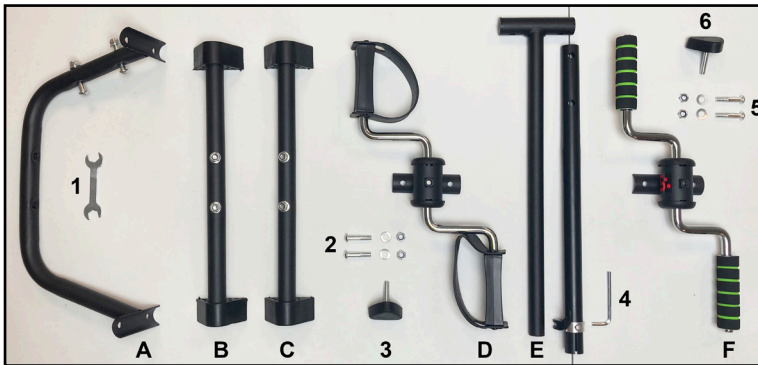


Bruger- og samlevejledning

Pedaltræner til arme og ben



Sådan samler du din nye pedaltræner



1.

Fastgør del A på del B og C. Hold møtrikken fast med gaffelnøglen (1) og stram skruen ved hjælp af unbrakonøglen (4).



2.

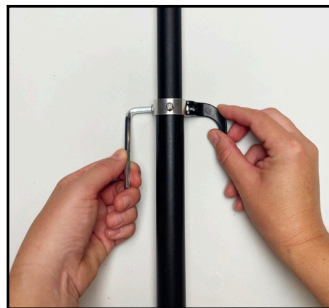
Fastgør fodpedaler (D) på del A med det tilhørende skruesæt (2). Benyt igen værktøj til at spænde godt fast.



3.

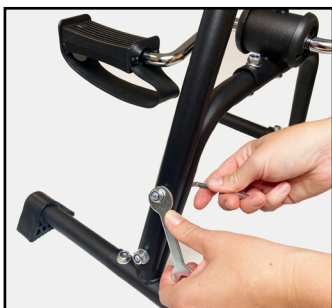
Montér det trekantede greb (3) på toppen af fodpedalerne (D).

Grebet bruges til at indstille modstanden, når du træner.



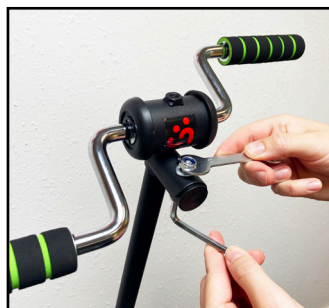
4.

Saml de to rørdele til del E og fastgør med hjælp fra unbrakonøglen (4). Fold spændegrebet ind mod stangen, for at stramme helt til. Justér evt. i højden.



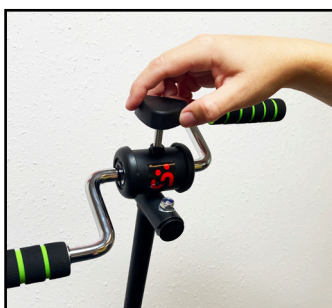
5.

Fastgør del E (efter samling) til del A. Det tilhørende skruesæt sidder allerede på del A.



6.

Fastgør håndtagene til håndtræning (F) på den T-formede top på del E med det tilhørende sæt spændeskruer (5).



7.

Montér det trekantede greb (4) på toppen af håndtagene (F).

Grebet bruges til at indstille modstanden, når du træner.

Anvendelse og sikkerhed

> **Vigtigt:** Stå ikke på pedaltræneren - den er kun til siddende brug.

> Placér pedaltræneren på et skridsikkert og jævnt underlag.

> Tjek, at alle skruer er godt fastspændte.

> Maksimal brugervægt: 150 kg.