



Crosstrainer

10009110

KLAR  **FIT**

Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Klarfit Gerätes. Lesen Sie alle Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie sie, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Sicherheitshinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung.

Wichtige Sicherheitshinweise

- Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung vor dem Aufbauen und Benutzen des Gerätes aufmerksam durch. Ein sicherer und effektiver Gebrauch des Gerätes kann nur erzielt werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß aufgebaut, gepflegt und benutzt wird. Stellen Sie sicher, dass sämtliche Personen, die dieses Gerät nutzen, über die Warnungen und Sicherheitshinweise informiert sind.
- Bevor Sie das Training mit diesem Gerät aufnehmen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen und sich auf physische oder gesundheitliche Einschränkungen, die einen sicheren und effizienten Umgang mit diesem Trainingsgerät verhindern könnten, untersuchen lassen. Falls Sie Medikamente mit Auswirkungen auf Blutdruck, Herzschlag oder Cholesterinspiegel einnehmen, ist die Konsultation eines Arztes vor dem Training dringend notwendig.
- Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann gesundheitsschädlich sein. Beenden Sie umgehend das Training wenn Sie folgende Symptome feststellen: Schmerzen / Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, extreme Kurzatmigkeit, Anzeichen leichter Benommenheit, Schwindel oder Übelkeit. Falls Sie irgendeine dieser Symptome an sich feststellen sollten Sie einen Arzt aufsuchen, bevor Sie das Training fortsetzen.
- Stellen Sie das Gerät auf eine trockene und ebene Oberfläche.
- Stellen Sie vor jedem Training sicher, dass sämtliche Schrauben und Befestigungen ordnungsgemäß festgezogen sind.
- Die Sicherheit des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn das Gerät regelmäßig gepflegt und auf etwaige Schäden oder Abnutzungserscheinungen untersucht wird.
- Nutzen Sie das Gerät ausschließlich wie vorgesehen. Sollten Sie beim Aufbau oder bei der Kontrolle defekte Komponenten entdecken oder sollten Sie während des Trainings ungewöhnliche Geräusche am Gerät feststellen, beenden Sie umgehend das Training. Nutzen Sie das Gerät erst wieder nachdem das Problem identifiziert und gelöst wurde.
- Tragen Sie angemessene Kleidung bei Benutzung des Gerätes. Vermeiden Sie weite Kleidung, die sich am Gerät verfangen könnte und die Ihre Bewegungsfreiheit einschränken könnten.
- Das Gerät wurde gemäß EN957 getestet und zertifiziert und ist für den häuslichen Gebrauch freigegeben.
- Das Gerät ist nicht für therapeutischen Einsatz geeignet.
- Seien Sie vorsichtig beim Anheben oder Bewegen des Gerätes. Verwenden Sie Rücken schonende Hebetekniken und holen Sie sich Unterstützung beim Bewegen des Gerätes.

Kleine Objekte/Verpackungsteile: Bewahren Sie die kleine Objekte (z.B. Schrauben und anderes Montagematerial) und Verpackungsteile außerhalb der Reichweite von Kindern auf, damit sie nicht von diesen verschluckt werden können. Lassen Sie kleine Kinder nicht mit Folie spielen. Es besteht Erstickungsgefahr!

Bestimmungsgemäßer Gebrauch: Dieses Gerät dient zum körperlichen Muskeltraining durch mechanische Bewegung von Gewichten.

Es ist ausschließlich für diesen Zweck bestimmt und darf nur zu diesem Zweck verwendet werden. Es darf nur in der Art und Weise benutzt werden, wie es in dieser Gebrauchsanleitung beschrieben ist.

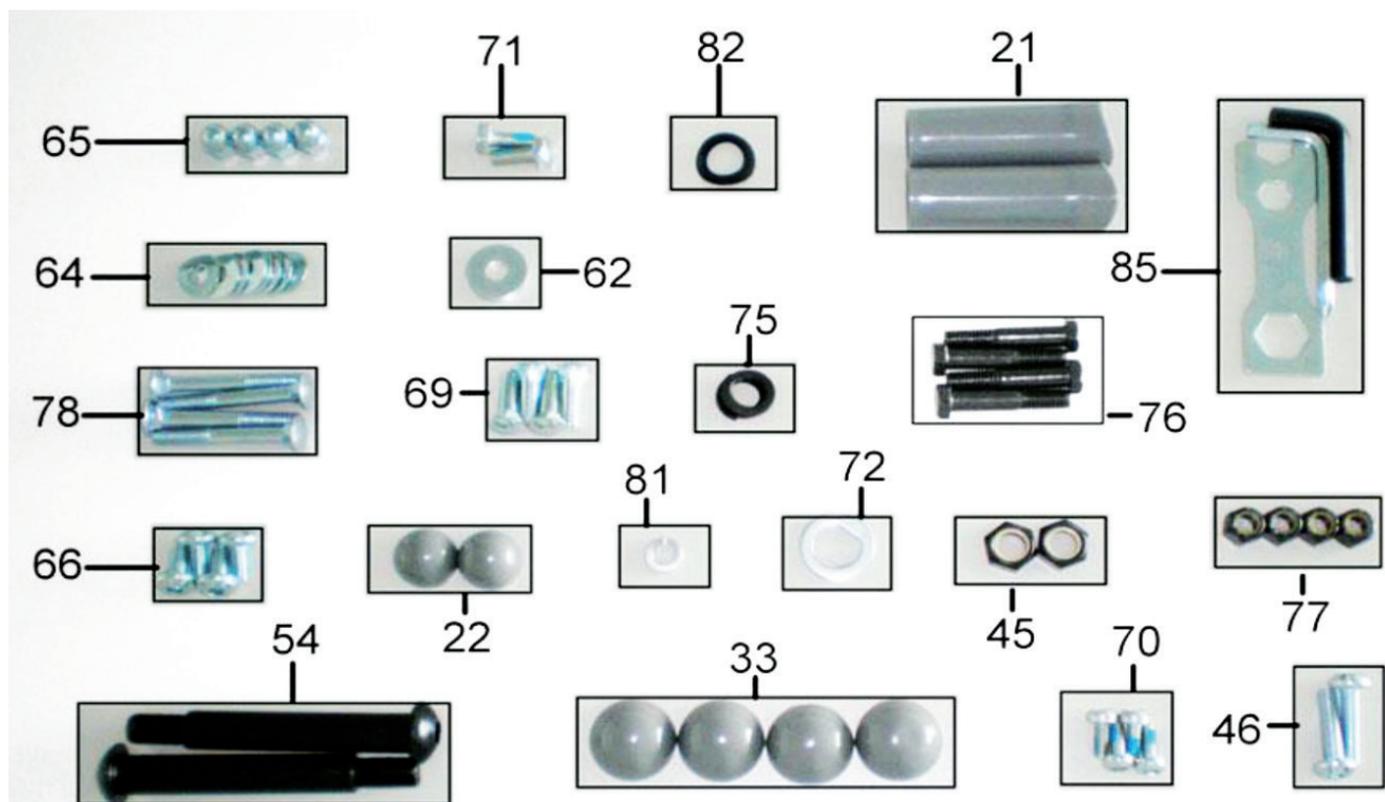
Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen

Transport des Gerätes: Bitte bewahren Sie die Originalverpackung auf. Um einen ausreichenden Schutz beim Transport des Gerätes zu erreichen, verpacken Sie das Gerät in der Originalverpackung.

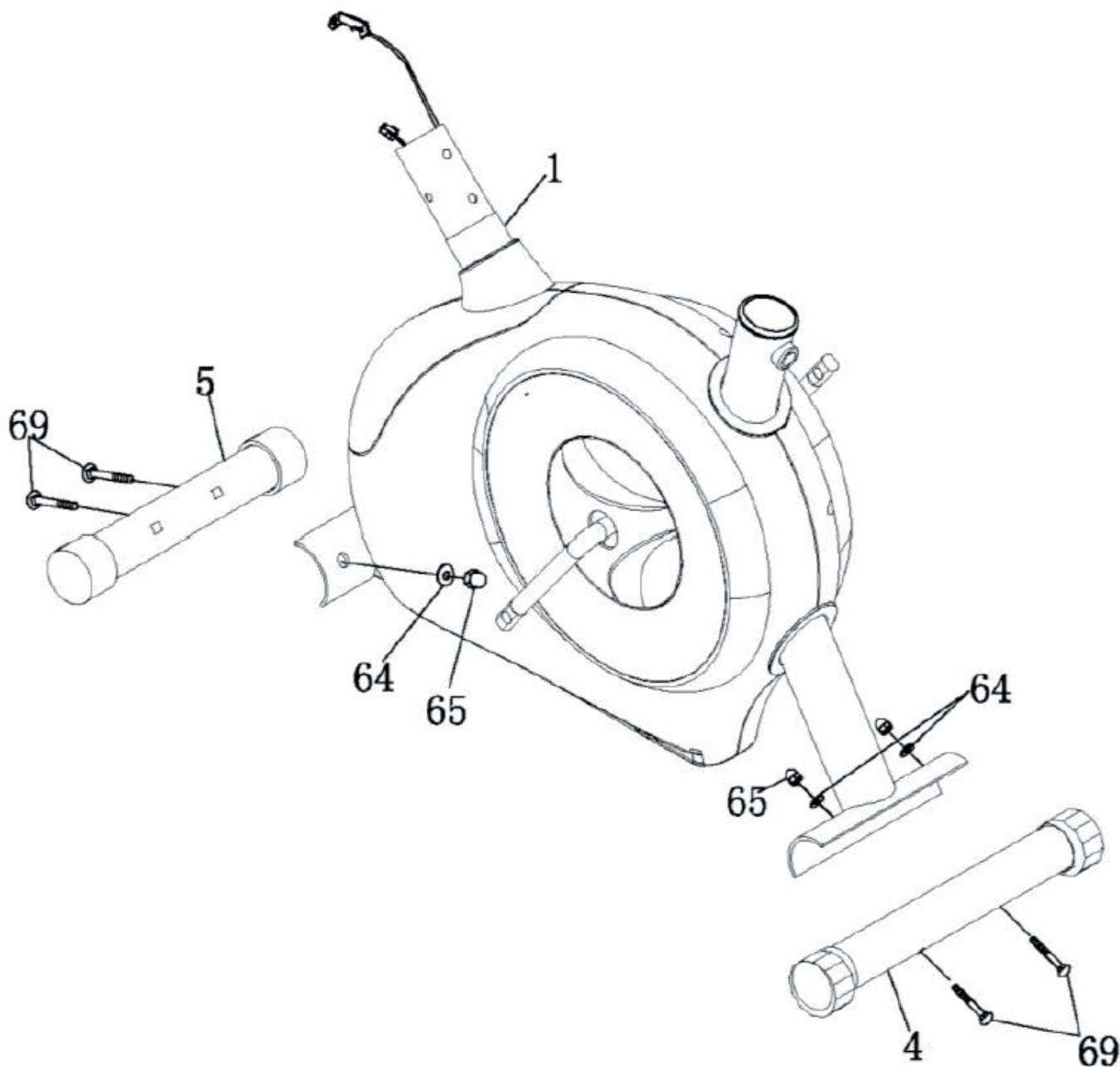
Reinigung der äußeren Oberfläche: Verwenden Sie keine flüchtigen Flüssigkeiten, wie Insektensprays. Durch zu starken Druck beim Abwischen können die Oberflächen beschädigt werden.

Teile - Übersicht

#		Stk
65	Hutmutter M8	4
64	Scheibe gebogen ID8.2 x OD22.2	10
78	Halteschraube M8 x 60	4
71	Inbusschraube M8 x 20	2
66	Inbusschraube M8*15	4
62	Scheibe Flach ID8.2*OD27	2
69	Halteschraube M6	4
22	PVC-Abdeckkappe S13	2
72	D-Scheibe ID19.3*OD28.6*2.0T	2
21	Lager	2
76	Inbusschraube 3/8"*48L	4
54	Inbusschraube 5/8" * 112L	2
45	Sicherheitsmutter 1/2"	2
77	Sicherheitsmutter 3/8"	4
33	PVC-Abdeckkappe S17	4
70	Inbusschraube M6*15	4
75	Federscheibe 1/2"	2
46	Schraube M8*25	2
81	Federscheibe $\varnothing 8.2''$	2
82	Scheibe gebogen ID16*OD26	2
85	Schlüssel	3



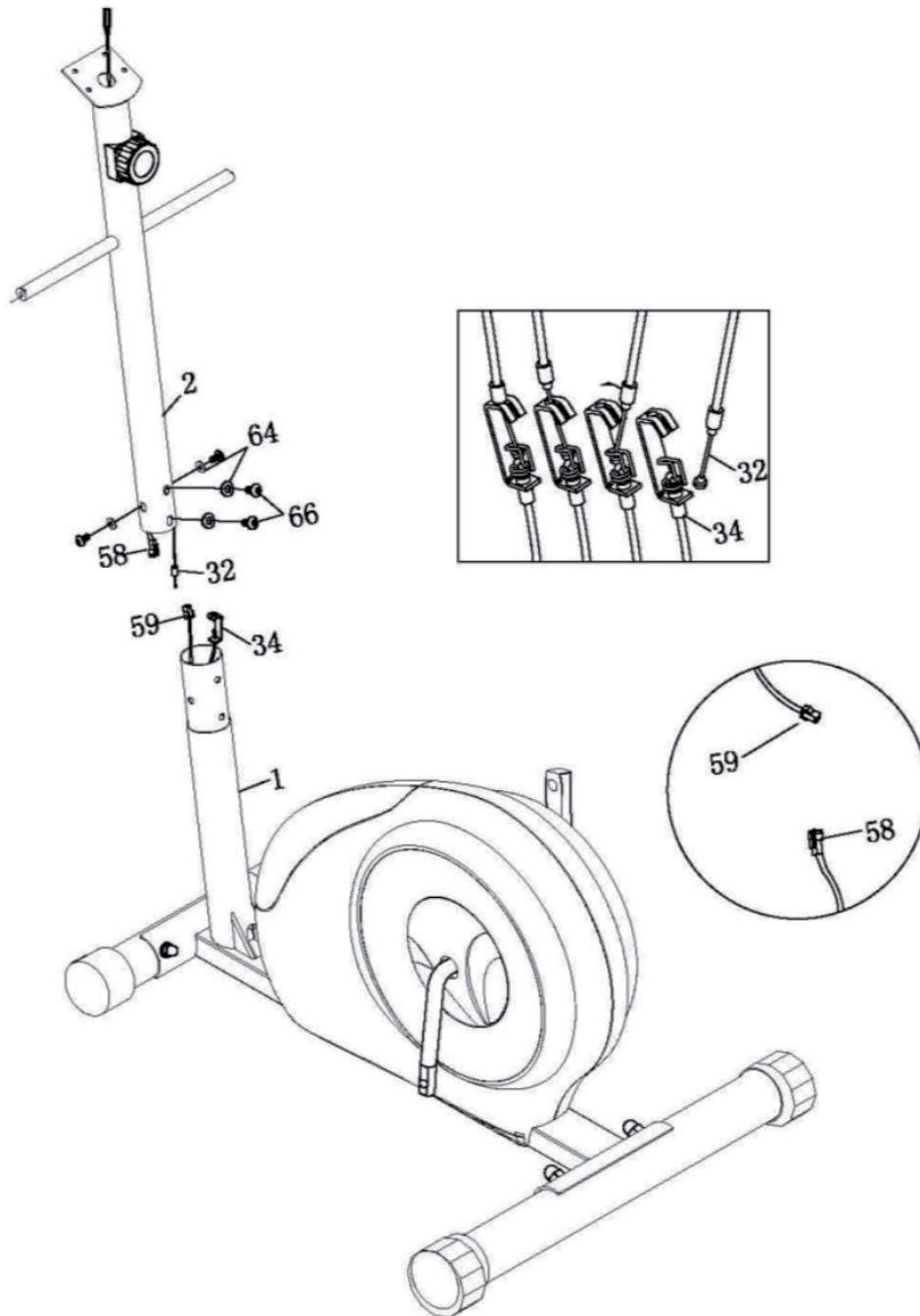
Aufbau



Notiz: Bitte stellen Sie die Widerstandsspannung vor dem Zusammenbau auf Stufe 8.

- Befestigen Sie den vorderen Standfuß (5) mit dem Hauptteil (1), nehmen Sie hierzu Halteschrauben (78) mit gebogenen Scheiben (64) und Hutmuttern M8 (65).
- Befestigen Sie den hinteren Standfuß (4) mit dem Hauptteil (1), nehmen Sie hierzu Halteschrauben (78) mit gebogenen Scheiben (64) und Hutmuttern M8 (65).

Aufbau - Schritt 2

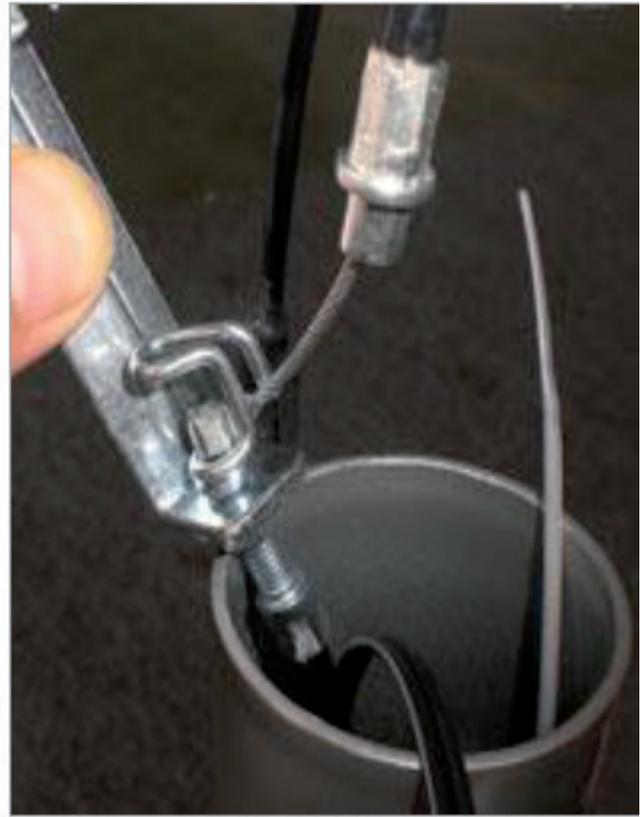


- Nehmen Sie die vordere Stütze (2) und verbinden Sie das mittlere Computerkabel (58) mit dem unteren Computerkabel (59).
- Zusammenbau des Widerstandskabels: Drehen Sie den Regler an der vorderen Stütze (2) auf Stufe 8. Stecken Sie nun das Ende (Schleppe) des Kabels (32) in die Halteklammer des unteren Verlängerungskabels (34). Ziehen Sie am Widerstandskabel (32) und führen es durch den Ausschnitt der Klammer des unteren Kabels (34). Stecken Sie nun das Kabel (32) in die Klammer des unteren Kabels (34).
- Stecken Sie die Stütze (2) in das Hauptteil (1) und befestigen Sie es mit 4 gebogenen Scheiben (64) und 4 Inbusschrauben (66) handfest.

Zusammenbau des Widerstandskabels



Teil A



Teil B-1

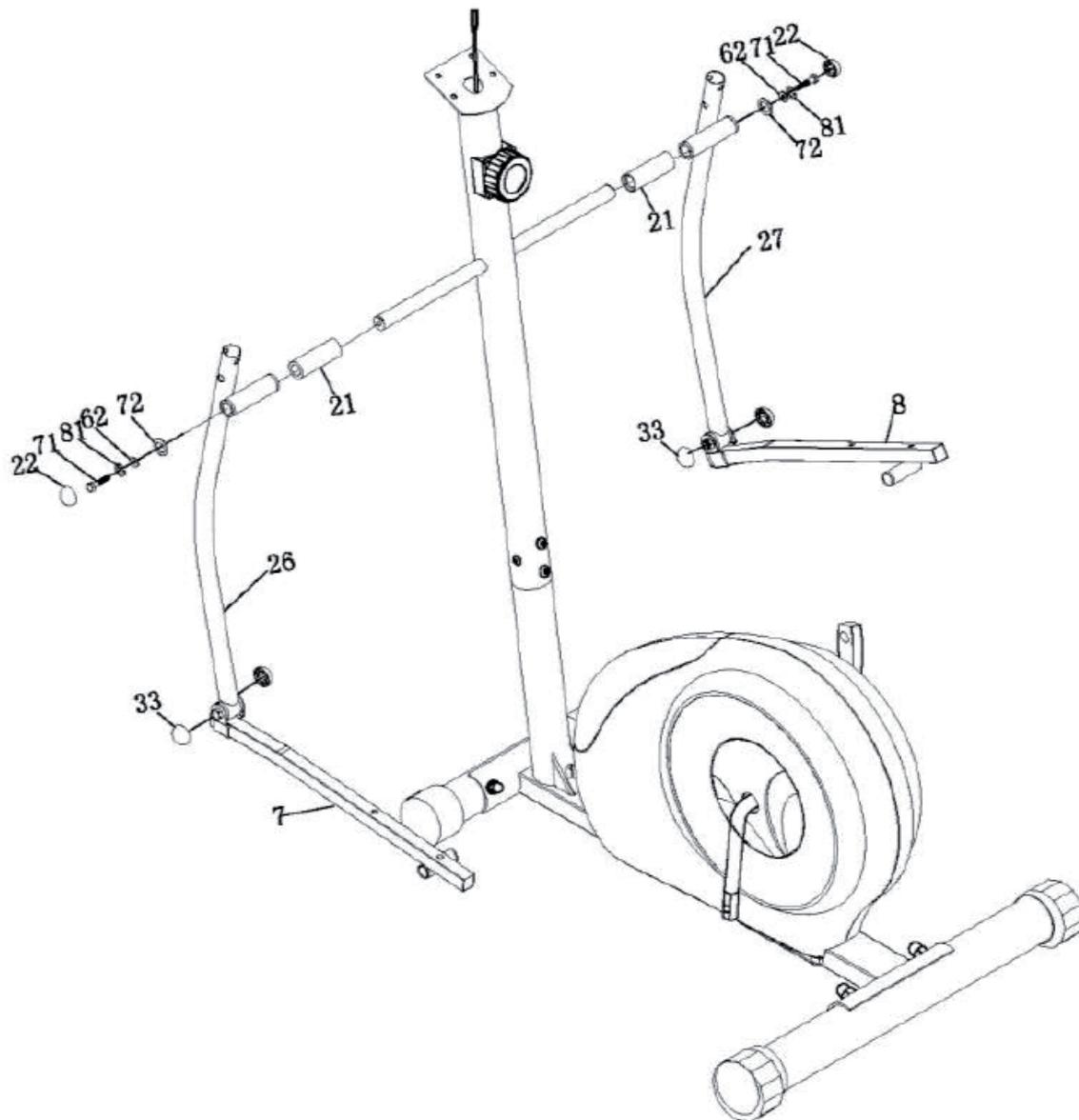


Teil B-2



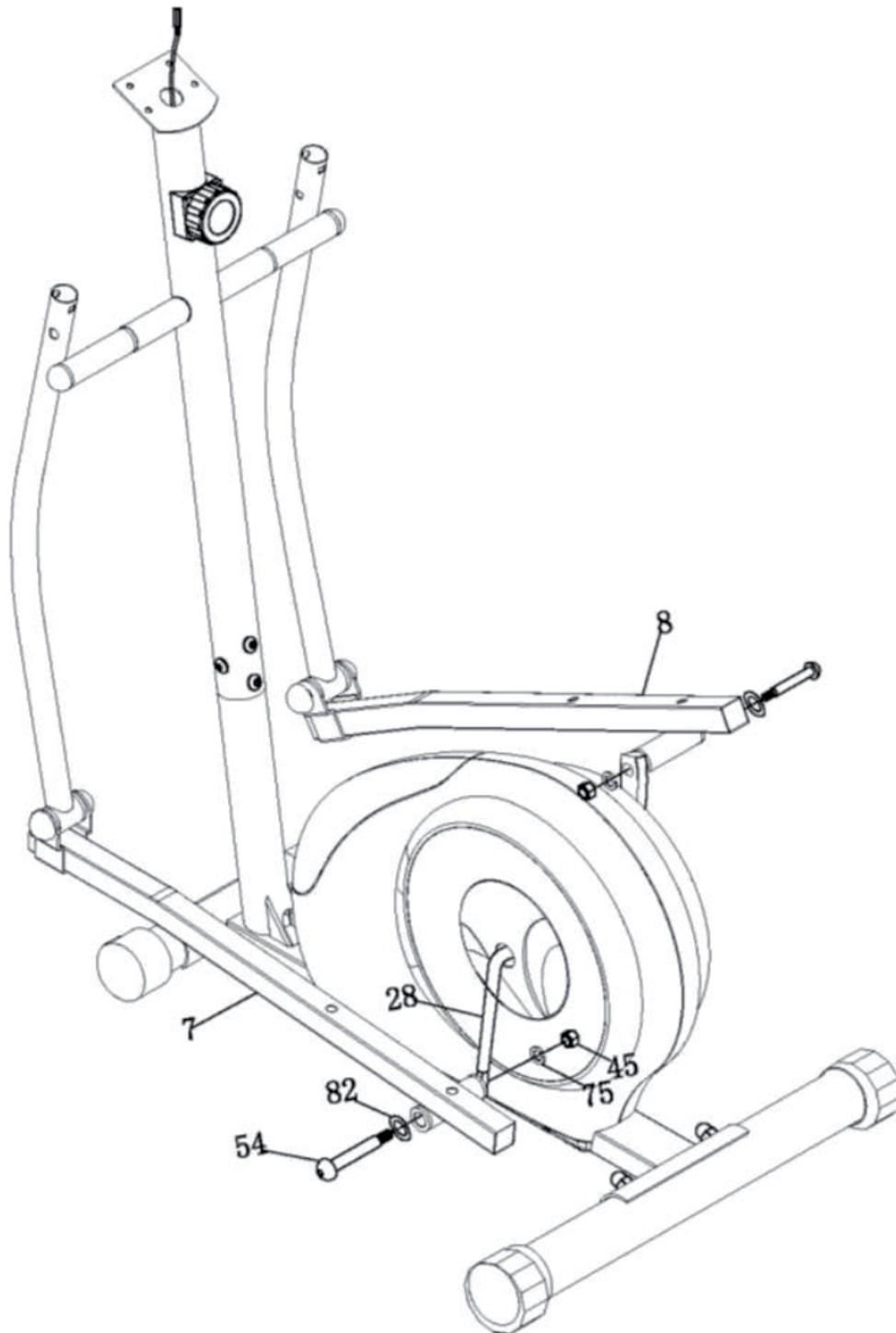
Teil C

Aufbau - Schritt 3



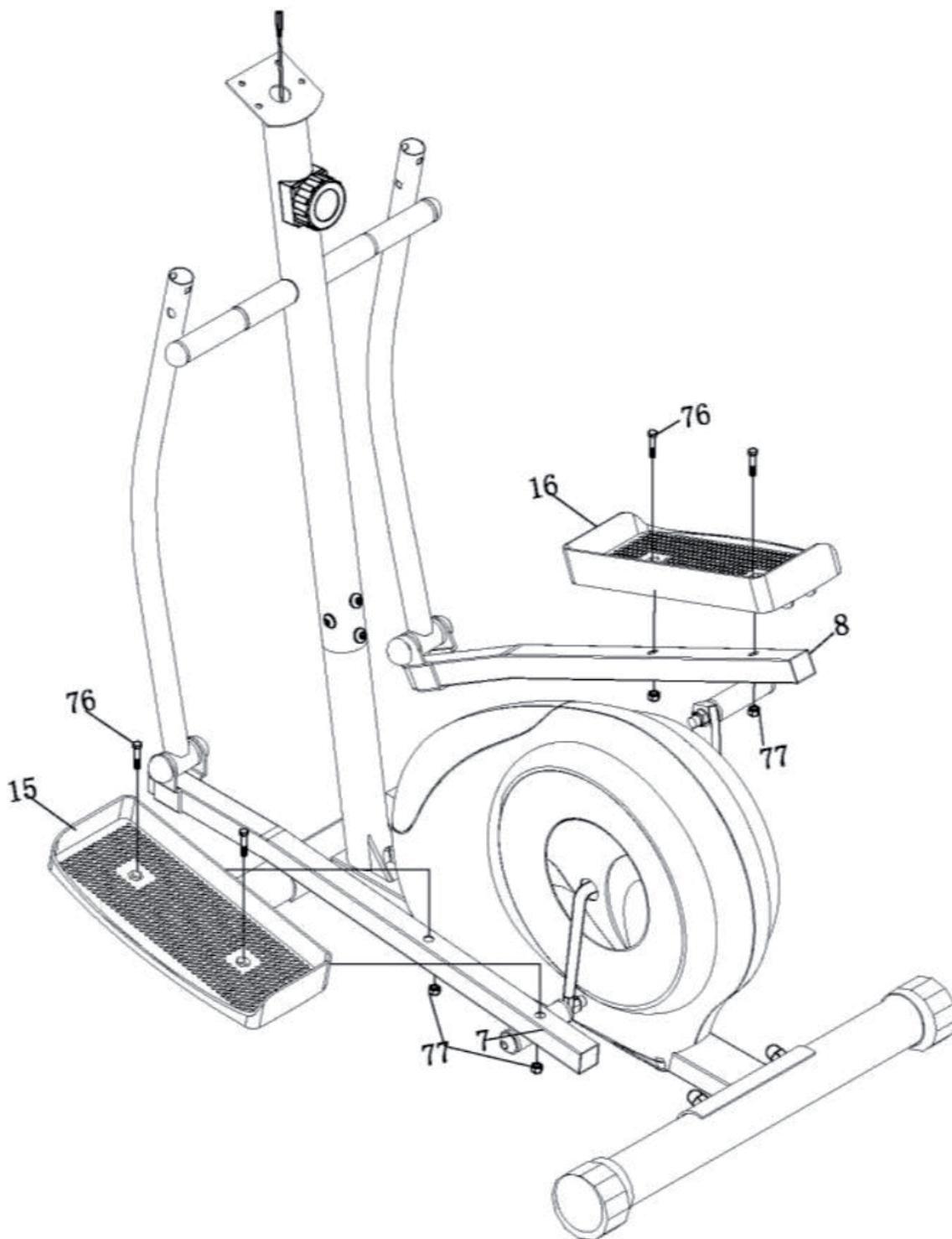
- Schieben Sie das Lager (21) auf die Achse der Handgriffe, stecken Sie dann die untere Handgriffschiene (26) auf die Achse und befestigen diese D-Scheibe (72), flache Scheibe (62), Federscheibe (81) und Inbusschraube (71). Wiederholen Sie diese Schritte auf der rechten Seite.
- Stecken Sie auf jede Inbusschraube (71) je eine PVC-Abdeckkappe (22).
- Stecken Sie eine PVC-Abdeckkappe (33) auf die Verbindung von unterer Hand- und Pedalschiene.

Aufbau - Schritt 4



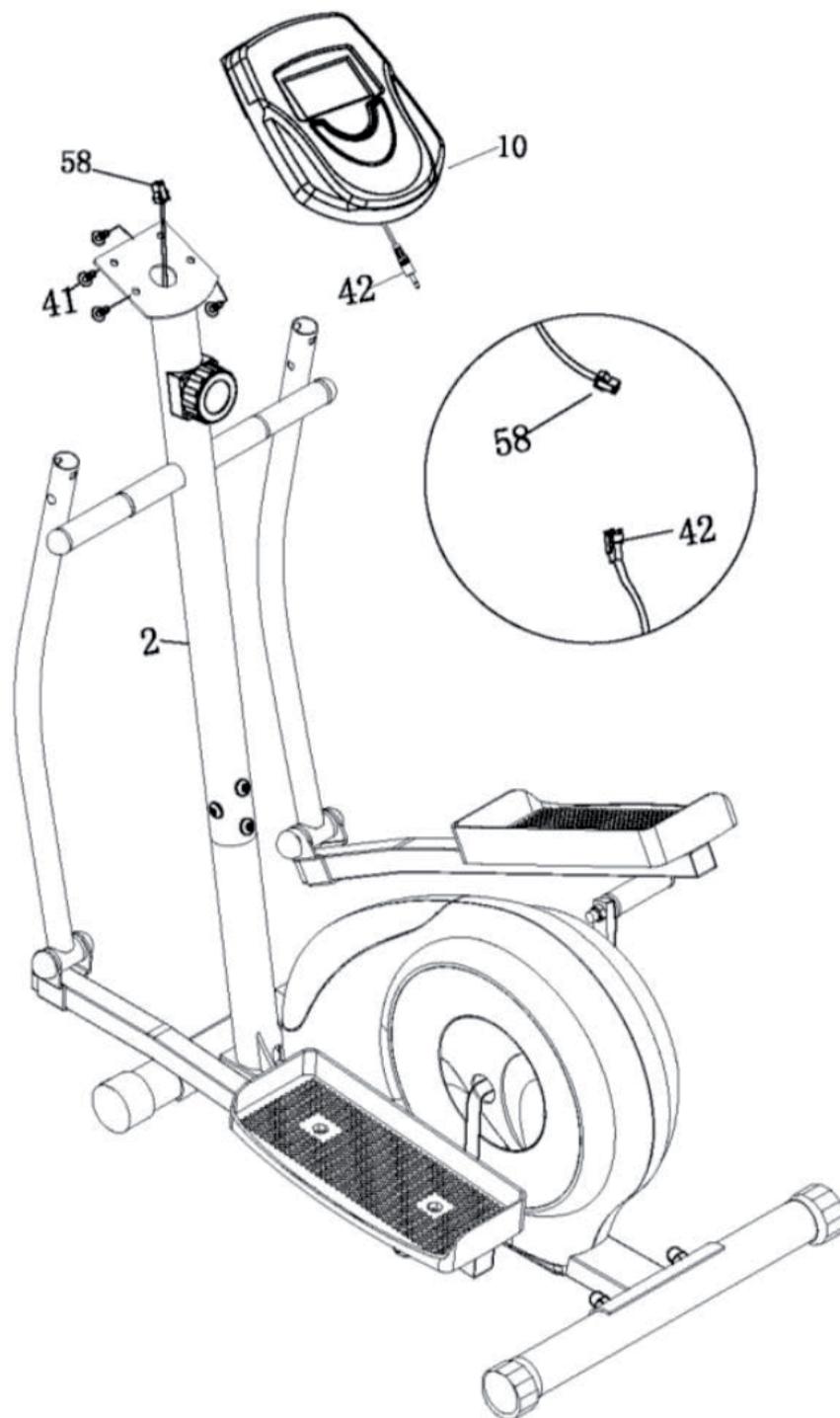
- Legen Sie die linke Fußschiene (7) auf die linke Seite des Hebels (20) und befestigen diese mit Inbusschraube (54), gebogener Scheibe (82), Federscheibe (75) und Sicherheitsmutter (45).
- Führen Sie diesen Schritt auf der rechten Seite durch. Ziehen Sie nun Sie die Inbusschrauben (54) am vorne Hauptteil fest.

Aufbau - Schritt 5



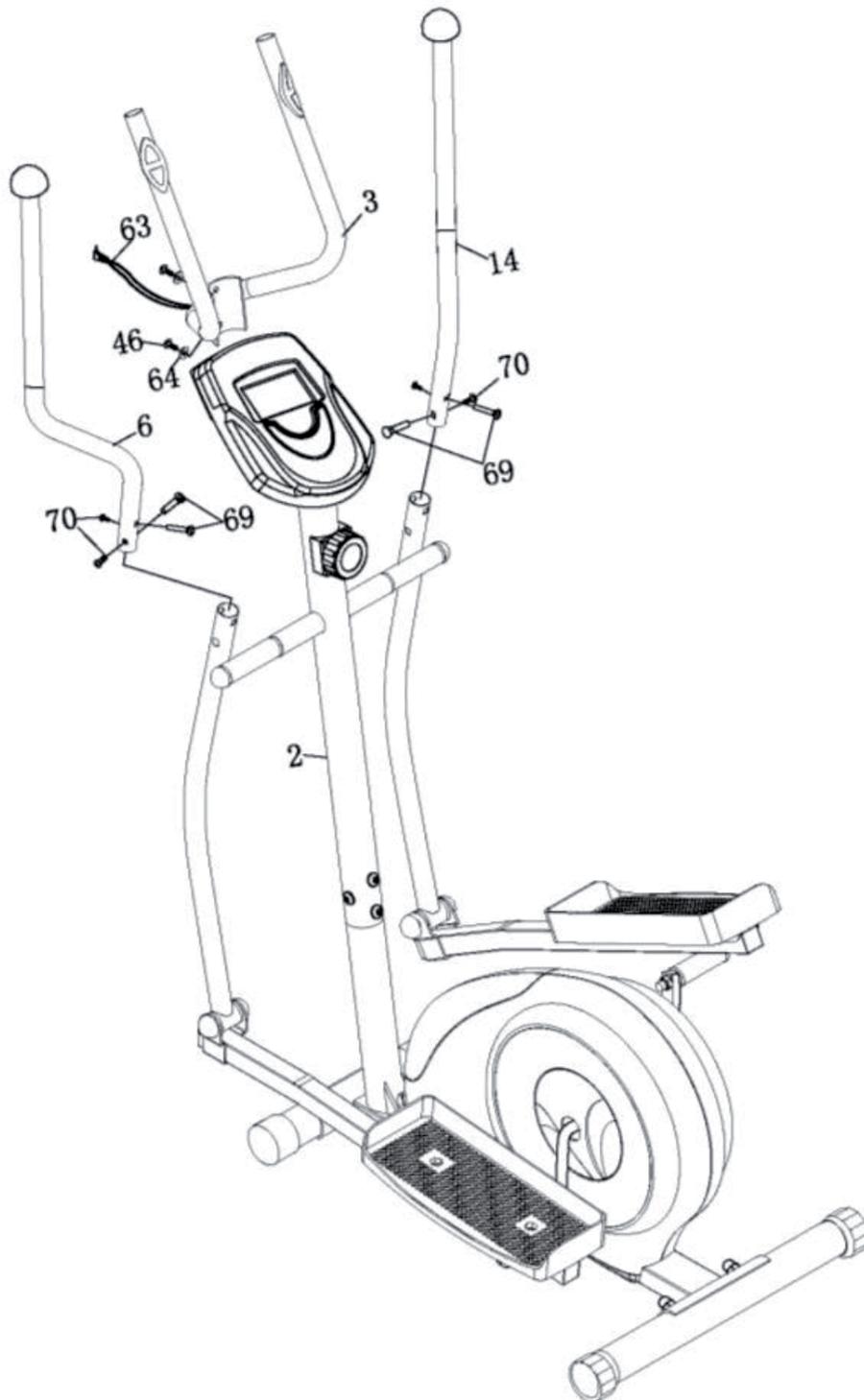
- Legen Sie das linke Pedal (15) auf die linke Fußschiene (7) und fixieren dieses mit 2 Inbusschraube (76) und 2 Sicherungsmuttern (77). Wiederholen Sie dieses auf der anderen Seite.

Aufbau - Schritt 6



- Verbinden Sie den Computerkabel (42) mit dem mittleren Computerkabel (58).
- Schieben Sie den Computer (10) auf die vordere Stütze (2) und befestigen diesen dann mit 4 Schrauben (41).

Aufbau - Schritt 7



- Fixieren Sie die Handgriffe (3) mit 2 Schrauben (46) und gebogenen Scheiben (64) an der vorderen Stütze (2).
- Setzen Sie die oberen Handgriffe (L&R) in die unteren Handgriffe. Achten Sie hierbei auf die Kennzeichnung „L“ & „R“. Befestigen Sie diese mit 2 Inbusschrauben (70) und 2 Halteschrauben (69).
- Schließen Sie das Pulshandsensorkabel (63) an der Rückseite des Computers an.

Funktionen des Trainingscomputers

Funktionstasten

MODE	<ul style="list-style-type: none">• Drücken, um Voreinstellungen zu Zeit, Entfernung und Kalorien vorzunehmen.• Drücken, um den eingestellten Wert anzuzeigen oder nach der Eingabe des Werts.• Drücken und für 2 Sek. halten, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf 0 zurückzusetzen.
SET	Stellen Sie hiermit den Zielwert von Zeit, Entfernung und Kalorien ein. Drücken und für 2 Sek. halten, um die Einstellung zu verschnellern.
RESET	<ul style="list-style-type: none">• Drücken, um die Funktionswerte zurückzusetzen.• Drücken und für 2 Sek. halten, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf 0 zurückzusetzen. (Wenn Sie die Batterie ersetzen werden alle Werte auf 0 zurückgesetzt.)
START/STOP:	Zum Starten/Stoppen des Trainings

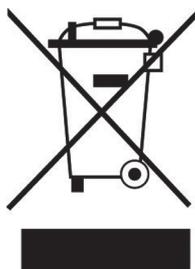
Funktionen

Batterien	Bitte legen Sie 2 AA 1.5V Batterien in das Batteriefach auf der Rückseite des Computers ein.(Wenn Sie die Batterie ersetzen werden alle Werte auf 0 zurückgesetzt.)
Auto Ein/Aus	Sobald Sie Ihr Training beginnen, zeigt die Anzeige automatisch die Trainingswerte an. Sollten Sie das Training für 256 Sek. unterbrechen, schaltet sich die Anzeige ab. Die Trainingswerte werden jedoch gespeichert. Setzen Sie Ihr Training fort, werden die Werte zu den vorherigen Werten hinzugefügt.
Auto-Scanner	Nachdem sich die Anzeige eingeschaltet oder die Mode-Taste gedrückt wurde, zeigt die Anzeige alle Werte Zeit-Kalorien-Kilometer-Puls-Geschwindigkeit-Entfernung an. Jeder Wert wird für 6 Sek. angezeigt.
Geschwindigkeit	Zeigt die aktuelle Trainingsgeschwindigkeit von 0.0 bis 99.9 KM/H oder MPH an
Entfernung	Addiert die zurückgelegte Entfernung von 0.0 bis 999.9 an. Sie können eine voreingestellte Zielentfernung mittels SET & MODE einstellen. Jeder Tastendruck erhöht den Wert um 0.1 KM oder M, jeder Tastendruck erhöht den Wert bei einer Entfernung über 100 um 1 KM oder M. Während des Trainings wird dann von der voreingestellten Distanz zurückgezählt.

Zeit	Zählt die Gesamtzeit von 00:00 bis zu 99:59. Sie können eine voreingestellte Zielzeit mittels SET & MODE einstellen. Jeder Tastendruck erhöht die Zeit um 1 Minute. Während des Trainings wird dann von der voreingestellten Zeit zurückgezählt.
Kalorien	Zählt den Kalorienverbrauch während des Trainings von 0 bis max. 9999 Kalorien. Sie können eine voreingestellte Kalorienziel mittels SET & MODE einstellen. Jeder Tastendruck erhöht den Wert um 1 kcal bis 1000, Jeder Tastendruck erhöht den Wert bei Kalorien über 1000 um 10 kcal. Während des Trainings wird dann von den voreingestellten Kalorien zurückgezählt. Notiz: Diese Daten sind nur eine grobe Richtlinie und sollten nicht für medizinische
Kilometer	Zeigt die gesamte zurückgelegte Distanz von 0.0 bis 999.9 an. Drücken Sie die Mode-Taste, um sich diesen Wert anzeigen zu lassen.
Puls	Diese Anzeige zeigt Ihnen während des Trainings ihre Herzfrequenz in Schlägen pro Minute an.
Zurücksetzen	Drücken und für 2 Sek. halten, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf 0 zurückzusetzen.

Notiz: Falls die Anzeige fehlerhaft ist, entfernen Sie die Batterien, setzen diese wieder ein und versuchen es erneut. Batteriedaten: 1.5V UM-3 oder AA (2 Stk.). Batterien müssen vor der Entsorgung des Gerätes entfernt und separat entsorgt werden.

Hinweise zur Entsorgung



Elektroaltgeräte

Befindet sich die diese Abbildung (durchgestrichene Mülltonne auf Rädern) auf dem Produkt, gilt die Europäische Richtlinie 2002/96/EG. Diese Produkte dürfen nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden. Informieren Sie sich über die örtlichen Regelungen zur getrennten Sammlung elektrischer und elektronischer Gerätschaften. Richten Sie sich nach den örtlichen Regelungen und entsorgen Sie Altgeräte nicht über den Hausmüll. Durch die regelkonforme Entsorgung der Altgeräte werden Umwelt und die Gesundheit ihrer Mitmenschen vor möglichen negativen Konsequenzen geschützt. Materialrecycling hilft, den Verbrauch von Rohstoffen zu verringern.

Konformitätserklärung

Hersteller: CHAL-TEC GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland

Dieses Produkt entspricht den folgenden Europäischen Richtlinien:

2004/108/EG (EMV)
2011/65/EG (RoHS)



Dear Customer,

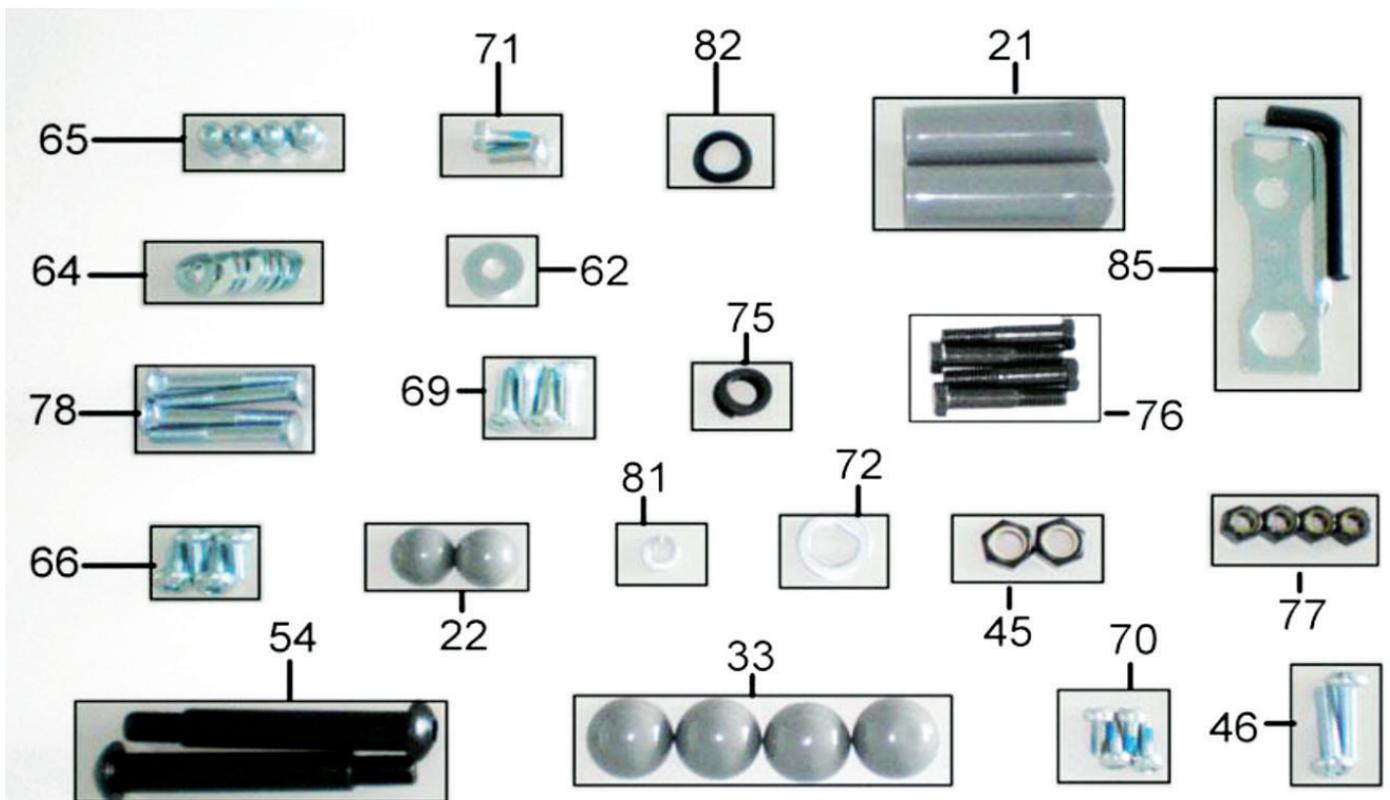
Congratulations on purchasing this product. Please read and follow these instructions, in order to avoid damaging the item. We do not cover any damages that may arise from improper use of the item or the disregard of the safety instructions.

Important Safety Instructions

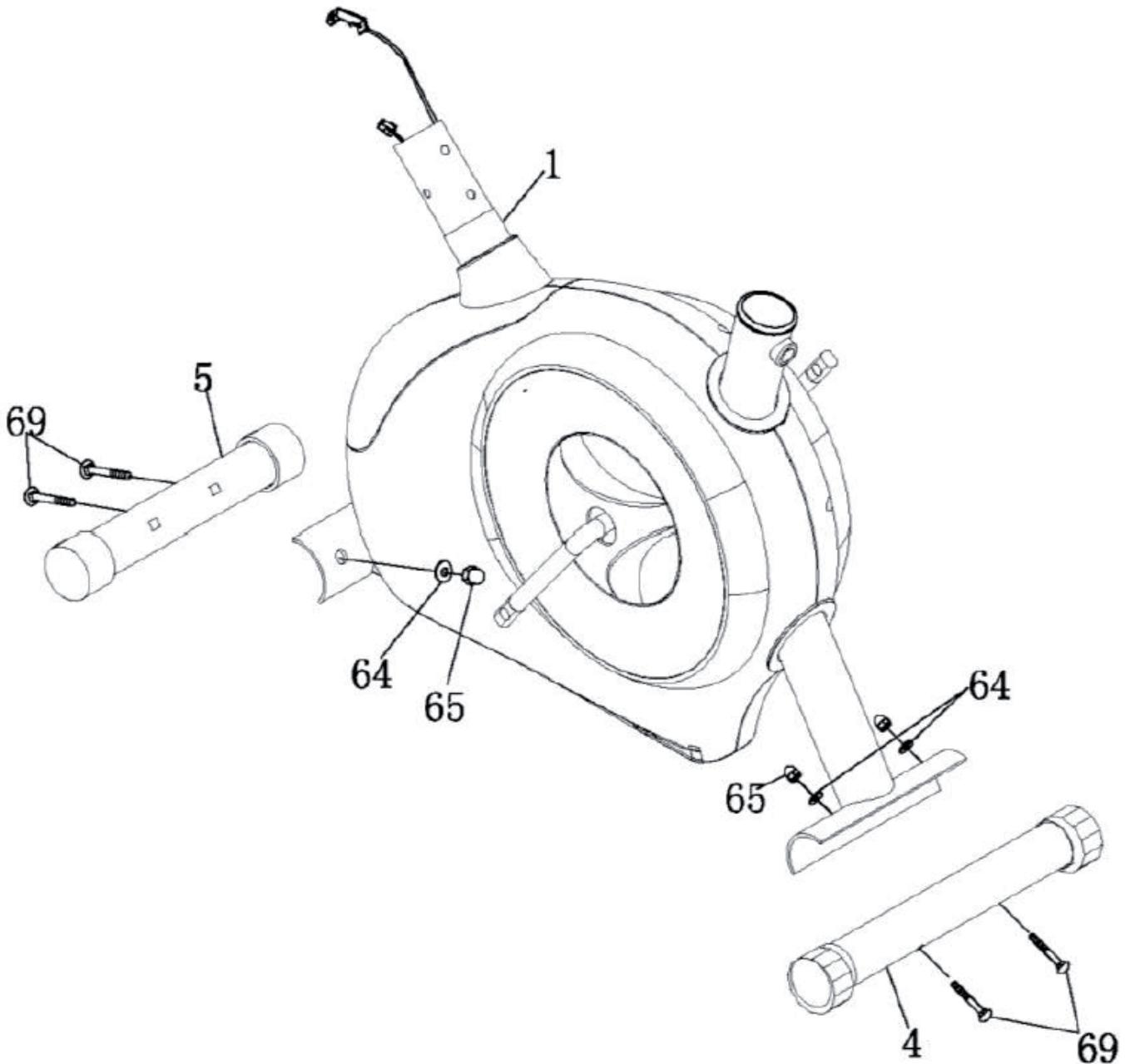
- Read all instructions before using.
- Do not place on or near a hot gas or electric burner or in a heated oven.
- Do not expose the appliance to extreme temperatures. The appliance shall be used in moderate climates.
- The use of attachments that are not recommended by the appliance manufacturer may result in fire, electric shock or personal injury.
- The appliance is not a toy. Do not let the children play with it. Never let children insert foreign objects into the appliance.
- Do not use the appliance for other than intended use. This appliance has been designed solely for domestic use; the manufacturer's liability shall not be engaged in the event of any professional use, by any misuse or by any use not complying with the operating instructions.
- This weight station is made for training in private environment. Only use the appliance for the intended use.
- Pregnant or physically injured people should never use the weight station without prior consultation with a doctor you trust.
- Stop the training immediately when you do not feel comfortable or notice motoric, sensory or mental changes or limitations.
- Adapt your training style always to your personal fitness level and your health.
- Before every training check the operability and safety.
- Make sure before installation that the item works properly and that all safety devices are in function!
- Damages or alterations to the product in the course of the independent modification lead to the exclusion of warranty. For problems resulting from the modification or other restrictions, the seller is not responsible! Any damage must be reported to the seller immediately after delivery, and access before use / installation. Later complaints will not be considered.
- Use only suitable tools for assembly.
- The installation must always be made only by adults.
- In part, the package may consist of plastic bags - make this regard with particular care and attention that this is not out of the reach of children. There is a risk of suffocation!
- Make sure to mount that all connections are securely mounted before releasing the product for use.
- Check all connections at regular intervals for damage, loose elements and other factors that can lead to a loss of sufficient security.
- Let children or people with physical or mental limitations, or people who are not familiar with this device, do not use this weight bench!
- Please keep in mind that this manual and the safety can only draw your attention to eventual hazard.
- Keep this manual. Read all instructions before using.
- Do not place on or near a hot gas or electric burner or in a heated oven.
- To protect against a fire, electric shock or personal injury, do not immerse cord, electric plugs or device in water or other liquids.
- Do not expose the appliance to extreme temperatures. The appliance shall be used in moderate climates.
- Disconnect the appliance from the power source if it is not going to be used for a long time, if there is a thunderstorm or if it isn't working properly.
- The use of attachments that are not recommended by the appliance manufacturer may result in fire, electric shock or personal injury.
- The appliance is not a toy. Do not let the children play with it. Never let children insert foreign objects into the appliance.
- Do not use the appliance for other than intended use. This appliance has been designed solely for domestic use; the manufacturer's liability shall not be engaged in the event of any professional use, by any misuse or by any use not complying with the operating instructions.
- Save these instructions.

Parts Overview

#		Stk
65	Cap nut M8	4
64	Arched washer ID8.2 x OD22.2	10
78	Bolt M8 x 60	4
71	Allen bolt M8 x 20	2
66	Allen bolt M8*15	4
62	Washer ID8.2*OD27	2
69	Bolt M6	4
22	PVC cap S13	2
72	D shaped washer ID19.3*OD28.6*2.0T	2
21	Bearing	2
76	Allen bolt 3/8"*48L	4
54	Allen bolt 5/8" * 112L	2
45	Hex nut 1/2"	2
77	Nut 3/8"	4
33	Cap S17	4
70	Allen bolt M6*15	4
75	Arched washer 1/2"	2
46	Bolt M8*25	2
81	Arched washer ϕ 8.2"	2
82	Arched washer ID16*OD26	2
85	Allen keys	3



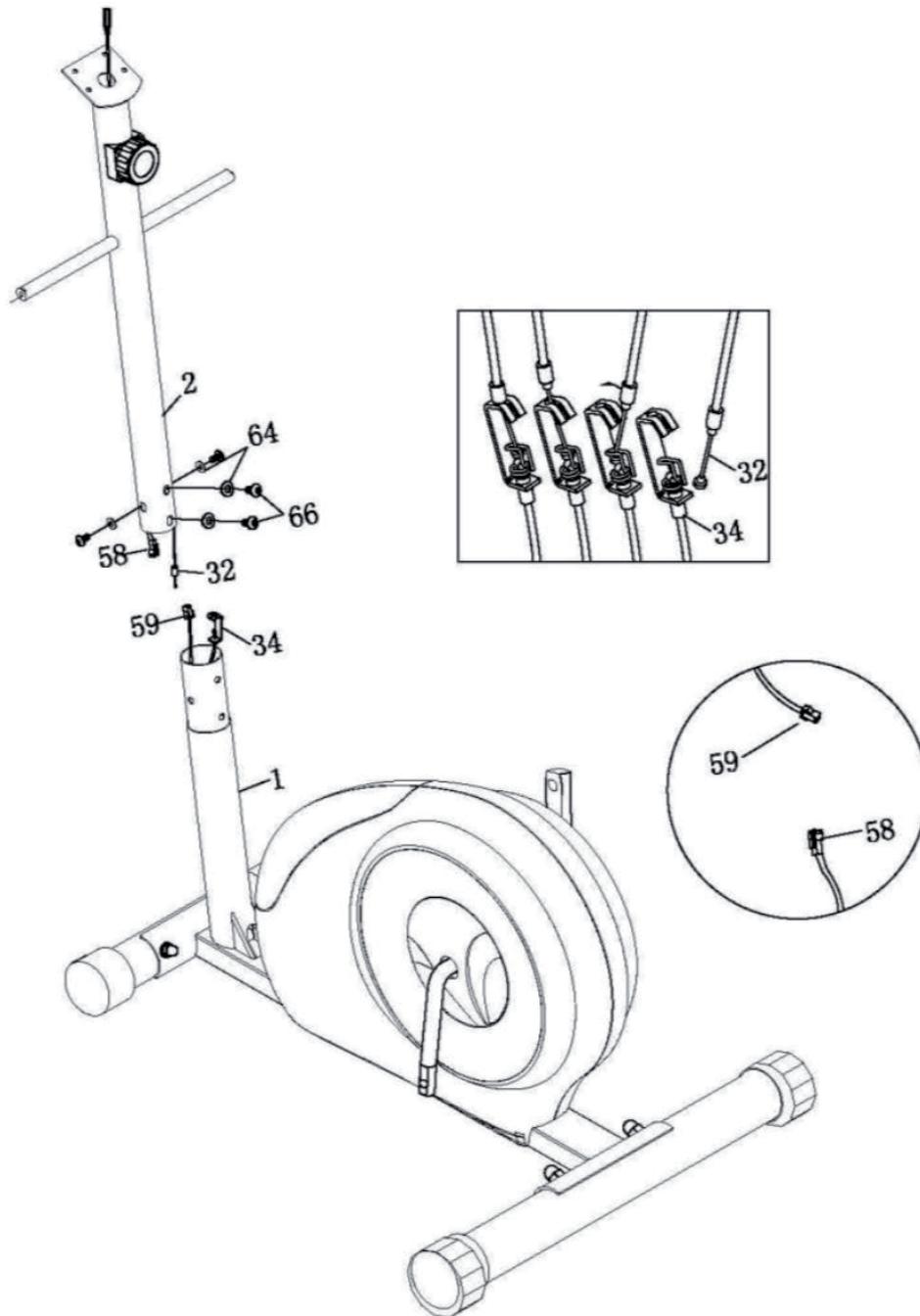
Assembly



Note: Please turn the resistance tension to level 8 before assembly.

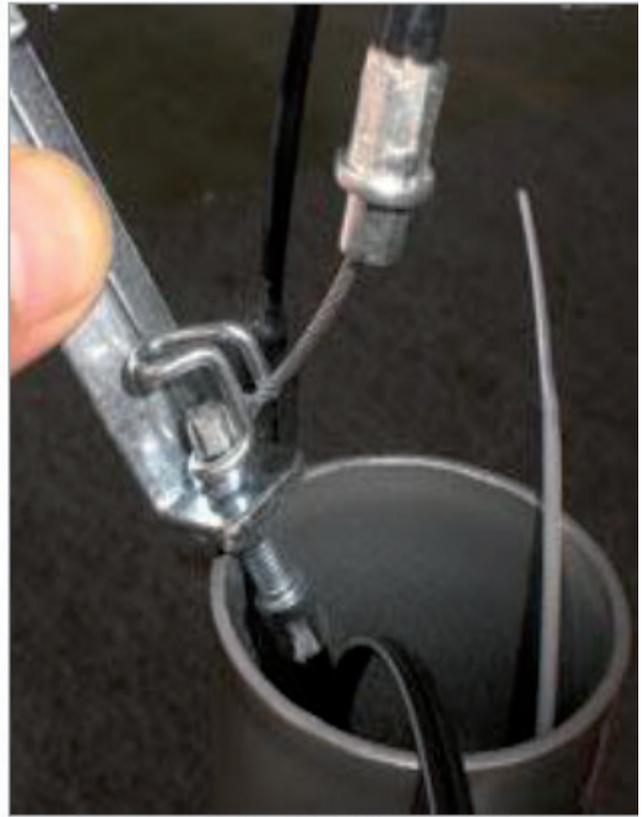
- Attach the Front Stabilizer (5) to the main frame (1) fasten and secure carriage bolts (78) with Curve washer (64) and Domed nut M8 (65).
- Attach the Rear Stabilizer (4) to the main frame (1) fasten and secure carriage bolts (78) with Curve washer (64) and Domed nut M8 (65).

Assembly - Step 2

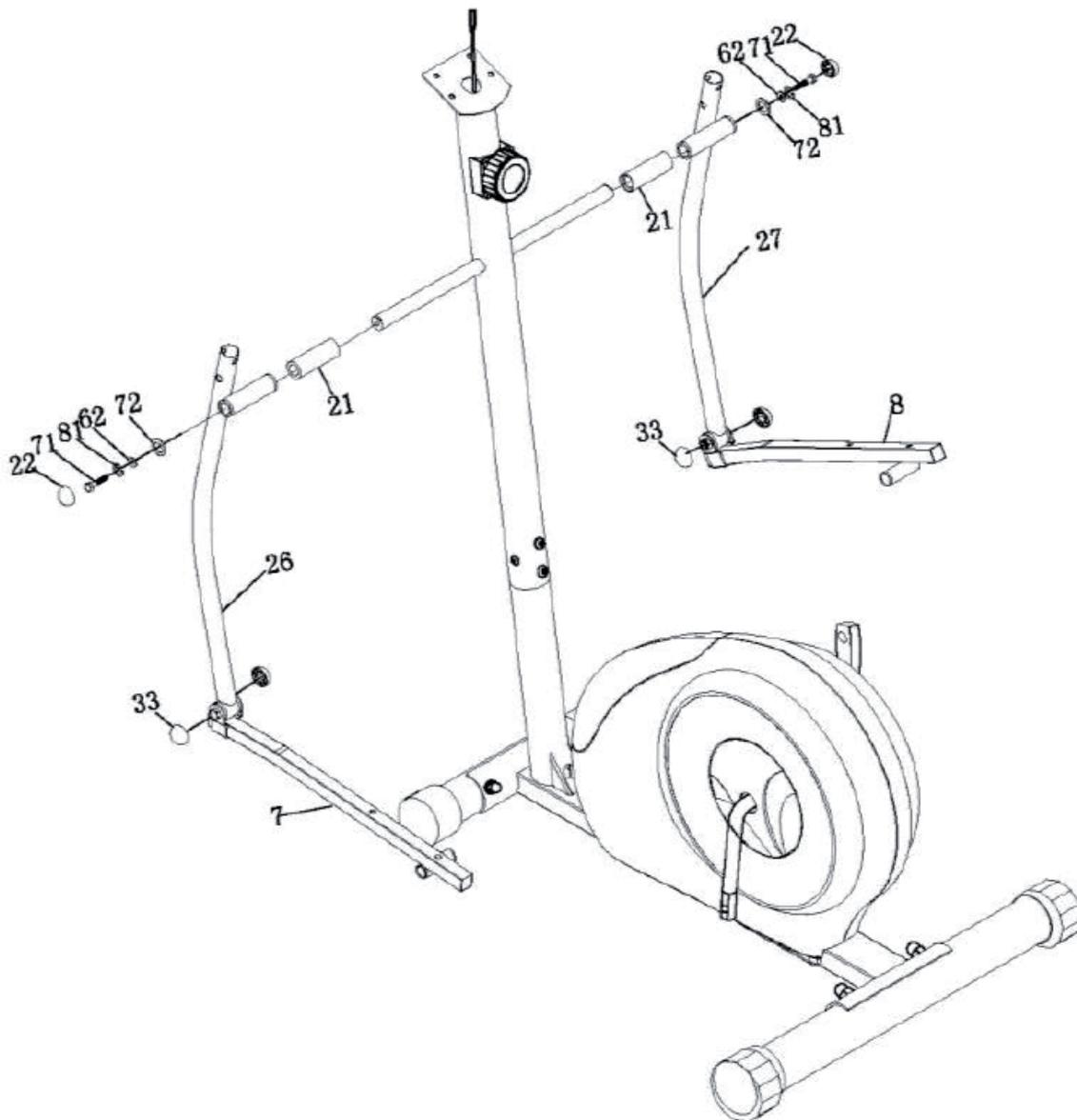


- Take the Front post (2) and connect the Middle Computer wire (58) with Lower computer Wire (59).
- Resistance cable assembly. Turn the resistance knob on the Front Post (2) to Level 8. Now insert the end (lug) of Cable (32) into the lower tension cable (34) bracket hook. Pull the Tension Cable (32) and slide through cut out section of the lower cable (34) bracket, cable 32 will now insert into the lower cable bracket (34).
- Insert Front Post (2) into Main Frame (1) and finger tighten with x 4 Curve Washer2 (64) and x4 4 Allen Bolt (66).

Zusammenbau des Widerstandskabels

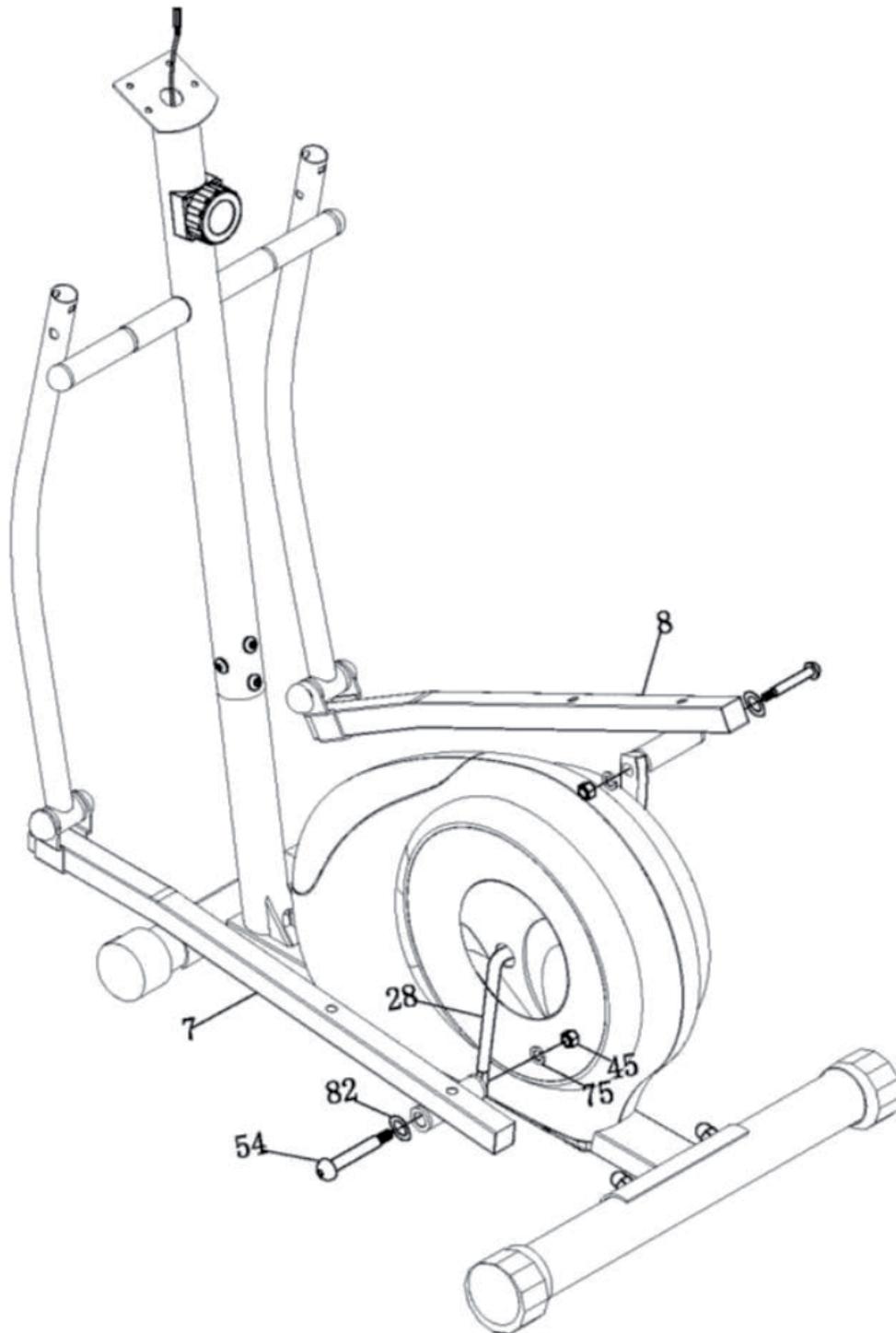


Assembly - Step 3



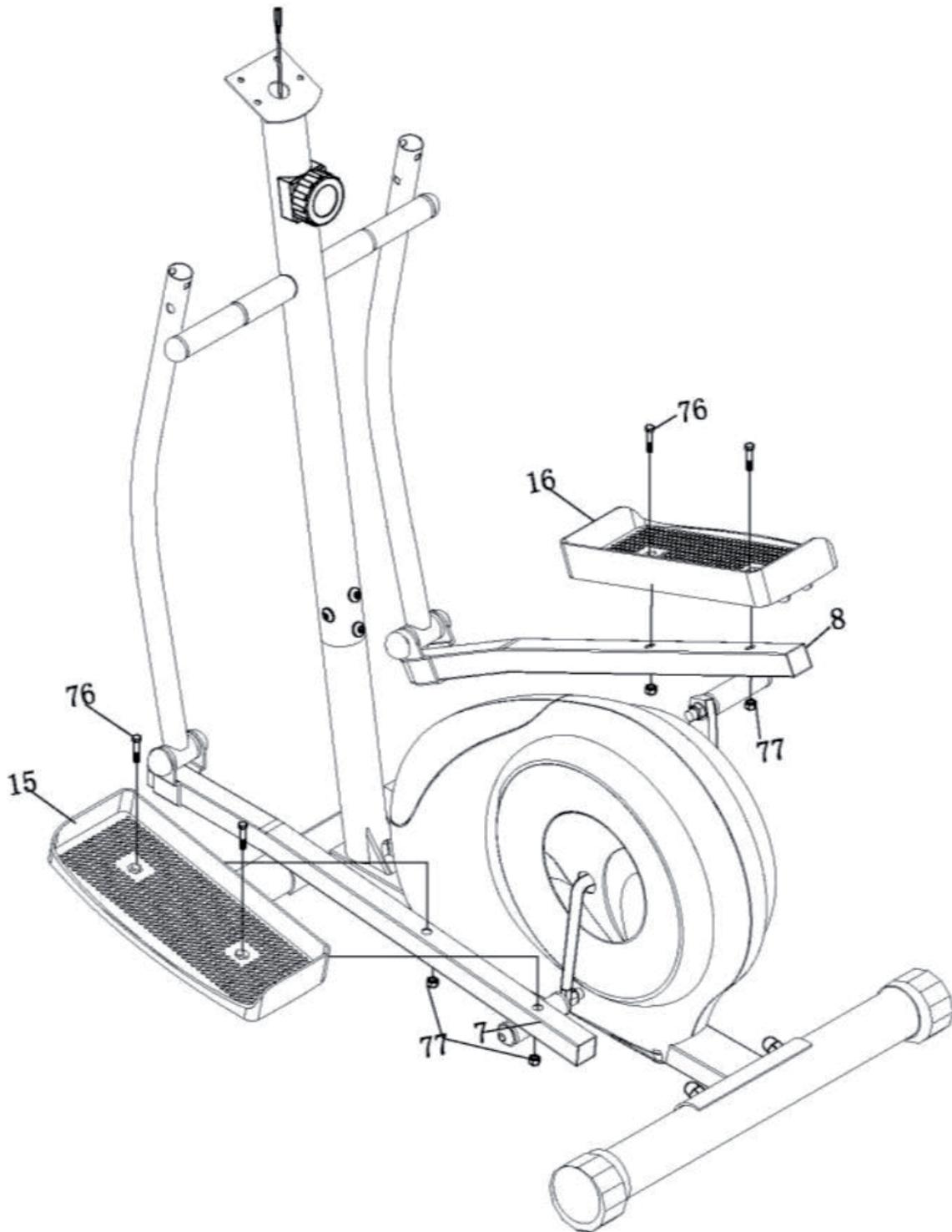
- Place the Bushing (21) on the axle of handlebar and then place Left Lower Hand Rail (26) on to the axle and tighten by D-Washer (72), Flat Washer (62), Spring Washer (81) and Allen Bolt(71). Repeat for the right.
- Place the PVC Cap (22) on the each of Allen Bolt (71).
- Place the PVC Cap (33) on the connection between Lower Hand Rail and Pedal Rail.

Assembly - Step 4



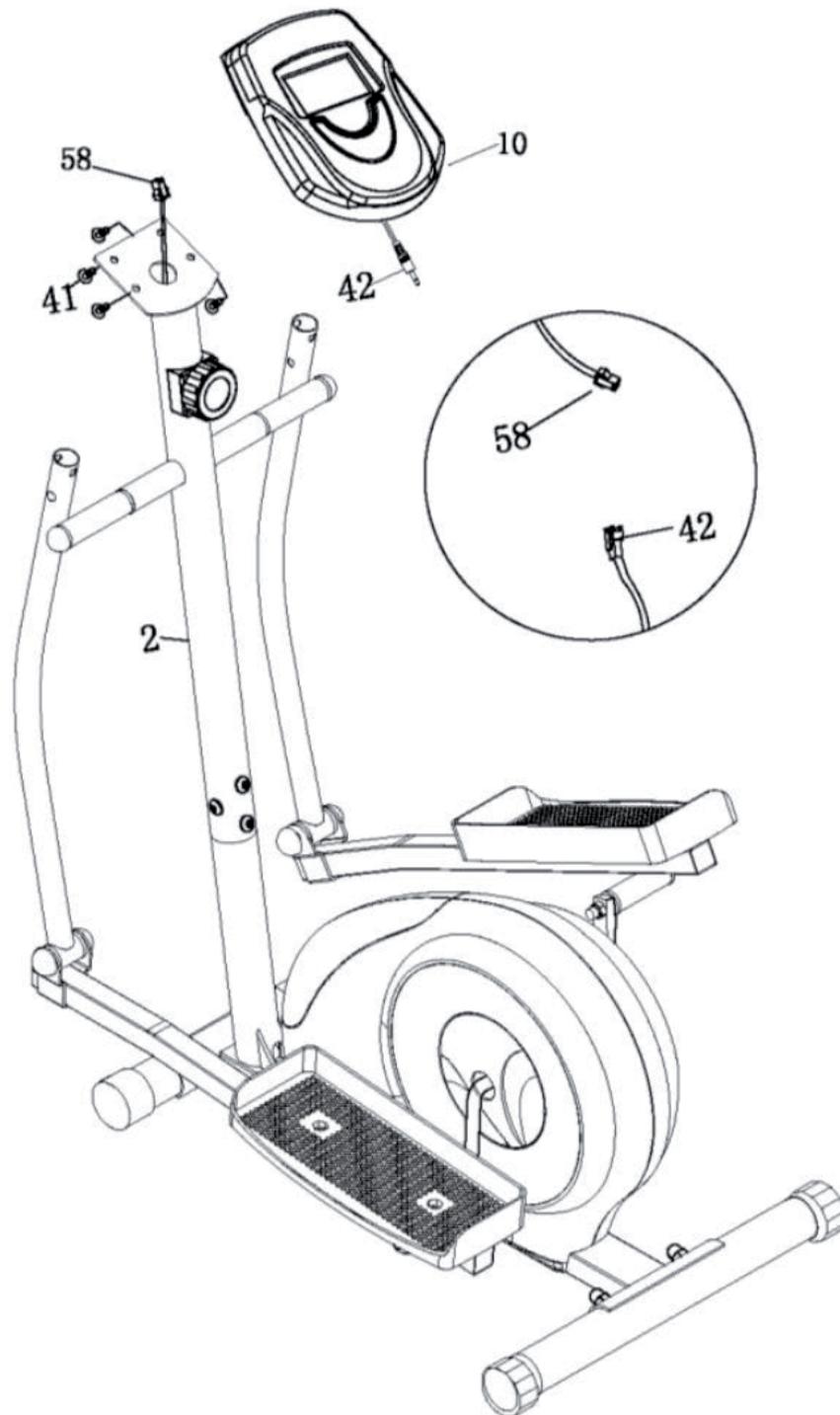
- Place the Left Foot Rail (7) on to left side of crank (20); tighten it by Allen Bolt (54), Wave Washer (82), Spring Washer (75), and Nylon Lock Nut (45).
- Doing the same for the right. Now fully tighten Allen Bolt (54) on the main upright.

Assembly - Step 5



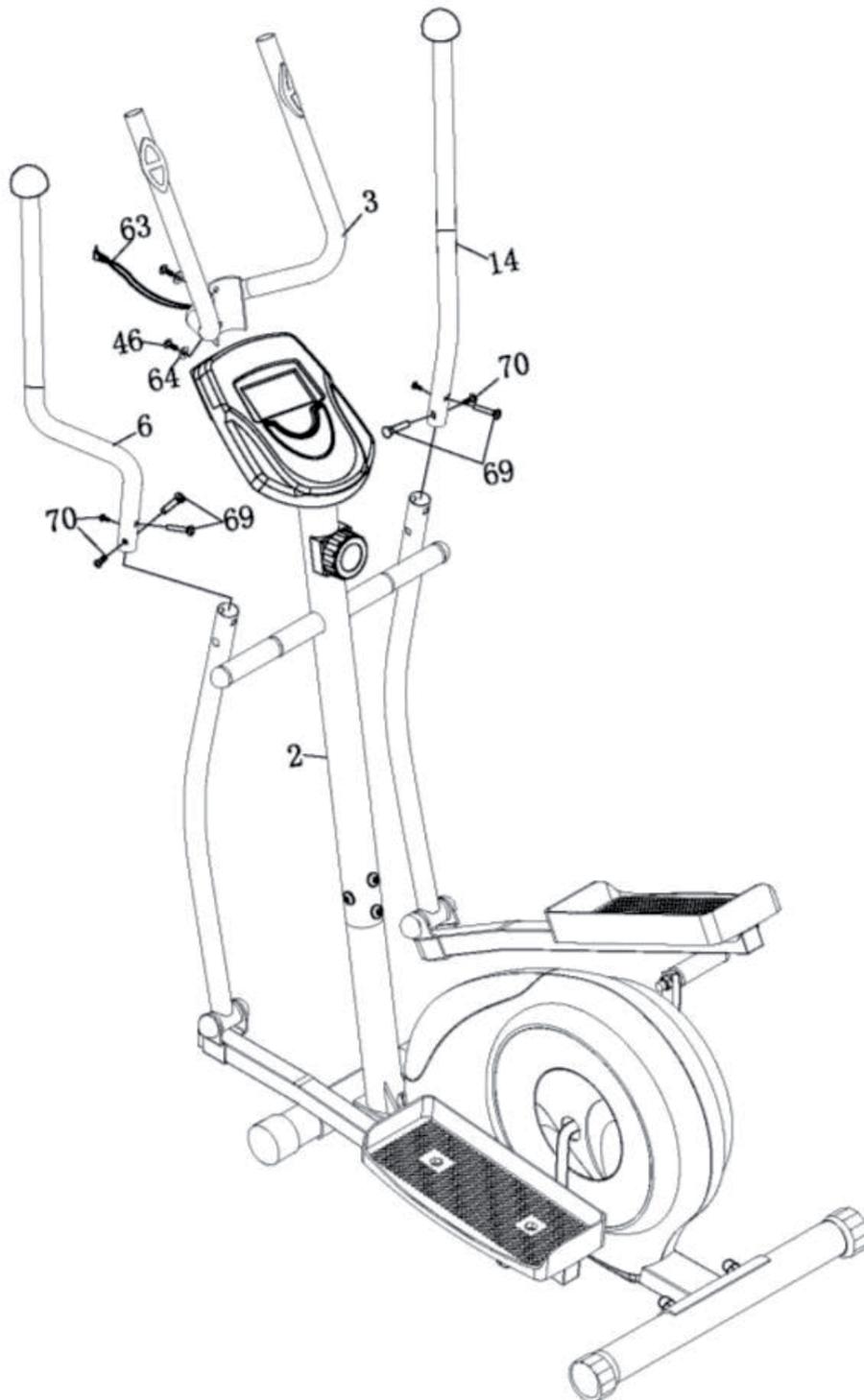
- Put the Left Pedal (15) on the Left Foot Rail (7) and tighten it by x2 Allen Bolt (76), x 2 Nylon Lock Nut (77). Doing it same for the right side.

Assembly - Step 6



- Connect Computer Wire (42) with Middle Computer Wire (58).
- Slide the Computer (10) to the Front Post (2) then fasten by x4 Screw of Computer (41).

Assembly - Step 7



- Fix the Fixed Handlebar (3) to the Front Post (2) with x 2 Screw (46) and Curve washer (64).
- Insert Upper Handlebar (L & R) in the Lower Hand Rail which marked "L" or "R" accordingly. Then fasten by x 2 Allen Bolt (70) and x2 Carriage Bolt (69) respectively.
- Insert the Hand Pulse Wire (63) to the back of computer.

Console Operations

Function Buttons

MODE	<ul style="list-style-type: none">• Press the button to select TIME, DISTANCE and CAL to preset.• Press the button for selection function display value on LCD, or enter after setting.• Press the button and hold for 2 seconds to reset all value except Odometer to be zero.
SET	To set up the target value of TIME, DISTANCE and CAL. Press the button and hold for 2 seconds to speed up the increment.
RESET	<ul style="list-style-type: none">• Press the button to reset function value when setting.• Press the button and hold for 2 seconds to reset all value except Odometer to be zero. (When the user replace batteries, all the values will reset to ZERO automatically.)
START/STOP:	Zum Starten/Stoppen des Trainings

Functions

Batteries	Please install 2 pieces of AA 1.5V batteries in the battery case on the back of monitor.(Whenever Batteries are removed, all the functions values will be reset to zero.)
Auto On/Off	While the user starts to do exercise, the Display will show out the workout value automatically. Once stop exercising over 256 sec, the Display will turn off. But the workout value of odometer will be hold. While user starts exercise again, workout value of odometer will accumulate continuously.
Auto Scan	After the monitor is power on or press Mode key, the LCD will display all functions values from Time-Calories-Odometer- Pulse- Speed- Distance. Each value will be held for 6 seconds.
Speed	Display the current training speed from 0.0 to 99.9 KPH or MPH.
Distance	Accumulates total distance from 0.0 up to 999.9. The user may preset target time by pressing SET & MODE button. Each increment is 0.1 KM or M; each increment will be 1 KM or M when distance is over 100. Automatically count down from targeting value during exercise.
Time	Accumulates total time from 00:00 up to 99:59. The user may preset target time by pressing SET & MODE button. Each increment is 1 minute. Automatically count down from targeting value during exercise.

Calories

Accumulates calories consumption during training from 0 to max. 9999 calories. The user may also preset the target calorie before training by press SET & MODE button. Each setting increase is 1 Cal till 1000; each increment will be 10 Cal when calories is over 1000. Automatically count down from targeting value during exercise.

Note: This data is a rough guide which cannot be used in medical treatment.

Odometer

Display the total accumulated distance from 0.0 to 999.9. User also can press mode key to display the Odometer value.

Pulse

The monitor will display the user's heart rate in beats per minute during training.

Reset

Press the button and hold for 2 seconds to reset all value except Odometer to 0.

Note: If the computer displays abnormally, please re-install the battery and try again. Battery Spec: 1.5V UM-3 or AA (2PCS). The batteries must be removed from the appliance before it is scrapped and that they are disposed of safely.

Environment Concerns



According to the European waste regulation 2002/96/EG this symbol on the product or on its packaging indicates that this product may not be treated as household waste. Instead it should be taken to the appropriate collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local council or your household waste disposal service.

Declaration of Conformity

Producer: CHAL-TEC GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Germany

This product is conform to the following European Directives:

2004/108/EC (EMC)
2011/65/EC (RoHS)

