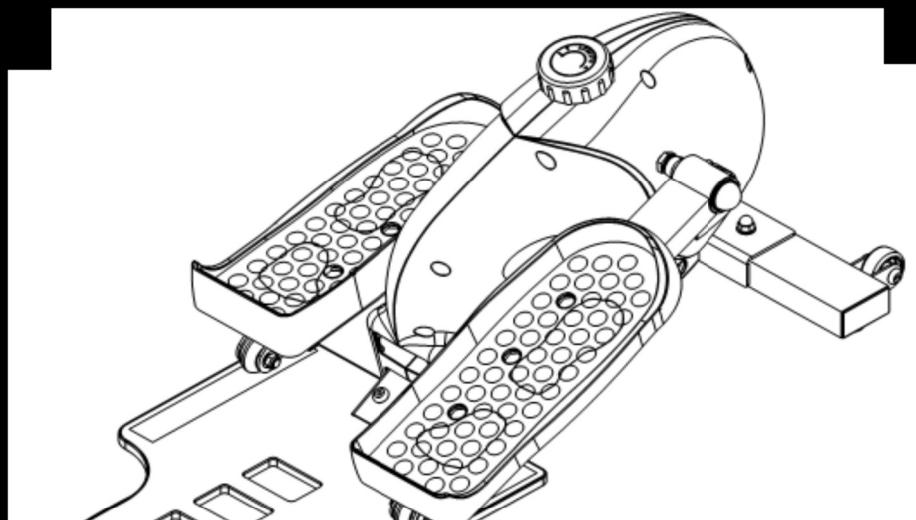




Gebrauchsanweisung

Elliptischer Untertischtrainer



Herzlichen Glückwunsch

zum Erwerb dieses **activeLife Trainer™**! Bevor du anfängst deine neue dynamische Sitzmaschine zu benutzen, packe sie bitte aus und baue sie zusammen. Suche dir dann einen geeigneten Platz unter deinem Schreibtisch oder vor einem Stuhl oder Sessel wo du das Gerät hinstellen möchtest. Damit Sicherheit bei der Benutzung gewährleistet jederzeit ist, lese und folge bitte allen Anweisungen in dieser Gebrauchsanleitung.

SICHERHEITSHINWEISE

Vor der Benutzung

Dieser **activeLife Trainer™** wurde entwickelt und gebaut um optimale Sicherheit zu gewährleisten.. Jedoch sind vor der Benutzung dieses Geräts gewisse Vorsichtsmaßnahmen nötig:

1. Frage deinen Arzt bevor du ein Programm zur körperlichen Ertüchtigung anfängst, ob mit diesem Gerät oder auf andere Weise.
2. Trage immer geeignete Kleidung wenn du dieses Gerät benützt. Vor allem solltest du keine langen Schals, langen Röcke, Halsketten oder andere lose Bekleidungs- oder Schmuckstücke tragen die sich in dem beweglichen Mechanismus des Geräts verheddern könnten..
3. Falls du dich während der Benutzung schwindlig fühlen solltest oder es dir schlecht wird, solltest du mit der Betätigung aufhören. Du solltest auch aufhören, wenn die Bewegung bei dir Schmerzen oder ein Druckgefühl hervorruft.
4. Achte darauf, dass sich Kinder und Haustiere während der Benutzung fernhalten.
5. **activeLife Trainer™ darf niemals stehend benutzt werden. activeLife Trainer™ darf nur im Sitzen benutzt werden, das heißt während du auf einem Stuhl oder Sessel sitzt!!!**
6. Sei dir bitte sicher, dass du das Gerät richtig zusammgebaut hast bevor du es benützt. Vor jedem Gebrauch müssen alle Schrauben, Muttern, und Bolzen fest und sicher sitzen.
7. Dieses Gerät sollte darf nicht benützt werden, wenn es beschädigt ist.
8. Dieses Gerät ist für leichte körperliche Betätigung gebaut. Am Anfang sollte der Widerstand auf Stufe 1 gestellt werden. Wenn dir nach 45 bis 60 Minuten die Betätigung immer noch leicht fällt, kannst du jeweils eine Stufe höher gehen.
9. Wir schlagen vor, die Maschine mit etwa 40 bis 70 Umdrehungen pro Minute zu benutzen. 70 Umdrehungen pro Minute sollten nicht überschritten werden.
10. Hände und Füße sollten vor beweglichen Teilen der Mechanik ferngehalten werden – natürlich mit Ausnahme der Pedale.
11. Lose Gegenstände wie Kabel, Handtaschen, etc. sollten vom Gerät ferngehalten werden.

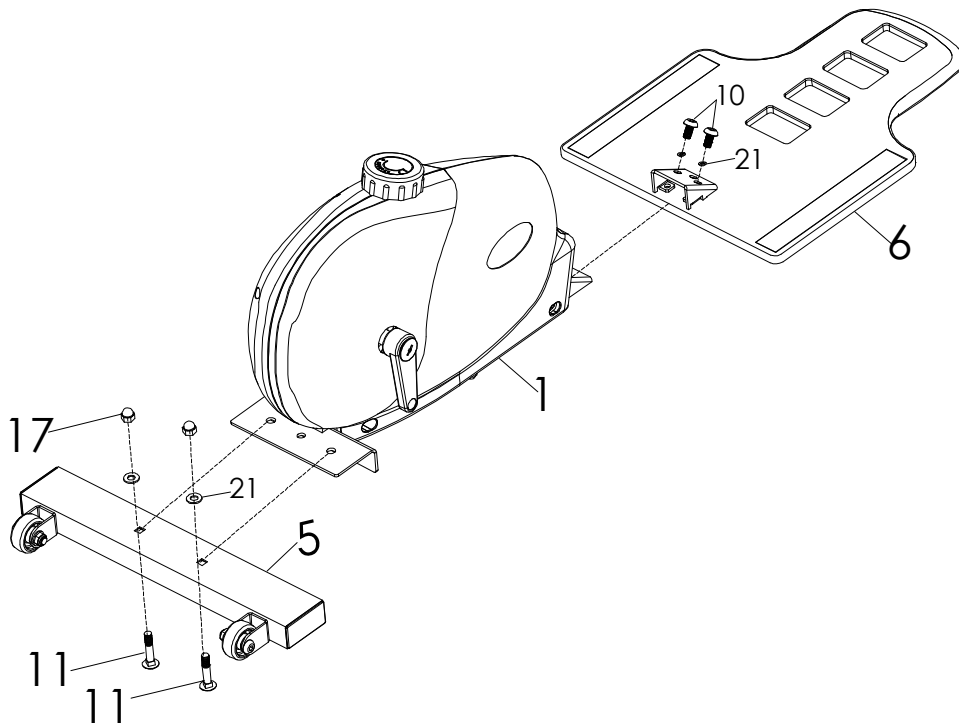
¹ **activeLife Trainer™** ist in den USA, Deutschland, und anderen Ländern patentrechtlich geschützt. Der Markenname **activeLife Trainer™** und das Logo sind geschützte Warenzeichen.

WARNUNG

Sprich mit deinem Arzt bevor du anfängst Sport zu treiben. Das ist besonders dann nötig, wenn du über 35 Jahre alt bist oder bereits gesundheitliche Probleme hast. Lies und befolge bitte alle Anweisungen in dieser Gebrauchsanleitung bevor du das Gerät benützt. Wir können leider keine Haftung übernehmen für Schäden die eventuell durch die Benutzung dieses Geräts an Personen oder Sachen entstehen.

Zusammenbau von *activeLife Trainer™* :

- 1) Nachdem Auspacken von *activeLife Trainer™* , suche bitte das Paket mit den Schrauben, Muttern, Batterien und dem Werkzeug.
- 2) Schau dir nun diese Zeichnung an:



- 3) Zunächst wird die Querstrebe (5) auf den Boden gelegt. Die Seite mit den Aufklebern gehört nach oben.
- 4) Stecke nun die beiden Bolzen 11 durch die vorgesehenen Löcher.
- 5) Platziere nun den Korpus 1 über die Bolzen.
- 6) Lege beide Beilagscheiben 21 auf die Bolzen 11
- 7) Schraube beide Muttern 17 fest auf die Bolzen 11
- 8) Die Querstrebe 5 muss fest mit dem Korpus 1 verbunden sein. Wenn nötig, müssen

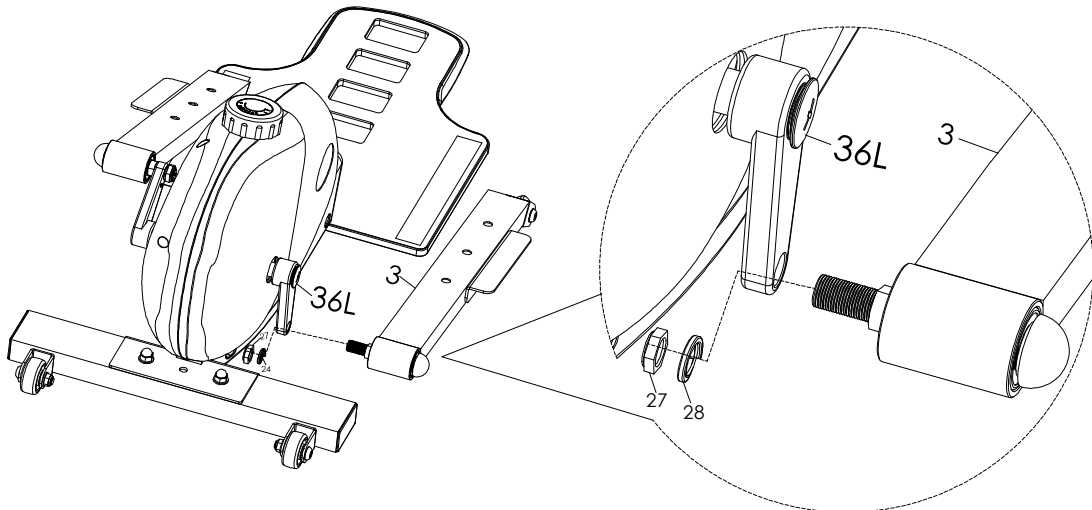
die Muttern 17 nochmal fest angezogen werden

9) Platziere die Verbindungsplatte 6 unter das Verbindungsteil am Korpus 1

10) Lege beide Beilagscheiben 21 auf die Bolzen 10

11) Ohne dass die Beilagscheiben 21 abfallen, schraube beide Bolzen 10 fest in die Gewinde der Verbindungsplatte.

12) Schau dir nun diese Zeichnung an:



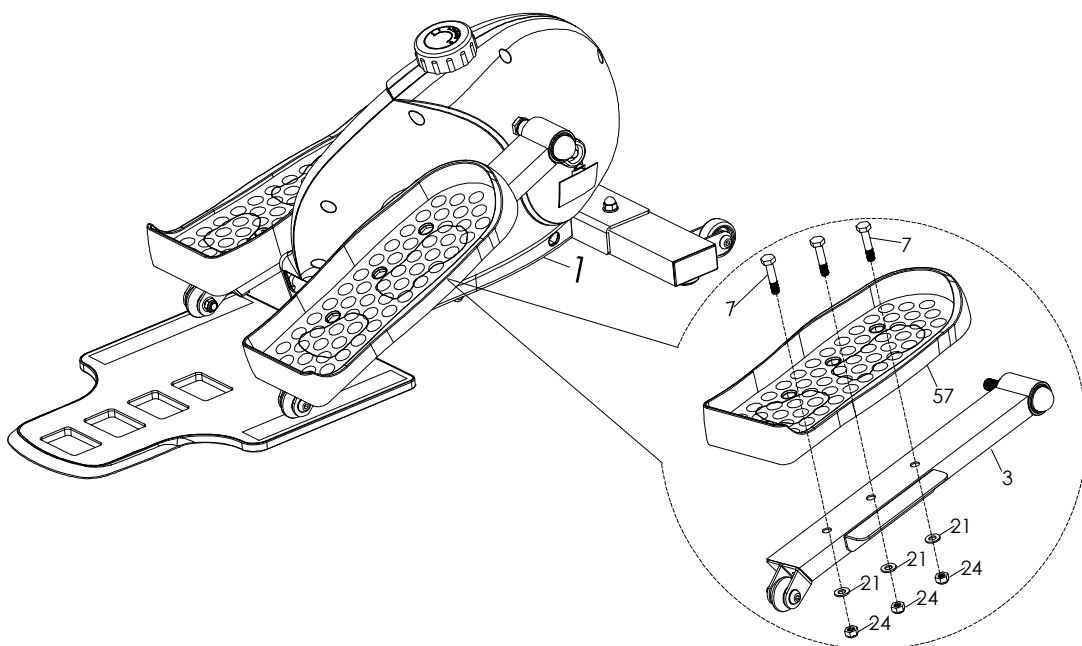
13) Suche die linke und die rechte Pedalstrebe (3)

14) Schraube die linke und rechte Pedalstrebe (3) in die entsprechenden Gewinde in der rechten und linken Tretkurbel – z.B. die linke Tretkurbel ist 36L

15) Unter Benutzung von Beilagscheibe 28 (WICHTIG!), ziehe Mutter 27 fest an.

16) Wiederhole diese Schritte für die linke und rechte Seite.

17) Schau dir nun diese Zeichnung an:



- 18) Suche die Bolzen 7, die Beilagscheiben 21 und die Muttern 24.
- 19) Suche das rechte und das linke Pedal. Beachte, dass diese unterschiedlich sind.
- 20) Nimm drei Bolzen 7, drei Beilagscheiben 21 und drei Muttern 24 und befestige das rechte Pedal 57 an der rechten Pedalstrebe 3. Wiederhole auf der linken Seite.

- 21) Suche die Batterien
- 22) Setze die Batterien in das Batteriefach beim rechten Pedal. Beachte, dass der Pluspol und Minuspol der Batterien nicht verkehrt eingesetzt ist um zu verhindern, dass die Elektronik beschädigt wird.

Richtige Benutzung von *activeLife Trainer™* :

- 1) Suche einen bequemen, stabilen, und ebenerdigen Platz für *activeLife Trainer™*, zum Beispiel:
 - + unter deinem Schreibtisch
 - + vor einem Stuhl, Sessel, oder Sofa
- 2) Soll *activeLife Trainer™* mit einem Schreibtischstuhl benutzt werden, sollte ein Rollrad des Stuhls ähnlich wie auf dem unten stehenden Bild in die Verbindungsplatte gerollt werden. So wird verhindert, dass sich Stuhl und Gerät von einander weg bewegen. Wähle dabei das Loch in der Platte, das es dir möglich macht, das Gerät bequem zu benutzen ohne die Beine zu sehr strecken zu müssen.

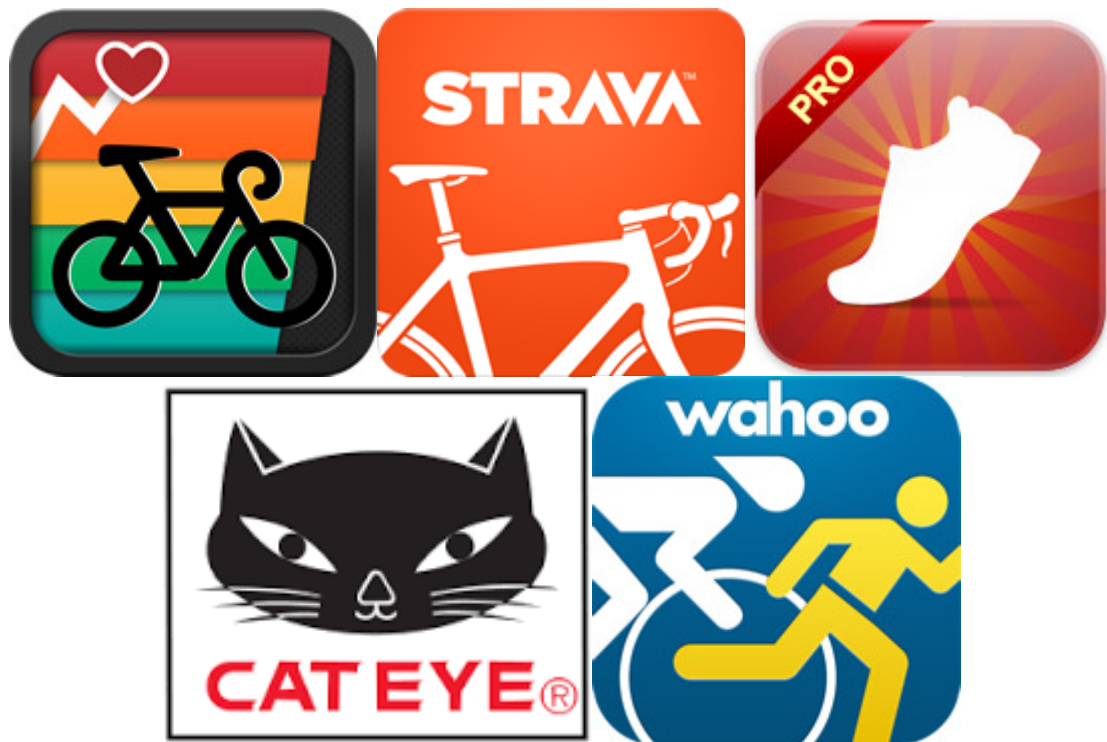


- 3) Lies noch einmal die obigen Sicherheitshinweise
- 4) Dieses Gerät ist für leichte körperliche Betätigung gebaut. Am Anfang sollte der Widerstand auf Stufe 1 gestellt werden. Wenn dir nach 45 bis 60 Minuten die Betätigung immer noch leicht fällt, kannst du jeweils eine Stufe höher gehen.
- 5) Wir schlagen vor, die Maschine mit etwa 40 bis 70 Umdrehungen pro Minute zu benutzen.

6) Benutzer Feedback über Smartphone oder Tablet:

activeLife Traine™ hat einen eingebauten Smartsensor über den kontinuierlich Feedback ausgelesen werden kann. Das funktioniert so:

- 1) Um Feedback über ein Smartphone or Tablet zu erhalten, muss es mindestens Bluetooth 4.1 fähig sein. Dies wird auch Bluetooth Low Energy oder BLE -fähig genannt. Beispiele für Geräte die diese Fähigkeit haben sind:
 - + iPhone 4s oder neuer
 - + iPad 3^{te} Generation oder neuer
 - + iPod touch (5^{te} Generation oder neuer)
 - + Android 4.3 oder neuer
 - + Neuere Versionen von MS Windows, Linux, etc.
- 2) Ist ein derartiges Gerät vorhanden, muss zunächst eine entsprechende App installiert und geladen werden. Diese App muss die Fähigkeit haben Fahrrad Geschwindigkeit und Fahrrad Tretgeschwindigkeit (in Umdrehungen pro Minute) zu verarbeiten. Einige der beliebtesten Apps mit diesen Fähigkeiten sind:
 - + Cateye (dies ist die App die wir zur Zeit empfehlen)
 - + Wahoo Fitness
 - + iBiker Indoor und Outdoor Cycling
 - + Strava
 - + Runmeter Pro



→ Übrigens erlauben es die meisten dieser Apps das Benutzerfeedback von *activeLife*

Trainer auf Facebook, Twitter, Nike+, und anderen Social Media Plattformen mitzuteilen.

- 3) Sollten sich mehrere ***activeLife Trainer™*** in einem Gebäude befinden, solltest du den Smartsensor Code auf dem Produktlabel nachschauen welches sich an der Querstrebe befindet. Ein möglicher Code wäre zum Beispiel “*aLT 1000034*”
Suche dann den gleichen Code in der App um das Feedback des entsprechenden ***activeLife Trainer™*** zu erhalten. Fertig!
- 4) TIPP: Um den Smartsensor einzuschalten, so dass die App ihn „sehen“ kann, müssen die Pedale kurz bewegt werden.

activeLife Trainer™ Pflege und Wartung

Um **activeLife Trainer™** sicher zu benutzen:

- Sollten die Rollräder, Plastik- und Metallteile regelmäßig gereinigt und auf Beschädigungen untersucht werden.
- Sollten kaputte Teile sofort ausgetauscht werden. Die Benutzung des Geräts muss unterbleiben, bis Defekte repariert worden sind.
- Sollten die Rollräder quietschen, müssen die Rollrädernbetten mit Kontaktspray, wie zum Beispiel WD-40 eingesprüht werden.
- Werden kaputte oder lose Teile bemerkt, muss die Benutzung sofort und bis zur Reparatur unterbleiben.

activeLife Trainer™ Gewährleistung

Wir bieten für dieses Produkt eine Gewährleistung gegen Schäden die vom Hersteller verschuldet wurden und zwar unter den folgenden Bedingungen: 1 Jahr Gewährleistung auf alle mechanischen und elektronischen Komponenten, wobei wir defekte Teile austauschen nachdem wir, oder ein von uns autorisierter Reparaturdienst, die Gelegenheit hatten das defekte Gerät zu untersuchen. Kosten die durch die Inanspruchnahme der Gewährleistung entstehen, wie zum Beispiel Arbeitskosten und Fracht werden von dieser Gewährleistung nicht abgedeckt. Ferner deckt diese Gewährleistung normale Abnutzung und Wartungsarbeiten, wie zum Beispiel das Reinigen der Rollräder, das Ersetzen der Batterien oder das Einstellen des Treibriemens nicht ab. Gewährleistungsansprüche können beim Importeur oder beim Hersteller geltend gemacht werden.

Wir können unter dieser Anschrift erreicht werden:

Duo Desk LLC
Customer Service
1414 Audubon St.
-New Orleans, LA 70118, USA
Phone: 708.689.4989
info@activelifetrainer.com

activeLife Trainer™ Zertifizierungen:

- Der Smartsensor in **activeLife Trainer™** ist nach CE R&TTE99/CE/05 zertifiziert

European R&TTE Declaration of Conformity

Hereby, Cypress Semiconductor declares that the Bluetooth module CYBLE-022001-00 complies with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 1999/5/EC.

All versions of the CYBLE-022001-00 in the specified reference design can be used in the following countries: Austria, Belgium, Cyprus, Czech Republic, Denmark, Estonia, Finland, France, Germany, Greece, Hungary, Ireland, Italy, Latvia, Lithuania, Luxembourg, Malta, Poland, Portugal, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, The Netherlands, the United Kingdom, Switzerland, and Norway.

- Der Smartsensor in **activeLife Trainer™** ist ferner für die USA durch die Federal Communications Commission zertifiziert, FCC ID WAP2001

FCC NOTICE:

The device CYBLE-022001-00, including the antenna 2450AT18B100 from Johanson Technology, complies with Part 15 of the FCC Rules. The device meets the requirements for modular transmitter approval as detailed in FCC public Notice DA00-1407. transmitterOperation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

CAUTION:

The FCC requires the user to be notified that any changes or modifications made to this device that are not expressly approved by Cypress Semiconductor may void the user's authority to operate the equipment. This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

Reorient or relocate the receiving antenna.

Increase the separation between the equipment and receiver.

Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.

Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help

- Der Smartsensor in **activeLife Trainer™** ist ferner für Kanada zertifiziert nach Industry Canada; License: IC: 7922A-2001

IC NOTICE:

The device CYBLE-022001-00 including the antenna 2450AT18B100 from Johanson technology, complies with Canada RSS-GEN Rules. The device meets the requirements for modular transmitter approval as detailed in RSS-GEN. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

IC RADIATION EXPOSURE STATEMENT FOR CANADA

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause interference, and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

- **activeLife Trainer™** ist ferner CE zertifiziert nach EN ISO 20957-1:2013 und nach EN 957-8:1998
- **activeLife Trainer™** ist ferner zertifiziert nach RoHS 2011/65/EU und ist zertifiziert nach WEEE.

Technische Daten² für *activeLife Trainer*

ALLGEMEINE DATEN:

- Brutto Länge x Breite x Höhe: 54cm x 25.5cm x 36 cm
- Brutto Gewicht: 15 kg
- Netto Gewicht: 13.5kg
- Maximales Benutzergewicht: 225 kg (*activeLife Trainer* ist nur für sitzenden Benutzung. Der Benutzer muss auf einem Stuhl aus dritter Hand sitzen der für das Benutzergewicht zugelassen ist.).
- Minimale und Maximale Körpergröße des Benutzers: ca. 127 cm - 205 cm.
- Stromversorgung: 2x 1.5 V Batterie; ca. 6 Monate Lebensdauer bei Benutzung von täglich 5 h.
- Tretwiderstand: Vom Benutzer in 8 Stufen kontrolliert mittels Magnetbremse.
- Arbeit zum Überwinden des Tretwiderstands von ca. 2 W bis ca. 40 W je nach Tretgeschwindigkeit und gewähltem Tretwiderstand.

SMARTSENSOR DATEN:

- Bluetooth 4.1 (BLE) Smartsensor
- Sensor arbeitet auf Basis der internationalen Bluetooth Fahrradstandards für Geschwindigkeit und Tretgeschwindigkeit.
- Lebensdauer der Batterien: ca. 6 Monate Lebensdauer bei Benutzung von täglich 5 h.
- Kompatibel mit dutzenden Fitness- und Sportapps.
- Kompatibel mit allen Bluetooth 4.1 fähigen Geräten die Fitness- und Sportapps unterstützen, wie zum Beispiel Android (4.3 und neuer), iPhone (4S und neuer), iPad (3te Generation und neuer), and neuere Versionen von MS Windows and Linux. Auf www.activeLifeTrainer.com befindet sich eine Liste mit kompatiblen Geräten.
- Je nach der App und je nachdem ob ein Pulsmessband getragen wird, kann ein Benutzer Feedback über die folgenden Parameter erhalten: Momentane Geschwindigkeit, durchschnittliche Geschwindigkeit, Dauer der Benutzung, „gefahren“ Kilometer, Herzfrequenz, Energieverbrauch (Kalorien), Rundenzeit, usw.
- Die meisten Apps erlauben es die Betätigung auf activeLife Trainer™ auf Fitness- Sport- und Sozialplattformen wie MapMyFitness, Nike+, Facebook, Twitter, Instagram, usw. mitzuteilen.

² Technische Daten können jederzeit ohne Ankündigung geändert werden.