



DRUMFIT ROWER 20000 NEPTUNO WOOD

Водостійкий гребний тренажер/Водостойкий гребной тренажер/
Water resistance rowing machine



DRUMFIT

Інструкція користувача
Инструкция пользователя
Instruction manual

Інструкція з техніки безпеки	1
Инструкция по технике безопасности	6
Safety instructions	11

ЗМІСТ

1. Елементи та компоненти	15
2. Перед першим використанням	16
3. Складання виробу	17
4. Робота з дисплеєм	18
5. Очищення та обслуговування	20
6. Інформація про тренування	20
7. Усунення несправностей	21
8. Технічні характеристики	21
9. Утилізація старих електричних та електронних пристроїв	22
10. Технічна підтримка та гарантія	22
11. Авторські права	22
12. Спрощена декларація відповідності	22

СОДЕРЖАНИЕ

1. Элементы и компоненты	23
2. Перед первым использованием	24
3. Сборка изделия	25
4. Работа с дисплеем	26
5. Очистка и обслуживание	28
6. Информация о тренировках	28
7. Устранение неисправностей	29
8. Технические характеристики	29
9. Утилизация старых электрических и электронных устройств	30
10. Техническая поддержка и гарантия	30
11. Авторские права	30
12. Упрощенная декларация соответствия	30

INDEX

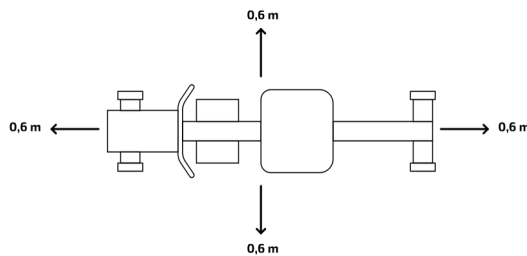
1. Parts and components	31
2. Before use	32
3. Product assembly	33
4. Display operation	34
5. Cleaning and maintenance	36
6. Information on exercising	36
7. Troubleshooting	37
8. Technical specifications	37
9. Disposal of old electrical and electronic appliances	37
10. Technical support and warranty	38
11. Copyright	38
12. Simplified Declaration of Conformity	38

ІНСТРУКЦІЯ З ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ

Зберігайте цю інструкцію з експлуатації в безпечному місці для подальшого використання або для нових користувачів.

- Уважно прочитайте цю інструкцію перед складанням або використанням гребного тренажера. Ця інструкція містить важливу інформацію, яка допоможе вам отримати максимальну віддачу від вашого обладнання.

Вільний простір повинен бути не менше ніж на 0,6 м більшим за тренувальну зону в напрямках, з яких здійснюється доступ до тренажера. Вільний простір повинен також включати зону для аварійного демонтажу. Для обладнання, розташованого поруч, величина вільного простору може бути спільною.



- Тренажер може використовуватися дітьми віком від 14 років і старше, а також особами з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими здібностями або з недостатнім досвідом і знаннями, якщо вони перебувають під наглядом або проінструктовані щодо безпечного використання машини та розуміють пов'язані з цим небезпеки. Діти не повинні гратися з пристроєм. Очищення та технічне обслуговування не повинні виконуватися дітьми без нагляду дорослих.

- Попередження: неправильне або надмірне тренування може призвести до травм.

- Попередження: якщо будь-які регульовальні пристрої виступають, вони можуть заважати руху користувача.

- Попередження: якщо будь-які регульовальні пристрої виступають, вони можуть заважати руху користувача.

- Попередження: тренажер повинен бути встановлений на стійкій і рівній поверхні.

- Цей пристрій призначений тільки для домашнього використання і не призначений для барів, ресторанів, фермерських господарств, готелів, мотелів і офісів.

- Безпечне та ефективне використання може бути досягнуте лише за умови правильного монтажу, обслуговування та використання тренажера.

- Ви несете відповідальність за те, щоб кожен користувач був проінформований про попередження та запобіжні заходи, викладені в цій інструкції з експлуатації.

- Перед початком тренування рекомендується проконсультуватися з лікарем, якщо у вас є будь-які несприятливі зміни у стані здоров'я або фізичному стані, які можуть становити загрозу вашій безпеці або ускладнити належне використання тренажера. Порада лікаря необхідна, якщо ви приймаєте ліки, які впливають на частоту серцевих скорочень, кров'яний тиск або рівень холестерину.

- Прислухайтесь до сигналів свого тіла. Неправильні або надмірні фізичні вправи можуть погіршити ваше здоров'я. Припиніть тренування, якщо ви відчуваєте будь-який з наступних симптомів: біль, стиснення в грудях, нерегулярне серцебиття, сильну задишку, запаморочення або нудоту. Якщо ви відчуваєте будь-який з цих симптомів, вам слід проконсультуватися з лікарем, перш ніж продовжувати тренування.

- Попередження: рівень безпеки обладнання можна підтримувати лише за умови його регулярної перевірки на наявність пошкоджень і зносу.
- Попередження: негайно замініть несправні компоненти та/або не використовуйте тренажер до ремонту.
- Звертайте особливу увагу на компоненти, які найбільш схильні до механічного зносу.
- Не підпускайте дітей і тварин до місця збирання, оскільки дрібні деталі можуть спричинити ризик удушення, якщо їх проковтнути.
- Тримайте дітей і домашніх тварин далі від тренажера. Не дозволяйте дітям користуватися пристроєм та/або гратися з ним. Він призначений тільки для дорослих.
- Використовуйте тренажер на твердій, рівній, стійкій поверхні із захисним покриттям підлоги або килимом.
- Перед початком роботи переконайтеся, що гвинти та гайки надійно затягнуті.
- Використовуйте тренажер, як зазначено в цій інструкції з експлуатації. Якщо під час збирання або тестування пристрою ви виявили дефектні деталі або якщо він видає незвичний шум під час роботи, припиніть використання. Не використовуйте тренажер до усунення проблеми.
- Під час роботи з пристроєм носіть відповідний одяг. Уникайте носіння мішкуватого одягу, оскільки він може застрягти в обладнанні або перешкоджати руху.
- Якщо потрібен ремонт, проконсультуйтеся з постачальником для отримання додаткової інформації або зверніться до служби підтримки клієнтів Secotec.
- Тренажер не призначений для терапевтичного використання.
- Будьте обережні під час переміщення або підйому пристрою, щоб уникнути травмування спини.

- Максимальна вага користувача: 130 кг.
- Зберігайте обладнання в прохолодному, сухому місці. Не зберігайте в дуже холодних, гарячих або вологих місцях, оскільки це може спричинити корозію або інші подібні проблеми.

Інструкції щодо експлуатації акумуляторів

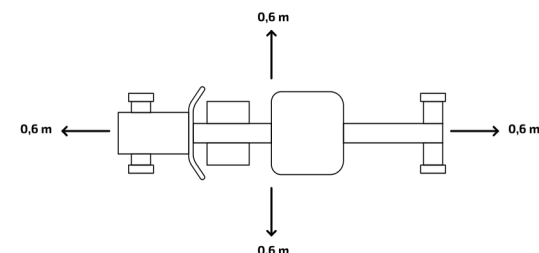
- Не спалюйте і не піддавайте акумулятори впливу високих температур, оскільки вони можуть вибухнути.
- В екстремальних умовах можливе витікання рідини з акумуляторів. Не торкайтеся рідини, що витікає. Якщо рідина потрапила на шкіру, негайно промийте її водою з милом. Якщо рідина потрапила в очі, негайно промийте їх чистою водою протягом щонайменше 10 хвилин і зверніться до лікаря. Одягайте рукавички для роботи з акумулятором і негайно утилізуйте його відповідно до місцевих правил.
- Уникайте контакту між акумуляторами та дрібними металевими предметами, такими як скріпки, монети, ключі, цвяхи або гвинти.
- Не втручайтеся в роботу акумуляторів в будь-який спосіб.
- Для безпечної утилізації пристрою необхідно викинути акумулятори.
- Зберігайте акумулятори в недоступному для дітей місці, якщо існує ризик їх проковтування.
- Проковтування акумулятора може призвести до опіків, перфорації м'яких тканин і смерті.
- Сильні опіки можуть виникнути протягом двох годин після проковтування.
- У разі проковтування акумулятора негайно зверніться за медичною допомогою.
- Не допускайте короткого замикання клем живлення акумуляторів.

- Якщо тренажер буде зберігатися протягом тривалого проміжку часу, рекомендується вийняти акумулятори.
- Акумулятори повинні бути встановлені в правильному положенні. Під час заміни перевірте полярність.

ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Храните эту инструкцию по эксплуатации в безопасном месте для дальнейшего использования или для новых пользователей.

- Внимательно прочитайте эту инструкцию перед сборкой или использованием гребного тренажера. Эта инструкция содержит важную информацию, которая поможет вам получить максимальную отдачу от вашего оборудования.
- Свободное пространство должно быть не менее чем на 0,6 м больше тренировочной зоны в направлениях, с которых осуществляется доступ к тренажеру. Свободное пространство должно также включать зону для аварийного демонтажа. Для оборудования, расположенного рядом, величина свободного пространства может быть общей.



- Тренажер может использоваться детьми в возрасте от 14 лет и старше, а также лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями, или с недостаточным опытом и знаниями, если они находятся под присмотром или проинструктированы относительно безопасного использования машины и понимают связанные с этим опасности. Дети не должны играть с устройством. Очистка и техническое обслуживание не должны выполняться детьми без присмотра взрослых.

- Предупреждение: неправильная или чрезмерная тренировка может привести к травмам.
- Предупреждение: если какие-либо регулировочные устройства выступают, они могут мешать движению пользователя.
- Предупреждение: тренажер должен быть установлен на устойчивой и ровной поверхности.
- Данное устройство предназначено только для домашнего использования и не предназначено для баров, ресторанов, фермерских хозяйств, гостиниц, мотелей и офисов.
- Безопасное и эффективное использование может быть достигнуто только при условии правильного монтажа, обслуживания и использования тренажера.
- Вы несете ответственность за то, чтобы каждый пользователь был проинформирован о предупреждениях и мерах предосторожности, изложенных в этой инструкции по эксплуатации.
- Перед началом тренировки рекомендуется проконсультироваться с врачом, если у вас есть какие-либо неблагоприятные изменения в состоянии здоровья или физическом состоянии, которые могут представлять угрозу вашей безопасности или затруднить надлежащее использование тренажера. Совет врача необходим, если вы принимаете лекарства, которые влияют на частоту сердечных сокращений, кровяное давление или уровень холестерина.
- Прислушивайтесь к сигналам своего тела. Неправильные или чрезмерные физические упражнения могут ухудшить ваше здоровье. Прекратите тренировку, если вы испытываете любой из следующих симптомов: боль, сжатие в груди, нерегулярное сердцебиение, сильную одышку, головокружение или тошноту.

Если вы испытываете любой из этих симптомов, вам следует проконсультироваться с врачом, прежде чем продолжать тренировки.

- Предупреждение: уровень безопасности оборудования можно поддерживать только при условии его регулярной проверки на наличие повреждений и износа.
- Предупреждение: немедленно замените неисправные компоненты и/или не используйте тренажер до ремонта.
- Обращайте особое внимание на компоненты, которые наиболее подвержены механическому износу.
- Не подпускайте детей и животных к месту сборки, поскольку мелкие детали могут повлечь риск удушья, если их проглотить.
- Держите детей и домашних животных подальше от тренажера. Не позволяйте детям пользоваться устройством и/или играть с ним. Он предназначен только для взрослых.
- Используйте тренажер на твердой, ровной, устойчивой поверхности с защитным напольным покрытием или ковром.
- Перед началом работы убедитесь, что винты и гайки надежно затянуты.
- Используйте тренажер, как указано в этой инструкции по эксплуатации. Если во время сборки или тестирования устройства вы обнаружили дефектные детали или если оно издает необычный шум во время работы, прекратите использование. Не используйте тренажер до устранения проблемы.
- Во время работы с устройством носите соответствующую одежду. Избегайте ношения мешковатой одежды, поскольку она может застрять в оборудовании или препятствовать движению.

- Если требуется ремонт, проконсультируйтесь с поставщиком для получения дополнительной информации или обратитесь в службу поддержки клиентов Cecotec.
- Тренажер не предназначен для терапевтического использования.
- Будьте осторожны во время перемещения или подъема устройства, чтобы избежать травмирования спины.
- Максимальный вес пользователя: 130 кг.
- Храните оборудование в прохладном, сухом месте. Не храните в очень холодных, горячих или влажных местах, поскольку это может вызвать коррозию или другие подобные проблемы.

Инструкции по эксплуатации аккумуляторов

- Не сжигайте и не подвергайте аккумуляторы воздействию высоких температур, поскольку они могут взорваться.
- В экстремальных условиях возможно вытекание жидкости из аккумуляторов. Не прикасайтесь к вытекающей жидкости. Если жидкость попала на кожу, немедленно промойте ее водой с мылом. Если жидкость попала в глаза, немедленно промойте их чистой водой в течение не менее 10 минут и обратитесь к врачу. Надевайте перчатки для работы с аккумулятором и немедленно утилизируйте его в соответствии с местными правилами.
- Избегайте контакта между аккумуляторами и мелкими металлическими предметами, такими как скрепки, монеты, ключи, гвозди или винты.
- Не вмешивайтесь в работу аккумуляторов любым способом.
- Для безопасной утилизации устройства необходимо вынуть аккумуляторы.
- Храните аккумуляторы в недоступном для детей месте, если существует риск их проглатывания.

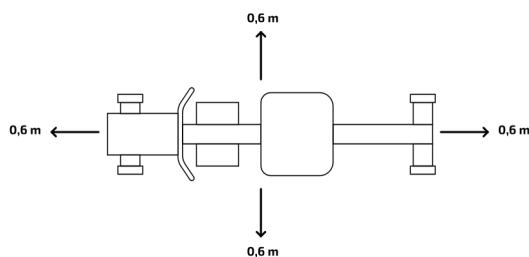
- Проглатывание аккумулятора может привести к ожогам, перфорации мягких тканей и смерти.
- Сильные ожоги могут возникнуть в течение двух часов после проглатывания.
- В случае проглатывания аккумулятора немедленно обратитесь за медицинской помощью.
- Не допускайте короткого замыкания клемм питания аккумуляторов.
- Если тренажер будет храниться в течение длительного промежутка времени, рекомендуется вынуть аккумуляторы.
- Аккумуляторы должны быть установлены в правильном положении. Во время замены проверьте полярность.

SAFETY INSTRUCTIONS

Please, keep this instruction manual in a safe place for future reference or new users.

- Read these instructions carefully before assembling or using your rowing machine. These instructions contain important information that will help you get the best out of your equipment.

- The free space shall not be less than 0,6 m larger than the training area in the directions from which the equipment is accessed. The free space shall also include the area for emergency dismounting. For equipment located next to each other, the value of the free space may be shared.



- This machine can be used by children aged 14 years and above and persons with reduced physical, sensory, or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning the use of the machine in a safe way and understand the hazards involved. Children must not play with the machine. Cleaning and user maintenance should not be carried out by unsupervised children.

- Warning: incorrect or excessive training can lead to health injuries.

- Warning: if any of the adjustment devices are protruding, they may interfere with the user's movement.

- Warning: the equipment must be installed on a stable and level surface.

- This device is designed for domestic use only and is not intended for bars, restaurants, farmhouses, hotels, motels, and offices.

- Safe and efficient use can be only achieved if the machine is properly assembled, maintained, and used.

- It is your responsibility to make sure every user is informed about the warnings and precautions stated in this instruction manual.

- Before starting a training session, it is recommended that you consult your doctor if you have any adverse health or physical condition that may pose a risk to your safety or make it difficult to use the machine properly. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.

- Be aware of your body signals. Incorrect or excessive exercise can deteriorate your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, extreme shortness of breath, dizziness, or nausea. If you experience any of these conditions, you should consult your doctor before continuing with your training.

- Warning: the safety level of the equipment can only be maintained if it is regularly checked for damage and wear.
- Warning: replace faulty components immediately and/or keep the equipment out of use until repaired.

- Pay special attention to the components that are most susceptible to mechanical wear.

- Keep children and animals away from the assembling area, as small parts could cause risk of suffocation if swallowed.

- Keep children and pets away from the machine. Do not allow children to use and/or play with the machine. It is designed for adults only.
- Use the machine on a solid, flat, stable surface with a protective floor covering or carpet.
- Make sure the screws and nuts are securely tightened before using the machine.
- Use the machine as indicated in this instruction manual. If you find any defective parts when assembling or testing the machine, or if it emits an unusual noise during use, stop using it. Do not use the machine until the problem has been solved.
- Wear suitable clothing when using the machine. Avoid wearing baggy clothing, as it may get caught in the equipment or hinder movement.
- If repairs are required, please consult your supplier for further information or contact Cecotec Customer Service.
- The air bike is not suitable for therapeutic use. - Be careful when moving or lifting the machine to avoid injuring your back.
- Maximum user weight: 130 kg. - Keep the equipment in a cool, dry place. Do not store in extremely cold, hot, or humid areas, as this may cause corrosion or other similar problems.

Instructions on batteries

- Do not burn or expose the batteries to high temperatures, as they may explode.
- Leaks from the batteries can occur under extreme conditions. Do not touch any liquid that leaks from the batteries. If the liquid gets into contact with skin, wash immediately with soap and water. If the liquid gets into the eyes, wash them immediately with clean water for a minimum of 10 minutes and seek medical attention.

Wear gloves to handle the battery and dispose of it immediately in accordance with local regulations.

- Avoid contact between the batteries and small metal objects such as paper clips, coins, keys, nails, or screws.
- Do not tamper with the batteries in any way. - The batteries must be removed for safe disposal of the machine.
- Keep the batteries out of the reach of children when there is a risk of ingestion.
- Battery ingestion can cause burns, soft-tissue perforation, and death.
- It can cause severe burns within two hours of the ingestion. - In case of battery ingestion, please seek medical help immediately.
- The batteries' power supply terminals must not be short-circuited.
- If the machine is to be stored for a long period of time, it is advisable to remove the batteries.
- The batteries must be inserted in the correct position. When replacing batteries, check the polarity.

1. ЕЛЕМЕНТИ ТА КОМПОНЕНТИ

Мал. 1 (с. 39) і Мал. 2 (с. 39)

Елемент	Опис	Кількість
A L/R	Задні листи основної рами	2
B L/R	Листи основної рами	2
C	Консоль	1
D	Підставка для ніг	2
E	Колеса	2
F	Консольний кронштейн	1
G	Кабель для передачі даних	1
H	Сидіння	1
I	Ковзна направляюча (у зборі)	2
J	Задній стоп-сигнал	2
K	Гвинт M8x40	6
L	Нейлонова гайка M8	6
M	Гвинт M5x12	4
N	Болт M6x75	1
O	Гвинт ST4x25	2

P	Шайба OD10*ID6*1.5	1
Q	Шайба D6	1
R	Шайба OD16*ID8*1.5	12
S	Шестигранний ключ S5	1
T	Натягувач 13-15	1
U	Шестигранний ключ S6	1
V	Їднувальний лист	2

ПРИМІТКА:

ілюстрації в цьому посібнику є схематичними зображеннями та можуть не повністю відповідати пристрою.

2. ПЕРЕД ПЕРШИМ ВИКОРИСТАННЯМ

- Цей пристрій упаковано таким чином, щоб захистити його під час транспортування. Вийміть пристрій з коробки та видаліть усі пакувальні матеріали. Ви можете зберігати оригінальну коробку та інші елементи упаковки в безпечному місці. Це допоможе вам запобігти пошкодженню пристрою під час транспортування в майбутньому. У разі утилізації оригінальної упаковки переконайтеся, що всі пакувальні матеріали були перероблені належним чином.
- Переконайтеся, що всі деталі та компоненти є в комплекті та перебувають у належному стані. Якщо якась деталь відсутня або знаходиться в поганому стані, негайно зверніться до офіційної служби технічної підтримки Cescotec.

Комплектація

- Гребний тренажер DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood
- Монтажний комплект
- 2 батарейки AA для консолі
- Інструкція з експлуатації

3. СКЛАДАННЯ ВИРОБУ

Крок 1: збираємо основну раму. Мал. 3 (с. 40)

Встановіть задні листи основної рами (A L/R) на листи основної рами (B L/R), використовуючи з'єднувальний лист (V), гвинти (K) і нейлонові гайки (L) для їх закріплення. Зробіть це за допомогою гайкового ключа (T) і шестигранного ключа.

КРОК 2: збірка дисплея. Мал. 4 (с. 40)

- Викрутіть чотири попередньо встановлені гвинти (M) з консолі (C). Потім закріпіть консоль (C) на кронштейні (F) за допомогою чотирьох гвинтів (M). Затягніть їх.
- З'єднайте два кабелі консолі (G) з консоллю (C).
- Переконайтеся, що ви можете регулювати кут нахилу консолі (C).
- Потім затягніть консоль за допомогою болта (N), шайби (P) та іншої шайби (Q) на основній рамі. Надійно затягніть за допомогою шестигранного ключа.

КРОК 3: збираємо сидіння. Мал. 5 (с. 41)

Насуньте сидіння (H) на задню частину ковзаючої направляючої (I). Потім закріпіть упори (J) на задніх основних листах рами (A L/R) за допомогою двох гвинтів (O) і затягніть їх.

Регулювання підставки для ніг

Ремінь підставки для ніг регулюється і може бути адаптований до розміру ноги користувача.

Наповнення та спорожнення бака

- Зніміть кришку з верхньої частини резервуара для води.
- Щоб наповнити бак водою, вставте лійку в бак, а потім за допомогою склянки або сифона насоса і відра наповніть бак. Використовуйте індикатор рівня води збоку бака, щоб виміряти бажаний рівень води. Не перевищуйте максимальний рівень.
- Щоб спорожнити бак, поставте відро поруч з гребним тренажером і за допомогою сифона насоса перекачайте воду з бака у відро.
- Встановіть кришку наливної горловини на верхню частину бака і витріть розливу воду.

УВАГА:

- Наповніть резервуар для води чистою водою. Додайте рідину для очищення води (1 контейнер у комплекті). Ніколи не використовуйте хлор або відбілювач. Це призведе до пошкодження резервуара та анулювання гарантії.
- Додавайте рідину для очищення води кожні 6 місяців або за потреби. Якщо вода все ще каламутна, замініть воду в резервуарі.
- Не пийте воду з резервуара. Викиньте воду після відкачування з бака.

Рівень води

- Індикатори рівня води розташовані збоку резервуара. Максимальний рівень наповнення - 6. Не перевищуйте цю межу. Наповнення бака вище цієї межі призведе до анулювання гарантії.
- Опір машини залежить від рівня води в баку. Рівень 1 - найнижчий опір. Рівень 6 - найвищий опір.

4. КЕРУВАННЯ ДИСПЛЕЕМ

Кнопки

▲/▼ (ВГОРУ/ВНИЗ): натискайте ці кнопки для переміщення по доступному вибору або для регулювання значення обраної функції вгору або вниз.

ENTER: натисніть цю кнопку для підтвердження вибору. Під час тренування натискайте цю кнопку для вивчення кожної функції на дисплеї.

СТАРТ/СТОП: натисніть, щоб запустити або зупинити вибрану програму тренування.

RESET: натисніть, щоб повернутися до головного меню.

Функції

ЧАС: попередньо встановіть цільовий час, натискаючи кнопки ВГОРУ або ВНИЗ (1 хв ~ 99 хв). Крок збільшення/зменшення становить 1 хвилину.

ЧАС/500 М: середній час, необхідний для подолання 500 метрів, буде автоматично відображатися і постійно оновлюватися.

SPM: кількість гребків за хвилину.

ВІДСТАНЬ: встановіть цільову відстань, натискаючи кнопки ВГОРУ або ВНИЗ (0 ~ 99900 метрів). Одне натискання додає або віднімає 100 м.

Гребки: встановіть цільову кількість гребків за допомогою кнопок ВГОРУ або ВНИЗ (0-9990). Одне натискання додає або віднімає 10 гребків.

ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ гребків: відображає кумулятивний підрахунок загальної кількості гребків від 0 до 9999.

КАЛОРІЇ: попередньо встановіть цільову кількість спалених калорій, натискаючи кнопки ВГОРУ або ВНИЗ (5 кал ~ 9990 кал). Одне натискання додає або віднімає 5 кал.

Робота з дисплеєм

- Вставте дві батарейки типу AA. Ви почуєте довгий звуковий сигнал протягом двох секунд. Протягом цього часу на дисплеї буде

відображатися зображення, як показано на мал. 6 (с. 41). Після цього консоль почне працювати.

- Після входу в піктограму рядка будуть блимати піктограми MANUAL і RACE.
- Натискайте кнопки ВГОРУ або ВНИЗ, щоб вибрати їх. Потім натисніть ENTER, щоб підтвердити свій вибір. Мал. 7 (с. 41).

Ручний режим. Мал. 8 (с. 41)

- Увійдіть в ручний режим, натисніть ВГОРУ, щоб відрегулювати миготливу цифру в розділі ЧАС. Натисніть ENTER для підтвердження. Далі натискайте кнопку ВГОРУ, щоб налаштувати функції: ВІДСТАНЬ→КРОКИ→КАЛОРИЇ→ПУЛЬС→ЧАС. Якщо ви встановили цільове значення тривалості, ви не зможете встановити відстань, і навпаки.
- Натисніть кнопку СТАРТ, щоб почати. Піктограма СТОП зникне. Натискайте кнопки ВГОРУ і ВНИЗ для вибору функцій.
- Коли закінчиться відлік обраної вами функції, або коли ви натиснете кнопку СТОП, консоль зупиниться і відобразить середнє значення.

Режим перегонів. Мал. 9 (с. 41)

- Увійдіть в режим RACE, на дисплеї з'явиться L1. Функція ЧАС/500 М покаже 8:00. Ви можете натиснути кнопку ВГОРУ або ВНИЗ, щоб вибрати будь-який параметр між L1 і L15. Натисніть ENTER для підтвердження. Після цього ви можете встановити дистанцію забігу (500 М ~ 10000 М), поки блимає піктограма ВІДСТАНЬ.
- Натисніть ENTER, і на дисплеї з'явиться зображення забігу.
- Символи функції ЧАС/500 М виглядають наступним чином

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00

- Натисніть кнопку СТАРТ, щоб почати. Піктограма СТОП зникне. На дисплеї з'явиться напис USER і PC (мал. 10 (с. 42)). Консоль зупиниться, коли буде досягнута встановлена дистанція забігу. Після цього на дисплеї з'явиться напис "PC WIN" або "USER WIN" (мал. 11 (с. 42)).
- Після завершення перегонів ви можете натиснути СТАРТ, щоб почати перегони знову. Натисніть RESET, щоб вийти з перегонів.

Підключення через Bluetooth

Відсканувавши QR-код нижче, ви можете отримати доступ до інструкції, яка пояснює, як з'єднати тренажер DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood з додатком Kinomap:



5. ОЧИЩЕННЯ ТА ТЕХНІЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ

- Для чищення гребного тренажера використовуйте м'яку, чисту, вологу тканину.
- Не використовуйте абразивні мийні засоби або розчинники для чищення пластикових деталей.
- Витирайте піт, що накопився на тренажері, після кожного використання.
- Не допускайте потрапляння великої кількості вологи на монітор, оскільки це може призвести до виходу з ладу електронних компонентів.
- Тримайте гребний тренажер якомога далі від прямих сонячних променів, щоб запобігти його пошкодженню або псуванню.
- Щотижня затягуйте гвинти, гайки та педалі гребного тренажера.
- Регулярно змащуйте рухомі частини тренажера.

Транспортування

- Тримайтеся за задню частину обома руками, доки передні колеса не торкнуться землі.
- Потягніть або штовхніть гребний тренажер до місця, де ви хочете його зберігати, перш ніж поставити його. Не відпускайте гребний тренажер під час транспортування.

Зберігання

Зберігайте гребний тренажер у чистому та сухому місці, недоступному для дітей та домашніх тварин.

6. ІНФОРМАЦІЯ ПРО ТРЕНУВАННЯ

Правильне тренування повинно складатися з наступних етапів:

- Розминка: складається з розтяжки та низькоінтенсивних вправ тривалістю від 5 до 10 хвилин. Правильна розминка підвищує температуру тіла, частоту серцевих скорочень і кровообіг, готуючи до виконання вправ. Мал. 12 (с. 42)

- Тренування: складається з 20-30 хвилин вправ. (Примітка: протягом перших кількох тижнів тренувань не тримайте високий пульс понад 20 хвилин). Мал. 13 (с. 42)
- Розминка: складається з 5-10 хвилин вправ на розтяжку. Це підвищить вашу гнучкість і допоможе запобігти травмам після тренування. Мал. 12 (с. 42)

7. УСУНЕННЯ НЕСПРАВНОСТЕЙ

НЕСПРАВНІСТЬ	ПРИЧИНА	РІШЕННЯ
Основа нестабільна	1. Підлога нерівна або під стабілізатором знаходиться якийсь предмет.	1. Приберіть предмет.
Надмірний шум від рухомих частин	Деталі неправильно затягнуті.	Затягніть їх.
Дисплей не працює належним чином	1. Батареї розряджені. 2. Неправильно підключені кабелі.	1. Замініть батареї. 2. Правильно під'єднайте кабелі.

8. ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Код продукту: 07226

Продукт: Водний гребний тренажер DrumFit Rower 20000

Neptuno Wood

Максимальна вага користувача: 130 кг

Клас HB

Технічні характеристики можуть змінюватися без попереднього повідомлення з метою поліпшення якості продукції.

Зроблено в Китаї | Розроблено в Іспанії

9. УТИЛІЗАЦІЯ СТАРИХ ЕЛЕКТРИЧНИХ ТА ЕЛЕКТРОННИХ ПРИЛАДІВ



Цей символ вказує на те, що, згідно з чинним законодавством, виріб та/або батареї слід утилізувати окремо від побутових відходів. Після закінчення терміну придатності цього виробу слід утилізувати елементи живлення/батареї/акумулятори та віднести їх до пункту збору, визначеного місцевою владою.

Для отримання інформації щодо правильної утилізації старих приладів та/або їхніх батарей споживачі повинні звернутися до місцевих органів влади або до продавця. Дотримання наведених вище рекомендацій допоможе захистити навколишнє середовище.

10. ТЕХНІЧНА ПІДТРИМКА ТА ГАРАНТІЯ

Cecotec несе відповідальність перед кінцевим користувачем або споживачем за будь-яку невідповідність, що існує на момент доставки виробу, відповідно до умов і термінів, встановлених чинним законодавством.

Рекомендується, щоб ремонт виконувався кваліфікованим персоналом.

Якщо в будь-який момент ви виявите будь-яку проблему з вашим виробом або у вас виникнуть будь-які сумніви, не соромтеся звертатися до офіційної служби технічної підтримки Cecotec за телефоном +34 963 210 728.

11. АВТОРСЬКЕ ПРАВО

Права інтелектуальної власності на тексти цього посібника належать CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Всі права захищені. Зміст цієї публікації не може бути повністю або частково відтворений, збережений в інформаційно-пошуковій системі, переданий або розповсюджений будь-якими засобами (електронними, механічними, фотокопіюванням, записом або подібними) без попереднього дозволу CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

12. СПРОЩЕНА ДЕКЛАРАЦІЯ ВІДПОВІДНОСТІ



Компанія Cecotec Innovaciones заявляє, що цей тренажер, модель 07226 DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood, відповідає вимогам Директиви з радіообладнання 2014/53/ЄС.

Повний текст Декларації про відповідність ЄС можна знайти на наступному веб-сайті:
www.cecotec.es

1. ЭЛЕМЕНТЫ И КОМПОНЕНТЫ

Рис. 1 (с. 39) и Рис. 2 (с. 39)

Элемент	Описание	Количество
A L/R	Задние листы основной рамы	2
B L/R	Листы основной рамы	2
C	Консоль	1
D	Подставка для ног	2
E	Колеса	2
F	Консольный кронштейн	1
G	Кабель для передачи данных	1
H	Сиденье	1
I	Скользящая направляющая (в сборе)	2
J	Задний стоп-сигнал	2
K	Винт M8x40	6
L	Нейлоновая гайка M8	6
B	Винт M5x12	4
N	Болт M6x75	1
O	Винт ST4x25	2

P	Шайба OD10*ID6*1.5	1
Q	Шайба D	1
R	Шайба OD16*ID8*1.5	12
S	Шестигранный ключ S5	1
T	Натяжитель 13-15	1
U	Шестигранный ключ S6	1
V	Соединительный лист	2

ПРИМЕЧАНИЕ:

иллюстрации в этом руководстве являются схематическими изображениями и могут не полностью соответствовать устройству.

2. ПЕРЕД ПЕРВЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ

- Данное устройство упаковано таким образом, чтобы защитить его во время транспортировки. Извлеките устройство из коробки и удалите все упаковочные материалы. Вы можете хранить оригинальную коробку и другие элементы упаковки в безопасном месте. Это поможет вам предотвратить повреждение устройства во время транспортировки в будущем. При утилизации оригинальной упаковки убедитесь, что все упаковочные материалы были переработаны надлежащим образом.
- Убедитесь, что все детали и компоненты есть в комплекте и находятся в надлежащем состоянии. Если какая-либо деталь отсутствует или находится в плохом состоянии, немедленно обратитесь в официальную службу технической поддержки Cescotec.

Комплектация

- Гребной тренажер DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood
- Монтажный комплект
- 2 батарейки AA для консоли
- Инструкция по эксплуатации

3. СБОРКА ИЗДЕЛИЯ

Шаг 1: собираем основную раму. Рис. 3 (с. 40)

Установите задние листы основной рамы (A L/R) на листы основной рамы (B L/R), используя соединительный лист (V), винты (K) и нейлоновые гайки (L) для их закрепления. Сделайте это с помощью гаечного ключа (T) и шестигранного ключа.

ШАГ 2: сборка дисплея. Рис. 4 (с. 40)

- Выкрутите четыре предварительно установленных винта (M) из консоли (C). Затем закрепите консоль (C) на кронштейне (F) с помощью четырех винтов (M). Затяните их.
- Соедините два кабеля консоли (G) с консолью (C).
- Убедитесь, что вы можете регулировать угол наклона консоли (C).
- Затем затяните консоль с помощью болта (N), шайбы (P) и другой шайбы (Q) на основной раме. Надежно затяните с помощью шестигранного ключа.

ШАГ 3: собираем сиденье. Рис. 5 (с. 41)

Надвиньте сиденье (H) на заднюю часть скользящей направляющей (I). Затем закрепите упоры (J) на задних основных листах рамы (A L/R) с помощью двух винтов (O) и затяните их.

Регулировка подставки для ног

Ремень подставки для ног регулируется и может быть адаптирован к размеру ноги пользователя.

Наполнение и опорожнение бака

- Снимите крышку с верхней части резервуара для воды.
- Чтобы наполнить бак водой, вставьте лейку в бак, а затем с помощью стакана или сифона насоса и ведра наполните бак. Используйте индикатор уровня воды сбоку бака, чтобы измерить желаемый уровень воды. Не превышайте максимальный уровень.
- Чтобы опорожнить бак, поставьте ведро рядом с гребным тренажером и с помощью сифона насоса перекачайте воду из бака в ведро.
- Установите крышку наливной горловины на верхнюю часть бака и вытрите разлитую воду.

ВНИМАНИЕ:

- Наполните резервуар для воды чистой водой. Добавьте жидкость для очистки воды (1 контейнер в комплекте). Никогда не используйте хлор или отбеливатель. Это приведет к повреждению резервуара и аннулированию гарантии.

- Добавляйте жидкость для очистки воды каждые 6 месяцев или по мере необходимости. Если вода все еще мутная, замените воду в резервуаре.
- Не пейте воду из резервуара. Вылейте воду после откачки из бака.

Уровень воды

- Индикаторы уровня воды расположены сбоку резервуара. Максимальный уровень наполнения – 6. Не превышайте этот предел. Наполнение бака выше этого предела приведет к аннулированию гарантии.
- Сопротивление машины зависит от уровня воды в баке. Уровень 1 – самое низкое сопротивление. Уровень 6 – самое высокое сопротивление.

4. УПРАВЛЕНИЕ ДИСПЛЕЕМ

Кнопки

▲/▼ (ВВЕРХ/ВНИЗ): нажимайте эти кнопки для перемещения по доступному выбору или для регулировки значения выбранной функции вверх или вниз.

ENTER: нажмите эту кнопку для подтверждения выбора. Во время тренировки нажимайте эту кнопку для изучения каждой функции на дисплее.

СТАРТ/СТОП: нажмите, чтобы запустить или остановить выбранную программу тренировки.

RESET: нажмите, чтобы вернуться в главное меню.

Функции

ВРЕМЯ: предварительно установите целевое время, нажимая кнопки Вверх или Вниз (1 мин ~ 99 мин). Шаг увеличения/уменьшения составляет 1 минуту.

ВРЕМЯ/500 М: среднее время, необходимое для преодоления 500 метров, будет автоматически отображаться и постоянно обновляться.

SPM: количество гребков в минуту.

ОТСТАНОВКА: установите целевое расстояние, нажимая кнопки ВВЕРХ или ВНИЗ (0 ~ 99900 метров). Одно нажатие добавляет или отнимает 100 м.

Гребки: установите целевое количество гребков с помощью кнопок ВГОРУ или ВНИЗ (0-9990). Одно нажатие добавляет или отнимает 10 гребков.

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО гребков: отображает кумулятивный подсчет общего количества гребков от 0 до 9999.

КАЛОРИИ: предварительно установите целевое количество сожженных калорий, нажимая кнопки ВВЕРХ или ВНИЗ (5 кал ~ 9990 кал). Одно нажатие добавляет или отнимает 5 кал.

Работа с дисплеем

- Вставьте две батарейки типа AA. Вы услышите длинный звуковой сигнал в течение двух секунд. В течение этого времени на дисплее будет отображаться изображение, как показано на рис. 6 (с. 41). После этого консоль начнет работать.
- После входа в пиктограмму строки будут мигать пиктограммы MANUAL и RACE.
- Нажимайте кнопки ВВЕРХ или ВНИЗ, чтобы выбрать их. Затем нажмите ENTER, чтобы подтвердить свой выбор. Рис. 7 (с. 41).

Ручной режим. Рис. 8 (с. 41)

- Войдите в ручной режим, нажмите ВВЕРХ, чтобы отрегулировать мигающую цифру в разделе ВРЕМЯ. Нажмите ENTER для подтверждения. Далее нажимайте кнопку ВВЕРХ, чтобы настроить функции: РАССТОЯНИЕ→ШАГИ→КАЛОРИИ→ПУЛЬС→ВРЕМЯ. Если вы установили целевое значение продолжительности, вы не сможете установить расстояние, и наоборот.
- Нажмите кнопку СТАРТ, чтобы начать. Пиктограмма СТОП исчезнет. Нажимайте кнопки Вверх и Вниз для выбора функций.
- Когда закончится отсчет выбранной вами функции, или когда вы нажмете кнопку СТОП, консоль остановится и отобразит среднее значение.

Режим гонок. Рис. 9 (с. 41)

- Войдите в режим RACE, на дисплее появится L1. Функция ВРЕМЯ/500 М покажет 8:00. Вы можете нажать кнопку Вверх или Вниз, чтобы выбрать любой параметр между L1 и L15. Нажмите ENTER для подтверждения. После этого вы можете установить дистанцию забега (500 М ~ 10000 М), пока мигает пиктограмма ДИСТАНЦИЯ.
- Нажмите ENTER, и на дисплее появится изображение забега.
- Символы функции ВРЕМЯ/500 М выглядят следующим образом

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00

- Нажмите кнопку СТАРТ, чтобы начать. Пиктограмма СТОП исчезнет. На дисплее появится надпись USER и PC (рис. 10 (с. 42)).
Консоль остановится, когда будет достигнута установленная дистанция забега. После этого на дисплее появится надпись "PC WIN" или "USER WIN" (рис. 11 (с. 42)).
- После завершения гонки вы можете нажать СТАРТ, чтобы начать гонку снова. Нажмите RESET, чтобы выйти из гонки.

Подключение через Bluetooth

Отсканировав QR-код ниже, вы можете получить доступ к инструкции, которая объясняет, как соединить тренажер DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood с приложением Kinomap:



5. ОЧИСТКА И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- Для чистки гребного тренажера используйте мягкую, чистую, влажную ткань.
- Не используйте абразивные моющие средства или растворители для чистки пластиковых деталей.
- Вытирайте пот, накопившийся на тренажере, после каждого использования.
- Не допускайте попадания большого количества влаги на монитор, поскольку это может привести к выходу из строя электронных компонентов.
- Держите гребной тренажер подальше от прямых солнечных лучей, чтобы предотвратить его повреждение или порчу.
- Ежедневно затягивайте винты, гайки и педали гребного тренажера.
- Регулярно смазывайте движущиеся части тренажера.

Транспортировка

- Держитесь за заднюю часть обеими руками, пока передние колеса не коснутся земли.
- Потяните или толкните гребной тренажер к месту, где вы хотите его хранить, прежде чем поставить его. Не отпускайте гребной тренажер во время транспортировки.

Хранение гребного тренажера

Храните гребной тренажер в чистом и сухом месте, недоступном для детей и домашних животных.

6. ИНФОРМАЦИЯ О ТРЕНИРОВКЕ

Правильная тренировка должна состоять из следующих этапов:

Разминка: состоит из растяжки и низкоинтенсивных упражнений продолжительностью от 5 до 10 минут. Правильная разминка повышает температуру тела, частоту сердечных сокращений и кровообращение, подготавливая к выполнению упражнений. Рис. 12 (с. 42)

Тренировка: состоит из 20-30 минут упражнений (Примечание: в течение первых нескольких недель тренировок не держите высокий пульс более 20 минут).
Рис. 13 (с. 42)
Разминка: состоит из 5-10 минут упражнений на растяжку. Это повысит вашу гибкость и поможет предотвратить травмы после тренировки. Рис. 12 (с. 42)

7. УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

НЕИСПРАВНОСТЬ	ПРИЧИНА	РЕШЕНИЕ
Основа нестабильная	1. Пол неровный или под стабилизатором находится какой-то предмет.	1. Уберите предмет.
Чрезмерный шум от движущихся частей	Детали неправильно затянуты.	Затяните их.
Дисплей не работает должным образом	1. Батареи разряжены. 2. Неправильно подключены кабели.	1. Замените батареи. 2. Правильно подключите кабели.

8. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Код продукта: 07226
Продукт: Водный гребной тренажер DrumFit Rower 20000 Neptune Wood
Максимальный вес пользователя: 130 кг
Класс HB

Технические характеристики могут изменяться без предварительного уведомления с целью улучшения качества продукции.
Сделано в Китае | Разработано в Испании

9. УТИЛИЗАЦИЯ СТАРЫХ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ И ЭЛЕКТРОННЫХ ПРИБОРОВ



Этот символ указывает на то, что, согласно действующему законодательству, изделие и/или батареи следует утилизировать отдельно от бытовых отходов. По истечении срока годности данного изделия следует утилизировать элементы питания/батареи/аккумуляторы и отнести их в пункт сбора, определенный местными властями.

Для получения информации о правильной утилизации старых приборов и/или их батарей потребители должны обратиться в местные органы власти или к продавцу. Соблюдение, приведенных выше рекомендаций, поможет защитить окружающую среду.

10. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА И ГАРАНТИЯ

Cecotec несет ответственность перед конечным пользователем или потребителем за любое несоответствие, существующее на момент доставки изделия, в соответствии с условиями и сроками, установленными действующим законодательством. Рекомендуется, чтобы ремонт выполнялся квалифицированным персоналом. Если в любой момент вы обнаружите какую-либо проблему с вашим изделием или у вас возникнут какие-либо сомнения, не стесняйтесь обращаться в официальную службу технической поддержки Cecotec по телефону +34 963 210 728.

11. АВТОРСКОЕ ПРАВО

Права интеллектуальной собственности на тексты данного руководства принадлежат CECOTEC INNOVACIONES, S.L. Все права защищены. Содержание этой публикации не может быть полностью или частично воспроизведено, сохранено в информационно-поисковой системе, передано или распространено любыми средствами (электронными, механическими, фотокопированием, записью или подобными) без предварительного разрешения CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

12. УПРОЩЕННАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ СООТВЕТСТВИЯ



Компания Cecotec Innovaciones заявляет, что этот тренажер, модель 07226 DrumFit Rower 20000 Neptune Wood, соответствует требованиям Директивы по радиооборудованию 2014/53/ЕС.
Полный текст Декларации о соответствии ЕС можно найти на следующем веб-сайте: www.cecotec.es

1. PARTS AND COMPONENTS

Fig. 1 (p. 39) and Fig. 2 (p. 39)

Part	Description	Quantity
A L/R	Rear main frame sheets	2
B L/R	Main frame sheets	2
C	Console	1
D	Footrest	2
E	Wheels	2
F	Console bracket	1
G	Data cable	1
H	Saddle	1
I	Sliding guide (assembled)	2
J	Rear stop	2
K	Screw M8x40	6
L	Nylon nut M8	6
M	Screw M5x12	4
N	Bolt M6x75	1
O	Screw ST4x25	2

P	Washer OD10*ID6*1.5	1
Q	Washer D6	1
R	Washer OD16*ID8*1.5	12
S	Allen key S5	1
T	Spanner 13-15	1
U	Allen key S6	1
V	Connecting sheet	2

NOTE:

the graphics in this manual are schematic representations and may not exactly match the device.

2. BEFORE USE

- This appliance is packaged in a way as to protect it during transport. Take the device out of its box and remove all packaging materials. You can keep the original box and other packaging elements in a safe place. This will help you prevent damage to the device when transporting it in the future. In case the original packaging is disposed of, make sure all packaging materials are recycled accordingly.
- Make sure all parts and components are included and in good conditions. If there is any piece missing or in bad conditions, contact the official Cecotec Technical Support Service immediately.

Box content

- DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood water rowing machine
- Assembly kit
- 2 AA console batteries
- Instruction manual

3. PRODUCT ASSEMBLY

Step 1: assembling the main frame. Fig. 3 (p. 40)

Install the rear main frame sheets (A L/R) on the main frame sheets (B L/R), using the connecting sheet (V), screws (K) and nylon nuts (L) to secure them. Do this with the help of the spanner (T) and the Allen key.

STEP 2: assembling the display. Fig. 4 (p. 40)

- Remove the four pre-mounted screws (M) from the console (C). Then, fix the console (C) on the bracket (F) using the four screws (M). Tighten them.
- Connect the two console cables (G) with the console (C).
- Make sure that you can adjust the angle of the console (C).
- Then, tighten the console with the bolt (N), the washer (P) and the other washer (Q) on the main frame. Tighten it securely with the Allen key.

STEP 3: assembling the saddle. Fig. 5 (p.41)

Slide the saddle (H) over the back of the sliding guide (I). Next, fix the stops (J) to the rear main frame sheets (A L/R) using two screws (O), and tighten them.

Adjusting the footrest

The footrest strap is adjustable and can be adapted to the size of the user's foot.

Filling and emptying the tank

- Remove the tank cap from the top of the water tank.
- To fill the tank with water, insert the funnel into the tank, then use a beaker or the pump siphon and a bucket to fill the tank. Use the water level indicator on the side of the tank to measure the desired water level. Do not exceed the maximum level.
- To empty the tank, place a bucket next to the rowing machine and use the pump siphon to pump the water from the tank into the bucket.
- Replace the filler cap on the top of the tank and wipe up any spilled water.

ATTENTION:

- Fill the water tank with clean water. Add water purifying liquid (1 container included). Never use chlorine or bleach. This will damage the tank and void the warranty.
- Add water purifying liquid every 6 months or as needed. If the water is still murky, replace the water in the tank.
- Do not drink the water from the tank. Discard the water after pumping it out of the tank.

Water level

- The water level indicators are located on the side of the tank. The maximum filling level is 6. Do not exceed this limit. Filling the tank above this limit will void the warranty.
- The resistance of the machine depends on the water level in the tank. Level 1 is the lowest resistance. Level 6 is the highest resistance.

4. DISPLAY OPERATION

Buttons

▲/▼ (UP/DOWN): press these buttons to move through the available selection or to adjust the value of the selected function up or down.

ENTER: press this button to confirm your selection. During training, press this button to explore each function on the display.

START/STOP: press to start or stop the selected training programme.

RESET: press to return to the main menu.

Functions

TIME: preset the target time by pressing the UP or DOWN buttons (1min ~ 99 min). The increase/decrease setting is 1 minute.

TIME/500 M: the average time taken to cover 500 metres will be automatically displayed and continuously updated.

SPM: number of rowing strokes per minute.

DISTANCE: preset the target distance by pressing the UP or DOWN buttons (0 ~ 99900 metres). One press adds or subtracts 100 m.

STROKES: preset the target number of rowing strokes by pressing the UP or DOWN buttons (0-9990). One press adds or subtracts 10 strokes.

TOTAL STROKES: displays the cumulative calculation of total rowing strokes, from 0 to 9999.

CALORIES: preset the target calories burned by pressing the UP or DOWN buttons (5 Cal ~ 9990 Cal). One press adds or subtracts 5 cal.

Display operation

- Insert two AA batteries. You will hear a long beep for two seconds. During this period of time, the display will be shown as in Fig. 6 (p. 41). After that, the console will start running.
- Upon entering the row icon, the MANUAL and RACE icons will flash.
- Press the UP or DOWN buttons to select them. Then, press ENTER to confirm your selection. Fig. 7 (p. 41).

Manual Mode. Fig. 8 (p. 41)

- Enter Manual mode, press UP to adjust the flashing figure in the TIME section. Press ENTER to confirm. Next, press the UP button to adjust the functions: DISTANCE→STROKES→CALORIES→PULSE→TIME. If you have set the target duration value, you will not be able to set the distance, and vice versa.
- Press the START button to start. The STOP icon will disappear. Press the UP and DOWN buttons to select functions.
- When the countdown of the function you have selected ends, or when you press the STOP button, the console will stop and display the average value.

Race mode. Fig. 9 (p. 41)

- Enter RACE mode, L1 will appear on the display. The TIME/500 M function will display 8:00. You can press the UP or DOWN button to choose any option between L1 and L15. Press ENTER to confirm. You can then set the distance of the RIDE (500 M ~ 10000 M) while the DISTANCE icon is flashing.
- Press ENTER and the race picture will appear on the display.
- The symbols of the TIME/500 M function are as follows:

L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	L11	L12	L13	L14	L15
8:00	7:30	7:00	6:30	6:00	5:30	5:00	4:30	4:00	3:30	3:00	2:30	2:00	1:30	1:00

- Press the START button to start. The STOP icon will disappear. The USER and PC will be displayed on the display (Fig. 10 (p. 42)). The console will stop when the set race distance has been reached. The display will then show "PC WIN" or "USER WIN" (Fig. 11 (p. 42)).
- When the race is over, you can press START to start racing again. Press RESET to exit the race.

Bluetooth connection

By scanning the QR code below you can access a manual explaining how to pair the DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood with the Kinomap app:



5. CLEANING AND MAINTENANCE

- To clean the rowing machine, use a soft, clean, damp cloth.
- Do not use abrasive cleaning agents or solvents to clean plastic parts.
- Wipe off any accumulated perspiration from the machine after each use.
- Be careful not to allow too much moisture to enter the monitor, as this may cause the electronic components to fail.
- Keep the rowing machine out of direct sunlight to prevent damage or deterioration.
- Make sure to tighten the screws, nuts, and pedals of the rowing machine on a weekly basis.
- Regularly lubricate the moving parts of the machine.

Transporting

- Hold the rear with both hands until the front wheels make contact with the ground.
- Pull or push the rowing machine to the place where you want to store it before standing it up. Do not let go of the rowing machine during transportation.

Storage

Store the rowing machine in a clean and dry place, out of the reach of children and pets.

6. INFORMATION ON EXERCISING

A proper workout should consist of the following phases:

- Warm-up: consists of a session of stretching and low-intensity exercise lasting 5 to 10 minutes. A proper warm-up increases your body temperature, heart rate, and circulation in preparation for exercise. Fig. 12 (p. 42)
- Training: consists of 20 to 30 minutes of exercise. (Note: during the first few weeks of exercise do not keep your heart rate high for more than 20 minutes). Fig. 13 (p. 42)
- Cool-down: consists of 5 to 10 minutes of stretching exercises. This will increase your flexibility and help you to prevent injury after exercise. Fig. 12 (p. 42)

7. TROUBLESHOOTING

PROBLEM	CAUSE	SOLUTION
The base is unstable	1. The floor is not flat or there is an object under the stabiliser.	1. Remove the object.
Excessive noise from moving parts	Parts are not tightened correctly.	Tighten them.
The display is not working properly	1. Batteries are worn out. 2. Cables are not correctly connected.	1. Replace batteries. 2. Connect the cables correctly.

8. TECHNICAL SPECIFICATIONS

Product reference: 07226

Product: DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood water rowing machine

Maximum user weight: 130 kg

HB Class

Technical specifications may change without prior notification to improve product quality.

Made in China | Designed in Spain

9. DISPOSAL OF OLD ELECTRICAL AND ELECTRONIC APPLIANCES



This symbol indicates that, according to the applicable regulations, the product and/or batteries must be disposed of separately from household waste. When this product reaches the end of its shelf life, you should dispose of the cells/batteries/accumulators and take them to a collection point designated by the local authorities.

Consumers must contact their local authorities or retailer for information concerning the correct disposal of old appliances and/or their batteries. Compliance with the above guidelines will help protecting the environment.

10. TECHNICAL SUPPORT AND WARRANTY

Cecotec shall be liable to the end user or consumer for any lack of conformity that exists at the time of delivery of the product under the terms, conditions, and deadlines established by the applicable regulations. It is recommended that repairs be carried out by qualified personnel. If at any moment you detect any problem with your product or have any doubt, do not hesitate to contact the official Cecotec Technical Support Service at +34 963 210 728.

11. COPYRIGHT

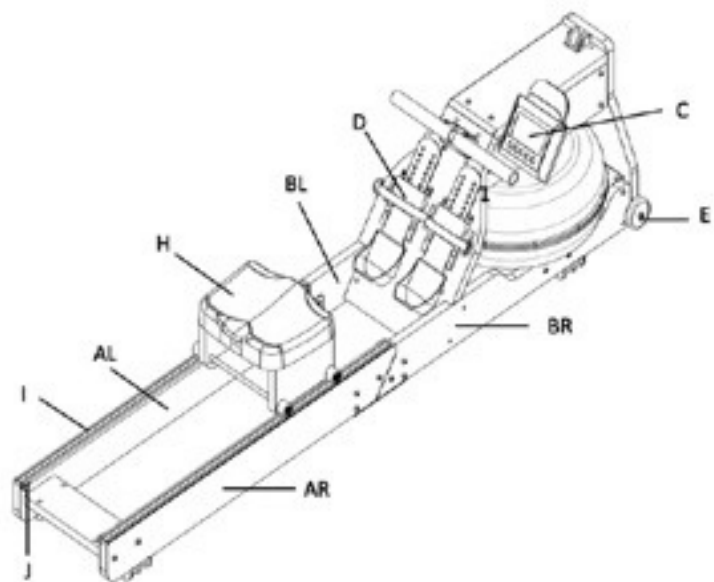
The intellectual property rights over the texts in this manual belong to CECOTEC INNOVACIONES, S.L. All rights reserved. The contents of this publication may not, in whole or in part, be reproduced, stored in a retrieval system, transmitted, or distributed by any means (electronic, mechanical, photocopying, recording or similar) without the prior authorization of CECOTEC INNOVACIONES, S.L.

12. SIMPLIFIED DECLARATION OF CONFORMITY

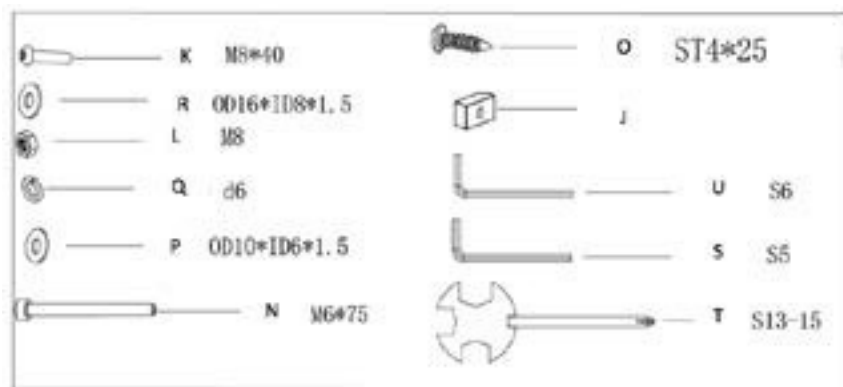


Cecotec Innovaciones hereby declares that this treadmill, model 07226 DrumFit Rower 20000 Neptuno Wood is in conformity with the Radio Equipment Directive 2014/53/EU.

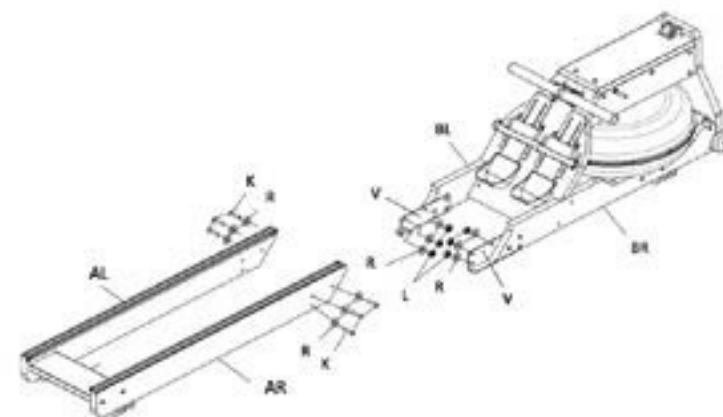
The full text of the EU Declaration of Conformity can be found on the following website: www.cecotec.es



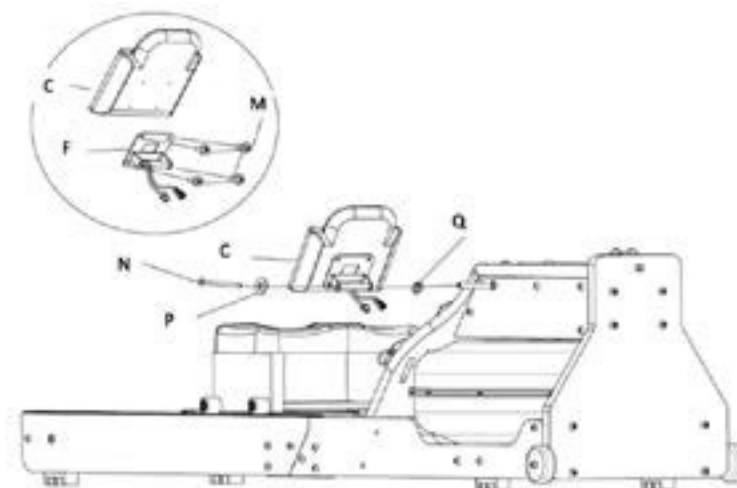
Мал./Рис. /Fig. 1



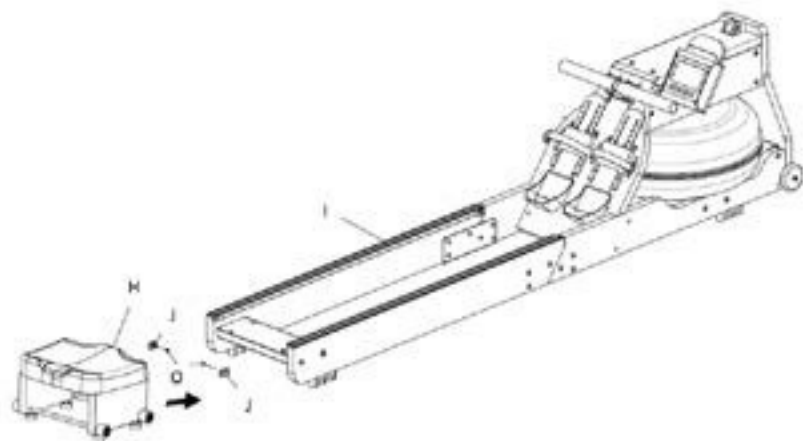
Мал./Рис. /Fig. 2



Мал./Рис. /Fig. 3



Мал./Рис. /Fig. 4



Мал./Рис. /Fig. 5



Мал./Рис. /Fig. 6



Мал./Рис. /Fig. 7



Мал./Рис. /Fig. 8



Мал./Рис. /Fig. 9



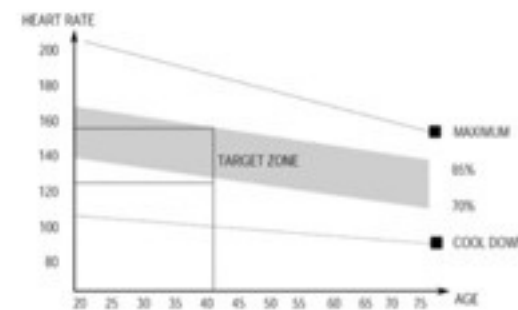
Мал./Рис. /Fig. 10



Мал./Рис. /Fig. 11



Мал./Рис. /Fig. 12



Мал./Рис. /Fig. 13

www.cecotec.es

Cecotec Innovaciones S. L.
Av. Reyes Católicos, 60
46910, Alfafar (Valencia), Spain

WV_01231027