



# AQUON WATER GLIDE

## Inhaltsverzeichnis

## Index

## Seite/Page

1.	Sicherheitshinweise	1.	Safety instructions	2
2.	Allgemeines	2.	General	3
2.1	Verpackung	2.1	Packaging	3
2.2	Entsorgung	2.2	Disposal	3
2.3	Batterieentsorgung	2.3	Battery disposal	3
3.	Aufbau	3.	Assembly	4
3.1	Befüllen des Tanks	3.1	Tankfilling and water treatment	8
3.2	Wechseln des Wassers	3.2	Changing tank water	9
4.	Einstellungen	4.	Setting up	10
5.	Rudertechnik	5.	Rowing guide	11
6.	Pflege und Wartung	6.	Care and Maintenance	13
7.	Computer	7.	Computer	15
7.1	Computer Spezifikationen	7.1	Computer features	15
7.2	Computerfunktionen/ Anzeigen	7.2	Computer function/ display	15
7.3	Programme	7.3	Exercise targets	16
7.4	Ausbau des Zugbandes	7.4	Detaching the rower belt	17
7.5	Einbau des Zugbandes	7.5	Retaching the rower belt	17
8.	Trainingsanleitung	8.	Training manual	19
8.1	Trainingshäufigkeit	8.1	Training frequency	19
8.2	Trainingsintensität	8.2	Training intensity	19
8.3	Pulsorientiertes Training	8.3	Heartrate orientated training	19
8.4	Trainingskontrolle	8.4	Training control	20
8.5	Trainingsdauer	8.5	Trainings duration	21
9.	Teileliste	9.	Parts list	23
10.	Garantie	10.	Warranty (Germany only)	24
11.	Service-Hotline & Ersatzteilbestellformular	12.	-	25

# 1. Sicherheitshinweise

## WICHTIG!

Es handelt sich bei diesem Rudergerät um ein Trainingsgerät der Klasse HC, nach DIN EN 957-1/7.

Max. Belastbarkeit 150 kg.

Das Rudergerät darf nur für seinen bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden!

Jegliche andere Verwendung ist unzulässig und möglicherweise gefährlich. Der Importeur kann nicht für Schäden verantwortlich gemacht werden, die durch nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch verursacht werden.

Sie trainieren mit einem Gerät, das sicherheitstechnisch nach neuesten Erkenntnissen konstruiert wurde. Mögliche Gefahrenquellen, die Verletzungen verursachen könnten, wurden bestmöglich ausgeschlossen.

Um Verletzungen und/oder Unfälle zu vermeiden, lesen und befolgen Sie bitte diese einfachen Regeln:

1. Erlauben Sie Kindern nicht, mit dem Gerät oder in dessen Nähe zu spielen.
2. Überprüfen Sie regelmäßig, ob alle Schrauben, Muttern, Handgriffe und Pedale fest angezogen sind.
3. Tauschen Sie defekte Teile sofort aus und nutzen Sie das Gerät bis zur Instandsetzung nicht. Achten Sie auch auf eventuelle Materialermüdungen.
4. Hohe Temperaturen, Feuchtigkeit und Wasserspritzer sind zu vermeiden.
5. Vor Inbetriebnahme des Gerätes die Bedienungsanleitung genau durchlesen.
6. Das Gerät braucht in jede Richtung genügend Freiraum (mindestens 1,5 m).
7. Stellen Sie das Gerät auf einen festen und ebenen Untergrund.
8. Trainieren Sie nicht unmittelbar vor bzw. nach den Mahlzeiten.
9. Lassen Sie sich vor Beginn eines Fitness-Trainings immer zuerst von einem Arzt untersuchen.
10. Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn Sie in regelmäßigen Abständen die Verschleißteile überprüfen. Diese sind mit \* in der Teilleiste gekennzeichnet.
11. Trainingsgeräte sind auf keinen Fall als Spielgeräte zu verwenden.
12. Stellen Sie sich nicht auf das Gehäuse oder den Rahmen.
13. Tragen Sie keine lose Kleidung, sondern geeignete Trainingskleidung wie z. B. einen Trainingsanzug.
14. Tragen Sie Schuhe und trainieren Sie nie barfuß.
15. Achten Sie darauf, dass sich nicht Dritte in der Nähe des Gerätes befinden, da weitere Personen durch die beweglichen Teile verletzt werden könnten.
16. Das Trainingsgerät darf nicht in feuchten Räumen (Bad) oder auf dem Balkon aufgestellt werden.

# 1. Safety instructions

## IMPORTANT!

The rower is produced according to DIN EN 957-1/7 class HC.

Max. user weight is 150 kg.

The rower should be used only for its intended purpose.

Any other use of the item is prohibited and maybe dangerous. The importer cannot be held liable for damages or injuries caused by improper use of the equipment.

The rower has been produced according to the latest safety standards.

To prevent injury and / or accident, please read and follow these simple rules:

1. Do not allow children to play on or near the equipment.
2. Regularly check that all screws, nuts, handles and pedals are tightly secured.
3. Promptly replace all defective parts and do not use the equipment until it is repaired. Watch for any material fatigue.
4. Avoid high temperatures, moisture and splashing water.
5. Carefully read through the operating instructions before starting to set up the equipment.
6. The equipment requires sufficient free space in all directions (at least 1.5 m).
7. Set up the equipment on a solid and flat surface.
8. Do not exercise immediately before or after meals.
9. Before starting any fitness training, let yourself be examined by a physician.
10. The safety level of the machine can be ensured only if you regularly inspect parts subject to wear. These are indicated by an \* in the parts list. Levers and other adjusting mechanisms of the equipment should not obstruct the range of movement during training.
11. Training equipment must never be used as toys.
12. Do not step on the housing or the frame.
13. Do not wear loose clothing; wear suitable training gear such as a training suit, for example.
14. Wear shoes and never exercise barefoot.
15. Make certain, that other persons are not in the area of the home trainer, because other persons may be injured by the moving parts.
16. It is not allowed to place the item in rooms with high humidity (bathroom) or on the balcony.

## 2. Allgemeines

Der Anwendungsbereich dieses Trainingsgerätes ist der Heimbereich. Das Gerät entspricht den Anforderungen der DIN EN 957-1/7 Klasse HC. Die CE-Kennzeichnung bezieht sich auf EG Richtlinie 2014/30/EU. Bei unsachgemäßem Gebrauch dieses Gerätes (z. B. übermäßigem Training, falsche Einstellungen, etc.) sind Gesundheitsschäden nicht auszuschließen.

Vor Beginn des Trainings sollte eine allgemeine Untersuchung von Ihrem Arzt durchgeführt werden, um eventuelle vorhandene Gesundheitsrisiken auszuschließen.

### 2.1 Verpackung

Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen und wieder verwertbaren Materialien:

#### Außenverpackung aus Pappe

Formteile aus geschäumtem, FCKW-freiem Polystyrol (PS) Folien und Beutel aus Polyethylen (PE)  
Spannbänder aus Polypropylen (PP)

### 2.2 Entsorgung

Dieses Produkt darf am Ende seiner Lebensdauer nicht über den normalen Haushaltsabfall entsorgt werden, sondern muss an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden. Die Werkstoffe sind gemäß ihrer Kennzeichnung wiederverwertbar. Mit der Wiederverwendung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutze unserer Umwelt. Bitte erfragen Sie bei der Gemeindeverwaltung die zuständige Entsorgungsstelle.



## 2. General

This training equipment is for home use. The equipment complies with the requirements of DIN EN 957-1/7 Class HC. The CE marking refers to the EU Directive 2014/30/EU. Damage to health cannot be ruled out if this equipment is not used as intended (for example, excessive training, incorrect settings, etc.).

Before starting your training, you should have a complete physical examination by your physician, in order to rule out any existing health risks.

### 2.1 Packaging

Environmentally compatible and recyclable materials:

#### External packaging made of cardboard

Molded parts made of foam CFS-free polystyrene (PS)  
Sheeting and bags made of polyethylene (PE)  
Wrapping straps made of polypropylene (PP)

### 2.2 Disposal

Please be sure to keep the packing for the event of repairs / warranty matters. The equipment should not be disposed of in the household rubbish!



### 2.3. Batterieentsorgung

Bitte entsorgen Sie die leeren Batterien über den Elektrofachhandel oder über die dafür vorgesehenen Entsorgungsbehälter.

Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Gemeinde oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden. Dabei müssen diese Batterien/Akkus entladen, oder gegen Kurzschluss gesichert werden.

### 2.3. Battery disposal

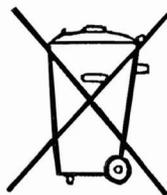
Please dispose batteries properly at authorised shops, e.g. electronic shops. Do not put it into the normal house hold rubbish bin.

#### Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien:

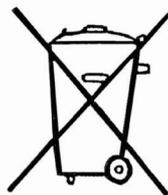
Pb = Batterie enthält Blei

Cd = Batterie enthält Cadmium

Hg = Batterie enthält Quecksilber



Pb



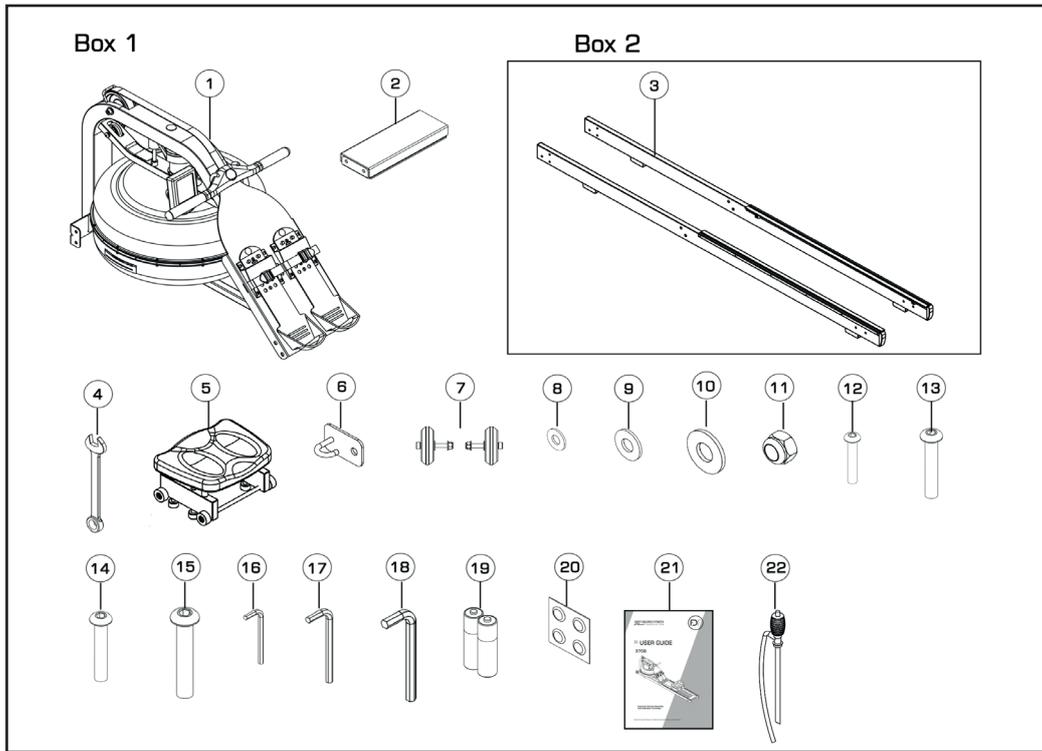
Cd



Hg

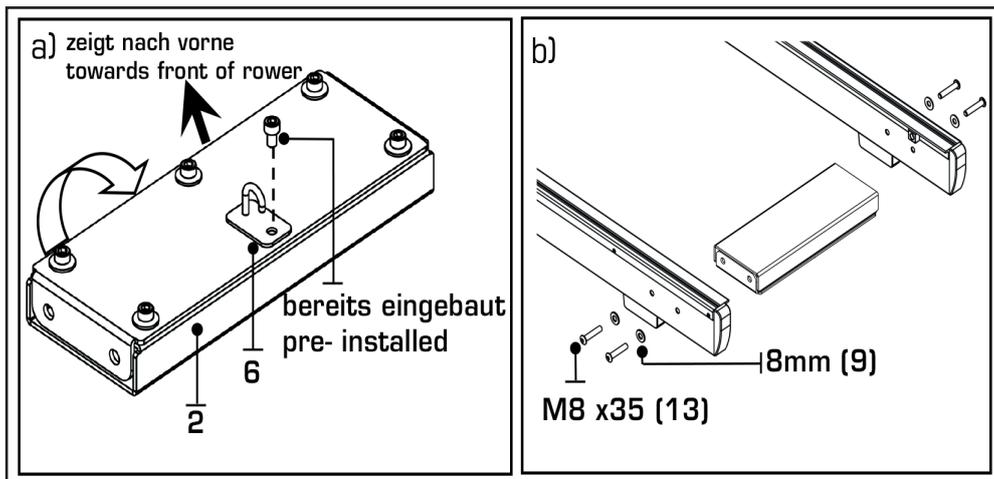
### 3. Aufbau

### 3. Assembly



Schritt 1

Step 1



a) Beginnen Sie mit der hinteren Strebe. Auf der Unterseite befindet sich in der Mitte eine vorinstallierte Schraube. Entnehmen Sie aus dem Hardware-Kit die Bungee-Hakenhalterung (6) und bringen Sie diese wie abgebildet an der hinteren Strebe an. Beachten Sie, dass die Ausrichtung der Klammer und des Hakens korrekt sein muss, damit das Ende des Gummiseils von vorne, wie in der Abbildung dargestellt wird, eingehängt werden kann.

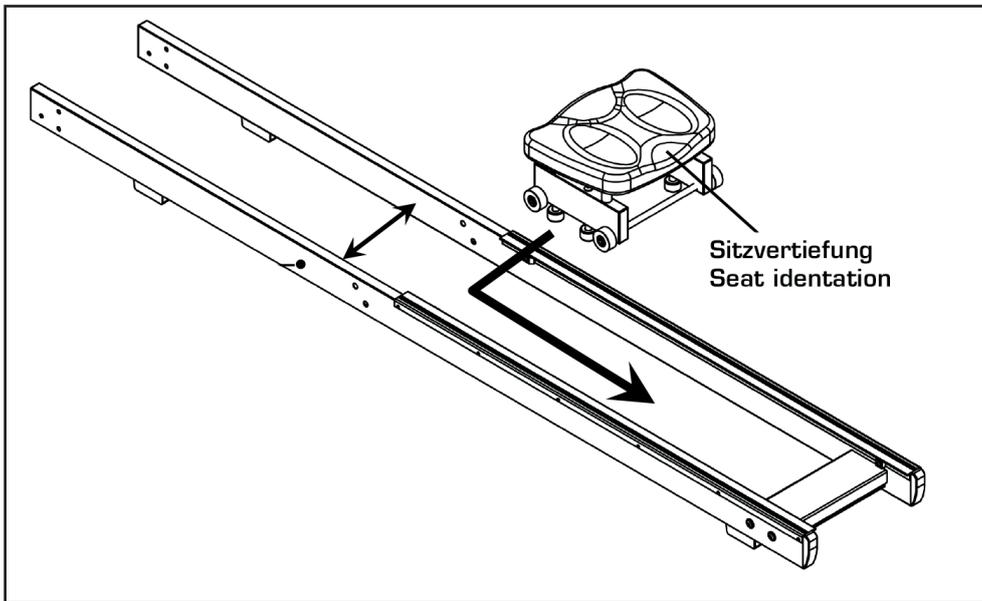
b) Verbinden Sie die seitlichen Rails links und rechts mit 4x M8x35mm Schraube (13) und einer 4x M8 Unterlegscheibe (9).

a) Start with the Rear Brace and on the underside you will find a Pre-installed Bolt. From the hardware kit, take the Bungee Hook Mount (6) and install it onto the Rear Brace as shown. Note the orientation of the Brace and Hook must be correct in order to hold the end of the Bungee Shock Cord as depicted by the arrow in the illustration, which points toward the front of Rower.

b) Connect the Side Rail Left and Side Rail Right[3] using 4x M8x35mm Bolt[13], 4x M8 Washer[9] .DO NOT OVER TIGHTEN.

Schritt 2

Step 2



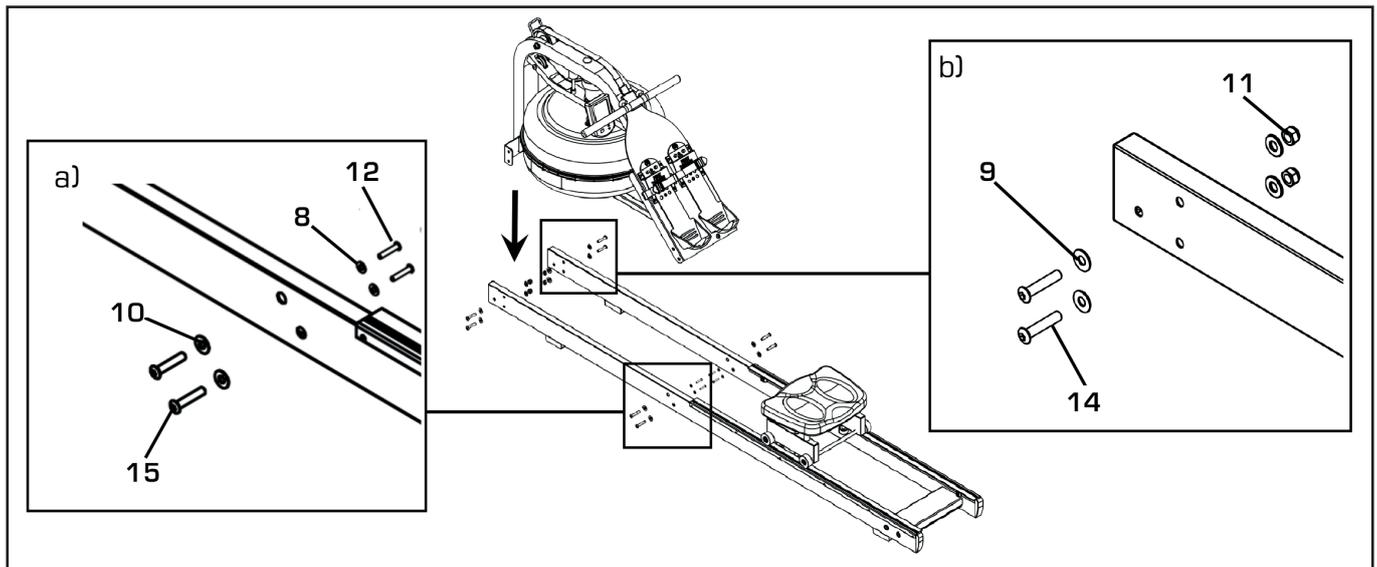
Führen Sie den Sitz (3) zwischen die seitlichen Rahmenteile ein. Bei Bedarf können die seitlichen Rahmenteile leicht auseinander gedrückt werden. Die Einbuchtung am Sitz muss nach hinten zeigen!

To install the seat, spread the Left/Right Side Rails slightly and drop the seat into the track.

Note: Seat Indentation must face rearward.

Schritt 3

Step 3



Montieren Sie als Nächstes den Hauptrahmen (1) zwischen den seitlichen Rails.

Next, install the Mainframe (1) onto the Side Rail Assembly as shown.

a) Führen Sie zuerst hinten alle M10x29,5-mm-Schrauben (15) und die M10-Unterlegscheibe (10) von außen durch die seitlichen Rails, um den Hauptrahmen in Position zu halten. Sichern Sie den Hauptrahmen (1) von innen mit den M6x15-mm-Schrauben (12) und den M6-Unterlegscheiben (8).

a) Install all M10x29.5mm Bolts (15) and M10 Washer (10) first from the outside to hold the Main Frame in position, secure the Main Frame from the inside with the M6x15mm Bolts (12) and M6 Washers (8).

b) Vorne wird der Hauptrahmen (1) mit 4x M8x45mm Schrauben (14), die 8x M8 Unterlegscheiben (9) und die 4x M8 selbstsichernden Muttern (11) fixiert..

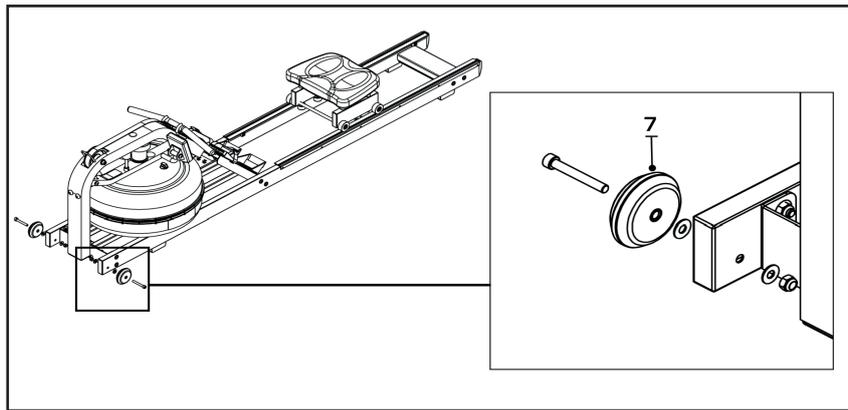
b) Install 4x M8x45mm Bolt (14), 8x M8 Washer (9), and 4x M8 Nyloc Nut (11) .

Die Schrauben NICHT FESTZIEHEN. Möglicherweise sind die vorderen unteren Schrauben nur schwer zugänglich. Sie können diese Schrauben vollständig anziehen, sobald sich das Rudergerät in der senkrechten Position befindet. Richten Sie die unteren Schrauben / Muttern für den Moment einfach aus und drehen Sie sie lose ein.

Secure the Footboard first, then the Front Lower Bracket . DO NOT TIGHTEN. You may find that the Front Lower Bracket Bolts can be difficult to access. You can tighten these Bolts completely once the Rower is standing in the vertical position so for the moment, simply align and loosely thread lower Bolts/Nuts.

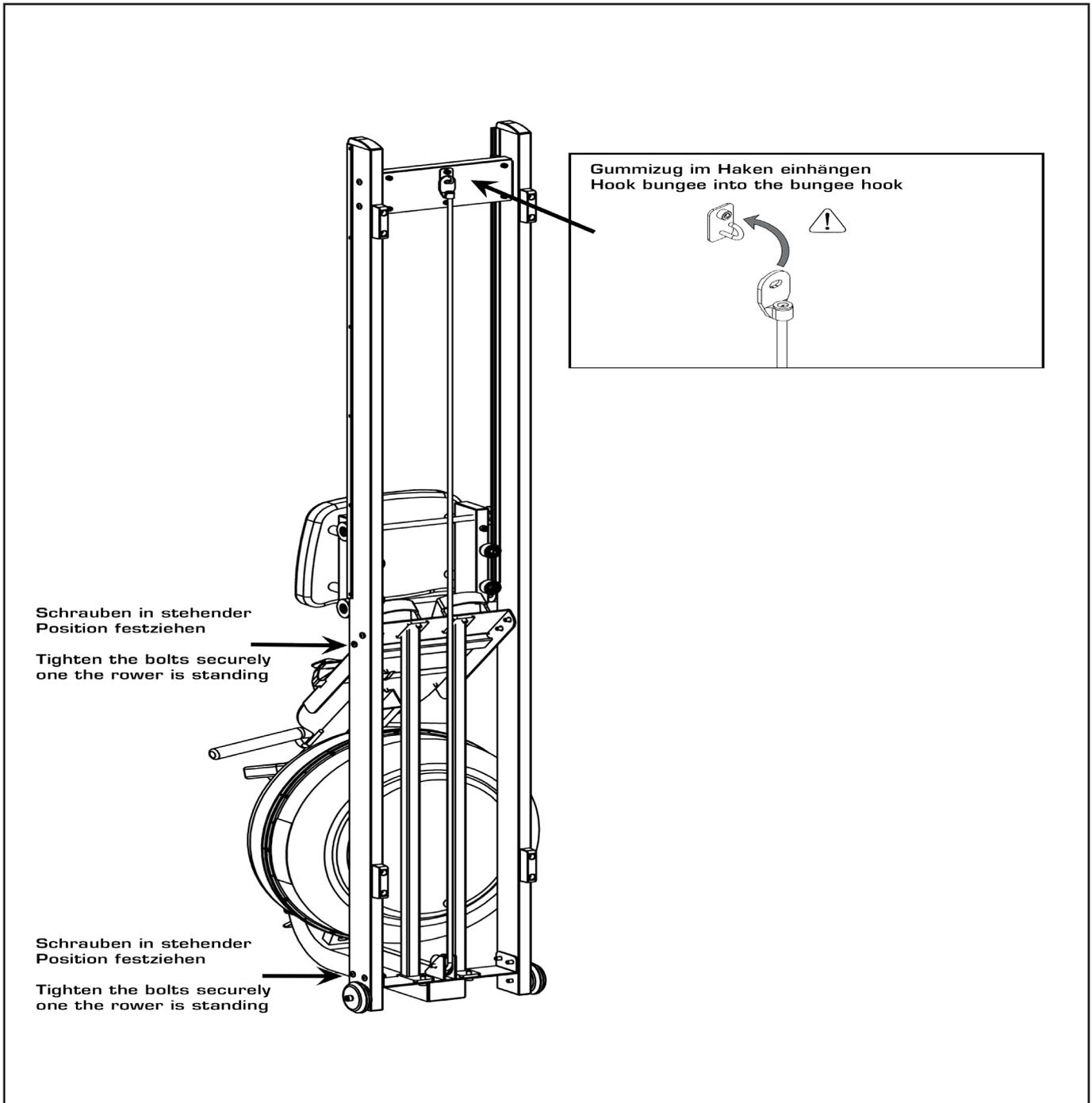
Hinweis: Reinigen Sie die Rollen und die Laufschienen wöchentlich mit einem weichen, trockenen Tuch, um den Verschleiß zu verringern.

Note: Clean wheels and tracks weekly with a soft dry cloth in order to decrease the rate of wear on both wheels and track.



Montieren Sie die Transportrollen (7) an der seitlichen Rail.  
Hinweis: Eine Unterlegscheibe außen und eine Unterlegscheibe  
innen an der Seitenschiene.

Mount the Transport Wheel Assembly (7) onto the Side Rail.  
Note: One Washer on outside and one Washer on the inside of  
the side rail.



Sobald das Bungee-Kabel an der hinteren Klammer befestigt wurde, ziehen Sie alle Schrauben fest, da diese aus der vertikalen Position leichter zugänglich sind.

Senken Sie das Rudergerät wieder in die horizontale Position und prüfen Sie, ob der Bungee-Rückstoß korrekt ist.

Überprüfen Sie die Sitzrollen / Sitzschienen auf Schmutz oder Ablagerungen, bevor Sie sich auf den Rudersitz setzen. Kleine Partikel, die sich zwischen den Sitzrollen und den Laufschienen befinden, können die Räder oder die Lauffläche beschädigen. Überprüfen Sie die Laufschienen vor jedem Gebrauch auf Verunreinigungen und reinigen Sie sie regelmäßig.

Hinweis: Die Rower-Rahmenschrauben müssen regelmäßig auf festen Sitz überprüft werden. Erst eÜberprüfung nach 4 Wochen und dann alle 12 Monate. Wählen Sie einen geeigneten Ort für die Lagerung des Produkts.

Legen Sie die mitgelieferten 2x AA-Batterien ein und überprüfen Sie die Monitorfunktion. Wählen Sie eine flache und ebene Unterlage, auf der Sie Ihren Rower verwenden möchten, um ein Schaukeln und möglichen vorzeitigen Verschleiß zu vermeiden.

Once the Bungee Cord is attached to the Rear Brace, tighten the Bolts holding the Footboard, the Main Frame to Side Rail Bolts as they are easier to access from the vertical position.

Lower the Rower back to the Horizontal position and test for proper bungee recoil.

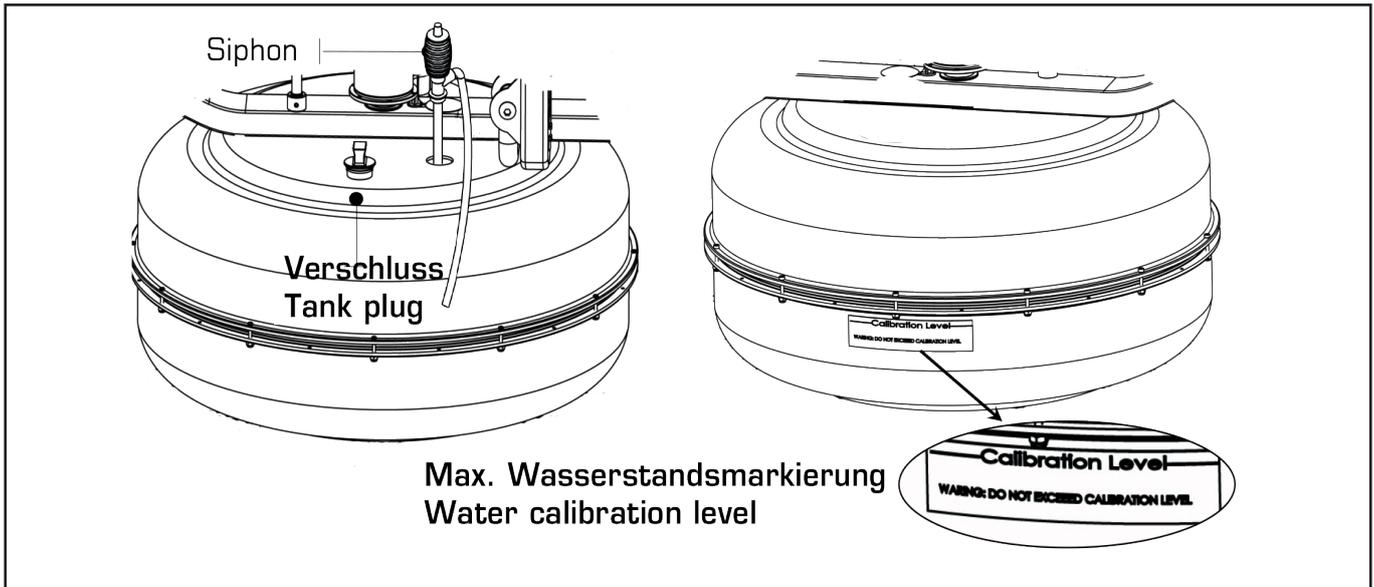
Check Seat Rollers/Runners for dirt or debris before sitting on the Rower Seat. Small objects captured between the Seat Rollers and Runners can damage the Wheels or running surface. Check Runners for debris prior to each use and clean regularly.

Note: The Rower Frame Bolts require periodic checking for tightness. Do this at the end of the first month of use and again after every 12 months

Choose a suitable location when standing the product for storage.

Install supplied 2x AA batteries and check monitor function. Details regarding can be found in the Monitor section of this manual.

Choose a flat, level surface on which to use your Rower, to avoid rocking and potential premature wear.



- a) Entfernen Sie den Gummifüllstopfen oben am Tank.
- b) Stellen Sie einen großen Wassereimer neben das Rudergerät. Positionieren Sie den Siphon (22) mit dem starren Schlauch im Eimer und dem flexiblen Schlauch im Tank.  
Hinweis: Stellen Sie vor dem Befüllen sicher, dass das kleine Entlüftungsventil oben am Siphon geschlossen ist.
- c) Drücken Sie den Siphon zusammen, um mit dem Befüllen zu beginnen.  
Wichtig: Tank nicht überfüllen!
- d) Wenn der Tank befüllt ist, öffnen Sie das Ventil oben am Siphon, damit überschüssiges Wasser austreten kann.
- e) Befolgen Sie nach Abschluss des Befüllens den nachstehenden Wasseraufbereitungsplan und setzen Sie den Tankverschluss wieder ein.

Füllen Sie den Tank NICHT über den angegebenen Höchststand von 17 Litern hinaus. Siehe den Tankfüllstandsaufkleber auf der Seite des Tanks.

**URSPRÜNGLICHE WASSERAUFBEREITUNG**

Fügen Sie 1 x Wasseraufbereitungstablette pro vollem Tank hinzu. VERWENDEN SIE UNTER KEINEN UMSTÄNDEN EINE ANDERE WASSERAUFBEREITUNGSTABLETTE, ALS DIE MIT IHREM GERÄT MITGELIEFERT WURDEN. Im Lieferumfang sind 4 x Wasseraufbereitungstabletten enthalten, die für eine mehrjährige Verwendung ausreichen. Wenn Sie zusätzliche Wasserbehandlungstabletten erwerben möchten, wenden Sie sich an unser Serviceteam.

In Gebieten mit bekannt schlechter Leitungswasserqualität wird die Verwendung von destilliertem Wasser empfohlen.

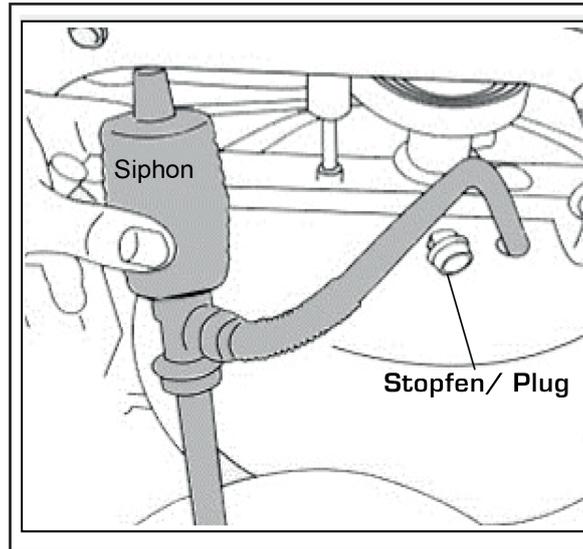
- a) Remove rubber fill plug from the top of the Tank.
- b) Place a large bucket of water next to the Rower. Position the Siphon (22) with rigid hose in the bucket, and flexible hose in the Tank.  
Note: Make sure small breather valve on siphon is closed before filling.
- c) Squeeze siphon to begin filling.  
Important: Do not overfill Tank!
- d) When full, open the valve on the top of the siphon to allow excess water to escape.
- e) Once filling is completed follow the water treatment schedule below, then place the Tank plug in.

DO NOT overfill the tank beyond the maximum indicated level of 17 liters. Refer to the Tank Level Decal on the lower side of the tank.

**INITIAL WATER TREATMENT**

Add 1 x Water Treatment Tablet per full tank. DO NOT, UNDER ANY CIRCUMSTANCE, USE A WATER TREATMENT TABLET OTHER THAN THOSE SUPPLIED WITH YOUR UNIT. Your unit purchase includes 4 x Water Treatment Tablets, which is sufficient for several years of use. To purchase additional Water Treatment Tablets ask our service team.

In areas where tap water quality is known to be poor, recommends the use of distilled water.



1. Entfernen Sie den Verschluss.

2. Führen Sie das Steigrohr in den Wassertank ein und den flexiblen Schlauch in einen Eimer. Achten Sie darauf, dass das Ventil am Siphon geschlossen ist.

3. Drücken Sie den Siphon zusammen, um das Wasser zu entfernen.

Langzeit-Wasseraufbereitung und Grundbetrieb:

Verwenden Sie keine andere Wasseraufbereitungstabletten als die mit diesem Gerät mitgelieferten. Wenden Sie sich für Ersatztabletten an Ihren Service.

Die Zeitpläne für die Wasseraufbereitung für das Rudergerät je nach der Sonneneinstrahlung des Flüssigkeitstanks. Bei einem hellen, sonnenbeschienenen Fenster sind jedoch 8 bis 12 Monate und bei einem dunkleren Standort 2 Jahre oder länger zu erwarten, bevor eine neue tablette eingeworfen werden muss. Wenn Sie feststellen, dass das Wasser leicht trübe ist, fügen Sie eine Wasseraufbereitungstablette hinzu.

1.Remove Tank Plug.

2.Insert rigid end of siphon into the tank, and flexible hose into a large bucket. Note: The valve on top of the siphon must be closed to allow proper drainage.

3. Start squeezing the siphon to begin removing the water.

Long Term Water Treatment and Basic Operation:

Do not use any water treatment other than the tablets supplied with this unit. For replacement tablets, contact your service.

Water treatment schedules for the ROWER will vary according to the fluid tanks exposure to sunlight, but expect 8-12 months near a bright, sunlit window and 2 years or more for a darker location. At the point of finding the water slightly cloudy, add a Water Treatment Tablet.



### 1) Fußlängen Anpassung:

Heben Sie den vorderen verschiebbaren Teil an, bis dieser höher ist als die Arretierungsnoppen.

Führen Sie die Längen Anpassung für eine größere Schuhgröße nach hinten.

Drücken Sie den zuvor angehoben Teil wieder nach unten, so dass sich die Noppen in den dafür vorgesehenen Aussparungen befinden.

### 1) Foot size adjustment

Lift the front part, until it is higher than the pimple.

Move this part to the rear in order to fit bigger shoe sizes.

Afterwards, move back the previously lifted part so that the pimples are fitting into the respective holes.



### 2) Fußfixierung

Führen Sie Ihren Fuß unter dem Fußriemen hindurch.

Ziehen Sie den Riemen fest und fixieren Sie diesen.

### 2) Foot strap adjustment

Slide your feet underneath the foot strap.

Pull the foot strap tight as shown and fix it.



### 3) Lösen der Fußschlaufe

Um die Fußschlaufe zu lockern, drücken Sie die Schnalle nach außen und heben Ihre Fußspitze etwas an.

### 3) Release the foot strap

To release the foot strap, lift the buckle of the foot strap and raise your foot's forward section.

#### 4) Transportieren

Heben Sie das Rudergerät hinten etwas an und rollen es an die gewünschte Position.

Zum Aufbewahren kippen Sie das Rudergerät in die senkrechte Position.

#### 4) Transportation

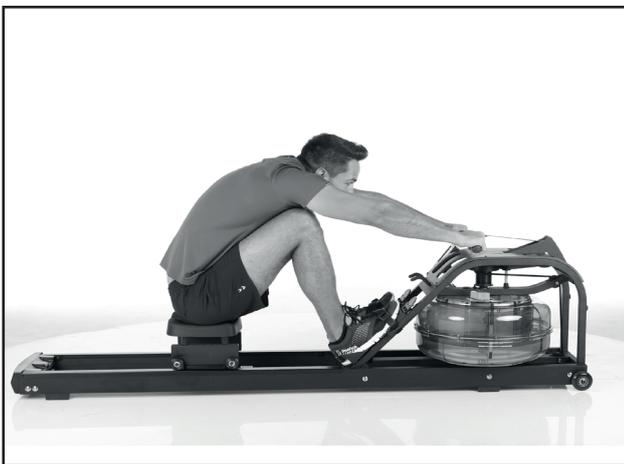
Before transportation, the rower has to be lift up a bit, so that you can roll the rower.

To store the rower, you have lift it up to a vertical position.



## 5. Rudertechnik

## 5. Rowing guide



### ÜBERSTRECKUNG NACH VORNE

Falsch:

Zu starke Beugung, der Oberkörper, die Schultern und der Kopf sind zu weit nach vorne gebeugt. Diese Position erzeugt eine große Krafteinwirkung auf den Lendenwirbelsäulenbereich.

Richtig:

Gerader Rücken, Schultern befinden über dem Gesäß.



### OVER REACHING FORWARD

Wrong:

The body stretches too far forward. The head and the shoulders tend to drop towards the feet. The body is in a weak position for the stroke.

Correct:

The body is pressed up to the legs. The arms are fully extended and relaxed, body tilted slightly forward.



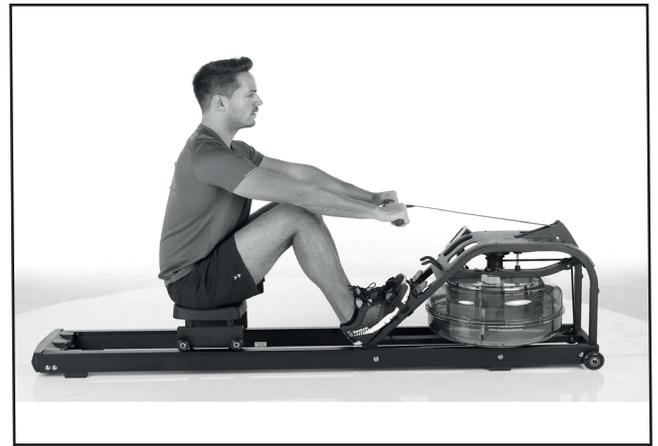
### **HANDPOSITION**

#### **Falsch:**

Zu Beginn des Rudervorganges beginnen Sie mit dem Armzug.

#### **Richtig:**

Beginnen Sie den Rudervorgang durch Strecken der Beine und halten Sie Ihre Arme gestreckt.



### **BENT WRIST**

#### **Wrong:**

Start the stroke by pulling with the arms rather than pushing with the legs

#### **Correct:**

Start the stroke by pushing the leg and bracing the back with the arms fully extended.



### **ARMHALTUNG**

#### **Falsch:**

Ellenbogen werden zu stark gebeugt, Hände zu weit an die Brust gezogen.

#### **Richtig:**

Achten Sie darauf, dass die Hände nicht zu weit zur Brust herangezogen werden.



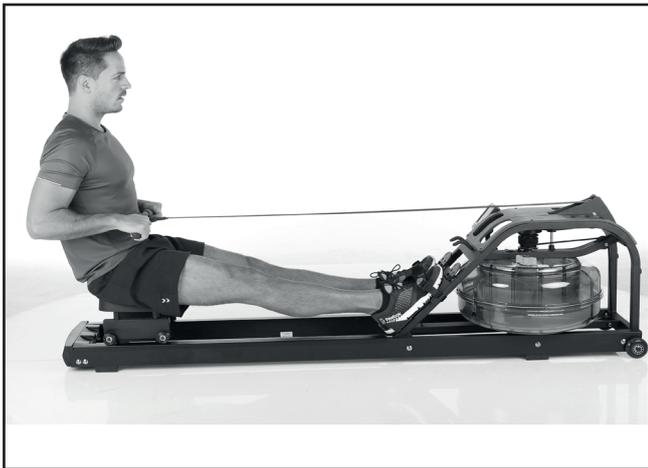
### **ROWING WITH ARMBEND**

#### **Wrong:**

The user bends his wrists at any time during the stroke

#### **Correct:**

Always row with flat wrists through the entire stroke



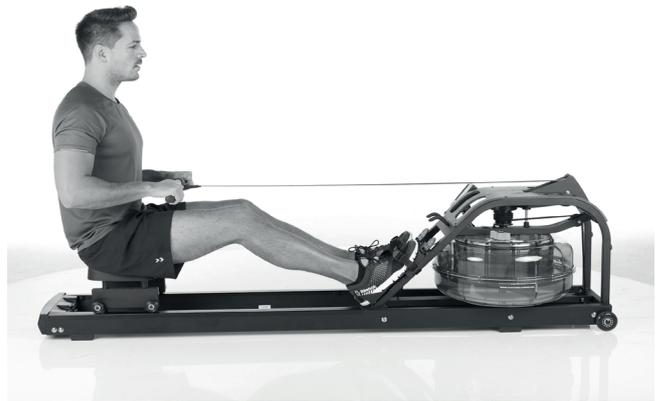
**BEINSTRECKUNG**

**Falsch:**

Am Ende der Ruderbewegung sind die Kniegelenke ganz durchgestreckt.

**Richtig:**

Kniegelenke leicht gebeugt lassen und nicht ganz durchstrecken.



**LOCKING THE KNEES**

**Wrong:**

Knees are locked and the legs are straight at the end of the stroke.

**Correct:**

Always keep the legs slightly bend in the fully extended position. Refrain from kneelocking.

**6. Pflege und Wartung**

**6. Care and Maintenance**

Bauteil	Zeitabstände	Was ist zu tun?	Part	Timeframe	Instructions
Rollen und Laufschiene	wöchentlich	Reinigen Sie die Rollen und Laufschiene mit einem feuchten Tuch	Seat wheels	Weekly	Wipe down seat wheels and runners with lint free cloth.
Wassertank	12-24 Monate	Anweisungen in der Anleitung befolgen	Water tank	12-24 month	Follow instructions in the manual
Gummizug	alle 100 Stunden	Überprüfen der Spannung des Gummizugs und nachstellen	Bungee cord	every 100 hours	check tension of the bungee cord
Zuggurt	alle 100 Stunden	Bei Verschleiß tauschen, Service kontaktieren	Rowing belt	every 100 hours	if a change is required, contact the service

Problem	Grund	Was ist zu tun?	Fault	Probable cause	Solution
Wasserverfärbung	Der Wassertank ist direktem Sonnenlicht ausgesetzt.	Ändern Sie den Aufstellort, sodass es nicht direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt ist. Fügen Sie die Wassertabletten hinzu. Ggf. destilliertes Wasser verwenden!	Water change color	Rower is in direct sunlight or has no water treatment	Change Rower location to reduce direct exposure to sunlight. Add a Water Treatment Tablet or change tank water as directed in the water treatment section of this manual. Consider using distilled water to refill tank.
Zuggurt/ Gummizug rutscht	Gummizug ist zu wenig gespannt	Gummizug spannen, siehe Anleitung	Rower Belt slipping off belt/ bungee pulley.	Bungee not under enough tension. Recoil not strong enough	Tighten bungee cord following the instructions in "reattaching The Fluid Rower belt" section of this manual.
Falsche Anzeige der 500m Zeit; Ruderschlägen	Sensor Abstand/ Position prüfen	Überprüfen Sie den Abstand des Sensors zum Magneten, oder ob sich der Magnet verschoben hat. Bei Bedarf den Kundendienst kontaktieren.	Inconsistent readings on the Rower Computer for 500meter split time and SPM (strokes per minute).	Sensor gap Faulty Sensor Sensor has moved out of position Wiring harness	Use the back cover of the computer as a "Gap tool" to check the gapbetween sensor head and Magnetic ring, or see if the Sensor head has moved out of position. Please contact your customer service center for details
Display zeigt nach Batteriewechsel nichts an.	Batterien falsch eingesetzt/ Batterien sind leer	Überprüfen Sie die korrekte Polung und Sitz der Batterien. Sollte das Problem weiterhin bestehen kontaktieren Sie den Service.	The Rower Computer does not illuminate after battery installation.	Batteries installed incorrectly or need replacing.	Replace/reinstall batteries in correct position and try again. If the LCD screen fails to illuminate, try rotating the batteries slightly in the computer. If this fails, contact your local service center.
Display ist aktiv, daten werden nicht angezeigt.	Keine Verbindung. Sensor Abstand zu groß.	Kabelverbindung zum Computer prüfen. Sensor Abstand prüfen. Bei Bedarf den Kundendienst kontaktieren.	The Rower Computer screen illuminates, but does not register when rowing.	Loose or failed connection. Sensor gap too wide	Check that the computer lead is connected properly. If it is connected then contact your local service center. Check Sensor gap.



## 7.1 Computer Spezifikationen:

Autostart: Wenn Sie mit Rudern beginnen, startet der Computer automatisch.

MODE: Ein langes Drücken der Mode-Taste löscht alle Daten.

Auto-Pause: Wenn Sie mit Rudern aufhören, werden folgende Daten für fünf Minuten gespeichert.

Auto-Power-Off: Nach fünf Minuten schaltet sich der Computer aus und alle Daten werden gelöscht.

## 7.2 Computerfunktionen / Anzeigen

TIME: Gibt die Trainingszeit an.

500m Zeit: Zeigt die Durchschnittszeit für 500 m an

Distance: Zeigt die zurückgelegte Entfernung an.

Calories: Zeigt den Kilokalorienverbrauch an.

## 7.1 Computer features

Auto Start: Commence rowing to activate.

Reset all values: Hold button down for 3 seconds first to RESET.

Auto-Pause: A temporary halt in exercise will result in the following:

Auto Power Down: Over 5 minutes. All values revert to zero after restart.

## 7.2 Computer function / Display

TIME: Auto start elapsed time.

500M TIME: Time to row 500 meters, updated at the completion of each stroke.

Distance: Distance shows your exercise distance which you have finished.

Calories: Shows the value of burned calories.

Pulse: Der Computer kann mit einem build in receiver ausgestattet werden, welcher die drahtlose Pulsübertragung mit einem Brustgurt (5,0 – 5,5 kHz) ermöglicht. Sollte das Pulssignal verloren gehen, erscheint ein „P“ im Display.

Befindet sich der Trainingspuls über der vorgegebenen Pulsgrenze, ertönt ein Signalton.

SPM: Schläge/Minute

WATTS: Zeigt die Wattleistung pro Zug an.

Strokes: Zeigt die Gesamtruderschläge ihres aktuellen Trainings an.

Total strokes: Zeigt die Gesamtruderschläger aller Trainingseinheiten bis 9999 Ruderschläge an. Sollten die Batterien entfernt werden, dann wird dieser Wert gelöscht.

### 7.3 Zielvorgaben

Es gibt drei auswählbare Zielvorgaben, die Sie für die Bedienung dieses Ruderergerätes auswählen können: ZEIT-DISTANZ-STROKE (Ruderschläge).

Bevor Sie mit dem Training beginnen, drücken Sie die MODE-Taste bis der einzustellende Wert blinkt. Mit den UP/Down Tasten kann der Zielwert vorgegeben werden. Nach Beendigung der Eingabe beginnen sie zu rudern. Der eingestellte Wert zählt rückwärts. Bei Erreichen von Null, ertönt ein Signalton und die Werte beginnen aufwärts zu zählen.

#### Manuelles Programm

1. Beginnen Sie einfach mit dem Training und alle Daten beginnen aufwärts zu zählen.

2. Um das Training zu unterbrechen, drücken Sie einmal MODE. Das STOP-Symbol blinkt und alle Werte bleiben unverändert.

3. Drücken Sie erneut auf MODE, um die Trainingseinheit fortzusetzen.

4. Wenn das Training unterbrochen ist (z. B. blinkt das STOP-Symbol), drücken Sie RESET, und die Konsole kehrt in den Ausgangs-Modus zurück.

PULSE: Requires optional receiver and chest strap (sold separately). Without any pulse signal for 6 seconds, console will display "P".

Pulse alarm will sound when current pulse is over the target pulse.

SPM: Strokes per minute updated each stroke.

WATT: Unit of power updated per rowing stroke.

Strokes: Shows the accumulated strokes of the actual exercise.

Total Strokes: Console will accumulate a count of the total number of strokes. The data can be reset to 0 by removing the batteries.

### 7.3 Exercise targets

There are three exercise targets, which can be selected: TIME-DISTANCE-STROKE.

Before you start training, press the MODE button until the value to be set flashes. The target value can be specified with the UP / Down buttons. After completing the input, start rowing. The set value counts backwards. When zero is reached, a beep sounds can be heard and the values begin to count up.

#### Manual Program

1. Just start exercising and the console will activate.

2. To pause the workout, press MODE once. The STOP icon will blink and all values re-main unchanged.

3. Press MODE again to continue the exercise session.

4. If workout is paused, (e.g. STOP icon is blinking), press RESET and the console will re-turn to standby mode.

#### 7.4 Ausbau des Zugbandes

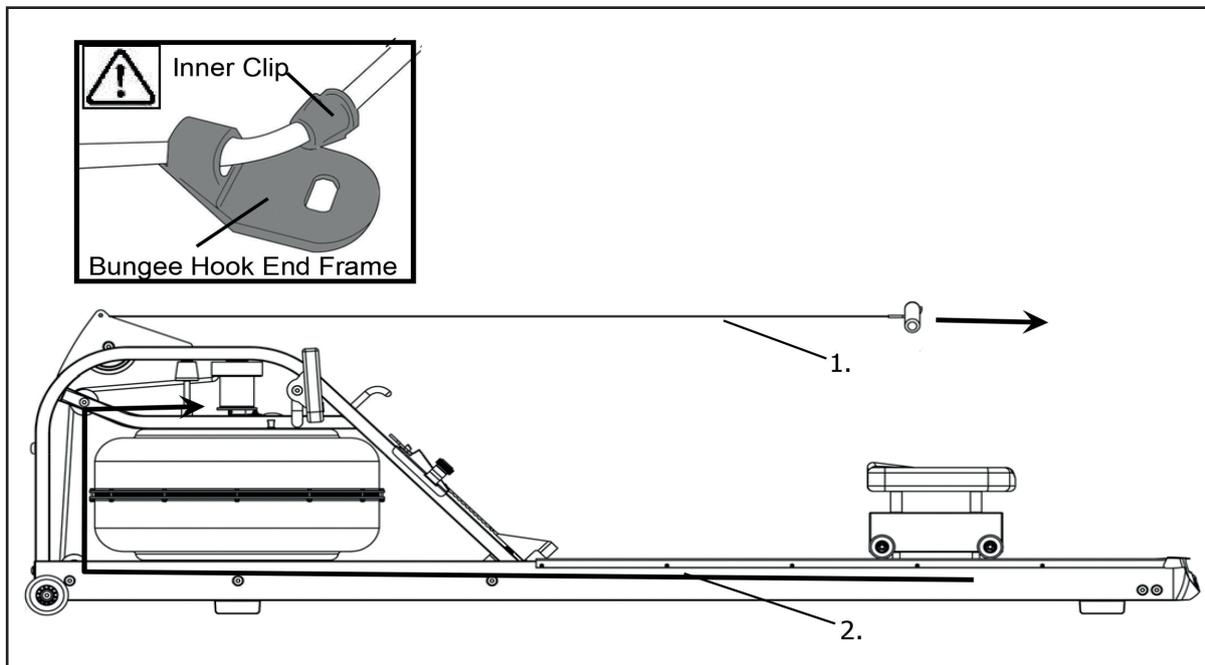
Ziehen Sie das Zugband so weit wie möglich heraus, bis es vom Gummizug gestoppt wird.

Tip: Sie hören, dass öffnen des Velcros, bevor sich der Riemen löst.

#### 7.4 Detaching the rower belt

To detach belt, simply pull beyond the range of the normal rowing stroke until the belt detaches from the belt bungee pulley.

Tip: You'll hear the Velcro separating just before the belt detaches.



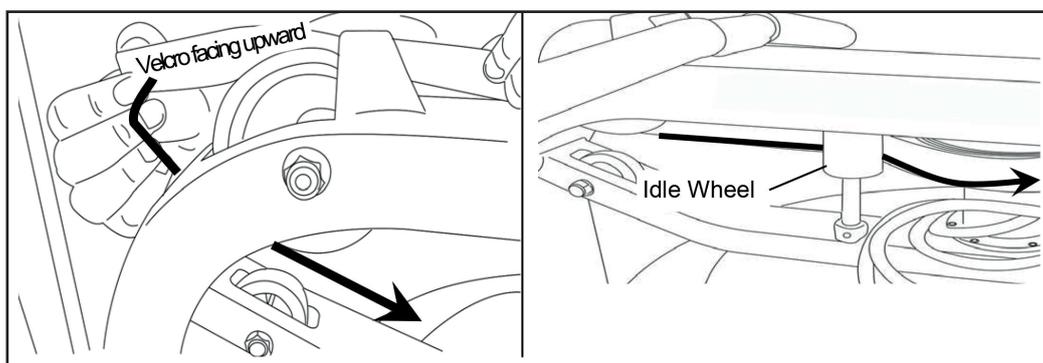
Entfernen Sie den Gummizug am hinteren Standfuß. Drücken Sie den Verschluss des Gummizuges (Innerclip) aus der Gummizughalterung (Bungee hook end frame). Ziehen Sie den Gummizug durch den Verschluss (Innerclip) hindurch, sodass er frei ist. Nun können Sie den Gummizug komplett herausziehen.

Ziehen Sie das Zugband so weit wie möglich heraus, bis es vom Gummizug gestoppt wird.

Tip: Sie hören, dass öffnen des Velcros, bevor sich der Riemen löst.

Unhook the Bungee Shock Cord from the Rear Leg. Then, push out the Inner Clip from the Bungee Hook End Frame. Pull the Bungee through the Inner Clip until free. This will allow for the Bungee Shock Cord to be threaded completely out of the Main Frame and up to the Belt Bungee Pulley where it will be re-attached once the Rower Belt is in the proper position.

Begin reattaching the Rower Belt by threading around the Rower Belt Pulley with the Velcro side facing upward as illustrated.



#### 7.5 Einbau des Zugbandes

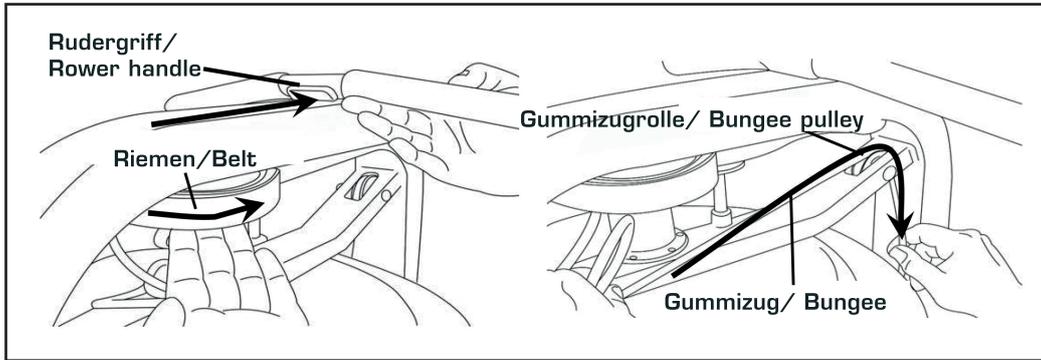
1. Beginnen Sie damit, dass Velcro (nach oben zeigend) um die Zugrolle zu legen.

2. Als nächstes führen Sie das Zugband um die Spannrolle und befestigen es an der Riemenscheibe. Am Verbindungspunkt steht ein kleine Nase hervor.

#### 7.5 Reattaching the rower belt

1) Begin reattaching the Rower Belt by threading around the Rower Belt Pulley with the Velcro side facing upward as illustrated.

2) Next, thread the Belt around the Idle Wheel as shown. Once around the Idle Wheel, attach the Rower Belt to the Belt/Bungee Pulley. There is an obvious "lip" at the attachment point.

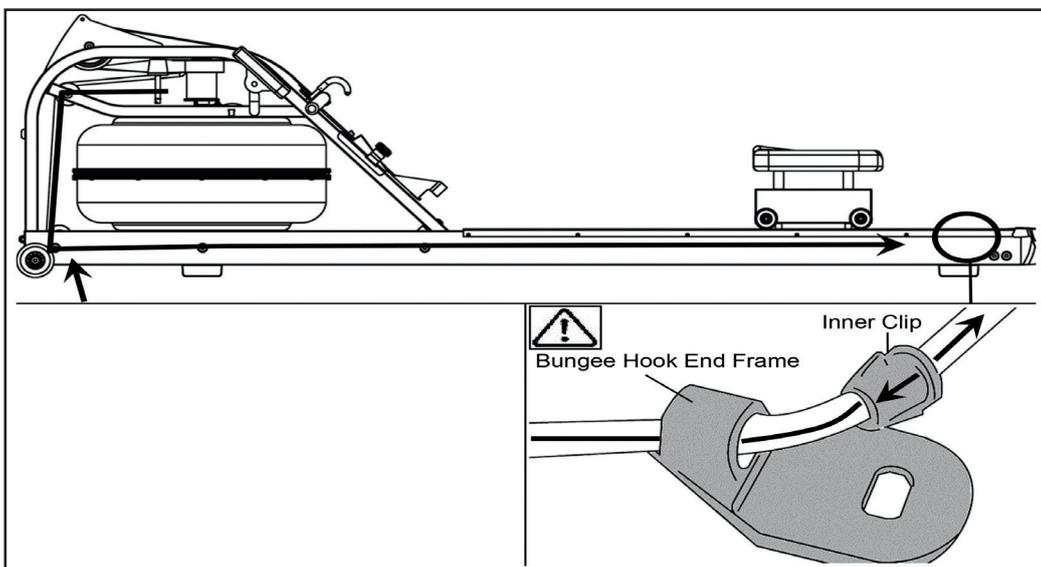


3. Rollen Sie das Zugband auf die Riemenscheibe auf, bis sich der Zuggriff in der vordersten Position befindet.

3. Wind the Rower Belt onto the Belt/ Bungee Pulley until the Rower Handle is as it's furthest forward position.

4. Befestigen Sie den Gummizug auf der anderen Seite der Riemenscheibe und führen es über die Gummizugrolle nach unten

4. Rethread the Bungee Shock Cord (on opposite side of the Idle Wheel) back through the Bungee Pulleys and tie off at the Attachment Point.



Fixieren Sie den Gummizug an der hinteren Gummizugplatte (Bungee hook end frame), wie oben dargestellt. Um den Gummizug stärker zu spannen, müssen Sie zuerst den „Innerclip“ herausziehen, den Gummizug etwas mehr spannen und anschließend den „Innerclip“ wieder in die Gummizugplatte (Bungee hook end frame) einführen.

Recoil tension will decrease over time as the Bungee Shock Cord stretches.

To increase recoil tension, simply push the Inner Clip out of the Bungee Hook End Frame from behind, pull the required amount of bungee through the Inner Clip and replace the Inner Clip into the Bungee Hook End Frame as shown below.

Das Training mit dem Rudergerät ist ein ideales Bewegungstraining zur Stärkung wichtiger Muskelgruppen und des Herz-/Kreislauf-Systems.

Allgemeine Hinweise zum Training

### 8.1 Trainingshäufigkeit

Um langfristig die Physis zu verbessern und die Kondition zu steigern, empfehlen wir mindestens dreimal pro Woche zu trainieren. Dies ist die durchschnittliche Trainingshäufigkeit für einen Erwachsenen, um langfristig einen konditionellen Erfolg bzw. eine erhöhte Fettverbrennung herbeiführen zu können. Mit zunehmender Fitness können Sie auch täglich trainieren. Besonders wichtig ist das Training in regelmäßigen Abständen.

### 8.2 Trainingsintensität

Bauen Sie Ihr Training behutsam auf. Die Trainingsintensität sollte langsam gesteigert werden, damit keine Ermüdungserscheinungen der Muskulatur und des Bewegungsapparates auftreten.

### 8.3 Pulsorientiertes Training

Es wird empfohlen, für Ihre individuelle Pulszone einen „aeroben Trainingsbereich“ zu wählen. Leistungssteigerungen im Ausdauerbereich werden vorwiegend durch lange Trainingseinheiten im aeroben Bereich erlangt.

Entnehmen Sie diese Zone bitte dem Zielpuls-Diagramm oder orientieren Sie sich an den Pulsprogrammen. Sie sollten mindestens 80% Ihrer Trainingszeit in diesem aeroben Bereich (bis 75% Ihres Maximalpulses) absolvieren.

In den restlichen 20% der Zeit können Sie Belastungsspitzen einbauen, um Ihre aerobe Schwelle nach oben zu verschieben. Durch den eintretenden Trainingserfolg können Sie später bei gleichem Puls eine höhere Leistung vollbringen, was eine Verbesserung der Form bedeutet.

Wenn Sie mit pulsgesteuertem Training bereits Erfahrung haben, dann können Sie Ihre gewünschte Pulszone Ihrem speziellen Trainingsplan bzw. Fitnessstand anpassen.

Exercising with this rower enables a perfect movement training for strengthening important muscle groups and the cardio-circulatory system.

General notes for Training

### 8.1 Training frequency

To improve physical fitness and to enhance long term condition, we recommend to train at least three times a week. This is the average training frequency for an adult in order to obtain long-term condition success or high fat burning. As your fitness level increases, you can also train daily. It is particularly important to train in regular intervals.

### 8.2 Training intensity

Carefully structure your training. Training intensity should be increased gradually, so that no fatigue phenomenon of the musculature or the locomotion system occurs.

### 8.3 Heartrate orientated training

For your personal pulse zone it is recommended that an aerobic training range is chosen. Performance increases in the endurance range are principally achieved by long training units in the aerobic range.

Find this zone in the target pulse diagram or be guided by the pulse programs. You should complete 80 % of your training time in this aerobic range (up to 75 % of your maximum pulse).

In the remaining 20% of the time, you can incorporate load peaks, in order to shift your aerobic threshold upwards. With the resulting training success you can then later produce higher performance at the same pulse, meaning an improvement of your physical shape.

If you already have some experience in pulse-controlled training, you can match your desired pulse zone to your special training plan or fitness status.

#### Anmerkung:

Da es „hoch- und niedrigpulsige“ Menschen gibt, können die individuellen optimalen Pulszonen (Aerobe Zone, Anaerobe Zone) im Einzelfall von denen der Allgemeinheit (Zielpulsdiagramm) abweichen.

In diesen Fällen sollte das Training nach den individuellen Erfahrungen gestaltet werden. Sollten Anfänger auf dieses Phänomen stoßen, sollte vor dem Training unbedingt ein Arzt konsultiert werden, um die gesundheitliche Tauglichkeit für das Training zu prüfen.

#### 8.4 Trainings-Kontrolle

Sowohl medizinisch als auch trainingsphysiologisch ist das puls-gesteuerte Training, welches sich am individuellen Maximalpuls orientiert am sinnvollsten.

Diese Regel gilt sowohl für Anfänger, ambitionierte Freizeitsportler als auch für Profis. Je nach Trainingsziel und Leistungsstand wird mit einer bestimmten Intensität des individuellen Maximalpulses trainiert (ausgedrückt in Prozentpunkten).

Um das Herz-Kreislauf-Training nach sportmedizinischen Gesichtspunkten effektiv zu gestalten, empfehlen wir eine Trainingspulsfrequenz von 70 % - 85 % des Maximalpulses. Bitte beachten Sie das nachfolgende Zielpuls-Diagramm.

Messen Sie Ihre Pulsfrequenz zu folgenden Zeitpunkten:

1. Vor dem Training = Ruhepuls
2. 10 Minuten nach Trainingsbeginn = Trainings-/Belastungspuls
3. Eine Minute nach dem Training = Erholungspuls

Während der ersten Wochen empfiehlt es sich mit einer Pulsfrequenz an der unteren Grenze der Trainingspuls-Zone (ungefähr 70%) oder darunter zu trainieren.

Während der nächsten 2-4 Monate intensivieren Sie das Training schrittweise bis Sie das obere Ende der Trainingspuls-Zone erreichen (ungefähr 85 %), jedoch ohne sich zu überfordern.

Streuen Sie aber auch bei gutem Trainingszustand immer wieder lockere Einheiten im unteren aeroben Bereich in Ihr Trainingsprogramm ein, damit Sie sich genügend regenerieren können. Ein „gutes“ Training bedeutet immer auch ein intelligentes Training, welches die Regeneration zum richtigen Zeitpunkt beinhaltet. Ansonsten kommt es zum Übertraining, wodurch sich Ihre Form verschlechtert.

Jeder belastenden Trainingseinheit im oberen Pulsbereich der individuellen Leistungsfähigkeit sollte im darauffolgenden Training immer eine regenerative Trainingseinheit im unteren Pulsbereich folgen (bis 75 % des Maximalpulses).

#### Note:

Because there are persons who have „high“ and „low“ pulses, the individual optimum pulse zones (aerobic zone, anaerobic zone) may differ from those of the general public (target pulse diagram).

In these cases, training must be configured according to individual experience. If beginners are confronted with this phenomenon, it is important that a physician is consulted before training start in order to check health capacity for training.

#### 8.4 Training control

Both medically and in terms of training physiology, pulse-controlled training makes most sense and is oriented on the individual maximum pulse.

This rule applies both to beginners, ambitious recreational athletes and to pros. Depending on the goal of training and performance status, training is done at a specific intensity of individual maximum pulse (expressed in percentage points).

In order to effectively configure cardio-circulatory training according to sports-medical aspects, we recommend a training pulse rate of 70 % - 85 % of maximum pulse. Please refer to the following target pulse diagram.

Measure your pulse rate at the following points in time:

1. Before training = resting pulse
2. 10 minutes after starting training = training / working pulse
3. One minute after training = recovery pulse

During the first weeks, it is recommended that training is done at a pulse rate at the lower limit of the training pulse zone (approximately 70 %) or lower.

During the next 2 - 4 months, intensify training stepwise until you reach the upper end of the training pulse zone (approximately 85 %), but without overexerting yourself.

If you are in good training condition, disperse easier units in the lower aerobic range here and there in the training programs so that you regenerate sufficiently. „Good“ training always means training intelligently, which includes regeneration at the right time. Otherwise overtraining results and your form degenerates.

Every loading training unit in the upper pulse range of individual performance should always be followed in subsequent training session by a regenerative training unit in the lower pulse range (up to 75 % of the maximum pulse).

Wenn sich die Kondition verbessert hat, ist eine größere Trainingsintensität notwendig damit die Pulsfrequenz die „Trainingszone“ erreicht, d.h. der Organismus ist nun leistungsfähiger. Das Ergebnis einer verbesserten Kondition erkennen Sie an einer verbesserten Fitnessnote (F1 - F6).

Berechnung des Trainings- / Belastungspulses:

220 Pulsschläge pro Minute minus Alter = persönliche, max. Herzfrequenz (100%).

Trainingspuls

Untergrenze:  $(220 - \text{Alter}) \times 0,70$

Obergrenze:  $(220 - \text{Alter}) \times 0,85$

### 8.5 Trainingsdauer

Jede Trainingseinheit sollte idealerweise aus einer Aufwärmphase, einer Trainingsphase und einer Abkühlphase bestehen, um Verletzungen zu vermeiden.

Aufwärmen:

5 bis 10 Minuten Gymnastik oder Stretching (auch langsames Einrudern).

Training:

15 bis 40 Minuten intensives aber nicht überforderndes Training mit o.g. Intensität

Abkühlen:

5 bis 10 Minuten langsames Ausrudern.

Unterbrechen Sie das Training sofort, wenn Sie sich unwohl fühlen oder irgendwelche Anzeichen von Überanstrengung auftreten.

Veränderung der Stoffwechsellätigkeit während des Trainings:

In den ersten 10 Minuten der Ausdauerleistung verbraucht unser Körper den im Muskel abgelagerten Zuckerstoff Glykogen.

Nach ca. 10 Minuten wird darüber hinaus auch Fett verbrannt.

Nach 30-40 Minuten wird der Fettstoffwechsel aktiviert, danach ist das Körperfett der hauptsächliche Energielieferant.

When condition has improved, higher intensity of training is required in order for the pulse rate in order to reach the „training zone“; that is, the organism is capable of higher performance. You will realize the result of improved condition by a higher fitness score (F1 - F6).

Calculation of the training / working pulse:

220 pulse beats per minute minus age = personal, maximum heart rate (100 %).

Training pulse

Lower limit:  $(220 - \text{age}) \times 0.70$

Upper limit:  $(220 - \text{age}) \times 0.85$

### 8.5 Training duration

Every training unit should ideally consist of a warm-up phase, a training phase, and a cool-down phase in order to prevent injuries.

Warm-up:

5 to 10 minutes of calisthenics or stretching (also slow rowing).

Training:

15 to 40 minutes of intensive or not overtaxing training at the intensity mentioned above.

Cool-down:

5 to 10 minutes of slow rowing,

Stop training immediately if you feel unwell or if any signs of overexertion occur.

Alterations of metabolic activity during training:

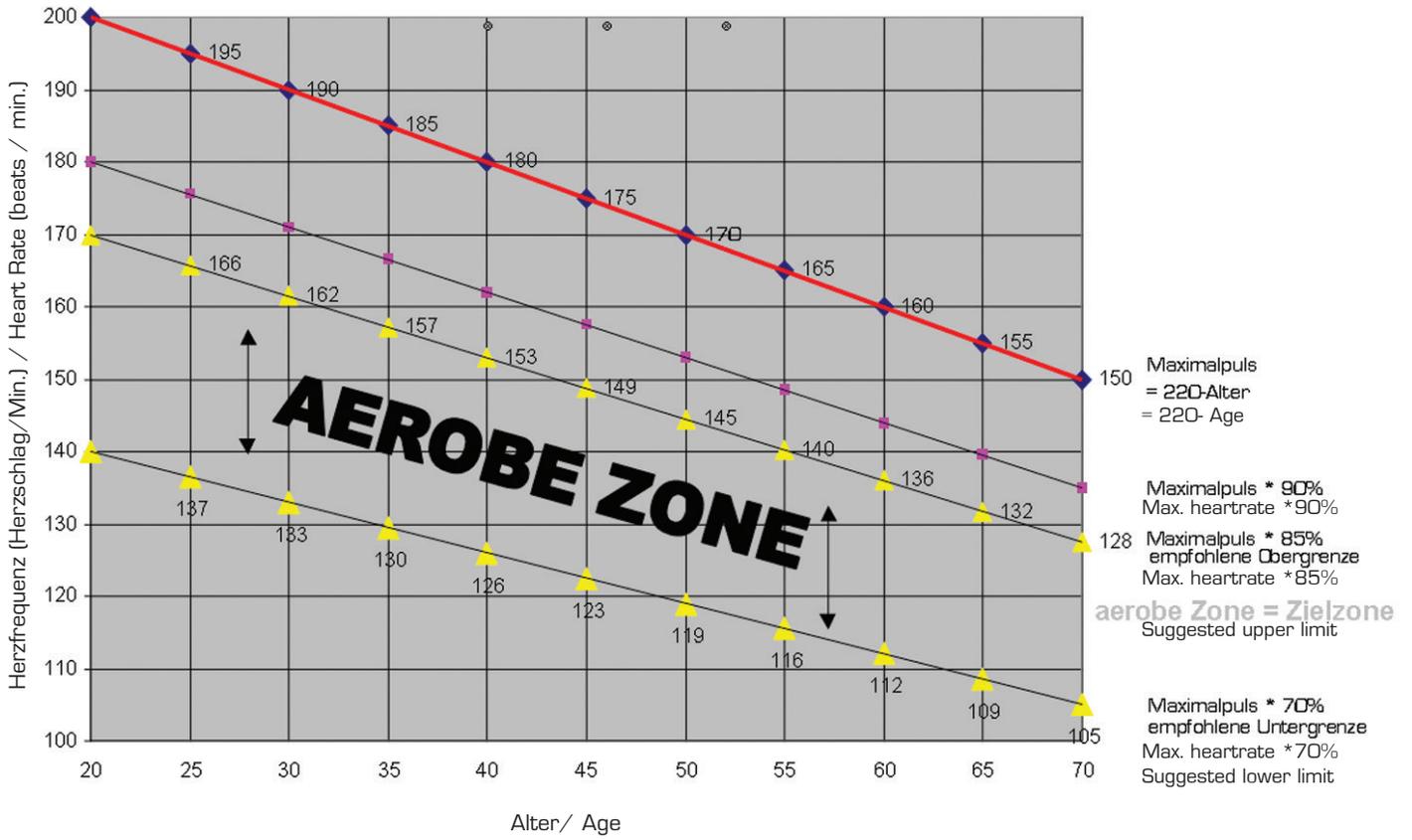
In the first 10 minutes of endurance performance our bodies consume the sugars (Glycogen) stored in our muscles.

After about 10 minutes fat is burned in addition.

After 30 - 40 minutes fat metabolism is activated, then the body's fat is the main source of energy

# Zielpuls-Diagramm / Target Pulse Diagram

(Herzfrequenz/Alter) / (Heart Rate / Age)



## 9. Teileliste / Parts list

Position	Bezeichnung	Description	Abmessung/Dimension	Menge/Quantity
3709V2 -1	Hauptrahmen	Main Frame		1
-2	Verbindungsstrebe	Rear brace		1
-3L	Rahmen seitlich, links	Side rail, left side		1
-3R	Rahmen seitlich, rechts	Side rail, right side		1
-4	Gabelschlüssel	Spanner		1
-5	Sitz	Seat		1
-6	Haken für Gummizug	Bungee hook		1
-7	Transportrollen	Transportation wheel, assembly		2
-8	Unterlegscheibe	Washer	6mm	4
-9	Unterlegscheibe	Washer	8mm	20
-10	Unterlegscheibe	Washer	10mm	21
-11	Mutter, selbstsichernd	Safety nut	M8	22
-12	Innensechskantschraube	Allen screw	M8x15	4
-13	Innensechskantschraube	Allen screw	M8x35	4
-14	Innensechskantschraube	Allen screw	M8x45	4
-15	Innensechskantschraube	Allen screw	M10x29.5	4
-16	Innensechskantschlüssel	Allen key	4	1
-17	Innensechskantschlüssel	Allen key	5	1
-18	Innensechskantschlüssel	Allen key	6	1
-19	Batterien	Battery	AA	2
-20	Wassertabletten	Water treatment tablets		4
-21	Anleitung	Manual		1
-22	Siphon	Siphon		1

Bei den mit \* versehenen Teilenummern handelt es sich um Verschleißteile, die einer natürlichen Abnutzung unterliegen und ggf. nach intensivem oder längerem Gebrauch ausgetauscht werden müssen. In diesem Falle wenden Sie sich bitte an den Finnlo – Kundenservice. Hier können die Teile gegen Berechnung angefordert werden.

The part numbers with an \* are wear and tear parts, which are subject to natural wear and which must be replaced after intensive or long-term use. In this case, please contact Finnlo Customer Service. You can request the parts and will be charged for them.

## 10. Garantiebedingungen / Warranty (Germany only)

Für unsere Geräte leisten wir Garantie gemäß nachstehenden Bedingungen:

- 1) Wir beheben unentgeltlich nach Maßgabe der folgenden Bedingungen (Nummern 2-5) Schäden oder Mängel am Gerät, die nachweislich auf einem Fabrikationsfehler beruhen, wenn sie uns unverzüglich nach Feststellung und innerhalb von 36 Monaten nach Lieferung an den Endabnehmer gemeldet werden.

Die Garantie erstreckt sich nicht auf leicht zerbrechliche Teile, wie z. B. Glas oder Kunststoff. Eine Garantiepflicht wird nicht ausgelöst: durch geringfügige Abweichungen von der Soll- Beschaffenheit, die für Wert und Gebrauchstauglichkeit des Gerätes unerheblich sind, durch Schäden aus chemischen und elektrochemischen Einwirkungen, von Wasser sowie allgemein durch Schäden höherer Gewalt.

- 2) Die Garantieleistung erfolgt in der Weise, dass mangelhafte Teile nach unserer Wahl unentgeltlich instandgesetzt oder durch einwandfreie Teile ersetzt werden. Die Kosten für Material und Arbeitszeit werden von uns getragen. Instandsetzungen am Aufstellungsort können nicht verlangt werden. Der Kaufbeleg mit Kauf- und/ oder Lieferdatum ist vorzulegen. Ersetzte Teile gehen in unser Eigentum über.
- 3) Der Garantieanspruch erlischt, wenn Reparaturen oder Eingriffe von Personen vorgenommen werden, die hierzu von uns nicht ermächtigt sind oder wenn unsere Geräte mit Ergänzungs- oder Zubehörteilen versehen werden, die nicht auf unsere Geräte abgestimmt sind, ferner wenn das Gerät durch den Einfluss höherer Gewalt oder durch Umwelteinflüsse beschädigt oder zerstört ist, bei Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung – insbesondere Nichtbeachtung der Betriebsanleitung – oder Wartung aufgetreten sind oder falls das Gerät mechanische Beschädigungen irgendwelcher Art aufweist. Der Kundendienst kann Sie nach telefonischer Rücksprache zur Reparatur bzw. zum Tausch von Teilen, welche Sie zugesandt bekommen, ermächtigen. In diesem Fall erlischt der Garantieanspruch selbstverständlich nicht.
- 4) Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist noch setzen sie eine neue Garantie frist in Lauf.
- 5) Weitergehende oder andere Ansprüche, insbesondere solche auf Ersatz außerhalb des Gerätes entstandener Schäden, sind – soweit eine Haftung nicht zwingend gesetzlich angeordnet ist – ausgeschlossen.
- 6) Unsere Garantiebedingungen, die Voraussetzungen und Umfang unserer Garantieleistungen beinhalten, lassen die vertraglichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers unberührt.
- 7) Verschleißteile, welche in der Teileliste als diese ausgewiesen werden, unterliegen nicht den Garantiebedingungen.
- 8) Der Garantieanspruch erlischt bei nicht bestimmungsgemäßigem Gebrauch, insbesondere in Fitness-Studios, Rehaeinrichtungen und Hotels.

Importeur  
Hammer Sport AG  
Von-Liebig-Str. 21  
89231 Neu-Ulm

# 11. Service-Hotline und Ersatzteilbestellformular



Um Ihnen optimal helfen zu können, halten Sie bitte **Artikel-Nummer, Seriennummer, Explosionszeichnung und Teileliste** bereit.

## S E R V I C E - H O T L I N E

Tel.: 0731-97488- 62 oder -68

Fax: 0731-97488-64

Montag bis Freitag

von 09.00 Uhr bis 16.00 Uhr

E-Mail: [service@hammer.de](mailto:service@hammer.de)



An  
Hammer Sport AG  
Abt. Kundendienst  
Von-Liebig-Str. 21  
89231 Neu-Ulm

**Art.-Nr.:3709V2 AQUON WATER GLIDE**  
**Serien Nr.:**

Ort: ..... Datum: .....

### Ersatzteilbestellung

(Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!)

Kaufdatum: .....

Gekauft bei Firma: .....

**(Garantieansprüche nur in Verbindung mit einer Kopie des Kaufbeleges!)**

Bitte liefern Sie mir folgende Ersatzteile (Bitte leserlich schreiben!):

Position	Bezeichnung	Stückzahl	Bestellgrund

Käufer:

(Name, Vorname) .....

(Strasse, Hausnr.) .....

(PLZ, Wohnort) .....

(Telefon, Fax) .....

(E-Mail-Adresse) .....

Lieferadresse: (wenn abweichend von Käuferadresse) .....

(Firma) .....

(Ansprechpartner) .....

(Strasse, Hausnr.) .....

(PLZ, Wohnort) .....

(Telefon, Fax) .....

(E-Mail-Adresse) .....