



Originalbetriebsanleitung **DE**  
Translation of the original instructions **GB**  
Traduction du mode d'emploi original **FR**



# Fint P8-RM

Art.Nr. SF-3830

# Inhalt

- 03 Sicherheitshinweise
- 04 Aufbauanleitung
- 12 Ebener Stand / Transport / Reinigung / Lagerung
- 13 Auf- und Abwärmen
- 14 Widerstandsverstellung / Computerbedienung
- 15 Fehlerbehebung / Bluetooth-Verbindung
- 16 Verbindung zur SKANDIKA App
- 17 Verbindung zur KINOMAP-App
- 18 Explosionszeichnungen
- 20 Teileliste
- 22 Garantiebedingungen



skandika.com/  
service

|                                                                                                                    |                                                                                                |                                                                          |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---|--------|--------------|---|---|---|------|----|----|----|--|
| <div>Skandika</div> <div></div> | Importeur                                                                                      | MAX Trader GmbH                                                          |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | Adresse                                                                                        | Wilhelm-Beckmann-Str. 19, D-45307 Essen                                  |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | Artikelnummer   Name                                                                           | SF-3830   Fint P8-RM                                                     |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | Klasse                                                                                         | HC                                                                       |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | Standard                                                                                       | EN ISO 20957                                                             |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
| <div></div>                     | <div></div> | <b>Warnhinweis:</b> Bitte lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | Produktionsdatum                                                                               |                                                                          |   |        |              |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | 2025                                                                                           |                                                                          |   |        | 2026         |   |   |   | 2027 |    |    |    |  |
|                                                                                                                    | 1                                                                                              | 2                                                                        | 3 | 4      | 5            | 6 | 7 | 8 | 9    | 10 | 11 | 12 |  |
|                                                                                                                    | PO Nr.:                                                                                        |                                                                          |   |        | 2026-1000159 |   |   |   |      |    |    |    |  |
| 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)

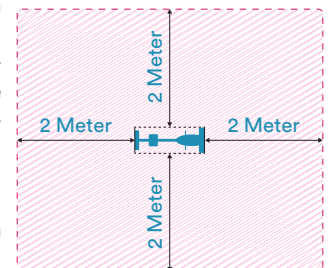


## WARNUNG

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

- Das Sicherheitsniveau des Gerätes kann nur gehalten werden, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß geprüft wird.
- Wenn Sie dieses Gerät weitergeben oder von einer anderen Person benutzen lassen, stellen Sie sicher, dass derjenige den Inhalt dieser Gebrauchsanleitung kennt.
- Dieses Gerät darf immer nur von einer Person zum Trainieren benutzt werden. Die maximale Belastbarkeit dieses Trainingsgerätes beträgt 120 kg. Klasseneinteilung: HC - nicht für therapeutische Zwecke geeignet!
- Überprüfen Sie vor der ersten Benutzung und dann auch später in regelmäßigen Abständen alle Schrauben, Bolzen und andere Verbindungen auf festen Sitz.
- Bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um festzustellen, ob Sie gesundheitliche oder körperliche Beschwerden haben, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder Sie daran hindern könnten, das Gerät richtig zu benutzen. Der Rat Ihres Arztes ist unerlässlich, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen.
- Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit schädigen. Hören Sie auf zu trainieren, wenn Sie eines der folgenden Symptome verspüren: Schmerzen, Engegefühl in der Brust, unregelmäßiger Herzschlag, Kurzatmigkeit, Benommenheit, Schwindel oder Gefühl der Übelkeit. Wenn Sie eines oder mehrere dieser Symptome verspüren, sollten Sie zuerst Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie mit Ihrem Trainingsprogramm fortfahren.
- Halten Sie kleine Kinder und Haustiere fern von dem Trainingsgerät. Lassen Sie Kinder unter 14 Jahren niemals unbeaufsichtigt allein in einem Raum mit dem Gerät.
- Eltern und andere Aufsichtspersonen sollten sich Ihrer Verantwortung bewusst sein, da aufgrund des natürlichen Spieltriebes und der Experimentierfreudigkeit der Kinder mit Situationen zu rechnen ist, für die Trainingsgeräte nicht gebaut sind.
- Stellen Sie das Gerät an einem trockenen, ebenen Ort auf und schützen Sie es vor Feuchtigkeit. Sofern Sie den Aufstellort besonders gegen Druckstellen, Verschmutzungen u.ä. schützen wollen, empfehlen wir Ihnen eine geeignete, rutschfeste Unterlage unter das Gerät zu legen. Benutzen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien. Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzt haben, prüfen Sie es auf Rost und Materialrisse.
- Benutzen Sie das Gerät immer wie in dieser Anleitung beschrieben. Wenn Sie beim Zusammenbau oder bei der Überprüfung des Geräts defekte Teile feststellen oder wenn Sie während des Trainings ungewöhnliche Geräusche aus dem Gerät hören, stellen Sie die Verwendung des Geräts sofort ein und verwenden Sie es nicht mehr, bis das Problem behoben ist. Kontaktieren Sie den Kundenservice.
- 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. Nutzen Sie die Fußschlaufen während des Trainings.
- Achten Sie darauf, dass Sie und andere Personen sich niemals mit irgendwelchen Körperteilen (z. B. Finger) in den Bereich von sich bewegenden Teilen begeben. Zudem sollten sich keine Objekte in der näheren Umgebung befinden, die den Trainingsablauf stören könnten.
- Beachten Sie die Hinweise zum Aufwärmen vor dem Training und zum Abkühlen nach dem Training in dieser Anleitung.
- Dieses Gerät ist nur für den Innen- und Heimgebrauch bestimmt, es ist nicht für den gewerblichen Gebrauch vorgesehen!
- Trainieren Sie nie unmittelbar nach Mahlzeiten.
- Zum Aufsteigen halten Sie sich am Griff fest und stellen Sie sicher, dass sich eine Trittfläche in der untersten Position befindet, auf die Sie einen Fuß setzen. Platzieren Sie dann den anderen Fuß auf der anderen Trittfläche. Zum Absteigen vom Gerät gehen Sie in umgekehrter Reihenfolge vor.
- Reinigen Sie das Gerät regelmäßig. Spülen Sie es nicht direkt mit Wasser, Benzin oder Scheuermittel usw. ab. Dies kann zu Beschädigungen führen. Verwenden Sie zur Reinigung ein leicht angefeuchtetes Tuch.
- Bitte trainieren Sie mit einem Freibereich von 2 Metern um das Gerät.



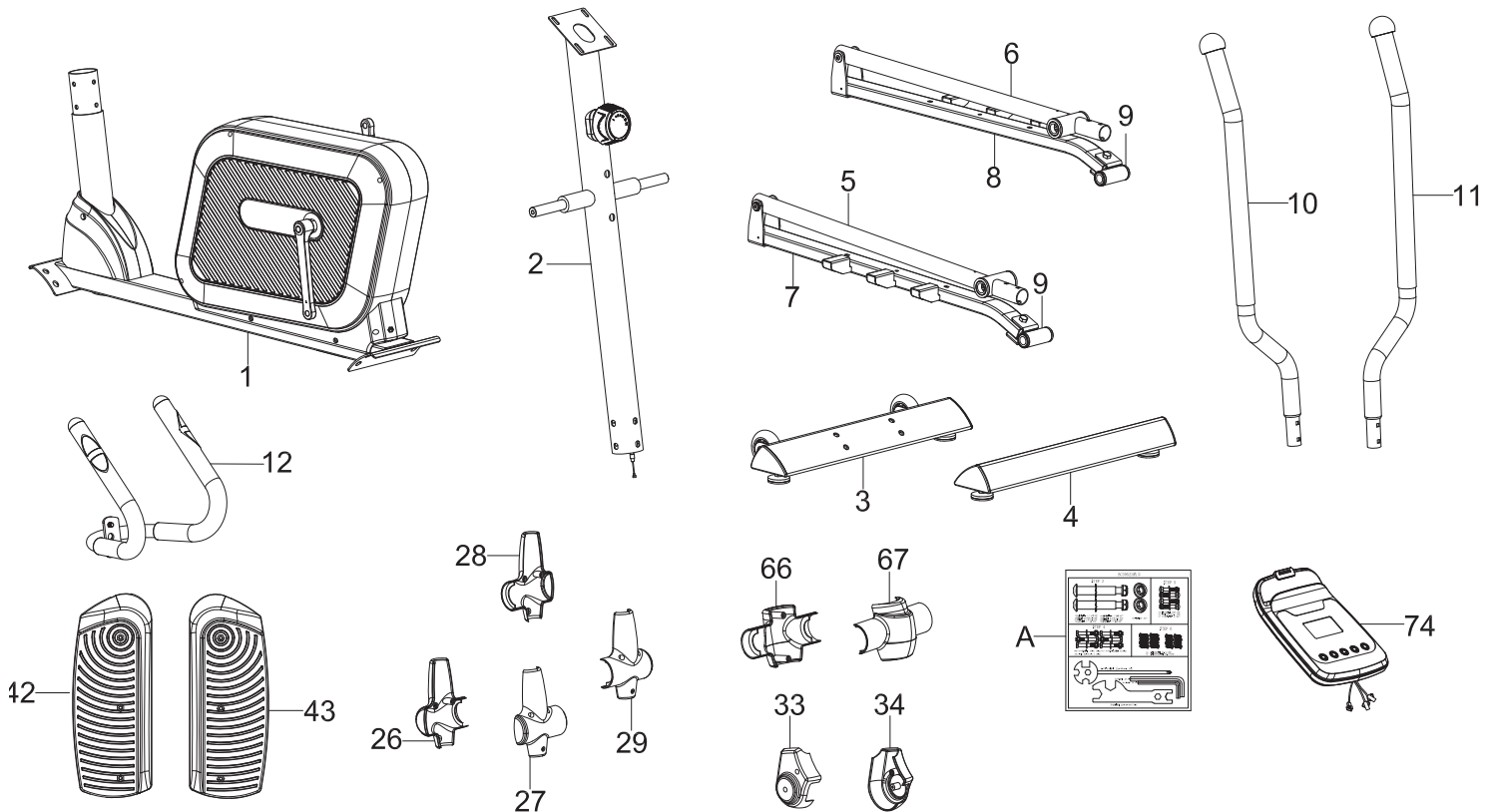
Grundsätzlich sollten Sie vor der Aufnahme eines Trainings Ihren Arzt konsultieren. Er kann Ihnen konkrete Angaben machen, welche Belastungsintensität für Sie geeignet ist und Ihnen Tipps zum Training und zur Ernährung geben. Dies ist insbesondere wichtig für Menschen über 35 Jahre oder für Menschen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

## CHECKLISTE

Bevor Sie mit dem Aufbau beginnen, empfehlen wir Ihnen, sich einen Platz mit ausreichend Freiraum und einer flachen Unterlage für die Montage zu suchen.

Bitte prüfen Sie, ob alle notwendigen Teile für den Aufbau vorhanden sind. Evtl. sind schon einige Teile vormontiert, um Ihnen den Aufbau zu erleichtern.

Wir empfehlen, zum Aufbau des Gerätes das beigefügte Werkzeug zu benutzen.

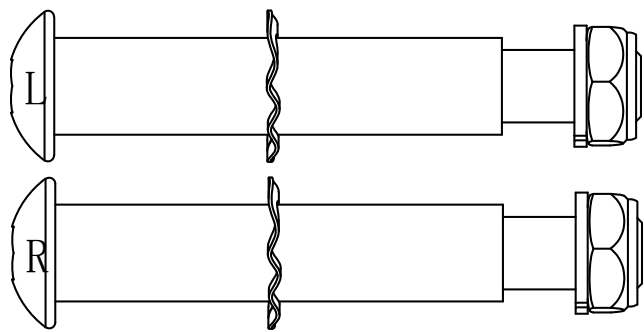


| Teil Nr. | Bezeichnung                     | Menge |
|----------|---------------------------------|-------|
| 1        | Hauptrahmen                     | 1     |
| 2        | Griffstütze                     | 1     |
| 3        | Vorderer Standfuß               | 1     |
| 4        | Hinterer Standfuß               | 1     |
| 5/7/9    | Linker Arm/Fußrohr/U-Halterung  | 1     |
| 6/8/9    | Rechter Arm/Fußrohr/U-Halterung | 1     |
| 10       | Linker Griff                    | 1     |
| 11       | Rechter Griff                   | 1     |
| 12       | Mittlerer Griff                 | 1     |

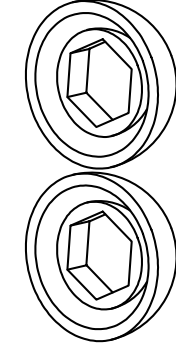
| Teil Nr. | Bezeichnung             | Menge |
|----------|-------------------------|-------|
| 26       | Linke Griffabdeckung A  | 1     |
| 27       | Linke Griffabdeckung B  | 1     |
| 28       | Rechte Griffabdeckung A | 1     |
| 29       | Rechte Griffabdeckung B | 1     |
| 42/43    | Trittflächen            | 2     |
| 66       | Vordere Abdeckung A     | 1     |
| 67       | Vordere Abdeckung B     | 1     |
| 74       | Computer                | 1     |
| A        | Hardwarepaket           | 1     |
|          | Gebrauchsanleitung      | 1     |

KLEINTEILE-PACK

Schritt 3

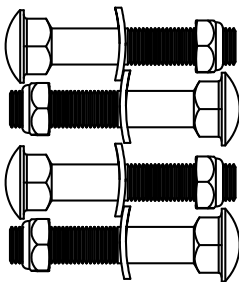


- #48 Left Bolt 1/2" 1PCS
- #49 Right Bolt 1/2" 1PCS
- #68 Wave Washer  $\Phi 28 \times \Phi 17 \times 0.3$  1PCS
- #68 Wave Washer  $\Phi 28 \times \Phi 17 \times 0.3$  1PCS
- #52 Spring Washer  $\Phi 20 \times \Phi 13 \times 2.0$  1PCS
- #52 Spring Washer  $\Phi 20 \times \Phi 13 \times 2.0$  1PCS
- #53 Left Nut 1/2" 1PCS
- #54 Right Nut 1/2" 1PCS



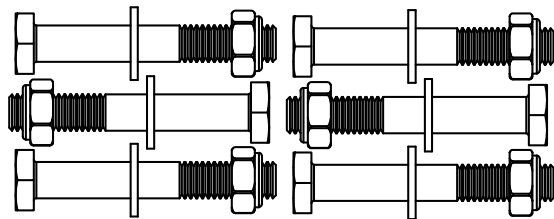
#44 Cap Nut S13 2PCS

Schritt 5



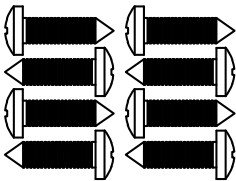
- #15 Bolt M6\*35 4PCS
- 4PCS
- #16 Curve Washer  $\Phi 6 \times \Phi 12 \times 1.0$  4PCS
- #17 Nut M6 4PCS

Schritt 4



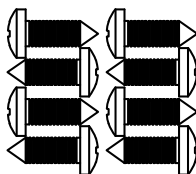
- #39 Bolt M6\*40 6PCS
- #17 Nut M6 6PCS
- #40 Washer  $\Phi 6 \times \Phi 12 \times 1.0$  6PCS

Schritt 6



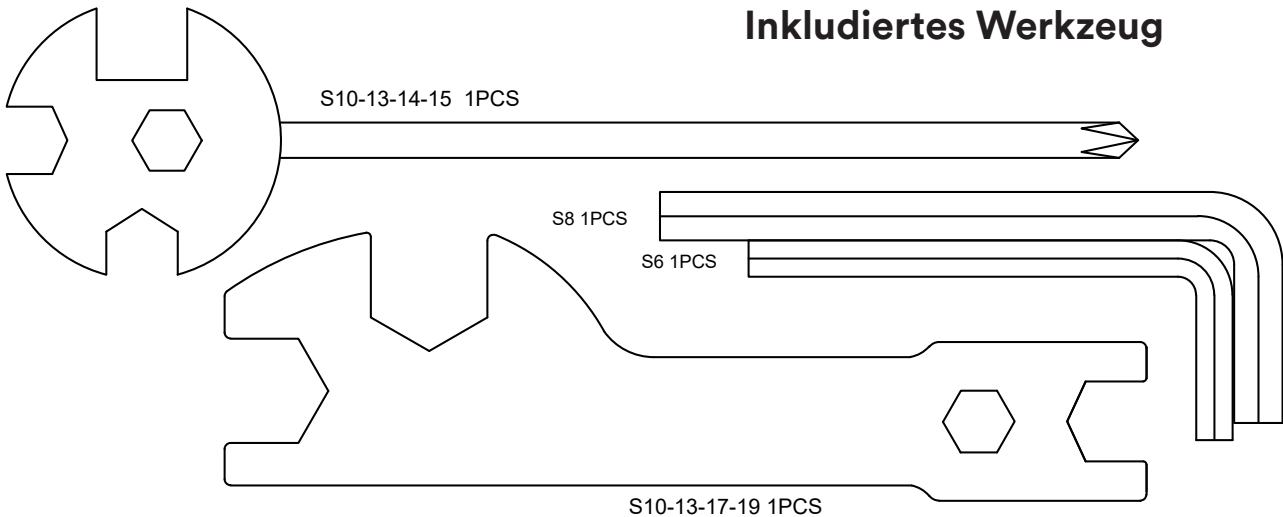
#31 Screw ST4.2\*15 8PCS

Schritt 6



#30 Screw ST4.2\*12 8PCS

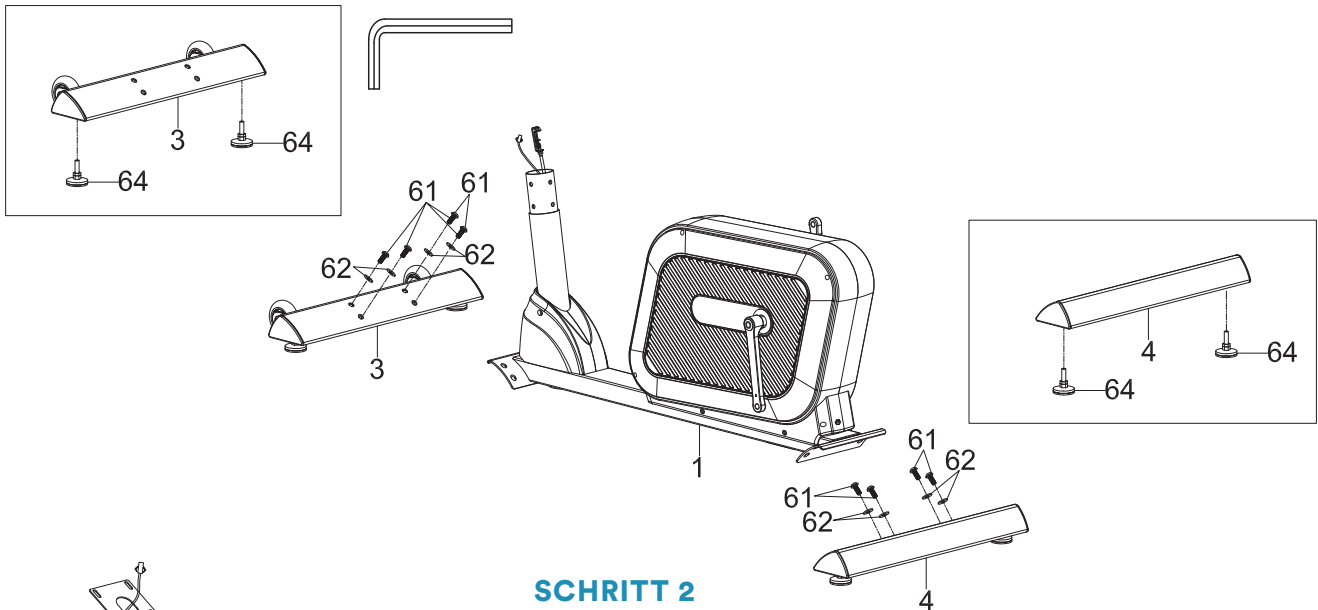
Inkludiertes Werkzeug



## SCHRITT 1

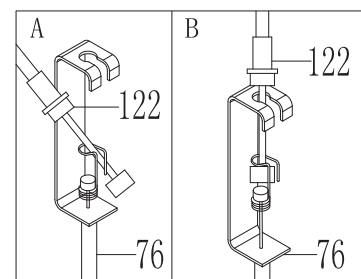
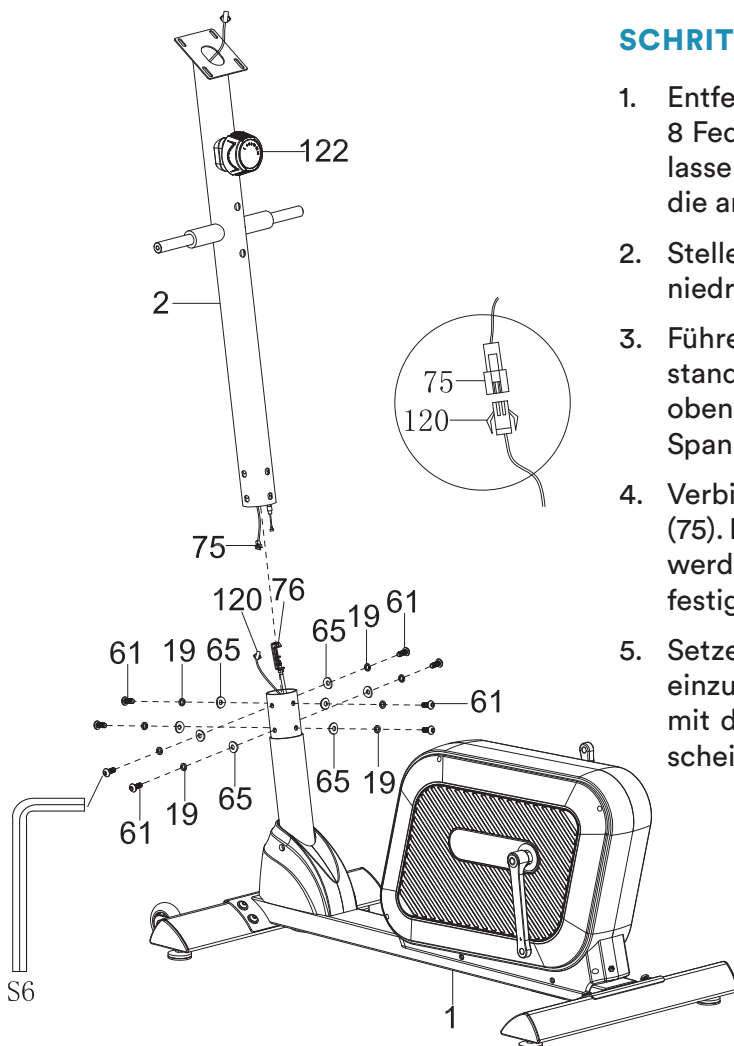
In diesem Schritt werden die beiden Standfüße montiert.

1. Bringen Sie zunächst die 4 verstellbaren Füße (64) am vorderen und hinteren Standfuß (3 / 4) an wie abgebildet.
2. Entfernen Sie die jeweils 4 Schrauben (61) und 4 Unterlegscheiben (62) aus dem vorderen (3) und hinteren (4) Standfuß.
3. Befestigen Sie die beiden Standfüße dann mit diesen Schrauben und Unterlegscheiben am Hauptrahmen (1) wie in der Zeichnung abgebildet.



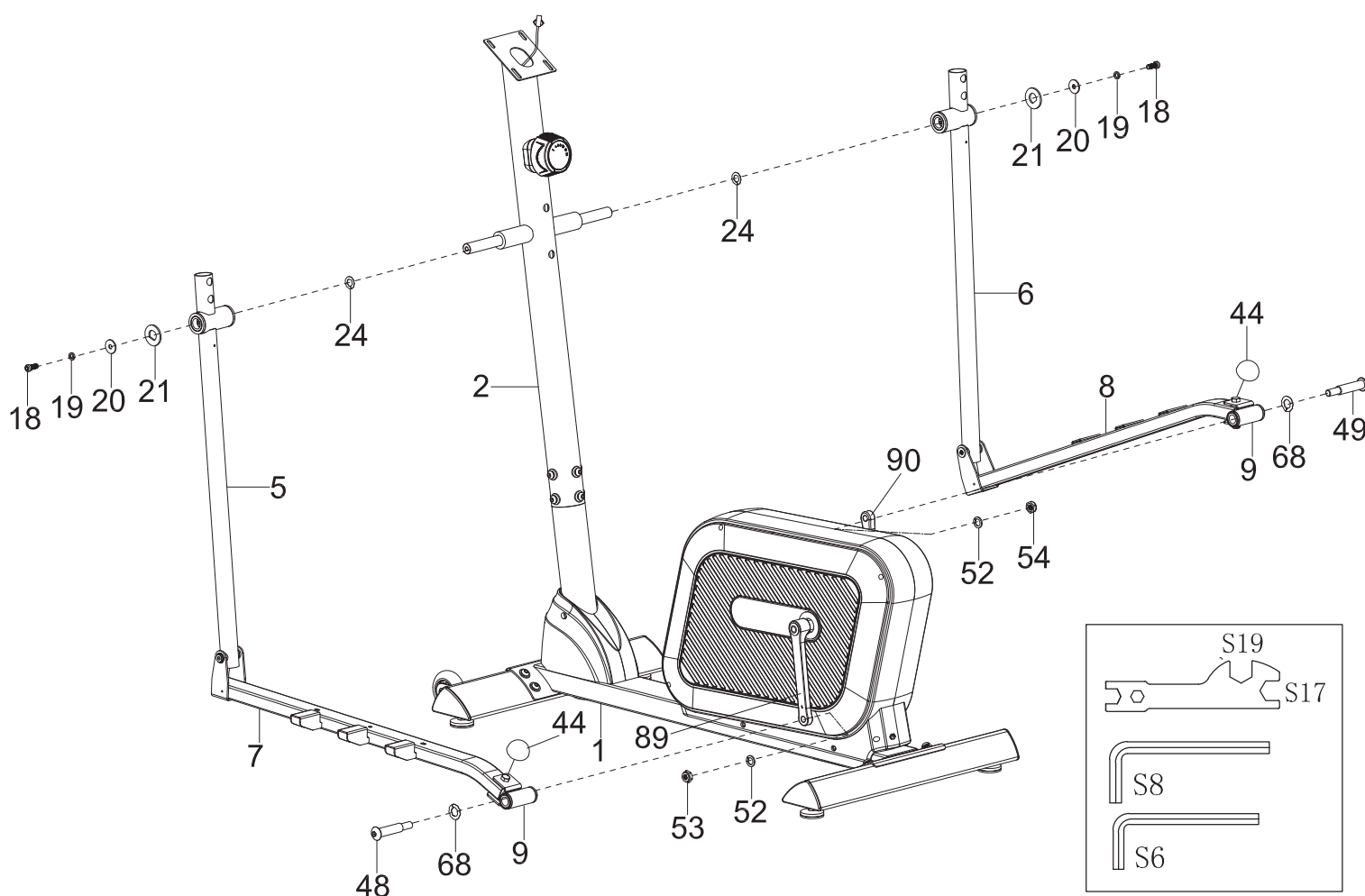
## SCHRITT 2

1. Entfernen Sie die 8 Schrauben (61), 8 große Scheiben (65) und 8 Federscheiben (19) aus dem Hauptrahmen (1). HINWEIS: Bitte lassen Sie eine Person die vordere Stütze (2) festhalten, während die andere Person die Montage durchführt.
2. Stellen Sie sicher, dass sich der Widerstandsregler (122) auf der niedrigsten Widerstandsstufe (Stufe 1) befindet.
3. Führen Sie das Kabelende des Widerstandskabels in den Widerstandsregler (122) ein. Ziehen Sie das Widerstandskabel nach oben und schieben Sie es in den Schlitz der Metallhalterung des Spannseils (76). Entfernen Sie den Kunststoffclip (53).
4. Verbinden Sie nun das Sensorkabel (120) mit oberem Kabelteil (75). HINWEIS: Achten Sie darauf, dass keine Kabel eingeklemmt werden, wenn Sie die vordere Stütze (2) am Hauptrahmen (1) befestigen.
5. Setzen Sie nun die Griffstütze (2) vorsichtig (ohne ein Kabel einzuklemmen) in den Hauptrahmen (1) und befestigen Sie sie mit den 8 Schrauben (61), 8 großen Scheiben (65) und 8 Federscheiben (19).



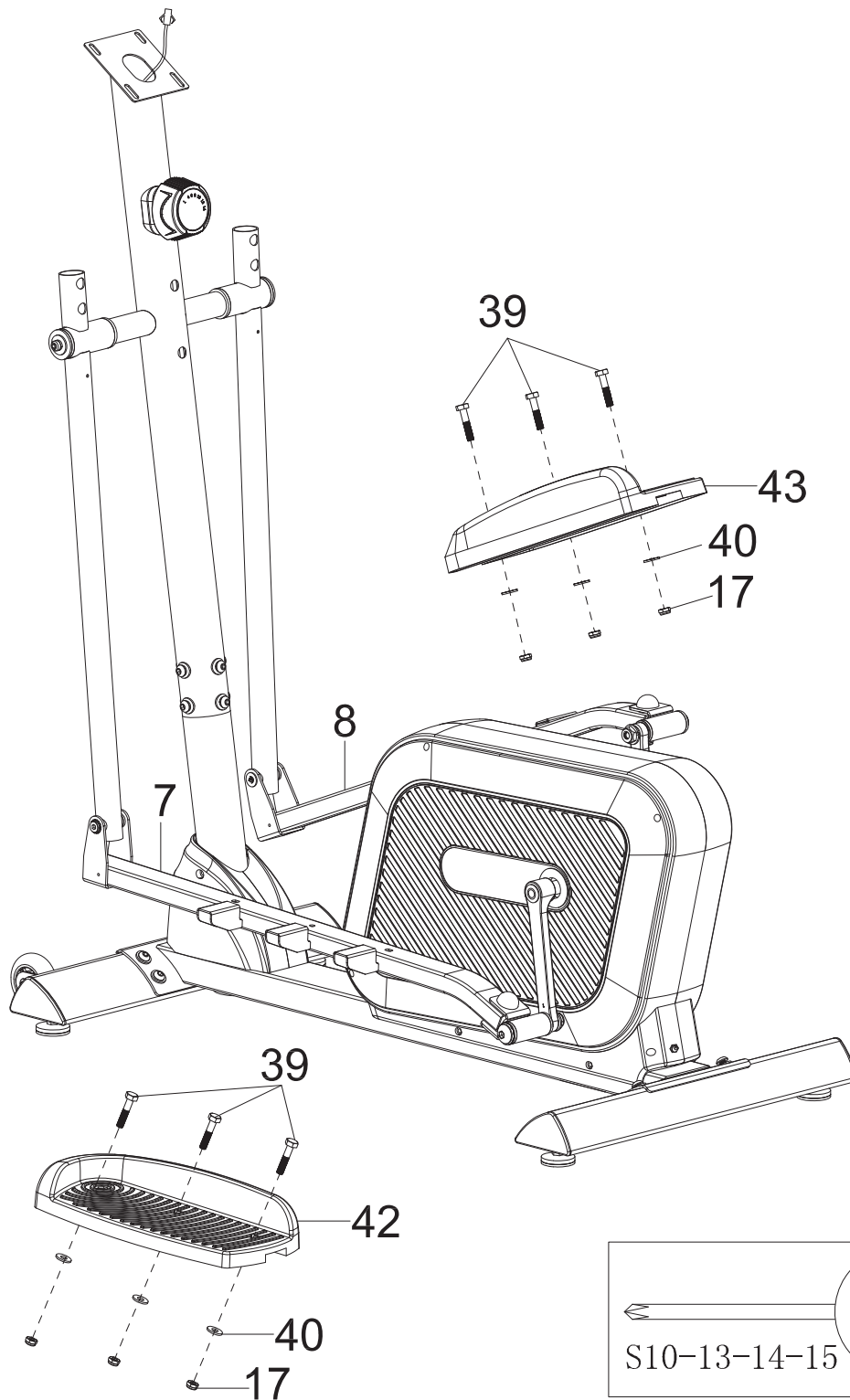
### SCHRITT 3

1. Entfernen Sie die 2 Schrauben (18), 2 Federscheiben (19), 2 großen Unterlegscheiben (20) und die 2 Wellscheiben (21) aus der Griffstütze (2).
2. Befestigen Sie den linken (5) und rechten (6) Arm an der horizontalen Achse der Griffstütze (2) wie abgebildet mit den eben entfernten Schrauben (18), Federscheiben (19), großen Unterlegscheiben (20) und Wellscheiben (21), sowie je einer Welscheibe (24).
3. Befestigen Sie nun das linke Fußrohr (7) mittels der U-Halterung (9) und der linken Montageschraube (48, markiert mit „L“) und einer Welscheibe (68) am linken Pedalarm (89). Hierzu drehen Sie die Montageschraube (48) **entgegen dem Uhrzeigersinn** fest und sichern diese Verbindung dann mit 1 Federscheibe (52) und der Mutter (53), welche sie **im Uhrzeigersinn** anziehen.
4. Befestigen Sie nun das rechte Fußrohr (8) mittels der U-Halterung (9) und der rechten Montageschraube (49, markiert mit „R“) und einer Welscheibe (68) am rechten Pedalarm (90). Hierzu drehen Sie die Montageschraube (49) **im Uhrzeigersinn** fest und sichern diese Verbindung dann mit 1 Federscheibe (52) und der Mutter (54), welche sie **entgegen dem Uhrzeigersinn** anziehen.



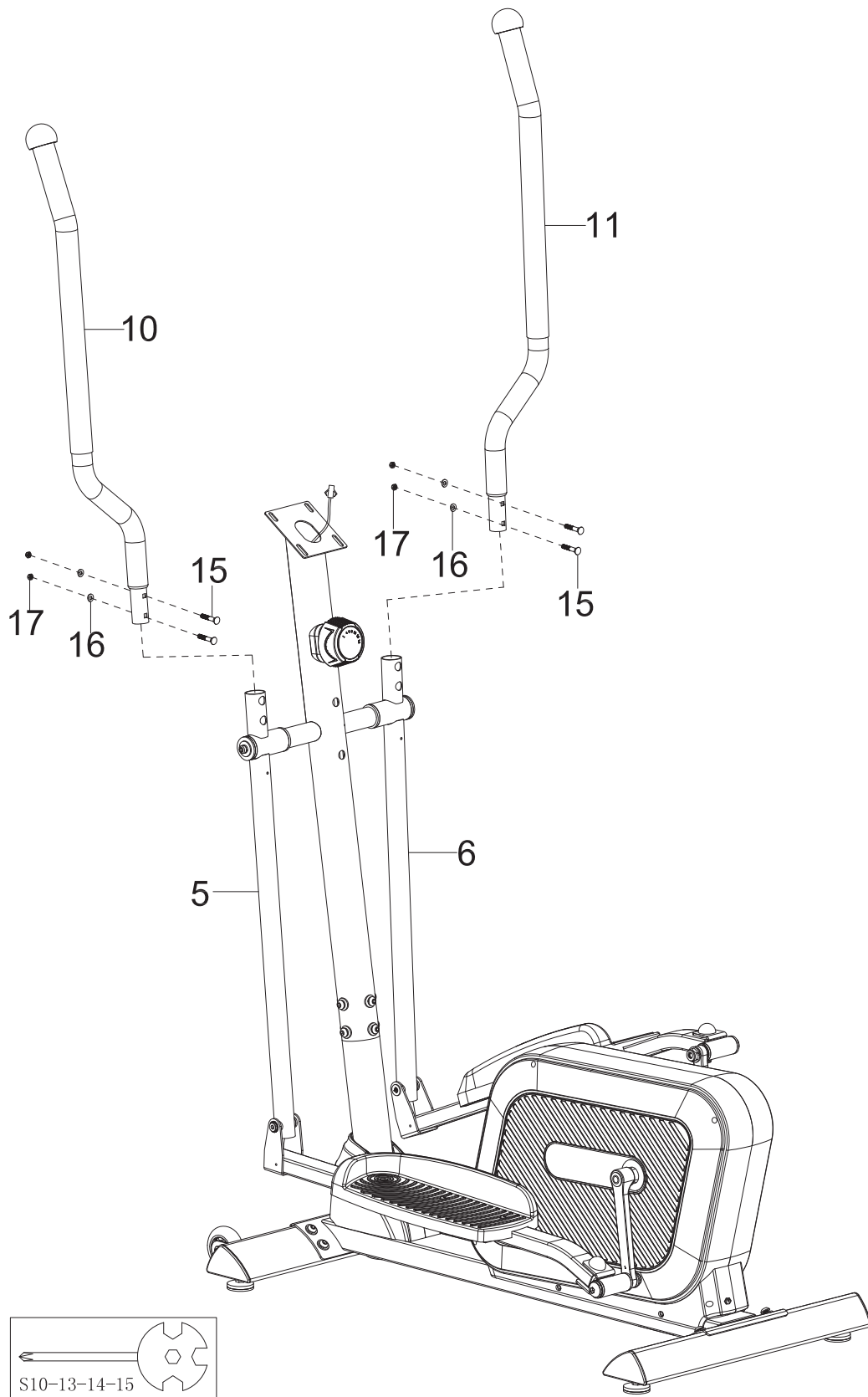
**SCHRITT 4**

Befestigen Sie die linke (42) und rechte (43) Trittfläche jeweils mit 3 Schrauben (39), 3 Muttern (17) und 3 Unterlegscheiben (40) am linken (7) bzw. rechten (8) Fußrohr.



**SCHRITT 5**

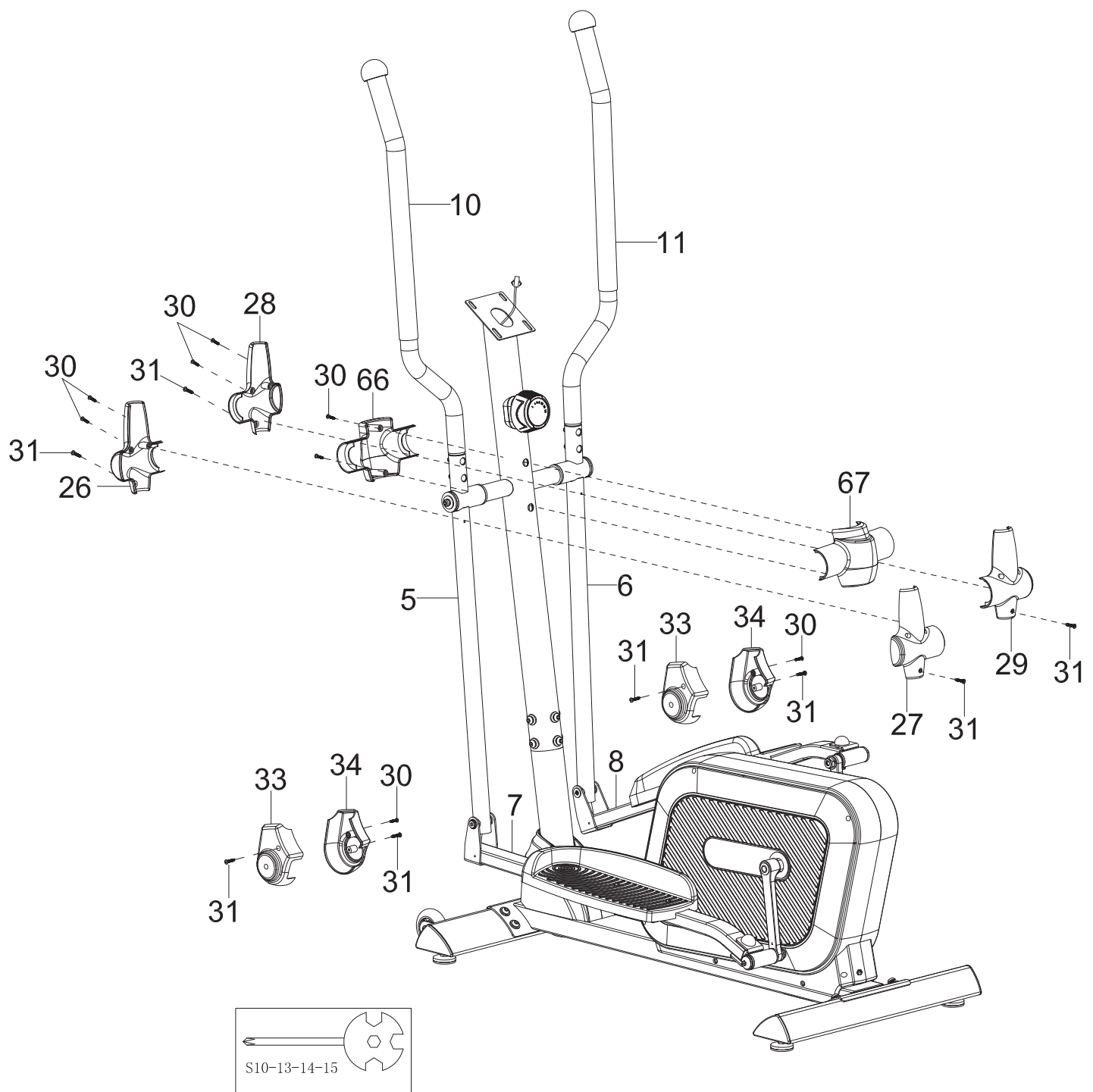
Befestigen Sie den linken (10) und rechten (11) Griff jeweils mit 2 Schrauben (15), 2 Wellscheiben (16) und 2 Muttern (17) am linken (5) und rechten (6) Arm.



**SCHRITT 6**

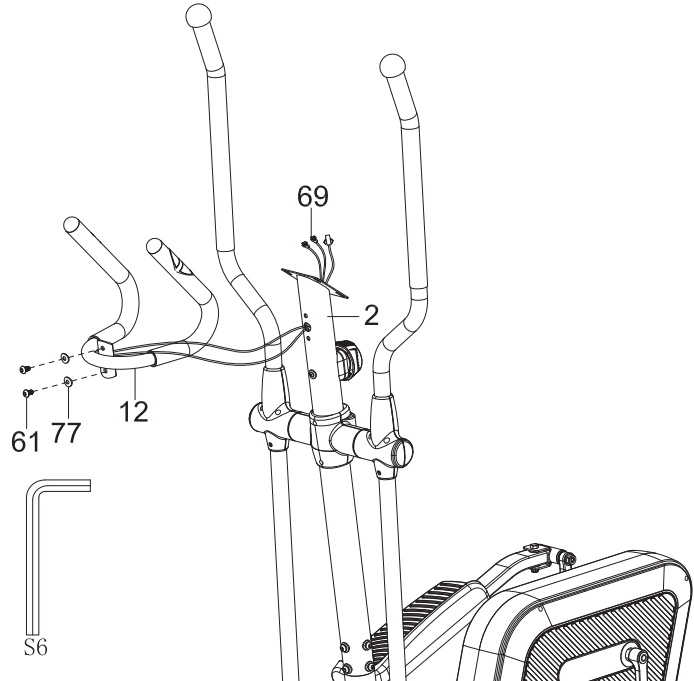
Befestigen Sie nun alle Abdeckungen wie abgebildet:

- Abdeckungen (66&67) mit insgesamt 2 Schrauben (30) an der Griffstütze (2)
- Abdeckungen (26&27) und (28&29) mit jeweils 2 Schrauben (30) und 2 Schrauben (31) am linken (10) und rechten (11) Griff
- Abdeckungen (33&34) mit insgesamt 2 Schrauben (30) und 4 Schrauben (31) am linken (7) und rechten (8) Fußrohr



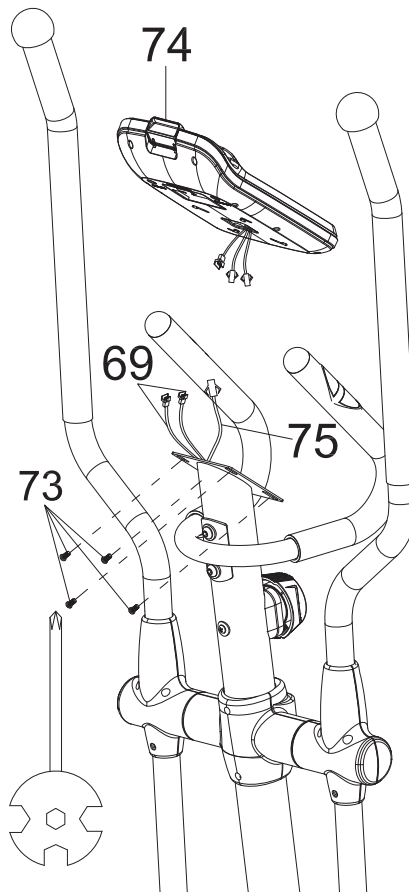
## SCHRITT 7

Entfernen Sie 2 Schrauben (61) und 2 Wellscheiben (77) aus der Griffstütze (2). Führen Sie die Handpuls-kabel (69) durch die Bohrung auf der Vorderseite der Griffstütze (2) und nach oben aus der Stütze heraus. Befestigen Sie dann vorsichtig den Griff (12) an der Griffstütze (2) mit den 2 Schrauben (61) und 2 Wellscheiben (77).



## SCHRITT 8

Entfernen Sie 4 Schrauben (73) aus der Rückseite des Computers (74), verbinden Sie Computerkabel (75) und die beiden Handpuls-kabel (69) mit den Anschlüssen am Computer (74). Überschüssiges Kabel stecken Sie vorsichtig in die Griffstütze (2). Montieren Sie dann den Computer (74) mit den 4 Schrauben (73) oben auf der Griffstütze (2). **Die Installation ist nun abgeschlossen. Bitte überprüfen Sie noch einmal, ob alle Verbindungen fest sitzen.**



## **EBENER STAND**

Das Gerät sollte eben stehen, damit es nicht wackelt und ein sicheres Training möglich ist. An beiden Standfüßen befinden sich jeweils 2 justierbare Füße (64), welche durch Drehen so nivelliert werden können, dass das Gerät gerade auf dem Boden steht.

## **TRANSPORT**

Für den Transport besitzt das Gerät Transportrollen am vorderen Standfuß. Wenn Sie es an einen anderen Standort bringen möchten, heben Sie das Gerät am hinteren Standfuß so an, dass die Transportrollen vorn den Boden berühren. So können Sie das Gerät einfach an den neuen Standort rollen.

## **REINIGUNG**

Das Gerät kann mit einem weichen, sauberen und feuchten Tuch gereinigt werden. Verwenden Sie keine Scheuermittel oder Lösungsmittel auf Kunststoffteilen.

Wischen Sie das Gerät nach jedem Gebrauch ab, um Schweiß und Schmutz zu entfernen. Achten Sie darauf, dass keine übermäßige Feuchtigkeit auf das Display des Computers gelangt, da dies zu elektrischen Gefahren oder zu einem Ausfall der Elektronik führen kann. Setzen Sie das Gerät, insbesondere den Computer, keiner direkten Sonneneinstrahlung aus, um Schäden am Computerdisplay zu vermeiden. Überprüfen Sie wöchentlich alle Befestigungsschrauben und Trittflächen auf festen Sitz.

## **LAGERUNG**

Lagern Sie das Gerät an einem sauberen und trockenen Ort, außerhalb der Reichweite von Kindern.

## Auf- und Abwärmen

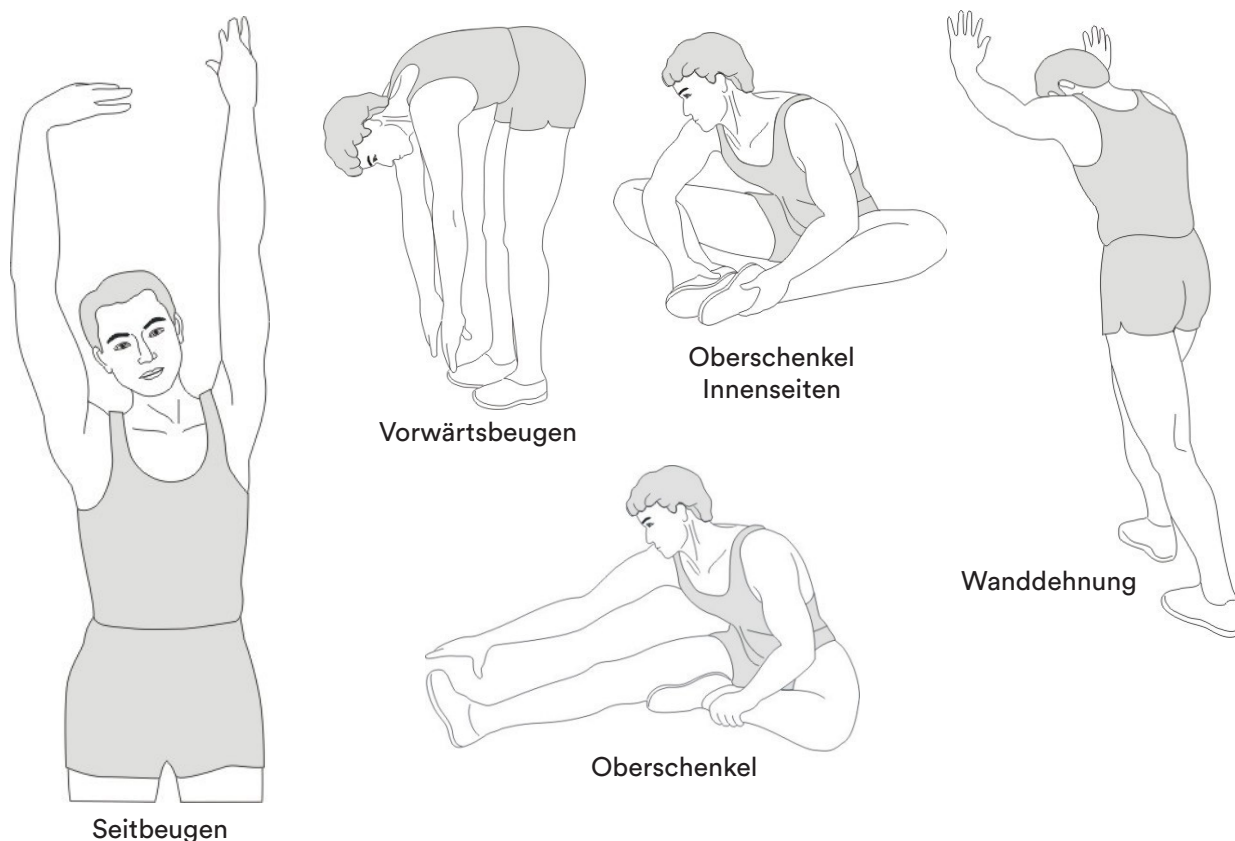
Ein erfolgreiches Trainingsprogramm besteht aus einer Aufwärmphase, einer Trainingsphase und dem Abkühlen. Die Trainingshäufigkeit sollte für Anfänger bei 2- bis 3-mal die Woche angesetzt werden, immer mit mindestens einem Tag Pause zwischen den Trainingseinheiten. Nach einigen Monaten kann die Häufigkeit 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, Seilsprungübungen oder das Laufen auf der Stelle beinhalten.

### Stretching

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



Denken Sie daran, immer zuerst Ihren Arzt zu kontaktieren, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen.

### Cool-Down (Abkühlen)

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.

## WIDERSTANDSVERSTELLUNG

Stellen Sie den Tretwiderstand ein, indem Sie den Widerstandsregler (122) im Uhrzeigersinn drehen, um den Widerstand zu erhöhen. Drehen Sie den Regler gegen den Uhrzeigersinn, um den Widerstand zu verringern.

## COMPUTERBEDIENUNG

Stellen Sie sicher, dass Sie neue oder ausreichend gute Batterien im Computer eingelegt haben. Wird die Anzeige schwach, wechseln Sie diese aus.

### Tastenfunktionen:

**MODE:** Diese Taste dient zur Auswahl der gewünschten Computerfunktion. Sie können jeden Funktionswert einzeln anwählen oder aber die SCAN-Funktion aktivieren, welche automatisch alle Funktionswerte hintereinander anzeigt (Wechsel ca. alle 4 Sekunden).

**SET:** Diese Taste dient der Einstellung von Zielwerten für Zeit, Distanz, Kalorien oder Puls.

**RESET:** Zum Zurücksetzen aller Funktionswerte auf 0 drücken und halten Sie die RESET-Taste bitte für ca. 3 Sekunden.

### Computerfunktionen:

**TIME (Zeit):** Zeigt die verstrichene Trainingszeit an (0:00 bis 99:59 Min.)

**SPEED (Geschwindigkeit):** Zeigt die aktuelle Geschwindigkeit (0,0 bis 99,9 km/h)

**DISTANCE (Entfernung):** Zeigt die zurückgelegte Entfernung an (0,0 bis 9999 km).

**CALORIES (Kalorien):** Zeigt den Kalorienverbrauch an (0,0 bis 9999 kcal).

**ODOMETER (Total-Entfernung):** Zeigt die insgesamt mit diesem Gerät zurückgelegte Entfernung an (0,0 bis 9999 km).

**PULSE („PUL“ / Herzfrequenz):** Zeigt die aktuelle Herzfrequenz an (40 - 240 Schläge/Minute). Für eine korrekte Pulsanzeige stellen Sie bitte sicher, dass Sie die beiden Handsensoren vollständig umfassen oder einen kompatiblen Bluetooth-Brustgurt (Erklärung siehe weiter hinten in dieser Anleitung) tragen.

### Hinweise:

a) Erfolgt für ca. 4 Minuten kein Training und keine Bedienung, schaltet sich der Computer automatisch aus.

b) Sie erwecken die Anzeige wieder, wenn Sie eine Taste drücken oder mit dem Training beginnen.

c) Die Kalorienanzeige errechnet sich aus der zurückgelegten Distanz. Diese Anzeige dient lediglich dem Vergleich verschiedener Trainingseinheiten und eignet sich nicht für eine individuelle Kalorienverbrauchsrechnung verschiedener Personen, z. B. im Rahmen einer Diät.

## FEHLERBEHEBUNG

### Frage: Warum zeigt der Computerbildschirm nichts an?

Lösung: Bitte überprüfen Sie, ob alle Kabel korrekt mit dem Computer verbunden sind und die Batterien korrekt eingelegt sind.

### Frage: Warum zeigt der Computer während des Trainings keinen Puls an?

Lösung: Stellen Sie sicher, dass die Kabelverbindungen der Handpulssensoren fest sitzen. Um eine genauere Pulsmessung zu gewährleisten, halten Sie die Sensoren an den Lenkergriffen bitte immer mit beiden Händen fest, anstatt nur mit einer Hand, wenn Sie Ihre Herzfrequenzwerte testen möchten. Sie halten die Handpulssensoren zu fest. Versuchen Sie, beim Festhalten der Handpulssensoren einen nur moderaten Druck auszuüben.

### Problem: Das Gerät ist während des Gebrauchs instabil oder wackelt.

Lösung: Stellen Sie sicher, dass das Gerät auf einer festen und ebenen Fläche steht. Stellen Sie die Nivellierfüße ein, um das Gerät auszurichten.

### Problem: Das Gerät quietscht oder gibt ein zischendes Geräusch von sich.

Lösung: Stellen Sie sicher, dass das Gerät auf einer festen und ebenen Fläche steht. Lösen Sie alle Befestigungsteile, fetten Sie die Bolzengewinde ein und ziehen Sie die Befestigungsteile wieder fest.

## BLUETOOTH-VERBINDUNG

Das Gerät kann via Bluetooth mit der KINOMAP- bzw. SKANDIKA-App (Beschreibung auf den Folgeseiten) verbunden werden. Wenn diese Verbindung besteht, kann mit Hilfe der App auch ein optionaler Brustgurt verbunden werden. Für die Verbindung zu einem Brustgurt benötigen Sie einen optionalen, kompatiblen Brustgurt, beispielsweise den **SKANDIKA** Brustgurt (siehe QR-Code unten).



### SKANDIKA Brustgurt Bluetooth

Für ein zielorientiertes und herzfrequenzgesteuertes Cardio-Training (HRC) ist es wichtig, den eigenen Puls während des Workouts ständig im Blick zu haben und bei Bedarf seine Leistung anzupassen.

- Bluetooth-Schnittstelle
- größenverstellbar
- für die Nutzung der App Kinomap geeignet

Sie können dieses Produkt über folgenden QR-Code käuflich erwerben:



## VERBINDUNG ZUR SKANDIKA APP



Der Gerätecomputer kann zudem via Bluetooth mit der SKANDIKA App verbunden werden.

Nach dem Download und der Installation der App auf Ihrem Smartphone gehen Sie bitte wie folgt vor:

1. Tippen Sie links unten auf „Geräte“ - es erscheint eine Anzeige wie in Abb. 1 dargestellt.
2. Tippen Sie dann auf das gefundene Gerät (Abb. 2).
3. Wenn das blaue Bluetooth-Symbol erscheint (siehe Abb. 3), ist die Verbindung aktiv.
4. Tippen Sie auf „Training“ und „offenes Training“ (Abb. 4).
5. Beginnen Sie mit dem Training (START-Taste auf dem Gerätecomputer drücken). Die SKANDIKA App startet parallel selbstständig und zeigt die Trainingsdaten (Abb. 5 und 6).



Abb. 1

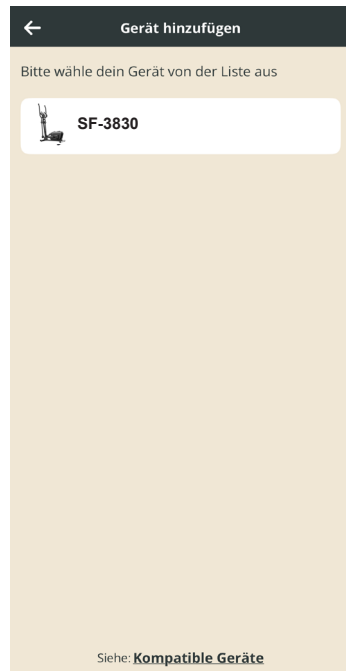


Abb. 2



Abb. 3



Abb. 4

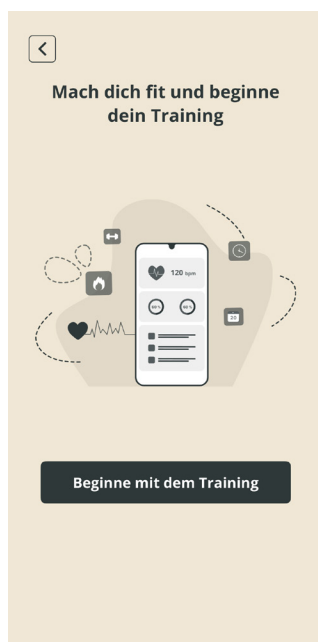


Abb. 5

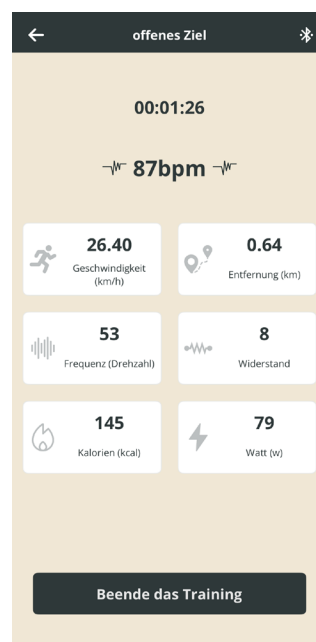


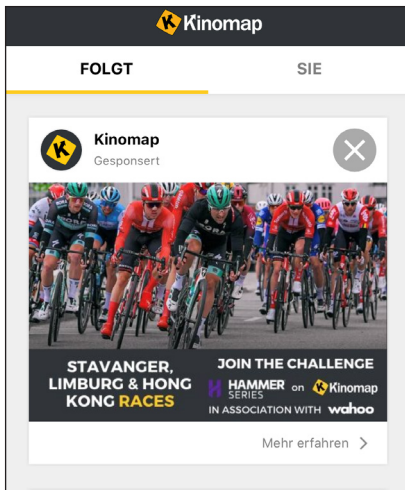
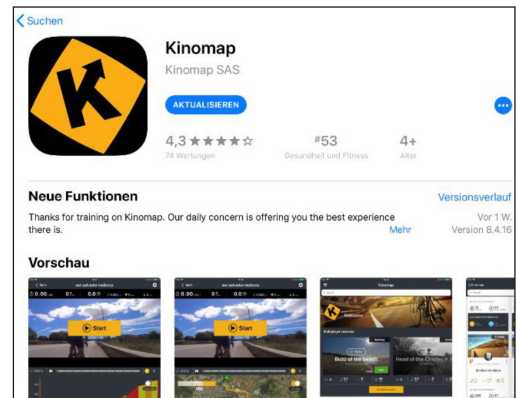
Abb. 6

## KINOMAP

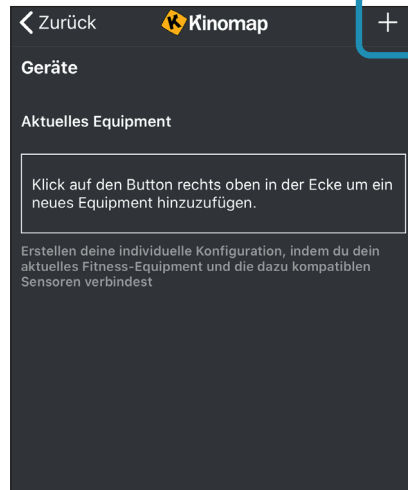
Der Gerätecomputer kann via Bluetooth (Frequenz: 2,4 GHz) mit der App „KinoMap“ verbunden werden. Die kostenlose Kinomap App verhilft Ihnen zu einem kraftvollen Training, das Spaß macht! Wählen Sie eines von den Videos der Kinomap und legen Sie los. Ihre Position wird immer auf der Karte dargestellt.

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

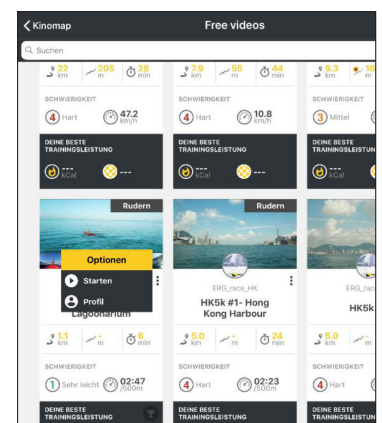


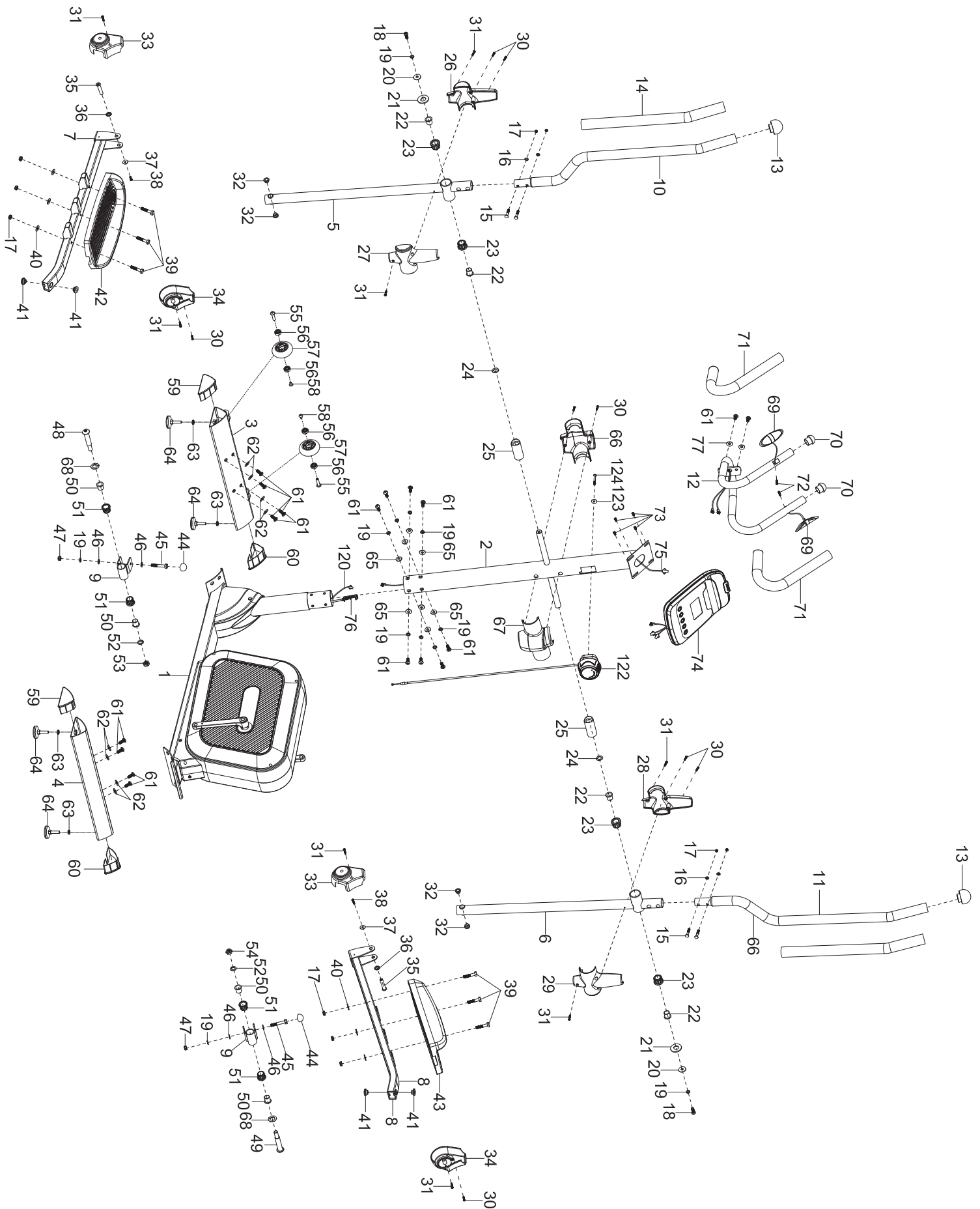
4. Skandika auswählen

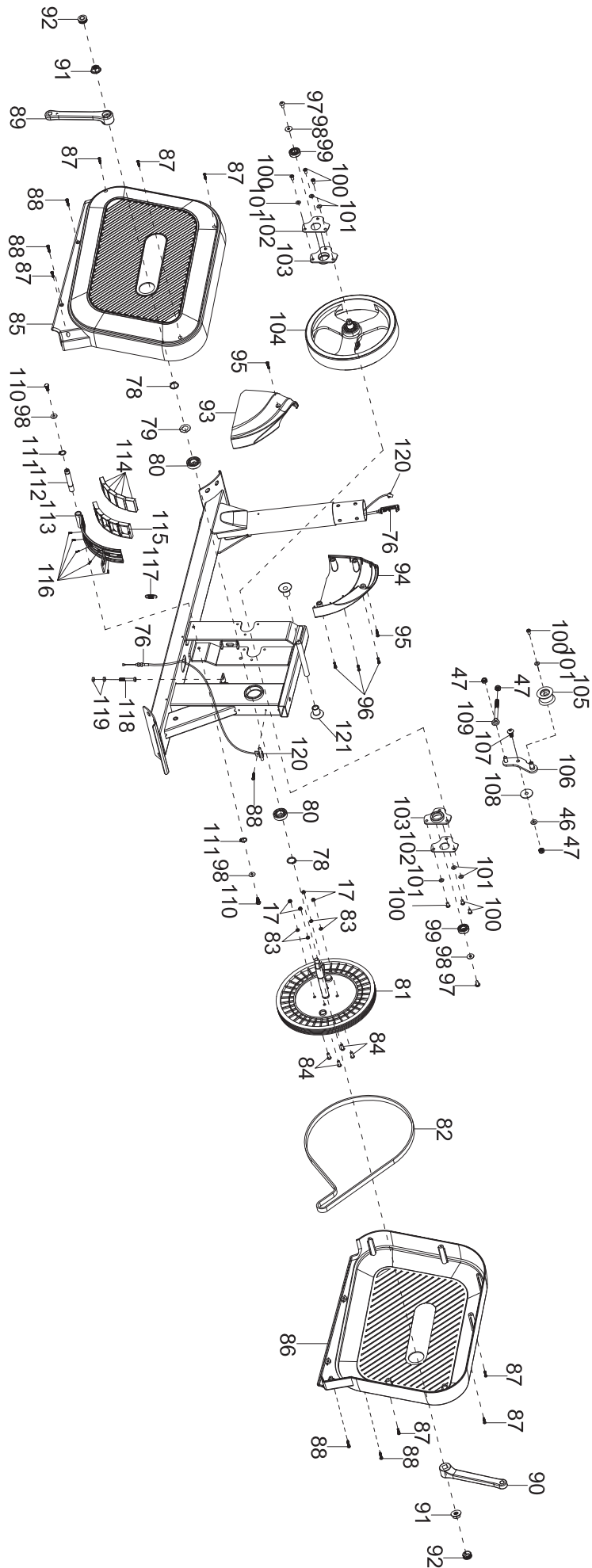


5. Das Gerät auswählen

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!







| Teil Nr. | Bezeichnung                            | Menge |
|----------|----------------------------------------|-------|
| 001      | Hauptrahmen                            | 1     |
| 002      | Griffstütze                            | 1     |
| 003      | Vorderer Standfuß                      | 1     |
| 004      | Hinterer Standfuß                      | 1     |
| 005      | Linker Arm                             | 1     |
| 006      | Rechter Arm                            | 1     |
| 007      | Linkes Fußrohr                         | 1     |
| 008      | Rechtes Fußrohr                        | 1     |
| 009      | U-Halterung                            | 2     |
| 010      | Linker Griff                           | 1     |
| 011      | Rechter Griff                          | 1     |
| 012      | Mittlerer Griff                        | 1     |
| 013      | Endkappe für Handlauf                  | 2     |
| 014      | Schaumstoffgriff Ø31xØ37x500           | 2     |
| 015      | Schraube M6x35                         | 4     |
| 016      | Gebogene Unterlegscheibe<br>Ø6xØ12x1,0 | 4     |
| 017      | Mutter M6                              | 14    |
| 018      | Schraube M8x20                         | 2     |
| 019      | Federscheibe Ø8                        | 12    |
| 020      | Große Unterlegscheibe<br>Ø8xØ25x2,0    | 2     |
| 021      | Große Unterlegscheibe<br>Ø38xØ19x3,0   | 2     |
| 022      | POM-Buchse Ø27x11                      | 4     |
| 023      | Buchse Ø38x24                          | 4     |
| 024      | Wellscheibe Ø19xØ26x0,3                | 2     |
| 025      | Buchse                                 | 2     |
| 026      | Linke Griffabdeckung A                 | 1     |
| 027      | Linke Griffabdeckung B                 | 1     |
| 028      | Rechte Griffabdeckung A                | 1     |
| 029      | Rechte Griffabdeckung B                | 1     |
| 030      | Schraube ST4,2x12                      | 8     |
| 031      | Schraube ST4,2x15                      | 8     |
| 032      | Buchse Ø14xØ10x10                      | 4     |
| 033      | Linke Fußrohrabdeckung                 | 2     |
| 034      | Rechte Fußrohrabdeckung                | 2     |
| 035      | Schraube M10x45                        | 2     |
| 036      | Unterlegscheibe Ø10xØ18x1,0            | 2     |
| 037      | Große Unterlegscheibe<br>Ø6xØ18x1,5    | 2     |
| 038      | Schraube M6x15                         | 2     |
| 039      | Schraube M6x40                         | 6     |
| 040      | Unterlegscheibe Ø6xØ12x1,0             | 6     |
| 041      | Buchse Ø22xØ8x10                       | 4     |
| 042      | Linke Trittfläche                      | 1     |
| 043      | Rechte Trittfläche                     | 1     |

| Teil Nr. | Bezeichnung                         | Menge |
|----------|-------------------------------------|-------|
| 044      | Mutter S13                          | 2     |
| 045      | Schraube M8x55                      | 2     |
| 046      | Unterlegscheibe Ø8xØ16x1,5          | 5     |
| 047      | Mutter M8                           | 5     |
| 048      | Schraube für linkes Pedal           | 2     |
| 049      | Schraube für rechtes Pedal          | 2     |
| 050      | POM-Buchse Ø23,5x20                 | 4     |
| 051      | Buchse Ø28,6x21                     | 4     |
| 052      | Federscheibe Ø20xØ13xb2             | 2     |
| 053      | Linke Nylonmutter 1/2"              | 1     |
| 054      | Rechte Nylonmutter 1/2"             | 1     |
| 055      | Schraube M8x32                      | 2     |
| 056      | Lager 608                           | 4     |
| 057      | Transportrolle                      | 2     |
| 058      | Schraube M6x12                      | 2     |
| 059      | Linke Standuß-Endkappe              | 2     |
| 060      | Rechte Standuß-Endkappe             | 2     |
| 061      | Schraube M8x20                      | 18    |
| 062      | Große Unterlegscheibe<br>Ø8xØ20x2,0 | 8     |
| 063      | Mutter M8                           | 4     |
| 064      | Einstellbares Fußpolster M8x30      | 4     |
| 065      | Große Wellscheibe Ø8xØ20x2,0        | 8     |
| 066      | Vordere Abdeckung A                 | 1     |
| 067      | Vordere Abdeckung B                 | 1     |
| 068      | Wellscheibe Ø23xØ17x0,5             | 2     |
| 069      | Handsensormit Kabel                 | 2     |
| 070      | Endkappe für Griff Ø25              | 2     |
| 071      | Schaumstoffgriff Ø24xØ30x450        | 2     |
| 072      | Schraube ST4,2x20                   | 2     |
| 073      | Schraube M5x10                      | 2     |
| 074      | Computer                            | 1     |
| 075      | Computerkabel L=1000 mm             | 1     |
| 076      | Widerstandskabel L=1600 mm          | 1     |
| 077      | Wellscheibe Ø8xØ16x1,5              | 2     |
| 078      | C-Clip Ø17x1,0                      | 2     |
| 079      | Wellscheibe Ø17xØ21x0,3             | 1     |
| 080      | Lager 6203ZZ                        | 2     |
| 081      | Riemenscheibe Ø260                  | 1     |
| 082      | Riemen J6                           | 1     |
| 083      | Federscheibe Ø6                     | 4     |
| 084      | Schraube M6x15                      | 4     |
| 085      | Linke Abdeckung                     | 1     |
| 086      | Rechte Abdeckung                    | 1     |
| 087      | Schraube ST4.2x25                   | 7     |
| 088      | Schraube ST4.2x20                   | 5     |

| Teil Nr. | Bezeichnung                                          | Menge |
|----------|------------------------------------------------------|-------|
| 089      | Linke Kurbel                                         | 1     |
| 090      | Rechte Kurbel                                        | 1     |
| 091      | Mutter M10*1,25                                      | 2     |
| 092      | Kettenabdeckung                                      | 2     |
| 093      | Linke Dekorabdeckung                                 | 1     |
| 094      | Rechte Dekorabdeckung                                | 1     |
| 095      | Selbstschneidende, selbstbohrende Schrauben ST4,2x20 | 2     |
| 096      | Schraube ST4,2x20                                    | 3     |
| 097      | Bolzen M6x12                                         | 2     |
| 098      | Unterlegscheibe Ø6xØ16x1,2                           | 4     |
| 099      | Lager 6001 2Z                                        | 2     |
| 100      | Schraube M6x12                                       | 7     |
| 101      | Unterlegscheibe Ø6xØ12x1,0                           | 7     |
| 102      | Lagerendkappe                                        | 2     |
| 103      | Kunststoff-Lager                                     | 2     |
| 104      | Schwungrad                                           | 1     |
| 105      | Pressrad                                             | 1     |
| 106      | Pressradhalterung                                    | 1     |
| 107      | Bolzen M8x20                                         | 1     |
| 108      | Unterlegscheibe Ø47xØ10,5x0,4                        | 1     |
| 109      | Einstellbolzen M8x75                                 | 1     |
| 110      | Bolzen M6x15                                         | 2     |
| 111      | C-Clip Ø12x1,0                                       | 2     |
| 112      | Magnetplatte Achse                                   | 1     |
| 113      | Magnethalterung                                      | 1     |
| 114      | Magnet                                               | 5     |
| 115      | Kunststoff Magnetbox                                 | 1     |
| 116      | Schraube ST2,9x9                                     | 5     |
| 117      | Zugfeder                                             | 1     |
| 118      | Schraube M6x45                                       | 1     |
| 119      | Mutter M6                                            | 2     |
| 120      | Sensor mit Kabel L=1600 mm                           | 1     |
| 121      | Gummikappe                                           | 2     |
| 122      | Widerstandsregler L=600 mm                           | 1     |
| 123      | Große Wellscheibe ø5                                 | 1     |
| 124      | Schraube M5x55                                       | 1     |

## GARANTIEBEDINGUNGEN

Für unsere Geräte leisten wir Garantie gemäß nachstehenden Bedingungen:

1. 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.
2. 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.
3. Der Garantieanspruch erlischt, wenn Reparaturen oder Eingriffe von Personen vorgenommen werden, die hierzu von uns nicht ermächtigt sind oder wenn unsere Geräte mit Ergänzungs- oder Zubehörteilen versehen werden, die nicht auf unsere Geräte abgestimmt sind. Ferner wenn das Gerät durch den Einfluss höherer Gewalt oder durch Umwelteinflüsse beschädigt oder zerstört ist, bei Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung – insbesondere Nichtbeachtung der Betriebsanleitung – oder Wartung aufgetreten sind oder falls das Gerät mechanische Beschädigungen irgendwelcher Art aufweist. Der Kundendienst kann Sie nach telefonischer Rücksprache zur Reparatur bzw. zum Tausch von Teilen, welche Sie zugesandt bekommen, ermächtigen. In diesem Fall erlischt der Garantieanspruch selbstverständlich nicht.
4. Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist noch setzen sie eine neue Garantiefrist in Gang.
5. Weitergehende oder andere Ansprüche, insbesondere auf Ersatz außerhalb des Gerätes entstandener Schäden, sind – soweit eine Haftung nicht zwingend gesetzlich angeordnet ist – ausgeschlossen.
6. Unsere Garantiebedingungen, welche die Voraussetzungen und den Umfang unserer Geschäftsbedingungen beinhalten, lassen die vertraglichen Gewährleistungsverpflichtungen des Verkäufers unberührt.
7. Verschleißteile unterliegen nicht den Garantiebedingungen.
8. 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 nebenstehende Symbol einer durchgestrichenen Mülltonne auf Rädern zeigt an, dass dieses Gerät der Richtlinie 2012/19/EU unterliegt. Diese Richtlinie besagt, dass Sie dieses Gerät am Ende seiner Nutzungszeit nicht mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgen dürfen, sondern in speziell eingerichteten Sammelstellen, Wertstoffhöfen oder Entsorgungsbetrieben abgeben müssen. Diese Entsorgung ist für Sie kostenfrei. Schonen Sie die Umwelt und entsorgen Sie fachgerecht. Für den deutschen Markt gilt: Beim Kauf eines Neugeräts haben Sie das Recht, das entsprechende Altgerät an Ihren Händler zurückzugeben. Händler von Elektro- und Elektronikgeräten mit einer Verkaufsfläche von mindestens 400 qm sowie Lebensmittelhändler mit einer Verkaufsfläche von mindestens 800 qm, die regelmäßig Elektro- und Elektronikgeräte verkaufen, sind außerdem verpflichtet, Altgeräte unentgeltlich zurückzunehmen, auch ohne, dass ein Neugerät gekauft wird, wenn die Altgeräte in keiner Abmessung größer sind als 25 cm. Informieren Sie sich auch bei Ihrem Händler über die Rücknahmemöglichkeiten vor Ort. Bei einem Vertrieb unter Verwendung von Fernkommunikationsmitteln gelten als Verkaufsflächen des Vertreibers alle Lager- und Versandflächen. Weitere Möglichkeiten zur Entsorgung des ausgedienten Produkts erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung. Bitte entnehmen Sie vor der Rückgabe Batterien oder Akkumulatoren, die nicht vom Altgerät umschlossen sind, sowie Lampen, die zerstörungsfrei entnommen werden können und führen diese einer separaten Sammlung zu. Diese können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung.

## KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Hiermit erklärt MAX Trader GmbH, dass der Funkanlagentyp [SF-3830 Fint P8-RM] der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: [https://skandika.com/wp-content/uploads/eu-konformitaetserklaerung\\_SF-3830.pdf](https://skandika.com/wp-content/uploads/eu-konformitaetserklaerung_SF-3830.pdf)

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

|    |                                                |
|----|------------------------------------------------|
| 25 | Safety precautions                             |
| 26 | Set-up instructions                            |
| 34 | Level stand / Transport / Cleaning / Storage   |
| 35 | Warm-up and cool-down                          |
| 36 | Resistance control / Computer operation manual |
| 37 | Troubleshooting / Bluetooth-connection         |
| 38 | Connecting to SKANDIKA app                     |
| 39 | Connecting to KINOMAP app                      |
| 40 | Explosion drawings                             |
| 42 | Parts list                                     |
| 44 | Guarantee conditions                           |



skandika.com/  
service

|                                                                                     |                                                                                     |   |   |   |                                                                          |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------|---|---|---|------|----|----|----|--|--|--|--|
|  | Importeur                                                                           |   |   |   | MAX Trader GmbH                                                          |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     | Adresse                                                                             |   |   |   | Wilhelm-Beckmann-Str. 19, D-45307 Essen                                  |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     | Artikelnummer   Name                                                                |   |   |   | SF-3830   Fint P8-RM                                                     |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     | Klasse                                                                              |   |   |   | HC                                                                       |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|  | Standard                                                                            |   |   |   | EN ISO 20957                                                             |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     |  |   |   |   | <b>Warnhinweis:</b> Bitte lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     |                                                                                     |   |   |   | Produktionsdatum                                                         |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     | 2025                                                                                |   |   |   | 2026                                                                     |   |   |   | 2027 |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     |                                                                                     |   |   |   |                                                                          |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|  | 1                                                                                   | 2 | 3 | 4 | 5                                                                        | 6 | 7 | 8 | 9    | 10 | 11 | 12 |  |  |  |  |
|                                                                                     | PO Nr.:                                                                             |   |   |   | 2026-1000159                                                             |   |   |   |      |    |    |    |  |  |  |  |
|                                                                                     | 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](http://www.skandika.com)

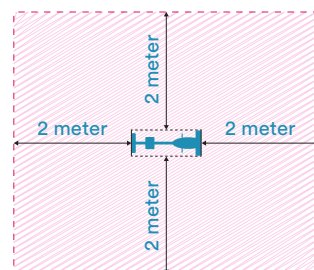


## WARNING

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

- To ensure the best safety of the device, regularly check it on damages and worn parts.
- If you pass on this device to another person or if you allow another person to use it, make sure that that person is familiar with the content and instructions in these instructions.
- Only one person should use the exerciser at a time. The maximum load of this device is 120 kg. Class: HC - not suitable for therapeutically use!
- Before the first use and regularly make sure that all screws, bolts and other joints are properly tightened and firmly seated.
- Before starting an exercise programme, consult your doctor to determine if you have any health or physical conditions that could compromise your health and safety or prevent you from using the machine properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol levels.
- Pay attention to your body's signals. Exercising incorrectly or excessively can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, chest tightness, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness or feeling nauseous. If you experience one or more of these symptoms, you should first consult your doctor before continuing with your exercise programme.
- Keep small children and pets away from the exercise equipment. Never leave children under 14 years of age unattended in a room with the machine.
- Parents and other guardians should be aware of their responsibility, as due to children's natural play instinct and eagerness to experiment, situations are to be expected for which training equipment is not built.
- Set up the unit in a dry, level place and protect it from moisture. If you want to protect the place of installation against pressure marks, dirt, etc., we recommend that you place a suitable, non-slip base under the unit. Do not use the unit near water or outdoors. If you have not used the appliance for a long time, check it for rust and material cracks.
- Always use the unit as described in this manual. If you notice any defective parts when assembling or checking the unit, or if you hear unusual noises coming from the unit during exercise, stop using the unit immediately and do not use it again until the problem is solved. Contact the customer service.
- 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. Use the foot straps during training.
- Make sure that you and other persons never place any parts of your body (e.g. fingers) in the area of moving parts. In addition, there should be no objects in the immediate vicinity that could interfere with the training process.
- Follow the instructions in this manual regarding warming up before training and cooling down after training.
- This unit is intended for indoor and home use only, it is not intended for commercial use!
- Do not work out immediately after meals!
- To get on, hold onto the handle and make sure that one pedal is in the lowest position so that you can place your foot on it. Then place your other foot on the other pedal. To get off the device, follow the steps in reverse order.
- Clean the appliance regularly. Do not rinse it directly with water, petrol or abrasive cleaners etc.. This can lead to damage. Use a slightly damp cloth for cleaning.
- Please only exercise with a minimum clearance area of 2 meters around the device.



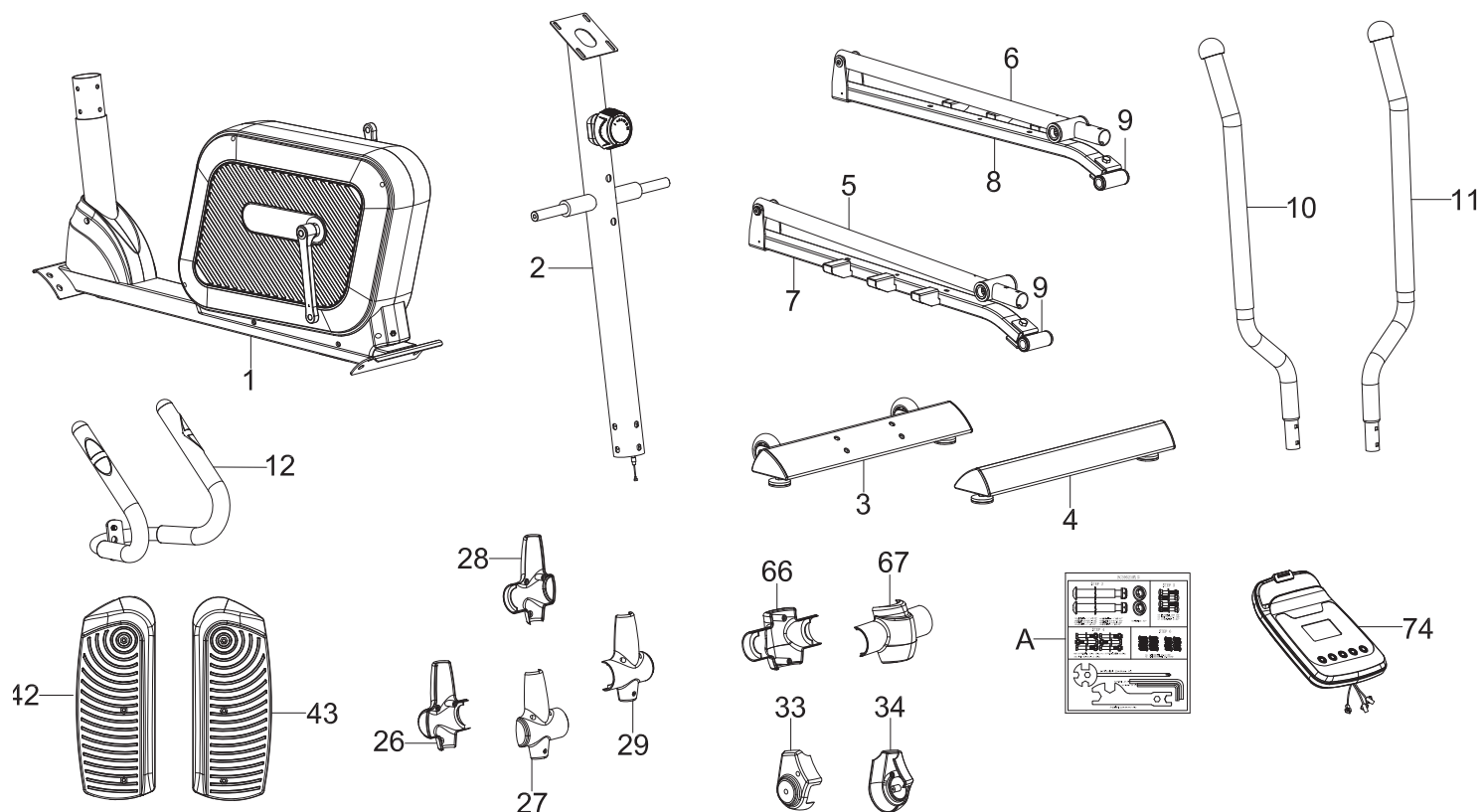
Be sure to consult a physician before you start any device program. He may give you proper hints and advice with respect to the individual intensity of stress for you, your workout and sensible eating habits. This is especially important for individuals over the age of 35 or persons with pre-existing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

## CHECKLIST

Before you start assembling, we recommend that you find a place with sufficient free space and a flat surface for assembly.

Please check all parts to ensure that you have all the parts needed for assembly. Some parts may already be pre-assembled to make assembly easier for you.

We recommend using the tools provided to assemble the device.

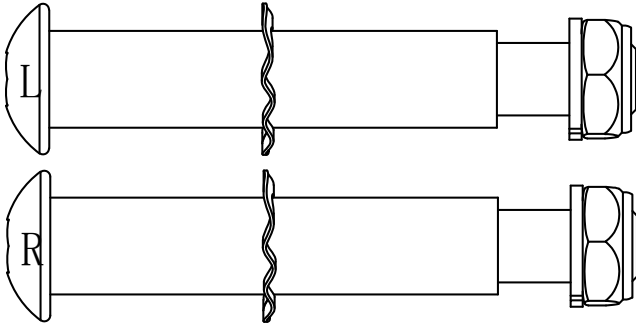


| Part no | Description                                  | Qty |
|---------|----------------------------------------------|-----|
| 1       | Main Frame                                   | 1   |
| 2       | Front Post                                   | 1   |
| 3       | Front Stabilizer                             | 1   |
| 4       | Rear Stabilizer                              | 1   |
| 5/7/9   | Left Handrail Arm/ Foot Bar Tube/ U Bracket  | 1   |
| 6/8/9   | Right Handrail Arm/ Foot Bar Tube/ U Bracket | 1   |
| 10      | Left Handrail                                | 1   |
| 11      | Right Handrail                               | 1   |
| 12      | Middle Handle                                | 1   |

| Part no | Description            | Qty |
|---------|------------------------|-----|
| 26      | Left Handrail Cover A  | 1   |
| 27      | Left Handrail Cover B  | 1   |
| 28      | Right Handrail Cover A | 1   |
| 29      | Right Handrail Cover B | 1   |
| 42/43   | Pedals                 | 2   |
| 66      | Front Post Cover A     | 1   |
| 67      | Front Post Cover B     | 1   |
| 74      | Computer               | 1   |
| A       | Hardware Package       | 1   |
|         | Manual                 | 1   |

## SMALL PARTS PACK

## Step 3



#48 Left Bolt 1/2" 1PCS

#68 Wave Washer  $\Phi 28 \times \Phi 17 \times 0.3$  1PCS#52 Spring Washer  $\Phi 20 \times \Phi 13 \times 2.0$  1PCS

#53 Left Nut 1/2" 1PCS

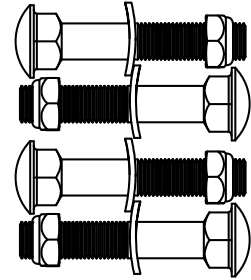
#49 Right Bolt 1/2" 1PCS

#68 Wave Washer  $\Phi 28 \times \Phi 17 \times 0.3$  1PCS#52 Spring Washer  $\Phi 20 \times \Phi 13 \times 2.0$  1PCS

#54 Right Nut 1/2" 1PCS

#44 Cap Nut S13 2PCS

## Step 5

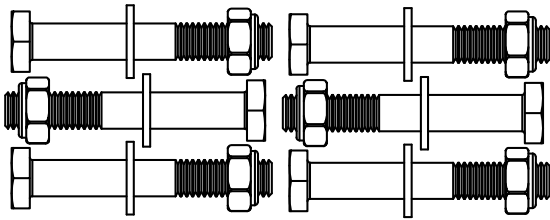


#15 Bolt M6\*35 4PCS 4PCS

#16 Curve Washer  $\Phi 6 \times \Phi 12 \times 1.0$  4PCS

#17 Nut M6 4PCS

## Step 4

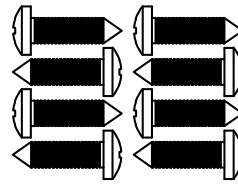


#39 Bolt M6\*40 6PCS

#17 Nut M6 6PCS

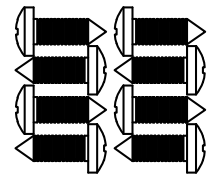
#40 Washer  $\Phi 6 \times \Phi 12 \times 1.0$  6PCS

## Step 6



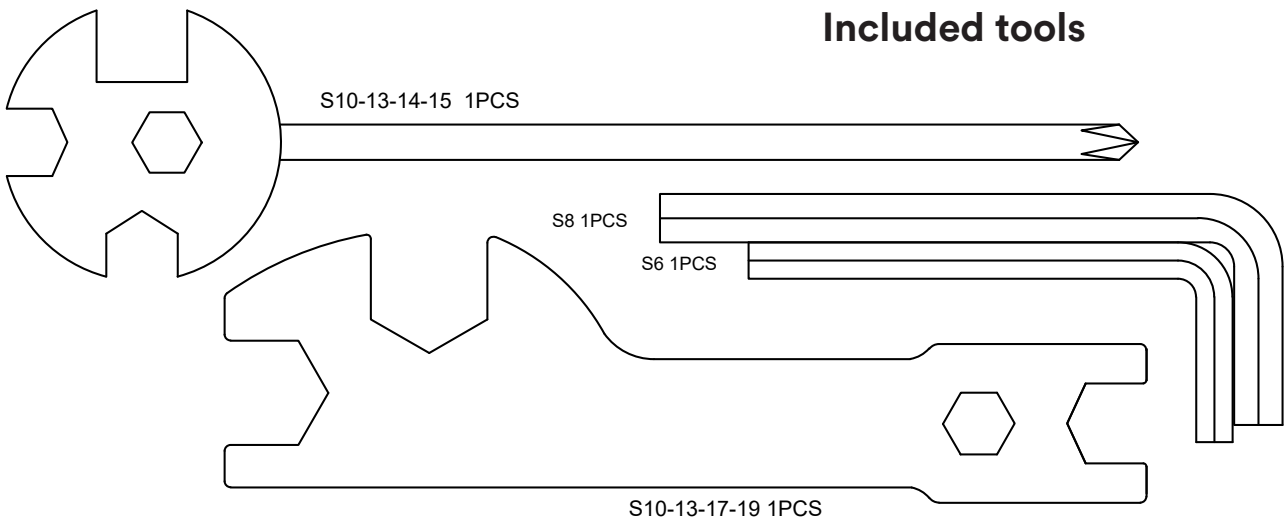
#31 Screw ST4.2\*15 8PCS

## Step 6



#30 Screw ST4.2\*12 8PCS

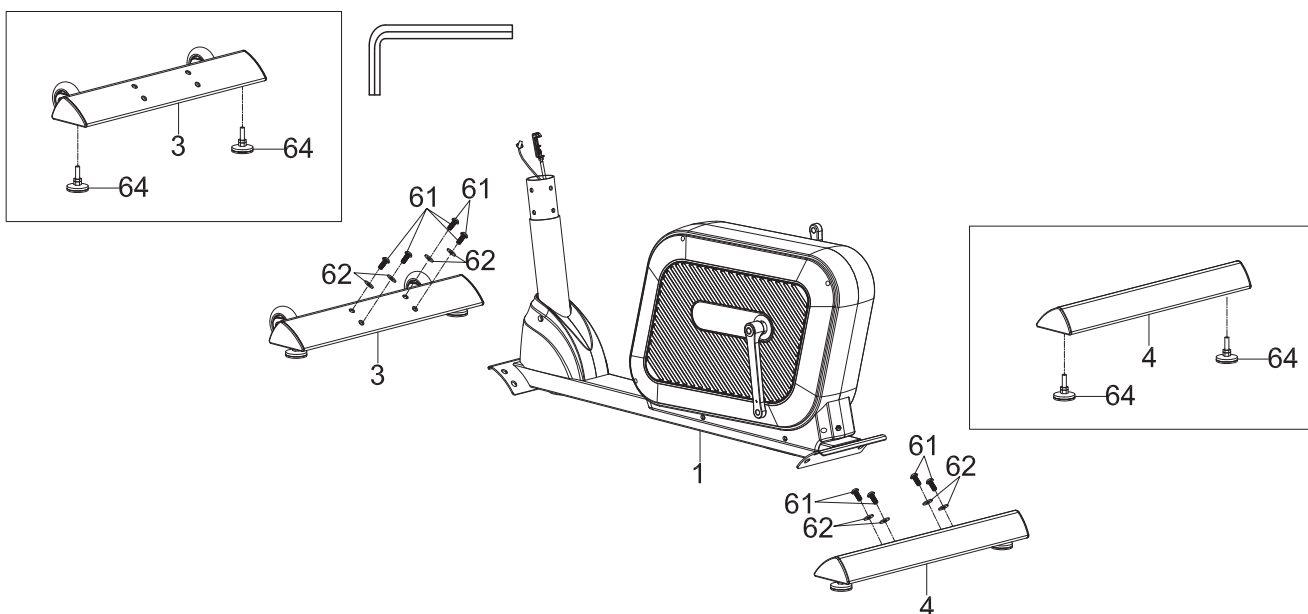
## Included tools



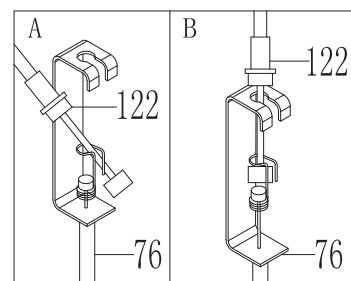
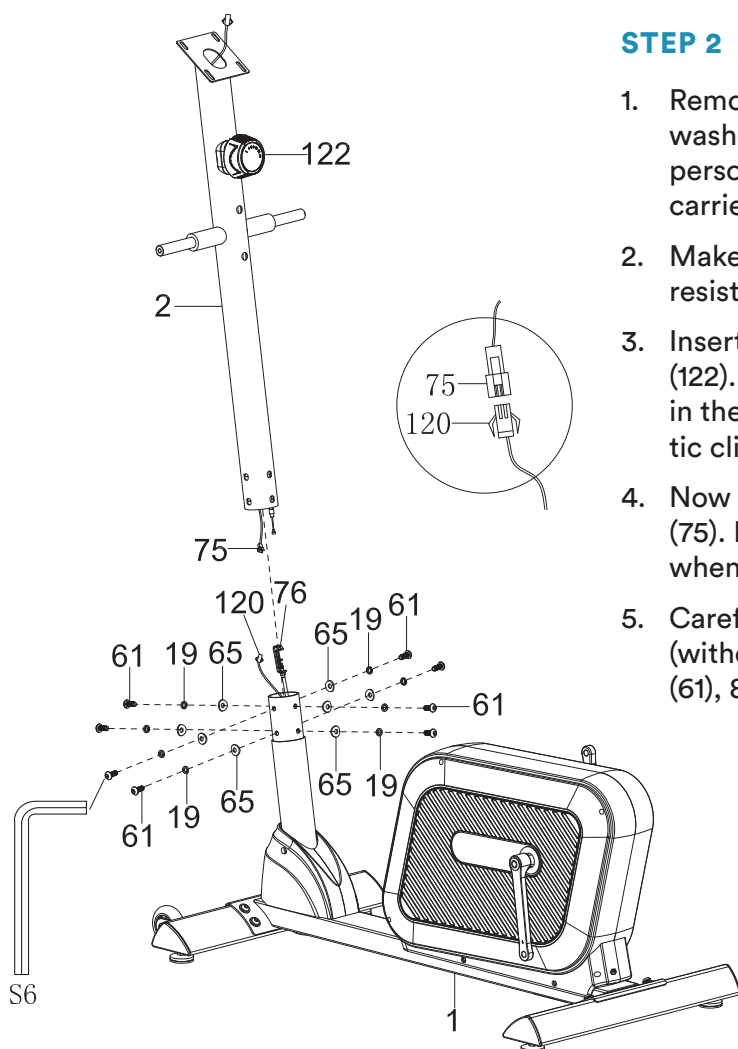
**STEP 1**

In this step, the two stabilizers are assembled.

1. First, attach the 4 adjustable feet (64) to the front and rear stands (3 / 4) as shown.
2. Remove the 4 screws (61) and 4 washers (62) from the front (3) and rear (4) bases.
3. Then attach the two bases to the main frame (1) using these screws and washers as shown in the diagram.

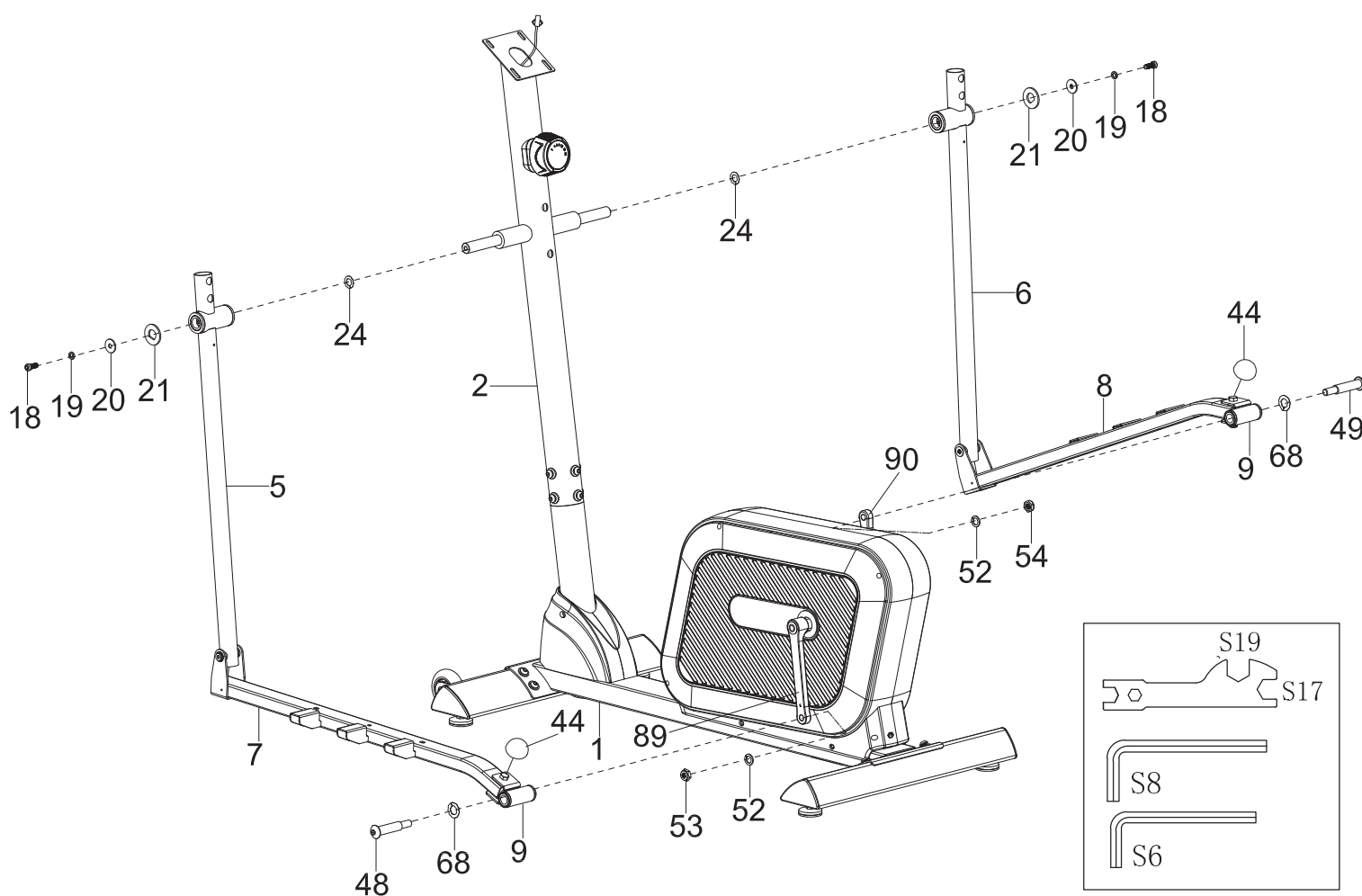
**STEP 2**

1. Remove the 8 screws (61), 8 large washers (65) and 8 spring washers (19) from the main frame (1). NOTE: Please have one person hold the front support (2) in place whilst the other person carries out the assembly.
2. Make sure that the resistance control (122) is set to the lowest resistance setting (setting 1).
3. Insert the end of the resistance cable into the resistance control (122). Pull the resistance cable upwards and slide it into the slot in the metal bracket for the tension cable (76). Remove the plastic clip (53).
4. Now connect the sensor cable (120) to the upper cable section (75). NOTE: Take care to ensure that no cables become trapped when attaching the front support (2) to the main frame (1).
5. Carefully insert the handle support (2) into the main frame (1) (without pinching any cables) and secure it with the 8 screws (61), 8 large washers (65) and 8 spring washers (19).



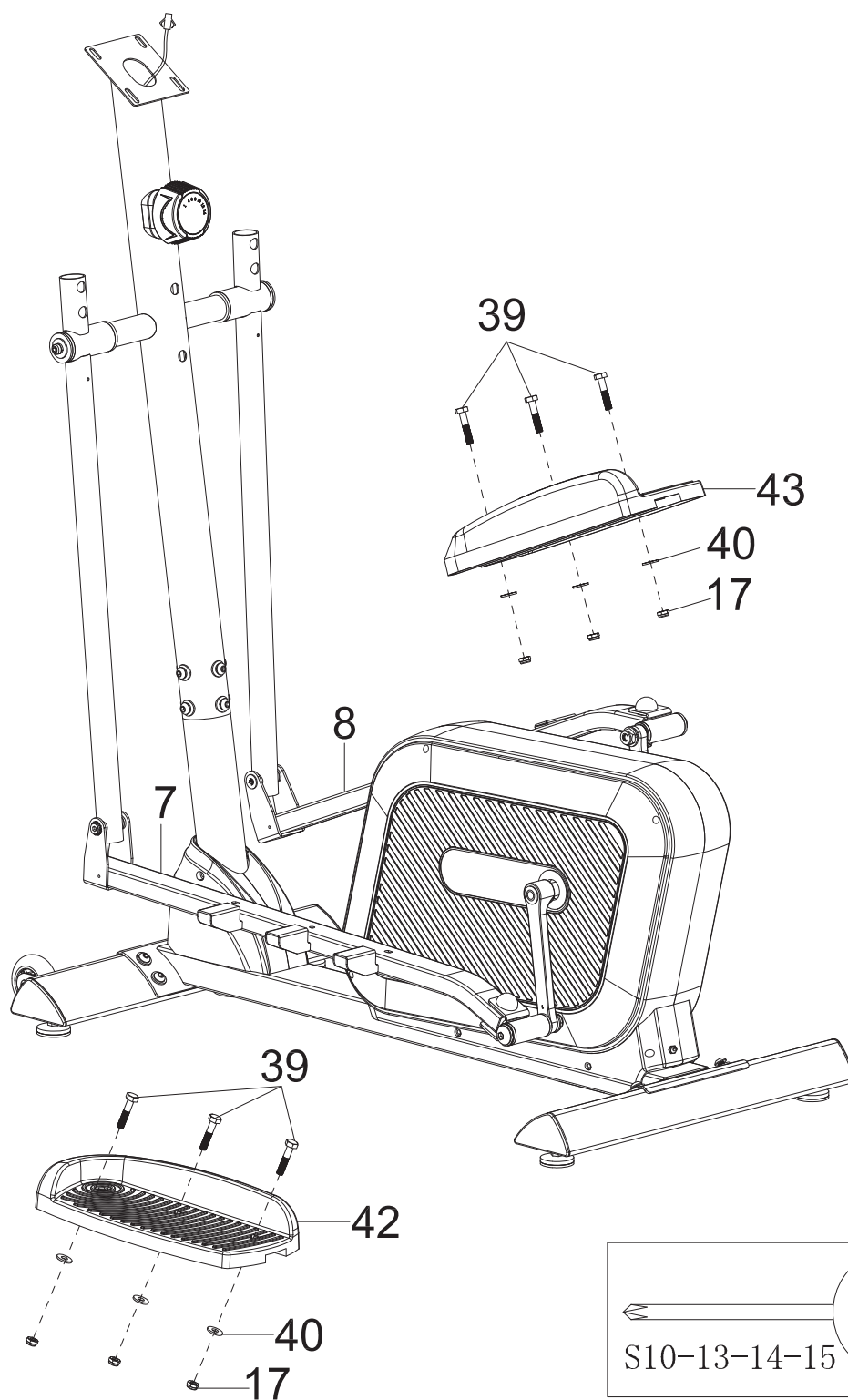
**STEP 3**

1. Remove the 2 screws (18), 2 spring washers (19), 2 large washers (20) and the 2 wave washers (21) from the handle support (2).
2. Attach the left (5) and right (6) arms to the horizontal axis of the handle support (2) as shown using the screws (18), spring washers (19), large washers (20) and wave washers (21) you just removed, as well as one wave washer (24) each.
3. Now attach the left foot tube (7) to the left pedal arm (89) using the U-bracket (9), the left mounting screw (48, marked 'L') and a wave washer (68). To do this, turn the mounting screw (48) counter-clockwise to tighten it and then secure this connection with 1 spring washer (52) and the nut (53), which you tighten clockwise.
4. Now attach the right foot tube (8) to the right pedal arm (90) using the U-bracket (9), the right mounting screw (49, marked 'R') and a wave washer (68). To do this, tighten the mounting screw (49) clockwise and then secure this connection with 1 spring washer (52) and the nut (54), which you tighten anticlockwise.



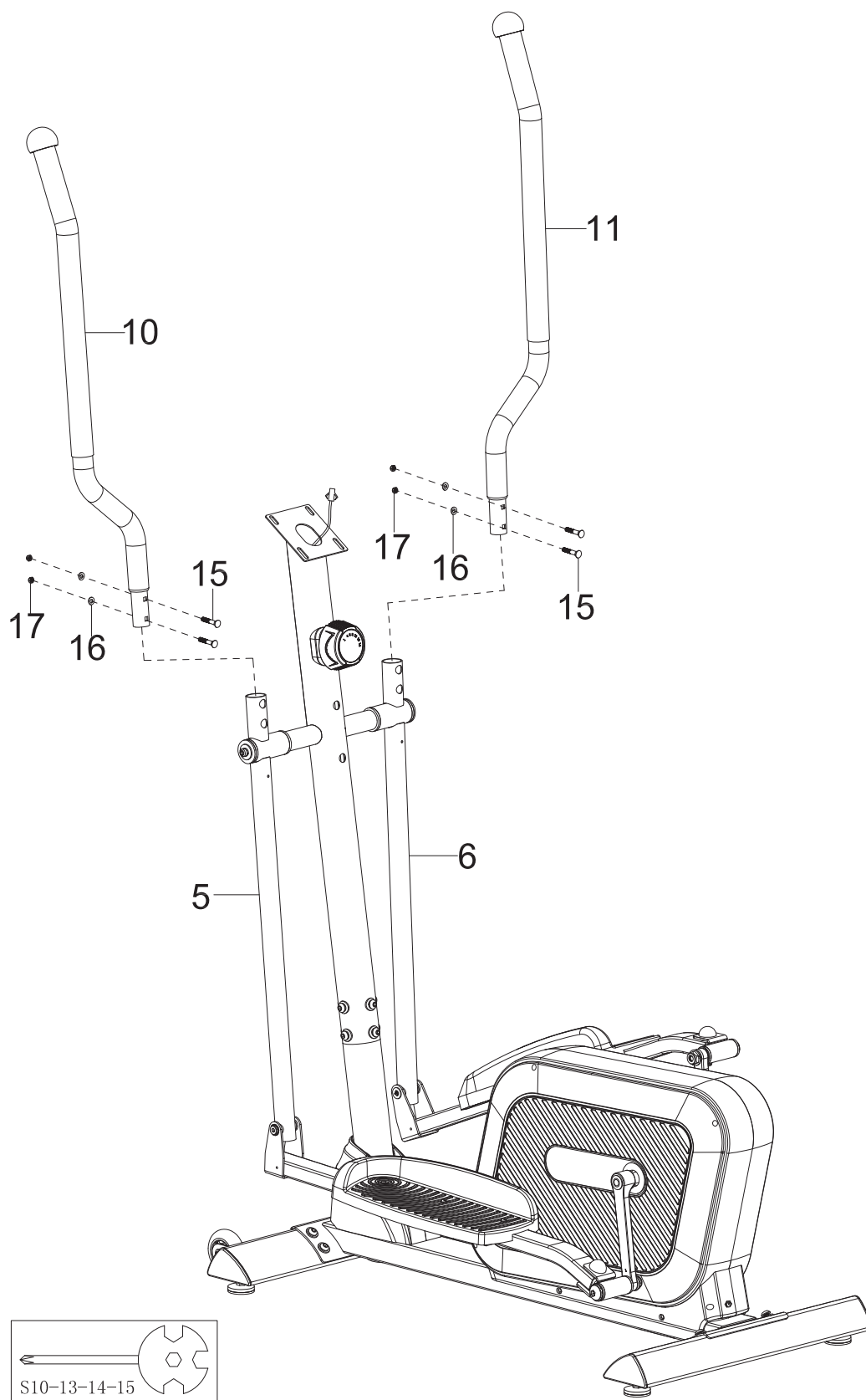
**STEP 4**

Attach the left (42) and right (43) footrests to the left (7) and right (8) foot tubes respectively using 3 screws (39), 3 nuts (17) and 3 washers (40).



**STEP 5**

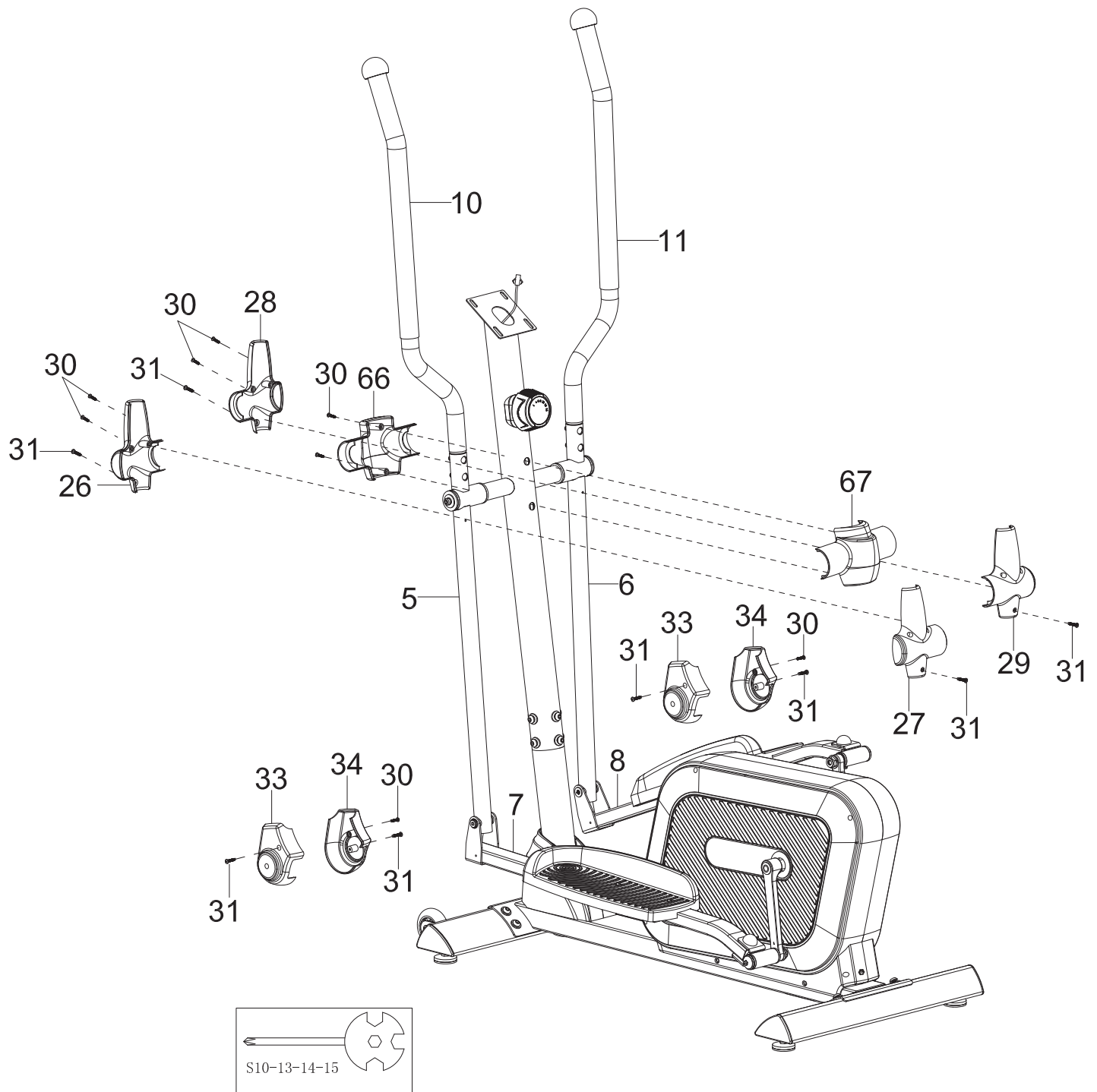
Attach the left (10) and right (11) handles to the left (5) and right (6) arms using 2 screws (15), 2 wave washers (16) and 2 nuts (17) respectively.



**STEP 6**

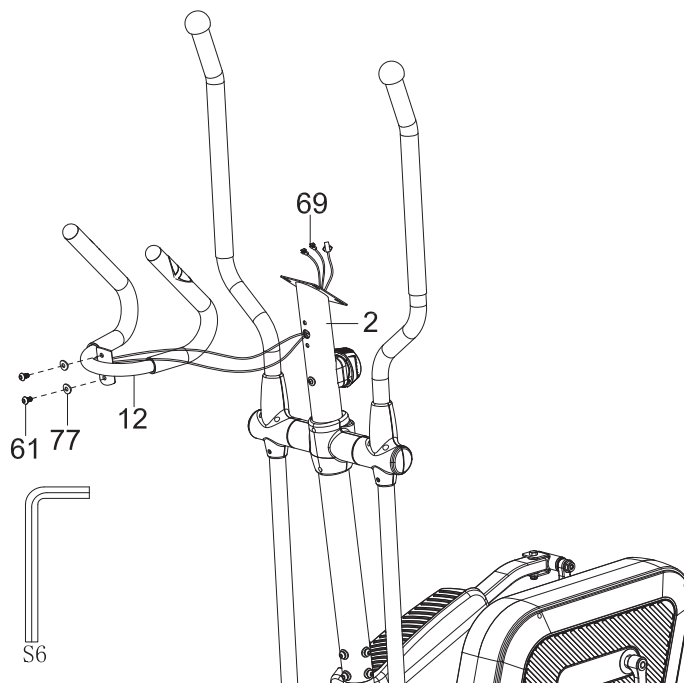
Now attach all covers as shown:

- Covers (66&67) with a total of 2 screws (30) on the handle support (2)
- Covers (26&27) and (28&29) with 2 screws (30) and 2 screws (31) each on the left (10) and right (11) handles
- Covers (33&34) with a total of 2 screws (30) and 4 screws (31) on the left (7) and right (8) foot tubes

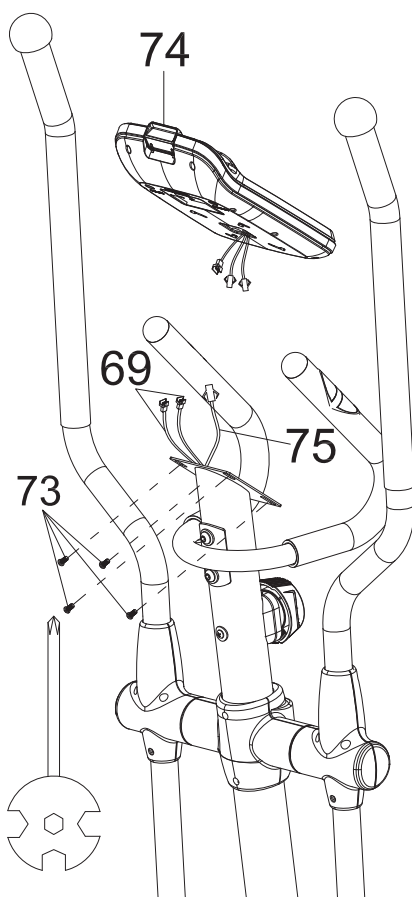


**STEP 7**

Remove 2 screws (61) and 2 wave washers (77) from the handle support (2). Feed the hand pulse cables (69) through the hole on the front of the handle support (2) and out of the top of the support. Then carefully attach the handle (12) to the handle support (2) using the 2 screws (61) and 2 wave washers (77).

**STEP 8**

Remove 4 screws (73) from the back of the computer (74), connect the computer cable (75) and the two hand pulse cables (69) to the connectors on the computer (74). Carefully tuck any excess cable into the handle support (2). Then mount the computer (74) to the top of the handle support (2) using the 4 screws (73). **The installation is now complete. Please check once again that all connections are secure.**



## **LEVEL STAND**

The device should be level so that it does not wobble and training can be carried out safely. There are two adjustable feet (64) on each of the two legs, which can be turned to level the device so that it stands straight on the floor.

## **TRANSPORT**

The device has transport rollers on the front stand for transport. If you want to move it to another location, lift the device by the rear stand so that the transport rollers at the front touch the floor. This allows you to easily roll the device to its new location.

## **CLEANING**

The device can be cleaned with a soft, clean, damp cloth. Do not use abrasive cleaners or solvents on plastic parts. Wipe the device down after each use to remove sweat and dirt. Be careful not to get excessive moisture on the computer display, as this may cause electrical hazards or electronic failure.

Do not expose the device, especially the computer, to direct sunlight to prevent damage to the computer display. Check all fastening screws and pedals weekly to ensure they are secure.

## **STORAGE**

Store the device in a clean, dry place out of the reach of children.

## WARM-UP and COOL-DOWN

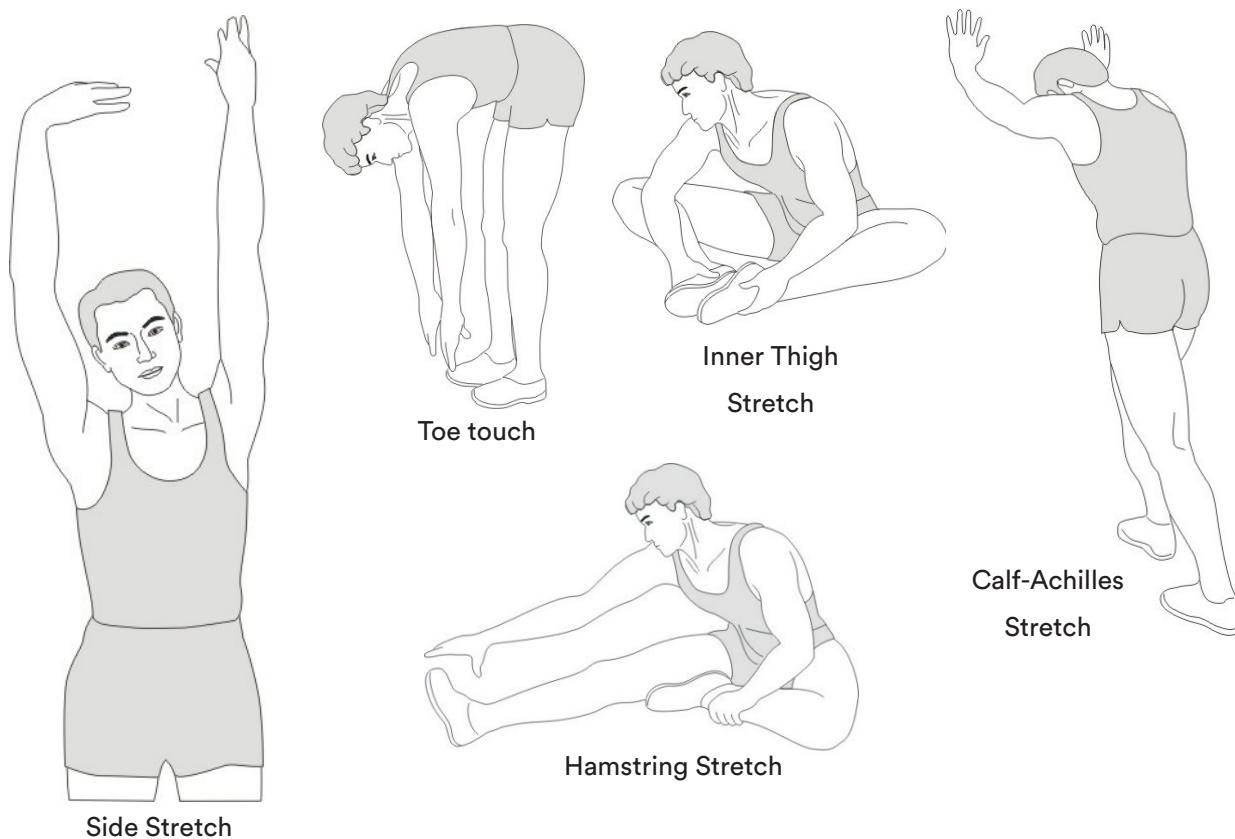
A successful exercise program consists of a warm-up, aerobic exercise and a cool-down. Exercise for at least two or preferably three times a week, resting for a day between workouts. After several months, you may increase the frequency to four or five times per week.

### 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.



Remember always to check with your physician before starting any exercise program.

### 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.

## RESISTANCE CONTROL

Adjust the pedalling resistance by turning the resistance control knob (122) clockwise to increase the resistance. Turn the knob anticlockwise to decrease the resistance.

## COMPUTER OPERATION

Ensure that you have inserted new or sufficiently good batteries into the computer. If the display becomes dim, replace them.

### Key functions:

**MODE:** This button is used to select the desired computer function. You can select each function value individually or activate the SCAN function, which automatically displays all function values in succession (changing approximately every 4 seconds).

**SET:** This button is used to set target values for time, distance, calories or heart rate.

**RESET:** To reset all function values to 0, press and hold the RESET button for approx. 3 seconds.

### Computer functions:

**TIME:** Displays the elapsed training time (0:00 to 99:59 min).

**SPEED:** Displays the current speed (0.0 to 99.9 km/h).

**DISTANCE:** Displays the distance travelled (0.0 to 9999 km).

**CALORIES:** Displays the calories burned (0.0 to 9999 kcal).

**ODOMETER (total distance):** Displays the total distance covered with this device (0.0 to 9999 km).

**PULSE ('PUL' / heart rate):** Shows your current heart rate (40 - 240 beats per minute). For a correct pulse reading, please ensure that you are holding the two hand sensors completely or wearing a compatible Bluetooth chest strap (see explanation later in this manual).

### Notes:

- a) If there is no training or operation for approx. 4 minutes, the computer switches off automatically.
- b) You can reactivate the display by pressing a button or starting your training.
- c) The calorie display is calculated based on the distance covered. This display is only intended for comparing different training sessions and is not suitable for calculating the individual calorie consumption of different people, e.g. as part of a diet.

## TROUBLESHOOTING

### Question: Why is nothing showing on the computer screen?

Solution: Please check that all cables are properly connected to the computer and that the batteries are inserted correctly.

### Question: Why doesn't the computer display my heart rate during training?

Solution: Make sure the cable connections for the hand-held heart rate sensors are secure. To ensure a more accurate heart rate reading, please always hold the sensors on the handlebar grips with both hands, rather than just one, when you want to check your heart rate. You are holding the hand-held heart rate sensors too tightly. Try to apply only moderate pressure when holding the hand-held heart rate sensors.

### Problem: The device is unstable or wobbles during use.

Solution: Make sure that the device is standing on a firm and level surface. Adjust the levelling feet to align the device.

### Problem: The device squeaks or makes a hissing noise.

Solution: Ensure that the device is standing on a firm and level surface. Loosen all fasteners, grease the bolt threads and retighten the fasteners.

## BLUETOOTH CONNECTION

The device can be connected to the KINOMAP or the SKANDIKA app (description on the following pages) via Bluetooth. Once connected, an optional chest strap can also be connected using the app. To connect to a chest strap, you will need an optional, compatible chest strap, such as the SKANDIKA chest strap (see QR code below).



### SKANDIKA

#### Bluetooth chest strap

For goal-oriented and heart rate controlled cardio training (HRC), it is important to constantly monitor your pulse during your workout and adjust your performance if necessary.

- Bluetooth interface
- Adjustable size
- Suitable for use with the Kinomap app

You can purchase this product via the following QR code:



## CONNECTING TO SKANDIKA APP



The device's computer can also be connected to the SKANDIKA app via Bluetooth.

Once you have downloaded and installed the app on your smartphone, please proceed as follows:

1. Tap 'Devices' in the bottom left-hand corner – a screen will appear as shown in Fig. 1.
2. Then tap the device that has been found (Fig. 2).
3. When the blue Bluetooth icon appears (see Fig. 3), the connection is active.
4. Tap 'Training' and 'Open Training' (Fig. 4).
5. Start your workout (press the START button on the device computer). The SKANDIKA app will launch automatically at the same time and display your workout data (Figs. 5 and 6).



Fig. 1

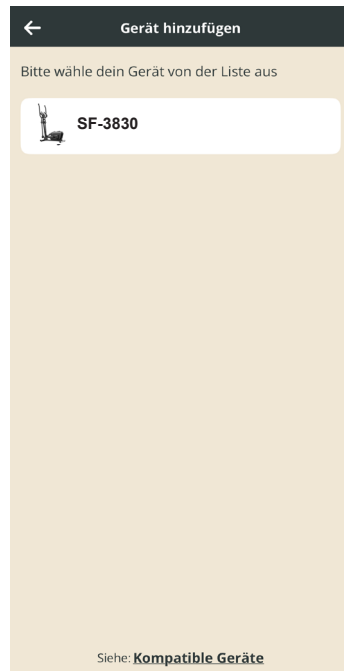


Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4

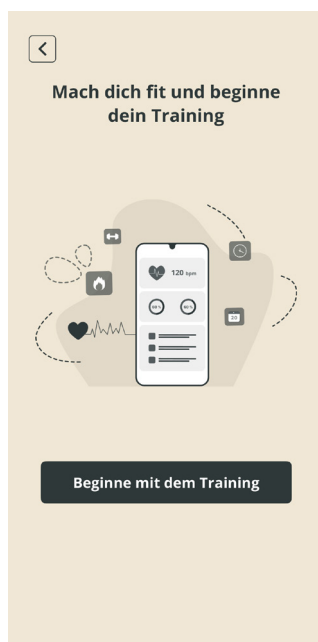


Fig. 5

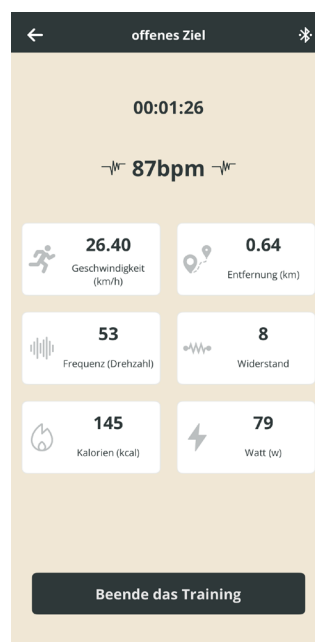
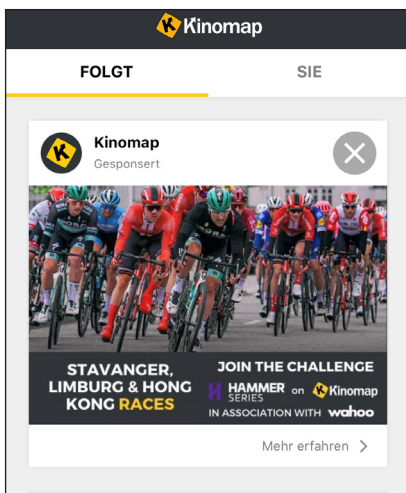
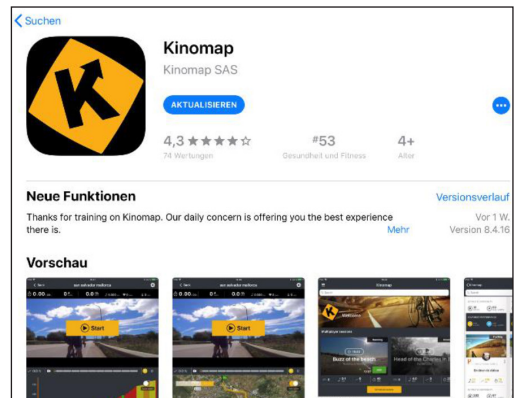


Fig. 6

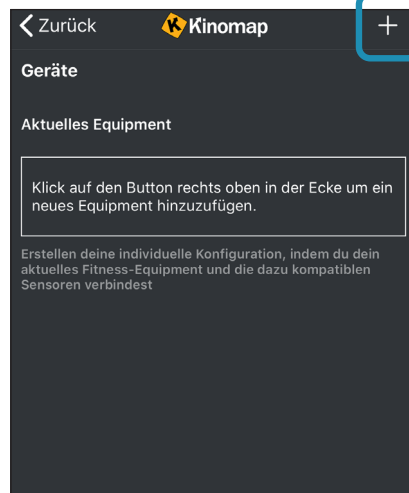
## KINOMAP

The device computer can be connected to the „KinoMap“ app via Bluetooth (frequency: 2.4 GHz). 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.

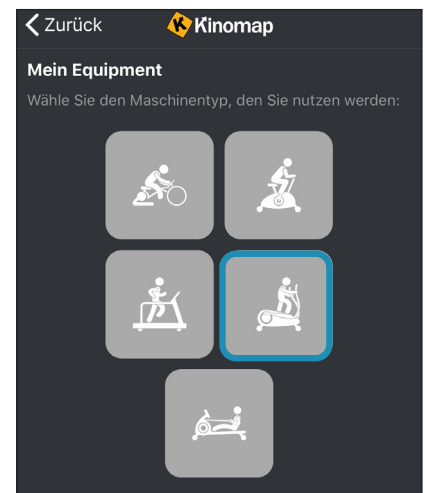
Install and open the app and register resp. log in. Activate Bluetooth. Now add the training device as follows:



1.



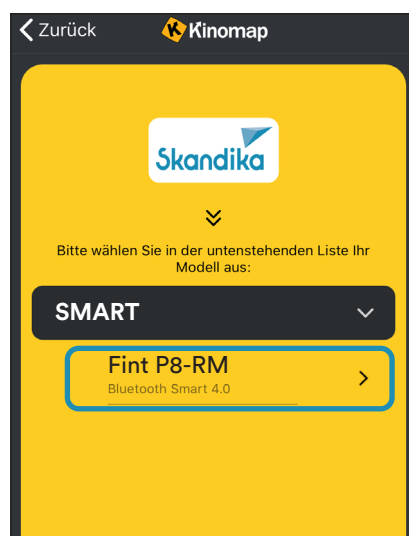
2. Tap on „+“



3. Crosstrainer

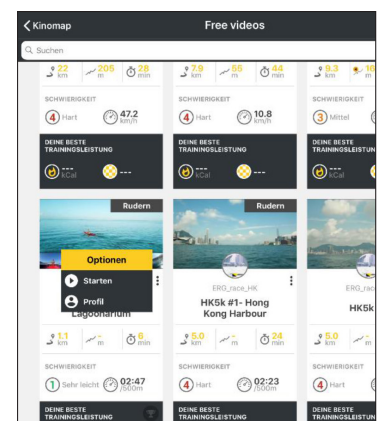


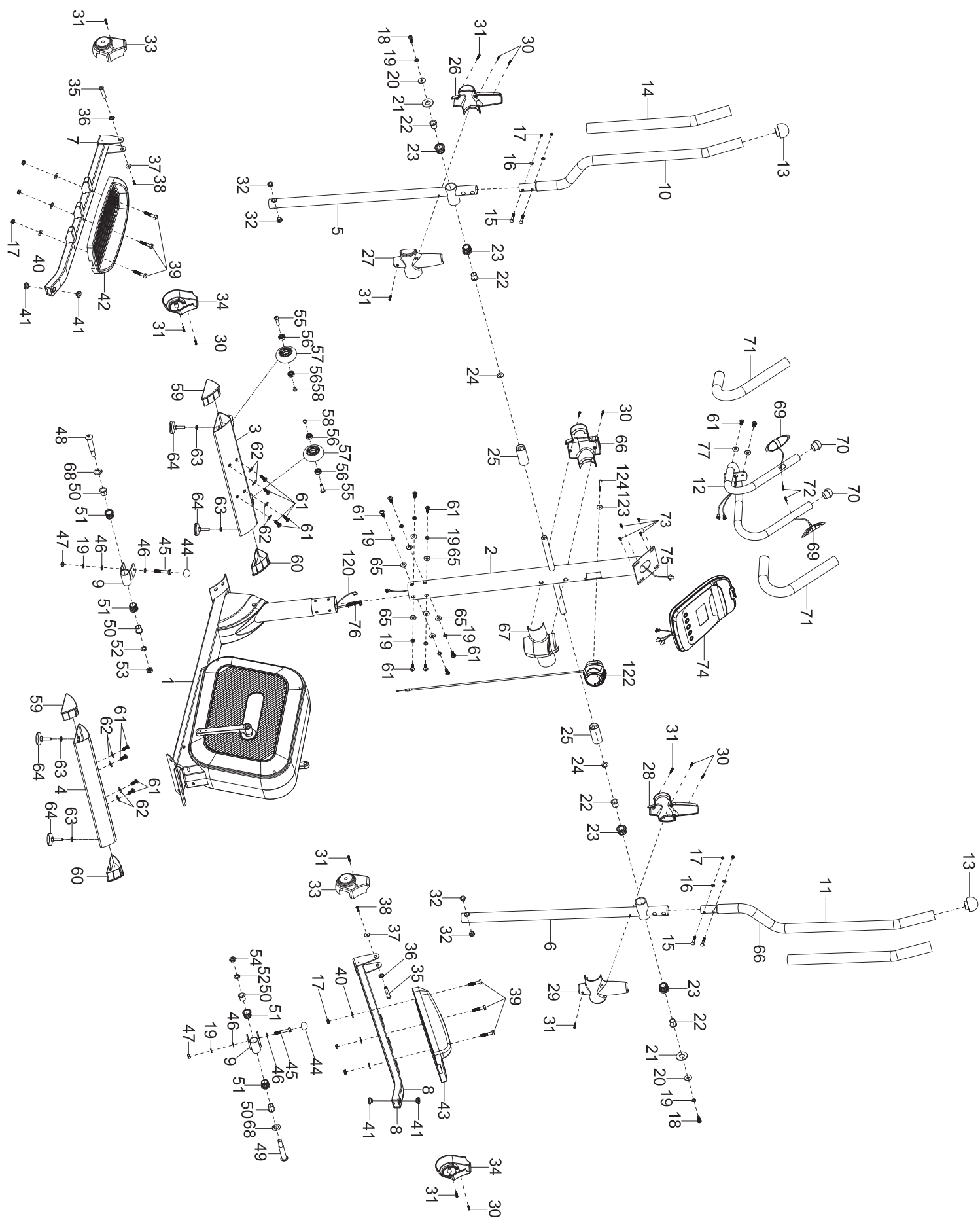
4. Select Skandika

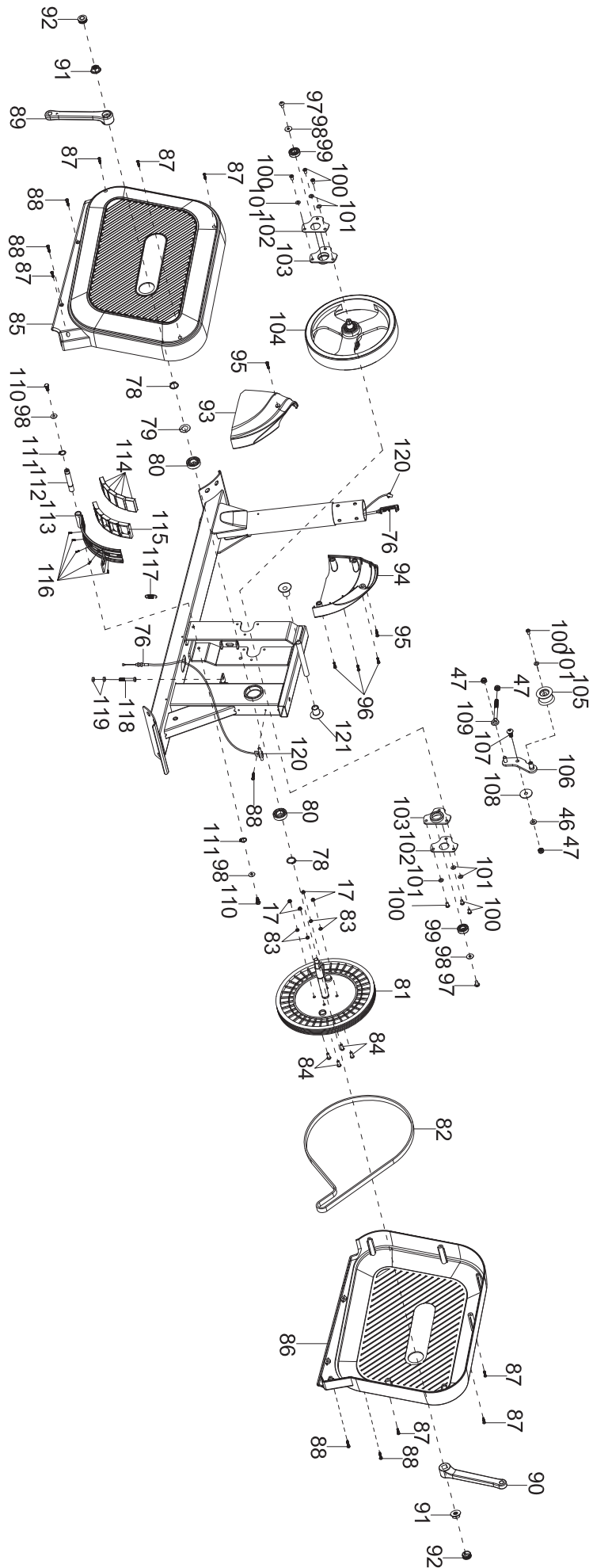


5. Select the device

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!







| Part no | Description                | Qty |
|---------|----------------------------|-----|
| 001     | Main Frame                 | 1   |
| 002     | Front Post                 | 1   |
| 003     | Front Stabilizer           | 1   |
| 004     | Rear Handlebar             | 1   |
| 005     | Left Handrail              | 1   |
| 006     | Right Handrail             | 1   |
| 007     | Left Foot Tube             | 1   |
| 008     | Right Foot Tube            | 1   |
| 009     | U-Bracket                  | 2   |
| 010     | Left Handlebar             | 1   |
| 011     | Right Handlebar            | 1   |
| 012     | Middle Handlebar           | 1   |
| 013     | End cap for Handrail       | 2   |
| 014     | Foam Grip Ø31xØ37x500      | 2   |
| 015     | Bolt M6x35                 | 4   |
| 016     | Curved Washer Ø6xØ12x1.0   | 4   |
| 017     | Nut M6                     | 14  |
| 018     | Bolt M8x20                 | 2   |
| 019     | Spring Washer Ø8           | 12  |
| 020     | Big Washer Ø8xØ25x2.0      | 2   |
| 021     | Big Washer Ø38xØ19x3.0     | 2   |
| 022     | POM bushing Ø27x11         | 4   |
| 023     | Bushing Ø38x24             | 4   |
| 024     | Wave Washer Ø19xØ26x0.3    | 2   |
| 025     | Bushing                    | 2   |
| 026     | Left Handrail Arm Cover-A  | 1   |
| 027     | Left Handrail Arm Cover-B  | 1   |
| 028     | Right Handrail Arm Cover-A | 1   |
| 029     | Right Handrail Arm Cover-B | 1   |
| 030     | Screw ST4.2x12             | 8   |
| 031     | Screw ST4.2x15             | 8   |
| 032     | Power Bushing Ø14xØ10x10   | 4   |
| 033     | Left Foot tube cover       | 2   |
| 034     | Right Foot tube cover      | 2   |
| 035     | Bolt M10x45                | 2   |
| 036     | Washer Ø10xØ18x1.0         | 2   |
| 037     | Big Washer Ø6xØ18x1.5      | 2   |
| 038     | Screw M6x15                | 2   |
| 039     | Bolt M6x40                 | 6   |
| 040     | Washer Ø6xØ12x1.0          | 6   |
| 041     | Power Bushing Ø22xØ8x10    | 4   |
| 042     | Left Foot Pedal            | 1   |
| 043     | Right Foot Pedal           | 1   |
| 044     | Cap Nut S13                | 2   |
| 045     | Bolt M8x55                 | 2   |

| Part no | Description                        | Qty |
|---------|------------------------------------|-----|
| 046     | Washer Ø8xØ16x1.5                  | 5   |
| 047     | Nut M8                             | 5   |
| 048     | Left Pedal Bolt                    | 2   |
| 049     | Right Pedal Bolt                   | 2   |
| 050     | POM bushing Ø23.5x20               | 4   |
| 051     | Bushing Ø28.6x21                   | 4   |
| 052     | Spring Washer Ø20xØ13Xb2           | 2   |
| 053     | Left Nylon Nut 1/2"                | 1   |
| 054     | Right Nylon Nut 1/2"               | 1   |
| 055     | Bolt M8x32                         | 2   |
| 056     | Bearing 608                        | 4   |
| 057     | Transportation Wheel               | 2   |
| 058     | Bolt M6x12                         | 2   |
| 059     | Left Stabilizer End Cap            | 2   |
| 060     | Right Stabilizer End Cap           | 2   |
| 061     | Bolt M8x20                         | 18  |
| 062     | Big Washer Ø8xØ20x2.0              | 8   |
| 063     | Nut M8                             | 4   |
| 064     | Adjust Foot Pad M8x30              | 4   |
| 065     | Big Curve Washer Ø8xØ20x2.0        | 8   |
| 066     | Front Post Cover                   | 1   |
| 067     | Rear Post Cover                    | 1   |
| 068     | Wave Washer Ø23xØ17x0.5            | 2   |
| 069     | Hand Pulse with wires              | 2   |
| 070     | End Cap for Handlebar Ø25          | 2   |
| 071     | Foam Grip Ø24xØ30x450              | 2   |
| 072     | Screw ST4.2x20                     | 2   |
| 073     | Screw M5x10                        | 2   |
| 074     | Console                            | 1   |
| 075     | Extension Console Wire<br>L=1000mm | 1   |
| 076     | Tension Cable L=1600mm             | 1   |
| 077     | Arc Washer Ø8xØ16x1.5              | 2   |
| 078     | C-Clip Ø17x1.0                     | 2   |
| 079     | Wave Washer Ø17xØ21x0.3            | 1   |
| 080     | Bearing 6203ZZ                     | 2   |
| 081     | Belt Pulley Ø260                   | 1   |
| 082     | Belt J6                            | 1   |
| 083     | Spring Washer Ø6                   | 4   |
| 084     | Bolt M6x15                         | 4   |
| 085     | Left Chain Cover                   | 1   |
| 086     | Right Chain Cover                  | 1   |
| 087     | Screw ST4.2x25                     | 7   |
| 088     | Screw ST4.2x20                     | 5   |

| Part no | Description                                   | Qty |
|---------|-----------------------------------------------|-----|
| 089     | Left Crank                                    | 1   |
| 090     | Right Crank                                   | 1   |
| 091     | Nut M10*1.25                                  | 2   |
| 092     | Chain Cover Cap                               | 2   |
| 093     | Left Decorative Cover                         | 1   |
| 094     | Right Decorative Cover                        | 1   |
| 095     | Self-tapping self-drilling screws<br>ST4.2x20 | 2   |
| 096     | Screw ST4.2x20                                | 3   |
| 097     | Bolt M6x12                                    | 2   |
| 098     | Washer Ø6xØ16x1.2                             | 4   |
| 099     | Bearing 6001 2Z                               | 2   |
| 100     | Screw M6x12                                   | 7   |
| 101     | Washer Ø6xØ12x1.0                             | 7   |
| 102     | Bearing End Cover                             | 2   |
| 103     | Plastic Bearing Seat                          | 2   |
| 104     | Flywheel                                      | 1   |
| 105     | Press Wheel                                   | 1   |
| 106     | Press Wheel bracket                           | 1   |
| 107     | Bolt M8x20                                    | 1   |
| 108     | PC Washer Ø47xØ10.5x0.4                       | 1   |
| 109     | Adjust Bolt M8x75                             | 1   |
| 110     | Bolt M6x15                                    | 2   |
| 111     | C-Clip Ø12x1.0                                | 2   |
| 112     | Magnetic Plate Axle                           | 1   |
| 113     | Magnetic Bracket                              | 1   |
| 114     | Magnetic                                      | 5   |
| 115     | Plastic Magnetic box                          | 1   |
| 116     | Screw ST2.9x9                                 | 5   |
| 117     | Tension spring                                | 1   |
| 118     | Bolt M6x45                                    | 1   |
| 119     | Nut M6                                        | 2   |
| 120     | Sensor with Wire L=1600mm                     | 1   |
| 121     | Rubber cap                                    | 2   |
| 122     | Tension Knob L=600mm                          | 1   |
| 123     | Big Curve Washer ø5                           | 1   |
| 124     | Bolt M5x55                                    | 1   |

## 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



At the end of its life cycle, this product must not be disposed of with household waste but must be taken to a collection unit for the recycling of electric and electronic equipment. The symbol on the product, the instructions for use or the packaging express mention of this. The basic materials can be recycled as specified on the labelling.

When recycling the materials and finding other utilisation for used equipment, you are making a significant contribution towards protecting our environment. Ask at your council about the respective local disposal sites.

## DECLARATION OF CONFORMITY

Hereby, MAX Trader GmbH declares that the radio equipment type [SF-3830 Fint P8-RM] is in compliance with Directive 2014/53/EU.

The full text of the EU Declaration of Conformity is available at the following internet address:

[https://skandika.com/wp-content/uploads/eu-konformitaetserklaerung\\_SF-3830.pdf](https://skandika.com/wp-content/uploads/eu-konformitaetserklaerung_SF-3830.pdf)

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

- 47 Informations de sécurité
- 48 Instructions de montage
- 56 Niveau stable / Transport / Nettoyage / Stockage
- 57 Echauffement et récupération
- 58 Réglage de la résistance / Mode d'emploi de l'ordinateur
- 59 Dépannage / Connexion Bluetooth
- 60 Connexion à l'application SKANDIKA
- 61 Connexion à l'application KINOMAP
- 62 Vues éclatées
- 64 Liste des pièces
- 66 Conditions de garantie



skandika.com/  
service

|                                                                                                                                                                                                                   |                      |                                                                          |                                         |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---|---|------|---|---|---|------|----|----|----|--|
| <div>Skandika</div> <div></div> <div></div> | Importeur            |                                                                          | MAX Trader GmbH                         |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   | Adresse              |                                                                          | Wilhelm-Beckmann-Str. 19, D-45307 Essen |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   | Artikelnummer   Name |                                                                          | SF-3830   Fint P8-RM                    |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   | Klasse               |                                                                          | HC                                      |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   | Standard             |                                                                          | EN ISO 20957                            |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                |                      | <b>Warnhinweis:</b> Bitte lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung |                                         |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   |                      | Produktionsdatum                                                         |                                         |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   |                      | 2025                                                                     |                                         |   |   | 2026 |   |   |   | 2027 |    |    |    |  |
|                                                                                                                                                                                                                   |                      | 1                                                                        | 2                                       | 3 | 4 | 5    | 6 | 7 | 8 | 9    | 10 | 11 | 12 |  |
| PO Nr.:                                                                                                                                                                                                           |                      | 2026-1000159                                                             |                                         |   |   |      |   |   |   |      |    |    |    |  |
| 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)

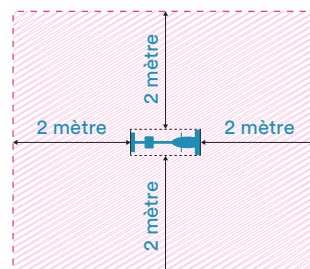


## AVERTISSEMENT

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

- La sécurité de l'appareil ne peut être garantie sur la durée, qu'en contrôlant régulièrement qu'il ne présente aucun dommage ou aucune trace d'usure. Accordez une attention particulière aux bouchons de fermeture/roulettes des stabilisateurs, aux pédales, aux poignées et aux éléments mobiles.
- Lorsque l'appareil est remis à ou utilisé par une autre personne, assurez-vous que celle-ci s'est familiarisée avec le contenu de ce mode d'emploi.
- Cet appareil ne doit être utilisé que pour l'entraînement d'une personne à la fois. Cet appareil d'entraînement est conçu pour un poids d'utilisateur maximal de 120 kg. Catégorie: HC - non approprié pour les applications thérapeutiques.
- Avant la première utilisation puis ultérieurement à intervalles réguliers, contrôlez que toutes les vis, tous les boulons et tous les autres raccords sont bien serrés.
- Avant de commencer un programme d'entraînement, consultez votre médecin afin de déterminer si vous avez des problèmes de santé ou physiques qui pourraient mettre en danger votre santé et votre sécurité ou vous empêcher d'utiliser correctement l'appareil. L'avis de votre médecin est indispensable si vous prenez des médicaments qui influencent votre fréquence cardiaque, votre tension artérielle ou votre taux de cholestérol.
- Soyez attentif aux signaux que vous envoie votre corps. Un entraînement incorrect ou excessif peut nuire à votre santé. Arrêtez de vous entraîner si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur, sensation d'oppression dans la poitrine, battements de cœur irréguliers, essoufflement, étourdissement, vertiges ou sensation de nausée. Si vous ressentez un ou plusieurs de ces symptômes, consultez d'abord votre médecin avant de poursuivre votre programme d'entraînement.
- Tenez les jeunes enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil d'entraînement. Ne laissez jamais des enfants de moins de 14 ans seuls et sans surveillance dans une pièce où se trouve l'appareil.
- Les parents et autres personnes chargées de la surveillance doivent être conscients de leur responsabilité, car en raison de l'instinct naturel de jeu et d'expérimentation des enfants, il faut s'attendre à des situations pour lesquelles les appareils d'entraînement ne sont pas conçus.
- Installez l'appareil dans un endroit sec et plat et protégez-le de l'humidité. Si vous souhaitez protéger le lieu d'installation contre les points de pression, les salissures, etc., nous vous recommandons de placer un support antidérapant adéquat sous l'appareil. N'utilisez pas l'appareil à proximité de l'eau ou à l'extérieur. Si vous n'avez pas utilisé l'appareil pendant une longue période, vérifiez qu'il n'y a pas de rouille ou de fissures dans les matériaux.
- Utilisez toujours l'appareil comme décrit dans ce manuel. Si vous remarquez des pièces défectueuses lors de l'assemblage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez des bruits inhabituels provenant de l'appareil pendant l'entraînement, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil et ne l'utilisez plus jusqu'à ce que le problème soit résolu. Contactez le service clientèle.
- 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. Utilisez les footstraps pendant l'entraînement.
- Veillez à ce que ni vous ni d'autres personnes n'approchent jamais une partie quelconque de votre corps (p. ex. les doigts) d'une pièce en mouvement. En outre, aucun objet susceptible de perturber le déroulement de l'entraînement ne doit se trouver dans les environs immédiats.
- Veuillez respecter les consignes relatives à l'échauffement avant l'entraînement et à la récupération après l'entraînement figurant dans ce mode d'emploi.
- Cet appareil est uniquement destiné à un usage intérieur et domestique, il n'est pas prévu pour un usage professionnel !
- Ne vous entraînez jamais immédiatement après un repas !
- Pour monter, tenez-vous à la poignée et assurez-vous qu'une pédale se trouve dans la position la plus basse afin d'y poser un pied. Placez ensuite l'autre pied sur l'autre pédale. Pour descendre de l'appareil, procédez dans l'ordre inverse.
- Nettoyez régulièrement l'appareil. Ne le rincez pas directement avec de l'eau, de l'essence ou des produits abrasifs, etc. Cela pourrait l'endommager. Utilisez un chiffon légèrement humidifié pour le nettoyage.
- Veuillez vous exercer avec un espace de 2 mètres autour de l'appareil.



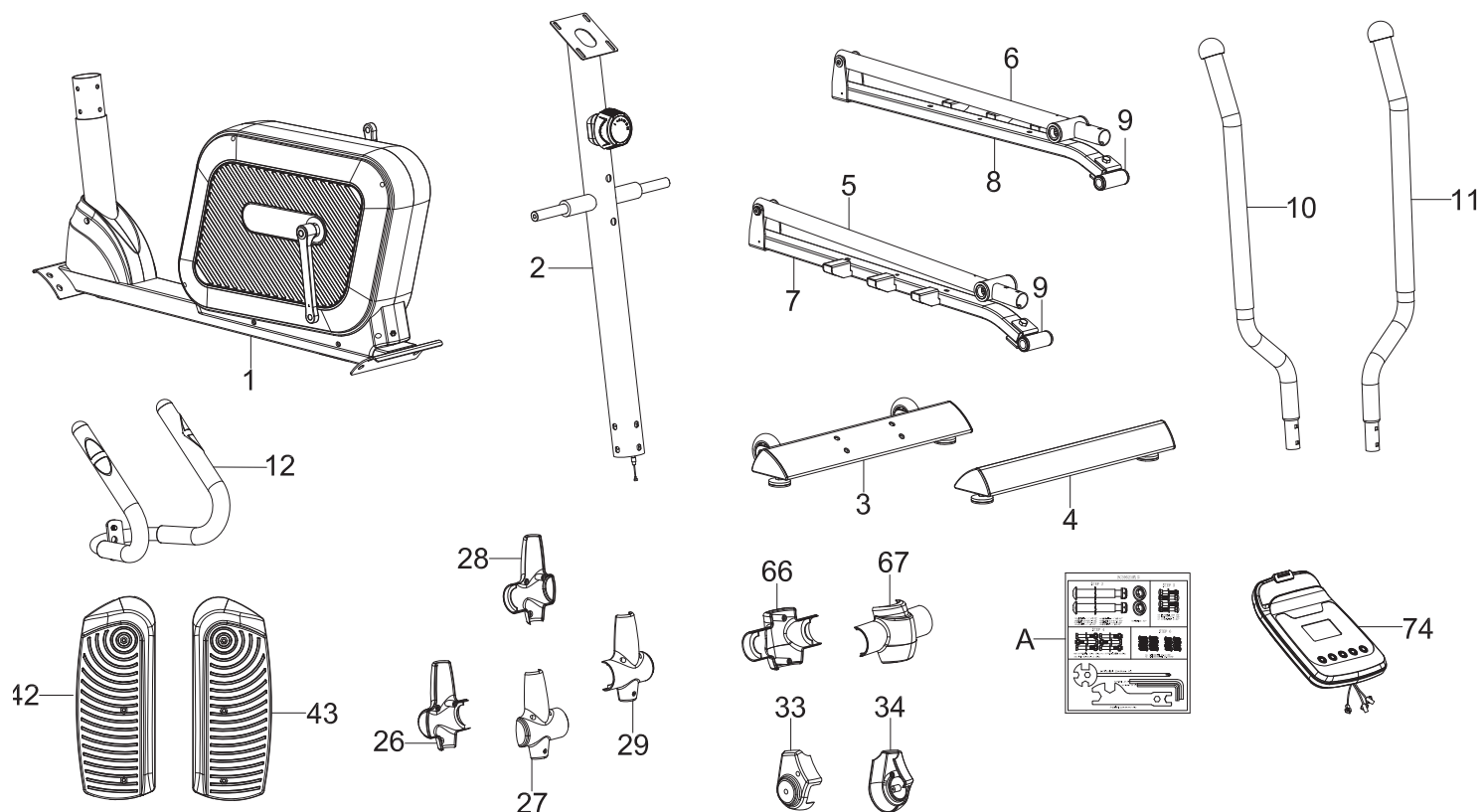
Il est par principe impératif de consulter votre médecin avant d'entamer un entraînement. Il peut vous fournir des indications concrètes concernant l'intensité d'effort qui vous convient le mieux et vous donner des conseils d'exercices et d'alimentation. Ceci est particulièrement important pour les personnes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

## LISTE DE CONTRÔLE

Avant de commencer le montage, nous vous recommandons de trouver un endroit avec suffisamment d'espace libre et une surface plane pour le montage.

Veuillez vérifier si toutes les pièces nécessaires au montage sont disponibles. Il se peut que certaines pièces soient déjà pré-montées pour vous faciliter le montage.

Nous vous recommandons d'utiliser les outils fournis pour le montage de l'appareil.



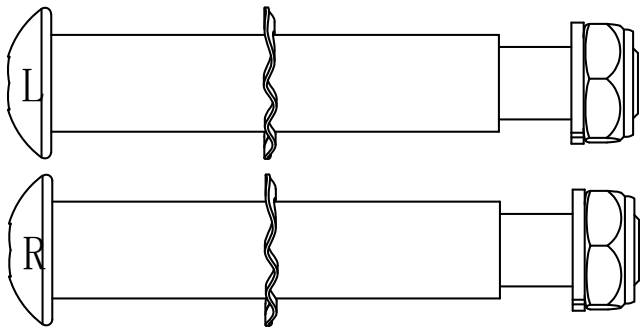
| No.   | Description                           | Qté |
|-------|---------------------------------------|-----|
| 1     | Cadre principal                       | 1   |
| 2     | Support de poignée                    | 1   |
| 3     | Pied avant                            | 1   |
| 4     | Pied arrière                          | 1   |
| 5/7/9 | Bras gauche/tube de pied/support en U | 1   |
| 6/8/9 | Bras droit/tube de pied/support en U  | 1   |
| 10    | Poignée gauche                        | 1   |
| 11    | Poignée droite                        | 1   |
| 12    | Poignée centrale                      | 1   |

| No.   | Description                      | Qté |
|-------|----------------------------------|-----|
| 26    | Couvercle gauche de la poignée A | 1   |
| 27    | Couvercle gauche de la poignée B | 1   |
| 28    | Couvercle droit de la poignée A  | 1   |
| 29    | Couvercle droit de la poignée B  | 1   |
| 42/43 | Marchepieds                      | 2   |
| 66    | Couvercle avant A                | 1   |
| 67    | Couvercle avant B                | 1   |
| 74    | Ordinateur                       | 1   |
| A     | Kit matériel                     | 1   |
|       | Mode d'emploi                    | 1   |

PAQUET DE PETITES PIÈCES

FR

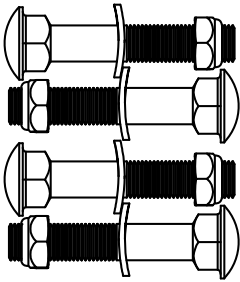
Étape 3



- #48 Left Bolt 1/2" 1PCS
- #49 Right Bolt 1/2" 1PCS
- #68 Wave Washer  $\Phi 28 \times \Phi 17 \times 0.3$  1PCS
- #68 Wave Washer  $\Phi 28 \times \Phi 17 \times 0.3$  1PCS
- #52 Spring Washer  $\Phi 20 \times \Phi 13 \times 2.0$  1PCS
- #52 Spring Washer  $\Phi 20 \times \Phi 13 \times 2.0$  1PCS
- #53 Left Nut 1/2" 1PCS
- #54 Right Nut 1/2" 1PCS

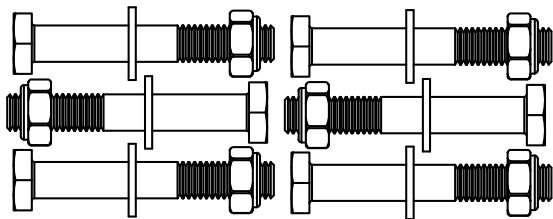
#44 Cap Nut S13 2PCS

Étape 5



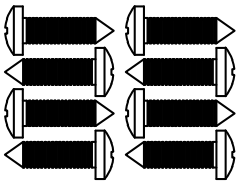
- #15 Bolt M6\*35 4PCS 4PCS
- #16 Curve Washer  $\Phi 6 \times \Phi 12 \times 1.0$  4PCS
- #17 Nut M6 4PCS

Étape 4



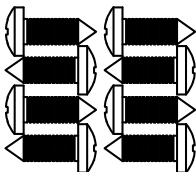
- #39 Bolt M6\*40 6PCS
- #17 Nut M6 6PCS
- #40 Washer  $\Phi 6 \times \Phi 12 \times 1.0$  6PCS

Étape 6



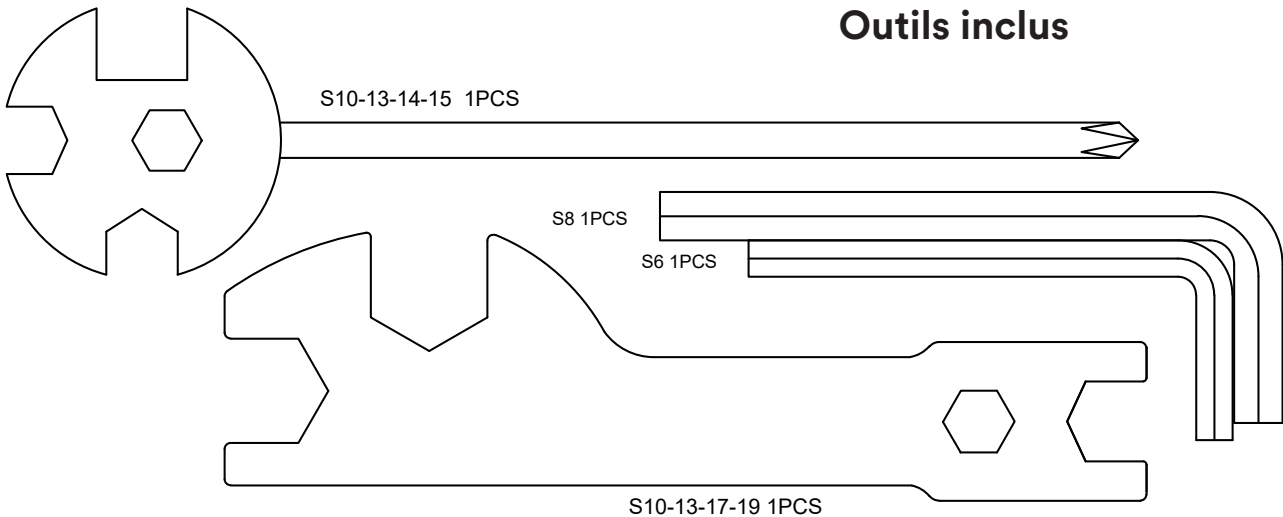
#31 Screw ST4.2\*15 8PCS

Étape 6



#30 Screw ST4.2\*12 8PCS

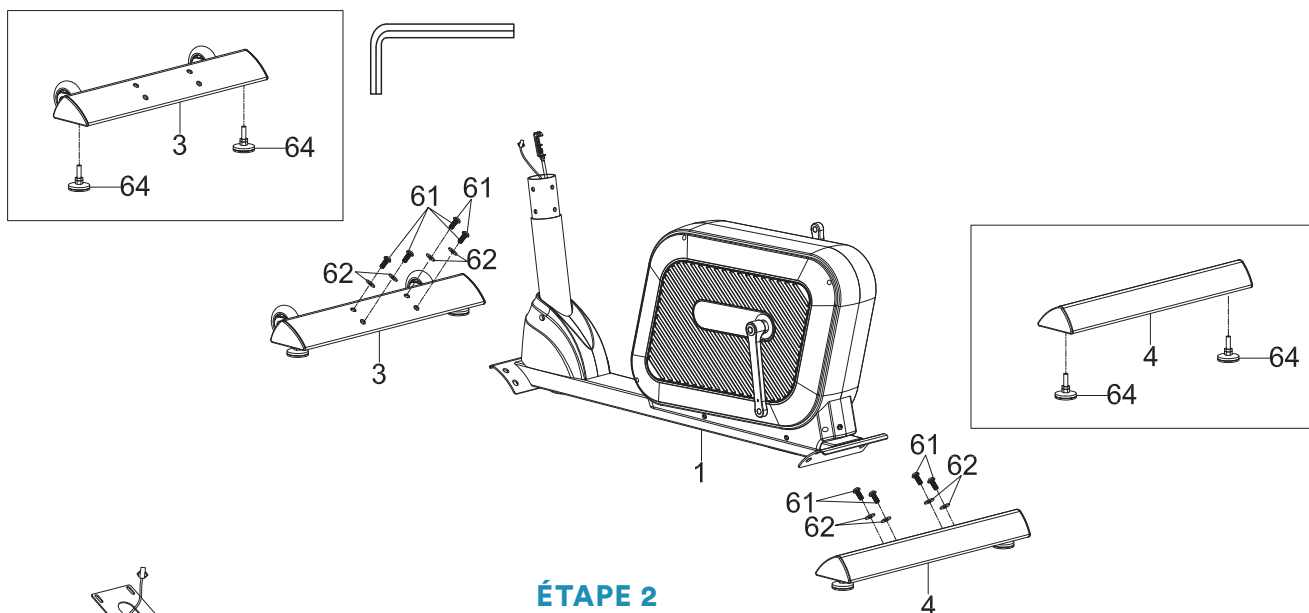
Outils inclus



## ÉTAPE 1

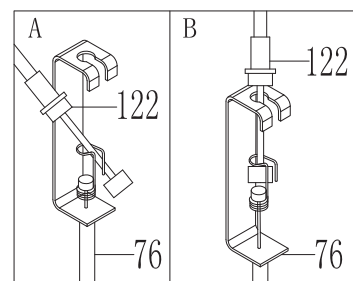
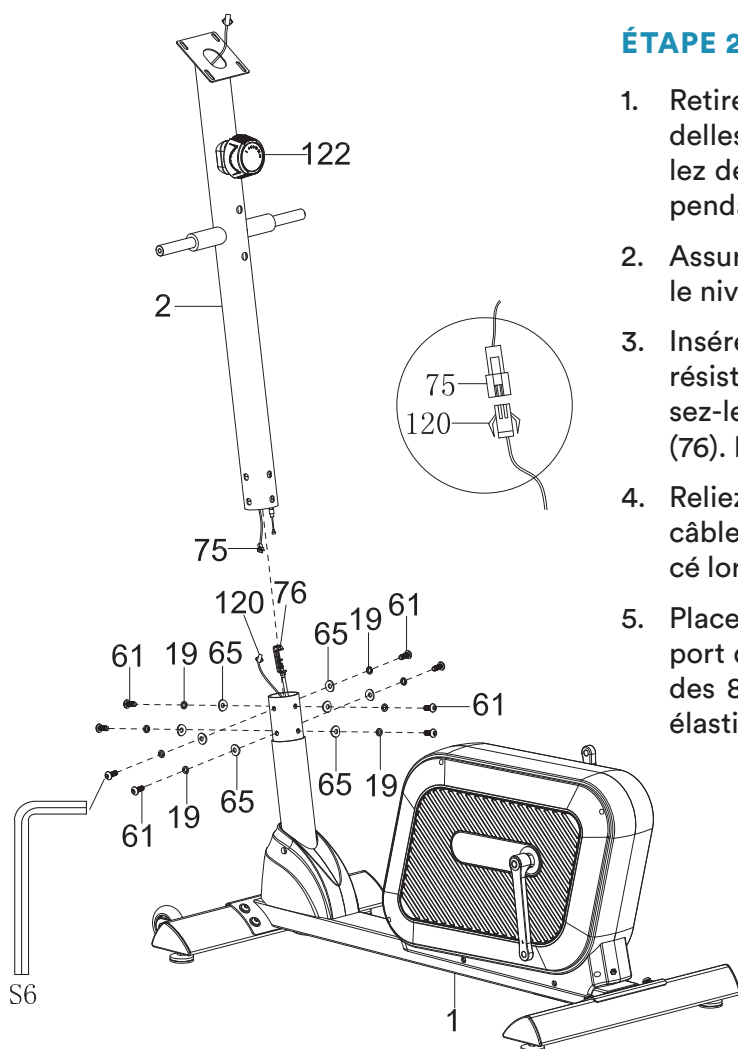
Cette étape consiste à monter les deux pieds.

1. Commencez par fixer les 4 pieds réglables (64) sur les supports avant et arrière (3 / 4) comme indiqué sur l'illustration.
2. Retirez les 4 vis (61) et les 4 rondelles (62) du pied avant (3) et du pied arrière (4).
3. Fixez ensuite les deux pieds au châssis principal (1) à l'aide de ces vis et rondelles, comme indiqué sur le schéma.



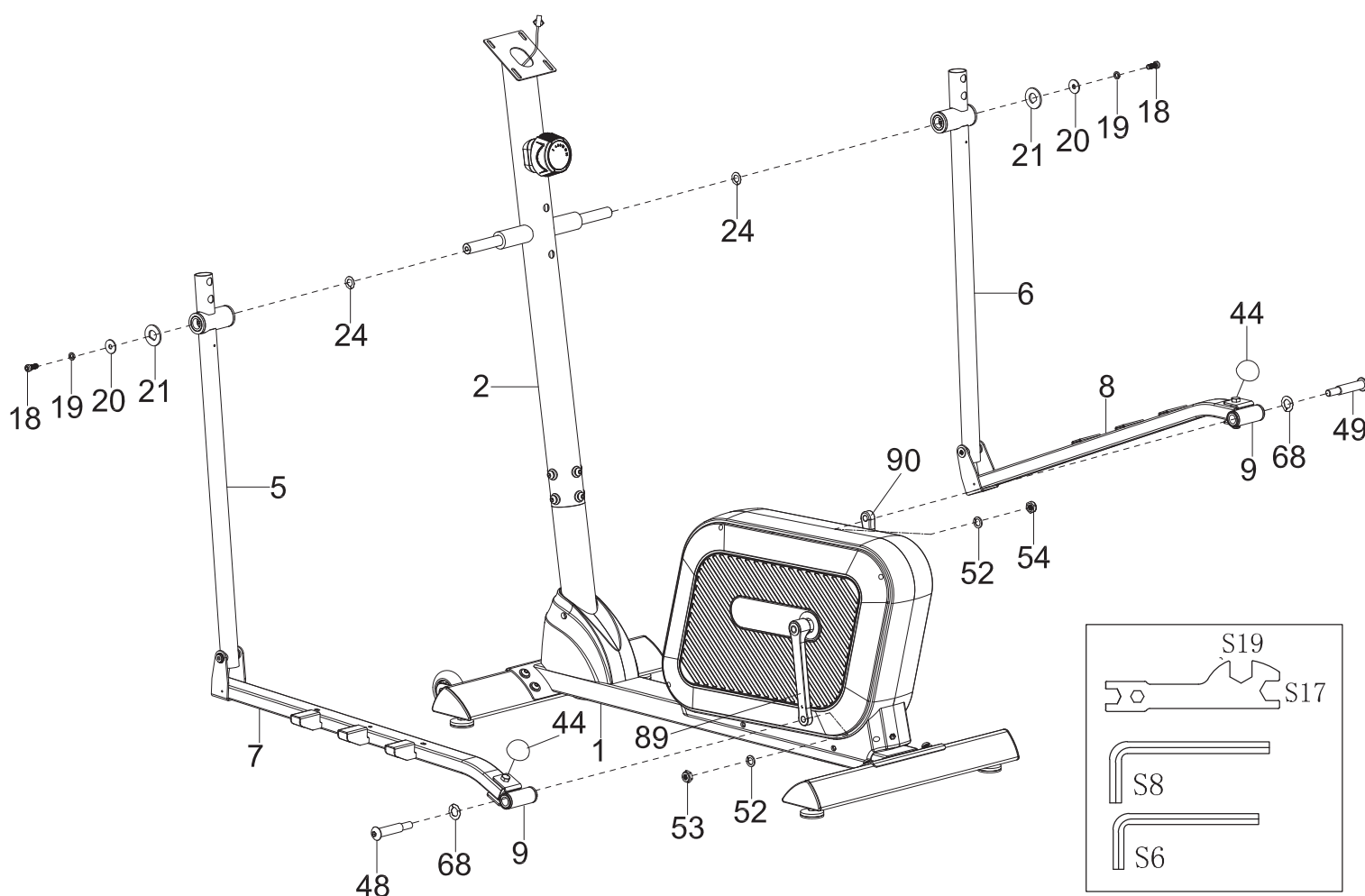
## ÉTAPE 2

1. Retirez les 8 vis (61), les 8 grandes rondelles (65) et les 8 rondelles élastiques (19) du châssis principal (1). REMARQUE : veuillez demander à une personne de maintenir le support avant (2) pendant qu'une autre effectue le montage.
2. Assurez-vous que le régulateur de résistance (122) est réglé sur le niveau de résistance le plus bas (niveau 1).
3. Insérez l'extrémité du câble de résistance dans le régulateur de résistance (122). Tirez le câble de résistance vers le haut et glissez-le dans la fente du support métallique du câble de tension (76). Retirez le clip en plastique (53).
4. Reliez ensuite le câble du capteur (120) à la partie supérieure du câble (75). REMARQUE : veillez à ce qu'aucun câble ne soit coincé lorsque vous fixez le support avant (2) au châssis principal (1).
5. Placez ensuite avec précaution (sans coincer de câble) le support de poignée (2) dans le cadre principal (1) et fixez-le à l'aide des 8 vis (61), des 8 grandes rondelles (65) et des 8 rondelles élastiques (19).



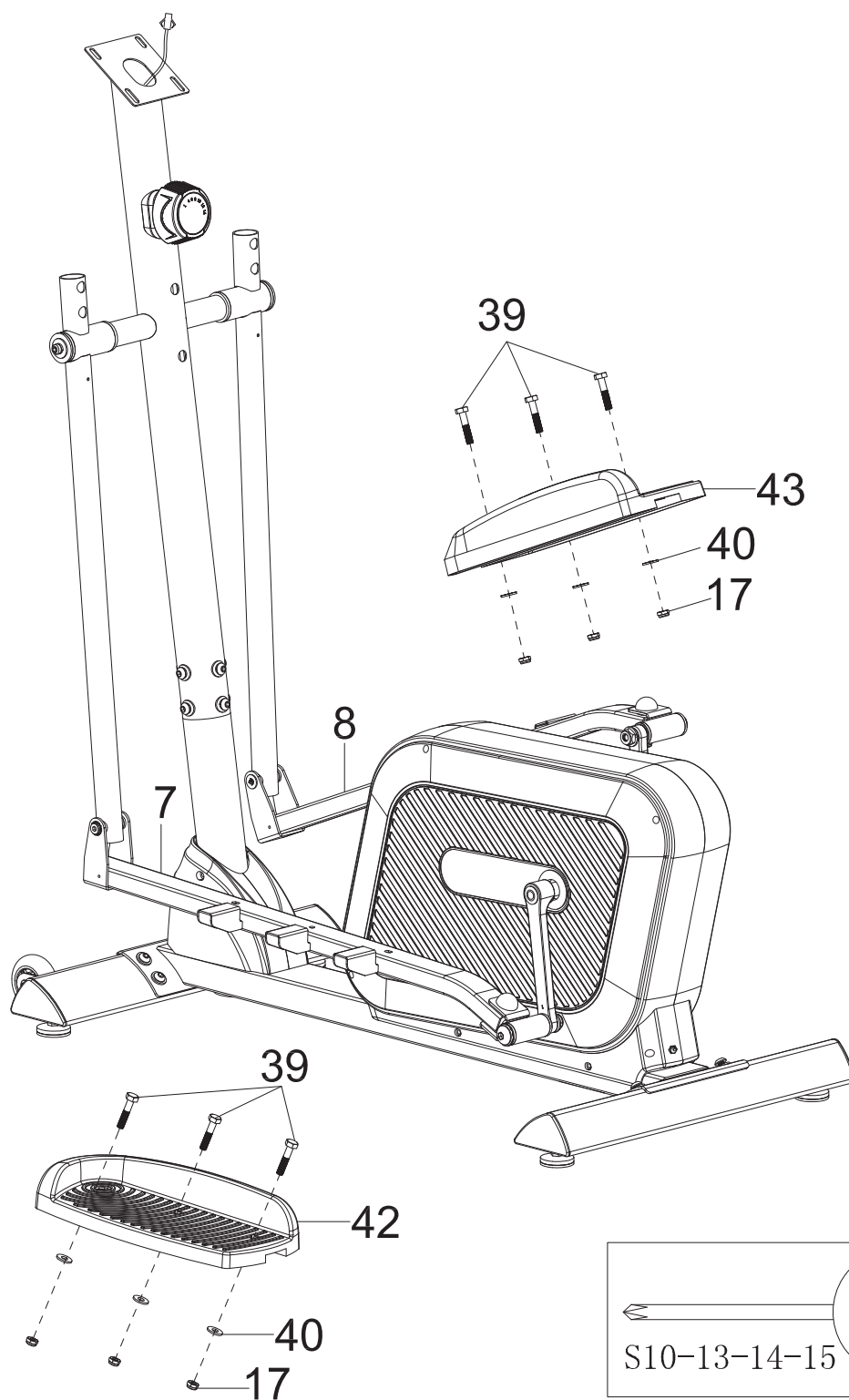
### ÉTAPE 3

1. Retirez les 2 vis (18), les 2 rondelles élastiques (19), les 2 grandes rondelles (20) et les 2 rondelles ondulées (21) du support de poignée (2).
2. Fixez les bras gauche (5) et droit (6) à l'axe horizontal du support de poignée (2) comme illustré à l'aide des vis (18), rondelles élastiques (19), grandes rondelles (20) et rondelles ondulées (21) que vous venez de retirer, ainsi que d'une rondelle ondulée (24) pour chacun.
3. Fixez maintenant le tube gauche (7) au bras de pédale gauche (89) à l'aide du support en U (9), de la vis de montage gauche (48, marquée « L ») et d'une rondelle ondulée (68). Pour ce faire, serrez la vis de montage (48) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, puis fixez cette connexion à l'aide d'une rondelle élastique (52) et de l'écrou (53), que vous serrez dans le sens des aiguilles d'une montre.
4. Fixez maintenant le tube droit (8) au bras de pédale droit (90) à l'aide du support en U (9), de la vis de montage droite (49, marquée « R ») et d'une rondelle ondulée (68). Pour ce faire, serrez la vis de montage (49) dans le sens horaire, puis bloquez cette connexion à l'aide d'une rondelle élastique (52) et de l'écrou (54), que vous serrez dans le sens antihoraire.



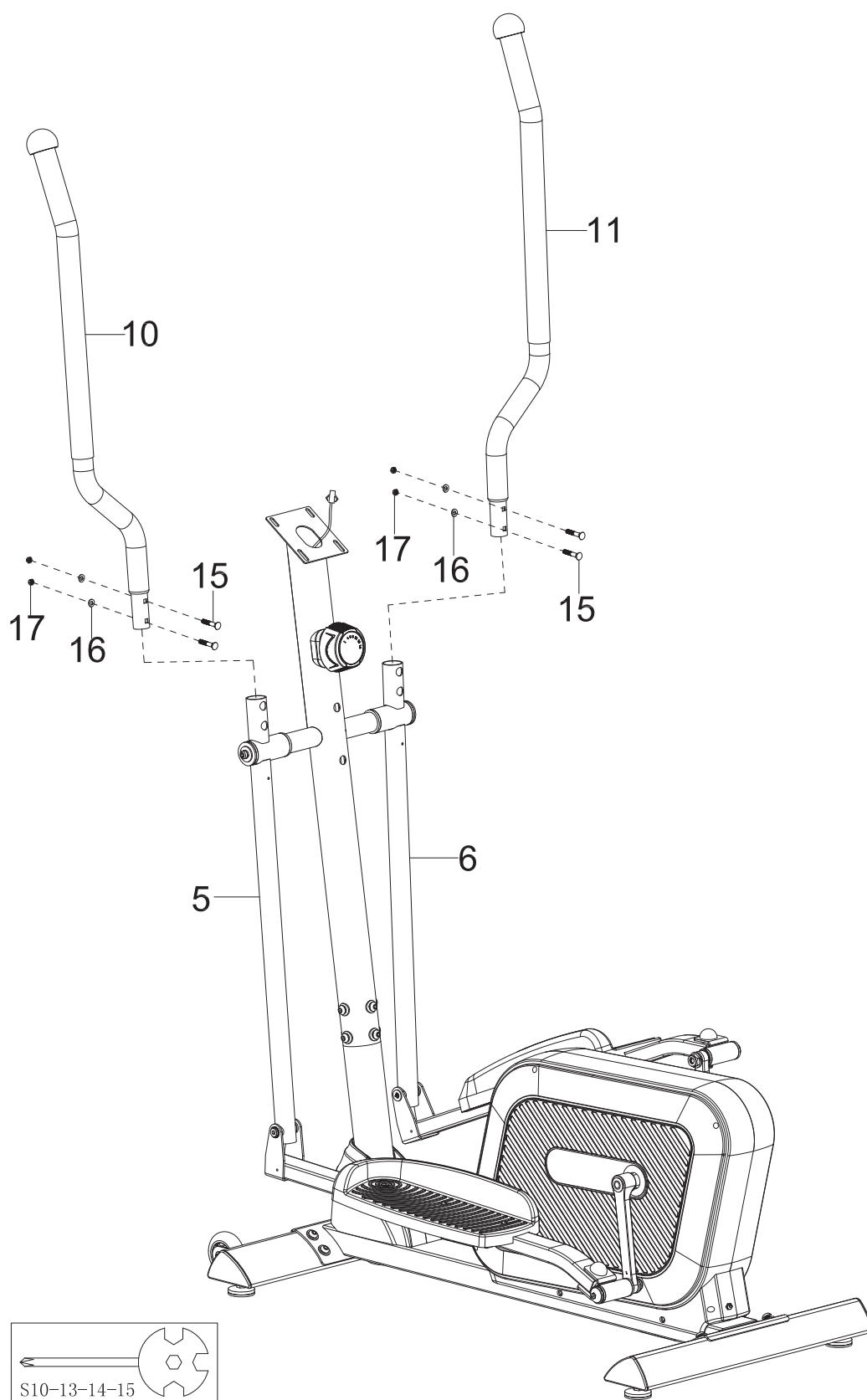
**ÉTAPE 4**

Fixez les marches gauche (42) et droite (43) à l'aide de 3 vis (39), 3 écrous (17) et 3 rondelles (40) sur les tubes gauche (7) et droit (8).



**ÉTAPE 5**

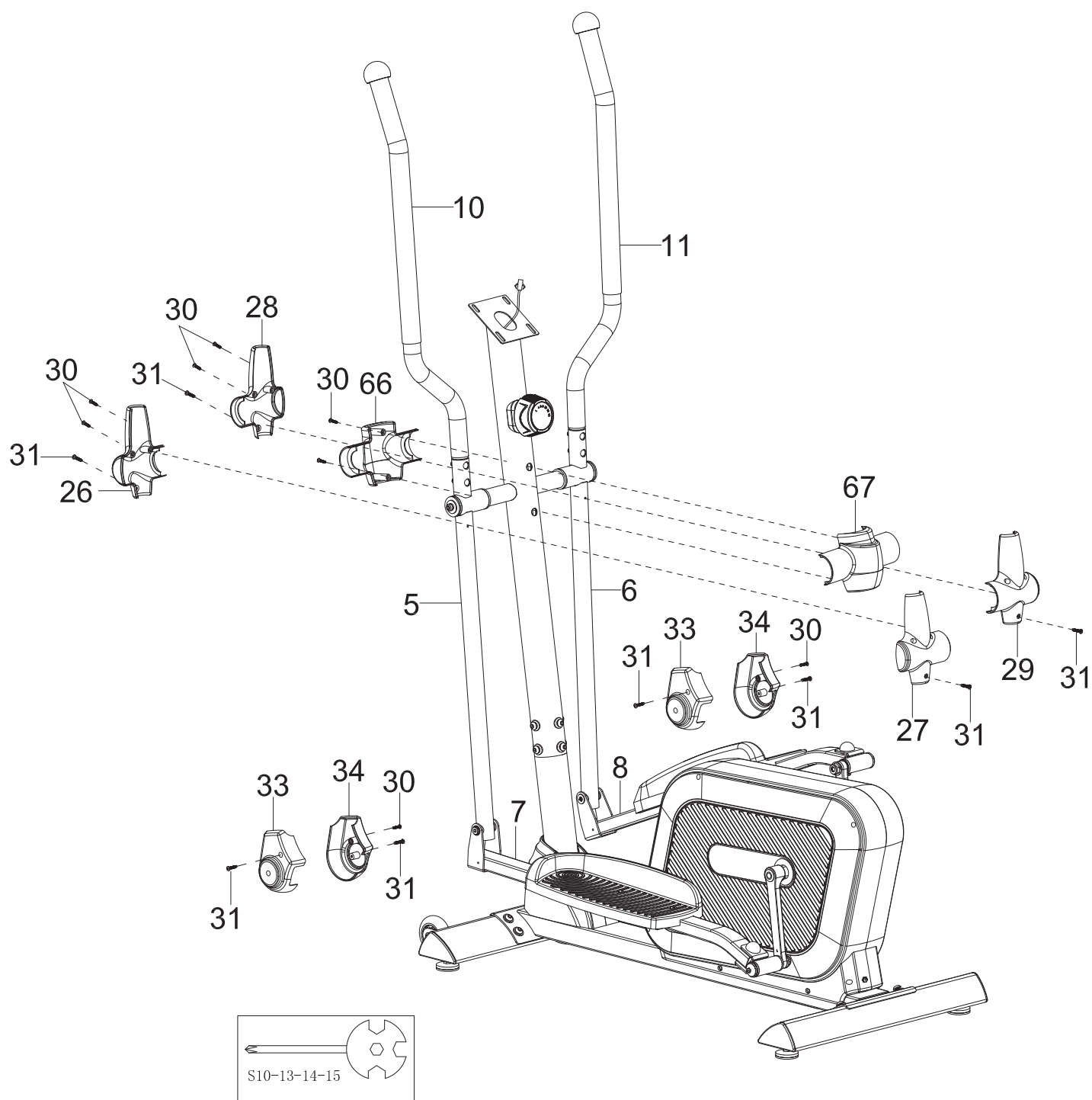
Fixez les poignées gauche (10) et droite (11) respectivement au bras gauche (5) et au bras droit (6) à l'aide de 2 vis (15), 2 rondelles ondulées (16) et 2 écrous (17).



**ÉTAPE 6**

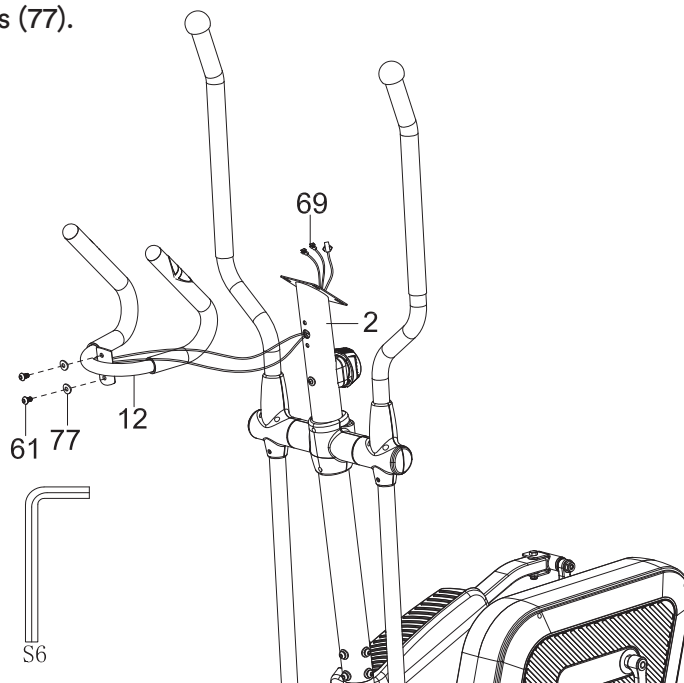
Fixez maintenant tous les couvercles comme illustré :

- Couvercles (66&67) avec un total de 2 vis (30) sur le support de poignée (2)
- les caches (26&27) et (28&29) à l'aide de 2 vis (30) et 2 vis (31) respectivement sur la poignée gauche (10) et droite (11)
- Couvercles (33&34) avec au total 2 vis (30) et 4 vis (31) sur les tubes de pied gauche (7) et droit (8)



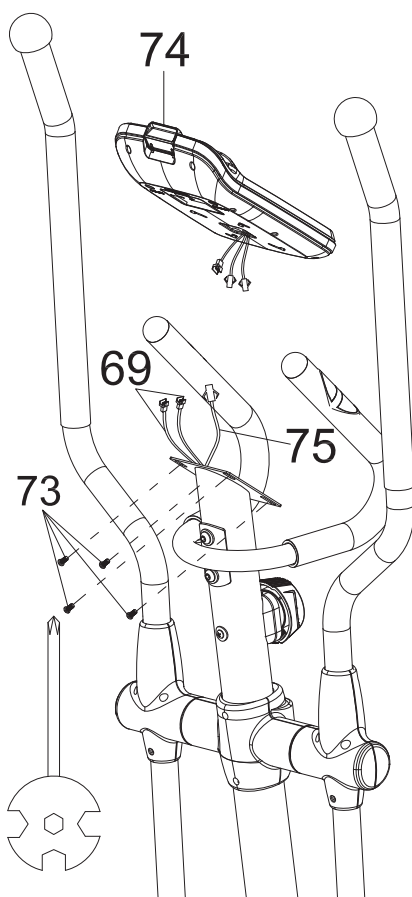
## ÉTAPE 7

Retirez les 2 vis (61) et les 2 rondelles ondulées (77) du support de poignée (2). Faites passer le câble du capteur de pouls manuel (69) à travers le trou situé à l'avant du support de poignée (2) et sortez-le par le haut du support. Fixez ensuite avec précaution la poignée (12) au support de poignée (2) à l'aide des 2 vis (61) et des 2 rondelles ondulées (77).



## ÉTAPE 8

Retirez les 4 vis (73) à l'arrière de l'ordinateur (74), connectez le câble de l'ordinateur (75) et les deux câbles de la manopule (69) aux connecteurs de l'ordinateur (74). Insérez délicatement le câble excédentaire dans le support de poignée (2). Remontez ensuite l'ordinateur (74) à l'aide des 4 vis (73) sur le dessus du support de poignée (2). **L'installation est maintenant terminée. Vérifiez une nouvelle fois que toutes les connexions sont bien fixées.**



## NIVEAU STABLE

L'appareil doit être posé à plat afin qu'il ne vacille pas et que l'entraînement puisse se dérouler en toute sécurité. Les deux pieds sont équipés de 2 patins réglables (64) qui peuvent être tournés pour mettre l'appareil à niveau sur le sol.

## TRANSPORT

L'appareil est équipé de roulettes de transport situées sur le pied avant. Si vous souhaitez le déplacer, soulevez-le par le pied arrière de manière à ce que les roulettes de transport à l'avant touchent le sol. Vous pouvez ainsi le faire rouler facilement jusqu'à son nouvel emplacement.

## NETTOYAGE

L'appareil peut être nettoyé à l'aide d'un chiffon doux, propre et humide. N'utilisez pas de produits abrasifs ou de solvants sur les pièces en plastique. Essuyez l'appareil après chaque utilisation afin d'éliminer la sueur et la saleté. Veillez à ce qu'aucune humidité excessive ne pénètre sur l'écran de l'ordinateur, car cela pourrait entraîner des risques électriques ou une panne électronique. N'exposez pas l'appareil, en particulier l'ordinateur, à la lumière directe du soleil afin d'éviter d'endommager l'écran de l'ordinateur. Vérifiez chaque semaine que toutes les vis de fixation et les pédales sont bien serrées.

## STOCKAGE

Rangez l'appareil dans un endroit propre et sec, hors de portée des enfants.

## 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 s'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



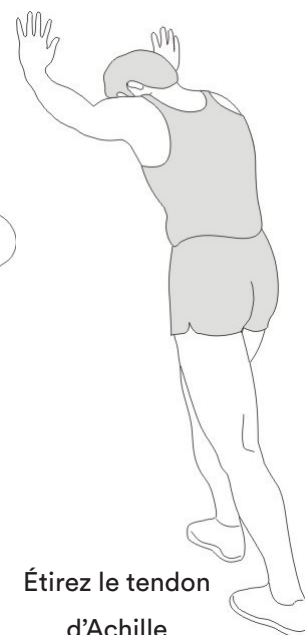
Touchez les orteils



Étirez l'intérieur de la cuisse



Étirez les muscles ischio-jambiers



Étirez le tendon d'Achille

Parlez toujours à votre médecin avant de commencer un programme d'exercices.

### 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.

## RÉGLAGE DE LA RÉSISTANCE

Réglez la résistance au pédalage en tournant le bouton de résistance (122) dans le sens horaire pour augmenter la résistance. Tournez le bouton dans le sens antihoraire pour réduire la résistance.

## UTILISATION DE L'ORDINATEUR

Assurez-vous que les piles de l'ordinateur sont neuves ou suffisamment chargées. Si l'affichage devient faible, remplacez-les.

### Fonctions des touches :

**MODE** : cette touche sert à sélectionner la fonction souhaitée de l'ordinateur. Vous pouvez sélectionner chaque valeur de fonction individuellement ou activer la fonction SCAN, qui affiche automatiquement toutes les valeurs de fonction les unes après les autres (changement toutes les 4 secondes environ).

**SET** : cette touche sert à régler les valeurs cibles pour le temps, la distance, les calories ou le pouls.

**RESET** : pour réinitialiser toutes les valeurs fonctionnelles à 0, appuyez sur la touche RESET et maintenez-la enfoncée pendant environ 3 secondes.

### Fonctions de l'ordinateur :

**TIME** (temps) : affiche le temps d'entraînement écoulé (0:00 à 99:59 min).

**SPEED** (vitesse) : affiche la vitesse actuelle (0,0 à 99,9 km/h).

**DISTANCE** (distance) : affiche la distance parcourue (0,0 à 9999 km).

**CALORIES** (Calories) : affiche les calories brûlées (0,0 à 9999 kcal).

**ODOMETER** (Compteur kilométrique) : affiche la distance totale parcourue avec cet appareil (0,0 à 9999 km).

**PULSE** (« PUL » / fréquence cardiaque) : affiche la fréquence cardiaque actuelle (40 à 240 battements/minute). Pour un affichage correct de la fréquence cardiaque, veillez à bien serrer les deux capteurs manuels ou à porter une ceinture thoracique Bluetooth compatible (voir explication plus loin dans ce mode d'emploi).

### Remarques :

- a) Si aucun entraînement ni aucune opération n'est effectué pendant environ 4 minutes, l'ordinateur s'éteint automatiquement.
- b) Vous pouvez réactiver l'affichage en appuyant sur une touche ou en commençant l'entraînement.
- c) L'affichage des calories est calculé à partir de la distance parcourue. Cet affichage sert uniquement à comparer différentes séances d'entraînement et ne convient pas pour calculer la consommation calorique individuelle de différentes personnes, par exemple dans le cadre d'un régime.

## DÉPANNAGE

### Question : Pourquoi l'écran de l'ordinateur n'affiche-t-il rien ?

Solution : Veuillez vérifier que tous les câbles sont correctement branchés à l'ordinateur et que les piles sont correctement installées.

### Question : Pourquoi l'ordinateur n'affiche-t-il pas la fréquence cardiaque pendant l'entraînement ?

Solution : Assurez-vous que les câbles des capteurs de fréquence cardiaque manuels sont bien branchés. Afin de garantir une mesure plus précise de la fréquence cardiaque, veuillez toujours tenir les capteurs sur les poignées du guidon avec les deux mains, plutôt qu'avec une seule main, lorsque vous souhaitez vérifier vos valeurs de fréquence cardiaque. Vous serrez trop fort les capteurs de fréquence cardiaque manuels. Essayez d'exercer une pression modérée lorsque vous tenez les capteurs de fréquence cardiaque manuels.

### Problème : l'appareil est instable ou vacille pendant son utilisation.

Solution : assurez-vous que l'appareil repose sur une surface solide et plane. Réglez les pieds de mise à niveau pour aligner l'appareil.

### Problème : l'appareil grince ou émet un sifflement.

Solution : assurez-vous que l'appareil repose sur une surface solide et plane. Desserrez toutes les pièces de fixation, graissez les filetages des boulons et resserrez les pièces de fixation.

## CONNEXION BLUETOOTH

L'appareil peut être connecté via Bluetooth à l'application KINOMAP ou SKANDIKA (description à les pages suivantes). Une fois cette connexion établie, il est également possible de connecter une ceinture thoracique en option à l'aide de l'application. Pour la connexion à une ceinture thoracique, vous avez besoin d'une ceinture thoracique compatible en option, par exemple la ceinture thoracique SKANDIKA (voir le code QR ci-dessous).



### SKANDIKA

#### Ceinture thoracique Bluetooth

Pour un entraînement cardio ciblé et contrôlé par la fréquence cardiaque (HRC), il est essentiel de surveiller constamment son pouls pendant l'entraînement et d'ajuster ses performances si nécessaire.

- Interface Bluetooth
- Taille réglable
- Compatible avec l'application Kinomap

Ce produit est disponible à l'achat via le code QR suivant:



## CONNEXION À L'APPLICATION SKANDIKA



L'ordinateur de bord de l'appareil peut également être connecté à l'application SKANDIKA via Bluetooth.

Une fois que vous avez téléchargé et installé l'application sur votre smartphone, veuillez procéder comme suit :

1. Appuyez sur « Appareils » dans le coin inférieur gauche : L'écran s'affiche - voir fig. 1.
2. Appuyez ensuite sur l'appareil détecté (fig. 2).
3. Lorsque l'icône Bluetooth bleue apparaît (voir fig. 3), la connexion est établie.
4. Appuyez sur « Entraînement » puis sur « Ouvrir l'entraînement » (fig. 4).
5. Commencez votre entraînement (appuyez sur START de l'ordinateur). L'application SKANDIKA se lancera automatiquement et affichera les données de votre entraînement (fig. 5 et 6).



Fig. 1

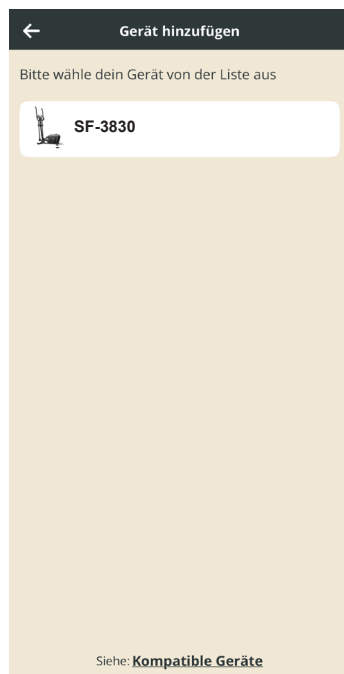


Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4

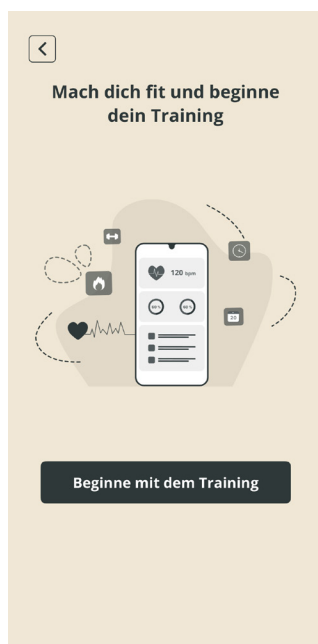


Fig. 5

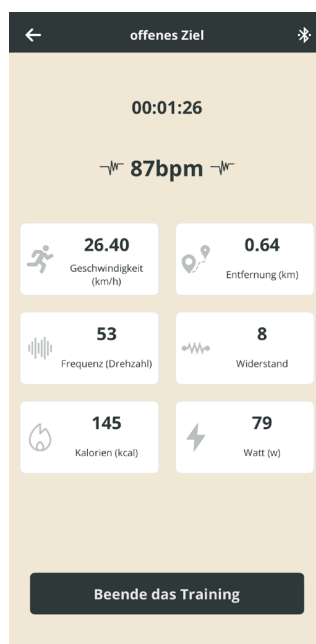
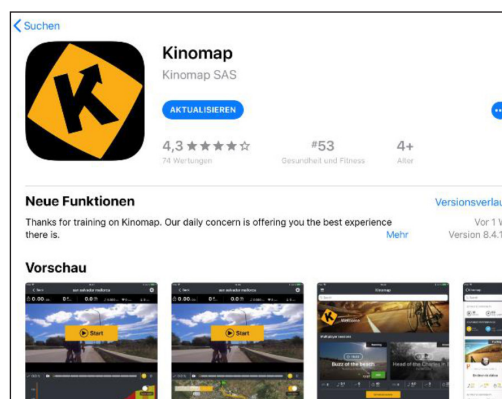


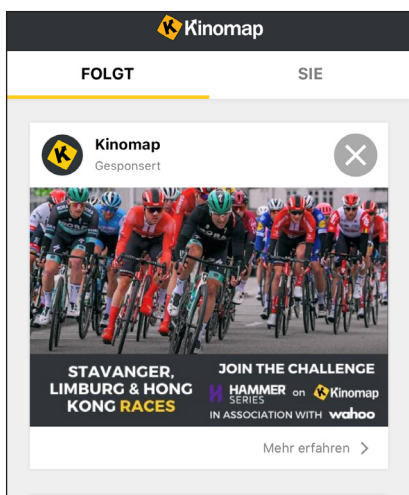
Fig. 6

## KINOMAP

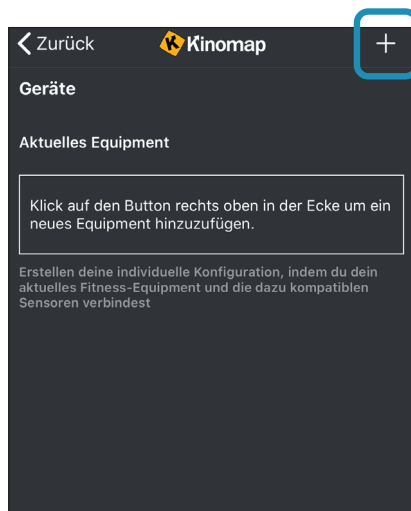
L'ordinateur de l'appareil peut être connecté via Bluetooth (fréquence : 2,4 GHz) à l'application „KinoMap“. Transformez votre appareil en un produit fitness amusant et puissant ! Choisissez parmi les vidéos géolocalisées disponibles sur Kinomap et c'est parti ! Votre position est indiquée dans la vidéo, 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.



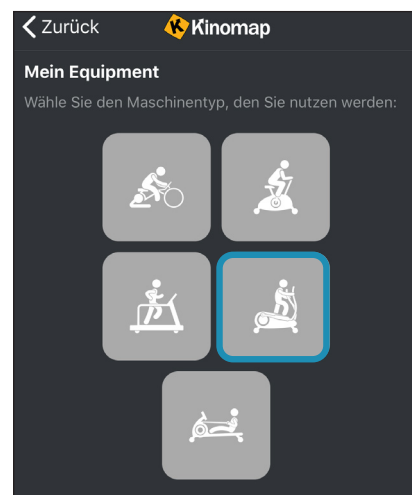
Installez et ouvrez l'application et enregistrez-vous ou connectez-vous. Activez Bluetooth. Ajoutez maintenant l'appareil comme suit :



1.



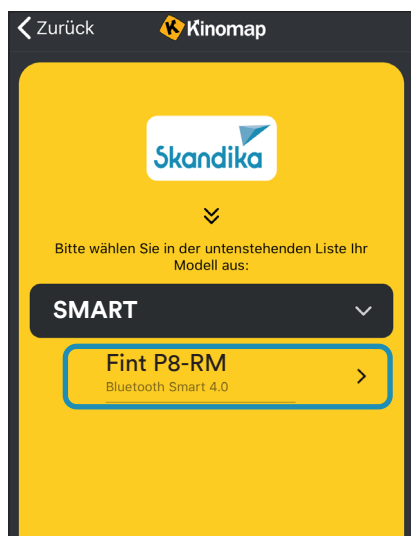
2. Touchez „+“



3. Vélo elliptique

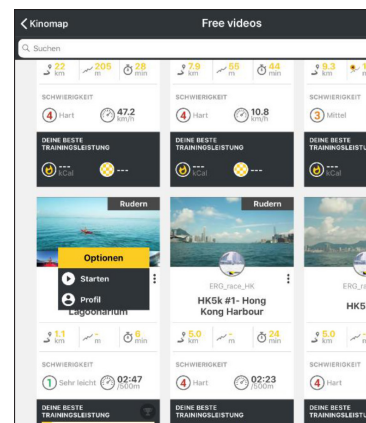


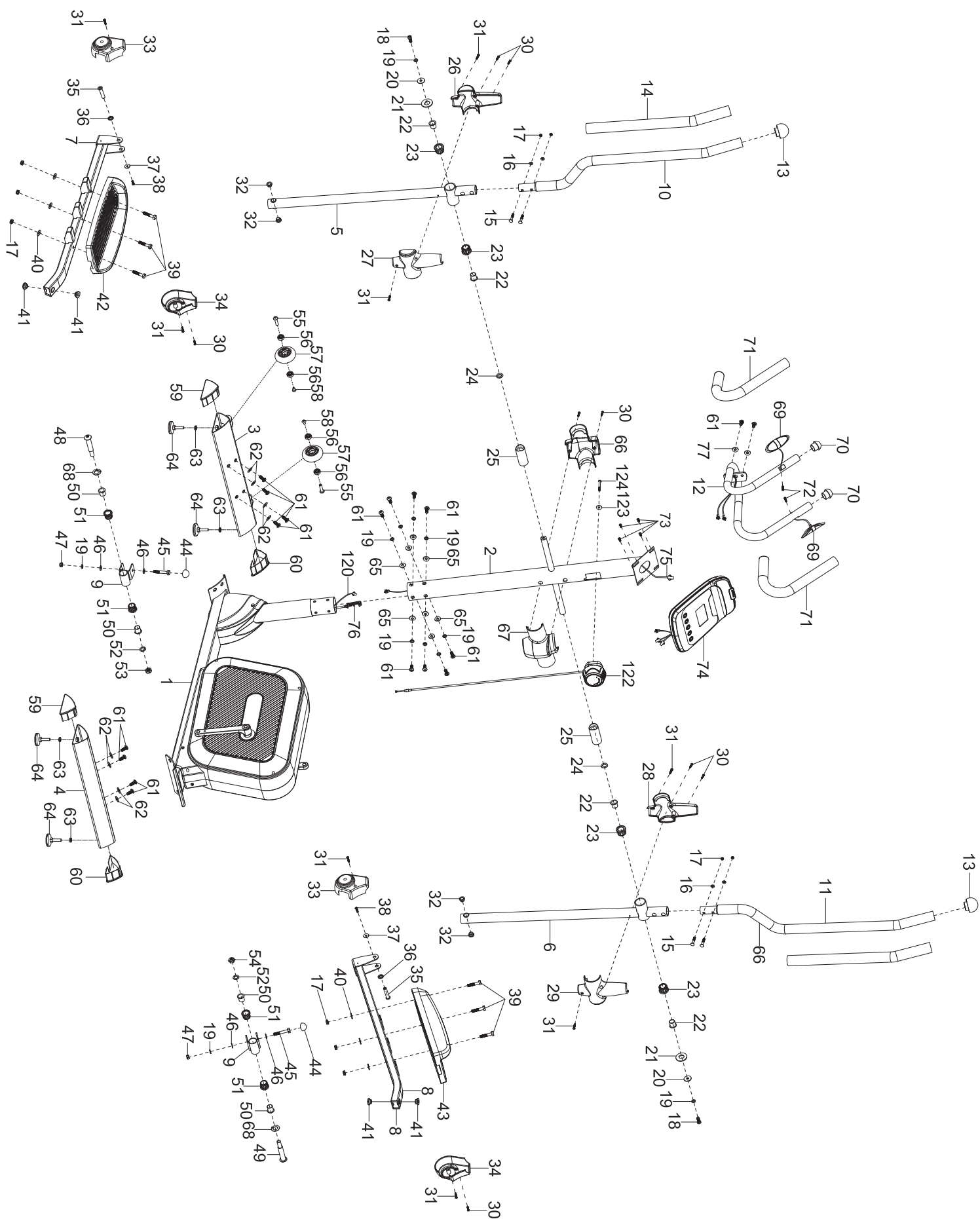
4. CHOISIR „SKANDIKA“

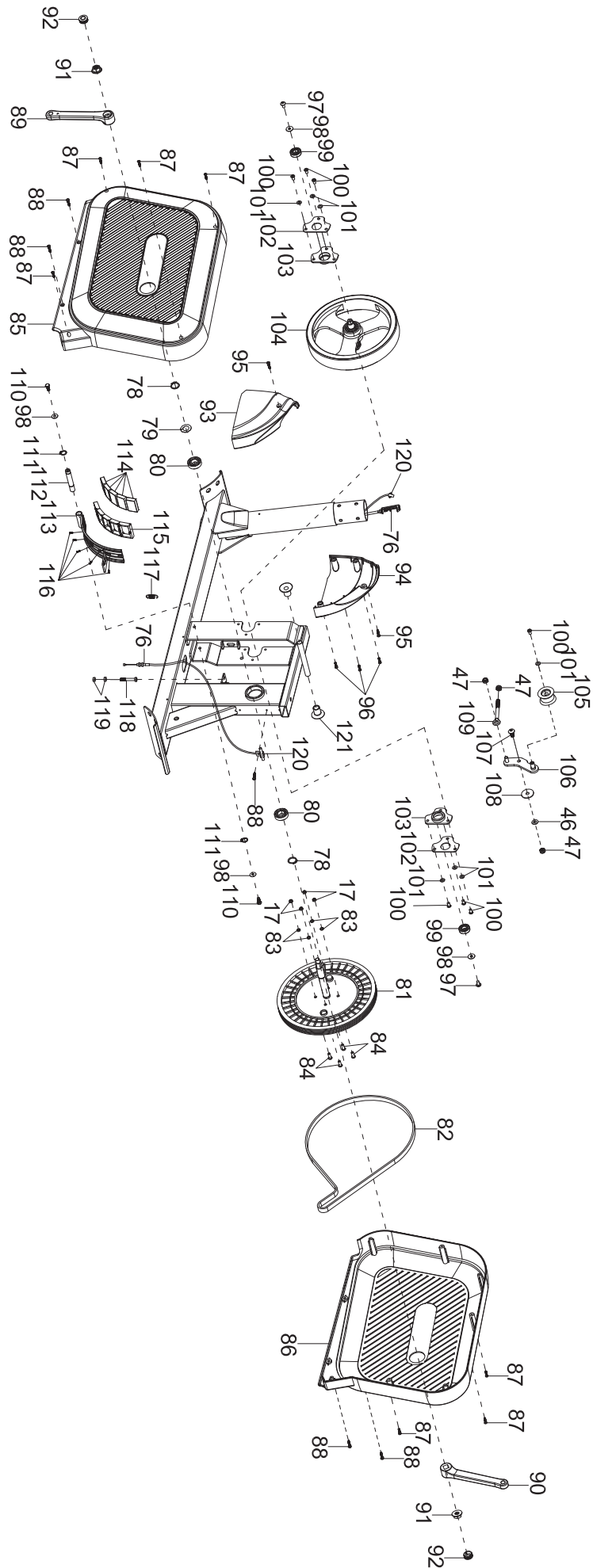


5. Sélectionner l'appareil

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) !







| No. | Description                      | Qté |
|-----|----------------------------------|-----|
| 001 | Cadre principal                  | 1   |
| 002 | Support de poignée               | 1   |
| 003 | Pied avant                       | 1   |
| 004 | Pied arrière                     | 1   |
| 005 | Bras gauche                      | 1   |
| 006 | Bras droit                       | 1   |
| 007 | Tube de pied gauche              | 1   |
| 008 | Tube de pied droit               | 1   |
| 009 | Support en U                     | 2   |
| 010 | Poignée gauche                   | 1   |
| 011 | Poignée droite                   | 1   |
| 012 | Poignée centrale                 | 1   |
| 013 | Embout pour main courante        | 2   |
| 014 | Poignée en mousse<br>Ø31xØ37x500 | 2   |
| 015 | Vis M6x35                        | 4   |
| 016 | Rondelle courbée Ø6xØ12x1,0      | 4   |
| 017 | Écrou M6                         | 14  |
| 018 | Vis M8x20                        | 2   |
| 019 | Rondelle élastique Ø8            | 12  |
| 020 | Grande rondelle Ø8xØ25x2,0       | 2   |
| 021 | Grande rondelle Ø38xØ19x3,0      | 2   |
| 022 | Douille POM Ø27x11               | 4   |
| 023 | Douille Ø38x24                   | 4   |
| 024 | Rondelle ondulée Ø19xØ26x0,3     | 2   |
| 025 | Douille                          | 2   |
| 026 | Couvercle gauche de la poignée A | 1   |
| 027 | Couvercle gauche de la poignée B | 1   |
| 028 | Couvercle droit de la poignée A  | 1   |
| 029 | Couvercle droit de la poignée B  | 1   |
| 030 | Vis ST4,2x12                     | 8   |
| 031 | Vis ST4,2x15                     | 8   |
| 032 | Douille Ø14xØ10x10               | 4   |
| 033 | Cache pour tube de pied gauche   | 2   |
| 034 | Cache pour tube de pied droit    | 2   |
| 035 | Vis M10x45                       | 2   |
| 036 | Rondelle Ø10xØ18x1,0             | 2   |
| 037 | Grande rondelle Ø6xØ18x1,5       | 2   |
| 038 | Vis M6x15                        | 2   |
| 039 | Vis M6x40                        | 6   |
| 040 | Rondelle Ø6xØ12x1,0              | 6   |
| 041 | Douille Ø22xØ8x10                | 4   |
| 042 | Marchepied gauche                | 1   |
| 043 | Marchepied droit                 | 1   |
| 044 | Écrou S13                        | 2   |

| No. | Description                           | Qté |
|-----|---------------------------------------|-----|
| 045 | Vis M8x55                             | 2   |
| 046 | Rondelle Ø8xØ16x1,5                   | 5   |
| 047 | Écrou M8                              | 5   |
| 048 | Vis pour pédale gauche                | 2   |
| 049 | Vis pour pédale droite                | 2   |
| 050 | Douille POM Ø23,5x20                  | 4   |
| 051 | Douille Ø28,6x21                      | 4   |
| 052 | Rondelle élastique Ø20xØ13xb2         | 2   |
| 053 | Écrou nylon gauche 1/2"               | 1   |
| 054 | Écrou nylon droit 1/2"                | 1   |
| 055 | Vis M8x32                             | 2   |
| 056 | Roulement 608                         | 4   |
| 057 | Roulette de transport                 | 2   |
| 058 | Vis M6x12                             | 2   |
| 059 | Embout gauche                         | 2   |
| 060 | Embout droit                          | 2   |
| 061 | Vis M8x20                             | 18  |
| 062 | Grande rondelle Ø8xØ20x2,0            | 8   |
| 063 | Écrou M8                              | 4   |
| 064 | Patins réglables M8x30                | 4   |
| 065 | Grande rondelle ondulée<br>Ø8xØ20x2,0 | 8   |
| 066 | Couvercle avant A                     | 1   |
| 067 | Couvercle avant B                     | 1   |
| 068 | Rondelle ondulée Ø23xØ17x0,5          | 2   |
| 069 | Capteur manuel avec câble             | 2   |
| 070 | Embout pour poignée Ø25               | 2   |
| 071 | Poignée en mousse<br>Ø24xØ30x450      | 2   |
| 072 | Vis ST4,2x20                          | 2   |
| 073 | Vis M5x10                             | 2   |
| 074 | Ordinateur                            | 1   |
| 075 | Câble L=1000 mm                       | 1   |
| 076 | Câble de tension L=1600 mm            | 1   |
| 077 | Rondelle ondulée Ø8xØ16x1,5           | 2   |
| 078 | Clip en C Ø17x1,0                     | 2   |
| 079 | Rondelle ondulée Ø17xØ21x0,3          | 1   |
| 080 | Roulement 6203ZZ                      | 2   |
| 081 | Poulie Ø260                           | 1   |
| 082 | Courroie J6                           | 1   |
| 083 | Rondelle élastique Ø6                 | 4   |
| 084 | Vis M6x15                             | 4   |
| 085 | Couvercle gauche                      | 1   |
| 086 | Couvercle droit                       | 1   |
| 087 | Vis ST4.2x25                          | 7   |
| 088 | Vis ST4.2x20                          | 5   |

| No. | Description                     | Qté |
|-----|---------------------------------|-----|
| 089 | Manivelle gauche                | 1   |
| 090 | Manivelle droite                | 1   |
| 091 | Écrou M10*1,25                  | 2   |
| 092 | Couvercle de chaîne             | 2   |
| 093 | Couvercle décoratif gauche      | 1   |
| 094 | Couvercle décoratif droit       | 1   |
| 095 | Vis autotaraudeuses ST4,2×20    | 2   |
| 096 | Vis ST4,2×20                    | 3   |
| 097 | Boulon M6×12                    | 2   |
| 098 | Rondelle Ø6xØ16x1,2             | 4   |
| 099 | Roulement 6001 2Z               | 2   |
| 100 | Vis M6×12                       | 7   |
| 101 | Rondelle Ø6xØ12x1,0             | 7   |
| 102 | Capuchon d'extrémité            | 2   |
| 103 | Roulement en plastique          | 2   |
| 104 | Volant                          | 1   |
| 105 | Roue de pression                | 1   |
| 106 | Support de roue de pression     | 1   |
| 107 | Boulon M8×20                    | 1   |
| 108 | Rondelle Ø47xØ10,5x0,4          | 1   |
| 109 | Boulon de réglage M8×75         | 1   |
| 110 | Boulon M6×15                    | 2   |
| 111 | C-Clip Ø12x1,0                  | 2   |
| 112 | Plaque magnétique Axe           | 1   |
| 113 | Support magnétique              | 1   |
| 114 | Aimant                          | 5   |
| 115 | Boîtier magnétique              | 1   |
| 116 | Vis ST2,9×9                     | 5   |
| 117 | Ressort de traction             | 1   |
| 118 | Vis M6×45                       | 1   |
| 119 | Écrou M6                        | 2   |
| 120 | Capteur avec câble L=1600 mm    | 1   |
| 121 | Capuchon en caoutchouc          | 2   |
| 122 | Bouton de résistance L = 600 mm | 1   |
| 123 | Grande rondelle courbe ø 5      | 1   |
| 124 | Vis M5 × 55                     | 1   |

## 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

Nos produits et emballages se recyclent, ne les jetez pas! Trouvez où les déposer sur le site [www.quefairedemesdechets.fr](http://www.quefairedemesdechets.fr)

## DÉCLARATION DE CONFORMITÉ

Par la présente, MAX Trader GmbH déclare que le type d'équipement radio [SF-3830 Fint P8-RM] est conforme à la directive 2014/53/UE.

Le texte complet de la déclaration de conformité UE est disponible à l'adresse Internet suivante :

[https://skandika.com/wp-content/uploads/eu-konformitaetserklaerung\\_SF-3830.pdf](https://skandika.com/wp-content/uploads/eu-konformitaetserklaerung_SF-3830.pdf)

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

## NOTES

[illegible]



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

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



WEE-Reg.Nr.  
DE81400 428

