

TP320R Norsk brukerveiledning



Spesifikasjoner:

Lavspenningsdirektiv - EN60335 - 1

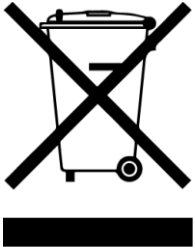
E&E-direktiv - EN 62233

EMC-direktiv - EN55014 - 1

EN55014 -2

EN61000 - 3 - 2

EN61000 - 3 - 3



Dette produktet må resirkuleres.

INNHALDSFORTEGNELSE

Introduksjon/forholdsregler	4
Deleliste	6
Montering	10
Folding	16

Konsoll

Konsollbeskrivelse	17
Programoversikt	18
Programinnstillinger	19
Hurtigstartprogram	19
Raceprogram	20
Profilprogram	20
Wattprogram	20
Pulsprogram	21
Brukerprogram	21

Generelt

Pulsbelte	22
Oppvarming	22
Rengjøring og vedlikehold	24

INTRODUKSJON/FORHOLDSREGLER:

A. Introduksjon

Denne brukerveiledningen inneholder informasjon om montering, drift, vedlikehold og forholdsregler.

Vennligst les gjennom følgende viktige forholdsregler.

B. Forholdsregler

- a. Les godt gjennom brukerveiledningen og følg alle forholdsregler før du benytter deg av apparatet.
- b. Dette apparatet er utviklet for bruk hjemme eller i lette kommersielle sammenhenger.
- c. Inspiser apparatet før bruk, og forsikre deg om at alle deler fungerer som de skal.
- d. Forsikre deg om apparatet står stabilt på gulvet. Unngå ujevne overflater.
- e. Apparatet er ikke utviklet for bruk av barn. Barn bør ikke ha tilgang til apparatet uten oppsyn.
- f. Apparatet har bevegelige deler. Andre personer, spesielt barn, bør holde god avstand til apparatet når det er i bruk.
- g. Forsikre deg om at alle deler er justert riktig for å unngå skade.
- h. Fjern alle smykker, inkludert ringer, kjeder og nåler før trening.
- i. Ikle deg alltid passende treningstøy og joggesko under trening. Ikke ikle deg løstsittende klær da disse kan vikles inn i apparatets bevegelige deler.
- j. Varm opp i fem til ti minutter før hver treningsøkt, og tillat en nedkjølingsperiode etterpå. Dette lar din øker og senker din hjerterytme gradvis og vil forebygge muskelstrekker.
- k. Ikke hold pusten under treningsøktene. Du bør puste i en normal rytme i henhold til treningsnivået du utfører.
- l. Tillat tilstrekkelig med hvile mellom treningsøktene. Musklene tones og utvikles under disse hvileperiodene. Nybegynnere bør starte med å trene to ganger i uka, og øke gradvis til fire eller fem ganger pr uke.

m. Ikke tren feil. Overtrening kan virke mot sin hensikt.

n. VIKTIG: Alle justeringsspaker bør låses før bruk.

o. Bremsesystem: Hastighetsuavhengig.

VIKTIG:

MAKS BRUKERVEKT FOR DETTE APPARATET ER 150 KG.

Merk: Du bør snakke med en lege før du påbegynner et nytt treningsprogram. Dersom du opplever smerte eller unaturlig ubehag, avslutt treningsøkten umiddelbart, og kontakt lege.

Inspiser apparatet regelmessig for skader og slitasje.

Apparatet er ikke utviklet for brukere under 14 år.

Sikkerhetsdistanse:

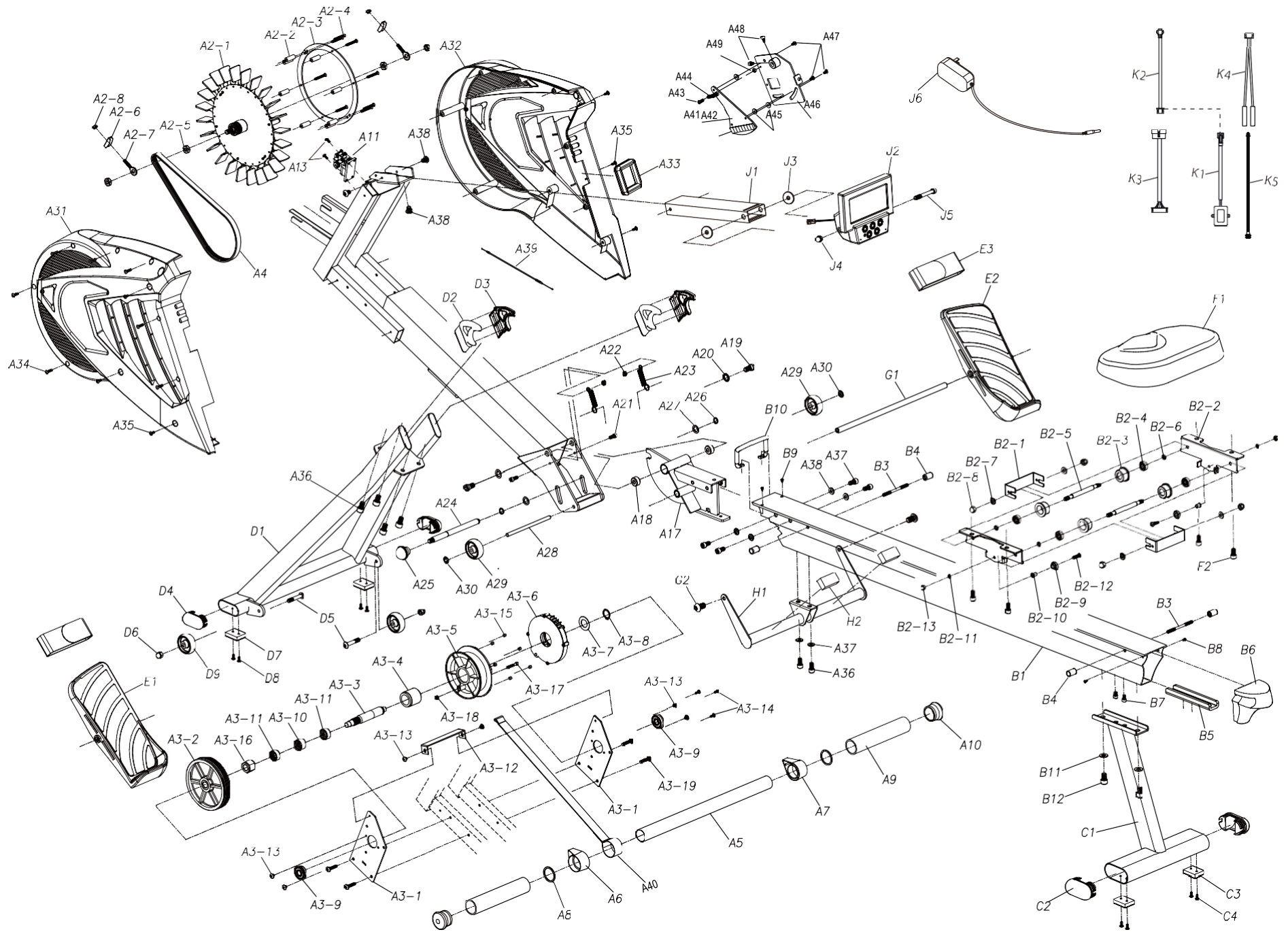
Foran og bak apparatet: 100 cm

Hver side av apparatet: 100 cm

Viktig:

Les godt gjennom alle instruksjonene. Monter apparatet i henhold til prosedyrene i denne brukerveiledningen. Inspiser alle delene og forsikre deg om at du har alle delene før du påbegynner monteringen. Kontakt din forhandler dersom du oppdager mangler. Bytt umiddelbart ut mangelfulle komponenter, og ikke bruk apparatet før det har blitt reparert.

OVERSIKTSDIAGRAM

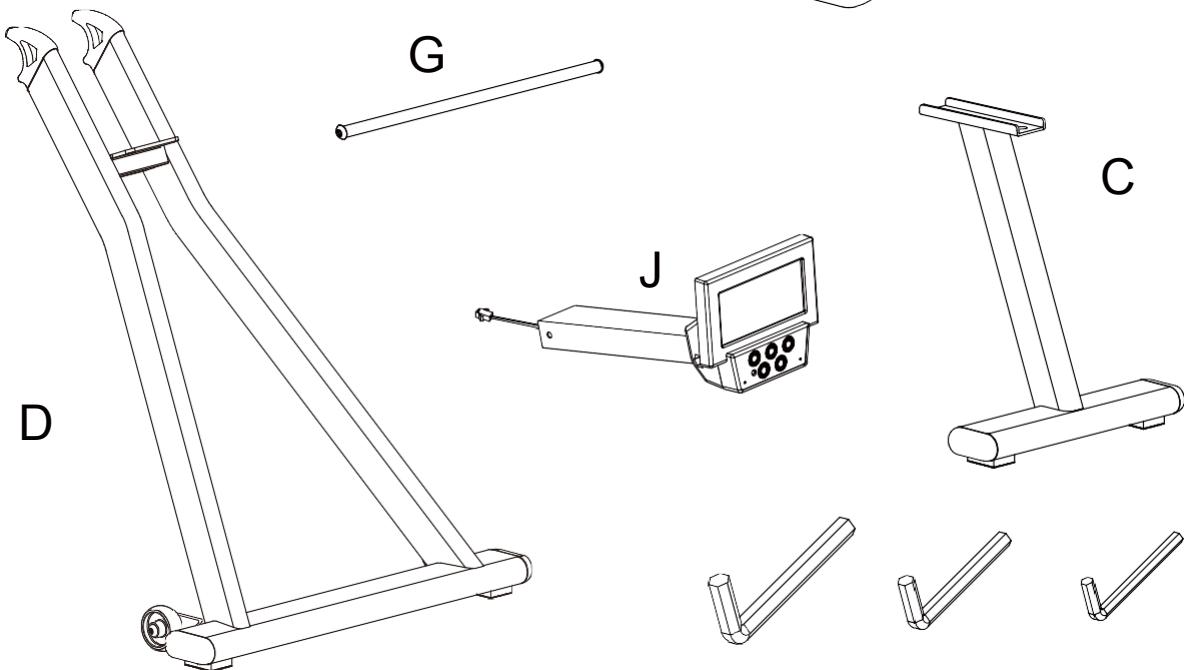
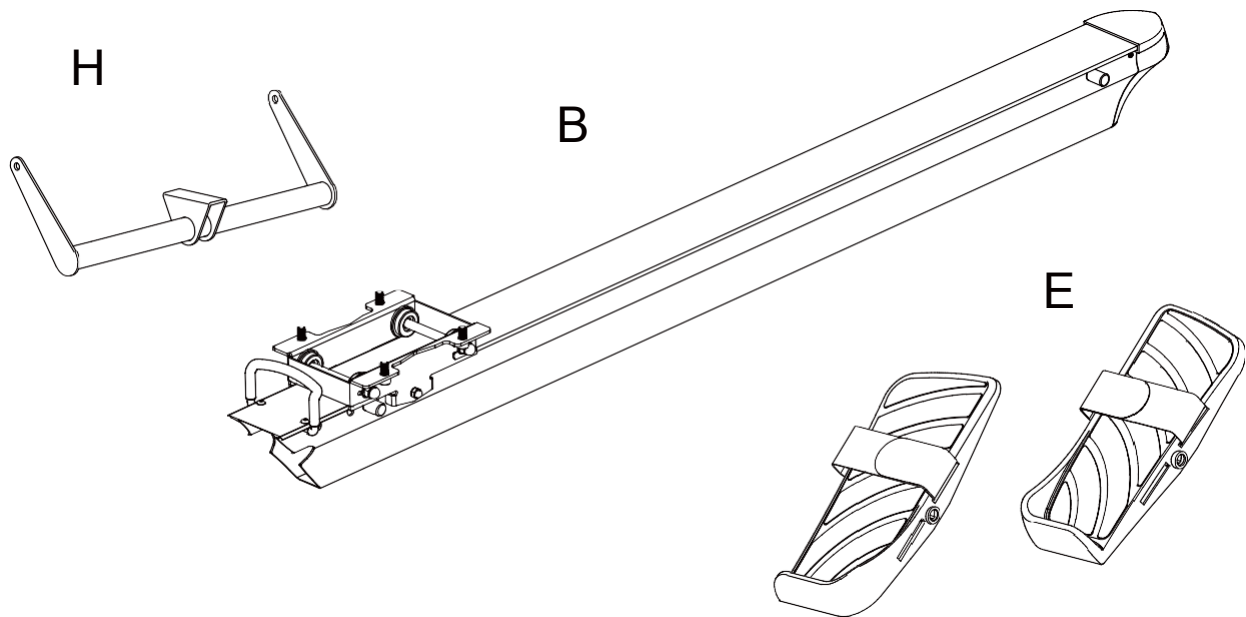
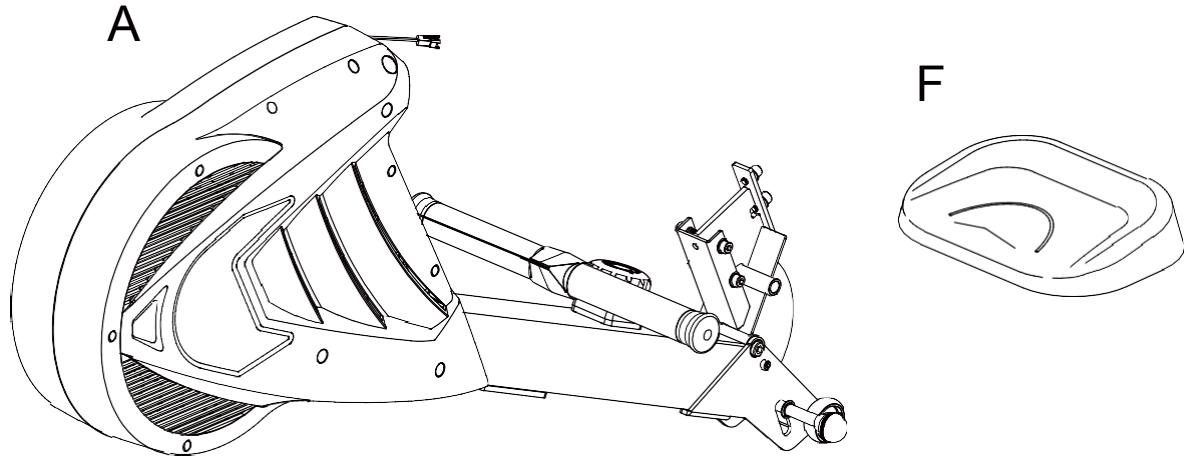


DELELISTE

Nr	Navn	Ant	Nr	Navn	Ant
A1	Hovedramme	1	A27	Skive Ø13*Ø20*1.5T	2
A2-1	Vifteblad	1	A28	Aksel Ø8*146mm	1
A2-2	Hylse Ø10xØ4x26.8	8	A29	Hjul Ø50*24mm	2
A2-3	Aluminiumring	1	A30	Mutter	2
A2-4	Skrue M4*35mm	8	A31	Venstre kjededeksel	1
A2-5	Mutter 3/8" - 26*6T	4	A32	Høyre kjededeksel	1
A2-6	Justeringsbrakett M6	2	A33	Beltedeksel	1
A2-7	Justeringsspenne D10	2	A34	Skrue M5*20mm	7
A2-8	Mutter M6	2	A35	Skrue M4*12mm	6
A3-1	Reimskivebrakett 88x166x3T	2	A36	Skrue M8*16mm	10
A3-2	Reimskive 3580	1	A37	Skrue M6*10mm	4
A3-3	Reimskiveaksel	1	A38	Skive M8*Ø16*1.5T	6
A3-4	Lagerhylse 3580	1	A39	Motstandskabel	1
A3-5	Reimskive 3580	1	A40	Motstandsbelt	1
A3-6	Fjæsitt	1	A41	Magnetbase	1
A3-7	Skive	1	A42	Magnet	7
A3-8	Låsering S20	1	A43	Bolt M4*12mm	2
A3-9	Hjullager 6201ZZ med spenne	2	A44	Fjær	1
A3-10	Unilateral lager FC2016	1	A45	Spacer	3
A3-11	Nållager HK2012	2	A46	Magnetkontrollbase	1
A3-12	Plate, reimskive	1	A47	Skrue M4*8mm	3
A3-13	Skrue M5*6mm	6	A48	Skrue M5*8mm Mutter M4	2
A3-14	Skrue 4*12"	3	A49	Mutter M4	2
A3-15	Magnet Ø6*5T	6	B1	aluminiumsskinne	1
A3-16	Mut M16*P1.5 med venstre gjenge	1	B2	Seterammesett	1
A3-17	Bolt 3/16" *32mm	1	B2-1	Hjulbrakett PR-B734	2
A3-18	Mutter 3/16"	1	B2-2	Setesideramme PR-B828	2
A3-19	Skrue 1/4" *31.8mm	4	B2-3	Hjul PT3690	4
A4	Belte 290 J6	1	B2-4	Kulelager PR-608ZZ(BMC)	4
A5	Håndtak	1	B2-5	Lageraksel M8	2
A6	Venstre håndtakdeksel	1	B2-6	Spacer Ø8*Ø12*2mm	4
A7	Høyre håndtakdeksel	1	B2-7	Skive M8*Ø16*2.0T	4
A8	Håndtakring Ø38*Ø32*2T	2	B2-8	Kuppelmutter M8	6
A9	Håndtakhylse	2	B2-9	Hjul PT318007	2
A10	Håndtakhette	2	B2-10	Hylse	2
A11	Motstandsmotor	1	B2-11	Skive M6*Ø10*1mm	2
A13	Skrue M4*12mm	2	B2-12	Bolt M6*20mm	2
A17	Dreieakselse sett	1	B2-13	Kuppelmutter M6	2
A18	Hylse Ø21.5*12mm	2	B3	Demperaksel	1
A19	Skrue M10*16mm	2	B4	Demper	4
A20	Skive M10	2	B5	Skinneplate	1
A21	skrue M6*16mm	2	B6	Bakre skinnedeksel	1
A22	Mutter M6	2	B7	Skrue	2
A23	Fjær	2	B8	Skrue 5*10mm	2
A24	Låst aksel Ø12.7*168mm	1	B9	Skrue M5*10mm	2
A25	Perle 3/8"	1	B10	Skinnehåndtak	1
A26	Spenne S12	2	B11	Skive M10*1.5T*Ø20	2
			B12	Skrue M10*16mm	2

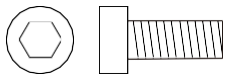
Nr	Navn	Ant	Nr	Navn	Ant
C1	Bakre stabilisatorsett	1	F1	Setepute	1
C2	Plugg 30*70	2	F2	Skrue M8*16mm	4
C3	Kvadratisk stabilisator 40*32mm	2	G1	Pedalaksel Ø12.7*392mm	1
C4	Skrue 4*12mm	4	G2	Skrue M8*12mm	2
			H1	Pedalstøtte	1
D1	Fremre stabilisatorsett	1	H2	Demper EVA 25*50*16T	2
D2	Venstre håndtaksholder	2			
D3	Høyre håndtaksholder	2	J1	Konsollstamme 30*60	1
D4	Plugg 30*70	2	J2	Konsoll	1
D5	Bolt M8*40mm med 1/2 gjenge	2	J3	Spacer Ø8.1*Ø30*6T	2
D6	Kuppelmutter M8	2	J4	Kuppelmutter M8	1
D7	Kvadratisk stabilisator 32*40	2	J5	Bolt M8*85mm med 1/2 gjenge	1
D8	Skrue 4*12mm	4	J6	Adapter	1
D9	Hjul Ø50*24mm	2			
			K1	100mm pulsmottaker	1
E1	Venstre pedal	1	K2	480mm 3p male + 3p male	1
E2	Høyre pedal	1	K3	300mm 9p male + 9p female	1
E3	Pedalstropp	2	K4	500mm 4p male Ø6 sensorledning	1
			K5	Strømledning	1

DELELISTE:

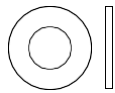


8mm 6mm 4mm

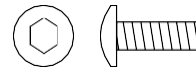
FORHÅNDSMONTERTE DELER:



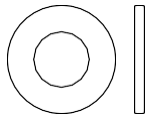
A36 Skruer M8*16mm



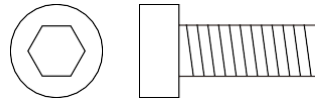
A37 skive M8*Ø16*1.5T



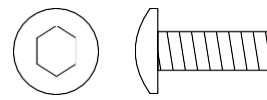
A38 skruer M6*10mm



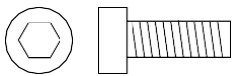
B11 skive M10*Ø20*1.5T



B23 skruer M10*16mm



G2 skruer M8*12mm

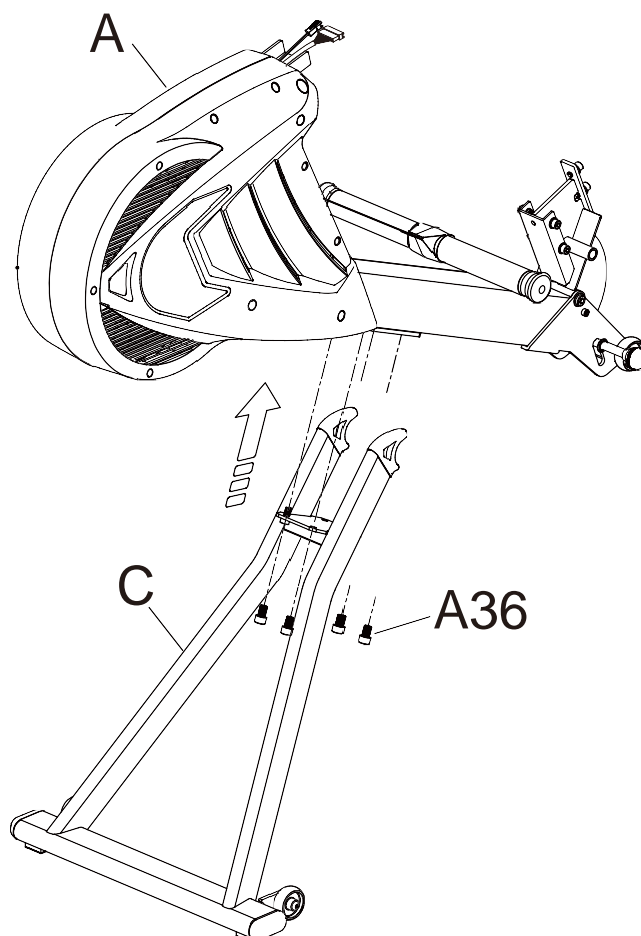


F2 skruer M8*16mm

MONTERING:

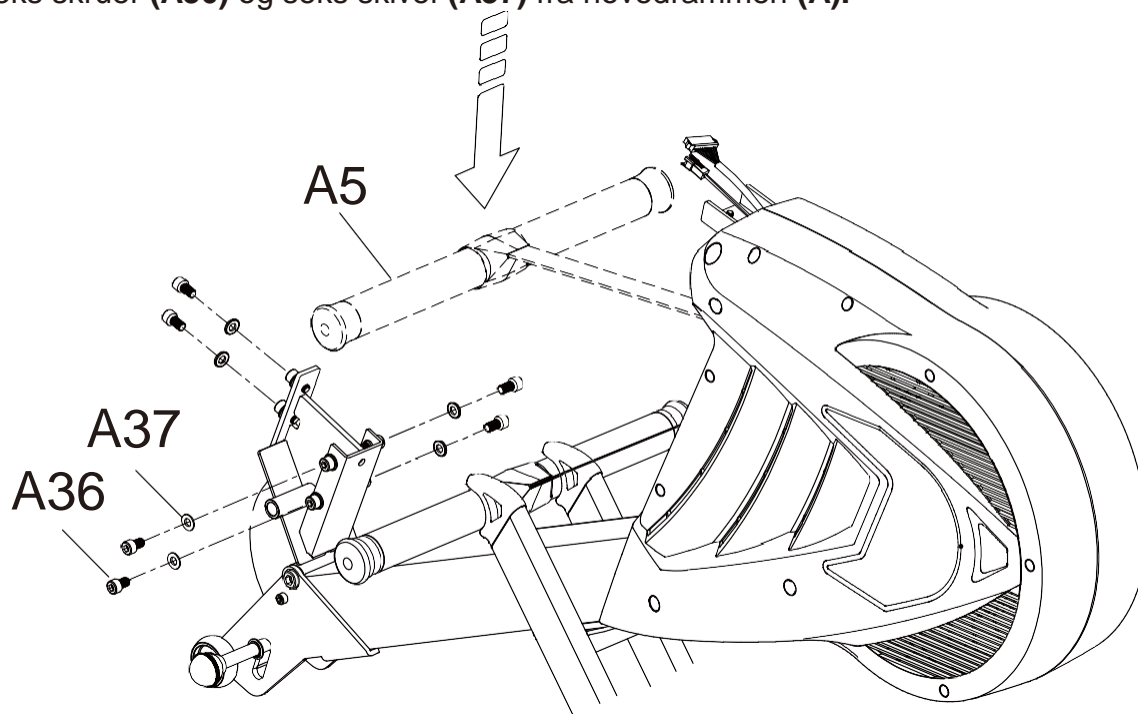
STEG 1

1. Fjern de fire skruene (**A36**) fra hoveddrammen (**A**).
2. Fest fremre stabilistorsett (**C**) til hoveddrammen (**A**) med de fire skruene (**A36**) du nettopp fjernet.



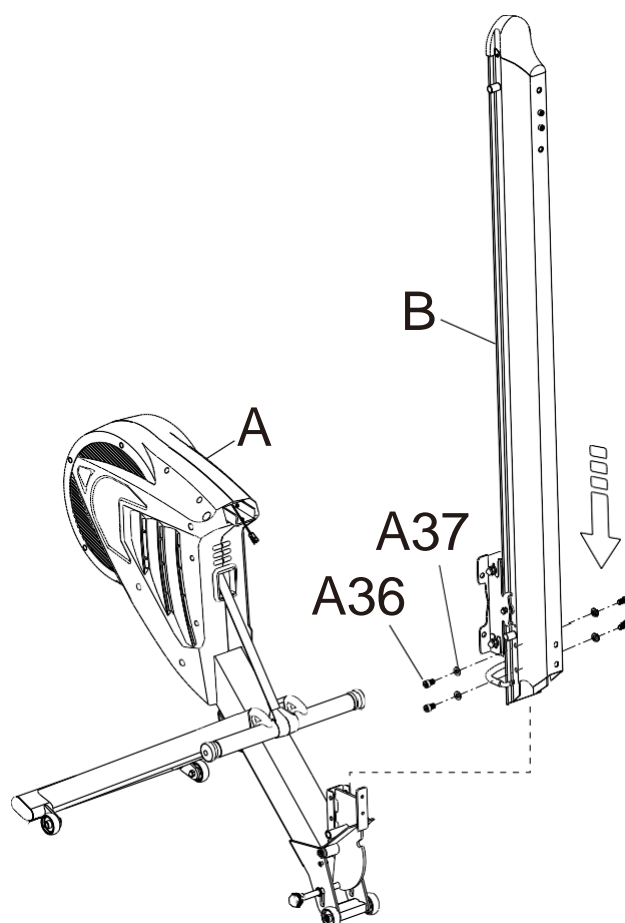
STEG 2

1. Plasser håndtaket (**A5**) på håndtaksholderen du finner på fremre stabilistorsett (**C**).
2. Fjern seks skruer (**A36**) og seks skiver (**A37**) fra hovedrammen (**A**).



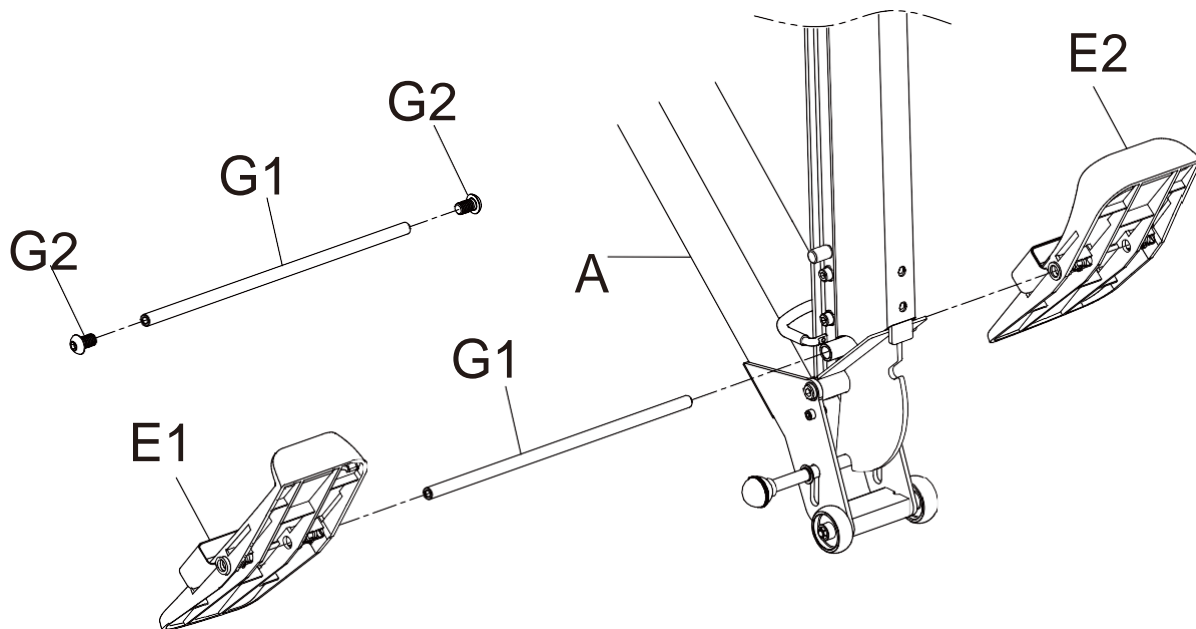
STEG 3

Fest seteskinnesettet (**B**) til hovedrammen (**A**) med fire skruer (**A36**) og fire skiver (**A37**) du fjernet i forrige steg.



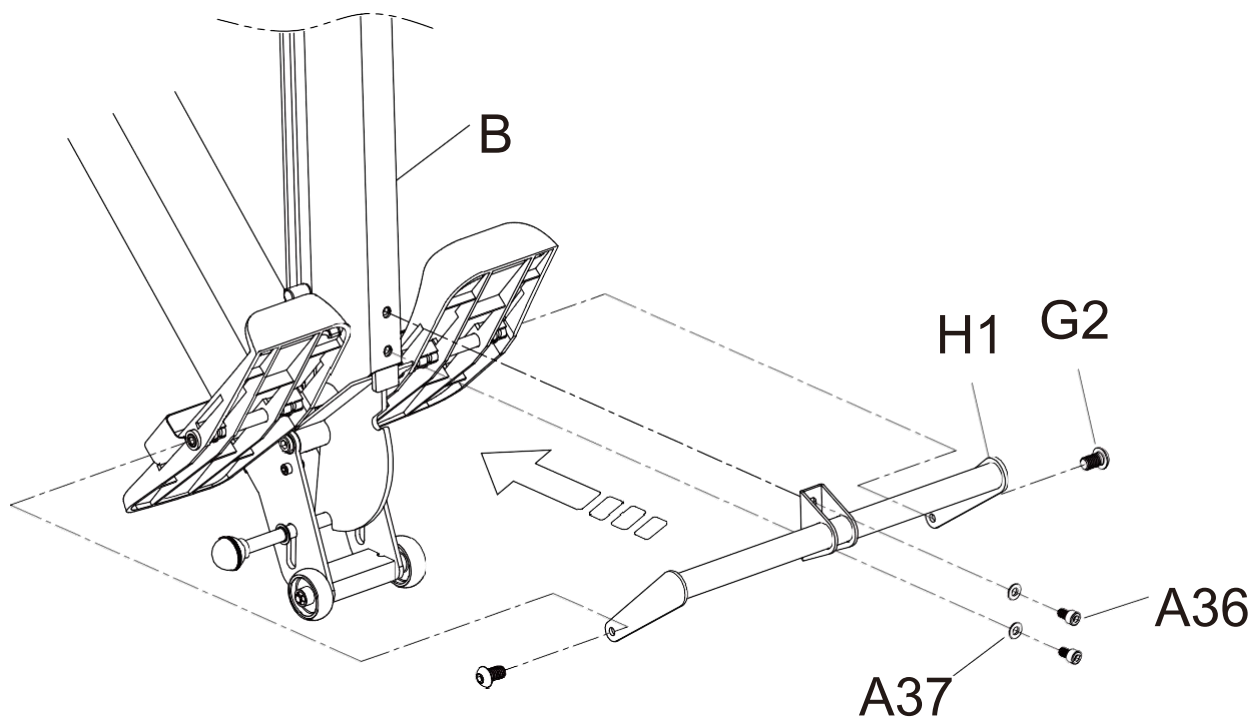
STEG 4

1. Fjern to skruer (**G2**) fra pedalakselen (**G1**).
2. Før pedalakselen (**G1**) inn i hovedrammen (**A**).
3. Fest begge pedalene (**E1 & E2**) til pedalakselen (**G1**).



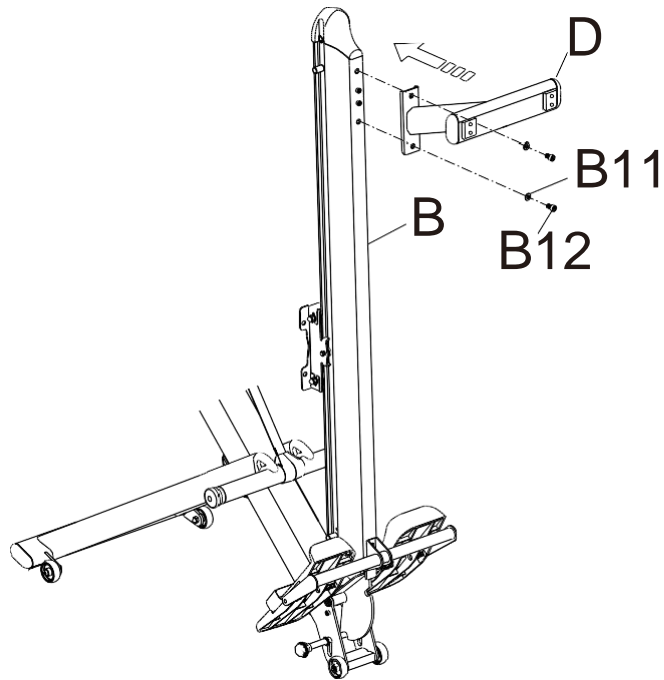
STEG 5

1. Fest pedalstøtten (**H1**) til begge pedalene (**E1 & E2**) og seterammetsettet (**B**).
2. Bruk skruene (**A36 & G2**) og skivene (**A37**) du fjernet tidligere til å feste pedalstøtten (**H1**).



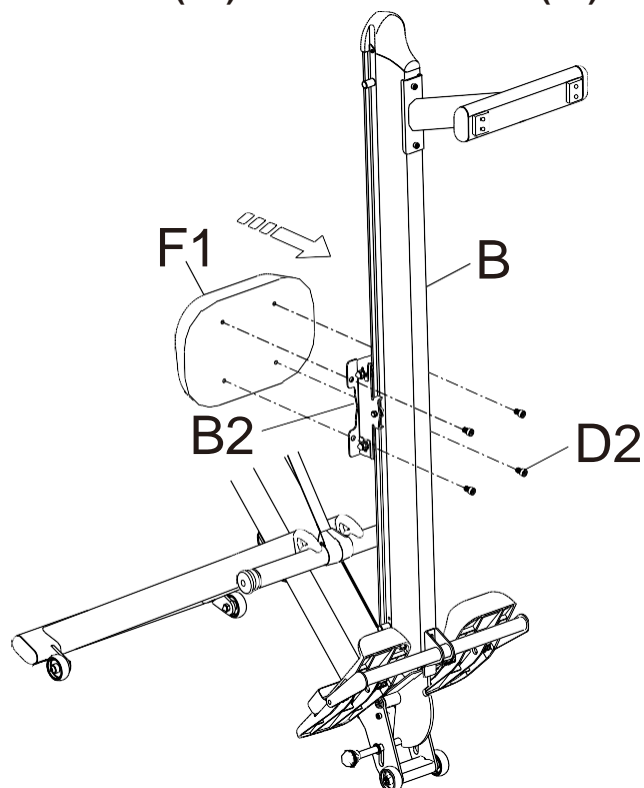
STEG 6

1. Fjern to skruer (**B12**) og to skiver (**B11**) fra seteskinnesettet (**B**).
2. Fest bakre stabilisatorsett (**D**) til seteskinnesettet (**B**) med de to skruene (**B12**) og to skivene (**B11**) du fjernet tidligere.



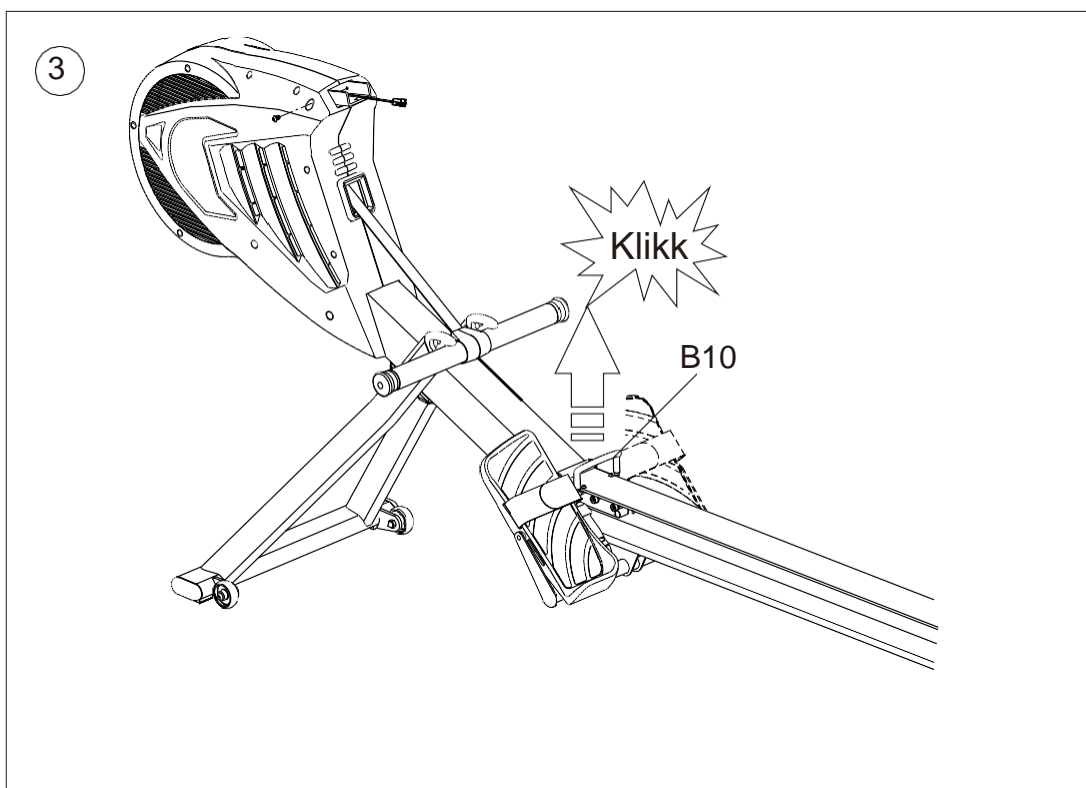
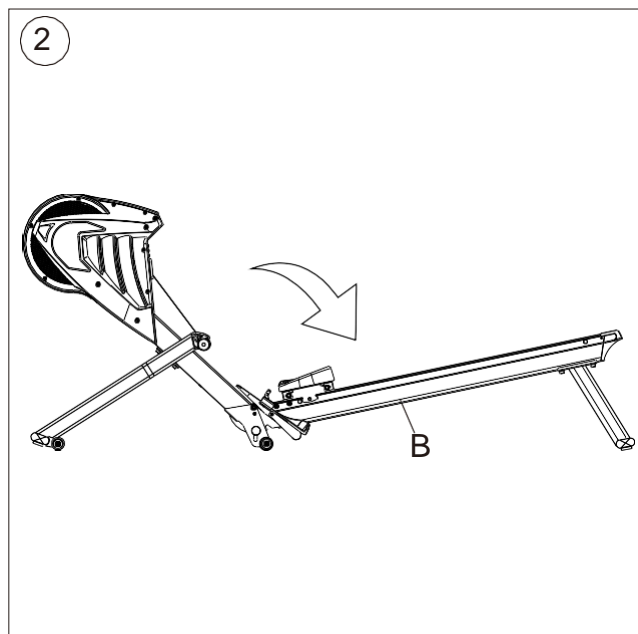
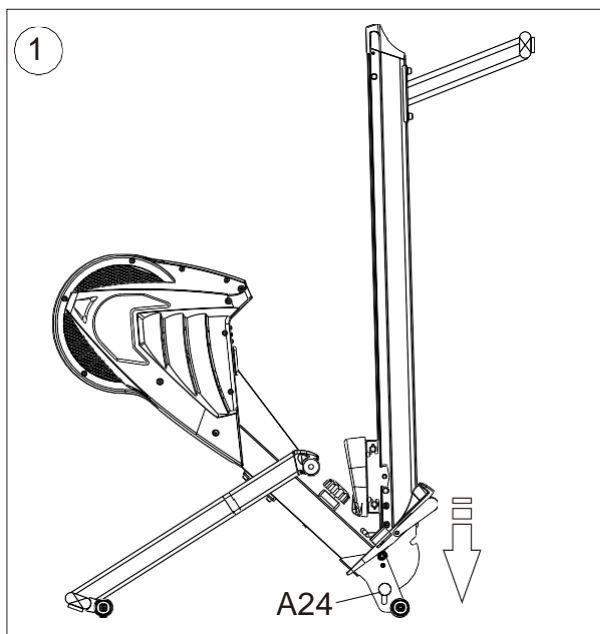
STEG 7

1. Fjern fire skruer (**F2**) fra seteputa (**F1**).
2. Fest seteputa (**F1**) til setebrakettsettet (**B2**) med de fire skruene (**F2**) du fjernet tidligere.



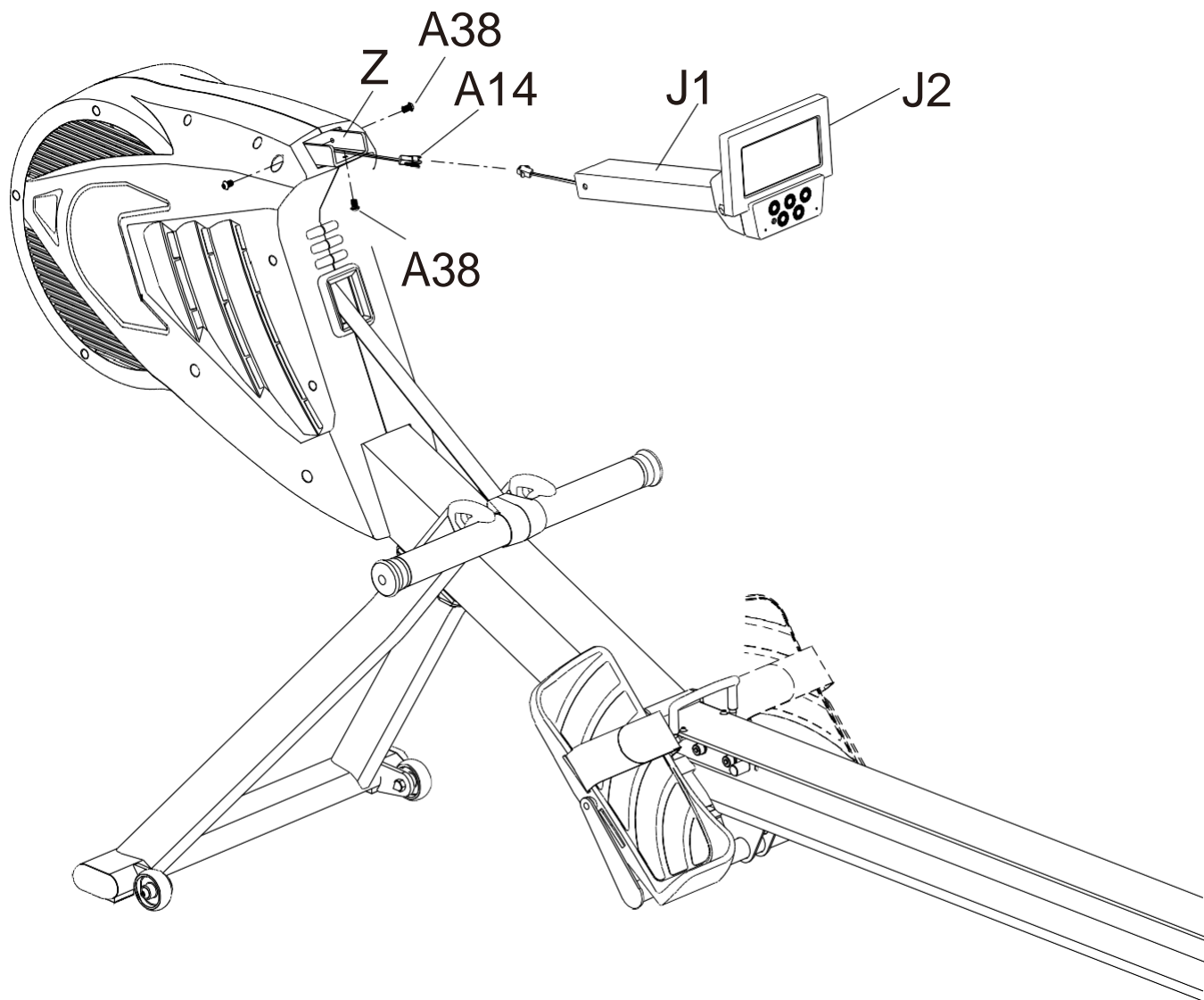
STEP 8

1. Hold godt tak i aluminiumsskinnen.
2. Skyv forsiktig foldelåsepinnen (**A24**) ned mens du holder i aluminiumsskinnen.
3. Senkt seteskinnesettet (**B**) forsiktig ned på gulvet.
4. Dra romaskinen opp etter skinnehåndtaket (**B10**) til du hører et klikk.

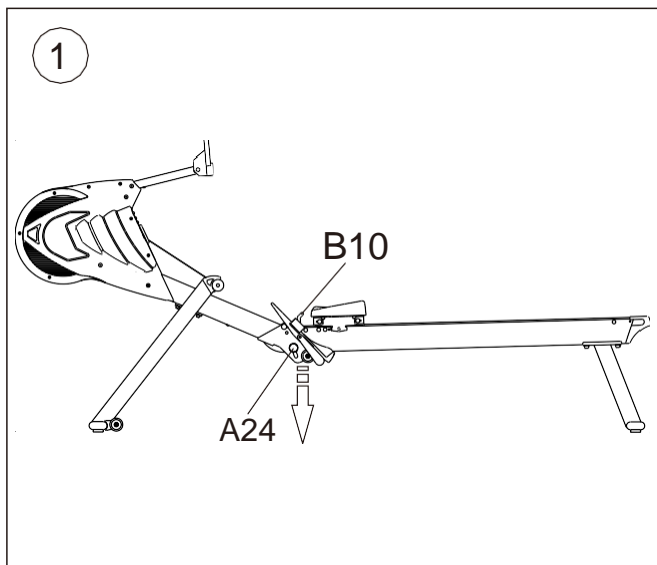


STEG 9

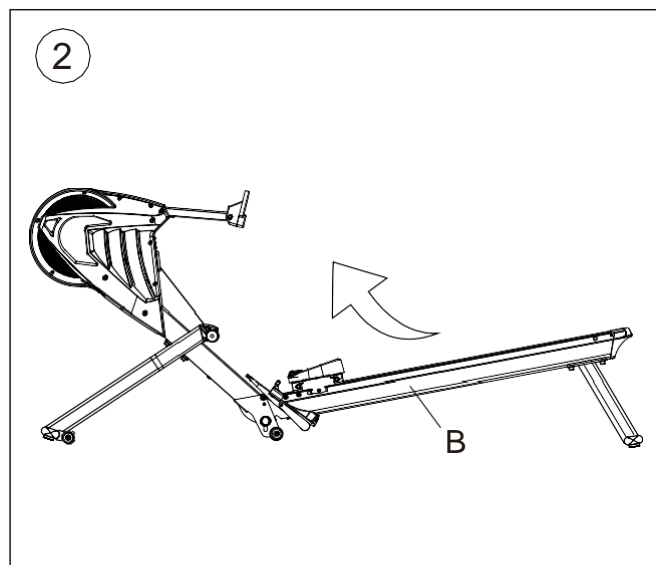
1. Fjern tre skruer (**A38**) fra hovedrammen (**A**).
2. Koble kabelen (**A14**) til konsollet (**J2**), og før kabelen forsiktig inn i konsollstammebraketten (**Z**).
3. Fest konsollstammen (**J1**) til konsollstammebraketten (**Z**) med de tre skruene (**A38**) du fjernet tidligere.



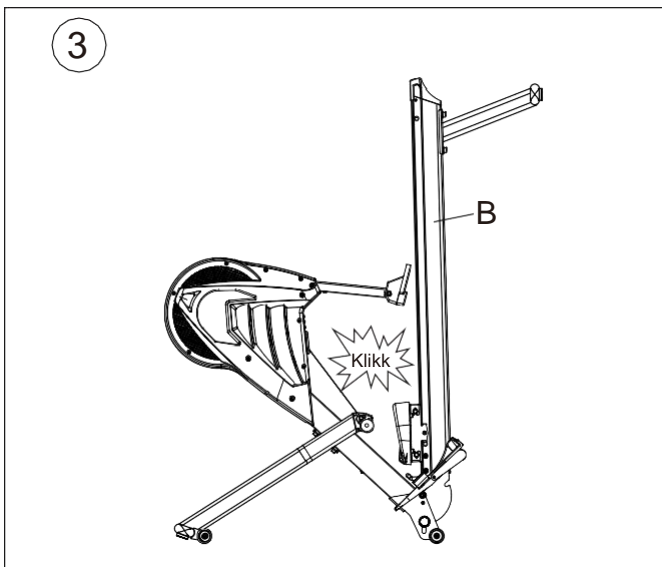
FOLDING AV ROMASKINEN



Dytt foldelåsepinnen (**A24**) ned mens du holder skinnehåndtaket (**B10**) godt.

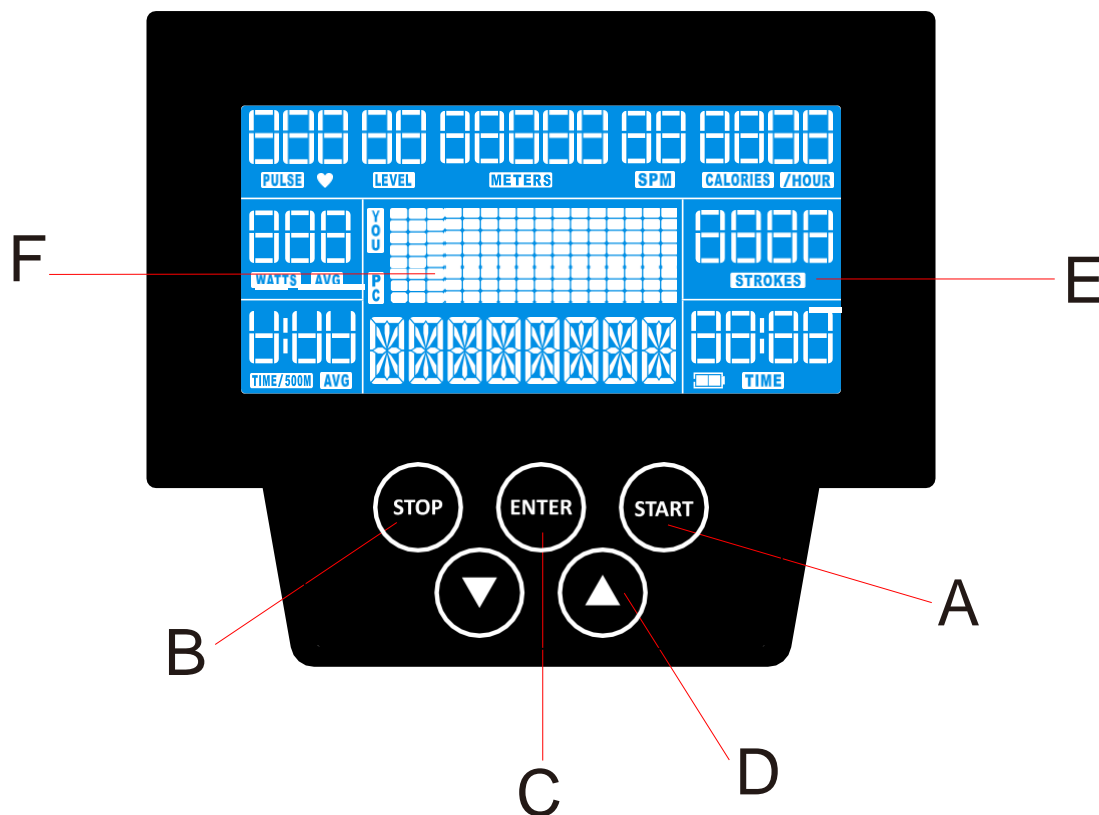


Senk seteskinnesettet (**B**) forsiktig ned på gulvet.



Løft seteskinnesettet (**B**) til du hører et klikk.

KONSOLL



A. START

1. Trykk denne knappen for å påbegynne et hurtigprogram uten å stille inn personlig treningsdata.
2. Trykk denne knappen for å påbegynne et program etter å ha stilt inn personlig treningsdata.

B. STOP

1. Trykk denne knappen for å stanse treningsøkten i hvilket som helst program.

C. ENTER

1. Trykk denne knappen for å bekrefte dine valg.

D. PILTASTER

1. Trykk disse knappene for å velge program når konsollet skrus på.
2. Trykk disse knappene i innstillingsmodus for å forandre verdier i din personlige treningsdata.

E. SKJERM

Denne skjermen viser din treningsinformasjon.

- 1.TIME (tid): Tiden som har gått eller gjenværende tid av din treningsøkt.
- 2.METERS (meter): Den totale distansen du har beveget deg i treningsøkten.
- 3.STROKES (rotak): Det totale antall rotak du har tatt i treningsøkten.
- 4.CALORIES (kalorier): Omtrentlig antall kalorier du har forbrent i treningsøkten.
- 5.SPM: Omtrentlig antall rotak pr minutt.
- 6.LEVEL (nivå): Inneværende motstandsnivå.
- 7.PULSE (puls): Inneværende pulsnivå i treningsøkten.
- 8.WATTS: Måling av intensitet – én watt tilsvarer seks kilogram-meter pr minutt.
- 9.TIME/500M: Tid pr 500 meter.

F. PROFILSKJERM

- 1.Vinduet tilbyr en matriseprofil av inneværende treningsøkt, samt motstandsnivået i hvert segment.

PROGRAMMER

- 1.**QUICK START (hurtigstart)** tilbyr grunnleggende treningsinformasjon uten å velge programmer eller målverdier.
- 2.**TARGET TIME, METERS, CALORIES, STROKES (målverdier – tid, meter, kalorier, rotak)** er målverdiprogrammer, hvor varigheten av treningsøkten avhenger av dine målsettinger.
- 3.**RACE PROGRAM** er en konkurranseøvelse mot konsollet.
- 4.**PROFILE TRAINING PROGRAM (profiltreningsprogram)** er et forhåndsinnstilt treningsprogram hvor motstandsnivået avhenger av dine profilvalg.
- 5.**WATT PROGRAM**
- 6.**HEART RATE CONTROL PROGRAM (pulsprogram)** er et målverdiprogram hvor du jobber mot en målpuls. Brukeren må ikle seg pulselte for dette programmet.
- 7.**USER PROGRAM (brukerinnstilt program)** er et program hvor hver motstandsinnstilling på matriseskjermen kan tilpasses av brukeren.

PROGRAMINNSTILLINGER

1. VALG AV HURTIGSTART
Trykk START når konsollet er skrudd på for å starte en treningsøkt; eller begynn å ro for å sende SPM-signaler til konsollet.
2. VALG AV PROGRAM
Bruk piltastene for å bla gjennom programmene, og trykk ENTER for å velge ønsket program.
3. SKRIV INN VERDIER FOR TID, MOTSTANDSNIVÅ, ROTAK, KALORIER, METER OG ALDER
Når konsollet ber deg om å skrive inn en verdi, bruker du piltastene til å stille inn dette og ENTER til å bekrefte.

HURTIGSTARTPROGRAMMET

Trykk START når konsollet er skrudd på for å starte en treningsøkt; eller begynn å ro for å sende SPM-signaler til konsollet.

MÅLVERDIPROGRAMMER

1. Trykk piltastene for å velge det manuelle programmet, og trykk ENTER for å bekrefte.
2. Når konsollet ber deg om å stille inn målverdier for TIME (tid), RESISTANCE LEVEL (motstandsnivå), STROKES (rotak), CALORIES (kalorier) og METERS (meter), trykker du piltastene for å skrive inn ønsket verdi, og ENTER for å bekrefte.
3. Når du har fullført programmeringen av målverdier trykker du START for å begynne treningsøkten eller begynn å ro for å starte programmet automatisk.
4. Når brukeren stanser roingen under treningsøkten, vil skjermen vise beskjeden «PAUSE».
5. Trykk STOP for å avslutte treningsøkten.

RACE-PROGRAMMET

1. Bruk piltastene for å velge RACE-programmet, og trykk deretter ENTER for å bekrefte.
2. Når konsollet ber deg om å skrive inn målverdier for TIME/500M (tid pr 500 meter), RESTISTANCE LEVEL (motstandsnivå) og METERS (meter), trykker du piltastene for å stille inn ønsket verdi, og ENTER for å bekrefte.
3. Når du har fullført programmeringen av målverdier trykker du START for å begynne treningsøkten eller begynn å ro for å starte programmet automatisk.
4. Når brukeren stanser roingen under treningsøkten, vil skjermen vise beskjeden «PAUSE».
5. Trykk STOP for å avslutte treningsøkten.

PROFILTRENINGSPROGRAMMET

1. Bruk piltastene for å velge PROFILE TRAINING-programmet, og trykk deretter ENTER for å bekrefte.
2. Velg en av 12 treningsprofiler ved å trykke på piltastene, fulgt av ENTER for å bekrefte.
3. Når konsollet ber deg om å skrive inn målverdier for TIME (tid), CALORIES (kalorier), METERS (meter) og RESTISTANCE LEVEL, trykker du piltastene for å stille inn ønsket verdi, og ENTER for å bekrefte.
4. Når brukeren stanser roingen under treningsøkten, vil skjermen vise beskjeden «PAUSE».
5. Trykk STOP for å avslutte treningsøkten.

WATT-PROGRAMMET

1. Bruk piltastene for å velge WATT-programmet, og trykk deretter ENTER for å bekrefte.
2. Når konsollet ber deg om å skrive inn målverdier for WATTS, TIME (tid), STROKES (rotak), CALORIES (kalorier), METERS (meter) og RESTISTANCE LEVEL, trykker du piltastene for å stille inn ønsket verdi, og ENTER for å bekrefte.
3. Når brukeren stanser roingen under treningsøkten, vil skjermen vise beskjeden «PAUSE».
4. Trykk STOP for å avslutte treningsøkten.

PULS-PROGRAMMET

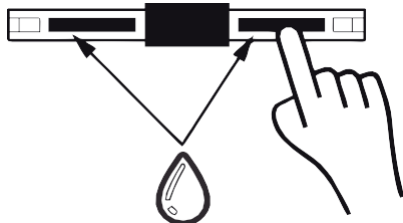
1. Bruk piltastene for å velge H.R.C.-programmet, og trykk deretter ENTER for å bekrefte.
2. Skriv inn din alder ved hjelp av piltastene, og trykk ENTER for å bekrefte.
3. Velg en av fire pulsverdier (55%, 75%, 85%, THR) ved hjelp av piltastene, og trykk ENTER for å bekrefte. Dersom du velger THR, bruker du piltastene til å justere THR-verdi, og trykk ENTER for å bekrefte.
4. Når konsollet ber deg om å skrive inn målverdier for TIME (tid), STROKES (rotak), CALORIES (kalorier) og METERS (meter), trykker du piltastene for å stille inn ønsket verdi, og ENTER for å bekrefte.
5. Når brukeren stanser roingen under treningsøkten, vil skjermen vise beskjeden «PAUSE».
6. Konsollet vil under treningsøkten sjekke pulsen din hvert 30. sekund, og justere motstanden i henhold til dette. Dersom konsollet ikke oppdager noen puls, vil beskjeden «NO PULSE» blinke fem ganger på skjermen før inneværende motstandsnivå kanselleres.
7. Dersom konsollet ikke oppdager noen puls i løpet av treningsøkten, vil motstandsnivået reduseres til 1. Dersom pulsen ennå ikke oppdages vil programmet avsluttes.
8. Trykk STOP for å avslutte treningsøkten.

BRUKERINNSTILTE PROGRAMMER

1. Bruk piltastene for å velge ett av USER-programmene (USER 1 – USER 5), og trykk deretter ENTER for å bekrefte.
2. Vinduet vil nå vise en forhåndsinnstilt matriseprofil.
3. Hold ENTER nede i to sekunder for å tilpasse denne profilen.
4. Når du får beskjed om å skrive inn et motstandsnivå for hvert segment av matriseprofilen (S-1 til S-16), bruker du piltastene til justere motstandsverdien, og trykk ENTER for å bekrefte hver innstilling.
5. Når programmeringen er fullført holder du ENTER nede i to sekunder for å gå videre til neste steg.
6. Når konsollet ber deg om å skrive inn målverdier for TIME (tid), CALORIES (kalorier), METERS (meter) og RESISTANCE LEVEL (motstandsnivå), trykker du piltastene for å stille inn ønsket verdi, og ENTER for å bekrefte.
7. Når brukeren stanser roingen under treningsøkten, vil skjermen vise beskjeden «PAUSE».
8. Trykk STOP for å avslutte treningsøkten.

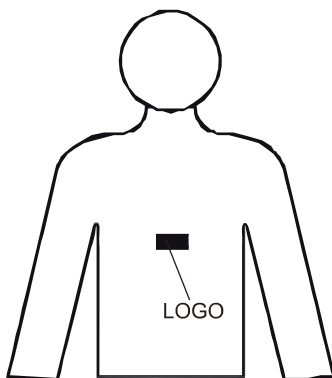
PULSBELTE

Pulsbeltet benytter seg av to kontaktområder for å oppdage og sende dine pulssignaler til konsollet. Før noen få dråper vann på begge kontaktområdene før du ikler deg pulsbeltet. Dette forbedrer nøyaktigheten av pulssignalet. Det anbefales at du benytter pulsbeltet direkte på huden din, men vil også fungere på tynn bekledning.



PLASSERING AV PULSBELTE

Pulsbeltet bør bæres umiddelbart under brystet ditt, som vist på illustrasjonen under, med IMPETUS-logoen vendt utover. Juster den elastiske stroppen slik at den sitter komfortabelt nok til at du kan trene og puste.



OPPVARMING

Oppvarming er en essensiell del av hver treningsøkt. Det forbereder kroppen for de mer intense øvelsene, og reduserer risikoen for skader ved å øke blodsirkulasjonen, hvilket transporterer mer oksygen til musklene og øker kropsstemperaturen.

FORSLAG TIL TØYING

Bildene til høyre viser korrekt form for tøying. Beveg deg sakte mens du tøyer - ikke i rykk og napp.

1. Strekk deg etter tærne dine.

Stå med en liten knekk i knærne, og bøy deg sakte fremover fra hoftene. Slapp av i ryggen og skuldrene mens du strekker deg så nære tærne dine som du kan. Tell til 15, og slapp av. Gjenta tre ganger. Dette strekker hasesener, bak på knærne og rygg.

2. Hasesene

Sitt med et ben strukket utover, mens sålen på det andre benet er trukket mot deg og hviler mot innsiden av låret til det utstrekte benet. Strekk deg etter tærne dine så langt som du kan. Tell til 15, og slapp av. Gjenta tre ganger for hvert ben. Dette strekker hasesener, nedre del av ryggen og lysken.

3. Achillesene og legg

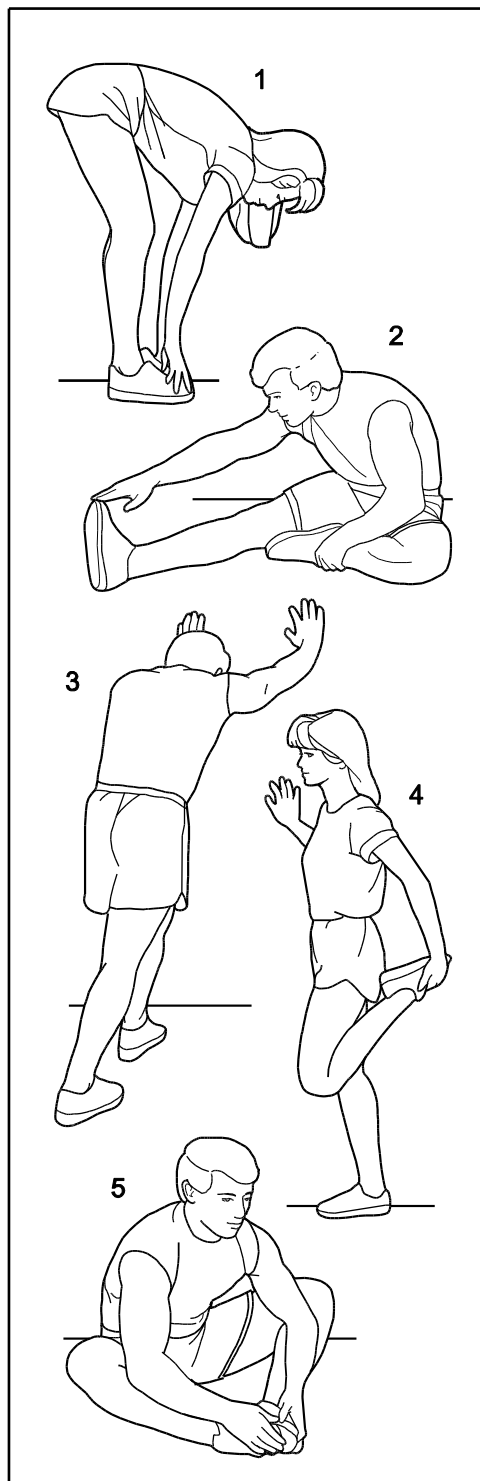
Plasser en fot foran den andre og plasser hendene dine foran deg mot en vegg. Hold bakre ben rett, og bakre fot flatt på bakken. Bøy ditt fremre ben, len deg fremover og beveg hoftene mot veggen. Tell til 15, og slapp av. Gjenta tre ganger for hvert ben. Dette strekker achillesener, ankler og legger.

4. Quadriceps

Plasser en hånd på veggen for å holde balansen, og ta tak i en av føttene dine bak ryggen med den andre hånden. Før hælen din så nære rompa som mulig. Tell til 15, og slapp av. Gjenta tre ganger for hvert ben. Dette strekker quadriceps og lårmuskler.

5. Indre lår

Sitt med undersiden av føttene dine presset mot hverandre og knærne dine strukket utover. Dra føttene dine mot lysken din så langt som mulig. Hold i 15 sekunder, og slapp av. Gjenta tre ganger. Dette strekker quadriceps og lårmuskler.



RENGJØRING OG VEDLIKEHOLD

1. Inspiser regelmessig hvor jevnt de forskjellige delene beveger seg. Før smøremiddel på alle de bevegelige delene, med unntak av håndtakene, for å få de til å bevege seg jevnere.
2. Tørk regelmessig støv av apparatet. Bruk en fuktig klut for å rense plastikkdelene, og en tørr klut for å rense metallrammene.
3. Unngå å bruke apparatet i fuktige omgivelser.
4. Inspiser apparatet jevnlig for skader, og hver ekstra påpasselig med å inspisere leddene. Bytt skadete eller slitte komponenter umiddelbart.

Del	Anbefalt vedlikehold	Hvor ofte?	Rens	Smøremiddel
Ramme	Rens med en myk, ren og fuktig klut.	Etter bruk	Vann	Nei
Computer	Rens med en myk, ren og fuktig klut.	Etter bruk	Nei	Nei
Bolter, muttre etc.	Alle bolter, muttre og skruer inspiseres og etterstrammes ved behov.	Månedlig	Nei	Nei
Bevegelige deler	Inspiser for slitasje, bytt ut deler som er slitt eller skadet.	Månedlig	Nei	WD-40
Drivrem	Inspiser om drivrem er tilstrekkelig stram, sjekk eventuell slitasje og at den ligger i riktig posisjon.	Årlig	Nei	Nei

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Service. Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylناسport.no – her vil du finne informasjon om produktene, brukermanualer, ett kontaktskjema for å komme i kontakt med oss og mulighet for å bestille reservedeler. Ved å fylle ut kontaktskjema gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.