



DK Brugervejledning / SE Användaranvisning / NO Brukerveiledning / GB User manual /
FR Manuel d'utilisation / DE Bedienungsanleitung

#173300



DK Digital deluxe pedaltræner

SE Digital Deluxe pedaltränare

NO Digital deluxe pedaltrener

GB Digital Deluxe Pedal Exerciser

FR Pédalier numérique de luxe

DE Digitaler Deluxe-Pedaltrainer



1



2



3





DK

Samling og brug

1. **Pedaler:** Montér pedalerne i gevindene (R = højre, L = venstre) ved at dreje i fremadgående retning. Pas på ikke at skrue dem skævt.
2. **Skridsikre fødder:** Vend pedaltræneren på hovedet for at montere de skridsikre fødder. Montér den korte fod forrest og den lange bagerst med de medfølgende skruer.
3. **Batteri:** Løft forsigtigt displayet fri og indsæt ét AAA-batteri på bagsiden.

Anvendelse

Sid på en stol i en højde, så dine fødder ikke rammer gulvet. Tryk på den røde knap for at tænde og skifte mellem visning af tid, distance, omgange og kalorier.

Display

Time = Træningstid

Distance = Antal km tilbagelagt

Count = Antal omgange for aktuel træningssession

Total count = Antal omgange

Calories = Antal forbrændte kalorier

Scan = Automatisk skift mellem visning af **Time**, **Distance**, **Count** osv.

Sikkerhed og vedligeholdelse

- **Vigtigt:** Stå aldrig på pedaltræneren – den må kun benyttes siddende.
- **Placering:** Bruges kun indendørs på en jævn og skridsikker overflade.
- **Tjek:** Kontrollér jævnligt, at alle skruer og dele er strammet korrekt.



SE

Montering och användning

1. **Pedaler:** Montera pedalerna i gängorna (R = höger, L = vänster) genom att vrida dem framåt. Var försiktig så att de inte skruvas i snett.
2. **Halkfria fötter:** Vänd pedaltränaren upp och ned för att montera de halkfria fötterna. Montera den korta foten framtill och den långa baktill med de medföljande skruvarna.
3. **Batteri:** Lyft försiktigt loss displayen och sätt i ett AAA-batteri på baksidan.

Användning

Sitt på en stol i en höjd så att dina fötter inte rör vid golvet. Tryck på den röda knappen för att starta och växla mellan visning av tid, distans, varv och kalorier.

Display

Time = Träningstid

Distance = Antal körda km

Count = Antal varv för det aktuella träningspasset

Total count = Totalt antal varv

Calories = Antal förbrända kalorier

Scan = Automatisk växling mellan visning av Time, Distance, Count osv.

Säkerhet och underhåll

- **Viktigt:** Stå aldrig på pedaltränaren – den får endast användas sittande.
- **Placering:** Används endast inomhus på en jämn och halkfri yta.
- **Kontroll:** Kontrollera regelbundet att alla skruvar och delar är ordentligt åtdragna.



NO

Montering og bruk

1. **Pedaler:** Monter pedalene i gjengene (R = høyre, L = venstre) ved å dreie i fremovergående retning. Pass på at de ikke skruses skjevt inn.
2. **Sklisikre føtter:** Snu pedaltrimmeren opp-ned for å montere de sklisikre føttene. Monter den korte foten foran og den lange bak med de medfølgende skruene.
3. **Batteri:** Løft displayet forsiktig ut og sett inn ett AAA-batteri på baksiden.

Bruk

Sitt på en stol i en høyde slik at føttene dine ikke berører gulvet. Trykk på den røde knappen for å slå på og bytte mellom visning av tid, distanse, runder og kalorier.

Display

Time = Treningstid

Distance = Antall km tilbakelagt

Count = Antall runder for gjeldende treningsøkt

Total count = Totalt antall runder

Calories = Antall forbrente kalorier

Scan = Automatisk bytte mellom visning av Time, Distance, Count osv.

Sikkerhet og vedlikehold

- **Viktig:** Stå aldri på pedaltrimmeren – den må kun brukes sittende.
- **Plassering:** Skal kun brukes innendørs på en jevn og sklisikker overflate.
- **Sjekk:** Kontroller jevnlig at alle skruer og deler er strammet korrekt.



GB

Assembly and Use

1. **Pedals:** Fit the pedals into the threads (R = Right, L = Left) by turning them in a forward direction. Be careful not to cross-thread them.
2. **Non-slip feet:** Turn the pedal exerciser upside down to mount the non-slip feet. Attach the short foot at the front and the long foot at the back using the provided screws.
3. **Battery:** Gently lift the display out and insert one AAA battery into the back.

Application

Sit on a chair at a height where your feet do not touch the floor. Press the red button to turn on and toggle between time, distance, count, and calories.

Display

Time = Exercise time

Distance = Distance travelled

Count = Number of rotations for the current session

Total count = Total cumulative rotations

Calories = Number of calories burned

Scan = Automatically cycles through Time, Distance, Count, etc.

Safety and Maintenance

- **Important:** Never stand on the pedal exerciser – it is designed for seated use only.
- **Placement:** Use only indoors on a flat, non-slip surface.
- **Check:** Regularly check that all screws and parts are tightened correctly.

**FR**

Assemblage et Utilisation

1. **Pédales** : Montez les pédales dans les filetages (R = droite, L = gauche) en tournant vers l'avant. Veillez à ne pas les visser de travers.
2. **Pieds antidérapants** : Retournez le pédalier pour monter les pieds antidérapants. Fixez le pied court à l'avant et le pied long à l'arrière avec les vis fournies.
3. **Pile** : Soulevez délicatement l'écran et insérez une pile AAA à l'arrière.

Utilisation

Asseyez-vous sur une chaise à une hauteur telle que vos pieds ne touchent pas le sol. Appuyez sur le bouton rouge pour allumer et basculer entre l'affichage du temps, de la distance, des tours et des calories.

Affichage

Time = Temps d'entraînement

Distance = Nombre de km parcourus

Count = Nombre de tours pour la séance actuelle

Total count = Nombre total de tours

Calories = Nombre de calories brûlées

Scan = Basculement automatique entre Time, Distance, Count, etc.

Sécurité et entretien

- **Important** : Ne vous tenez jamais debout sur le pédalier – il doit être utilisé uniquement en position assise.
- **Emplacement** : À utiliser uniquement à l'intérieur sur une surface plane et antidérapante.
- **Vérification** : Vérifiez régulièrement que toutes les vis et pièces sont correctement serrées.

**DE**

Montage und Gebrauch

1. **Pedale:** Montieren Sie die Pedale in die Gewinde (R = rechts, L = links), indem Sie sie in Vorwärtsrichtung drehen. Achten Sie darauf, sie nicht schief einzuschrauben.
2. **Rutschfeste Füße:** Drehen Sie den Pedaltrainer auf den Kopf, um die rutschfesten Füße zu montieren. Befestigen Sie den kurzen Fuß vorne und den langen Fuß hinten mit den mitgelieferten Schrauben.
3. **Batterie:** Heben Sie das Display vorsichtig an und legen Sie eine AAA-Batterie auf der Rückseite ein.

Anwendung

Setzen Sie sich auf einen Stuhl in einer Höhe, bei der Ihre Füße den Boden nicht berühren. Drücken Sie den roten Knopf zum Einschalten und zum Wechseln zwischen der Anzeige von Zeit, Distanz, Umdrehungen und Kalorien.

Display

Time = Trainingszeit

Distance = Zurückgelegte Kilometer

Count = Anzahl der Umdrehungen der aktuellen Trainingseinheit

Total count = Gesamtanzahl der Umdrehungen

Calories = Anzahl der verbrannten Kalorien

Scan = Automatischer Wechsel zwischen der Anzeige von Zeit, Distanz, Count usw.

Sicherheit und Wartung

- **Wichtig:** Stellen Sie sich niemals auf den Pedaltrainer – er darf nur im Sitzen benutzt werden.
- **Platzierung:** Nur in Innenräumen auf einer ebenen und rutschfesten Oberfläche verwenden.
- **Check:** Überprüfen Sie regelmäßig, ob alle Schrauben und Teile korrekt festgezogen sind.