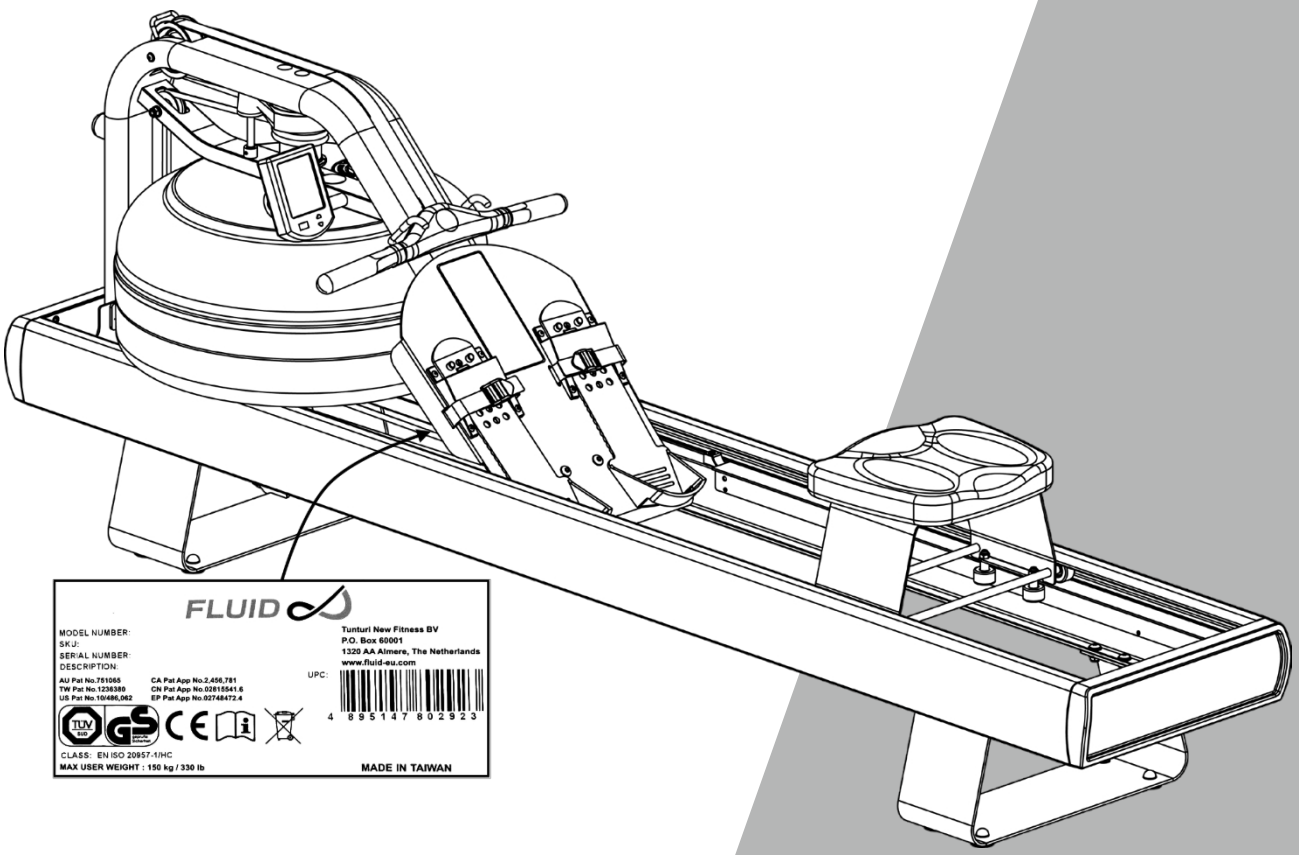
TUNTURI® by FLUID

NÁVOD PRO UŽIVATELE

MEGA PRO XL

22FMGPX000



S patentovanou technologií
nastavitelného odporu kapaliny

www.tunturi.com

Obsah

Česky

Úvod....2
Bezpečnost....3
Montáž....5
Rower Box 1 a 2 Obsah....6
Návod k montáži....7
Návod k obsluze....10
Monitor s automatickým nastavením Bluetooth....13
Postup kalibrace....13
Připojení monitoru a APP....14
Párování srdečního tepu přes Bluetooth....14
Odpojení trenažéru....14
Opětovné nasazení trenažéru....15
Údržba....16
Řešení problémů....16
Návod k použití podpůrného držáku úložiště....17
Mezinárodní záruka....18

English

Introduction....36
Safety....36
Assembly....38
Rower Box 1 & 2 Contents....41
Assembly Instructions....42
Operation Instructions....46
Bluetooth Auto-Adjust Monitor....49
Calibration Procedure....49
Monitor and APP Connectivity....49
Bluetooth Heart Rate Pairing....49
Detaching the Rower Belt....50
Reattaching the Rower Belt....50
Maintenance....52
Troubleshooting....52
Storage Support Bracket Instructions....51
International Warranty....51

Slovensky

Úvod....19
Bezpečnosť....19
Montáž....21
Rower Box 1 a 2 Obsah....22
Návod na montáž....23
Návod na obsluhu....26
Monitor s automatickým nastavením Bluetooth....29
Postup kalibrácie....29
Pripojenie monitora a APP....30
Párovanie srdcového tepu cez Bluetooth....30
Odpojenie trenažéru....30
Opätovné nasadenie trenažéru....31
Údržba....32
Riešenie problémov....32
Návod na použitie podporného držiaka úložiska....33
Medzinárodná záruka....34

Deutsch

Einführung....52
Sicherheit....53
Aufbau....56
Inhalt der Rower Packung....57
Montageanweisungen....58
Bedienungsanweisungen....61
Automatisch einstellbarer Bluetooth-Monitor....64
Kalibrierung....64
Konnektivität für Konsole und APP....65
Bluetooth-Herzfrequenz koppeln....65
Abnehmen des Rudergurtes....65
Montieren des Rudergurtes....66
Wartung....67
Fehlerbehebung....67
Anweisungen zur Aufbewahrungsstützhalterung....68
Garantie....69

Français

Introduction.....79
Sécurité.....80
Sestavení.....82
Contenu des boîtes 1 & 2 du rameur.....83
Návod k montáži.....85
Návod k použití.....87
Moniteur à réglage automatique par Bluetooth.....90
Connectivité moniteur et APP.....90
Remise en place de la courroie du rameur.....91
Détachement de la courroie de la machine de musculation.....91
Retrait du cordon d'amortisseur élastique.....92
Remplacement du cordon d'amortisseur élastique . 92
Entretien.....93
Dépannage.....93
Garantie.....94

Úvod

Blahopřejeme vám k zakoupení trenažéru.
Společnost FLUID hrdě představuje Rower jako výrobek pro domácí použití s patentovaným nastavitelným odporem tekutin.
Naše jedinečná kombinace přesných ocelových a masivních dřevěných rámů obsahuje pouze nejkvalitnější americký jasan, který je získáván pomocí nejnovějších technologií udržitelné těžby z obnovitelných plantáží.
Vezměte na vědomí, že drobné barevné odchylky jsou normální a jsou součástí umění matky přírody. Díky vzorům dřeva a jemným odstínům je každá jednotka Rower velmi individuální a je navržena tak, aby doplňovala jakékoli prostředí.
Při správné montáži, plnění nádrže, úpravě vody, servisu a údržbě pečlivě dodržujte všechny pokyny.
bezpečnosti.
Přístup k naší celosvětové distribuční a servisní síti je k dispozici na adrese www.tunturi.com.
Před montáží zkontrolujte obsah krabice 1 a 2, abyste se ujistili, že jsou všechny díly přítomny a správné.

Školení s trenažérem

1. Stejně jako u jiných fitness zařízení se před zahájením cvičebního programu na trenažéru poraďte se s lékařem.
2. Dodržujte pokyny uvedené v této příručce pro správnou polohu nohou a základní techniky veslování.
3. Podrobnější informace o technikách veslování naleznete na našich mezinárodních webových stránkách www.tunturi. com.

Bezpečnost

Bezpečnostní informace

- Před použitím tohoto výrobku je nutné si přečíst CELÝ návod k obsluze a VŠECHNY pokyny. Veslovací trenažér je určen výhradně k použití způsobem popsaným v tomto návodu.
- JE DŮLEŽITÉ PLNĚ POROZUMĚT KAŽDÉMU UPOZORNĚNÍ.
- Stejně jako u jiných fitness zařízení se před zahájením cvičení na veslu poraďte s lékařem.
  programu.
- Uvědomte si, že jakémukoli fitness režimu by měla před jeho zahájením předcházet lékařská prohlídka u certifikovaného lékaře.
- Při nesprávném nebo nadměrném tréninku může dojít k poškození zdraví.
- Pokud se na řemenech, kladkách a šňůrách Bungee objeví jakékoli známky nadměrného opotřebení, okamžitě stroj zastavte. Nepoužívejte přístroj, dokud nebudou uvedené díly opraveny nebo vyměněny.
- Nedovolte dětem bez dozoru přístup ke stroji.
- Před zvednutím trenažéru do svislé polohy posuňte sedadlo dopředu.
- Rower může stát ve svislé poloze pro uskladnění. Postupujte přitom podle pokynů uvedených v příručce.
- Pokud by některé z nastavovacích zařízení zůstalo vyčnívat, mohlo by uživateli překážet v pohybu.
- Neskladujte v mrazu s vodou v nádrži, protože může dojít k jejímu rozpínání a prasknutí součástí.
- Konzola je navržena tak, aby poskytovala přesné údaje o cvičení v reálném čase. V zájmu vašeho zdraví a bezpečnosti se však nespoléhejte pouze na tyto údaje. Pokud pocítíte jakékoli potíže, okamžitě přestaňte cvičit a poraďte se s lékařem.
- Pod zařízení vždy umístěte protiskluzovou podložku, abyste snížili riziko uklouznutí.
- Před použitím zkontrolujte, zda nádrž nejeví známky netěsnosti. Pokud zjistíte únik, okamžitě přestaňte zařízení používat.
- Zařízení pravidelně kontrolujte a v případě potřeby vyměňte baterie, aby byl zachován bezpečný provoz.

Správné používání

- Nepoužívejte zařízení jiným způsobem, než je navrženo nebo určeno výrobcem. Je nezbytné, aby zařízení FLUID bylo používáno správně, aby nedošlo ke zranění.
- Při nesprávném nebo nadměrném cvičení může dojít ke zranění. Před zahájením cvičebního programu se doporučuje, aby se všichni jedinci poradili s lékařem. Pokud kdykoli během cvičení pocítíte mdloby, závratě nebo bolesti, PŘESTAŇTE CVIČIT a poraďte se s lékařem.
- Aby nedošlo ke zranění, udržujte části těla (ruce, nohy, vlasy atd.), oblečení a šperky mimo dosah pohyblivých částí.
- Dodržujte pokyny uvedené v této příručce pro správnou polohu nohou a základní techniky veslování.
- Podrobnější informace o technikách veslování naleznete na našich mezinárodních webových stránkách www.fluid-eu.com.

Kontrola

- NEPOUŽÍVEJTE ani nepovolujte používání zařízení, které je poškozené a/nebo má opotřebované nebo poškozené části. Pro všechna zařízení FLUID používejte pouze náhradní díly dodané společností FLUID.
- Kabely a řemeny představují mimořádnou odpovědnost, pokud jsou používány roztřepené. Vždy vyměňte jakýkoli kabel nebo řemen při prvních známkách opotřebení (v případě nejistoty se obraťte na společnost FLUID).
- ÚDRŽBA ZAŘÍZENÍ - Preventivní údržba je klíčem k bezproblémovému provozu zařízení a také k udržení vaší odpovědnosti na minimu. Zařízení je třeba pravidelně kontrolovat.
- Ujistěte se, že každá osoba (osoby), která provádí seřízení nebo jakoukoli údržbu či opravu, je k tomu kvalifikovaná.
- NEPOKOUŠEJTE SE POUŽÍVAT NEBO OPRAVOVAT ŽÁDNÉ PŘÍSLUŠENSTVÍ SCHVÁLENÉ PRO POUŽITÍ S KAPALINOVÝM ZAŘÍZENÍM, KTERÉ SE JEVÍ JAKO POŠKOZENÉ NEBO OPOTŘEBOVANÉ.
- Pravidelně kontrolujte všechny řemeny, kladky a lana, zda nevykazují známky opotřebení, a v případě potřeby je vyměňte.
- Pravidelně kontrolujte a dodržujte všechny pokyny pro údržbu uvedené v této příručce.
- Okamžitě vyměňte všechny vadné díly a neprovozujte jednotku, dokud nebudou dokončeny všechny opravy.
- Úroveň bezpečnosti zařízení lze udržet pouze tehdy, pokud se pravidelně kontroluje, zda nedošlo k poškození a opotřebení, např. lan, kladek, spojovacích bodů.

Bezpečnost

Provozní upozornění

- Dbejte na to, aby se k zařízení nepřibližovaly děti. Pokud je zařízení používáno v přítomnosti dětí, musí rodiče nebo jiné osoby vykonávající dohled nad dětmi zajistit pečlivý dohled nad dětmi.
- Nedovolte uživatelům, aby při používání zařízení nosili volné oblečení nebo šperky. Doporučujeme také, aby si uživatelé zajistili dlouhé vlasy dozadu a nahoru, aby se vyhnuli kontaktu s pohyblivými částmi.
- Všechny okolostojící osoby se musí během provozu stroje držet mimo dosah všech uživatelů, pohyblivých částí a připojeného příslušenství a součástí.
- VAROVÁNÍ Nevkládejte prsty do nádrže!
- UPOZORNĚNÍ Po veslování nechte přístroj 5 minut stát, než jej postavíte k uskladnění.
- UPOZORNĚNÍ Nenaplňujte nádrž za kalibrační značku uvedenou na nálepce hladiny v nádrži, jinak může dojít k rozlití vody.
- VAROVÁNÍ Nikdy neprovozujte tento veslařský trenažér bez nohou řádně upevněných v popruzích na nohy nebo bez zajištěné posuvné části posuvné desky na nohy!

⚠ UPOZORNĚNÍ

- Udržujte ruce a prsty mimo dosah pohyblivých částí, jak je uvedeno v tomto návodu.
- Trenažér může při skladování stát ve svislé poloze. Ujistěte se, že je vybráno bezpečné místo, například v rohu místnosti nebo u zdi na rovném, bezpečném povrchu.
- Doporučuje se nevystavovat stroj přímému slunečnímu záření. To může způsobit zrychlené stárnutí plastového materiálu, zkrátit životnost pláště nádrže a dokonce vést k jeho deformaci a prasknutí.

⚠ POZNÁMKA:

Pokud není skladovací plocha rovná, je zapotřebí přídavné upevnění (prodává se samostatně), které udrží trenažér v rovině stabilní při vertikální skladovací poloze.

Montáž

Specifikace výrobku

Třída výrobku: 1: SC

Brzdový systém: SC - brzdový systém

Hmotnost netto: 56,83 kg Hmotnost brutto: 65,46 kg (144,31 lb)

Minimální bezpečná pracovní plocha: 333 cm (131,09") x 174 cm (68,50")

Rozměry: Maximální hmotnost uživatele: 150kg (330lb).

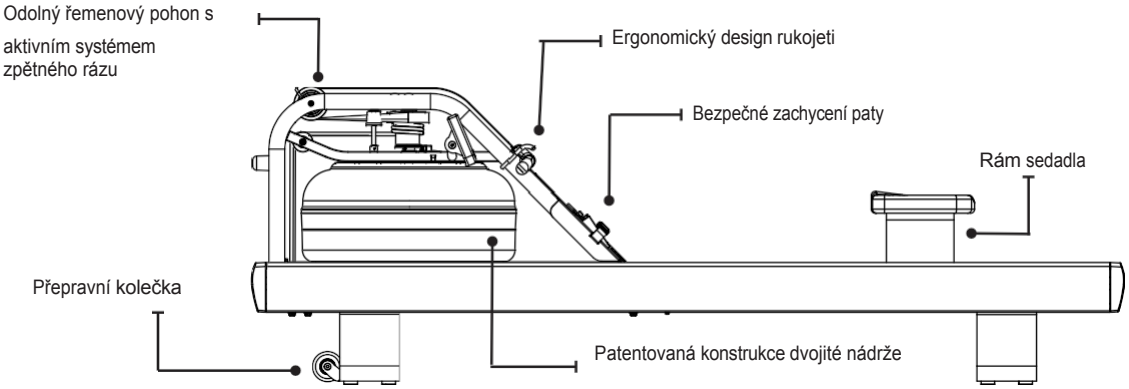
Kompaktní plocha: 2130 mm x 540 mm nebo ve svislé poloze 750 mm x 540 mm

Použití v interiéru

Instalace

- Pro maximální stabilitu umístěte během používání na stabilní, rovný povrch ve vodorovné poloze.
- Pravidelně kontrolujte všechny řemeny, kladky a bungee šňůry, zda nevykazují známky opotřebení, a v případě potřeby je vyměňte.
- Pravidelně kontrolujte a dodržujte všechny pokyny pro údržbu uvedené v této příručce.
- Okamžitě vyměňte všechny vadné díly a neprovozujte jednotku, dokud nebudou všechny opravy dokončeny.

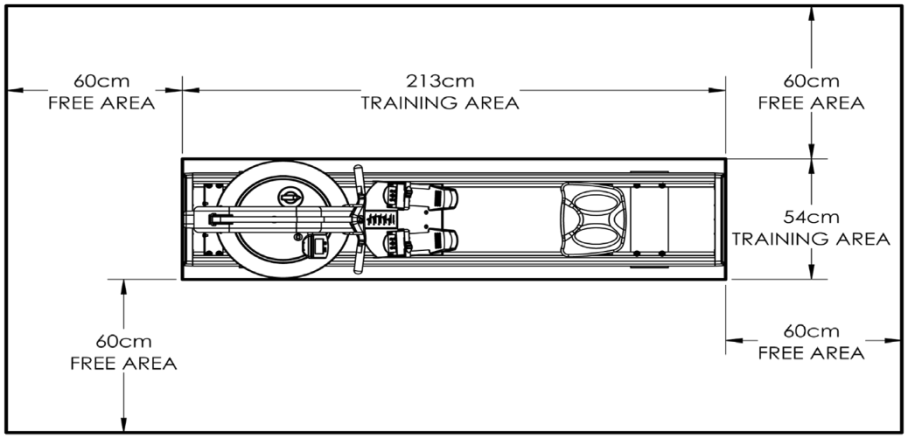
Nejdůležitější informace o výrobku



Chcete-li použít transportní kolečka pro přesun veslovacího trenažéru, stačí zvednout zadní nohy do úhlu většího než 15 stupňů. To vám umožní snadnou přepravu zařízení.

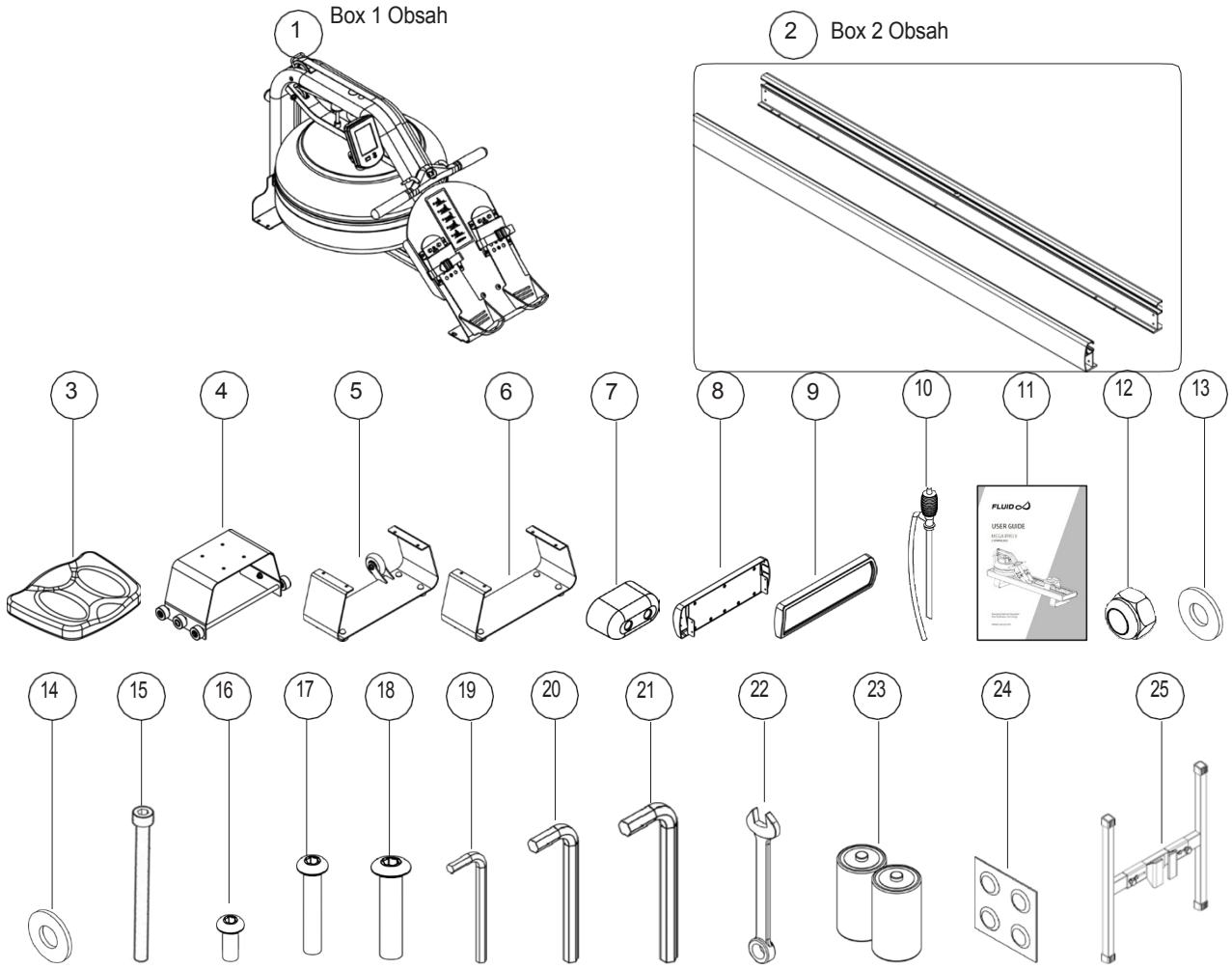
Tréninková plocha

Tréninková plocha musí být miniáln ě o 60 cm (23,62") v ětší než tréninková plocha ve směrech, ze kterých se k zařízení přistupuje. Tréninková plocha musí zahrnovat také prostor pro nouzové sesednutí.



Poznámka: Trenažér není vhodný pro terapeutické účely.
Pokud je zařízení umístěno vedle sebe, může být hodnota volné plochy společná.

Obsah boxu 1 a 2 veslovacího trenažéru



Položka	Množství.	Popis	Položka	Množství	Popis
1	1	Hlavní rám	7	1	Gumová patka
2	2	Levá / pravá boční lišta	8	1	Přední koncový kryt
3	1	Sedadlo veslaře	9	1	Zadní koncový kryt (s gumovými podložkami)
4	1	Rám sedadla veslaře	10	1	Sifon
5	1	Sestava přední nohy	11	1	Uživatelská příručka
6	1	Sestava zadní nohy			
SADA hardwaru					
12	14	Matice M8 Nyloc	19	1	3mm imbusový klíč
13	12	Podložka M6	20	1	4mm imbusový klíč
14	28	Podložka M8	21	1	6mm imbusový klíč
15	2	Šroub M5x30 mm	22	1	13mm klíč
16	8	Šroub M6x10mm	23	2	Baterie typu D
17	4	Šroub M6x20 mm	24	4	Tableta na úpravu vody
18	14	Šroub M8x20mm			
Volitelné vybavení (není součástí dodávky)					
25	1	Podpěrná konzola pro skladování			

Návod k montáži

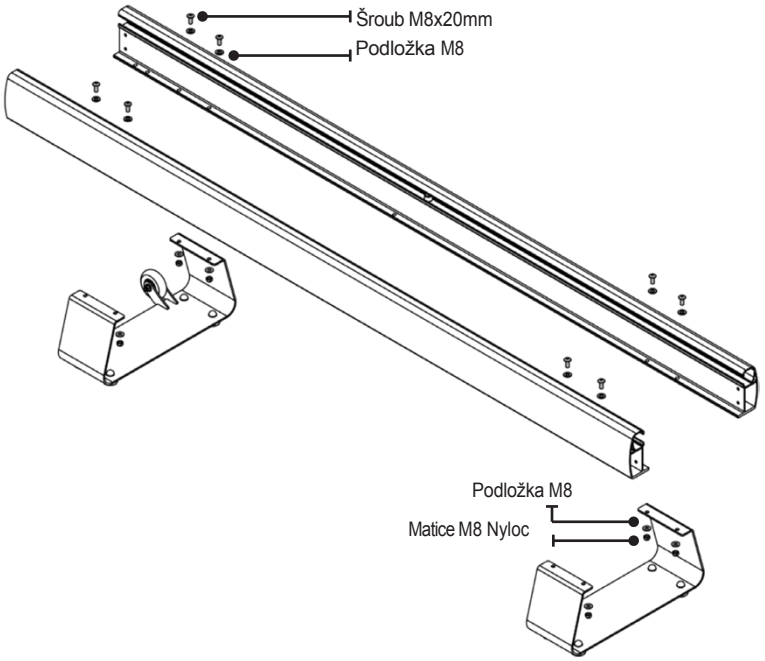
KROK 1

Instalace nohou na boční lišty

POŽADOVANÉ
Boční lišta levá / pravá [2]
Sestava přední nohy [5]
Sestava zadní nohy [6] 8x M8 Nyloc matice [12] 16x M8 podložka [14]
8x šrouby M8x20mm [18]
Boční kolejnice [2]

Nainstalujte sestavu přední nohy[5] (přední noha s připevněným transportním kolečkem) a sestavu zadní nohy[6] na boční lištu[2] podle obrázku. Budete potřebovat 8x šroub M8x20 mm[18], 16x podložku M8[14] a 8x matici M8 Nyloc[12].

Montáž hlavního rámu k bočním lištám

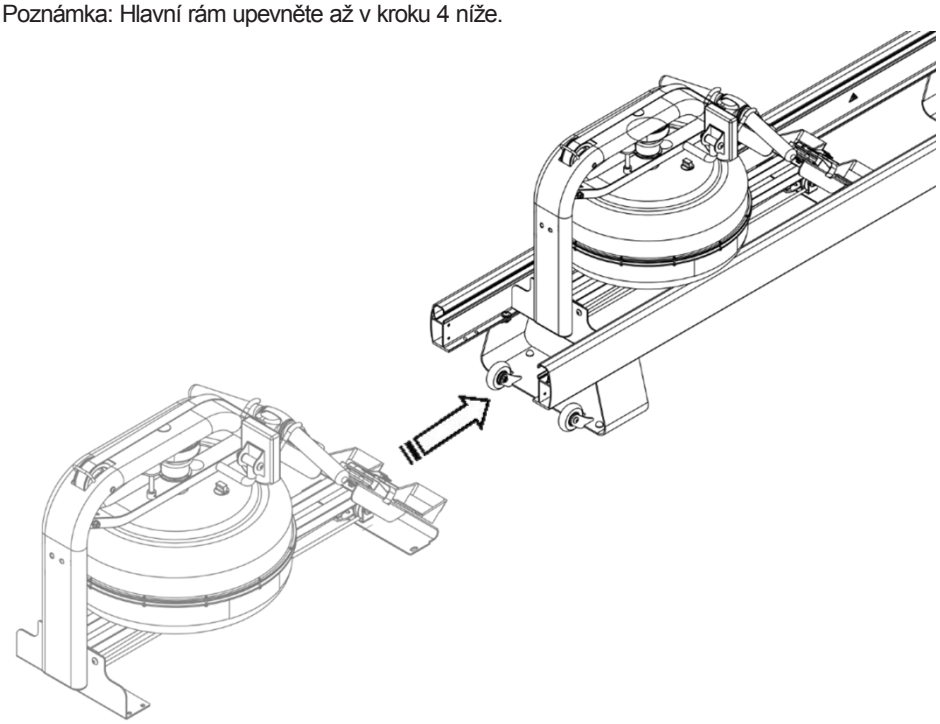


KROK 2

POTŘEBNÉ
Hlavní rám [1] Boční lišta [2]

POZNÁMKA
Vyžaduje dvě osoby.

Montáž hlavního rámu [1] k bočním lištám [2] podle obrázku.
Poznámka: Hlavní rám upevněte až v kroku 4 níže.

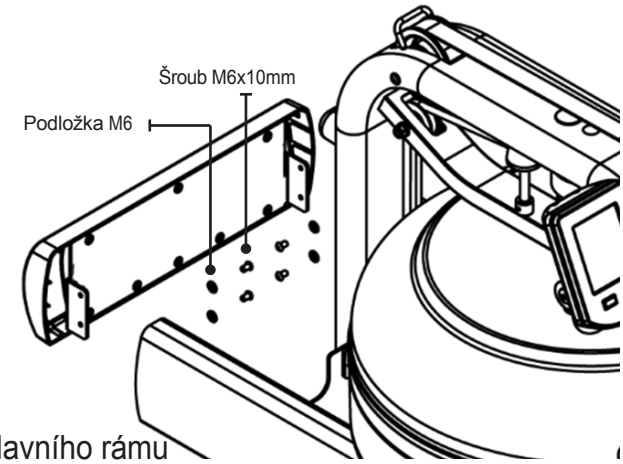


Návod k montáži

KROK 3 Instalace předního krytu

POTŘEBNÉ
Boční lišta [2] Přední koncová krytka [8]
4x podložka M6 [13]
4x šrouby M6x10 mm [16]

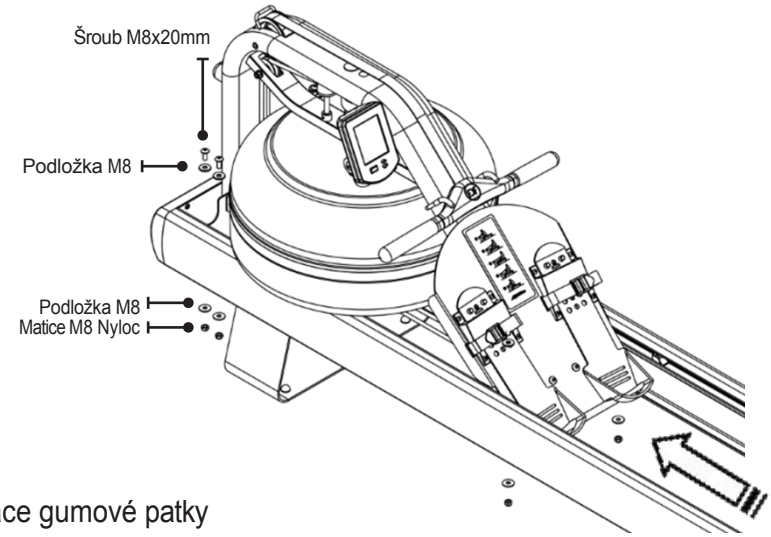
Nainstalujte přední koncovou krytku[8] na boční lišty[2] pomocí 4x šroubů M6 x10[16] a 4x podložek M6[13].



KROK 4 Umístění hlavního rámu

POŽADOVANÉ
8x matice M8 Nyloc [12] 16x podložka M8 [14]
8x šroub M8x 20 mm [18]

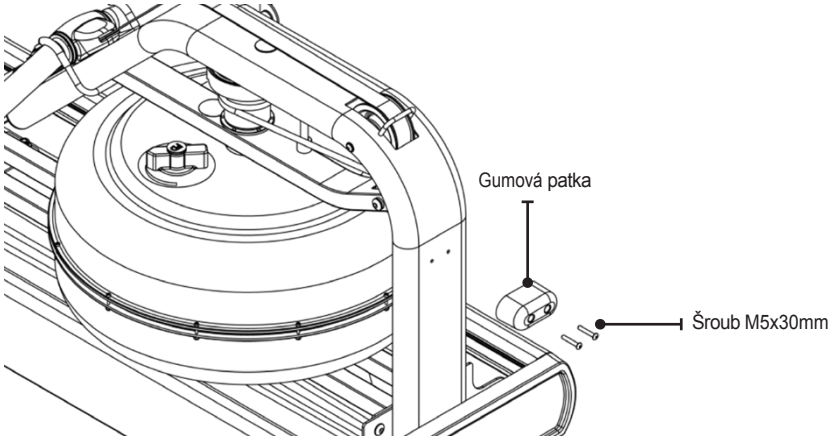
Posuňte hlavní rám dopředu do požadované polohy a zajistěte jej pomocí 8x šroubu M8x20mm[18], 16x podložky M8[14] a 8x matice M8 Nyloc[12].



KROK 5 Instalace gumové patky

POŽADOVANÉ
Gumová patka [7]
2x šrouby M5x30 mm [15]

Nainstalujte gumovou patku[7] na hlavní rám pomocí 2x šroubů M5 x30[15].

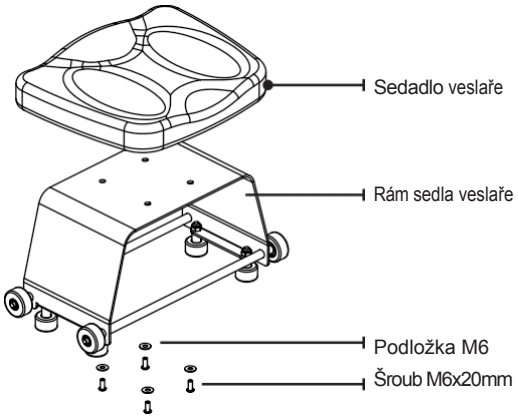


Návod k montáži

KROK 6 Instalace sedadla veslaře

POTŘEBNÉ
Sedačka na veslaře [3]
Rám sedla veslaře [4] 4x
podložka M6 [13]
4x šrouby M6x20 mm [17]

Nainstalujte sedadlo vesla[3] na rám vesla[4] pomocí 4x šroubů M6x20 mm[17] a 4x podložek M6[13].

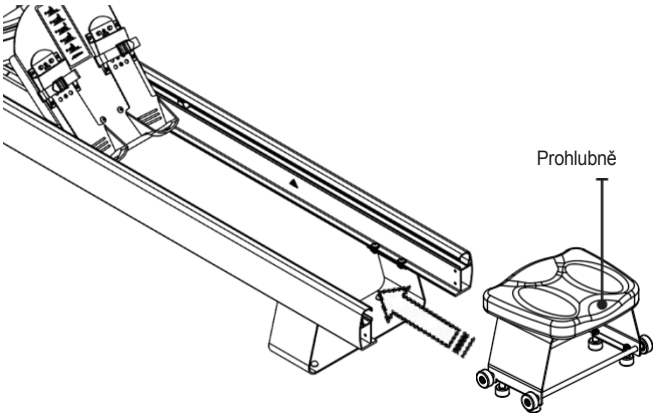


KROK 7 Instalace sedadla trenažéru do bočních lišt

POŽADOVANÉ
Sedadlo veslaře [3]
Rám sedadla veslaře [4]

Zasuňte sestavené sedadlo veslaře do bočních lišt podle obrázku. Prohloubení sedadla musí směřovat k zadní části veslaře.
POZNÁMKA: Kola a pásy čistěte každý týden měkkým suchým hadříkem, abyste snížili rychlost opotřebení kol i pásů.

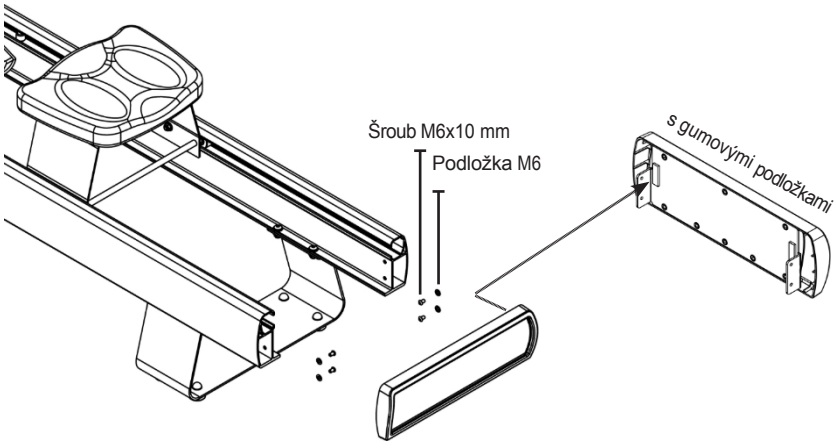
⚠ POZOR
Nevkládejte prsty mezi boční kolejnici a pojezd kola.



KROK 8 Instalace zadního koncového krytu (s gumovými podložkami)

POŽADOVANÉ
Boční lišta [2]
Zadní koncový kryt [s gumovými podložkami [9]
4x podložka M6 [13]
4x šrouby M6x10 mm [16]

Nainstalujte zadní koncovou krytku[9] na boční lišty[2] pomocí 4x šroubů M6 x10[16] a 4x podložek M6[13].



Návod k montáži

Nádrž s nastavitelným odporem (AR)

Nádrž s nastavitelným odporem (AR), vyvinutá a patentovaná společností FLUID. nabízí skutečný víceúrovňový zážitek. Voda se pohybuje mezi "zásobní" a "aktivní" komorou nádrže AR Tank. Váš nový veslovací ergometr se může přizpůsobit - otočením kolečka - odporu, který každý uživatel preferuje.

Začínáme

Chcete-li dosáhnout minimálního odporu, zvolte na regulátoru nádrže hodnotu "1". K naplnění centrální (zásobní) nádrže je zapotřebí 10 zdvihů, přičemž ve vnější (aktivní) nádrži zůstane minimální množství vody. Tento postup je nutný vždy, pokud je požadován minimální odpor. Veslujte usilovně v rovnoměrném tempu (20 až 25 záběrů za minutu [SPM]) a do záběru vkládejte určité úsilí, přičemž dbejte na správnou formu. Během veslování můžete upravovat úroveň odporu. Vaše nádrž AR se téměř okamžitě přizpůsobí zvýšení odporu, ale bude trvat až 10 záběrů, než se sníží potřebné úsilí, protože se naplní centrální (zásobní) nádrž.

Vývoj vašeho tréninku

Jakmile naleznete úroveň, která vám poskytne požadované cvičení, můžete provádět změny SPM a intenzity záběrů, abyste dále měnili svůj energetický vklad. Intervalový trénink používá většina veslařů,
kde se střídá období nízké intenzity s krátkými intervaly vysoké intenzity. Veslovací ergometr FLUID umožňuje změny "za chodu", aby bylo možné dosáhnout více úrovní odporových profilů během jediného tréninku. Další informace o cvičebních sestavách naleznete na našich webových stránkách na adrese
www.tunturi.com

Plnění nádrže a postupy úpravy vody

POŽADOVANÉ

Sifon [7]

⚠ POZOR

Nastavovač odporu musí být nastaven na ÚROVEŇ 10, aby byla zajištěna přesná kapacita plnění.

⚠ VAROVÁNÍ

Nepřeplňujte nádrž nad maximální indikovanou úroveň 20 litrů. Řiďte se štítkem s označením hladiny v nádrži na spodní straně nádrže.

⚠ POZNÁMKA

V oblastech, kde je známa špatná kvalita vody z vodovodu, doporučuje společnost FLUID používat destilovanou vodu.

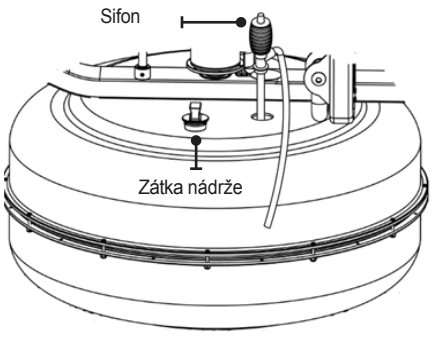
A) Odstraňte zátku nádrže z horní části nádrže.

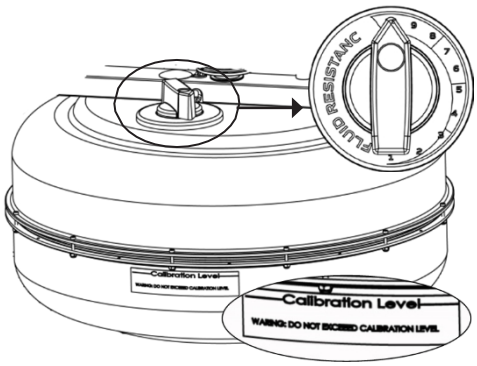
B) Umístěte velký kbelík s vodou vedle roveru. Umístěte
Sifon [7] s pevnou hadicí v kbelíku a ohebnou hadicí v nádrži.
POZNÁMKA: Před použitím sifonu se ujistěte, že je malý odvzdušňovací ventil na sifonu uzavřen.
naplněním.

C) Stiskněte sifon a začněte plnit. Důležité: Nepřeplňujte nádrž.

D) Po naplnění otevřete ventil na horní části sifonu, aby mohla přebytečná voda uniknout.

E) Po dokončení plnění postupujte podle níže uvedeného plánu úpravy vody,
poté vyměňte zátku nádrže.

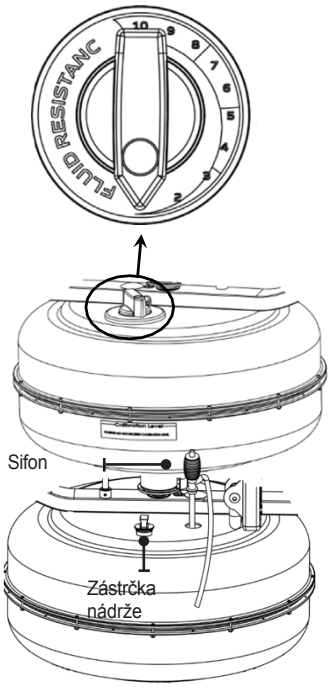




Úroveň 1: Při tomto nastavení zůstává část vody v zásobě a vytváří se odolnost proti světlu.
Úroveň 10 : Toto nastavení umožňuje, aby se do setrvačníku dostalo maximální množství vody, čímž se dosáhne nejtěžšího odporu .

Návod k montáži

Odstranění/výměna vody z nádrže



A) Nastavte regulační knoflík do polohy "1".
B) Řádkujte alespoň desetkrát, abyste zásobník naplnili co nejúplněji.
co nejvíce.
C) Vyjměte zátku nádrže.
D) Vložte pevný konec sifonu do nádrže a ohebnou hadici do velkého sifonu.
kbelíku.
E) Vypusťte nádrž (zůstane přibližně 40 % vody) a poté ji znovu naplňte podle pokynů pro plnění nádrže popsaných v části Plnění nádrže této příručky.

POZNÁMKA:

- Ventil na horní části sifonu musí být uzavřen, aby bylo možné správně naplnit nádrž.
vypouštění vody.
- Úprava vody vyloučí nutnost výměny vody v nádrži, pokud je dodržován plán úpravy.
- Další tableta na úpravu vody je nutná pouze v případě, že se ve vodě objeví změna barvy.
- Vystavení plnému slunečnímu záření zkracuje životnost Tablety na úpravu vody. Uložením vracečky mimo dosah přímého slunečního světla se prodlouží doba mezi jednotlivými ošetřeními vody.
- V nádrži zůstane přibližně 40 % vody. Bez demontáže není možné nádrž A/R zcela vypustit.

POZNÁMKA: Pro jednoduché, rychlé a efektivní naplnění a/nebo vyprázdnění nádrže máme jako volitelné příslušenství k dispozici bateriové čerpadlo (dobíjitelné přes USB). Doporučujeme ji všem komerčním zařízením s více jednotkami, která mají potřebu čas od času vypouštět a doplňovat Nádrže. Pro zakoupení kontaktujte nejbližšího distributora FLUID nebo navštivte naše webové stránky na adrese www.tunturi.com, kde naleznete podrobnosti.

⚠ POZOR Při každém otevření zátky nádrže za účelem úpravy vody se důrazně doporučuje použít pod nádrží hadřík.

Počáteční úprava vody

Přidejte jednu tabletu na úpravu vody na plnou nádrž. V ŽÁDNÉM PŘÍPADĚ NEPOUŽÍVEJTE JINÉ TABLETY NA ÚPRAVU VODY NEŽ TY, KTERÉ JSOU SOUČÁSTÍ DODÁVKY PŘÍSTROJE.
Zakoupený přístroj obsahuje 4xTablety na úpravu vody, což postačuje na několik let používání. Doba mezi jednotlivými ošetřeními vody se může značně lišit v závislosti na umístění vaší jednotky a vystavení slunečnímu záření. Obvykle lze očekávat, že vodu v nádrži budete ošetřovat každých 12-24 měsíců.
Pokud voda změní barvu nebo vykazuje známky růstu řas / bakterií, jednoduše přidejte jednu tabletu na úpravu vody. Chcete-li zakoupit další tablety na úpravu vody, obraťte se na nejbližšího regionálního prodejce/distributora nebo se podívejte na naše webové stránky www.tunturi.com.

Jak nastavit odolnost

Zvolte preferovaný odpor kapaliny.
POZNÁMKA: Hladina monitoru bude automaticky odrážet odpor kapaliny zvolený v nádrži.
Při nastavování úrovně odporu nechte dva tahy, abyste pocítili nárůst.
a deset tahů, abyste pocítili snížení.



MINIMUM

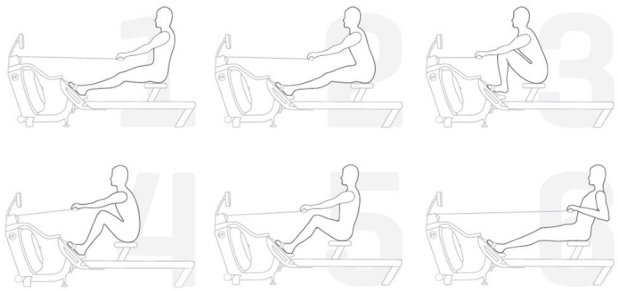


MAXIMUM

Návod k obsluze

Začněte veslovat

Veslařský záběr se provádí v šesti fázích.



1. Sedněte si s rovnýma nohama a zády, v bocích se mírně předkloňte, paže natáhněte rovně a ruce položte na úroveň dolních žeber. Švihněte dozadu.
2. Rovné nohy a záda, mírný předklon v bocích, paže natažené vpřed. Předkloňte se a sklouzněte dopředu. Poznámka: Ruce by nyní měly být kolem kolen, nohy držte rovně.
3. Nohy vystupují dopředu a snaží se dostat holeně do svislé polohy. Záda jsou stále rovná a postoj mírně předkloněný, paže stále natažené dopředu. Nyní jeďte tvrdě, toto je CATCH.
4. Kolena částečně narovnáme, takže sed je nyní v polovině dráhy, záda a paže jsou stále rovné. Udržujte tah.
5. Kolena jsou téměř rovná, záda jsou stále rovná, ale nyní se mírně naklánějí z boků dozadu. Paže jsou rovné. Nyní se protáhněte.
6. Nohy jsou nyní plně natažené. Záda jsou rovná a mírně zakloněná, nyní přitáhněte paže tak, aby byly blízko hrudníku, předloktí vodorovně a lokty blízko hrudního koše. Toto je DOKONČENÍ.

Další informace o správné technice veslování a tipy na trénink najdete na našich webových stránkách www.tunturi.com.

⚠ POZOR: Před zahájením cvičebního programu se vždy poraďte s lékařem. Pokud pocítíte mdloby nebo závratě, okamžitě přestaňte.

⚠ POZOR: Neveslujte na jednu stranu.

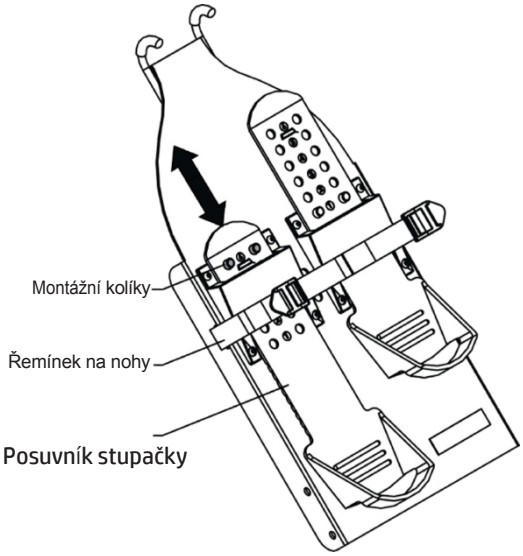
Nastavení stupaček

Posuvník nášlapné desky se přizpůsobí většině velikostí chodidel a je navržen tak, aby vaše nohy při veslování bezpečně držely na místě. Chodidla by měla být umístěna tak, aby nášlapný pásek zakrýval tu část chodidla, která se při veslování přirozeně ohýbá. (Např. deska chodidla)

K NASTAVENÍ:

Zvedněte horní část nášlapné desky z montážních kolíků a posuňte ji vertikálně v rozmezí 1-6 tak, aby vyhovovala délce vašeho chodidla. Zajistěte zaháknutím nášlapné desky zpět na montážní kolíky a pevně zatlačte dolů, abyste ji zajistili na místě. Umístěte nožičky na desky a utáhněte Footstrap, aby chodidla pevně seděla na patních úchytech.

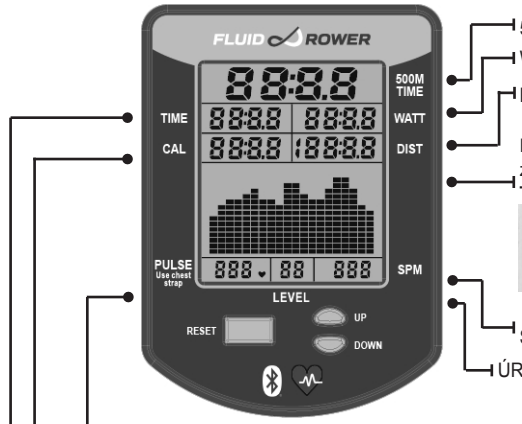
Poznámka: Zachycovač paty by se měl ohýbat, aby se vaše chodidlo mohlo při veslování přirozeně otáčet.



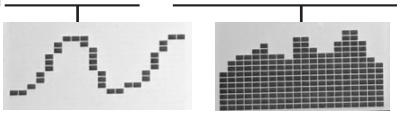
⚠ VAROVÁNÍ: Nikdy neprovozujte tento veslovací trenažér, aniž by chodidla byla řádně upevněna v Footstrapech nebo aniž by posuvná část posuvníku nášlapné desky byla zajištěna v dané poloze!

Monitor s automatickým nastavením Bluetooth

Automatické spuštění: Zahájení cvičení pro aktivaci.
Vynulujte všechny hodnoty: Stiskněte a podržte tlačítko RESET po dobu 3 sekund.
Automatické vypnutí: Po více než 5 minutách. Po opětovném spuštění se všechny hodnoty vrátí na nulu.



500M ČAS: Čas na veslování 500 metrů.
WATT: Jednotka výkonu aktualizovaná na jeden veslařský záběr.
DISTANCE (Vzdálenost): Aktualizováno každou sekundu.
POWER GRAPH (Graf výkonu): Stisknutím tlačítka RESET změníte zobrazení z křivky výkonu na kumulativní graf výkonu v sekundách.



SPM: Údery za minutu aktualizované při každém záběru.
ÚROVEŇ: Automatické nastavení úrovně podle regulačního knoflíku na nádrži.
PULSE: Kompatibilní s hrudním pásem Polar H7,H10 a rukojetí pro měření tepové frekvence FLUID Touch (volitelně).
CAL: Kalorie spálené za hodinu při aktuálním výkonu ve wattech. Zobrazuje celkové spálené kalorie po ukončení cvičení.
ČAS: Automatické spuštění uplynulého času.

WATT: Měří špičkový výkon ve wattech, vypočítává sílu a zrychlení, které jsou k dispozici pro přesné měření výkonu uživatele.
TRÉNINKOVÉ ÚDAJE: Data získaná z každého tréninku se zobrazují ve formě výkonové křivky a grafu kumulativního výkonu, což umožňuje srovnání v reálném čase pro efektivní progresivní trénink.
AUTOMATICKÉ NASTAVENÍ ÚROVNĚ: Vestavěný potenciometr automaticky nastavuje úroveň odporu monitoru podle polohy regulačního knoflíku na nádrži.
BLUETOOTH CONNECTIVITY: Každý trenažér je vybaven nejmodernější technologií Monitor, která umožňuje připojení Bluetooth k jakémukoli kompatibilnímu chytrému zařízení. Monitor je navržen pro integraci s veslařskými a fitness aplikacemi a pomáhá s efektivním tréninkovým pokrokem, zaznamenáváním a porovnáváním dat pro soutěživé jedince. Včetně aplikace FLUID Rowing APP, která je k dispozici na webových stránkách FLUID. Je kompatibilní s aplikacemi třetích stran a aktualizací softwaru přes Bluetooth.
POZNÁMKA: Hrudní pás pro měření srdečního tepu a dotyková rukojeť pro měření srdečního tepu se prodávají samostatně.
UPOZORNĚNÍ K BATERIÍM: Abyste zabránili vytečení baterií, vyjměte je z monitoru, pokud zařízení neplánujete používat déle než 30 dní.
UPOZORNĚNÍ: Systémy monitorování srdečního tepu mohou být nepřesné, Nadměrné cvičení může mít za následek vážné zranění nebo smrt. Pokud pocítíte mdloby, okamžitě přestaňte cvičit a vyhledejte odbornou lékařskou pomoc.

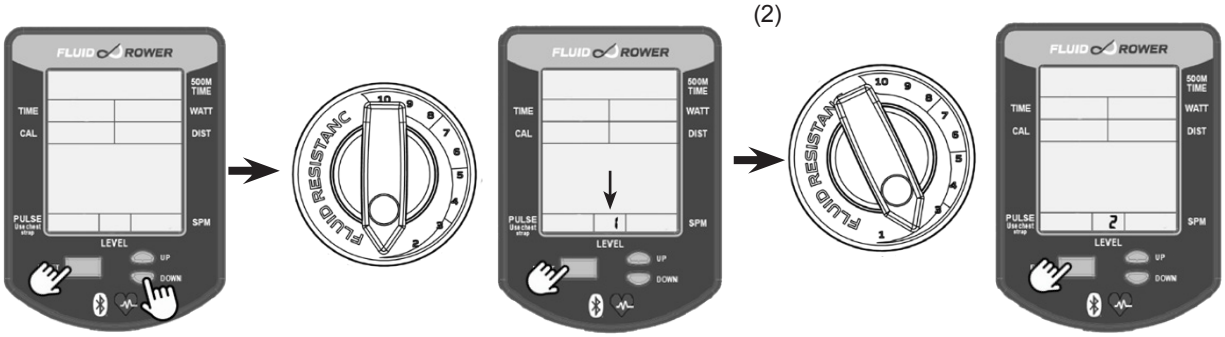
Kalibrační postup

1) Stiskněte a podržte tlačítka Reset a Down po dobu 5 sekund. Na displeji se zobrazí " Úroveň 1"
Otočte rukojetí nádrže na úroveň 1.
Stiskněte tlačítko Reset. Na displeji se nyní zobrazí úroveň 2. Kalibrace úrovně 1 je dokončena.

2) Otočte rukojetí nádrže na úroveň 2. Stiskněte tlačítko Reset.
Na displeji se nyní zobrazí úroveň 3. Kalibrace úrovně 2 je dokončena.

3) Opakujte pro 3,4,5,6,7,8,9,10. Úroveň 10 Reset. Kalibrace je dokončena.

(1)



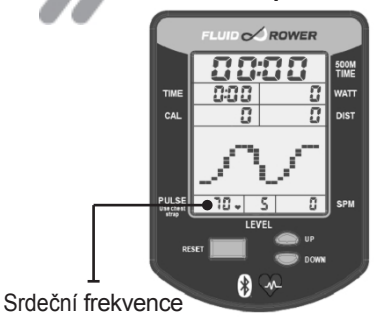
(2)

Připojení monitoru a aplikace



1. Stáhněte si aplikaci "Fluid Connect" na [App store] nebo [Google Play].
2. Když je monitor zapnutý, spustí se skenování Bluetooth pro propojení s telefonem/papírem.
3. Zapněte aplikaci FLUID CONNECT v telefonu.
4. Stiskněte libovolnou ikonu cvičení, APP vyhledá dostupný monitor v okolí.
5. Vyberte monitor, který chcete propojit.
6. Po propojení monitoru s aplikací APP se na displeji monitoru zobrazí pouze BT.

Párování přes Bluetooth pro měření srdečního tepu



POZNÁMKA: Hrudní pás pro měření tepové frekvence a dotyková rukojeť pro měření tepové frekvence se prodávají samostatně.

Monitor se automaticky spáruje s nejbližším zařízením pro měření tepové frekvence s technologií Bluetooth.

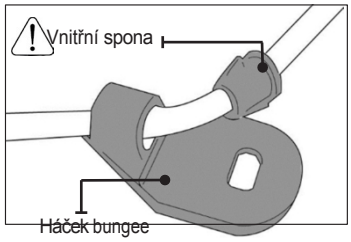
Po dokončení párování začne monitor zobrazovat tepovou frekvenci.

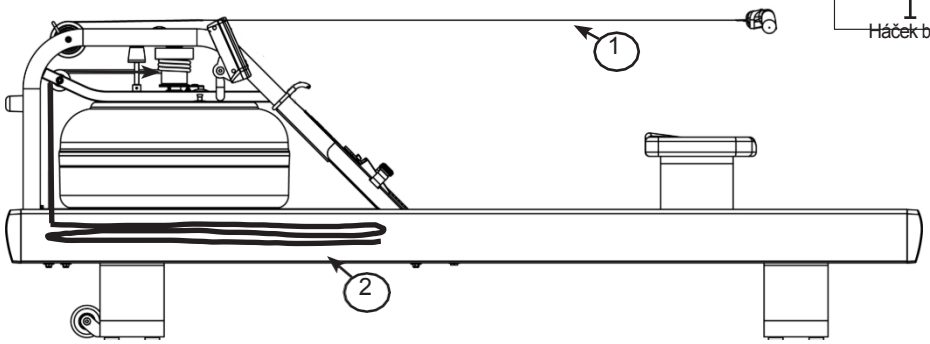
Prohlášení výrobce

Společnost Tunturi New Fitness BV prohlašuje, že výrobek je ve shodě s následujícími normami a směrnicemi: RoHS (2011/65/EU)
Nařízení o obecné bezpečnosti výrobků (GPSR) - (EU) 2023/988 Nařízení o bateriích
(EU) 2023/1542
Společnost Tunturi New Fitness BV tímto prohlašuje, že rádiové zařízení typu : Mega Pro XL je v souladu se směrnicí 2014/53/EU.
Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: https://doc.tunturi.com Tunturi New Fitness BV.
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Nizozemsko

Odpojení veslařského pásu

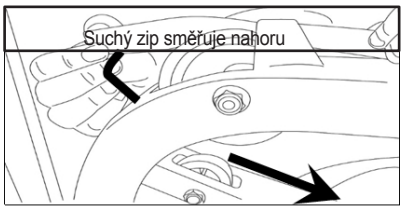
1. Chcete-li pás odepnout, jednoduše zatáhněte mimo rozsah běžného veslovacího záběru, dokud se pás neodpojí od řemenice.
   Tip: Těsně před odpojením pásu uslyšíte, jak se suchý zip odděluje.
2. Odpojte tlumicí šňůru Bungee od zadní výztuhy. Poté vytlačte vnitřní svorku z háčku Bungee. protáhněte Bungee skrz vnitřní svorku, dokud se neuvolní. To umožní úplné vytažení Bungee Shock Cord z hlavního rámu až ke kladce Bungee Belt, kde bude znovu připevněna, jakmile bude pás trenažéru ve správné poloze.





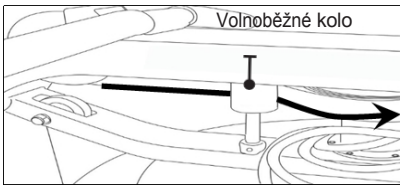
Opětovné připevnění veslovacího pásu

KROK 1



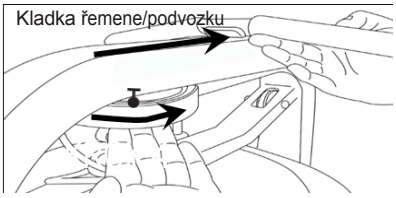
Začněte připevňovat pás vesla navlečením kolem kladky trenažéru stranou se suchým zipem směrem nahoru, jak je znázorněno na obrázku.

KROK 2

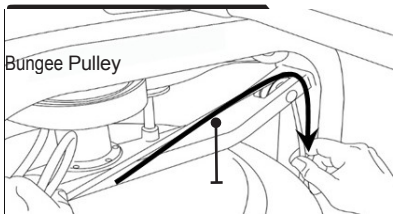


Poté navlékněte řemen kolem volnoběžného kola podle obrázku. Po obtočení volnoběžného kola připevněte řemen trenažéru k řemenici.
V místě uchycení je zřejmý "okraj".

KROK 3



Navíjejte řemen na řemenovou kladku, dokud nebude rukojeť trenažéru v nejzazší poloze vpředu.

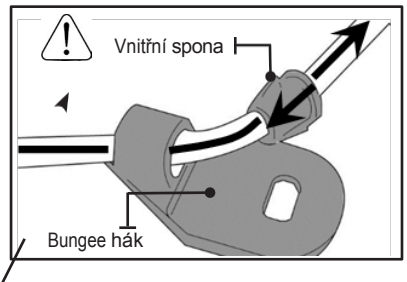


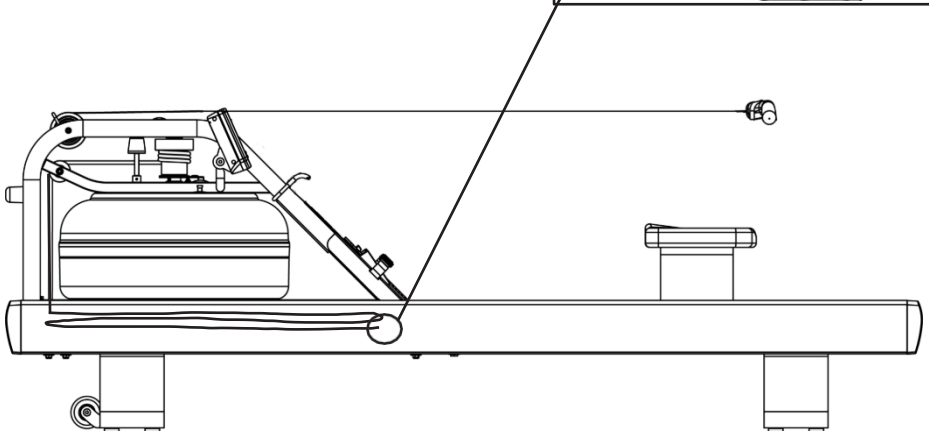
Navlečte znovu tlumicí šňůru Bungee (na opačné straně volnoběžného kola). zpět přes Bungee kladky a přivažte je k upevňovacímu bodu.

KROK 5 Opětovné připevnění trenažéru řemene

Napětí při opětovném navíjení se bude časem snižovat, jak se bude Bungee Shock Cord natahovat. Chcete-li zvýšit zpětné napnutí, jednoduše zezadu vysuňte vnitřní klip z Bungee hák, protáhněte požadované množství Bungee přes vnitřní klip a nahraďte vnitřní klip do Bungee háku, jak je znázorněno níže.

Tip: Před opětovným připevněním vnitřní svorky/ Bungee Hook uvažte pod mírným napětím na spodní kladce Bungee uzel. Tím udržíte Bungee v napětí při opětovné montáži Bungee háku.





Údržba

Všechny činnosti preventivní údržby je třeba provádět pravidelně. Provádění běžných činností preventivní údržby může pomoci zajistit bezpečný a bezproblémový provoz všech zařízení Tunturi New Fitness BV.

Společnost FJLID není odpovědná za provádění pravidelných kontrol a údržby vašich strojů. Poučte všechny pracovníky o činnostech kontroly a údržby zařízení a také o hlášení a evidenci nehod.

⚠ UPOZORNĚNÍ

Nádrž, kolejnice a sedací kola otřete a vyčistěte čistou vodou. Nepoužívejte žádné chemické čisticí prostředky.

Položka	Časový rámec	Pokyny
Kolejnice a kola sedadla	Týdně	Otřete boční lišty a kolečka sedadel hadříkem, který nepouští vlákna.
Rám	Týdně	Otřete rám hadříkem, který nepouští vlákna.
Skořepina nádrže	Týdně	K otírání pláště nádrže používejte pouze vodu a čistý hadřík. K otírání pláště nádrže NEPOUŽÍVEJTE žádné chemické čisticí prostředky.
Ošetření nádrže a vody	12 měsíců až 2 roky	Postupujte podle pokynů uvedených v části "Postup úpravy vody" této příručky.
Bungee Cord	Každých sto hodin zkontrolujte správné napnutí a známky opotřebení.	Bungee Cord by měl vydržet mnoho let. Pokud je nutná výměna Bungee Cord, obraťte se na místního servisního zástupce nebo navštivte internetovou stránku www.tunturi.com, kde naleznete další podrobnosti.
Veslařský pás	Každých sto hodin zkontrolujte správné napnutí a na známky opotřebení.	Veslařský pás by vám měl zajistit mnoho let bezproblémového používání. Pokud je nutná výměna veslovacího pásu, obraťte se na svého místního servisního zástupce nebo navštivte internetovou stránku www.tunturi.com, kde naleznete další podrobnosti.

Odstraňování problémů

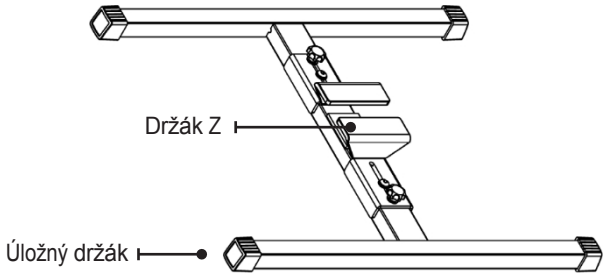
Závada	Pravděpodobná příčina	Řešení
Voda mění barvu nebo se zakalí.	Veslař je na přímém slunečním světle nebo nebyl ošetřen vodou. Místní voda z vodovodu je špatná kvality.	Změňte umístění roveru, aby byl méně vystaven přímému slunečnímu záření. Přidejte úpravu vody nebo vyměňte vodu v nádrži podle pokynů v části Úprava vody v tomto návodu. Zvažte použití destilovanou vodu pro doplnění nádrže.
Sklouzávání řemene trenažéru z řemene/řemenice.	Bungee není dostatečně napnutý. Navíjecí cívka není dostatečně silná.	Utáhněte lanko Bungee podle pokynů v části "Opětovné připevnění řemene trenažéru" v této kapitole. "Krok 5".
Nekonzistentní údaje na monitoru pro čas na 500 metrů a SPM (počet úderů za minutu).	Mezera mezi snímači Vadný snímač Snímač se posunul mimo svou polohu Kabelový svazek	Použijte kryt baterie monitoru jako "nástroj pro kontrolu mezery" a zkontrolujte mezeru mezi hlavou snímače a magnetickým kroužkem nebo zjistěte, zda se hlava snímače nepohnula ze své polohy. Obraťte se na nejbližší středisko zákaznických služeb společnosti FLUID. podrobnosti.
Monitor se po instalaci baterie nerozsvítí.	Baterie jsou nainstalovány nesprávně nebo je třeba je vyměnit.	Vyměňte/nově nainstalujte baterie do správné polohy a zkuste to znovu. Pokud se obrazovka LCD nerozsvítí, zkuste baterie v monitoru mírně pootočit. Pokud se to nepodaří, obraťte se na místní servisní středisko.
Obrazovka monitoru se rozsvítí, ale nerozsvítí se při veslování nezaznamená.	Uvolněné nebo nefunkční připojení. Příliš velká mezera mezi snímači	Zkontrolujte, zda je kabel Monitoru správně připojen. Pokud je připojen, obraťte se na místní servisní středisko. Zkontrolujte snímač mezeru mezi snímači.
Úroveň monitoru není synchronizována se snímačem ÚROVEŇ v nádrži.	Monitor LEVEL je třeba překalibrovat.	Viz "Postup kalibrace" strana 13 této příručky.

Pokyny k úložnému držáku

Sadu podpěrného držáku pro skladování ve svislé poloze lze zakoupit samostatně.

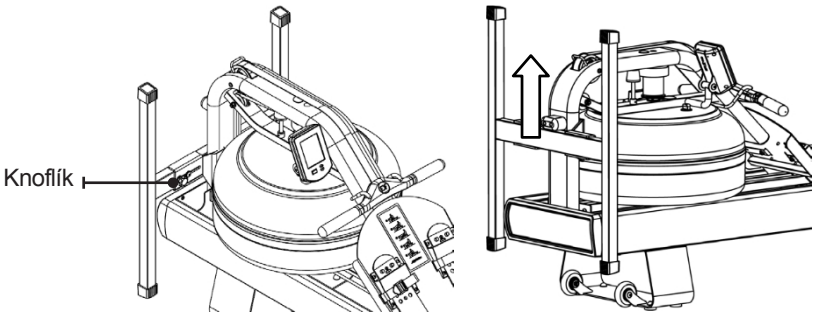
KROK 1

Nainstalujte držák Z na úložnou základnu.
Poznámka: Knoflík a šroub nedotahujte.



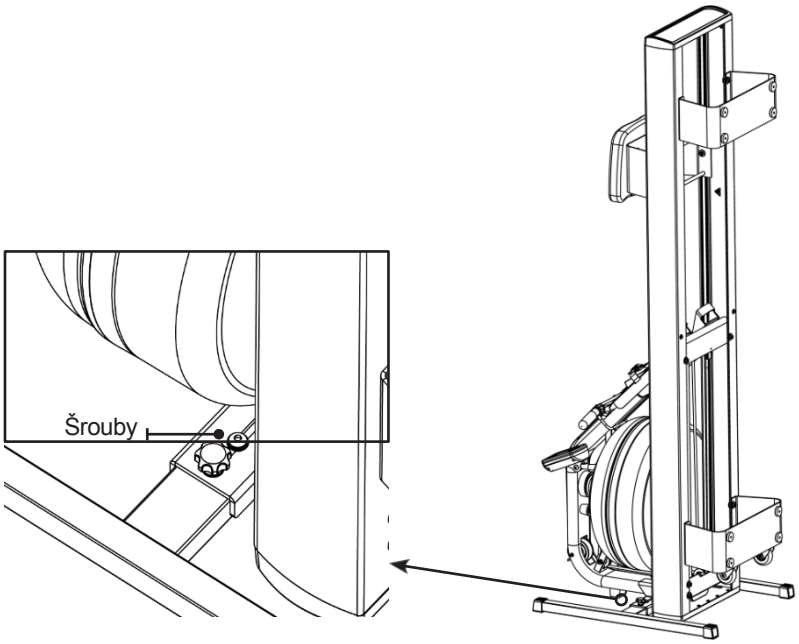
KROK 2

Nainstalujte držák na trenažér podle obrázku, zarovnejte držák s gumovou nohou,
a poté utáhněte knoflík držáku Z, aby se připevnil k trenažéru.



KROK 3

Postavte trenažér do svislé polohy s hlavním rámem na podlahu. Pomocí 8mm imbusového klíče utáhněte šrouby.



Mezinárodní záruka

POUŽITÍ V DOMÁCNOSTI

Společnost Tunturi New Fitness BV zaručuje, že trenažér RW30, zakoupený u autorizovaného zástupce a v nepoškozeném originálním balení, je bez vad materiálu a zpracování. Společnost FTunturi New Fitness BV nebo její zástupce podle svého uvážení opraví nebo vymění díly, které se stanou vadnými během záruční doby, s výhradou níže uvedených specifických zahrnutí a výjimek.

Hlavní rám - 5letá omezená záruka
Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění kovový hlavní rám trenažéru v případě, že se porouchá z důvodu jakékoliv vady materiálu nebo zpracování, a to do 5 let od původního zakoupení. Záruka se nevztahuje na povrchovou úpravu rámu.

Polykarbonátová nádrž a těsnění - 5letá omezená záruka

Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění polykarbonátovou nádrž nebo těsnění, pokud selžou z důvodu jakékoli vady materiálu nebo zpracování, a to do 5 let od původního zakoupení.

Mechanické součásti (nenosné povahy) - 2letá omezená záruka

Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění jakoukoli mechanickou součást, pokud selže z důvodu jakékoli vady materiálu nebo zpracování, a to do 2 let od původního zakoupení.

Specifické zahrnutí

Rám sedadla
Kolejnice
sedadla
Sestava hřídele a oběžného kola

Všechny ostatní součásti (opotřebitelné) - 2letá omezená záruka

Společnost Tunturi New Fitness BV opraví nebo vymění jakoukoli součást v případě jejího selhání z důvodu vady materiálu nebo zpracování do 2 let od původního nákupu.

Specifické součásti
Navíjecí šňůra Bungee
Ruční madla
a popruhy na nohy Polyesterový
veslařský pás Sedadlo a
běhouny sedadla
Všechny kladky, válečky a ložiska
Všechny pryžové součásti
Monitor a snímač rychlosti (kromě vyměnitelných baterií) Plochy na nohy
(otočné a posuvné)

Obecné výjimky
Poškození povrchové úpravy jakékoli části stroje
poškození způsobené zanedbáním, zneužitím, nesprávnou montáží nebo používáním stroje
Jakékoli poplatky za přepravu nebo celní odbavení spojené s vrácením nebo odesláním dílů Jakékoli poškození nebo ztráta
zboží během přepravy jakéhokoli druhu
Jakékoli mzdové náklady spojené se záruční reklamací

Všeobecné podmínky

- Sériové číslo stroje musí být správně zaregistrováno u společnosti Tunturi New Fitness BV nebo u jednoho z jejích jmenovaných distributorů.
- Společnost Tunturi New Fitness BV si vyhrazuje právo přezkoumat jakýkoli díl, u kterého je požadována výměna v rámci záruky.
- Záruční doba se vztahuje pouze na původního kupujícího od data nákupu a je nepřenosná.
- Výrobek musí být vrácen do místa nákupu v původním obalu, přičemž dopravu, pojištění a související poplatky hradíte vy a riziko ztráty nebo poškození nesete vy.
- Společnost Tunturi New Fitness BV neposkytuje žádné další záruky kromě zde uvedených a výslovně se zříká všech záruk.
  které nejsou uvedeny v této záruce. Společnost Tunturi New Fitness BV ani její společníci nenesou odpovědnost za náhodné nebo následné škody.
- Záruka výrobce začíná automaticky platit po prodeji výrobku koncovému uživateli nebo po uplynutí doby platnosti.
  (1) roku od měsíce výroby, podle toho, co nastane dříve.



Dovozce a distributor pro Českou a
Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175
Email: info@trinteco.cz
Telefon: +420 725 552 257

Úvod

Blahoželáme vám k zakúpeniu trenažéra.
Spoločnosť FLUID s hrdosťou predstavuje Rower ako výrobok na domáce použitie s patentovaným nastaviteľným odporom kvapaliny.
Naša jedinečná kombinácia precíznych oceľových a masívnych drevených rámov obsahuje len najkvalitnejší americký jaseň, ktorý sa zbiera pomocou najnovších technológií v oblasti udržateľnej ťažby z obnoviteľných plantáží.
Upozorňujeme, že mierne farebné odchýlky sú normálne a sú súčasťou umenia matky prírody. Vzory štruktúry dreva a jemné odtiene každého rovera robia každú jednotku veľmi individuálnou a navrhnutou tak, aby dopĺňala akékoľvek prostredie.
Pri správnej montáži, plnení nádrže, úprave vody, servise a údržbe pozorne dodržiavajte všetky pokyny. bezpečnosť.
Prístup k našej celosvetovej distribučnej a servisnej sieti je k dispozícii na www.tunturi.com.
Pred montážou skontrolujte obsah boxov 1 a 2, aby ste sa uistili, že sú prítomné všetky diely a sú správne.

Tréning s trenažorom

1. Tak ako pri každom fitnes zariadení sa pred začatím cvičebného programu na trenažéru poraďte s lekárom.
2. Dodržiavajte pokyny uvedené v tejto príručke pre správnu polohu nôh a základné techniky veslovania.
3. Podrobnejšie informácie o technikách veslovania nájdete na našej medzinárodnej webovej stránke www.tunturi.com

Bezpečnosť

Bezpečnostné informácie

- Pred použitím tohto výrobku je nevyhnutné prečítať si CELÝ návod na obsluhu a VŠETKY pokyny. Veslár je určený na používanie výlučne spôsobom opísaným v tomto návode.
- DÔLEŽITÉ JE MAXIMÁLNE POROZUMIEŤ KAŽDÉMU UPOZORNENIU.
- Rovnako ako pri každom fitnes zariadení sa pred začatím cvičenia na trenažéru poraďte sa s lekárom. programu.
- Upozorňujeme, že akémukoľvek fitnes režimu pred jeho začatím najlepšie predchádza lekárska prehliadka u certifikovaného lekára.
- Z nesprávneho alebo nadmerného tréningu môže dôjsť k poškodeniu zdravia.
- Ak sa na opaskoch, kladkách a šnúrach Bungee objavia akékoľvek známky nadmerného opotrebovania, stroj okamžite zastavte. Zariadenie nepoužívajte, kým sa uvedené časti neopravia alebo nevymenia.
- Nedovoľte deťom bez dozoru prístup k stroju.
- Pred zdvihnutím vesla do vertikálnej polohy posuňte sedadlo dopredu.
- Trenažér môže stáť vo zvislej polohe na uskladnenie. Pri tom postupujte podľa pokynov uvedených v príručke.
- Ak by niektoré z nastavovacích zariadení zostalo vyčnievať, mohlo by brániť používateľovi v pohybe.
- Neskladujte v mrazivých podmienkach s vodou v nádrži, pretože môže dôjsť k jej rozpínaniu a praskaniu komponentov.
- Konzola je navrhnutá tak, aby poskytovala presné údaje o cvičení v reálnom čase. V záujme vášho zdravia a bezpečnosti sa však nespoliehajte len na tieto údaje. Ak pocítite akékoľvek nepríjemné pocity, okamžite prestaňte cvičiť a poraďte sa so zdravotníckym pracovníkom.
- Pod zariadenie vždy umiestnite protišmykovú podložku, aby ste znížili riziko pošmyknutia.
- Pred použitím skontrolujte, či nádrž nevykazuje známky netesnosti. Ak zistíte únik, zariadenie okamžite prestaňte používať.
- Zariadenie pravidelne kontrolujte a v prípade potreby vymeňte batérie, aby ste zachovali bezpečnú prevádzku.

Správne používanie

- Zariadenie nepoužívajte iným spôsobom, ako je navrhnutý alebo určený výrobcom. Je nevyhnutné, aby sa zariadenie FLUID používalo správne, aby sa predišlo zraneniu.
- Pri nesprávnom alebo nadmernom cvičení môže dôjsť k zraneniam. Pred začatím cvičebného programu sa odporúča, aby sa všetci jedinci poradili s lekárom. Ak kedykoľvek počas cvičenia pocítite mdloby, závraty alebo bolesť, PRESTAŇTE CVIČIŤ a poraďte sa so svojím lekárom.
- Aby nedošlo k poraneniu, udržujte časti tela (ruky, nohy, vlasy atď.), oblečenie a šperky mimo pohyblivých častí.
- Dodržiavajte pokyny uvedené v tejto príručke pre správnu polohu nôh a základné techniky veslovania.
- Podrobnejšie informácie o technikách veslovania nájdete na našej medzinárodnej webovej stránke www.fluid-eu.com.

Kontrola

- NEPOUŽÍVAJTE ani nedovoľte používať žiadne zariadenie, ktoré je poškodené a/alebo má opotrebované alebo poškodené časti. Pre všetky zariadenia FLUID používajte len náhradné diely dodané spoločnosťou FLUID.
- Káble a remene predstavujú mimoriadnu zodpovednosť, ak sa používajú roztrhnuté. Vždy vymeňte akýkoľvek kábel alebo remeň pri prvom náznaku opotrebovania (ak si nie ste istí, poraďte sa so spoločnosťou FLUID).
- ÚDRŽBA ZARIADENIA - Preventívna údržba je kľúčom k bezproblémovej prevádzke zariadenia, ako aj k udržaniu vašej zodpovednosti na minimálnej úrovni. Zariadenie je potrebné kontrolovať v pravidelných intervaloch.
- Uistite sa, že každá osoba(-y), ktorá(-é) vykonáva(-jú) nastavenia alebo vykonáva(-jú) akúkoľvek údržbu alebo opravu, je(sú) na to kvalifikovaná(-é).
- NEPOKÚŠAJTE SA POUŽÍVAŤ ALEBO OPRAVOVAŤ ŽIADNE PRÍSLUŠENSTVO SCHVÁLENÉ NA POUŽITIE SO ZARIADENÍM NA KVAPALINY, KTORÉ SA ZDÁ BYŤ POŠKODENÉ ALEBO OPOTREBOVANÉ.
- Pravidelne kontrolujte všetky remene, kladky a bungee šnúry, či nevykazujú známky opotrebovania, a v prípade potreby ich vymeňte.
- Pravidelne kontrolujte a dodržiavajte všetky pokyny na údržbu uvedené v tejto príručke.
- Okamžite vymeňte všetky chybné diely a neprevádzkujte jednotku, kým nie sú dokončené všetky opravy.
- Úroveň bezpečnosti zariadenia možno zachovať len vtedy, ak sa pravidelne kontroluje, či nie sú poškodené a opotrebované, napr. laná, kladky, spojovacie body.

Bezpečnosť

Prevádzkové upozornenia

- Zabráňte prístupu detí k zariadeniu. Ak sa zariadenie používa v prítomnosti detí, rodičia alebo iné osoby, ktoré na deti dohliadajú, musia zabezpečiť prísny dohľad nad deťmi.
- Nedovoľte používateľom, aby počas používania zariadenia nosili voľné oblečenie alebo šperky. Odporúča sa tiež, aby si používatelia zabezpečili dlhé vlasy dozadu a hore, aby sa vyhli kontaktu s pohyblivými časťami.
- Všetky okolostojace osoby sa musia počas prevádzky stroja zdržiavať mimo dosahu všetkých používateľov, pohyblivých častí a pripojeného príslušenstva a komponentov.
- VAROVANIE Nevkladajte prsty do nádrže!
- UPOZORNENIE Po cvičení na veslovanie nechajte zariadenie 5 minút stáť a až potom ho postavte na skladovanie.
- UPOZORNENIE Neplňte za kalibračnú značku uvedenú na nálepke hladiny v nádrži, inak môže dôjsť k rozliatiu vody.
- VAROVANIE Nikdy nepoužívajte tento veslársky trenažér bez toho, aby boli nohy riadne upevnené v remienkoch na nohy, alebo bez toho, aby bola posuvná časť posuvnej dosky na nohy zaistená v správnej polohe!

⚠ UPOZORNENIE

- Udržujte ruky a prsty mimo dosahu pohyblivých častí, ako je uvedené v tomto návode.
- Trenažér môže pri skladovaní stáť vo zvislej polohe. Uistite sa, že je zvolené bezpečné miesto, napríklad v rohu miestnosti alebo pri stene na rovnom, bezpečnom povrchu.
- Odporúča sa nevystavovať zariadenie priamemu slnečnému žiareniu. To môže spôsobiť urýchlené starnutie plastového materiálu, skrátiť životnosť plášťa nádrže a dokonca viesť k jej deformácii a prasknutiu.

⚠ POZNÁMKA

Ak skladovací priestor nie je rovný, je potrebné použiť prídavné zariadenie (predáva sa samostatne), ktoré udrží trenažér stabilný pri vertikálnej polohe skladovania.

Montáž

Špecifikácie výrobku

Trieda výrobku: 1: SC

Brzdový systém: Čistá hmotnosť výrobku: 56,83 kg (125,29 lb) Hrubá hmotnosť výrobku: 65,46 kg (144,31 lb)

Minimálna bezpečná pracovná plocha: 333 cm (131,09") x 174 cm (68,50")

Rozmery: Maximálna hmotnosť používateľa: 150 kg

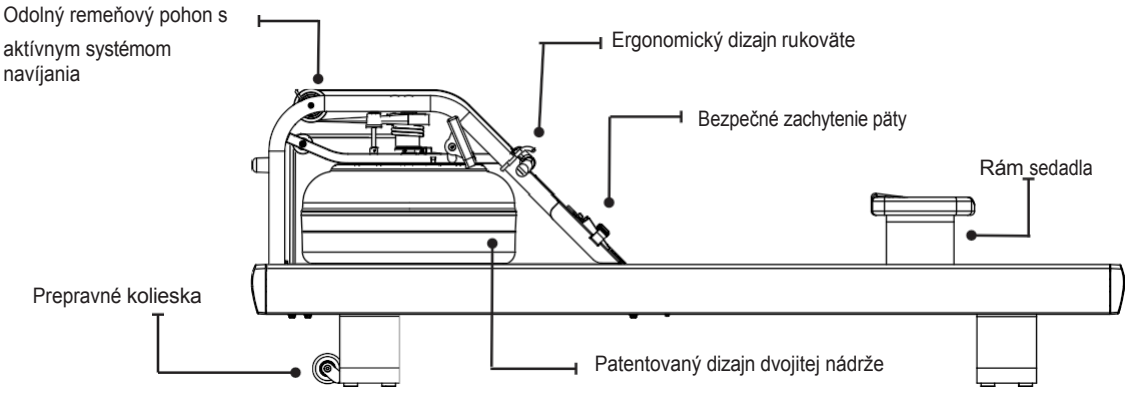
Kompaktná plocha: 2130 mm x 540 mm alebo vertikálne 750 mm x 540 mm

Použitie v interiéri

Inštalácia

- Počas používania umiestnite na stabilný, rovný povrch vo vodorovnej polohe, aby ste dosiahli maximálnu stabilitu.
- Pravidelne kontrolujte všetky remene, kladky a bungee šnúry na známky opotrebovania a v prípade potreby ich vymeňte.
- Pravidelne kontrolujte a dodržiavajte všetky pokyny na údržbu uvedené v tejto príručke.
- Okamžite vymeňte všetky chybné diely a neprevádzkujte jednotku, kým nebudú dokončené všetky opravy.

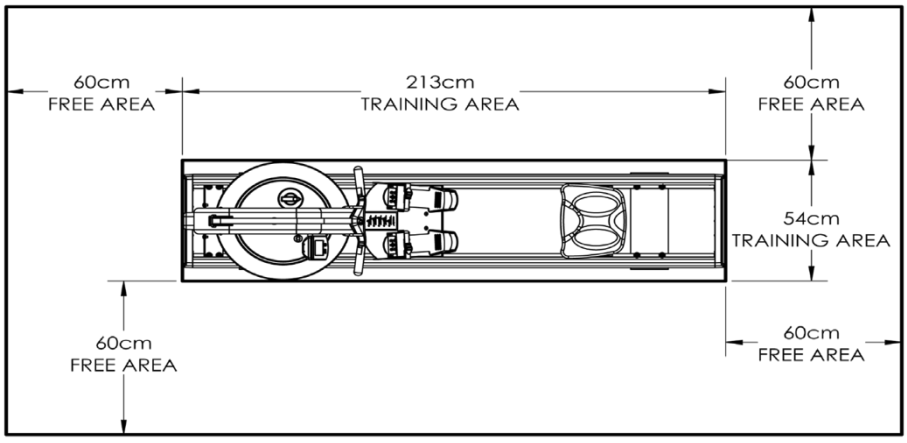
Najdôležitejšie informácie o výrobku



Ak chcete transportné kolieska použiť na presun veslovacieho trenažéra, jednoducho zdvihnite zadné nohy do uhla väčšieho ako 15 stupňov. To vám umožní jednoduchú prepravu zariadenia.

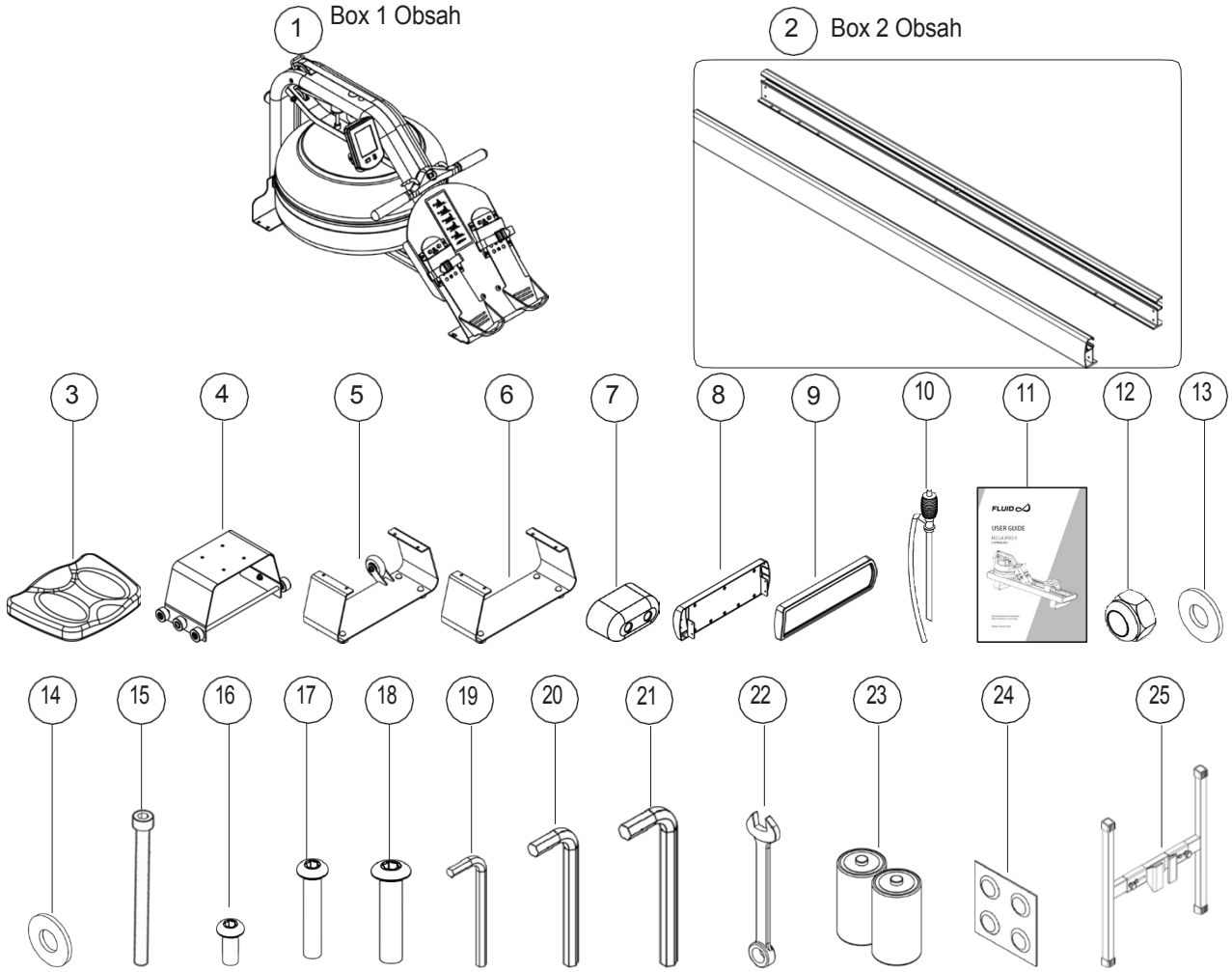
Živá plocha a tréningová plocha

Živá plocha musí byť minimálne o 60 cm (23,62") väčšia ako tréningová plocha v smeroch, z ktorých sa k zariadeniu pristupuje. Priama plocha musí zahŕňať aj plochu na núdzové zosadnutie.



Poznámka: Trenažér je vybavený brzdami nie je vhodný na terapeutické účely.
Ak je zariadenie umiestnené vedľa seba, hodnota voľnej plochy sa môže rozdeliť.

Obsah boxu 1 a 2 veslovacieho trenažéra



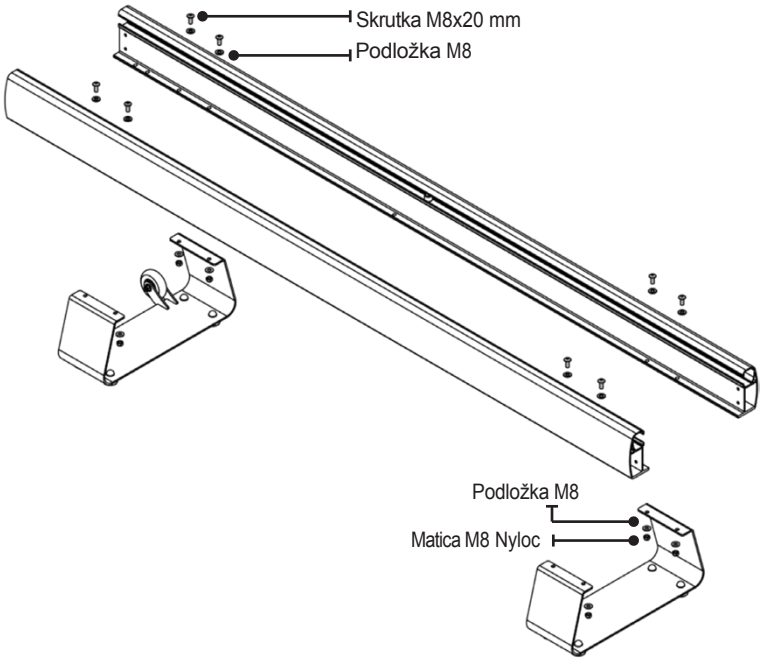
Položka	Množstvo.	Popis	Položka	Množstvo	Popis
1	1	Hlavný rám	7	1	Gumová nožička
2	2	Ľavá / pravá bočná lišta	8	1	Predný koncový kryt
3	1	Sedadlo veslára	9	1	Zadný koncový kryt (s gumovými podložkami)
4	1	Rám sedadla veslára	10	1	Sifón
5	1	Zostava prednej nohy	11	1	Používateľská príručka
6	1	Zostava zadnej nohy			
Súprava hardvéru					
12	14	Matice M8 Nyloc	19	1	3mm imbusový kľúč
13	12	Podložka M6	20	1	4mm imbusový kľúč
14	28	Podložka M8	21	1	6mm imbusový kľúč
15	2	Skrutka M5x30 mm	22	1	13mm kľúč
16	8	Skrutka M6x10 mm	23	2	Batéria D
17	4	Skrutka M6x20 mm	24	4	Tableta na úpravu vody
18	14	Skrutka M8x20 mm			
Voliteľné vybavenie (nie je súčasťou dodávky)					
25	1	Podporná konzola na skladovanie			

Montážny návod

KROK 1 Inštalácia nôh na bočné lišty

POTREBNÉ
Bočná lišta ľavá / pravá [2]
Zostava prednej nohy [5]
Zostava zadnej nohy [6] 8x
M8 Nyloc matica [12] 16x
M8 podložka [14]
8x skrutky M8x20mm [18]

Nainštalujte zostavu prednej nohy[5] (predná noha s pripojeným prepravným kolieskom) a zostavu zadnej nohy[6] na bočnú lištu[2] podľa obrázka. Budete potrebovať 8x skrutku M8x20 mm[18], 16x podložku M8[14] a 8x maticu M8 Nyloc[12].

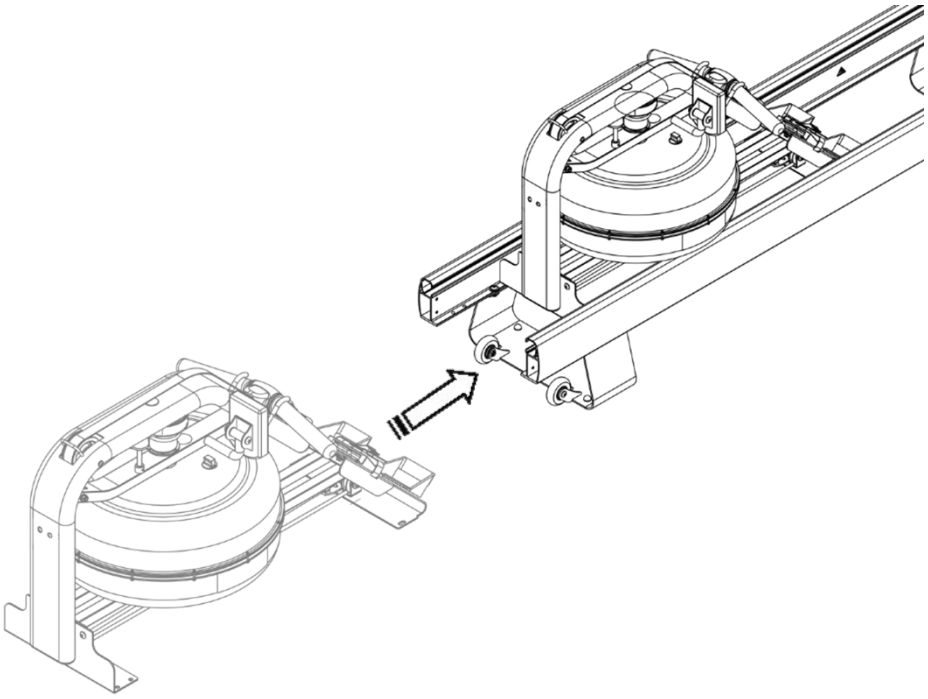


KROK 2 Montáž hlavného rámu na bočné lišty

POŽADOVANÉ
Hlavný rám [1]
Bočná koľajnica [2]

POZNÁMKA
Vyžaduje dve osoby.

Montáž hlavného rámu [1] na bočné koľajnice [2] podľa obrázka.
Poznámka: Hlavný rám upevnite až v kroku 4 nižšie.

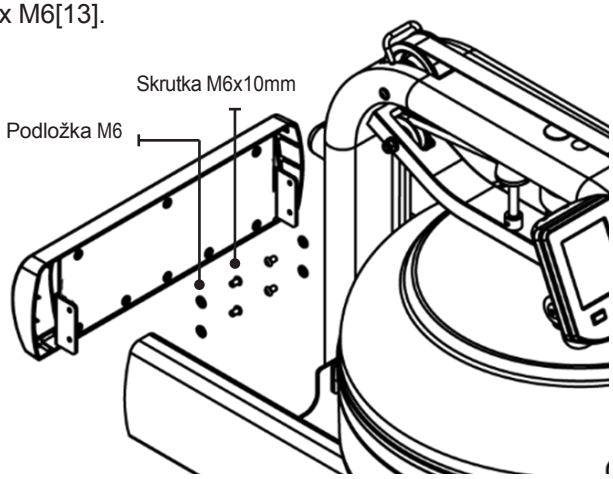


Montážny návod

KROK 3 Inštalácia predného krytu

POTREBNÉ
Bočná koľajnica [2]
Predný koncový kryt [8]
4x podložka M6 [13]
4x skrutky M6x10 mm [16]

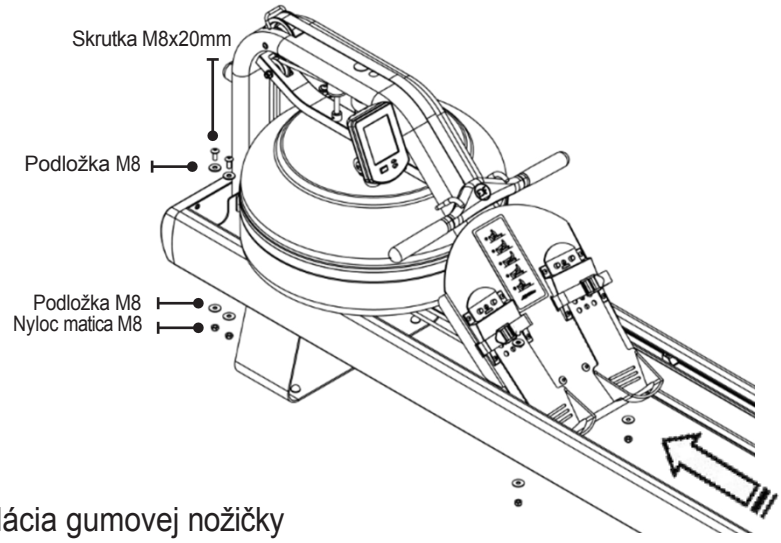
Nainštalujte prednú koncovú krytku[8] na bočné lišty[2] pomocou skrutiek 4x M6 x10[16] a podložiek 4x M6[13].



KROK 4 Umiestnenie hlavného rámu

POŽADOVANÉ
8x matica M8 Nyloc [12] 16x podložka M8 [14]
8x skrutka M8x 20 mm [18]

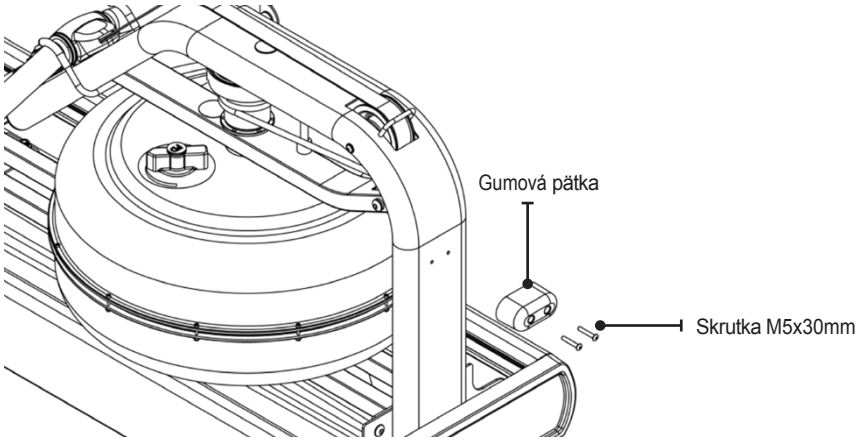
Posuňte hlavný rám dopredu do polohy, potom ho zaistite pomocou 8x skrutky M8x20mm[18], 16x podložky M8[14] a 8x matice M8 Nyloc[12].



KROK 5 Inštalácia gumovej nožičky

POTREBNÉ
Gumová pätka [7]
2x skrutky M5x30 mm [15]

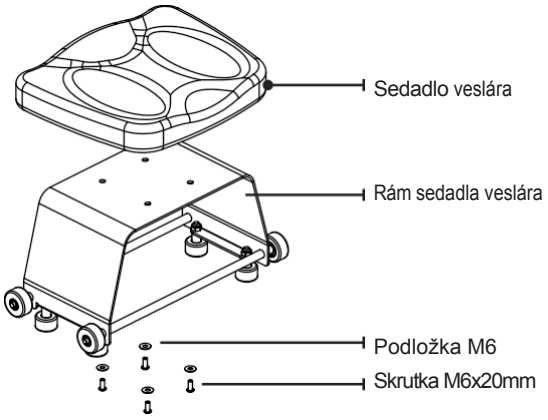
Nainštalujte gumovú pätku[7] na hlavný rám pomocou 2x skrutiek M5 x30[15].



KROK 6 Inštalácia sedadla veslára

POTREBNÉ
Sedadlo veslára [3]
Rám sedadla [4] 4x
podložka M6 [13]
4x skrutky M6x20 mm [17]

Nainštalujte sedadlo veslára [3] na rám [4] pomocou skrutiek 4x M6x20 mm[17] a podložiek 4x M6[13].

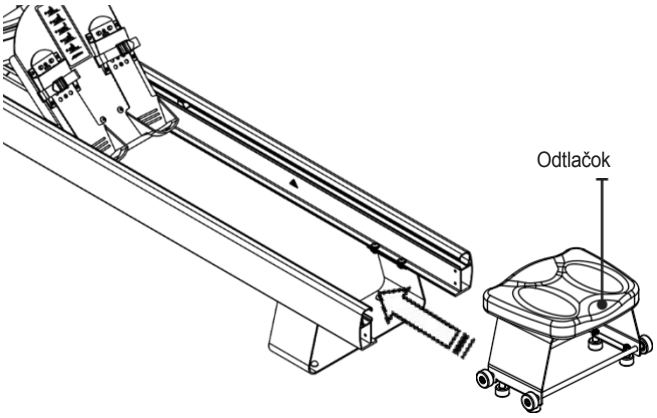


KROK 7 Inštalácia sedadla veslára do bočných koľajníc

POŽADOVANÉ
Sedadlo veslára [3]
Rám sedadla rovera [4]

Zostavené sedadlo vesla zasuňte do bočných koľajníc podľa obrázka. Zárez sedadla musí byť smerom k zadnej časti rotora.
POZNÁMKA: Kolesá a pásy čistite každý týždeň mäkkou suchou handričkou, aby ste znížili mieru opotrebovania kolies a pásov.

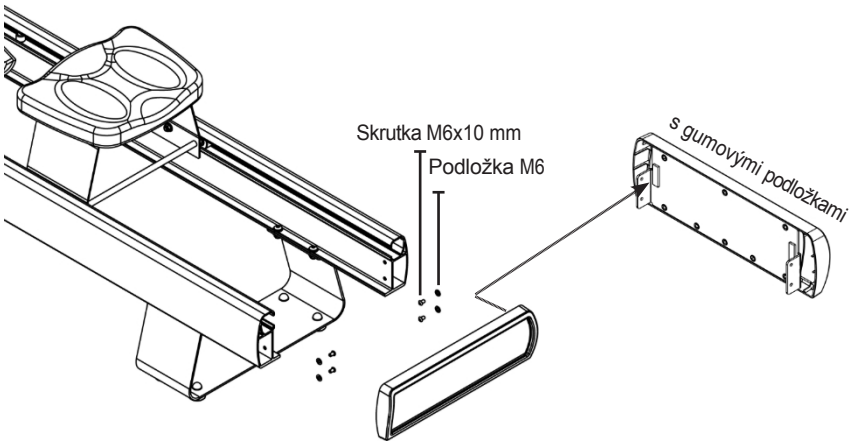
⚠ POZOR
Nevkladajte prsty medzi bočnú koľajnicu a vozík kolies.



KROK 8 Inštalácia zadného koncového krytu (s gumovými podložkami)

POŽADOVANÉ
Bočná lišta [2]
Zadný koncový kryt [s gumovými podložkami [9]
4x podložka M6 [13]
4x skrutky M6x10 mm [16]

Nainštalujte zadný koncový kryt[9] na bočné koľajnice[2] pomocou 4x skrutiek M6 x10[16] a 4x podložiek M6[13].



Pokyny na obsluhu

Nádrž s nastaviteľným odporom (AR)

Nádrž s nastaviteľným odporom (AR), vyvinutá a patentovaná spoločnosťou FLUID. ponúka skutočný viacúrovňový zážitok. Voda sa pohybuje medzi "zásobnými" a "aktívnymi" komorami nádrže AR Tank. Váš nový veslovací ergometer sa môže prispôsobiť - otočením ovládača - odporu, ktorý preferuje každý používateľ.

Začíname

Ak chcete dosiahnuť minimálny odpor, vyberte na nastavovači nádrže hodnotu "1". Na naplnenie centrálnej (zásobnej) nádrže je potrebných 10 zdvihov, pričom vo vonkajšej (aktívnej) nádrži zostane minimálne množstvo vody. Tento postup sa vyžaduje vždy, ak sa požaduje minimálny odpor. Veslujte intenzívne rovnomerným tempom (20 až 25 záberov za minútu [SPM]) a do záberu vložte určité úsilie, pričom dbajte na zachovanie dobrej formy. Počas veslovania môžete upravovať úroveň odporu. Vaša nádrž AR sa takmer okamžite prispôsobí zvýšeniu odporu, ale bude trvať až 10 záberov, kým sa zníži potrebné úsilie, pretože centrálna (zásobná) nádrž sa naplní.

Vypracovanie vášho tréningu

Po nájdení úrovne, ktorá vám poskytuje požadované cvičenie, môžete vykonávať zmeny SPM a intenzity záberov, aby ste ďalej menili svoj energetický vklad. Intervalový tréning používa väčšina veslárov,
kde sa obdobie nízkej intenzity kombinuje s krátkymi intervalmi vysokej intenzity. Váš veslovací ergometer FLUID umožňuje zmeny "za chodu", aby ste dosiahli viacúrovňové profily odporu počas jedného tréningu. Ďalšie informácie o cvičebných postupoch nájdete na našej webovej stránke
www.tunturi.com

Plnenie nádrže a postupy úpravy vody

POŽADOVANÉ
Sifón [7]

⚠ POZOR

Nastavovač odporu musí byť nastavený na ÚROVEŇ 10, aby sa umožnilo presné naplnenie.

⚠ VAROVANIE

Nádrž neprepĺňajte nad maximálnu indikovanú úroveň 20 litrov. Pozrite si nálepku s informáciou o úrovni hladiny v nádrži na spodnej strane nádrže.

⚠ POZNÁMKA

V oblastiach, kde je známa zlá kvalita vody z vodovodu, spoločnosť FLUID odporúča používať destilovanú vodu.

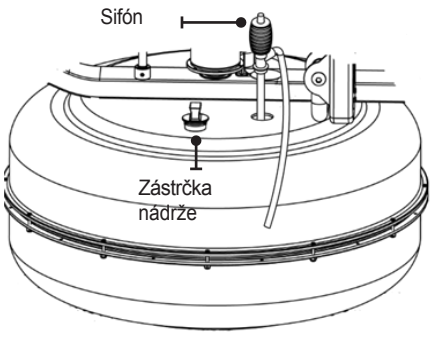
A) Odstráňte zátku nádrže z hornej časti nádrže.

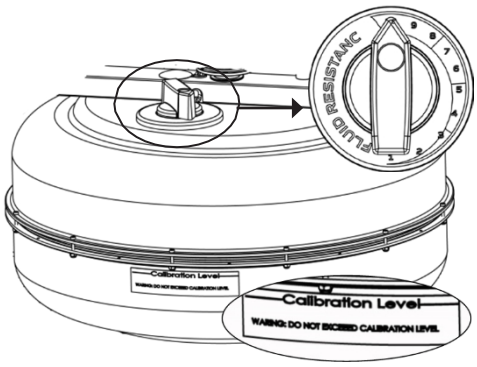
) Postavte veľké vedro s vodou vedľa trenažera. Umiestnite sifón [7] s pevnou hadicou vo vedre a s ohybnou hadicou v nádrži.
POZNÁMKA: Pred použitím sifónu sa uistite, že je malý odvzdušňovací ventil na sifóne zatvorený.
plnením.

C) Stlačením sifónu začnite plniť. Dôležité: Nádrž nepreplňujte.

D) Po naplnení otvorte ventil na hornej časti sifónu, aby mohla uniknúť prebytočná voda.

E) Po dokončení plnenia postupujte podľa nižšie uvedeného harmonogramu úpravy vody, potom vymeňte zátku nádrže.

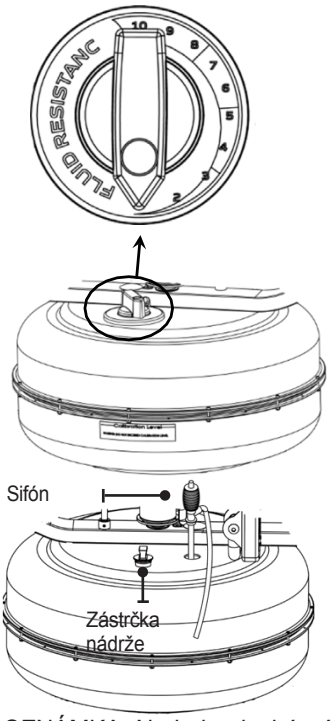




Úroveň 1: Pri tomto nastavení zostáva časť vody v rezerve a vytvára odolnosť voči svetlu.
Úroveň 10 : Toto nastavenie umožňuje, aby sa do zotrvačníka dostalo maximálne množstvo vody, čím sa dosiahne najťažší odpor.

Pokyny na obsluhu

Odstránenie/výmena vody z nádrže



A) Nastavte regulačný gombík na "1"
B) Aby sa zásobník naplnil čo najviac, vykonajte aspoň desať ťahov. čo najviac.
C) Odstráňte zátku nádrže.
D) Vložte pevný koniec sifónu do nádrže a ohybnú hadicu do veľkej vedra.
E) Vypustite nádrž (zostane približne 40 % vody) a potom ju znovu naplňte podľa pokynov na plnenie nádrže, ako je opísané v časti Plnenie nádrže v tejto príručke.

POZNÁMKA:

- Ventil na hornej časti sifónu musí byť uzavretý, aby sa umožnilo správne vypustenie vody.
- Úprava vody vylúči potrebu výmeny vody v nádrži, ak sa dodrží plán úpravy.
- Dodatočná tableta na úpravu vody je potrebná len vtedy, keď sa vo vode objaví zmena farby.
- Vystavenie plnému slnečnému žiareniu znižuje životnosť Tablety na úpravu vody. Uskladnenie rýpadla mimo dosahu priameho slnečného svetla predĺži čas medzi jednotlivými ošetreniami vody.
- V nádrži zostane približne 40 % vody. Nádrž A/R nie je možné úplne vyprázdniť bez demontáže.

POZNÁMKA: Na jednoduché, rýchle a efektívne naplnenie a/alebo vypustenie nádrže máme ako voliteľné príslušenstvo k dispozícii batériové čerpadlo (dobíjateľné cez USB). Odporúčame ju všetkým komerčným zariadeniam s viacerými jednotkami, ktoré majú potrebu z času na čas vypúšťať a dopĺňať Nádrže. Ak si ho chcete zakúpiť, obráťte sa na najbližšieho distribútora spoločnosti FLUID alebo navštívte našu webovú stránku www.tunturi.com, kde nájdete podrobné informácie.

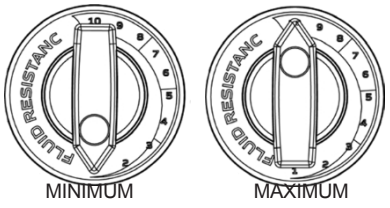
⚠ POZOR Dôrazne sa odporúča, aby sa pod nádržou vždy, keď sa otvorí zátka nádrže na úpravu vody, použila handra na kropenie.

Prvotná úprava vody

Pridajte jednu tabletu na úpravu vody na plnú nádrž. ZA ŽIADNYCH OKOLNOSTÍ NEPOUŽÍVAJTE INÉ TABLETY NA ÚPRAVU VODY AKO TIE, KTORÉ SÚ DODANÉ S VAŠÍM ZARIADENÍM.
Zakúpený prístroj obsahuje 4xTablety na úpravu vody, čo postačuje na niekoľko rokov používania. Čas medzi jednotlivými ošetreniami vody sa môže výrazne líšiť v závislosti od umiestnenia vašej jednotky a vystavenia slnečnému žiareniu. Zvyčajne môžete očakávať, že vodu v nádrži budete upravovať každých 12 až 24 mesiacov.
Ak voda zmení farbu alebo vykazuje známky rastu rias/baktérií, jednoducho pridajte jednu tabletu na úpravu vody. Ak si chcete zakúpiť ďalšie tablety na úpravu vody, obráťte sa na najbližšieho regionálneho predajcu/distribútora alebo navštívte našu webovú stránku www.tunturi.com.

Ako nastaviť odolnosť

Vyberte požadovaný odpor kvapaliny.
POZNÁMKA: Hladina monitora bude automaticky odrážať odpor kvapaliny zvolený v nádrži.
Pri nastavovaní úrovne odporu počkajte dva ťahy, aby ste pocítili zvýšenie a desať ťahov, aby ste pocítili zníženie.

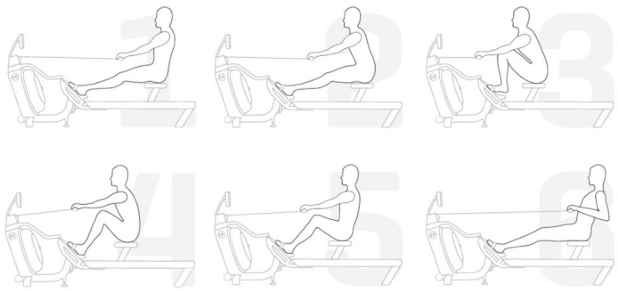


MINIMUM MAXIMUM

Pokyny na obsluhu

Začnite veslovať

Veslovanie sa vykonáva v šiestich fázach



1. Posaďte sa s rovnými nohami a chrbtom, v bokoch sa mierne nakloňte dopredu, ruky vystrite rovno a dajte ich na úroveň spodných rebier. Švihnite dozadu.
2. Rovné nohy a chrbát, mierny predklon v bokoch, ruky vystreté vpredu. Predkloňte sa a posuňte sa dopredu. Poznámka: Ruky by teraz mali byť okolo kolien, nohy držte rovno.
3. Nohy sa dostanú dopredu a snažia sa dostať holene do zvislej polohy. Chrbát je stále rovný a držanie tela mierne predklonené dopredu s rukami stále vystretými dopredu. Teraz tvrdo zaberte, toto je CATCH.
4. Kolená sa čiastočne narovnajú, takže sed je teraz v strede dráhy, chrbát a ruky sú stále rovné. Udržujte zdvih.
5. Kolená sú takmer rovné, chrbát je stále rovný, ale teraz sa mierne nakláňa z bokov dozadu. Ruky sú rovné. Teraz stlačte.
6. Nohy sú teraz úplne vystreté. Chrbát je rovný a mierne zaklonený, teraz ťahajte rukami tak, aby boli blízko hrudníka, predlaktia vodorovne a lakte blízko hrudného koša. Toto je DOKONČENIE.

Ďalšie informácie o správnej technike veslovania a tipy na tréning nájdete na našej webovej stránke www.tunturi.com.

⚠ POZOR: Pred začatím cvičebného programu sa vždy poraďte s lekárom. Ak pocítite mdloby alebo závraty, okamžite prestaňte cvičiť.

⚠ POZOR: Neveslujte na jednu stranu.

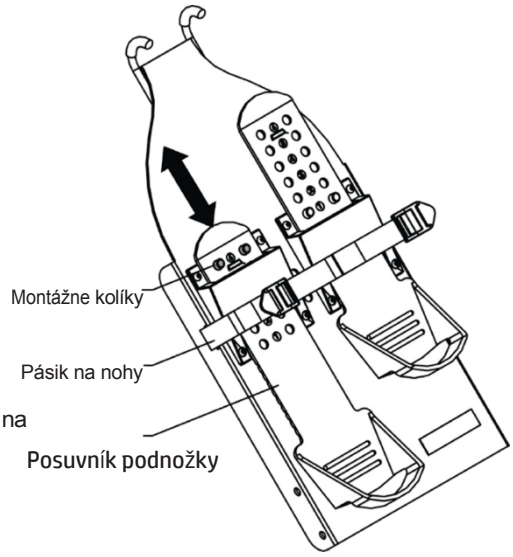
Nastavenie podnožiek

Posuvník nášľapnej dosky sa prispôsobí väčšine veľkostí chodidiel a je navrhnutý tak, aby vaše nohy pri veslovaní bezpečne držali na mieste. Chodidlá by mali byť umiestnené tak, aby pásik na chodidlá zakrýval časť chodidla, ktorá sa pri veslovaní prirodzene ohýba. (Napr. doska chodidla)

NASTAVENIE:

Zodvihnite hornú časť nášľapnej dosky z montážnych kolíkov a posuňte ju vertikálne v rozmedzí 1-6 tak, aby vyhovovala dĺžke vašej nohy. Zabezpečte zaháknutím nášľapnej dosky späť na montážne kolíky a pevne zatlačte nadol, aby sa zaistil na svojom mieste. Umiestnite nožičky na dosky pre nohy a utiahnite Footstrap, aby ste sa uistili, že nohy pevne sedia na pätových záchytkách.

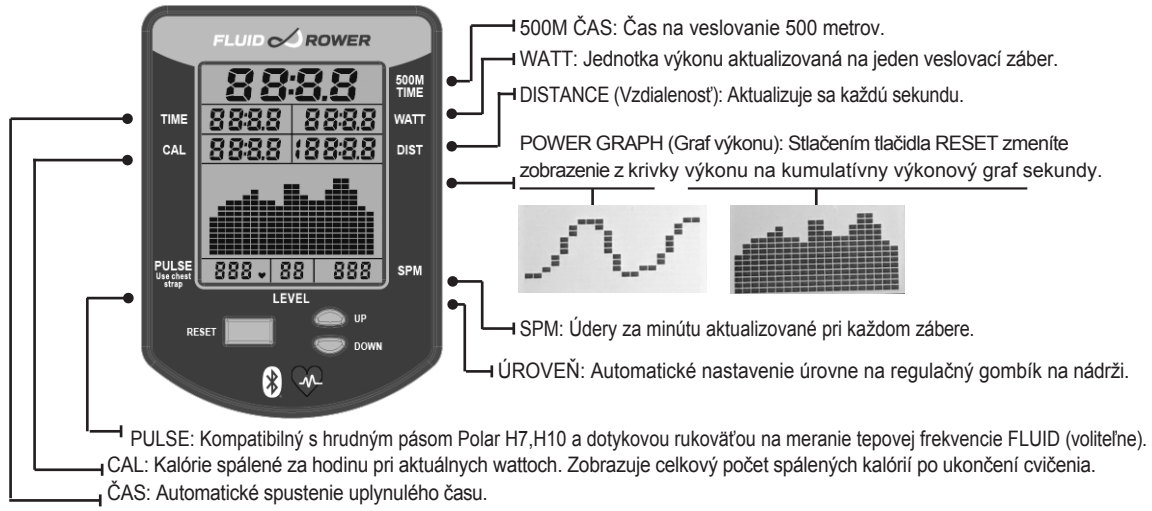
Poznámka: Zachytávač päty by sa mal ohýbať tak, aby umožňoval prirodzené otáčanie chodidla počas veslovania.



⚠ VAROVANIE: Nikdy nepoužívajte tento trenažér bez toho, aby boli nohy riadne upevnené v remienkoch na nohy, alebo bez toho, aby bola posuvná časť posúvača nášľapných dosiek zaistená v správnej polohe!

Monitor s automatickým nastavením Bluetooth

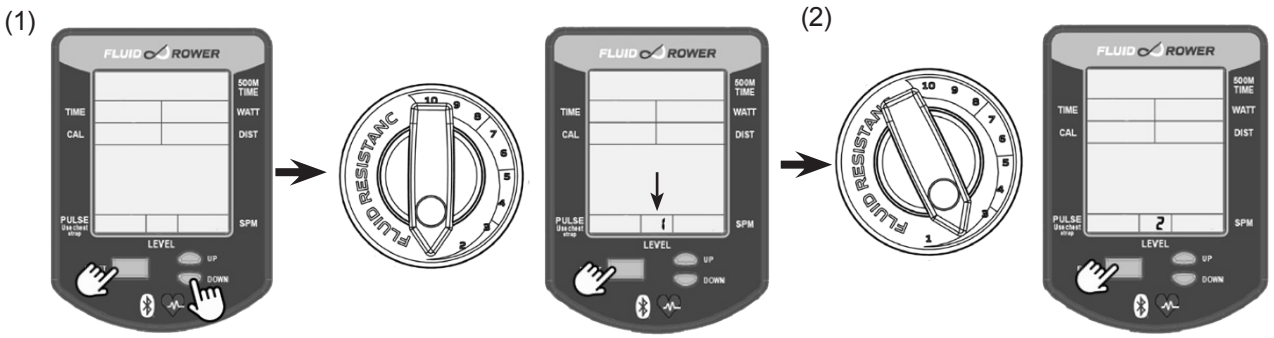
Automatické spustenie: Začnite cvičenie, aby sa aktivovalo.
Vynulujte všetky hodnoty: Stlačte a podržte tlačidlo RESET na 3 sekundy.
Automatické vypnutie: Viac ako 5 minút. Po opätovnom spustení sa všetky hodnoty vrátia na nulu.



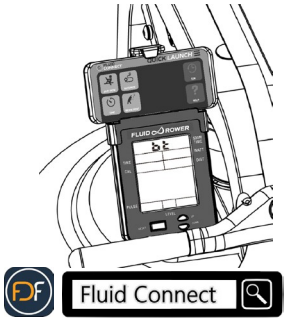
WATT: Meria špičkový výkon vo wattoch, vypočítava silu a zrýchlenie, ktoré poskytuje na presné meranie výkonu používateľa.
TRÉNINGOVÉ ÚDAJE: ÚDAJE O VÝKONE: Údaje získané z každého tréningu sa zobrazujú vo výkonovej krivke a grafe kumulatívneho výkonu, čo umožňuje porovnávanie v reálnom čase pre efektívny progresívny tréning.
AUTOMATICKÉ NASTAVENIE ÚROVNE: Vstavaný potenciometer automaticky nastavuje úroveň odporu monitora podľa polohy regulačného gombíka na nádrži.
BLUETOOTH CONNECTIVITY: Každý trenažér je vybavený najmodernejšou technológiou monitora, ktorá umožňuje pripojenie Bluetooth s akýmkoľvek kompatibilným inteligentným zariadením. Monitor je navrhnutý na integráciu s veslárskymi a fitnes aplikáciami a pomáha pri efektívnom tréningovom progrese, zachytávaní a porovnávaní údajov pre súťažných jednotlivcov. Vrátane aplikácie FLUID Rowing APP, ktorá je k dispozícii prostredníctvom webovej stránky FLUID. Je kompatibilný s APP tretích strán a aktualizáciou softvéru cez Bluetooth.
POZNÁMKA: Hrudný pás na meranie srdcovej frekvencie a dotykový držiak na meranie srdcovej frekvencie sa predávajú samostatne.
UPOZORNENIE NA BATÉRIE: Aby ste zabránili vytečeniu batérií, vyberte ich z monitora, ak zariadenie neplánujete používať dlhšie ako 30 dní.
VAROVANIE: Systémy na monitorovanie srdcovej frekvencie môžu byť nepresné, Nadmerné cvičenie môže mať za následok vážne zranenie alebo smrť. Ak pocítite mdloby, okamžite prestaňte cvičiť a vyhľadajte odbornú lekársku pomoc.

Kalibračný postup

1) Stlačte a podržte tlačidlá Reset a Down na 5 sekúnd. Na displeji sa zobrazí " Úroveň 1"
Otočte rukoväťou nádrže na úroveň 1.
Stlačte tlačidlo Reset. Na displeji sa teraz zobrazí úroveň 2. Kalibrácia úrovne 1 je dokončená.
2) Otočte rukoväť nádrže na úroveň 2. Stlačte tlačidlo Reset.
Na displeji sa teraz zobrazí úroveň 3. Kalibrácia úrovne 2 je dokončená.
3) Opakujte pre 3,4,5,6,7,8,9,10. Úroveň 10 Reset. Kalibrácia je dokončená.



Pripojenie monitora a aplikácie



1. Prevezmite si aplikáciu "Fluid Connect" v [App store] alebo [Google Play].
2. Kým je monitor zapnutý, spustí sa skenovanie Bluetooth na prepojenie s telefónom/notebookom.
3. Zapnite aplikáciu FLUID CONNECT v telefóne.
4. Stlačte akúkoľvek ikonu cvičenia, APP vyhľadá dostupný monitor v blízkosti.
5. Vyberte monitor, ktorý chcete prepojiť.
6. Po prepojení monitora s aplikáciou APP sa na displeji monitora zobrazí iba BT.

Párovanie cez Bluetooth srdcovej frekvencie

POZNÁMKA: Hrudný pás na meranie srdcovej frekvencie a dotyková rukoväť na meranie srdcovej frekvencie sa predávajú samostatne.



Srdcová frekvencia

Monitor sa automaticky spáruje s najbližším zariadením na meranie tepovej frekvencie Bluetooth.

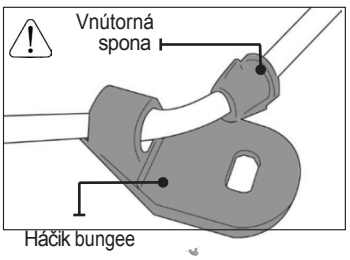
Po dokončení párovania začne monitor zobrazovať srdcovú frekvenciu.

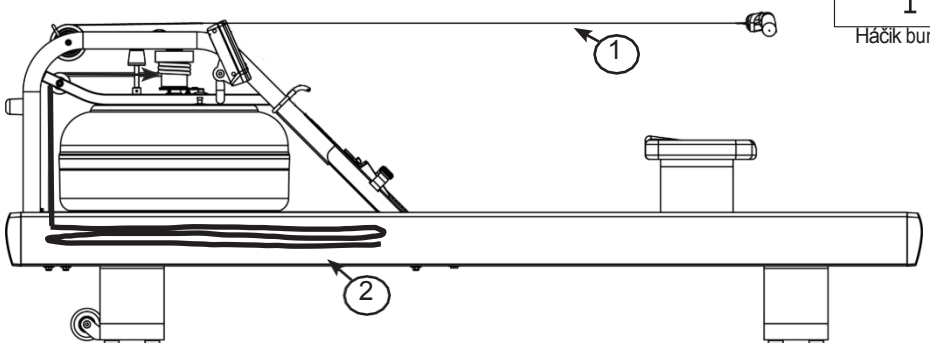
Vyhlásenie výrobcu

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV vyhlasuje, že výrobok je v súlade s nasledujúcimi normami a smernicami: RoHS (2011/65/EÚ)
Nariadenie o všeobecnej bezpečnosti výrobkov (GPSR) - (EÚ) 2023/988
Nariadenie o batériách (EÚ) 2023/1542
Spoločnosť Tunturi New Fitness BV týmto vyhlasuje, že rádiové zariadenie typu : Mega Pro XL je v súlade so smernicou 2014/53/EÚ.
Úplné znenie EÚ vyhlásenia o zhode je k dispozícii na tejto internetovej adrese: https://doc.tunturi.com Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Holandsko

Odpojenie veslovacieho pásu

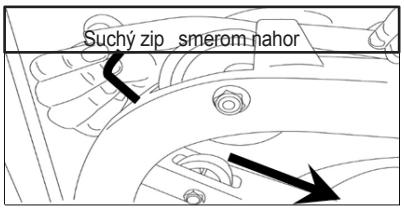
1. Ak chcete odpojiť pás, jednoducho potiahnite mimo rozsahu veslovacieho záberu, až kým sa pás neodpojí od bungee kladky pásu.
   Tip: Tesne pred odpojením pásu budete počuť, ako sa suchý zip oddeľuje.
2. Odpojte nárazovú šnúru Bungee od zadnej opierky. Potom vytlačte vnútornú sponu z háčika Bungee hák.Pretiahnite Bungee cez vnútornú sponu, kým sa neuvoľní. To umožní úplné vyvlečenie Bungee Shock Cord z hlavného rámu až ku kladke Bungee Belt, kde bude znovu pripevnená, keď bude pás trenažéra v správnej polohe.





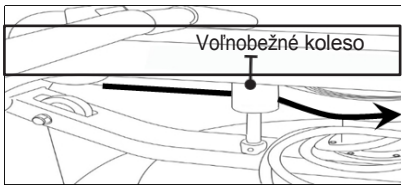
Opätovné pripevnenie veslovacieho pásu

KROK 1



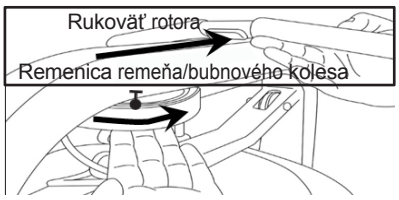
Začnite opätovné pripevňovanie remeňa trenažéru navlečením okolo kladky trenažéru stranou so suchým zipsom smerom nahor, ako je znázornené na obrázku.

KROK 2



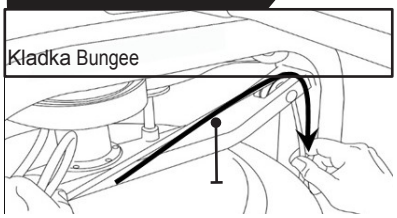
Potom navlečte remeň okolo voľnobežného kolesa, ako je znázornené na obrázku. Po obtočení voľnobežného kolesa pripevnite remeň k remenici. V mieste upevnenia je zjavný "okraj".

KROK 3



Navíjajte remeň trenažéru na remeň/koleso, kým sa rukoväť trenažéru nenachádza v najvzdialenejšej prednej polohe.

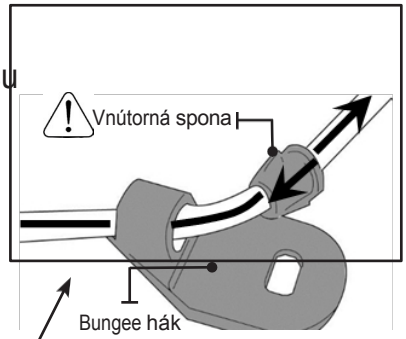
KROK 4



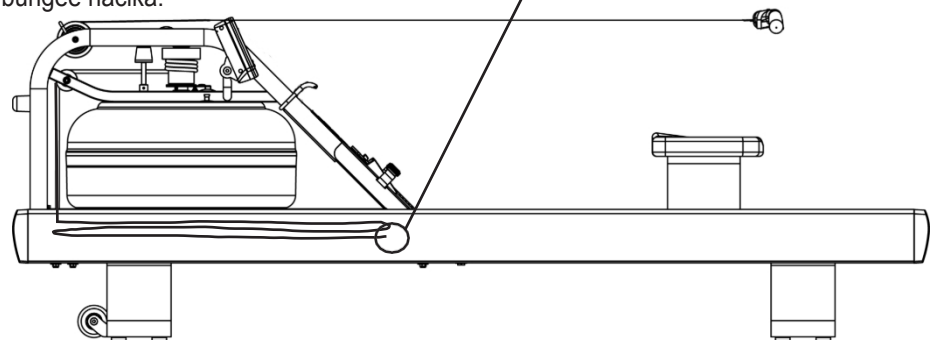
Prevlečte tlmiacu šnúru Bungee (na opačnej strane voľnobežného kolesa) späť cez Bungee Pulley a priviažte sa k upevňovaciemu bodu.

KROK 5 Opätovné pripevnenie veslárskeho pásu

Napätie opätovného navíjania sa časom zníži, pretože Bungee Shock Cord sa natiahne. Ak chcete zvýšiť napnutie spätného rázu, jednoducho zozadu vytlačte vnútornú sponu z Bungee háku, pretiahnite požadované množstvo Bungee cez vnútornú sponu a vnútornú sponu nahraďte do Bungee háku, ako je znázornené nižšie.



Tip: Pred opätovným nasadením vnútornej svorky / bungee háčika uviažte pod miernym napätím na spodnej kladke bungee uzol. Tým sa udrží bungee v napätí počas opätovnej montáže bungee háčika.



Údržba

Všetky činnosti preventívnej údržby sa musia vykonávať pravidelne. Vykonávanie bežných činností preventívnej údržby môže pomôcť zabezpečiť bezpečnú a bezproblémovú prevádzku všetkých zariadení Tunturi New Fitness BV.

Spoločnosť FJLID nie je zodpovedná za vykonávanie pravidelných kontrol a údržby vašich strojov. Poučte všetkých zamestnancov o činnostiach kontroly a údržby zariadenia a tiež o hlásení a zaznamenávaní nehôd.

⚠ UPOZORNENIE

Nádrž, koľajnice a kolesá sedadla utrite a vyčistite čistou vodou. Nepoužívajte žiadne chemické čistiace prostriedky.

Položka	Časový rámec	Pokyny
Koľajnice a kolesá sedadla	Týždenne	Utrite bočné koľajnice a kolieska sedadla handričkou, ktorá nepúšťa vlákna.
Rám	Týždenne	Utrite rám handričkou, ktorá nepúšťa vlákna.
Škrupina nádrže	Týždenne	Na utieranie plášťa nádrže používajte len vodu a čistú handričku. Na utieranie plášťa nádrže NEPOUŽÍVAJTE žiadne chemické čistiace prostriedky.
Ošetrenie nádrže a vody	12 mesiacov až 2 roky	Postupujte podľa pokynov uvedených v časti "Postup úpravy vody" tejto príručky.
Bungee Cord	Každých sto hodín skontrolujte správne napnutie a známky opotrebovania.	Bungee kábel by mal vydržať mnoho rokov. Ak je potrebná výmena Bungee Cord, obráťte sa na miestneho servisného zástupcu alebo prejdite na internetovú stránku www.tunturi.com, kde nájdete ďalšie podrobnosti.
Veslovací pás	Každých sto hodín skontrolujte správne napnutie a na známky opotrebovania.	Veslársky pás by mal poskytovať mnoho rokov bezproblémového používania. Ak je potrebná výmena veslovacieho pásu, obráťte sa na miestneho servisného zástupcu alebo navštívte internetovú stránku www.tunturi.com, kde nájdete ďalšie informácie.

Riešenie problémov

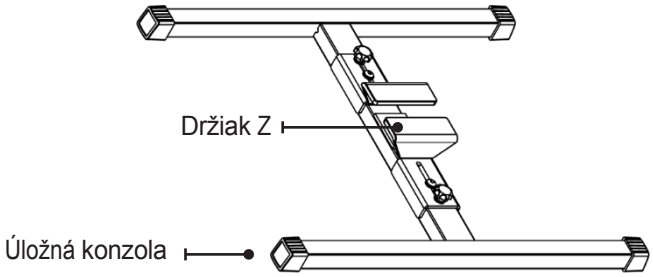
Porucha	Pravdepodobná príčina	Riešenie
Voda mení farbu alebo sa zakalí.	Veslár je na priamom slnečnom svetle alebo nebol ošetrený vodou. Miestna voda z vodovodu je zlá kvality.	Zmeňte umiestnenie rovera tak, aby bol menej vystavený priamemu slnečnému žiareniu. Pridajte Úpravu vody alebo vymeňte vodu v nádrži podľa pokynov v časti Úprava vody v tejto príručke. Zvážte použitie destilovanú vodu na doplnenie nádrže.
Skĺzavanie remeňa rovera z remeňa/bunžovej kladky.	Remienok nie je dostatočne napnutý. Navíjanie nie je dostatočne silné.	Utiahnite bungee kábel podľa pokynov v časti "Opätovné pripevnenie remeňa trenažera" v tejto príručky v časti "Krok 5".
Nekonzistentné údaje na monitore pre 500-metrový interval a SPM (počet zdvihov za minútu).	Medzera medzi snímačmi Chybný snímač Snímač sa posunul z pozície Zväzok káblov	Použite kryt batérie monitora ako "nástroj na kontrolu medzery" na kontrolu medzery medzi hlavou snímača a magnetickým krúžkom alebo zistite, či sa hlava snímača neposunula z pozície. Obráťte sa na najbližšie stredisko služieb zákazníkom spoločnosti FLUID. podrobnosti.
Monitor sa po inštalácii batérie nerozsvieti.	Batérie sú nainštalované nesprávne alebo ich treba vymeniť.	Vymeňte/opätovne nainštalujte batérie do správnej polohy a skúste to znova. Ak sa obrazovka LCD nerozsvieti, skúste mierne pootočiť batérie v monitore. Ak sa to nepodarí, obráťte sa na miestne servisné stredisko.
Obrazovka monitora sa rozsvieti, ale nerozsvieti sa nezaznamená pri veslovaní.	Uvoľnené alebo chybné pripojenie. Príliš veľká medzera medzi snímačmi	Skontrolujte, či je kábel monitora správne pripojený. Ak je pripojený, potom sa obráťte na miestne servisné stredisko. Skontrolujte snímač Medzera medzi snímačmi.
Monitor LEVEL nie je synchronizovaný s ÚROVŇOU v nádrži.	Monitor LEVEL je potrebné rekalibrovať.	Pozrite si "Postup kalibrácie" na strane 13 tejto príručky.

Pokyny na úložný držiak

Sadu podpornej konzoly na skladovanie vo zvislej polohe je možné zakúpiť samostatne.

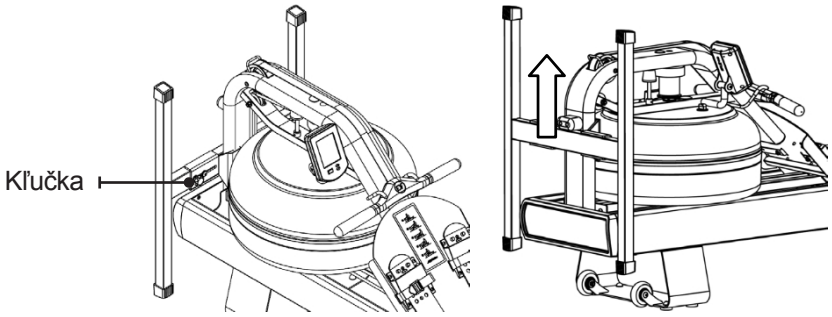
KROK 1

Nainštalujte držiak Z na základňu na skladovanie.
Poznámka: Kľučku a skrutku nedoťahujte.



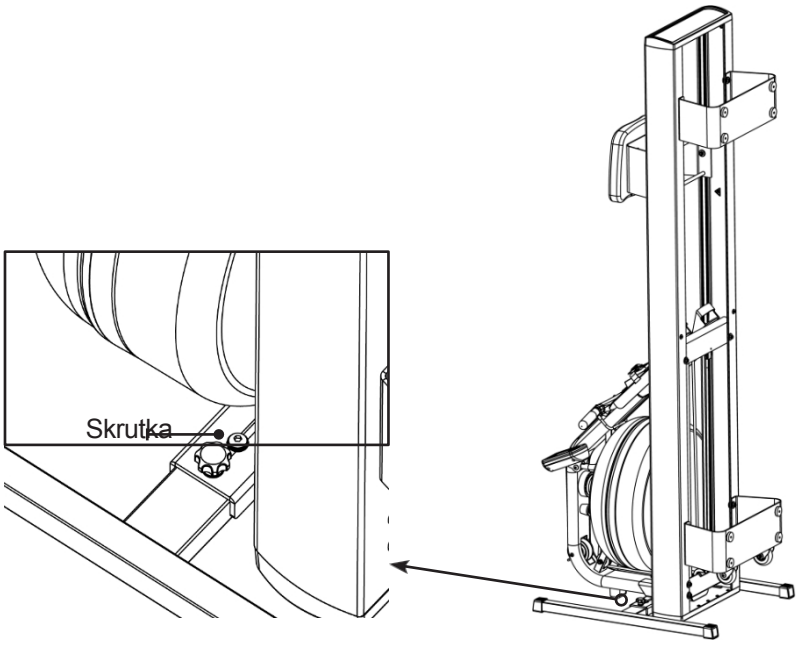
KROK 2

Nainštalujte držiak na trenažer podľa obrázka, zarovnajte držiak s gumovou nohou,
a potom utiahnite kľučku držiaka Z, aby ste ho pripevnili k trenažeru.



KROK 3

Postavte trenažer vertikálne s hlavným rámom na podlahu. Pomocou 8 mm imbusového kľúča utiahnite skrutky.



Medzinárodná záruka

POUŽITIE NA DOMÁCNOSTI

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV zaručuje, že trenažér RW30 zakúpený u autorizovaného zástupcu a v nepoškodenom originálnom balení je bez materiálových a výrobných chýb. Spoločnosť FTunturi New Fitness BV alebo jej zástupca podľa vlastného uváženia opraví alebo vymení diely, ktoré sa stanú chybnými počas záručnej doby, s výhradou nižšie uvedených špecifických zahrnutí a výnimiek.

Hlavný rám - 5-ročná obmedzená záruka
Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení kovový hlavný rám vesla v prípade, že zlyhá z dôvodu akejkoľvek materiálovej alebo výrobnej chyby počas 5 rokov od pôvodnej kúpy. Záruka sa nevzťahuje na povrchovú úpravu rámu.

Polykarbonátová nádrž a tesnenia - 5-ročná obmedzená záruka

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení polykarbonátovú nádrž alebo tesnenia, ak zlyhajú z dôvodu akejkoľvek materiálovej alebo výrobnej chyby do 5 rokov od pôvodného nákupu.

Mechanické komponenty (nenosné) - 2 roky obmedzená záruka

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení akúkoľvek mechanickú súčiastku, ak zlyhá z dôvodu akejkoľvek chyby materiálu alebo spracovania, a to do 2 rokov od pôvodnej kúpy.

Špecifické zahrnutie

Rám sedadla
Koľajnice
sedadla
Zostava hriadeľa a obežného kolesa

Všetky ostatné komponenty (opotrebovateľné) - 2 roky obmedzená záruka

Spoločnosť Tunturi New Fitness BV opraví alebo vymení akúkoľvek súčiastku v prípade, že zlyhá z dôvodu akejkoľvek materiálovej alebo výrobnej chyby do 2 rokov od pôvodného nákupu.

Špecifické zahrnutie
Sťahovacia šnúra Bungee
Ručné držadlá a popruhy na nohy
Polyesterový veslovací pás
Sedadlo a bežce sedadla
Všetky kladky, valčeky a ložiská Všetky
gumové komponenty
Monitor a snímač rýchlosti (okrem vymeniteľných batérií) Plochy na
nohy (otočné a posuvné)

Všeobecné výnimky
Poškodenie povrchovej úpravy akejkoľvek časti stroja
Poškodenie spôsobené zanedbaním, zneužitím, nesprávnou montážou alebo používaním stroja
Akékoľvek poplatky za prepravu alebo colné konanie spojené s vrátením alebo odoslaním dielov Akékoľvek
poškodenie alebo strata tovaru počas prepravy akéhokoľvek druhu
Akékoľvek náklady na prácu spojené so záručnou reklamáciou

Všeobecné podmienky

- Sériové číslo stroja musí byť správne zaregistrované v spoločnosti Tunturi New Fitness BV alebo u jedného z jej určených distribútorov.
- Spoločnosť Tunturi New Fitness BV si vyhradzuje právo preskúmať akýkoľvek diel, pri ktorom sa požaduje výmena v rámci záruky.
- Záručná doba sa vzťahuje len na pôvodného kupujúceho od dátumu nákupu a je neprenosná.
- Výrobok musí byť vrátený na miesto nákupu v pôvodnom obale, pričom dopravu, poistenie a súvisiace poplatky hradíte vy a riziko straty alebo poškodenia preberáte vy.
- Spoločnosť Tunturi New Fitness BV neposkytuje žiadne iné záruky okrem tu uvedených a výslovne sa zrieka všetkých záruk ktoré nie sú uvedené v tejto záruke. Spoločnosť Tunturi New Fitness BV ani jej partneri nenesú zodpovednosť za náhodné alebo následné škody.
- Záruka výrobcu sa automaticky začína po predaji výrobku konečnému používateľovi alebo po uplynutí (1) roka od mesiaca výroby, podľa toho, čo nastane skôr.



Dovozce a distributor pro Českou a
Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175
Email: info@trinteco.cz
Telefon: +420 725 552 257

Introduction

Congratulations on your purchase of the Rower.
FLUID is proud to present the Rower as home use product featuring patented Adjustable Fluid Resistance.
Our unique combination of precision steel and solid wood frames incorporate only the highest quality American Ash which is collected using the latest technology in sustainable harvesting from renewable plantations.
Note that slight variations of colour are normal and part of Mother nature's artistry. The wood grain patterns and subtle hues of each Rower makes every unit highly individual and designed to compliment any environment.
Follow all instructions carefully for correct assembly, Tank filling, Water Treatment, service and safety.
Access to our world-wide distributor and service network is available at
www.tunturi.com
Check contents of Box 1 and 2 to ensure all parts are present and correct prior to assembly.

Training With the Rower

1. As with any piece of fitness equipment, consult a physician before beginning your Rower exercise program.
2. Follow instructions provided in this manual for correct foot position and basic rowing techniques.
3. For more detailed rowing techniques, please refer to our international website at www.tunturi.com

Safety

Safety Information

- Before using this product, it is essential to read this ENTIRE operation manual and ALL instructions. The Rower is intended for use solely in the manner described in this manual.
- UNDERSTANDING EACH AND EVERY WARNING TO THE FULLEST IS IMPORTANT
- As with any piece of fitness equipment, consult a physician before beginning your Rower exercise program.
- Please be aware that any fitness regime, before being undertaken, is best preceded by a physical checkup from a certified physician.
- Injuries to health may result from incorrect or excessive training.
- Stop the machine immediately if any signs of excessive wearing is present on the Belts, Pulleys and Bungee cords. Do not use unit until said parts are repaired or replaced.
- Do not allow children unattended access to the machine.
- Move the Seat forword before lifting the Rower to a vertical position.
- The Rower can stand vertically for storage. When doing so, please follow the instructions given in the manual.
- If any of the adjustment devices are left projecting, they could interfere with the user's movement.
- Do not store in freezing conditions with water in the Tank as it can expand and crack the components.
- The console is designed to provide accurate real-time workout data. However, for your health and safety, please do not rely solely on these readings. If you experience any discomfort, stop exercising immediately and consult a healthcare professional.
- Always place a non-slip mat under the equipment to reduce the risk of slipping.
- Inspect the tank for any signs of leakage before use. If leakage is detected, stop using the equipment immediately.
- Periodically inspect the equipment and replace batteries when needed to maintain safe operation.

Proper Usage

- Do not use any equipment in any way other than designed or intended by the manufacturer. It is imperative that FLUID equipment is used properly to avoid injury.
- Injuries may result if exercising improperly or excessively. It is recommended that all individuals consult a physician prior to commencing an exercise program. If at any time during exercise you feel faint, dizzy or experience pain, STOP EXERCISING and consult your physician.
- Keep body parts (hands, feet, hair, etc.), clothing and jewelry away from moving parts to avoid injury.
- Follow instructions provided in this manual for correct foot position and basic rowing techniques.
- For more detailed rowing techniques, please refer to our International website www.fluid-eu.com

Inspection

- DO NOT use or permit use of any equipment that is damaged and/or has worn or broken parts. For all FLUID equipment use only replacement parts supplied by FLUID.
- Cables and Belts pose an extreme liability if used when frayed. Always replace any cable or Belt at first sign of wear (consult FLUID if uncertain).
- EQUIPMENT MAINTENANCE - Preventative maintenance is the key to smooth operating quipment as well as to keep your liability to a minimum. Equipment needs to be inspected at regular intervals.
- Ensure that any person(s) making adjustments or performing maintenance or repair of any kind is qualified to do so.
- DO NOT ATTEMPT TO USE OR REPAIR ANY ACCESSORY APPROVED FOR USE WITH THE FLUID EQUIPMENT WHICH APPEARS TO BE DAMAGED OR WORN.
- Check all Belts, pulleys and bungee cords regularly for signs of wear, and replace if needed.
- Check regularly and follow all instructions for maintenance as specified in this manual.
- Replace immediately any defective parts and do not operate unit until all repairs are complete.
- The safety level of the equipment can be maintained only if it is examined regularly for damage and wear, e.g. ropes, pulleys, connection points.

Safety

Operating Warnings

- Keep children away from the equipment. Parents or others supervising children must provide close supervision of children if the equipment is used in the presence of children.
- Do not allow users to wear loose fitting clothing or jewelry while using quipment. It is also recommended to have users secure long hair back and up to avoid contact with moving parts.
- All bystanders must stay clear of all users, moving parts and attached accessories and components while machine is in operation.
- **WARNING** Do not insert fingers into Tank!
- **CAUTION** After rowing exercise, please allow the unit to sit for 5 minutes before standing it up for storage.
- **CAUTION** Do not fill past the calibration mark as indicated on the Tank level sticker or water spillage can occur.
- **WARNING** Never operate this Rower without feet properly secured in Footstraps, or without the sliding portion of the Slider Footplate locked into position!

⚠ CAUTION

- Keep hands and fingers away from moving parts, as indicated in this manual.
- The Rower can stand vertically for storage. Make sure a secure location is chosen, such as the corner of a room or against a wall on an even, secure surface.
- It is recommended not to expose the machine to the direct sunlight. It may cause accelerated aging of the plastic material, reduce the life of the tank shell and even lead to deformation and rupture.

⚠ NOTE

If the storage area is not level, an additional fixture is required (sold separately) to keep the Rower stable with vertical storage position.

Assembly

Product Specifications

Product Class: SC

Braking System: Speed Independent

Product Net Weight: 56.83kg (125.29lb)

Product Gross Weight: 65.46kg (144.31lb)

Minimum Safe Operating Surface Area: 333cm (131.09”) x 174cm (68.50”)

Dimensions: 2130mm (83.85”) Length x 540mm (21.26”) Width x 750mm (29.53”) Height

Maximum User Weight: 150kg (330lb)

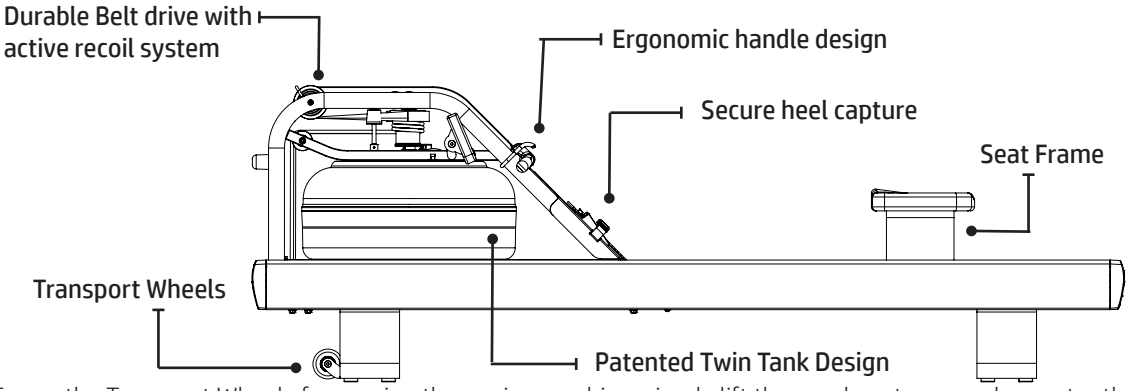
Compact Footprint: 2130mm x 540mm or upright 750mm x 540mm

Indoor use

Installation

- Place on a stable, flat surface in a horizontal position during use for maximum stability.
- Check all Belts, pulleys and bungee cords regularly for signs of wear, and replace if needed.
- Check regularly and follow all instructions for maintenance as specified in this manual.
- Replace immediately any defective parts and do not operate unit until all repairs are complete.

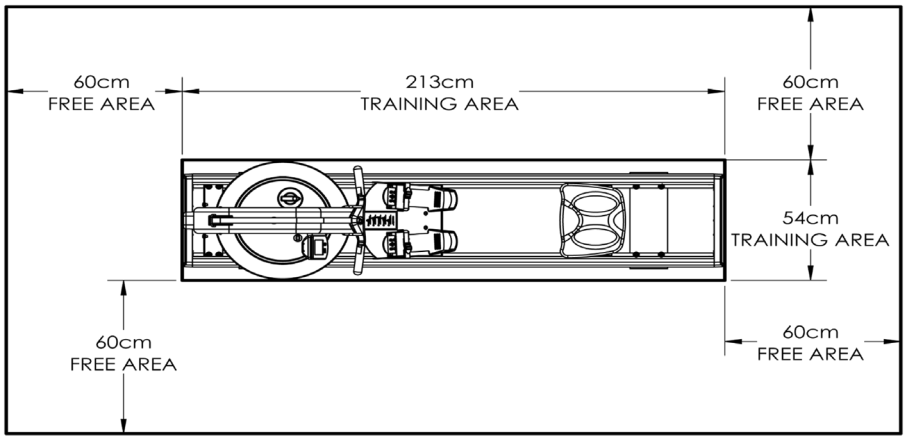
Product Highlights



To use the Transport Wheels for moving the rowing machine, simply lift the rear legs to an angle greater than 15 degrees. This will allow you to easily transport the equipment.

Live Area and Training Area

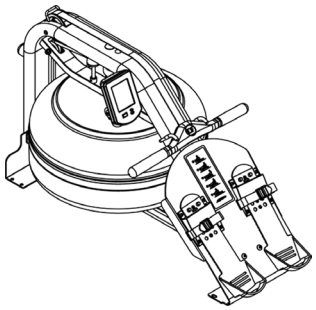
The live area shall be at least 60cm (23.62”) greater than the training area in the directions from which the equipment is accessed. The live area must also include the area for emergency dismount.



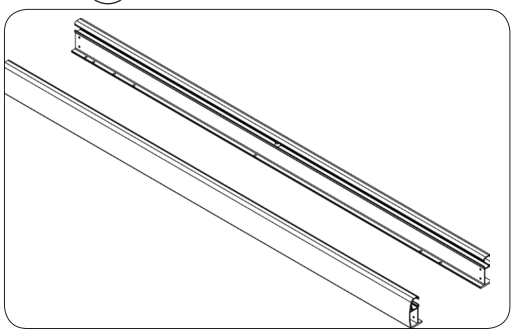
Note: Rower is not suitable for therapeutic purposes.
Where equipment is positioned adjacent to each other the value of the free area may be shared.

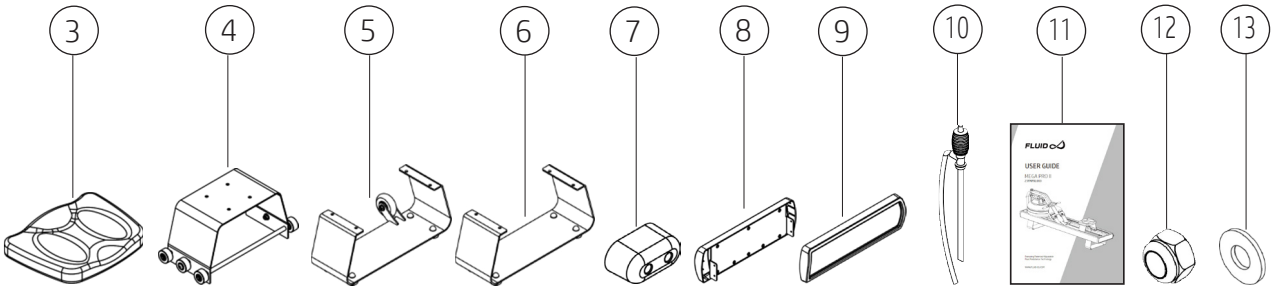
Rower Box 1 & 2 Contents

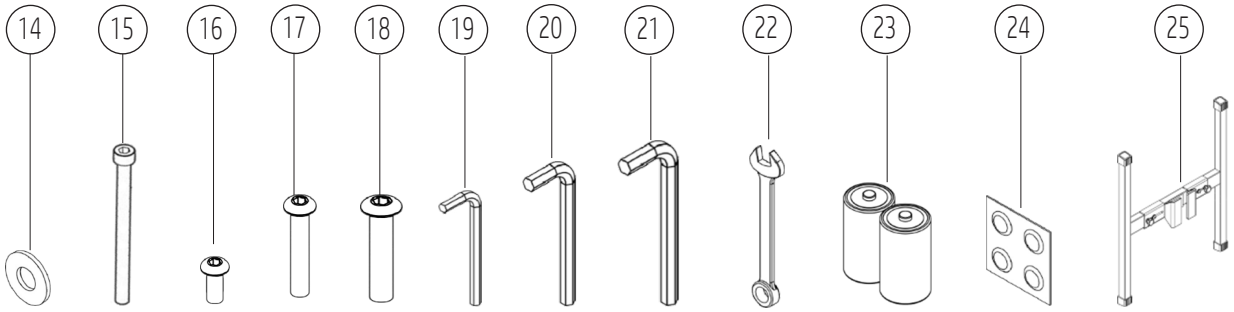
1 Box 1 Contents



2 Box 2 Contents







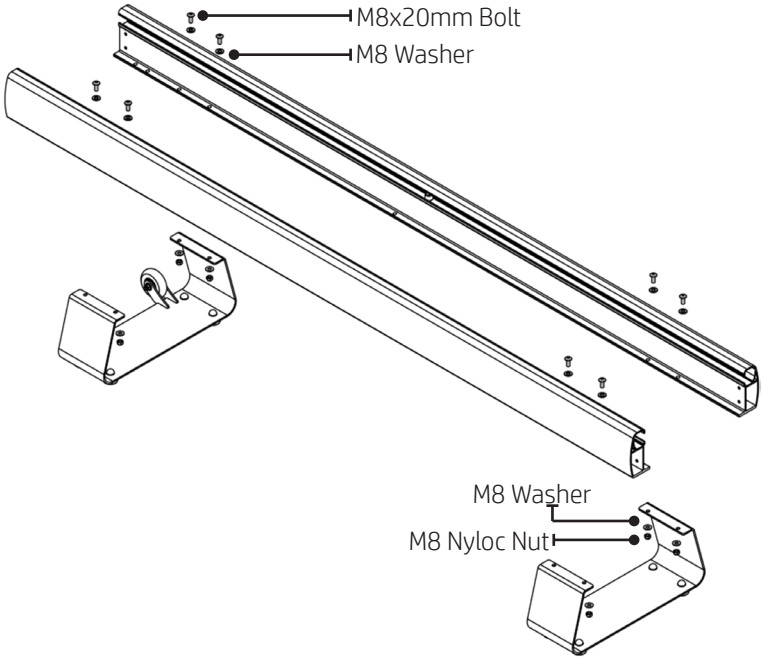
Item	Qty.	Description	Item	Qty.	Description
1	1	Main Frame	7	1	Rubber Foot
2	2	Left / Right Side Rail	8	1	Front End Cap
3	1	Rower Seat	9	1	Rear End Cap (with rubber pads)
4	1	Rower Seat Frame	10	1	Siphon
5	1	Front Leg Assembly	11	1	User Guide
6	1	Rear Leg Assembly			
Hardware KIT					
12	14	M8 Nyloc Nut	19	1	3mm Allen Key
13	12	M6 Washer	20	1	4mm Allen Key
14	28	M8 Washer	21	1	6mm Allen Key
15	2	M5x30mm Bolt	22	1	13mm Spanner
16	8	M6x10mm Bolt	23	2	D Cell Battery
17	4	M6x20mm Bolt	24	4	Water Treatment Tablet
18	14	M8x20mm Bolt			
Optional Equipment (Not Included)					
25	1	Storage Support Bracket			

Assembly Instructions

STEP 1 Installing the Legs to Side Rails

REQUIRED
Side Rail Left / Right [2]
Front Leg Assembly [5]
Rear Leg Assembly [6]
8x M8 Nyloc Nut [12]
16x M8 Washer [14]
8x M8x20mm Bolts [18]

Install the Front Leg Assembly[5] (Front Leg with Transport Wheel attached) and Rear Leg Assembly[6] onto the Side Rail[2] as shown. You will need 8x M8x20mm Bolt[18], 16x M8 Washer[14] and 8x M8 Nyloc Nut[12].



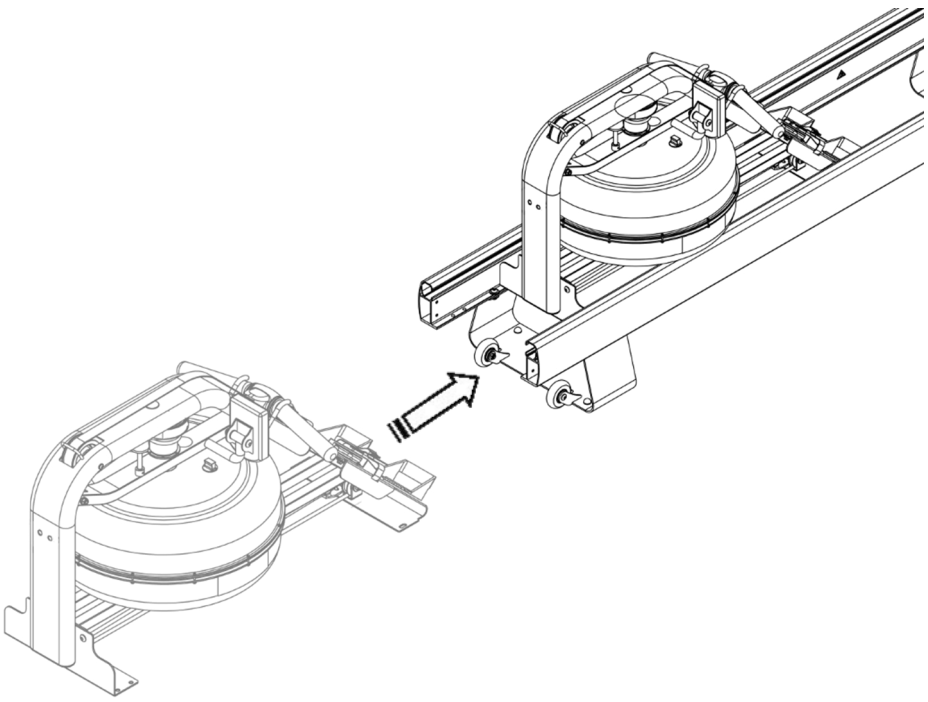
STEP 2 Mounting Main Frame to Side Rails

REQUIRED
Main Frame [1]
Side Rail [2]

NOTE

Requires two people.

Mounting Main Frame[1] to Side Rails [2] as shown.
Note: Do not secure Main Frame till Step 4 below

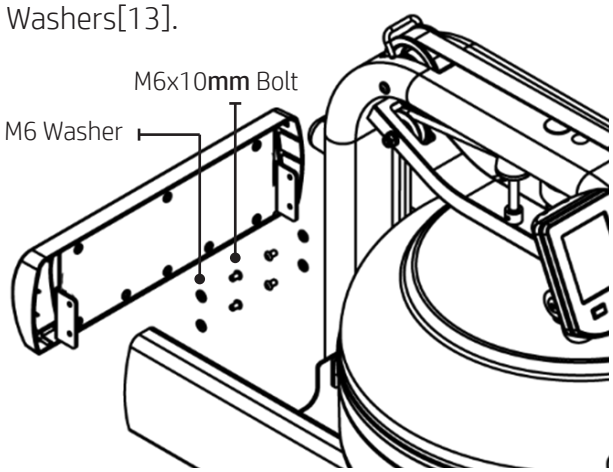


Assembly Instructions

STEP 3 Installing the Front End Cap

REQUIRED
Side Rail [2]
Front End Cap [8]
4x M6 Washer [13]
4x M6x10mm Bolts [16]

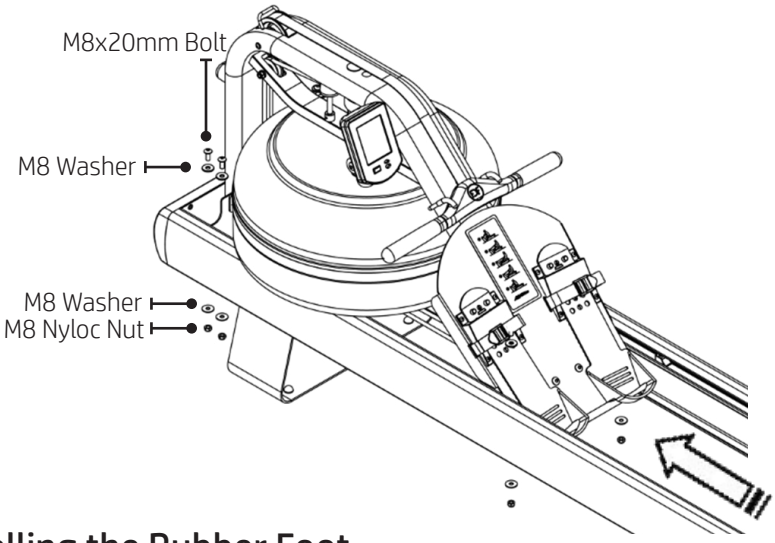
Install the Front End Cap[8] to the Side Rails[2] using 4x M6 x10 Bolts[16] and 4x M6 Washers[13].



STEP 4 Positioning Main Frame

REQUIRED
8x M8 Nyloc Nut [12]
16x M8 Washer [14]
8x M8x 20mm Bolt [18]

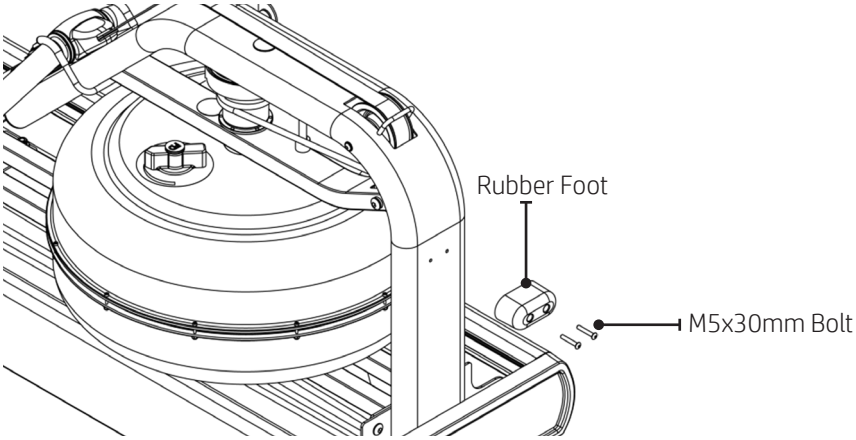
Move Main Frame forward to position, then secure using 8x M8x20mm Bolt[18], 16 x M8 Washer[14] and 8x M8 Nyloc Nut[12].



STEP 5 Installing the Rubber Foot

REQUIRED
Rubber Foot [7]
2x M5x 30mm Bolts [15]

Install the Rubber Foot[7] to the Main Frame using 2x M5 x30 Bolts[15].

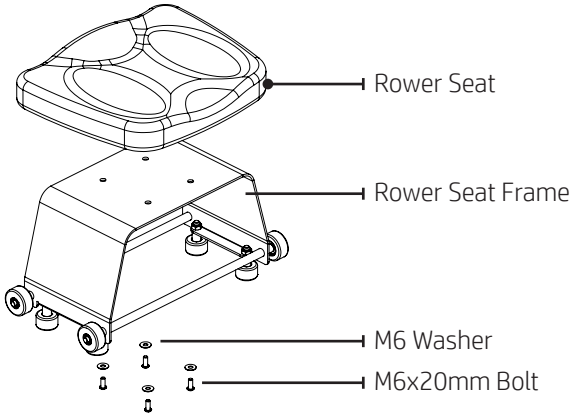


Assembly Instructions

STEP 6 Installing Rower Seat

REQUIRED
Rower Seat [3]
Rower Seat Frame [4]
4x M6 Washer [13]
4x M6x20mm Bolts [17]

Install the Rower Seat[3] onto the Rower Seat Frame[4] using 4x M6x20mm Bolts[17] and 4x M6 Washers[13].

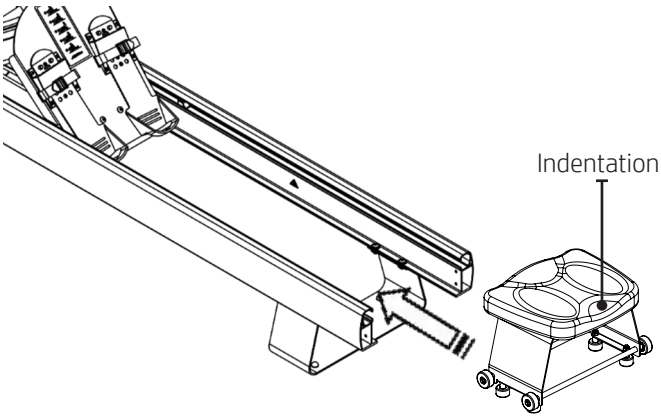


STEP 7 Installing Rower Seat into the Side Rails

REQUIRED
Rower Seat [3]
Rower Seat Frame [4]

⚠ WARNING
Do not put fingers in between Side Rail and wheel carriage.

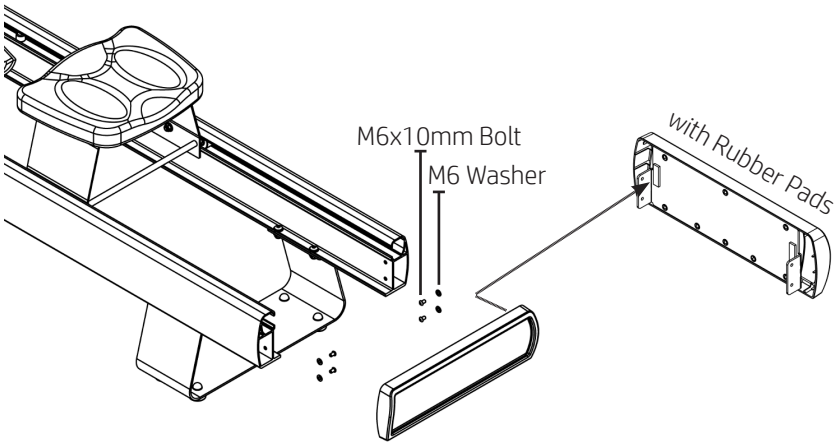
Slide the Assembled Rower Seat into the Side Rails as shown. The Seat Indentation must be towards the rear of the Rower.
NOTE: Clean Wheels and tracks weekly with a soft dry cloth in order to decrease the rate of wear on both Wheels and track.



STEP 8 Installing the Rear End Cap (with Rubber Pads)

REQUIRED
Side Rail [2]
Rear End Cap [with Rubber Pads [9]
4x M6 Washer [13]
4x M6x10mm Bolts [16]

Install the Rear End Cap[9] to the Side Rails[2] using 4x M6 x10 Bolts[16] and 4x M6 Washers[13].



Operation Instructions

Adjustable Resistance (AR) Tank

The adjustable resistance (AR) Tank, developed and patented by FLUID. offers a true multi-level experience. Water is moved between the "storage" and "active" chambers of the AR Tank. Your new rowing ergometer can adapt - at the turn of a dial - to the resistance preferred by each user.

Getting Started

To achieve minimum resistance, select "1" on the Tank adjuster. It takes 10 strokes to fill the central (storage) tank, leaving a minimal amount of water in the outer (active) tank. This process is always required if minimum resistance is desired. Row hard at a steady pace (20 to 25 strokes per minute [SPM]) and put some effort into the stroke, ensuring that good form is maintained. You can make adjustments to the resistance level while you row. Your AR Tank will adapt almost instantly to increases in resistance but will take up to 10 strokes to reduce the effort required, as the central (storage) Tank fills up.

Developing Your Routine

Once you have found a level that gives you the exercise required, changes can be made to SPM and to stroke intensity to further vary your energy input. Interval training is used by most Rowers, where a period of low intensity is combined with short intervals of high intensity. Your FLUID rowing ergometer allows for changes 'on the fly', to achieve multi-level resistance profiles during a single workout. For more information on exercise routines, please visit our website at www.tunturi.com

Tank Filling and Water Treatment Procedures

REQUIRED

Siphon [7]

⚠ CAUTION

Resistance adjuster must be set to LEVEL 10 to allow for accurate filling capacity.

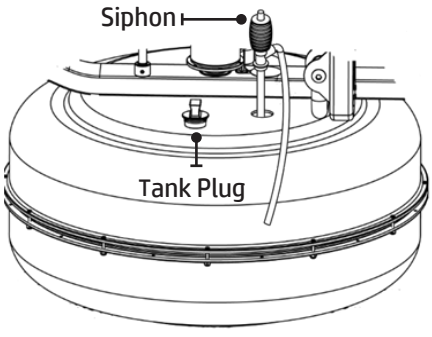
⚠ WARNING

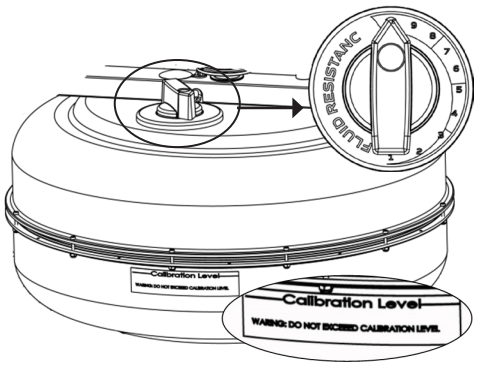
Do not overfill the tank beyond the maximum indicated level of 20 liters. Refer to the Tank Level decal on the lower side of the tank.

⚠ NOTE

In areas where tap water quality is known to be poor, FLUID recommends the use of distilled water.

A) Remove Tank Plug from the top of the Tank.
B) Place a large bucket of water next to the Rower. Position the Siphon[7] with rigid hose in the bucket,and flexible hose in the Tank. **NOTE:** Make sure small breather valve on siphon is closed before filling.
C) Squeeze siphon to begin filling. Important: Do not overfill Tank.
D) When full, open the valve on the top of the Siphon to allow excess water to escape.
E) Once filling is completed follow the water treatment schedule below, then replace the Tank Plug.

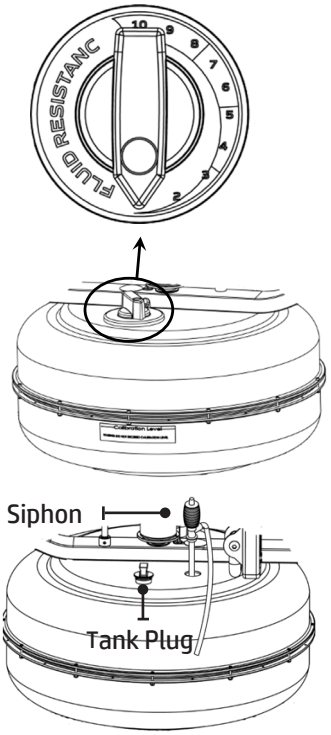




Level 1: This setting keeps a portion of the water in reserve creating light resistance.
Level 10 : This setting allows the maximum amount of water to reach the flywheel for heaviest resistance .

Operation Instructions

Removing/Changing Tank Water



A) Set Adjuster Knob to “1”
B) Row at least ten strokes to fill the storage reservoir as completely as possible.
C) Remove Tank Plug.
D) Insert rigid end of siphon into the Tank, and flexible hose into a large bucket.
E) Drain Tank (approx. 40% of water will remain) and then refill following directions for Tank filling as described in the Tank Filling section of this manual.

NOTE:

- The valve on top of the siphon must be closed to allow proper drainage.
- Water treatment will preclude the need to change tank water if the treatment schedule is maintained.
- Additional Water Treatment Tablet is required only when discoloration appears in the water.
- Exposure to full sunlight reduces the life of the Water Treatment Tablets. Storing the Rower away from direct sunlight will extend the time between water treatments.
- Approximately 40% of tank water will remain. It is not possible to completely drain the A/R tank without disassembly.

NOTE: For simple, fast and efficient filling and/or drainage of the Tank, we have a battery operated pump (rechargeable via USB) available as an option. We recommend this to any commercial facility, with multiple units, that has a need to drain and refill Tanks from time to time. To purchase, contact your nearest FLUID distributor or go to our website on www.tunturi.com for details.

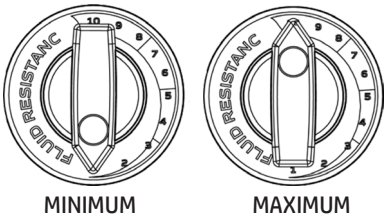
⚠ **CAUTION** It is strongly recommended that a drop cloth be used under the Tank whenever the Tank Plug is opened for water treatment.

Initial Water Treatment

Add One Water Treatment Tablet per full Tank. DO NOT, UNDER ANY CIRCUMSTANCE, USE A WATER TREATMENT TABLET OTHER THAN THOSE SUPPLIED WITH YOUR UNIT.
Your unit purchase includes 4xWater Treatment Tablets, which is sufficient for several years of use. The amount of time between water treatments can vary greatly depending on your unit’s location and exposure to sunlight. Typically you can expect to treat your Tank water every 12-24 months. If water becomes discolored or shows signs of algae / bacterial growth simply add one Water Treatment Tablet. To purchase additional Water Treatment Tablets, please consult your nearest regional dealer/distributor or check our website at www.tunturi.com

How to Adjust Resistance

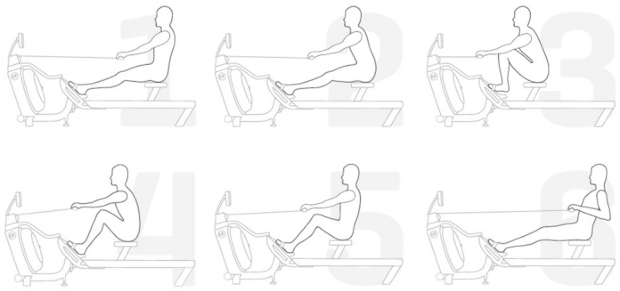
Select your preferred Fluid Resistance.
NOTE: The Monitor level will automatically reflect the Fluid Resistance selected at the Tank.
When adjusting resistance level, allow two strokes to feel an increase and ten strokes to feel a decrease.



Operation Instructions

Start Rowing

There are six phases to completing a rowing stroke



1. Sit with straight legs and back, leaning forward slightly at the hips with arms out straight and hands level with the lower ribs. Swing back.
2. Legs and back straight, leaning slightly forward from the hips, arms out in front. Lean and slide forward.
   Note: Hands should now be around your knees, keeping legs straight.
3. Legs come forward, aiming to get the shins vertical. Back is still straight, and posture leaning slightly forward with arms still out front. Now drive hard, this is the CATCH.
4. Knees partially straightened so seat is now at mid-point of travel, back and arms still straight. Maintain the stroke.
5. Knees are nearly straight, back is still straight but now leaning slightly back from the hips. Arms straight. Now squeeze through.
6. Legs now fully extended. Back straight and leaning slightly back, now pull with the arms so they are close to the chest, forearms horizontal and elbows close in to the rib cage. This is the FINISH.

For more information on correct rowing technique and workout tips visit our website www.tunturi.com

⚠ **CAUTION:** Always consult a doctor before beginning an exercise program. Stop immediately if you feel faint or dizzy.

⚠ **CAUTION:** Do not row to one side.

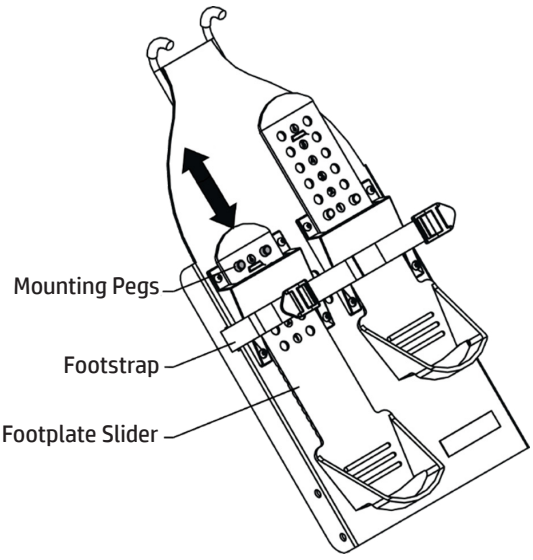
Adjust Footplates

The Footplate Slider accommodates most foot sizes, and is designed to keep your feet securely in place as you row. The feet should be positioned so that the foot strap covers the section of the foot naturally bend as row. (e.g. The board of the foot)

TO ADJUST:

Lift the top of the Footplate from the mounting pegs and slide vertically between 1-6 to suit your foot length. Secure by hooking the Footplate back onto the mounting pegs and pushing down firmly to lock it into position. Place feet on the foot plates and tighten the Footstraps to ensure your feet sit firmly against the heel captures.

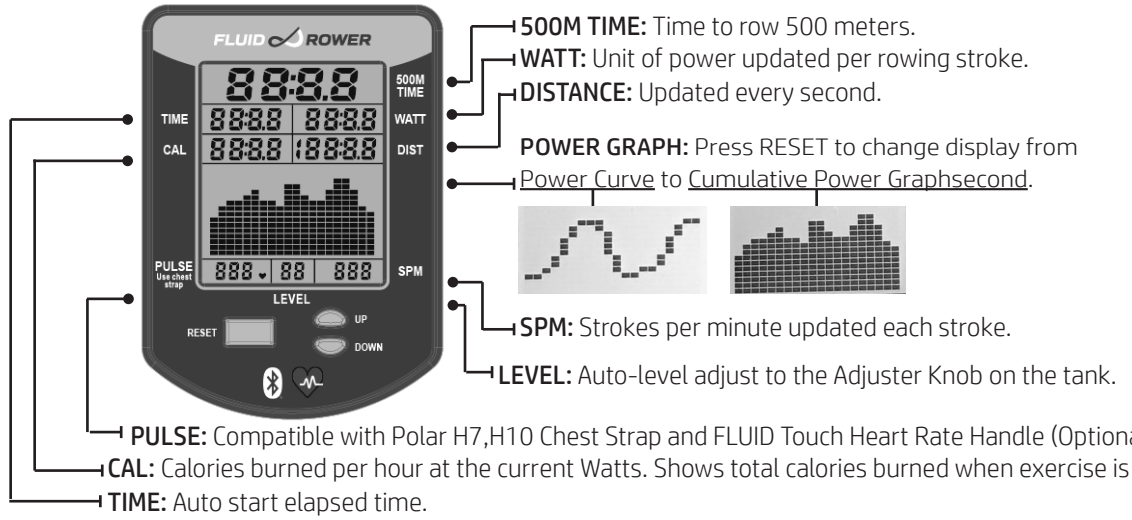
Note: The heel capture should bend to allow your foot to pivot naturally as you row.



⚠ **WARNING:** Never operate this Rower without feet properly secured in Footstraps, or without the sliding portion of the Footplate Slider locked into position!

Bluetooth Auto-Adjust Monitor

Auto Start: Commence exercise to activate.
Reset all values: Press and hold RESET button for 3 seconds.
Auto Power Down: Over 5 minutes. All values revert to zero after restart.

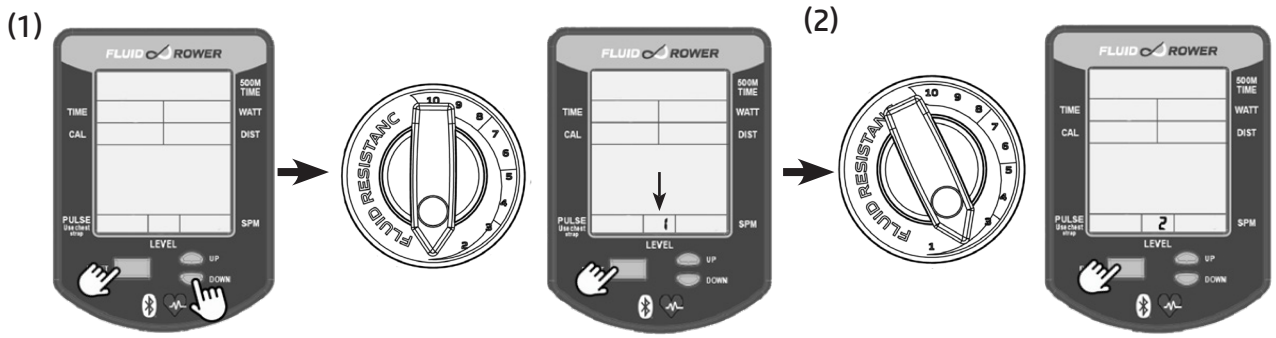


500M TIME: Time to row 500 meters.
WATT: Unit of power updated per rowing stroke.
DISTANCE: Updated every second.
POWER GRAPH: Press RESET to change display from Power Curve to Cumulative Power Graphsecond.
SPM: Strokes per minute updated each stroke.
LEVEL: Auto-level adjust to the Adjuster Knob on the tank.
PULSE: Compatible with Polar H7,H10 Chest Strap and FLUID Touch Heart Rate Handle (Optional).
CAL: Calories burned per hour at the current Watts. Shows total calories burned when exercise is stopped.
TIME: Auto start elapsed time.

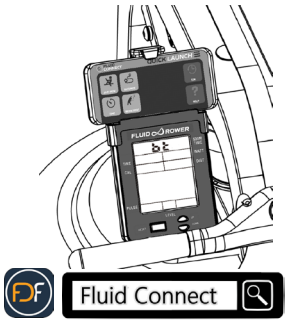
WATT: Measures peak power in watts, calculating the strength and acceleration provided to accurately measure a user's power.
TRAINING DATA: Data gathered from each workout is displayed in a power curve and cumulative power graph, enabling real-time comparisons for effective progressive training.
AUTO ADJUST LEVEL: Built in potentiometer automatically adjusts the monitor's resistance level according to the position of the Adjuster Knob on the tank.
BLUETOOTH CONNECTIVITY: Each Rower is fitted with the most advanced Monitor technology, enabling Bluetooth connectivity with any compatible smart device. Designed to integrate with rowing and fitness apps, the Monitor will assist with effective training progression, capturing and comparing data for the competitive individual. Including FLUID Rowing APP available via FLUID Website. It is compatible with 3rd party APP and Software Update via Bluetooth.
NOTE: Heart Rate Chest Strap and Touch Heart Rate Handle is sold separately.
BATTERY WARNING: To prevent batteries from leaking, remove them from the Monitor if you plan on not using the equipment for more then 30 days.
WARNING: Heart rate monitoring systems may be inaccurate, Over exercising may result in serious injury or death. If you feel faint stop exercising immediately and seek professional medical advice.

Calibration Procedure

1) Press and hold **Reset** and **Down** for 5 seconds. Display will show " Level 1"
   Turn the Tank Handle to Level 1.
   Press **Reset**. Display will now show Level 2. Level 1 Calibration is complete.
2) Turn the Tank Handle to Level 2. Press **Reset**.
   Display will now show Level 3. Level 2 Calibration is complete.
3) Repeat for 3,4,5,6,7,8,9,10. Level 10 ress **Reset**. Calibration is complete.



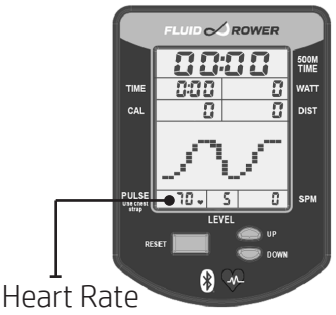
Monitor and APP Connectivity



1. Download the “Fluid Connect” App on the [App store] or [Google Play].
2. While the Monitor is ON, the Bluetooth will start scanning to link to the Phone/Pad.
3. Turn on the FLUID CONNECT app in you phone.
4. Push any work out icon, the APP will search the available Monitor near by.
5. Choose the Monitor that you wish to link.
6. After the Monitor link to the APP, the display of the Monitor will only show BT on the screen.

Bluetooth Heart Rate Pairing

NOTE: Heart Rate Chest Strap and Touch Heart Rate Handle is sold separately.



The Monitor will automatically pair with the nearest Bluetooth heart rate device.

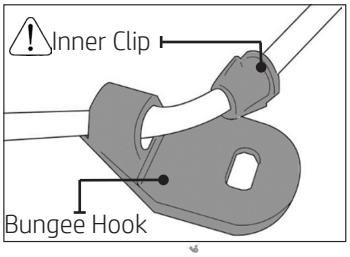
When pairing is complete, the Monitor will begin to display the heart rate.

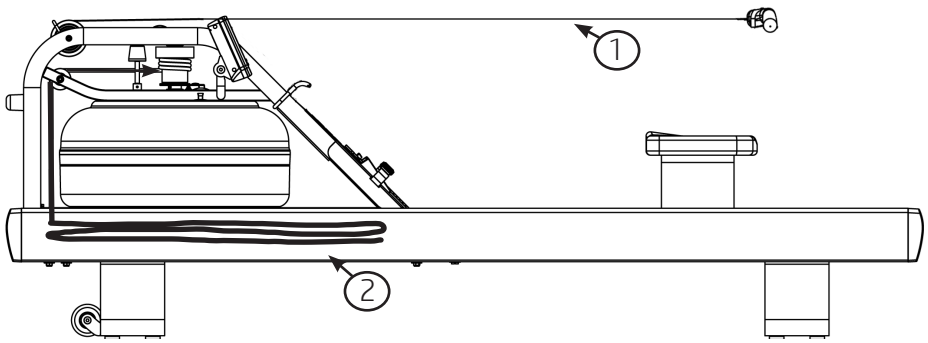
Declaration of the manufacturer

Tunturi New Fitness BV declares that the product is in conformity with the following standards and directives:
RoHS Directive (2011/65/EU)
General Product Safety Regulation (GPSR) – (EU) 2023/988
Battery Regulation (EU) 2023/1542
Hereby, Tunturi New Fitness BV declares that the radio equipment type ：Mega Pro XL is in compliance with Directive 2014/53/EU.
The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: https://doc.tunturi.com
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Detaching the Rower Belt

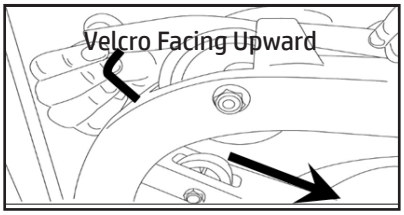
1. To detach Belt, simply pull beyond the range of the normal rowing stroke until the Belt detaches from the Belt bungee pulley.
   Tip: You'll hear the Velcro separating just before the Belt detaches.
2. Unhook the Bungee Shock Cord from the Rear Brace. Then, push out the Inner Clip from the Bungee Hook.Pull the Bungee through the Inner Clip until free. This will allow for the Bungee Shock Cord to be threaded completely out of the Main Frame and up to the Belt Bungee Pulley where it will be re-attached once the Rower Belt is in the proper position.





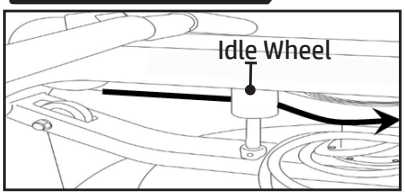
Reattaching the Rower Belt

STEP 1



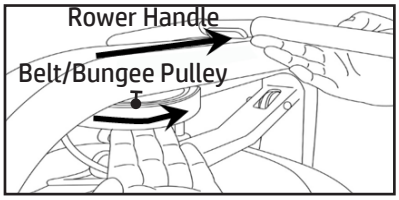
Begin reattaching the Rower Belt by threading around the Rower Belt Pulley with the Velcro side facing upward as illustrated.

STEP 2



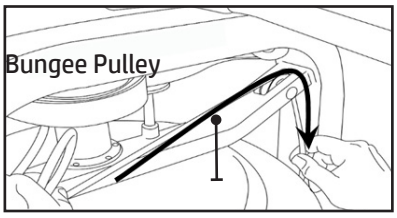
Next, thread the Belt around the Idle Wheel as shown. Once around the Idle Wheel, attach the Rower Belt to the Belt/Bungee Pulley. There is an obvious “lip” at the attachment point.

STEP 3



Wind the Rower Belt onto the Belt/Bungee Pulley until the Rower Handle is as it’s furthest forward position.

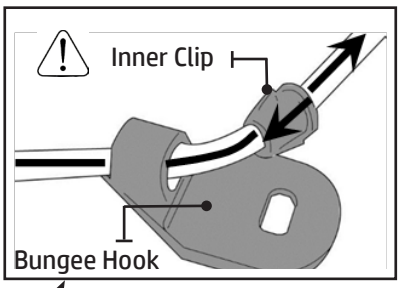
STEP 4



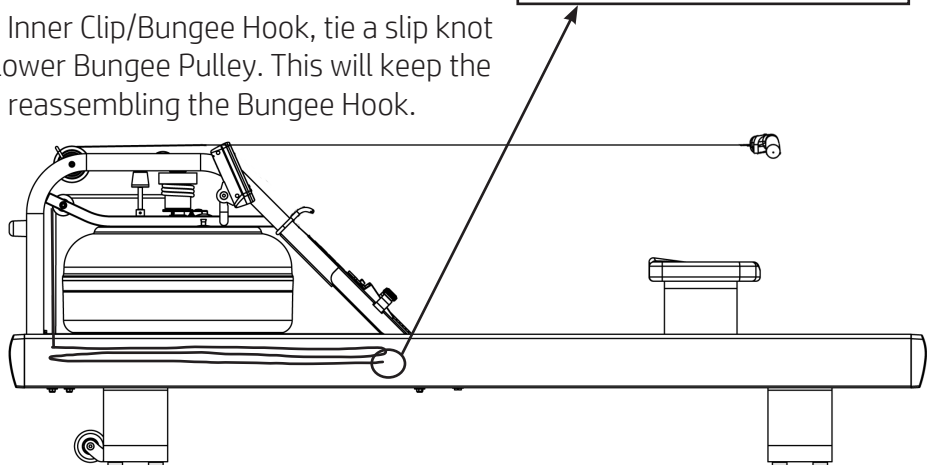
Rethread the Bungee Shock Cord (on opposite side of the Idle Wheel) back through the Bungee Pulleys and tie off at the Attachment Point.

STEP 5 Reattaching the Rower Belt

Recoil tension will decrease over time as the Bungee Shock Cord stretches. To increase recoil tension, simply push the Inner Clip out of the Bungee Hook from behind, pull the required amount of Bungee through the Inner Clip and replace the Inner Clip into the Bungee Hook as shown below.



Hint: Before reattaching the Inner Clip/Bungee Hook, tie a slip knot under slight tension at the Lower Bungee Pulley. This will keep the Bungee under tension while reassembling the Bungee Hook.



Maintenance

All preventive maintenance activities must be performed on a regular basis. Performing routine preventive maintenance actions can aid in providing safe, trouble-free operation of all Tunturi New Fitness BV equipment.

FJLID is not responsible for performing regular inspection and maintenance actions for your machines. Instruct all personnel in equipment inspection and maintenance actions and also in accident reporting and recording.

⚠CAUTION Wipe and clean the Tank, Rails, and the Seat Wheels with clean water.
Do not use any chemical cleaner.

Item	Time Frame	Instructions
Seat Rails and Wheels	Weekly	Wipe down Side Rails and Seat Wheels with lint free cloth.
Frame	Weekly	Wipe down Frame with lint free cloth.
Tank Shell	Weekly	Only use water and a clean cloth to wipe the Tank Shell. Do NOT use any chemical cleaner to wipe the Tank Shell
Tank and Water Treatment	12 months to 2 years	Follow instructions as specified in the “Water Treatment Procedure” section of this manual.
Bungee Cord	Check every hundred hours for correct tension and for signs of wear.	The Bungee Cord should last for many years. If a Bungee Cord change is required, please contact your local service representative or go online at www.tunturi.com for further details.
Rowing Belt	Check every hundred hours for correct tension and for signs of wear.	The Rowing Belt should provide many years of trouble free use. If a Rowing Belt change is required, please contact your local service representative or go online at www.tunturi.com for further details.

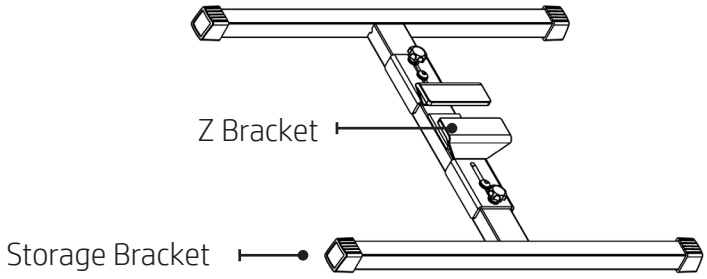
Troubleshooting

Fault	Probable Cause	Solution
Water changes color or becomes cloudy.	Rower is in direct sunlight or has not had water treatment. Local tap water is of poor quality.	Change Rower location to reduce direct exposure to sunlight. Add Water Treatment or change Tank water as directed in the Water Treatment section of this manual. Consider using distilled water to refill Tank.
Rower Belt slipping off Belt/ Bungee Pulley.	Bungee not under enough tension. Recoil not strong enough.	Tighten Bungee Cord following the instructions in "Reattaching the Rower Belt" section of this manual at “Step 5”.
Inconsistent readings on the Monitor for 500meter split time and SPM (strokes per minute).	Sensor gap Faulty Sensor Sensor has moved out of position Wiring harness	Use the battery cover of the Monitor as a “Gap Tool” to check the gap between Sensor Head and Magnetic Ring, or see if the Sensor Head has moved out of position. Please contact your nearest FLUID customer service center for details.
The Monitor does not illuminate after battery installation.	Batteries installed incorrectly or need replacing.	Replace/reinstall batteries in correct position and try again. If the LCD screen fails to illuminate, try rotating the batteries slightly in the Monitor. If this fails, contact your local service center.
The Monitor screen illuminates, but does not register when rowing.	Loose or failed connection. Sensor gap too wide	Check that the Monitor lead is connected properly. If it is connected then contact your local service center. Check Sensor gap.
The Monitor LEVEL is not synchronized with the Tank LEVEL.	Monitor LEVEL needs to be recalibrated.	Please refer to "Calibration Procedure" page 13 of this manual.

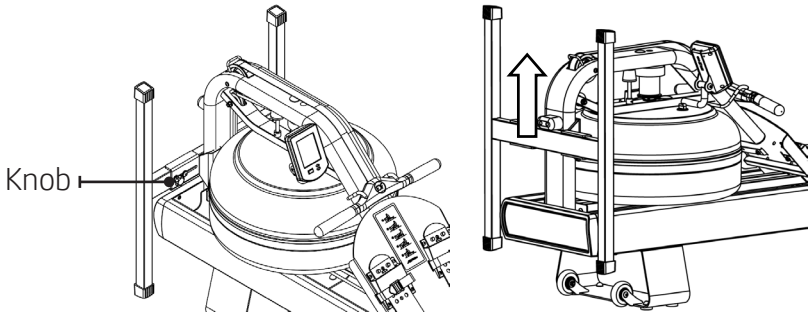
Storage Support Bracket Instructions

A Storage Support Bracket Kit for upright storage can be purchased separately.

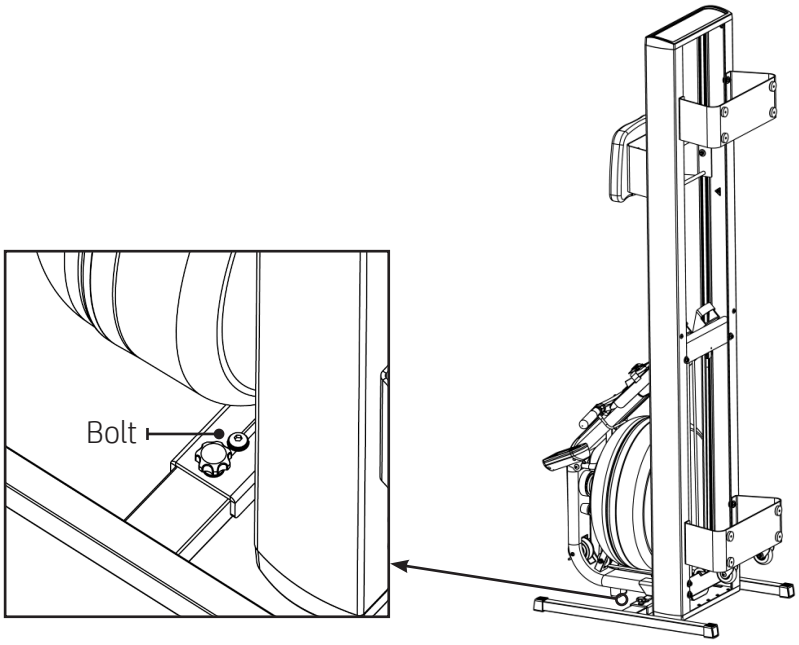
STEP 1 Install the Z Bracket onto the Storage Base.
Note: Do not tighten the Knob and the Bolt.



STEP 2 Install the Bracket onto the Rower as shown,
Align the Bracket with the Rubber Foot,
and then tighten the Z Bracket Knob to fix to the Rower.



STEP 3 Stand the Rower up vertically with the Main Frame on the floor. Using the 8mm Allen Wrench tighten the Bolts.



International Warranty

HOME USE

Tunturi New Fitness BV warrants that the **RW30 Rower**, purchased from an authorized agent and in its undamaged original packaging, is free from defects in materials and workmanship. FTunturi New Fitness BV or its agent will, at their discretion, repair or replace parts that become defective within the warranty period, subject to the specific inclusions and exclusions below.

Main Frame – 5 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace the Metal Main Frame of the Rower should it fail due to any defect in materials or workmanship within 5 years of the original purchase. Warranty does not apply to frame coating.

Polycarbonate Tank & Seals – 5 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace the polycarbonate Tank or seals should they fail due to any defect in materials or workmanship within 5 years of the original purchase.

Mechanical Components (of a non-wearing nature) – 2 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace any mechanical component should it fail due to any defect in materials or workmanship within 2 years of the original purchase.

Specific Inclusions

Seat Frame

Seat Rails

Shaft and Impeller Assembly

All Other Components (of a wearing nature) – 2 Year Limited Warranty

Tunturi New Fitness BV will repair or replace any component should it fail due to any defect in materials or workmanship within 2 year of the original purchase.

Specific Inclusions

Bungee Recoil Cord

Hand Grips & Footstraps

Polyester Rowing Belt

Seat and Seat Runners

All Pulleys, Rollers & Bearings

All rubber components

Monitor & Speed Sensor (excluding replaceable batteries)

Footplates (pivoting & sliding)

General Exclusions

Damage to the finish of any part of the machine

Damage due to neglect, abuse, incorrect assembly or use of the machine

Any charges for freight or customs clearance associated with the return or dispatch of parts

Any damage to or loss of goods during transport of any kind

Any labour cost associated with a warranty claim

General Conditions

- The serial number of the machine must be correctly registered with Tunturi New Fitness BV or one of its appointed distributors.
- Tunturi New Fitness BV reserve the right to examine any part where replacement is claimed under warranty.
- Warranty period applies only to the original purchaser from the date of purchase and is not transferable.
- The product must be returned to your place of purchase in original packaging with transportation, insurance and associated charges paid for by you and risk of loss or damage assumed by you.
- Tunturi New Fitness BV makes no other warranties except as stated here and expressly disclaims all warranties not stated in this warranty. Neither Tunturi New Fitness BV nor its associates shall be responsible for incidental or consequential damages.
- Manufacturer's warranty automatically commences upon sale of the product to end user or upon the expiration of one (1) year from month of manufacture, whichever occurs first.

Einführung

Glückwunsch zum Kauf ihres Rower Rudergerät.

FLUID ist stolz Ihnen den Rower als einen Teil einer exklusiven Reihen von Produkten für den heim und den kommerziellen Gebrauch welche alle die patentierte einstellbare Flüssigkeitswiderstandstechnologie verwenden.

Unsere einzigartige Kombination aus Präzisionsstahl und Holzrahmen welche nur die aller beste Qualität von Amerikanischer Esche verwenden, gefällt und gewachsen mit Hilfe der neuesten Technologien für nachhaltige Bewirtschaftung und kommrn nur aus erneuerbaren Nutzwäldern.

Beachten Sie bitte das leichte unterschiede in der Farbgebung der hölzernen Seitenschienen sowie der Querstreben bei Sitz und Hauptrahmen normal sind und einfach auf das natürlich Wachstum zurück zu führen sind. Die Künstlerhand von Mutter Natur macht mit leichten Veränderungen der Maserung und Farbe jeden einzelnen Rower einzigartig und ist entworfen um sich in jede Umgebung nahtlos einzufügen.

Bitte befolgen sie die Anweisungen genau um sicher zu stellen, das sie einen korrekten Zusammenbau, die richtige Tankbefüllung, die richtige Wasserbehandlung sowie für die korrekte Wartung ausführen und die Sicherheitshinweise eingehalten werden. Zugang zu unserem weltweiten Vertriebs – und Servicenetzwerk können mittels unserer Webpage unter www.firstdegreefitnes.com erhalten.

Überprüfen Sie den Inhalt der Verpackung 1 und Verpackung 2 um sicher zu gehen, dass alle Teile vorhanden sind und korrekt sind bevor Sie mit dem Zusammenbau beginnen.

Trainieren mit dem Rower

1. Wie bei jedem Fitnessgerät sollten Sie vor dem Trainingsbeginn mit Ihrem Rower Ihren Arzt kontaktierenFollow instructions provided in this manual for correct foot position and basic rowing techniques.
2. Folgen Sie den Anweisungen in dieser Bedienungsanleitung in Bezug auf die korrekte Fußposition und die grundlegende Rudertechnik.
3. Eine detailierte Beschreibung von Rudertechniken finden Sie auf unserer internationalen Internetseite unter www.tunturi.com

Sicherheit

Sicherheitsinformationen

- Bitte lesen Sie vor der Benutzung dieses Geräts unbedingt das GESAMTE Benutzerhandbuch und ALLE Anweisungen durch. Das Rower ist ausschließlich für Verwendung gemäß der Beschreibung in diesem Handbuch vorgesehen.
- ALLE WARNHINWEISE MÜSSEN VOLLSTÄNDIG VERSTANDEN WERDEN.
- Wir empfehlen allen Benutzern von Rower Trainingsgeräten, vor dem Gebrauch folgende Informationen zu beachten.
- Wie für jedes andere Fitnessgerät gilt: Lassen Sie sich vor Beginn des Trainings mit dem Rower medizinisch untersuchen.
- Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen oder Gesundheitsproblemen führen..
- Bei Zeichen von Verschleiß an den Riemen, Scheiben oder Gummiseilen muss das Gerät sofort angehalten werden. Es darf erst wieder verwendet werden, wenn die entsprechenden Teile repariert oder ausgetauscht wurden.
- Kinder dürfen sich nicht unbeaufsichtigt in der Nähe des Gerät aufhalten.
- Bewege den Sitz nach vorne, bevor du den Ruderer in eine vertikale Position bringst.
- Der Rower kann aufrecht aufbewahrt werden. Befolgen Sie dazu die Anweisungen im Kapitel „Grundlegende Vorgehensweisen“ in diesem Handbuch.
- Wenn Einstellungshilfen aus dem Gerät herausragen, können sie die Bewegung des Benutzers beeinträchtigen.
- Das Gerät darf bei gefülltem Tank nicht unter dem Gefrierpunkt aufbewahrt werden. Das Wasser dehnt sich aus, wodurch Komponenten beschädigt werden können.
- Die Konsole ist so konzipiert, dass sie genaue Echtzeit-Trainingsdaten liefert. Zu Ihrer Gesundheit und Sicherheit sollten Sie sich jedoch nicht ausschließlich auf diese Messwerte verlassen. Wenn Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie das Training sofort und konsultieren Sie einen Arzt.
- Legen Sie immer eine rutschfeste Matte unter das Gerät, um die Rutschgefahr zu verringern.
- Überprüfen Sie den Tank vor jeder Verwendung auf Anzeichen von Undichtigkeiten. Wenn ein Leck festgestellt wird, stellen Sie die Benutzung des Geräts sofort ein.
- Überprüfen Sie das Gerät regelmäßig und wechseln Sie die Batterien bei Bedarf, um einen sicheren Betrieb zu gewährleisten.

Richtige Verwendung

- Das Gerät dar keinesfalls zweckentfremdet werden. Es ist unter Beachtung der Rower Herstelleranweisungen zu benutzen, um Verletzungen zu vermeiden.
- Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms einen Arzt. Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl oder Schmerzen auftreten, brechen Sie das Training SOFORT ab, und konsultieren Sie einen Arzt.
- Halten Sie Körperteile (Hände, Füße, Haare usw.), Bekleidung und Schmuck von beweglichen Teilen fern, um Verletzungen zu vermeiden.
- Befolgen Sie im Hinblick auf die korrekte Fußhaltung und die grundlegende Rudertechnik die Anweisungen in diesem Handbuch.
- Weitere Hinweise zur Rudertechnik finden Sie auf unserer internationalen Website. www.fluid-eu.com

Inspektion

- Geräte, die beschädigt sind und/oder an denen Teile verschlissen oder gebrochen sind, dürfen nicht benutzt werden. Verwenden Sie für alle Rower-Geräte ausschließlich Rower-Ersatzteile.
- Ausgefranste Seilzüge und Riemen stellen ein großes Verletzungsrisiko dar. Tauschen Sie Seilzüge oder Riemen stets beim ersten Anzeichen von Verschleiß aus (bei Fragen hierzu wenden Sie sich bitte an Rower).
- GERÄTEWARTUNG - Dieses Gerät muss vorbeugend gewartet werden, um den ordnungsgemäßen Betrieb sicherzustellen und das Verletzungsrisiko zu minimieren. Das Gerät muss regelmäßig untersucht werden.
- Stellen Sie sicher, dass Einstellungs-, Wartungs- oder Reparaturarbeiten ausschließlich von qualifizierten Personen durchgeführt werden.
- VERWENDEN SIE KEIN ZUBEHÖR, DAS ZWAR FÜR DIE VERWENDUNG MIT ROWER GERÄTEN ZUGELASSEN, ABER OFFENSICHTLICH BESCHÄDIGT ODER VERSCHLISSEN IST.

- Überprüfen Sie alle Riemen, Scheiben und Gummiseile regelmäßig auf Zeichen von Verschleiß und tauschen Sie sie gegebenenfalls aus.
- Warten Sie das Gerät regelmäßig gemäß der Anweisungen in diesem Handbuch.
- Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus und verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn alle Reparaturarbeiten abgeschlossen sind.

Warnhinweise für die Bedienung

- Kinder vom Rower Gerät fern halten. Eltern oder andere Personen, die mit der Beaufsichtigung von Kindern betraut wurden, müssen Kinder stets im Auge haben, wenn das Gerät in der Gegenwart von Kindern benutzt wird.
- Benutzer des Geräts dürfen keine locker sitzende Bekleidung oder Schmuck tragen. Außerdem sollten Benutzer lange Haare zurückbinden und den Kontakt mit sich bewegenden Teilen vermeiden.
- Alle umstehenden Personen müssen sich fern von Personen, beweglichen Teilen und befestigtem/n Zubehör und Komponenten halten, während die Maschine benutzt wird.
- **WARNUNG** Stecken Sie Ihre Finger nicht in den Tank!
- **VORSICHT** Nach dem Rudern Übung, lassen Sie bitte das Gerät für 5 Minuten sitzen, bevor Sie es für die Lagerung.
- **VORSICHT** Die Kalibrierungsmarkierung auf dem Tank (Aufkleber) darf nicht überschritten werden. Ansonsten kann Wasser austreten.
- **WARNUNG** Beim Training auf diesem Rudergerät müssen die Füße immer sicher mit den Fußriemen fixiert werden und der bewegliche Teil der Fußstütze muss in den passenden Position einrasten!

⚠ ACHTUNG

- Achten Sie darauf Ihre Hände und Finger von bewegten Teilen fernzuhalten so wie es in der Betriebsanleitung erklärt wird.
- Der Rower kann zum leichteren Verstauen senkrecht gestellt werden. Stellen Sie dazu sicher, daß eine geeigneter und sicherer Platz dafür verwendet wird wie z. Bsp. in der Ecke eines Raumes oder gegen eine Wand.
- Es wird empfohlen, die Maschine nicht direktem Sonnenlicht auszusetzen. Dies kann zu beschleunigter Alterung des Kunststoffmaterials führen, die Lebensdauer der Tankhülle verringern und sogar zu Verformung und Bruch führen.

⚠ HINWEIS

Wenn der Lagerbereich nicht eben ist, wird eine zusätzliche Vorrichtung benötigt (separat erhältlich), um den Ruderer in stabiler vertikaler Lagerposition zu halten.

Aufbau

Spezifikationen

Produktklasse: HC

Bremssystem: Geschwindigkeitsunabhängig

Nettogewicht: 56.83kg (125.29lb)

Bruttogewicht: 65.46kg (144.31lb)

Min Benutzergewicht: 333cm (131.09”) Länge x 172cm (67.71”) Breite

Abmessungen: 2130mm (83.86”) Länge x 540mm (21.26”) Breite x 750mm (29.53”) Höhe

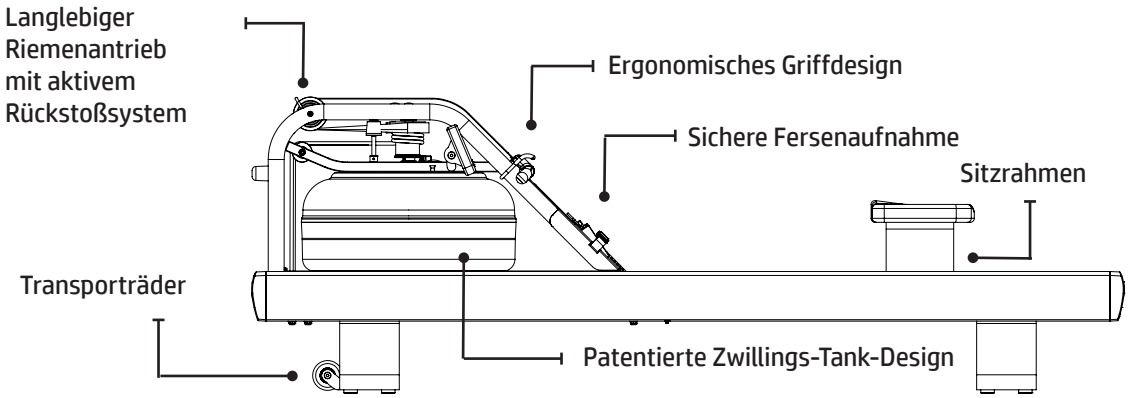
Max Benutzergewicht: 150kg (330lb)

Kompakter Fußabdruck: 2130 x 540mm or upright 750 x 540mm

Einbau

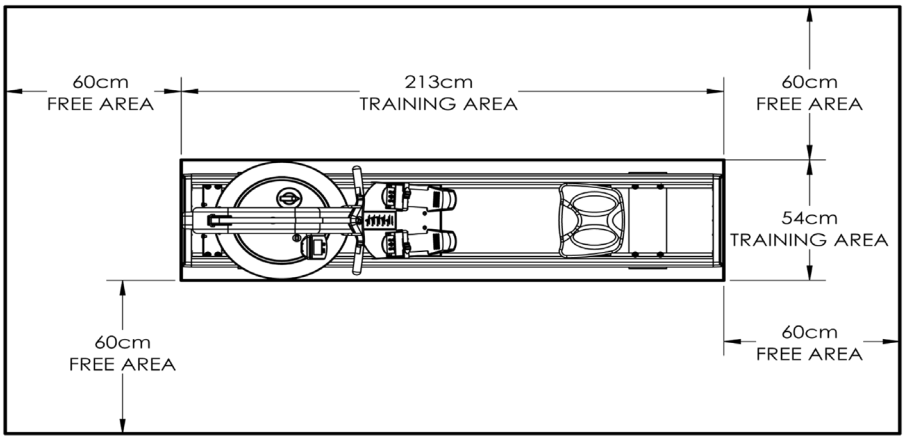
- Stellen Sie das Gerät für das Training auf eine stabile, ebene Fläche.
- Überprüfen Sie alle Riemen, Scheiben und Gummiseile regelmäßig auf Zeichen von Verschleiß und tauschen Sie sie gegebenenfalls aus.
- Warten Sie das Gerät regelmäßig gemäß der Anweisungen in diesem Handbuch.
- Tauschen Sie defekte Teile umgehend aus und verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn alle Reparaturarbeiten abgeschlossen sind.

Produkt Höhepunkte



Bewegungsbereich und Trainingsbereich

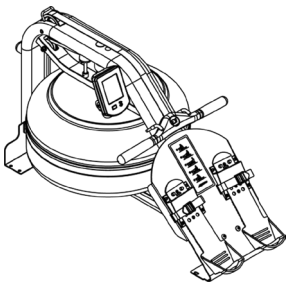
Der Bewegungsbereich muss im Aufstiegsbereich mindestens 23.62” (60 cm) größer sein als der eigentliche Trainingsbereich. Dazu zählt auch der Bereich Für den Notabstieg.



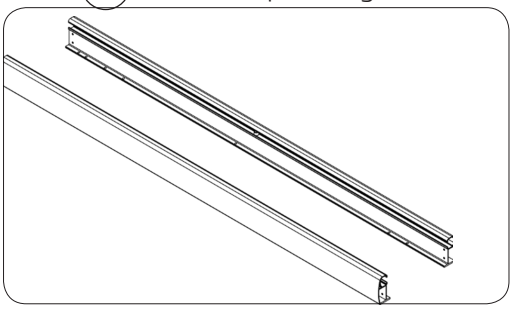
Hinweis: Rower ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet

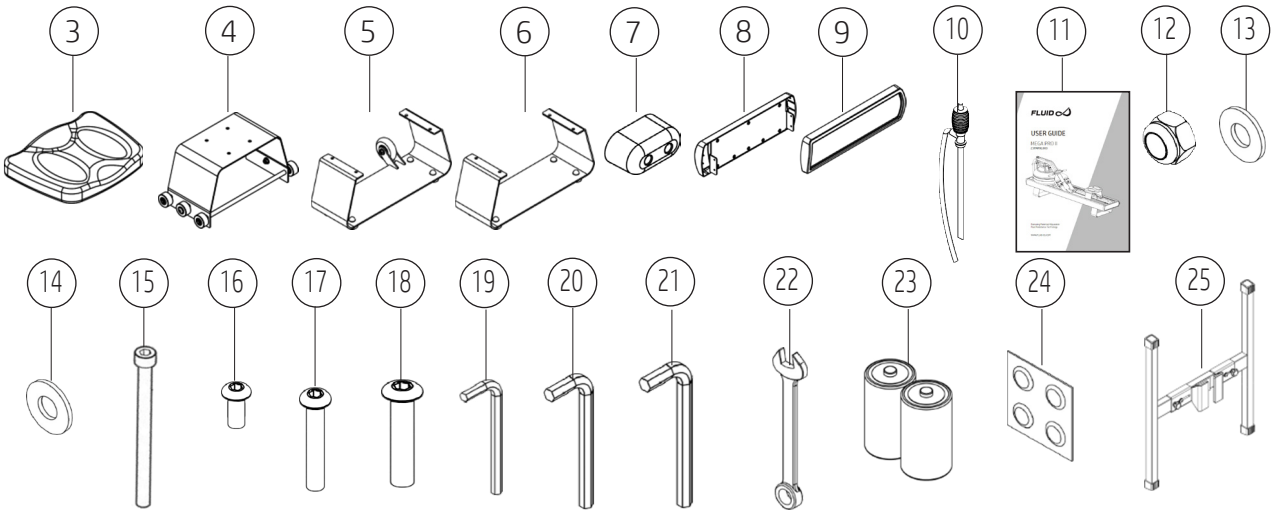
Inhalt der Rower Packung

1 Inhalt Verpackung 1



2 Inhalt Verpackung 2





Element	Anzahl	Beschreibung	Element	Anzahl	Beschreibung
1	1	Hauptrahmen	7	1	Gummifuß
2	2	Seitliche Schiene links / rechts	8	1	Vordere Endkappe
3	1	Rudersitz	9	1	Hintere Endkappe (mit Gummipolstern)
4	1	Rahmen des Rudersitzes	10	1	Handpumpe
5	1	Vorderbein-Baugruppe	11	1	Bedienungsanleitung
6	1	Hinterbein-Baugruppe			
Hardware KIT					
12	14	M8 Nyloc Nut	19	1	3mm Inbusschlüssel
13	12	M6-Unterlegscheibe	20	1	4mm Inbusschlüssel
14	28	M8-Unterlegscheibe	21	1	6mm Inbusschlüssel
15	2	M5x30mm-Schraube	22	1	13mm Schraubenschlüssel
16	8	M6x10mm-Schraube	23	2	D Cell Batterien
17	4	M6x20mm -Schraube	24	4	Tablette zur Wasseraufbereitung
18	14	M8x20mm -Schraube			
Optionale Ausrüstung (nicht im Lieferumfang enthalten)					
25	1	Optionaler Ständer	26	1	Griff zur Messung der Herzfrequenz durch Berührung
27	1	Optionaler Ständer			

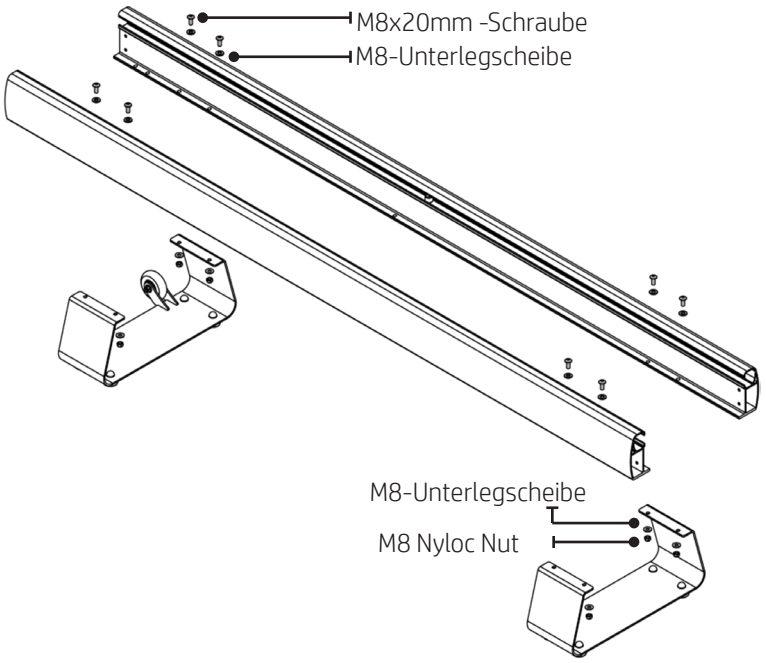
Montageanweisungen

SCHRITT 1 Beine an Seitenschienen montieren

ERFORDERLICH

Seitliche Schiene links / rechts[2]
Vorderbein-Baugruppe [5]
Hinterbein-Baugruppe [6]
8x M8 Nyloc Nut[12]
16x M8-Unterlegscheibe [14]
8x M8x20mm -Schraube [18]

Montieren Sie die Vorderbein-Baugruppe [5] (Vorderbein mit angebrachtem Transportrad) und die Hinterbein-Baugruppe [6] wie abgebildet an der Seitenschiene [2]. Sie benötigen 8 x Schrauben (M8 x 20 mm) [18], 16 x M8-Unterlegscheiben [14] und 8 x M8-Nyloc-Muttern [12].



SCHRITT 2 Hauptrahmen an Seitenschienen montieren

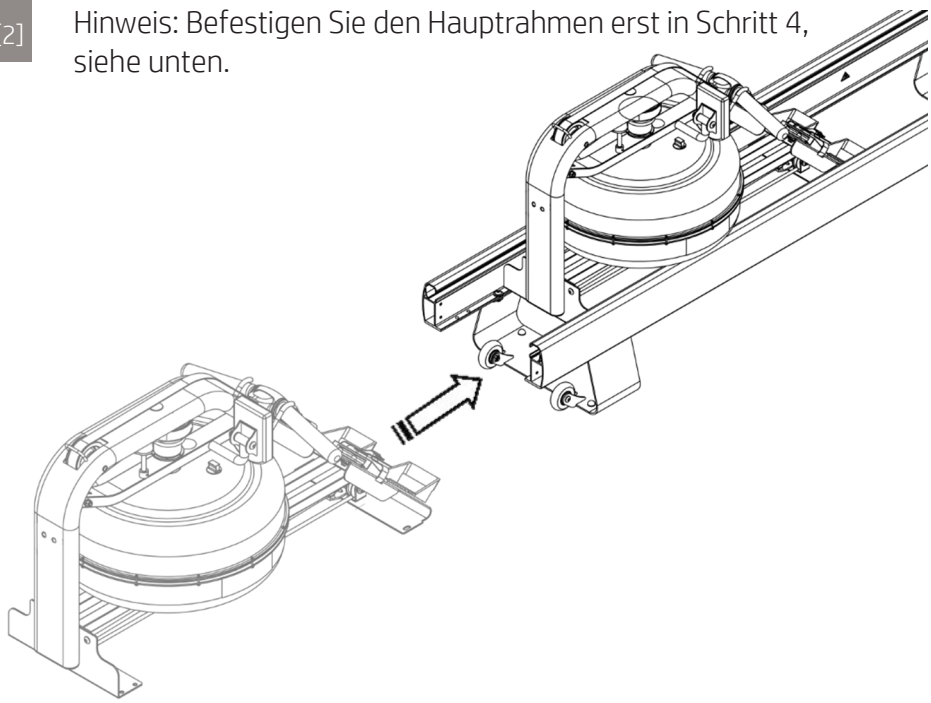
ERFORDERLICH

Hauptrahmen [1]
Seitliche Schiene links / rechts [2]

Montieren Sie den Hauptrahmen [1] wie abgebildet an den Seitenschienen [2].
Hinweis: Befestigen Sie den Hauptrahmen erst in Schritt 4, siehe unten.

Hinweis

Zwei Personen erforderlich.



Montageanweisungen

SCHRITT 3 Vordere Endkappe montieren

ERFORDERLICH

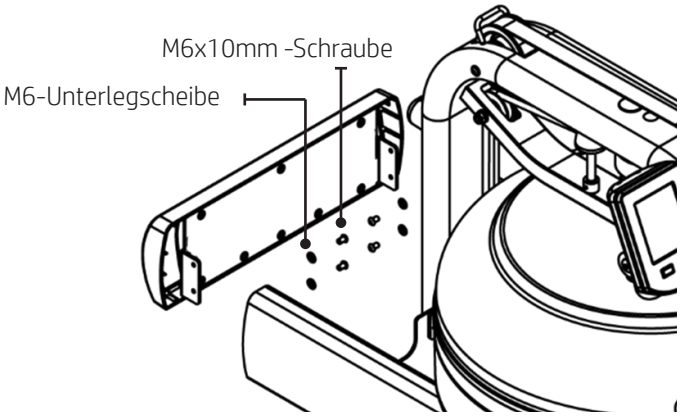
Seitliche Schiene links / rechts[2]

Vordere Endkappe [8]

4x M6-Unterlegscheibe[13]

4x M6x10mm-Schraube [16]

Montieren Sie die vordere Endkappe [8] mit 4 x Schrauben (M6 x 10) [16] und 4 x M6-Unterlegscheiben [13] an den Seitenschienen [2].



SCHRITT 4 Hauptrahmen ausrichten

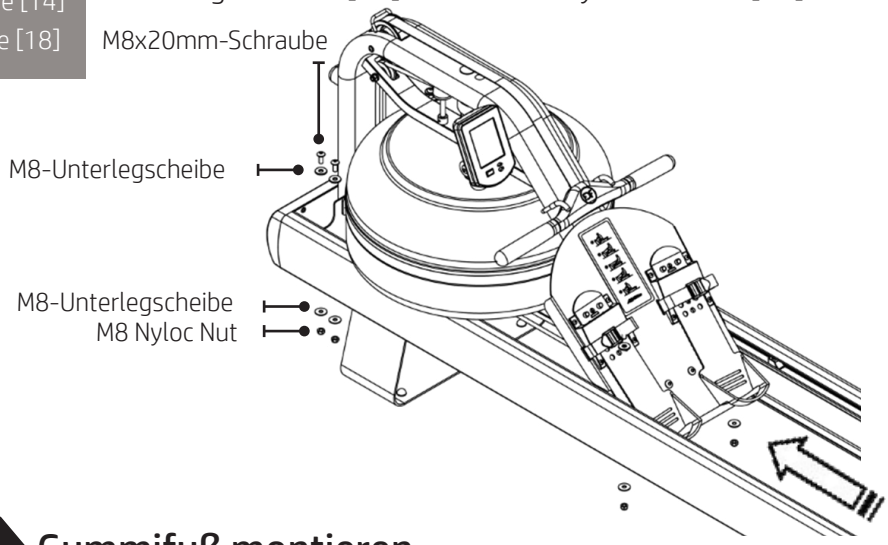
ERFORDERLICH

8x M8 Nyloc Nut [12]

16x M8-Unterlegscheibe [14]

8x M8x20mm -Schraube [18]

Schieben Sie den Hauptrahmen nach vorne auf seine Position und befestigen Sie ihn dann mit 8 x Schrauben (M8 x 20 mm) [18], 16 x M8-Unterlegscheiben [14] und 8 x M8-Nyloc-Muttern [12].



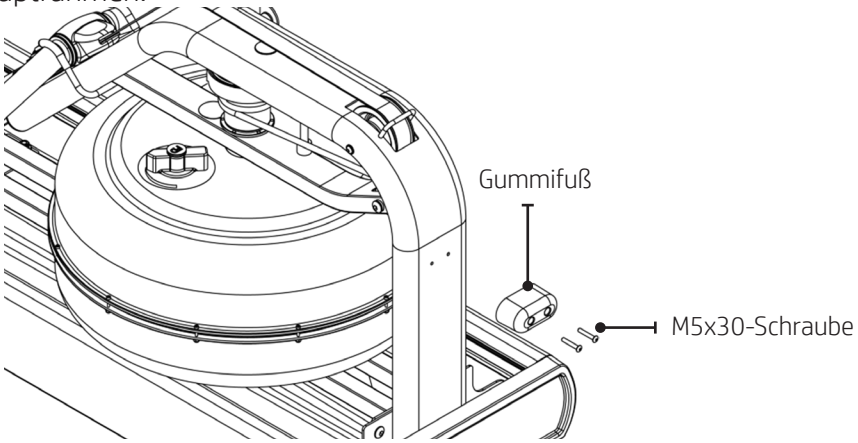
SCHRITT 5 Gummifuß montieren

ERFORDERLICH

Gummifuß [7]

2x M5x30mm-Schraube[15]

Montieren Sie den Gummifuß [7] mit 2 x Schrauben (M5 x 30) [15] am Hauptrahmen.



Montageanweisungen

SCHRITT 6 Rudersitz montieren

ERFORDERLICH

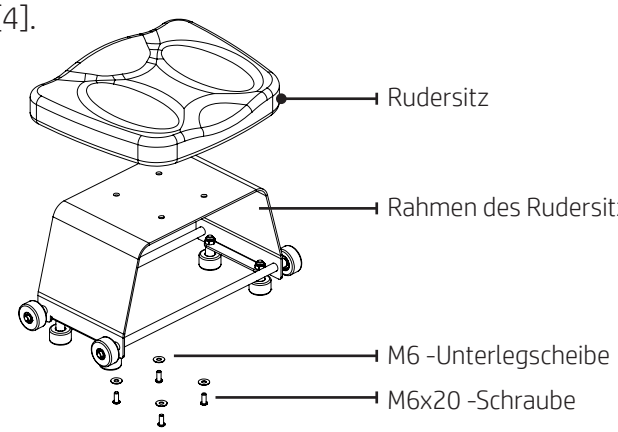
Rudersitz [3]

Rahmen des Rudersitzes [4]

4x M6-Unterlegscheibe [13]

4x M6x20mm-Schraube [17]

Montieren Sie den Rudersitz [3] mit 4 x Schrauben (M6 x 20 mm) [17] und 4 x M6-Unterlegscheiben [13] an der Seitenschiene des Rudergeräts [4].



SCHRITT 7 Rudersitz an Seitenschienen montieren

ERFORDERLICH

Rudersitz [3]

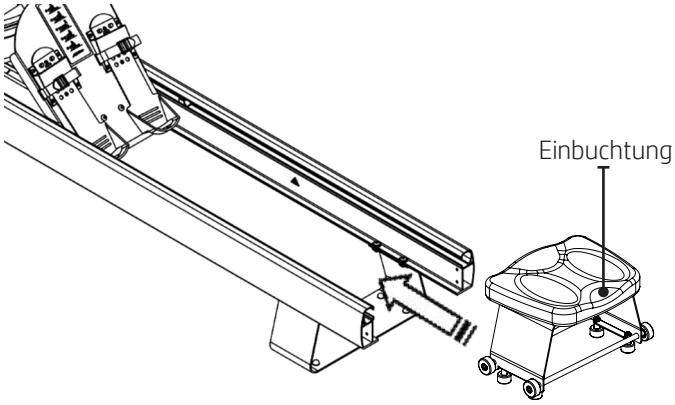
Rahmen des Rudersitzes [4]

⚠ WARNUNG

Finger nicht zwischen Seitenschiene und Radlauf stecken.

Schieben Sie den montierten Rudersitz wie abgebildet in die Seitenschiene hinein. Die Sitzeinbuchtung muss zur Rückseite des Rudergeräts weisen.

Hinweis: Reinigen Sie die Räder und die Schienen wöchentlich mit einem weichen, trockenen Tuch, damit sich Räder und Schienen nicht so schnell abnutzen.



SCHRITT 8 Hintere Endkappe montieren (mit Gummipolstern)

ERFORDERLICH

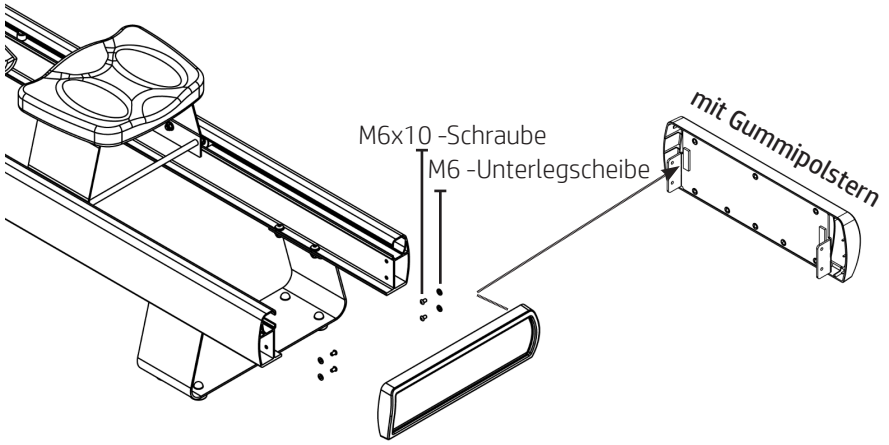
Seitliche Schiene links / rechts[2]

Hintere Endkappe (mit Gummipolstern) [9]

4x M6 -Unterlegscheibe[13]

4x M6x10mm-Schraube [16]

Montieren Sie die hintere Endkappe [9] mit 4 x Schrauben (M6 x 10) [16] und 4 x M6-Unterlegscheiben [13] an den Seitenschienen [2].



Bedienungsanweisungen

Tank mit regelbarem Widerstand

Der von Fluid entwickelte und patentierte Tank mit regelbarem Wiederstand bietet ein echtes mehrstufiges Erlebnis. Wasser wird zwischen Speicher- und Aktivkammern des Tanks mit regelbarem Widerstand bewegt. Ihr neues Ruderergometer kann durch Drehen des Reglers auf den gewünschten Widerstand des jeweiligen Nutzers eingestellt werden.

Erste Schritte

Wählen Sie zur Erzielung eines minimalen Widerstands „1“ am Tankregler. Es erfordert 10 Züge, den zentralen Tank (Speichertank) zu füllen, wodurch eine minimale Wassermenge im Außentank (Aktivtank) verbleibt. Dieser Vorgang ist immer erforderlich, wenn minimaler Widerstand gewünscht wird. Rudern Sie intensiv und kraftvoll bei einem gleichmäßigen Tempo (20 bis 25 Züge pro Minute [ZPM]), wahren Sie dabei eine gute Form. Sie können den Widerstand beim Rudern anpassen. Ihr Ruderergometer passt sich fast sofort an die Erhöhung des Widerstands an; dies erfordert jedoch bis zu 10 Züge.

Ihre Routine entwickeln

Sobald Sie die gewünschte Stufe erreicht haben, können zum Variieren des Trainings Änderungen an der Anzahl Züge pro Minute oder an der Intensität vorgenommen werden. Die meisten Ruderer nutzen Intervalltraining, bei dem ein Zeitraum geringer Intensität mit kurzen Intervallen hoher Intensität kombiniert wird. Ihr FLUID-Ruderergometer ermöglicht spontane Änderungen zur Erzielung mehrerer Widerstandsprofile während eines einzigen Trainings. Weitere Informationen zu Trainingsroutinen finden Sie auf unserer Website unter www.tunturi.com

Befüllung des Tanks und Wasseraufbereitung

ERFORDERLICH
Siphon [7]

⚠ VORSICHT

Der Widerstandsregler muss zur Realisierung einer exakten Füllkapazität auf „Max“ eingestellt werden.

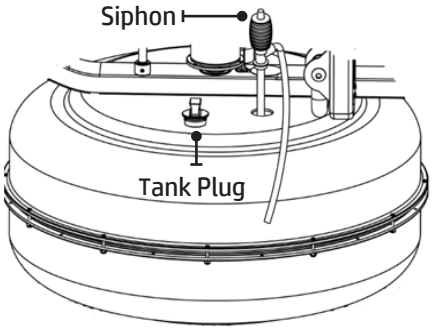
⚠ WARNUNG

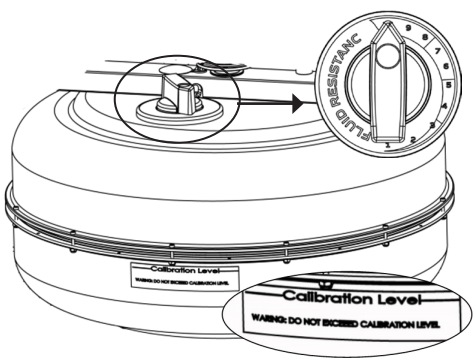
Füllen Sie den Tank nicht über den maximalen Füllstand von 20 Litern hinaus. Beachten Sie den Tankstandaufkleber im unteren Bereich des Tanks.

⚠ HINWEIS

In Gebieten, in denen die Qualität des Leitungswassers als schlecht bekannt ist, empfiehlt FLUID die Verwendung von destilliertem Wasser.

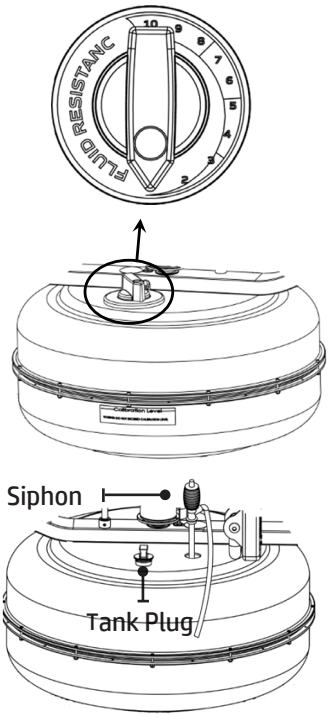
A) Entfernen Sie den Gummi-Füllverschluss an der Oberseite des Tanks
B) Platzieren Sie einen großen Eimer Wasser neben dem Rudergerät. Positionieren Sie den Siphon [7] mit dem robusten Schlauch im Eimer und dem flexiblen Schlauch im Tank.
Hinweis: Achten Sie vor dem Füllen darauf, dass das kleine Entlüftungsventil am Siphon geschlossen ist.
C) Drücken Sie zum Starten des Füllens den Siphon zusammen. Wichtig: Füllen Sie den Tank nicht übermäßig.
D) Sobald er voll ist, öffnen Sie das Ventil an der Oberseite des Siphons, damit überschüssiges Wasser entweichen kann.
E) Durchlaufen Sie gleich nach der Befüllung die folgenden Schritte zur Wasseraufbereitung und setzen Sie dann den Tankverschluss wieder auf.





Level 1: Diese Einstellung hält zur Erzeugung eines leichten Widerstands Wasser in der Reserve.
Level 10: Diese Einstellung sorgt dafür, dass für größten Widerstand die maximale Menge Wasser das Schwungrad erreicht.

Removing/Changing Tank Water



A) Stellen Sie den Reglergriff auf „1“ ein.
B) Machen Sie mindestens zehn Züge, um den Speichertank so weit wie möglich zu füllen.
C) Entfernen Sie den Tankverschluss.
D) Stecken Sie das feste Ende des Siphons in den Tank und den flexiblen Schlauch in einen großen Eimer.
E) Leeren Sie den Tank (ca. 40 % des Wassers bleiben zurück), füllen Sie ihn dann wieder auf, indem Sie die Schritte im Abschnitt zur Tankbefüllung dieser Anleitung befolgen.

Hinweis:

- Das Ventil an der Oberseite des Siphons muss für eine angemessene Entleerung geschlossen sein.
- Durch die Wasseraufbereitung müssen Sie das Wasser im Tank nicht wechseln, sofern Sie den Aufbereitungsplan einhalten.
- Zusätzliche Tabletten zur Wasseraufbereitung sind nur erforderlich, wenn sich das Wasser sichtbar verfärbt hat.
- Durch die Aussetzung von Sonnenlicht reduzieren Sie die Lebensdauer von Tabletten zur Wasseraufbereitung. Wenn Sie das Rudergerät von direktem Sonnenlicht fernhalten, verlängert sich die Zeit zwischen den Wasseraufbereitungen.
- Ca. 40 % des Tankwassers bleiben zurück. Ohne Demontage kann der A/R-Tank nicht vollständig entleert werden.

HINWEIS: Für einfaches, schnelles und effizientes Befüllen und/oder Entleeren des Tanks bieten wir optional eine batteriebetriebene Pumpe an (über USB aufladbar). Wir empfehlen diese Option besonders für gewerbliche Einrichtungen mit mehreren Geräten, die gelegentlich Tanks ablassen und nachfüllen müssen. Um den Kauf abzuschließen, wenden Sie sich an den nächstgelegenen Vertriebspartner von FLUID oder besuchen Sie unsere Website unter www.tunturi.com für weitere Informationen.

⚠HINWEIS Es wird dringendst empfohlen, ein Tuch als Tropfauffang unter den Flüssigkeitstank zu legen, wenn der Tankverschluss für die Wasseraufbereitung geöffnet wird.

Nachhaltige Wasseraufbereitung und grundlegende Bedienung

Verwenden Sie ausschließlich die mit diesem Gerät gelieferten Tabletten zur Wasseraufbereitung. Weitere Tabletten erhalten Sie bei einem FLUID-Händler in Ihrer Nähe.

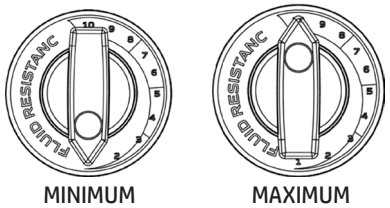
Die Zeitabstände der Wasseraufbereitung für den FLUID ROWER variieren je nach Sonnenlichteinstrahlung auf die Flüssigkeitstanks, betragen erfahrungsgemäß aber 8 bis 12 Monate neben einem hellen, sonnenbeschienen Fenster und zwei Jahre oder länger an dunkleren Stellen. Sollten Sie leicht getrübtes Wasser vorfinden, geben Sie eine Wasseraufbereitungstablette hinzu.

So stellen Sie den Widerstand ein

Wählen Sie die gewünschte Flssigkeitswiderstand

HINWEIS: Der am Tank ausgewählte Flüssigkeitswiderstand wird automatisch auf die Konsole angezeigt.

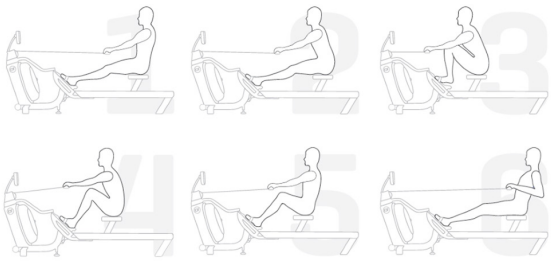
Lassen Sie beim Einstellen des Widerstands Niveaus zwei Schläge eine Zunahme und zehn Schläge eine Abnahme des Widerstands zu



Bedienungsanweisungen

Rudertraining beginnen

Ein vollständiger Ruderschlag ist in sechs Phasen unterteilt



1. Sitzen Sie mit ausgestreckten Beinen und geradem Rücken und beugen Sie sich in den Hüften leicht nach vorne, wobei die Arme ausgestreckt sind und die Hände sich auf Höhe der unteren Rippen befinden. Schwingen Sie wieder zurück.
2. Beugen Sie sich mit ausgestreckten Beinen und geradem Rücken in den Hüften leicht nach vorne; Arme sind nach vorne ausgestreckt. Beugen Sie sich vorwärts und gleiten Sie nach vorne. Hinweis: Die Hände sollten sich jetzt auf Kniehöhe befinden, Beine bleiben ausgestreckt.
3. Bewegen Sie die Beine nach vorne, sodass die Schienbeine möglichst senkrecht stehen. Der Rücken bleibt bei leicht nach vorne gebeugter Haltung gerade, wobei die Arme weiterhin nach vorne ausgestreckt sind. Jetzt beginnt sofort der kräftige DURCHZUG.
4. Die Knie werden halb durchgedrückt, wobei der Sitz bis in die Mitte der Ruderschienen fährt; Rücken und Arme sind weiterhin gerade. Führen Sie den Ruderschlag weiter.
5. Die Knie werden fast durchgedrückt; der Rücken bleibt gerade, lehnt sich in den Hüften aber leicht nach hinten. Die Arme sind gerade. Drücken Sie jetzt ganz durch.
6. Die Beine sind jetzt ganz ausgestreckt. Der Rücken ist gerade und leicht nach hinten gelehnt; ziehen Sie jetzt die Arme bis auf Brustnähe zurück, wobei die Unterarme in eine horizontale Position kommen und die Ellbogen sich in der Nähe des Brustkorbs befinden. Das ist der Endzug.

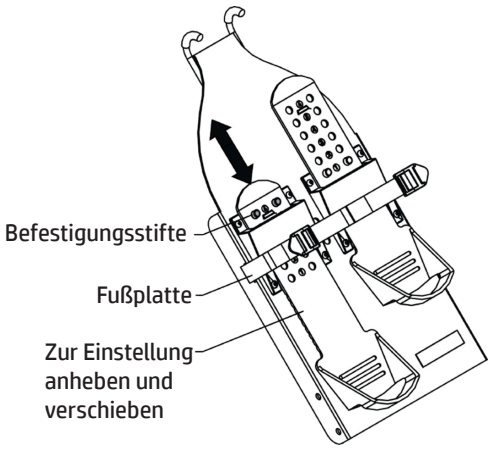
Weitere Informationen über die korrekte Rudertechnik und Trainingstipps finden Sie auf unserer Website www.tunturi.com

⚠ **VORSICHT:** Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms immer einen Arzt. Brechen Sie sofort ab, wenn Sie sich benommen oder schwindlig fühlen.

⚠ **VORSICHT:** Nicht einseitig rudern.

Fußstütze anpassen

Die Fußplattenrutsche bietet Platz für die meisten Fußgrößen und ist so konzipiert, dass Ihre Füße während des Ruderns sicher fixiert werden. Die Füße sollten so positioniert werden, dass der Fußgurt den Abschnitt des Fußes abdeckt, der sich natürlich beim Rudern beugt (z. B. die Fußsohle).



ZUR ANPASSUNG:

Heben Sie die Oberseite der Fußplattenrutsche von den Montagezapfen an und schieben Sie sie vertikal zwischen den Markierungen 1-6, um sie an Ihre Fußlänge anzupassen. Sichern Sie sie, indem Sie die Fußplattenrutsche wieder auf die Montagezapfen haken und fest nach unten drücken, um sie in Position zu verriegeln. Legen Sie Ihre Füße auf die Fußplatten und ziehen Sie die Fußriemen fest, um sicherzustellen, dass Ihre Füße fest gegen die Fersenhalterungen sitzen.

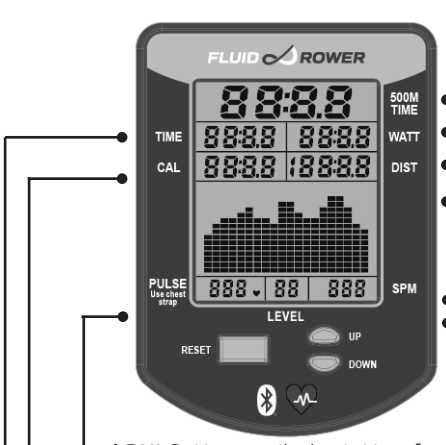
Hinweis: Die Fersenhalterung sollte sich beugen, um Ihrem Fuß ein natürliches Drehen während des Ruderns zu ermöglichen.

⚠ **WARNUNG:**

Beim Training auf diesem Rudergerät müssen die Füße immer sicher mit den Fußriemen fixiert werden und der bewegliche Teil der Fußstütze muss in den passenden Position einrasten.

Automatisch einstellbarer Bluetooth-Monitor

Automatischer Start: Beginnen Sie mit dem Training, um das Gerät zu aktivieren.
Zurücksetzen aller Werte: Halten Sie die Taste ZURÜCKSETZEN 3 Sekunden lang gedrückt.
Automatisches Abschalten: Nach 5 Minuten. Alle Werte sind nach dem Neustart auf Null zurückgesetzt.

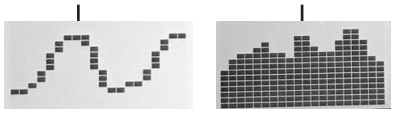


DURCHSCHN.-ZEIT 500 M:
Zeit im Durchschnitt, um 500 Meter zurudern.

WATT: Die Leistungseinheit wird pro Ruderschlag aktualisiert.

ENTFERNUNG: Wird jede Sekunde aktualisiert.

LEISTUNGSKURVE: Durch Drücken von ZURÜCKSETZEN wird anstelle der Leistungskurve die kumulierte Leistungskurve angezeigt.



SPM: Die Schläge pro Minute werden mit jedem Ruderschlag aktualisiert

PEGEL: Passt den Pegel gemäß Verstellknopf am Tank automatisch an.

PULS: Kompatibel mit Herzfrequenzsensor Polar H7/H10 und FLUID-Herzfrequenzgriff (optional).

KAL: Kalorien, die bei aktueller Wattleistung pro Stunde verbrannt werden. Zeigt die insgesamt verbrannten Kalorien beim Trainingsstopp an.

ZEIT: Automatischer Start nach abgelaufenen Zeit.

WATT: Misst die Spitzenleistung in Watt und berechnet die Kraft und Beschleunigung, um die Leistung eines Nutzers genau zu bemessen.

TRAININGSDATEN: Die pro Trainingseinheit erfassten Daten werden in einer Leistungskurve und einer kumulierten Leistungskurve angezeigt, sodass Sie Vergleiche für einen effektiven Trainingsfortschritt in Echtzeit ziehen können.

AUTO-PEGELANPASSUNG: Das eingebaute Potentiometer passt die Widerstandsstufe des Computers gemäß der Position des Verstellknopfes am Tank automatisch an.

BLUETOOTH-KONNEKTIVITÄT: Jedes Rudergerät ist mit modernster Konsolentechnologie ausgestattet, sodass Bluetooth-Konnektivität mit einem beliebigen kompatiblen Smart-Gerät gegeben ist. Auf Einbindung in Ruder- und Fitness-Apps ausgelegt, unterstützt die Konsole mit effektivem Trainingsfortschritt, der Aufzeichnung und dem Vergleich von Daten für Teilnehmer von Wettkämpfen. (Einschließlich FLUID-Ruder-APP, die über die FLUID-Website verfügbar ist)

HINWEIS: Das Empfängerset für die Herzfrequenz mitsamt Brustgurt müssen separat erworben werden.

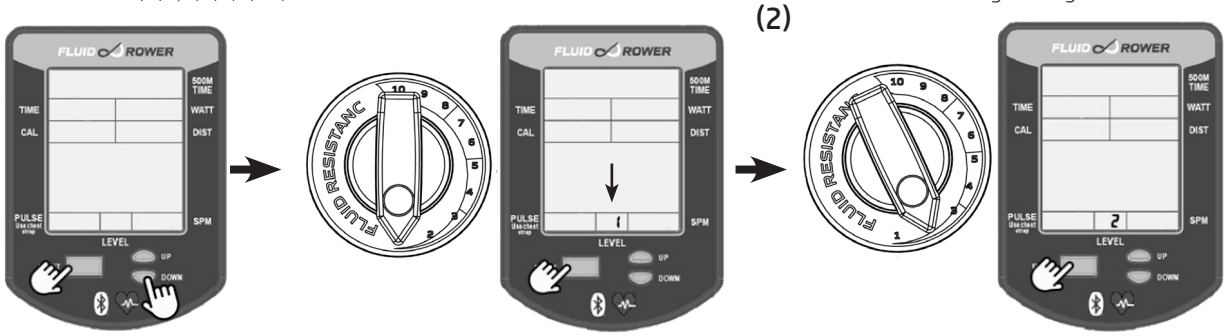
BATTERIE WARNUNG: Um ein Auslaufen der Batterien zu verhindern, nehmen Sie diese aus dem Monitor heraus, wenn Sie beabsichtigen, das Gerät länger als 30 Tage lang nicht zu verwenden.

WARNUNG: Systeme zur Herzfrequenzüberwachung könnten falsche Werte anzeigen. Übermäßiges Trainieren kann schwere Verletzungen oder den Tod zur Folge haben. Wenn Sie sich einer Ohnmacht nahe fühlen, hören Sie sofort mit dem Training auf!

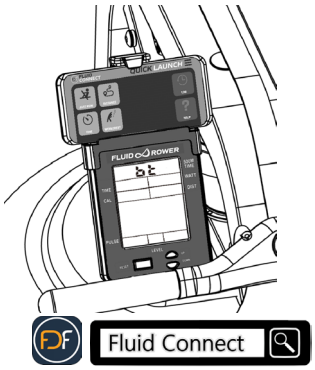
Kalibrierung

1) Halten Sie die Tasten "ZURÜCKSETZEN" und "RUHEN" 5 Sekunden lang gedrückt. Es wird „ STUFE 1“ angezeigt
Drehen Sie den Einstellgriff auf STUFE 1.Halten Sie die Tasten"ZURÜCKSETZEN".Der Monitor zeigt jetzt STUFE"2".Dass die Kalibrierung für STUFE 1 abgeschlossen ist.
2) Drehen Sie den Einstellgriff auf STUFE 2. Halten Sie die Tasten "ZURÜCKSETZEN". Der Monitor zeigt jetzt STUFE"3".Dass die Kalibrierung für STUFE 2 abgeschlossen ist.
3) Wiederholen 3,4,5,6,7,8,9,10, Stufe 10 Drücken Sie Reset. Level 10 bleibt erhalten. Dass die Kalibrierung für abgeschlossen ist.

(1)



Konnektivität für Konsole und APP



1. Lade die App "Fluid Connect" im [App Store] oder [Google Play] herunter.
2. Während der Monitor EINGESCHALTET ist, wird Bluetooth gestartet, um eine Verbindung zum Telefon/Pad herzustellen.
3. Schalte die FLUID CONNECT App auf deinem Telefon ein.
4. Drücke ein beliebiges Workout-Symbol, die App sucht nach dem verfügbaren Monitor in der Nähe.
5. Wähle den Monitor aus, den du verbinden möchtest.
6. Nachdem der Monitor mit der App verbunden ist, wird auf dem Monitorbildschirm nur "BT" angezeigt.

Bluetooth-Herzfrequenz koppeln

HINWEIS : Das Empfängerset für die Herzfrequenz mitsamt Brustgurt müssen separat erworben werden.



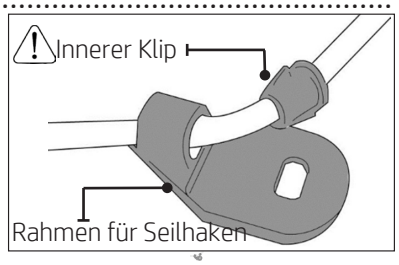
Die Konsole koppelt sich automatisch mit dem nächstgelegenen Bluetooth-Herzfrequenzsensor. Bei Abschluss der Kopplung springt die Konsole zum Startbildschirm zurück und beginnt mit der Anzeige der Herzfrequenz.

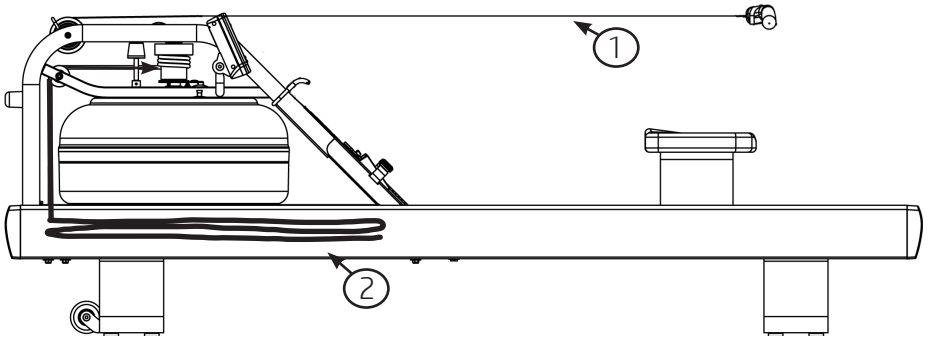
Herzfrequenz

Herstellererklärung
Tunturi New Fitness BV erklärt, dass das Produkt den folgenden Normen und Richtlinien entspricht:
RoHS-Richtlinie (2011/65/EU)
Allgemeine Produktsicherheitsverordnung (GPSR) – (EU) 2023/988
Batterieverordnung (EU) 2023/1542
Hiermit erklärt Tunturi New Fitness BV, dass der Funkanlagentyp: Mega Pro XL den Anforderungen der Richtlinie 2014/53/EU entspricht.
Die Konformitätserklärung mit allen Normen und Richtlinien kann auf unserer Website heruntergeladen werden: https://doc.tunturi.com
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1 1311 XE
Almere
The Netherlands

Abnehmen des Rudergurtes

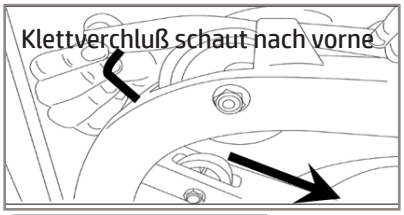
1. Um den Gurt abzunehmen ziehen sie einfach weiter als die normale Ruderlänge ist bis sich der Gurt von der Gurtrolle zu lösen beginnt.
   Tipp: Sie können das öffnen des Klettverschlusses hören, sobald sich der Gurt zu lösen beginnt.
2. Nehmen sie den Haken aus der Halterung am hinteren Fuß und drücken sie den inneren Klip nach unten. Drücken sie das Seil durch den Klip bis es frei wird. Dadurch wird ermöglicht, dass das Seil komplett aus dem Hauptrahmen und dem Gurtrad ausgeführt wird und sich somit spatter wieder richtig dort anbringen läßt, sobald der Rudergurt wieder in der richtigen Position ist.





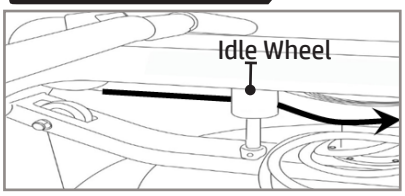
Montieren des Rudergurtes

SCHRITT 1



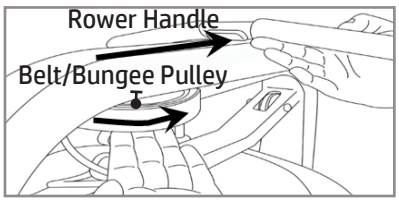
Beginnen sie mit dem Wiedereinbau des Gurtes in dem sie den Gurt wieder auf die Rolle aufrollen. Achten sie dabei darauf, dass der Klettverschluß nach vorne sieht, so wie in der Abbildung dargetellt.

SCHRITT 2



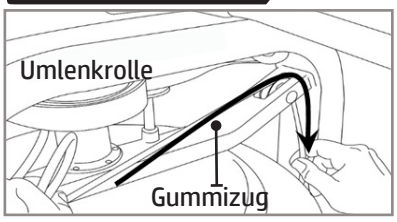
Als nächstes fädeln sie den Gurt um das Leerlaufrad. Sobald der Grut um das Leerlauf-rad geführt ist befestigen sie ihn am Gurt und Seilrad. Die korrekte Stelle ist mittels eines klar sichtbaren Rand gekennzeichnet.

SCHRITT 3



Rollen sie den Rudergurt solange auf die Gurt/Seilrolle auf bis sich der Rudergriff auf seiner vordersten Position befindet.

SCHRITT 4

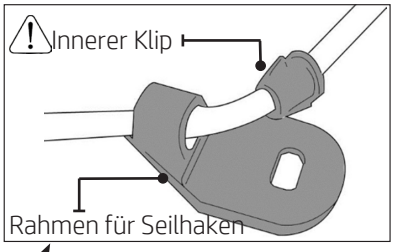


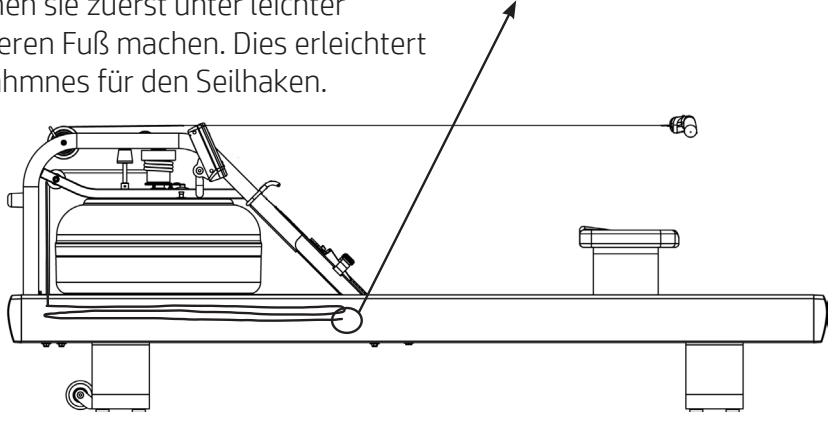
Fädeln sie das Seil (auf der anderen Seite des Leerlaufrades) zurück durch die Umlenkrolle und den mittleren Fuß. Befestigen sie den Rahmen für den Seilhaken wieder und haken sie das Seil am dafür vorgesehenen Haken an der hinteren Querstrebe ein.

SCHRITT 5 Das Wiederanbringen des Ruderbands

Die Rückzugstärke kann sehr einfach an die individuellen Bedürfnisse eingestellt werden. Um Einstellungen vorzunehmen schieben sie einfach den inneren Klip nach unten aus dem Rahmen für den Seilhaken und ziehen sie die gewünschte Länge an Seil durch und fixieren sie den Rahmen mit dem Klip wieder am Seil.

Hinweis: Bevor sie den inneren Klip und den Rahmen für den Seilhaken wieder montieren können sie zuerst unter leichter Spannung einen Knoten am mittleren Fuß machen. Dies erleichtert die Montage des Klips und des Rahmnes für den Seilhaken.





Wartung

Sämtliche vorbeugenden Wartungsarbeiten müssen regelmäßig durchgeführt werden. Indem routinemäßige vorbeugende Wartungsarbeiten durchgeführt werden, wird ein sicherer, störungsfreier Betrieb sämtlicher FLUID-Geräte unterstützt.
FLUID ist nicht verantwortlich für die regelmäßige Überprüfung und Wartungsarbeiten Ihrer Geräte. Unterweisen Sie sämtliches Personal bezüglich Geräteüberprüfung und Wartungsarbeiten und betreffend.
Meldung/Protokollierung von Unfällen. Mitarbeiter von FLUID stehen Ihnen zur Verfügung, um alle möglichen Fragen zu beantworten.

⚠ **VORSICHT** Wischen Sie den Tank, die Schienen und die Sitzräder mit sauberem Wasser ab und reinigen Sie sie.

Position	Zeitrahmen	Anweisungen
Sitz und Sitzschienen	Wöchentlich	Sitzschienen mit einem fusselfreien Tuch abwischen.
Rahmen	Wöchentlich	Rahmen mit einem fusselfreien Tuch abwischen.
Tankgehäuse	Wöchentlich	Verwenden Sie nur Wasser und ein sauberes Tuch, um den Tank zu reinigen. Verwenden Sie KEINEN chemischen Reiniger, um den Tank zu reinigen.
Tank und Wasseraufbereitung	12 Monate bis 2 Jahre	Siehe Anweisungen unter „Wasseraufbereitungsverfahren“ in diesem Handbuch.
Gummiseil	Alle 100 Betriebsstunden auf Spannung und erschleißerscheinungen überprüfen.	Das Gummiseil hält normalerweise viele Jahre. Kontaktieren Sie zum Austausch des elastischen Riemens bitte den Kundendienst vor Ort oder suchen Sie auf www.tunturi.com nach Unterstützung.
Ruderriemen	Alle 100 Betriebsstunden auf Spannung und erschleißerscheinungen überprüfen.	Der Ruderriemen hält normalerweise viele Jahre. Zum Austausch des Ruderriemens bitte den Kundendienst vor Ort kontaktieren oder auf www.tunturi.com nach Unterstützung suchen.

Fehlerbehebung

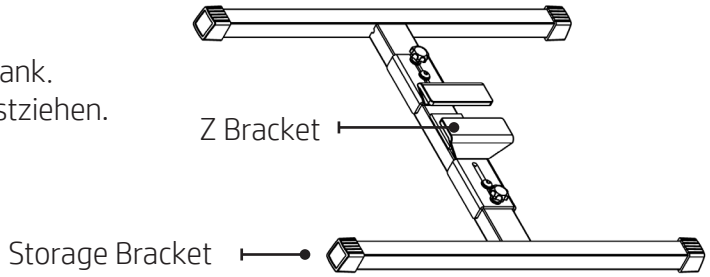
Fehler	Mögliche Ursache	Lösung
Das Wasser verändert die Farbe oder enthält Schwebstoffe.	Das Rudergerät ist direktem Sonnenlicht ausgesetzt und es wurde keine Wasserbehandlung durchgeführt. Das verwendete Leitungswasser ist von schlechter Qualität.	Stellen Sie den Pacific Rower an einer Stelle ohne direktes Sonnenlicht auf. Führen Sie die Wasserbehandlung oder einen Wassertausch durch so wie im Kapitel “Wasserbehandlung und Tankbefüllung” erklärt.
Der Rudergurt rutscht von der Gurtrolle.	Der Gummizug hat nicht genug Spannung. Rückzug ist nicht stark genug eingestellt.	Erhöhen Sie die Spannung des Gummizugs so wie im Kapitel “Austausch des Gummizugs“ erklärt.
Instablie Anzeigen auf dem Rower Computer für 500 meter split time and SPM (Ruderschläge pro Minute).	Sensorabstand fehlerhafter Sensor Sensor wurde aus der korrekten Position geschoben Problem mit der Verkabelung	Verwenden Sie die hintere Abdeckung des Computer als Werkzeug um den Abstand zwischen dem Sensorkopf und dem magnetischen Ring zu überprüfen bzw. kontrollieren Sie ob der Sensorkopf nicht aus seiner korrekten Position verschoben worden ist. Bitte kontaktieren Sie Ihren nächstes FLUID Kundenservicezentrum für weitere Details.
Die Anzeige des Rower Computers zeigt nach einem Batterie-wechsel nichts an.	Die Batterien sind nicht richtig eingelegt oder bereits verbraucht.	Legen sie neue Batterien in richtiger Position nochmal ein. Falls die LCD Anzeige noch immer nichts anzeigt ver-suchen Sie die Batterien leicht im Gehäuse zu drehen. Sollte danach immer noch keine Anzeige er-scheinen kontaktieren Sie bitte Ihren Fachhändler.
Die Anzeige des Rower Computers zeigt nach einem Batterie-wechsel nichts an.	Lockere oder gar keine Verbindung.	Check that the Monitor lead is connected properly. If it is connected then contact your local service center. Check Sensor gap.
Der Monitor LEVEL ist nicht mit dem Tank LEVEL synchronisiert.	Der Monitor LEVEL muss neu kalibriert werden.	Bitte beachten Sie die "Kalibrierungsverfahren" auf Seite 30 dieses Handbuchs.

Anweisungen zur Aufbewahrungsstützhalterung

Eine Aufbewahrungsstützhalterung für aufrechte Aufbewahrung kann separat erworben werden.

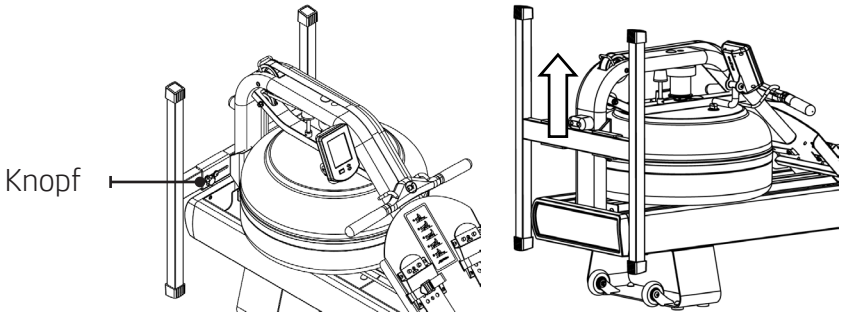
SCHRITT 1

Installieren Sie die Z-Winkel auf die Speicherbank.
Hinweis: den Knopf und die Schraube nicht festziehen.



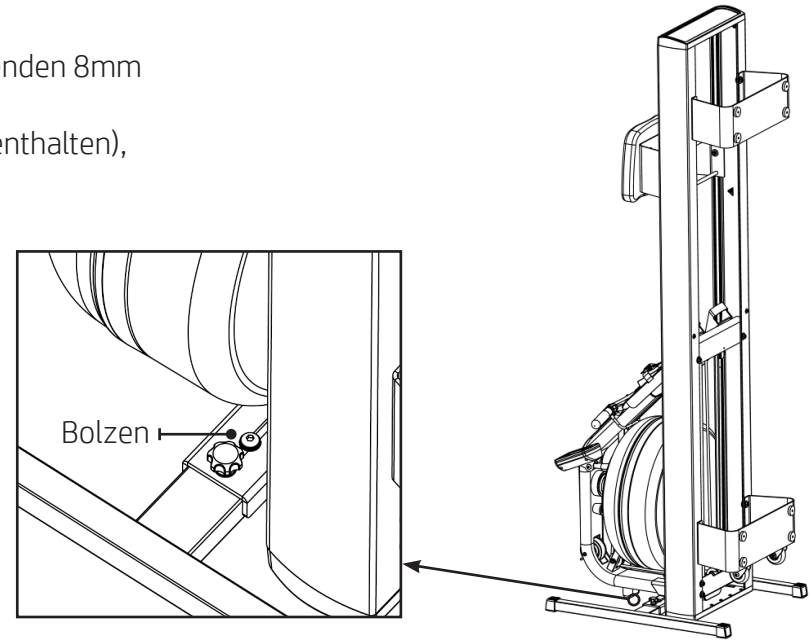
SCHRITT 2

Montieren Sie die Halterung wie abgebildet am Rudergerät,
Richten Sie die Halterung mit dem Gummifuß aus
und ziehen Sie dann den Knopf der Z-Halterung fest an, um
das Rudergerät zu fixieren.



SCHRITT 3

Stehen die Ruderer vertical Verwenden 8mm
Innensech skantschlüssel
(im Produkt-Kit im Lieferumfang enthalten),
um die Schraube festziehen.



Garantie

HEIMGEBRAUCH

Tunturi New Fitness BV garantiert, dass der **RW30 Rower**, sofern in unbeschädigter Originalverpackung bei einem autorisierten Händler gekauft, frei von Material- und Herstellungsfehler ist. Tunturi New Fitness BV oder seine Händler werden nach ihrem eigenen Ermessen fehlerhafte Teile innerhalb der Garantiezeit so wie in den unten angefuhrten Bedingungen dargestellt reparieren oder austauschen.

Metall- und Holzrahmen - 5 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt den Metallhauptrahmen des Gerätes falls dieser auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 5 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleidet. Diese Garantie gilt nicht für die Oberflächenbeschichtung des Rahmens.

Polykarbonattank und Dichtungen - 5 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt den Polykarbonattank oder die Dichtungen, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 5 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Mechanische Komponenten (nicht verschleißend) – 2 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BV repariert oder ersetzt alle mechanischen Komponenten, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 2 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Speziell in die Garantie eingeschlossen:

Laufschienen für Sitz aus

Stainless Schaufelrad - Einheit aus rostfreiem Stahl

Alle anderen Komponenten (verschleißend) – 2 Jahre eingeschränkte Garantie

Tunturi New Fitness BVrepariert oder ersetzt alle anderen Komponenten, falls diese auf Grund von Material- oder Herstellungsfehlern innerhalb von 2 Jahren ab dem ursprünglichen Kaufdatum einen Defekt erleiden.

Speziell in die Garantie eingeschlossen

Gummizug
Handgriffe und Fußriemen
Rudergurt aus Polyster
Sitz
Alle Riemenscheiben, Rollen und Lager
Alle Teile aus Gummi
Computer & Geschwindigkeitssensor (außgenommen der ersetzbaren Batterien)
Fußrasten (schwenken & gleiten)

Generell von der Garantie ausgeschlossen

Oberflächenschäden an allen Geräteteilen

Durch Nachlässigkeit, Missbrauch und falsche Benutzung des Gerätes verursachte Schäden

Alle Fracht- oder Zollgebühren in Verbindung mit Rücksendung oder Versendung von Teilen

Alle Schäden aller Art oder Verluste von Teilen während des Transportes jeglicher Art

Alle Arbeitskosten in Verbindung mit einer Garantieforderung

Allgemeine Bedingungen

- Die Seriennummer der Maschine muss korrekt bei Tunturi New Fitness BV oder einem der autorisierten Händler registriert sein.
- Tunturi New Fitness BV behält sich das Recht vor, alle Teile, für die im Rahmen der Garantie ein Austausch gefordert wird, zu untersuchen.
- Die Garantie gilt nur für den Erstkäufer ab dem Kaufdatum und ist nicht übertragbar.
- Das Produkt muss in seiner Originalverpackung an den Ort des Kaufes zurückgeschickt werden, wobei Sie für Transport-kosten, Versicherung und damit verbundene Gebühren aufkommen und das Verlust- oder Beschädigungsrisiko tragen.
- Tunturi New Fitness BV gewährt keine weiteren Garantien als die hier aufgeführten und weist alle nicht in dieser Garantieurkunde genannten Garantien zurück. Weder Tunturi New Fitness BV noch seine Partner werden für weiter direkte oder indirekte Schäden haftbar gemacht.
- Die Herstellergarantie beginnt automatisch ab dem Moment des Kaufes des Produktes zum Endverbraucher oder nach einem (1) Jahr gerechnet vom Monat der Herstellung, je nach dem was zuerst Eintritt.

Inleiding

Gefeliciteerd met uw aankoop van de roeimachine.

FLUID is er trots op om u deze roeimachine met gepatenteerde instelbare vloeistofweerstand te presenteren als product voor thuisgebruik.

Onze unieke combinatie van precisiestaal en massief houten frames omvat alleen de hoogste kwaliteit Amerikaanse es, die wordt geoogst op duurzame plantages met de nieuwste technologie.

Kleine kleurvariaties zijn normaal en vormen onderdeel van het kunstenaarschap van Moeder Natuur. De houtnerfpatronen en subtiele tinten maken elke roeimachine zeer individueel en ontworpen om elke omgeving aan te vullen.

Volg alle instructies zorgvuldig op voor een correcte montage, tankvulling, waterbehandeling, service en veiligheid.

Toegang tot ons wereldwijde distributeur- en servicenetwerk is beschikbaar op www.tunturi.com

Controleer de inhoud van de dozen 1 en 2 om er zeker van te zijn dat alle onderdelen aanwezig en correct zijn voordat u ze monteert.

Training met de roeimachine

1. Zoals met alle fitnessapparatuur, moet u een arts raadplegen alvorens met het oefeningsprogramma met de roeimachine te beginnen.
2. Volg de instructies in deze handleiding voor de juiste positie van de voet en de basisroeitechnieken.
3. Voor meer gedetailleerde roeitechnieken verwijzen wij u naar onze internationale website op www.tunturi.com

Veiligheid

Veiligheidsinformatie

- Voordat u dit product gaat gebruiken, is het van essentieel belang om deze VOLLEDIGE bedieningshandleiding en ALLE instructies te lezen. De roeimachine is uitsluitend bedoeld voor gebruik op de manier die in deze handleiding wordt beschreven.
- HET IS BELANGRIJK OM ELKE WAARSCHUWING VOLLEDIG TE BEGRIJPEN
- Net als bij alle fitnessapparatuur, moet u een arts raadplegen alvorens met het oefeningsprogramma met de roeimachine te beginnen.
- Houd er rekening mee dat een fitnessregime, voordat het wordt uitgevoerd, het beste kan worden voorafgegaan door een fysieke controle door een gecertificeerde arts.
- Onjuiste of overmatige training kunnen leiden tot problemen met de gezondheid.
- Stop de machine onmiddellijk bij tekenen van overmatige slijtage op de riemen, riemschijven en elastische koorden. Gebruik de unit pas nadat de genoemde onderdelen zijn gerepareerd of vervangen.
- Laat kinderen niet zonder toezicht toegang krijgen tot het apparaat.
- Schuif de zitting naar voren voordat je de roeier in een verticale positie brengt.
- De roeimachine kan verticaal worden opgeslagen. Volg hierbij de instructies in de handleiding.
- Houd uw handen uit de buurt van bewegende onderdelen, zoals aangegeven op het waarschuwingslabel op het hoofdframe van uw machine.
- Als een van de instelinrichtingen blijft uitsteken, kan dit de beweging van de gebruiker belemmeren.
- Sla het product als het vriest niet op met water in de tank, omdat het kan uitzetten en de onderdelen kan doen barsten.
- De console is ontworpen om nauwkeurige real-time trainingsgegevens te leveren. Voor uw gezondheid en veiligheid wordt echter aanbevolen om niet uitsluitend op deze metingen te vertrouwen. Als u zich ongemakkelijk voelt, stop dan onmiddellijk met trainen en raadpleeg een arts.
- Plaats altijd een antislipmat onder het apparaat om het risico op uitglijden te verminderen.
- Inspecteer de tank voor elk gebruik op tekenen van lekkage. Als er een lek wordt ontdekt, stop dan onmiddellijk met het gebruik van het apparaat.
- Inspecteer het apparaat regelmatig en vervang de batterijen indien nodig om een veilige werking te garanderen.

Correct gebruik

- Gebruik geen apparatuur anders dan zoals ontworpen of bedoeld door de fabrikant. Het is van essentieel belang dat apparatuur van FLUID op de juiste wijze wordt gebruikt om letsel te voorkomen.
- Letsel kan het gevolg zijn van onjuist of overmatig sporten. Raadpleeg een arts voordat u met een oefeningsprogramma begint. Als u zich tijdens de oefening zwak of, duizelig voelt of pijn heeft, STOP DAN MET SPORTEN en raadpleeg een arts.
- Houd lichaamsdelen (handen, voeten, haar enz.), kleding en sieraden uit de buurt van bewegende delen om letsel te voorkomen.
- Volg de instructies in deze handleiding voor de juiste positie van de voet en de basisroeitechnieken.
- Voor meer gedetailleerde roeitechnieken verwijzen wij u naar onze internationale website www.fluid-eu.com

Inspectie

- Beschadigde of versleten of gebroken onderdelen NIET gebruiken en NIET toestaan te gebruiken. Gebruik voor alle apparatuur van FLUID uitsluitend door FLUID geleverde vervangingsonderdelen.
- Kabels en riemen leveren een uitzonderlijk probleem op als ze worden gebruikt wanneer ze gerafeld zijn. Vervang kabels of riemen altijd bij de eerste tekenen van slijtage (raadpleeg Fluid als u daar niet zeker van bent).
- ONDERHOUD VAN APPARATUUR - preventief onderhoud is de sleutel tot een soepele bediening van apparatuur en tot een minimum aan aansprakelijkheid. De apparatuur moet regelmatig worden geïnspecteerd.
- Zorg ervoor dat personen die aanpassingen maken of onderhoud of reparaties van welke aard dan ook uitvoeren hiervoor gekwalificeerd zijn.

Veiligheid

- PROBEER GEEN ACCESSOIRES TE GEBRUIKEN OF TE REPAREREN DIE ZIJN GOEDGEKEURD VOOR GEBRUIK MET DE APPARATUUR VAN FLUID ALS ZE BESCHADIGD OF VERSLETEN LIJKEN TE ZIJN.
- Controleer alle riemen, riemschijven en elastische koorden regelmatig op tekenen van slijtage en vervang ze indien nodig.
- Controleer regelmatig en volg alle instructies voor onderhoud zoals gespecificeerd in deze handleiding.
- Vervang onmiddellijk alle defecte onderdelen en bedien de unit pas nadat alle reparaties zijn uitgevoerd.

Waarschuwingen bij het gebruik

- Houd kinderen uit de buurt van de apparatuur. Ouders of anderen die toezicht houden op kinderen moeten goed toezicht houden als de apparatuur in aanwezigheid van kinderen wordt gebruikt.
- Draag geen losse kleding of sieraden tijdens het gebruik van de apparatuur. Tevens wordt aanbevolen om lange haren in een staart en omhoog te houden om contact met bewegende delen te voorkomen.
- Alle omstanders moeten uit de buurt blijven van alle gebruikers, bewegende delen en aangekoppelde accessoires en componenten terwijl de machine in gebruik is.
- **WAARSCHUWING** Steek geen vingers in de tank!
- **PAS OP** Na het roeien moet u het apparaat 5 minuten niet gebruiken voordat u het op bergt.
- **LET OP** Vul niet verder dan de kalibratiemarkering, zoals aangegeven op de sticker met het tankniveau , anders kan water worden gemorst.
- **WAARSCHUWING** Gebruik deze roeimachine nooit zonder dat de voeten goed zijn vastgezet in de voetbanden, of zonder dat het schuifgedeelte van de voetplaat van de schuifklep op zijn plaats is vergrendeld!

⚠ LET OP

1. Houd handen en vingers uit de buurt van bewegende onderdelen, zoals aangegeven in deze handleiding.
2. De roeimachine kan verticaal worden opgeslagen. Zorg ervoor dat een veilige locatie wordt gekozen, zoals een hoek van een kamer of tegen een muur op een vlakke, veilige ondergrond.
3. Het is aan te raden de trainer niet bloot te stellen aan direct zonlicht. Dit kan het veroudering proces van de plastic materialen versnellen, wat de levensduur negatief kan beïnvloeden en zelfs kan leiden tot breuk en lekkage.

⚠ Opmerking

Als de opslagruimte niet waterpas is, is een extra bevestiging vereist (afzonderlijk verkrijgbaar) om de roeimachine stabiel te houden bij een verticale opbergpositie.

Assemblage

Specificaties

Productklasse: HC

Remsysteem: Snelheidsafhankelijk

Nettogewicht van product: 56.83kg(125.29lb)

Bruto productgewicht: 65.46kg(144.31lb)

Minimaal veilig werkoppervlak: 333(131,09”) cm x 172(67,71”)cm

Afmetingen: 2130mm(83,86”) lengte x 540mm(21.26”) breedte x 750mm (29.53”) hoogte

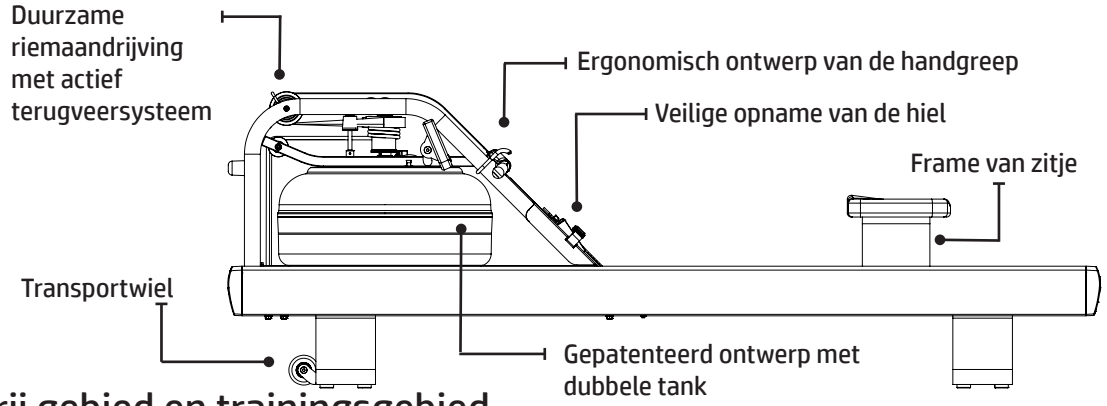
Maximaal gebruikersgewicht: 150 kg(330lb)

Compact formaat: 2130 x 540mm of rechtop **750** x 540mm

Installatie

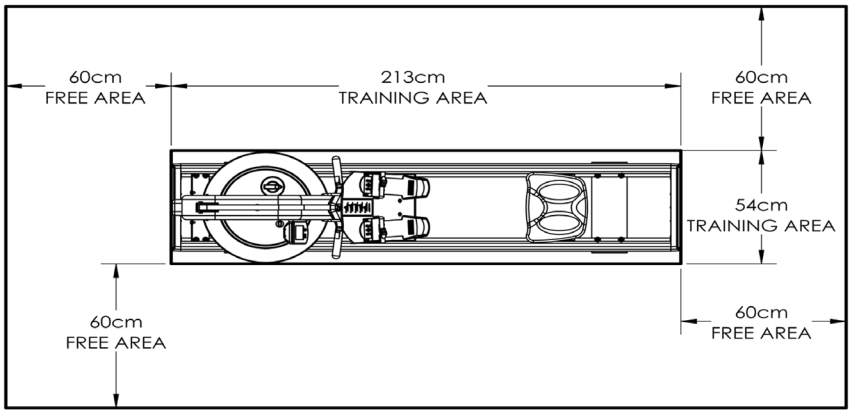
- Plaats het apparaat tijdens gebruik op een stabiele, vlakke ondergrond in horizontale positie voor maximale stabiliteit.
- Controleer alle riemen, riemschijven en elastische koorden regelmatig op tekenen van slijtage en vervang ze indien nodig.
- Controleer regelmatig en volg alle instructies voor onderhoud zoals gespecificeerd in deze handleiding.
- Vervang onmiddellijk alle defecte onderdelen en gebruik de roeimachine pas nadat alle reparaties zijn uitgevoerd.

Product Hoogtepunten



Vrij gebied en trainingsgebied

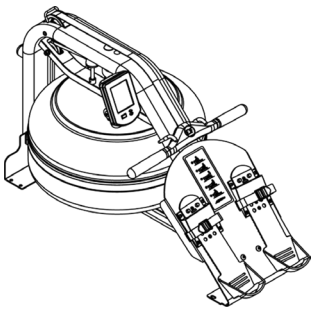
Het vrije gebied mag niet minder dan 60 cm (23,62”) groter zijn dan het trainingsgebied in de richtingen waar de apparatuur wordt benaderd. Het vrije gebied moet ook het gebied voor noodontkoppeling omvatten.



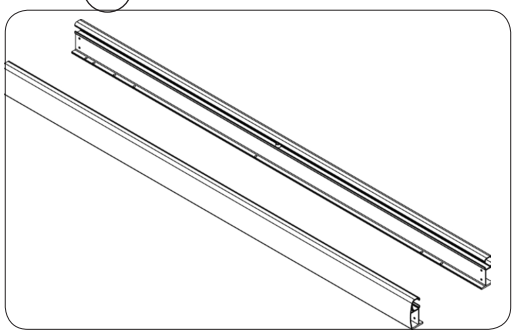
Opmerking: De roeimachine is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.

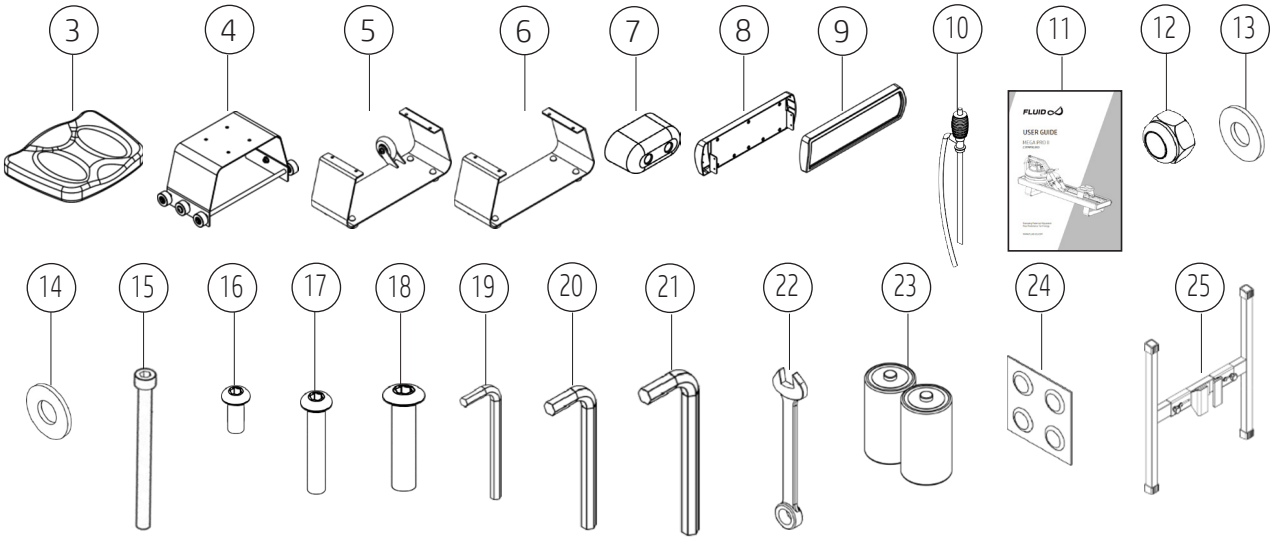
Inhoud van de roeimachinedoos 1 en 2

1 Inhoud van doos 1



2 Inhoud van doos 2





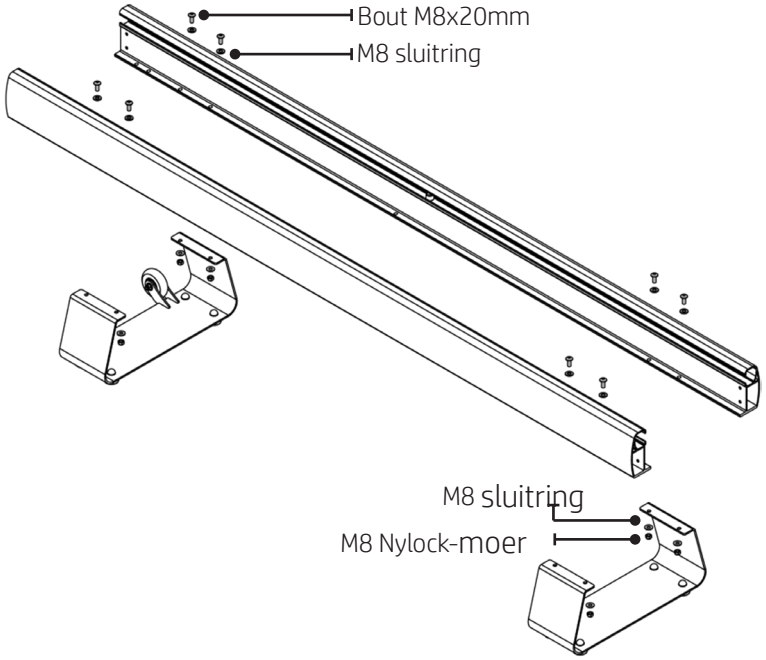
Voorwerp	Aantal	Omschrijving	Voorwerp	Aantal	Omschrijving
1	1	Hoofdframe	7	1	Rubber voet
2	2	Linker/rechter zijrail	8	1	Eindkap vooraan
3	1	Roeierzitje	9	1	Eindkap achteraan (met rubberen kussentjes)
4	1	Frame roeierzitje	10	1	Sifon
5	1	Montage voorste poot	11	1	Gebruikershandleiding
6	1	Montage achterste poot			
Set hardware					
12	14	M8 Nylock-moer	19	1	Inbussleutel van 3mm
13	12	M6 sluitring	20	1	Inbussleutel van 4mm
14	28	M8 sluitring	21	1	Inbussleutel van 6mm
15	2	Bout M5x30mm	22	1	13mm steeksleutel
16	8	Bout M6x10mm	23	2	D-celbatterij
17	4	Bout M6x20mm	24	4	Waterbehandelingstablet
18	14	Bout M8x20mm			
Optionele uitrusting (niet meegeleverd)					
25	1	Opslag Ondersteuningsbeugel	26	1	Hartslagaanraakhendel
27	1	Houder voor smartphone			

Montage-instructies

STAP 1 De poten installeren op de zijrails

VEREIST
Linker/rechter zijrail [2]
Montage voorste poot [5]
Montage achterste poot [6]
8x M8 Nylock-moer [12]
16x M8 sluitring[14]
8x Bout M8x20mm [18]

Installeer de assemblage van de voorste poot [5] (voorste poot met transportwiel bevestigd) en de assemblage van de achterste poot [6] op de zijrail [2] zoals weergegeven. U hebt 8x M8x20 mm bouten [18], 16x M8-ringen [14] en 8x M8 Nyloc moeren [12] nodig.



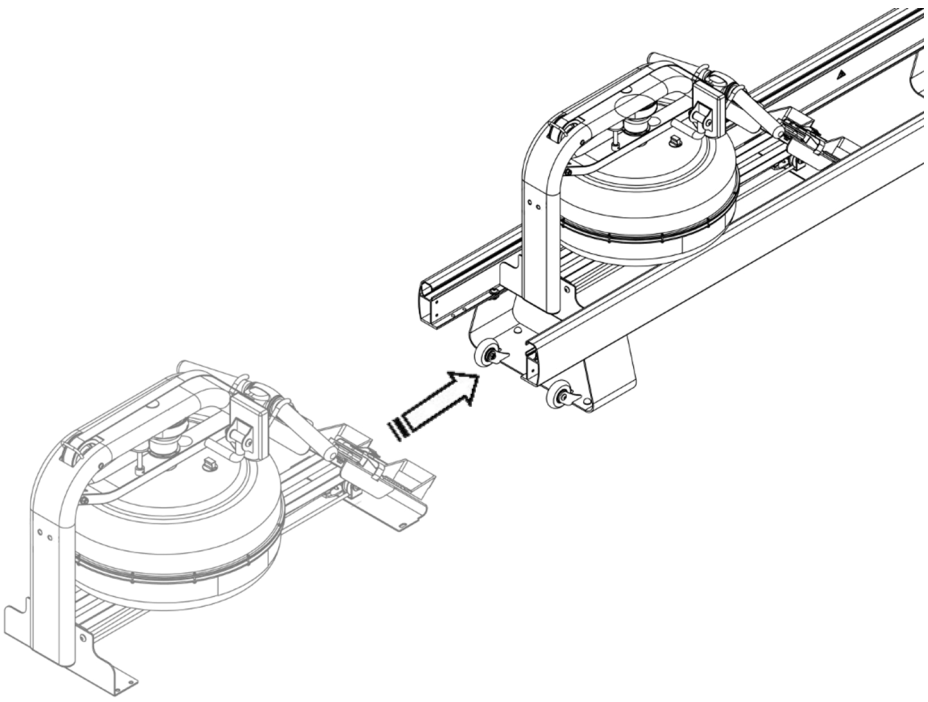
STAP 2 Het hoofdframe monteren op de zijrails

VEREIST
Hoofdframe [1]
Linker/rechter zijrail [2]

OPMERKING

Vereist twee personen.

Monteer het hoofdframe [1] op de zijrails [2] zoals weergegeven.
Opmerking: Maak het hoofdframe niet vast tot u aan stap 4 hieronder bent.

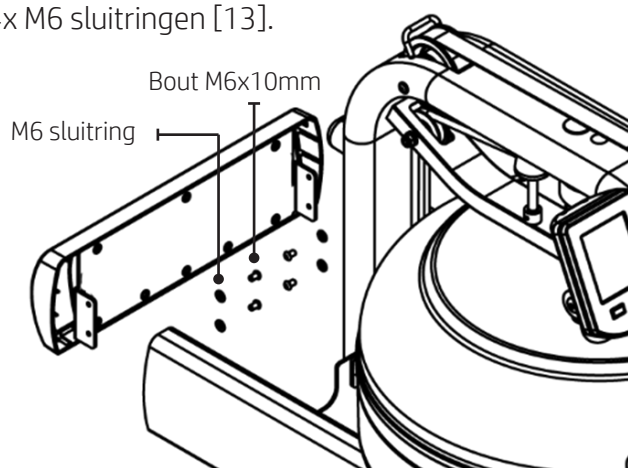


Montage-instructies

STAP 3 De eindkap vooraan installeren

VEREIST
Linker/rechter zijrail [2]
Eindkap vooraan [8]
4x M6 sluitring [13]
4x Bout M6x10mm [16]

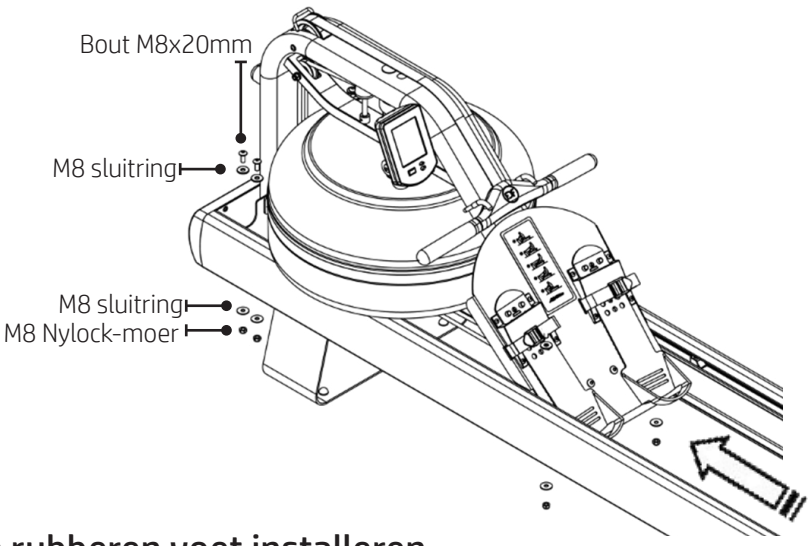
Installeer de eindkap vooraan [8] op de zijrails [2] met 4x M6 x10 bouten [16] en 4x M6 sluitringen [13].



STAP 4 Het hoofdframe positioneren

VEREIST
8x M8 Nylock-moer [12]
16x M8 sluitring [14]
8x Bout M8x 20mm [18]

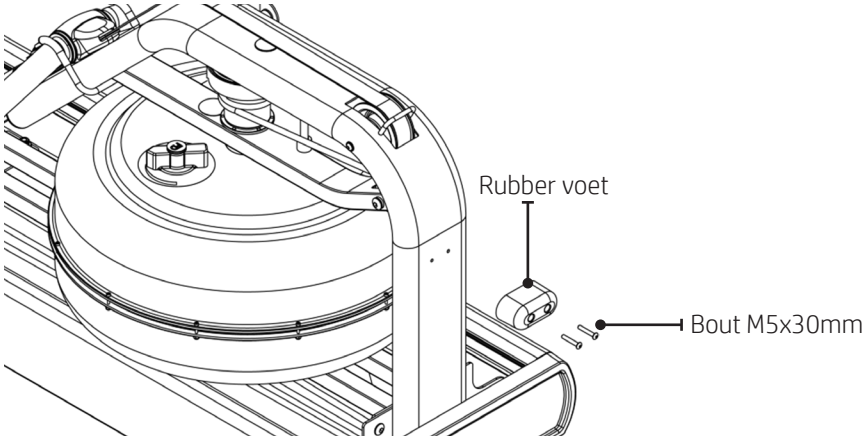
Verplaats het hoofdframe naar voor op zijn plaats en maak het dan vast met 8x M8x20 mm bouten [18], 16 x M8 sluitringen [14] en 8x M8 Nyloc-moeren [12].



STAP 5 De rubberen voet installeren

VEREIST
Rubber voet [7]
2x Bout M5x 30mm [15]

Installeer de rubberen voet [7] op het hoofdframe met 2x M5 x30 bouten [15].

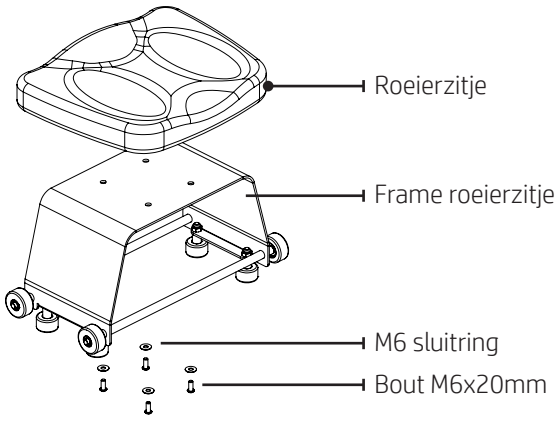


Montage-instructies

STAP 6 Het roeierzitje installeren

VEREIST
Roeierzitje [3]
Frame roeierzitje[4]
4x M6 sluitring[13]
4x Bout M6x20mm [17]

Installeer het roeierzitje [3] op het frame voor het roeierzitje [4] met 4x M6 x20mm bouten [17] en 4x M6 sluitringen [13].

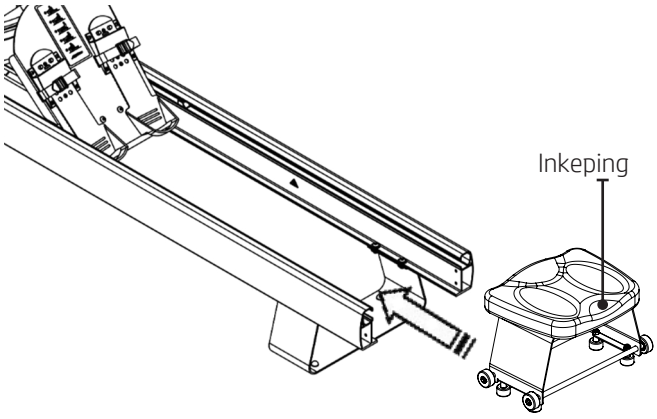


STAP 7 Het roeierzitje installeren in de zijrails

VEREIST
Roeierzitje [3]
Frame roeierzitje[4]

⚠ Waarschuwing
Stop uw vingers niet tussen de zijrail en de wieldrager.

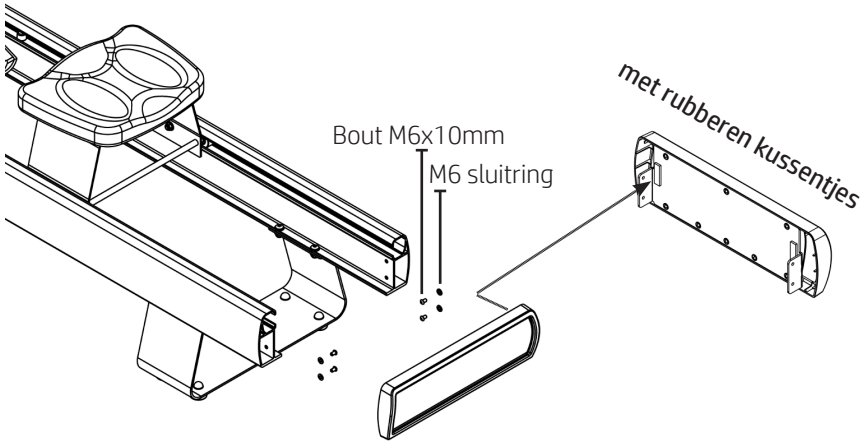
Schuif het gemonteerde roeierzitje in de zijrails zoals weergegeven. De inkeping van het zitje moet naar de rugzijde van de roeier gericht zijn.
OPMERKING: Reinig de wielen en rails wekelijks met een zachte, droge doek om de mate van slijtage op zowel de wielen als het spoor te verminderen.



STAP 8 De eindkap achteraan installeren (met rubberen kussentjes)

VEREIST
Linker/rechter zijrail [2]
Eindkap achteraan (met rubberen kussentjes) [9]
4x M6 sluitring [13]
4x Bout M6x10mm [16]

Installeer de eindkap achteraan [9] op de zijrails [2] met 4x M6 x10 bouten [16] en 4x M6 sluitringen [13].



Bedieningsinstructies

Tank voor instelbare weerstand (IaW)

De instelbare weerstand (AR) tank, ontwikkeld en gepatenteerd door FLUID. biedt een echte ervaring op meerdere niveaus. Water wordt verplaatst tussen de “opslag” en de “actieve” kamers van de AR-tank. Uw nieuwe roei-ergometer kan zich - met een draai aan een meetklok - aanpassen aan de weerstand waaraan elke gebruiker de voorkeur geeft.

Aan de slag

Selecteer “1” op de tankregelaar om de minimale weerstand te bereiken. Het duurt 10 slagen om de centrale (opslag)tank te vullen, waardoor een minimale hoeveelheid water in de buitenste (actieve) tank achterblijft. Dit proces is altijd vereist als minimale weerstand gewenst is. Roei hard in een gelijkmatig tempo (20 tot 25 slagen per minuut [SPM]) en doe wat moeite voor de slag, terwijl u een goede vorm behoudt. U kunt het weerstandsniveau aanpassen terwijl u roeit. De AR-tank zal zich vrijwel onmiddellijk aanpassen aan de toename van de weerstand, maar het duurt tot 10 slagen om de benodigde inspanning te verminderen, naarmate de centrale (opslag)tank volloopt.

Ontwikkel uw routine

Als u eenmaal een niveau hebt gevonden dat u de vereiste oefening geeft, kunnen er veranderingen worden aangebracht in SPM en de slagintensiteit om uw energie-input verder te variëren. Intervaltraining wordt gebruikt door de meeste roeimachines, waar een periode van lage intensiteit wordt gecombineerd met korte intervallen van hoge intensiteit. De FLUID roei-ergometer laat veranderingen toe tijdens het roeien, om tijdens één workout resistentieprofielen op meerdere niveaus te bereiken. Ga voor meer informatie over oefenroutines naar onze website op www.tunturi.com

Procedures voor het vullen van de tanks en waterbehandeling

VEREIST
Sifon [7]

⚠ LET OP

De weerstandsregelaar moet op NIVEAU 10 worden ingesteld om een nauwkeurige vulcapaciteit mogelijk te maken.

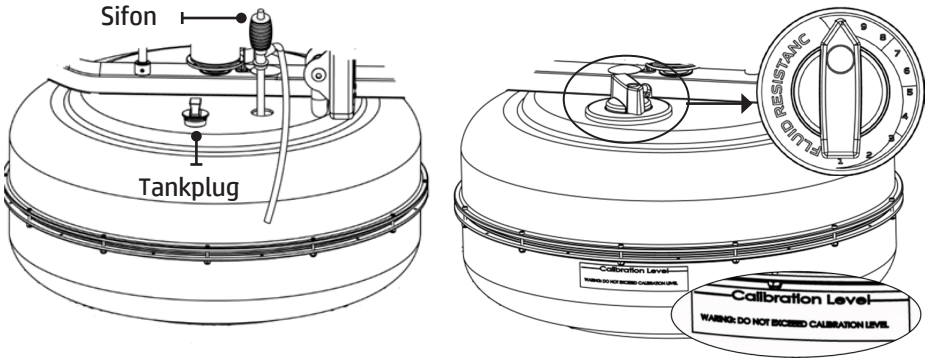
⚠ WAARSCHUWING

Vul de tank niet te vol tot boven het aangegeven maximumniveau van 20 liter. Zie de tankniveausticker aan de onderkant van de tank.

⚠ OPMERKING

In gebieden waar de kwaliteit van het kraanwater als slecht bekend staat, raadt FLUID het gebruik van gedistilleerd water aan.

A) Verwijder de tankplug uit de bovenkant van de tank.
B) Zet een grote emmer water naast de roeimachine. Doe de Sifon [7] met de starre slang in de bak en de flexibele slang in de tank.
Opmerking: Zorg ervoor dat de kleine ontluchtingsklep op de sifon gesloten is voordat u gaat vullen.
C) Knijp de sifon in om te beginnen met vullen. Belangrijk: Maak de tank niet te vol
D) Open de kraan bovenop de sifon als de tank vol is, zodat overtollig water kan ontsnappen.
E) Als het vullen is voltooid, volgt u het onderstaande schema voor waterbehandeling en vervangt u de tankplug.

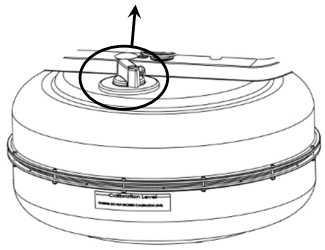


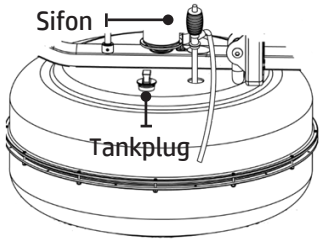
NIVEAU 1: Deze instelling houdt een deel van het water in reserve, waardoor lichte weerstand ontstaat.
NIVEAU 10: Met deze instelling kan de maximale hoeveelheid water het vliegwiel bereiken voor de zwaarste weerstand.

Bedieningsinstructies

Tankwater verwijderen/vervangen







A) Stel de afstelknop in op “1”
B) Roei ten minste tien slagen om het opslagreservoir zo volledig mogelijk te vullen.
C) Verwijder de tankplug.
D) Steek het stijve uiteinde van de sifon in de tank en de flexibele slang in een grote emmer.
E) Tap de tank af (er blijft ongeveer 40% van het water over) en vul de tank vervolgens bij volgens de aanwijzingen voor het vullen van de tank, zoals beschreven in het hoofdstuk Tank vullen van deze handleiding.

- De klep boven op de sifon moet gesloten zijn om een goede afvoer mogelijk te maken.
- Waterbehandeling voorkomt de noodzaak om het water in de tank te verversen als het behandelschema wordt gehandhaafd.
- Een extra waterbehandelingstablet is alleen nodig als er verkleuring in het water optreedt.
- Blootstelling aan rechtstreeks zonlicht verkort de levensduur van de waterbehandelingstabletten. Als u de roeimachine uit de buurt van rechtstreeks zonlicht opbergt, verlengt u de tijd tussen waterbehandelingen.
- Ongeveer 40% van het tankwater blijft over. Het is niet mogelijk om de A/R-tank volledig af te tappen zonder demontage.

OPMERKING: Voor het eenvoudig, snel en efficiënt vullen en aftappen van de tank hebben we een op batterijen werkende pomp (oplaadbaar via USB) beschikbaar als optie. We adviseren deze voor elke commerciële faciliteit, met meerdere units, waarbij het nodig is de tanks van tijd tot tijd af tetappen en te vullen. Neem voor meer informatie contact op met uw dichtstbijzijnde Fluid-distributeur of ga naar onze website op www.tunturi.com

⚠ **LET OP** Het wordt ten zeerste aanbevolen om een druppeldoek onder de tank te gebruiken wanneer de tankplug wordt geopend voor waterbehandeling.

Eerste waterbehandeling

Voeg één waterbehandelingstablet toe per volle tank.
GEBRUIK ONDER GEEN ENKELE OMSTANDIGHEID EEN ANDER WATERBEHANDELINGSTABLET DAN DAT WELKE BIJ UW APPARAAT IS GELEVERD.
Bij de aankoop van uw apparaat zijn 4 vier waterbehandelingstabletten inbegrepen, die voldoende zijn voor een aantal jaren gebruik. De behandelschema's voor water voor de ROEIER zullen variëren afhankelijk van de blootstelling van tanks aan zonlicht, maar verwacht 8-12 maanden in de buurt van een helder, zonverlicht venster en 2 jaar of meer voor een donkere locatie. Merkt u dat het water licht bewolkt raakt, voeg dan een waterbehandelingstablet toe.
Als u extra tabletten voor waterbehandeling wilt aanschaffen, neemt u contact op met uw dichtstbijzijnde regionale dealer/distributeur of gaat u naar onze website op www.tunturi.com

Zo stelt u de weerstand in

Selecteer de vloeistofweerstand van uw voorkeur.
OPMERKING: de monitor toont automatisch de op de tank gekozen waterweerstand.
Past u het weerstandsniveau aan, dan zult u na twee slagen een toename voelen en na tien slagen een afname.



MINIMUM

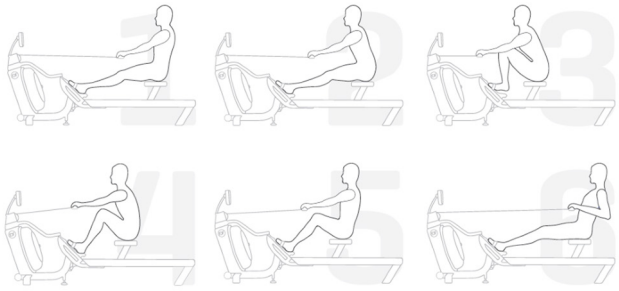


MAXIMUM

Bedieningsinstructies

Begin met roeien

Er zijn zes fasen om een roeislag te voltooien



1. Ga zitten met rechte benen en rug, terwijl u iets naar voren leunt bij de heupen met de armen recht naar buiten en de handen op gelijke hoogte met de onderste ribben. Draai terug.
2. Benen en rug recht, iets naar voren leunend vanuit de heupen, armen naar voren. Leun en schuif naar voren.

   Opmerking: De handen moeten nu om de knieën liggen, zodat de benen recht blijven staan.
3. De benen komen naar voren, gericht op het verticaal krijgen van de schenen. De rug is nog steeds recht, en de houding is iets naar voren, leunend met de armen nog steeds naar voren. Roei nu hard, dit is waar het om gaat.
4. De knieën zijn gedeeltelijk rechtgetrokken, zodat het roeistoel zich nu halverwege de slag bevindt, de rug en de armen nog steeds recht staan. Handhaaf de slag.
5. De knieën zijn bijna recht, de rug is nog steeds recht, maar leunt nu iets terug van de heupen. Armen recht. Knijp nu door.
6. Benen nu volledig uitgestrekt. Terug recht en enigszins naar achteren leunend, trek nu met de armen zodat ze dicht bij de borst staan, onderarmen horizontaal en ellebogen dicht in tegen de ribbenkast. Dit is de AFWERKING.

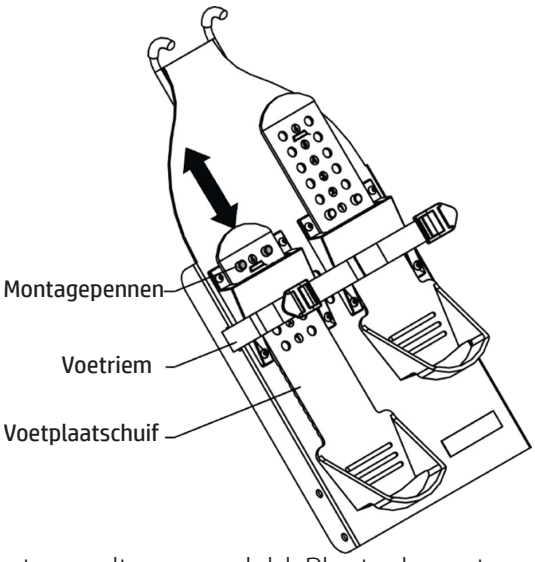
Ga voor meer informatie over de juiste roeitechniek en workouttips naar onze website www.tunturi.com

⚠ **LET OP:** Raadpleeg altijd een arts voordat u met een oefeningsprogramma begint. Stop onmiddellijk als u zich zwak of duizelig voelt.

⚠ **LET OP:** Roei niet naar één kant.

Voetplaten afstellen

De schuifknop voor voetplaten is geschikt voor de meeste voetmaten en is ontworpen om uw voeten veilig op hun plaats te houden terwijl u roeit. De voeten moeten zo worden geplaatst dat het voetbandje het gedeelte van de voet op natuurlijke wijze tijdens het roeien ombuigt. (Bijv. het bord van de voet)



AANPASSEN:

Til de bovenkant van de voetplaat van de bevestigingspennen en schuif hem verticaal tussen 1 en 6, afhankelijk van de lengte van uw voet. Bevestig de voetplaat door hem weer op de bevestigingspennen te bevestigen en stevig omlaag te drukken zodat hij op zijn plaats wordt vergrendeld. Plaats de voeten op de voetplaten en trek de voetbanden aan om ervoor te zorgen dat uw voeten stevig tegen de hiel zitten.

Opmerking: De hiel moet buigen zodat de voet op natuurlijke wijze kan draaien terwijl u roeit.

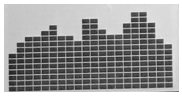
⚠ **WAARSCHUWING:** Gebruik deze roeimachine nooit zonder dat de voeten goed zijn vastgezet in de voetbanden, of zonder dat het schuifgedeelte van de voetplaatschuif op zijn plaats is vergrendeld!

Automatisch aanpassende Bluetooth-monitor

Automatisch starten: Begin met de oefening om te activeren.
Alle waarden resetten: Houd de RESET-knop 3 seconden ingedrukt.
Automatisch uitschakelen: Langer dan 5 minuten. Alle waarden worden na het opnieuw starten weer op nul gezet.



500M TIJD: Tijd om 500 meter te roeien.
WATT: Eenheid van vermogen bijgewerkt per roeislag.
AFSTAND: Wordt elke seconde bijgewerkt.
VERMOGENSGRAFIEK: Druk op RESET om de weergave te wijzigen van Power Curve (Vermogenscurve) naar Cumulatieve Power Graph

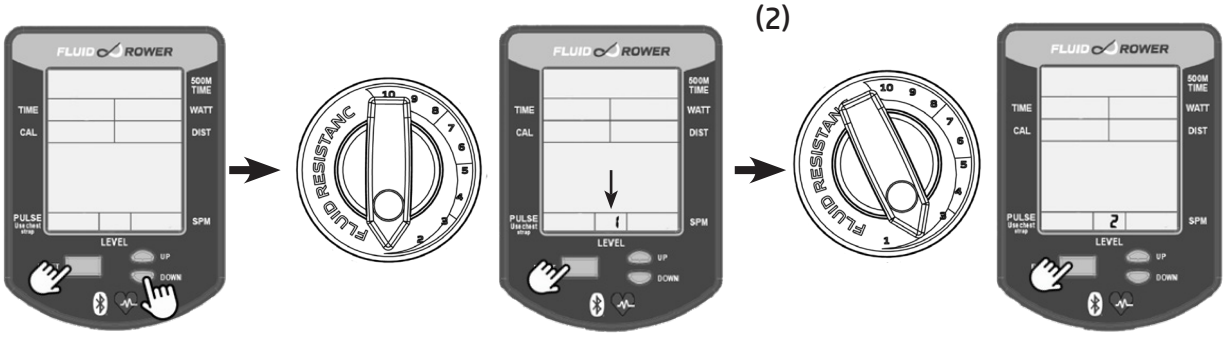
SPM: Slagen per minuut worden elke slag bijgewerkt.
NIVEAU: Automatisch niveau afstellen op de afstelknop op de tank.
PULS: Compatibel met Polar H7, H10-borstriem en FLUID Touch Heart Rate-hendel (optioneel).
CAL: Calorieën die per uur worden verbrand bij de huidige watts. Toont het totaal aantal verbrande calorieën wanneer de oefening is gestopt
TIJD: Verstreken tijd automatische start.

WATT: Meet het piekvermogen in watt, waarbij de sterkte en versnelling worden berekend om het vermogen van een gebruiker nauwkeurig te meten.
TRAININGSGEGEVENS: De gegevens die van elke workout worden verzameld, worden weergegeven in een vermogenscurve en een cumulatieve vermogensgrafiek, waardoor realtime vergelijkingen mogelijk zijn voor effectieve progressieve training.
NIVEAU AUTOMATISCH AANPASSEN: De ingebouwde potentiometer past het weerstandsniveau van de monitor automatisch aan op basis van de positie van de afstelknop op de tank.
BLUETOOTH-CONNECTIVITEIT: Elke roeimachine is uitgerust met geavanceerde monitortechnologie, waardoor Bluetooth-connectiviteit met elk compatibel smart device mogelijk is. De monitor is ontworpen om te integreren met roeien- en fitness-apps en zal helpen bij effectief trainen, vastleggen en vergelijken van gegevens voor competitieve personen.
Inclusief de FLUID Rowing-app die beschikbaar is via de FLUID-website. Deze is compatibel met apps van derden en software-updates via Bluetooth.
OPMERKING: De hartslagriem en de Touch Heart Rate-hendel zijn afzonderlijk verkrijgbaar.
BATTERIJWAARSCHUWING: Om lekkage van batterijen te voorkomen, haalt u ze uit de monitor als u van plan bent om de apparatuur langer dan 30 dagen niet te gebruiken.
OPMERKING: De hartslagriem en de Touch Heart Rate-hendel zijn afzonderlijk verkrijgbaar.
WAARSCHUWING: Hartslagbewakingssystemen kunnen onnauwkeurig zijn, overmatig sporten kan leiden tot ernstig letsel of de dood. Als u zich zwak voelt, moet u onmiddellijk stoppen met sporten en professioneel medisch advies inwinnen.

Kalibratieprocedure

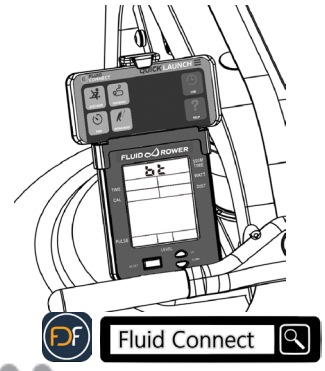
1) Houd "RESET" en "DOWN" 5 seconden ingedrukt. Op de display wordt niveau 1 weergegeven.
   Draai de hendel naar niveau 1. Druk op Reset. Op de display wordt nu niveau 2 weergegeven. Kalibratie niveau 1 is voltooid.
2) Draai de hendel naar niveau 2. Druk op Reset. Op de display wordt nu niveau 3 weergegeven. Kalibratie niveau 2 is voltooid.
3) Herhaal dit voor 3,4,5,6,7,8,9,10 Niveau 10 Druk op Reset. Niveau 10 blijft. De kalibratie is voltooid.

(1)



(2)

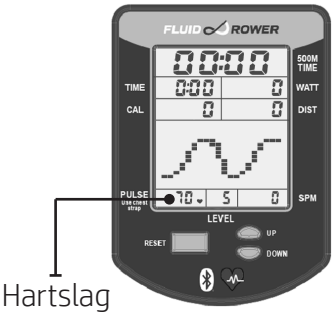
Connectiviteit van monitor en apps



1. Download de app “Fluid Connect” in de [App Store] of [Google Play].
2. Terwijl de console is INGESCHAKELD, begint Bluetooth te scannen om verbinding te maken met de telefoon/het toetsenblok.
3. Schakel de app FLUID CONNECT in op uw telefoon.
4. Druk op een pictogram van een work-out, de app zal de beschikbare console in de buurt doordringen.
5. Kies de console die u wilt koppelen.
6. Nadat de console is gekoppeld aan de app, wordt op de display van de console alleen BT weergegeven op het scherm.

Bluetooth-hartslagkoppeling

OPMERKING: De hartslagriem en de Touch Heart Rate-hendel zijn afzonderlijk verkrijgbaar.



Zodra de console is ingeschakeld, zal deze automatisch verbinding maken met het dichtstbijzijnde Bluetooth hartslagapparaat.

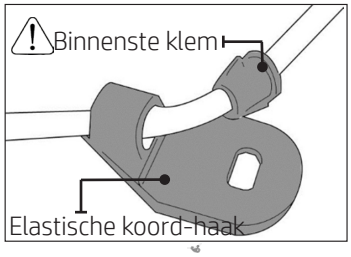
Wanneer het koppelen is voltooid, zal de monitor de hartslag beginnen weer te geven.

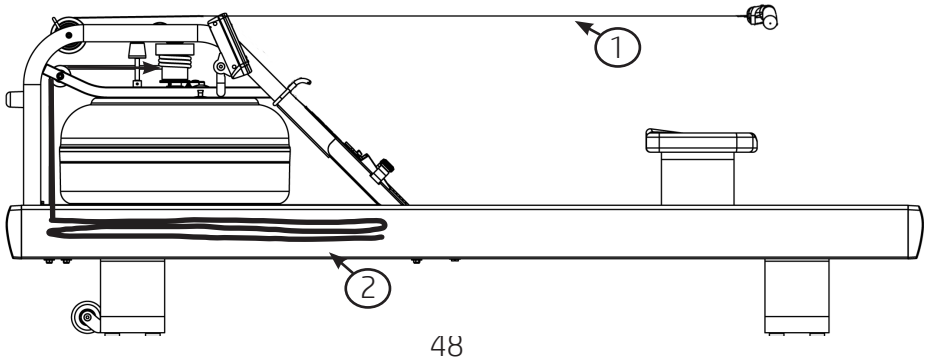
Verklaring van de fabrikant

Tunturi New Fitness BV verklaart dat het product voldoet aan de volgende normen en richtlijnen:
RoHS-richtlijn (2011/65/EU)
Algemene Productveiligheidsverordening (APV) – (EU) 2023/988
Batterijenverordening (EU) 2023/1542
Hierbij verklaart Tunturi New Fitness BV dat het radiotoesteltype: Mega Pro XL in overeenstemming is met Richtlijn 2014/53/EU.
De conformiteitsverklaring met alle normen en richtlijnen kan worden gedownload op onze website:
https://doc.tunturi.com
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

De aandrijfriem van de roeimachine losmaken

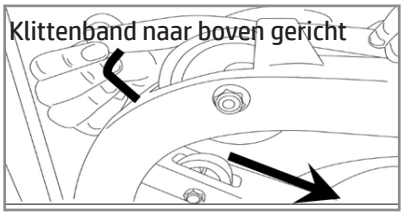
1. Om de riem los te maken, trekt u gewoon verder dan het normale bereik van de roeislag tot de riem loskomt van de bandriempoelie.
   Tip: U hoort het klittenband losgaan net voordat de riem los gaat.
2. Haak de elastieken schokkabel los van de achterste beugel. Druk vervolgens de binnenste klem uit de elastisch koord-haak. Trek het elastische koord door de binnenste klem totdat het vrij is. Hierdoor kan de elastieken schokkabel volledig uit het hoofdframe worden geschroefd en tot aan de riem-katrol worden aangebracht, waar deze weer wordt bevestigd zodra de roeimachine-riem zich in de juiste positie bevindt.





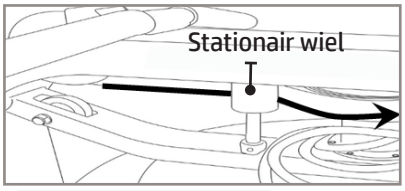
De riem van de roeimachine terugplaatsen

STAP 1



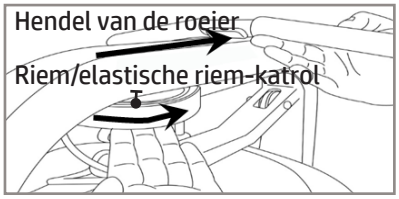
Breng de roeimachine-riem weer aan door deze om de riem-katrol van de roeimachine-riem te draaien met de klittenbandzijde naar boven gericht, zoals weergegeven.

STAP 2



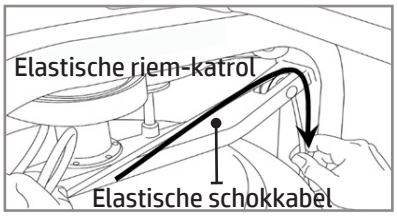
Leid vervolgens de riem om het stationair wiel zoals afgebeeld. Bevestig de roeimachine-riem aan de riem/elastische riem-katrol nadat hij rond het stationair wiel is gewikkeld. Er is een duidelijke “lip” op het bevestigingspunt.

STAP 3



Wikkel de roeimachine-riem op de riem/elastische riem-katrol totdat de hendel van de roeimachine in de meest voorwaartse positie staat.

STAP 4

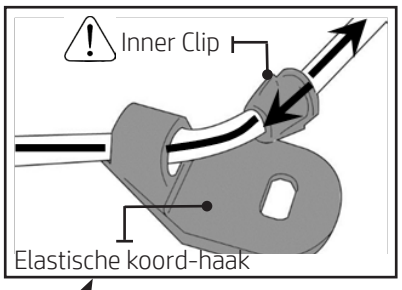


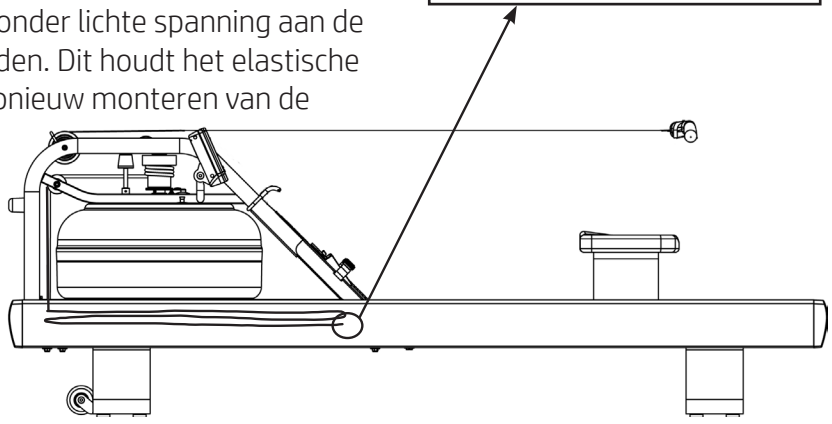
Haal de elastische schokkabel (aan de andere kant van het stationaire wiel) terug door de elastische riemschijven en bind hem vast bij het bevestigingspunt.

STAP 5 De riem van de roeimachine terugplaatsen

De opspankracht zal na verloop van tijd afnemen naarmate de elastische schokkabel uitrekt. Om de opspankracht te verhogen drukt u de binnenste klem van achteren uit de elastische koord-haak, trekt u de vereiste hoeveelheid bungee door de binnenste klem en plaatst u de binnenste klem terug in de elastische riemhaak, zoals hieronder wordt weergegeven.

Hint: Voordat u de binnenste klem/elastische koord-haak weer bevestigt, moet u een schuifknoop onder lichte spanning aan de onderste elastische riem-katrol binden. Dit houdt het elastische koord onder spanning tijdens het opnieuw monteren van de elastische koord-haak.





Onderhoud

Alle preventieve onderhoudsactiviteiten moeten regelmatig worden uitgevoerd. Het uitvoeren van routinematig preventief onderhoud kan helpen bij het veilig en probleemloos bedienen van alle apparatuur van FLUID.
FLUID is niet verantwoordelijk voor het uitvoeren van regelmatige inspectie- en onderhoudswerkzaamheden aan uw machines. Instrueer al het personeel in de inspectie- en onderhoudswerkzaamheden van de apparatuur en in de rapportage en registratie van ongevallen.

⚠ LET OP Veeg en reinig de tank, rails en het roeistoelwielen met schoon water. Gebruik geen chemisch reinigingsmiddel.

Voorwerp	Tijdsbestek	Instructies
Rails en wielen van het roeistoel	Wekelijks	Veeg het frame en de wielen van de roeistoel schoon met een pluisvrije doek.
Frame	Wekelijks	Veeg het frame schoon met een pluisvrije doek.
Tank	Wekelijks	Gebruik alleen water en een schone doek om buitenzijde van de tank schoon te vegen. Gebruik GEEN chemisch reinigingsmiddel om de tank schoon te vegen.
Tank- en waterbehandeling	12 maanden tot 2 jaar	Volg de instructies zoals gespecificeerd in het hoofdstuk “Waterbehandelingsprocedure” van deze handleiding.
Elastisch koord	Controleer om de honderd uur of de spanning juist is en of er tekenen van slijtage zijn.	Het elastische koord zou vele jaren moeten meegaan. Als het elastische koord moet worden vervangen , neem dan contact op met uw plaatselijke servicevertegenwoordiger of ga naar www.tunturi.com voor meer informatie.
Roeiriem	Controleer om de honderd uur of de spanning juist is en of er tekenen van slijtage zijn.	De roeiriem zou jarenlang probleemloos moeten kunnen worden gebruikt. Als een roeirlem moet worden vervangen, neem dan contact op met uw plaatselijke servicevertegenwoordiger of ga naar www.tunturi.com voor meer informatie.

Problemen oplossen

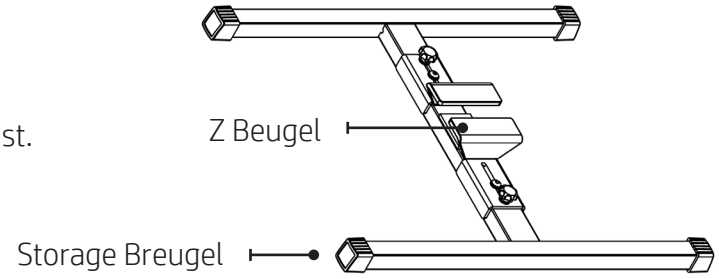
Storing	Mogelijke oorzaak	Oplossing
Water verandert van kleur of wordt troebel.	De roeimachine staat in direct zonlicht of heeft geen waterbehandeling gehad. Plaatselijk kraanwater is van slechte kwaliteit.	Wijzig de locatie van de roeimachine om directe blootstelling aan zonlicht te verminderen. Voeg waterbehandeling toe of vervang tankwater zoals beschreven in het hoofdstuk Waterbehandeling van deze handleiding. Overweeg het gebruik van gedistilleerd water om de tank bij te vullen.
Roeiriem slipt van riem/ elastische riem-katrol.	Elastisch koord niet genoeg onder spanning. Terugvering niet sterk genoeg	Haal het elastische koord aan volgens de instructies in het hoofdstuk “De riem van de roeimachine terugplaatsen” in deze handleiding bij “stap 5”.
Inconsistente waarden op de roeimachine Houd de monitor in de gaten voor een deeltijd van 500 meter en SPM (slagen per minuut).	Sensoropening Defecte sensor Sensor is uit positie bewogen Kabelboom	Gebruik het batterijdeksel van de monitor als een “spleetgereedschap” om de spleet tussen de sensorkop en de magnetische ring te controleren, of controleer of de sensorkop van zijn plaats is geraakt. Neem contact op met de dichtstbijzijnde klantenservice van FLUID voor meer informatie
De monitor licht niet op nadat de batterij is geplaatst.	De batterijen zijn verkeerd geplaatst of moeten worden vervangen.	Plaats de batterijen terug in de juiste positie en probeer het opnieuw. Als het LCD-scherm niet oplicht, probeer dan de batterijen in de monitor iets te verdraaien. Als dit niet lukt, neem dan contact op met uw plaatselijke servicecentrum.
Het monitorscherm licht op, maar registreert niet tijdens roeien.	Losse of defecte verbinding. Sensoropening te breed	Controleer of de monitorkabel goed is aangesloten. Als de aansluiting in orde is, neemt u contact op met uw plaatselijke servicecentrum. Controleer de sensoropening.
Het MONITORNIVEAU is niet gesynchroniseerd met het TANKNIVEAU.	Het MONITORNIVEAU moet opnieuw worden gekalibreerd.	Zie „kalibratieprocedure” pagina 47 van deze handleiding.

Installatie van optionele bevestiging

Een bevestigingskit voor rechtop opbergen kan afzonderlijk worden aangeschaft.

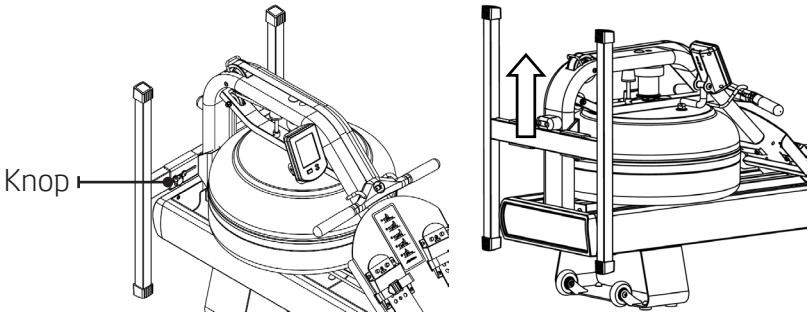
STAP 1

Breng de Z-beugel aan op de opslagbasis.
Opmerking: Draai de knop en de bout niet vast.



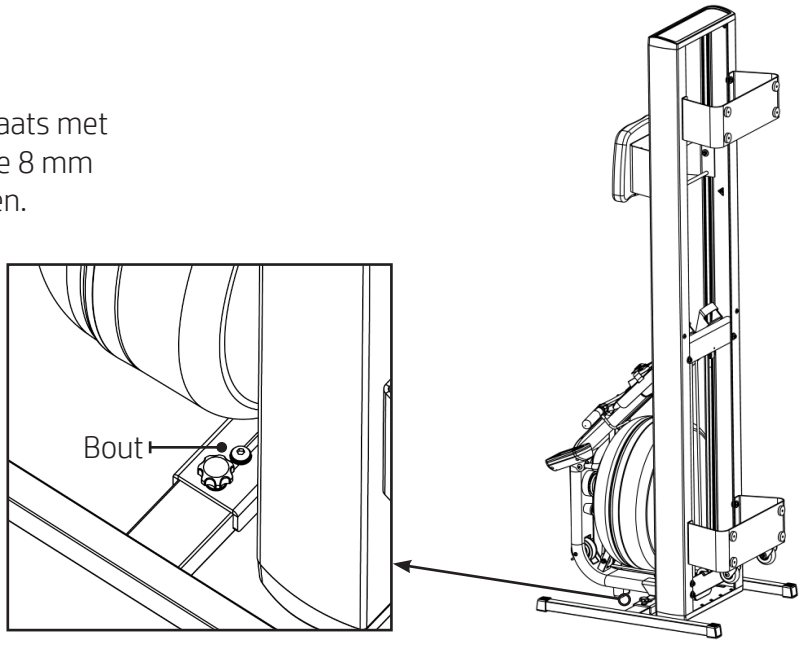
STAP 2

Breng de beugel aan op de roeimachine, zoals weergegeven.
Lijn de beugel uit op de rubberen voet.
Draai dan de knop van de Z-beugel vast om deze aan de roeimachine te bevestigen.



STAP 3

Zet de roeimachine verticaal op zijn plaats met het hoofdframe op de vloer. Gebruik de 8 mm inbussleutel om de bouten aan te halen.



Internationale garantie

THUISGEBRUIK

Tunturi New Fitness BV garandeert dat de **RW30 Rower**, gekocht bij een erkende agent en in de onbeschadigde originele verpakking, vrij is van materiaal- en fabricagefouten. Tunturi New Fitness BV of diens vertegenwoordiger zal naar eigen goeddunken onderdelen repareren of vervangen die defect raken binnen de garantieperiode, met inachtneming van de specifieke hieronder genoemde uitzonderingen en uitsluitingen.

Hoofdframe – 5 jaar beperkte garantie

Tunturi New Fitness BV zal het metalen hoofdframe van de Rower repareren of vervangen als het niet werkt als gevolg van een defect in materiaal of vakmanschap binnen 5 jaar na de oorspronkelijke aankoop. De garantie is niet van toepassing op de coating van het frame.

Tank en afdichtingen van polycarbonaat – 5 jaar beperkte garantie

Tunturi New Fitness BV zal de polycarbonaattank of -afdichtingen repareren of vervangen als deze defect raken als gevolg van materiaal- of fabricagefouten binnen 5 jaar na de oorspronkelijke aankoop.

Mechanische componenten (van niet-slijtvaste aard) – 2 jaar beperkte garantie

Tunturi New Fitness BV zal mechanische componenten repareren of vervangen als deze defect raken als gevolg van materiaal- of fabricagefouten binnen 2 jaar na de oorspronkelijke aankoop.

Specifieke inclusies

Frame van zitje
Roeistoelrails
As en schoepenmontage

Alle andere onderdelen (van een dragende aard) – 2 jaar beperkte garantie

Tunturi New Fitness BV zal om het even welke component repareren of vervangen indien het wegens om het even welk defect in materialen of vakmanschap faaltt binnen 2 jaar na de oorspronkelijke aankoop.

Specifieke inclusies

Elastisch terugslagkoord
Handgrepen en voetbanden
Polyester roeirlem
Reistoel en roeistoelrails
Alle katrollen, wielen en lagers
Alle rubberen onderdelen
Monitor en snelheidssensor (exclusief vervangbare batterijen)
Voetplaten (draaien en schuiven)

Algemene uitsluitingen

Schade aan de afwerking van enig onderdeel van de machine

Schade als gevolg van verwaarlozing, misbruik, onjuiste montage of gebruik van de machine

Eventuele kosten voor vracht of inklaring in verband met de retourzending of verzending van onderdelen

Schade aan of verlies van goederen tijdens transport van welke aard dan ook

Eventuele arbeidskosten die verband houden met een garantieclaim

Algemene voorwaarden

- Het serienummer van de machine moet correct worden geregistreerd bij Tunturi New Fitness BV of een van de door haar aangewezen distributeurs.
- Tunturi New Fitness BV behoudt zich het recht voor om elk onderdeel te onderzoeken waar vervanging onder garantie wordt geclaimd.
- De garantieperiode geldt alleen voor de oorspronkelijke koper vanaf de datum van aankoop en is niet overdraagbaar
- Het product moet in de originele verpakking naar de plaats van aankoop worden geretourneerd, met transport-, verzekerings- en aanverwante kosten die u betaalt en risico van verlies of schade dat u op zich neemt.
- Tunturi New Fitness BV biedt geen andere garanties dan hier vermeld en wijst uitdrukkelijk alle garanties af die niet in deze garantie zijn vermeld. Noch Tunturi New Fitness BV noch haar medewerkers zijn verantwoordelijk voor incidentele of gevolgschade.
- De garantie van de fabrikant gaat automatisch in bij de verkoop van het product aan de eindgebruiker of bij het verstrijken van één (1) jaar vanaf de productiemaand, afhankelijk van wat zich het eerst voordoet.

Introduction

Félicitations pour votre achat du rameur.

FLUID est fier de présenter le rameur en tant que produit à usage domestique doté d'une résistance aux fluides réglable brevetée.

Notre combinaison unique d'acier de précision et de cadres en bois massif n'incorpore que du frêne américain de la plus haute qualité qui est collecté à l'aide des dernières technologies en matière de récolte durable dans des plantations renouvelables.

Notez que de légères variations de couleur sont normales et font partie de l'art de mère nature. Les motifs de grain de bois et les teintes subtiles de chaque rameur rendent chaque unité très individuelle et conçue pour compléter n'importe quel environnement.

Suivez attentivement toutes les instructions pour le montage correct, le remplissage du réservoir, le traitement de l'eau, l'entretien et la sécurité.

L'accès à notre réseau mondial de distributeurs et d'entretien est disponible à l'adresse www.tunturi.com

Vérifiez le contenu des boîtes 1 et 2 pour vous assurer que toutes les pièces sont présentes et correctes avant l'assemblage.

Entraînement avec le rameur

1. Comme pour tout équipement de mise en condition physique, consultez un médecin avant de commencer votre programme d'exercices sur le rameur.
2. Suivez les instructions fournies dans ce manuel pour la position correcte du pied et les techniques de base de l'aviron.
3. Pour des techniques d'aviron plus détaillées, veuillez consulter notre site Web international sur www.tunturi.com

Sécurité

Consignes de sécurité

- Avant d'utiliser ce produit, il est essentiel de lire ce manuel d'utilisation COMPLET et TOUTES les instructions. Le rameur est destiné à être utilisé uniquement de la manière décrite dans ce manuel.
- IL EST IMPORTANT DE COMPRENDRE CHAQUE AVERTISSEMENT AU MAXIMUM
- Comme pour tout équipement de mise en condition physique, consultez un médecin avant de commencer votre programme d'exercices sur le rameur.
- Veuillez noter que tout régime de mise en condition physique, avant d'être entrepris, doit être préférablement précédé d'un examen physique par un médecin certifié.
- Des problèmes de santé peuvent résulter d'un entraînement incorrect ou excessif.
- Arrêtez immédiatement la machine si des signes d'usure excessive sont présents sur les courroies, poulies et cordons élastiques. N'utilisez pas l'appareil tant que lesdites pièces n'ont pas été réparées ou remplacées.
- Ne laissez pas les enfants accéder sans surveillance à la machine.
- Avancez le siège avant de soulever le rameur en position verticale.
- Le rameur peut être rangé verticalement. Pour ce faire, veuillez suivre les instructions données dans le manuel.
- Veuillez tenir les mains à l'écart des pièces mobiles, comme indiqué par l'étiquette d'avertissement sur le châssis principal de votre machine.
- Si l'un des dispositifs de réglage est laissé en saillie, il pourrait interférer avec le mouvement de l'utilisateur.
- Ne pas stocker dans des conditions de gel avec de l'eau dans le réservoir car elle peut se dilater et fissurer les composants.
- La console est conçue pour fournir des données d'entraînement précises en temps réel. Cependant, pour votre santé et votre sécurité, il est recommandé de ne pas vous fier uniquement à ces mesures. Si vous ressentez un malaise, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez un professionnel de la santé.
- Placez toujours un tapis antidérapant sous l'équipement pour réduire le risque de glissade.
- Inspectez le réservoir avant chaque utilisation pour détecter tout signe de fuite. En cas de fuite, cessez immédiatement d'utiliser l'équipement.
- Inspectez régulièrement l'équipement et remplacez les piles si nécessaire pour garantir un fonctionnement sécurisé.

Utilisation correcte

- Ne pas utiliser d'équipement d'une manière autre que celle conçue ou prévue par le fabricant. Il est impératif que l'équipement FLUID soit utilisé correctement pour éviter les blessures.
- Des blessures peuvent survenir si l'exercice est inapproprié ou excessif. Il est recommandé à toute personne de consulter un médecin avant de commencer un programme d'exercices. Si, à tout moment pendant l'exercice, vous sentez faible, étourdi ou ressentez de la douleur, ARRÊTEZ DE FAIRE DE L'EXERCICE et consultez votre médecin.
- Gardez les parties du corps (mains, pieds, cheveux, etc.), les vêtements et les bijoux loin des pièces mobiles pour éviter les blessures.
- Suivez les instructions fournies dans ce manuel pour la position correcte du pied et les techniques de base de l'aviron.
- Pour des techniques d'aviron plus détaillées, veuillez consulter notre site Web international www.fluid-eu.com

Inspection

- NE PAS utiliser ou permettre l'utilisation de tout équipement endommagé et/ou dont les pièces sont usées ou cassées. Pour tous les équipements FLUID, utilisez uniquement des pièces de rechange fournies par FLUID.
- Les câbles et les courroies présentent une responsabilité extrême s'ils sont utilisés lorsqu'ils sont effilochés. Remplacez toujours tout câble ou courroie au premier signe d'usure (consulter FLUID en cas de doute).

Sécurité

- ENTRETIEN DE L'ÉQUIPEMENT - L'entretien préventif est la clé du bon fonctionnement de l'équipement ainsi que du maintien de votre responsabilité au minimum. L'équipement doit être inspecté à intervalles réguliers.
- S'assurer que toute personne effectuant des ajustements ou des travaux d'entretien ou de réparation de quelque nature que ce soit est qualifiée pour le faire.
- N'ESSAYEZ PAS D'UTILISER OU DE RÉPARER UN ACCESSOIRE APPROUVÉ POUR UNE UTILISATION AVEC L'ÉQUIPEMENT FLUID QUI SEMBLE ENDOMMAGÉ OU USÉ.
- Vérifiez régulièrement toutes les courroies, poulies et cordons élastiques pour détecter tout signe d'usure et remplacez-les si nécessaire.
- Vérifiez régulièrement et suivez toutes les instructions d'entretien spécifiées dans ce manuel.
- Remplacez immédiatement toute pièce défectueuse et ne faites pas fonctionner l'appareil tant que toutes les réparations ne sont pas terminées

Avertissements de fonctionnement

- Éloignez les enfants de l'équipement. Les parents ou les autres personnes qui surveillent les enfants doivent assurer une surveillance étroite des enfants si l'équipement est utilisé en leur présence.
- Ne permettez pas aux utilisateurs de porter des vêtements amples ou des bijoux lorsqu'ils utilisent l'appareil. Il est également recommandé aux utilisateurs d'attacher les cheveux longs vers l'arrière et vers le haut pour éviter tout contact avec des pièces mobiles.
- Tous les passants doivent rester à l'écart de tous les utilisateurs, pièces mobiles et accessoires et composants attachés pendant le fonctionnement de la machine.
- **AVERTISSEMENT** N'insérez pas vos doigts dans le réservoir!
- **ATTENTION** Après l'exercice d'aviron, laissez l'appareil reposer pendant 5 minutes avant de le ranger
- **ATTENTION** Ne pas remplir au-delà de la marque d'étalonnage indiquée sur l'autocollant de niveau du réservoir, car un déversement d'eau peut se produire.
- **AVERTISSEMENT** N'utilisez jamais ce rameur sans les pieds correctement fixés dans les sangles de pied, ou sans la partie coulissante du repose-pied coulissant verrouillée en position!

⚠ ATTENTION

- Gardez les mains et les doigts loin des pièces mobiles, comme indiqué dans ce manuel.
- Le rameur peut être rangé verticalement. Assurez-vous qu'un endroit sûr est choisi, comme le coin d'une pièce ou contre un mur sur une surface uniforme et sécurisée
- Il est recommandé de ne pas exposer la machine à la lumière directe du soleil. Cela peut provoquer un vieillissement accéléré de la matière plastique, réduire la durée de vie de la coque du réservoir et même entraîner des déformations et des ruptures.

⚠ REMARQUE

Si la zone de stockage n'est pas de niveau, un accessoire supplémentaire est nécessaire (vendu séparément) pour maintenir le rameur stable dans une position de rangement verticale.

Assemblage

Spécifications

Classe de produit: HC

Système de freinage: Indépendant de la vitesse

Poids net du produit: 56.83kg(125.29lb)

Poids brut du produit: 65.46kg(144.31lb)

Surface d'utilisation minimale de sécurité: 333(131,09") cm x 172(67,71")cm

Dimensions: 2130mm(83,86") Longueur x 540 mm(21,26") Largeur x 750mm (29.53") Hauteur

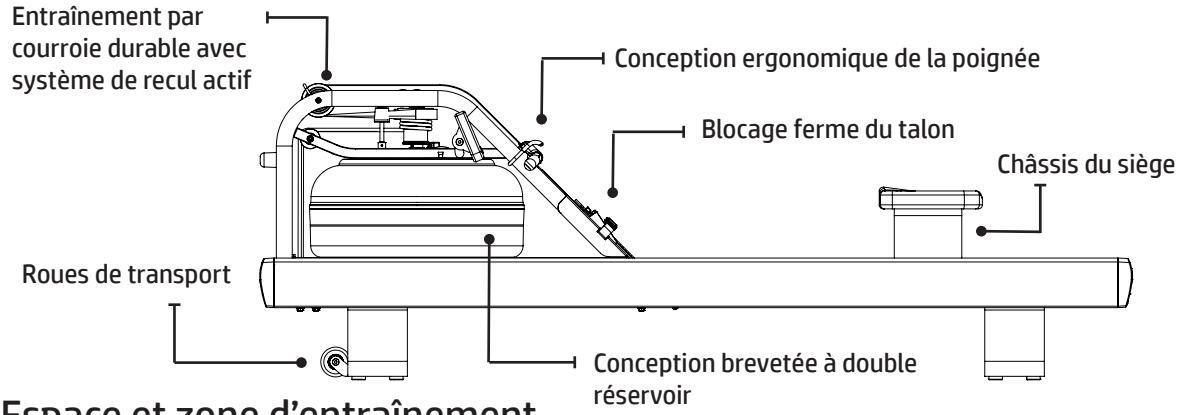
Poids maximal de l'utilisateur: 150 kg(330lb)

Encombrement compact: 2130 x 540 mm ou vertical 750 x 540 mm

Installation

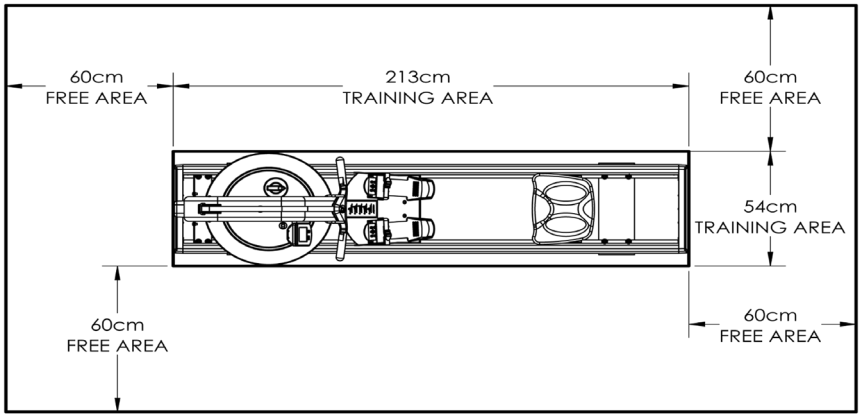
- Placer sur une surface plane et stable en position horizontale pendant l'utilisation pour une stabilité maximale.
- Vérifiez régulièrement toutes les courroies, poulies et cordons élastiques pour détecter tout signe d'usure et remplacez-les si nécessaire.
- Vérifiez régulièrement et suivez toutes les instructions d'entretien spécifiées dans ce manuel.
- Remplacez immédiatement toute pièce défectueuse et ne faites pas fonctionner l'appareil tant que toutes les réparations ne sont pas terminées.

Points forts du produit



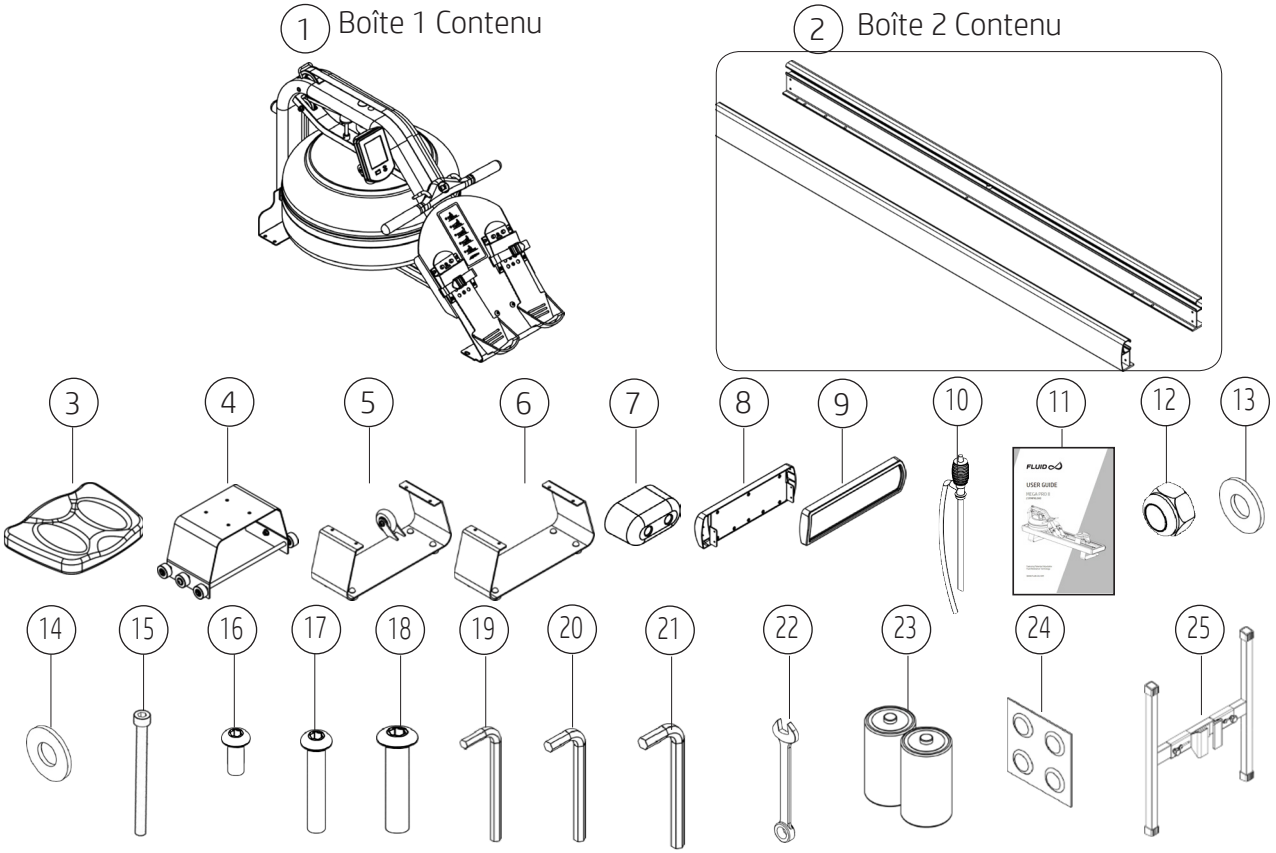
Espace et zone d'entraînement

L'espace doit être au moins 60 cm supérieur à la zone d'entraînement dans les directions d'accès à l'équipement. L'espace doit également inclure la zone de démontage d'urgence.



Remarque: Le rameur ne convient pas à des fins thérapeutiques.

Contenu des boîtes 1 & 2 du rameur



Article	Qté.	Description	Article	Qté.	Description
1	1	Châssis principal	7	1	Pied en caoutchouc
2	2	Rail latéral gauche/droit	8	1	Capuchon d'extrémité avant
3	1	Siège du rameur	9	1	Capuchon d'extrémité arrière (avec des patins en caoutchouc)
4	1	Châssis du siège du rameur	10	1	Siphon
5	1	Ensemble pied avant	11	1	Guide de l'utilisateur
6	1	Ensemble pied arrière			
Kit matériel					
12	14	Écrou Nylock M8	19	1	Clé Allen 3mm
13	12	Rondelle M6	20	1	Clé Allen 4mm
14	28	Rondelle M8	21	1	Clé Allen 6mm
15	2	Boulon M5x30mm	22	1	Clé de 13mm
16	8	Boulon M6x10mm	23	2	Pile à cellules D
17	4	Boulon M6x20mm	24	4	Comprimé de traitement de l'eau
18	14	Boulon M8x20mm			
Équipement optionnel (non inclus)					
25	1	Socle optionnel (non inclus) inclusOndersteuningsbeugel	26	1	Support pour smartphone
27	1	Poignée tactile pour la fréquence cardiaque			

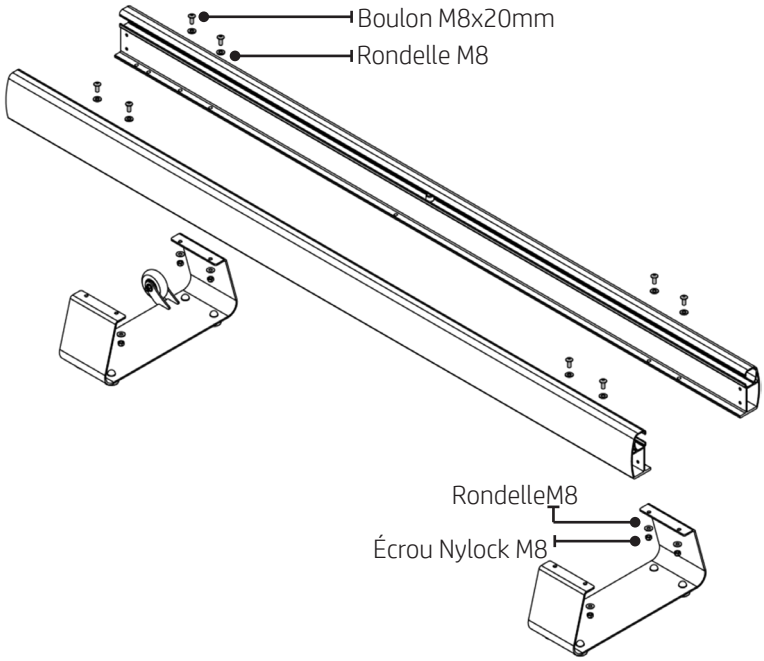
Instructions de montage

ÉTAPE 1 Installation des pieds sur les rails latéraux

OBLIGATOIRE

Rail latéral gauche/droit [2]
Ensemble pied avant [5]
Ensemble pied arrière [6]
8x Écrou Nylock M8 [12]
16x Rondelle M8 [14]
8x Boulon M8x20mm [18]

Installez l'ensemble pied avant [5] (pied avant avec la roue de transport fixée) et l'ensemble pied arrière [6] sur le rail latéral [2] comme illustré. Vous aurez besoin de 8 boulons M8x20 mm [18], 16 rondelles M8 [14] et 8 écrous Nyloc M8 [12].



ÉTAPE 2 Montage du châssis principal sur les rails latéraux

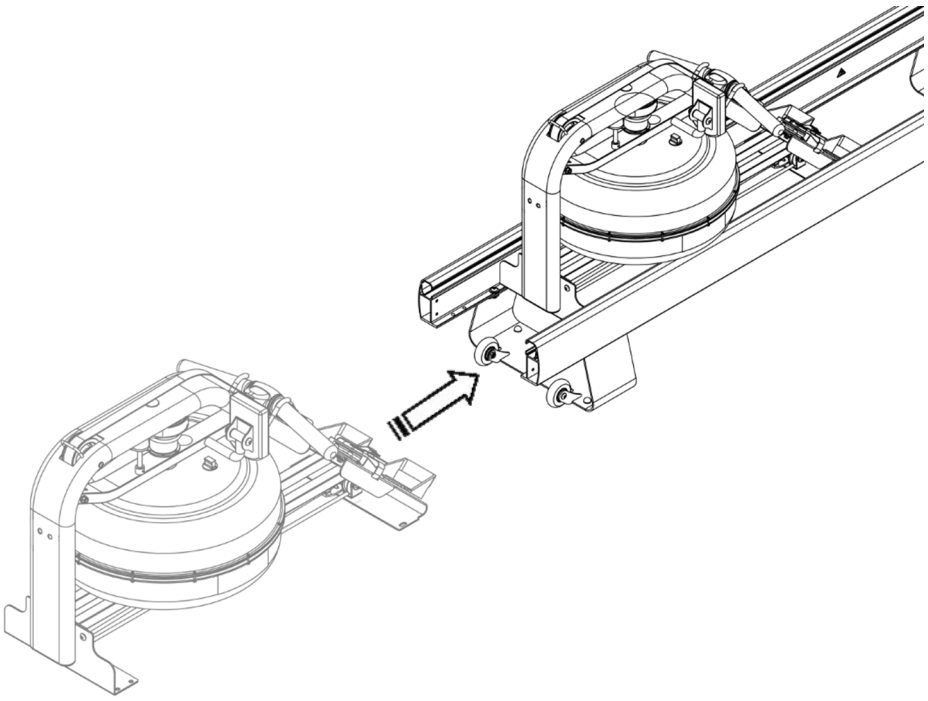
OBLIGATOIRE

Châssis principal [1]
Rail latéral gauche/droit [2]

Montage du châssis principal [1] sur les rails latéraux [2] comme illustré.
Remarque : Ne fixez pas le châssis principal avant l'Étape 4 ci-dessous.

Remarque

Nécessite deux personnes.

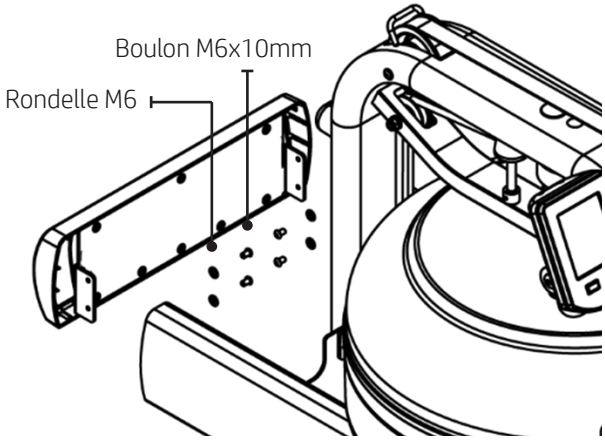


Instructions de montage

ÉTAPE 3 Installation du capuchon d'extrémité avant

OBLIGATOIRE
Rail latéral gauche/droit [2]
Capuchon d'extrémité avant [8]
4x Rondelle M6 [13]
4x Boulon M6x10mm [16]

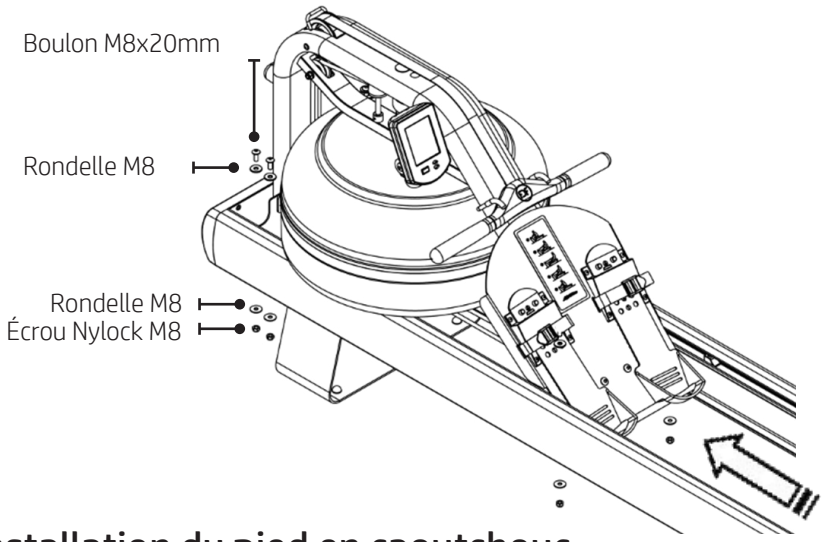
Installez le capuchon d'extrémité avant [8] sur les rails latéraux [2] en utilisant 4 boulons M6 x10 [16] et 4 rondelles M6 [13].



ÉTAPE 4 Positionnement du châssis principal

OBLIGATOIRE
8x Écrou Nylock M8 [12]
16x Rondelle M8 [14]
8x Boulon M8x20mm [18]

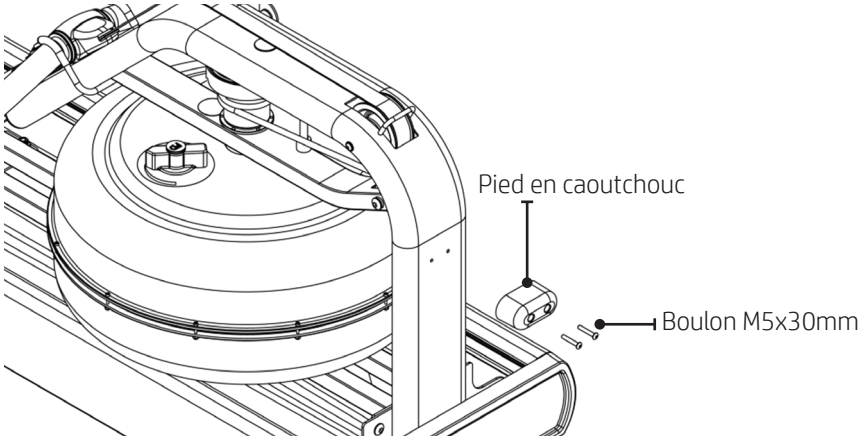
Déplacez le châssis principal vers l'avant en position, puis fixez-le en utilisant 8 boulons M8x20mm [18], 16 rondelles M8 [14] et 8 écrous Nyloc M8 [12].



ÉTAPE 5 Installation du pied en caoutchouc

OBLIGATOIRE
Pied en caoutchouc [7]
2x Boulon M5x30mm [15]

Installez le pied en caoutchouc [7] sur le châssis principal en utilisant 2 boulons M5 x30 [15].



Instructions de montage

ÉTAPE 6 Installation du siège du rameur

OBLIGATOIRE

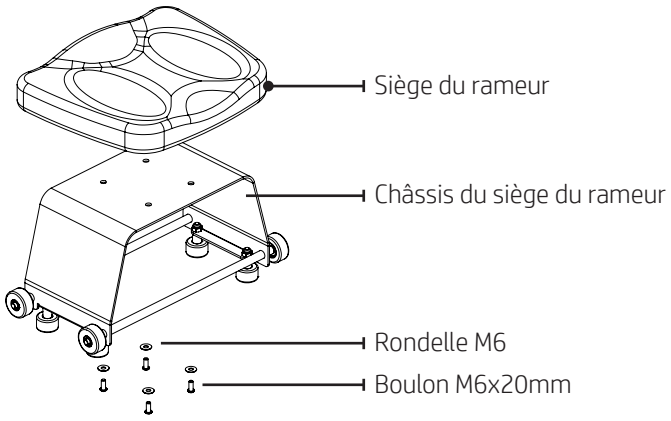
Siège du rameur [3]

Châssis du siège du rameur[4]

4x Rondelle M6 [13]

4x Boulon M6x20mm [17]

Installez le siège du rameur [3] sur le châssis du siège du rameur [4] en utilisant 4 boulons M6x20mm [17] et 4 rondelles M6 [13].



ÉTAPE 7 Installation du siège du rameur dans les rails latéraux

OBLIGATOIRE

Siège du rameur [3]

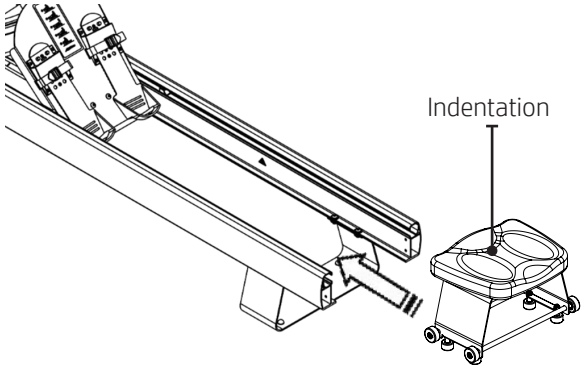
Châssis du siège du rameur[4]

⚠Attention

Ne placez pas les doigts entre le rail latéral et le chariot à roulettes.

Faites coulisser le siège du rameur monté dans les rails latéraux comme illustré. L'indentation du siège doit être tournée vers l'arrière du rameur.

REMARQUE : Nettoyez les roulettes et les rails chaque semaine avec un chiffon doux et sec afin de réduire la vitesse d'usure des roulettes et des rails.



ÉTAPE 8 Installation du capuchon d'extrémité arrière (avec des patins en caoutchouc)

OBLIGATOIRE

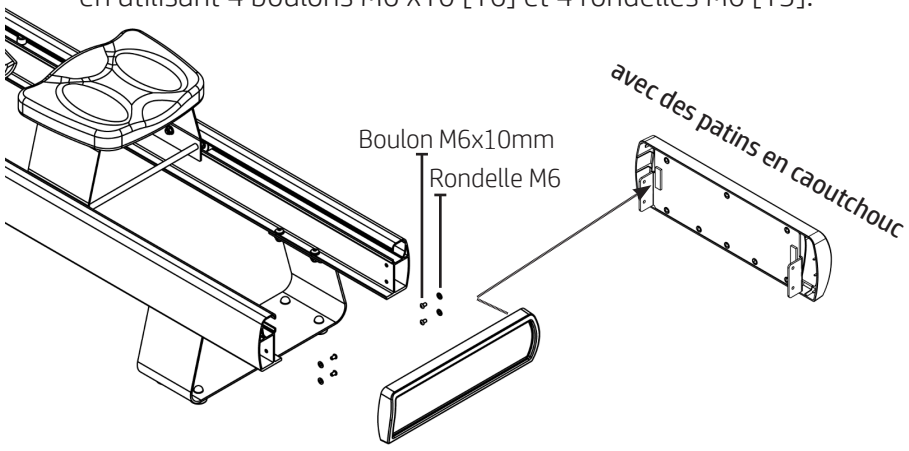
Rail latéral gauche/droit [2]

Capuchon d'extrémité arrière (avec des patins en caoutchouc) [9]

4x Rondelle M6 [13]

4xBoulon M6x10mm[16]

Installez le capuchon d'extrémité arrière [9] sur les rails latéraux [2] en utilisant 4 boulons M6 x10 [16] et 4 rondelles M6 [13].



Instructions d'utilisation

Réservoir à résistance réglable (AR)

Le réservoir à résistance réglable (AR), développé et breveté par FLUID. offre une véritable expérience à plusieurs niveaux. L'eau est déplacée entre les chambres de « stockage » et « active » du réservoir AR. Votre nouvel ergomètre du rameur peut s'adapter - en tournant un cadran - à la résistance préférée de chaque utilisateur.

Démarrage

Pour obtenir une résistance minimale, sélectionnez « 1 » sur le réglage du réservoir. Il faut 10 coups pour remplir le réservoir central (stockage), en laissant une quantité minimale d'eau dans le réservoir extérieur (actif). Ce processus est toujours nécessaire si une résistance minimale est souhaitée. Ramez fort à un rythme régulier (20 à 25 coups par minute [CPM]) et faites un effort pendant le coup, en veillant à maintenir une bonne forme. Vous pouvez ajuster le niveau de résistance pendant que vous ramez. Votre réservoir AR s'adapte presque instantanément aux augmentations de résistance, mais prend jusqu'à 10 coups pour réduire l'effort requis, à mesure que le réservoir central (stockage) se remplit.

Développer votre routine

Une fois que vous avez trouvé un niveau qui vous donne l'exercice requis, des changements peuvent être apportés aux CPM et à l'intensité de la course pour varier davantage votre apport énergétique. L'entraînement par intervalles est utilisé par la plupart des rameurs, où une période de faible intensité est combinée à de courts intervalles de haute intensité. Votre ergomètre d'aviron FLUID permet des changements « à la volée », pour obtenir des profils de résistance à plusieurs niveaux au cours d'un seul entraînement. Pour plus d'informations sur les routines d'exercice, veuillez visiter notre site Web sur www.tunturi.com

Procédures de remplissage et de traitement de l'eau des réservoirs

OBLIGATOIRE
Siphon [7]

⚠ ATTENTION

Le dispositif de réglage de la résistance doit être réglé sur NIVEAU 10 pour permettre une capacité de remplissage précise.

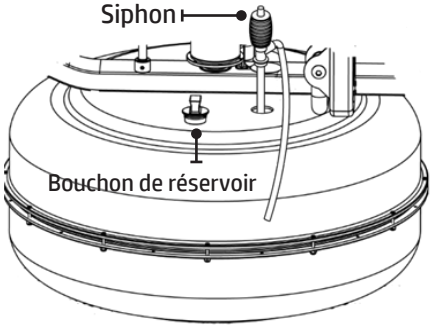
⚠ AVERTISSEMENT

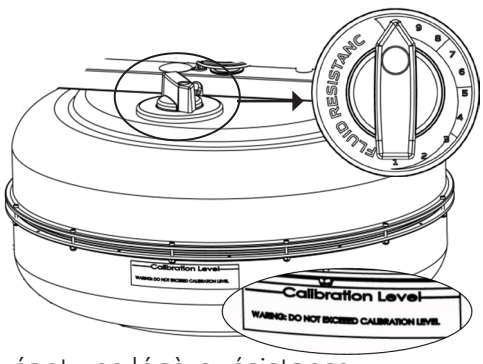
Ne pas trop remplir le réservoir au-delà du niveau maximum indiqué de 20 litres. Reportez-vous à l'autocollant du niveau du réservoir sur la face inférieure du réservoir.

⚠ REMARQUE

Dans les zones où la qualité de l'eau du robinet est connue pour être médiocre, FLUID recommande l'utilisation d'eau distillée.

A) Retirez le bouchon du haut du réservoir.
B) Placez un grand seau d'eau à côté du rameur. Positionnez le siphon [7] avec un tuyau rigide dans le seau et un tuyau flexible dans le réservoir.
Remarque: Assurez-vous que la petite vanne du reniflard sur le siphon est fermée avant le remplissage.
C) Presser le siphon pour commencer le remplissage. Important: Ne pas trop remplir le réservoir
D) Lorsqu'il est plein, ouvrez la vanne sur le dessus du siphon pour permettre à l'excès d'eau de s'échapper.
E) Une fois le remplissage terminé, suivez le calendrier de traitement de l'eau ci-dessous, puis remettez en place le bouchon du réservoir.

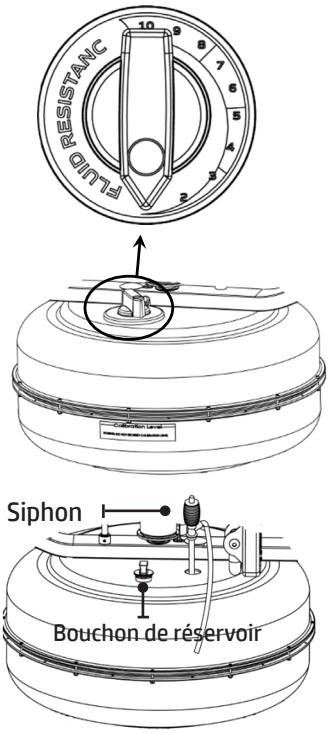




NIVEAU 1: Ce réglage maintient une partie de l'eau en réserve, créant une légère résistance.
NIVEAU 10: Ce réglage permet à la quantité maximale d'eau d'atteindre le volant d'inertie pour une résistance plus forte.

Instructions d'utilisation

Retrait/changement de l'eau du réservoir



A) Réglez le bouton de réglage sur "1"
B) Ramez au moins dix coups pour remplir le réservoir de stockage aussi complètement que possible.
C) Retirez le bouchon du réservoir.
D) Insérez l'extrémité rigide du siphon dans le réservoir et le tuyau flexible dans un grand seau.
E) Vidangez le réservoir (il va rester environ 40 % de l'eau), puis remplissez-le en suivant les instructions pour le remplissage du réservoir, comme décrit dans la section relative au remplissage du réservoir de ce manuel.

Remarque:

- La vanne sur le dessus du siphon doit être fermée pour permettre un drainage adéquat.
- Le traitement de l'eau évite d'avoir à changer l'eau du réservoir si le calendrier de traitement est maintenu.
- Un comprimé de traitement de l'eau supplémentaire n'est nécessaire que lorsqu'une décoloration apparaît dans l'eau.
- L'exposition au plein soleil réduit la durée de vie des comprimés de traitement de l'eau. Ranger le rameur à l'abri de la lumière directe du soleil prolonge le temps entre les traitements de l'eau.
- Il va rester environ 40 % de l'eau du réservoir. Il n'est pas possible de vider complètement le réservoir AR sans démontage.

REMARQUE: Pour un remplissage et/ou une vidange simple, rapide et efficace du réservoir, nous disposons en option d'une pompe à piles (rechargeable par USB). Nous le recommandons à toute installation commerciale, avec plusieurs appareils, qui a besoin de vider et de remplir les réservoirs de temps en temps. Pour acheter, contactez votre distributeur FLUID le plus proche ou rendez-vous sur notre site Web sur www.tunturi.com pour plus de détails.

⚠ **ATTENTION** Il est fortement recommandé d'utiliser un chiffon de protection sous le réservoir chaque fois que le bouchon du réservoir est ouvert pour le traitement de l'eau.

Traitement Initial De L'eau

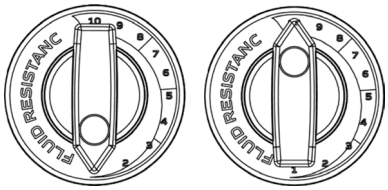
Pour les comprimés de remplacement, N'UTILISEZ EN AUCUN CAS UN COMPRIMÉ DE TRAITEMENT DE L'EAU AUTRE QUE CEUX FOURNIS AVEC VOTRE APPAREIL. contactez votre distributeur local FJLUID. Les calendriers de traitement de l'eau pour le RAMEUR varient en fonction de l'exposition des réservoirs à la lumière du soleil, mais prévoyez 8 à 12 mois près d'une fenêtre lumineuse et ensoleillée et 2 ans ou plus pour un endroit plus sombre. Si vous trouvez l'eau légèrement trouble, ajoutez un comprimé de traitement de l'eau.

Mode de réglage de la résistance

Sélectionnez votre résistance aux fluides préférée.

REMARQUE : le niveau du moniteur indiquera automatiquement la résistance du fluide sélectionnée sur le réservoir.

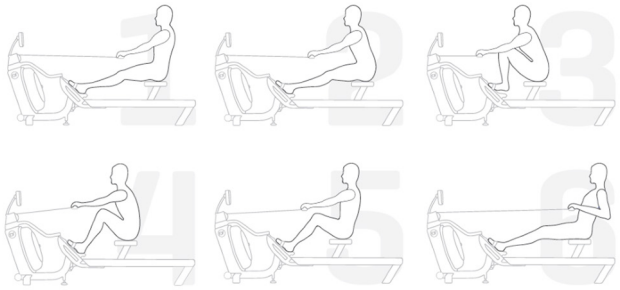
Lors du réglage du niveau de résistance, laissez deux coups pour ressentir une augmentation et dix coups ressentir une diminution.



Instructions d'utilisation

Commencez à ramer

Il y a six phases pour effectuer un coup d'aviron



1. Asseyez-vous avec les jambes et le dos droits, en vous penchant légèrement en avant au niveau des hanches, les bras tendus et les mains au niveau des côtes inférieures. Reculez.
2. Jambes et dos droits, légèrement penché en avant des hanches, bras en avant. Penchez-vous et glissez vers l'avant.
   Remarque: Les mains doivent maintenant être autour de vos genoux, en gardant les jambes droites.
3. Les jambes s'avancent, pour que les tibias soient verticaux. Le dos est toujours droit et la posture légèrement penchée vers l'avant avec les bras toujours à l'avant. Maintenant forcez, c'est l'OBJECTIF.
4. Les genoux partiellement redressés de sorte que le siège soit maintenant à mi-parcours, le dos et les bras toujours droits. Maintenez la course.
5. Les genoux sont presque droits, le dos est toujours droit mais maintenant penché légèrement en arrière des hanches. Bras droits. Maintenant, resserrez-vous.
6. Jambes maintenant complètement étendues. Le dos droit et légèrement penché en arrière, tirez maintenant avec les bras de manière à ce qu'ils soient près de la poitrine, les avant-bras horizontaux et les coudes proches de la cage thoracique. C'est la FIN.
   Pour plus d'informations sur la technique d'aviron correcte et des conseils d'entraînement, visitez notre site Web www.tunturi.com/indoor-rowing-technique

⚠ **ATTENTION**: Consultez toujours un médecin avant de commencer un programme d'exercices. Arrêtez immédiatement si vous sentez faible ou étourdi.

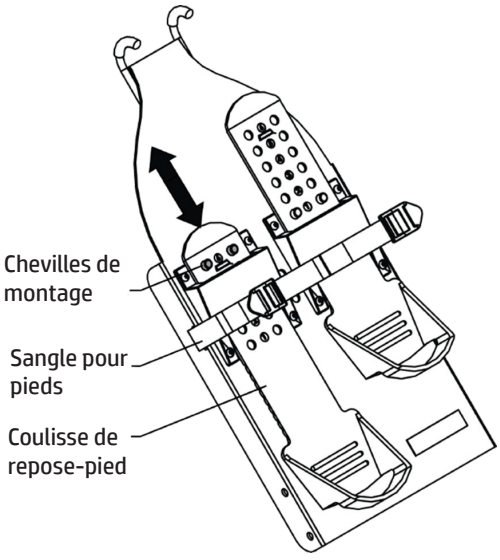
⚠ **ATTENTION**: Ne ramez pas d'un côté.

Ajustez les repose-pieds

La coulisse de repose-pied s'adapte à la plupart des tailles de pieds et est conçue pour maintenir vos pieds en place pendant que vous ramez. Les pieds doivent être positionnés de manière à ce que la sangle de pied couvre la section du pied naturellement courbée. (p. ex. la planche du pied)

POUR AJUSTER:
Soulevez le haut du repose-pied par rapport aux chevilles de montage et coulissez verticalement entre 1 et 6 pour vous adapter à la longueur de votre pied. Fixez en accrochant le repose-pied aux chevilles de montage et en appuyant fermement vers le bas pour le verrouiller en position. Placez les pieds sur les repose-pied et serrez les sangles pour vous assurer que vos pieds sont fermement en appui contre les emplacements des talons.

Remarque: L'emplacement du talon doit se plier pour permettre à votre pied de pivoter naturellement lorsque vous ramez.



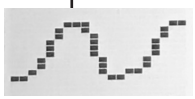
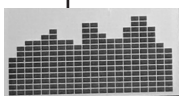
⚠ **AVERTISSEMENT:** N'utilisez jamais ce rameur sans les pieds correctement fixés dans les sangles de pied, ou sans la partie coulissante du repose-pied coulissant verrouillée en position!

Moniteur à réglage automatique par Bluetooth

Démarrage automatique: Commencez l'exercice pour l'activer.
Réinitialisez toutes les valeurs: Appuyez sur le bouton RESET et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes.
Mise hors tension aut**omatique:** Plus de 5 minutes. Toutes les valeurs reviennent à zéro après le redémarrage.



TEMPS 500 M: Temps pour ramer 500 mètres.
WATT: Unité de puissance mise à jour pour chaque coup d'aviron.
DISTANCE: Actualisé chaque seconde.
GRAPHIQUE DE PUISSANCE: Appuyez sur RESET pour modifier l'affichage de la courbe de puissance au graphique de puissance cumulative.

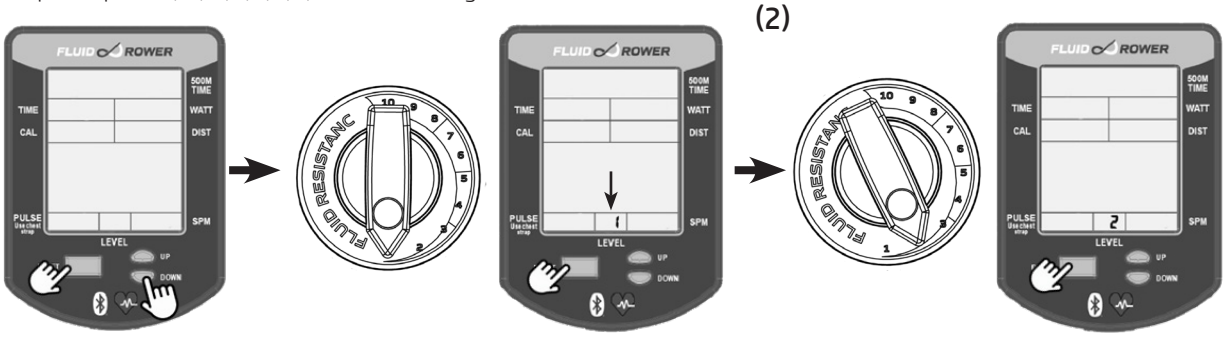
CPM: Coups par minute mis à jour à chaque coup.
NIVEAU: Réglage automatique du niveau avec la molette de réglage sur le réservoir.
POULS: Compatible avec la sangle de poitrine Polar H7, H10 et la poignée tactile de fréquence cardiaque FLUID (Option).
CAL: Calories brûlées par heure avec les Watts actuels. Montre le nombre total de calories brûlées lorsque l'exercice est arrêté.
TEMPS: Temps écoulé de démarrage automatique.

WATT: Mesure la puissance maximale en watts, en calculant la force et l'accélération pour mesurer la puissance d'un utilisateur avec précision.
DONNÉES D'ENTRAÎNEMENT: Les données recueillies de chaque exercice sont affichées dans une courbe de puissance et un graphique de puissance cumulative, permettant des comparaisons en temps réel pour un entraînement progressif efficace.
RÉGLAGE AUTOMATIQUE DU NIVEAU: Le potentiomètre intégré ajuste automatiquement le niveau de résistance du moniteur selon la position de la molette de réglage sur le réservoir.
CONNECTIVITÉ BLUETOOTH: Chaque rameur est doté de la technologie de moniteur la plus moderne, permettant la connectivité Bluetooth avec n'importe quel appareil intelligent compatible. Conçu pour une intégration avec les applications d'aviron et de fitness, le moniteur aidera à la progression efficace de l'entraînement, en capturant et en comparant les données pour les compétiteurs. Comprend l'application FLUID Rowing disponible sur le site Web de FLUID. Elle est compatible avec une application tierce et une mise à jour logicielle par Bluetooth.
REMARQUE: La sangle de poitrine de fréquence cardiaque et la poignée tactile de fréquence cardiaque sont vendues séparément.
AVERTISSEMENT CONCERNANT LES PILES : pour éviter que les piles ne fuient, retirez-les du moniteur si vous prévoyez de ne pas utiliser l'équipement pendant plus de 30 jours.
AVERTISSEMENT: Les systèmes de surveillance de la fréquence cardiaque peuvent être inexacts, un exercice excessif peut entraîner des blessures graves ou la mort. Si vous sentez faible, arrêtez immédiatement de faire de l'exercice et consultez un professionnel de la santé.

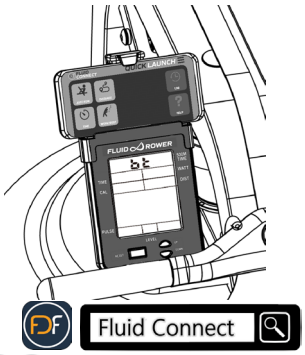
Procédure d'étalonnage

1) Appuyez et maintenez enfoncé RESET et DOWN pendant 5 secondes. L'écran affiche " niveau 1"
   Tournez la poignée sur niveau 1. Appuyez sur le bouton de réinitialisation.
   L'écran affiche maintenant niveau 2. L'étalonnage du niveau 1 est terminé.
2) Tournez la poignée sur niveau 2. Appuyez sur le bouton de réinitialisation. L'écran affiche maintenant niveau 3.
   L'étalonnage du niveau 2 est terminé.
3) Répétez pour 3, 4, 5,6,7,8,9,10. L'étalonnage est terminé.

(1)



Connectivité moniteur et APP



1. Téléchargez l'application « Fluid Connect » depuis l'[App Store] ou [Google Play].
2. Pendant que la Console est en marche, le Bluetooth commence à scanner pour se connecter au téléphone et/ou à la tablette.
3. Activez l'application FLUID CONNECT dans votre téléphone.
4. Appuyez sur un icône d'exercice, et l'application commence à rechercher la console disponible à proximité.
5. Choisissez la console à laquelle vous souhaitez vous connecter.
6. Une fois que la console est connectée à l'application, l'affichage de la console montre seulement « BT » sur l'écran.

Appairage de la fréquence cardiaque par Bluetooth

Fréquence cardiaque



REMARQUE: La sangle de poitrine de fréquence cardiaque et la poignée tactile de fréquence cardiaque sont vendues séparément.

Le moniteur effectue automatiquement l'appairage avec le dispositif de fréquence cardiaque Bluetooth le plus proche.

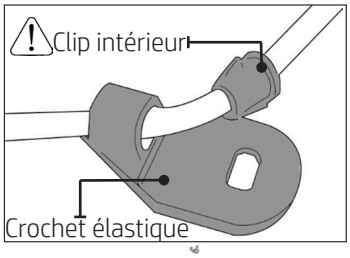
Quand l'appairage est terminé, le moniteur revient à l'écran initial et commence à afficher la fréquence cardiaque.

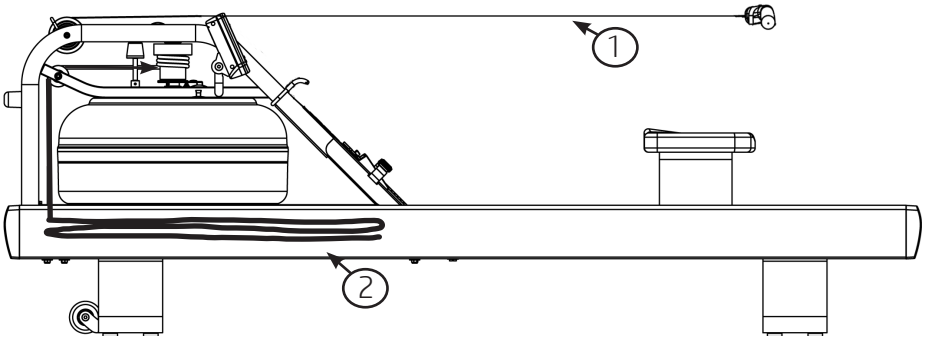
Déclaration du fabrikant

Tunturi New Fitness BV déclare que le produit est conforme aux normes et directives suivantes :
Directive RoHS (2011/65/EU)
Règlement général sur la sécurité des produits (RGSP) – (UE) 2023/988
Règlement sur les batteries (UE) 2023/1542
Par la présente, Tunturi New Fitness BV déclare que le type d'équipement radio : Mega Pro XL est conforme à la Directive 2014/53/UE.
La déclaration de conformité comprenant toutes les normes et directives peut être téléchargée sur notre site web :
https://doc.tunturi.com
Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
Pays-Bas

Détachement de la courroie du rameur

1. Pour détacher la courroie, il suffit de tirer au-delà de la portée de la course normale de l'aviron jusqu'à ce que la courroie se détache de la poulie élastique de la courroie.
   Conseil: Vous entendrez le Velcro se séparer juste avant ledétachement de la courroie.
2. Décrochez le cordon amortisseur élastique du renfort arrière. Ensuite, poussez le clip intérieur du crochet élastique. Tirez l'élastique à travers le clip intérieur jusqu'à ce qu'il soit libre. Cela permet au cordon amortisseur élastique d'être complètement sorti du châssis principal et d'aller jusqu'à la poulie élastique de la courroie où il est rattaché une fois que la courroie du rameur est dans la bonne position.





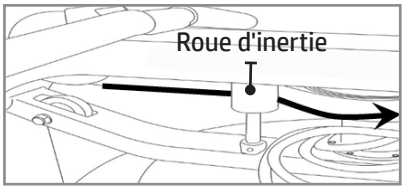
Remise en place de la courroie du rameur

ÉTAPE 1



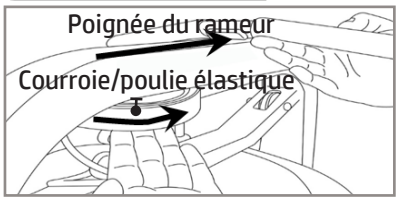
Commencez à rattacher la courroie du rameur en l'enroulant autour de la poulie de la courroie du rameur avec le côté velcro vers le haut comme illustré.

ÉTAPE 2



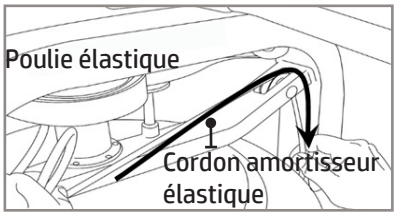
Ensuite, enroulez la courroie autour de la roue d'inertie comme indiqué. Une fois autour de la roue d'inertie, attachez la courroie du rameur à la poulie élastique/courroie. Il y a une « lèvre » évidente au point d'attache.

ÉTAPE 3



Enroulez la courroie du rameur sur la poulie de courroie/élastique jusqu'à ce que la poignée du rameur soit dans la position la plus avancée.

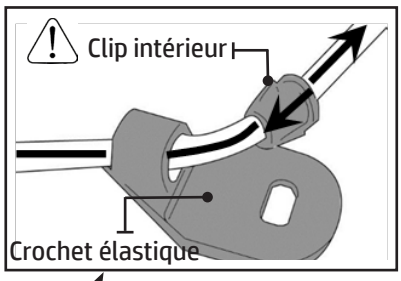
ÉTAPE 4



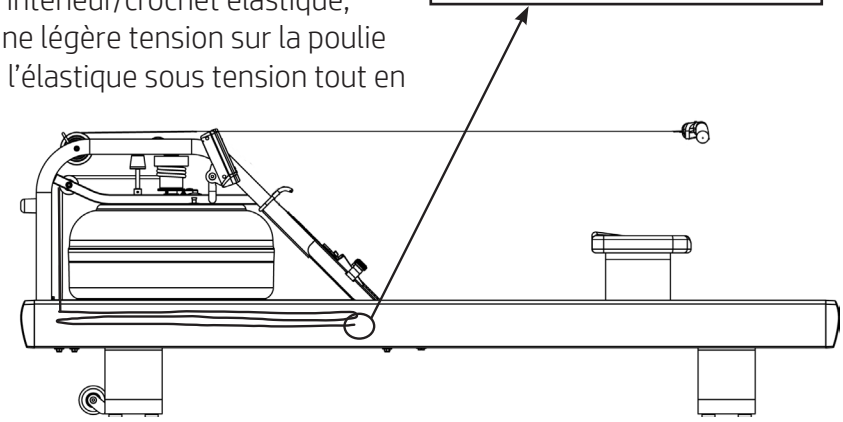
Réenroulez le cordon amortisseur élastique (du côté opposé de la roue d'inertie) à travers les poulies élastiques et attachez-le au point d'attache.

ÉTAPE 5 Remise en place de la courroie du rameur

La tension de recul diminue avec le temps à mesure que le cordon amortisseur élastique s'étire. Pour augmenter la tension de recul, poussez simplement le clip intérieur hors du crochet élastique par derrière, tirez la quantité requise d'élastique à travers le clip intérieur et replacez le clip intérieur dans le crochet élastique comme indiqué ci-dessous.



Suggestion: Avant de refixer le clip intérieur/crochet élastique, réalisez un nœud coulissant avec une légère tension sur la poulie élastique inférieure. Cela maintient l'élastique sous tension tout en réassemblant le crochet élastique.



Entretien

Toutes les activités d'entretien préventif doivent être effectuées régulièrement. L'exécution d'actions de maintenance préventive de routine peut aider à assurer un fonctionnement sûr et sans problème de tous les équipements FLUID. FJLUID n'est pas responsable de l'exécution régulière des actions d'inspection et de maintenance de vos machines. Former tout le personnel aux mesures d'inspection et d'entretien de l'équipement, ainsi qu'à la déclaration et à l'enregistrement des accidents.

⚠ATTENTION Essuyez et nettoyez le réservoir, les rails et les roues du siège avec de l'eau propre. N'utilisez aucun nettoyant chimique.

Article	Fréquence	Instructions
Rails et roues de siège	Hebdomadaire	Essuyez les rails de siège et les roues de siège avec un chiffon non pelucheux.
Châssis	Hebdomadaire	Essuyez le châssis avec un chiffon non pelucheux.
Enveloppe du réservoir	Hebdomadaire	N'utilisez que de l'eau et un chiffon propre pour essuyer l'enveloppe du réservoir. N'utilisez PAS de nettoyant chimique pour essuyer l'enveloppe du réservoir.
Traitement des réservoirs et de l'eau	12 mois à 2 ans	Suivez les instructions spécifiées dans la section « Procédure de traitement de l'eau » de ce manuel.
Cordon élastique	Vérifiez toutes les cent heures la tension correcte et les signes d'usure.	Le cordon élastique doit durer de nombreuses années. Si une modification du cordon élastique est requise, veuillez contacter votre représentant d'entretien local ou aller en ligne sur www.tunturi.com pour plus de détails.
Courroie d'aviron	Vérifiez toutes les cent heures la tension correcte et les signes d'usure.	La courroie d'aviron doit permettre de nombreuses années d'utilisation sans problème. Si un changement de courroie d'aviron est nécessaire, veuillez contacter votre représentant d'entretien local ou aller en ligne sur www.tunturi.com pour plus de détails.

Dépannage

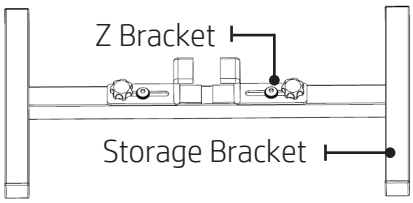
Défaillance	Cause probable	Solution
L'eau change de couleur ou devient trouble.	Le rameur est en plein soleil ou n'a pas subi de traitement de l'eau. L'eau du robinet locale est de qualité médiocre.	Changez l'emplacement du rameur pour réduire l'exposition directe au soleil. Ajoutez le traitement de l'eau ou changez l'eau du réservoir comme indiqué dans la section sur le traitement de l'eau de ce manuel. Envisagez d'utiliser de l'eau distillée pour remplir le réservoir.
Courroie du rameur glissant hors de la poulie de courroie/élastique.	L'élastique n'est pas assez tendu. Le recul n'est pas assez fort.	Serrez le cordon élastique en suivant les instructions de la section « Remise en place de la courroie du rameur » de ce manuel à l'étape 5.
Valeurs incohérentes affichées sur le rameur Surveillez le temps de fractionnement de 500 mètres et les CPM (coups par minute).	Écart du capteur Capteur défectueux Le capteur s'est déplacé hors de position Faisceau de câbles	Utilisez le couvercle des piles du moniteur comme un « outil d'écart » pour vérifier l'écart entre la tête du capteur et l'anneau magnétique, ou voyez si la tête du capteur s'est déplacée. Veuillez contacter le centre de service à la clientèle de FLUID le plus proche pour plus de détails.
Le moniteur ne s'allume pas après l'installation des piles.	Connexion lâche ou défectueuse. Écart de capteur trop large.	Vérifiez que le câble du moniteur est correctement connecté. S'il est connecté, contactez votre centre de service local. Vérifiez l'écart du capteur.
L'écran du moniteur s'allume, mais n'enregistre pas lorsque vous ramez.	Loose or failed connection. Sensor gap too wide	Check that the Monitor lead is connected properly. If it is connected then contact your local service center. Check Sensor gap.
Le LEVEL du moniteur n'est pas synchronisé avec le LEVEL du réservoir.	Le LEVEL du moniteur doit être réétalonné.	Veuillez consulter « Procédure d'étalonnage » en page 64 de ce manuel.

Installation d'accessoires en option

Un kit de fixation pour le rangement vertical peut être acheté séparément.

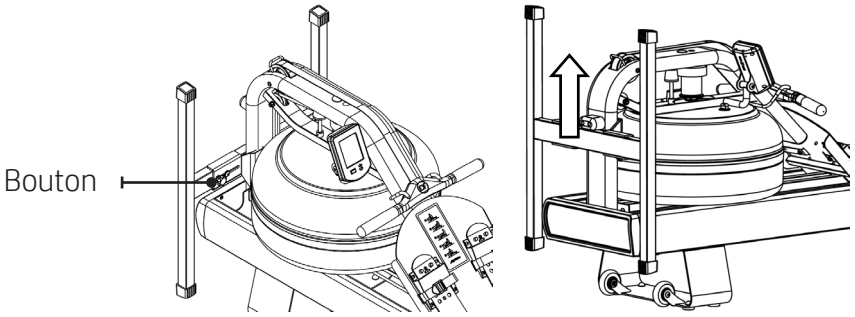
ÉTAPE 1

Installez le support Z sur la base de stockage.
Remarque: Ne serrez pas le bouton et le boulon.



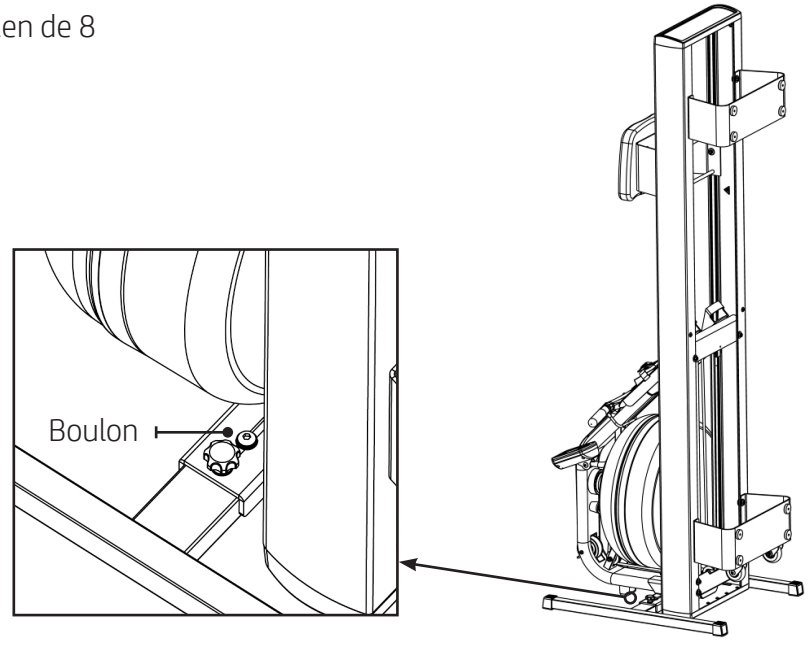
ÉTAPE 2

Installez le support sur le rameur comme illustré, Alignez le support avec le pied en caoutchouc, puis serrez la molette du support Z pour la fixation au rameur.



ÉTAPE 4

Placez le rameur verticalement avec le châssis principal sur le sol. À l'aide de la clé Allen de 8 mm, serrez les boulons.



Garantie internationale

USAGE DOMESTIQUE

Tunturi New Fitness BV garantit que l'appareil **MEGA PRO XL Rower**, acheté auprès d'un agent autorisé et dans son emballage d'origine intact, est exempt de défauts matériels et de main d'œuvre. Tunturi New Fitness BV ou son agent réparera ou remplacera, à sa discrétion, les pièces défectueuses pendant la période de garantie, sous réserve des inclusions et exclusions spécifiques ci-dessous.

Châssis principal – Garantie limitée de 5 ans

Tunturi New Fitness BV réparera ou remplacera le châssis principal métallique du rameur s'il tombe en panne en raison d'un défaut matériel ou de main d'œuvre dans les 5 ans suivant l'achat initial. La garantie ne s'applique pas au revêtement du châssis.

Réservoir en polycarbonate et joints – Garantie limitée de 5 ans

Tunturi New Fitness BV réparera ou remplacera le réservoir en polycarbonate ou les joints s'ils sont défectueux en raison d'un défaut matériel ou de main d'œuvre dans les 5 ans suivant l'achat initial.

Composants mécaniques (sans usure par nature) – Garantie limitée de 2 ans

Tunturi New Fitness BV réparera ou remplacera tout composant mécanique s'il tombe en panne en raison d'un défaut matériel ou de main d'œuvre dans les 2 ans suivant l'achat initial.

Inclusions spécifiques

Châssis du siège

Rails du siège

Ensemble arbre et roue

Tous les autres composants (avec usure naturelle) – Garantie limitée de 2 an

Tunturi New Fitness BV réparera ou remplacera tout composant s'il tombe en panne en raison d'un défaut matériel ou de main d'œuvre dans les deux années qui suivent l'achat initial.

Inclusions spécifiques

Cordon de recul élastique
Poignées et sangles de pied
Courroie d'aviron en polyester
Siège et patins de siège
Toutes les poulies, tous les rouleaux et roulements
Tous les composants en caoutchouc
Moniteur et capteur de vitesse (à l'exclusion des piles remplaçables)
Repose-pieds (pivotant et coulissant)

Exclusions générales

Dommages à la finition de toute partie de la machine
Dommages dus à la négligence, à l'abus, au montage ou à l'utilisation incorrects de la machine
Tous les frais de fret ou de dédouanement associés au retour ou à l'expédition de pièces
Tout dommage ou perte de marchandises pendant le transport de quelque nature que ce soit
Tout coût de main-d'œuvre associé à une réclamation au titre de la garantie

Conditions générales

- Le numéro de série de la machine doit être correctement enregistré auprès de Tunturi New Fitness BV ou de l'un de ses distributeurs désignés.
- Tunturi New Fitness BV se réserve le droit d'examiner toute pièce dont le remplacement est réclamé sous garantie
- La période de garantie s'applique uniquement à l'acheteur d'origine à compter de la date d'achat et n'est pas transférable
- Le produit doit être retourné à votre lieu d'achat dans son emballage d'origine avec le transport, l'assurance et les frais associés payés par vous, et le risque de perte ou de dommage assumé par vous
- Tunturi New Fitness BV n'offre aucune autre garantie que celle indiquée ici et décline expressément toute garantie non mentionnée dans cette garantie. Ni Tunturi New Fitness BV ni ses associés ne peuvent être tenus responsables des dommages accessoires ou indirects.
- La garantie du fabricant commence automatiquement à la vente du produit à l'utilisateur final ou à l'expiration d'un (1) an à compter du mois de fabrication, à la première échéance des deux.



Dovozce a distributor pro Českou a
Slovenskou republiku
Trinteco spol. s r.o.
Na Strži 2102/61a, 140 00 Praha 4 – Krč
IČ: 052 54 175 DIČ:CZ05254175
Email: info@trinteco.cz
Telefon: +420 725 552 257