

SPORTTEC
Physio & Fitness

www.sport-tec.de



ARM- UND BEINTRAINER MOVE 8.0

ANLEITUNG

Art.-Nr. ☞ 22006 · Kategorie: ☞ Arm- und Beintrainer

SPORT-TEC ARM- UND BEINTRAINER
MOVE 8.0 ANLEITUNG

DEUTSCH..... S. 4-11

SPORT-TEC ARM- AND LEGTRAINER
MOVE 8.0 MANUAL

ENGLISH..... S. 12-19

SPORT-TEC MINI VÉLO D'APPARTEMENT
MOVE 8.0 INSTRUCTIONS

FRANÇAIS..... S. 20-27

DE

ENGLISH

FRANÇAIS

Lesen Sie diese Anleitung vor der Anwendung genau durch. Befolgen Sie die Hinweise und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig auf.

ALLGEMEINES

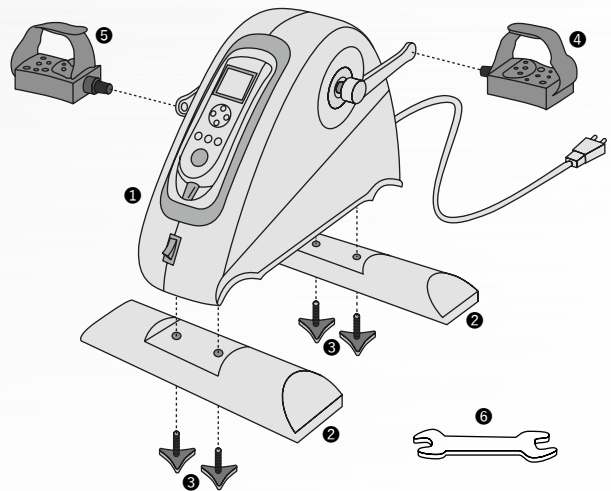
Der move 8.0 ist ein motorgestützter Arm- und Beintrainer. Er ermöglicht ein passives Training und soll zur Stärkung der Muskulatur beitragen.

Das Gerät eignet sich ideal für Ihr Heimtraining. Die kurzen Trainingseinheiten lassen sich in jeden Alltag integrieren und werden ganz bequem im Sitzen absolviert.

Die herausnehmbare Fernbedienung ermöglicht Ihnen den move 8.0 komfortabel zu bedienen. Sie können zwischen 12 Geschwindigkeitsstufen, den Richtungen Vorwärts und Rückwärts sowie verschiedenen Zeitintervallen wählen. Darüber hinaus können Sie auf insgesamt 6 Trainingsmodi zurückgreifen und das vorgegebene Training durchführen.

LIEFERUMFANG

Nr.	Bezeichnung	Anzahl
1	Hauptteil mit Fernbedienung	1x
2	Fußteil	2x
3	Schraube	4x
4	Rechtes Pedal	1x
5	Linkes Pedal	1x
6	Schraubenschlüssel	1x



SICHERHEITSHINWEISE

Bitte beachten Sie, dass dieses Gerät ausschließlich für den Heimgebrauch entwickelt wurde.

Eine nicht sachgemäße Benutzung des Arm- und Beintrainers kann zu Verletzungen führen.

Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch den ordnungsgemäßen Zustand des Geräts und stellen Sie sicher, dass die Schrauben fest angezogen sind. Bei defekten Bauteilen, oder ungewöhnlichen Geräuschen während der Benutzung, unterbrechen Sie das Training sofort. Lassen Sie das Gerät ggf. von Fachpersonal überprüfen, ehe Sie es wieder benutzen.

Vergewissern Sie sich, dass die Netzspannung für das Gerät geeignet ist, bevor Sie es anschließen.

Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn das Netzkabel abgenutzt oder beschädigt ist. Halten Sie das Netzkabel von heißen Flächen fern und platzieren Sie es nicht unter einem Teppich oder Vorleger. Achten Sie darauf, dass das Netzkabel nicht im Weg liegt und niemand darüber stolpern kann.

Lassen Sie Kinder nicht mit diesem Gerät spielen.

Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt, wenn es angeschlossen ist. Ziehen Sie nach jeder Trainingseinheit den Netzstecker aus der Steckdose. Um das Gerät zu trennen, stellen Sie den Schalter zuerst auf die Position „0“ und ziehen Sie dann den Netzstecker aus der Steckdose.

Es ist nicht ratsam, das Gerät für längere Zeit an einem feuchten Ort aufzubewahren, da es anfällig für Rost ist.

Verwenden Sie das Gerät nicht in Badezimmern oder an nassen bzw. feuchten Orten und auch nicht im Freien.


Bitte konsultieren Sie einen Arzt vor der erstmaligen Verwendung des Geräts bzw. bevor Sie eine neue Form des Trainings durchführen. Verwenden Sie das Gerät nicht in Fällen, in denen Sie sich unwohl fühlen oder gerade erst gegessen haben. Achten Sie während des Trainings immer auf die Signale Ihres Körpers und brechen Sie das Training sofort ab, wenn Symptome wie Druck auf der Brust oder unregelmäßiger Herzschlag auftreten, Sie Schmerzen verspüren oder sich unwohl fühlen. Setzen Sie sich in diesem Fall umgehend mit Ihrem Arzt in Verbindung.

Achten Sie darauf, dass Sie sich vor dem Training ausreichend aufwärmen und planen Sie nach dem Training Zeit ein um sich langsam wieder abzukühlen.

Stellen Sie das Gerät zum Training auf eine ebene Fläche mit mindestens 0,5 Metern Freiraum an den Seiten und nach hinten. Tragen Sie zum Training geeignete Kleidung und Schuhe, die sich nicht in den Pedalen verfangen können. Achten Sie darauf, dass das Kabel während des Gebrauchs nicht mit den Pedalen in Kontakt kommt.

Berühren Sie während des Gerätebetriebs keine beweglichen Teile und führen Sie keine Gegenstände in das Gerät ein.

Halten Sie die herausnehmbare Fernbedienung während des Trainings griffbereit, damit Sie jederzeit in das Training eingreifen und es ggf. sofort stoppen können.

Sie können das Training jederzeit durch Drücken der roten Taste  auf der Fernbedienung stoppen.

Richten Sie sich niemals auf dem Arm- und Beintrainer auf. Das kann zu Verletzungen und zu Beschädigungen am Gerät führen. Trainieren Sie ausschließlich im Sitzen.



Warnung! Gefahr eines Stromschlags und Verletzungsgefahr!

Führen Sie Reparaturen am Gerät nie eigenständig aus. Wir empfehlen, Reparaturen an Elektrogeräten nur vom Hersteller oder dem zuständigen Kundendienst durchführen zu lassen.

VOR DER NUTZUNG

Entfernen Sie vorsichtig die gesamte Verpackung. Vermeiden Sie die Verwendung von Messern oder anderen scharfen Gegenständen, da dies die Oberfläche des Produkts beschädigen kann.

Überprüfen Sie das Gerät auf sichtbare Schäden. Wenn Sie Schäden feststellen oder einen Mangel vermuten, verwenden Sie Ihr Gerät bitte nicht, sondern wenden Sie sich stattdessen an unseren Service, um Unterstützung zu erhalten.

MONTAGE

Wichtige Hinweise:

Bevor Sie mit der Montage beginnen, lesen Sie sich zunächst alle Arbeitsschritte sorgfältig durch.

Das linke Pedal muss GEGEN den Uhrzeigersinn festgeschraubt werden. Das rechte Pedal im Uhrzeigersinn. Wenn die Pedale in die falsche Richtung festgeschraubt werden, wird das Gewinde beschädigt, wodurch die Gewährleistung erlischt.

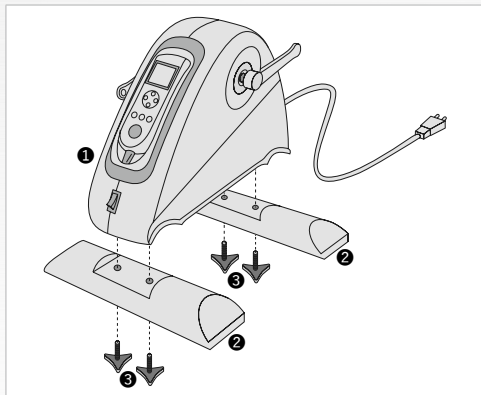
Hinweis:

Rechts und links bezieht sich auf die Position, die der Nutzer beim Training einnimmt.

VORBEREITUNGEN

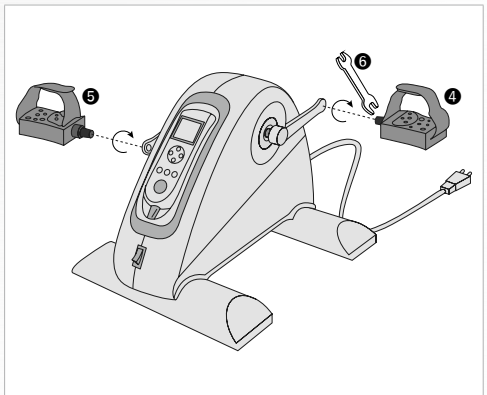
Packen Sie alle Teile aus und legen Sie diese übersichtlich auf dem Boden aus.

Überprüfen Sie zunächst den Zustand und die Vollständigkeit aller Teile. Verwenden Sie keinesfalls bereits beschädigte Teile. Setzen Sie sich im Falle einer Beschädigung oder Unvollständigkeit mit uns in Verbindung.



Standfüße montieren

Befestigen Sie die Fußteile **2** mit den mitgelieferten Schrauben **3** (x 4) am Hauptteil **1**.



Pedale anbringen

Setzen Sie das rechte Pedal **4** in die rechte Kurbel **6** ein. Beachten Sie die Markierung R auf Pedal und Kurbel. Achten Sie darauf, dass Sie das Pedal im Uhrzeigersinn drehen.

Setzen Sie das linke Pedal **5** in die linke Kurbel **6** ein. Beachten Sie die Markierung L auf Pedal und Kurbel. Achten Sie darauf, dass Sie das Pedal gegen den Uhrzeigersinn drehen.

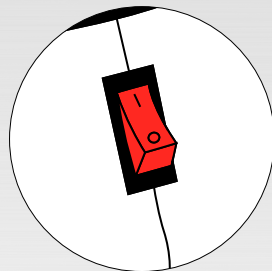
Hinweis: Vergewissern Sie sich, dass Sie die Pedale langsam einführen, um eine fehlerhafte Verschraubung und eine Beschädigung des Gewindes zu vermeiden.

HAUPTSCHALTER

Um das Gerät einzuschalten, stecken Sie den Netzstecker ein und bringen Sie dann den Hauptschalter in die Position „1“.

Um das Gerät auszuschalten, bringen Sie den Hauptschalter zuerst in die Position „0“ und ziehen Sie dann den Netzstecker aus der Steckdose.

Gehen Sie niemals umgekehrt vor, da das Gerät dabei beschädigt werden kann.



FERNBEDIENUNG MIT DISPLAY

Drücken Sie die POWER-Taste auf der Fernbedienung, um das Gerät einzuschalten.

Wenn der Arm- und Beintrainer innerhalb von 10 Sekunden nach dem Einschalten nicht in Betrieb genommen wird, wechselt der Bildschirm in den Ruhemodus.

⊕ **SPEED (GESCHWINDIGKEIT)**

Drücken Sie die Geschwindigkeitstasten +/-, um die Geschwindigkeit zu erhöhen oder zu verringern. Wählen Sie aus den Geschwindigkeitsstufen 1 bis 12.

⊖ ⊕ **TIME (ZEIT)**

Drücken Sie die Zeit-Taste -/+, um die gewünschte Trainingszeit auszuwählen: 3, 6, 9, 12 oder 15 Minuten.

⏻ **POWER**

Das Training kann durch kurzes Drücken der POWER-Taste pausiert werden. Wenn Sie bereit sind, das Training fortzusetzen, drücken Sie die POWER-Taste erneut kurz.

Ⓜ **MODE (MODUS)**

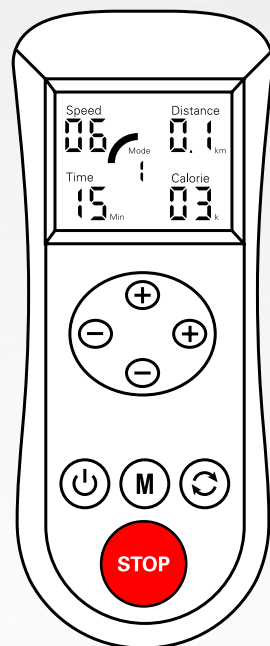
Wenn Sie den Arm- und Beintrainer einschalten, ist bereits der Modus „0“ voreingestellt - dies ist der manuelle Modus. In diesem Modus können Sie die Geschwindigkeit, die Zeit und die Richtung ändern. Um aus den 6 verfügbaren Automatik-Programmen zu wählen, halten Sie die Modus-Taste gedrückt, bis Sie Ihr gewünschtes Programm erreichen (1-6). Für das ausgewählte Programm wird automatisch eine Trainingsdauer von 15 Minuten eingestellt. Die Geschwindigkeit, Zeit und Richtung können bei den Automatik-Programmen nicht angepasst werden.

↻ **DIRECTION (RICHTUNG)**

Drücken Sie die Richtungstaste, um zwischen der Vorwärts- und Rückwärtsbewegung zu wechseln.

⊛ **STOP (STOPP)**

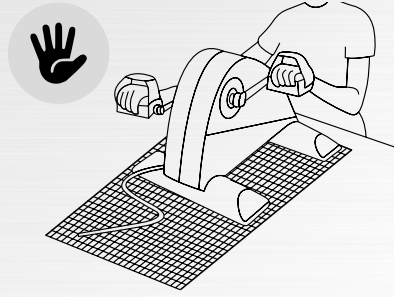
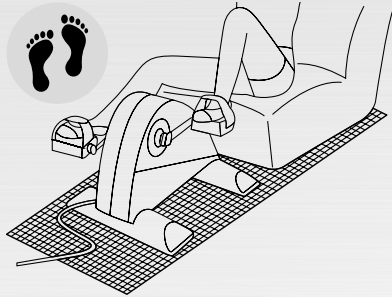
Wenn Sie die STOP-Taste drücken, schaltet sich der Arm- und Beintrainer automatisch ab.



ZUBEHÖR

ANTI-RUTSCH-MATTE

Um ein Verrutschen des Bewegungstrainers zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen die Anti-Rutsch-Matte unterzulegen. Diese ermöglicht Ihnen ein sicheres und komfortables Training.



TRAINING

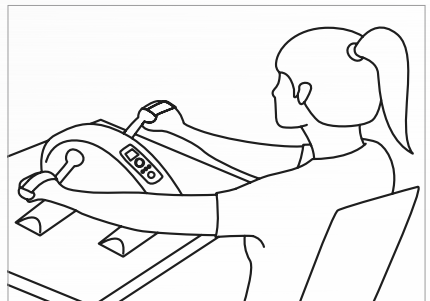
POSITION 1: SITZEND (UNTERKÖRPER)

- Verwenden Sie einen stabilen, robusten Stuhl.
- Stellen Sie das Gerät in einem komfortablen Abstand zum Stuhl auf, um eine Überdehnung Ihrer Beine zu vermeiden.
- Achten Sie darauf, dass Ihr unterer Rücken gestützt wird. Wir empfehlen Ihnen, ein kleines Kissen an den unteren Teil Ihres Rückens zu legen.
- Setzen Sie sich auf den Stuhl und stellen Sie Ihre Füße auf die Pedale.
- Entfernen Sie die Fernbedienung aus der Einfassung des Geräts. Schalten Sie das Gerät ein und wählen Sie das gewünschte Trainingsprogramm aus um Ihr Training zu beginnen.



POSITION 2: SITZEND (OBERKÖRPER)

- Verwenden Sie eine erhöhte, feste Oberfläche wie einen Tisch, so dass sich das Gerät auf Brusthöhe befindet, wobei die Seite mit der Fernbedienung Ihnen zugewandt ist. Setzen Sie sich auf einen stabilen Stuhl vor den Tisch.
- Stellen Sie das Gerät in einem komfortablen Abstand auf, um eine Überdehnung Ihrer Arme zu vermeiden.
- Schalten Sie das Gerät ein und wählen Sie das gewünschte Trainingsprogramm aus um Ihr Training zu beginnen.



BESCHREIBUNG DER MODI

ZEITINTERVALLE

Trainingsdauer gesamt (Min.)	3	6	9	12	15
Zeit pro Intervall	18 Sek.	36 Sek.	54 Sek.	1 Min. 12 Sek.	1 Min. 30 Sek.

DIE MODI

MODE 1	Geschwindigkeit	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Drehrichtung	MANUELL									

Geben Sie mit den Tasten (+ und -) auf der Fernbedienung die Geschwindigkeitsstufe (SPEED) und die Zeit (TIME) ein. Sobald das Training begonnen hat, können Sie die Geschwindigkeit (+/- Tasten) und die Richtung der Tretbewegung (DIRECTION Taste) ändern, aber die eingestellte Zeit können Sie nicht mehr ändern. Die Zeit kann nur VOR dem Beginn der Übung geändert werden.

MODE 2	Geschwindigkeit	1	2	3	4	4	4	4	3	2	1
	Drehrichtung	MANUELL									

Geben Sie mit den Tasten (+ und -) auf der Fernbedienung die gewünschte Trainingszeit (TIME) ein. Sobald das Training begonnen hat, können Sie die gewählte Zeit nicht mehr ändern, aber Sie können die Geschwindigkeit (+/- Tasten) und die Richtung der Tretbewegung (DIRECTION Taste) während der Übung ändern.

Wenn Sie die Geschwindigkeit ändern, werden sich die folgenden Abschnitte proportional erhöhen. Wenn Sie zum Beispiel während des ersten Abschnitts die Geschwindigkeit von Stufe 1 auf Stufe 4 (+3 Stufen) erhöhen, wird die Stufe, wenn es zum zweiten Abschnitt geht, 5 sein, im dritten Abschnitt 6 und so weiter. Das heißt in jedem der Abschnitte werden zu den in der obigen Tabelle angegebenen Werten 3 Stufen hinzugefügt.

MODE 3	Geschwindigkeit	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
	Drehrichtung	MANUELL									

Geben Sie mit den Tasten (+ und -) auf der Fernbedienung die gewünschte Trainingszeit (TIME) ein. Sobald das Training begonnen hat, werden Sie die gewählte Zeit nicht mehr ändern können, aber Sie können die Geschwindigkeit (+/- Tasten) und die Richtung der Tretbewegung (DIRECTION Taste) während der Übung ändern.

Wenn Sie die Geschwindigkeit ändern, werden sich die folgenden Abschnitte proportional erhöhen. Wenn Sie zum Beispiel während des ersten Abschnitts die Geschwindigkeit von Stufe 1 auf Stufe 4 (+3 Stufen) erhöhen, wird die Stufe, wenn es zum zweiten Abschnitt geht, 7 sein, im dritten Abschnitt 4 und so weiter. Das heißt in jedem der Abschnitte werden zu den in der obigen Tabelle angegebenen Werten 3 Stufen hinzugefügt.

MODE 4	Geschwindigkeit	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Drehrichtung										

Geben Sie mit den Tasten (+ und -) auf der Fernbedienung die gewünschte Trainingszeit (TIME) ein. Sobald das Training begonnen hat, können Sie die gewählte Zeit nicht mehr ändern, aber Sie können während der Übung die Geschwindigkeit (+/--Tasten) ändern. In diesem Programm ist die Geschwindigkeit während aller Abschnitte konstant.

Wenn Sie die Geschwindigkeit zu einem bestimmten Zeitpunkt ändern, bleibt sie bis zum Ende des Trainings auf der neu gewählten Stufe. Wenn Sie zum Beispiel während des ersten Abschnitts die Geschwindigkeit von Stufe 1 auf Stufe 4 (+3 Stufen) erhöhen, wird die Geschwindigkeit während aller Abschnitte bis zum Ende der gewählten Zeit auf Stufe 4 bleiben. In diesem Programm können Sie auch die Richtung der Tretbewegung nicht anpassen. Die Drehrichtung wechselt in jedem der 10 gleichen Zeitintervalle, in welche die gesamte gewählte Zeit unterteilt ist. Wenn zum Beispiel eine Zeit von 3 Minuten gewählt wurde, werden wir 10 Intervalle von jeweils 18 Sekunden haben. Wenn die gewählte Zeit, in einem weiteren Beispiel, 15 Minuten wäre, werden wir 10 Intervalle von jeweils eineinhalb Minuten haben.

MODE 5	Geschwindigkeit	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1
	Drehrichtung										

Geben Sie mit den Tasten (+ und -) auf der Fernbedienung die gewünschte Trainingszeit (TIME) ein. Sobald das Training begonnen hat, können Sie die gewählte Zeit nicht mehr ändern. Auch die Richtung der Tretbewegung ist bereits vorkonfiguriert und kann nicht geändert werden. Sie können während der Übung jederzeit die Geschwindigkeit (+/--Tasten) ändern.

Wenn Sie die Geschwindigkeit ändern, werden sich die folgenden Abschnitte proportional erhöhen. Wenn Sie zum Beispiel während des ersten Abschnitts die Geschwindigkeit von Stufe 1 auf Stufe 4 (+3 Stufen) erhöhen, wird die Stufe im zweiten Abschnitt 4 bleiben, im dritten Abschnitt erhöht sie sich dann auf 7 und so weiter. Das heißt in jedem der Abschnitte werden zu den in der obigen Tabelle angegebenen Werten 3 Stufen hinzugefügt. Die Richtung der Tretbewegung wird sich automatisch ändern. Sie wechselt sich in jedem der 10 gleichen Zeitintervalle ab, in welche die gesamte gewählte Zeit unterteilt ist. Wenn zum Beispiel eine Zeit von 3 Minuten gewählt wurde, werden wir 10 Intervalle von jeweils 18 Sekunden haben. Wenn die gewählte Zeit, in einem weiteren Beispiel, 15 Minuten wäre, werden wir 10 Intervalle von jeweils eineinhalb Minuten haben.

MODE 6	Geschwindigkeit	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Drehrichtung	ÄNDERT SICH ALLE 5 SEKUNDEN									

Geben Sie mit den Tasten (+ und -) auf der Fernbedienung die gewünschte Trainingszeit (TIME) ein. Sobald das Training begonnen hat, können Sie in diesem Programm keine Änderungen mehr an den Parametern Zeit, Geschwindigkeit oder Richtung vornehmen. Diese sind alle voreingestellt. Die Geschwindigkeit wird in diesem Übungsmodus immer konstant auf Stufe 1 sein. Die Drehrichtung wechselt sich, während der gesamten Dauer des Programms, alle 5 Sekunden ab.



REINIGUNG

Schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker. Reinigen Sie das Gerät anschließend mithilfe eines weichen Tuchs mit einem nicht scheuernden, milden Reinigungsmittel. Scheuernde Reinigungsmittel und/oder scheuernde Reinigungspads können das Produkt schwer beschädigen und sollten nicht verwendet werden. Achten Sie stets darauf, dass Sie das Gerät nach der Reinigung trocken wischen und das kein Wasser/keine Flüssigkeit ins Geräteinnere gelangt.

PFLEGE UND WARTUNG

Bitte führen Sie in regelmäßigen Abständen oder bei Bedenken eine Sicherheitsprüfung des Produkts durch. Achten Sie auf die Befestigungselemente und ziehen Sie diese bei Bedarf fest. Wenn Sie Zweifel an der Sicherheit des Geräts haben, verwenden Sie es bitte nicht. Bitte wenden Sie sich an unseren Service, wenn Sie technische Unterstützung benötigen.

ENTSORGUNG



Sie dürfen dieses Gerät nicht über den Hausmüll entsorgen. Die meisten örtlichen Behörden verfügen über ein spezielles Sammelsystem für Elektrogeräte. Die Entsorgung ist für den Endverbraucher kostenlos.

PRODUKTEIGENSCHAFTEN

	Sport-Tec Arm- und Beintrainer move 8.0
Art.-Nr.	22006
Farbe	05-schwarz-grau / 06-weiß-schwarz
Stromversorgung	Netzstecker
Nennspannung	AC 220-240 V
Nennfrequenz	50/60 Hz
Leistung	70 W max.
Klasse	HC
Max. Benutzergewicht	120 kg
Gewicht	4,5 kg
Maße (LxBxH)	42x40x29 cm
Ursprungsland	Made in China

Read these instructions carefully before use. Follow the instructions and keep the instructions for use in a safe place.

GENERAL

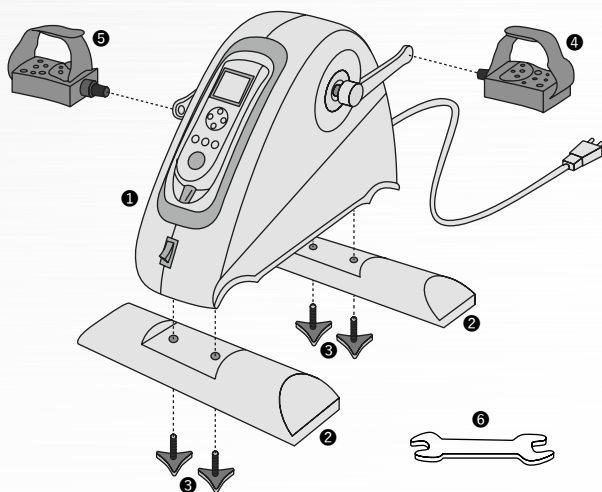
The move 8.0 is a motorised arm and leg trainer. It enables passive training and is intended to help strengthen the muscles.

The device is ideal for your home workouts. The short training sessions can be integrated into everyday life and are carried out in comfort while seated.

The removable remote control allows you to control the move 8.0 conveniently. You can choose between 12 speed levels, the directions forwards and backwards, and different time intervals. What's more, you have a total of 6 training modes available so you can carry out your specified training.

SCOPE OF DELIVERY

No.	Designation	Quantity
1	Main body with remote control	1x
2	Footboard	2x
3	Screw	4x
4	Right pedal	1x
5	Left pedal	1x
6	Spanner	1x



SAFETY INSTRUCTIONS

Please note that this device has been developed exclusively for home use.

Improper use of the arm and leg trainer can lead to injuries.

Before each use, check the proper condition of the device and make sure that the screws are securely tightened. If any components are defective or if there are any abnormal noises during use, stop exercising immediately. If necessary, have the device checked by qualified personnel before using it again.

Make sure that the mains supply voltage is suitable for the device before plugging it in.

Do not use the device if the mains cable becomes worn or damaged. Keep the mains cable away from hot surfaces and do not place it under a carpet or rug. Make sure that the mains cable is not in the way and that no one can trip over it.

Do not permit children to play with this device.

Never leave the device unattended when it is plugged in. Unplug it from the wall socket after each exercise session. To unplug the device first put the switch to the "0" position and then unplug from the wall socket.

It is not advisable to keep the device in a damp place for long periods as it will be prone to rust.

Do not use the device in bathrooms, or in wet or damp locations, or outdoors.


Please consult a medical professional before using the device for the first time or before undertaking a new form of exercise. Do not use the device if you feel unwell or immediately after eating. Always pay attention to your body's signals during training and stop training immediately if you experience symptoms such as pressure in your chest, an irregular heartbeat, pain or discomfort. In this case, contact your doctor immediately.

Make sure that you warm up sufficiently before training and plan time to cool down slowly after training.

Place the device on a flat surface, with at least 0.5 metres of free space at the sides and rear, for exercise. Wear suitable clothing and footwear for exercising that cannot get caught in the pedals. Ensure that the cable does not come into contact with the pedals while in use.

Do not touch or insert any objects into the device while the device is in use.

Keep the removable remote control handy during training so that you can intervene in the training at any time and, if necessary, stop it immediately.

You can stop training at any time by pressing the red  button on the remote control.

Never stand up on the arm and leg trainer. This can result in injuries and damage to the device. Exercise only while seated.



Warning! Risk of electric shock and injury!

Never carry out repairs on the device yourself. We recommend that repairs to electrical devices only be carried out by the manufacturer or the responsible customer service department.

BEFORE USE

Carefully remove all packaging. Avoid using knives or other sharp objects, as this may damage the surface of the product.

Check the device for any visible damage. If you see any damage or suspect a fault, do not use your device, but instead contact our service for support.

ASSEMBLY

Important notes:

Before assembling the move 8.0, first read through all the instructions carefully.

Adjust the left-hand pedal by turning it COUNTER clockwise. Adjust the right-hand pedal by turning it clockwise. Adjusting it the wrong way will damage the thread and invalidate your warranty.

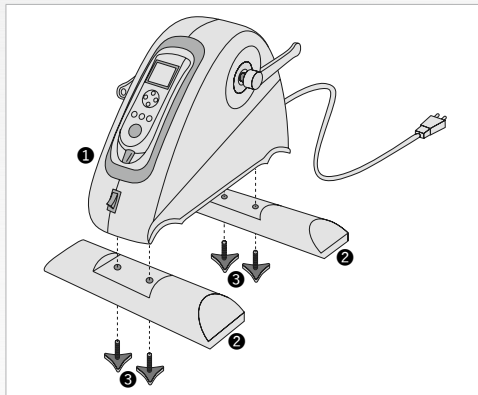
Note:

The words right and left refer to the position that the user adopts when exercising.

PREPARATION

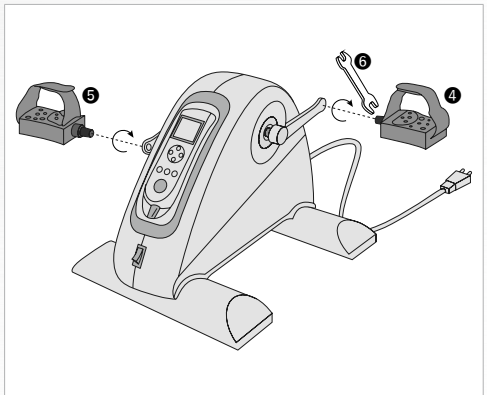
Unpack all parts and lay them out clearly on the floor.

First, check the condition and completeness of all parts. Never use parts that have already been damaged. Contact us if any parts are damaged or missing.



Mounting the feet

Attach the foot parts **2** to the main body **1** with the screws **3** (x4) provided.



Attaching the pedals

Insert the right-hand pedal **4** onto the right-hand crank. Note the R marking on the pedal and crank. Make sure that you turn the pedal clockwise.

Insert the left-hand pedal **5** onto the left-hand crank. Note the L marking on the pedal and crank. Make sure that you turn the pedal counterclockwise.

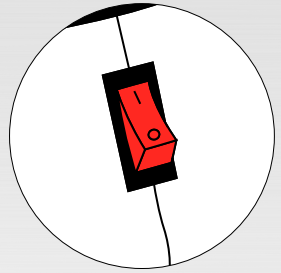
Note: Make sure that you insert the pedals slowly to avoid incorrect screwing and damage to the thread.

MAIN SWITCH

To turn on the device, plug in the power plug and then move the main switch to the "1" position.

To switch off the appliance, first set the main switch to the "0" position and then disconnect the mains plug from the socket.

Never reverse the procedure, as the device may be damaged.



REMOTE CONTROL WITH DISPLAY

Press the POWER button on the remote to turn the device on.

If the arm and leg trainer is not operated within 10 seconds after turning on, the screen will go into sleep mode.



SPEED



Press the speed +/- buttons to increase or decrease the speed. Select speeds levels 1 to 12.



TIME

Press the time button +/- to select the desired training time: 3, 6, 9, 12 or 15 minutes.

When choosing the exercise mode, the time that appears by default is 3 minutes. If you want to increase your exercise time, you must do so after selecting the program, but before starting the exercise. The time cannot be modified once the exercise has started.



POWER

Training can be paused by briefly pressing the POWER button. When you are ready to resume the workout, briefly press the POWER button again.



MODE

When turning on the arm and leg trainer, the mode "0" is set – this is manual mode. You can change speed, time and direction in this mode. To choose from the 6 available auto programs, keep pressing the mode button till you reach your desired program.



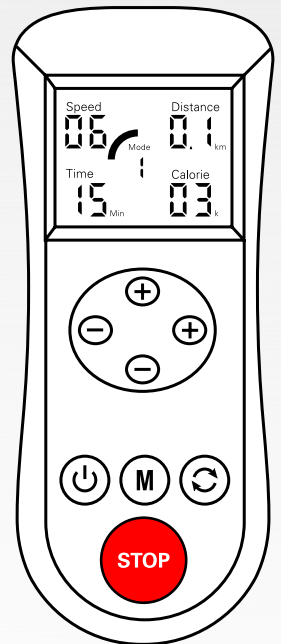
DIRECTION

Press the direction button to switch between forward and backward motion.



STOP

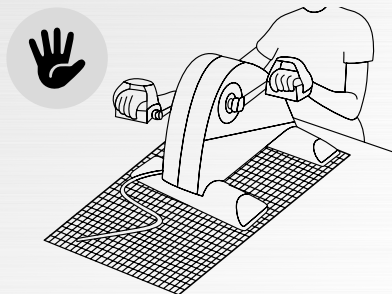
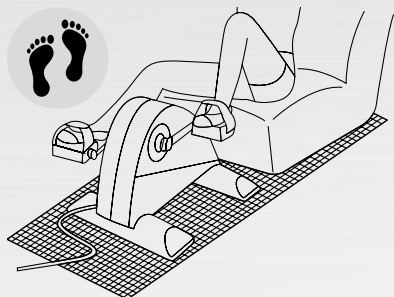
When you press the STOP button, the arm and leg trainer turns off automatically.



ACCESSORIES

NON-SLIP MAT

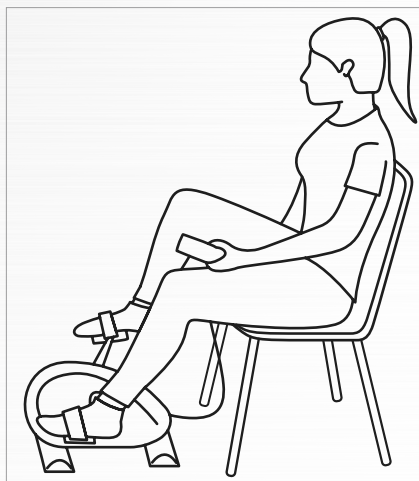
To prevent the arm- and leg trainer from slipping, we recommend placing the non-slip mat underneath. This enables you to train safely and comfortably.



TRAINING

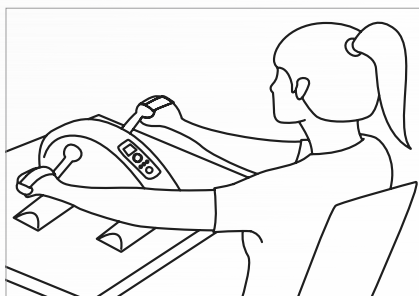
POSITION 1: SEATED (LOWER BODY)

- Use a stable, sturdy chair.
- Place the device at a comfortable distance from the chair to avoid overstretching your legs.
- Make sure that your lower back is supported. We recommend that you place a small cushion at the base of your back.
- Sit on the chair and place your feet on the pedals.
- Remove the remote control from the housing of the device. Turn on the device and select the desired training program to start your workout.



POSITION 2: SEATED (UPPER BODY)

- Use a raised, solid surface such as a table so that the device is at chest height with the side with the remote control facing you. Sit on a stable chair in front of the table.
- Place the unit at a comfortable distance to avoid overstretching your arms.
- Turn on the device and select the desired training program to start your workout.



DESCRIPTION OF MODES

TIME INTERVALS

Total training duration (min.)	3	6	9	12	15
Time per interval	18 sec.	36 sec.	54 sec.	1 min. 12 sec.	1 min. 30 sec.

THE MODES

MODE 1	Speed level	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Raotation direction	MANUAL									

Enter the level of speed (SPEED) and time (TIME), using the buttons (+ and -) on the remote control. Once the training has started, you can change the speed (+/- buttons) and the pedaling direction (DIRECTION button) during the exercise, but you cannot change the set time. The time can only be modified BEFORE starting the exercise.

MODE 2	Speed level	1	2	3	4	4	4	4	3	2	1
	Raotation direction	MANUAL									

Enter the desired training time (TIME), using the buttons (+ and -) on the remote control. Once the training has started, you will not be able to modify the selected time, but you can change the speed (+/- buttons) and the pedaling direction (DIRECTION button) during the exercise.

If you modify the speed, the following sections will increase proportionally. For example, if during the first section you increase the speed from level 1 to level 4 (+3 levels), when it goes to the second section the level will be 5, in the third section 6, and so on, adding 3 levels to what is indicated in the table above in each of the sections.

MODE 3	Speed level	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
	Raotation direction	MANUAL									

Enter the desired training time (TIME), using the buttons (+ and -) on the remote control. Once the training has started, you will not be able to modify the selected time, but you can change the speed (+/- buttons) and the pedaling direction (DIRECTION button) during the exercise.

If you modify the speed, the following sections will increase proportionally. For example, if during the first section you increase the speed from level 1 to level 4 (+3 levels), when it goes to the second section the level will be 7, in the third section 4, and so on, adding 3 levels to what is indicated in the table above in each of the sections.

MODE 4	Speed level	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Raotation direction										

Enter the desired training time (TIME), using the buttons (+ and -) on the remote control. Once the training has started, you will not be able to modify the selected time, but you can change the speed (+/- buttons) during the exercise. In this program, the speed is constant during all the sections, so if you modify it at some point during the training, it will remain at the new selected level until the end of the time.

For example, if during the first section you increase the speed from level 1 to level 4 (+3 levels), the speed will remain at level 4 during all the sections until the end of the selected time. In this program you will not be able to modify the pedaling direction either, which will automatically change from the pre-established way, alternating in each of the 10 equal time intervals into which the entire selected time is divided. For example, if a time of 3 minutes has been selected, we will have 10 intervals of 18 seconds each. In another example, if the selected time were 15 minutes, we will have 10 intervals of one minute and a half each of them.

MODE 5	Speed level	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1
	Raotation direction										

Enter the desired training time (TIME), using the buttons (+ and -) on the remote control. Once the training has started, you will not be able to modify the selected time, nor the pedaling direction, which is already preconfigured, but you can change the speed (+/- buttons).

If you modify the speed, the following sections will increase proportionally. For example, if during the first section you increase the speed from level 1 to level 4 (+3 levels), when it goes to the second section the level will be 4 still, in the third section it increases to 7, and so on, adding 3 levels to what is indicated in the table above in each of the sections. The pedaling direction will automatically change from the pre-set way, alternating in each of the 10 equal time intervals into which the entire selected time is divided. For example, if a time of 3 minutes has been selected, we will have 10 intervals of 18 seconds each. In another example, if the selected time were 15 minutes, we will have 10 intervals of one minute and a half each of them.

MODE 6	Speed level	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Raotation direction	CHANGES EVERY 5 SECONDS									

Enter the desired training time (TIME), using the buttons (+ and -) on the remote control. Once the training has started, this program will not allow you to make any changes to any of the parameters time, speed or direction, all of them are pre-established. The speed in this exercise mode will always be constant, at level 1, and the direction of rotation will alternate, changing every 5 seconds for the entire duration of the program.



CLEANING

Power off and unplug the device. Then clean the unit with a nonabrasive, mild detergent using a soft cloth. Abrasive cleaners and/or abrasive cleaning pads may seriously damage the product beyond repair and should not be used. Always ensure that you wipe dry the device after cleaning and that no water/liquid enters the interior of the device.

CARE AND MAINTENANCE

Please carry out a safety check of the product at regular intervals or if you have any concerns. Pay attention to fastening elements and tighten if necessary. If in doubt about the safety of the device, do not use it. Please contact our service if you require technical assistance.

DISPOSAL



Do not dispose of this device with household waste. Most local authorities have a special collection system for electrical appliances. Disposal is free of charge for the end user.

PRODUCT FEATURES

	Sport-Tec Arm- und Leg Trainer move 8.0
Art.-Nr.	22006
Colour	05-black-grey / 06-white-black
Power supply	Mains plug
Nominal voltage	AC 220-240 V
Rated frequency	50/60 Hz
Performance	70 W max.
Class	HC
Max. user weight	120 kg
Weight	4,5 kg
Dimensions (LxBxH)	42x40x29 cm
Country of origin	Made in China

Lisez attentivement ces instructions avant de l'utiliser. Suivez les instructions et conservez le mode d'emploi dans un endroit sûr.

GÉNÉRALITÉS

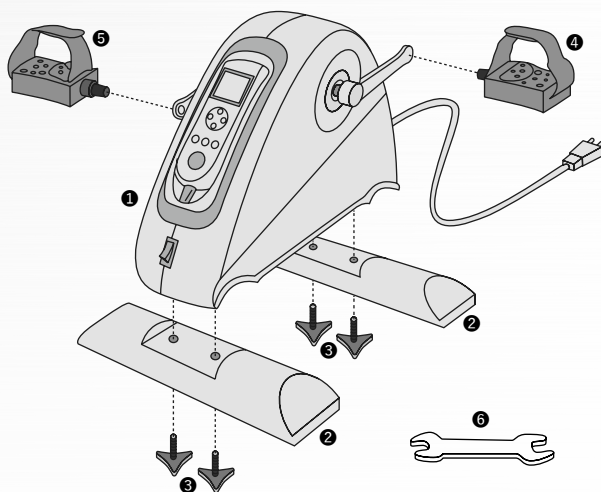
Le move 8.0 est un appareil de musculation des bras et des jambes motorisé. Il permet de s'entraîner passivement et contribue au renforcement musculaire.

L'appareil est idéal pour s'entraîner à domicile. Les courtes séances d'entraînement s'intègrent parfaitement dans votre quotidien et se déroulent confortablement en position assise.

La télécommande amovible vous permet d'utiliser confortablement le move 8.0. Vous pouvez choisir entre 12 niveaux de vitesse, les directions avant et arrière et différents intervalles de temps. En outre, vous pouvez accéder à un total de 6 modes d'entraînement et effectuer l'entraînement spécifié.

CONTENU DE LA LIVRAISON

Nr.	Bezeichnung	Anzahl
1	Partie principale avec une télécommande	1x
2	Base	2x
3	Vis	4x
4	Pédale droite	1x
5	Pédale gauche	1x
6	Clé à molette	1x



CONSIGNES DE SECURITE

Veillez noter que cet appareil a été développé exclusivement pour un usage domestique.

Une utilisation non conforme de l'appareil de musculation des bras et des jambes peut entraîner des blessures.

Avant chaque utilisation, vérifiez le bon état de l'appareil et veillez à ce que les vis sont bien serrées. En cas de composants défectueux ou de bruits inhabituels pendant l'utilisation, arrêtez immédiatement l'entraînement. Si nécessaire, faites vérifier l'appareil par du personnel qualifié avant de l'utiliser à nouveau.

Veillez à ce que la tension d'alimentation soit adaptée à l'appareil avant de le brancher.

N'utilisez pas l'appareil si le câble d'alimentation est usé ou endommagé. Tenez le cordon d'alimentation à l'écart des surfaces chaudes et ne le placez pas sous un tapis ou un paillason. Veillez à ce que le câble d'alimentation ne soit pas dans le passage et à ce qu'il ne fasse trébucher personne.

Ne laissez pas les enfants jouer avec cet appareil.

Ne laissez jamais l'appareil sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez la prise de courant après chaque séance d'entraînement. Pour débrancher l'appareil, réglez d'abord l'interrupteur sur la position « 0 », puis débranchez la fiche d'alimentation de la prise de courant.

Il est déconseillé de conserver l'appareil dans un endroit humide pendant de longues périodes car il est sujet à la rouille.

N'utilisez pas l'appareil dans les salles de bains ou dans des endroits humides ou mouillés, ni à l'extérieur.


Veillez consulter un médecin avant d'utiliser l'appareil pour la première fois ou avant d'effectuer une nouvelle forme d'entraînement. N'utilisez pas l'appareil dans les cas où vous ne vous sentez pas bien ou lorsque vous venez de manger. Pendant l'entraînement, faites toujours attention aux signaux de votre corps et arrêtez immédiatement l'entraînement si vous avez des symptômes tels qu'une pression sur la poitrine ou des battements de cœur irréguliers, si vous ressentez de la douleur ou si vous ne vous sentez pas bien. Dans ce cas, contactez immédiatement votre médecin.

Veillez à vous échauffer suffisamment avant l'entraînement et prévoyez du temps après l'entraînement afin de vous rafraîchir lentement.

Pour l'entraînement, placez l'appareil sur une surface plane avec au moins 0,5 mètre d'espace libre sur les côtés et vers l'arrière. Portez des vêtements et des chaussures appropriés pour l'entraînement qui ne peuvent pas se coincer dans les pédales. Veillez à ce que le câble ne soit pas en contact avec les pédales pendant l'utilisation.

Ne touchez aucune pièce mobile et n'insérez aucun objet dans l'appareil pendant qu'il fonctionne.

Gardez la télécommande amovible à portée de main pendant l'entraînement afin de pouvoir intervenir à tout moment sur l'entraînement et, si nécessaire, l'arrêter immédiatement.

Vous pouvez arrêter l'entraînement à tout moment en appuyant sur le bouton rouge  de la télécommande.

Ne vous redressez jamais sur l'appareil de musculation des bras et des jambes. Cela peut entraîner des blessures et des dommages de l'appareil. Entraînez-vous uniquement en position assise.



Avertissement! Risque de choc électrique et de blessure !

N'effectuez jamais de réparations sur l'appareil vous-même. Nous recommandons que les réparations sur les appareils électriques soient effectuées uniquement par le fabricant ou le service après-vente compétent.

AVANT L'UTILISATION

Retirez soigneusement l'ensemble de l'emballage. Évitez d'utiliser des couteaux ou d'autres objets tranchants, car cela pourrait endommager la surface du produit.

Vérifiez l'absence de dommages visibles de l'appareil. Si vous constatez des dommages ou si vous soupçonnez un défaut, veuillez ne pas utiliser votre appareil, mais contactez plutôt notre service après-vente pour obtenir de l'aide.

MONTAGE

Remarques importantes :

Avant de commencer le montage, lisez attentivement toutes les étapes à suivre.

La pédale gauche doit être vissée dans le sens INVERSE des aiguilles d'une montre. La pédale droite dans le sens des aiguilles d'une montre. Si les pédales sont vissées dans le mauvais sens, le filetage sera endommagé, ce qui annulera la garantie.

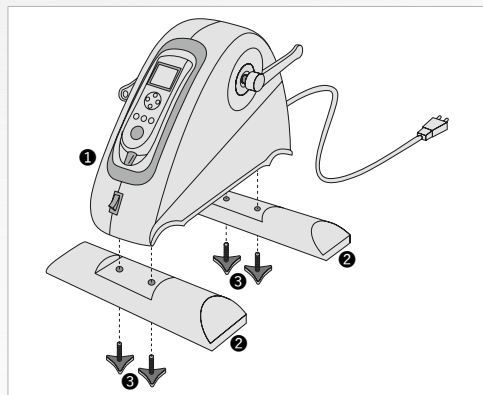
Remarque :

Droite et gauche se réfèrent à la position prise par l'utilisateur lors de l'entraînement.

PREPARATIFS

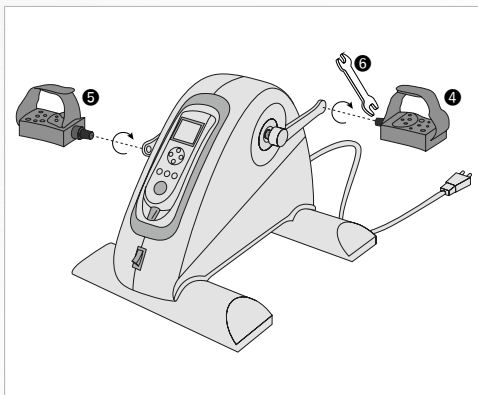
Déballer toutes les pièces et disposez-les sur le sol de façon à ce qu'elles soient clairement visibles.

Tout d'abord, vérifiez l'état de toutes les pièces et si elles sont au complet. N'utilisez jamais de pièces déjà endommagées. Contactez-nous en cas de dommages ou s'il manque des pièces.



Montage des pieds

Fixez les pieds ② à la partie principale ① avec les vis fournies ③ (x 4).



Fixation des pédales

Insérez la pédale droite ④ dans la manivelle droite. Respectez le repère R sur la pédale et la manivelle. Veillez à tourner la pédale dans le sens des aiguilles d'une montre.

Insérez la pédale gauche ⑤ dans la manivelle gauche. Respectez le repère L sur la pédale et la manivelle. Veillez à tourner la pédale dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

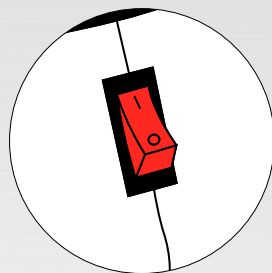
Remarque : veillez à insérer lentement les pédales afin d'éviter un serrage défectueux et d'endommager le filetage.

INTERRUPTEUR PRINCIPAL

Pour allumer l'appareil, branchez la fiche d'alimentation, puis mettez l'interrupteur principal en position « 1 ».

Pour éteindre l'appareil, mettez d'abord l'interrupteur principal sur la position « 0 », puis débranchez la fiche d'alimentation de la prise de courant.

Ne procédez jamais inversement, car cela pourrait endommager l'appareil.




TELECOMMANDE AVEC UN ECRAN

Appuyez sur le bouton POWER de la télécommande pour allumer l'appareil.

Si l'appareil de musculation des bras et des jambes n'est pas mis en service dans les 10 secondes après son activation, l'écran passe en mode veille.

SPEED (VITESSE)

 Appuyez sur les boutons de vitesse +/- pour augmenter ou diminuer la vitesse. Choisissez parmi les niveaux de vitesse 1 à 12.

TIME (DURÉE)

Appuyez sur le bouton durée +/- afin de sélectionner la durée de l'entraînement souhaité : 3, 6, 9, 12 ou 15 minutes.

POWER

L'entraînement peut être interrompu en appuyant brièvement sur le bouton POWER. Lorsque vous êtes prêt.e à poursuivre l'entraînement, appuyez à nouveau brièvement sur le bouton POWER.

MODE (MODUS)

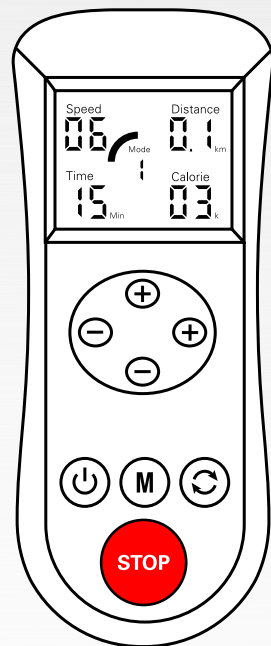
Lorsque vous allumez l'appareil de musculation des bras et des jambes, le mode affiche « 0 » - il s'agit du mode manuel. Dans ce mode, vous pouvez modifier la vitesse, la durée et la direction. Pour choisir parmi les 6 programmes automatiques disponibles, maintenez la touche Mode enfoncée jusqu'à ce que vous parveniez au programme souhaité (1-6). Une durée d'entraînement de 15 minutes est automatiquement réglée pour le programme sélectionné. La vitesse, la durée et la direction ne peuvent pas être modifiées avec les programmes automatiques.

DIRECTION (SENS)

Appuyez sur le bouton direction pour basculer entre le mouvement vers l'avant et vers l'arrière.

STOP (ARRÊT)

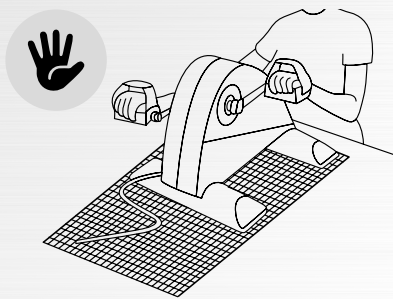
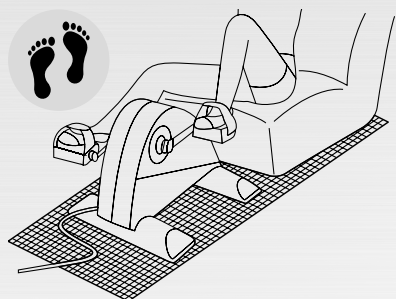
L'appareil de musculation des bras et des jambes s'éteint automatiquement lorsque vous appuyez sur le bouton STOP.



ACCESSOIRES

TAPIS ANTIDERAPANT

Afin d'éviter que l'appareil de mobilité ne glisse, nous vous recommandons de placer le tapis antidérapant en dessous. Cela vous permet un entraînement sûr et confortable.



ENTRAINEMENT

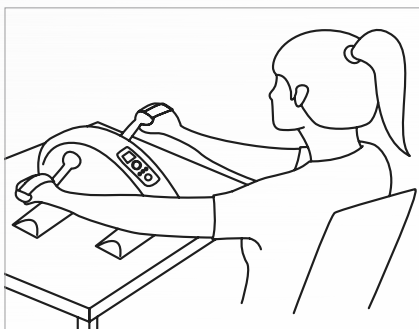
POSITION 1 : ASSISE (PARTIE INFÉRIEURE DU CORPS)

- Utilisez une chaise stable et robuste.
- Placez l'appareil à une distance confortable de la chaise afin d'éviter un étirement excessif de vos jambes.
- Veillez à ce que le bas de votre dos soit soutenu. Nous vous conseillons de placer un petit coussin sur la partie inférieure de votre dos.
- Asseyez-vous sur la chaise et placez vos pieds sur les pédales.
- Retirez la télécommande du bord de l'appareil. Allumez l'appareil et sélectionnez le programme d'entraînement souhaité afin de commencer votre entraînement.



POSITION 2 : ASSISE (PARTIE SUPÉRIEURE DU CORPS)

- Utilisez une surface surélevée et stable, telle qu'une table, afin que l'appareil soit au niveau de la poitrine, le côté avec la télécommande en face de vous. Asseyez-vous sur une chaise stable devant la table.
- Placez l'appareil à une distance confortable afin d'éviter un étirement excessif de vos bras.
- Allumez l'appareil et sélectionnez le programme d'entraînement souhaité afin de commencer votre entraînement.



DESCRIPTION DES MODES

INTERVALLES DE TEMPS

Durée totale de formation (min.)	3	6	9	12	15
Temps par intervalle	18 s.	36 s.	54 s.	1 min. 12 s	1 min. 30 s.

LES MODES

MODE 1	Niveau de vitesse	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Sens de rotation	MANUELLE									

Entrez le niveau de vitesse (SPEED) et de temps (TIME), en utilisant les boutons (+ et -) de la télécommande. Une fois que l'entraînement a commencé, vous pouvez modifier la vitesse (boutons +/-) et la direction du pédalage (bouton de DIRECTION) pendant l'exercice, mais vous ne pouvez pas modifier le temps réglé. Le temps ne peut être modifié qu'AVANT de commencer l'exercice.

MODE 2	Niveau de vitesse	1	2	3	4	4	4	4	3	2	1
	Sens de rotation	MANUELLE									

Entrez le temps d'entraînement souhaité (TIME), en utilisant les boutons (+ et -) de la télécommande. Une fois que l'entraînement a commencé, vous ne pouvez pas modifier le temps sélectionné, mais vous pouvez modifier la vitesse (boutons +/-) et la direction du pédalage (bouton de DIRECTION) pendant l'exercice.

Si vous modifiez la vitesse, les sections suivantes augmenteront proportionnellement. Par exemple, si au cours de la première section, vous augmentez la vitesse du niveau 1 au niveau 4 (+ 3 niveaux), au moment du passage à la deuxième section, le niveau sera de 5, à la troisième section, il sera à 6, et ainsi de suite, en ajoutant 3 niveaux à ce qui est indiqué dans le tableau ci-dessus à chacune des sections.

MODE 3	Niveau de vitesse	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
	Sens de rotation	MANUELLE									

Entrez le temps d'entraînement souhaité (TIME), en utilisant les boutons (+ et -) de la télécommande. Une fois que l'entraînement a commencé, vous ne pouvez pas modifier le temps sélectionné, mais vous pouvez modifier la vitesse (boutons +/-) et la direction du pédalage (bouton de DIRECTION) pendant l'exercice.

Si vous modifiez la vitesse, les sections suivantes augmenteront proportionnellement. Par exemple, si au cours de la première section, vous augmentez la vitesse du niveau 1 au niveau 4 (+ 3 niveaux), au moment du passage à la deuxième section, le niveau sera de 7, à la troisième section, il sera à 4, et ainsi de suite, en ajoutant 3 niveaux à ce qui est indiqué dans le tableau ci-dessus à chacune des sections.

MODE 4	Niveau de vitesse	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Sens de rotation										

Entrez le temps d'entraînement souhaité (TIME), en utilisant les boutons (+ et -) de la télécommande. Une fois que l'entraînement a commencé, vous ne pouvez pas modifier le temps sélectionné, mais vous pouvez modifier la vitesse (boutons +/-) pendant l'exercice. Dans ce programme, la vitesse est constante pendant toutes les sections : ainsi, si vous la modifiez à un moment donné pendant l'entraînement, elle restera au nouveau niveau sélectionné jusqu'à la fin.

Par exemple, si au cours de la première section, vous augmentez la vitesse du niveau 1 au niveau 4 (+ 3 niveaux), la vitesse restera au niveau 4 pendant toutes les sections jusqu'à la fin du temps sélectionné. Dans ce programme, vous ne pouvez pas non plus modifier la direction du pédalage, qui change automatiquement selon le mode prédéfini, en alternant dans chacun des 10 intervalles de temps égaux en lesquels le temps sélectionné est divisé. Par exemple, si un temps de 3 minutes a été sélectionné, nous aurons 10 intervalles de 18 secondes chacun. Dans un autre exemple, si le temps sélectionné était de 15 minutes, nous aurons 10 intervalles d'une minute et demie chacun.

MODE 5	Niveau de vitesse	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1
	Sens de rotation										

Entrez le temps d'entraînement souhaité (TIME), en utilisant les boutons (+ et -) de la télécommande. Une fois que l'entraînement a commencé, vous ne pouvez pas modifier le temps sélectionné, ni la direction du pédalage, qui est déjà préconfigurée, mais vous pouvez modifier la vitesse (boutons +/-).

Si vous modifiez la vitesse, les sections suivantes augmenteront proportionnellement. Par exemple, si au cours de la première section, vous augmentez la vitesse du niveau 1 au niveau 4 (+ 3 niveaux), au moment du passage à la deuxième section, le niveau sera de 4, à la troisième section, il sera à 7, et ainsi de suite, en ajoutant 3 niveaux à ce qui est indiqué dans le tableau ci-dessus à chacune des sections. Le sens du pédalage change automatiquement selon le mode prédéfini, en alternant dans chacun des 10 intervalles de temps égaux en lesquels le temps sélectionné est divisé. Par exemple, si un temps de 3 minutes a été sélectionné, nous aurons 10 intervalles de 18 secondes chacun. Dans un autre exemple, si le temps sélectionné était de 15 minutes, nous aurons 10 intervalles d'une minute et demie chacun.

MODE 6	Niveau de vitesse	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Sens de rotation	CHANGE TOUTES LES 5 SECONDES									

Entrez le temps d'entraînement souhaité (TIME), en utilisant les boutons (+ et -) de la télécommande. Une fois que l'entraînement a commencé, ce programme ne vous permet pas d'apporter des modifications aux paramètres temps, vitesse ou direction, tous sont prédéfinis. La vitesse dans ce mode d'exercice sera toujours constante, au niveau 1, et le sens de rotation alternera, changeant toutes les 5 secondes pendant toute la durée du programme.



NETTOYAGE

Éteignez l'appareil et débranchez la prise du secteur. Nettoyez ensuite l'appareil avec un détergent doux et non abrasif à l'aide d'un chiffon doux. Les produits de nettoyage abrasifs et/ou les tampons de nettoyage abrasifs peuvent endommager gravement le produit et ils ne doivent pas être utilisés. Veuillez toujours à sécher l'appareil après le nettoyage et à ce que de l'eau/un liquide ne pénètre pas à l'intérieur de l'appareil.

ENTRETIEN ET MAINTENANCE

Veuillez effectuer un contrôle de sécurité du produit à intervalles réguliers ou en cas de doute. Faites attention aux éléments de fixation et resserrez-les si nécessaire. Si vous avez des doutes concernant la sécurité de l'appareil, veuillez ne pas l'utiliser. Veuillez contacter notre service après-vente si vous avez besoin d'une assistance technique.

ÉLIMINATION



Ne jetez pas cet appareil avec les ordures ménagères. La plupart des autorités locales disposent d'un système de collecte spécifique pour les appareils électriques. L'élimination est gratuite pour l'utilisateur final.

CARACTÉRISTIQUES DU PRODUIT

	Sport-Tec mini Vélo d'Appartement move 8.0
N° de référence	22006
Couleur	05-noir-gris / 06-blanc-noir
Alimentation électrique	Fiche secteur
Tension nominale	CA 220-240 V
Fréquence nominale	50/60 Hz
Puissance	70 W max.
Classe	HC
Max. Poids de l'utilisateur	120 kg
Poids	4,5 kg
Dimensions (LxBxH)	42x40x29 cm
Pays d'origine	Fabriqué en Chine



Sport-Tec GmbH
Physio & Fitness
Lemberger Str. 255
D-66955 Pirmasens

Tel.: +49 (0) 6331 1480-0
Fax: +49 (0) 6331 1480-220
E-Mail: info@sport-tec.de
Web: www.sport-tec.de

