

  
Skandika

DE  
GB  
FR



Vidar

Art.Nr. SF-2840 / SF-2841

# Inhalt

- 03 Sicherheitshinweise
- 04 Aufbauanleitung
- 10 Explosionszeichnung
- 12 Teile-Liste
- 13 Computerbedienung
- 14 Verwendung von Apps
- 16 Reinigung & Pflege
- 17 Aufwärmen und Abwärmen
- 18 Garantiebedingungen



skandika.com/  
service

Cross-trainer	Importeur	MAX Trader GmbH
	Adresse	Wilhelm-Beckmann-Str. 19, D-45307 Essen
CE	Artikelnummer   Name	SF-284x   Crosstrainer Vidar
	Klasse	HC
	Standard	EN 20957
	<b>WARNUNG:</b> Lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung. Dieses Trainingsgerät ist nicht für Zwecke geeignet, für die eine hohe Genauigkeit erforderlich ist.	
Produktionsdatum		
2021                      2022                      2023		
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12		
	PO Nr.:	
	Max. Nutzergewicht	120 kg

Die Videos zum Auf- und Abbau sowie FAQ und die Anleitungen zum Download findest Du auf unserer Skandika Service Seite. Für weitere Informationen kannst Du einfach unsere Website besuchen [www.skandika.com](http://www.skandika.com)

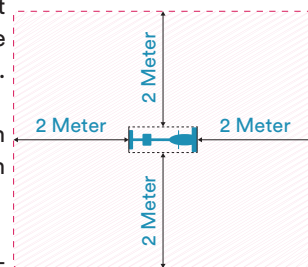


## WARNUNG

Um die Verletzungsgefahr zu reduzieren, muss diese Anleitung vor dem Gebrauch vollständig gelesen und verstanden werden! Dieses Gerät ist ausschließlich für den Heimgebrauch in Übereinstimmung mit den Anweisungen in dieser Anleitung vorgesehen. Lesen Sie die Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie die Gebrauchsanleitung für die weitere Nutzung auf.

## WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

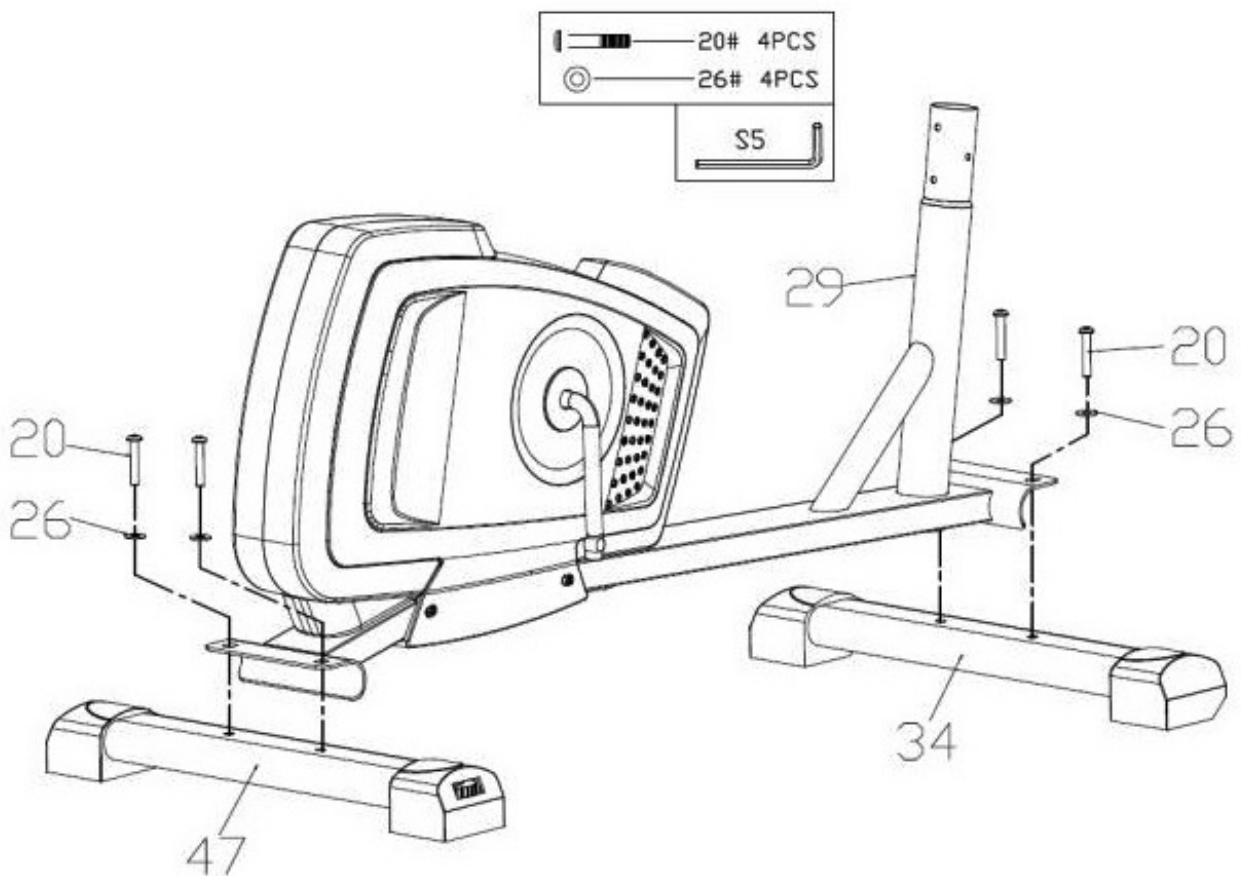
1. Verwenden Sie das Gerät nur in geschlossenen Räumen!
2. Stellen Sie das Gerät zum Gebrauch auf eine feste und ebene Bodenfläche. Benutzen Sie einen Bodenschutz, um Spuren durch die Gerätefüße zu vermeiden.
3. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie das Gerät anheben oder bewegen. Achten Sie auf die richtige Hebetechnik und suchen Sie sich Unterstützung.
4. Benutzen Sie das Gerät nur in trockener, temperierter Umgebung. Lagern Sie das Gerät nicht in extrem kalter, heißer oder feuchter Umgebung.
5. Reinigung und Benutzer-Wartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.
6. Bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, kontaktieren Sie Ihren Arzt um herauszufinden, ob medizinische oder physische Gegebenheiten existieren, die einem Training mit diesem Gerät entgegenstehen bzw. die Ihre Gesundheit oder Sicherheit gefährden könnten. Der Ratschlag Ihres Arztes ist unbedingt notwendig, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen.
7. Ihre Gesundheit kann durch falsches oder übermäßiges Training beeinträchtigt werden. Kontaktieren Sie immer einen Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen. Sollten Sie Schwindel, Übelkeit, Brustschmerzen oder andere unnormale Symptome feststellen, STOPPEN Sie sofort das Training und konsultieren Sie einen Arzt.
8. Halten Sie Kinder und Tiere fern von diesem Gerät. Dieses Gerät ist ausschließlich für den Gebrauch durch Erwachsene geeignet.
9. Lassen Sie Kinder niemals unbeaufsichtigt allein in einem Raum mit dem Gerät.
10. Montieren Sie das Gerät für einen sicheren Gebrauch nur nach den Aufbauanweisungen in dieser Anleitung. Wenn Sie das Gerät weitergeben, geben Sie auch diese Anleitung weiter und informieren Sie den Benutzer über den sicheren Gebrauch des Geräts.
11. Bevor Sie das Gerät benutzen, prüfen Sie alle Schrauben und Muttern auf korrekten Sitz. Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es in regelmäßigen Abständen auf Schäden bzw. Anzeichen von Abnutzung untersucht wird.
12. Benutzen Sie das Gerät niemals, wenn es beschädigt ist, achten Sie dabei besonders auf verschleißanfällige Teile wie z. B. die Bremse, den Sattel etc.
13. Platzieren Sie keine Objekte oder Finger im Bewegungsreich beweglicher Teile des Gerätes. Beachten Sie bei der Einstellung von verstellbaren Teilen auf die richtige Position bzw. die markierte, maximale Einstellposition.
14. Wischen Sie eventuelle Schweißspuren sofort nach dem Training ab, um zu vermeiden, dass dieser mit empfindlichen Teilen am Gerät korrodiert oder diese anderweitig beschädigt.
15. Steigern Sie das Tempo und die Trainingsdauer nur allmählich.
16. Das Gerät der Klasse HC darf immer nur von einer Person benutzt werden (max. Gewichtsbelastung = 120 kg).
17. Benutzen Sie das Gerät nicht direkt nach Mahlzeiten oder Getränken.
18. Dieses Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet und darf nur in der in dieser Anleitung beschriebenen Art und Weise benutzt werden.
19. Im Falle von Störungen reparieren Sie das Gerät nicht selbst. Lassen Sie Reparaturen nur von autorisierten Servicestellen durchführen. Es ist empfehlenswert, alle beweglichen Teile regelmäßig leicht zu schmieren, damit die Funktionalität erhalten bleibt.
20. Bitte trainieren Sie mit einem Freibereich von 2 Metern um das Gerät.
21. Tragen Sie immer Trainingskleidung und Schuhe, die für ein Fitnesstraining geeignet sind, wenn Sie auf dem Gerät trainieren. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese nicht aufgrund Ihrer Form (z. B. Länge) während des Trainings irgendwo hängen bleiben kann. Die Schuhe sollten passend zum Trainingsgerät gewählt werden, grundsätzlich dem Fuß einen festen Halt geben und eine rutschfeste Sohle besitzen.



Grundsätzlich sollten Sie vor der Aufnahme eines Trainings Ihren Arzt konsultieren. Er kann Ihnen konkrete Angaben machen, welche Belastungsintensität für Sie geeignet ist und Ihnen Tipps zum Training und zur Ernährung geben. Dies ist insbesondere wichtig für Menschen über 35 Jahre oder für Menschen mit bestehenden Gesundheitsproblemen.

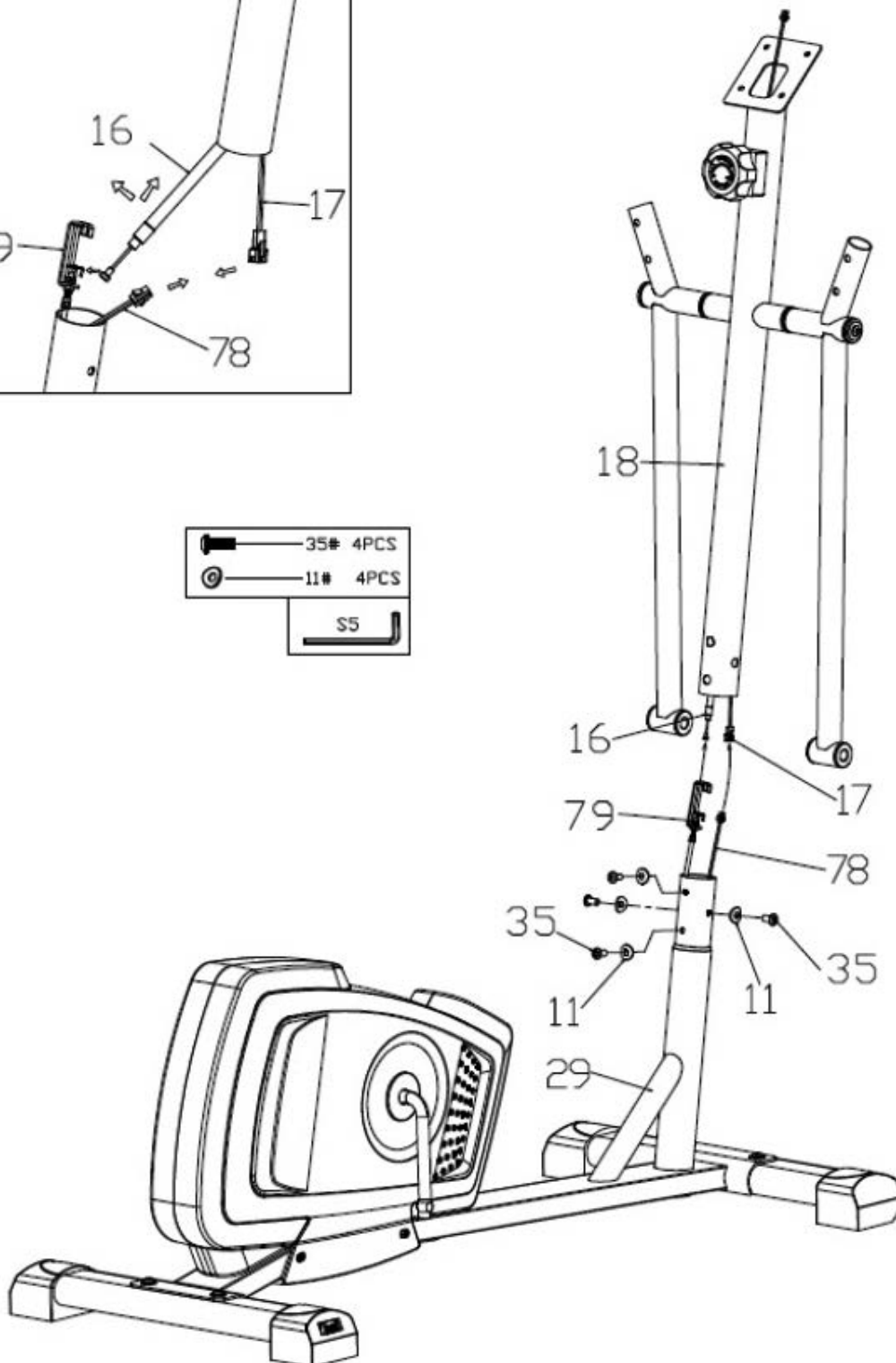
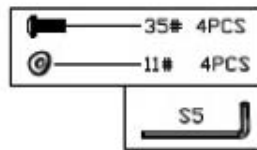
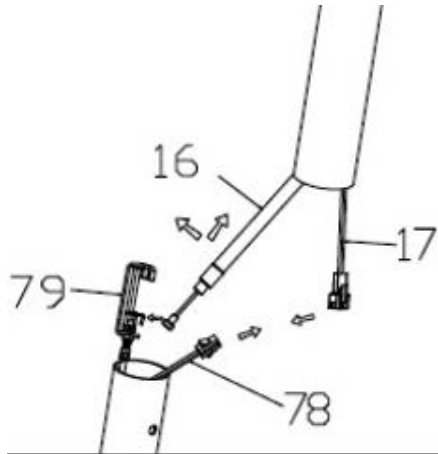
## SCHRITT 1: ANBRINGEN DER STANDFÜSSE

Zuerst bringen Sie den vorderen und hinteren Standfuß (34=vorn und 47=hinten) am Hauptrahmen (29) an. Hierzu werden je 2 Schrauben (20) und 2 Unterlegscheiben (26) benötigt, welche Sie zuerst aus den jeweiligen Standfüßen entfernen müssen. Ziehen Sie die Verbindungen gut fest. Mit Hilfe der Höheneinsteller am hinteren Standfuß (47) können und müssen evtl. Bodenunebenheiten ausgeglichen werden. Sie drehen hierzu so lange an den Einstellern, bis das Gerät fest bzw. wackelfrei auf dem Boden steht. Der vordere Standfuß (34) ist mit Transportrollen versehen, auf denen Sie das Gerät leichter von Ort zu Ort bewegen können (Achtung: Zum Schutz des Bodens evtl. eine Unterlage unterlegen!).



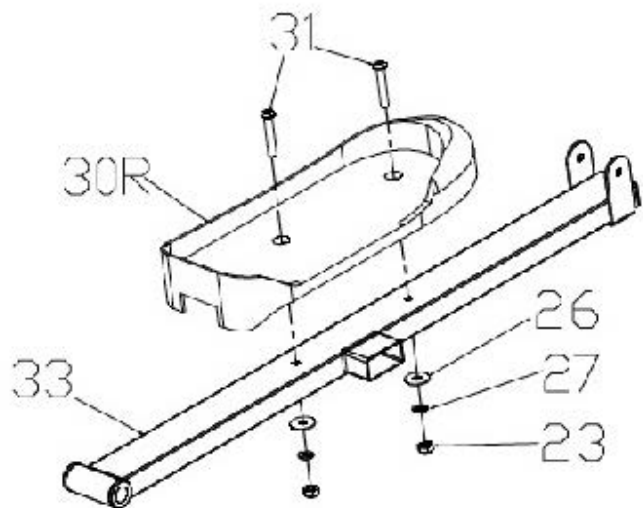
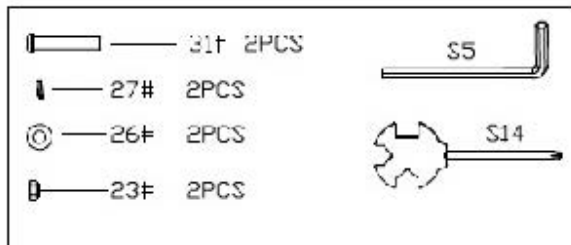
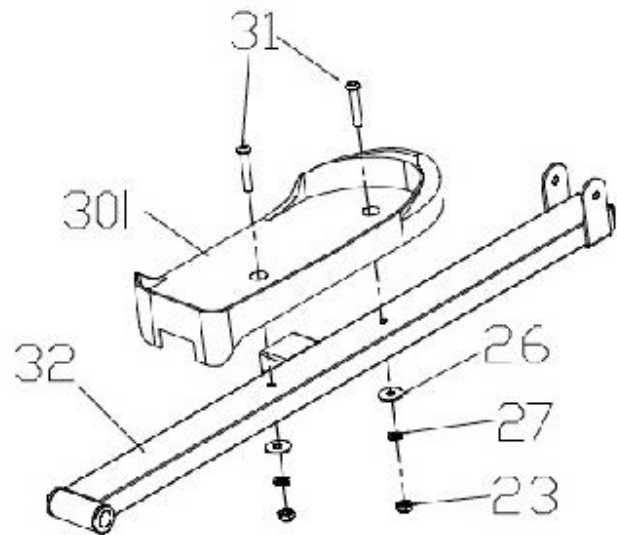
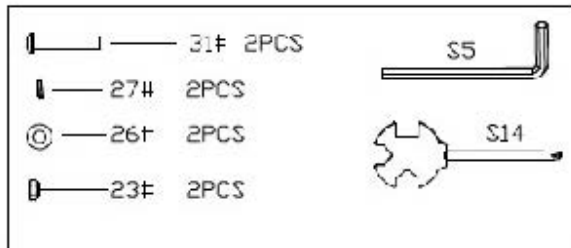
## SCHRITT 2: MONTAGE DER GRIFFSTÜTZE

Lösen Sie die Schrauben (35) und Wellscheiben (11) aus dem Hauptrahmen (29). Drehen Sie den Widerstandseinsteller (16) auf die leichteste Stufe und verbinden Sie das Widerstandskabel-Oberteil (16) mit dem Widerstandskabel-Unterteil (79), sowie das Computerkabel-Oberteil (17) mit dem Computerkabel-Unterteil (78). Setzen Sie nun vorsichtig (ohne ein Kabel einzuklemmen) die Griffstütze (18) in den Hauptrahmen (29) ein und befestigen Sie sie mit den Schrauben (35) und Wellscheiben (11).



### SCHRITT 3: TRITTFLÄCHENMONTAGE

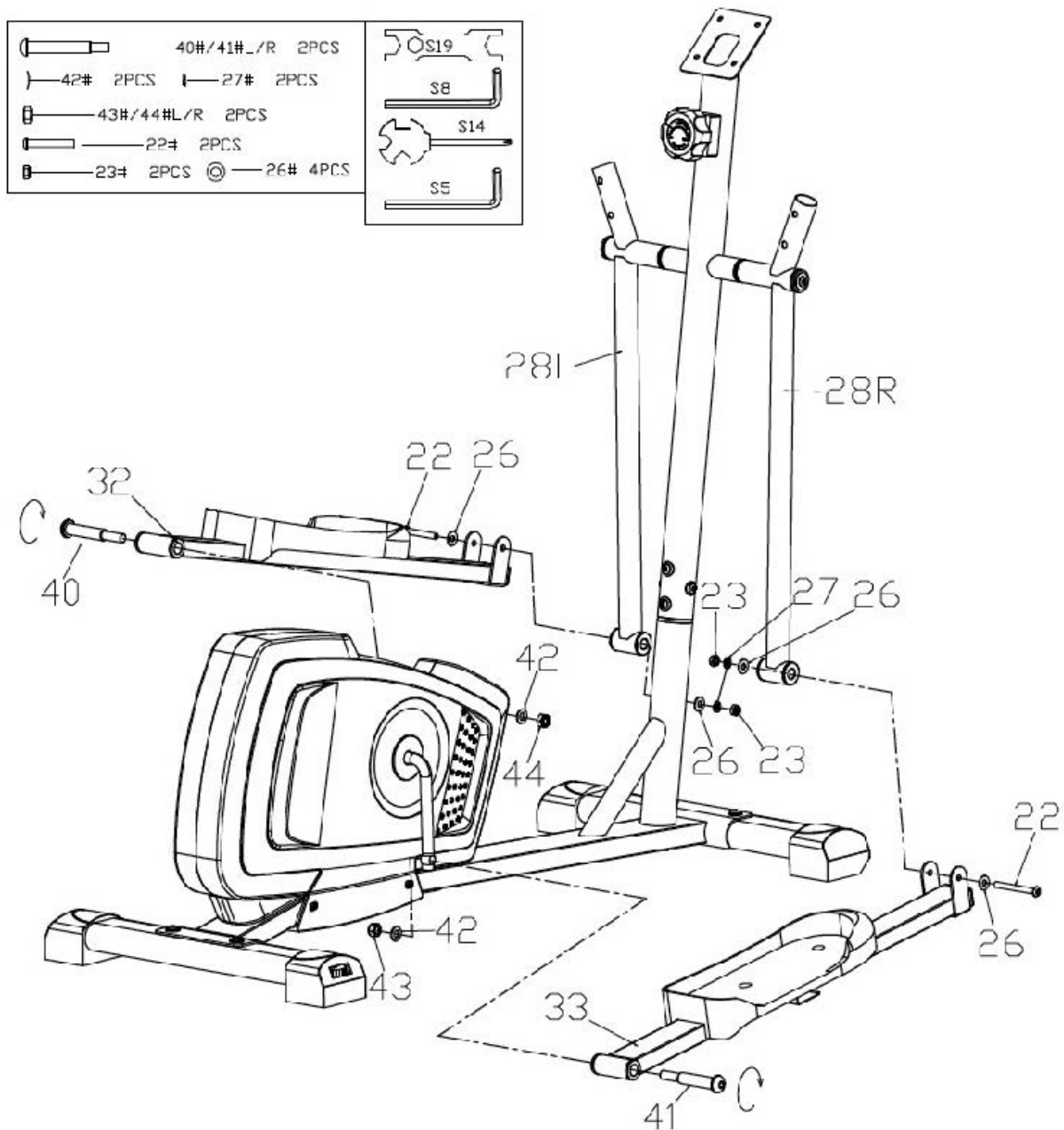
Befestigen Sie die linke und rechte Trittfläche (30L/R) jeweils mit den Schrauben (31), Federscheiben (27), Unterscheiben (26) und Muttern (23) an der Trittflächenstrebe (32 bzw. 33) wie abgebildet.



## SCHRITT 4: SCHWUNGSTANGENMONTAGE (UNTERER TEIL)

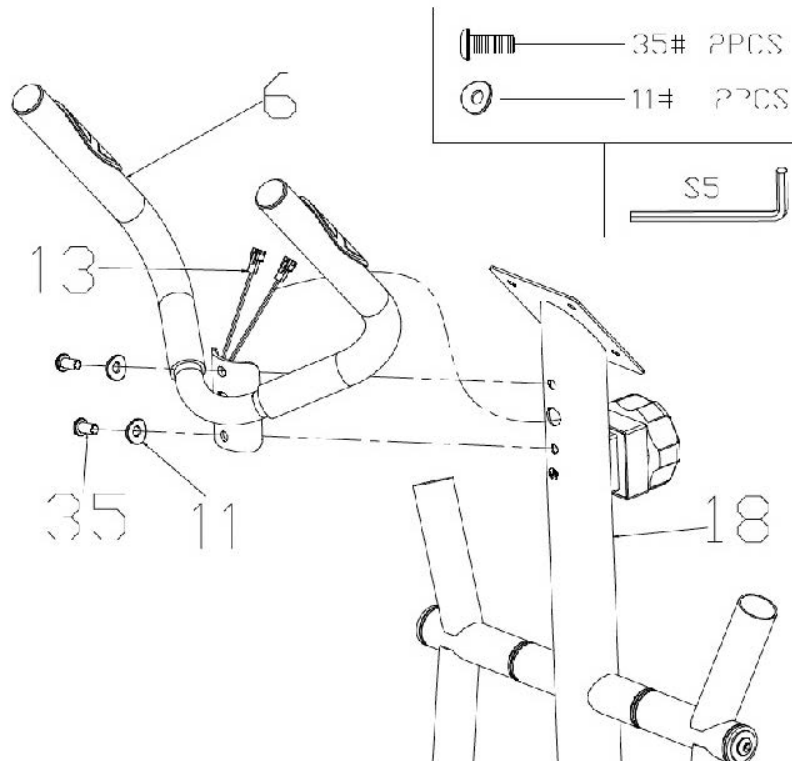
Entfernen Sie die Schrauben (40 & 41), Federscheiben (42), Muttern (43 & 44), sowie die Schrauben (22), Muttern (23), Unterlegscheiben (26) und Wellscheiben (27) aus den Trittfächenstreben (32 bzw. 33).

Montieren Sie die rechte (32) und linke (33) Trittfächenstrebe mit den Schrauben (40 & 41), Federscheiben (42) und Muttern (43 & 44) wie abgebildet am Hauptrahmen (29). Anschließend wird die Vorderseite der Trittfächenstreben (32 bzw. 33) mit den beiden unteren Schwungstangenenden (28L & 28R) verbunden. Hierzu benötigen Sie die Schrauben (22), Muttern (23), Unterlegscheiben (26) und Wellscheiben (27).



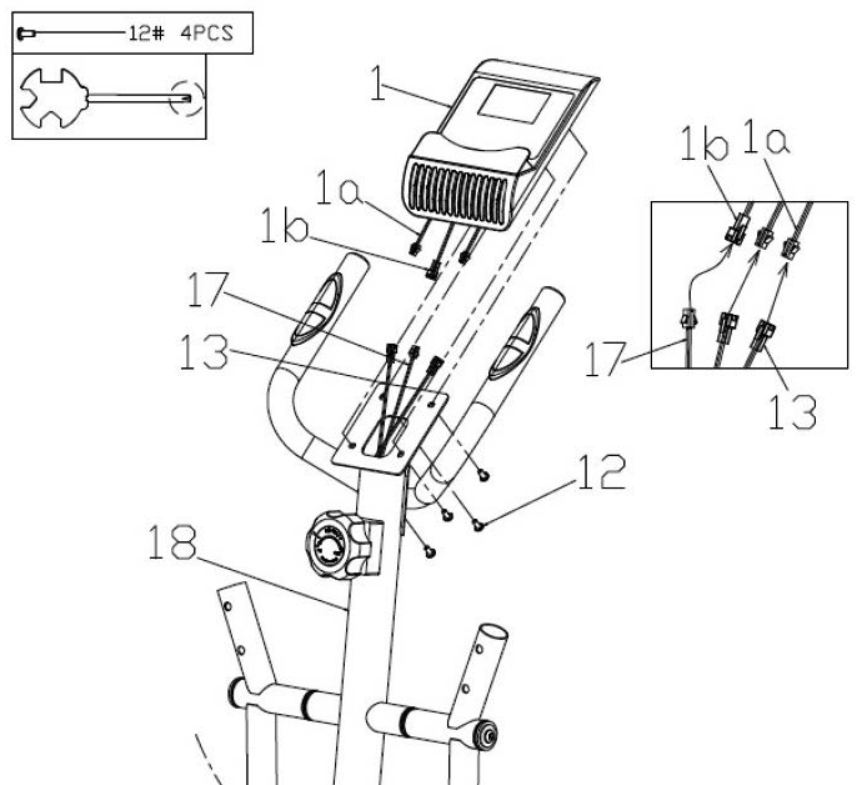
## SCHRITT 5: HANDGRIFFMONTAGE

Entfernen Sie zunächst die Schrauben (35) und Welleisen (11) aus der Griffstütze (18). Führen Sie die Puls kabel (13) durch die größte Bohrung der Griffstütze (18) und nach oben durch die Öffnung. Befestigen Sie dann den Handgriff (6) mit den Schrauben (35) und Welleisen (11) an der Griffstütze (18). Achten Sie darauf, kein Kabel einzuklemmen!



## SCHRITT 6: COMPUTERMONTAGE

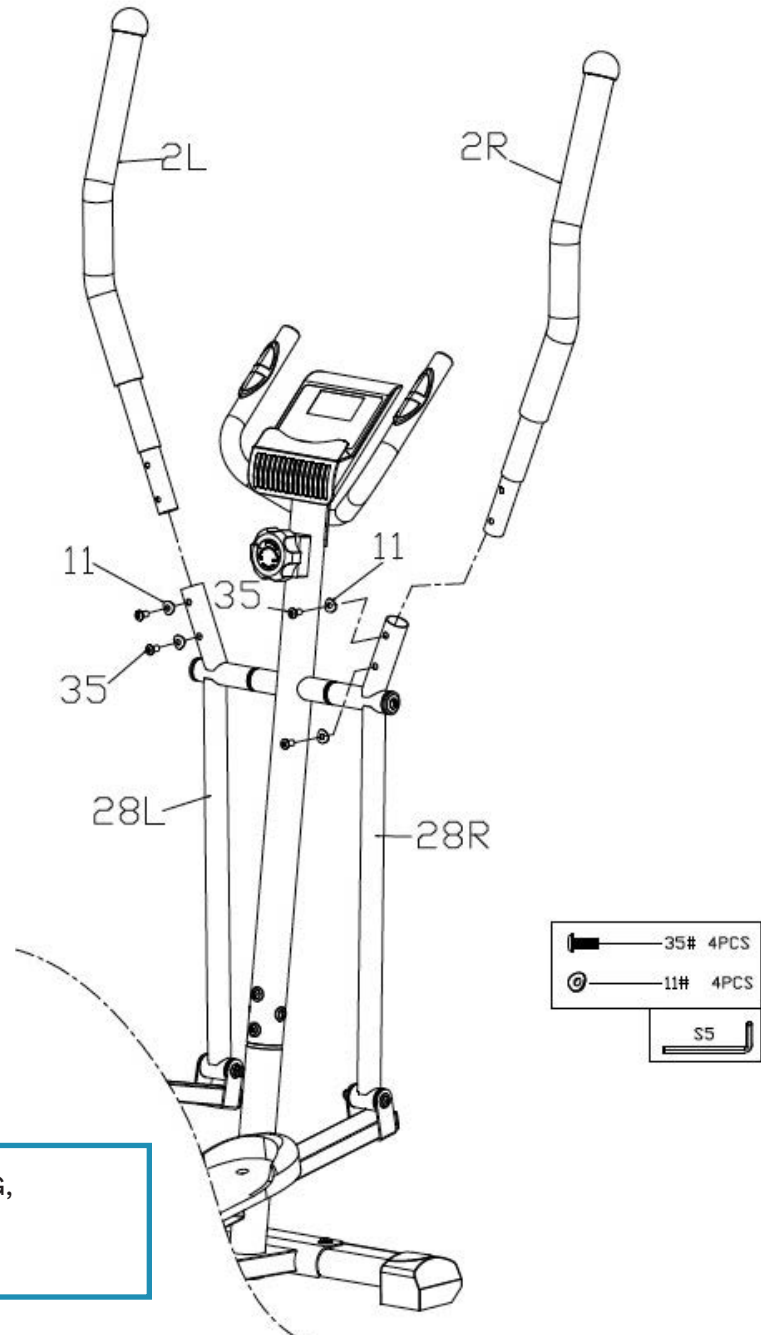
Verbinden Sie das Sensorkabel (17) und die Puls kabel (13) mit den entsprechenden Anschlüssen (1a/1b) am Computer (1). Montieren Sie dann den Computer (1) mit 4 Schrauben (12) oben auf der Halterung der Griffstütze (18).



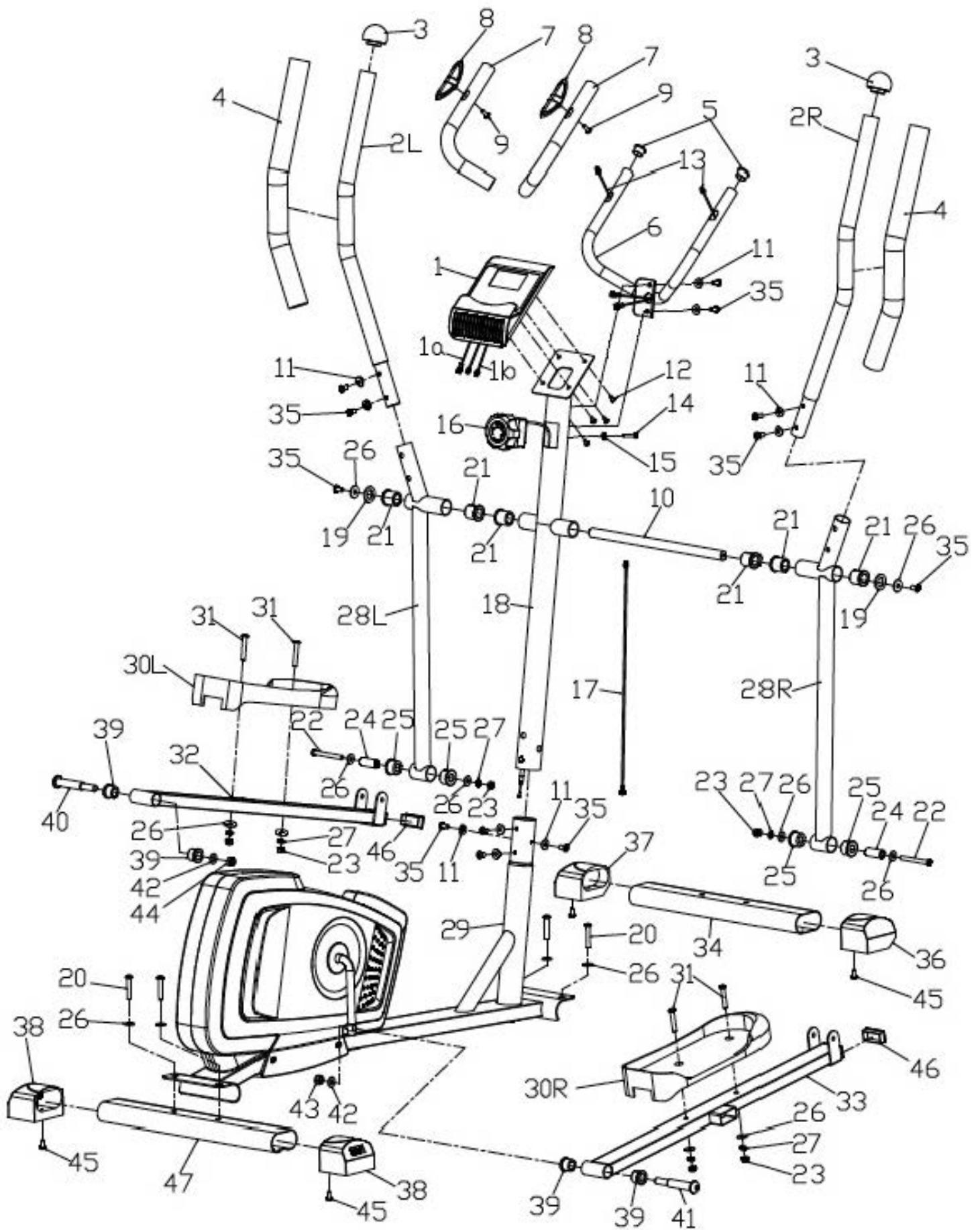


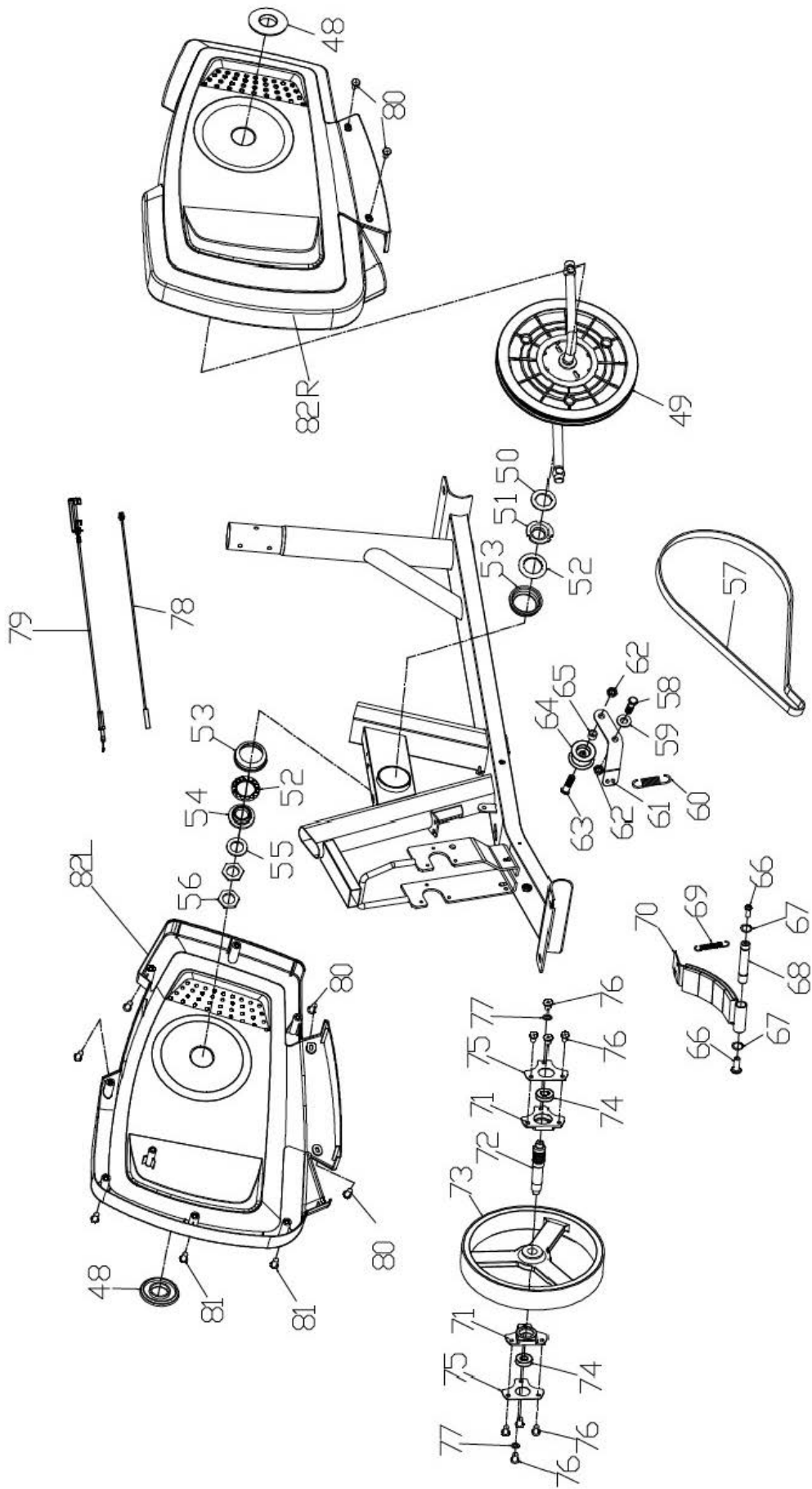
## SCHRITT 7: SCHWUNGSTANGENMONTAGE (OBERER TEIL)

Entfernen Sie die Schrauben (35) und Wellscheiben (11) aus den oberen Schwungstangen (2L & 2R).  
Setzen Sie dann die beiden oberen Schwungstangen (2L & 2R) in die beiden unteren Schwungstangenenden (28L & 28R) ein und befestigen Sie diese mit den Schrauben (35) und Wellscheiben (11).



PRÜFEN SIE VOR DER BENUTZUNG,  
OB ALLE SCHRAUBEN UND  
MUTTERN FESTGEZOGEN SIND!





Teil Nr.	Bezeichnung	Menge
1	Computer	1
2 L/R	Obere Schwungstange (L/R)	je 1
3	Rundkopf-Rohrstopfen	2
4	Schaumstoffgriff	2
5	Stopfen ø25	2
6	Handgriff	1
7	Schaumstoffgriff für Handgriff	2
8	Pulssensor	2
9	Schraube ST4,2x20	2
10	Achse	1
11	Wellscheibe D8	10
12	Schraube M5x10	4
13	Pulskabel	2
14	Schraube M5x40	1
15	Wellscheibe D5	1
16	Widerstandseinsteller inkl. Kabel	1
17	Sensorkabel (Oberteil)	1
18	Griffstütze	1
19	D-Form-Dichtung	2
20	Schraube M8x50	4
21	Buchse ø32xø30x28	6
22	Schraube M8x65	2
23	Mutter M8	6
24	Welle ø14xø8,5x60	2
25	Buchse ø32xø14x20	4
26	Unterlegscheibe D8xø24x1,5	14
27	Federscheibe D8	6
28 L/R	Untere Schwungstange (L/R)	je 1
29	Hauptrahmen	1
30 L/R	Trittfläche (L/R)	je 1
31	Schraube M8x45	4
32	Trittflächenstrebe, links	1
33	Trittflächenstrebe, rechts	1
34	Vorderer Standfuß	1
35	Schraube M8x16	1
36	Endkappe vorn, rechts	1
37	Endkappe vorn, links	1
38	Endkappe hinten	2
39	Buchse ø24xø16,1x20	4
40	Kurbelwellenschraube 1/2" L	1
41	Kurbelwellenschraube 1/2" R	1
42	Federscheibe 1/2"	2
43	Kurbelwellen-Kontermutter 1/2" R	1
44	Kurbelwellen-Kontermutter 1/2" L	1
45	Schraube ST4,2x16	4
46	Rohrstecker J50x25x1,5	2
47	Hinterer Standfuß	1
48	Abdeckung	2
49	Kurbel + Riemenscheibe	1
50	Unterlegscheibe	1

Teil Nr.	Bezeichnung	Menge
51	Rechte Flanschmutter	1
52	Kugellager	2
53	Kugellagerhalterung	2
54	Linke Flanschmutter	1
55	Verschlussstück	1
56	Mutter	2
57	Keilriemen	1
58	Schraube M10x1,25	1
59	Unterlegscheibe D10	1
60	Feder	1
61	Befestigungsplatte der Umlenkrolle	1
62	Mutter M10x1,25	2
63	Schraube M10x1,25	1
64	Führungsrolle	1
65	Abstandshalterhülse	1
66	Schraube M6x20	2
67	Feder D12	2
68	Magnetachse	1
69	Feder	1
70	Magnetplatte	1
71	Lagerblock	2
72	Schwungradachse	1
73	Schwungrad	1
74	Lager	2
75	Endkappe	2
76	Schraube M6x10	8
77	Unterlegscheibe D10	2
78	Sensorkabel (Unterteil)	1
79	Widerstandskabel-Unterteil	1
80	Schraube ST4,2x16	4
81	Schraube ST4,2x16	7
82 L/R	Schutzabdeckung (L/R)	je 1

## COMPUTERFUNKTIONEN

- **Scan:** Automatischer Anzeigewechsel aller Funktionswerte
  - **Time:** Anzeige der Trainingszeit von 0:00 - 99:59 Min.
  - **Speed:** Tempo von 0,0 - 999,9 km/h
  - **Distance:** Wegstrecke von 0,0 - 9999 km
  - **Calories:** Ca. Kalorienverbrauch von 0,0 - 9999 kcal
  - **Odo:** Gesamte Wegstrecke von 0,0 - 9999 km
  - **Pulse:** Pulsfrequenz von 40 - 240 Schläge/Minute.
- Für eine korrekte Anzeige stellen Sie bitte sicher, dass Sie die beiden Sensoren korrekt mit Ihren Handflächen umfassen. Es kann u.U. bis zu 2 Minuten dauern, bevor die Pulsfrequenz korrekt gemessen wird.

## BATTERIEN

Der Computer benötigt 2 Batterien des Typs AAA 1,5V.

## TASTEN UND BEDIENUNG

Der Computer wird sich bei Tastendruck oder Trainingsbeginn einschalten. Nach ca. 4 Minuten ohne Aktivität wird sich der Computer automatisch ausschalten.

**RESET:** Ein Zurücksetzen aller Werte (Reset) erfolgt, wenn Sie diese Taste für ca. 3 Sekunden gedrückt halten oder wenn die Batterien herausgenommen werden.

**MODE:** Mit dieser Taste können Sie die gewünschte Funktion auswählen, die angezeigt (oder vorgegeben) werden soll. Bei Auswahl von „Scan“ werden alle Funktionswerte im automatischen Durchlauf nacheinander angezeigt. Zur Verdeutlichung wird jeweils ein kleiner Pfeil angezeigt, der immer auf die gerade aktive Funktion deutet.

**SET:** Mit dieser Taste können Sie Zielwertvorgaben für die Zeit, die Wegstrecke oder die Kalorien tätigen. Eingeestellte Zielwerte laufen dann rückwärts (Countdown).

Hinweise:

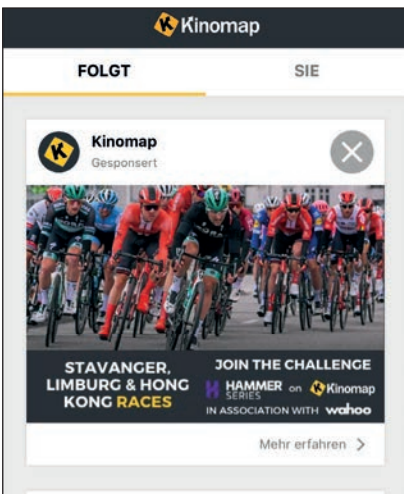
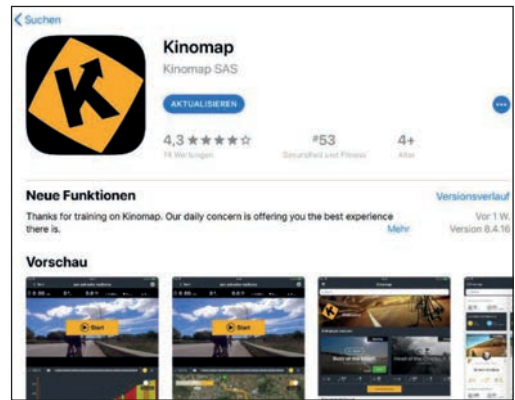
- Sollte die Computer-Anzeige keine Werte anzeigen, überprüfen Sie bitte sorgfältig alle Steckverbindungen auf einwandfreien Kontakt!
- Die mit diesem Computer ermittelten und angezeigten Werte für den Kalorienverbrauch dienen lediglich als Anhaltspunkt für eine Person mittlerer Statur bei mittlerer Widerstandseinstellung und können erheblich von dem tatsächlichen Kalorienverbrauch abweichen.
- Die mit diesem ungeeichten Computer ermittelten und angezeigten Werte für die Pulszahl dienen lediglich der Orientierung und können erheblich vom tatsächlichen Puls abweichen.
- Dieser Computer wurde nach den entsprechenden zutreffenden EMV Normen getestet. Dennoch ist es möglich, dass die Anzeige, insbesondere durch elektrostatische Entladungen, gestört werden kann. Dies kann sich in einem ungewollten Reset oder in einer fehlerhaften Anzeige auswirken. In einem solchen Fall müssen Sie lediglich den Computer neu starten (aus- bzw. wieder einschalten).



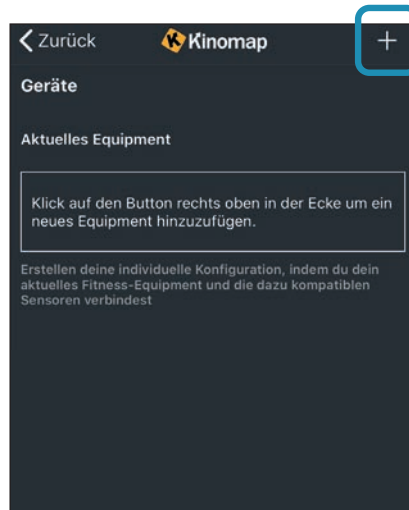
## KINOMAP

Die kostenlose Kinomap App verhilft Ihnen zu einem kraftvollen Training, das Spaß macht! Wählen Sie eines von den Videos der Kinomap und legen Sie los. Ihre Position wird immer auf der Karte dargestellt. Laden Sie die Kinomap App im App Store oder Play Store herunter (dazu einfach den QR-Code einscannen) oder suchen Sie nach **Kinomap**.

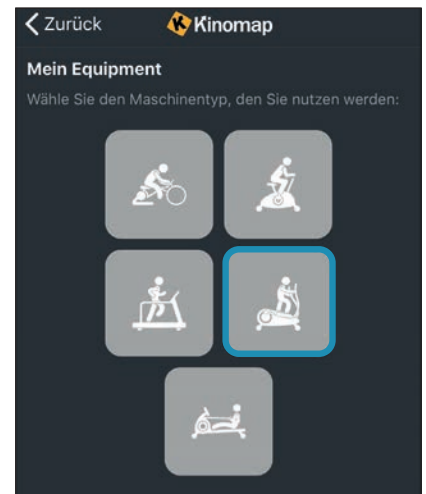
Installieren und öffnen Sie die App und melden Sie sich an bzw. registrieren Sie sich. Schalten Sie Bluetooth® ein. Fügen Sie nun das Trainingsgerät wie folgt hinzu:



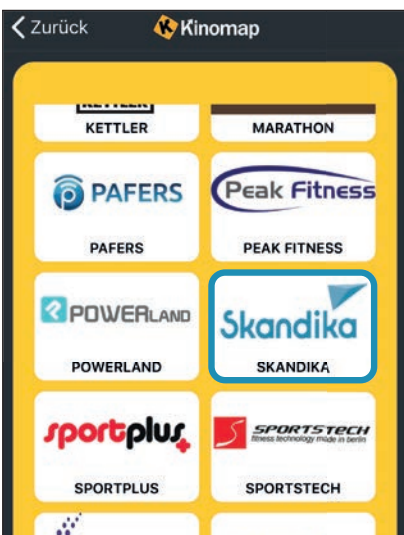
1. →



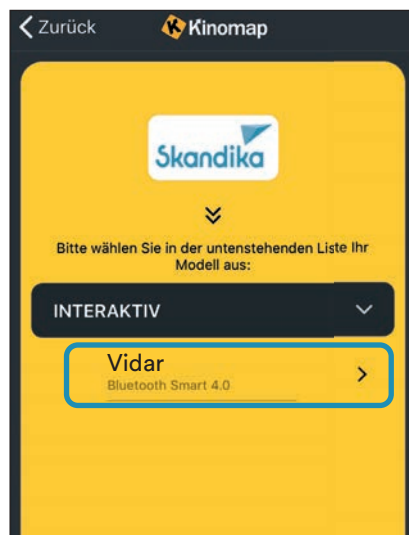
2. Auf „+“ tippen →



3. Crosstrainer →

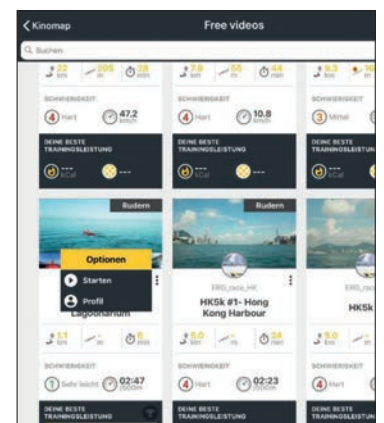


4. Skandika auswählen →



5. Das Gerät auswählen

Tippen Sie nun auf OK und kehren Sie zum Hauptmenü zurück. Sie können nun einen Kurs auswählen (je nach Art Ihres KinoMap-Kontos). Drücken Sie auf Start und beginnen Sie mit dem Training!

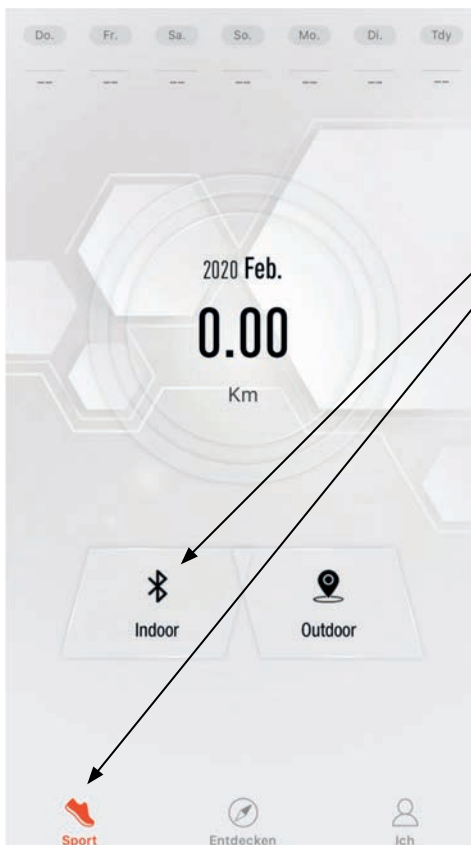


## FITSHOW

Aktivieren Sie Bluetooth® auf ihrem Mobilgerät, laden Sie die App herunter und installieren Sie diese auf Ihrem iOS- oder Android-Gerät. Sie können diese über die App-Suchfunktion Ihres Gerätes finden.

Nach erfolgreicher Installation können Sie die App auf Ihrem Mobilgerät starten.

Um Trainingsdaten aufzeichnen zu können, müssen Sie sich in der App registrieren. Ein einfaches Training ohne dauerhafte Datenaufzeichnung ist allerdings auch ohne Registrierung möglich.

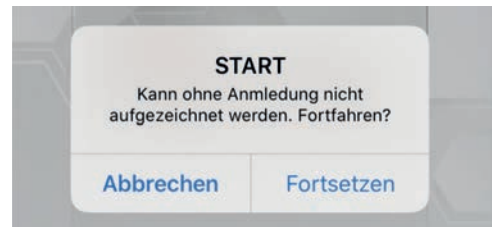


**1. Tippen Sie in der App auf „Sport“ und „Indoor“**



**2. Tippen Sie auf „Start“**

Sind Sie nicht registriert, erscheint ggf. die Meldung:



Bestätigen Sie durch Antippen von „Fortsetzen“. Nun können Sie mit dem Training beginnen und die entsprechenden Daten werden in der App angezeigt, während der Gerätecomputer lediglich das Bluetooth®-Symbol anzeigt.

Sollte der Trainingscomputer Ihres Gerätes nicht gefunden werden, prüfen Sie bitte, ob die Bluetooth®-Funktionen auf Gerätecomputer und Mobilgerät aktiviert sind.

Möchten Sie das Training beenden, tippen und halten Sie den roten STOPP-Knopf in der APP.

## ZWIFT

Ihr Gerätecomputer verfügt über eine Bluetooth®-Ausrüstung und ist kompatibel zu der App „ZWIFT“. Bitte beachten Sie hierzu die folgenden Hinweise. Laden Sie ZWIFT über folgende Quellen herunter und installieren Sie die App auf Ihrem Gerät (z. B. PC, Laptop oder Mobiltelefon):

Windows: <http://www.zwift.com/download/pc>

MAC: <http://www.zwift.com/download/mac>

GooglePlay: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zwift.zwiftgame>

Appstore: <https://itunes.apple.com/us/app/id1134655040?mt=8>



Nach der Installation folgen Sie bitte den Anweisungen der App. Um die Verbindung zum Computer des Trainingsgerätes herzustellen, wählen Sie das Gerät aus und bestätigen Sie mit „OK“.

Bei ZWIFT handelt es sich um einen Drittanbieter. Wir bieten Ihnen diese Konnektivität zusätzlich an, um Ihr Training noch interessanter zu gestalten. Eine dauerhafte Kompatibilität kann allerdings aufgrund möglicher Änderungen oder Aktualisierungen nicht dauerhaft gewährleistet werden. Sie müssen sich ggf. bei ZWIFT registrieren, um die App nutzen zu können. Die App beinhaltet teilweise kostenpflichtige Angebote.

## REINIGUNG UND PFLEGE

- Bevor Sie das Gerät reinigen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät ausgeschaltet ist. Lassen Sie das Gerät abkühlen.
- Das Gerät reinigen Sie nur mit einem leicht angefeuchteten Tuch. Verwenden Sie keinesfalls Bürsten, scharfe Reinigungsmittel, Benzin, Verdünner oder Alkohol. Reiben Sie das Gerät mit einem sauberen, weichen Tuch trocken.
- Tauchen Sie das Gerät zum Reinigen niemals in Wasser und achten Sie darauf, dass kein Wasser oder andere Flüssigkeit in das Gerät eindringt.
- Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es völlig getrocknet ist.



## AUFWÄRMEN und ABWÄRMEN

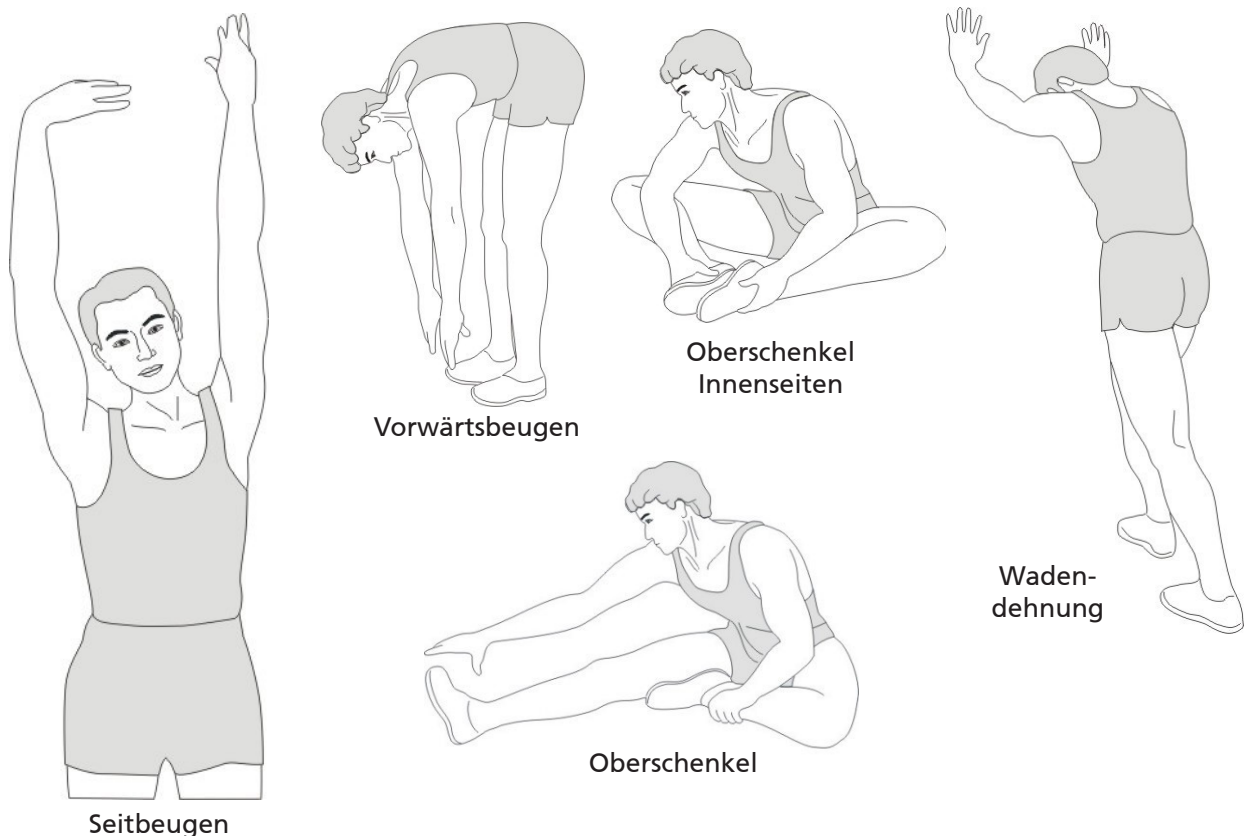
Ein erfolgreiches Trainingsprogramm besteht aus einer Aufwärmphase, einer Trainingsphase und dem Abkühlen (Abwärmen). Die Trainingshäufigkeit sollte für Anfänger bei 2- bis 3-mal die Woche angesetzt werden, immer mit mindestens einem Tag Pause zwischen den Trainingseinheiten. Nach einigen Monaten kann die Häufigkeit auf 4- bis 5-mal wöchentlich gesteigert werden.

### AUFWÄRMEN

Die Phase verbessert den Blutfluss und hilft der Muskulatur, richtig zu arbeiten. Durch Aufwärmen wird das Risiko eines Krampfes oder von Muskelverletzungen reduziert. Es ist empfehlenswert, einige Dehnungsübungen auszuführen, wie unten beschrieben. Jede Dehnung sollte für ca. 30 Sekunden gehalten werden, dabei sollte keine Gewalt oder zu starker Druck ausgeübt werden – treten Schmerzen auf, hören Sie auf! Aufwärmübungen können auch Gehen, Joggen, Hampelmänner, Seilsprüngeübungen oder das Laufen auf der Stelle beinhalten.

### STRETCHING

Die Muskulatur kann einfacher gedehnt werden, wenn sie warm ist. Dies reduziert das Verletzungsrisiko. Nicht nachfedern!



### ABWÄRMEN

Diese Phase dient dazu, Ihr kardiovaskuläres System und Ihre Muskeln wieder zu entspannen. Sie können z. B. das Tempo reduzieren und für 5 weitere Minuten trainieren. Wiederholen Sie dann die Dehnungsübungen aus der Aufwärmphase – denken Sie wieder daran, keine Gewalt oder zu starken Druck bei der Dehnung auszuüben.

## GARANTIEBEDINGUNGEN

Für unsere Geräte leisten wir Garantie gemäß nachstehenden Bedingungen:

- Wir beheben kostenlos nach Maßgabe der folgenden Bedingungen (Nummern 2-5) Schäden oder Mängel am Gerät, die nachweislich auf einen Fabrikationsfehler beruhen, wenn Sie uns unverzüglich nach Feststellung und innerhalb von 24 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 der Soll-Beschaffenheit, die für Wert und Gebrauchstauglichkeit des Gerätes unerheblich sind; durch Schäden aus chemischen und elektrochemischen Einwirkungen; durch Eindringen von Wasser sowie allgemein durch Schäden höherer Gewalt.
- Die Garantieleistung erfolgt in der Weise, dass mangelhafte Teile nach unserer Wahl unentgeltlich instand gesetzt 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.
- 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.
- Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist noch setzen sie eine neue Garantiefrist in Gang.
- Weitergehende oder andere Ansprüche, insbesondere auf Ersatz außerhalb des Gerätes entstandener Schäden, sind – soweit eine Haftung nicht zwingend gesetzlich angeordnet ist – ausgeschlossen.
- Unsere Garantiebedingungen, welche die Voraussetzungen und den Umfang unserer Geschäftsbedingungen beinhalten, lassen die vertraglichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers unberührt.
- Verschleißteile unterliegen nicht den Garantiebedingungen.
- Der Garantieanspruch erlischt bei nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch, insbesondere in Fitness-Studios, Rehabilitationszentren und Hotels. Selbst wenn die meisten unserer Geräte qualitativ für den professionellen Einsatz geeignet sind, erfordert dies gesonderter gemeinsamer Vereinbarungen.



### HINWEISE ZUM UMWELTSCHUTZ

Das Symbol des durchgestrichenen Mülleimers auf Batterien oder Akkumulatoren besagt, dass diese am Ende ihrer Lebensdauer nicht im Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sofern Batterien oder Akkumulatoren Quecksilber (Hg), Cadmium (Cd) oder Blei (Pb) enthalten, finden Sie das jeweilige chemische Zeichen unterhalb des Symbols des durchgestrichenen Mülleimers. Sie sind gesetzlich verpflichtet, alte Batterien und Akkumulatoren nach Gebrauch zurückzugeben. Sie können dies kostenfrei im Handelsgeschäft oder bei einer anderen Sammelstelle in Ihrer Nähe tun. Adressen geeigneter Sammelstellen können Sie von Ihrer Stadt- oder Kommunalverwaltung erhalten. Batterien können Stoffe enthalten, die schädlich für die Umwelt und die menschliche Gesundheit sind. Besondere Vorsicht ist aufgrund der besonderen Risiken beim Umgang mit lithiumhaltigen Batterien geboten. Durch die getrennte Sammlung und Verwertung von alten Batterien und Akkumulatoren sollen negative Auswirkungen auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit vermieden werden. Bitte vermeiden Sie die Entstehung von Abfällen aus alten Batterien soweit wie möglich, z. B. indem Sie Batterien mit längerer Lebensdauer oder aufladbare Batterien bevorzugen. Bitte vermeiden Sie die Vermüllung des öffentlichen Raums, indem Sie Batterien oder batteriehaltige Elektro- und Elektronikgeräte nicht achtlos liegenlassen. Bitte prüfen Sie Möglichkeiten, eine Batterie anstatt der Entsorgung einer Wiederverwendung zuzuführen, beispielsweise durch die Rekonditionierung oder die Instandsetzung der Batterie.

Im Zuge ständiger Produktverbesserungen behalten wir uns technische und gestalterische Änderungen vor.

Für Ersatzteile kontaktieren Sie bitte folgende E-Mail-Adresse: [service@skandika.de](mailto:service@skandika.de)  
Der Service erfolgt durch: **MAX Trader GmbH, Wilhelm-Beckmann-Straße 19, 45307 Essen, Deutschland**

# Contents

20	Safety precautions
21	Set-up instructions
27	Explosion drawing
29	Parts list
30	Computer operation
31	Use of apps
33	Cleaning & care
34	Warm-up and cool-down
35	Guarantee conditions



[skandika.com/  
service](https://www.skandika.com/service)

Cross-trainer	Importeur	MAX Trader GmbH											
	Adresse	Wilhelm-Beckmann-Str. 19, D-45307 Essen											
CE	Artikelnummer   Name	SF-284x   Crosstrainer Vidar											
	Klasse	HC											
	Standard	EN 20957											
	<b>WARNUNG:</b> Lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung. Dieses Trainingsgerät ist nicht für Zwecke geeignet, für die eine hohe Genauigkeit erforderlich ist.												
	Produktionsdatum												
	2021				2022				2023				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
	PO Nr.:												
	Max. Nutzergewicht	120 kg											

Please visit the Skandika Service portal on our website for setup & help videos, FAQs and downloadable instructions.

For more information about Skandika, simply visit our main page [www.skandika.com](https://www.skandika.com)

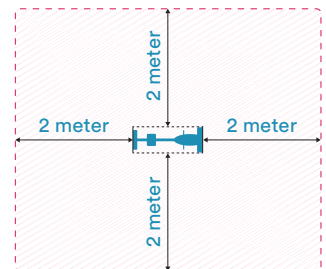


## WARNING

To reduce risk of injury, read and understand this instruction manual before using the device! This machine is intended for home use only in accordance with the instructions provided in this manual. Read the instruction manual carefully before using this device and keep the instruction manual for future use.

## SAFETY PRECAUTIONS

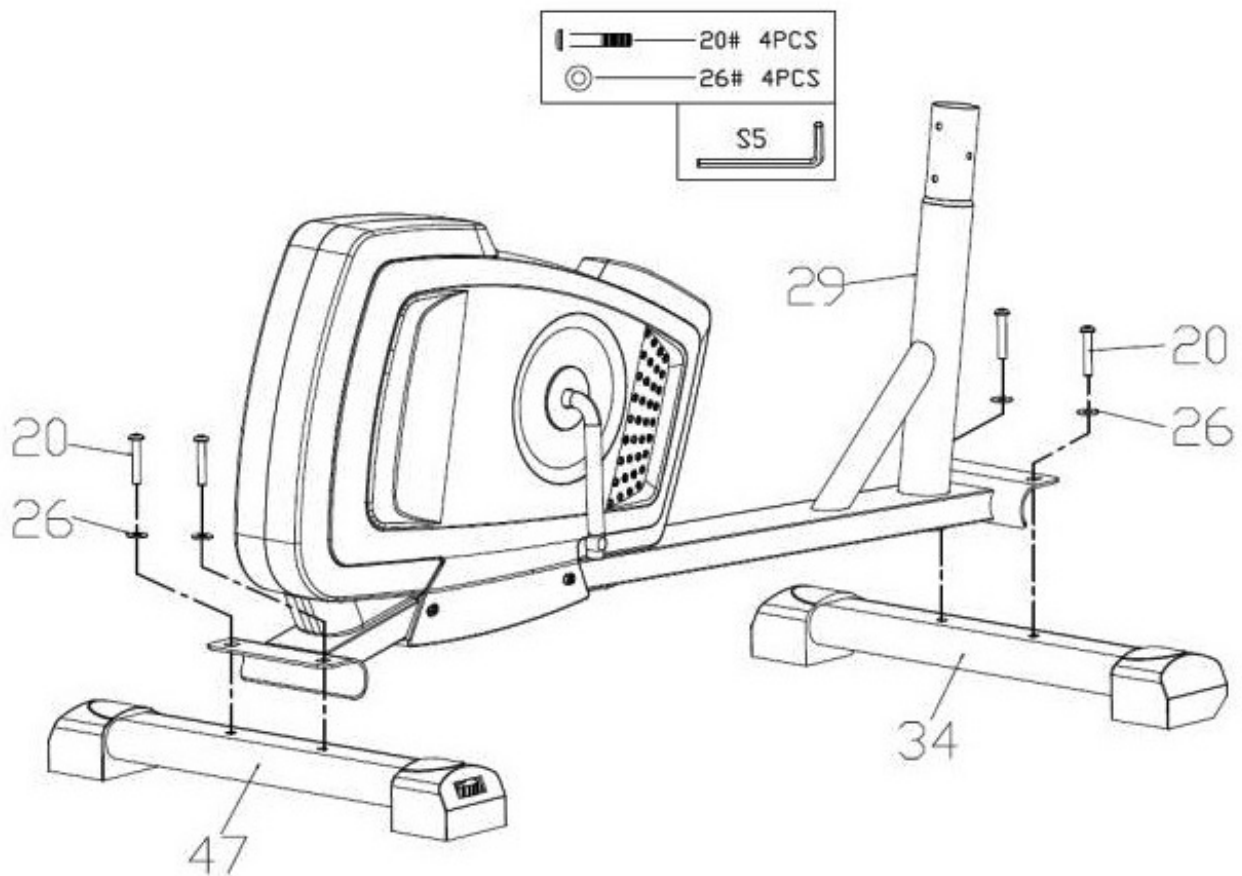
1. Only use the unit in enclosed spaces!
2. Place the device on a solid and level and surface only. Use a floor protection to avoid traces through the device's feet.
3. Be careful when lifting or moving the appliance. Always use proper lifting technique and seek assistance.
4. Only use in cool, dry environments. Do not store in extreme cold, hot or damp places.
5. Cleaning and user maintenance may not be carried out by children without supervision.
6. Before starting any exercise program, consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking any medication that may affect your heart rate, blood pressure or cholesterol level.
7. Your health can be affected by incorrect or excessive training. Consult a doctor before beginning a training program. If you experience dizziness, nausea, chest pain or any other abnormal symptoms, STOP the workout immediately. CONSULT A PHYSICIAN IMMEDIATELY.
8. Keep children and pets away from the appliance. This device is suitable for adult use only.
9. Do not leave children unattended in the same room with the machine.
10. For safe use, assemble the unit only according to the set-up instructions in this manual. If you pass on the unit, also hand over these instructions and inform the user about the safe use of the unit.
11. Before using the equipment, check if all nuts and bolts are securely tightened. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear. No adjustable part should protrude and/or obstruct user movements.
12. Never use the unit if it is damaged, paying particular attention to parts subject to wear, such as the brake, the seat, etc.
13. Do not place fingers or objects in the range of moving parts of the device. When adjusting adjustable parts, pay attention to the correct position or the marked, maximum adjustment position.
14. Wipe off any traces of perspiration immediately after training to prevent it from corroding with or otherwise damaging sensitive parts on the unit.
15. Increase speed intensity and duration gradually.
16. The HC class unit may only be used by one person at a time (max. weight load = 120 kg).
17. Do not use this device directly after meals or drinks.
18. This device is not suitable for therapeutically use. Only use this unit according to the intended purpose and as directed in the instruction manual.
19. Please do not attempt to repair the unit yourself in the event of malfunctions, since this will void all warranty claims. Only have repairs carried out by authorised service centres. It is recommended to lightly lubricate all moving parts from time to time to maintain functionality.
20. Please only exercise with a minimum clearance area of 2 meters around the device.
21. Always wear appropriate clothing and shoes which are suitable for your workout on the device. The clothes must be designed in a way so that they will not get caught in any part of the device during the work-out due to their form (for example, length). Be sure to wear appropriate shoes which are suitable for the work-out, firmly support the feet and which are provided with a non-slip sole.



Be sure to consult a physician before you start any device program. He may give you proper hints and advice with respect to the individual intensity of stress for you, your workout and sensible eating habits. This is especially important for individuals over the age of 35 or persons with pre-existing health problems.

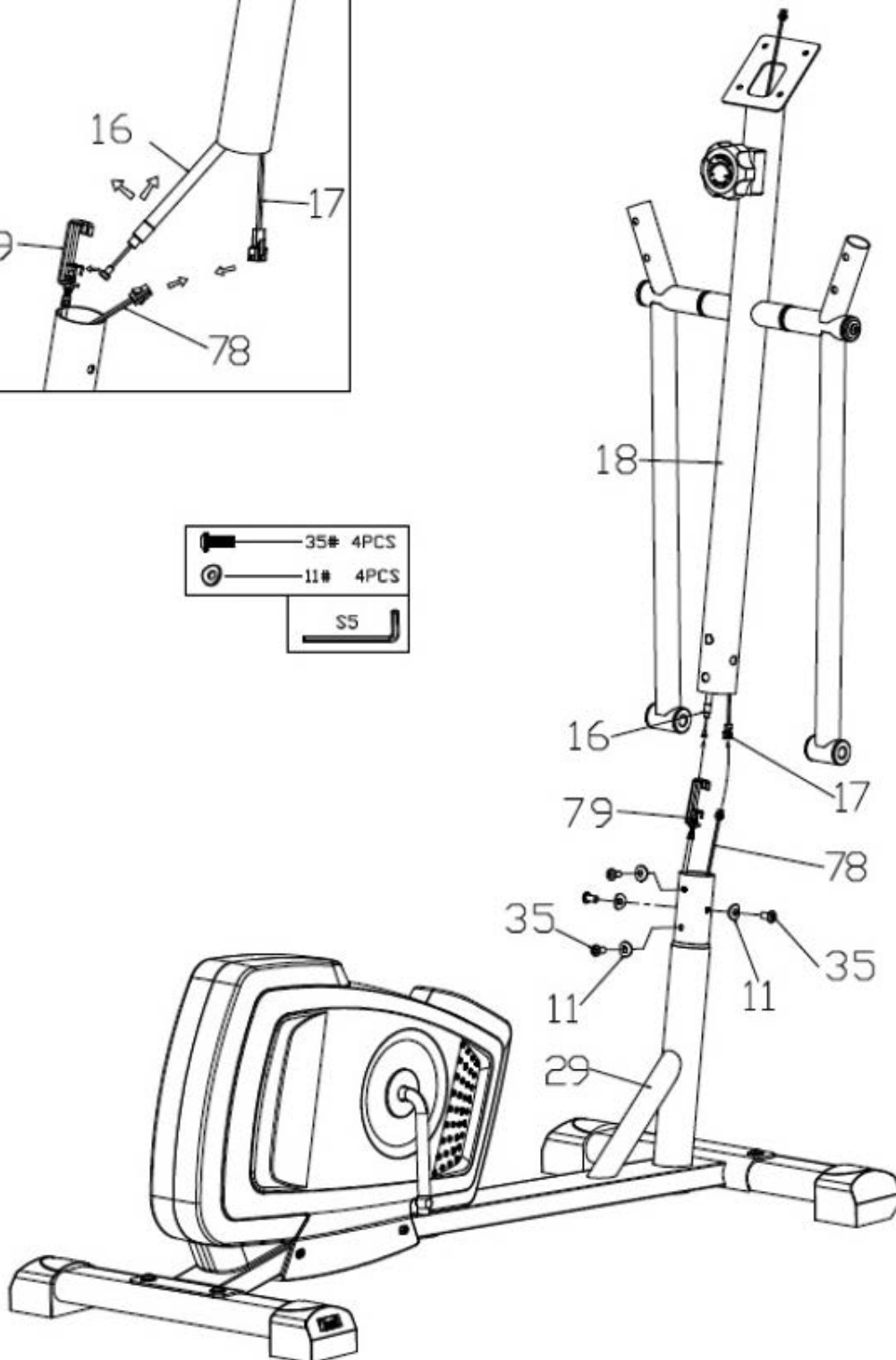
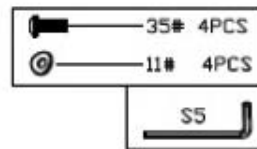
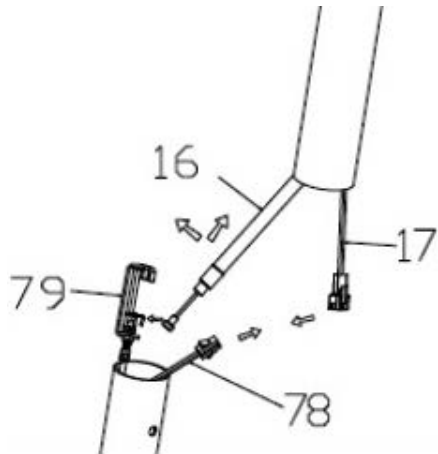
## STEP 1: ATTACHING THE STABILIZERS

First attach the front and rear stabilizer (34=front and 47=rear) to the main frame (29). This requires 2 screws (20) and 2 washers (26) each, which you must first remove from the respective stabilizer. Tighten the connections well. The height adjusters on the rear stabilizer (47) must be used to compensate for any unevenness of the floor. To do this, turn the adjusters until the unit stands firmly and without wobbling on the floor. The front stabilizer (34) is equipped with castors to make it easier to move the unit from place to place (Attention: To protect the floor, place a pad underneath!).



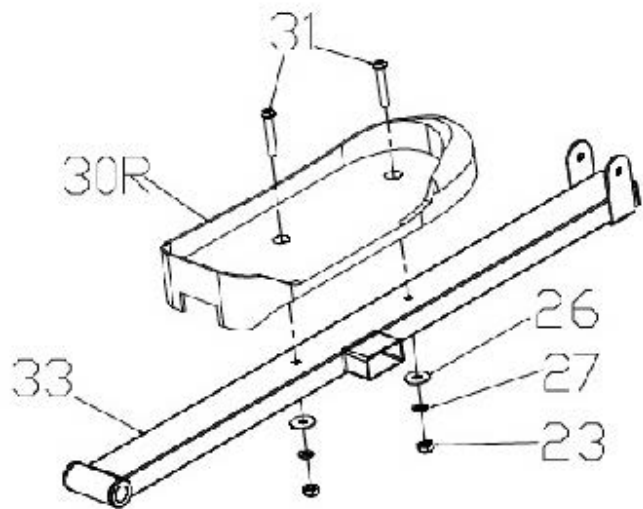
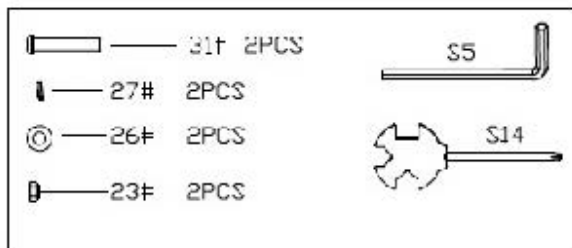
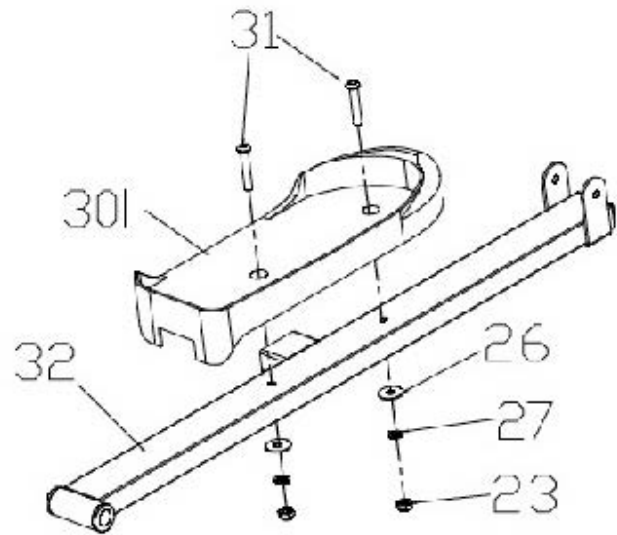
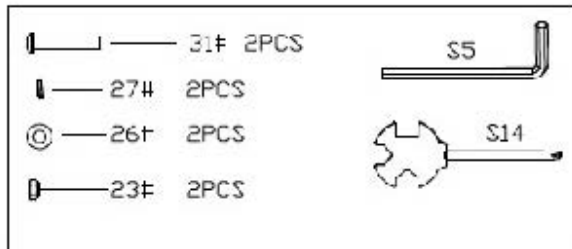
## STEP 2: MOUNTING THE HANDLE SUPPORT

Loosen the screws (35) and corrugated washers (11) from the main frame (29). Turn the resistance adjuster (16) to the lightest setting and connect the resistance cable upper part (16) to the resistance cable lower part (79), as well as the computer cable upper part (17) to the computer cable lower part (78). Now carefully (without pinching a cable) insert the handle support (18) into the main frame (29) and fix it with the screws (35) and corrugated washers (11).



### STEP 3: TREAD ASSEMBLY

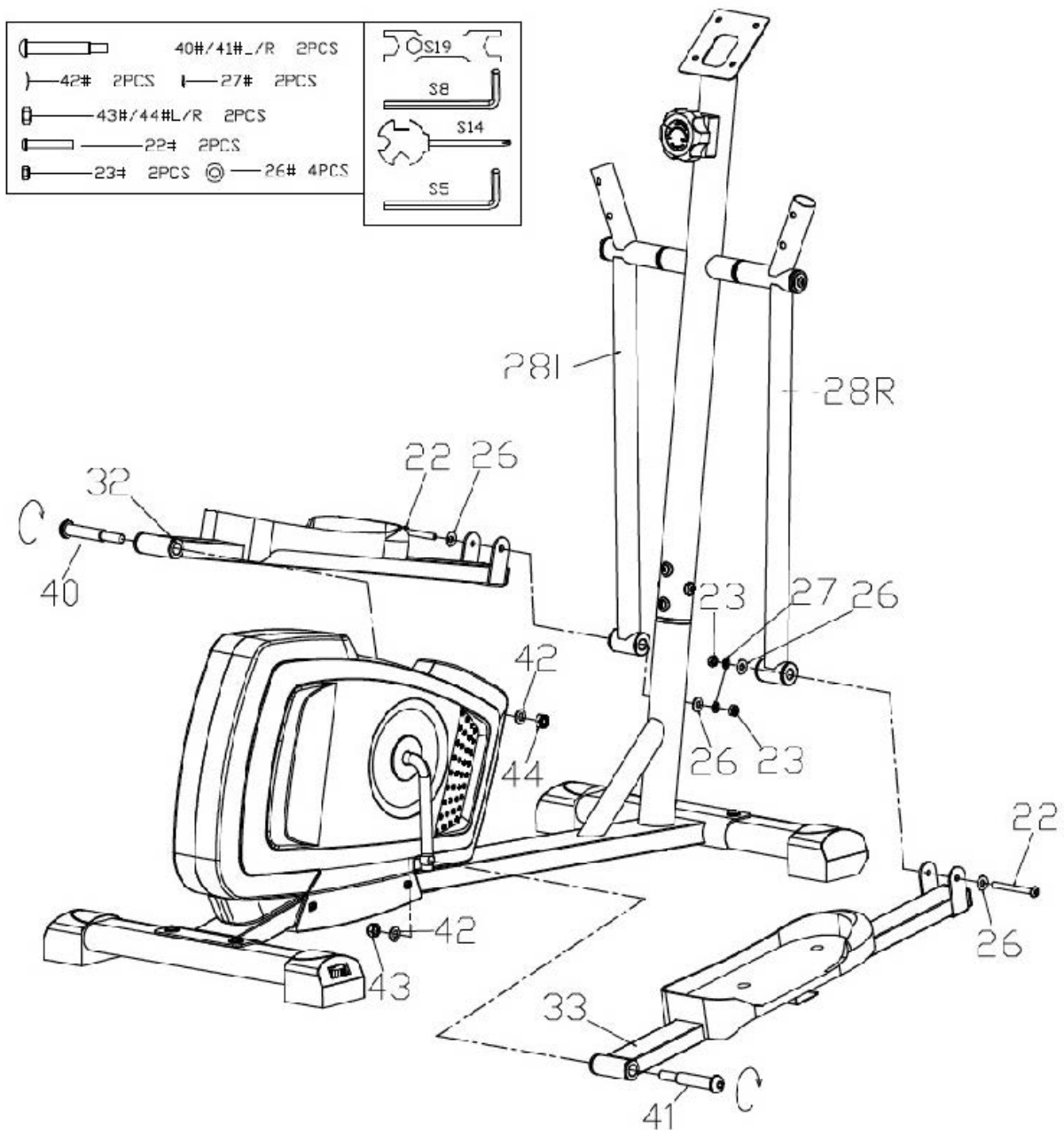
Attach the left and right treads (30L/R) to the tread struts (32 and 33) with the bolts (31), spring washers (27), washers (26) and nuts (23) as shown.



**STEP 4: SWING BAR ASSEMBLY (LOWER PART)**

Remove the bolts (40 & 41), spring washers (42), nuts (43 & 44), as well as the bolts (22), nuts (23), washers (26) and corrugated washers (27) from the tread struts (32 or 33).

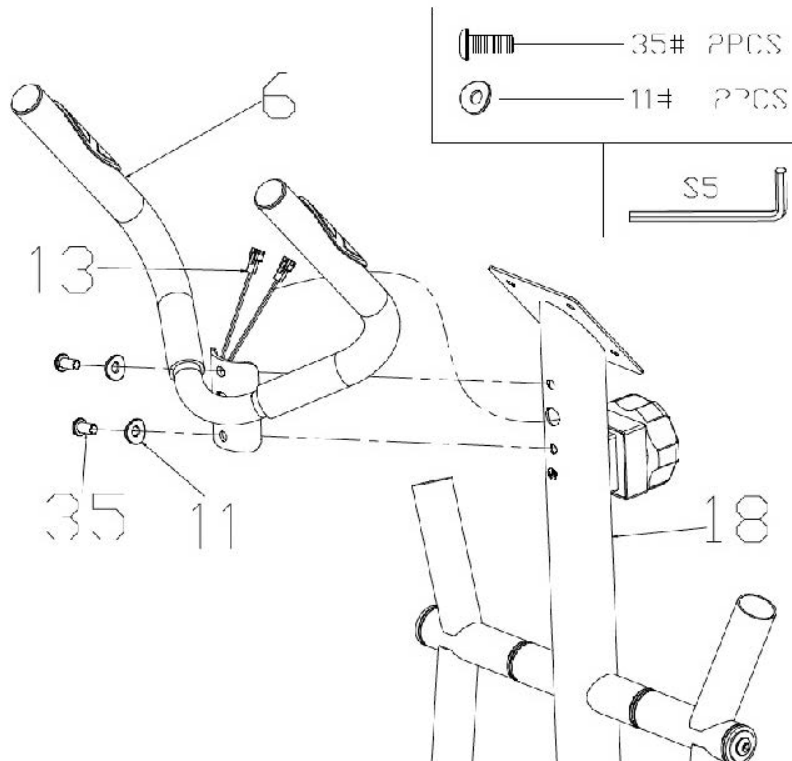
Fit the right (32) and left (33) tread struts to main frame (29) with the bolts (40 & 41), spring washers (42) and nuts (43 & 44) as shown. Then connect the front of the tread struts (32 or 33) to the two lower swing bar ends (28L & 28R). For this you need the bolts (22), nuts (23), washers (26) and corrugated washers (27).





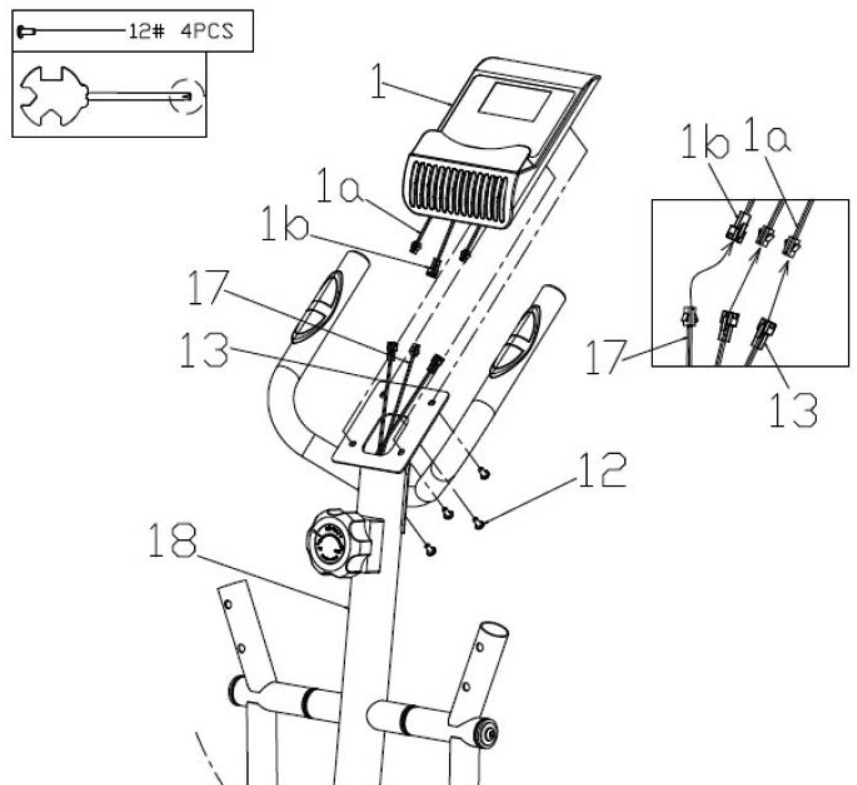
## STEP 5: HANDLE ASSEMBLY

First remove the screws (35) and corrugated washers (11) from the handle support (18). Guide the pulse cables (13) through the large hole in the handle support (18) and upwards through the opening. Then fix the handle (6) to the handle support (18) with the screws (35) and corrugated washers (11). Be careful not to pinch any cable!



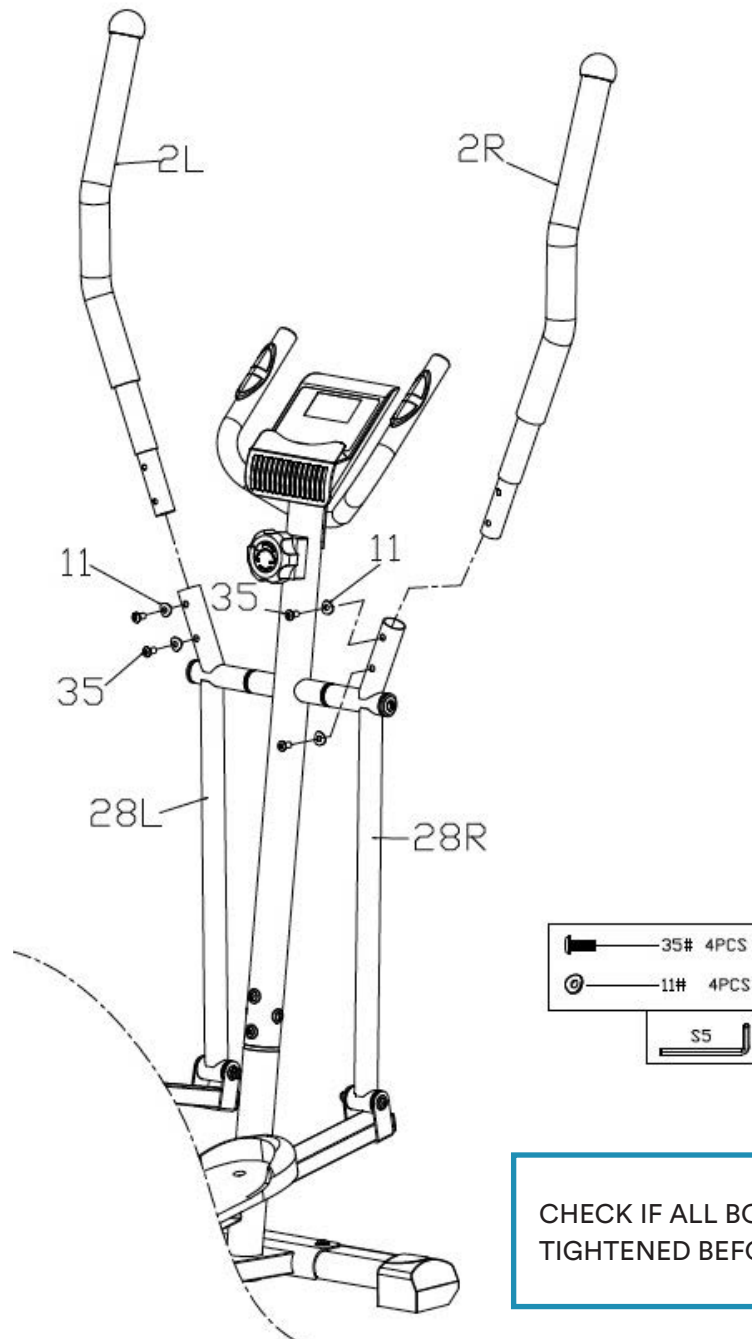
## STEP 6: COMPUTER ASSEMBLY

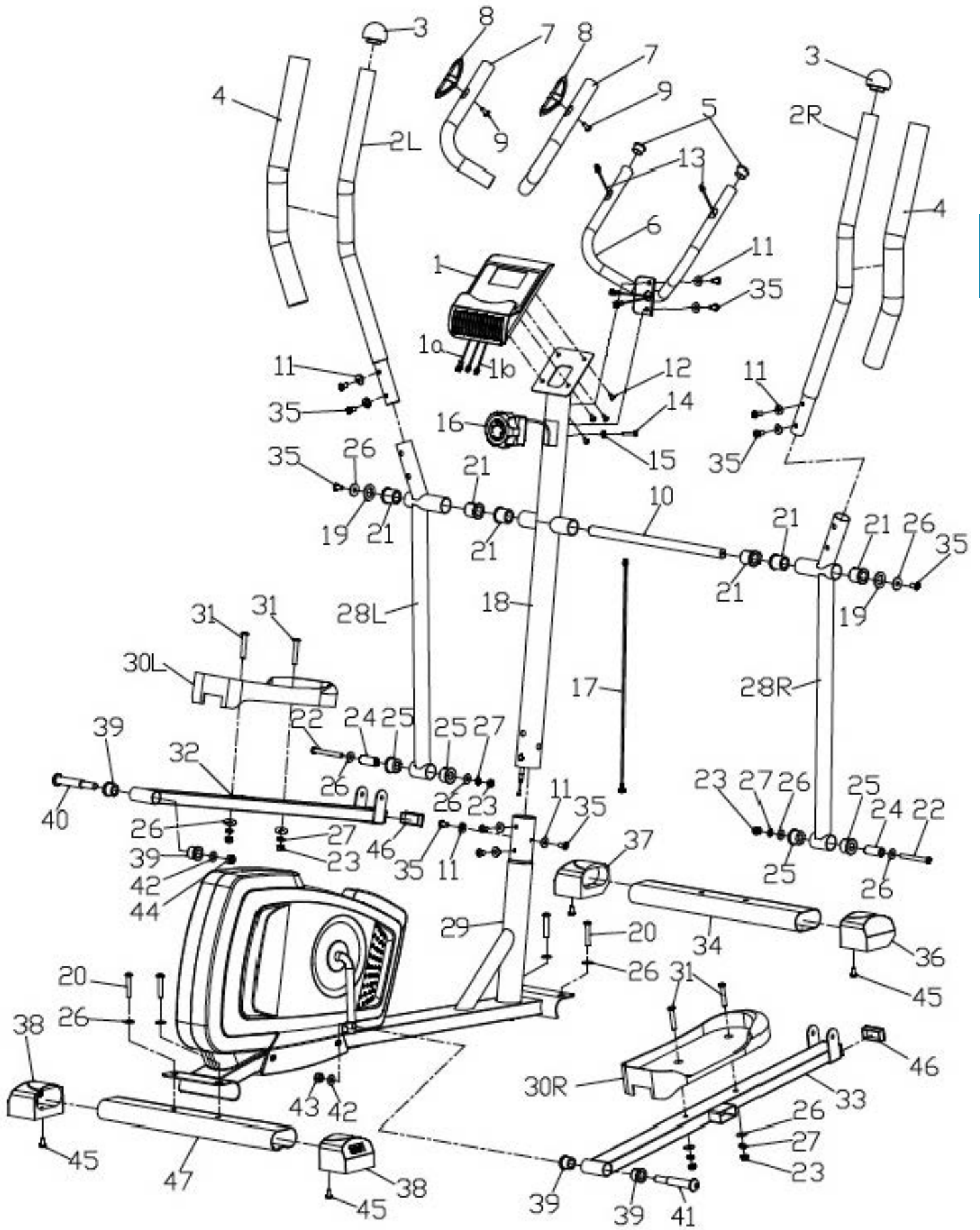
Connect the sensor cable (17) and the pulse cables (13) to the corresponding connectors (1a/1b) on the computer (1). Then mount the computer (1) with 4 screws (12) on top of the handle support bracket (18).

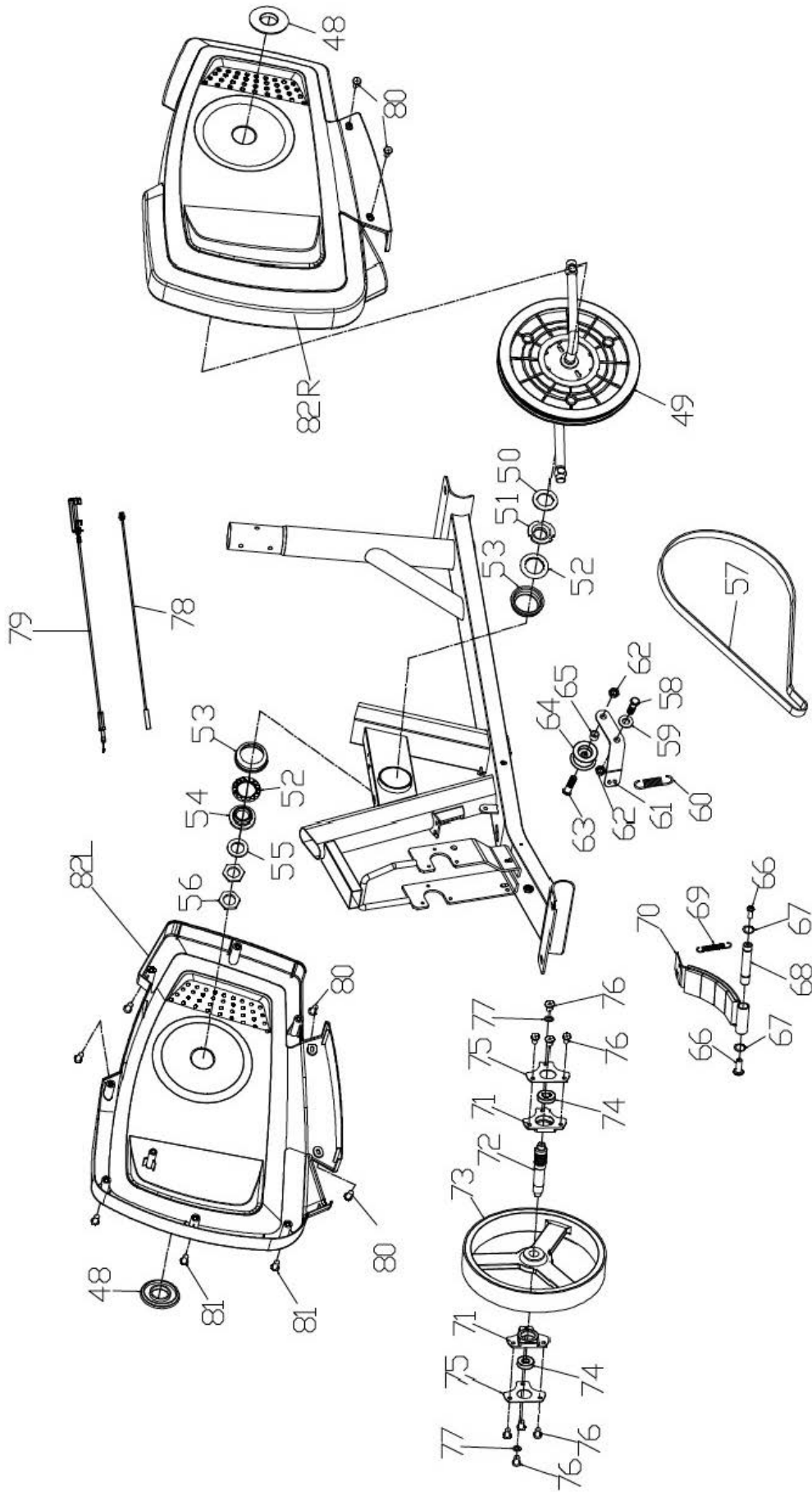


**STEP 7: SWING BAR ASSEMBLY (UPPER PART)**

Remove the screws (35) and corrugated washers (11) from the upper swing bars (2L & 2R). Then insert the two upper swing bars (2L & 2R) into the two lower swing bar ends (28L & 28R) and fix them with the screws (35) and corrugated washers (11).







Part no.	Description	Q'ty
1	Computer	1
2 L/R	Upper swing arm (L/R)	each 1
3	Round head tube plug	2
4	Foam handle	2
5	Plug ø25	2
6	Handle	1
7	Foam handle for handgrip	2
8	Pulse sensor	2
9	Screw ST4.2x20	2
10	Axle	1
11	Shaft washer D8	10
12	Screw M5x10	4
13	Pulse cable	2
14	Screw M5x40	1
15	Shaft washer D5	1
16	Resistance adjuster incl. cable	1
17	Sensor cable (upper part)	1
18	Handle support	1
19	D-shaped seal	2
20	Screw M8x50	4
21	Bushing ø32xø30x28	6
22	Screw M8x65	2
23	Nut M8	6
24	Shaft ø14xø8.5x60	2
25	Bush ø32xø14x20	4
26	Washer D8xø24x1.5	14
27	Spring washer D8	6
28 L/R	Lower swing arm (L/R)	each 1
29	Main frame	1
30 L/R	Tread (L/R)	each 1
31	M8x45 bolt	4
32	Tread strut, left	1
33	Tread strut, right	1
34	Front stabilizer	1
35	Screw M8x16	1
36	Front end cap, right	1
37	Front end cap, left	1
38	Rear end cap	2
39	Bushing ø24xø16,1x20	4
40	Crankshaft bolt 1/2" L	1
41	Crankshaft bolt 1/2" R	1
42	Spring washer 1/2"	2
43	Crankshaft lock nut 1/2" R	1
44	Crankshaft lock nut 1/2" L	1
45	Screw ST4.2x16	4
46	Plug J50x25x1.5	2
47	Rear stabilizer	1
48	Cover	2
49	Crank + pulley	1
50	Washer	1
51	Right flange nut	1

Part no.	Description	Q'ty
52	Ball bearing	2
53	Ball bearing holder	2
54	Left flange nut	1
55	Locking piece	1
56	Nut	2
57	V-belt	1
58	Screw M10x1,25	1
59	Washer D10	1
60	Spring	1
61	Idler pulley mounting plate	1
62	Nut M10x1,25	2
63	Screw M10x1,25	1
64	Guide roller	1
65	Spacer sleeve	1
66	Screw M6x20	2
67	Spring D12	2
68	Magnetic axis	1
69	Spring	1
70	Magnet plate	1
71	Bearing block	2
72	Flywheel axle	1
73	Flywheel	1
74	Bearing	2
75	End cap	2
76	M6x10 bolt	8
77	Washer D10	2
78	Sensor cable (lower part)	1
79	Resistor cable lower part	1
80	Screw ST4.2x16	4
81	Screw ST4.2x16	7
82 L/R	Protective cover (L/R)	each 1

## COMPUTER FUNCTIONS

- **Scan:** Automatic display change of all function values
  - **Time:** Display of the training time (0:00 - 99:59 min.)
  - **Speed:** Speed display (0.0 - 999.9 km/h)
  - **Distance:** Distance (0.0 - 9999 km)
  - **Calories:** Approx. calorie consumption (0.0 - 9999 kcal)
  - **Odo:** Total distance (0.0 - 9999 km)
  - **Pulse:** Pulse rate (40 - 240 beats/minute)
- For a correct reading, please make sure that you are correctly the two sensors correctly with your palms. It may take up to 2 minutes before the pulse rate is measured correctly.

## BATTERIES

The computer requires 2 AAA 1.5V batteries.

## BUTTONS AND OPERATION

The computer will switch on when you press the button or start exercising. After about 4 minutes of no activity, the computer will automatically switch off.

**RESET:** All values will be reset when you press and hold this button for approx. 3 seconds or when the batteries are removed.

**MODE:** With this key you can select the desired function to be displayed (or preset). If „Scan“ is selected, all function values are displayed one after the other in an automatic cycle. A small arrow is displayed additionally, which always points to the currently active function.

**SET:** With this button you can set target values for time, distance or calories. After setting, these values will then count down to 0.

### Notes:

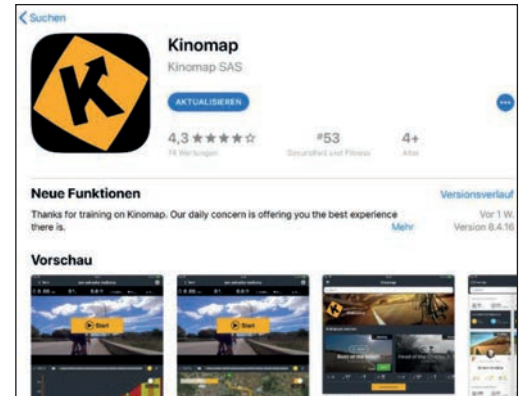
- If the computer display does not show any values, please carefully check all cable connections for proper contact!
- The calorie consumption values registered and displayed with this computer merely serve as indicative values for a person of medium stature with medium resistance setting, and can deviate considerably from the actual medically precise calorie consumption.
- The pulse values registered and displayed with this computer are merely indicative in nature and can deviate considerably from the actual pulse.
- This computer has been tested according to the appropriate applicable EMC standards. Nevertheless, it is possible that the display may be disturbed, especially by electrostatic discharges. This may result in an unwanted reset or a faulty display. In such a case, you only need to restart the computer (switch it off and on again).



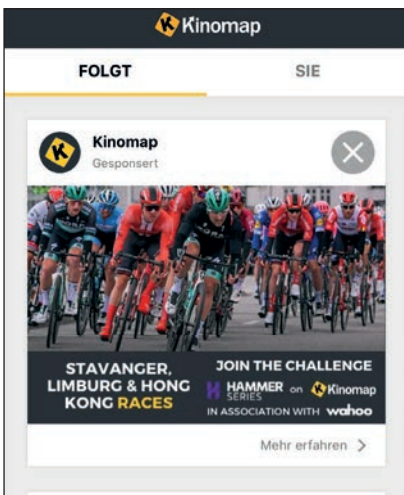
## KINOMAP

The free KinoMap app turns your device into a powerful and fun fitness product! Choose from the geotagged video on Kinomap and go! Your position is shown in the video and as icon on the map. Download the Kinomap Fitness app in the app or play store by searching for 'Kinomap Fitness' or follow one of the links below.

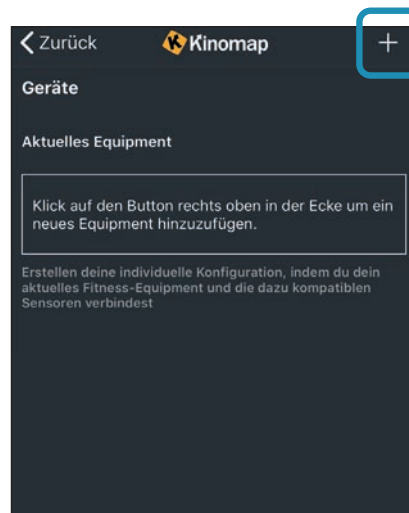
Install and open the app and register resp. log in. Activate Bluetooth®. Now add the training device as follows:



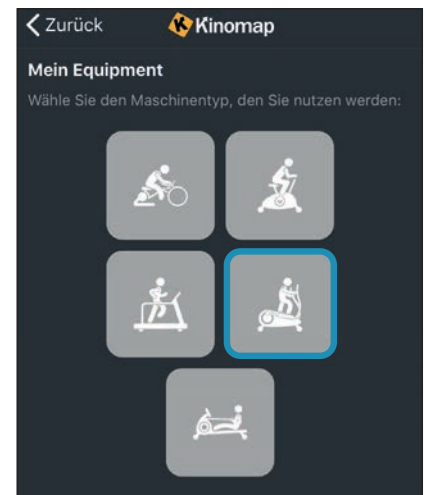
GB



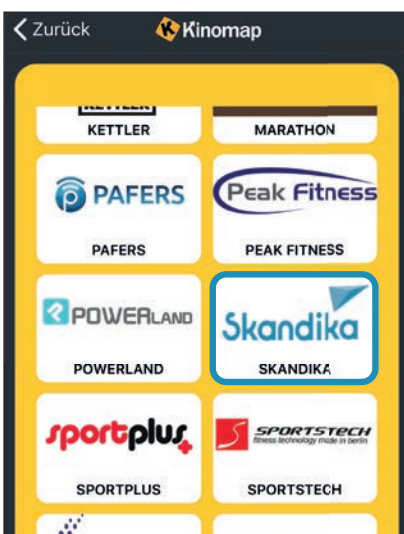
1.



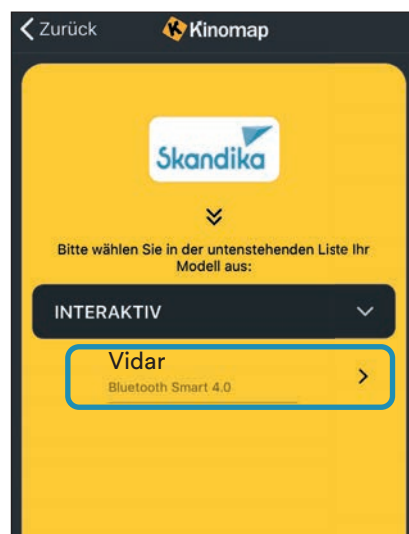
2. Tap on „+“



3. Crosstrainer

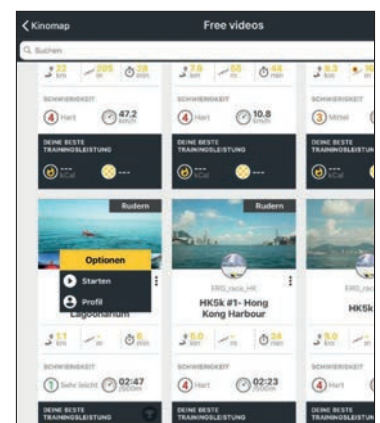


4. Select Skandika



5. Tap on the device

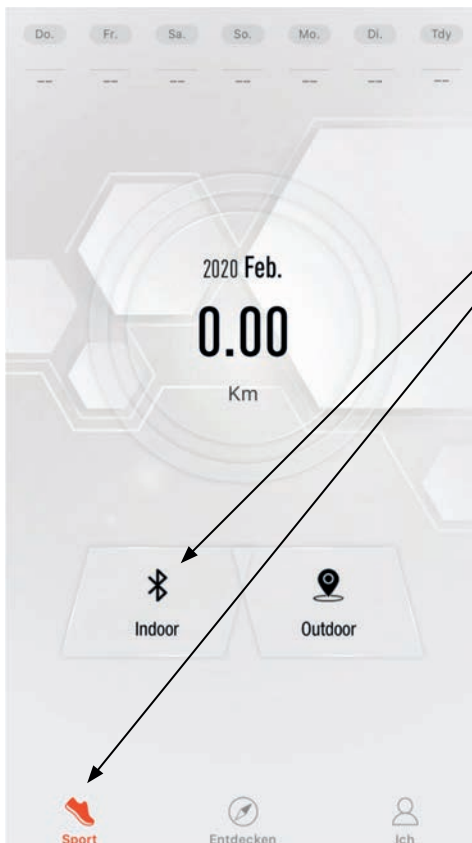
Now tap on OK and return to main menu. You can now choose a course for your exercise (depending on your type of KinoMap account maybe only some free courses). Press **Start** and begin to exercise!



## FITSHOW

Turn on Bluetooth® on your mobile device, download the app and install it on your iOS or Android device. You can find the app through your device's app search feature. After successful installation, you can launch the app on your mobile device.

To record training data, you need to register in the app. However, a simple training without permanent data recording is also possible without registration.

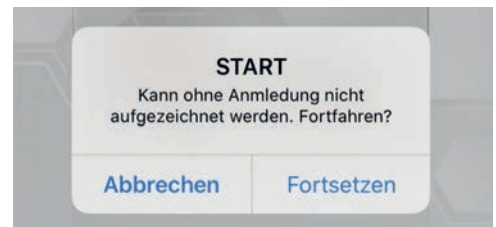


1. Tap on „Sport“  
and „Indoor“



2. Tap on  
„Start“

If you are not registered, a corresponding message may appear:



Confirm by tapping „Continue“. Now you can start training and the corresponding data will be displayed in the app, while the device computer only displays the Bluetooth® icon. If your device's training computer is not found, please check if Bluetooth® is enabled on your training device and on your mobile device.

If you want to finish the workout, tap and hold the red STOP button in the app.



## ZWIFT

Your device computer is equipped with Bluetooth® and is compatible to the „ZWIFT“ app. Please note the following information. Download ZWIFT from the following sources and install the app on your device (e.g. PC, notebook or mobile phone):

Windows: <http://www.zwift.com/download/pc>  
MAC: <http://www.zwift.com/download/mac>  
GooglePlay: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zwift.zwiftgame>  
Appstore: <https://itunes.apple.com/us/app/id1134655040?mt=8>



After the installation, please follow the instructions of the app. To connect to the computer of the training device, select the device and confirm with „OK“.

ZWIFT is a third party supplier. We offer you this connectivity to make your training even more interesting. However, due to possible changes or updates, we cannot guarantee permanent compatibility. You may need to register with ZWIFT to use the app. The app contains partly chargeable content.

## CLEANING & CARE

- Before cleaning the appliance, make sure that the appliance is switched off. Allow the unit to cool down.
- Clean the device with a slightly damp cloth only. Never use brushes, aggressive cleaning agents, petrol, thinners or alcohol. Rub the device dry with a clean dry cloth.
- Never immerse the appliance in water to clean it and ensure water cannot get into the appliance.
- Wait until the device is completely dry before using it again.

## WARM-UP and COOL-DOWN

A successful exercise program consists of a warm-up, aerobic exercise and a cool-down. Exercise for at least two or preferably three times a week, resting for a day between workouts. After several months, you may increase the frequency to four or five times per week.

### WARM-UP

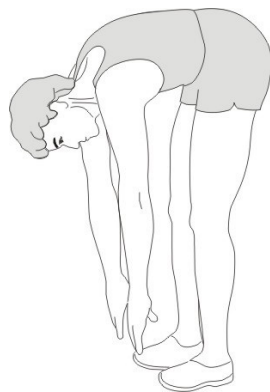
This stage helps to improve the blood circulation and prepares the muscles for your workout. It additionally helps to reduce the risk of injury or cramps. It is recommended to do some stretching exercises as shown here below. Hold each stretching position for approximately 30 seconds. Never force or jerk yourself into a stretching position – if you feel pain, STOP immediately. Warm-up exercises may also include brisk walking, jogging, jumping jacks, jump rope exercises or running in place.

### STRETCHING

Muscles can be stretched more easily when these are warm. This reduces the risk of injury. DO NOT BOUNCE.



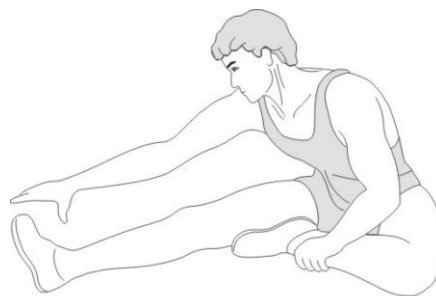
Side Stretch



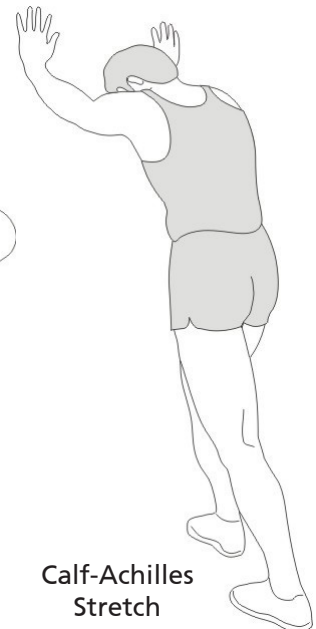
Toe Touch



Inner Thigh Stretch



Hamstring Stretch



Calf-Achilles Stretch

### COOL-DOWN

This stage helps to soothe your muscles and your cardiovascular system after your workout. At the end of your workout, reduce the speed and exercise for approximately 5 minutes at this lower speed level. Afterwards, repeat the warm-up exercises as described above.

## GUARANTEE CONDITIONS

For our devices we provide a warranty as defined below.

1. In accordance with the following conditions (numbers 2-5) we repair defect or damage to the device free of charge, if the cause is a manufacturing defect. Therefore, these defects / damages need to be reported to us without delay after appearance and within the warranty period of 24 months after delivery to the end user. The warranty does not cover parts, which easily break (e.g. glass or plastic). The warranty does not cover slight deviations of the product, which are insignificant for usability and value of the device and damage caused by chemical or electrochemical effects and damages caused by penetration of water or generally force majeure damage.
2. The warranty achievement is the replacement or repair of defective parts, depending on our decision. The cost of material and labor will be borne by us. Repairs at customer site cannot be demanded. The proof of purchase along with the date of purchase and / or delivery is required. Replaced parts become our property.
3. The warranty is void if repairs or adjustments are made, which are not authorized by us or if our devices are equipped with additional parts or accessories that are not adapted to our devices. Furthermore, the warranty is void if the device is damaged or destroyed by force majeure or due to environmental influences and in case of improper handling / maintenance (e.g. due to non-observance of the instruction manual) or mechanical damages. The customer service may authorize you to replace or repair defective parts after telephone consultation. In this case, the warranty is not void.
4. Warranty services do not extend the warranty period nor do they initiate a new warranty period.
5. Further demands, especially claims for damages which occurred outside the device, are excluded as long as a liability is not obligatory legal.
6. Our warranty terms - which cover the requirements and scope of our warranty conditions - do not affect the contractual warranty obligations of the seller.
7. Parts of wear and tear are not included in the warranty.
8. The warranty is void if not used properly or if used in gyms, rehabilitation centers and hotels. Even if most of our units are suitable for a professional use, this requires a separate agreement.



## ENVIRONMENTAL PROTECTION

The symbol of the crossed-out dustbin on batteries or accumulators indicates that they must not be disposed of in household waste at the end of their life. If batteries or accumulators contain mercury (Hg), cadmium (Cd) or lead (Pb), you will find the respective chemical symbol below the symbol of the crossed-out dustbin. You are legally obliged to return old batteries and accumulators after use. You can do this free of charge at a retail outlet or at another collection point near you. You can obtain addresses of suitable collection points from your city or local government. Batteries may contain substances that are harmful to the environment and human health. Particular care should be taken when handling batteries containing lithium because of the special risks involved. The separate collection and recycling of old batteries and accumulators is intended to avoid negative impacts on the environment and human health. Please avoid the generation of waste from old batteries as far as possible, e.g. by giving preference to batteries with a longer life or rechargeable batteries. Please avoid littering public spaces by not carelessly leaving batteries or electrical and electronic equipment containing batteries. Please consider ways to reuse a battery instead of disposing of it, for example by reconditioning or repairing the battery.

In accordance with our policy of continual product improvement, we reserve the right to make technical and visual changes without notice.

For spare parts please contact: [service@skandika.de](mailto:service@skandika.de)  
 Service centre: **MAX Trader GmbH, Wilhelm-Beckmann-Straße 19, 45307 Essen, Germany**

# Contenu

- 37** Informations de sécurité
- 38** Instructions de montage
- 44** Vue éclatée
- 46** Liste des pièces
- 47** Utilisation de la console
- 48** Utilisation des apps
- 50** Nettoyage et entretien
- 51** Échauffement et récupération
- 52** Conditions de garantie



skandika.com/  
service

<b>Cross-trainer</b>	Importeur	MAX Trader GmbH												
	Adresse	Wilhelm-Beckmann-Str. 19, D-45307 Essen												
<b>CE</b>	Artikelnummer   Name	SF-284x   Crosstrainer Vidar												
	Klasse	HC												
	Standard	EN 20957												
	<b>WARNUNG:</b> Lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung. Dieses Trainingsgerät ist nicht für Zwecke geeignet, für die eine hohe Genauigkeit erforderlich ist.													
	Produktionsdatum													
	2021				2022				2023					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
	PO Nr.:													
	Max. Nutzergewicht	120 kg												

Vous pouvez trouver les vidéos de montage et de démontage ainsi que la FAQ et les instructions de téléchargement sur notre page de service Skandika. Pour plus d'informations, vous pouvez simplement visiter notre site web [www.skandika.com](http://www.skandika.com)

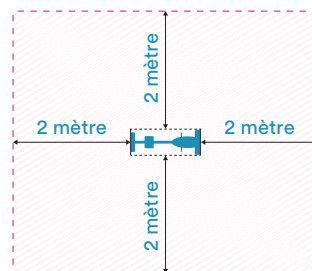


## AVERTISSEMENT

Pour réduire les risques de blessures, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil ! Cet appareil est uniquement destiné à une utilisation domestique conformément aux instructions contenues dans ce mode d'emploi. Lisez attentivement le mode d'emploi avant d'utiliser l'appareil et conservez bien ce mode d'emploi.

## INFORMATIONS DE SÉCURITÉ

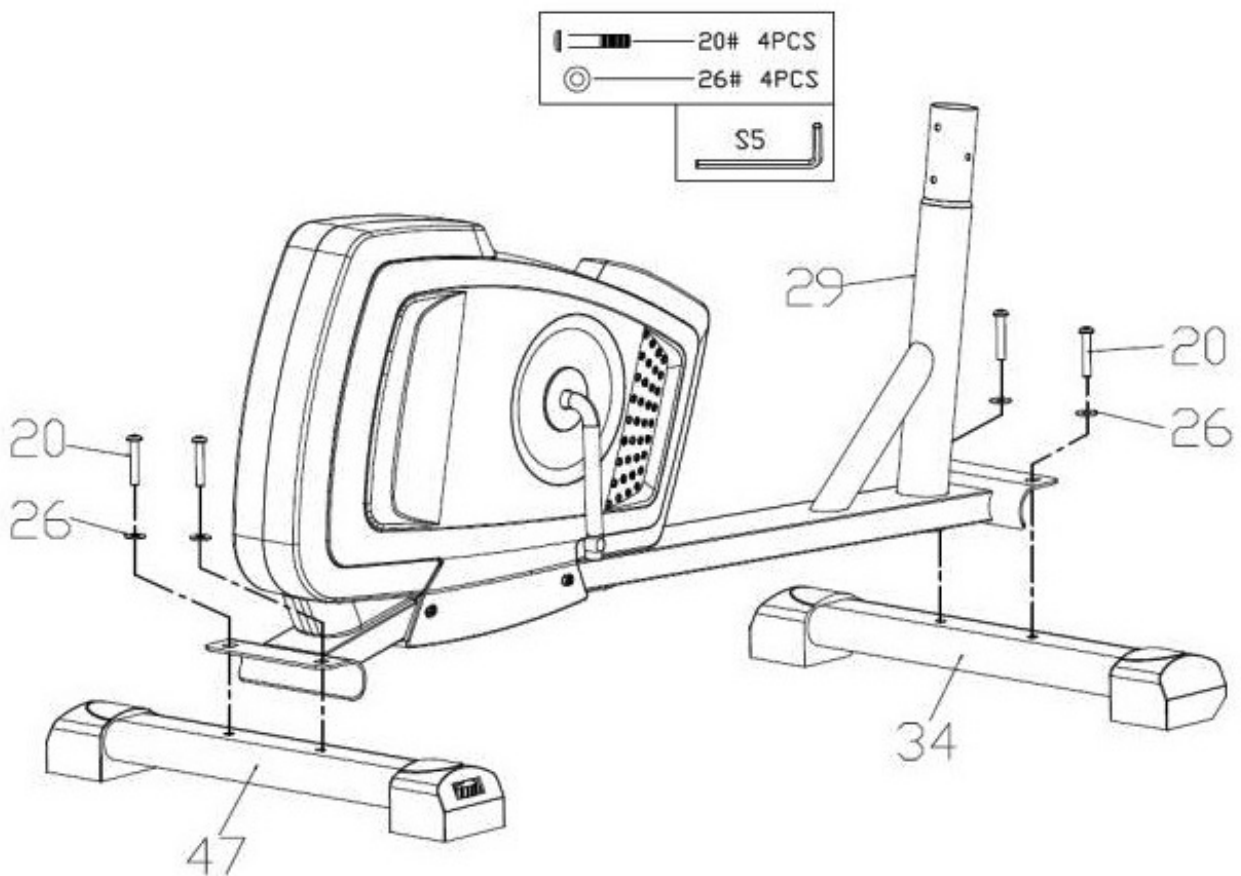
- Utilisez l'appareil en lieu clos uniquement !
- Placer l'appareil sur une surface solide et plane. Utilisez une protection du sol pour éviter les traces à travers les pieds de l'appareil.
- Faites attention lorsque vous soulevez ou déplacez l'appareil. Utilisez toujours une technique appropriée pour soulever l'appareil ou demandez de l'aide.
- Utilisez l'appareil uniquement dans un environnement frais et sec. Ne pas entreposer dans des endroits excessivement froids, chauds ou humides.
- Le nettoyage et la maintenance de l'utilisateur ne doivent pas être réalisés par des enfants sans surveillance.
- Avant de commencer un programme d'exercices, consultez votre médecin pour déterminer si vous n'êtes pas soumis à des contre-indications médicales ou physiques pouvant mettre en danger votre santé et votre sécurité, ou vous empêcher d'utiliser correctement le matériel. Le conseil de votre médecin est essentiel si vous prenez un médicament qui pourrait affecter votre fréquence cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol.
- Un entraînement incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Consultez un médecin avant de commencer tout programme d'entraînement. Si vous avez des vertiges, des nausées, des douleurs dans la poitrine ou autres symptômes anormaux, cessez aussitôt l'entraînement et consultez votre médecin.
- Éloignez les enfants et les animaux de l'appareil. Cet appareil est adapté uniquement aux adultes.
- Les enfants ne devraient pas se trouver à proximité de l'appareil sans surveillance.
- Pour une utilisation sûre, assemblez l'appareil uniquement en suivant les instructions d'assemblage de ce manuel. Si vous transmettez l'appareil, transmettez également ces instructions et informez l'utilisateur de l'utilisation sûre de l'appareil.
- Avant d'utiliser l'équipement, vérifiez si tous les écrous et boulons sont bien serrés à fond. La sécurité de l'équipement ne peut être assurée que si ce dernier est régulièrement inspecté pour y déceler toute trace de détérioration et/ou d'usure.
- N'utilisez jamais la machine si elle est endommagée, en faisant particulièrement attention aux pièces sujettes à l'usure, telles que le frein, le siège, etc.
- Ne mettez pas vos doigts ou des objets dans les pièces mobiles de l'appareil. Lors du réglage des pièces réglables, faites attention à la position correcte ou à la position de réglage maximale marquée.
- Essayez toute trace de transpiration immédiatement après l'utilisation pour éviter de corroder ou d'endommager les pièces sensibles de l'appareil.
- Augmenter progressivement l'intensité et la durée des vibrations.
- L'appareil de classe HC ne peut être utilisé que par une seule personne à la fois (charge de poids max. = 120 kg).
- Ne pas utiliser cet appareil directement après avoir mangé ou bu.
- L'appareil n'est pas conçu pour une utilisation professionnelle ou médicale. Utilisez l'appareil conformément à sa destination telle que définie dans la notice d'utilisation.
- En cas de panne, ne réparez pas vous-même l'appareil; ne faites exécuter les réparations que par des services après-vente agréés. Il est recommandé de lubrifier légèrement toutes les pièces mobiles de temps en temps pour maintenir leur fonctionnalité.
- Veuillez vous exercer avec un espace de 2 mètres autour de l'appareil.
- Portez toujours des vêtements de sport et des chaussures adaptés à un entraînement de fitness. Les vêtements doivent être tels qu'ils ne restent pas accrochés en raison de leur forme (ex. longueur) durant l'entraînement. Les chaussures choisies doivent convenir à un appareil d'entraînement : elles doivent bien tenir le pied et être dotées d'une semelle antidérapante.



Il est par principe impératif de consulter votre médecin avant d'entamer un entraînement. Il peut vous fournir des indications concrètes concernant l'intensité d'effort qui vous convient le mieux et vous donner des conseils d'exercices et d'alimentation. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans ou pour celles qui ont déjà des problèmes de santé.

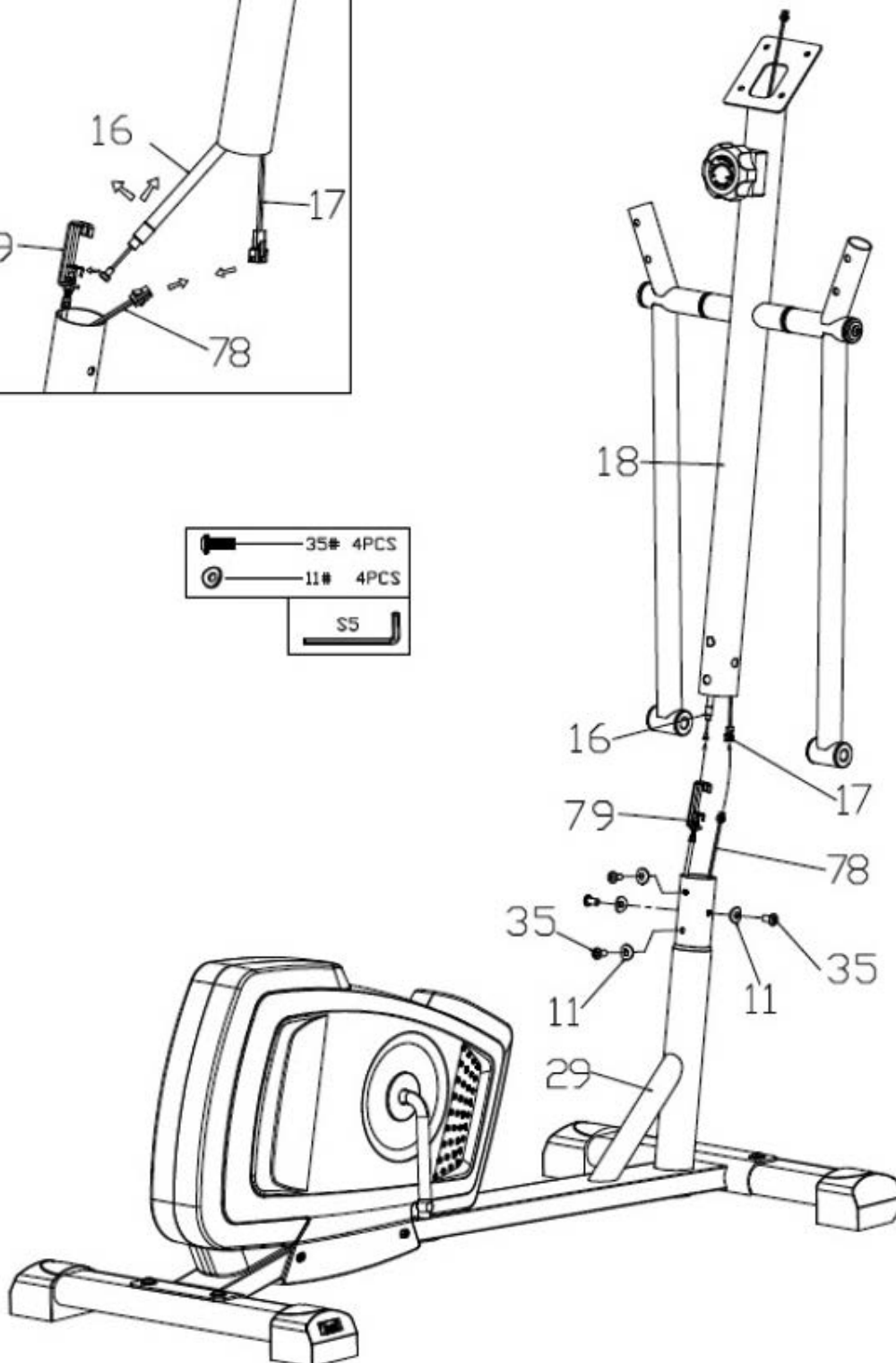
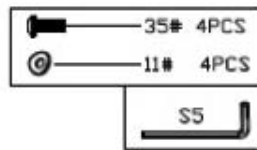
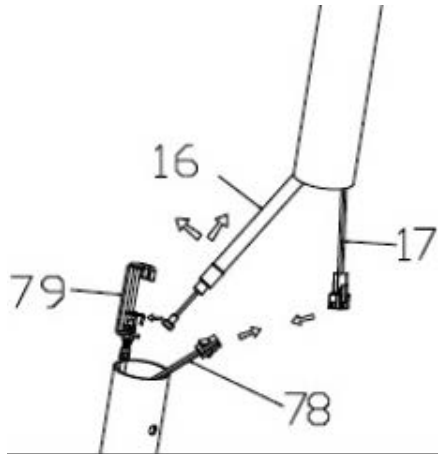
## ÉTAPE 1: FIXATION DES PIEDS

Fixez d'abord les pieds avant et arrière (34=avant et 47=arrière) au cadre principal (29). Cela nécessite 2 vis (20) et 2 rondelles (26), qui doivent d'abord être retirées des pieds respectifs. Serrez les connexions. Toute irrégularité du sol peut et doit être compensée par les dispositifs de réglage de la hauteur du pied arrière (47). Pour ce faire, tournez les dispositifs de réglage jusqu'à ce que l'appareil tienne fermement ou sans vaciller sur le sol. Le pied avant (34) est équipé de roues de transport qui facilitent le déplacement de l'appareil d'un endroit à l'autre.



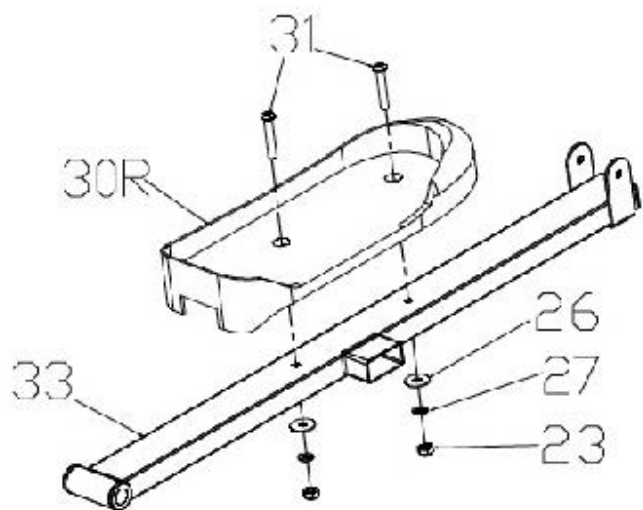
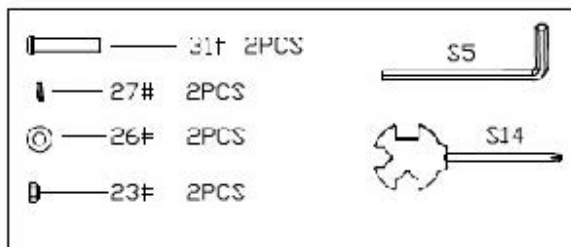
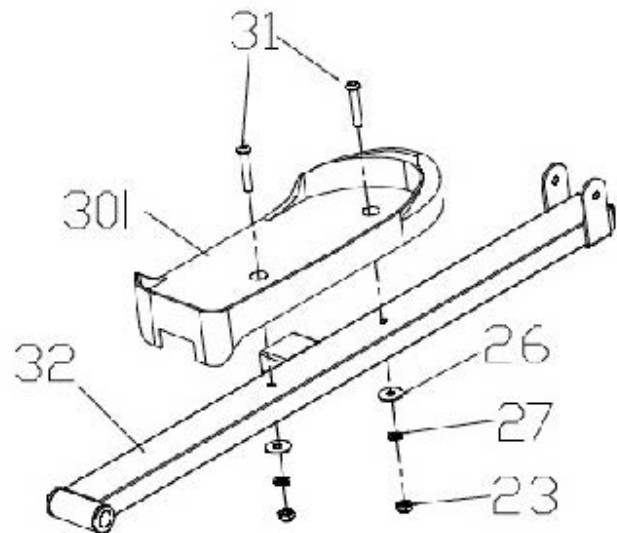
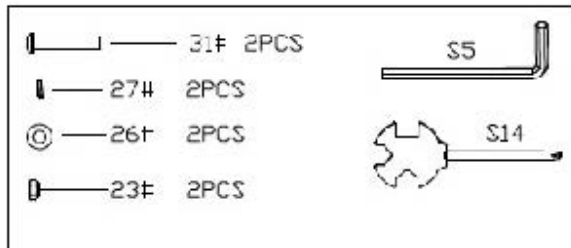
## ÉTAPE 2: MONTAGE DU SUPPORT DE LA POIGNÉE

Desserrez les vis (35) et les rondelles ondulées (11) du cadre principal (29). Tournez le dispositif de réglage de la résistance (16) sur le réglage le plus léger et connectez la partie supérieure du câble de résistance (16) à la partie inférieure du câble de résistance (79), ainsi que la partie supérieure du câble de l'ordinateur (17) à la partie inférieure du câble de l'ordinateur (78). Maintenant, insérez avec précaution (sans pincer un câble) le support de poignée (18) dans le cadre principal (29) et fixez-le avec les vis (35) et les rondelles ondulées (11).



### ÉTAPE 3: MONTAGE DE LA PÉDALE

Fixer chacune des pédales gauche et droite (30L/R) à la tige de pédale (32 et 33, respectivement) avec les boulons (31), les rondelles élastiques (27), les rondelles plates (26) et les écrous (23) comme indiqué.

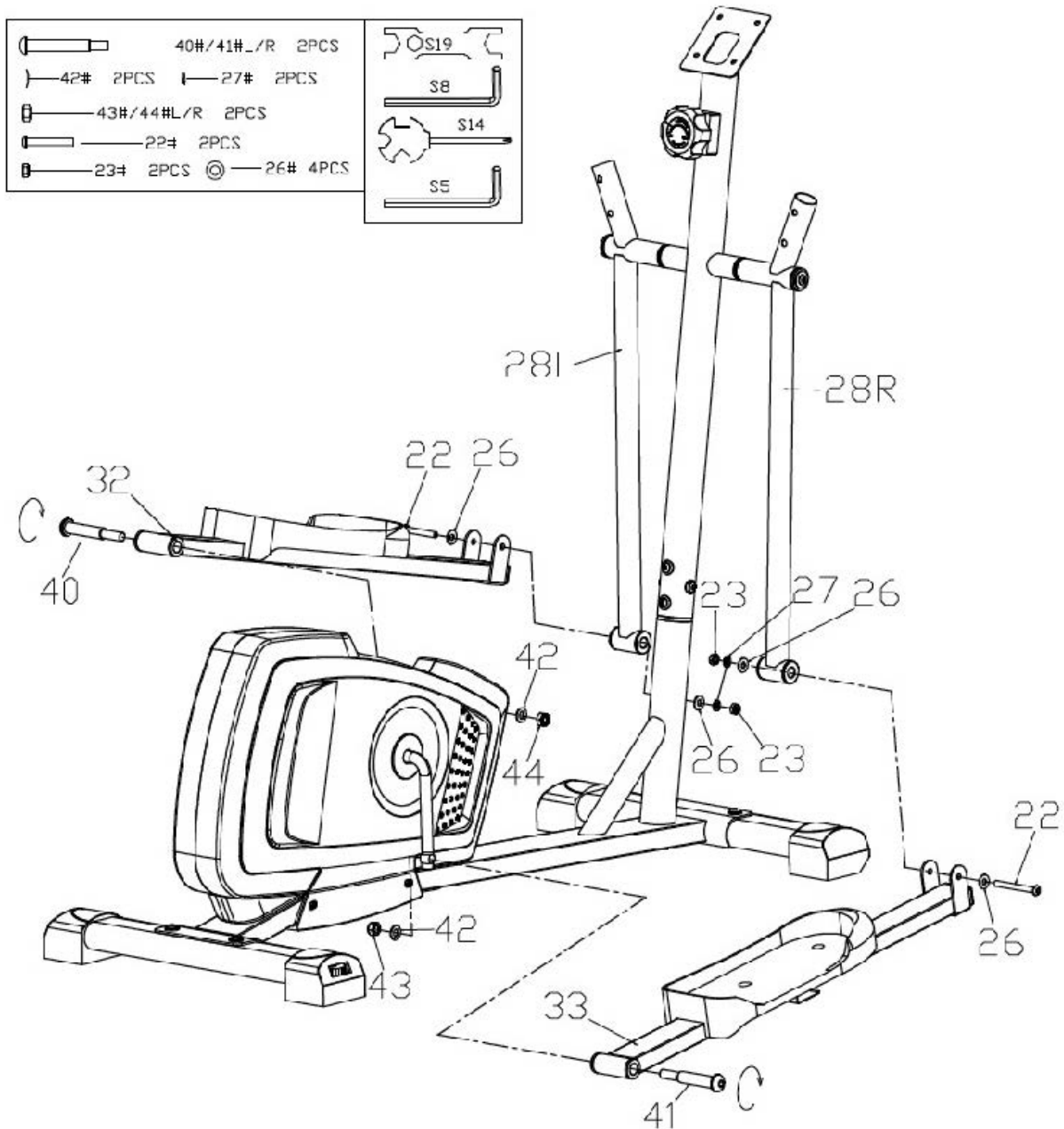




### ÉTAPE 4: ASSEMBLAGE DU BRAS OSCILLANT (PARTIE INFÉRIEURE)

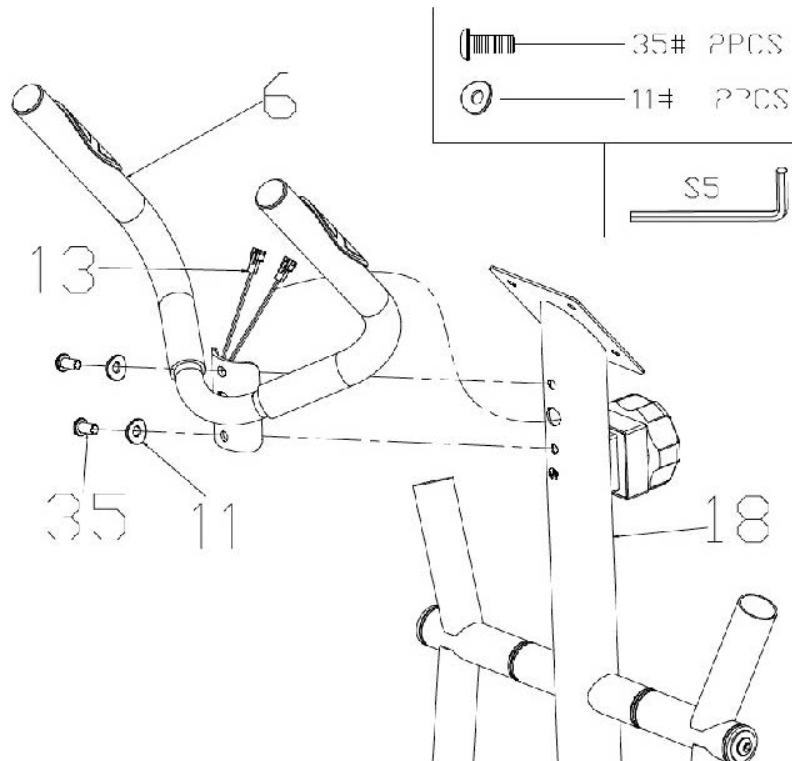
Retirez les boulons (40 et 41), les rondelles élastiques (42), les écrous (43 et 44), ainsi que les boulons (22), les écrous (23), les rondelles (26) et les rondelles ondulées (27) des tiges de pédale (32 et 33, respectivement).

Installez les tiges de pédale droite (32) et gauche (33) sur le cadre principal (29) à l'aide des boulons (40 et 41), des rondelles élastiques (42) et des écrous (43 et 44) comme indiqué. Ensuite, raccordez l'avant des tiges de pédale (32 et 33 respectivement) aux deux embouts des tiges mobiles (28L et 28R). Pour ce faire, vous aurez besoin des boulons (22), des écrous (23), des rondelles (26) et des rondelles ondulées (27).



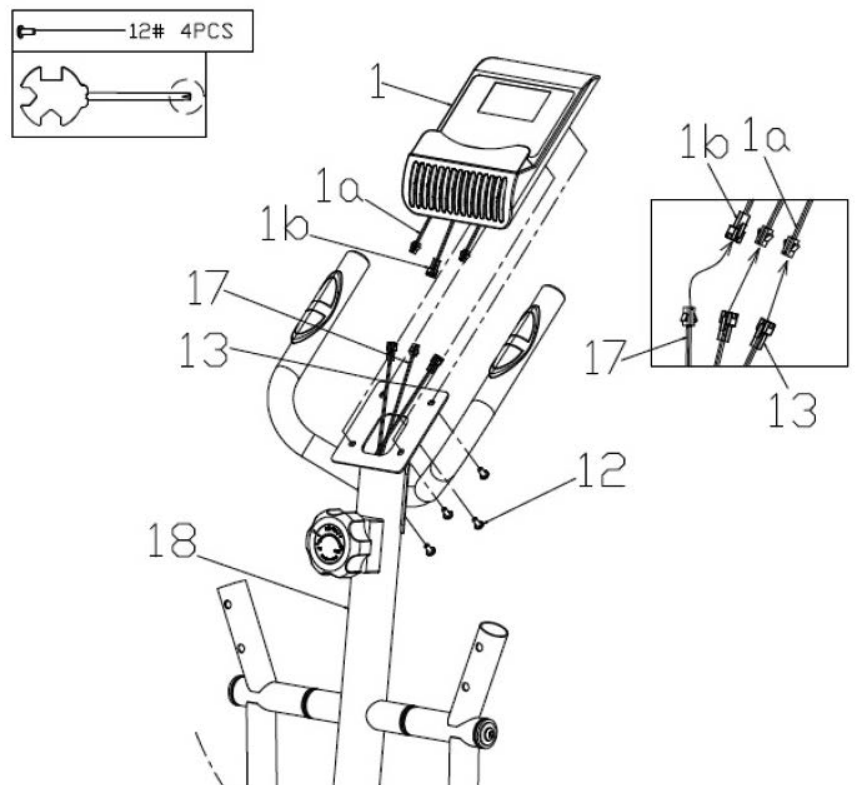
### ÉTAPE 5: ASSEMBLAGE DE LA POIGNÉE

Retirez d'abord les vis (35) et les rondelles ondulées (11) du support de poignée (18). Faites passer les câbles d'impulsion (13) par le plus grand trou du support de poignée (18) et par l'ouverture. Fixez ensuite la poignée (6) au support de poignée (18) avec les vis (35) et les rondelles ondulées (11). Veillez à ne pas pincer les câbles !



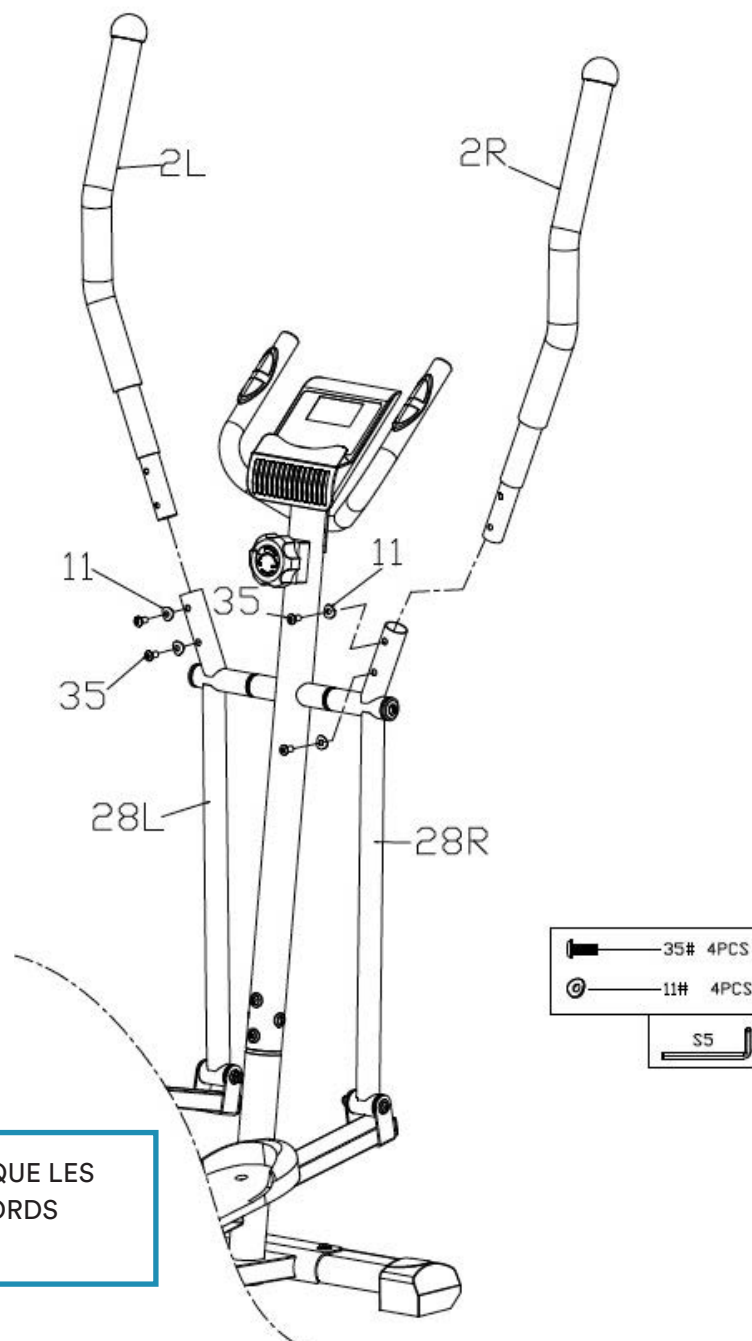
### ÉTAPE 6: MONTAGE D'ORDINATEUR

Connectez le câble du capteur (17) et les câbles d'impulsion (13) aux connecteurs correspondants (1a/1b) de l'ordinateur (1). Montez ensuite l'ordinateur (1) avec 4 vis (12) sur le dessus du support de la poignée (18).

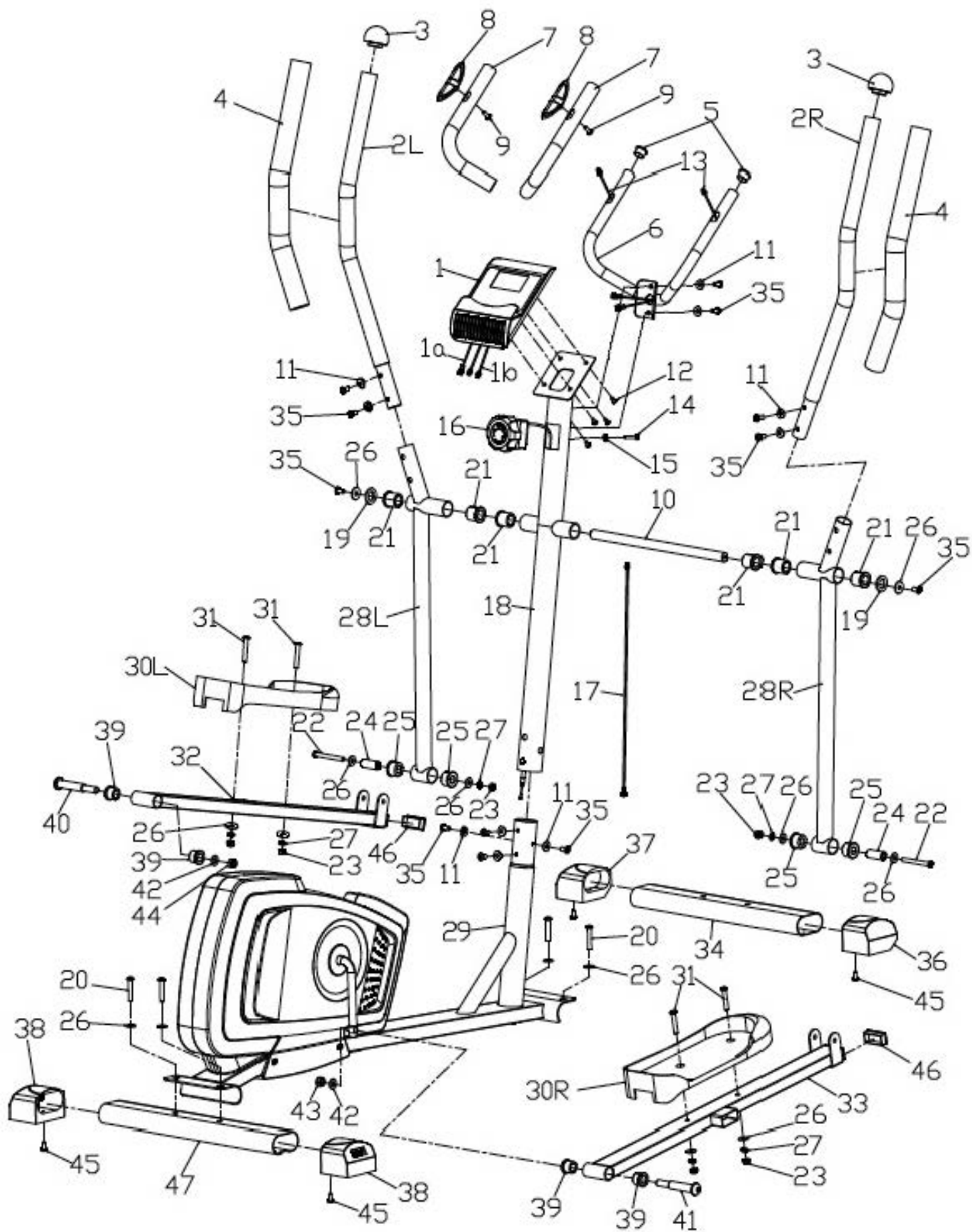


## ÉTAPE 7: ASSEMBLAGE DU BRAS OSCILLANT (PARTIE SUPÉRIEURE)

Retirez les boulons (35) et les rondelles ondulées (11) des tiges mobiles supérieures (2L et 2R).  
Insérez ensuite les deux tiges mobiles supérieures (2L & 2R) dans les deux extrémités inférieures des tiges mobiles (28L & 28R) et fixez-les avec les vis (35) et les rondelles ondulées (11).



AVANT L'UTILISATION, VÉRIFIEZ QUE LES VIS, BOULONS ET AUTRES RACCORDS SONT SOLIDEMENT FIXÉS!





N° de la pièce	Désignation	Qté
1	Ordinateur	1
2 L/R	Tige mobile supérieure (g/d)	chaque 1
3	Bouchon de tuyau à tête ronde	2
4	Poignée en mousse	2
5	Bouchon ø25	2
6	Poignée	1
7	Poignée en mousse	2
8	Capteur de pous	2
9	Vis ST4,2x20	2
10	Essieu	1
11	Rondelle d'arbre D8	10
12	Vis M5x10	4
13	Câble d'impulsion	2
14	Vis M5x40	1
15	Rondelle d'arbre D5	1
16	Réglage de la résistance, câble inclus	1
17	Câble du capteur (partie supérieure)	1
18	Support de poignée	1
19	Joint en forme de D	2
20	Vis M8x50	4
21	Douille ø32xø30x28	6
22	Boulon M8x65	2
23	Ecrou M8	6
24	Arbre ø14xø8,5x60	2
25	Douille ø32xø14x20	4
26	Rondelle D8xø24x1,5	14
27	Rondelle élastique D8	6
28 L/R	Tige mobile inférieure (g/d)	chaque 1
29	Cadre principal	1
30 L/R	Pédales (G/D)	chaque 1
31	Vis M8x45	4
32	Tige de pédale, gauche	1
33	Tige de pédale, droite	1
34	Pied avant	1
35	Vis M8x16	1
36	Capuchon d'extrémité, avant, droit	1
37	Capuchon d'extrémité avant, gauche	1
38	Capuchon d'extrémité, arrière	2
39	Douille ø24xø16,1x20	4
40	Boulon de manivelle 1/2" L	1
41	Boulon de manivelle 1/2" R	1
42	Rondelle élastique 1/2"	2
43	Écrou de blocage 1/2" R	1
44	Écrou de blocage 1/2" L	1
45	Vis ST4,2x16	4
46	Bouchon de tuyau J50x25x1,5	2
47	Pied arrière	1
48	Couverture	2
49	Manivelle + poulie	1
50	Lave-linge	1

N° de la pièce	Désignation	Qté
51	Ecrou à bride droite	1
52	Roulement à billes	2
53	Support de roulement à billes	2
54	Ecrou à bride gauche	1
55	Pièce de verrouillage	1
56	Écrou	2
57	Courroie trapézoïdale	1
58	Vis M10x1,25	1
59	Rondelle D10	1
60	Printemps	1
61	Plaque de montage de la poulie de pignon	1
62	Ecrou M10x1,25	2
63	Vis M10x1,25	1
64	Rouleau de guidage	1
65	Manchon d'écartement	1
66	Vis M6x20	2
67	Printemps D12	2
68	Axe magnétique	1
69	Printemps	1
70	Plaque magnétique	1
71	Bloc de roulements	2
72	Axe du volant d'inertie	1
73	Volant d'inertie	1
74	Palier	2
75	Capuchon d'extrémité	2
76	Boulon M6x10	8
77	Rondelle D10	2
78	Câble du capteur (partie inférieure)	1
79	Partie inférieure du câble de la résistance	1
80	Vis ST4,2x16	4
81	Vis ST4,2x16	7
82 L/R	Couvercle de protection (g/d)	chaque 1

## FONCTIONS DE L'ORDINATEUR

- **Scan:** Changement automatique de l'affichage de toutes les valeurs des fonctions
- **Time:** Affichage de la durée de l'entraînement de 0:00 à 99:59 min.
- **Speed:** Vitesse de 0,0 à 999,9 km/h
- **Distance:** Distance de 0,0 à 9999 km
- **Calories:** Consommation approximative de calories de 0,0 à 9999 kcal
- **Odo:** Distance totale de 0,0 à 9999 km
- **Pulse:** Fréquence du pouls de 40 à 240 battements/minute.  
Pour un affichage correct, veuillez vous assurer que vous tenez correctement les deux capteurs avec vos paumes. Il peut s'écouler jusqu'à 2 minutes avant que le pouls ne soit mesuré correctement.

## PILES

L'ordinateur nécessite 2 piles AAA 1,5V.

## BOUTONS ET FONCTIONNEMENT

L'ordinateur s'allume lorsque vous appuyez sur le bouton ou commencez à vous exercer. Après environ 4 minutes d'inactivité, l'ordinateur s'éteint automatiquement.

**RESET:** Une réinitialisation de toutes les valeurs (reset) se produit lorsque vous appuyez sur ce bouton pendant environ 3 secondes ou lorsque les piles sont retirées.

**MODE:** Cette touche permet de sélectionner la fonction à afficher (ou à pré-régler). Si „Scan“ est sélectionné, toutes les valeurs des fonctions sont affichées les unes après les autres dans un cycle automatique. Pour plus de clarté, une petite flèche est affichée dans chaque cas, qui pointe toujours vers la fonction actuellement active.

**SET:** Ce bouton vous permet de définir des valeurs cibles pour le temps, la distance ou les calories. Définissez des valeurs cibles puis effectuez un retour en arrière (compte à rebours).

Notes :

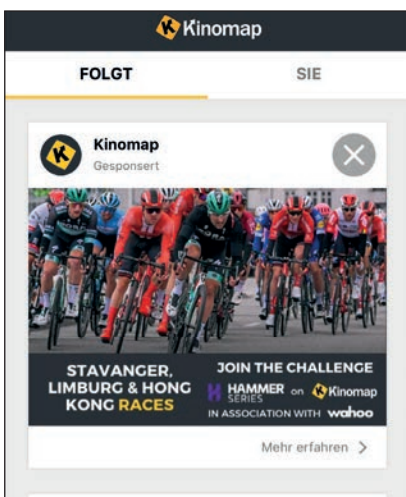
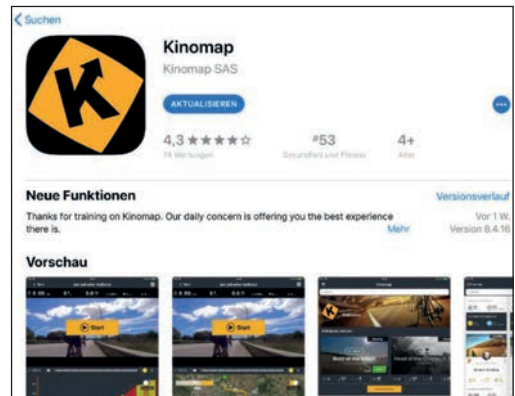
- Si l'écran de l'ordinateur n'affiche aucune valeur, vérifiez soigneusement toutes les connexions de la fiche pour un bon contact !
- Les valeurs de consommation calorique déterminées et affichées avec cet ordinateur sont uniquement destinées à servir de guide pour une personne de corpulence moyenne avec un réglage de résistance moyen et peuvent différer considérablement de la consommation calorique réelle.
- Les valeurs de fréquence cardiaque obtenues et affichées par cet ordinateur non calibré ne sont données qu'à titre indicatif et peuvent varier considérablement de la fréquence cardiaque réelle.
- Cet ordinateur a été testé conformément aux normes CEM applicables. Néanmoins, il est possible que l'écran soit perturbé, notamment par des décharges électrostatiques. Cela peut entraîner une réinitialisation non souhaitée ou un affichage défectueux. Dans ce cas, il suffit de redémarrer l'ordinateur (l'éteindre ou le rallumer).



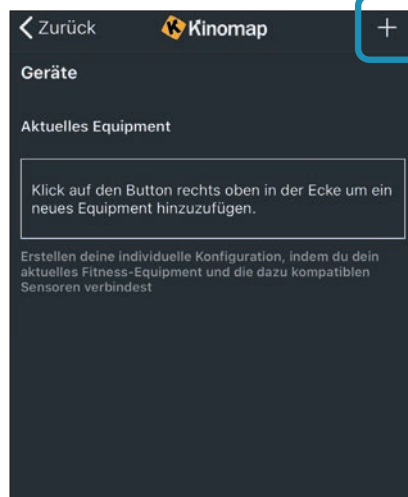
## KINOMAP

Transformez votre appareil en un produit fitness amusant et puissant ! Choisissez parmi les vidéos géolocalisées sur Kinomap et c'est parti ! Votre position est indiquée dans la vidéo, ainsi qu'à l'aide d'une icône sur la carte. Téléchargez l'application Kinomap Fitness dans l'App Store ou le Play Store en recherchant **Kinomap Fitness** ou en cliquant sur l'un des liens ci-dessous.

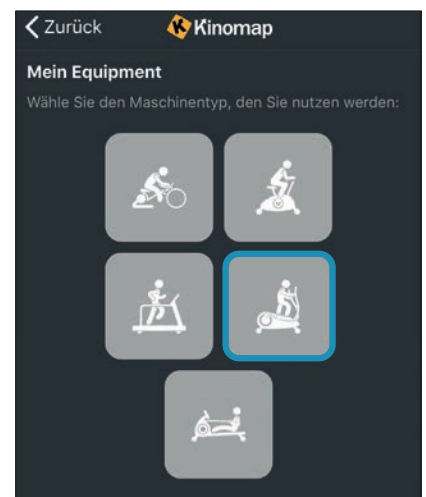
Installez et ouvrez l'application et enregistrez-vous ou connectez-vous. Activez Bluetooth®. Ajoutez maintenant l'appareil comme suit :



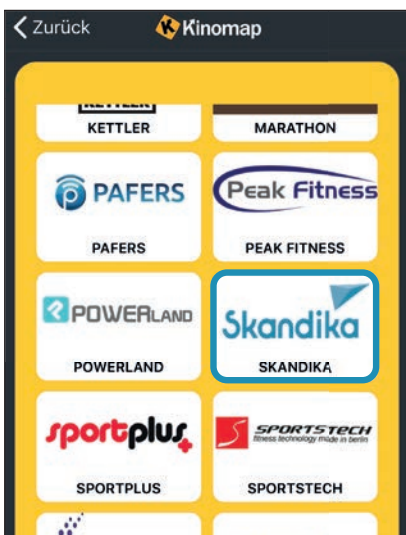
1. →



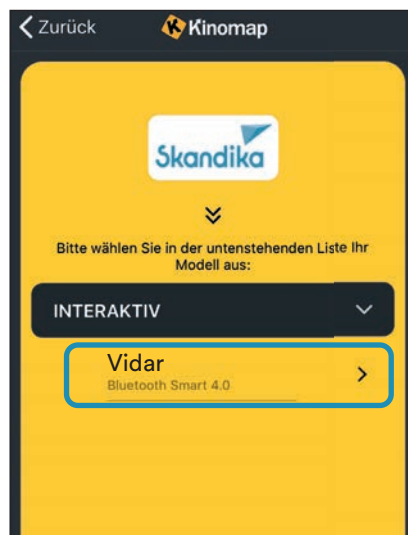
2. Touchez „+“ →



3. Crosstrainer →

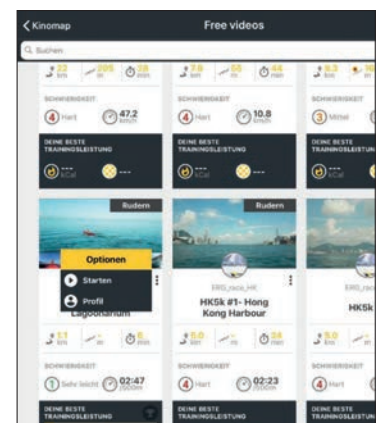


4. Sélectionnez Skandika →



5. Sélectionnez l'appareil

Puis appuyez sur OK et retournez au menu principal. Vous pouvez maintenant sélectionner une distance pour votre entraînement (en fonction du type de compte, le cas échéant, uniquement certains itinéraires gratuits). Appuyez sur « START » (Démarrer) !

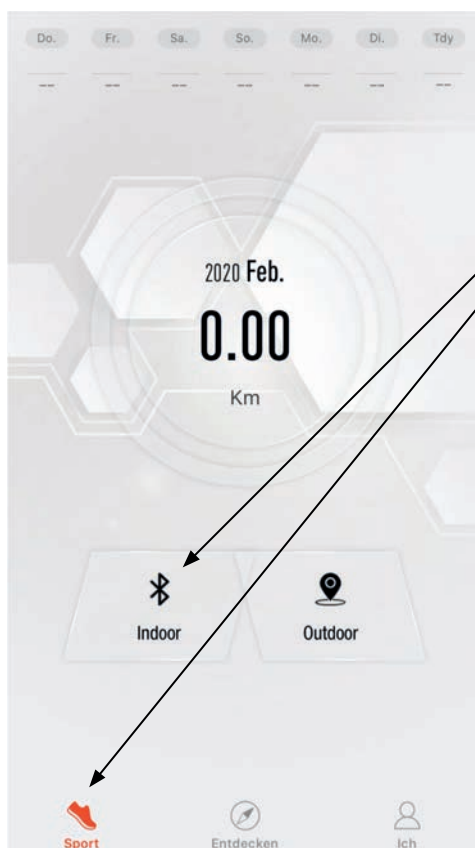




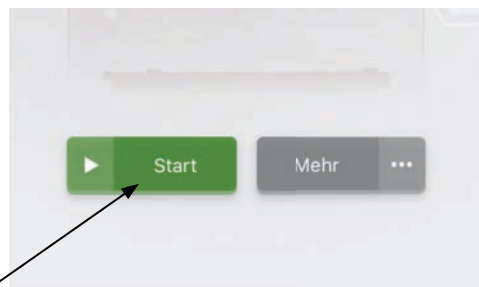
## FITSHOW

Activez Bluetooth® sur votre appareil mobile, téléchargez l'application et installez-la sur votre appareil iOS ou Android. Vous pouvez la trouver en utilisant la fonction de recherche d'application sur votre appareil.

Une fois l'installation réussie, vous pouvez démarrer l'application sur votre appareil mobile. Pour pouvoir enregistrer les données d'entraînement, vous devez vous inscrire dans l'application. Cependant, un entraînement simple sans enregistrement permanent des données est également possible sans inscription.

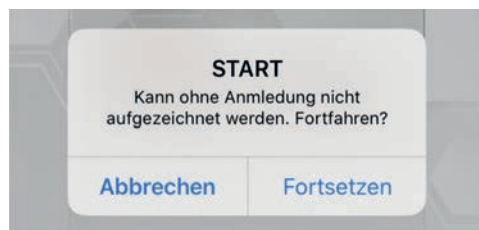


**1. Dans l'application, appuyez sur « Sport » et « Indoor »**



**2. Appuyez sur « Start » (Démarrer)**

Si vous n'êtes pas inscrit, un message peut apparaître :



Confirmez en appuyant sur « Continuer ». Vous pouvez maintenant commencer l'entraînement et les données correspondantes sont affichées dans l'application, tandis que l'ordinateur de l'appareil n'affiche que le symbole Bluetooth®.

Si le cardio de votre appareil n'est pas trouvé, veuillez vérifier si les fonctions Bluetooth® sont activées sur l'ordinateur de l'appareil et l'appareil mobile.

Si vous souhaitez mettre fin à l'entraînement, appuyez et maintenez le bouton rouge STOP dans l'APP.

## ZWIFT

L'ordinateur de votre appareil dispose d'un équipement Bluetooth® et est compatible avec l'application „ZWIFT“. Veuillez noter les informations suivantes. Téléchargez ZWIFT à partir des sources suivantes et installez l'application sur votre appareil (par exemple, PC, ordinateur portable ou téléphone mobile) :



Windows: <http://www.zwift.com/download/pc>  
MAC: <http://www.zwift.com/download/mac>  
GooglePlay: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zwift.zwiftgame>  
Appstore: <https://itunes.apple.com/us/app/id1134655040?mt=8>

Après l'installation, veuillez suivre les instructions de l'application. Pour vous connecter à l'ordinateur de l'appareil de formation, sélectionnez l'appareil et confirmez avec „OK“.

ZWIFT est un fournisseur tiers. Nous vous offrons cette connectivité en plus de la nôtre pour rendre votre formation encore plus intéressante. Toutefois, en raison d'éventuelles modifications ou mises à jour, nous ne pouvons pas garantir une compatibilité permanente. Vous devrez peut-être vous enregistrer auprès de ZWIFT pour utiliser l'application. L'application contient des offres partiellement payantes.

## NETTOYAGE ET ENTRETIEN

- Avant de nettoyer l'appareil, assurez-vous qu'il est éteint. Laissez refroidir l'appareil.
- Pour nettoyer l'appareil, utilisez uniquement un chiffon légèrement humide. N'utilisez en aucun cas de brosses, de produits de nettoyage détergents, d'essence, de dissolvant ou d'alcool. Frottez le siège avec un chiffon propre et doux pour le sécher.
- Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau pour le nettoyer et veillez à ce qu'il ne pénètre jamais d'eau ou d'autre liquide dans l'appareil.
- N'utilisez à nouveau l'appareil que lorsqu'il est entièrement sec.

## ÉCHAUFFEMENT et RÉCUPÉRATION

Un programme d'exercices réussi consiste en un échauffement, un exercice aérobique et une récupération. Entraînez-vous de préférence au moins deux ou trois fois par semaine, avec une pause d'un jour entre les séances d'entraînement. Après plusieurs mois, vous pouvez augmenter la fréquence à quatre ou cinq fois par semaine.

### Échauffement

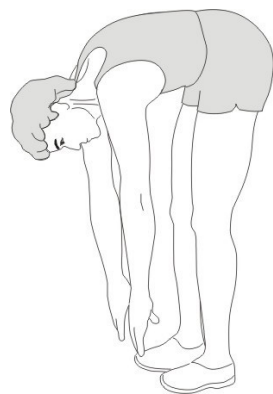
La phase améliore la circulation sanguine et aide les muscles à travailler correctement - le risque de crampes musculaires ou des blessures est réduit. Nous recommandons d'effectuer des exercices d'étirement comme décrit ci-dessus. Maintenez chaque étirement pendant environ 30 secondes - étirez seulement si loin que aucune douleur n'apparaît. Les exercices de réchauffement peuvent également inclure la marche rapide, le jogging, les sauts à la corde, les exercices de saut ou la course sur place.

### ÉTIRAGE

Les muscles peuvent être étirés plus facilement lorsqu'ils sont chauds. Cela permet de réduire le risque de blessures. ÉVITEZ LES À-COUPS.



Étirez-vous latéralement



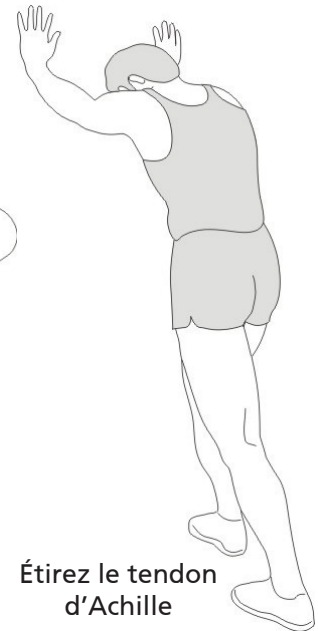
Touchez les orteils



Étirez l'intérieur de la cuisse



Étirez les muscles ischio-jambiers



Étirez le tendon d'Achille

### Récupération

Afin d'assister le métabolisme après la phase d'entraînement et d'éviter l'apparition de courbatures ou de claquages musculaires, une « phase de refroidissement » doit être observée après la « phase d'entraînement ». Vous pouvez - par exemple - réduire la vitesse et encore courir pendant 5 minutes. Ensuite, répétez les exercices d'étirement de la phase d'échauffement.

## CONDITIONS DE GARANTIE ET DE RÉPARATIONS

Pour nos appareils, nous proposons la garantie suivant les termes ci-dessous.

1. Selon les conditions suivantes (numéros 2 à 5) nous réparons tout défaut ou dommage sur l'appareil gratuitement, s'il s'agit d'un défaut de fabrication. Par conséquent, ces défauts et dommages doivent nous être signalés sans délai après leur apparition et pendant la période de garantie de 24 mois à compter de la date de livraison à l'utilisateur. La garantie ne couvre pas les pièces de protection qui se cassent facilement (le verre ou le plastique, par exemple). La garantie ne couvre pas les petites anomalies du produit qui ne nuisent pas à l'utilisation du produit ou à sa valeur. La garantie ne couvre pas non plus les dommages d'origine chimique ou électrochimique ou les dommages due à une pénétration d'eau ou à des cas de force majeure.
2. La garantie prévoit le remplacement des pièces défectueuses, en fonction de notre décision. Les coûts des pièces et de la main d'œuvre seront à notre charge. Une réparation au domicile du consommateur ne peut être exigée. La preuve et la date d'achat, ou de livraison, sont obligatoires. Les pièces changées deviennent notre propriété.
3. La garantie est nulle si des réparations ou des réglages ont été effectués, sans notre accord, ou si les appareils sont équipés de pièces ou accessoires additionnels qui ne sont adaptés à nos appareils. De plus, la garantie est nulle si l'appareil est endommagé ou détruit par un cas de force majeure ou en raison de facteurs environnementaux, en cas de mauvaise utilisation ou d'un entretien mal réalisé (non-respect du manuel d'utilisation) ou de dommages mécaniques. Le service clients peut vous autoriser à remplacer ou réparer des pièces défectueuses après consultation téléphonique. Dans ce cas-là, la garantie n'est pas nulle.
4. Les services de garantie ne s'étendent pas au-delà de la durée de la garantie. Elle n'entame pas non plus une nouvelle période de garantie.
5. Toute demande, particulièrement pour les dommages survenant en dehors de l'appareil, est exclue de la garantie tant que la responsabilité n'est pas ordonnée par la loi.
6. Nos conditions de garantie, qui couvrent les exigences et l'étendue de nos conditions de garantie, n'affectent pas les obligations de garantie contractuelles du revendeur.
7. Les pièces touchées par une usure normale ne sont pas couvertes par la garantie.
8. La garantie est nulle si l'appareil n'est pas utilisé correctement, s'il est utilisé dans des salles de gym, des centres de rééducation ou des hôtels. Même si la majorité de nos appareils est destinée à un usage professionnel, un accord distinct est obligatoire.

## INSTRUCTIONS POUR LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT



Le symbole de la poubelle barrée sur les piles ou les accumulateurs indique qu'ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères en fin de vie. Si les piles ou les accumulateurs contiennent du mercure (Hg), du cadmium (Cd) ou du plomb (Pb), vous trouverez le symbole chimique correspondant sous le symbole de la poubelle barrée. Vous êtes légalement tenu de rapporter les piles et accumulateurs usagés après utilisation. Vous pouvez le faire gratuitement dans un magasin de détail ou dans un autre point de collecte près de chez vous. Les adresses des points de collecte appropriés peuvent être obtenues auprès de votre ville ou de votre administration locale. Les piles peuvent contenir des substances qui sont nocives pour l'environnement et la santé humaine. Il convient d'être particulièrement prudent lors de la manipulation de piles contenant du lithium en raison des risques particuliers qu'elles présentent. La collecte séparée et le recyclage des piles et accumulateurs usagés visent à éviter les effets négatifs sur l'environnement et la santé humaine. Veuillez éviter autant que possible la production de déchets à partir de vieilles piles, par exemple en préférant les piles à longue durée de vie ou les piles rechargeables. Veuillez éviter de jeter des déchets dans les espaces publics en ne laissant pas de piles ou d'appareils électriques et électroniques contenant des piles. Veuillez envisager des moyens de réutiliser une batterie au lieu de la jeter, par exemple en la reconditionnant ou en la réparant.

Dans le cadre du travail continu d'amélioration des produits, nous nous réservons le droit de procéder à des modifications techniques et de design.

Pour d'accessoires ou de pièces de rechange, veuillez contacter :  
[service@skandika.de](mailto:service@skandika.de)  
 Centre de service clients : MAX Trader GmbH, Wilhelm-Beckmann-Str. 19, 45307  
 Essen, Allemagne









**Vertrieb & Service durch / Sales & Service by  
Ventes et services par**

MAX Trader GmbH  
Wilhelm-Beckmann-Straße 19  
45307 Essen  
Germany