



	FR	EN
①	Ecran d'affichage	Display screen
②	Réglage de la résistance	Resistance setting
③	Mise en route Sélection affichage	Start-up Display selection
④	Pliable	Foldable

PEDALIER D'EXERCICE « SCREEN »

FR

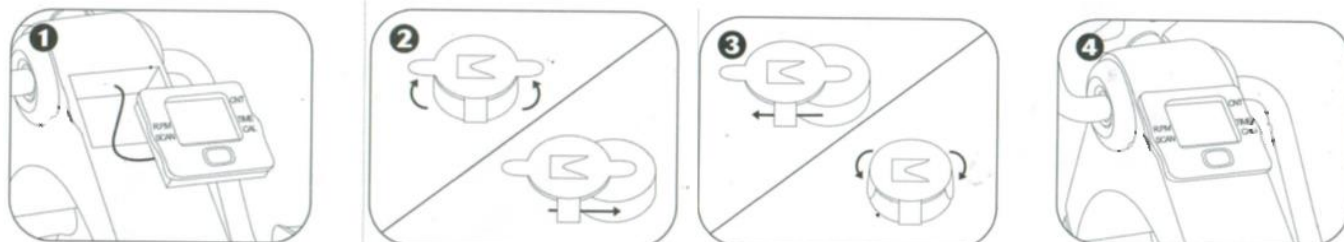


Avertissement : Veuillez lire ce manuel d'instructions attentivement avant d'utiliser l'instrument et le conserver pour une utilisation future.

A. CONSIGNES DE SECURITE

1. Cet appareil est destiné à un usage domestique uniquement. N'utilisez l'appareil que comme indiqué dans ce mode d'emploi.
2. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
3. Gardez l'appareil à l'écart des sources de chaleurs comme les radiateurs, afin d'éviter la déformation des parties en plastique.
4. N'utilisez pas de produits nettoyants abrasifs pour nettoyer l'appareil.
5. Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de cet appareil. Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

B. INSERTION ET/OU CHANGEMENT DES PILES



L'appareil est fourni avec une pile. Ensuite, si l'affichage numérique commence à s'affaiblir, remplacez la pile. Pour ce faire, suivez les instructions suivantes :

- Décochez l'écran délicatement.
- Le compartiment piles se trouve à l'arrière de l'écran. Soulevez la languette d'un côté du compartiment et faites glisser la pile hors du support.
- Remplacez la pile. Fermez l'onglet pour remettre la pile en place.
- Remplacez le boîtier de l'écran sur son socle en veillant à ne pas appuyer sur l'écran lui-même.

C. UTILISATION

1) Installation

- Dépliez les pieds jusqu'à l'enclenchement des goupilles de sécurité.
- Placer le pédalier d'exercice sur une surface plane, comme une table, pour travailler la partie supérieure du corps ; saisissez les poignées des pédales et tournez-les vers l'avant ou vers l'arrière.
- Pour travailler la partie inférieure du corps, posez l'exerciseur par terre, et glissez vos pieds dans les cale-pieds. Faites les tourner vers l'avant ou vers l'arrière.



2) Réglage de la résistance

Utilisez la molette ② pour ajuster la résistance du pédalier : tourner dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la résistance, tourner en sens inverse pour diminuer la force de résistance.

3) Mise en marche

Pour allumer l'écran, appuyez sur le bouton rouge ③. Commencez à pédaler et le nombre de tours effectués s'affiche instantanément en face des lettres CNT (count = compteur de tours). Ensuite, utilisez le bouton ③ pour faire pointer la petite flèche noire en face des informations que vous voulez voir sur l'écran :

RPM : Tours par minute

TIME : Temps de fonctionnement CAL : Calories utilisées

SCAN : Pour faire défiler les écrans avec une pause de 5s sur chaque écran

Pour réinitialiser l'affichage, appuyez et maintenez enfoncé le bouton jusqu'à ce que tous les indicateurs reviennent à zéro.

Si l'appareil n'est pas utilisé pendant 2 secondes, le voyant STOP s'allume et le minuteur s'arrête. Si l'appareil n'est pas utilisé pour plus de 4 minutes, l'écran s'éteint.



4) Pliage pour le rangement

L'appareil se plie pour un rangement facile. Pour ce faire, tirez la bague de la goupille de verrouillage située sous l'appareil et repliez le pied vers l'intérieur. Répétez l'opération pour le deuxième pied.

D. CONSEIL D'ENTRETIEN

Nettoyez le produit uniquement avec un chiffon sec ou légèrement humide et non pelucheux.

N'utilisez pas de produits nettoyants abrasifs pour nettoyer l'appareil.

E. CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

- Matières: Acier, Polypropylène
- Alimentation : 1 pile bouton LR44 (incluse)
- Compteur : Durée ; nombre de tours, tours par minute ; Calories brûlées



Mise au rebut de l'appareil :

La directive Européenne 2012/19/EC sur les déchets des Equipements électriques et Electroniques (DEEE), exige que les appareils ménagers usagés ne soient pas jetés dans le flux normal des déchets municipaux. Les appareils usagés doivent être collectés séparément afin d'optimiser le taux de récupération et le recyclage des matériaux qui les composent et réduire l'impact sur la santé humaine et l'environnement.

Précisions et précautions sur l'utilisation des piles :

- Jeter une pile usagée dans la nature ou les ordures ménagères pollue et empêche la récupération de matériaux valorisables. Il est donc important de limiter sa consommation de piles et de respecter les consignes suivantes :
 - De privilégier les piles alcalines (qui durent plus longtemps que les piles salines) et lorsque c'est possible les piles rechargeables.
 - De déposer les piles et accumulateurs usagés dans les conteneurs spécifiques présents chez les commerçants. Ainsi, les métaux seront valorisés et ne pollueront pas l'environnement car ils contiennent des métaux lourds, dangereux pour la santé et l'environnement (principalement du nickel et du cadmium).
- Les piles doivent être mises en place en respectant la polarité indiquée sur l'appareil et sur la pile. Un positionnement incorrect peut soit endommager l'appareil, soit causer des fuites au niveau des piles, soit à l'extrême un incendie ou l'explosion de la pile.
- Pour assurer un bon fonctionnement, les piles doivent être en bon état. En cas d'anomalie dans le fonctionnement de l'appareil, mettre des piles neuves.
- N'essayez jamais de recharger des piles non rechargeables. Elles pourraient couler, s'échauffer, provoquer un incendie ou exploser.
- Remplacez l'ensemble des piles en même temps. Ne jamais mélanger des piles salines avec des piles alcalines ou rechargeables.
- Les piles usagées doivent être enlevées de l'appareil. De même, retirez les piles de l'appareil si vous ne l'utilisez pas pendant une longue durée, sinon les piles risquent de couler et de causer des dommages.
- Ne jamais essayer de court-circuiter les bornes d'une pile.
- Ne jamais jeter les piles au feu, elles risqueraient d'exploser.
- La recharge des accumulateurs est à réaliser par un adulte.
- Sortir les accumulateurs de l'appareil avant de les recharger.
- Nous conseillons à l'adulte de surveiller l'enfant lorsqu'il change les piles afin que ces consignes soient respectées ou bien effectuer lui-même le remplacement des piles.
- Si une pile est avalée, consulter immédiatement son médecin ou le centre antipoison le plus proche. N'oubliez pas d'emporter l'appareil avec vous.
- Pour un fonctionnement optimal, nous recommandons d'utiliser uniquement des piles haute performance de qualité et récente.

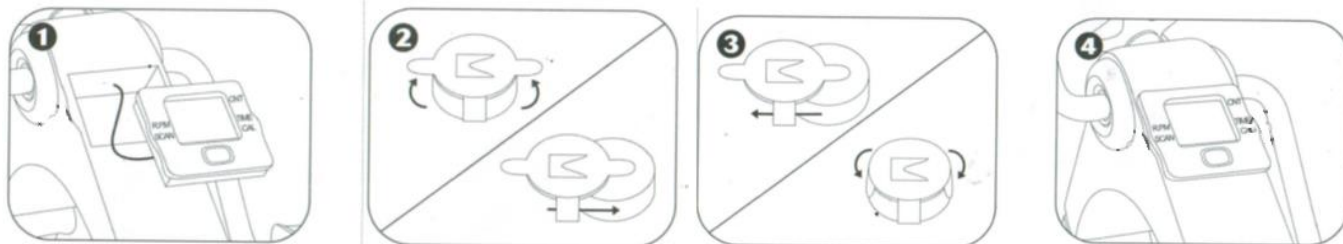


Warning: Please read this instruction manual carefully before using the instrument and keep it for future use.

A. SAFETY INSTRUCTIONS

1. The device is intended exclusively for private and not for commercial use. Only use this device as describe in this instruction manual.
2. Do not use outdoors.
3. Keep it away from heat sources such as radiators, to avoid deformation of plastic parts.
4. Do not use coarse or abrasive sponges/cloths or steel wool to clean the appliance.
5. This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capacities, or by persons lacking in experience or knowledge, unless they are supervised or instructed on the use of this apparatus by a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure they do not play with this appliance.

B. INSERT OR REPLACE BATTERY



The device is supplied with a battery. If the digital display begins to fade, replace the battery. To do this, follow the instructions below:

- Carefully remove the display.
- The battery compartment is at the back of the display. Lift the tab on one side of the compartment and slide the battery out of the holder.
- Replace the battery. Close the tab to replace the battery.
- Replace the screen case on its base, taking care not to press on the screen itself.

C. HOW TO USE IT

1) Installation

- Unfold the feet until the safety pins engage.
- Place the pedal exerciser on a flat surface, such as a table, to work the upper body; grasp the pedal handles and turn them forwards or backwards.
- To work the lower body, place the exerciser on the floor and slide your feet into the footrests. Rotate them forwards or backwards.

2) Resistance adjustment

Use the ② knob to adjust the resistance of the crankset: turn clockwise to increase resistance, turn anti-clockwise to decrease resistance force.

3) Switching on

To switch on the display, press the red ③ button. Start pedaling and the number of laps completed is instantly displayed opposite the letters CNT (count = lap counter).

Next, use the ③ button to point the little black arrow opposite the information you want to see on the screen:

RPM: Revolutions per minute

TIME : Operating time CAL : Calories used

SCAN : To scroll through the screens with a 5s pause on each screen

To reset the display, press and hold the button until all indicators return to zero.

If the unit is not used for 2 seconds, the STOP indicator lights up and the timer stops. If the unit is not used for more than 4 minutes, the display goes out.

4) Folding

The unit can be folded for easy storage. To do this, pull the locking pin ring on the underside of the unit and fold the foot inwards. Repeat for the second foot.

D. CARE AND MAINTENANCE

Clean the product only with a dry or slightly damp, lint-free cloth.

Do not use abrasive cleaners to clean the unit.

E. FEATURES

- Materials: Steel, Polypropylene
- Power supply: 1 LR44 button cell (included)
- Counters: time; number of revolutions, revolutions per minute; calories burned



The European directive 2012/19/EC about electronic and electric waste, requires that you can't throw away defective domestic appliance with common waste. Used device has to be collect separately to optimize the recuperation rate and the recycling of the materials to reduce the impact on the health and the environment.

Precision and precautions about the battery use

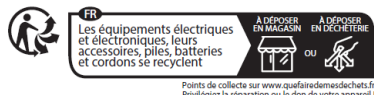
- Throwing away a used battery in the environment or with household waste pollutes and avoids the recuperation of reusable materials.
- It is important to limit the battery consumption and to respect the following rules:
 - Favor alkaline battery (last longer than saline battery) and when it's possible use rechargeable battery.
 - Leave used batteries and accumulators in adapted containers that you can find in some retailers. In that way, metals don't pollute the environment and the health.
- Battery has to be inserted by respecting the polarity show on the apparel and the battery. An incorrect positioning can damage the apparel, cause leaking and even provoke fire and the explosion of the battery.
- To assure a good functioning, battery has to be in a good condition. If there is a problem, put new battery.
- Never try to recharge battery not made for this. It could leak, warm up, cause fire or explode.
- Replace all the battery at the same time. Never mix up alkaline battery with saline battery.
- Used battery has to be removed.
- Also, remove the battery if you're not using the apparel for a long time.
- Never try to short-circuit the terminal of a battery.
- Never throw away the battery in fire because they can explode.
- Take out the accumulator from the apparel before reload it.
- We recommend that an adult watch if a child change the battery to respect those rules.
- If you swallow a battery, go immediately to your doctor or the hospital.
- For the best ongoing performance, we recommend using only fresh, high-quality, alkaline batteries.



Importé par / Importiert von / Geïmporteerd door / Imported by :

CAPTELEC, 59170 Croix - FRANCE

Veuillez noter que l'adresse ci-dessus n'est pas une adresse de service, contactez d'abord le SAV de l'entreprise auprès de laquelle vous avez acheté le produit.



Points de collecte sur www.quefaire-demidesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !