

Brugsanvisning Pedal Træner Digital Funktion



Før brug:

- 1) Fold benene ud, til de er i låst position
- 2) Skru justeringsskruen **A** i
- 3) Justér modstanden ved at dreje på justeringsskruen **A**
- 4) Drej til venstre for at øge modstanden, og drej til højre for at mindske modstanden - drej den tilbage til minimum efter brug
- 5) Tryk på den røde knap **B** for at tænde displayet - ved gentagne tryk herpå skiftes mellem programmerne

Efter brug:

- 1) Træk i sikkerhedsringene **C** bag på benene, for at folde pedal træneren sammen

Mål:

Dybde: 48 cm.
Bredde: 36,5 cm.
Højde: 25 cm.

Vægt: 2,55 kg.

Maks. belastning 50 kg.

Brugsanvisning Pedal Træner Digital Funktion



Tryk 1 gang på den røde knap - pilene står ud for CNT og TIME
Enheden viser de totale omdrejninger og den forløbne tid - tiden stopper ikke når De holder op med at træde

Tryk 2 gange på den røde knap - pilene står ud for CNT og CAL
Enheden viser de totale omdrejninger og forbrændte kalorier

Tryk 3 gange på den røde knap - pilene står ud for CNT og R.P.M
Enheden viser de totale omdrejninger og omdrejninger i minuttet

Tryk 4 gange på den røde knap - pilene står ud for CNT, R.P.M og SCAN
Enheden viser skiftevis den forløbne tid, forbrændte kalorier og omdrejninger i minuttet - skifter ca. hvert 10 sekund

Efter ca. 3 minutters stilstand slukker displayet automatisk