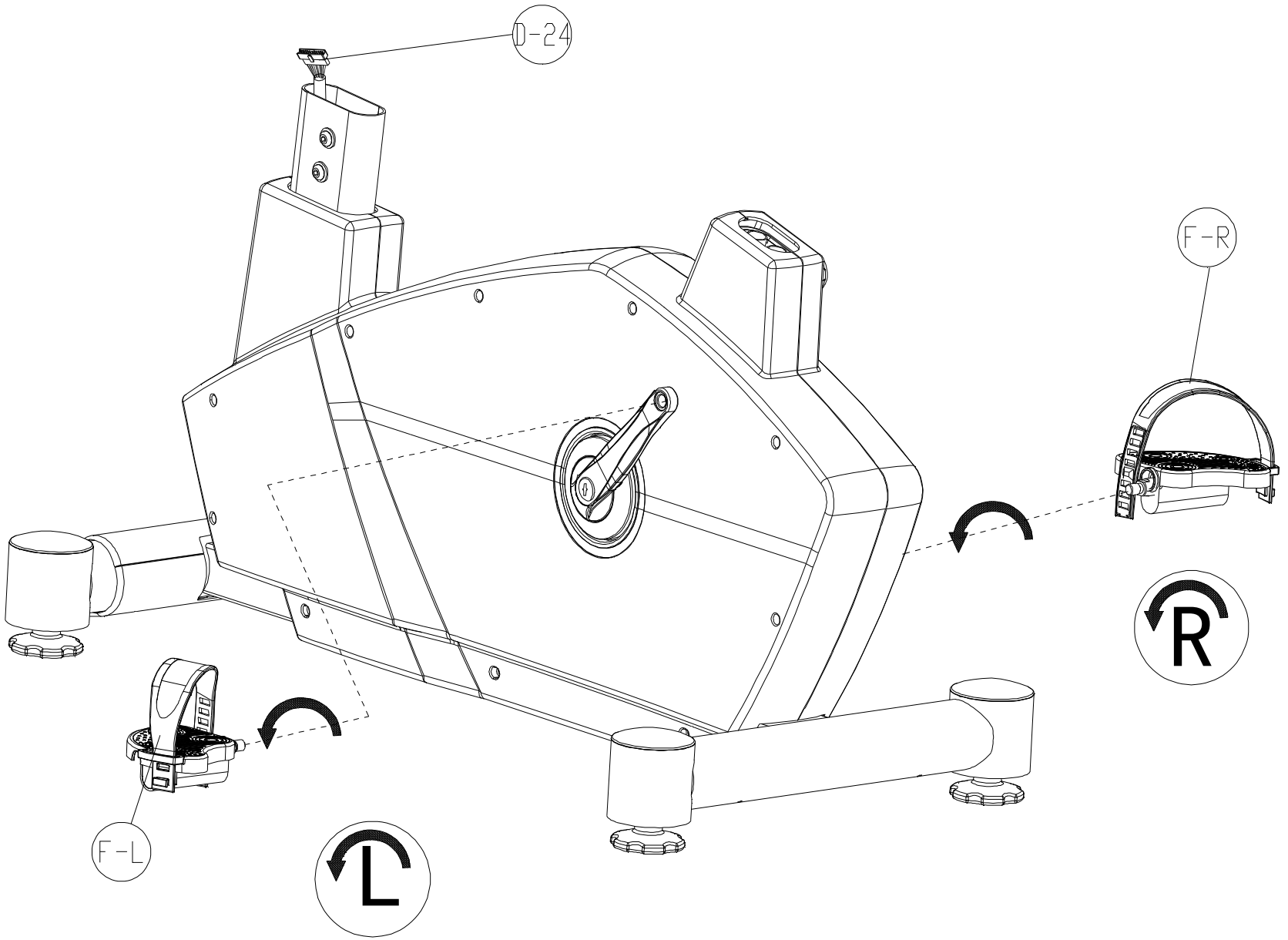
SCREWS M5*P0.8*10L(3)

(STEP 6)

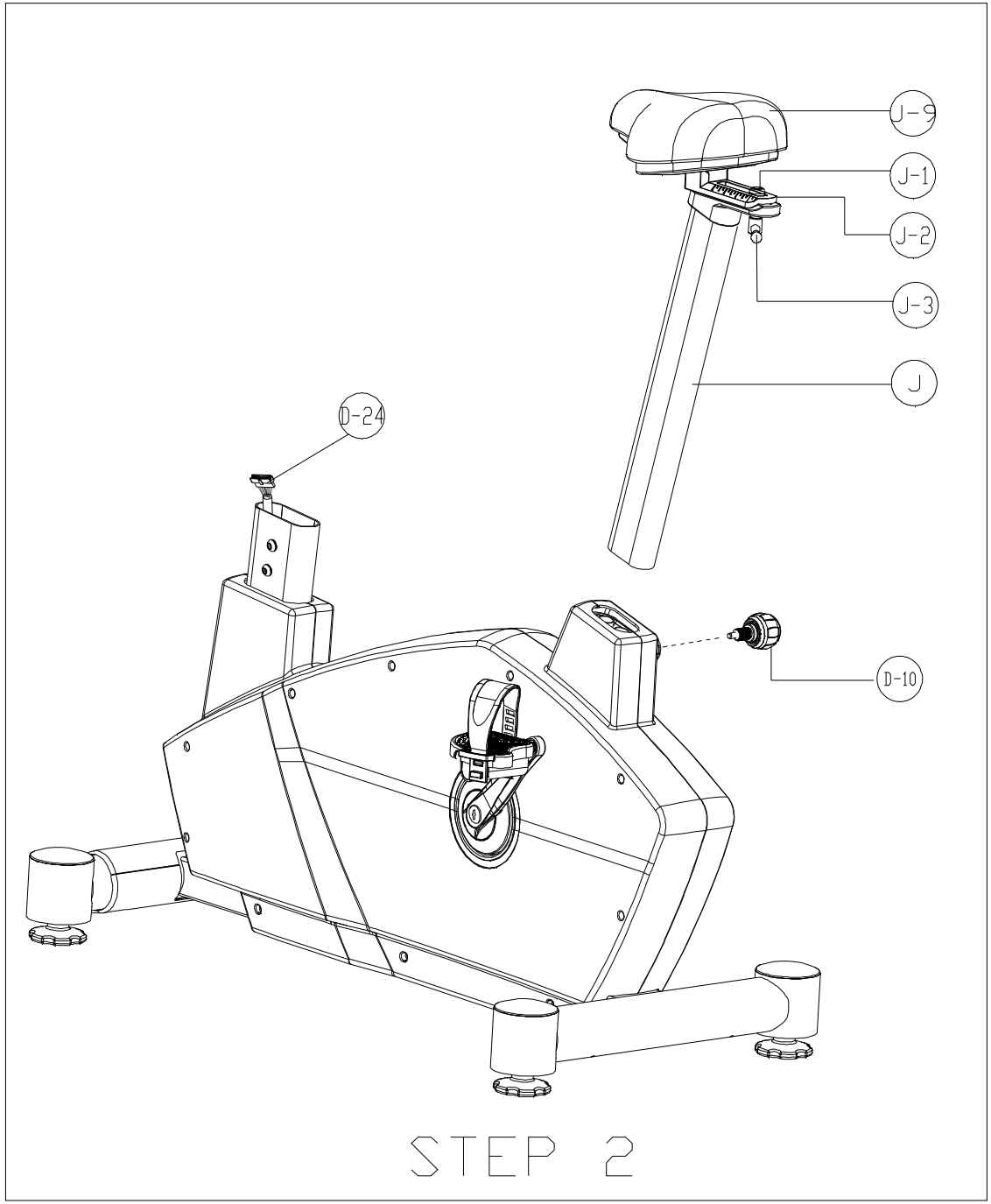


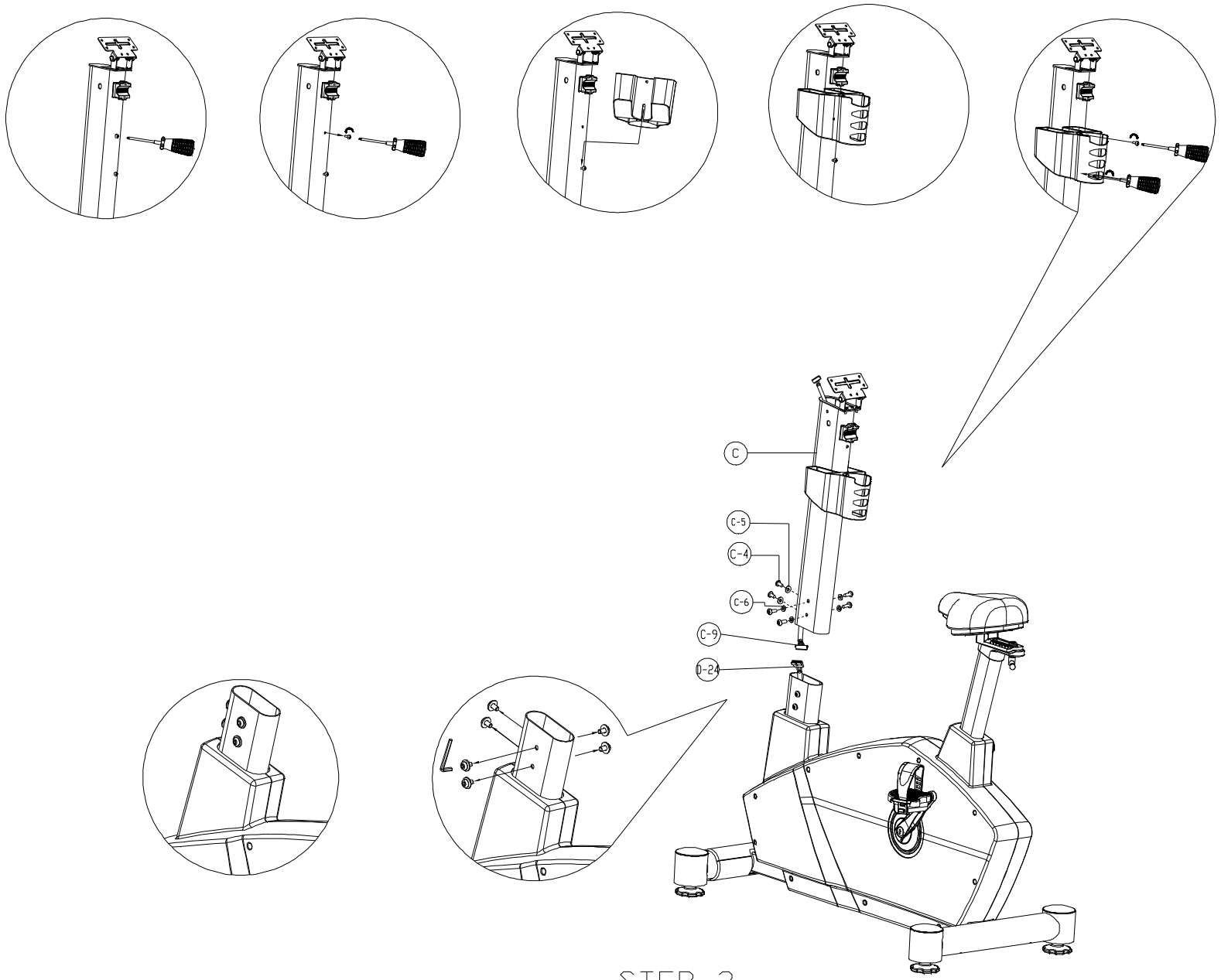
| | | |
|---|---|---|
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|   | 1 | |

| | | |
|---|---|---|
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
|  | 1 | |
| | | |

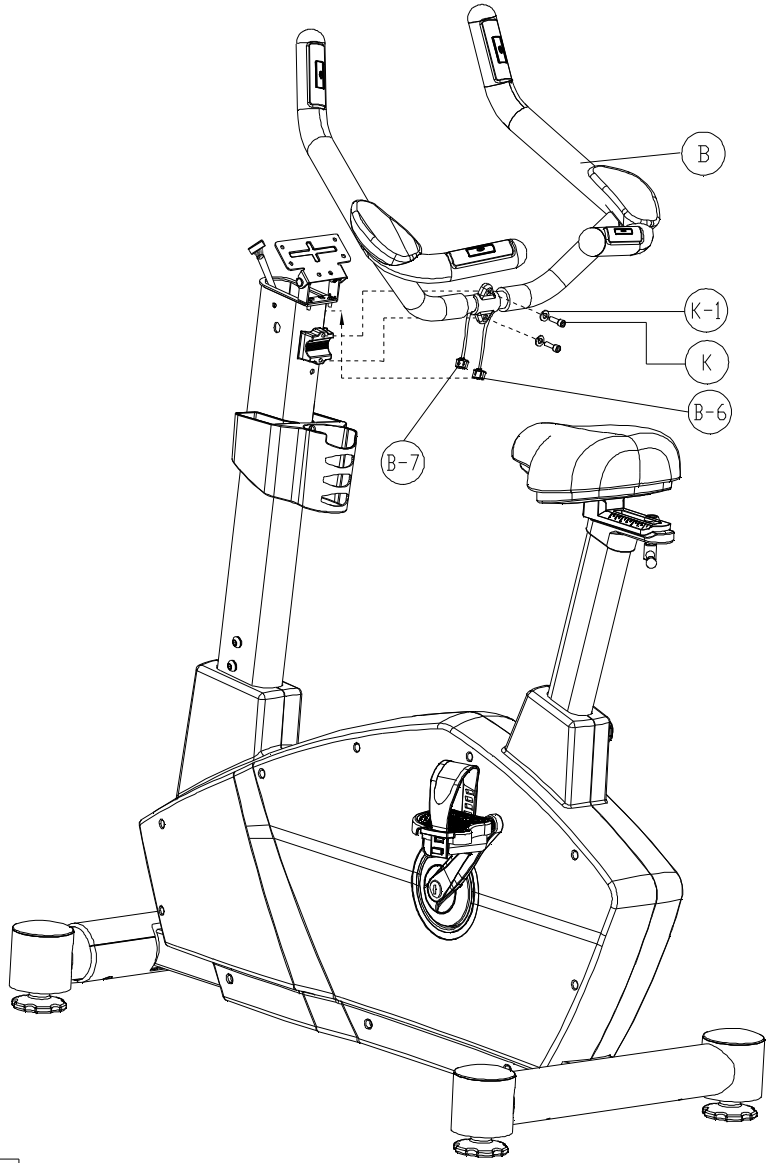



STEP 1


J-9
J-1
J-2
J-3
J
D-24
D-10
STEP 2

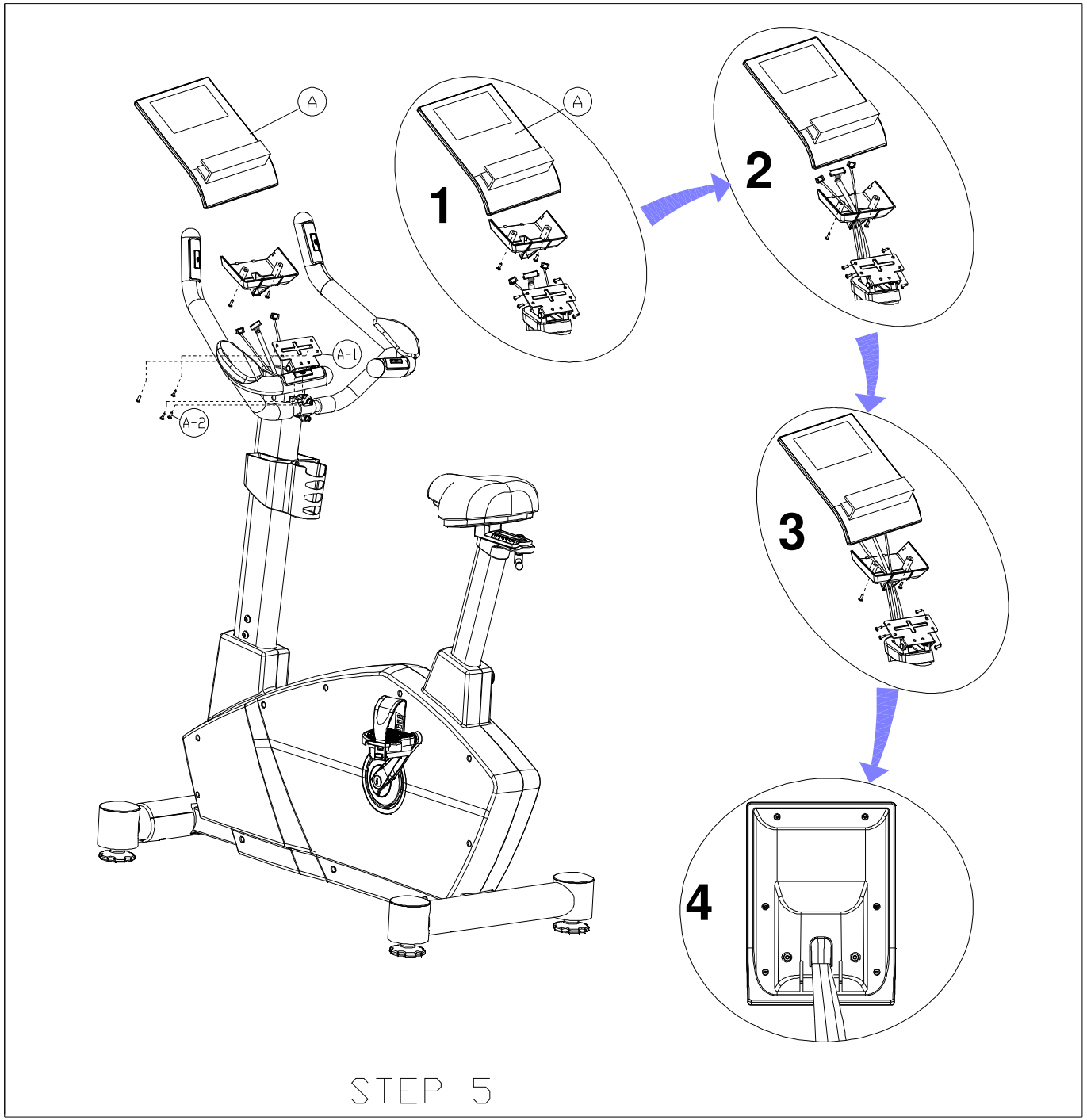



STEP 3

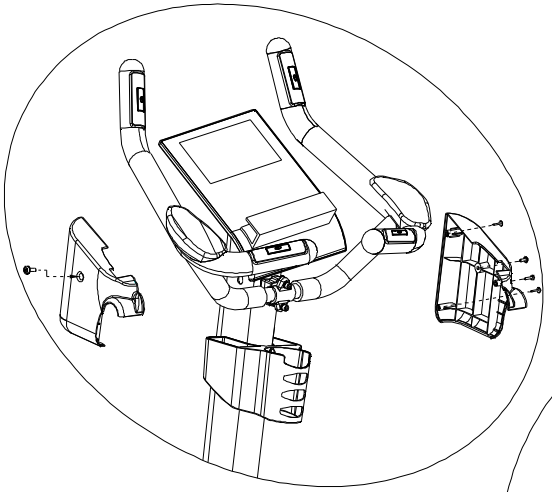


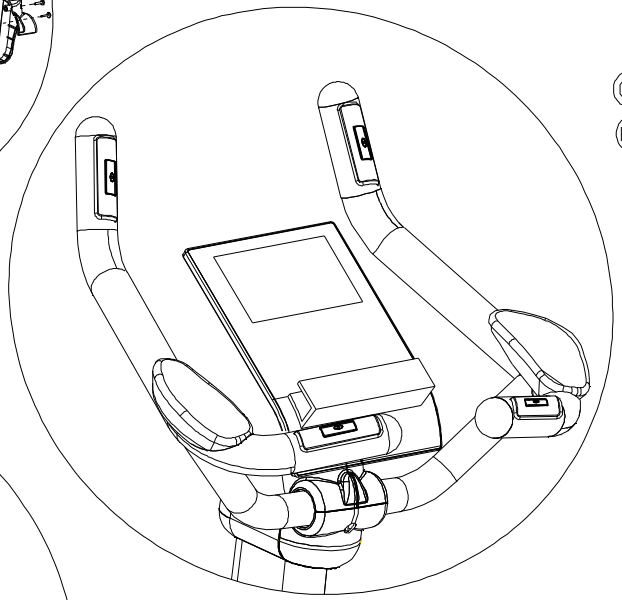

2 * M7*30L ø7*2T

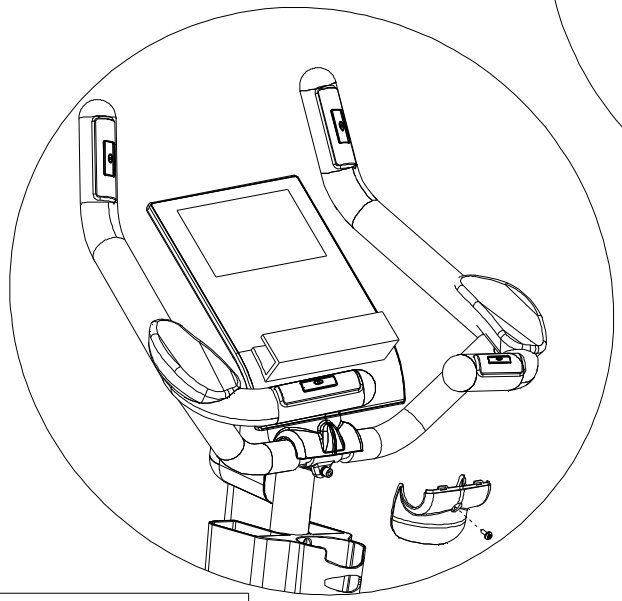
STEP 4

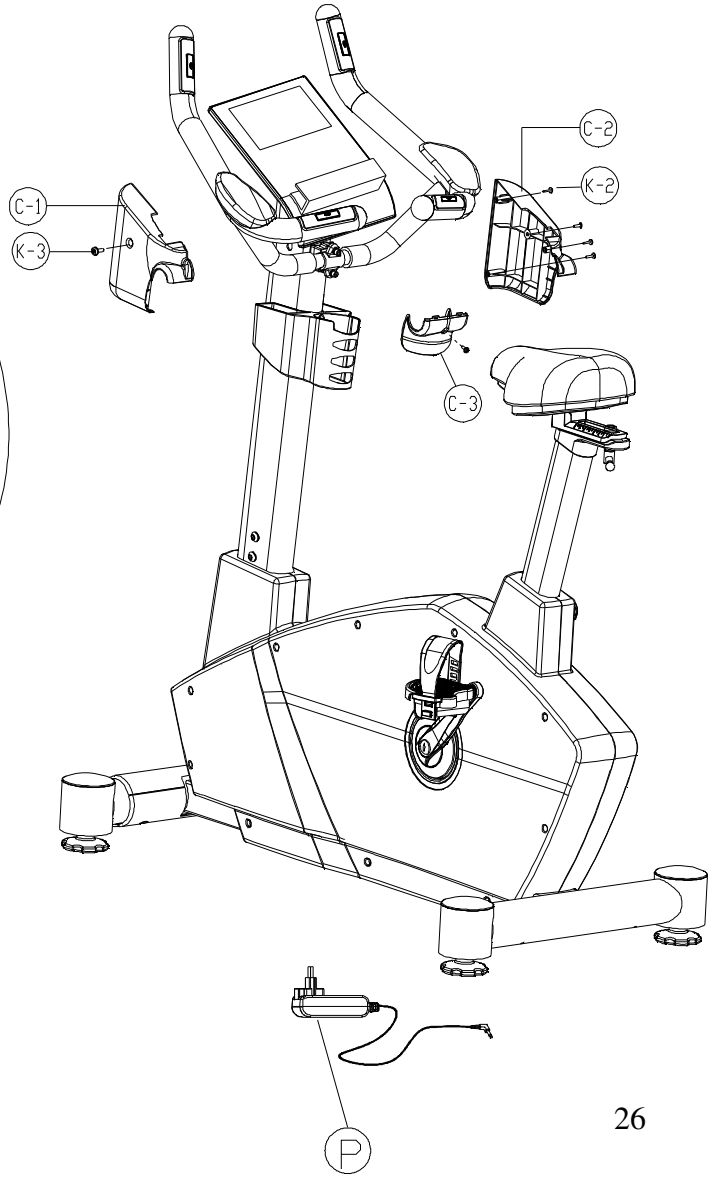



STEP 5



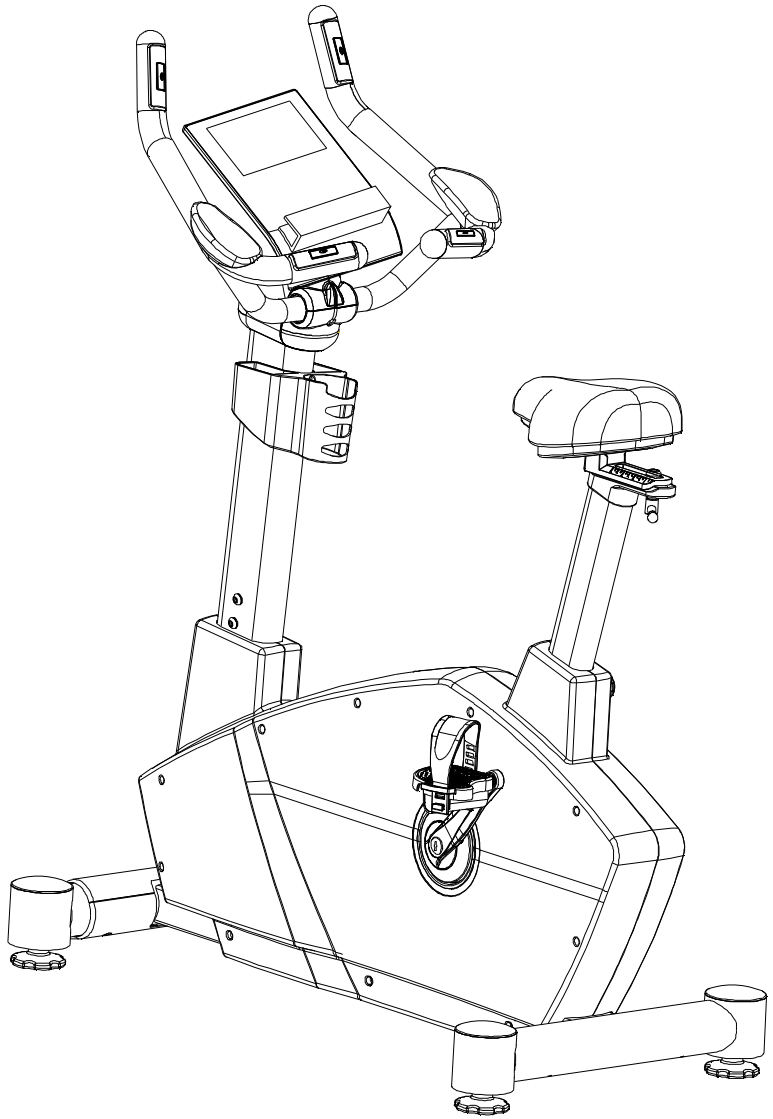



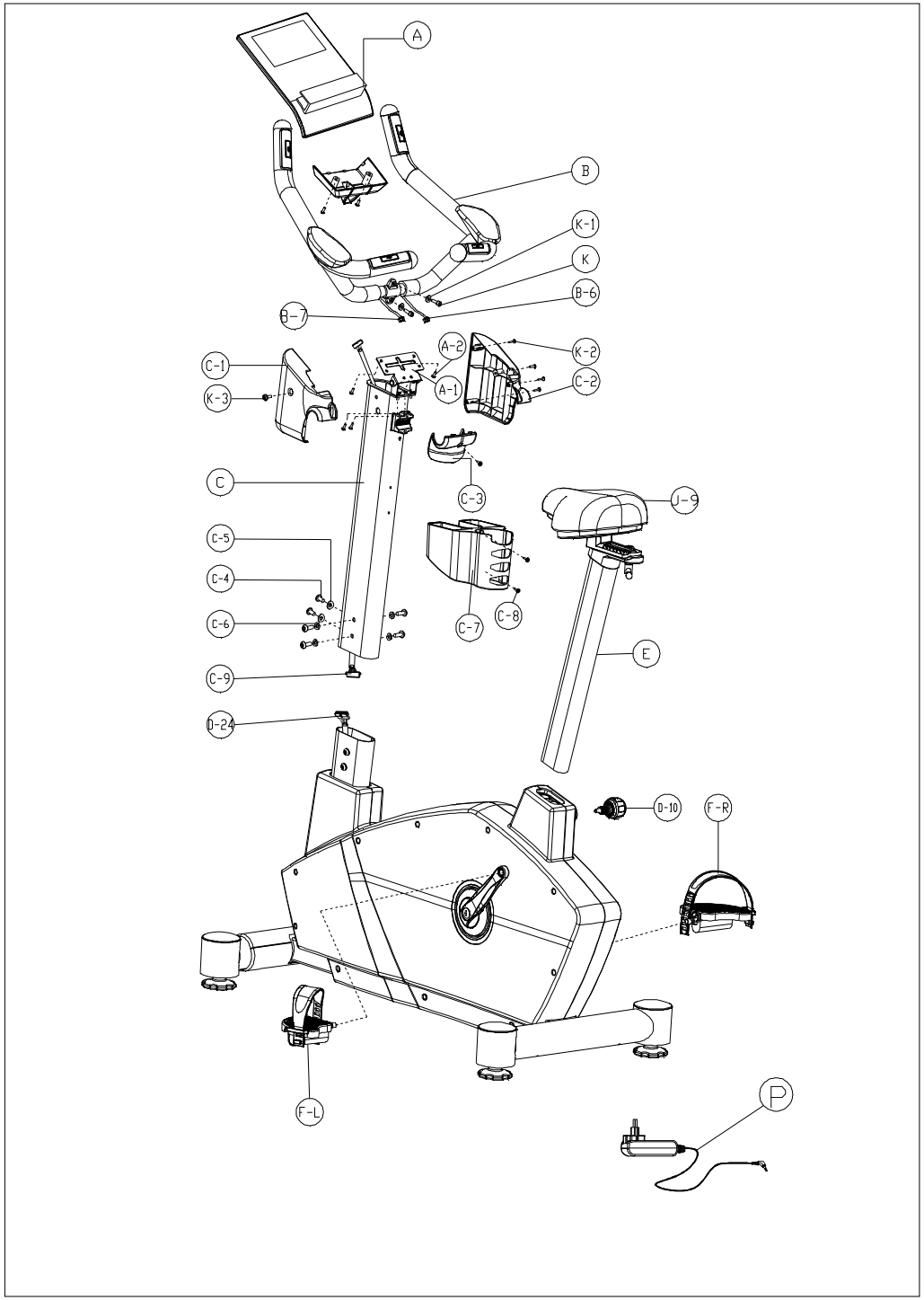



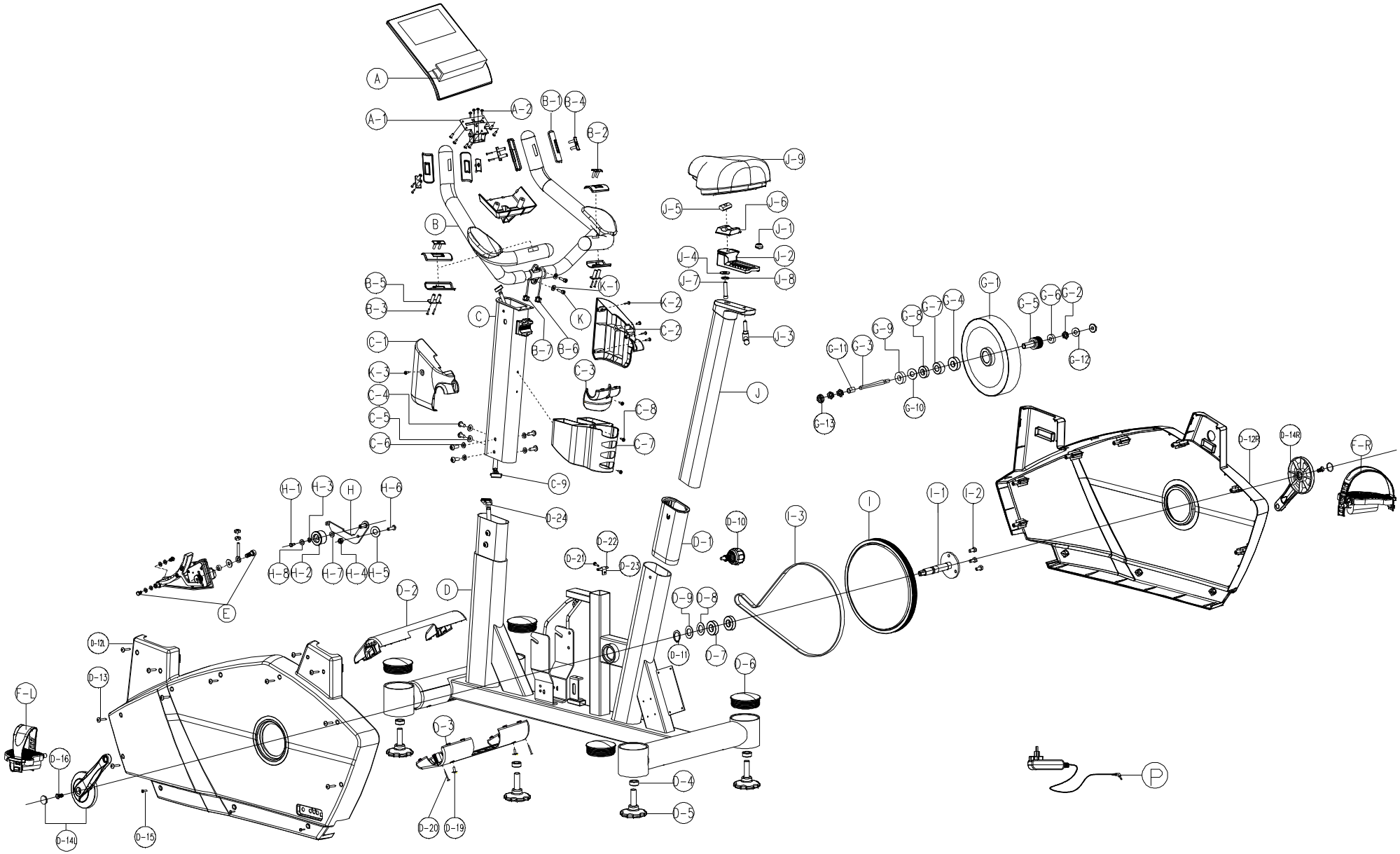

3 M5*10L

3 M3*30L

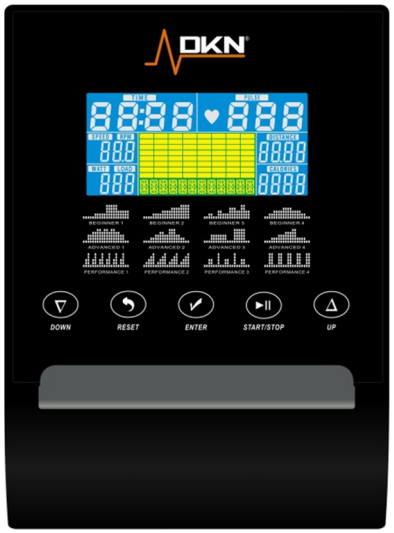
STEP 6




A
B
K-1
K
B-6
B-7
A-2
K-2
C-1
K-3
A-1
C-2
C
C-3
J-9
C-5
C-4
C-6
C-7
C-8
E
C-9
D-24
D-10
F-R
F-L
P

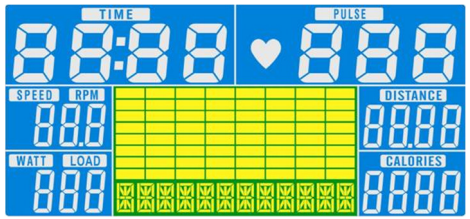

A
A-1
A-2
B-1
B-4
B-2
B
B-5
B-3
C
C-1
K-3
C-4
C-5
C-6
B-7
B-6
K
K-1
K-2
C-2
C-3
C-8
C-7
C-9
J-9
J-5
J-6
J-1
J-4
J-2
J-7
J-8
J-3
J
G-1
G-11
G-3
G-9
G-8
G-7
G-4
G-5
G-6
G-2
G-12
G-10
G-13
D-12R
D-14R
F-R
H-1
H-3
H
H-6
H-8
H-2
H-7
H-4
H-5
E
D-24
D-22
D-21
D-23
D-1
D-10
I-3
I
I-1
I-2
D-2
D
D-9
D-8
D-11
D-7
D-6
D-12L
D-13
F-L
D-16
D-14L
D-15
D-3
D-20
D-19
D-4
D-5
P

## Manual para el ordenador




## Encender

Conecte el adaptador, y utilice UP/DOWN y ENTER para seleccionar usuario (user 1 hasta 4). Utilice ENTER para validar.
Introduzca los datos del usuario (sexo, edad, altura y peso) con UP/DOWN/ENTER.




Utilice UP/DOWN/ENTER para seleccionar el MODO (MANUAL, PROGRAM (beginner, advanced y performance) WATT, y CARDIO).

## Botones y descripcion de funcion

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Pulse para confirmar el entrada de datos. |
| **ST/STOP** | Para iniciar o detener el programa de ejercicios. |
| **RESET** | Para quitar la pantalla y todos los datos. |
| **UP** | Para seleccionar foncion arriba. |
| **DOWN** | Para seleccionar foncion abajo. |

**Todos los datos son solamente indicativos y no pueden ser utilizados en cualquier aplicación médica.**

**La lectura de frecuencia cardíaca a la que nos referimos en este manual es aproximada. No puede utilizarse como guía en cualquier programa cardio-vascular relacionado con enfermos, en este caso debe dirigirse a su médico.**

**Time:**
Muestra el tiempo.

**Distance:**
Muestra la distancia

**Calorie:**
Muestra el consomacion de calorias.

**Speed:**
Muestra la velocidad en km/h.

**Pulse:**
Hay dos posibilidades de medir los latidos del corazón. Usted puede emplear el sensor de los mangos o bien puede utilizar un transmisor del latido de corazón en el pecho.

Si utiliza los sensores en los mangos, usted tiene que hacerlo con las dos manos. Hay 2 sensores que son 2 piezas de metal.

Cada mano debe de estar en las partes de metal para determinar la medición. El latido de corazón se muestra en la pantalla.

**Para entrenamiento HR es obligatorio el uso de un cinturón en el pecho.**

**Watt:**
El resistencia en WATT.

**Vuestro ordenador es compatible con el chest transmitter opcional para registracion del latido de corazon integrado sin hilo.**

**Si tiene alguna duda póngase en contacto con el distribuidor de DKN, o viste nuestro website www.dkn-technology.com**

## Entrenamiento en mode MANUAL




- Selecciona MANUAL, utilice UP/DOWN y ENTER para programmar tiempo.
- Empiece el ejercicio aprietando el boton ST/STOP.
- Ajustar el nivel de cargar (32 niveles) para UP/DOWN.
- Detener/pausa en el ejercicio presionando STOP.
- Pulse RESET para salir del programa.

## Entrenamiento en mode PROGRAM




- Utilice UP/DOWN para seleccionar beginner, advanced o performance, y confirmando la seleccion aprietando ENTER.
- Seleccionar el perfil 1 a 4, confirmar la selección con ENTER.
- Empiece el ejercicio aprietando el boton ST/STOP.
- Ajustar el nivel de cargar, si es necesario, para UP/DOWN.
- Detener/pausa en el ejercicio presionando STOP.
- Pulse RESET para salir del programa.

## Entrenamiento en CARDIO mode

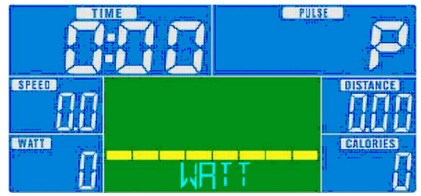



- Selecciona CARDIO para UP/DOWN y ENTER.
- Utilice UP/DOWN y ENTER para instituir vuestro nivel del latido del corazon.
- Utilice UP/DOWN y ENTER para programmar tiempo.
- Apriete ST/STOP para empezar a ejercer.
- La resistencia se ajusta automáticamente en función del valor de Watts introducido. Cuando la cifra está bajo el valor preestablecido la resistencia se ajusta automáticamente por intervalos ascendentes de (30 segundos) hasta el nivel máximo de 32. En el caso que la cifra alcanza el valor preestablecido, la resistencia se estabilizará automáticamente en un nivel. En el caso de exceder el valor indicado, la resistencia se autoajustará por intervalos descendentes de (15 segundos) hasta alcanzar el objetivo.
- Presione RESET para salir del programa.

**Un transmisor del latido de corazón es obligatorio para el entrenamiento HR.**

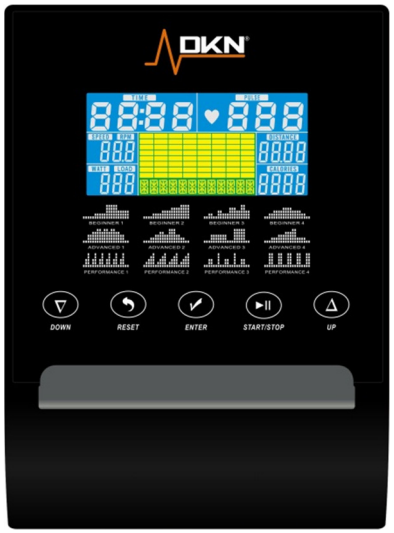
**La lectura de frecuencia cardíaca a la que nos referimos en este manual es aproximada. No puede utilizarse como guía en cualquier programa cardio-vascular relacionado con enfermos, en este caso debe dirigirse a su médico.**

## Entrenamiento en WATT mode



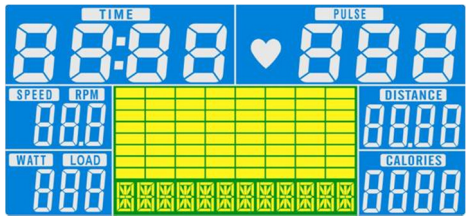

- Selecciona WATT para UP/DOWN y ENTER.
- Entra vuestro grado de energía para UP/DOWN y ENTER.
- Utilice UP/DOWN y ENTER para programmar tiempo.
- Apriete ST/STOP para empezar a ejercer.
- Tension sera controlado por golpe actual Watt. Cuando la cifra esta bajo la muneca, la resistencia sera ajustado un nivel cada 30 segundos hasta el nivel maximo de 32.Cuando la figura del golpe de watt alcanzado el valor, la resistencia sera ajustado con un nivel. Cuando hay overspec el nivel sera ajustado con un level y sera ajustado hasta abajo cada 15 segundos hasta el golpe de watt ha alcanzado el objeto de la muneca.
- Empiece el ejercicio aprietando el boton.

## Operating Instructions Computer




## Switch on

Connect the power adapter, select user 1 to 4 with UP/DOWN and press ENTER to confirm. Program user data (gender, age, height and weight) using UP/DOWN/ENTER.




Press ENTER to proceed to landing page( MANUAL, PROGRAM (beginner, advanced or performance) WATT, and CARDIO).

## Function buttons and descriptions

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Press to comfirm data entry. |
| **ST/STOP** | To start or stop the exercise program. |
| **RESET** | To clear the display and reset all data. |
| **UP** | To select upward function. |
| **DOWN** | To select downward function. |

**All data displayed are approximate guidance and cannot be used in any medical application.**

**Heart rate displayed is an approximate read-out, and may not be used as guidance in any cardio-vascular related medical or paramedical program.**

**Time:**
Displays exercise time.

**Distance:**
Displays exercise distance.

**Calories:**
Displays calorieburn.

**Speed:**
Displays speed in km/h.

**Watt:**
Displays generated energy in WATT.

**Pulse:**
Hold firmly both sensors on the handgrip (please wipe sensors and hands before starting measuring your pulse) or apply optional cheststrap (moisten slightly the contacts of the strap).

Your current heart rate will be displayed within 30 seconds up to one minute.

A stable figure requires to hold both sensors firmly.

**A chest belt transmitter is compulsary for HR training.**

**Your computer is compatible with the optional chest transmitter (ref 20073), for integrated wireless heart rate registration.**

**For any questions please do contact your DKN dealer, or visit our website www.DKN-*Technology*.com**

## Training in MANUAL mode




- Select MANUAL and use UP/DOWN/ENTER to program time.
- Press START.
- Use UP/DOWN to adjust load level (32 levels).
- Stop/pause the exercise by pressing STOP.
- Press RESET to exit the program.

## Training in PROGRAM mode




- Press UP/DOWN to select beginner, advanced or performance, confirm with ENTER.
- Select profile 1 to 4, confirm selection with ENTER.
- Program target value for time using UP/DOWN/ENTER.
- Press START.
- Eventually use UP/DOWN to adjust load level.
- Stop/pause the exercise by pressing STOP.
- Press RESET to exit the program.

## Training in CARDIO mode

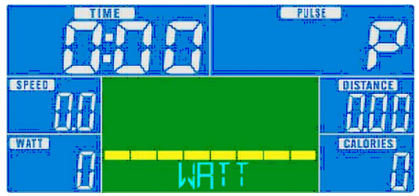



- Select CARDIO using UP/DOWN/ENTER.
- Set Target Heart Rate, confirm selection with ENTER (THR default value is 100 Bpm).
- Program target value for program time using UP/DOWN/ENTER and press START.
- Upon entering rate in Bpm (beats per minute) the load tension will be controlled by current heart rate. The resistance will be auto-adjusted according to current heart rate figure. If your heart rate figure is under the target pulse, the tension will be up-adjusted one level every 30 seconds, up to the maximum level 32. As soon as your heart rate figure has achieved the target pulse, tension will be down adjusted one level immediately. In case of overload the level will be down adjusted one level immediately, and keep down-adjusting each 15 seconds until your heart rate figure has achieved the target pulse.
- Stop/pause the exercise by pressing STOP.
- Press RESET to exit the program.

**Chest belt transmitter is compulsary for HR training.**

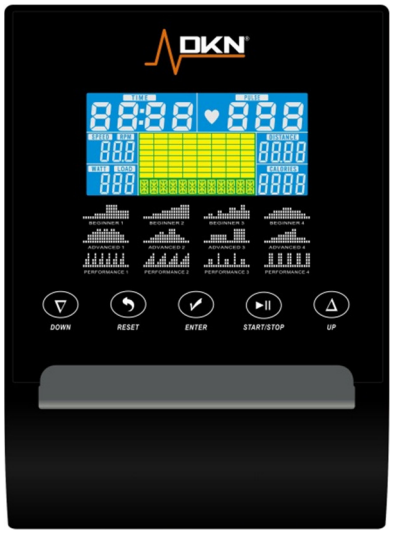
**Heart rate displayed is an approximate read-out, and may not be used as guidance in any cardio-vascular related medical or paramedical program.**

## Training in WATT mode




- Select WATT, USE UP/DOWN to program target watts (programmable between 10 up to 350 Watt), confirm with ENTER.
- Program target value for time using UP/DOWN/ENTER.
- Press START.
- The tension difficulty will be auto-adjusted according to the Watt figure. If the figure is under the target value, the tension difficulty will be up-adjusted one level every 30 seconds, up to the maximum level 32. As soon as you achieved the set value, tension difficulty will be down adjusted one level immediately.
  In case of overspec the level will be down adjusted one level immediately, and keep down-adjusting each 15 seconds until you reach the preset value.
- Stop/pause the exercise by pressing STOP.
- Press RESET to exit the program.

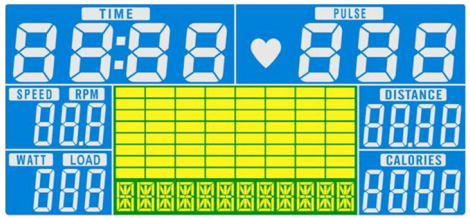
## Instructions d'utilisation de l'ordinateur




## Mise en marche

Connectez l'adaptateur, et sélectionnez utilisateur 1 à 4 avec UP/DOWN puis validez avec ENTER.

Programmez les données de l' utilisateur (le sex, l'âge, la hauteur et le poids) avec l'aide de UP/DOWN/ENTER.




Maintenant l'écran affiche MANUAL, PROGRAM, CARDIO ou WATT. Sélectionnez le program avec UP/DOWN/ENTER.

## Touches et déscriptons des fonctions

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Pour confirmer la saisie des données. |
| **ST/STOP** | Début ou fin de l'entraînement. |
| **RESET** | Pour effacer l'affichage et réinitialiser toutes les données. |
| **UP** | Permet d'entrer les données de manière croissante. |
| **DOWN** | Permet d'entrer les données de manière décroissante. |

**Les données sont indicatives et ne peuvent être adaptées lors d' une utilisation medical.**

**La fréquence cardiaque enregistrée est une valeur approximative. Elle n'est pas conforme aux normes dans le cadre d'un programme de rééducation cardio vasculaire.**

**Time:**
Affiche le temps.

**Distance:**
Affiche la distance à parcourir.

**Calories:**
Affiche les Calories.

**Speed:**
Affichage de la vitesse en km/h.

**Watt:**
L'énergie à produire en WATT.

**Pulse:**
Tenez fermement chaque sensors sur le guidon, ou utilisez la ceinture télémétrique (essuyez les sensors et vos mains avant de commencer à mesurer votre fréquence cardiaque).

Vos pulsations apparaîtront au bout de trente secondes.

Une position stable est nécessaire lorsque vous maintenez les sensors.

**Pour ce programme la ceinture télémétrique est indispensable et nécessaire!**

**Votre ordinateur est compatible avec l'option de télémétrie (ref 20073), pour enregistrer votre fréquence cardiaque sans fil.**

**Contactez votre revendeur DKN ou visitez nos sites www.dkn-technology.com**

## Entraînement en mode MANUEL




- Sélectionnez MANUAL avec les touches UP/DOWN puis validez avec ENTER.
- Afin de programmer la résistance (32 niveaux de difficultés) puis validez avec 'MODE'
- Programmez le temps de travail souhaité avec UP/DOWN/ENTER.
- Démarrez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- Ajustez la résistance (32 niveaux de difficultés) avec UP/DOWN.
- Arretez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- Quittez le program avec RESET.

## Entraînement en mode PROGRAMME




- Sélectionnez beginner, advanced ou performance avec UP/DOWN/ENTER.
- Puis validez le profil choisi avec la touche UP/DOWN/ENTER.
- Puis programmez le temps de travail souhaité avec UP/DOWN/ENTER, comme indiqué ci-dessus.
- Démarrez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- Ajustez la résistance, si nécessaire, avec UP/DOWN.
- Arretez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- Quittez le program avec RESET.

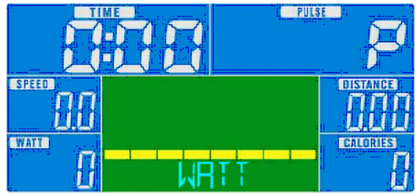
## Entraînement en mode CARDIO




- Sélectionnez CARDIO et programmez la zone cible de fréquence cardiaque à ne pas dépasser avec UP/DOWN/ENTER (Bpm ou la fréquence cardiaque par minute)
- Programmez le temps de travail souhaité, et démarrez l'entraînement avec ST/STOP.
- La résistance s'adaptera automatiquement en fonction de la valeur introduite (par intervalle de 30 secondes). Si vous dépassez cette valeur, la résistance sera automatiquement corrigée par intervalle de 15 secondes. Dans le cas où vous dépassez la fréquence cardiaque sélectionnée, un signal sonore vous le signalera. Si cette situation dure plus de 3 minutes, l'ordinateur arrêtera l'exercice, et le niveau 1 sera activé.
- Arretez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- Quittez le program avec RESET.

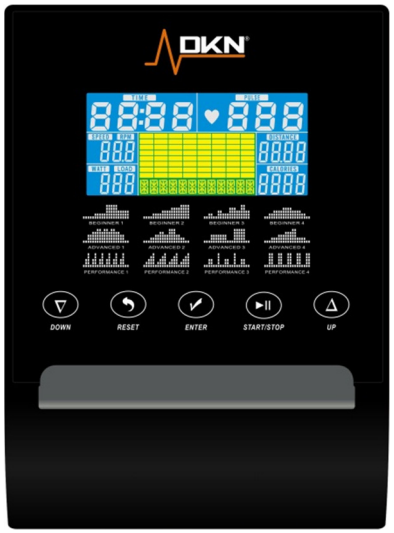
**Pour ce programme la ceinture télémétrique est indispensable et nécessaire!**

## Entraînement en mode WATT



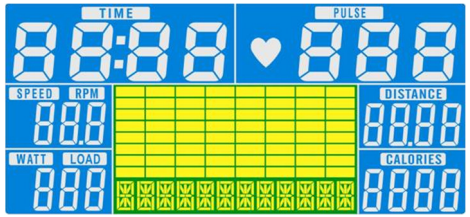

- Sélectionnez WATT avec UP/DOWN et ENTER, puis sélectionnez l'énergie à produire pendant l'effort avec UP/DOWN et validez avec ENTER.
- Puis programmez le temps de travail souhaité avec UP/DOWN/ENTER, comme indiqué ci-dessus.
- Démarrez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- La résistance s'adaptera automatiquement en fonction de la valeur introduite (par intervalle de 30 secondes). Si vous dépassez cette valeur, la résistance sera automatiquement corrigée par intervalle de 15 secondes. En cas de dépassement de la valeur introduite, un signal sonore vous informera. Si cette situation perdure plus de 3 minutes, l'ordinateur arrêtera l'exercice, et le niveau 1 sera activé.
- Arretez l'entraînement avec la touche ST/STOP.
- Quittez le program avec RESET.

## Handleiding




## Inschakelen

Sluit de netstroomadapter aan, en selecteer vervolgens user 1 tot 4 via UP/DOWN.
Bevestig met ENTER.
Programmeer aansluitend de gebruikers data (geslacht, leeftijd, lengte en gewicht) via UP/DOWN/ENTER.




Het scherm toont vervolgens de 'landing page' (MANUAL, PROGRAM (beginner, advanced of performance), CARDIO en WATT.

## Functie en omschrijving toetsen

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Om data ingave te bevestigen. |
| **ST/STOP** | Om een oefensessie aan te vangen of stop te zetten. |
| **RESET** | Om het scherm te wissen en alle waarden te herleiden naar nul. |
| **UP** | Selecteert de opwaardse functie. |
| **DOWN** | Selecteert de neerwaardse functie. |

**Deze gegevens zijn louter indicatief en mogen niet aangewend worden voor medische noch paramedische doeleinden.**

**Hartslaglezing via deze computer is een benaderende niet geijkte waarde, en mag niet als leiddraad aangewend worden in een cardio-gerelateerde therapie.**

**Time (tijd):**
Weergave van oefentijd.

**Speed (snelheid):**
Snelheidsweergave van 0 tot max. 99,9 km/u.

**Distance (afstand):**
Weergave van afstand.

**Calories:**
Weergave kalorieverbruik.

**Pulse (hartslag):**
Geeft uw hartslag weer van zodra u de handsensoren aan het stuur vasthoudt . (droog eerst de handen en sensoren met een handdoek), of wanneer u een optionele hartslagzender (borstriem) draagt.

Let wel: een stabiele meting gebeurt enkel wanneer beide sensoren gelijktijdig worden vastgehouden.
Na verloop van 30 seconden tot 1 minuut wordt de hartslag weergegeven op het scherm.

**HR training vereist het gebruik van een hartslagzender.**

**Watt (energie weergave):**
Weergave vande genereerde energie uitgedrukt in WATT.

**Deze computer is compatibel met de optionele hartslagzender (ref 20073), voor geïntegreerde draadloze hartslagregistratie.**

**Mocht U nog verdere vragen hebben, contacteer dan uw DKN verdeler, of bezoek onze website www.DKN-*Technology*.com**

## Training in functie MANUAL (oefenen zonder voorprogrammatie)




- Selecteer MANUAL via UP/DOWN en bevestig met ENTER.
- Programmeer de totale oefentijd opnieuw met UP/DOWN/ENTER.
- Druk op START om de oefening aan te vatten.
- Stel de weerstand (load) in met UP/DOWN (32 weerstandsniveau's).
- Stop/pause via STOP.
- Druk RESET om het programma te beëindigen.

## Training in functie PROGRAM (oefenen met voorprogrammatie)




- Selecteer beginner, advanced of performance via UP/DOWN en bevestig met ENTER.
- Kies een profiel via UP/DOWN/ENTER.
- Programmeer de totale oefentijd met UP/DOWN/ENTER.
- Druk op START om de oefening aan te vatten.
- Pas eventueel de weerstand (load) aan met UP/DOWN.
- Stop/pause via STOP.
- Druk RESET om het programma te beëindigen.

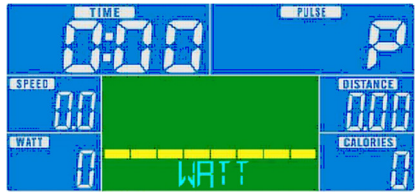
## Training in functie CARDIO (oefenen via hartslag)




- Selecteer CARDIO via UP/DOWN/ENTER.
- Programmeer het gewenste hartslagritme met UP/DOWN/ENTER.
- Programmeer de totale oefentijd via UP/DOWN/ENTER, en druk vervolgens op START om de oefening aan te vatten.
- Wanneer een hartslag doelzone is ingesteld wordt de weerstand automatisch geregeld met een interval van 30 seconden, in functie van de hartslag. In geval van een te hoge waarde, zal de weerstand verminderd worden in functie van de ingestelde waarde, met intervals van 15 seconden.
- Stop/pause via STOP.
- Druk RESET om het programma te beëindigen.

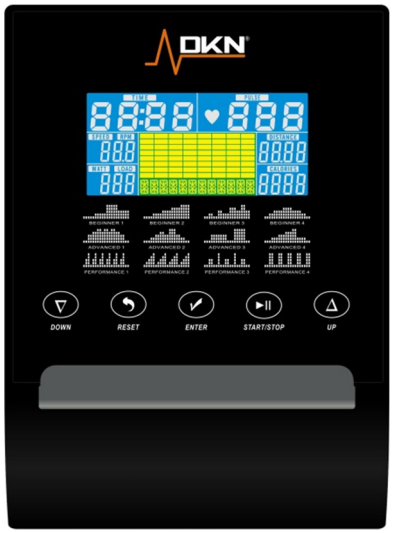
**HR training vereist het gebruik van een hartslagzender.**

## Training in de functie WATT: (weerstandseenheid)




- Selecteer WATT via UP/DOWN/ENTER.
- Programmeer het gewenste energieniveau met UP/DOWN/ENTER.
- Programmeer de totale oefentijd via UP/DOWN/ENTER, en druk vervolgens op START om de oefening aan te vatten.
- Wanneer een energieniveau is ingesteld wordt de weerstand automatisch geregeld met een interval van 30 seconden, in functie van het aantal gegenereerde Watt. In geval van een te hoge waarde, zal de weerstand verminderd worden in functie van de ingestelde waarde, met intervals van 15 seconden.
- Stop/pause via STOP.
- Druk RESET om het programma te beëindigen.

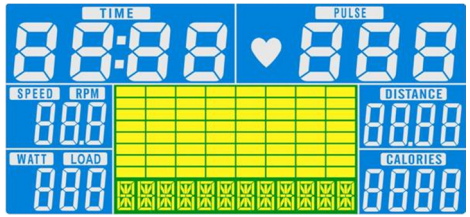
## Manual para o computador




## Ligar

Depois de ligar o adaptador de rede, e use botãso UP/DOWN para seleccionar U1 a U4. Confirmar para ENTER.

Programar os dados pessoais configuração do utilizador para UP/DOWN/ENTER.




Pressionar ENTER, depois o ecrã mostra MANUAL, PROGRAM, WATT, HRC e USER.

## Teclas e descrição de função

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Para confirmar a entrada de dados. |
| **ST/STOP** | Para começar ou parar o programa de treino. |
| **RESET** | Para apagar o ecrã e restaurar todos os dados. |
| **UP** | Para seleccionar a função para cima. |
| **DOWN** | Para seleccionar a função para baixo |

**Os dados são meramente indicativos e não podem ser utilizados para fins médicos e paramédicos.**

**A leitura do batimento cardíaco através do computador é um valor aproximado e não pode ser utilizado com orientação em qualquer terapia cardiológica.**

**Tempo:**
Exibe a função Tempo.

**Distância:**
Exibe a função da distância.

**Calorias:**
Exibe a função das calorias queimadas.

**Velocidade:**
Exibe a velocidade em km/h.

**Watt:**
Exibe a função da potência.

**Pulso:**
Segure firmemente ambos os sensores na pega (faça o favor de limpar o sensores e as mãos antes de começar a medir o pulso) ou use a cinta torácica opcional (molhe ligeiramente os contactos da cinta).

A sua frequência cardíaca actual será exibida dentro de 30 segundos até a um minuto. É necessário que segure firmemente ambos os sensores para obter um valor estável.

**Transmissor de cinta peitoral é obrigatório para o treino THR.**

**O seu computador é compatível com o Transmissor Torácico opcional (Ref. 20073), para um registo da frequência cardíaca integrado e sem fios.**

**Contacte com o seu distribuidor DKN ou visite a nossa página web website www.dkn-technology.com**

## Treino em modo MANUAL




- Seleccione MANUAL, use UP/DOWN, confirme a selecção pressionando ENTER.
- Use UP/DOWN/ENTER para programar tempo de treino, e começa a exercitar pressionando START.
- Use UP/DOWN/ENTER, para ajustar o nível de carga (32 níveis).
- Parar / pausar o exercício premindo STOP.
- Pressione RESET para sair do programa.

## Traino no modo PROGRAM




- Seleccione beginner, advanced ou performace use UP/DOWN/ENTER, e seleccione perfil 1 a 12, confirme a selecção pressionando ENTER.
- Use UP/DOWN/ENTER para programar tempo de treino, e começa a exercitar pressionando START.
- Se necessário use UP/DOWN/ENTER para ajustar o nível de carga.
- Parar / pausar o exercício premindo STOP.
- Pressione RESET para sair do programa.

## Treino no modo CARDIO

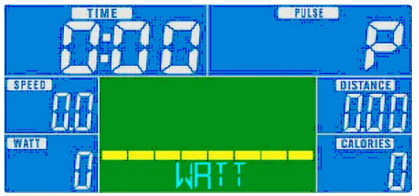



- Seleccione CARDIO, use UP/DOWN, confirme a selecção pressionando ENTER.
- Use os botões UP/DOWN/ENTER para programar Target Heart Rate (frequência cardíaca).
- Use UP/DOWN/ENTER para programar tempo de treino, e começa a exercitar pressionando START.
- A tensão de carga será controlada pela actual valor. A dificuldade da tensão será automaticamente ajustada de acordo com a sua actual valor en watts. Se a sua valor cair sob o pulso alvo, a dificuldade da tensão será ajustada um nível para cima cada 30 segundos, até ao nível máximo 32. Assim que el valor alvo for atingido, a dificuldade da tensão será imediatamente ajustada um nível para baixo. Em caso de uma valor em cima do valor programado, o nível será imediatamente ajustado um nível para baixo e continuará a ser ajustado para baixo até que a sua valor tenha atingido o frequência cardíaca alvo.
- Parar / pausar o exercício premindo STOP.
- Pressione RESET para sair do programa.

**Transmissor de cinta peitoral é obrigatório para o treino THR.**

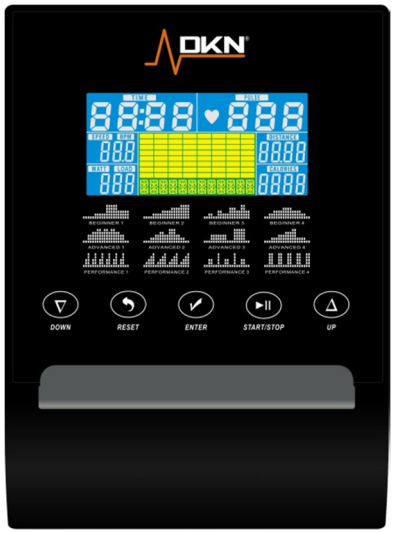
**A leitura do batimento cardíaco através do computador é um valor aproximado e não pode ser utilizado com orientação em qualquer terapia cardiológica.**

## Treino no modo WATT




- Seleccione WATT, use UP/DOWN, confirme a selecção pressionando ENTER.
- Use os botões UP/DOWN/ENTER os watts desejados.
- Introduza um valor em watts, pressionando o botão UP/DOWN. Confirme a selecção pressionando ENTER.
- Use os botões UP/DOWN/ENTER para programar tempo de treino, e começa a exercitar pressionando START.
- A tensão de carga será controlada pela actual valor. A dificuldade da tensão será automaticamente ajustada de acordo com a sua actual valor en watts. Se a sua valor cair sob o pulso alvo, a dificuldade da tensão será ajustada um nível para cima cada 30 segundos, até ao nível máximo 32. Assim que el valor alvo for atingido, a dificuldade da tensão será imediatamente ajustada um nível para baixo. Em caso de uma valor em cima do valor programado, o nível será imediatamente ajustado um nível para baixo e continuará a ser ajustado para baixo até que a sua valor tenha atingido o watts alvo.
- Parar / pausar o exercício premindo STOP.
- Pressione RESET para sair do programa.

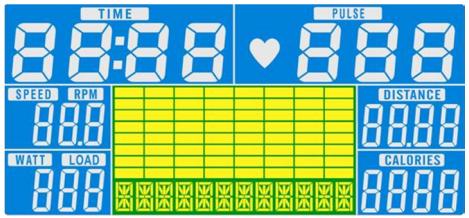
## Funzioni del computer




## Avvio

Collegare l'alimentazione AC, programmare quindi User. Inserire U1-U4 utilizzando i tasti UP/DOWN. Confermare premendo ENTER.

Utilizzando UP/DOWN, inserire il vostro sesso, età, altezza e peso, confermare premendo ENTER.




Quindi premendo ENTER ora sul display appare MANUAL, PROGRAM (beginner, advanced o performance), WATT O CARDIO.

## Tasti e descrizione di funzione

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Per confermare l'immissione dei dati. |
| **ST/STOP** | Inizio o fine dell' allenamento. |
| **RESET** | Per azzerare il display e ripristinare tutti i dati. |
| **UP** | Consente di inserire i dati in modo crescente. |
| **DOWN** | Consente di inserire i dati in modo decrescente. |

**Tutti i dati visualizzati sono consigli approssimativi e non possono essere utilizzati in alcuna applicazione medica.**

**La frequenza cardiaca visualizzata è una lettura approssimativa e non può essere utilizzata come consiglio in alcun programma medico o paramedico cardiovascolare.**

**Time:**
Visualizza esercitare tempo.

**Distance:**
Visualizza la distanza.

**Calories:**
Visualizza il calorie bruciate.

**Speed:**
Indica la velocità in km/h

**Watt:**
Visualizza l'energia generata in WATT.

**Pulse:**
Tenere fermamente tutti i sensori sul manubrio oppure utilizzare la cintura telemetrica (asciugare i sensori e le mani prima di iniziare a misurare la frequenza cardiaca).

Le pulsazioni appariranno dopo trenta secondi.

Mentre si tengono i sensori, occorre avere una posizione stabile.

**Per un allenamento cardiovascolare accurato, si consiglia l'utilizzo della cintura toracica telemetrica poiché la precisione sarà maggiore.**

**Il computer è compatibile con l'opzione di telemetria (ref 20073), per salvare la propria frequenza cardiaca senza filo. Per qualsiasi chiarimento, rivolgersi al proprio rivenditore DKN o visitare il nostro sito Internet www.dkn-technology.com**

## Allenamento in modo MANUALE




- Selezionare MANUAL con i tasti UP/DOWN, quindi convalidare con ENTER.
- Programmare il tempo di allenamento desiderato con UP/DOWN/ENTER.
- Avviare l'allenamento con START.
- Programmare la resistenza con UP/DOWN (32 livelli di difficoltà).
- Premere STOP per fermare o mettere in pausa l'esercizio.
- Premere RESET per fermare il programma.

## Allenamento in modo PROGRAMMA



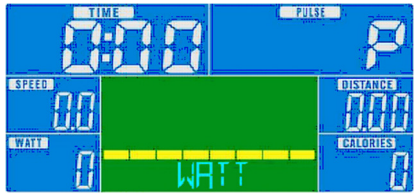

- Selezionare beginner, advanced o performance con i tasti UP/DOWN/ENTER, quindi convalidare il profilo scelto con UP/DOWN/ENTER.
- Programmare il tempo di allenamento desiderato con UP/DOWN/ENTER.
- Avviare l'allenamento con START.
- Programmare la resistenza con UP/DOWN (32 livelli di difficoltà).
- Premere STOP per fermare o mettere in pausa l'esercizio.
- Premere RESET per fermare il programma.

## Allenamento in modo CARDIO




- Selezionare CARDIO e programma la zona obiettivo di pulsazioni cardiache con UP/DOWN/ENTER.
- Programmare il tempo di allenamento desiderato con UP/DOWN/ENTER.
- Avviare l'allenamento con START.
- La resistenza si adatterà automaticamente a seconda del valore inserito (per intervalli di 30 secondi).
- Avviare l'allenamento con il tasto ST/STOP.Inserire la zona obiettivo di frequenza cardiaca da non superare con i tasti UP e DOWN. La resistenza si adatterà automaticamente a seconda del valore inserito (per intervalli di 30 secondi). Se si supera questo valore, la resistenza sarà corretta automaticamente per intervalli di 15 secondi. Nel caso in cui si supera la frequenza cardiaca selezionata, un segnale acustico lo segnalerà. Se questa situazione dura più di 3 minuti, il computer fermerà l'esercizio e sarà attivato il livello 1.
- Premere STOP per fermare o mettere in pausa l'esercizio.
- Premere RESET per fermare il programma.

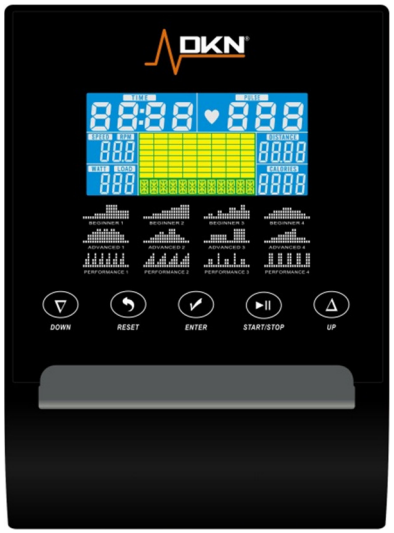
## Allenamento in MODO WATT




- Selezionare 'WATT' e selezionare l'energia da produrre durante lo sforzo con i tasti UP/DOWN, quindi convalidare con ENTER.
- Programmare il tempo di allenamento desiderato con UP/DOWN/ENTER.
- Avviare l'allenamento con START.
- La resistenza si adatterà automaticamente a seconda del valore inserito (per intervalli di 30 secondi). Se si supera questo valore, la resistenza sarà corretta automaticamente per intervalli di 15 secondi. Nel caso in cui si supera il valore inserito, un segnale acustico lo segnalerà. Se questa situazione dura più di 3 minuti, il computer fermerà l'esercizio e sarà attivato il livello 1.
- Premere STOP per fermare o mettere in pausa l'esercizio.
- Premere RESET per fermare il programma.

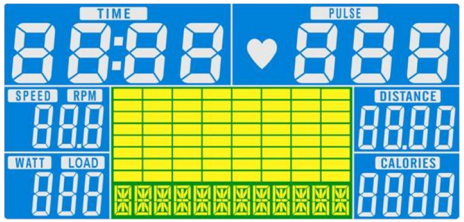
**La frequenza cardiaca visualizzata è una lettura approssimativa e non può essere utilizzata come consiglio in alcun programma medico o paramedico cardiovascolare.**

## Gebrauchsanweisung




## Einschalten

Schliessen Sie den Adapter an das Netz, und geben Sie User 1 bis 4 mittels die UP/DOWN Tasten ein und bestätigen Sie mit ENTER. Geben Sie dann Ihr Geschlecht, Alter, Körpergröße und Gewicht mittels die UP/DOWN Tasten ein und bestätigen Sie wider mit ENTER.




Danach ENTER drücken und ein Programm wählen: MANUAL, PROGRAM (beginner, advanced, performance) WATT, oder CARDIO.

## Funktionstasten un Beschreibung

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Um die Dateneingabe zu bestätigen. |
| **START/STOP** | Indem Sie diese Taste drücken öffnen Sie ein Training oder beenden dieses. |
| **RESET** | Mit dieser Funktionstaste werden alle Einstellungen gelöscht und auf Null gestellt. |
| **UP** | Wählt die darüberstehende angezeigte Funktion. |
| **DOWN** | Wählt die darunterstehende angezeigte Funktion. |

**Die Werte sind indikativ und dürfen nicht für medizinische oder paramedische Zwecke verwendet werden.**

**Die Herzfrequenzmessung des Computers ist eine ungefähre, nicht geeichte Widergabe und darf nicht als Richtlinie in einer herzrelevanten Therapie verwendet werden**

**Time (Zeit):**
Zeigt die Zeit.

**Speed (Geschwindigkeit):**
Zeigt Ihre Geschwindigkeit von 0,0 bis 99,9 km/Stunde an.

**Distance (Entfernung):**
Zeigt die Entfernung.

**Kalorien:**
Kalorienanzahl.

**Pulse (Herzschläge):**
Die Zahl Ihrer Herzschläge pro Minute werden angezeigt sobald Sie die beiden Handsensoren am Steuer fest im Griff haben (achten Sie bitte darauf, dass sowohl Ihre Hände als auch die Sensoren mit einem Handtuch vorher trockengerieben werden sollten) Bitte beachten : eine genaue Messung kann nur erfolgen, wenn beide Sensoren gleichzeitig festgehalten werden.

Nach etwa 30 Sekunden bis einer Minute wird die Herzfrequenz angezeigt.

**Einen drahtlosen Herzfrequenzsender benötigen Sie für das Programm mit dem Herzfrequenztraining.**

**Watt (Widerstandeinheit):**
Wattzahl.

**Dieser Computer ist kompatibel mit dem optionalen Herzfrequenzsender (ref. 20073), für integrierte drahtlose Herzfrequenzmessung, Sollten Sie noch weitere Fragen haben, kontaktieren Sie bitte Ihren DKN-Händler oder besuchen www.dkn-technology.com**

## Training in der Funktion MANUAL (üben ohne Vorprogrammierung)




- Wählen Sie MANUAL mittels UP/DOWN/ENTER, und geben Sie die gewünschte Trainingszeit ein mittels UP/DOWN/ENTER.
- Indem Sie jetzt auf START drücken, können Sie mit der Uebung anfangen.
- Geben Sie den Widerstand (load) mittels UP/DOWN ein (32 Widerstandebenen).
- Beenden Sie Die Training mittels STOP.
- Beenden Sie Das Program mittels RESET.

## Training in der Funktion : PROGRAMM (vorprogrammierte Uebung)



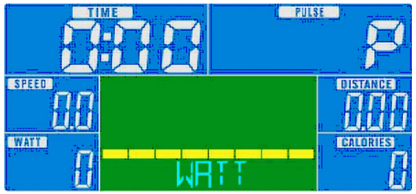

- Selektieren Sie beginner, advanced oder performance, und wählen eins der Profile P1-P4 mittels UP/DOWN/ENTER
- Jetz geben Sie die gewünschte Trainingszeit ein mittels UP/DOWN/ENTER wie in der oben behandelten.
- Sie können direkt START aktivieren und mit der Uebung anfangen.
- Falls erforderlich, können Sie den Widerstand mittels UP/DOWN ändern
- Beenden Sie Die Training mittels STOP.
- Beenden Sie Das Program mittels RESET.

## Training in der Funktion : CARDIO (üben mit Hilfe der Herzfrequenz)



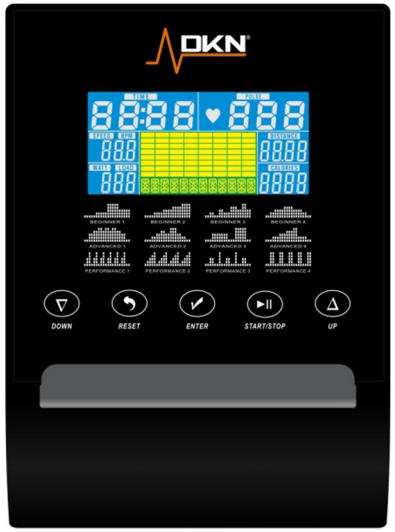

- Wählen Sie CARDIO und mit Hilfe der UP/DOWN Tasten geben Sie eine Herzfrequenz ein.
- Danach können Sie die gewünschte Trainingszeit eingeben mittels UP/DOWN/ENTER.
- Nach dem drücken der START Taste können Sie jetzt mit der Uebung anfangen.
- Falls Sie einen Herzfrequenzwert eingegeben haben sollten, wird der Widerstand im 30 Sekunden-Takt automatsch angepasst an Ihre in dem Moment gemessene Herzfrequenz. Das heisst, dass sich der Widerstand verringert wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz in Bezug auf den eingegebenen Wert zu hoch liegt, dies geschieht ab dann im 15 Sekunden-Intervall.
- Beenden Sie Die Training mittels STOP.
- Beenden Sie Das Program mittels RESET.

## Training in der Funktion: WATT (Widerstandeinheit)



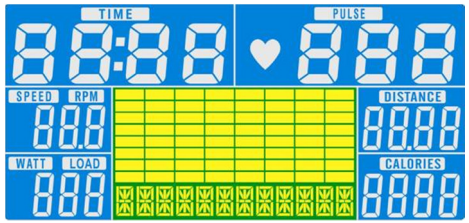

- Selektieren Sie WATT. Der eingestellte Wert erscheint in der Anzeige, gebrauchen Sie die UP/DOWN Tasten um einen gewünschten Wert zwischen 10 und 350 einzugeben und bestätigen Sie diesen mittels ENTER.
- Danach können Sie die gewünschte Trainingszeit eingeben mittels UP/DOWN/ENTER.
- Sie können direkt START aktivieren und mit der Uebung anfangen.
- Falls ein Energieniveau gespeichert wurde, wird der Widerstand automatisch geregelt in einem Intervall von 30 Sekunden, im Verhältnis zu dem eingegebenen Wert. Sollte der Wert zu hoch liegen, wird der Widerstand verringert und die Messwerte werden im 15 Sekunden-Takt erneuert. Wünschen Sie keine WATT-Zahl, können Sie sofort auf “MODE” drücken.
- Beenden Sie Die Training mittels STOP.
- Beenden Sie Das Program mittels RESET.

## Инструкции по эксплуатации Компьютер




## Запуск

Подключите адаптер питания, а затем выберите пользователя от 1 до 4 с UP / DOWN и нажмите ENTER для подтверждения. Программа пользовательские данные (пол, возраст, рост и вес) с помощью UP / DOWN / ENTER.




Далее выберите ручной режим (при помощи клавиши старт) или необходимую программу при помощи клавиши ENTER.

## Function buttons and desriptions

| | |
|---|---|
| **ENTER** | Нажмите, чтобы войти в режим настройки, и подтвердить значения параметров. |
| **ST/STOP** | Чтобы запустить или остановить программу упражнений. |
| **RESET** | Для очистки дисплея и сбросить все данные. |
| **UP/DOWN** | Для выбора активной функции дисплея и установить значения. |

**сокращений является приблизительной и не может быть использована в качестве руководства для медицинских программ по лечению болезней сердечно-сосудистой системы и парамедицинских программ.**

**Time:**
Отображает время.

**Distance:**
Отображение расстояния.

**Calories:**
калории сжечь.

**Speed:**
Отображает скорость в км/час.

**Watt:**
Отображение вырабатываемой энергии в ваттах

**Pulse:**
Держите крепко обоих датчиков на ручке (пожалуйста, протрите датчики и руки перед началом измерения пульса) или применять дополнительно нагрудный (смочить слегка контакты ремень).

Ваша текущая частота сердечных сокращений будет отображаться в течение 30 секунд до одной минуты.
Стабильная цифра требует провести оба датчика твердо.

**CARDIO необходимо использование нагрудного датчика.**

**Общие правила Ваш компьютер совмести дополнительным нагрудным передатчиком (арт. 20073) для встроенной беспроводной функции регистрации сердечных сокращений. Для получения дополнительной информации свяжитесь с вашим дилером, посетите наш веб сайт www.DKN-Technology.com.**

## Меню Manual (Ручная)




- Выберите MANUAL, Нажмите кнопку ENTER, чтобы установить время, чтобы изменить значения, используйте UP / DOWN, нажмите клавишу ВВОД, чтобы подтвердить Нажмите START для начала тренировки.
- для изменения значения используйте клавиши ▲/▼ (1-32).
- Стоп/пауза упражнения, нажав STOP.
- Нажмите кнопку RESET для выхода из программы.

## Меню Programm (Программа)




- Нажмите кнопку UP/DOWN, чтобы выбрать начальный, продвинутый или производительности, подтвердите ENTER.
- Нажмите кнопку ENTER, чтобы установить время, чтобы изменить значения, используйте UP / DOWN, нажмите клавишу ВВОД, чтобы подтвердить.
- Нажмите START для начала тренировки.
- Нажмите кнопку UP/DOWN для регулировки уровня нагрузки.
- Стоп/пауза упражнения, нажав STOP.
- Нажмите RESET для выхода из программы.

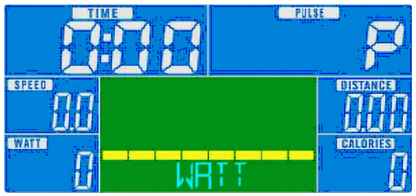
## Меню Программа ЧСС




- Выберите ‘HRC’ и использовать UP/DOWN/ENTER установить целевой частоты сердечных сокращений (значение по умолчанию составляет 100 BPM).
- Войдя в курс BPM (ударов в минуту) нагрузки напряжение будет контролировать текущую частоту сердечных сокращений. Сопротивление будет автоматически регулируется в зависимости от текущей фигуре сердечного ритма. Если ваш пульс показатель по целевой пульс, напряжение будет составлять с поправкой на уровень каждые 30 секунд, до максимального уровня 32. Как только ваш пульс цифра достигла целевой пульс, напряжение будет скорректирована вниз на один уровень сразу. В случае перегрузки уровень будет вниз регулировать уровень сразу, и держать вниз корректировке каждые 15 секунд, пока ваш пульс цифра достигла цели импульса.
- Стоп/пауза упражнения, нажав STOP.
- Нажмите RESET для выхода из программы.

**необходимо использование нагрудного датчика.**

## Меню WATT(BATT)




- Выберите ‘BATT’ и используйте UP/DOWN/ENTER установить целевой Вт (программируется от 10 до 350 Вт).
- Нажмите кнопку ENTER, чтобы установить время, чтобы изменить значения, используйте UP / DOWN, нажмите клавишу ВВОД, чтобы подтвердить.
- Напряженность сложности будет автоматически регулируется в зависимости от Вт фигуры. Если этот показатель составляет в соответствии с целевым значением, напряженность трудности будут с поправкой на уровень каждые 30 секунд, до максимального уровня 32.
  Как только вы достигли установленного значения, напряжение трудности будут скорректированы вниз на один уровень сразу. В случае перегрузки уровень будет вниз регулировать уровень сразу, и держать вниз корректировке каждые 15 секунд, пока не дойдете до заданного значения.
- Стоп/пауза упражнения, нажав STOP.
- Нажмите RESET для выхода из программы.

*I manual puede ser utilizado solamente para información*
*No se pueden hacer responsable el suministrador de faltas eventuales o de cambios eventuales en las especificaciones técnicas.*

*The owner's manual is only for customers' reference.*
*The supplier can not guarantee for mistakes occurring due to translation or changes in technical specifications of the product.*

*Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.*
*Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.*

*Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leiddraad.*
*De fabrikant kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.*

*Il manuale d'uso hdi informare il consumatore.*
*Il fornitore sarà ritenuto indenne da qualsiasi responsabilità derivante da eventuali errori di traduzione o modifiche tecniche del prodotto.*

*O manual pode ser utilizado somente para informação.*
*Não se pode responsabilizar o fornecedor por eventuais falhas ou alterações nas especificações técnicas.*

*Das Handbuch ist nur für den Kundengebrauch bestimmt. Der Lieferant übernimmt keine Garantie für Übersetzungsfehler und technische Änderungen.*

*Руководство пользователя предназначено только для справочных целей покупателя.*
*Поставщик не гарантирует отсутствие ошибок перевода или изменений технических характеристик изделия.*

**ALL RIGHTS RESERVED/ ВСЕ ПРАВА ЗАЩИЩЕНЫ**
**©/TM /DKN-*Technology***

**www.dkn-*technology*.com**



| Nr | DESCRIPTION | Qty |
|---|---|---|
| A | COMPUTER | 1 |
| A-1 | COMPUTER BRACKET | 1 |
| A-2 | SCREW | 4 |
| B | FRONT HANDLEBAR | 1 |
| B-1 | HAND PULSE | 8 |
| B-2 | PULSE SENSOR | 2 |
| B-3 | SCREW | 8 |
| B-4 | UPPER PULSE GRIP | 2 |
| B-5 | LOWER PULSE GRIP | 4 |
| B-6 | PULSE WIRE | 1 |
| B-7 | CONNECTING WIRE | 1 |
| C | HANDLEBAR POST | 1 |
| C-1 | LEFT COVER | 1 |
| C-2 | RIGHT COVER | 1 |
| C-3 | UPPER COVER | 1 |
| C-4 | SCREW | 6 |
| C-5 | SEMI CIRCLE WASHER | 2 |
| C-6 | FLAT WASHER | 4 |
| C-7 | BOTTLE HOLDER | 1 |
| C-8 | SCREW | 2 |
| C-9 | UPPER CABLE | 1 |
| D | MAIN FRAME | 1 |
| D-1 | SEAT SLEEVE | 1 |
| D-2 | UPPER COVER | 1 |
| D-3 | LOWER COVER | 1 |
| D-4 | HEX SCREW | 2 |
| D-5 | ADJUSTOR | 4 |
| D-6 | END CAP | 4 |
| D-7 | BEARING | 2 |
| D-8 | FLAT WASHER | 1 |
| D-9 | CURVED WASHER | 1 |
| D-10 | SEAT KNOB | 1 |
| D-11 | C-TYPE RING | 1 |
| D-12L | CHAINCOVER L | 1 |
| D-12R | CHAINCOVER R | 1 |

| Nr | DESCRIPTION | Qty |
|---|---|---|
| D-13 | SCREW | 11 |
| D-14L | CRANK ARM L | 1 |
| D-14R | CRANK ARM R | 1 |
| D-15 | SCREW | 8 |
| D-16 | NYLON NUT | 2 |
| D-19 | SCREW | 2 |
| D-20 | SCREW | 2 |
| D-21 | SCREW | 1 |
| D-22 | SENSOR WIRE | 1 |
| D-23 | SENSOR HOLDER | 1 |
| D-24 | CABLE WIRE | 1 |
| E | MOTOR SET | 1 |
| F-LR | PEDAL R+L | 1 |
| G | FLYWHEEL SET | 1 |
| G-1 | FLYWHEEL | 1 |
| G-2 | NUT | 3 |
| G-3 | FLYWHEEL AXLE | 1 |
| G-4 | ONE WAY BEARING | 1 |
| G-5 | DRIVING PULLEY | 1 |
| G-6 | BEARING | 1 |
| G-7 | BEARING | 1 |
| G-8 | BEARING | 1 |
| G-9 | BEARING | 1 |
| G-10 | FLAT WASHER | 1 |
| G-11 | BUSHING | 1 |
| G-12 | FLAT WASHER | 1 |
| G-13 | NUT | 2 |
| H | IDLER WHEEL SET | 1 |
| H-1 | HEX SCREW | 1 |
| H-2 | IDLER WHEEL | 1 |
| H-3 | FLAT WASHER | 1 |
| H-4 | NYLON NUT | 1 |
| H-5 | FLAT WASHER | 1 |

| Nr | DESCRIPTION | Qty |
|---|---|---|
| H-6 | HEX SCREW | 1 |
| H-7 | WAVY WASHER | 1 |
| H-8 | FLAT WASHER | 1 |
| I | DRIVING PULLEY | 1 |
| I-1 | AXLE | 1 |
| I-2 | HEX SCREW | 3 |
| I-3 | DRIVING BELT | 1 |
| J | SEAT POST ASSEMBLY | 1 |
| J-1 | NUT | 1 |
| J-2 | SLIDER | 1 |
| J-3 | QUICK RELEASE | 1 |
| J-4 | FLAT WASHER | 1 |
| J-5 | WASHER | 1 |
| J-6 | CLAMP | 1 |
| J-7 | SCREW | 1 |
| J-8 | SPRING WASHER | 1 |
| J-9 | SADDLE | 1 |
| P | ADAPTOR | 1 |
| K | SCREW | 2 |
| K-1 | SPRING WASHER | 2 |
| K-2 | SCREW | 3 |
| K-3 | SCEW | 3 |

DKN®

Reaching for better









**www.dkn-technology.com**