



NL	Gebruikshandleiding	1 - 7
DE	Benutzerhandbuch	8 - 14
FR	Manuel de l'utilisateur	15 - 21



Stepper met weerstandskabels

Stepper mit Widerstandsbändern
Stepper avec câbles de résistance

Lees eerst deze gebruikshandleiding en volg de instructies nauw op voordat u het product gaat gebruiken.

Deze handleiding is in het Nederlands opgesteld en geldt als officiële versie. Vertalingen zijn ter ondersteuning; bij verschillen prevaleert de Nederlandse tekst. Raadpleeg bij twijfel de Nederlandse versie.

Inhoudsopgave

Algemene informatie	1
Introductie	
Veiligheid	1-2
Waarschuwingen	
Productinformatie	2-4
Product details	
Het display	
Installatie	
Overige informatie	4-6
Onderhoud	
Probleemoplossing	
Technische specificaties	
Technische tekening	
Onderdelen lijst	
Garantie & service	7

Algemene informatie

Introductie

Bedankt voor het aanschaffen van de stepper van Hulser®.

De Hulser® stepper met weerstandskabels is ontworpen om sporters te helpen bij het verbeteren van de algehele conditie, terwijl tegelijkertijd de spieren worden versterkt.

Deze gebruikshandleiding biedt instructies voor het gebruik van de Hulser® stepper. Zorg ervoor dat u deze gebruikshandleiding zorgvuldig leest voordat u de stepper gebruikt om ervoor te zorgen dat u het maximale uit uw training haalt en de stepper op de juiste manier gebruikt.

We adviseren u beleeft om voorafgaand aan het gebruik van deze stepper uw spieren op te warmen om letsel te voorkomen. Het opwarmen van de spieren is een belangrijk onderdeel van een veilige en effectieve training en kan helpen om blessures te voorkomen.

We wensen u veel succes en plezier bij het gebruik van de Hulser® stepper.

Veiligheid

Waarschuwingen

- Controleer het product voordat u deze gebruikt op eventuele beschadigingen, loszittende onderdelen of defecten en vervang de uitrusting indien nodig.
- Bedien of gebruik het product niet als het beschadigd is of niet naar behoren functioneert.
- Raadpleeg een deskundige voordat u begint met het gebruik van het product om het trainingsniveau te bepalen dat voor u geschikt is.
- Gebruik het product alleen voor de beoogde sportactiviteiten.
- Dit product is voor thuisgebruik. Vermijd het gebruik ervan op gladde of oneffen ondergronden.

- Draag geschikte kleding en schoenen die passen bij de sportactiviteit die u beoefent en vermijd het dragen van sieraden die in de uitrusting kunnen blijven hangen.
- Gebruik het product alleen als u volwassen en in goede fysieke conditie bent.
- Stop de training en raadpleeg onmiddellijk een arts als u zich niet goed voelt.
- Personen met een handicap moeten medische goedkeuring hebben en begeleiding krijgen bij gebruik van dit product.
- Let op de directe omgeving bij het uitvoeren van oefeningen. Verwijder eventuele obstakels in uw nabijheid en voorkom gevaarlijke situaties.
- Houd kinderen en huisdieren te allen tijde uit de buurt van de stepper.
- Dit product mag door maximaal één persoon tegelijk worden gebruikt.
- Steek geen lichaamsdelen of voorwerpen in openingen van het product.
- Voorkom overmatige spanning op de weerstandskabels.
- Leg altijd de meegeleverde antislip mat onder de stepper tijdens uw trainingen.
- Overschrijd het maximale gebruikersgewicht van 120 kg niet.
- Houd het plastic verpakkingsmateriaal uit de buurt van baby's en kinderen om verstikkingsgevaar te voorkomen.
- Zorg dat de gebruikshandleiding –of een kopie ervan– in bezit is van de eindgebruiker.

Wees u bewust van de risico's die gepaard gaan met sportactiviteiten. Het gebruik van dit product is op eigen risico van de gebruiker en Needs Retail aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor persoonlijk schade of letsel veroorzaakt door gebruik van dit product.

Om veiligheidsrisico's te minimaliseren is het van belang de instructies op te volgen zoals die in deze gebruikshandleiding worden vermeld. Raadpleeg een arts voordat u begint met trainen. Vooral als u een voorgeschiedenis heeft met gezondheidsproblemen.

Dit product is niet geschikt voor verhuur of gebruik in een commerciële of institutionele omgeving.

Productinformatie

Product details



1. Display

Het display geeft uw training weer op verschillende manieren: snelheid, stappen, verstreken tijd en verbrande calorieën.

2. Voetpedaal

De voetpedalen zijn voorzien van antislip ABS-materiaal. Dit biedt comfort en extra veiligheid. Ook maakt dit ze slijtvaster.

3. Weerstandskabels

Vergoot de intensiteit en variëteit van de training door middel van de weerstandskabels. Eenvoudig te bevestigen aan de bevestigingsogen. De weerstandskabels hebben een weerstand van ca. 10 kg.

4. Weerstandscilinder

Regelt de weerstand en zorgt zo voor de juiste spanning en beweging van de stepper.

5. Oscillerend blok

Bewegend deel dat dient om de op- en neerwaartse beweging van de pedalen te ondersteunen.

Het display

Het display van de stepper laat informatie zien over de voortgang en prestaties tijdens het gebruik van de stepper. Het display geeft de tijd, hoeveelheid stappen, calorieverbranding* en snelheid weer. Dit kan helpen bij het bijhouden van de voortgang. In onderstaande tabel staan de af te lezen trainingswaarde en hun betekenis:

Trainingswaarde	Betekenis
TIME	Verstreken tijd van 0 tot 99:59
REPS/MIN	Aantal stappen per minuut
COUNT	Aantal totale stappen
CALORIE	Aantal verbrande calorieën*
SCAN	Automatische afwisseling tussen weergave van bovenstaande waardes
Rode knop	Weergave wijzigen op display / reset

**Opmerking: Het is belangrijk op te merken dat de calorieënberekening een schatting is en daarom kan afwijken van de werkelijke waarden.*

Het display

De getallen die worden weergegeven op het display zijn voor betekenis van de trainingswaarde waar op dat moment het pijlsymbool naartoe wijst.

Het pijl symbool: ►

Op het moment dat de stepper voor een aantal seconden niet wordt gebruikt, zal er een stop symbool weergegeven worden en de voortgang op het display worden gepauzeerd.



Het stop symbool:

De voortgang op het display zal vervolgens worden hervat op het moment dat de stepper weer een volledige stap detecteert.

Wanneer u stopt met het gebruik van de stepper zal het display na ca. 4 minuten in stand-by modus gaan.

Om de trainingswaarden op het display te resetten dient u de rode knop voor ca. 4 seconden ingedrukt te houden.

Installatie

Om de stepper met weerstandskabels volledig te kunnen gebruiken dient u het display te activeren en de weerstandskabels te bevestigen.

Gebruiksaanwijzing display

Stap 1: Trek het display voorzichtig naar boven uit de metalen cilinder van de stepper. Aan de zijde van de voetpedalen zit een inkeping in het display. Hier kunt u eventueel gebruik van maken.

Let op: er zitten enkele draden bevestigd aan het display. Trek het display er dus rustig uit om lostrekken van de draden te voorkomen.

Stap 2: Verwijder het batterijlijpje uit het batterijcompartiment om het display te activeren.

Stap 3: Plaats het display in de juiste richting weer terug in de metalen cilinder van de stepper.

Gebruiksaanwijzing weerstandskabels

De weerstandskabels kunnen eenvoudig met de karabijnhaak bevestigd worden aan de daarvoor bestemde bevestigingsogen. Deze bevinden zich aan de voorzijde van de voetpedalen.

Extra demping

Het is mogelijk extra demping te creëren door de bijgeleverde vilten op de ronde stoppers aan de onderkant van het voetpedaal van de stepper te plaatsen.

- Bewaar de stepper en de weerstandskabels op een droge, goed geventileerde plaats. Voorkom dat de stepper en weerstandskabels worden blootgesteld aan direct zonlicht, hoge temperaturen of vochtige omstandigheden.

- Siliconenspray kan worden gebruikt om eventueel kraken en piepen van uw stepper te verhelpen. Breng het aan op de gemarkeerde plekken zoals afgebeeld op de afbeelding. Doe dit aan beide zijden om uw stepper soepel te houden.

- Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen bij het schoonmaken van de stepper en de weerstandskabels.



Overige informatie

Onderhoud

Het onderhoud van een stepper met weerstandskabels is relatief eenvoudig en vereist geen speciale vaardigheden. Hieronder volgen enkele aanwijzingen:

- Maak de stepper en weerstandskabels na elk gebruik schoon met een licht vochtige doek om zweet en vuil te verwijderen. Zorg ervoor dat u de stepper en weerstandskabels goed droogt voordat u ze opbergt.

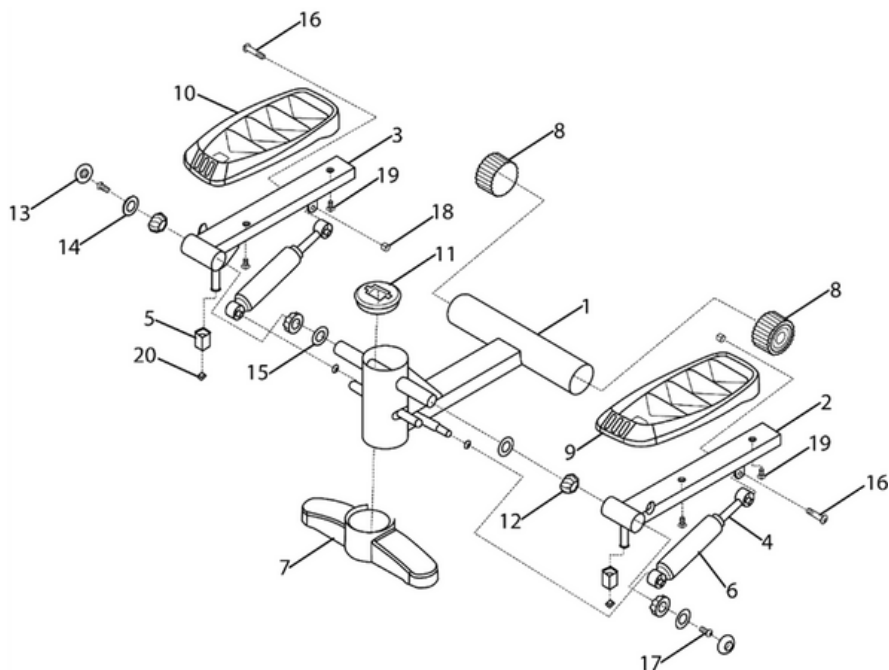
Probleemoplossing

Probleem	Oplossing
Het display geeft geen waarden weer.	1. Plaats de polen van de batterij in de juiste richting. 2. Vervang de batterij zoals beschreven op pagina 9 van deze handleiding. 3. Controleer of de connectiekabel goed vastzit in het display.
De stepper piept of kraakt.	Smeer de groen gemarkeerde plekken (afgebeeld op pagina 21) aan beide zijden in met siliconenspray

Technische specificaties

Specificatie	Waarde
Voeding display	AAA-batterij 1.5V
Gewicht - stepper	6.2 kg
Maximale gebruikersgewicht	120 kg
Weerstand type & niveau stepper	Type: Hydraulisch Niveau: 12 kg
Weerstandniveau - weerstandskabels	Ca. 10 kg
Waarde display	TIME, REPS/MIN, COUNT, CALORIE & SCAN
Garantie	1 jaar

Technische tekening



Onderdelen lijst

#	Omschrijving	Aantal
1	Hoofdframe	1
2	Pedaalframe (L)	1
3	Pedaalframe (R)	1
4	Weerstandszuiger	2
5	Oscillerend blok	2
6	Weerstandscilinder	2
7	Framestandaard	1
8	Framestandaard	2
9	Pedaal (L)	1
10	Pedaal (R)	1

#	Omschrijving	Aantal
11	Display	1
12	Busring	4
13	Afdekkap	2
14	Sluitring	1
15	Cilinderkop	1
16	Cilinderschroef 8 x 35 mm	1
17	Cilinderschroef 4 x 10 mm	1
18	Cilindermoer 8 mm	1
19	Cilinderschroef 6 x 20 mm	1
20	Beugel	1

Garantie & service

Garantie

De stepper met weerstandskabels van Hulser® wordt geleverd met een garantieperiode van 1 jaar vanaf de aankoopdatum. Tijdens deze periode zullen we, bij normaal gebruik, eventuele gebreken of defecten door productiefouten kosteloos repareren of vervangen. Deze garantie dekt echter geen slijtage door normaal gebruik of misbruik van de stepper en weerstandskabels.

Wij raden ten zeerste af om het product zelf te repareren in geval van defecten. Neem in plaats daarvan contact op met onze klantenservice om professionele ondersteuning te krijgen en eventuele garantievoorwaarden te behouden.

Om gebruik te maken van de garantie, dient u contact op te nemen met onze klantenservice en uw aankoopbewijs te tonen. Onze klantenservice zal u verder helpen met de procedure en het reparatieproces.

Service

We begrijpen dat uw stepper met weerstandskabels een belangrijk onderdeel is van uw fitnessroutine en dat eventuele problemen zo snel mogelijk moeten worden opgelost. Daarom bieden wij een uitgebreide service aan. Onze klantenservice is beschikbaar om uw vragen te beantwoorden en eventuele problemen op te lossen. U kunt contact met ons opnemen via ons mailadres: info@hulser.nl.

Onze medewerkers staan klaar om u te helpen.

Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch und befolgen Sie die Anweisungen genau, bevor Sie das Produkt verwenden.

Diese Anleitung ist in niederländischer Sprache verfasst und gilt als offizielle Version. Übersetzungen dienen zur Unterstützung; bei Abweichungen hat der niederländische Text Vorrang. Im Zweifelsfall konsultieren Sie bitte die niederländische Version.

Inhaltsübersicht

Allgemeine Informationen	8
Einführung	
Sicherheit	8-9
Warnungen	
Produktinformation	9-11
Produktdetails	
Das Display	
Installation	
Weitere Informationen	11-13
Wartung	
Fehlerbehebung	
Technische Zeichnung	
Teileliste	
Garantie & service	14

Allgemeine Informationen

Einführung

Vielen Dank für den Kauf des Hulser® Steppers.

Der Hulser® Stepper mit Widerstandskabeln wurde entwickelt, um Sportlern zu helfen, ihre allgemeine Fitness zu verbessern und gleichzeitig die Muskulatur zu stärken.

Dieses Benutzerhandbuch enthält Anweisungen für die Verwendung des Hulser® Steppers. Bitte lesen Sie dieses Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie den Stepper verwenden, um sicherzustellen, dass Sie das Beste aus Ihrem Training herausholen und den Stepper korrekt nutzen.

Wir empfehlen Ihnen höflich, Ihre Muskeln vor der Benutzung des Steppers aufzuwärmen, um Verletzungen zu vermeiden. Das Aufwärmen der Muskeln ist ein wichtiger Bestandteil eines sicheren und effektiven Trainings und kann helfen, Verletzungen vorzubeugen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Freude bei der Verwendung des Hulser® Steppers.

Sicherheit

Warnungen

- Überprüfen Sie das Produkt vor der Verwendung auf mögliche Beschädigungen, lose Teile oder Defekte und ersetzen Sie die Ausrüstung bei Bedarf.
- Bedienen oder verwenden Sie das Produkt nicht, wenn es beschädigt ist oder nicht ordnungsgemäß funktioniert.
- Konsultieren Sie vor der Verwendung des Produkts einen Fachmann, um das für Sie geeignete Trainingsniveau zu bestimmen.
- Verwenden Sie das Produkt ausschließlich für die vorgesehenen Sportaktivitäten.
- Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch vorgesehen. Vermeiden Sie die Verwendung auf glatten oder unebenen Untergründen.

- Tragen Sie geeignete Kleidung und Schuhe, die zur ausgeübten sportlichen Aktivität passen, und vermeiden Sie das Tragen von Schmuck, der sich in der Ausrüstung verfangen könnte.

- Verwenden Sie das Produkt nur, wenn Sie erwachsen und in guter körperlicher Verfassung sind.

- Beenden Sie das Training und konsultieren Sie sofort einen Arzt, wenn Sie sich unwohl fühlen.

- Personen mit Behinderung müssen eine medizinische Genehmigung haben und beim Gebrauch dieses Produkts betreut werden.

- Achten Sie auf Ihre unmittelbare Umgebung während der Übungen. Entfernen Sie mögliche Hindernisse in Ihrer Nähe und vermeiden Sie gefährliche Situationen.

- Halten Sie Kinder und Haustiere jederzeit von dem Stepper fern.

- Dieses Produkt darf nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.

- Stecken Sie keine Körperteile oder Gegenstände in die Öffnungen des Produkts.

- Vermeiden Sie übermäßige Spannung auf den Widerstandskabeln.

- Legen Sie bei Ihren Trainings immer die mitgelieferte rutschfeste Matte unter den Stepper.

- Überschreiten Sie nicht das maximale Benutzergewicht von 120 kg.

- Halten Sie das Kunststoffverpackungsmaterial von Babys und Kindern fern, um Erstickungsgefahr zu vermeiden.

- Stellen Sie sicher, dass das Benutzerhandbuch – oder eine Kopie davon – dem Endbenutzer zur Verfügung steht.

Seien Sie sich der Risiken bewusst, die mit sportlichen Aktivitäten verbunden sind. Die Verwendung dieses Produkts erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers, und Needs Retail übernimmt keinerlei Haftung für Personenschäden oder Verletzungen, die durch die Nutzung dieses Produkts entstehen.

Um Sicherheitsrisiken zu minimieren, ist es wichtig, die in diesem Benutzerhandbuch angegebenen Anweisungen zu befolgen. Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen, insbesondere wenn Sie in der Vergangenheit gesundheitliche Probleme hatten.

Dieses Produkt ist nicht für die Vermietung oder für die Nutzung in einer kommerziellen oder institutionellen Umgebung geeignet.

Produktinformation

Produktdetails



1. Display

Das Display zeigt Ihr Training auf verschiedene Weise an: Geschwindigkeit, Schritte, verstrichene Zeit und verbrannte Kalorien.

2. Fußpedal

Die Fußpedale sind mit rutschfestem ABS-Material ausgestattet. Dies bietet Komfort und zusätzliche Sicherheit. Außerdem macht es sie widerstandsfähiger gegen Abnutzung.

3. Widerstandskabel

Erhöhen Sie die Intensität und Vielfalt des Trainings mit den Widerstandskabeln. Einfach an den Befestigungsösen anzubringen. Die Widerstandskabel haben eine Zugkraft von ca. 10 kg.

4. Widerstandszyylinder

Reguliert den Widerstand und sorgt so für die richtige Spannung und Bewegung des Steppers.

5. Schwingblock

Bewegliches Teil, das die Auf- und Abwärtsbewegung der Pedale unterstützt.

Das Display

Das Display des Steppers zeigt Informationen über den Fortschritt und die Leistung während der Nutzung des Steppers an. Es zeigt die Zeit, die Anzahl der Schritte, den Kalorienverbrauch* und die Geschwindigkeit an. Dies kann helfen, den Fortschritt zu verfolgen. In der folgenden Tabelle sind die angezeigten Trainingswerte und ihre Bedeutung aufgeführt:

Trainingswert	Bedeutung
TIME	Verstrichene Zeit von 0 bis 99:59
REPS/MIN	Anzahl Schritte pro Minute
COUNT	Gesamte Schrittzahl
CALORIE	Anzahl der verbrannten Kalorien*
SCAN	Automatischer Wechsel zwischen der Anzeige der oben genannten Werte
Rote Taste	Anzeige ändern oder Display zurücksetzen

*Hinweis: Es ist wichtig zu beachten, dass die Kalorienberechnung eine Schätzung ist und daher von den tatsächlichen Werten abweichen kann.

Das Display

Die auf dem Display angezeigten Zahlen beziehen sich auf den Trainingswert, auf den das Pfeilsymbol in diesem Moment zeigt.

Das Pfeilsymbol: ►

Wenn der Stepper für einige Sekunden nicht verwendet wird, wird ein Stoppsymbol angezeigt und der Fortschritt auf dem Display pausiert.

Das Stoppsymbol:



Der Fortschritt auf dem Display wird fortgesetzt, sobald der Stepper wieder einen vollständigen Schritt erkennt.

Wenn Sie aufhören, den Stepper zu benutzen, wechselt das Display nach ca. 4 Minuten in den Standby-Modus.

Um die Trainingswerte auf dem Display zurückzusetzen, halten Sie die rote Taste ca. 4 Sekunden lang gedrückt.

Installation

Um den Stepper mit Widerstandskabeln vollständig nutzen zu können, müssen Sie das Display aktivieren und die Widerstandskabel befestigen.

Benutzeranleitung Display

Schritt 1: Ziehen Sie das Display vorsichtig nach oben aus dem Metallzylinder des Steppers. An der Seite der Fußpedale befindet sich eine Aussparung im Display, die Sie gegebenenfalls nutzen können.

Achtung: Es sind einige Drähte am Display befestigt. Ziehen Sie das Display daher vorsichtig heraus, um ein Abreißen der Drähte zu vermeiden.

Schritt 2: Entfernen Sie den Batteriestreifen aus dem Batteriefach, um das Display zu aktivieren.

Schritt 3: Setzen Sie das Display in die richtige Richtung zurück in den Metallzylinder des Steppers.

Benutzeranleitung Widerstandskabel

Die Widerstandskabel können einfach mit dem Karabinerhaken an den dafür vorgesehenen Befestigungsösen angebracht werden. Diese befinden sich an der Vorderseite der Fußpedale.

Zusätzliche Dämpfung

Es ist möglich, zusätzliche Dämpfung zu erzeugen, indem Sie die mitgelieferten Filzstücke auf die runden Stopper an der Unterseite des Fußpedals des Steppers legen.

Weitere Informationen

Wartung

Die Wartung eines Steppers mit Widerstandskabeln ist relativ einfach und erfordert keine speziellen Fähigkeiten. Im Folgenden finden Sie einige Hinweise:

- Reinigen Sie den Stepper und die Widerstandskabel nach jeder Benutzung mit einem leicht feuchten Tuch, um Schweiß und Schmutz zu entfernen. Stellen Sie sicher, dass der Stepper und die Widerstandskabel vollständig getrocknet sind, bevor Sie sie verstauen.
- Bewahren Sie den Stepper und die Widerstandskabel an einem trockenen, gut belüfteten Ort auf. Vermeiden Sie es, den Stepper und die Widerstandskabel direktem Sonnenlicht, hohen Temperaturen oder feuchten Bedingungen auszusetzen.
- Silikonspray kann verwendet werden, um eventuelles Knarren und Quietschen Ihres Steppers zu beheben. Tragen Sie es an den markierten Stellen auf, wie in der Abbildung gezeigt. Tun Sie dies auf beiden Seiten, um den Stepper geschmeidig zu halten.
- Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel zur Reinigung des Steppers und der Widerstandskabel.



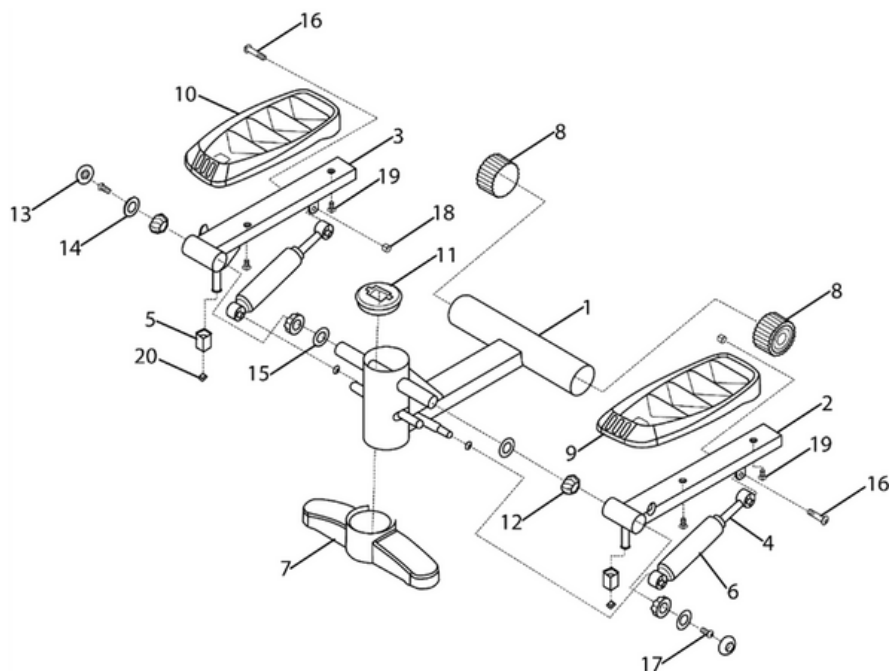
Technische Spezifikationen

Spezifikation	Wert
Stromversorgung Display	AAA-Batterie 1,5V
Gewicht - stepper	6.2 kg
Maximales Benutzergewicht	120 kg
Widerstandstyp & niveau Stepper	Typ: Hydraulisch Niveau: 12 kg
Widerstandsniveau - Widerstandskabel	Ca. 10 kg
Anzeigenwerte Display	TIME, REPS/MIN, COUNT, CALORIE & SCAN
Garantie	1 Jahr

Fehlerbehebung

Problem	Lösung
Das Display zeigt keine Werte an.	1. Setzen Sie die Pole der Batterie in die richtige Richtung. 2. Ersetzen Sie die Batterie, wie auf Seite 9 dieses Handbuchs beschrieben. 3. Überprüfen Sie, ob das Verbindungskabel fest im Display sitzt.
Der Stepper piept oder quietscht.	Fetten Sie die grün markierten Stellen (siehe Abbildung auf Seite 21) auf beiden Seiten mit Silikonspray ein.

Technische Zeichnung



Teilleiste

#	Beschreibung	Anzahl
1	Hauptrahmen	1
2	Pedalrahmen (L)	1
3	Pedalrahmen (R)	1
4	Widerstandskolben	2
5	Schwingblock	2
6	Widerstandszylinder	2
7	Rahmenständer	1
8	Rahmenständer	2
9	Pedal (L)	1
10	Pedal (R)	1

#	Beschreibung	Anzahl
11	Display	1
12	Buchsenring	4
13	Abdeckkappe	2
14	Sicherungsring	1
15	Zylinderkopf	1
16	Zylinderschraube 8 x 35 mm	1
17	Zylinderschraube 4 x 10 mm	1
18	Zylindermutter 8 mm	1
19	Zylinderschraube 6 x 20 mm	1
20	Bügel	1

Garantie & service

Garantie

Die Stepper mit Widerstandskabeln von Hulser® wird mit einer Garantiezeit von 1 Jahr ab Kaufdatum geliefert. Während dieses Zeitraums reparieren oder ersetzen wir bei normalem Gebrauch kostenlos eventuelle Mängel oder Defekte aufgrund von Produktionsfehlern. Diese Garantie deckt jedoch keine Abnutzung durch normalen Gebrauch oder unsachgemäßen Gebrauch des Steppers und der Widerstandskabel ab.

Wir raten dringend davon ab, das Produkt im Falle von Defekten selbst zu reparieren. Wenden Sie sich stattdessen an unseren Kundenservice, um professionelle Unterstützung zu erhalten und die Garantiebedingungen aufrechtzuerhalten.

Um die Garantie in Anspruch zu nehmen, müssen Sie sich an unseren Kundenservice wenden und Ihren Kaufbeleg vorlegen. Unser Kundenservice wird Ihnen bei der weiteren Vorgehensweise und dem Reparaturprozess behilflich sein.

Service

Wir verstehen, dass Ihr Stepper mit Widerstandskabeln ein wichtiger Bestandteil Ihrer Fitnessroutine ist und mögliche Probleme so schnell wie möglich gelöst werden müssen. Deshalb bieten wir einen umfassenden Service an. Unser Kundenservice steht Ihnen zur Verfügung, um Ihre Fragen zu beantworten und eventuelle Probleme zu lösen. Sie können uns unter folgender E-Mail-Adresse kontaktieren: info@hulser.nl.

Unsere Mitarbeiter stehen bereit, um Ihnen zu helfen.

Lisez d'abord ce manuel d'utilisation et suivez attentivement les instructions avant d'utiliser le produit.

Ce manuel est rédigé en néerlandais et constitue la version officielle. Les traductions sont fournies à titre d'assistance ; en cas de divergence, le texte néerlandais prévaut. En cas de doute, veuillez vous référer à la version néerlandaise.

Table des matières

Informations générales	15
Introduction	
Sécurité	15-16
Avertissements	
Informations sur le produit	16-18
Données du produit	
L'écran	
Installation	
Informations supplémentaires	18-20
Entretien	
Dépannage	
Schéma technique	
Liste des pièces	
Garantie & service	21

Informations générales

Introduction

Merci d'avoir acheté le stepper de Hulser®.

Le stepper Hulser® avec câbles de résistance est conçu pour aider les sportifs à améliorer leur condition physique globale tout en renforçant leurs muscles.

Ce manuel d'utilisation fournit des instructions pour l'utilisation du stepper Hulser®. Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le stepper afin de tirer le meilleur parti de votre entraînement et d'utiliser le stepper correctement.

Nous vous conseillons poliment de vous échauffer avant d'utiliser ce stepper afin d'éviter les blessures. L'échauffement des muscles est une partie essentielle d'un entraînement sûr et efficace et peut aider à prévenir les blessures.

Nous vous souhaitons beaucoup de succès et de plaisir avec le stepper Hulser®.

Sécurité

Avertissements

- Vérifiez le produit avant de l'utiliser pour détecter d'éventuels dommages, pièces desserrées ou défauts, et remplacez l'équipement si nécessaire.
- Ne manipulez ni n'utilisez le produit s'il est endommagé ou ne fonctionne pas correctement.
- Consultez un expert avant de commencer à utiliser le produit afin de déterminer le niveau d'entraînement qui vous convient.
- N'utilisez le produit que pour les activités sportives prévues.
- Ce produit est destiné à un usage domestique. Évitez de l'utiliser sur des surfaces glissantes ou inégales.
- Portez des vêtements et des chaussures adaptés à l'activité sportive que vous pratiquez et évitez de porter des bijoux qui pourraient s'accrocher à l'équipement.

- N'utilisez le produit que si vous êtes adulte et en bonne condition physique.

- Arrêtez l'entraînement et consultez immédiatement un médecin si vous ne vous sentez pas bien.

- Les personnes en situation de handicap doivent avoir une autorisation médicale et être accompagnées lors de l'utilisation de ce produit.

- Faites attention à l'environnement immédiat lorsque vous effectuez des exercices. Retirez tout obstacle à proximité et évitez les situations dangereuses.

- Tenez les enfants et les animaux domestiques à l'écart du stepper en tout temps.

- Ce produit ne doit être utilisé que par une seule personne à la fois.

- Ne mettez pas de parties du corps ou d'objets dans les ouvertures du produit.

- Évitez une tension excessive sur les câbles de résistance.

- Placez toujours le tapis antidérapant fourni sous le stepper pendant vos entraînements.

- Ne dépassez pas le poids maximal autorisé de 120 kg.

- Gardez le matériel d'emballage en plastique hors de portée des bébés et des enfants pour éviter tout risque d'étouffement.

- Assurez-vous que le manuel d'utilisation – ou une copie de celui-ci – soit en possession de l'utilisateur final.

Soyez conscient des risques associés aux activités sportives. L'utilisation de ce produit se fait aux risques et périls de l'utilisateur, et Needs Retail décline toute responsabilité en cas de dommage personnel ou de blessure causé par l'utilisation de ce produit.

Pour minimiser les risques de sécurité, il est important de suivre les instructions mentionnées dans ce manuel d'utilisation. Consultez un médecin avant de commencer à vous entraîner, surtout si vous avez des antécédents de problèmes de santé.

Ce produit n'est pas destiné à la location ni à une utilisation dans un environnement commercial ou institutionnel.

Informations sur le produit

Données du produit



1. Écran

L'écran affiche votre entraînement de différentes manières : vitesse, nombre de pas, temps écoulé et calories brûlées.

2. Pédale

Les pédales sont équipées de matériel ABS antidérapant. Cela offre confort et sécurité supplémentaires, et les rend également plus résistantes à l'usure.

3. Câbles de résistance

Augmentez l'intensité et la variété de l'entraînement grâce aux câbles de résistance. Faciles à fixer aux œillets de fixation. Les câbles de résistance ont une résistance d'environ 10 kg.

4. Cylindre de résistance

Régule la résistance et assure la tension et le mouvement appropriés du stepper.

5. Bloc oscillant

Partie mobile servant à soutenir le mouvement de va-et-vient des pédales.

L'écran

L'écran du stepper affiche des informations sur la progression et les performances pendant l'utilisation du stepper. Il affiche le temps, le nombre de pas, la dépense calorique* et la vitesse. Cela peut aider à suivre les progrès. Le tableau ci-dessous présente les valeurs d'entraînement à lire et leur signification :

Valeur d'entraînement	Signification
TIME	Temps écoulé de 0 à 99:59
REPS/MIN	Nombre de pas par minute
COUNT	Nombre total de pas
CALORIE	Nombre de calories brûlées*
SCAN	Changement automatique entre l'affichage des valeurs ci-dessus
Bouton rouge	Changer l'affichage sur l'écran / réinitialiser

**Remarque: Il est important de noter que le calcul des calories est une estimation et peut donc différer des valeurs réelles.*

L'écran

Les chiffres affichés sur l'écran correspondent à la valeur d'entraînement vers laquelle pointe le symbole de la flèche à ce moment-là.

Le symbole de la flèche: ►

Lorsque le stepper n'est pas utilisé pendant quelques secondes, un symbole d'arrêt s'affichera et la progression sur l'écran sera mise en pause.



Le symbole d'arrêt :

La progression sur l'écran reprendra lorsque le stepper détectera à nouveau un pas complet.

Lorsque vous arrêtez d'utiliser le stepper, l'écran passera en mode veille après environ 4 minutes.

Pour réinitialiser les valeurs d'entraînement sur l'écran, maintenez le bouton rouge enfoncé pendant environ 4 secondes.

Installation

Pour utiliser pleinement le stepper avec câbles de résistance, vous devez activer l'écran et fixer les câbles de résistance.

Instructions d'utilisation de l'écran

Étape 1 : Tirez doucement l'écran vers le haut à partir du cylindre métallique du stepper. Du côté des pédales, il y a une encoche sur l'écran. Vous pouvez éventuellement l'utiliser.

Attention: Il y a quelques fils fixés à l'écran. Veuillez donc retirer l'écran lentement pour éviter de déconnecter les fils.

Étape 2: Retirez la languette de la pile du compartiment de la batterie pour activer l'écran.

Étape 3: Remplacez l'écran dans la bonne direction dans le cylindre métallique du stepper.

Instructions d'utilisation des câbles de résistance

Les câbles de résistance peuvent être facilement fixés à l'aide du mousqueton aux œillets de fixation prévus à cet effet, situés à l'avant des pédales.

Amortissement supplémentaire

Il est possible de créer un amortissement supplémentaire en plaçant les feutres fournis sur les butées rondes sous les pédales du stepper.

- Rangez le stepper et les câbles de résistance dans un endroit sec et bien ventilé. Évitez d'exposer le stepper et les câbles de résistance à la lumière directe du soleil, à des températures élevées ou à des conditions humides.

- Un spray silicone peut être utilisé pour éliminer les craquements et les grincements de votre stepper. Appliquez-le sur les zones marquées comme indiqué sur l'image. Faites-le des deux côtés pour maintenir votre stepper en douceur.

- N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs pour nettoyer le stepper et les câbles de résistance.



Informations supplémentaires

Entretien

L'entretien d'un stepper avec câbles de résistance est relativement simple et ne nécessite pas de compétences particulières. Voici quelques instructions :

- Nettoyez le stepper et les câbles de résistance après chaque utilisation avec un chiffon légèrement humide pour éliminer la sueur et la saleté. Assurez-vous de bien sécher le stepper et les câbles de résistance avant de les ranger.

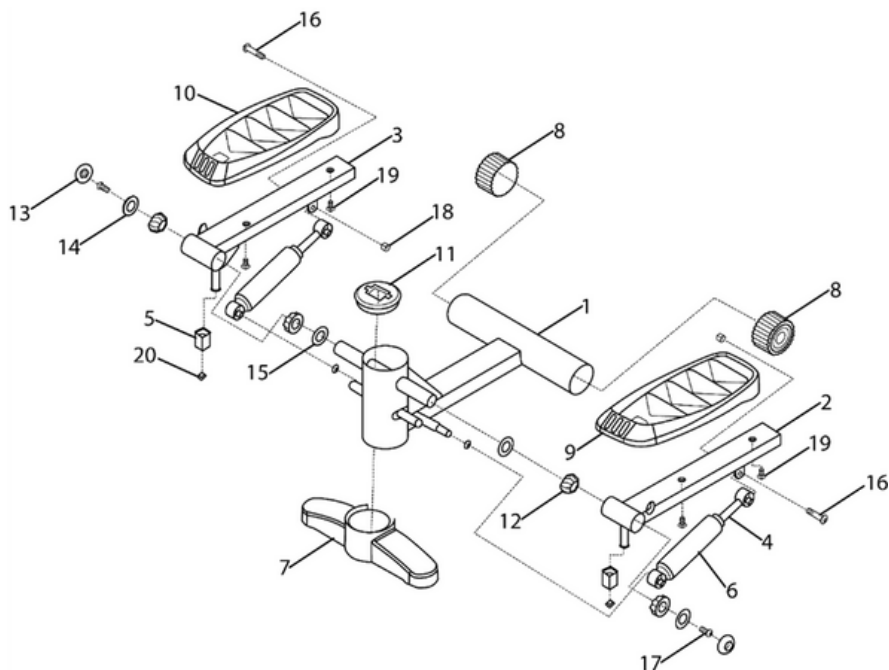
Dépannage

Problème	Solution
L'écran ne montre pas de valeurs.	1. Placez les pôles de la batterie dans la bonne direction. 2. Remplacez la batterie comme indiqué à la page 9 de ce manuel. 3. Vérifiez si le câble de connexion est correctement fixé à l'écran.
Le stepper émet des bips ou des craquements.	Lubrifiez les zones marquées en vert (illustrées à la page 21) des deux côtés avec un spray silicone.

Schéma technique

Spécifications	Valeur
Alimentation de l'affichage	Pile AAA 1.5V
Poids - stepper	6.2 kg
Poids maximal de l'utilisateur	120 kg
Type de résistance & niveau stepper	Type: Hydraulique Niveau: 12 kg
Niveau de résistance - câbles de résistance	Environ 10 kg
Valeur de l'affichage	TIME, REPS/MIN, COUNT, CALORIE & SCAN
Garantie	1 an

Schéma technique



Liste des pièces

#	Description	Quantité
1	Cadre principal	1
2	Cadre de pédale (G)	1
3	Cadre de pédale (D)	1
4	Vérin de résistance	2
5	Bloc oscillant	2
6	Cylindre de résistance	2
7	Support de cadre	1
8	Support de cadre	2
9	Pédale (G)	1
10	Pédale (D)	1

#	Description	Quantité
11	Écran	1
12	Bague d'entretoise	4
13	Capuchon de protection	2
14	Rondelle de serrage	1
15	Tête de cylindre	1
16	Vis cylindrique 8 x 35 mm	1
17	Vis cylindrique 4 x 10 mm	1
18	Écrou cylindrique 8 mm	1
19	Vis cylindrique 6 x 20 mm	1
20	Étrier	1

Garantie & service

Garantie

La steppeur avec câbles de résistance de Hulser® est accompagné d'une garantie de 1 an à compter de la date d'achat. Pendant cette période, nous réparerons ou remplacerons gratuitement tout défaut ou problème lié à des erreurs de fabrication, dans des conditions d'utilisation normales. Cependant, cette garantie ne couvre pas l'usure due à une utilisation normale ou une mauvaise utilisation du steppeur et des câbles de résistance.

Nous déconseillons fortement de réparer le produit vous-même en cas de défaut. Veuillez plutôt contacter notre service client pour obtenir une assistance professionnelle et préserver les conditions de garantie.

Pour bénéficier de la garantie, vous devez contacter notre service client et fournir une preuve d'achat. Notre service client vous guidera dans la procédure et le processus de réparation.

Service

Nous comprenons que votre steppeur avec câbles de résistance est un élément essentiel de votre routine de fitness et que tout problème doit être résolu le plus rapidement possible. C'est pourquoi nous offrons un service complet. Notre service client est disponible pour répondre à vos questions et résoudre d'éventuels problèmes. Vous pouvez nous contacter par e-mail à l'adresse suivante : info@hulser.nl.

Nos collaborateurs sont à votre disposition pour vous aider.

Copyright Hulser©

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze gebruiksaanwijzing mag worden gebruikt of gereproduceerd in welke vorm of op welke wijze dan ook zonder voorgaande schriftelijke toestemming van Needs Retail.

Hulser® - Merk van Needs Retail
Westwal 43, 5211DC
's-Hertogenbosch
Nederland
Info@hulser.nl