XTERRA FITNESS

Elliptical
XE 78

DE **Benutzerhandbuch (Seite 2)**

GB **User manual (page 23)**

CE

Art. 78204

WARNUNG! Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch in Übereinstimmung mit den Anweisungen in diesem Benutzerhandbuch vorgesehen. Lesen Sie dieses Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie das Handbuch für die weitere Nutzung auf.

WARNING! This device is only intended for home use in accordance with the instructions in this user manual. Read it carefully before using the appliance and keep the manual for future use.

DE INHALTSVERZEICHNIS

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE..... 3

MONTAGEANLEITUNG.....5

TRANSPORT..... 9

COMPUTER-BEDIENUNGSANLEITUNG.....10

EXPLOSIONSZEICHNUNG..... 16

TEILELISTE.....17

TECHNISCHE DATEN..... 20

ENTSORGUNG..... 20

GARANTIE..... 21

ACHTUNG!

Dieses Gerät ist für den privaten Gebrauch in Innenräumen vorgesehen.
Jedwede andersartige Benutzung führt zum Verlust der Garantie und kann darüber hinaus ernsthafte Verletzungen oder Beschädigungen nach sich ziehen.
Sportliches Training kann die Gesundheit gefährden. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms mit diesem Gerät einen Arzt.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Dieses Trainingsgerät ist für optimale Sicherheit konstruiert. Trotzdem müssen bei der Benutzung von Trainings- bzw. Elektrogeräten bestimmte Vorsichtsmaßnahmen beachtet werden. Lesen Sie vor der Benutzung des Geräts alle Anweisungen durch und befolgen Sie diese entsprechend.

ACHTUNG!

Trennen Sie die Stromzufuhr nach der Benutzung und vor der Reinigung des Gerätes, um die Gefahr eines Stromschlags zu verringern.

WARNUNG!

Um die Gefahr von Verbrennungen, Feuer, Stromschlägen, Fehlfunktionen oder Personenschäden zu verringern, beachten Sie die folgenden Hinweise:

- Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt.
- Bei Nichtbenutzung und vor Pflege oder Wartung muss immer die Stromzufuhr getrennt werden.
- Benutzen Sie das Gerät nicht unter einer Decke oder einem Kissen. Es besteht die Gefahr einer Überhitzung.
- Bei der Verwendung des Gerätes von, bei oder in der Nähe von Kindern, Invaliden oder Menschen mit Behinderungen ist besondere Vorsicht geboten.
- Verwenden Sie dieses Gerät nur für den in diesem Benutzerhandbuch beschriebenen, vorgesehenen Zweck. Benutzen Sie keine vom Hersteller nicht empfohlenen Zusatzteile!
- Benutzen Sie das Gerät niemals, wenn Kabel oder Stecker beschädigt sind, es nicht ordnungsgemäß funktioniert, es heruntergeworfen, beschädigt oder in Wasser getaucht wurde. Senden Sie das Gerät in diesem Fall zur Überprüfung bzw. Reparatur an eine Servicestelle.
- Tragen Sie das Gerät nicht am Netzkabel und verwenden Sie das Kabel nicht als Griff.
- Halten Sie das Netzkabel von heißen Oberflächen fern.
- Das Gerät darf nicht mit blockierten Lüftungsöffnungen verwendet werden. Halten Sie die Lüftungsöffnungen frei von Fusseln, Staub, Haaren etc.
- Stecken Sie niemals Gegenstände oder Körperteile (Finger etc.) in die Öffnungen.
- Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
- Benutzen Sie das Gerät nicht an Orten, wo Sprühnebel oder Sauerstoff verwendet bzw. verabreicht werden.
- Das Gerät muss an eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose angeschlossen werden.
- Das Gerät ist ausschließlich für die Verwendung in privaten Haushalten geeignet.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

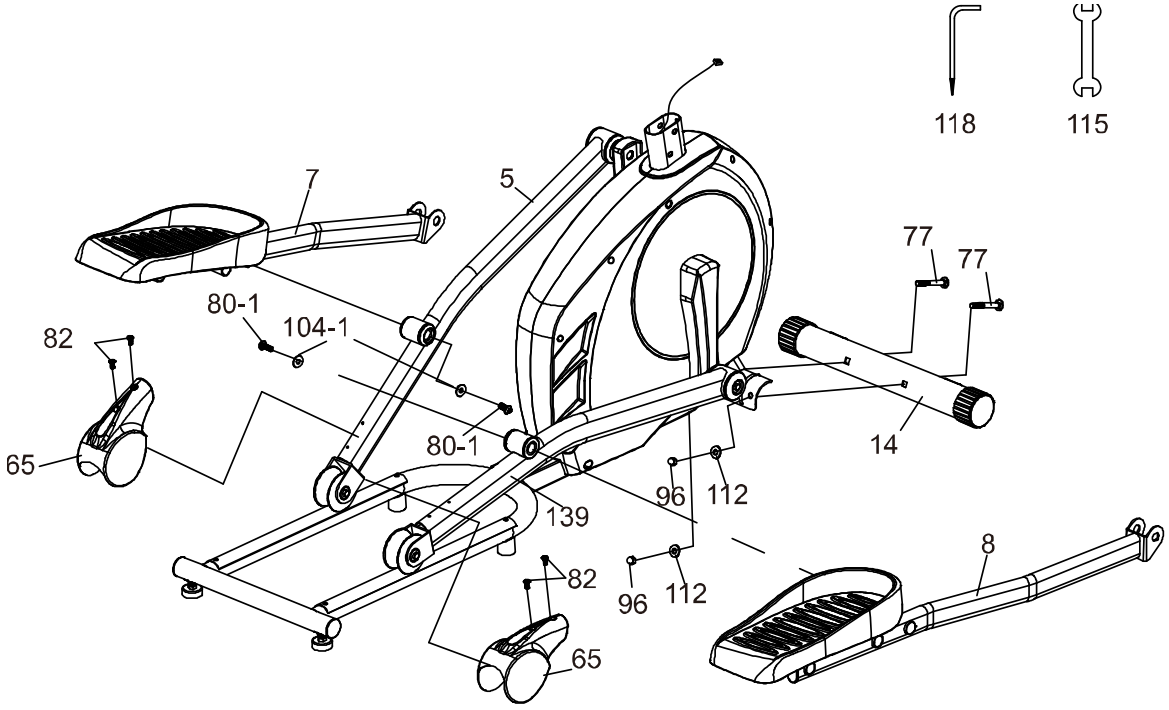
- Konsultieren Sie vor der Aufnahme eines Trainingsprogramms einen Arzt. Dies ist besonders für Personen über 35 Jahre oder Personen mit Vorerkrankungen wichtig.
- Um das Gerät auszuschalten, stellen Sie alle Bedienelemente auf „Off“ (Aus) und ziehen Sie anschließend den Stecker aus der Steckdose.
- Benutzen Sie das Gerät nicht auf tief gepolstertem Teppich sowie Plüsch- oder Wollteppichen. Dies kann zu einer Beschädigung sowohl des Teppichs als auch des Fitnessgerätes führen.
- Halten Sie die Hände von allen beweglichen Teilen fern.
- Eine Pulsmessung mit diesem Gerät dient nur als Orientierungshilfe und ist nicht als medizinische Pulsfrequenzmessung zu verstehen. Verschiedene Faktoren, darunter die Bewegungen des Benutzers, haben Einfluss auf die Genauigkeit der Herzfrequenzmesswerte.
- Tragen Sie geeignete Kleidung und Schuhe für das Training und vermeiden Sie lockere Kleidung. Trainieren Sie nie barfuß oder in Socken. Tragen Sie immer korrektes Schuhwerk, z. B. Lauf-, Wander- oder Cross-Training-Schuhe.
- Das Gerät sollte nicht von Personen mit einem Gewicht über 265 Pfund / 120 kg verwendet werden.
- Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.

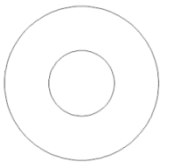
Die Nichtbeachtung dieser Sicherheitshinweise kann den Trainingsnutzen negativ beeinflussen, die Lebensdauer des Gerätes verkürzen oder zu Personenschäden führen.

MONTAGEANLEITUNG

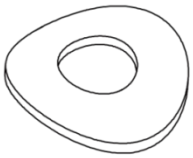
Schritt 1:

1. Entnehmen Sie das Gerät dem Karton und stellen Sie es auf eine ebene und freie Fläche.
2. Bringen Sie den vorderen Standfuß (14) mit 2 Schrauben (77), 2 Wellscheiben (112) und 2 Muttern (96) wie abgebildet am Hauptrahmen an.
3. Montieren Sie je eine Abdeckung (65) am linken und rechten Pedalarm (5 / 139) mit insgesamt 4 Schrauben (82).
4. Befestigen Sie die linke Pedalbasis (7) am linken Pedalarm (5) mit einer Schraube (80-1) und einer Unterlegscheibe (104-1). Wiederholen Sie diesen Schritt analog für die rechte Pedalbasis (8) / rechten Pedalarm (139).



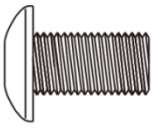


#104-1 Ø 8.7 × 20 × 1.5T
Unterlegscheibe (2 St.)

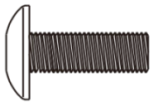


#112. 3/8" × 23 × 1.5T
Wellscheibe (2 St.)

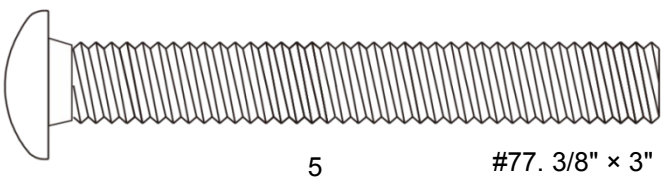
#96. 3/8"
Mutter (2 St.)



#80-1 5/16" × 15m/m
Schraube (2 St.)



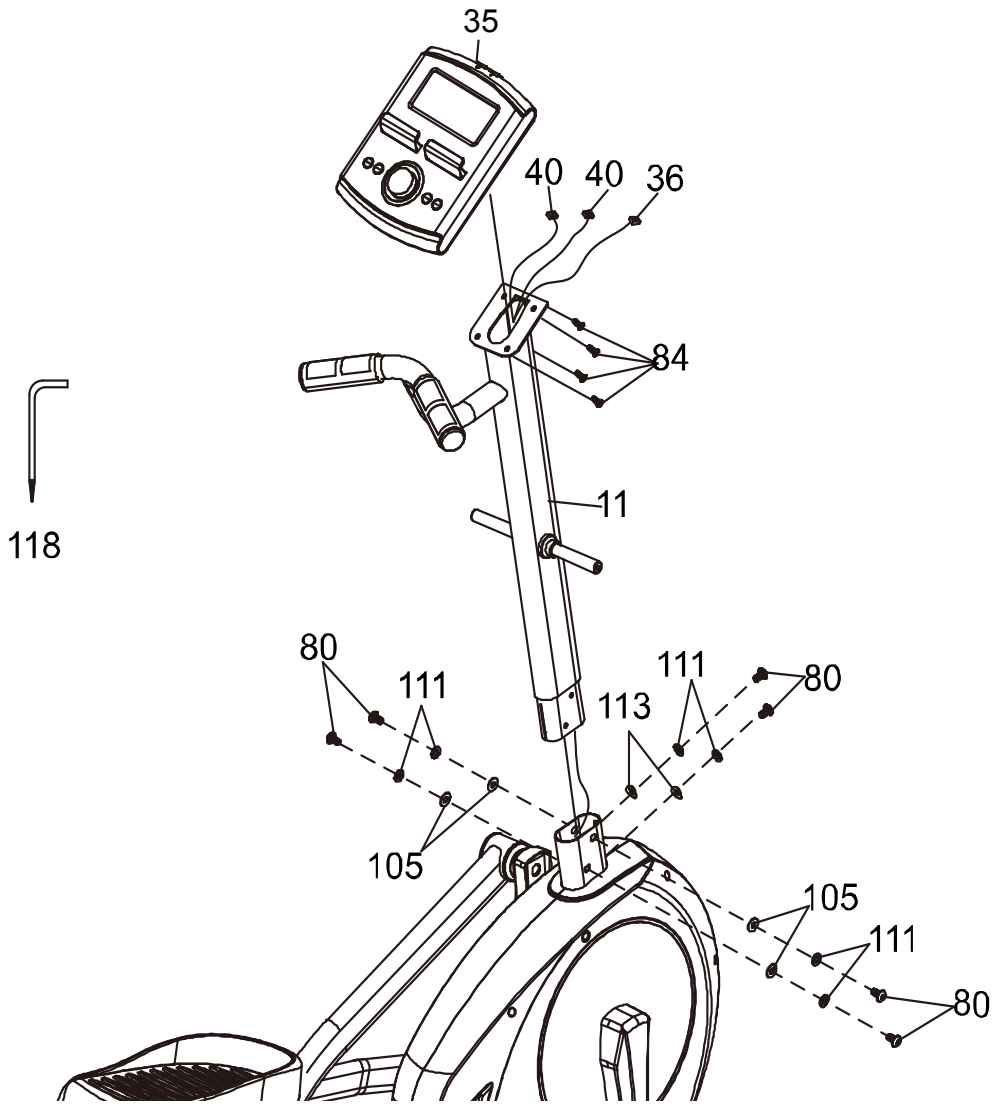
#82. M5 × 15m/m
Schraube (4 St.)



#77. 3/8" × 3"
Schraube (2 St.)

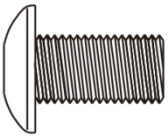
Schritt 2:

1. Führen Sie das Computerkabel (36) von unten durch die Lenkerstütze (11) und befestigen Sie diese anschließend mit 6 Schrauben (80), 6 Scheiben (111), 4 Unterlegscheiben (105) und 2 Wellscheiben (113) am Hauptrahmen wie abgebildet.
2. Verbinden Sie nun das Computerkabel (36) und die beiden Handpulskabel (40) mit dem Computer (35). Befestigen Sie dann den Computer (35) auf der Computerhalterung mit 4 Schrauben (84). Achten Sie darauf, keine Kabel einzuklemmen!

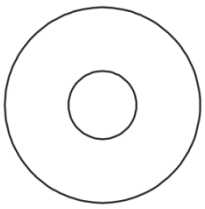


#84. M5 × 10m/m
Schraube (4 St.)

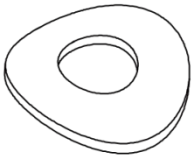
#111. 5/16" × 1.5T
Scheibe (6 St.)



#80. 5/16" × 15m/m
Schraube (6 St.)



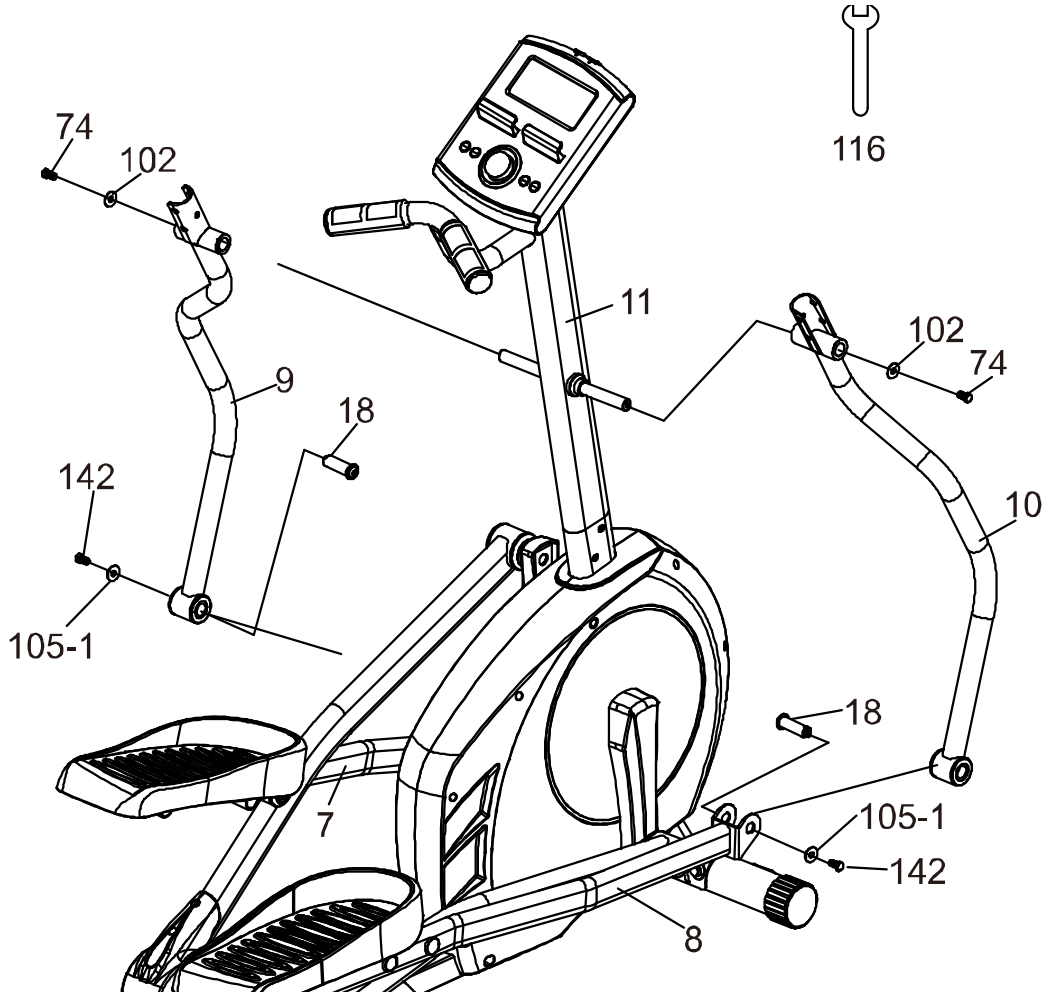
#105. 5/16" × 23 × 1.5T
Unterlegscheibe (4 St.)

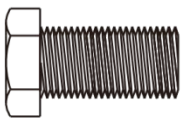


#113. 5/16" × 23 × 1.5T
Wellscheibe (2 St.)

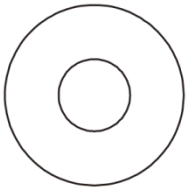
Schritt 3:

1. Befestigen Sie die beiden unteren Schwungarme (9 und 10) auf beiden Seiten an der Lenkerstütze (11) wie abgebildet mit je einer Schraube (74) und einer Unterlegscheibe (102).
2. Nun werden die beiden unteren Schwungarme (9 und 10) auf beiden Seiten an der linken und rechten Pedalbasis (7 und 8) montiert. Hierzu benötigen Sie die beiden Führungshülsen (18), die beiden Unterlegscheiben (105-1) und die beiden Schrauben (142).





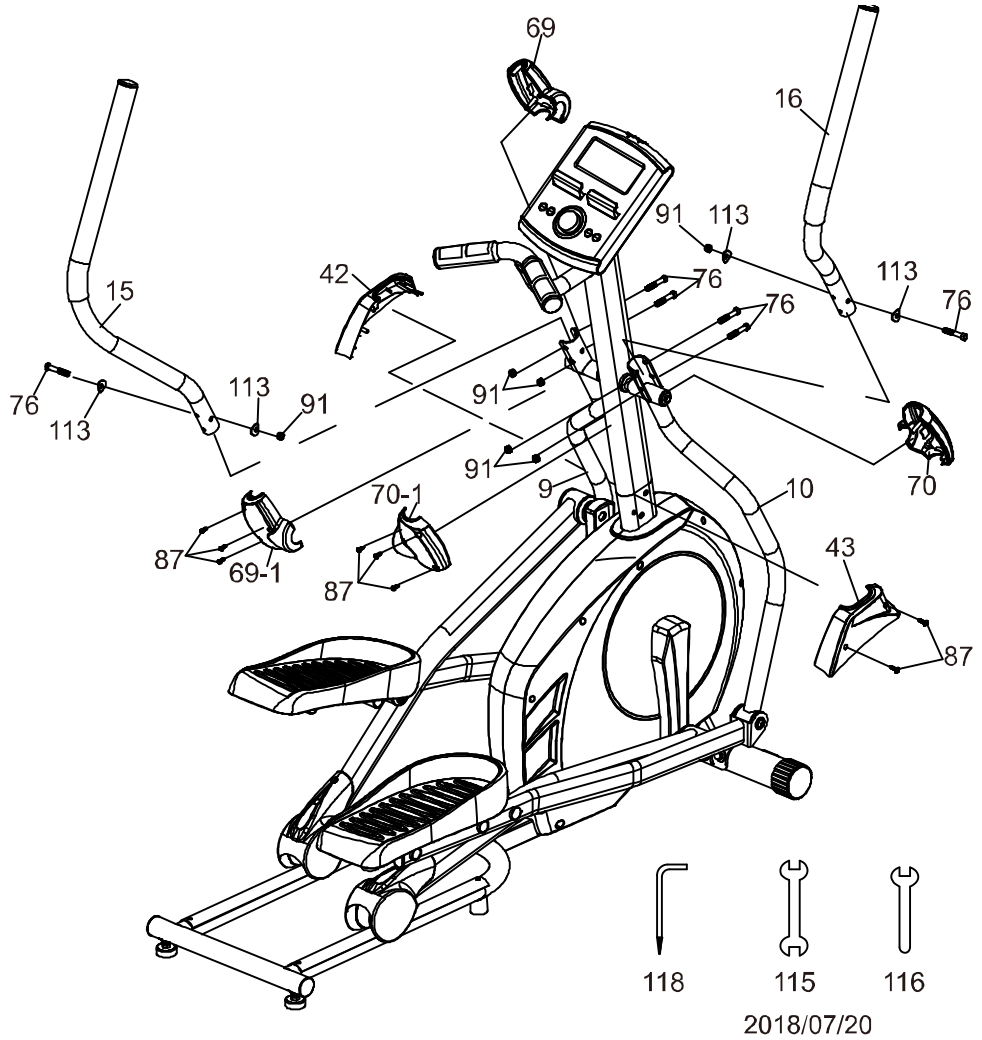
#74. 5/16" × 15m/m
Schraube (2 St.)

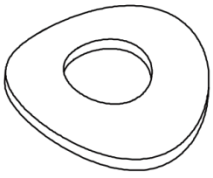


#102. Ø 8.7× 20 × 1.5T
Unterlegscheibe (2 St.)

Schritt 4:

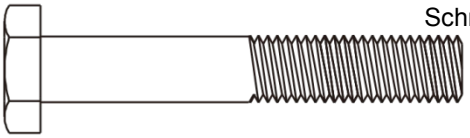
1. Befestigen Sie die oberen Schwungarme (15 und 16) an den beiden unteren Schwungarmen (9 & 10) mit insgesamt 6 Schrauben (76), 4 Unterlegscheiben (113) und 6 Muttern (91).
2. Die Abdeckungen (69) und (69-1) werden mit 3 Schrauben (87) auf der linken Seite wie abgebildet angebracht. Analog müssen die Abdeckungen (70) und (70-1) auf der rechten Seite montiert werden.
3. Die Lenkerabdeckungen (42 & 43) werden mit 2 Schrauben (87) wie abgebildet montiert.





#113. 5/16" × 23 × 1.5T
Wellscheibe (4 St.)

#91. 5/16" × 7T
Mutter (6 St.)



#76. 5/16" × 1-3/4"
Schraube (6 St.)

#87. Ø3.5 × 12m/m
Schraube (8 St.)

ACHTUNG!

Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben nach der Installation fest angezogen sind.

TRANSPORT

Das Gerät verfügt über zwei Transportrollen. Kippen Sie das Gerät nach vorn, sodass die Transportrollen den Boden berühren. Danach können Sie das Gerät frei bewegen.

COMPUTER-BEDIENUNGSANLEITUNG

TIME (Zeit)	Der Computer zeigt die aktuelle Trainingszeit an (0:00 – 99:59). Vor Beginn eines Trainings können Sie die Trainingszeit auch vorgeben. Die Zeit läuft dann rückwärts (Countdown) und nach Ablauf (0:00) ertönt ein akustisches Signal (Vorgabe möglich bis max. 99:00 Minuten).
SPEED (Tempo)	Hier zeigt der Computer das aktuelle Trainingstempo an (0 – 99,9 km/h).
RPM	Zeigt die Drehzahl (Umdrehungen je Minute) an (0 – 999).
DISTANCE (Distanz)	Die zurückgelegte Distanz wird hier angezeigt (0 – 99,99). Vor Beginn eines Trainings können Sie die Länge der Wegstrecke auch vorgeben (max. 99,9 km). Die Entfernung läuft dann rückwärts (Countdown) und nach Ablauf (0,00) ertönt ein akustisches Signal.
CALORIES (Kalorien)	Der Computer zeigt die momentan verbrannten Kalorien (max. 9999 kcal). Die mit diesem Computer ermittelten und angezeigten Werte für den Kalorienverbrauch dienen lediglich als Anhaltspunkt für eine Person mittlerer Statur bei mittlerer Widerstandseinstellung und können erheblich von dem tatsächlichen (medizinischen) Kalorienverbrauch abweichen.
PULSE (Puls)	Der Computer zeigt die aktuelle Pulsfrequenz an. Sie können vor dem Training einen Zielpulswert (30- 230 Schläge je Minute) vorgeben. Während des Trainings wird der Computer dann ständig die Pulsfrequenz prüfen und Sie durch ein akustisches Signal warnen, wenn die Zielpulsfrequenz erreicht oder überschritten wird.
MANUAL	Manueller Modus
BEGINNER	4 Programme für Anfänger
ADVANCE	4 Programme für Fortgeschrittene
SPORTY	4 Programme für erfahrene Sportler
CARDIO	Mit diesem Trainingsmodus können Sie ein automatisch gesteuertes Training abhängig von Ihrer Pulsfrequenz absolvieren.

Tastenfunktionen:

Up (Auf)

Erhöht den Widerstand während des Trainings / verändert Werte.

Down (Ab)

Verringert den Widerstand während des Trainings / verändert Werte.

Mode / Enter

Bestätigung von eingegebenen Werten oder einer Auswahl.

Reset

Drücken und Halten für mind. 2 Sekunden erzwingt einen Reset (Zurücksetzen aller Werte auf 0). Während einer Trainingsunterbrechung kommen Sie durch kurzen Druck auf diese Taste wieder zur initialen Anzeige.

Start / Stop

Ein Training beginnen oder beenden.

Recovery

Drücken Sie diese Taste, um die Herzerholungsratenmessung zu starten.

Total Reset (nicht bei allen Modellen vorhanden)

Neustart mit Wiederverwendung eingestellter Zielwerte

Einschalten:

Schließen Sie das Stromkabel an. Der Computer wird sich einschalten für ca. 2 Sekunden die volle Anzeige aktivieren (Abb. 1).

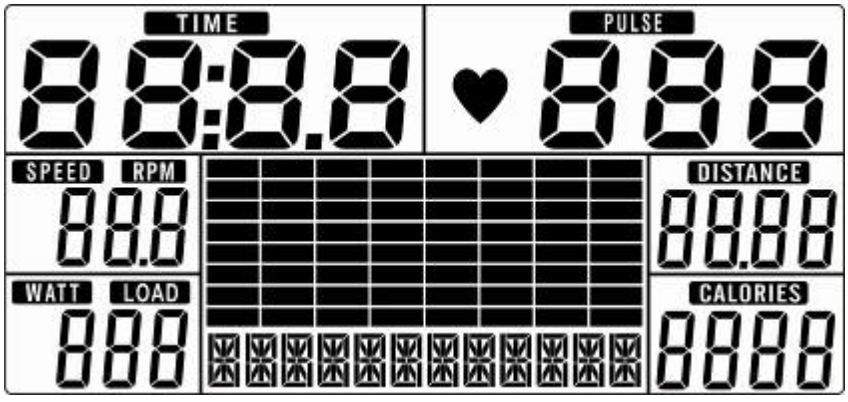


Abb. 1

Trainingsauswahl:

Wählen Sie einen Trainingsmodus mit „UP“ und „DOWN“ aus und drücken Sie “MODE/ENTER” zur Bestätigung: M (Manuell) (Abb. 2) -> Beginner (Abb. 3) -> Advance (Abb. 4) -> Sporty (Abb. 5) -> Cardio (Abb. 6).

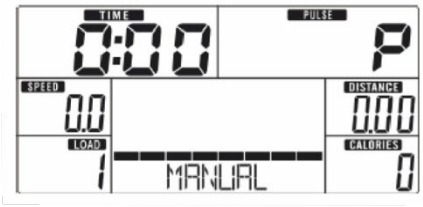


Abb. 2

Abb. 3

Abb. 4

Abb. 5

Abb. 6

Manueller Modus

Mit diesem Trainingsmodus können Sie selbst „von Hand“ die Schwierigkeit einstellen. Nach der Auswahl von „M“ und „MODE/ENTER“ befinden Sie sich im manuellen Modus. Drücken Sie die Taste „START/ STOP“. Mit „UP“ und „DOWN“ lässt sich der Tretwiderstand auch während des Trainings jederzeit verstellen. Sie können auch Zielwerte für folgende Funktionen eingeben:

a. TIME (Trainingszeit, Abb.7)

b. DISTANCE (Distanz, Abb. 8)

c. CALORIES (Kalorienverbrauch, Abb. 9)

d. PULSE (Puls, Abb. 10)

Um eine Zielwertvorgabe einzugeben, drücken Sie nicht „START/STOP“ nach der Modusauswahl, sondern stellen Sie mit „UP“- und „DOWN“ und „MODE/ENTER“ die jeweiligen Zielwerte ein. Nach Abschluss der Eingaben drücken Sie dann „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen. Um mit dem Training zu pausieren, drücken Sie erneut „START/STOP“. Drücken Sie auf „RESET“, um zum Hauptmenü zurückzukehren.

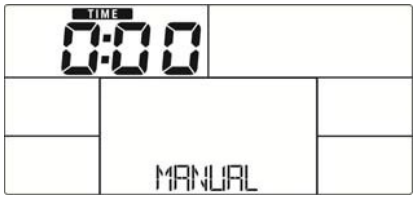


Abb. 7

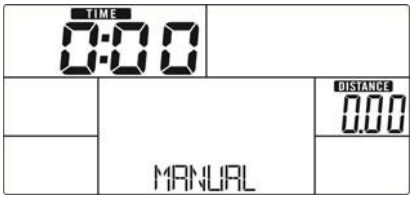


Abb. 8

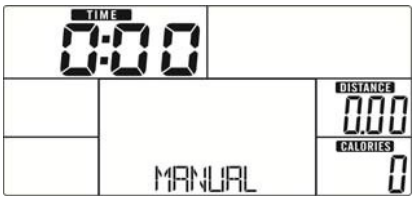


Abb. 9

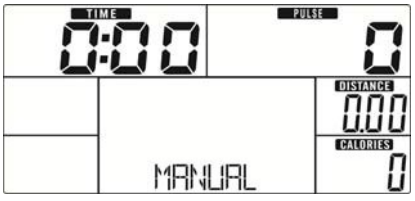


Abb. 10

Abb. 11

Beginner (Anfänger-) Modus

Mit diesem Trainingsmodus können Sie nach vorgegebenen Programmprofilen trainieren (Berg- u. Talfahrten für Anfänger). Nach der Auswahl des Modus („MODE/ENTER“ zur Bestätigung), erscheint „BEGINNER 1“ (siehe Abb. 12) in der Anzeige. Wählen Sie eines der 4 Programme (1 bis 4) und drücken Sie „MODE/ENTER“ zur Bestätigung. Sie können nun einen Zielwert für die Trainingszeit eingeben (mit „UP“, „DOWN“ und „MODE/ENTER“). Drücken Sie „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen. Mit „UP“ und „DOWN“ lässt sich der Tretwiderstand auch während des Trainings jederzeit verstellen. Um mit dem Training zu pausieren, drücken Sie erneut „START/STOP“. Drücken Sie auf „RESET“, um zum Hauptmenü zurückzukehren.

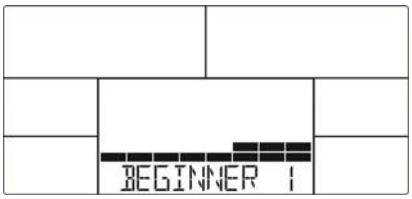


Abb. 12

Advance (Fortgeschrittenen-) Modus

Mit diesem Trainingsmodus können Sie nach vorgegebenen Programmprofilen trainieren (Berg- u. Talfahrten für Fortgeschrittene). Nach der Auswahl des Modus („MODE/ENTER“ zur Bestätigung), erscheint „ADVANCE 1“ (siehe Abb. 13) in der Anzeige. Wählen Sie eines der 4 Programme (1 bis 4) und drücken Sie „MODE/ENTER“ zur Bestätigung. Sie können nun einen Zielwert für die Trainingszeit eingeben (mit „UP“, „DOWN“ und „MODE/ENTER“). Drücken Sie „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen. Mit „UP“ und „DOWN“ lässt sich der Tretwiderstand auch während des Trainings jederzeit verstellen. Um mit dem Training zu pausieren, drücken Sie erneut „START/STOP“. Drücken Sie auf „RESET“, um zum Hauptmenü zurückzukehren.

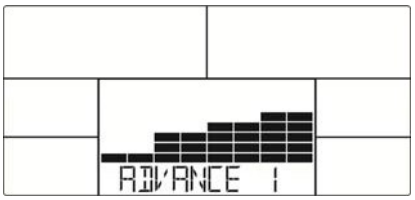


Abb. 13

Sporty (Sportler-) Modus

Mit diesem Trainingsmodus können Sie nach vorgegebenen Programmprofilen trainieren (Berg- u. Talfahrten für sportliche Benutzer). Nach der Auswahl des Modus („MODE/ENTER“ zur Bestätigung), erscheint „SPORTY 1“ (siehe Abb. 14) in der Anzeige. Wählen Sie eines der 4 Programme (1 bis 4) und drücken Sie „MODE/ENTER“ zur Bestätigung. Sie können nun einen Zielwert für die Trainingszeit eingeben (mit „UP“, „DOWN“ und „MODE/ENTER“). Drücken Sie „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen. Mit „UP“ und „DOWN“ lässt sich der Tretwiderstand auch während des Trainings jederzeit verstellen. Um mit dem Training zu pausieren, drücken Sie erneut „START/STOP“. Drücken Sie auf „RESET“, um zum Hauptmenü zurückzukehren.

Abb. 14

Cardio mode (H.R.C.-Modus)

Nach der Auswahl des Modus („MODE/ENTER“ drücken zur Bestätigung) befinden Sie sich im herzratenkontrollierten Trainingsmodus. Mit diesem Trainingsmodus können Sie ein automatisch gesteuertes Training abhängig von Ihrer Pulsfrequenz absolvieren. Stellen Sie zunächst mit „UP“ und „DOWN“ Ihr Alter ein (Abb.15). Wählen Sie dann mit “UP” oder “DOWN” eine der folgenden Alternativen aus:

(Abb. 16) = 55% Max H.R.C. - - Zielherzrate = (220 – Alter) x 55%

oder 75% Max H.R.C. - - Zielherzrate = (220 – Alter) x 75%

oder 90% Max H.R.C. - - Zielherzrate = (220 – Alter) x 90%

oder „TAG“ = Zielherzrate - - Wert für Zielherzrate eingeben

Im “TAG” Modus können Sie mit „UP“ und „DOWN“ den von Ihnen gewünschten Wert einstellen (Standardeinstellung = 100).

Sie können nun einen Zielwert für die Trainingszeit eingeben (mit „UP“, „DOWN“ und „MODE/ENTER“). Drücken Sie „START/STOP“, um mit dem Training zu beginnen. Um mit dem Training zu pausieren, drücken Sie erneut „START/STOP“. Drücken Sie auf „RESET“, um zum Hauptmenü zurückzukehren.

Abb. 15

Abb. 16

Recovery (Herzerholungsratenmessung)

Mit dieser Spezialfunktion ist es möglich, die Herzerholungsrate nach einem Training zu ermitteln, welche ein Indikator für die sportliche und körperliche Verfassung des Trainierenden ist. Je besser die Herzerholungsrate (also je schneller sich die Herzfrequenz wieder auf den Normalpuls erholt), umso „fitter“ ist der Sportler. Nachdem Sie das Training abgeschlossen haben, behalten Sie bitte die Hände auf den Handpulssensoren (umfassen Sie diese, um einen möglichst guten Kontakt herzustellen) oder behalten Sie einen kompatiblen Brustgurt an. Jetzt drücken Sie die Taste „RECOVERY“. Warten Sie 60 Sekunden (Abb. 17), während der Computer fortlaufend Ihren Puls misst. Nach Ablauf der Zeit wird Ihre bewertete Herzerholungsrate auf dem Computer angezeigt mit einer Skala von 1.0 (F1) bis 6.0 (F6) [Abb. 18], wobei 1.0 sehr gut ist und 6.0 = ungenügend. Verbessern Sie Ihre Rate durch regelmäßiges Training am besten auf F1! Drücken Sie nach der Messung erneut “RECOVERY”, um in den normalen Betriebsmodus zurückzukehren.

Abb. 17

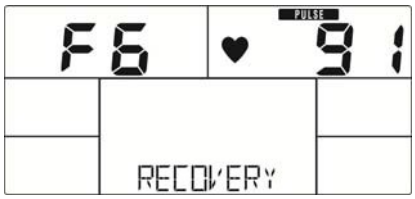


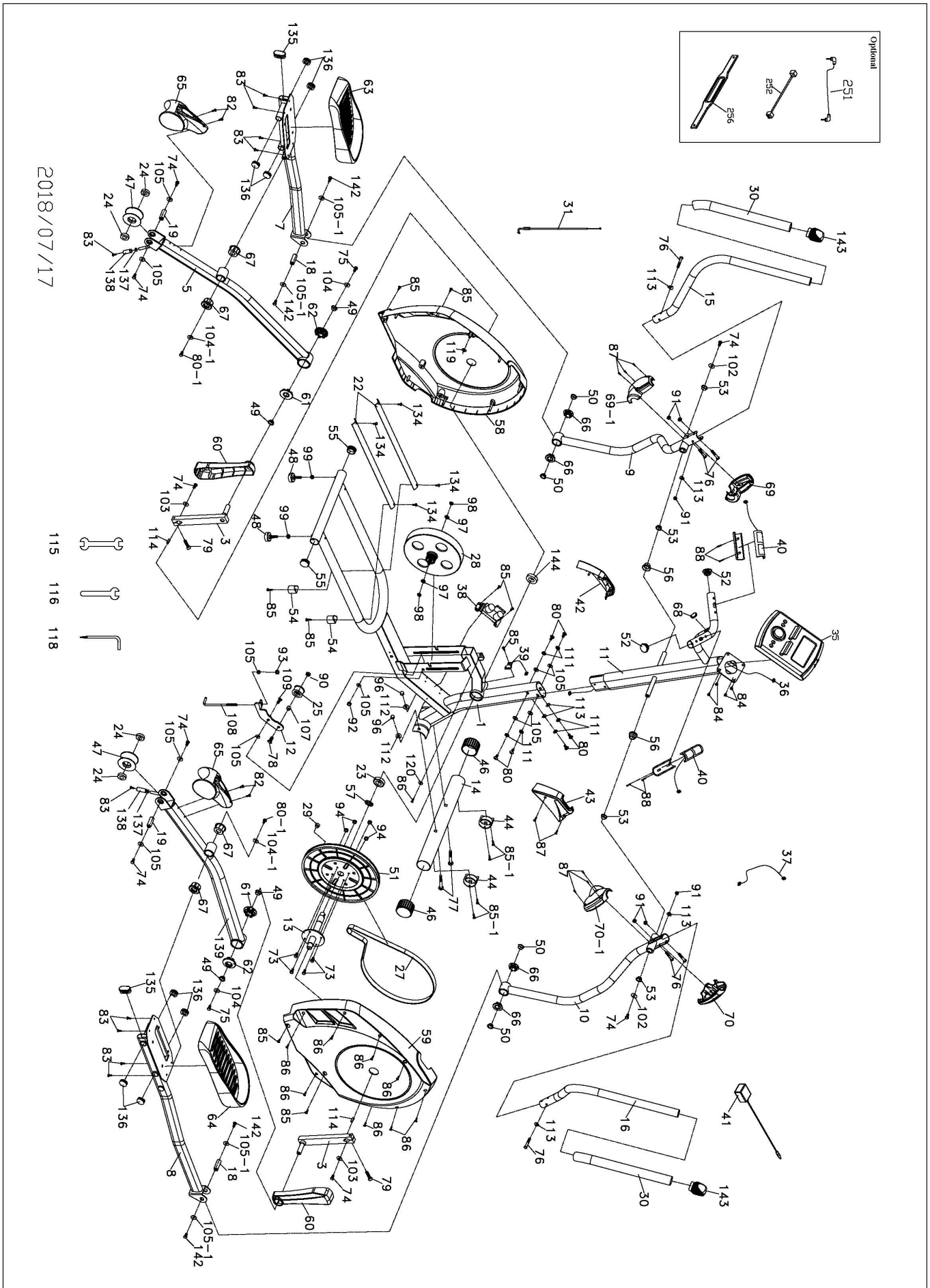
Abb. 18

Anmerkungen:

1) Der Computer verfügt über eine Ein-/Ausschaltautomatik, welche ihn bei Pedalbewegung oder durch Drücken einer Taste einschalten bzw. nach ca. 4 Minuten ohne jedes Signal automatisch in den Standby-Modus schalten lässt.

2) Sollte das Gerät abnormales Verhalten zeigen, trennen Sie die Stromzufuhr ab und versuchen Sie es erneut nach einigen Minuten erneut.

EXPLOSIONSZEICHNUNG



TEILELISTE

Nr.	Teil-Beschreibung	Anz.
1	Hauptrahmen	1
3	Pedalarmbasis	2
5	Pedalarm (L)	1
7	Pedalbasis (L)	1
8	Pedalbasis (R)	1
9	Unterer Schwungarm (L)	1
10	Unterer Schwungarm (R)	1
11	Lenkerstütze	1
12	Andruckrollenset	1
13	Achse	1
14	Vorderer Standfuß	1
15	Oberer Schwungarm (L)	1
16	Oberer Schwungarm (R)	1
18	Führungshülse	2
19	Achse	2
22	Alu-Schiene	2
23	Lager 6005	1
24	Lager 6003	4
25	Achse für Andruckrolle	1
27	Keilriemen	1
28	Schwungrolle	1
29	Magnet	1
30	Schaumstoffgriff	2
31	Stahlkabel	1
35	Computer	1
36	1600m/m Computerkabel	1
37	600m/m Stromkabel	1
38	Stellmotor	1
39	350m/m Sensorkabel	1
40	850m/m Handpulskabel	2
41	Netzteil	1
42	Abdeckung für Lenkerstütze (L)	1
43	Abdeckung für Lenkerstütze (R)	1
44	Transportrolle	2
46	Runde Endkappe	2
47	Urethan-Rolle	2
48	Justierbare Fußkappe	2
49	Führung WFM-1719-12	4
50	Führung J4FM-1719-09	4
51	Antriebsrad	1
52	Ø32(1.8T) Stecker	2
53	Metallführung	4
54	Gummifuß	2
55	Runde Kappe	2
56	Abstandsstück für Pedalachse	2
57	Abstandsstück	1
58	Seitenabdeckung (L)	1

Nr.	Teil-Beschreibung	Anz.
59	Seitenabdeckung (R)	1
60	Endkappe für Pedalarm	2
61	Führung Ø56 × Ø19 × 15L	2
62	Führung Ø56 × Ø19 × 21L	2
63	Pedal (L)	1
64	Pedal (R)	1
65	Rollenabdeckung	2
66	Führung Ø42 × Ø19 × 15L	4
67	Pedalführung	4
68	Schraubenkappe	1
69	Vordere Lenkerabdeckung (L)	1
69~1	Hintere Lenkerabdeckung (L)	1
70	Vordere Lenkerabdeckung (R)	1
70~1	Hintere Lenkerabdeckung (R)	1
73	Schraube 1/4" × UNC20 × 3/4"	4
74	Schraube 5/16" × UNC18 × 15L	8
75	Schraube 5/16" × UNC18 × 15L	2
76	Schraube 5/16" × UNC18 × 1-3/4"	6
77	Schraube 3/8" × UNC16 × 3"	2
78	Schraube 3/8" × UNC16 × 28L	1
79	Schraube M8 × P1.25 × 25L	2
80	Schraube 5/16" × UNC18 × 15L	6
80~1	Schraube 5/16" × UNC18 × 15L	2
82	Schraube M5 × P0.8 × 15L	4
83	Schraube M5 × P0.8 × 10L	10
84	Schraube M5 × P0.8 × 10L	4
85	Schraube Ø5 × 19L	9
85~1	Schraube Ø5 × 19L	4
86	Schraube Ø3.5 × 16L	9
87	Schraube Ø3.5 × 12L	8
88	Schraube Ø3 × 20L	4
90	Mutter 3/8" × UNC16 × 7T	1
91	Mutter 5/16" × UNC18 × 7T	6
92	Mutter M8 × P1.25 × 7T	1
93	Mutter M8 × P1.25 × 9T	1
94	Mutter 1/4" × UNC20 × 8T	4
96	Mutter 3/8" × UNC16 × 12.5T	2
97	Mutter 3/8" -UNF26 × 4T	2
98	Mutter 3/8"-UNF26 × 11T	2
99	Mutter 3/8" × UNC16 × 7T	2
102	Unterlegscheibe Ø8.7 × Ø20 × 1.5T	2
103	Unterlegscheibe Ø8 × Ø35 × 1.5T	2
104	Unterlegscheibe Ø8.5 × 26 × 2.0T	2
104~1	Unterlegscheibe Ø8.7 × Ø20 × 1.5T	2
105	Unterlegscheibe Ø8 × 23 × 1.5T	11
105~1	Unterlegscheibe 5/16" × 23 × 3T	4
107	Führung Ø15.8 × Ø10 × 9L	1
108	Schraube M8 × P1.25 × 130L	1
109	Schraube M8 × P1.25 × 20L	1
111	Scheibe Ø8 × 1.5T	6

Nr.	Teil-Beschreibung	Anz.
112	Wellscheibe Ø10 × 23 × 1.5T	2
113	Wellscheibe Ø8 × 23 × 1.5T	6
114	Scheibenfeder	2
115	Maulschlüssel 13/14m/m	1
116	Maulschlüssel 12m/m	1
118	Schraubendreher-/Maulschlüssel M5	1
119	Unterlegscheibe Ø8 × 16 × 1T	1
120	Unterlegscheibe Ø5 × 16 × 1.5T	1
134	Schraube M6 × P1.0 × 15L	4
135	Ovale Endkappe	2
136	Runde Endkappe	8
137	C-Ring	2
138	Führung Ø15 × Ø8.5 × 50L	2
139	Pedalarm (R)	1
142	Schraube 5/16" × 15L	4
143	Endkappe für Handgriff	2
144	Lager 6005-2RS/B10+2M5	1
251	Audiokabel (Optional)	1
252	Transformatorkabel (Optional)	1
256	Brustgurt (Optional)	1

TECHNISCHE DATEN

Hersteller	Dyaco International Inc. 12F, No.111, Songjiang Rd., Taipe City, Taiwan 10486
Importeur	Dyaco Europe GmbH Friedrich-Ebert-Straße 75, 51429 Bergisch Gladbach
Artikel	Elliptical XE78
Max. Benutzergewicht	120 kg (265 lb)
Netto / Brutto - Gewicht	47 kg / 56 kg
Gerätemaße ca.	1450X510X1600mm
Anwendung / Klasse	H (Heim/Home)
Norm / Standard	EN ISO 20957-1 & EN 957-9
Herkunftsland	Made in Taiwan

ENTSORGUNG

Dieses Gerät darf nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden.
Jeder Verbraucher ist verpflichtet, alle elektrischen oder elektronischen Geräte, egal, ob sie Schadstoffe enthalten oder nicht, bei einer Sammelstelle seiner Stadt oder im Handel abzugeben, damit sie einer umweltschonenden Entsorgung zugeführt werden können.
Wenden Sie sich hinsichtlich der Entsorgung an Ihre Kommunalbehörde oder Ihren Händler.

GARANTIE

Eingeschränkte Herstellergarantie

Dyaco Europe GmbH gewährt bei Verwendung im Haushalt auf alle Teile eine Garantie für die untenstehende Zeitspanne ab dem Kaufdatum, wie im Kaufbeleg angegeben, oder, bei Lieferung ab Lieferdatum. Die Pflichten von Dyaco Europe GmbH umfassen die Lieferung neuer oder aufbereiteter Teile nach Wahl von Dyaco Europe und den technischen Support für unsere unabhängigen Händler und Serviceunternehmen. Bei Fehlen eines Händlers oder Serviceunternehmens wird diese Garantie von Dyaco Europe direkt an den Kunden geleistet. Die Garantiezeit gilt für die folgenden Bauteile:
Rahmen: 10 Jahre
Alle anderen Teile: 2 Jahre
ÜBLICHE PFLICHTEN DES VERBRAUCHERS
Diese Garantie gilt nur für Produkte, die im üblichen Rahmen für die Verwendung im Haushalt eingesetzt werden. Der Verbraucher ist für die folgenden Dinge verantwortlich:
1. Ordnungsgemäßer Gebrauch des Sportgeräts gemäß den Hinweisen dieser Gebrauchsanleitung, einschließlich Wartung.
2. Ordnungsgemäßer Anschluss an ein Stromnetz mit ausreichender Spannung, Austausch durchgebrannter Sicherungen, Reparatur loser Verbindungen oder Defekte der Haus- oder Einrichtungsverkabelung.
3. Kosten, um das Sportgerät für den Service zugänglich zu machen, einschließlich jeglicher Teile, die beim Versand ab Werk noch nicht Teil des Laufbandes waren.
4. Schäden an der Laufbandoberfläche während des Transports, der Installation oder der Folgeinstallation.
AUSSCHLÜSSE
Diese Garantie schließt Folgendes aus:
1. FOLGESCHÄDEN, KOLLATERALSCHÄDEN ODER BEILÄUFIG ENTSTANDENE SCHÄDEN WIE SACHSCHÄDEN UND ANFALLENDE NEBENKOSTEN, DIE INFOLGE EINES VERSTOSSES GEGEN DIESE SCHRIFTLICHE ODER EINE ANDERE IMPLIZIERTE GARANTIE ENTSTANDEN SIND.
2. Vergütungen für Kundendiensteinsätze an den Verbraucher. Vergütungen für Kundendiensteinsätze an den Händler, die nicht Störungen oder Defekte an Qualität oder Material betreffen, für Geräte, deren Garantiezeit abgelaufen ist, für Geräte, deren Vergütungszeit für Kundendiensteinsätze abgelaufen ist, für Laufbänder, die keinen Teileaustausch erfordern oder die nicht für die gewöhnliche Verwendung im Haushalt eingesetzt wurden.
3. Schäden aufgrund von Arbeiten, die nicht von autorisierten Serviceunternehmen durchgeführt wurden, von Teilen, die keine Originalteile von Dyaco sind, oder von externen Einflüssen wie Veränderungen, Modifikationen, Missbrauch, Fehlgebrauch, Unfälle, ungeeignete Wartung, ungeeignete Stromversorgung oder höhere Gewalt.
4. Produkte, bei denen die Original-Seriennummern entfernt oder verändert wurden.
5. Produkte, die verkauft, übertragen, getauscht oder an Dritte weitergegeben wurden.
6. Produkte, die als Ausstellungsstücke in Geschäften verwendet werden.

7. DIESE GARANTIE ERSETZT AUSDRÜCKLICH ALLE ANDEREN AUSDRÜCKLICHEN ODER IMPLIZIERTEN GARANTIEN, EINSCHLIESSLICH DEN GARANTIEN FÜR ALLGEMEINE GEBRAUCHSTAUGLICHKEIT UND/ODER EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK.

KUNDENDIENST

Bewahren Sie Ihren Kaufbeleg auf. Zwölf (12) Monate ab dem Lieferdatum stellen die Garantiezeit dar, falls Serviceleistungen benötigt werden. Wenn Serviceleistungen erfolgen, sollten Sie in eigenem Interesse Belege verlangen und diese aufbewahren. Diese schriftliche Garantie verleiht Ihnen bestimmte gesetzliche Rechte. Je nach Bundesstaat besitzen Sie auch andere Rechte. Serviceleistungen unter dieser Garantie müssen durch die folgenden Schritte in dieser Reihenfolge beantragt werden:

1. Wenden Sie sich an Ihren Fachhändler. ODER
2. Wenden Sie sich an Ihr örtliches Dyaco Serviceunternehmen.
3. Wenn Zweifel bestehen, wo die Serviceleistungen beantragt werden sollen, wenden Sie sich an unsere Serviceabteilung unter info@dyaco.com.
4. Die Pflichten von Dyaco Europe aufgrund dieser Garantie sind begrenzt auf die Reparatur oder den Austausch des Produktes, nach Wahl von Dyaco Europe, durch eines unserer autorisierten Servicecenter. Alle Reparaturen müssen im Vorfeld von Dyaco Europe genehmigt werden. Wenn das Produkt an ein Servicecenter versendet wird, trägt der Kunde die Transportkosten zum und vom Servicecenter. Wenn während der Garantiezeit Ersatzteile gesendet werden, trägt der Kunde die Kosten für Transport und Bearbeitung. Bei Heimserviceleistungen trägt der Kunde die Anreisekosten. Wenn der Kunde mehr als 160 km vom nächstgelegenen Servicecenter entfernt lebt, werden zusätzliche Anreisekosten berechnet.
5. Der Eigentümer ist verantwortlich für die ausreichende Verpackung beim Versand an Dyaco Europe. Dyaco Europe haftet nicht für Transportschäden. Machen Sie alle Schadensersatzansprüche für Transportschäden bei dem entsprechenden Transportunternehmen geltend. SENDEN SIE KEINE GERÄTE OHNE RÜCKSENDENUMMER AN UNSER UNTERNEHMEN. Die Annahme aller Geräte, die ohne Rücksendenummer bei uns eintreffen, wird verweigert.
6. Für weitere Informationen oder zur Kontaktaufnahme mit unserer Serviceabteilung per Post, senden Sie Ihr Anliegen bitte an:

DYACO Europe GmbH Friedrich-Ebert-Str. 75 51429 Bergisch Gladbach

Dyaco Germany behält sich das Recht vor, die beschriebenen oder abgebildeten Produkteigenschaften oder -spezifikationen ohne Vorankündigung zu verändern. Alle Garantien werden gewährt von Dyaco Germany GmbH.

Dyaco Europe GmbH
Friedrich-Ebert-Str.75
51429 Bergisch Gladbach
Info@dyaco.com

GB CONTENTS

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS..... 24

ASSEMBLY INSTRUCTIONS..... 26

TRANSPORTATION..... 30

COMPUTER OPERATION..... 31

EXPLODED VIEW..... 36

PARTS LIST..... 37

TECHNICAL SPECIFICATIONS..... 40

DISPOSAL..... 40

ATTENTION!

This device is intended for use in private homes only.
Any other use leads to the loss of warranty and may cause serious hurts or damages.
Any exercise program may endanger your health. Ask your physician before starting any exercise program with this appliance.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

This device is designed for optimum safety. Nevertheless, certain precautions need to be observed when using training or electronical devices. Read and observe all instructions before using this device.

ATTENTION

Disconnect the power supply after use and before any cleaning action to reduce the risk of electric shock!

WARNING!

To reduce the risk of burns, fire, electric shock, errors and personal injury, observe the following hints:

- Never leave the device unattended.
- When not in use or before cleaning or maintenance, the device needs to be seperated from the power supply.
- Do not operate under a blanket or pillow. This may lead to overheating.
- Close supervision is necessary when this appliance is used by, on, or near children or disabled persons.
- Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use any parts not recommended by the manufacturer!
- Never operate this appliance if the cord or plug is damaged, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair.
- Do not carry this appliance by the cord or use the cord as a handle.
- Keep the cord away from heated surfaces.
- Never operate the appliance with blocked ventilation slots. Keep the air openings free of lint, hair, dust etc.
- Never insert objects or parts of the body (fingers etc.) into any opening.
- Do not use the device outdoors.
- Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- Connect this appliance to a properly grounded outlet only.
- The appliance is intended for household use only.
- This device is not designed to be used by persons with limited physical, sensory or mental abilities, or by persons with insufficient experience and/or knowledge.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

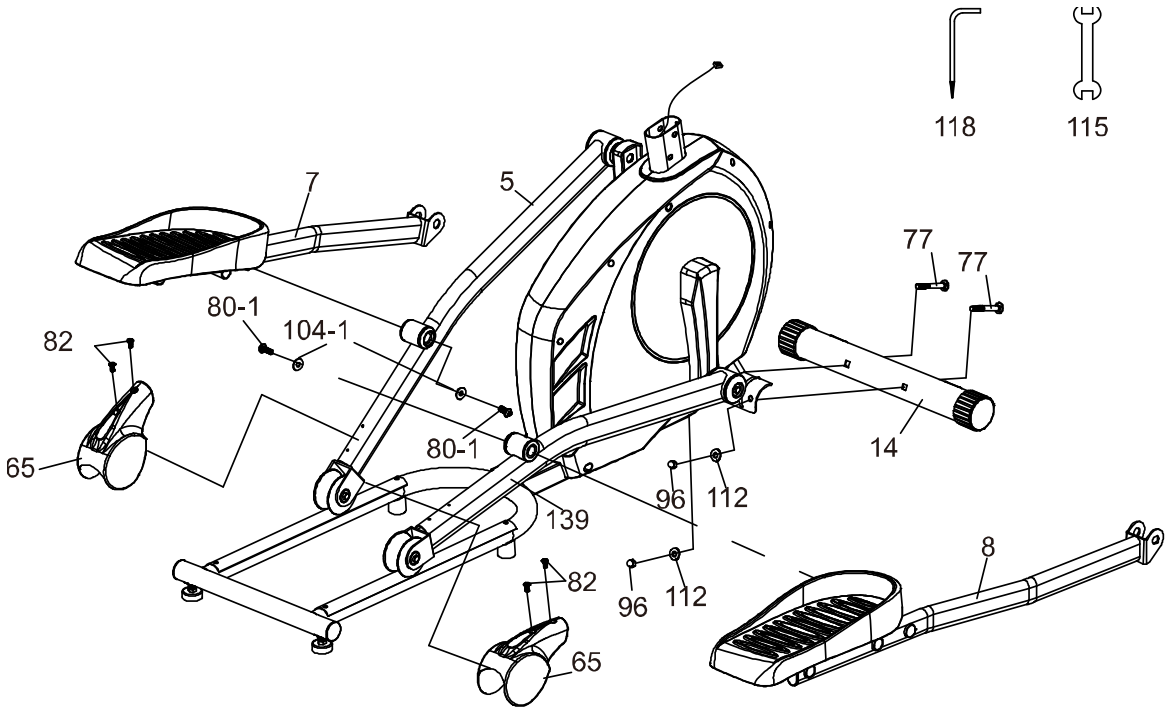
- Before beginning this or any exercise program, consult a physician. This is especially important for persons over the age of 35 or persons with pre-existing health problems.
- To disconnect, turn all controls to the off position and remove the plug from the outlet.
- Do not operate the equipment on deeply padded floors, plush or shag carpet. Damage to both carpet and equipment may result.
- Keep hands away from all moving parts.
- The pulse sensors on this device are not suitable for medical purposes. Various factors, including the user's movement, may affect the accuracy of heart rate readings. The pulse sensors are intended only as exercise aids in determining heart rate trends in general.
- Wear suitable clothing and shoes for your training and avoid too loose clothing. Never exercise with bare feet or with socks only. Always wear appropriate shoes, e.g. running or cross training shoes.
- The treadmill is not suitable for persons with more than 120 kg / 265 lb body weight.
- Only 1 person is allowed to use the device at a time.

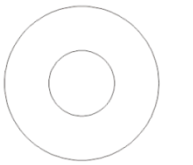
Failure to follow these instructions may lead to ineffectiveness of the exercise, shorten the lifespan of the appliance or may lead to personal injury.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

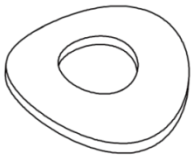
Step 1:

1. Remove the device from carton and put it on a flat and level floor.
2. Fix the front stabilizer (14) on main frame with 2 screws (77), 2 curved washers (112) and 2 nuts (96) as shown.
3. Mount slide wheel cover (65) on left and right pedal arm (5 / 139) with totally 4 screws (82).
4. Fix left connecting arm (7) on left pedal arm (5) with one screw (80-1) and one flat washer (104-1). Repeat this step for the right connecting arm (8) / right pedal arm (139) accordingly.



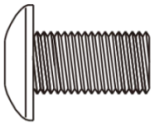


#104-1 Ø 8.7 × 20 × 1.5T
Flat Washer
(2pcs)

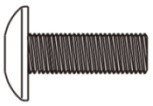


#112. 3/8" × 23 × 1.5T
Curved Washer
(2pcs)

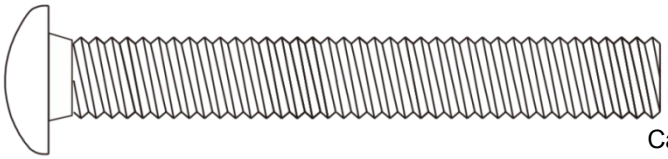
#96. 3/8"
Cap Nut
(2pcs)



#80-1 5/16" × 15m/m
Button Head Socket Bolt
(2pcs)



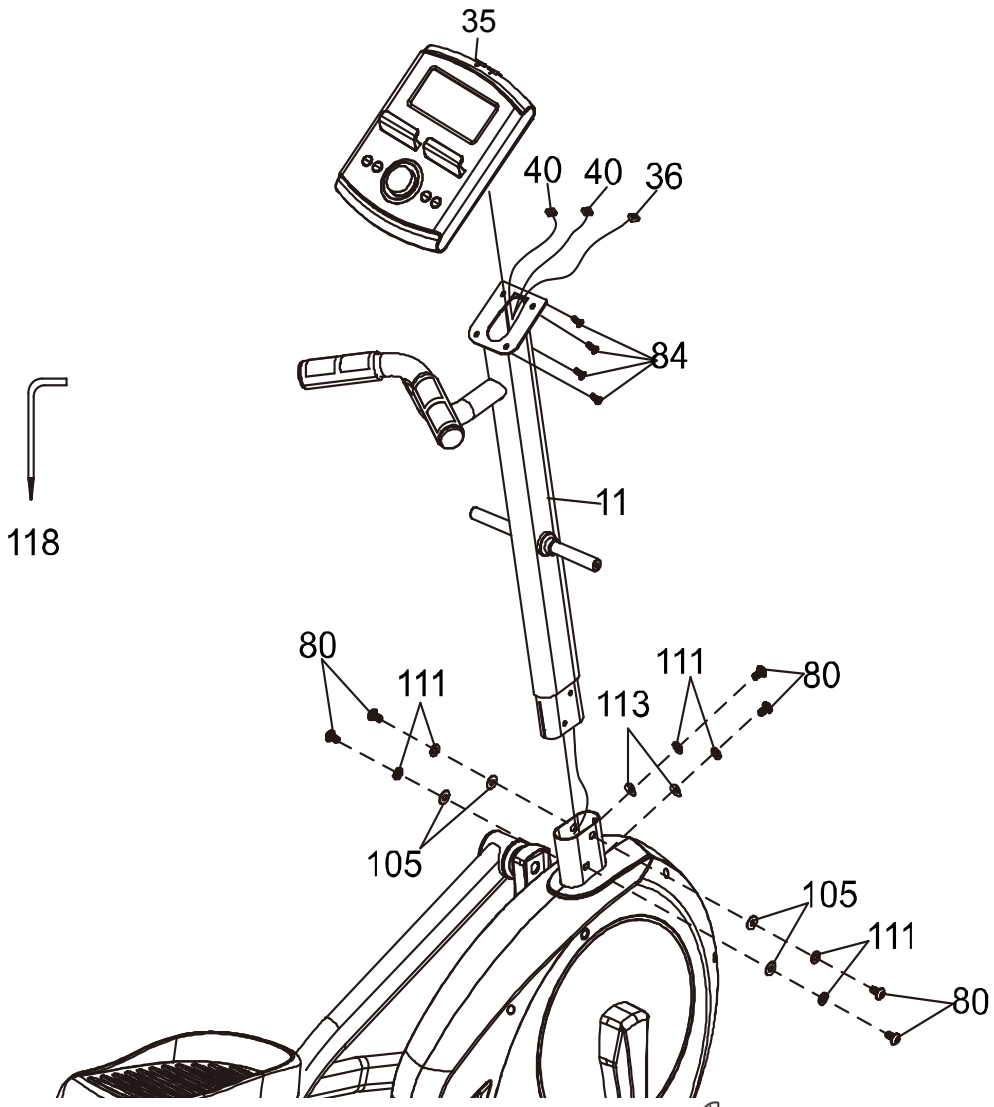
#82. M5 × 15m/m
Phillips Head Screw
(4pcs)



#77. 3/8" × 3"
Carriage Bolt (2pcs)

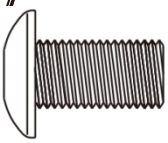
Step 2:

1. Guide the computer cable (36) from bottom end through the console mast (11) and fix the mast with 6 screws (80), 6 split washers (111), 4 flat washers (105) and 2 curved washers (113) on main frame as shown in the drawing.
2. Now connect computer cable (36) and both handpulse cables (40) with computer (35). Fix the computer (35) on top of the computer holder with 4 screws (84). Pay attention not to squeeze any cables!

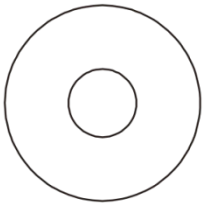


#84. M5 × 10m/m
Phillips Head Screw
(4pcs)

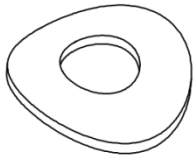
#111. 5/16" × 1.5T
Split Washer
(6pcs)



#80. 5/16" × 15m/m
Button Head Socket Bolt
(6pcs)



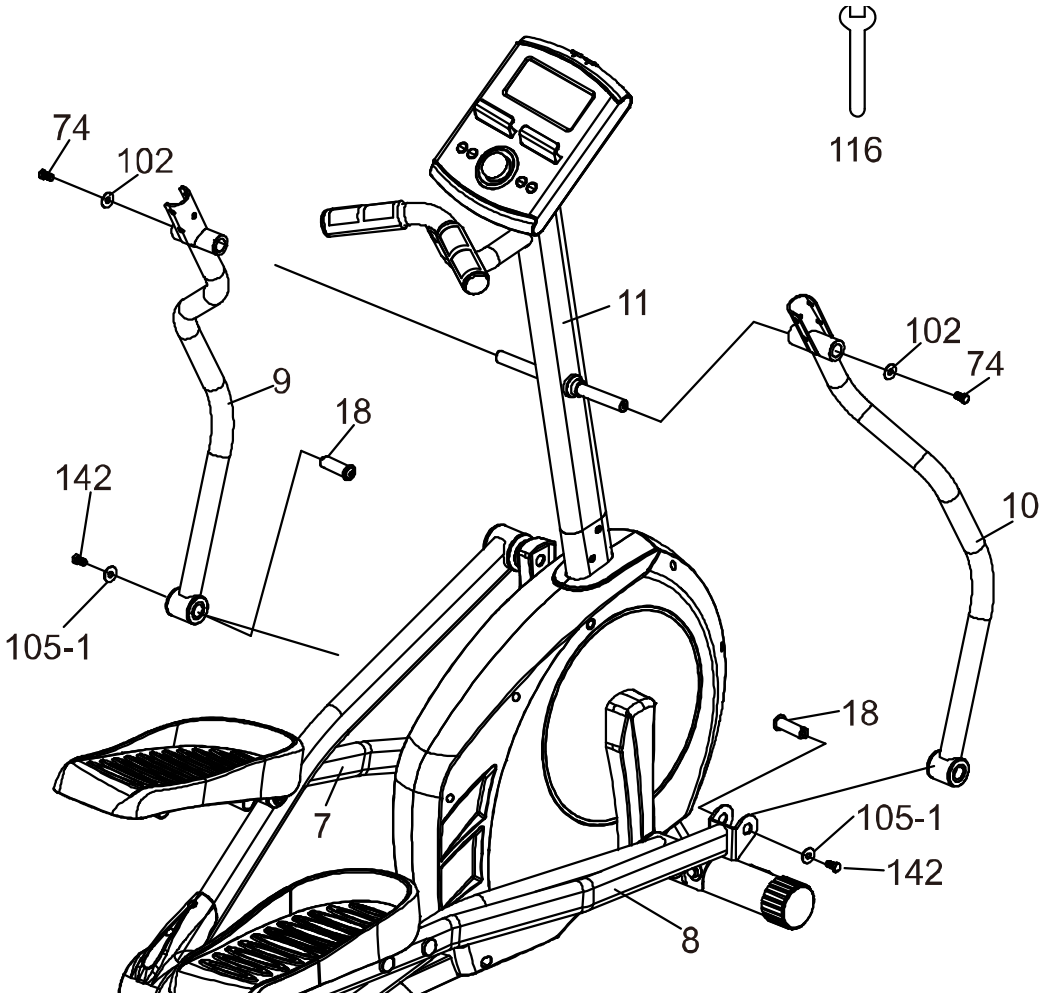
#105. 5/16" × 23 × 1.5T
Flat Washer
(4pcs)

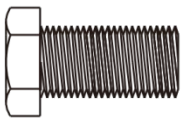


#113. 5/16" × 23 × 1.5T
Curved Washer
(2pcs)

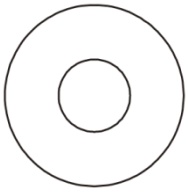
Step 3:

1. Install both lower handlebars (9 and 10) on both sides of the console mast (11) as shown with each one screw (74) and one flat washer (102).
2. Now mount both lower handlebars (9 and 10) on both sides of left and right connecting arm (7 and 8) with two rod end shafts (18), 2 flat washers (105-1) and two screws (142).





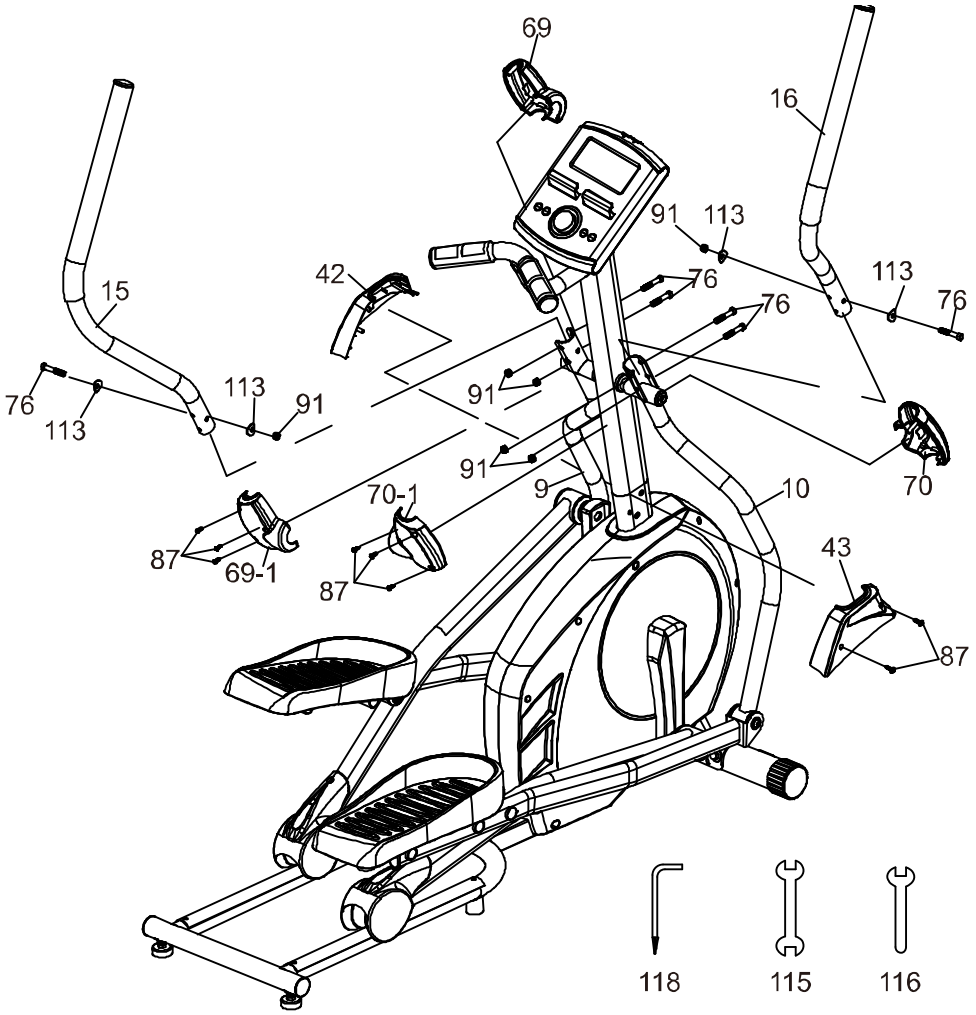
#74. 5/16" × 15m/m
Hex Head Bolt
(2pcs)



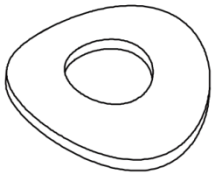
#102. Ø 8.7× 20 × 1.5T
Flat Washer
(2pcs)

Step 4:

1. Fix both swing arms (15 and 16) on both lower handlebars (9 and 10) with totally 6 screws (76), 4 flat washers (113) and 6 nuts (91).
2. The covers (69) and (69-1) need to be fixed with 3 screws (87) on the left side as shown. Afterwards, fix the covers (70) and (70-1) accordingly on the right side.
3. Mount the console mast covers (42 & 43) with 2 screws (87) as shown.



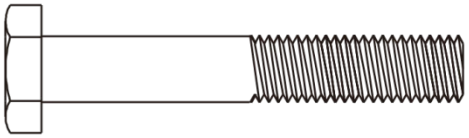
2018/07/20



#113. 5/16" × 23 × 1.5T
Curved Washer
(4pcs)

#91. 5/16" × 7T
Nyloc Nut
(6pcs)

#76. 5/16" × 1-3/4"
Hex Head Bolt
(6pcs)



#87. Ø3.5 × 12m/m
Sheet Metal Screw
(8pcs)

ATTENTION!

Make sure all screws are all firmly tightened after all parts have been installed.

TRANSPORTATION

The device is equipped with two transportation rolls. Lift the rear of the device, so that the rolls touch the ground. You may now freely move the device.

COMPUTER OPERATION

TIME	Count up - No preset target, Time will count up from 00:00 to maximum 99:59 with each increment is 1 minute. Count down - If training with preset Time, Time will count down from preset to 00:00. Each preset increment or decrement is 1 minute between 00:00 to 99:00.
SPEED	Displays current training speed. Maximum speed is 99.9 KM/H.
RPM	Displays the Rotation Per Minute. Display range 0~15~999
DISTANCE	Accumulates total distance from 0.00 up to 99.99 KM. The user may preset target distance data by using UP/DOWN button. Each preset increment or decrement is 0.1KM between 0.00 to 99.90.
CALORIES	Accumulates calories consumption during training from 0 to maximum 9999 calories. (This data is a rough guide for comparison of different exercise sessions which can not be used in medical treatment.)
PULSE	User may set up target pulse from 0 - 30 to 230; and computer buzzer will beep when actual heart rate is over the target value during workout.
MANUAL	Manual mode workout.
BEGINNER	4 PROGRAM selection.
ADVANCE	4 PROGRAM selection.
SPORTY	4 PROGRAM selection.
CARDIO	Target HR training mode.

Key functions:

Up

Increase the resistance during exercise / Adjust values.

Down

Decrease the resistance during exercise / Adjust values.

Mode / Enter

Confirm setting or selection.

Reset

Press & hold this button for approx. 2 seconds to reset all values to 0. Press this button in a training pause to return to the initial display.

Start / Stop

Start or stop a workout.

Recovery

Press this button to start the heart recovery measurement.

Total Reset (not available on all models)

Power on again with resuming all preset values.

Power on:

Plug in power supply. Computer will power on and full display will be shown for approx. 2 seconds (figure 1).

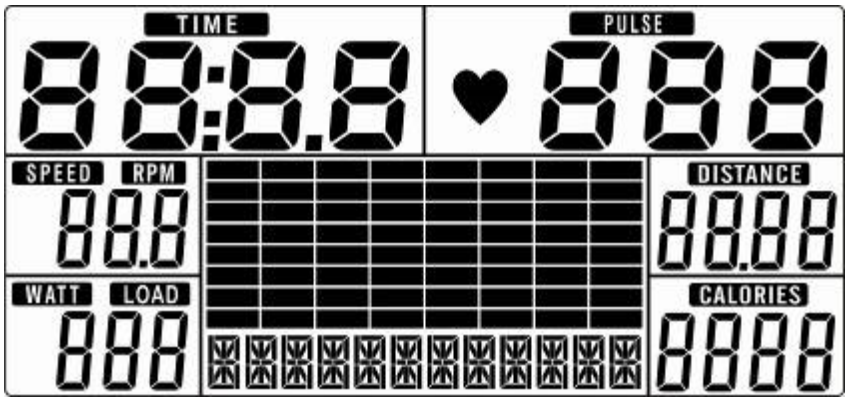


Fig. 1

Workout selection:

Select the workout mode with “UP”,”DOWN” and “MODE/ENTER” to confirm: Manual (figure 2) -> Beginner (figure 3) -> Advance (figure 4) -> Sporty (figure 5) -> Cardio (figure 6).

Fig. 2

Fig. 3

Fig. 4

Fig. 5

Fig. 6

Manual mode

In manual mode you can adjust the load manually. After selecting „M“ (confirm with “MODE/ENTER”- button) you can select the initial tension level (use “UP”, “DOWN” and “MODE/ENTER” to select). Press “START/STOP”. You may change the tension level at any time during exercise with “UP” and “DOWN”.

You may also input target values for the following function values:

a. TIME (figure 7)

b. DISTANCE (figure 8)

c. CALORIES (figure 9)

d. PULSE (figure 10)

To input a target value, do not press “Start/Stop” after selecting the initial tension level, but instead use “UP”, “DOWN” and “MODE/ENTER” to input the target values. After your input, press “START/STOP” to start the workout. To pause your workout, press the „START/STOP “-button again. Press “RESET” to return to main menu.

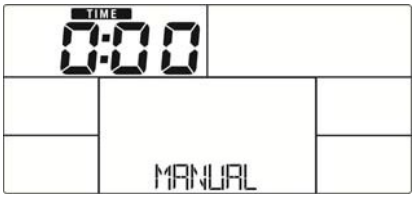


Fig. 7

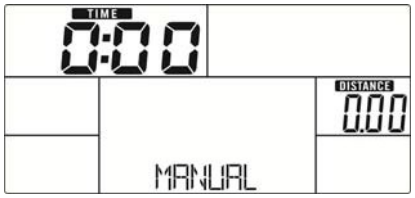


Fig. 8

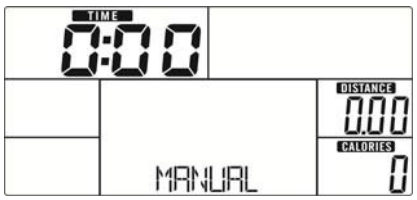


Fig. 9

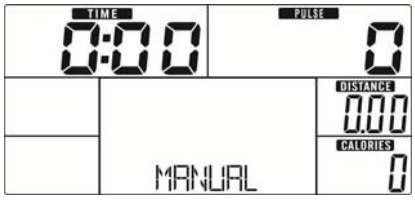


Fig. 10

Fig. 11

Beginner mode

Within this mode you can exercise with a program profile (preset). Mountain- and valley courses for beginners: After selecting BEGINNER mode and “MODE/ENTER”-button for confirmation, „BEGINNER 1“ appears on the display (figure 12). Choose one of the 4 programs (1 to 4) and press “MODE/ENTER” to confirm. You may now preset a target value for “TIME” by using “UP”, “DOWN” and “MODE/ENTER”. Press “START/STOP” to start workout. You may change the tension level at any time during exercise with “UP” and “DOWN”. To pause your workout, press the „START/STOP “-button again. Press “RESET” to return to main menu.

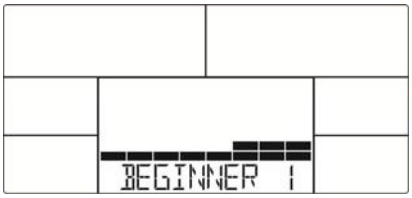


Fig. 12

Advance mode

Within this mode you can exercise with a program profile (preset). Mountain- and valley courses for advanced users: After selecting ADVANCED mode and “MODE/ENTER”-button for confirmation, „ADVANCE 1“ appears on the display (figure 13). Choose one of the 4 programs (1 to 4) and press “MODE/ ENTER” to confirm. You may now preset a target value for “TIME” by using “UP”, “DOWN” and “MODE/ ENTER”. Press “START/STOP” to start workout. You may change the tension level at any time during exercise with “UP” and “DOWN”. To pause your workout, press the „START/STOP “-button again. Press “RESET” to return to main menu.

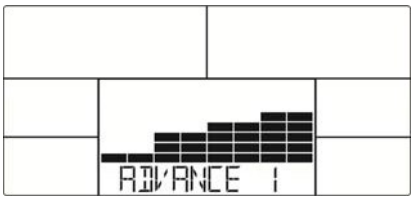


Fig. 13

Sporty mode

Within this mode you can exercise with a program profile (preset). Mountain- and valley courses for sporty users: After selecting SPORTY mode and “MODE/ENTER”-button for confirmation, „SPORTY 1“ appears on the display (figure 14). Choose one of the 4 programs (1 to 4) and press “MODE/ENTER” to confirm. You may now preset a target value for “TIME” by using “UP”, “DOWN” and “MODE/ENTER”. Press “START/STOP” to start workout. You may change the tension level at any time during exercise with “UP” and “DOWN”. To pause your workout, press the „START/STOP “-button again. Press “RESET” to return to main menu.

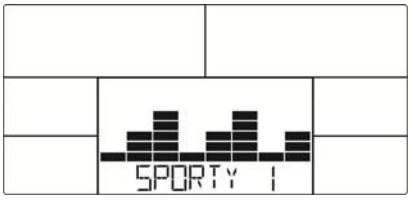


Fig. 14

Cardio mode

After selecting this mode (press “MODE/ENTER” to confirm) you are in the heart frequency controlled mode. You can run an automatically steered training depending on your pulse frequency. Use “UP”, “DOWN” and “MODE/ENTER” to set your age (figure 15). Then press “UP” or “DOWN” to select one of the following alternatives:

(figure 16) = 55% Max H.R.C. - - Target H.R. = (220 – AGE) x 55%

75% Max H.R.C. - - Target H.R. = (220 – AGE) x 75%

90% Max H.R.C. - - Target H.R. = (220 – AGE) x 90%

TAG = Target H.R.C. - - Workout by your target heart rate value.

In “TAG” mode, use „UP/DOWN“-buttons for direct input of the target pulse value (default: 100). You may now preset a target value for “TIME” by using “UP”, “DOWN” and “MODE/ENTER”. Press “START/ STOP” to start workout. To pause your workout, press the „START/STOP “-button again. Press “RESET” to return to main menu.

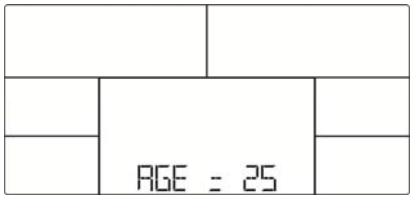


Fig. 15

Fig. 16

Recovery

With this special function, you can check your hearts recovery rate after a training session. This is a very important indication for the physical condition of your body. Try to improve your recovery rate with regular training sessions. The aim is, to calm down to a normal pulse frequency (frequency, when you are not in motion) as quickly as possible. To check your recovery rate, you need to keep your hands onto the hand pulse-sensors (or keep wearing a chest belt) after your exercise. Now press the button “RECOVERY”. The computer will start to countdown 60 seconds (figure 17). During this period the computer will constantly measure your heart rate through the hand sensors. After this minute, your recovery rate will be displayed on the display. The range is F1.0 to F6.0 (figure 18), whereby F1.0 is very good and F6.0 is insufficient. Improve your value by intense and regular training!

After the recovery function is finished, press “RECOVERY” again to return to normal operation mode.

Fig. 17

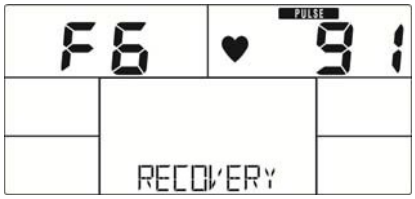


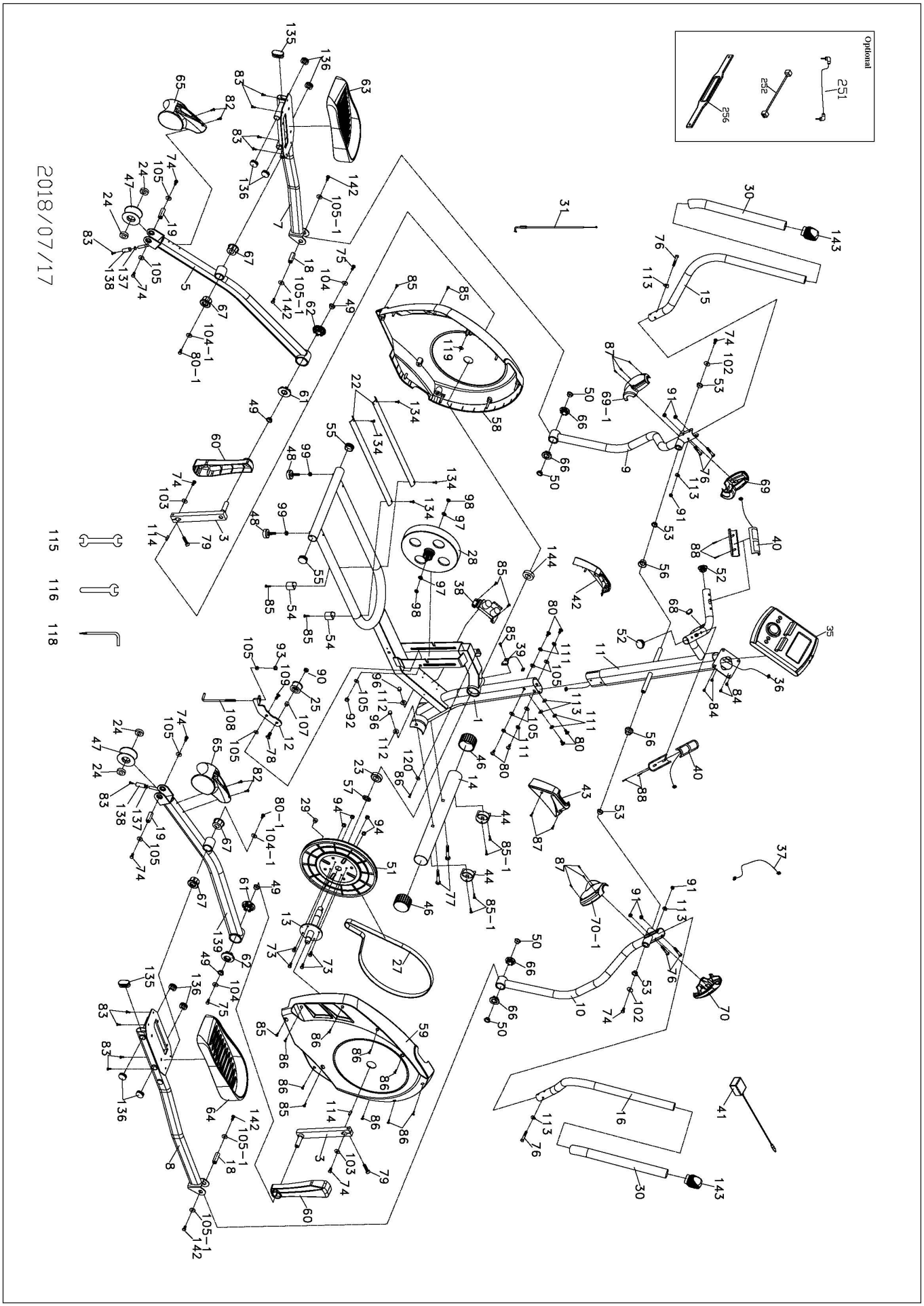
Fig. 18

Remarks:

1) This computer has an automatic on/off function so that it switches on when the pedals move or when any button is pressed, and turns into stand-by mode automatically if no signal has been received for approx. 4 minutes.

2) In case of any abnormal functions, disconnect the device from power source and reconnect after some minutes.

EXPLODED VIEW



PARTS LIST

No.	Description	Qty
1	Main Frame	1
3	Crank Arm Assembly	2
5	Pedal Arm(L)	1
7	Connecting Arm (L)	1
8	Connecting Arm (R)	1
9	Lower Handle Bar (L)	1
10	Lower Handle Bar (R)	1
11	Console Mast	1
12	Idler Wheel Assembly	1
13	Crank Axle	1
14	Front Stabilizer	1
15	Swing Arm (L)	1
16	Swing Arm (R)	1
18	Rod End Shaft(Blackfast)	2
19	Axle for Slide Wheel(Blackfast)	2
22	Aluminum Track	2
23	6005_Bearing	1
24	6003_Bearing	4
25	Axle for Idler Wheel	1
27	Belt	1
28	Flywheel	1
29	Magnet	1
30	Handgrip Foam	2
31	Steel Cable	1
35	Computer	1
36	1600m/m_Computer Cable	1
37	600m/m_DC Power Cord	1
38	Gear Motor	1
39	350m/m_Sensor W/Cable	1
40	850m/m_Handpulse W/Cable Assembly	2
41	Power Adaptor	1
42	Console Mast Cover (L)	1
43	Console Mast Cover (R)	1
44	Transportation Wheel	2
46	Round End Cap	2
47	Slide Wheel , Urethane	2
48	Adjustment Foot Pad	2
49	WFM-1719-12_Bushing	4
50	J4FM-1719-09_Bushing	4
51	Drive Pulley	1
52	Ø32(1.8T)_Button Head Plug	2
53	Podwer metallurgy Bushing	4
54	Rubber Foot	2
55	Round Cap	2
56	Pedal Axle Spacer	2
57	Spacer Bushing	1
58	Side Case(L)	1

No.	Description	Qty
59	Side Case(R)	1
60	Crank Arm End Cap	2
61	Ø56 × Ø19 × 15L_Bushing	2
62	Ø56 × Ø19 × 21L_Bushing	2
63	Pedal (L)	1
64	Pedal (R)	1
65	Slide Wheel Cover	2
66	Ø42 × Ø19 × 15L_Bushing	4
67	Pedal Bushing	4
68	Bolt Access Cap	1
69	Front Handle Bar Cover (L)	1
69~1	Rear Handle Bar Cover (L)	1
70	Front Handle Bar Cover (R)	1
70~1	Rear Handle Bar Cover (R)	1
73	1/4" × UNC20 × 3/4"_Hex Head Bolt	4
74	5/16" × UNC18 × 15L_Hex Head Bolt	8
75	5/16" × UNC18 × 15L_Hex Head Bolt	2
76	5/16" × UNC18 × 1-3/4"_Hex Head Bolt	6
77	3/8" × UNC16 × 3"_Carriage Bolt	2
78	3/8" × UNC16 × 28L_Carriage Bolt	1
79	M8 × P1.25 × 25L_Socket Head Cap Bolt	2
80	5/16" × UNC18 × 15L_Button Head Socket Bolt	6
80~1	5/16" × UNC18 × 15L_Button Head Socket Bolt	2
82	M5 × P0.8 × 15L_Phillips Head Screw	4
83	M5 × P0.8 × 10L_Phillips Head Screw	10
84	M5 × P0.8 × 10L_Phillips Head Screw	4
85	Ø5 × 19L_Tapping Screw	9
85~1	Ø5 × 19L_Tapping Screw	4
86	Ø3.5 × 16L_Sheet Metal Screw	9
87	Ø3.5 × 12L_Sheet Metal Screw	8
88	Ø3 × 20L_Tapping Screw	4
90	3/8" × UNC16 × 7T_Nyloc Nut	1
91	5/16" × UNC18 × 7T_Nyloc Nut	6
92	M8 × P1.25 × 7T_Nyloc Nut	1
93	M8 × P1.25 × 9T_Nyloc Nut	1
94	1/4" × UNC20 × 8T_ Nyloc Nut	4
96	3/8" × UNC16 × 12.5T_Cap Nut	2
97	3/8" -UNF26 × 4T_Nut	2
98	3/8"-UNF26 × 11T_Nut	2
99	3/8" × UNC16 × 7T_Nut	2
102	Ø8.7 × Ø20 × 1.5T_Flat Washer	2
103	Ø8 × Ø35 × 1.5T_Flat Washer	2
104	Ø8.5 × 26 × 2.0T_Flat Washer	2
104~1	Ø8.7 × Ø20 × 1.5T_Flat Washer	2
105	Ø8 × 23 × 1.5T_Flat Washer	11
105~1	5/16" × 23 × 3T_Flat Washer	4
107	Ø15.8 × Ø10 × 9L_Sleeve	1
108	M8 × P1.25 × 130L_J Bolt	1
109	M8 × P1.25 × 20L_Carriage Bolt	1
111	Ø8 × 1.5T_Split Washer	6

No.	Description	Qty
112	Ø10 × 23 × 1.5T_Curved Washer	2
113	Ø8 × 23 × 1.5T_Curved Washer	6
114	Woodruff Key	2
115	13/14m/m_Wrench	1
116	12m/m_Wrench	1
118	Combination M5 Allen Wrench & Phillips Head Screw Driver	1
119	Ø8 × 16 × 1T_Flat Washer	1
120	Ø5 × 16 × 1.5T_Flat Washer	1
134	M6 × P1.0 × 15L_Phillips Head Screw	4
135	Oval End Cap	2
136	Round Cap	8
137	C Ring	2
138	Ø15 × Ø8.5 × 50L_Sleeve	2
139	Pedal Arm(R)	1
142	5/16" × 15L_Hex Head Bolt	4
143	Handgrip End Cap	2
144	6005-2RS/B10+2M5_Bearing	1
251	Audio Cable (Optional)	1
252	Transformer Power Cord (Optional)	1
256	Chest Strap (Optional)	1

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Manufacturer	Dyaco International Inc. 12F, No.111, Songjiang Rd., Taipe City, Taiwan 10486
Importer	Dyaco Europe GmbH Friedrich-Ebert-Straße 75, 51429 Bergisch Gladbach
Item	Elliptical XE78
Max. user weight	120 kg (265 lb)
NW / GW	47 kg / 56 kg
Measurement approx.	1450X510X1600mm
Class	H (Heim/Home)
Standard	EN ISO 20957-1 & EN 957-9
Country of origin	Made in Taiwan

DISPOSAL

This product must not be disposed of together with domestic waste.

All users are obliged to hand in all electrical or electronic devices, regardless of whether or not they contain toxic substances, at a municipal or commercial collection point so that they can be disposed of in an environmentally acceptable manner.

Consult your municipal authority or your dealer for information about disposal.