



TRETMANN
WIR MACHEN DEUTSCHLAND FIT!
ANLEITUNG

MONTAGEANLEITUNG PEDALTRAINER MIT REIBKRAFTBREMSE

Wir gratulieren Ihnen zum Kauf unseres Tretmann-Pedaltrainers! Sie müssen nur noch ein paar Teile montieren und schon kann die Fahrt los gehen - auf in ein fitteres und mobileres Leben!



Sie haben Probleme beim Montieren und brauchen Hilfe? Zögern Sie nicht uns anzurufen!

WIR HELFEN GERN!



support@tretmann.com oder +49/05241 9646817














Alternativ zu unserer schriftlichen Anleitung, können Sie einfach den QR-Code scannen und sich die richtige Montage in unserem Anleitungsvideo ansehen.

**JETZT SCANNEN
UND MONTIEREN:**





OVERVIEW

-  (1) Display
-  (2) Pedalarm
-  (3) Pedalriemen
-  (4) Schraubenschlüssel
-  (5) Stellrad
-  (6) Pedale
-  (7) Befestigungsband
-  (8) Standfuß
-  (9) Batterien
-  (10) Schrauben
-  (11) Inbusschlüssel



**PEDALTRAINER
BASIC**
MONTAGEANLEITUNG



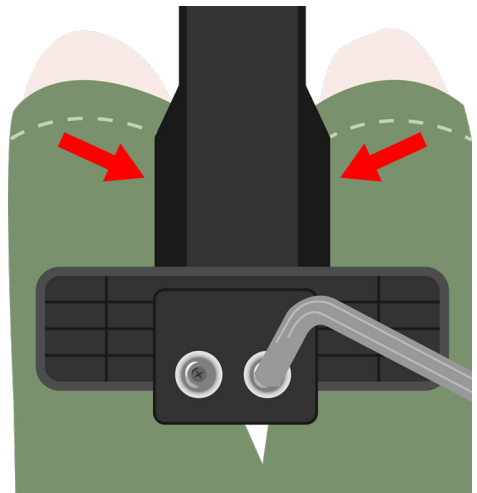
1 FÜSSE ANSCHRAUBEN

Ordnen Sie die Einzelteile wie auf dem Bild an. Stecken Sie die Schrauben von unten durch die Stabilisierungsfüße und durch die dafür vorgesehenen Löcher am Pedaltrainer. Befestigen Sie nun die Mutter.



Hören sie beim Testen ein Knacken?

Wenn Sie bei einem Testlauf knackende oder ähnliche Geräusche hören, ziehen Sie die Füße an den Streben noch einmal fest an. Klemmen Sie das Gerät dafür am besten zwischen die Beine.



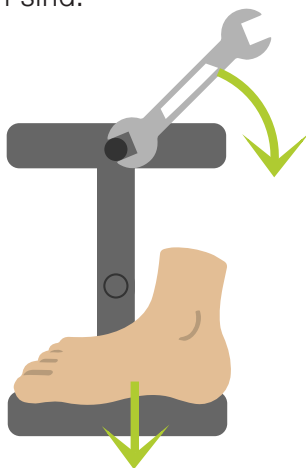


2 PEDALEN ANBRINGEN

Achten Sie darauf, die richtige Pedale für die entsprechende Seite zu verwenden. Schrauben Sie die Pedale in das dafür vorgesehene Loch im Pedalarm. Ziehen sie die Mutter mit dem Schraubenschlüssel **beim rechten Pedal im Uhrzeigersinn** und beim **linken gegen den Uhrzeigersinn** kräftig an. Auf welche Seite die jeweilige Pedale gehört, finden Sie auf dem blauen Sticker auf den Pedalen.



Üben Sie mit der anderen Hand oder dem Fuß Gegendruck aus, damit die Pedalen wirklich fest gezogen sind.



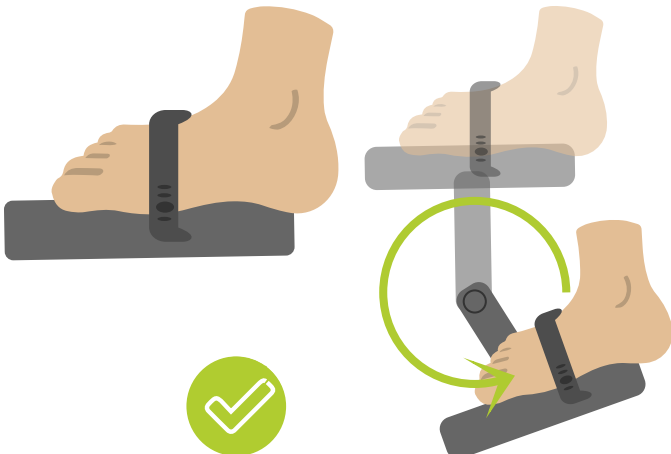
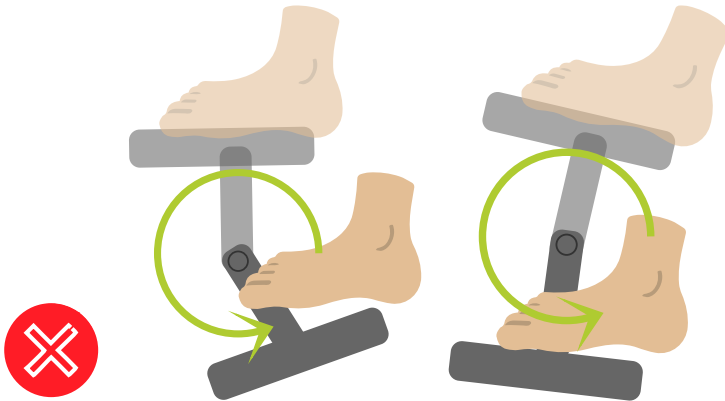
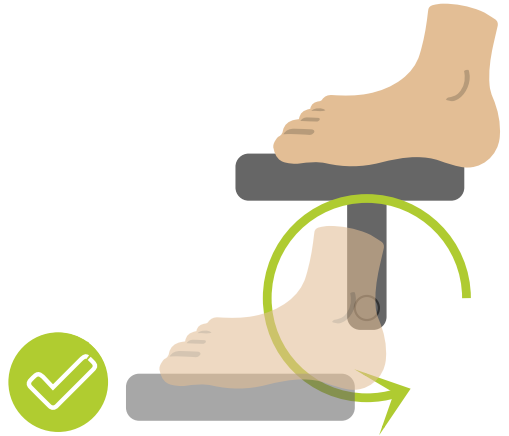


OPTIONALER SCHRITT!

Bei Bedarf können sie die Riemen an den Pedalen befestigen. Zunächst sollten sie versuchen ohne die Hilfe der Riemen zu treten. Fall Sie sie nutzen möchten haken Sie den Riemen auf einer angenehmen Weite ein. Sie sollten nicht mit Ihrer Hacke durch den Riemen rutschen können, er sollte aber auch keinesfalls einschneiden.



Schließen sie den Riemen an, wenn sie mit dem Fuß von den Pedalen abrutschen oder ganz abheben. Gerade bei schnellerem Treten können die Riemen eine gute Unterstützung sein.



PASST ALLES? ODER HABEN SIE EIN PROBLEM?

Lesen sie unser Q&A auf Seite 21-25.

Dort versuchen wir Ihnen für viele Probleme eine schnelle Antwort zu bieten. Oft sind es nur Kleinigkeiten, die Sie ganz einfach zu Hause beheben können.

Melden Sie sich bei uns!

+49/05241 9646817
support@tretmann.com

Falls die Informationen dort nicht weiterhelfen, scheuen sie sich nicht davor, uns anzurufen. Wir freuen uns darauf, Sie beim Finden der Lösung zu unterstützen.





**PEDALTRAINER
BASIC**
ANWENDUNGSANLEITUNG

ANWENDUNGSANLEITUNG PEDALTRAINER MIT REIBKRAFTBREMSE

Sie haben Ihren Pedaltrainer erfolgreich zusammgebaut. Damit haben Sie den ersten Schritt in ein fitteres Leben getan. Wir wünschen Ihnen viel Freude mit unserem Tretmann-Pedaltrainer!



WIR HELFEN GERN!



support@tretmann.com oder +49/05241 9646817

1 BATTERIE WECHSELN



Wenn Sie ihr Training genau ablesen möchten, helfen die Informationen auf dem Display. Die ersten Batterien haben wir Ihnen bereits eingesetzt.

Falls Sie diese mal wechseln müssen, öffnen Sie das Display am unteren Rand der Öffnung. Ein spitzer Gegenstand kann helfen, kann jedoch auch Kratzer auf dem Gerät verursachen. Setzen Sie dann die Batterien richtig ein und drücken das Display vorsichtig wieder in das Gerät.

2 SEIL BEFESTIGEN



Wir empfehlen den Pedaltrainer zu befestigen, indem Sie das beiliegende Seil um das Mobiliar auf dem Sie sitzen führen.



2 SEIL BEFESTIGEN

Achten Sie stets darauf, dass das Befestigungsseil gestrafft und fest angebracht ist. So verhindern Sie, dass das Gerät verrutscht und sich Ihr Abstand zum Pedaltrainer vergrößert. So behalten Sie stets die richtige Sitzposition bei.



KNACKT DA WAS? ODER HABEN SIE EIN ANDERS PROBLEM?

Lesen sie unser Q&A auf Seite 21-25.

Dort versuchen wir Ihnen für viele Probleme eine schnelle Antwort zu bieten. Oft sind es nur Kleinigkeiten, die Sie ganz einfach zu Hause beheben können.

Melden Sie sich bei uns!

+49/05241 9646817
support@tretmann.com

Falls die Informationen dort nicht weiterhelfen, scheuen sie sich nicht davor, uns anzurufen. Wir freuen uns darauf, Sie beim Finden der Lösung zu unterstützen.



3 DISPLAY

GESCHWINDIGKEITSANZEIGE

Aktuelle Geschwindigkeit auf einer Skala von 1-10

TIME

Trainingszeit

CNT

Umdrehungen (bei einer Trainingseinheit)

T. CNT

Umdrehungen insgesamt

DIST

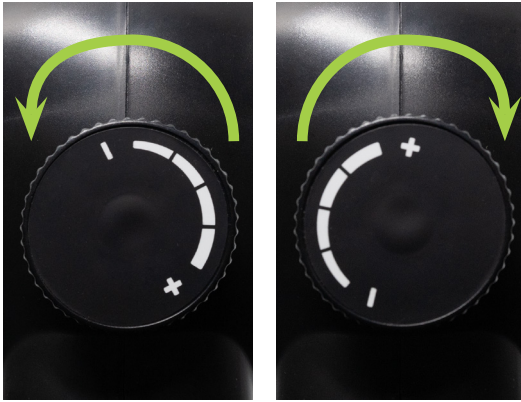
Distanz, bei einer Trainingseinheit (in Kilometer)

CAL

Verbrauchte Kalorien, bei einer Trainingseinheit



4 DAS STELLRAD



Zum Erhöhen oder Verringern des Widerstands drehen Sie das Stellrad vorn am Gehäuse im Uhrzeigersinn (+) oder gegen den Uhrzeigersinn (-). Es können auch mehrere Umdrehungen notwendig sein, um die richtige Einstellung zu erreichen.

Wir empfehlen das Training stets auf einer niedrigen Stufe zu beginnen und während der Trainingseinheit zu steigern.

5 DER RICHTIGE SITZ

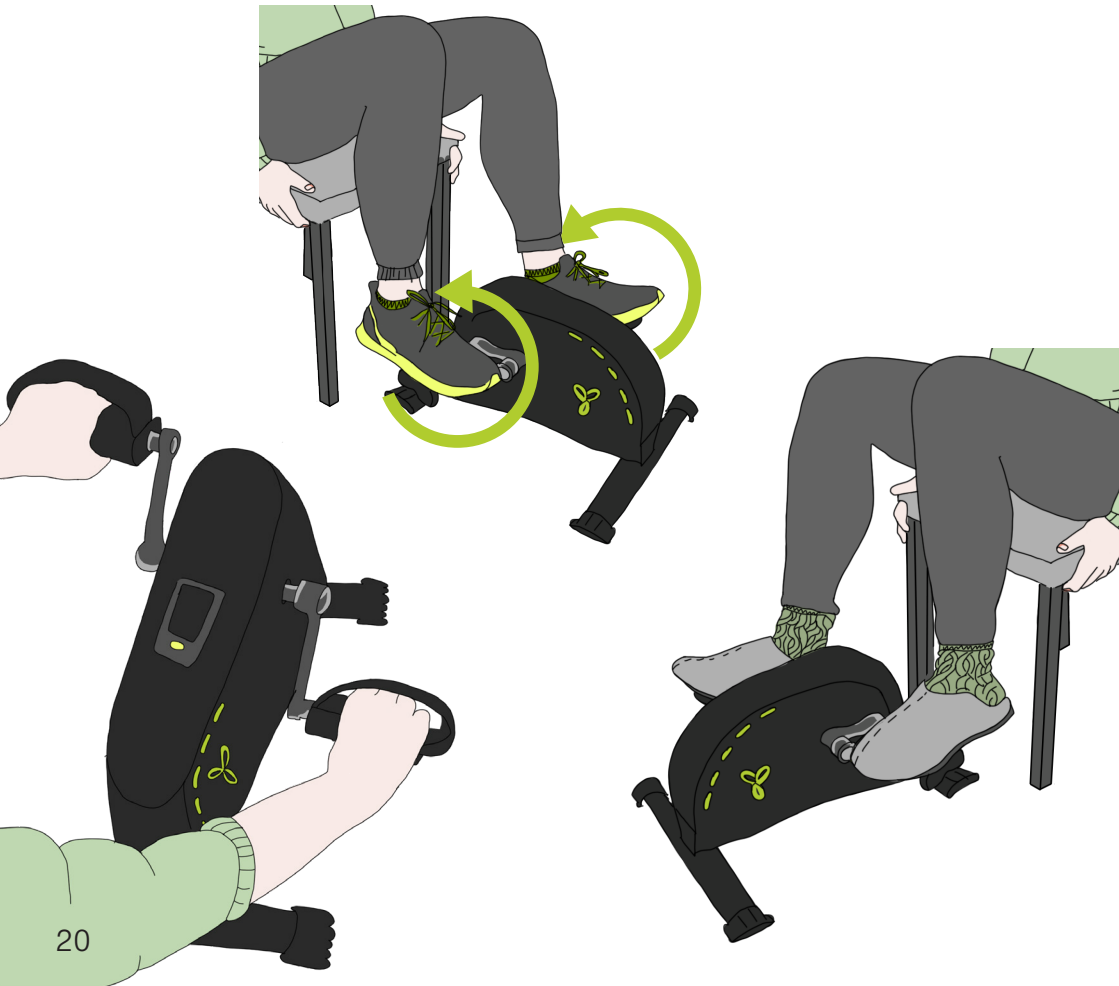


Achten Sie stets beim Verwenden des Pedaltrainers auf den richtigen Sitz:

- Gerät nah an der Sitzgelegenheit, mit dem Seil ein Wegrutschen verhindern
- Knie nie überstrecken

6 VARIABLES TRAINING

Der Pedaltrainer bietet neben der normalen Gebrauchsweise noch weitere Möglichkeiten für ein variables und abwechslungsreiches Training. Ihr Tretmann-Pedaltrainer ist beispielweise auch gut für das **Training mit den Händen** geeignet. Falls ihnen das normale Treten irgendwann zu eintönig wird, können sie das Gerät auch problemlos zum **Rückwärtstreten** nutzen. Das schadet dem Pedaltrainer keinesfalls und ermöglicht ihnen ein abwechslungsreicheres Treten. Durch die breiten Pedalen können Sie den Pedaltrainer auch gut **mit Ihren Hausschuhen** nutzen. Für das Nutzen mit Hausschuhen sollten Sie nur gegebenenfalls die Riemen entfernen.



PROBLEME?

STÖRUNG	MÖGLICHE GRÜNDE	MASSNAHMEN
<p>MONTAGE:</p> <p>Pedale fällt ab</p>	<p>Pedale ist nicht richtig an die Kurbel angebracht</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Außengewinde der Pedale an das Innengewinde der Kurbel ansetzen • mit der Hand die Pedale in die Kurbel drehen • mit dem Schraubenschlüssel das Außengewinde stark anziehen, dabei gegenhalten
<p>Pedale ist locker oder klackert</p>	<p>Außengewinde der Pedale ist nicht fest genug angezogen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mit dem Schraubenschlüssel das Außengewinde stark anziehen • Für eine Hilfestellung die Abbildung auf S. 8 betrachten

STÖRUNG	MÖGLICHE GRÜNDE	MASSNAHMEN
Gerät wackelt	Querstangen sind nicht fest genug angezogen	<ul style="list-style-type: none"> • Mit dem Inbusschlüssel die vier Schrauben an den Querstangen festziehen
Pedalriemen löst sich	Pedalriemen wurde nicht richtig befestigt	<ul style="list-style-type: none"> • Loch im Pedalriemen mit einiger Kraft über die dafür vorgesehene Ausstülpung an der Pedale ziehen • auf der anderen Seite auf der gewünschten Riemenlänge Vorgang wiederholen
Gerät macht periodisch auftretendes -Klack-Geräusch	Füße oder Pedalen sind lose Gerät kipzelt	<ul style="list-style-type: none"> • Ziehen Sie die Füße und Pedalen nochmal wie beschrieben fest an • Achten Sie darauf, dass der Untergrund exakt eben ist, damit das Gerät nicht kipzelt

PROBLEME?

STÖRUNG	MÖGLICHE GRÜNDE	MASSNAHMEN
<p>ANWENDUNG:</p> <p>Ihre Hacken berühren beim Treten die Querstreben</p>	<p>falsche Positionierung Ihres Körpers</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stellen sie den Pedal-trainer näher an ihre Sitzgelegenheit. Da-durch wenden sie ihre Kraft von oben auf die Pedale an • Stellen Sie Ihren Fuß mittiger auf die Pedalen
<p>Pedaltrainer hakt</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Lesen Sie Seite 26&27
<p>Hohe Stufen sind nicht tretbar</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Lesen Sie Seite 26&27
<p>Gerät quietscht</p>	<p>Sie sind am Antreten oder treten zu langsam</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Erhöhen Sie ihre Tretgeschwindigkeit • Verringern Sie den Widerstand

PROBLEME?

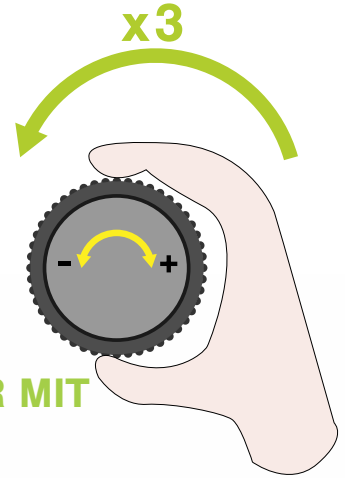
STÖRUNG	MÖGLICHE GRÜNDE	MASSNAHMEN
Display ist aus	Batterie ist nicht richtig oder gar nicht eingesetzt Batterie ist leer	<ul style="list-style-type: none">• Display wie auf S. 14 beschrieben öffnen und die beiliegende Batterie einlegen• dabei den (+) Pol nach oben und den (-) Pol nach unten auf die Spirale setzen• bei leerer Batterie diese entnehmen und eine neue AAA Batterie einsetzen
Schmerzen im Knie	Falsche Sitzhaltung zu hohe Einstellung des Stellrads	<ul style="list-style-type: none">• Darauf achten, das Knie nicht zu überstrecken• für eine Hilfestellung die Abbildung auf S.19 betrachten• ggf. das Stellrad auf eine niedrigere Stufe einstellen

STÖRUNG	MÖGLICHE GRÜNDE	MASSNAHMEN
Gerät rutscht weg	<p>Seil ist zu locker oder gar nicht angebracht</p> <p>Untergrund ist zu rutschig</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Seil wie auf S. 15 beschrieben unter dem Gerät herführen und an der Sitzgelegenheit befestigen • Seil am Klickverschluss auf Spannung bringen • Seil wie oben beschrieben anbringen und ggf. Standort des Geräts wechseln
Das Treten geht zu leicht / zu schwer	Stellrad ist nicht auf die optimale Trittschwere eingestellt	<ul style="list-style-type: none"> • Stellrad auf verschiedene Stufen stellen und das Tretgefühl austesten

HAKT WAS?

UNRUNDES TRETGEFÜHL?

Ein un rundes Tretgefühl entsteht bei höheren Widerstandsstufen durch zu wenig Kraft am Totpunkt. Dies ist die Stellung, in der eine Pedale ganz unten bzw. ganz oben ist. Reduzieren Sie in diesem Fall die den Widerstand am Stellrad um drei Umdrehungen nach links. Treten Sie nun kontinuierlich und ohne ins Stocken zu geraten.



LÄUFT ES UNRUND? RUNTER MIT DER INTENSITÄT



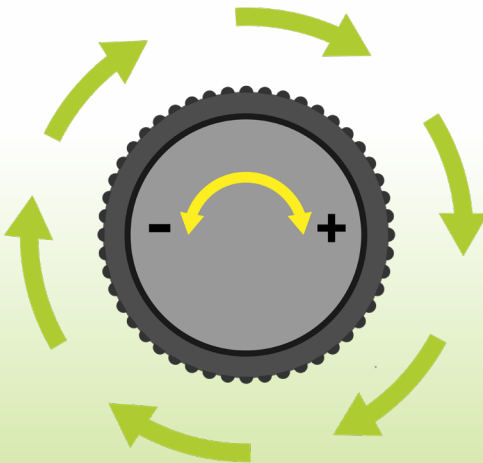
Achten Sie darauf, konstant Kraft auszuüben, so haben Sie ein hervorragendes Training für Ihre Muskeln und ihre Ausdauer. Der Pedaltrainer ist kein Gerät für Krafttraining, sondern zielt auf ein ausdauerndes Training ab.

Treten Sie lieber länger auf einer niedrigeren Stufe statt auf einer zu hohen Stufe.

WIESO KANN ICH EIGENTLICH DAS STELLRAD SO WEIT DREHEN?

Vielleicht haben Sie bemerkt, dass Sie das Stellrad sehr weit nach rechts drehen können, obwohl schon deutlich vorher kein Treten mehr möglich ist. Diese Einstellung ist von uns beabsichtigt. Der Pedaltrainer funktioniert mit Reibkraft, wodurch ein gewisser Abrieb unvermeidbar ist.

Wir haben Ihnen deswegen genügend Puffer eingebaut, damit wir Ihnen über viele Jahre hinweg einen gleichbleibenden Maximalwiderstand gewährleisten können.



LUST AUF EIN PROBE- TRAINING?

Anfangs ist es vielleicht schwer für Sie einzuschätzen, wie sie am angenehmsten aber auch effektivsten mit dem Pedaltrainer trainieren können. Deswegen haben wir von Tretmann ein Probetraining vorbereitet, was Ihnen hilft, sich mit dem Gerät anzufreunden und gleichzeitig einen angenehmen Einstieg in das Training mit dem Pedaltrainer ermöglicht.

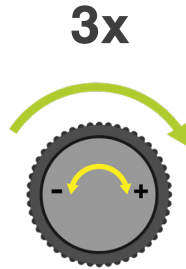
Falls Ihnen das Training an einem bestimmten zu anstrengend wird, können sie entweder die Zeit der Intervalle verkürzen, oder auch am Stellrad den Widerstand runter drehen. Wenn Sie Schmerzen verspüren oder sich sonst unwohl fühlen, unterbrechen Sie das Training.

Wenn Sie Probleme an dem Gerät bemerken und diese nicht durch unser Q&A (S.21-S.25) lösen können, rufen Sie uns gerne an:

+49/05241 9646817
support@tretmann.com

LOS GEHTS!

1

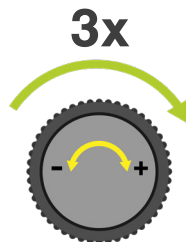


7 Minuten

Stellen Sie das Stellrad auf die niedrigste Stufe. Dann drehen Sie es drei Runden nach rechts und wärmen sich für 5 Minuten locker auf.

2 Minuten Pause

2

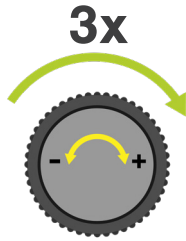


3 Minuten

Drehen Sie das Stellrad von dem aktuellen Punkt nochmal drei Umdrehungen weiter (insgesamt 6 Umdrehungen). Treten sie jetzt 3 Minuten.

2 Minuten Pause

3

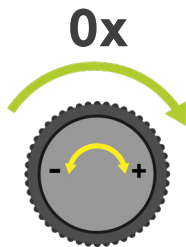


2,5 minutes

Drehen Sie das Stellrad von dem aktuellen Punkt nochmals drei Umdrehungen weiter (insgesamt 9 Umdrehungen). **Treten Sie 2,5 Minuten vorwärts.**

2 Minuten Pause

4

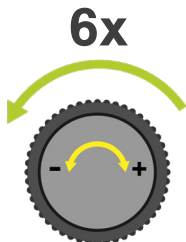


2,5 minutes

Behalten Sie die gleiche Stufe bei. **Treten Sie aber jetzt noch-mal 2,5 Minuten rückwärts.**

2 Minuten Pause

5



5 minutes

Drehen Sie das Stellrad von dem aktuellen Punkt 6 Umdrehungen nach Links (insgesamt 3 Umdrehungen). **Treten Sie 5 Minuten vorwärts.**

„VERSUCHE NICHT BESSER ZU SEIN ALS ANDERE. VERSUCHE BESSER ZU SEIN, ALS DU ES GESTERN WARST.“

Es ist entscheidend, dass Sie Ihre persönlichen Ziele kennen! Jeder Tag, an dem Sie sich für eine Einheit auf dem Pedaltrainer entscheiden, ist ein Tag an dem Sie fitter ins Bett gehen als Sie aufgestanden sind. Dabei geht es nicht darum, den Pedaltrainer besonders lange oder auf einer besonders hohen Intensität zu nutzen, sondern so, dass Sie sich damit gut fühlen – denn unser oberstes Ziel ist Ihr Wohlbefinden!



**PEDALTRAINER
BASIC**
BETRIEBSANLEITUNG

BETRIEBSANLEITUNG

PEDALTRAINER MIT REIBKRAFTBREMSE

- 1** Willkommen/Verpackungsinhalt
- 1.1** Wichtige Sicherheitshinweise
- 2** Warnhinweis zur Sicherheit
- 2.1** Übersicht über den Verpackungsinhalt
- 3** Beschreibung
- 3.1** Montagehinweise
- 3.2** Erneuerung der Batterien
- 4** Zusätzliche Informationen
- 4.1** Verpackungsentsorgung
- 4.2** Entsorgung
- 5** Herstellererklärung und Haftungsausschluss

Stand der Informationen: August 2024. Alle Rechte vorbehalten. Technische und optische Änderungen sowie Druckfehler vorbehalten.

1 WILLKOMMEN

Wir danken Ihnen, dass Sie sich für den Kauf eines Tretmann- Pedaltrainers entschieden haben. Mit dieser Entscheidung haben Sie einen großen Schritt in Richtung eines fitteren Lebens getan!

VERPACKUNGSGEHALT

Prüfen Sie, ob die zum Pedaltrainer gehörenden Komponenten im Lieferumfang enthalten sind. Sollte etwas fehlen, kontaktieren Sie uns bitte umgehend unter:



support@tretmann.com oder +49/05241 9646817

Inhalt (gesamt 5,5 kg):

1 x Pedaltrainer	1 x Befestigungs-Band
4 x Schrauben	1 x Inbusschlüssel
2 x Pedalen (mit Riemen)	1 x Poster Dehnübungen
1 x Schraubenschlüssel	1 x Anleitung
2 x Standfüße	

1.1 WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Dieses Handbuch ist ein wesentlicher Bestandteil Ihres Trainingsgerätes. Lesen Sie es bitte sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Trainingsgerät montieren, mit ihm trainieren oder es warten. Bitte bewahren Sie dieses Handbuch auf. Es wird Sie jetzt und zukünftig darüber informieren, wie Sie Ihr Gerät benutzen und warten. Befolgen Sie diese Anweisungen immer sorgfältig.

2 **WARNHINWEISE ZUR SICHERHEIT**

WARNUNG

Lesen Sie die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen. Werden die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen nicht befolgt, kann dies zu Personenverletzungen und Schäden am Gerät führen. Bewahren Sie die Warnhinweise zur Sicherheit und die Anweisungen zur künftigen Bezugnahme auf.

Das Gerät ist nur für den Hausgebrauch geeignet. Das Gerät ist nicht für den gewerblichen Gebrauch geeignet.

Die maximale Verwendung ist auf 2 Stunden pro Tag beschränkt. Wenn dieses Gerät von Kindern oder Personen mit körperlicher, sensorischer, geistiger oder motorischer Behinderung verwendet wird, oder wenn nicht genügend Erfahrung und Kenntnisse vorhanden sind, kann dies zu Gefahrensituationen führen. Personen, die für deren Sicherheit verantwortlich sind, müssen klare Anweisungen geben oder den Gebrauch des Geräts beaufsichtigen.

Bevor Sie Ihr Training starten, nehmen Sie Kontakt mit einem Arzt auf, um Ihre Gesundheit kontrollieren zu lassen.

Falls Sie Übelkeit, ein Schwindelgefühl oder andere anormale Symptome verspüren, hören Sie unverzüglich mit Ihrem Training auf und wenden Sie sich an einen Arzt.

Um einen Muskelkater zu vermeiden, starten Sie jedes Training mit Aufwärmen und beenden Sie es mit Abkühlen. Denken Sie daran, sich am Ende des Trainings zu dehnen.

Das Gerät ist nur für den Gebrauch in geschlossenen Räumen geeignet. Das Gerät ist nicht für den Gebrauch im Freien geeignet. Verwenden Sie das Gerät nur in Umgebungen mit ausreichender Belüftung. Verwenden Sie das Gerät nicht in zugiger Umgebung, damit Sie sich nicht erkälten. - Verwenden Sie das Gerät nur in Umgebungen mit Umgebungstemperaturen zwischen 10 °C und 35°C. Lagern Sie das Gerät nur in Umgebungen mit einer Umgebungstemperatur zwischen 5 °C und 45 °C.

Verwenden und lagern Sie das Gerät nicht in feuchten Umgebungen- Die Luftfeuchtigkeit darf 80% nicht überschreiten. Verwenden

Sie das Gerät nur bestimmungsgemäß. Verwenden Sie das Gerät nicht für einen anderen als für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck. Verwenden Sie das Gerät nicht, falls Teile beschädigt oder defekt sind. Ist ein Teil beschädigt oder defekt, wenden Sie sich an Ihren Händler. Halten Sie Ihre Hände, Füße und andere Körperteile von den beweglichen Teilen fern. Halten Sie Ihr Haar von den beweglichen Teilen fern. Tragen Sie entsprechende Kleidung und Schuhe. Halten Sie Kleidung, Schmuck und andere Gegenstände von den beweglichen Teilen fern. Vergewissern Sie sich, dass das Gerät nur von einer Person auf einmal verwendet wird. Das Gerät darf nicht von Personen verwendet werden, deren Gewicht 150 kg überschreitet. Öffnen Sie das Gerät nicht, ohne vorher mit Ihrem Händler zu sprechen.



Das Symbol des durchgeschlagenen Mülleimers besagt, dass dieses Elektro- bzw. Elektronikgerät am Ende seiner Lebensdauer nicht im Hausmüll entsorgt werden darf, sondern einer getrennten Sammlung zugeführt werden muss. Zur Rückgabe stehen in Ihrer Nähe kostenfreie Sammelstellen für Elektroaltgeräte sowie ggf. weitere Annahmestellen für die Wiederverwendung der Geräte zur Verfügung. Die Adressen erhalten Sie von Ihrer Stadt- bzw. Kommunalverwaltung. Sofern das alte Elektro- bzw. Elektronikgerät personenbezogene Daten enthält, sind Sie selbst für deren Löschung verantwortlich, bevor Sie es zurückgeben. Sofern möglich, entnehmen Sie dem Altgerät bitte alte Batterien oder Akkus, bevor Sie es zur Entsorgung zurückgeben. Bitte vermeiden Sie die Entstehung von Abfällen aus elektrischen oder elektronischen Geräten soweit wie möglich, z.B. indem Sie Produkte mit längerer Lebensdauer bevorzugen oder Elektro-Altgeräte einer Wiederverwendung zuführen, anstatt diese zu entsorgen. Weitere Informationen zum Elektroggesetz finden Sie auf www.elektroggesetz.de.

2.1 ÜBERSICHT VERPACKUNGSGEHÄUSE



3 BESCHREIBUNG

Ihr Pedaltrainer ist ein ortsfestes Fitnessgerät, das zur Simulation des Fahrradfahrens verwendet wird, ohne dabei einen übermäßigen Druck auf die Gelenke auszuüben

3.1 MONTAGEHINWEISE

Bauen Sie das Gerät in der angegebenen Reihenfolge der **Montageanleitung** zusammen. Tragen und bewegen Sie das Gerät mit mindestens zwei Personen. Stellen Sie das Gerät auf festen, ebenen Boden. Stellen Sie das Gerät auf eine schützende Unterlage, um Schäden am Bodenbelag zu vermeiden. Sorgen Sie rund um das Gerät für einen Freiraum von mindestens 100 cm. Der richtige Zusammenbau des Geräts geht aus den Abbildungen der **Montageanleitung** hervor. Zum Erhöhen oder Verringern des Widerstands drehen Sie das Stellrad am Gehäuse.

3.2 ERNEUERUNG DER BATTERIEN

Sollte die Batterie einmal leer sein, wechseln Sie die Batterie wie auf der **Anwendungsanleitung** beschrieben.

4 ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN

4.1 VERPACKUNGSENTSORGUNG

Staatliche Vorschriften geben vor, dass wir die in Deponien entsorgen Abfallmengen verringern sollen. Daher bitten wir Sie, den gesamten Verpackungsabfall an öffentlichen Recyclingstellen abzugeben.

4.2 ENTSORGUNG

Entsorgung am Ende der Lebensdauer.

Wir von Tretmann hoffen, dass Sie Ihren Fitnesstrainer viele Jahre mit Freude nutzen werden. Jedoch wird irgendwann die Zeit kommen, wenn das Ende der Nutzungsdauer des Fitnesstrainers erreicht ist.

Gemäß den europäischen WEEE-Gesetzen sind Sie für eine geeignete Entsorgung des Fitnesstrainers bei einer anerkannten öffentlichen Entsorgungsstelle verantwortlich.

5 HERSTELLERERKLÄRUNG

Tretmann erklärt hiermit, dass das Produkt folgenden Normen und Richtlinien entspricht: EN ISO20957-1:2013. Das Produkt trägt das CE-Kennzeichen.

Pflege und Wartung

Die Sicherheit des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß an Verbindungsstellen und Riemen untersucht wird. Dabei bitte insbesondere die Aufmerksamkeit auf bewegte Komponenten richten. Beschädigte Teile sollten umgehend ausgetauscht werden oder das Gerät sollte bis zur Reparatur nicht mehr verwendet werden.

Montageanweisungen

Zur Montage des Geräts ist nur ein Maulschlüssel nötig. Dieser ist im Lieferumfang bereits enthalten. Die Grundfläche, die für den Stand des Pedaltrainers nötig ist, beträgt 48 cm x 40 cm.

Allgemeine Gebrauchsanweisung

Dieses Sportgerät ist zur Benutzung in Innenräumen ausgelegt. Zum Training mit diesem Pedaltrainer stellen Sie ihn auf den Boden vor einem Stuhl oder einem Sofa. Danach setzen Sie ihre Füße auf die Pedale und führen mit den Füßen eine Kreisbewegung wie bei

Fahrradpedalen aus. Wenn Sie das Training beenden möchten, verringern Sie ihr Tempo und setzen dann bei niedriger Drehzahl die Füße neben dem Pedaltrainer ab.

Die Trainingsfläche sollte ausreichend groß für die Benutzung des Sportgeräts von einem Stuhl aus sein. Achten Sie ebenfalls darauf, dass die Trainingsfläche gerade und stabil ist.

Kinder sind von diesem Sportgerät fernzuhalten oder zu beaufsichtigen.

6 HAFTUNGSAUSSCHUSS

Haftungsausschluss

© 2024 KF Brands GmbH

Alle Rechte vorbehalten.

Produkt und Handbuch können geändert werden. Die technischen Daten können ohne Vorankündigung geändert werden.

KF Brands GmbH

Pattbreite 4,

D-33428 Harsewinkel

ZUM SCHLUSS NOCH EINE KLEINE BITTE!

Wir von Tretmann sind ein kleines Unternehmen aus Gütersloh im Westen Deutschlands in NRW, das es sich zur Aufgabe gemacht hat, Produkte rund ums Thema Fitness im Alter zu verbessern, um sie zufriedener und glücklicher zu machen.

Als kleiner Anbieter auf Amazon leben unsere Produkte von der direkten Produktrezension durch unsere Kunden. Daher würden wir uns sehr darüber freuen, wenn Sie sich kurz die Zeit nehmen, um uns eine Produktbewertung auf Amazon zu hinterlassen (ca. 1 Minute).

Bewerten Sie jetzt und helfen Sie anderen Kunden bei ihrer Kaufentscheidung!

**JETZT SCANNEN
UND BEWERTEN!**



Mit freundlichen Grüßen aus Gütersloh

Aaron and Niklas

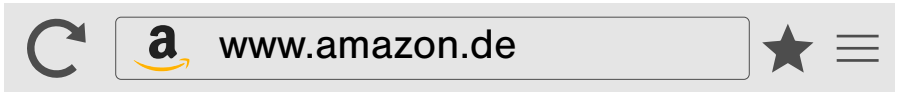


SIND SIE BEGEISTERT?

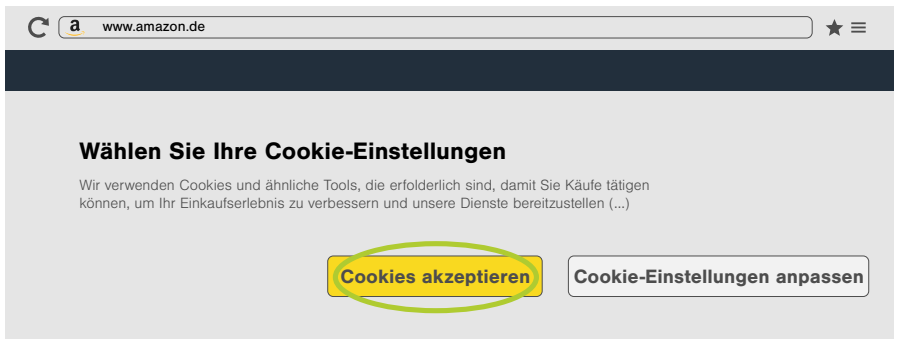
Gefällt Ihnen der Heimtrainer und möchten Sie uns unterstützen?

Dann bewerten Sie unser Produkt auf amazon.de oder bitten Sie denjenigen, der Ihnen das Produkt bestellt hat es zu bewerten! Hier ist die Anleitung zum Erstellen einer **Produktbewertung**:

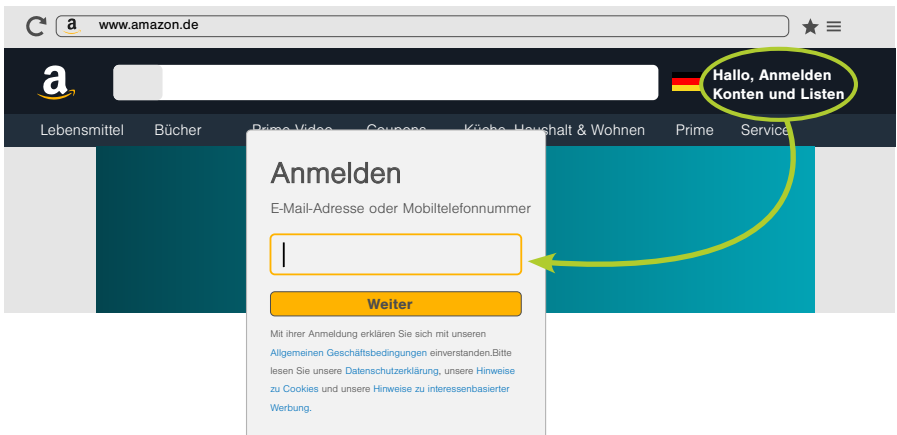
1 Öffnen Sie Ihren Browser und geben Sie amazon.de ein



2 Akzeptieren Sie die Cookies



3 Melden Sie sich bei Ihrem Amazon-Konto an



4

Gehen Sie auf: »Meine Bestellungen«

The screenshot shows the Amazon.de homepage. The search bar is empty. The navigation menu includes 'Lebensmittel', 'Bücher', 'Prime Video', 'Coupons', and 'Küche, Haushalt & Wohnen'. The 'Mein Konto' dropdown menu is open, showing options: 'Mein Konto', 'Meine Bestellungen', and '(...)'. The 'Meine Bestellungen' option is highlighted.

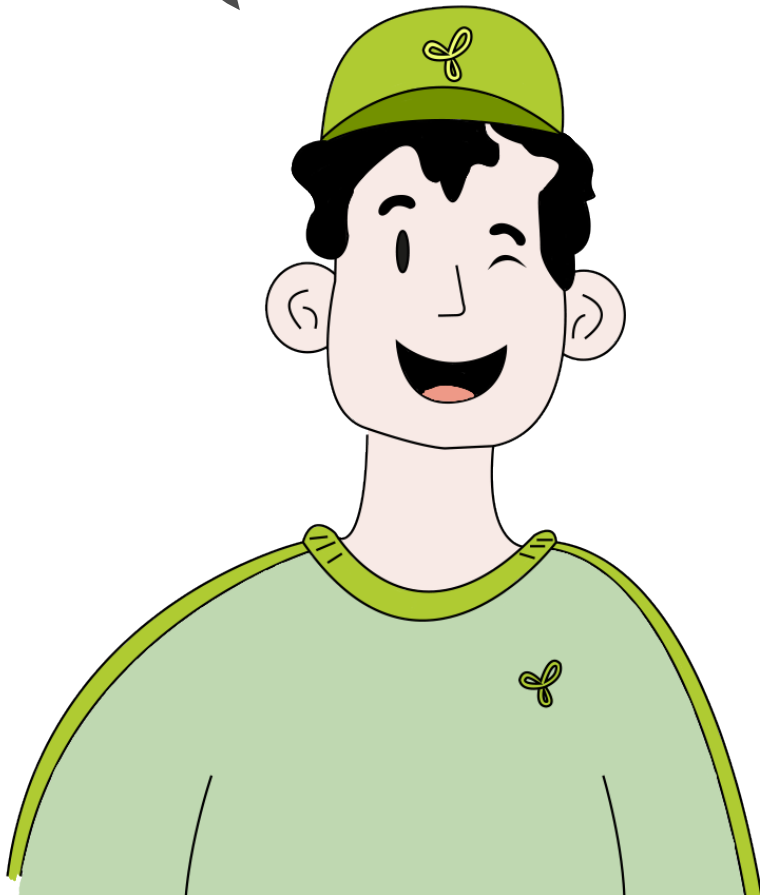
The screenshot shows the 'Meine Bestellungen' page. The search bar contains 'tretmann pedaltrainer' and is circled in green. Below the search bar are tabs for 'Bestellungen', 'Nochmals kaufen', 'Shop-Bestellungen', and 'Stornierte Bestellungen'. The 'Bestellungen' tab is selected. Below the tabs, there is a product card for 'Tretmann Pedaltrainer'. The card includes a product image, the title 'Tretmann Pedaltrainer', and a yellow price tag. To the right of the product card are four buttons: 'Lieferung verfolgen', 'Artikel zurücksenden', 'Geschenkbestätigung', and 'Schreiben sie eine Produktrezension'. The 'Schreiben sie eine Produktrezension' button is circled in green.

5

Geben Sie in der Suchleiste Tretmann Pedaltrainer ein und klicken Sie auf „Schreiben Sie eine Produktrezension“

The screenshot shows the product page for 'Tretmann Pedaltrainer'. The product image is shown on the left. Below the image is the title 'Tretmann Pedaltrainer'. The 'Gesamtbewertung' section shows five empty star icons. Below the stars is the 'Titel hinzufügen' section with a text input field containing 'Was ist die wichtigste Information?'. Below that is the 'Foto oder Video hinzufügen' section with a dashed box containing a plus sign. At the bottom is the 'Fügen Sie eine schriftliche Rezension hinzu' section with a text input field containing 'Was hat ihnen gefallen oder misfallen?'.

**ICH FREUE
MICH AUF DAS
TRAINING MIT
IHNEN!**





VIELEN DANK FÜR IHR VERTRAUEN!



Liebevoll konzeptioniert und umgesetzt. Ein Pedaltrainer auf den man sich verlassen kann. 100%ige Empfehlung. An den Erfolg angeknüpft haben Sie mit dem Basic Modell ein Einstiegsmodell der Spitzenklasse kreiert. « Dr. Funcken

BRAUCHEN SIE HILFE?

Stimmt etwas mit Ihrem Pedaltrainer nicht?

Haben Sie Fragen zur Anwendung? Dann rufen Sie uns an unter:



support@tretmann.com oder +49/05241 9646817