

TOORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



ROWERSEA



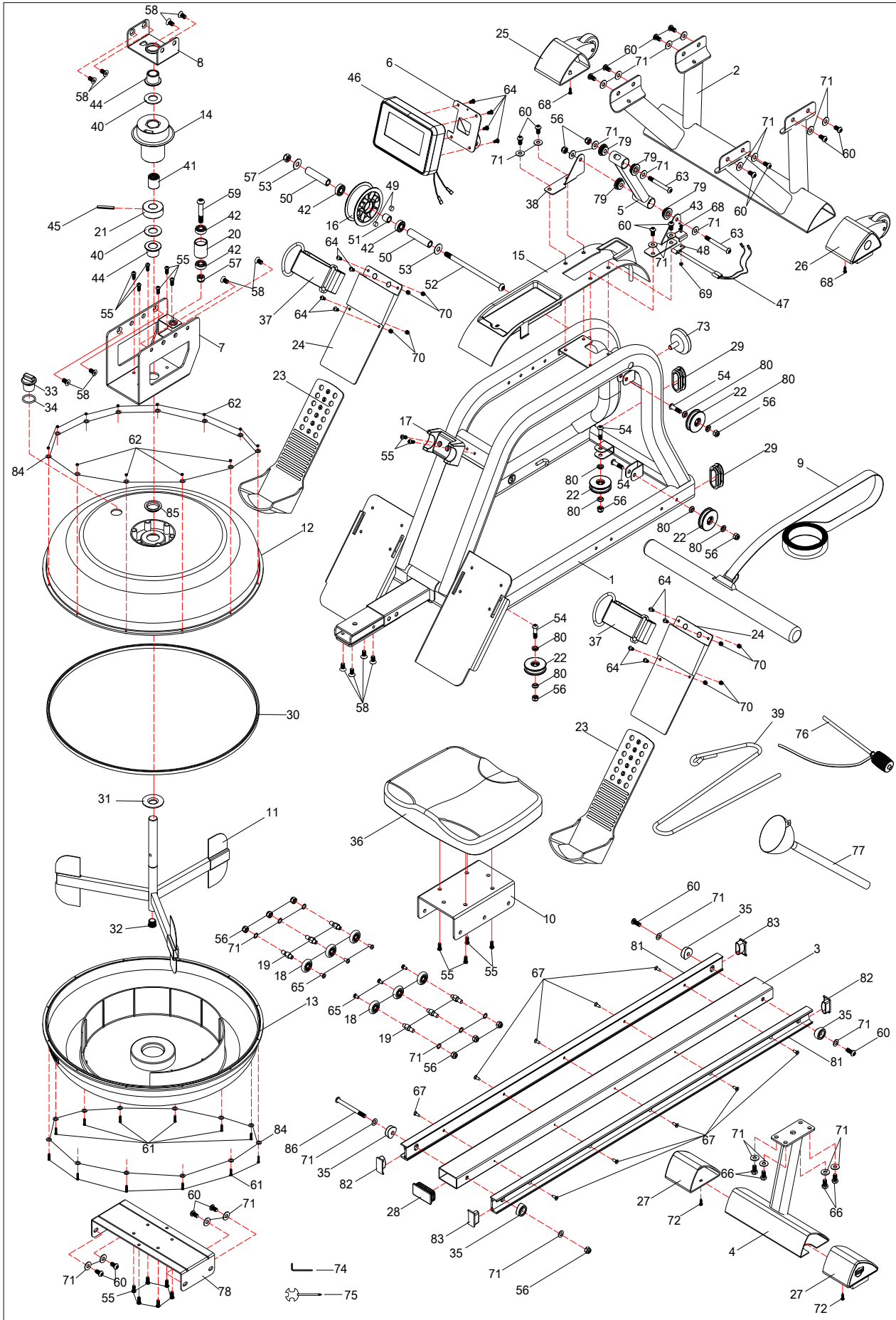
Cod : GRLDTOORXRWXSEA

Rev : 01

Ed : 03/18



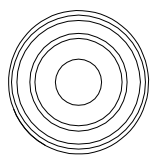
EXPLOSIONSZEICHNUNG



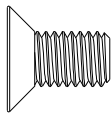
TEILELISTE

No.	Description	Spec.	QTY	No.	Description	Spec.	QT
1	Main frame		1	44	Bushing		2
2	Front stabilizer		1	45	Pin	Ø6.0*40	1
3	Slide rail	SPHC,T=2.0	1	46	Meter		1
4	Rear stabilizer		1	47	Sensor wire		2
5	Support for computer		1	48	Sensor holder	PA, black	1
6	Support Plate		1	49	Magnet	Ø10*5	2
7	Tank plate		1	50	Spacer for mesh belt wheel	Ø16* Ø10.2*69	2
8	Plate for bushing	SPHC,T=3.0	1	51	Short spacer	Ø16* Ø10.2*16	1
9	Handlebar		1	52	Screw	M10*185	1
10	Seat carriage	SPHC,T=4.0	2	53	Washer	OD25*ID10.5*2.0	2
11	Impeller		1	54	Screw	M8*30	4
12	Upper tank	PC	1	55	Screw	M6*15	18
13	Lower tank	PC	1	56	Nylon lock nut	M8	13
14	Mesh belt wheel		1	57	Nylon lock nut	M10	2
15	Decorate cover	HIPS, black	1	58	Flat screw	M8*15	12
16	Belt wheel	POM, black	1	59	Screw	M10*55	1
17	Handlebar seat	HIPS, black	1	60	Screw	M8*15	18
18	Roller	POM, black	6	61	Screw	M3*20	12
19	Roller Shaft		6	62	Nylon lock nut	M3	12
20	Guide roller	POM, black	1	63	Screw	M8*70	2
21	Magnet Seat	POM, black	1	64	Screw	M5*12	12
22	Bungee pulley	POM, black	4	65	Screw	M5*8	6
23	Top Pedal	PP, black	2	66	Outer hex screw	M8*15	4
24	Under Pedal	PP, black	2	67	Flat cross screw	M5*15	10
25	Left end cap		1	68	Cross Screw	M4*12	3
26	Right end cap		1	69	Nylon lock nut	M4	1
27	Adjustable end cap		2	70	Nylon lock nut	M5	8
28	Rail end cap	PP, black	1	71	Washer	OD20*ID8.5*1.5	24
29	Oval plug	PP, black	2	72	Screw	ST4.2*16	2
30	Rubber sealing ring	Rubber, black	1	73	Knob		1
31	Impeller Shaft Seal	Rubber, black	1	74	Allen wrench	S5	1
32	Round plug	PP, black	1	75	Spanner	S13-S17	1
33	Fill Plug	Rubber, black	1	76	Pumping siphon		1
34	O shape ring	Rubber, black	1	77	Funnel		1
35	Stopper	Rubber, black	4	78	Lower tank plate		1
36	Seat	PU, black	1	79	Plastic Bushing	Ø27* Ø8.2*10	4
37	Pedal strap	PP, black	2	80	Spacer	Ø15* Ø8.2*4.1	8
38	Sensor stand L	SPHC,T=2.0	1	81	Aluminum	37*21*1050	2
39	Bungee cord	nylon, black	1	82	Rail endcap L	PP,black	2
40	Plastic washer	POM, black	2	83	Rail endcap R	PP,black	2
41	One way bearing	HFL2026	1	84	Stainless Washer	M3	24
42	Bearing	6000ZZ	4	85	Sealing ring for upper tank	Rubber,black	1
43	Sensor stand R	SPHC,T=2.0	1	86	Screw	M8*90	1

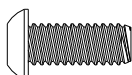
MONTAGEZUBEHÖR



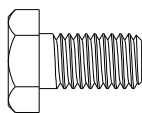
_____ #35 Stopper 2 St.



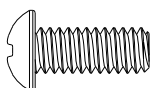
_____ #58 M8*15 4 St.



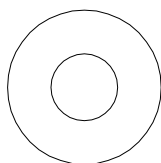
_____ #60 M8*15 14 St.



_____ #66 M8*15 4 St.



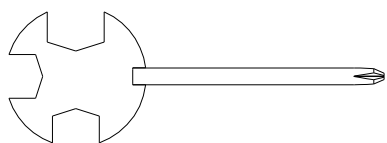
_____ #68 M4*12 2 St.



_____ #71 OD20*ID8.5*1.5 18 St.



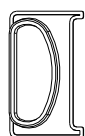
_____ #74 S5 1 St.



_____ #75 S13-17 1 St.

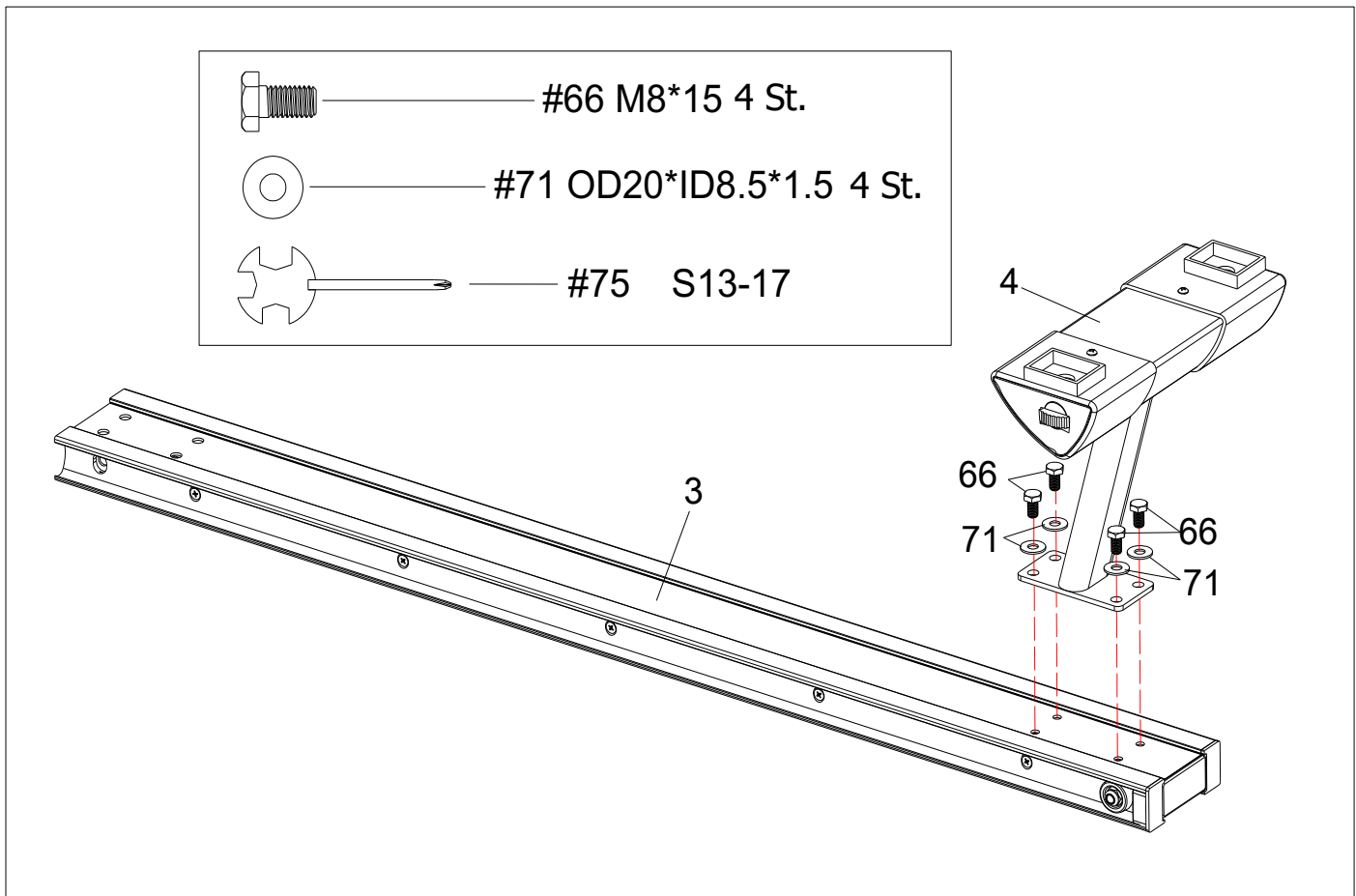


_____ #82 Abschlusskappe
Gleitschiene L 1 St.



_____ #83 Abschlusskappe
Gleitschiene R 1 St.

MONTAGEANLEITUNG

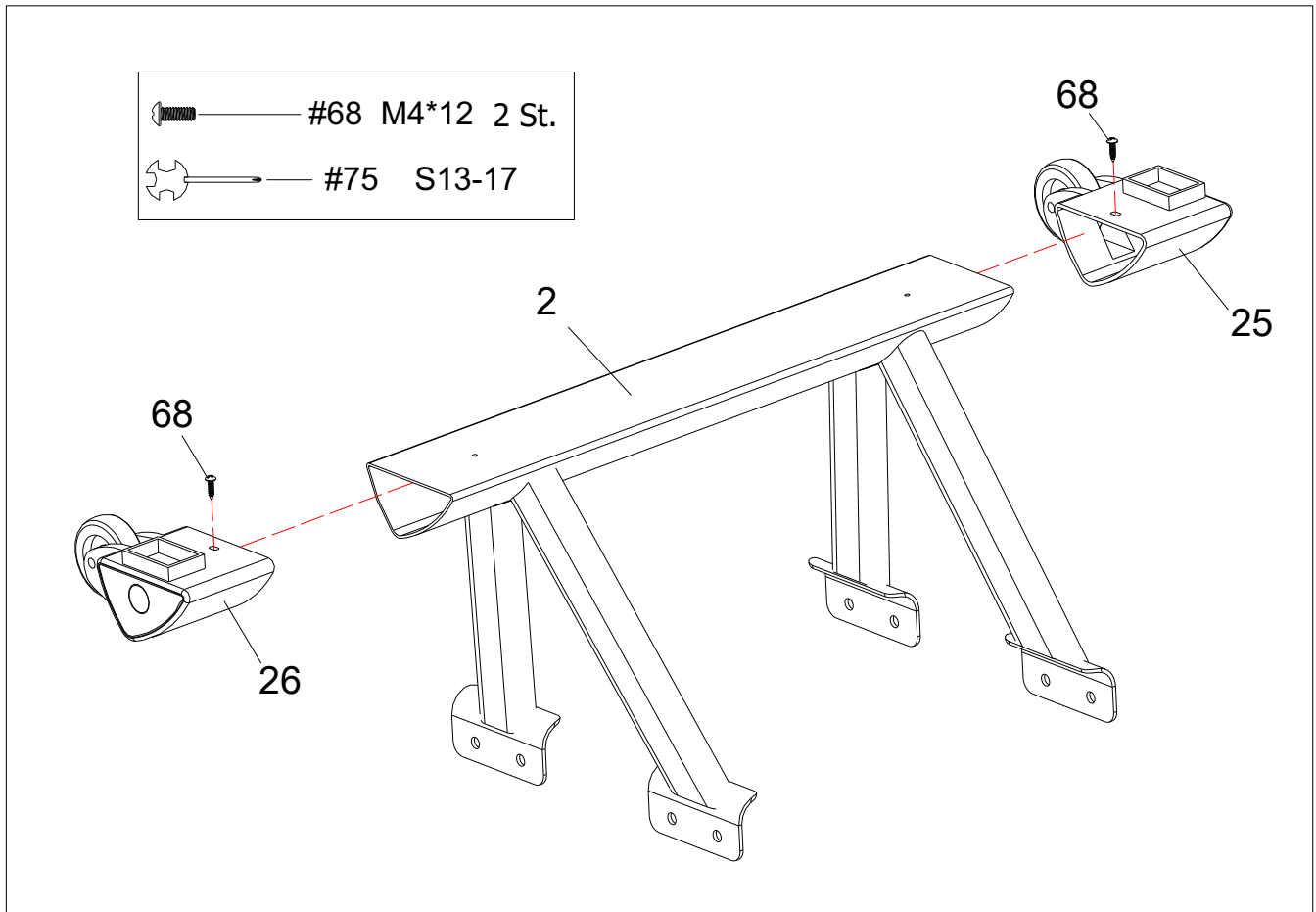


SCHRITT 1:

HINWEIS: Wir empfehlen, das Gerät von zwei Personen zusammenbauen zu lassen.

Die **Gleitschiene (Nr. 3)** wie oben gezeigt umdrehen. Den **hinteren Standfuß (Nr. 4)** mit 4 **Unterlegscheiben (Nr. 71)** und 4 **Außensechskantschrauben (Nr. 66)** an der **Gleitschiene (Nr. 3)** befestigen. Mit **Schraubenschlüssel (Nr. 75)** festziehen.

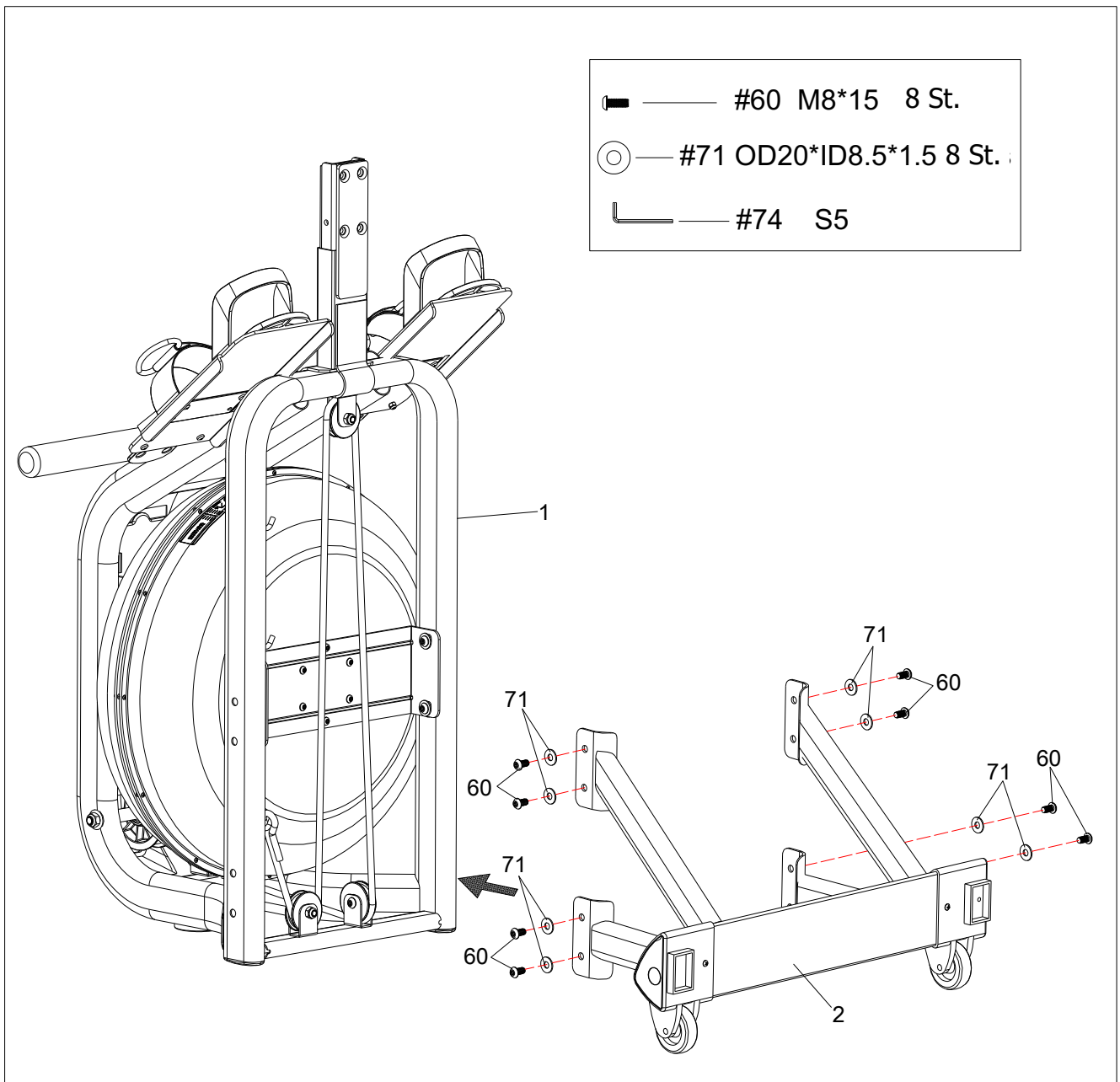
MONTAGEANLEITUNG



SCHRITT 2:

L und R Endkappen (Nr. 25 und 26) am vorderen Standfuß (Nr. 2) anbringen. Danach mit 2 Kreuzschlitzschrauben (Nr. 68) unter Verwendung des Schraubenschlüssels (Nr. 75) festschrauben.

MONTAGEANLEITUNG

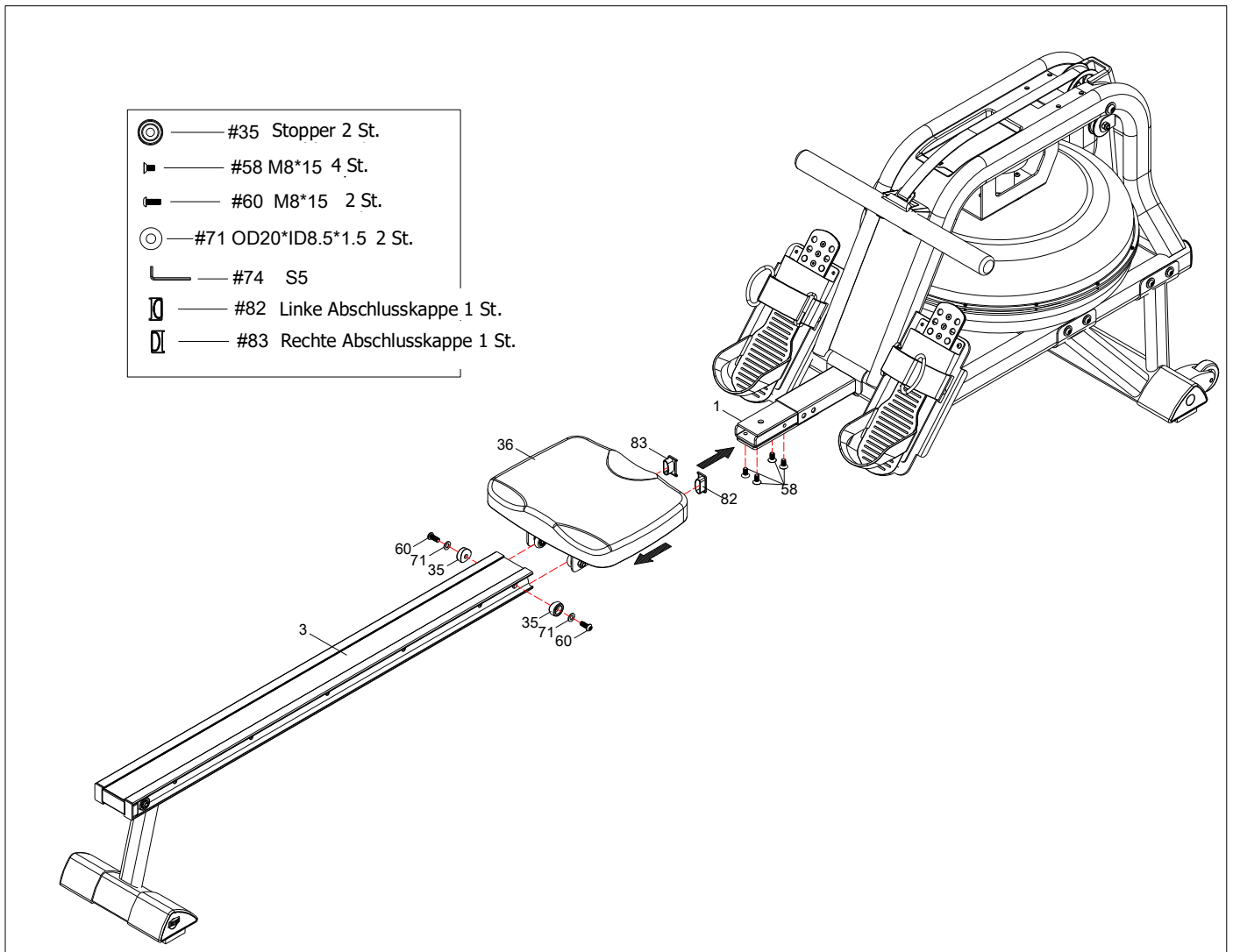


SCHRITT 3:

Den **Grundrahmen (No.1)** aufrecht halten. Den **vorderen Standfuß (Nr. 2)** mit 8 **Unterlegscheiben (Nr. 71)** und 8 **Schrauben (Nr. 60)** am **Grundrahmen (Nr. 1)** befestigen. Mit **Inbusschlüssel (Nr. 74)** festziehen.

Hinweis: Sie können zunächst 3~4 Schrauben in die Bohrungen einsetzen und mit der Hand anziehen. Nachdem alle Schrauben eingesetzt wurden, mit dem Werkzeug festziehen.

MONTAGEANLEITUNG



SCHRITT 4:




Den **Sitz (Nr. 36)** auf die **Gleitschiene (Nr. 3)** schieben.

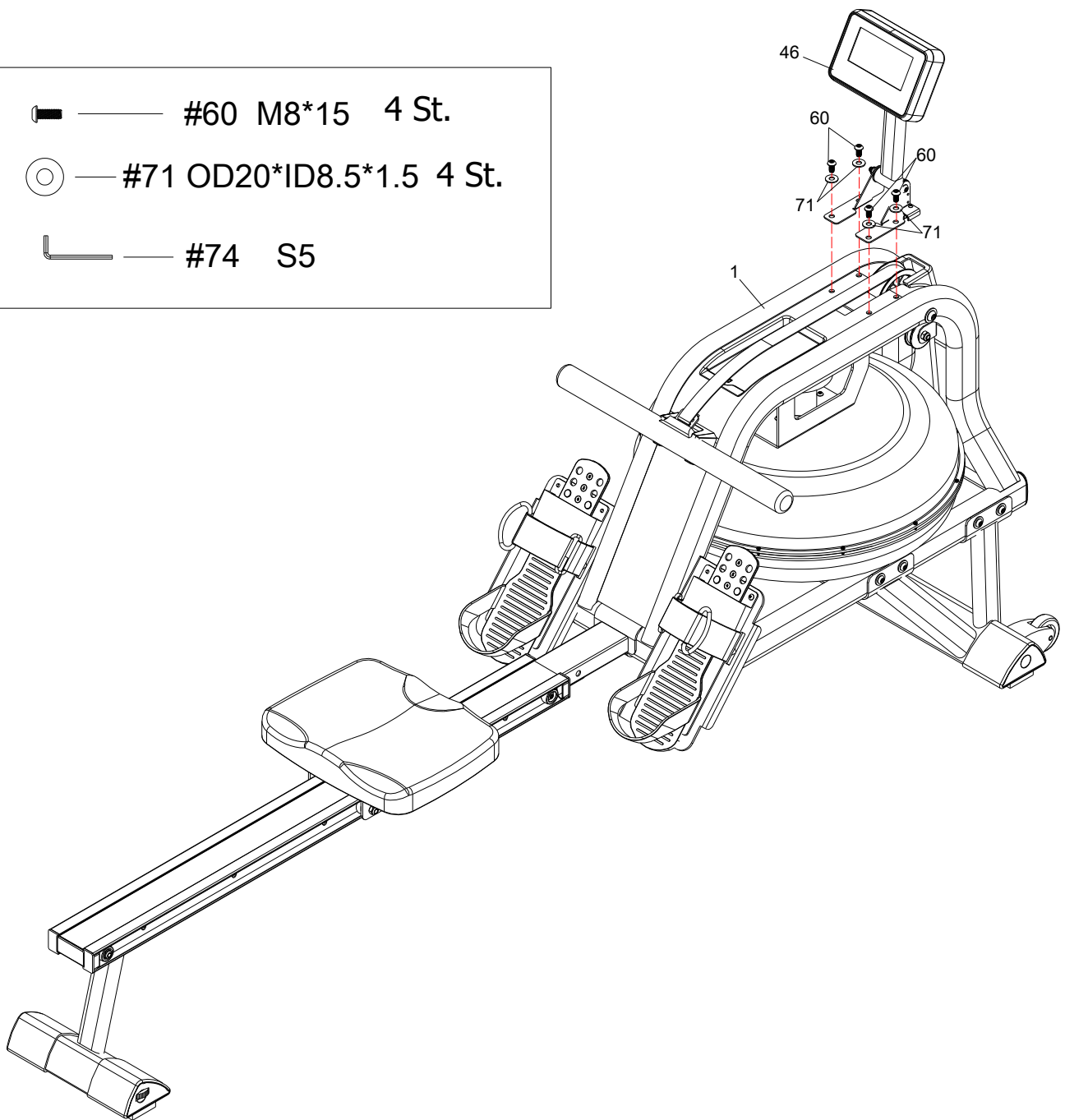
Die **Gleitschiene (Nr. 3)** mit 4 **Flachkopfschrauben (Nr. 58)** am **Grundrahmen (Nr. 1)** befestigen.

Den **Stopper (Nr. 35)** mit 2 **Schrauben (Nr. 60)** und **Unterlegscheiben (Nr. 71)** sichern. Zunächst alle 6 Schrauben teilweise in die Bohrungen einsetzen, danach mit **Inbusschlüssel (Nr. 74)** festziehen.

Gleitschienen-Abschlusskappe L (Nr. 82) und Gleitschienen-Abschlusskappe R (Nr. 83) an der **Gleitschiene (Nr. 3)** befestigen.

MONTAGEANLEITUNG

-  — #60 M8*15 4 St.
-  — #71 OD20*ID8.5*1.5 4 St.
-  — #74 S5



SCHRITT 5:

Das **vollständige Display (Nr. 46)** mit 4 **Unterlegscheiben (Nr. 71)** und 4 **Schrauben (Nr. 60)** am **Grundrahmen (Nr. 1)** befestigen. Mit **Inbusschlüssel (Nr. 74)** festziehen.

Die Montage ist nun abgeschlossen!

FÜLLEN UND LEEREN DES TANKS

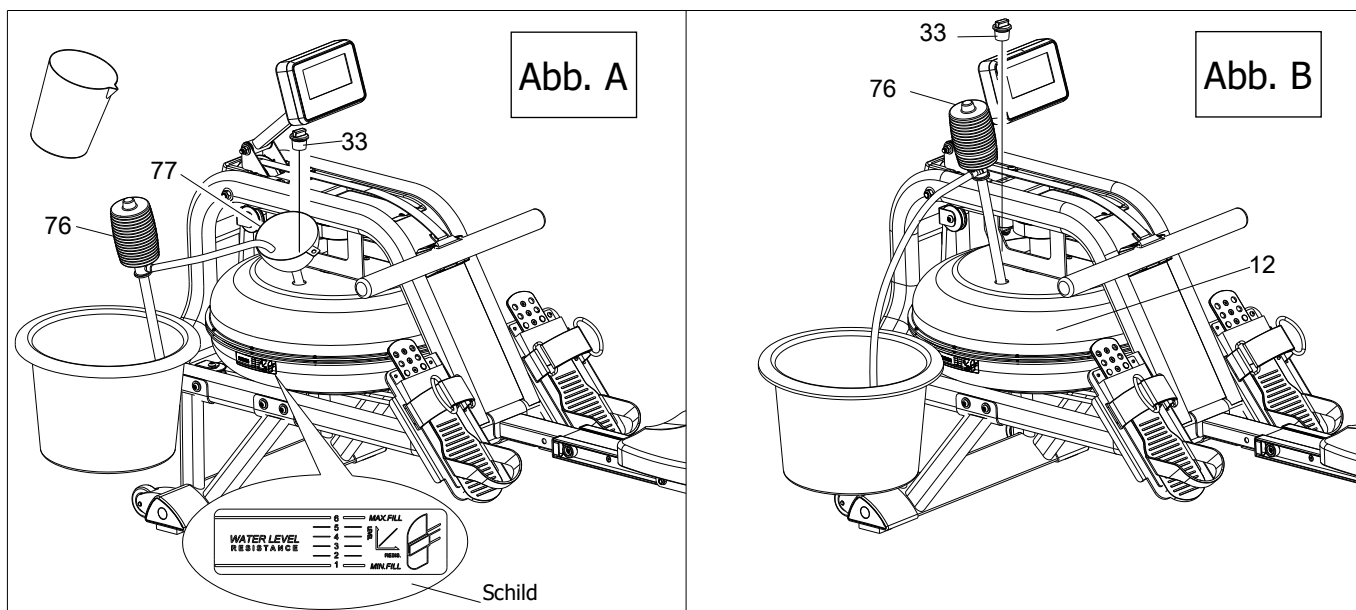
1. Den **Füllstopfen (Nr. 33)** von der **Abdeckung des Tankoberteils (Nr. 12)** abnehmen.
2. Zum Füllen des Tanks auf Abb. A Bezug nehmen. Den **Trichter (Nr. 77)** in den Tank einsetzen, danach einen Becher oder die **Siphon-Pumpe (Nr. 76)** und einen Eimer verwenden, um den Tank zu füllen. Mithilfe des Wasserstandsanzeigers an der Seite des Tanks den gewünschten Wasserfüllstand im Tank messen.
3. Zum Leeren des Tanks auf Abb. B Bezug nehmen. Einen Eimer neben das Rudergerät stellen und die **Siphon-Pumpe (Nr. 76)** verwenden, um das Wasser aus dem Tank in den Eimer zu pumpen.
4. Den **Füllstopfen (Nr. 33)** an der **Abdeckung des Tankoberteils (Nr. 12)** einsetzen. Überschüssiges Wasser vom Rahmen abwischen.

HINWEIS:

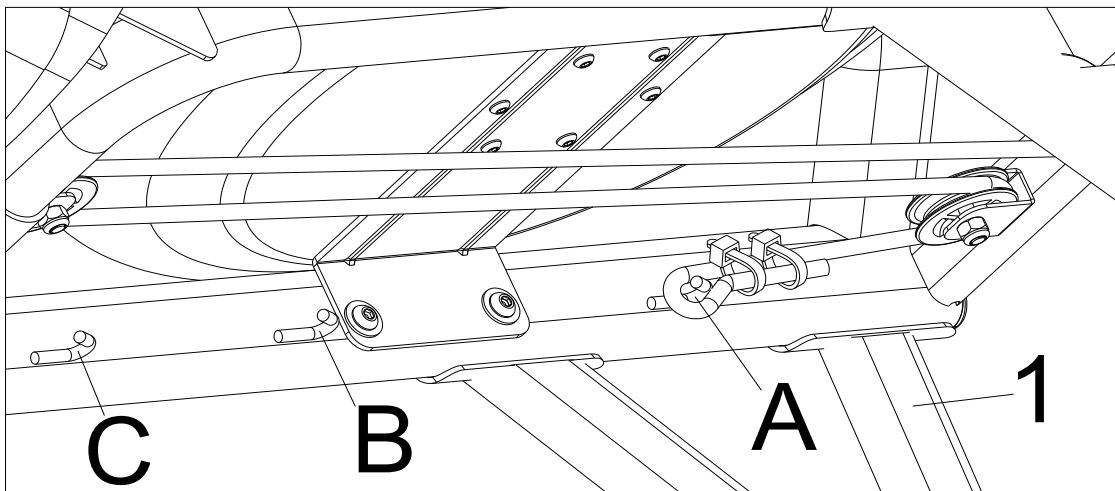
- Den Tank nur mit Leitungswasser füllen. 1 Wasserreinigungstablette hinzufügen (1 Packung inbegriffen). Niemals Pool-Chlor oder Chlorbleiche verwenden. Sie würden den Tank beschädigen und die Garantie entfallen lassen.
- Alle 6 Monate oder bei Bedarf eine Wasserreinigungstablette hinzufügen. Wenn das Wasser trüb bleibt, das Wasser im Tank austauschen.
- Wasser aus dem Tank ist nicht für den Verbrauch geeignet. Das aus dem Tank gepumpte Wasser entsorgen.

WASSERFÜLLSTAND

- Siehe Abb. A. Die Wasserstandsanzeige befindet sich an der Seite des Tanks. Der maximale Füllstand ist 6. Niemals über diese Grenze hinaus füllen. Die Befüllung des Tanks über diese Grenze hinaus lässt die Garantie entfallen.
- Der Widerstand hängt vom Wasserfüllstand im Tank ab. Wasserfüllstand 1 ist der geringste Widerstand. Füllstand 6 ist der höchste Widerstand.



EINSTELLUNGSANLEITUNG

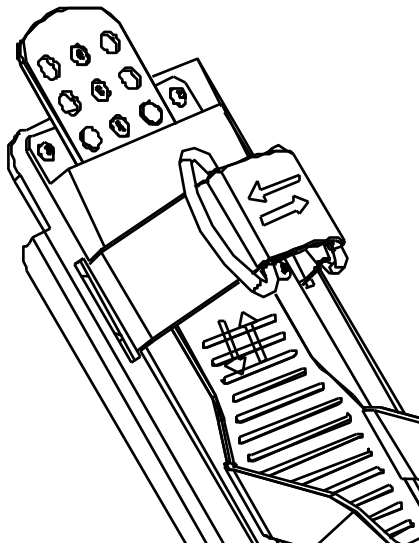


Es sind 3 Haken (A, B, C) für das Bungee-Seil vorhanden, sie befinden sich an der Innenseite des Rahmens unter dem Wassertank. Wenn Sie das Bungee-Seil an B oder C einhaken, wird die unterstützte Rückführung des geflochtenen Riemens beschleunigt. C ist die schnellste Rückführung.

Bei der Einstellung des Bungee-Seils vorsichtig vorgehen.

EINSTELLUNGSANLEITUNG

❖ PEDALEINSTELLUNG

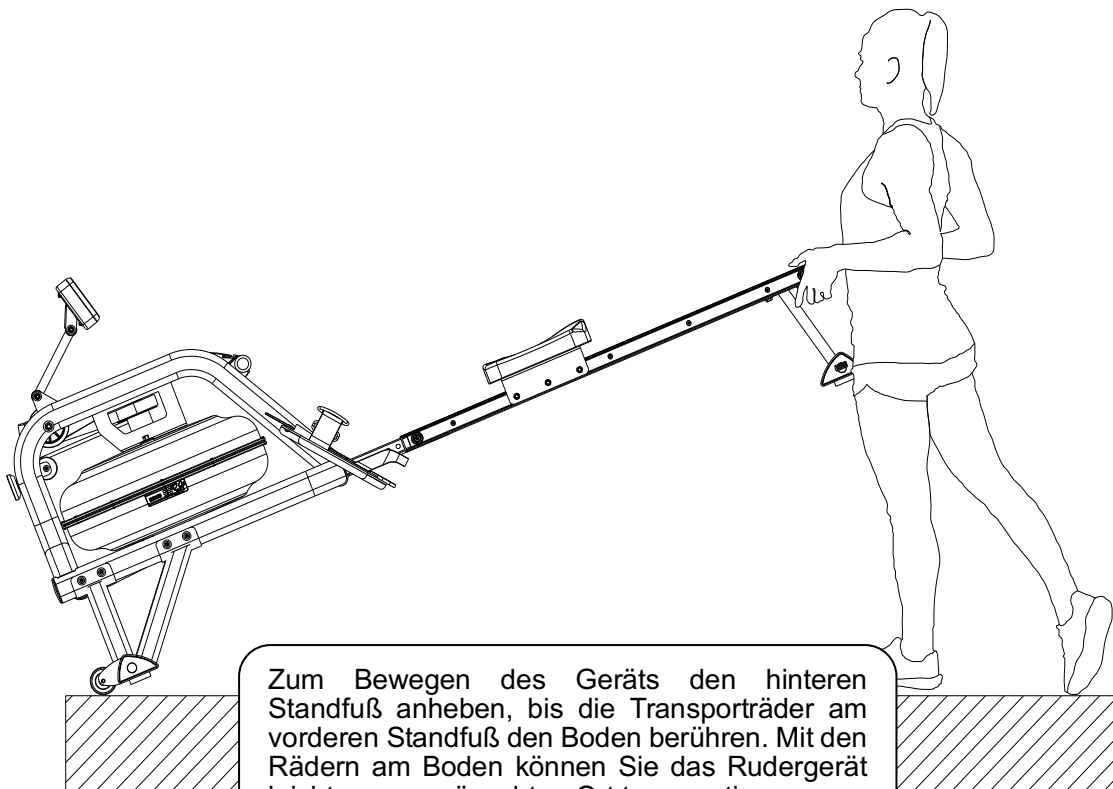


Der Pedalriemen ist verstellbar und kann der Größe des Fußes des Benutzers angepasst werden.

Um den Pedalriemen zu verstellen, das mit Klettband versehene Ende des Riemens nach oben und dann nach links ziehen, um es von der Seite aus Meshgewebe zu trennen.

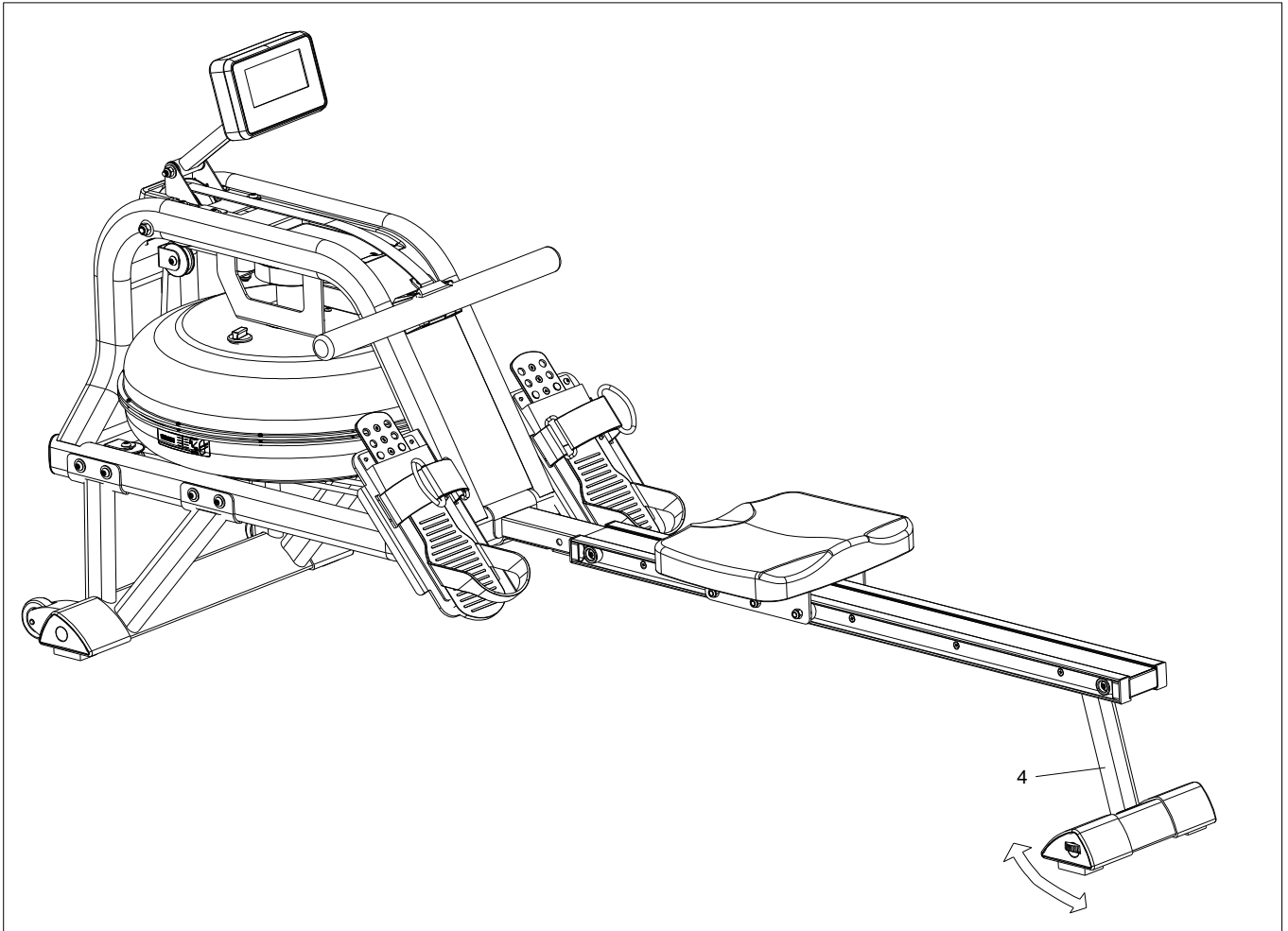
Danach können Sie die Öffnung des Pedalriemens erhöhen, indem Sie das Ende aus Meshgewebe nach oben und dann nach rechts ziehen.

❖ BEWEGEN DES GERÄTS



Zum Bewegen des Geräts den hinteren Standfuß anheben, bis die Transporträder am vorderen Standfuß den Boden berühren. Mit den Rädern am Boden können Sie das Rudergerät leicht zum gewünschten Ort transportieren.

EINSTELLUNGSANLEITUNG



❖ EINSTELLUNG DES GLEICHGEWICHTS

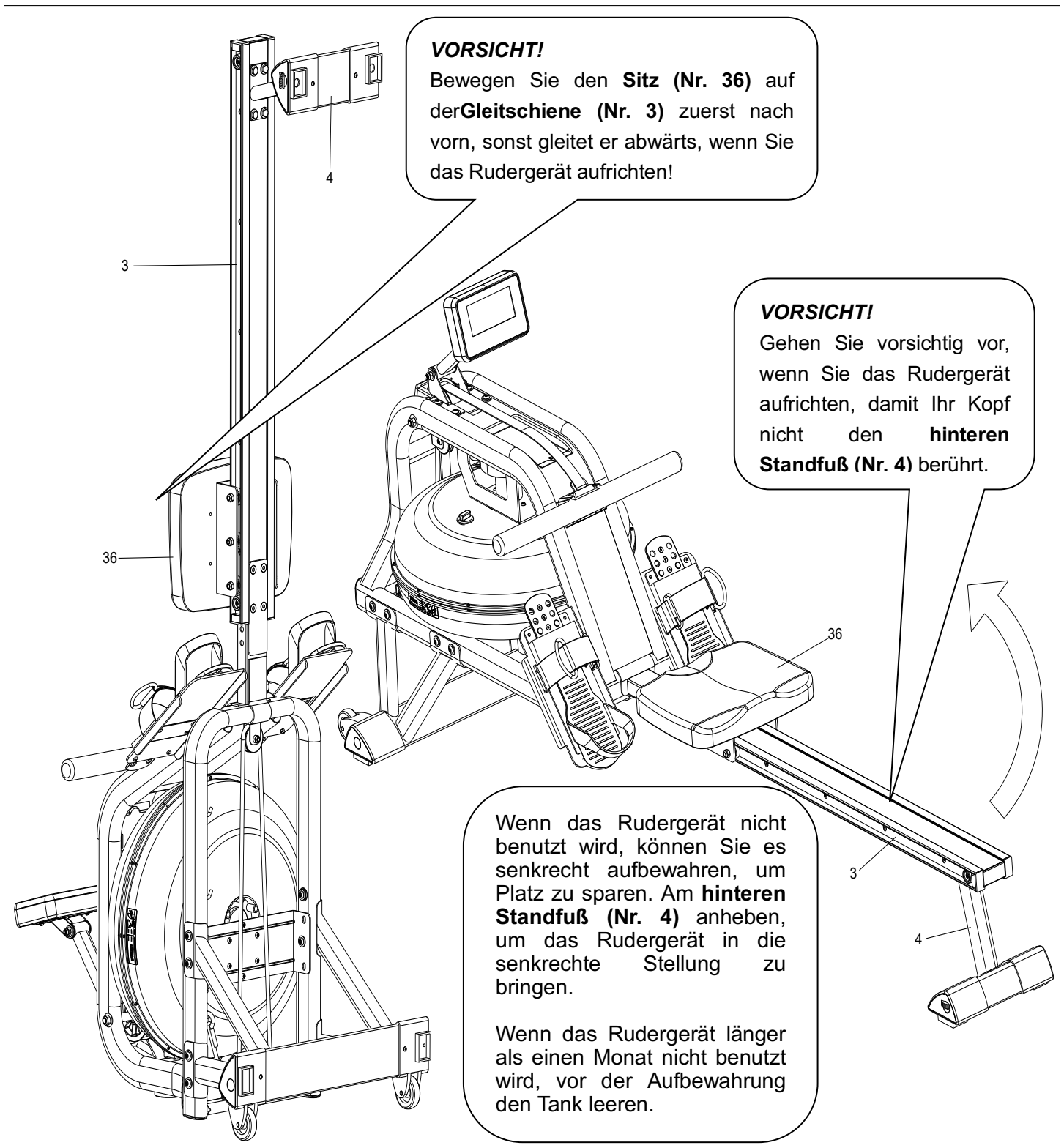
Die Endkappen am **hinteren Standfuß (Nr. 4)** des Geräts regulieren, falls die Maschine während der Benutzung nicht ausgeglichen ist.

VORSICHT!

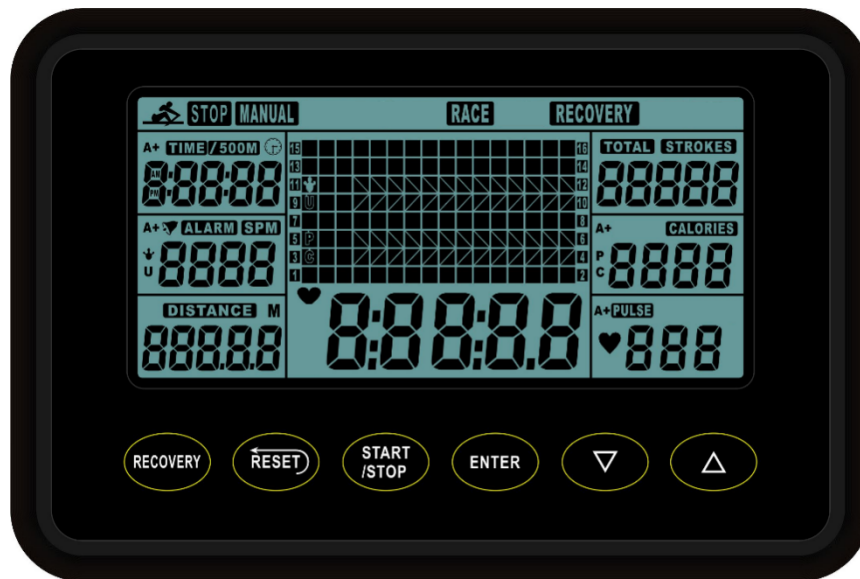
Bewegliche Teile, wie z. B. der Sitz, können quetschen und schneiden. Die Hände während der Benutzung von Gleitschiene fernhalten!

EINSTELLUNGSANLEITUNG

❖ AUFBEWAHRUNG



TRAININGSDISPLAY



【FUNKTIONSTASTEN】

- NACH OBEN▲/ NACH UNTEN▼** : Diese beiden Tasten drücken, um die verfügbare Auswahl zu scrollen.
Um den Funktionswert nach oben und nach unten zu ändern.
- ENTER** : Um Ihre Auswahl zu bestätigen.
Während des Trainings die Taste drücken, um die einzelnen Display-Funktionen abzufragen.
- START / STOP** : Um Ihr gewähltes Trainingsprogramm zu starten und zu stoppen.
- RESET** : Um den Computer zum Hauptmenü zurückzusetzen.
- RECOVERY** : Um das RECOVERY PROGRAM (ERHOLUNGSPROGRAMM) zu aktivieren, das Ihre Fitness sofort nach Ihrem Training automatisch bewertet.

【DISPLAY-FUNKTIONEN】

- TIME (ZEIT)** : Die Zielzeit mithilfe der Tasten NACH OBEN/NACH UNTEN einstellen (1 min ~ 99 min), Erhöhung oder Verringerung um jeweils 1 Minute.
- TIME/500M** : Ihre durchschnittliche 500-Meter-Zeit wird automatisch angezeigt und ständig aktualisiert.
- SPM** : Strokes per minute (Ruderschläge pro Minute).
- DISTANCE (Distanz)** : Den Zielwert mithilfe der Tasten NACH OBEN/NACH UNTEN einstellen (0 ~ 99900 Meter), Erhöhung oder Verringerung um jeweils 100 Meter.
- STROKES (RUDERSCHLÄGE)** : Den Zielwert mithilfe der Tasten NACH OBEN/NACH UNTEN einstellen (0~9990 Ruderschläge. Erhöhung oder Verringerung um jeweils 10 Ruderschläge.
- TOTAL STROKES (GESAMTZAHL DER RUDERSCHLÄGE)** : Angabe der Gesamtzahl der Ruderschläge von 0 bis 9999.
- CALORIES (KALORIEN)** : Die Ziel-KALORIEN mithilfe der Tasten NACH OBEN/NACH UNTEN einstellen (10 cal ~9990 cal), Erhöhung oder Verringerung um jeweils 10 cal.
- PULSE (HERZFREQUENZ)** : Den Zielwert mithilfe der Tasten NACH OBEN/NACH UNTEN/MODE von 30 bis 240 einstellen, Erhöhung/Verringerung um jeweils 1. Am Display wird die Herzfrequenz des Benutzers während des Trainings angezeigt. Die Funktion Herzfrequenzmessung wird nur vom Brustgürtel-System verwendet.
- CALENDAR (KALENDER)** : Am Display werden Jahr, Monat und Tag angezeigt, wenn sich das Display im Schlafmodus befindet.
- TEMPERATURE (TEMPERATUR)** : Am Display wird die aktuelle Raumtemperatur angezeigt, wenn sich das Display im Schlafmodus befindet.
- CLOCK (UHRZEIT)** : Am Display wird die aktuelle Uhrzeit angezeigt, wenn sich das Display im

Schlafmodus befindet.

【BETRIEB】

1. 2 Batterien AA einlegen → ein 2 Sekunden langer Piepton → in der Zwischenzeit Segment-Test für 2 Sekunden (Abb. 1). Danach geht das Display in den UHRZEIT- UND KALENDERMODUS. (Abb. 2).
2. Zuerst können Sie zum UHRZEIT-Feld gehen, um JAHR (im Bereich STROKES (RUDERSCHLÄGE)); MONAT (im Bereich CALORIES (KALORIEN)) und TAG (im Bereich PULSE (HERZFREQUENZ)) einzustellen. Nach Ihrer Bestätigung beginnt ALARM zu blinken. Die NACH-OBEN-TASTE drücken, um das ON/OFF einzustellen, das das ALARM-Zeichen ist. Wenn das Zeichen nicht angezeigt wird, können Sie die ENTER-Taste drücken, um zum nächsten zu springen. Wenn das ALARM-Zeichen „ON“ anzeigt, können Sie die ENTER-Taste drücken, um die ALARM-Zeit einzustellen (auf dieselbe Weise wie bei der Einstellung der UHRZEIT). Nach der Einstellung können Sie zum SPORT-Bild gehen (Abb. 3).

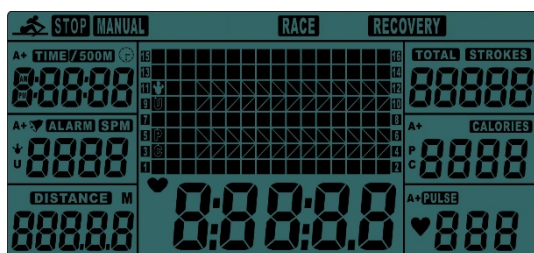


Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3



Abb. 4

3. Wenn Sie auf das SPORT-Bild zugreifen, blinken MANUAL (MANUELL) und RACE (RENNEN) und können ausgewählt werden. Mithilfe der Tasten NACH OBEN/NACH UNTEN auswählen, danach die ENTER-Taste drücken, um ihre Auswahl zu bestätigen.

(1) MANUAL (MANUELL) (Abb. 4):

- A. Auf den Modus MANUAL (MANUELL) zugreifen und die NACH-OBEN-TASTE drücken, um die blinkende Zahl der ZEIT einzustellen. Zur Bestätigung die ENTER-Taste drücken. Danach können Sie die NACH-OBEN-TASTE drücken, um DISTANCE (Distanz) → STROKES (RUDERSCHLÄGE) → CALORIES (KALORIEN) → PULSE (HERZFREQUENZ) → TIME (ZEIT) sofort einzustellen. (Wenn Sie Zielwert für ZEIT eingestellt haben, kann DISTANZ nicht eingestellt werden und umgekehrt.)
- B. Die START-TASTE für den START drücken, danach erscheint das STOP-Symbol. Mithilfe der Tasten NACH-OBEN/NACH UNTEN die Funktionen auswählen.
- C. Wenn die ausgewählte Funktion rückwärts zu NULL zählt oder wenn Sie die STOP-TASTE gedrückt haben, STOPPT das Display und zeigt die Durchschnittszahl an.

(2) RACE (RENNEN) (Abb. 5) :

- A. Auf den Modus RACE (RENNEN) zugreifen. L9 blinkt und die ZEIT/500M kann mit 4:00 angezeigt werden. Danach können Sie mithilfe der Tasten NACH-OBEN/NACH UNTEN sofort L1 ~ L15 einstellen. Mit der ENTER-Taste bestätigen. Danach können Sie die Rennstrecke einstellen (500M~10000M), während die Zahl bei DISTANCE (Distanz) blinkt. ENTER drücken, danach wird das Bild des Rennens am Bildschirm angezeigt. Die Werte für ZEIT/500M sind folgende:

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00



Abb. 5

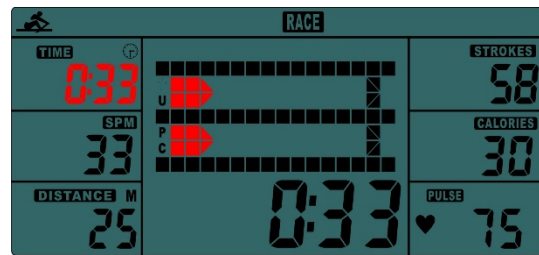


Abb. 6

- B. Die START-TASTE für den START drücken, danach erscheint STOP. Als Matrixanzeige erscheint USER (BENUTZER) und PC (Abb. 6). Das Display STOPPT, wenn die zuvor eingestellte Distanz des Rennens erreicht wird, danach erscheint als Matrixanzeige „PC WIN“ (PC-SIEG) oder „USER WIN“ (BENUTZER-SIEG) (Abb. 7) und nach 6 Sekunden kann der Energiezustand angezeigt werden.

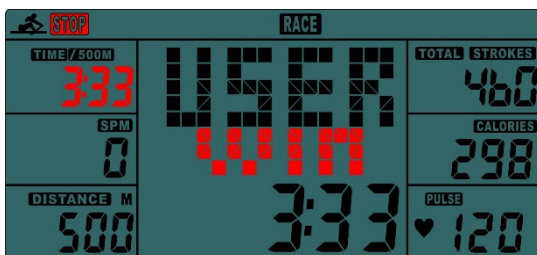


Abb. 7

- C. Wenn das Rennen vorüber ist, können Sie die START-Taste für ein neues Rennen drücken. RESET drücken, um das Bild des Rennens zu verlassen.

(3) RECOVERY (ERHOLUNG) :

1. Dieses Display funktioniert mit einem 5.3 kHz Brustgürtel zur Überwachung der Herzfrequenz (nicht inbegriffen). Nachdem Sie für eine bestimmte Zeit trainiert haben, den Brustgürtel weiterhin tragen und die Taste „RECOVERY“ (ERHOLUNG) drücken. Alle Funktionsanzeigen mit Ausnahme der „ZEIT“-Anzeige werden ausgeschaltet, sie zählt nun von 00:60 bis 00:00 rückwärts.
2. Auf dem Display wird nun die Erholung ihrer Herzfrequenz in Form von F1, F2 ... bis F6 angezeigt.
3. F1 ist hervorragend. F6 ist schlecht. Der Benutzer kann mit dem Training fortfahren, um den Erholungszustand der Herzfrequenz zu verbessern. (Um zur Hauptanzeige zurückzukehren, die Taste RECOVERY (ERHOLUNG) erneut drücken.)

ALARM

Alarm funktioniert nur, wenn sich der Computer im Schlafmodus befindet. Während des Trainings erfolgt kein Alarmton. RESET gedrückt halten, um zum Uhrzeit-Bildschirm zu gehen und ALARM einzustellen.

SLEEP MODE (SCHLAFMODUS)

Wenn 4 Minuten lang kein Vorgang erfolgt, geht der Computer zum Schlafmodus über.

BATTERIE

Dieses Display verwendet 2 Batterien AA, die inbegriffen sind. Bei Austausch der Batterien werden alle Werte rückgestellt.

Falls irgendein Problem am Display auftaucht, zuerst versuchen, die Batterien auszutauschen. Immer beide Batterien austauschen. Batterietypen nicht mischen. Alte und neue Batterien nicht mischen. Die leeren Batterien gemäß den örtlichen Vorschriften entsorgen.



GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it