

ERGOFIT

Qualität in Bewegung.



Gebrauchsanweisung



4000 X LINE MED

4000 X LINE MED

Weitere Informationen über Ergo-Fit Produkte erhalten Sie bei:

Ergo-Fit GmbH & Co. KG

Blocksbergstraße 165

66955 Pirmasens

Tel.: 06331/2461-0

Fax.: 06331/2461-55

E-Mail: info@ergo-fit.de

<http://www.ergo-fit.de>

Entwicklung und Produktion aller Geräte mit dem Zusatz „MED“ gemäß der Richtlinie für Medizinprodukte 93/42/EWG. Und somit versehen mit der CE-Kennzeichnung und der Nummer der benannten Stelle.



© 2021 by ERGO-FIT GmbH & Co. KG. Alle Rechte vorbehalten.

Diese Gebrauchsanweisung wurde mit größter Sorgfalt erstellt. Sollten Sie dennoch Details finden, die beim Umgang mit Ihrem Trainingsgerät nicht übereinstimmen, bitten wir Sie um Nachricht, damit wir evtl. Unstimmigkeiten schnellstmöglich beheben können.

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung und des Nachdrucks, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie, Mikrofilm oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung der Firma ERGO-FIT GmbH & Co. KG reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Warenzeichen:

ERGO-FIT und das ERGO-FIT Logo sind eingetragene Warenzeichen der ERGO-FIT GmbH & Co. KG. POLAR ist ein eingetragenes Warenzeichen der POLAR Electro GmbH. Alle ansonsten im Text genannten und abgebildeten Warenzeichen sind Warenzeichen der jeweiligen Inhaber und werden als geschützt anerkannt.

Technische und optische Änderungen sowie Druckfehler vorbehalten.

Version: 4000 X LINE MED-20210501

Printed in Germany

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde!

Wir freuen uns, dass Sie sich für ein ERGO-FIT Trainingsgerät entschieden haben. Sie besitzen nun ein anspruchsvolles und exklusives Trainingssystem, das höchste technische Ansprüche mit praxisgerechtem Bedienungskomfort verbindet.

Die Gebrauchsanweisung enthält Informationen über mehrere Gerätetypen. Aus diesen Gründen werden Sie auch Erläuterungen vorfinden, die nicht für Ihr Trainingsgerät zutreffen.

Wichtige Hinweise für die Bedienung und den Betrieb Ihres Gerätes finden Sie in dieser Gebrauchsanweisung. Wir empfehlen Ihnen deshalb vor Antritt des Trainings diese Gebrauchsanweisung aufmerksam zu lesen, damit Sie schnell mit Ihrem Gerät vertraut werden und wissen, wie es richtig und gefahrlos verwendet wird.

Sollten Sie Fragen haben, die auf den folgenden Seiten nicht beantwortet werden, wenden Sie sich bitte an uns. Das Team von ERGO-FIT ist für Sie da!

Auskünfte über kompatible EKG-Geräte erhalten Sie ebenfalls über das Team von ERGO-FIT.

Inhaltsverzeichnis

1	Allgemeine Hinweise	1
2	Gefahrenhinweise	5
3	Kurzgebrauchsanweisung	17
4	Zweckbestimmung	19
5	Transport und Aufbau	23
6	Inbetriebnahme	35
7	Bedienung	57
8	Training	81
9	Wartung	85
10	Störungen - Was tun?	97
A	Anhang	107

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

Kapitel 1 Allgemeine Hinweise

1.1	4000 X LINE MED auf einen Blick	2
1.2	Allgemeines über dieses Handbuch	3
1.3	Lieferumfang	3
1.4	Service	4
1.5	Entsorgung der Geräte	4

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

1 Allgemeine Hinweise

1.1 4000 X LINE MED auf einen Blick

ERGO-FIT bietet mit der **4000 X LINE MED** eine Cardiogerätelinie, die dem Training des Herz-Kreislaufsystems dient und sowohl die Beanspruchung kleiner (z.B. CIRCLE) als auch großer Muskelgruppen (z.B. CROSS) ermöglicht. Unabhängig von Ihrem Alter, Ihrem Geschlecht oder Ihrem Trainingszustand bieten Ihnen diese Cardiogeräte optimale Trainingsmöglichkeiten.

Serienmäßige Highlights sind unter anderem die optimale Belastungsdosierung oder die präzise Trainingssteuerung. Auch die geringe Geräusentwicklung, die einfache Bedienbarkeit der Geräte und die Orientierung an Kundenwünschen machen eindrucksvoll deutlich, worauf es bei den ERGO-FIT Trainingsgeräten einzig und allein ankommt: auf einen hohen technischen Standard, optimale Trainingsmöglichkeiten und präzise Trainingssteuerung bei kundenfreundlicher Anwendung.

Hightech allein ist jedoch noch kein Garant für herausragende Trainingsgeräte. Das Trainingsgerät muss zudem biomechanischen und sportmedizinischen Ansprüchen genügen. Der Mensch steht im Vordergrund. Ein ausgefeiltes Trainings- und Testsystem kann sich so nur aus der Verbindung von technisch-elektronischem Know-how mit neuesten Erkenntnissen der Sportmedizin und der Trainingswissenschaft entwickeln, was hier in anschaulicher Weise gelungen ist.

Unsere **4000 X LINE MED** sind Geräte, die speziell für die Bedürfnisse im medizinischen Bereich abgestimmt sind

Die Lebensdauer der Geräte beträgt 6 Jahre.

Ihr Nutzen...

Ein regelmäßiges Training an diesen Geräten vermindert das Risiko von Herz-Kreislauferkrankungen und erhöht die persönliche Leistungsfähigkeit in optimaler Weise - selbst bis ins hohe Alter. Sie verfügen somit über ein Trainings- und Testsystem, das eine unverzichtbare Hilfe bei Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen darstellt. Sie fühlen sich fit, belastbarer, attraktiver und ausgeglichener.

Eine Liste kompatibler externer Geräte erhalten Sie über das Team von ERGO-FIT.

1.2 Allgemeines über dieses Handbuch

Unabhängig davon, ob Sie bereits mit ERGO-FIT Trainingsgeräten vertraut sind oder noch keine Erfahrungen damit gemacht haben, diese Gebrauchsanweisung bietet Ihnen hilfreiche Informationen.

Sie ist so gegliedert, dass Sie jederzeit über das Inhaltsverzeichnis themenbezogen die benötigten Informationen nachlesen können. Für den bereits mit ERGO-FIT Geräten vertrauten Benutzer wurde zusätzlich eine Kurzgebrauchsanweisung erstellt. Wenn Sie zu diesem Kreis der Benutzer zählen und Sie lediglich auf die Kurzgebrauchsanweisung zurückgreifen, sollten Sie sich dennoch die Gefahrenhinweise vorab noch einmal ins Gedächtnis rufen.

Die Anweisung zeigt Ihnen viele Tipps und Tricks, die Sie schnell zu einem erfahrenen Benutzer Ihres Cardiogerätes machen und Ihnen alle Möglichkeiten dieses Gerätes aufzeigen.

Die Gebrauchsanweisung sollten Sie stets griffbereit halten. Sie ersparen sich so unnötige und zeitaufwendige Rückfragen und können eventuell auftretende Fehler schnell beseitigen.

1.3 Lieferumfang

Bitte überprüfen Sie die Vollständigkeit der Lieferung, und benachrichtigen Sie unsere Vertriebsabteilung umgehend, falls diese nicht komplett sein sollte.

Ihre Lieferung sollte folgende Bestandteile enthalten:

1. Das richtige Gerät (Gerätetyp, Serie)
2. Ein Netzanschlusskabel pro Gerät
3. Die Gebrauchsanweisung zum Gerät in Papierform oder als digitale Version auf der Multimedia-CD-ROM

1.4 Service

Unser Service umfasst Problemanalyse, technische Unterstützung, Ersatzteilbeschaffung und Informationsdienste.

Rufen Sie uns an bei technischen Fragen und Service-Aufträgen:

Zentrale:	Telefon: +49 (6331) 2461-0
	Fax: +49 (6331) 2461-55
Service und Ersatzteile:	Telefon: +49 (6331) 2461-20 international
	oder: +49 (6331) 2461-45 international
	oder: +49 (6331) 2461-23 national
	oder: +49 (6331) 2461-27 national
	oder: +49 (6331) 2461-29 national

1.5 Entsorgung der Geräte

Bei den Geräten handelt es sich um Elektrogeräte nach dem Elektroggesetz. Sie gehören daher nicht in den Hausmüll, sondern müssen über zertifizierte Unternehmen entsorgt werden. Informationen über die zuständigen Stellen erhalten Sie unter:

stiftung elektro-altgeräte register (EAR)

Benno-Strauß-Straße 1

D-90763 Fürth

Tel.: +49 (911) 766650

Fax: +49 (911) 766650

Mail: info@stiftung-ear.de

Web: www.stiftung-ear.de

Kapitel 2 Gefahrenhinweise

2.1	Was müssen Sie im Umgang mit Ihrem Trainingsgerät beachten?	6
2.2	Betriebssicherheit - Was ist zu tun?	13
2.3	Vorsicht Stromschlag	13
2.4	Welche Forderungen sind an den Standort zu richten?	14
2.5	Was ist bei der Reparatur zu beachten?	14
2.6	Was sollte vermieden werden?	14
2.7	Kontraindikationen	14

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

2 Gefahrenhinweise





Bitte lesen Sie vor der Inbetriebnahme Ihres neuen Trainingsgerätes dieses Kapitel sorgfältig durch und beachten Sie alle hier aufgeführten Warnhinweise. Bewahren Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig auf, um sie bei einem eventuellen Verkauf des Gerätes dem neuen Besitzer zugänglich machen zu können.

Notieren Sie zu Ihrem Eigentumsnachweis:

Gerätetyp/Produktlinie _____
 Seriennummer _____
 Kaufdatum _____

Diese Angaben benötigen Sie auch für eventuelle Garantieansprüche.

Um wichtige Informationen zu kennzeichnen, werden folgende Symbole verwendet

	Vorsicht!	Diese Warnung müssen Sie unbedingt beachten, um Gefahren für Ihr Leben und Ihre Gesundheit abwenden zu können
	Achtung!	Diese Warnung müssen Sie unbedingt beachten, um Sachschäden zu vermeiden
	Achtung!	Achtung , unbedingt das Trainingsgerät ausschalten und den Netzstecker ziehen.
	Tipp!	Dieser Hinweis enthält wichtige Informationen und Tipps, mit denen Sie eine Verbesserung im Betriebsablauf erreichen können.

2.1 Was müssen Sie im Umgang mit Ihrem Trainingsgerät beachten?

Die folgenden Hinweise betreffen alle Geräte der 4000 X LINE MED

Allgemeine Hinweise

- ⊗ Lesen Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes die Gebrauchsanweisung sorgfältig durch.
- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne Einweisung in Betrieb.
- ⊗ Der Eigentümer ist dafür verantwortlich, den Benutzer über alle Gefahrenhinweise und Warnungen, sowie über die Bedienungshinweise zu informieren.
- ⊗ Benutzen Sie das Gerät nur nach einer ausführlichen Anamnese und unter Beachtung der Kontraindikationen (siehe Kapitel 2.7).
- ⊗ Warnhinweis! Das System zur Überwachung der Herzfrequenz kann fehlerhaft sein. Zu starkes Trainieren kann zu gefährlichen Verletzungen oder zum Tod führen.

Sollte sich Ihre Leistungsfähigkeit ungewöhnlich stark vermindern, beenden Sie das Training sofort!

- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle (nähere Informationen hierzu erhalten Sie im Kap. 7.3). Überprüfen Sie im Interesse Ihrer eigenen Sicherheit das Gerät (lockere Schrauben, verschlissene Teile) und den Netzanschluss vor jedem Gebrauch auf Beschädigungen. Bei Defekten darf das Gerät bis zur Instandsetzung nicht mehr benutzt werden.
- ⊗ Um die Verletzungsgefahr beim Benutzen des Trainingsgerätes möglichst gering zu halten, trainieren Sie nur mit Sportkleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Bei Übelkeit, Schwindelgefühl, Brust- oder Gliederschmerzen sollten Sie das Training sofort abbrechen, einen Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Sind Sie auf einen Herzschrittmacher angewiesen oder gesundheitlich beeinträchtigt, dann konsultieren Sie vor der Benutzung des Gerätes Ihren Arzt. Stimmen Sie gegebenenfalls das Trainingsprogramm mit ihm ab. Trainieren Sie außerdem nur im Modus MANUELL
- ⊗ Ihr Trainingsgerät ist kein Spielzeug! Lassen Sie deshalb niemals Kinder unbeaufsichtigt an das Gerät. Sie können mögliche Gefahren nicht immer richtig einschätzen. Eltern und andere Aufsichtspersonen sollten sich stets ihrer Verantwortung bewusst sein, da aufgrund des natürlichen Spieltriebs und der Experimentierfreudigkeit von Kindern mit Situationen und Verhaltensweisen zu rechnen ist, für die das Trainingsgerät nicht konstruiert wurde.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder einer Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass kein Außenstehender in die unmittelbare Nähe beweglicher Teile kommt.
- ⊗ Stellen Sie keine Getränke oder Lebensmittel auf Ihr Trainingsgerät; benutzen Sie für Getränke den vorgesehenen Flaschenhalter.
- ⊗ Stellen Sie sich nicht auf die Verkleidung des Gerätes und stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder dem Lenker ab.
- ⊗ Beginnen Sie das Training auf dem Gerät langsam und steigern Sie erst allmählich die Intensität bis zur gewünschten und von Ihnen noch zu kontrollierenden Leistungsstufe.
- ⊗ Springen Sie während des Trainings nicht vom Gerät ab, es sei denn es handelt sich um einen Notabstieg (siehe Kap. 6.3.7). Steigen Sie erst vom Gerät ab, wenn dieses zum vollständigen Stillstand gekommen ist. Es besteht sonst Sturzgefahr.
- ⊗ Berühren Sie während des Trainings nicht den USB-Anschluss, RS232-Anschluss, Audio-Anschluss oder die Anschlüsse für Blutdruck und Sauerstoffsättigung.
- ⊗ Die in Kapitel 6.3 beschriebenen Übungspositionen sind während der gesamten Übung beizubehalten.
- ⊗ Beachten Sie weitere Sicherheits- und Betriebshinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

Gerätespezifische Hinweise

4000 CIRCLE X MED Serie

- ⊗ Achten Sie beim nach vorne Kippen des Sitzes darauf, dass der Zwischenraum für das Sitzrohr frei ist. Es besteht sonst Verletzungsgefahr.
- ⊗ Achten Sie beim Betätigen des Sitzes auf Trainingsgriffe und Dreheinheit - es besteht Gefahr durch stumpfe Verletzung (Bsp. durch Anstoßen).
- ⊗ Achten Sie beim Betätigen der Dreheinheit, dass Sie den Verstellhebel am gelben Schutzmantel greifen um so Verletzungen durch Quetschung zu vermeiden.
- ⊗ Halten Sie im Betrieb Körperteile aus dem Bewegungsbereich der Kurbelarme fern.
- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 200 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Sitz, Handkurbeln und Verkleidung auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.

4000 CROSS X MED Serie

- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Pedale (Fußtritt) und Verkleidung auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 150 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Fußritten und übertreten Sie nicht den Übertrittschutz.
- ⊗ Halten Sie die Fußritte nicht entgegen der Drehrichtung der Fußritte an.
- ⊗ Ändern Sie während der Bewegungsphase nicht die Bewegungsrichtung der Fußritte. Erst nach vollständigem Stillstand der Fußritte dürfen Sie deren Bewegungsrichtung umkehren.
- ⊗ Halten Sie den unmittelbaren Bewegungsbereich der Fußritte und der Griffrohre frei.
- ⊗ Achtung! Es befinden sich gefährliche Quetschstellen im Bewegungsbereich der Fußritte, dadurch besteht eine erhöhte Unfallgefahr.

4400 CYCLE X MED Serie

- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 200 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Sattel, Lenker, Pedale und Verkleidung auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Beugen Sie sich nicht über den Lenker und verlagern Sie Ihr Körpergewicht nicht über die Seite des Gerätes. Es besteht Kippgefahr.

- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.
- ⊗ Ziehen Sie Pedale und Pedalarne nach 3-5 Betriebsstunden nach. Es besteht sonst Verletzungsgefahr. (Linkes Pedal hat Links-, rechtes Pedal hat Rechtsgewinde, nähere Beschreibung siehe Kap. 9.1.3 und 9.1.5).
- ⊗ Ziehen Sie nach der horizontalen Sattel- und Lenkerverstellung unbedingt die entsprechende Sitz- bzw. Lenkerklemmung fest an. Es besteht sonst Verletzungsgefahr.

4000 MIX X MED Serie

- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 200 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Achtung! Es befinden sich gefährliche Quetschstellen im Bewegungsbereich der Fußtritte, dadurch besteht eine erhöhte Unfallgefahr.
- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Pedale (Fußtritt), Führung, Sitz und Verkleidung auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.
- ⊗ Halten Sie die Pedale nicht entgegen der Drehrichtung der Pedale an.
- ⊗ Ändern Sie während der Bewegungsphase nicht die Bewegungsrichtung der Pedale. Erst nach vollständigem Stillstand der Pedale dürfen Sie deren Bewegungsrichtung umkehren.
- ⊗ Halten Sie den unmittelbaren Bewegungsbereich der Pedale und der Sitzverstellung frei.
- ⊗ Steigen Sie nur bei stillstehenden Pedalen auf das Gerät auf oder vom Gerät ab.

4000 RECUMBENT X MED Serie

- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 200 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Sitz, Pedale und Verkleidung auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Ziehen Sie Pedale und Pedalarne nach 3-5 Betriebsstunden nach. Es besteht sonst Verletzungsgefahr. (Linkes Pedal hat Links-, rechtes Pedal hat Rechtsgewinde, nähere Beschreibung siehe Kap. 9.1.3 und 9.1.5).
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Sitzverstellung eingerastet ist. Es besteht sonst Verletzungsgefahr.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.

4000 STAIR X MED Serie

- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 200 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Pedale (Fußtritt) und Verkleidung auf Be-

schädigungen und lassen Sie diese gegebenenfalls sofort beheben.

- ⊗ Halten Sie den unmittelbaren Bewegungsbereich der Pedale frei.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.
- ⊗ Achtung! Es befinden sich gefährliche Quetschstellen im Bewegungsbereich der Fußtritte, dadurch besteht eine erhöhte Unfallgefahr.

4000 TRAC X MED Serie

- ⊗ Achtung! Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit mehr als den zulässigen 200 kg Körpergewicht beansprucht wird.
- ⊗ Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Lauffläche, Haltegriffe und Verkleidung auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Ist der Laufgurt in Bewegung, drehen Sie sich auf diesem nicht um, bleiben Sie nicht stehen und springen sie nicht auf dem Laufgurt auf und ab.
- ⊗ Achtung! Beachten Sie die gefährlichen Einzugsstellen im hinteren Bereich des Laufgurtes! Sorgen Sie unbedingt dafür, dass in keinem Fall Haare, Kleidungsstücke, Schmuck, Schnürsenkeln, Handtücher etc. eines Trainierenden in den Bereich der hinteren Einzugsstelle des Laufgurtes gelangen. Machen Sie Trainierende auf die Gefahr aufmerksam.
- ⊗ Achten Sie aus Sicherheitsgründen darauf, dass hinter dem Gerät ein Sicherheitsbereich von 2 m Länge und 1 m Breite vorhanden ist.
- ⊗ Überprüfen Sie die Not-Aus-Funktion vor Inbetriebnahme des Gerätes.
- ⊗ Betätigen Sie den Not-Aus-Schalter nur bei Sturzgefahr.
- ⊗ Wird auf dem Display eine Überhitzung des Trenntrafos angezeigt (nähere Informationen zu Fehlermeldungen siehe Kap. 10.2), sind die im Kapitel 10.2 beschriebenen Maßnahmen zu ergreifen.
- ⊗ Legen Sie die Sicherheitsleine an!
- ⊗ Nach Ausschalten durch Zug an der Sicherheitsleine ist vor dem Aufsetzen des Magneten das Laufband am Ein/Ausschalter auszuschalten!

Blutdruckmodul

- ⊗ Das Gerät darf nicht in explosionsgefährdeten Bereichen angewendet werden. Das Blutdruckmessgerät darf keinen starken Erschütterungen ausgesetzt werden. Es ist vor Nässe und starker Staubeinwirkung zu schützen. Das Gerät darf nur in trockenen Räumen angewendet werden.
- ⊗ Das Gerät muss so aufgestellt werden, dass eine Trennung von der Stromversorgung problemlos möglich ist. Das Gerät kann jederzeit durch Abziehen der Netzleitung allpolig getrennt und in einen sicheren Zustand gebracht werden.
- ⊗ Das Gerät sollte nicht in unmittelbarer Nähe von starken Wechselstromfeldern und Heizquellen betrieben werden. Betreiben Sie das Gerät nicht in der Nähe von HF-Chirurgie. Vermeiden Sie starken Umgebungslärm.
- ⊗ Mobiltelefone in unmittelbarer Nähe können die Funktionsweise des Gerätes wesentlich stören.
- ⊗ Die Manschette darf nicht an einer Extremität angelegt werden, an der eine IV-Infusion angeschlossen ist. Beim Aufpumpen der Manschette kann die Infusion unterbrochen und damit der Patient gefährdet werden.
- ⊗ Für die Blutdruckmessung muss die Manschette den Blutfluss einer Extremität kurzzeitig abdrücken. Eine Überwachung des Pulses während der Messung ist unterhalb der Manschette nicht mehr möglich. Der Schlauch darf dabei nicht abknicken, um die ordnungsgemäße Entlüftung zu gewährleisten. Zu häufige Messungen können zu Durchblutungsstörungen führen.
- ⊗ Die Blutdruckmanschette darf nicht am Arm der Seite einer Brustamputation angelegt werden, um Stauungen zu vermeiden und den Lymphfluss nicht zu stören.
- ⊗ Die Blutdruckmessung kann durch Lage des Patienten (liegen, sitzen, stehen), durch physiologische Anstrengung und durch Emotionen des Patienten beeinflusst werden.
- ⊗ Das METRONIK BL-6 sollte in folgenden Fällen nicht eingesetzt werden:
 - bei Patienten, die zur Hämatombildung neigen.
 - bei Patienten bei denen Hautläsionen zu erwarten sind.
 - wenn die Manschette auf verletzter Haut angelegt werden müsste
 - bei neugeborenen Kindern
- ⊗ Nach Medizinprodukte-Betreiberverordnung ist spätestens alle 2 Jahre eine messtechnische Kontrolle (MTK) durchzuführen. Eine Kalibrierung und Reparatur kann nur durch den Hersteller, durch METRONIK SUESS OHG oder durch einen von METRONIK autorisierten Servicebetrieb erfolgen. Für die sicherheitstechnische Kontrolle (STK) wird ein jährliches Intervall empfohlen.
- ⊗ Wir weisen darauf hin, dass bei Verschleiß oder Reparatur ausschließlich METRONIK BL-6 Originalersatzteile verwendet werden müssen.

SpO₂-Modul

- ⊗ Betreiben Sie das Modul nicht in der Nähe von MRT-Geräten, Kernspintomographen oder Röntgenstrahlen.
- ⊗ Halten Sie das SpO₂-Modul fern von brennbaren Gasen.
- ⊗ Überprüfen Sie alle Bestandteile des SpO₂-Moduls (Fingerclip, Kabel,..) auf Beschädigungen. Nehmen Sie das Modul bis zur Instandsetzung nicht mehr in Gebrauch.
- ⊗ Das SpO₂-Modul darf nicht in Flüssigkeit getaucht oder damit übergossen werden und ist weiterhin vor kondensierter Feuchtigkeit zu schützen.
- ⊗ Nagellack oder künstliche Nägel können die Genauigkeit der SpO₂-Messung beeinflussen. Entfernen Sie Nagellack oder künstliche Nägel, bevor Sie die Sensoren verwenden
- ⊗ Befestigen Sie den SpO₂-Sensor nicht an der Extremität, die mit der Blutdruckmanschette überwacht wird.
- ⊗ Die Einnahme von Mitteln die Blutfarbe verändern, die Verabreichung intravaskulärer Farbstoffe oder ein hoher Anteil an dysfunktionellem Hämoglobin können das Messergebnis beträchtlich verfälschen
- ⊗ Starke Lichtquellen wie OP-Lampen, Bilirubin-Lampen, Leuchtstoffröhren, Infrarot-Wärmelampen und direktes Sonnenlicht können die Genauigkeit der SpO₂-Messungen beeinträchtigen
- ⊗ Der Einsatz von Fremdartikeln kann zu Funktionsausfällen und Verlust der Biokompatibilität führen. Benutzen Sie daher nur Original-Zubehörteile und -Sensoren.
- ⊗ Benutzen Sie das Gerät nicht an Ödemen, auf Wunden oder an Stellen mit Hautirritationen.

2.2 Betriebssicherheit - Was ist zu tun?

- ⊗ Vergewissern Sie sich nach erfolgter Lieferung, dass das Gerät beim Transport nicht beschädigt wurde. Nehmen Sie das Gerät im Zweifelsfall nicht in Betrieb und informieren Sie den Kundendienst.
- ⊗ Schlitze und Öffnungen am Gerät dienen der Belüftung. Decken Sie diese Öffnungen nicht ab, da es sonst zur Überhitzung der Komponenten kommen kann.
- ⊗ Überprüfen Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes die Stromanschlussleitung auf eventuelle Schäden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie das Gerät vom Netz.
- ⊗ Stellen Sie das Trainingsgerät so auf, dass um das Gerät genügend Freiraum (mind. 1m) gewährleistet ist. So besteht keine Gefahr für den Trainierenden und umstehende Personen. Außerdem werden Störungen bei der Pulsmessung verhindert.
- ⊗ Die Geräte der 4000 X LINE MED, sind gegen schädliches Eindringen von Wasser und festen Stoffen nach IP21 klassifiziert
- ⊗ Für Geräte der 4000 X LINE MED gelten die Schutzvolumenvorschriften nach EN 60601-1:2006.
- ⊗ Wer zusätzliche Geräte an Produkte der 4000 X LINE MED anschließt, ist verantwortlich für die Einhaltung der Systemnorm EN 60601-1-1.

2.3 Vorsicht Stromschlag

- ⊗ Verwenden Sie keine defekten Kabel.
- ⊗ Ziehen Sie den Stecker nicht am Kabel aus der Steckdose, sondern am Stecker selbst.
- ⊗ Öffnen Sie das Gerät nur, wenn das Gerät ausgeschaltet und der Netzstecker aus der Steckdose gezogen worden ist.
- ⊗ Gelangt Flüssigkeit in das Gerät, ziehen Sie sofort den Netzstecker aus der Steckdose und benachrichtigen Sie den Kundendienst.
- ⊗ Führen Sie keine Gegenstände durch die Lüftungsschlitze ins Innere des Gerätes. Diese können einen elektrischen Kurzschluss auslösen.
- ⊗ Verlegen Sie die Netzanschlussleitung nicht unter dem Gerät und auch nicht zwischen den beweglichen Teilen oder Einrichtungen des Gerätes (z.B. klappbarer Sitz beim 4000 CIRCLE X MED Serie). Die Isolierung könnte unbemerkt beschädigt werden.
- ⊗ Achtung: Um das Risiko eines elektrischen Schlages zu vermeiden, dürfen diese Geräte nur an ein Versorgungsnetz mit Schutzleiter angeschlossen werden.

2.4 Welche Forderungen sind an den Standort zu richten?

- ⊗ Das Gerät kann auf jedem ebenen und stabilen Fußboden aufgestellt werden. Achten Sie darauf, dass es fest auf dem Boden steht.
- ⊗ Unebenheiten des Bodens dürfen Sie niemals durch Unterlegen von Holz, Pappe oder ähnlichen Materialien ausgleichen. Dies führt zu einer erhöhten Unfallgefahr.

2.5 Was ist bei der Reparatur zu beachten?

- ⊗ Elektrische Teile dürfen nur durch Originalteile ersetzt werden.
- ⊗ Lassen Sie Reparaturen nur von qualifizierten Personen durchführen. Sollten Sie nicht über die notwendige Qualifizierung verfügen, wenden Sie sich an das ERGO-FIT Service Center. Elektrische oder mechanische Veränderungen oder Umbauten von nicht autorisierten Personen dürfen nicht durchgeführt werden, da sonst jegliche Garantiesprüche verloren gehen.
- ⊗ Antriebe und Steuerungen dürfen nicht geöffnet werden, da ansonsten jegliche Garantiesprüche verloren gehen.

2.6 Was sollte vermieden werden?

- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch ist zu warnen. Wenn Sie Ihr ERGO-FIT Gerät zweckentfremden, fallen die sich daraus eventuell ergebenden Schäden zu Ihren Lasten. Jeglicher Garantiespruch entfällt!
- ⊗ Versuchen Sie im Training niemals oberhalb Ihres aktuellen Leistungsniveaus zu trainieren. Dies kann erhebliche Gesundheitsschäden hervorrufen.
- ⊗ Stützen Sie sich nie auf dem Gerät ab, außer auf den dafür vorgesehenen Handläufen, und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen auf dem Gerät aus. Es besteht in diesem Falle erhöhte Sturzgefahr.

Die wichtigsten Gefahrenhinweise finden Sie noch einmal zusammengefasst im Anhang der Gebrauchsanweisung. Trennen Sie diese Zusammenfassung heraus und hängen Sie sie gut sichtbar in der Nähe des Trainingsgerätes auf. Jeder Benutzer des Gerätes muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden. Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.

2.7 Kontraindikationen

Beachten Sie: Um eine Überbelastung des Trainierenden und möglicherweise daraus resultierende schwerwiegende Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems zu vermeiden, sind folgende Kontraindikationen bei der Durchführung eines Ausdauertrainings zu beachten, d. h. sollte eines der folgenden Symptome schon im Vorfeld eines Trainings bekannt sein, darf auf keinen Fall ein Ausdauertraining auf einem Gerät der 4000 X LINE MED durchgeführt

Absolute Kontraindikationen:

- ⊗ Instabile Angina pectoris
- ⊗ Symptomatische Herzrhythmusstörungen und/oder eingeschränkte Hämodynamik
- ⊗ Atemnot, Beklemmungsgefühl
- ⊗ Durchblutungsstörungen mit Ruheschmerz in den betroffenen Gliedmaßen
- ⊗ Hypertonie, d.h. bei einem ständig erhöhten Blutdruck (Bitte halten Sie in diesem Fall Rücksprache mit Ihrem Arzt)
- ⊗ Koronararteriosklerose
- ⊗ Belastungsschmerz in den Beinen beim Gehen von weniger als 100 m
- ⊗ Akute Infekte (Erkrankungen im Bereich der Atemwege)
- ⊗ Fieberige Erkrankungen, Fieberhafte Infekte
- ⊗ Kreislaufbeschwerden, Schwindel
- ⊗ Übelkeit, Erbrechen
- ⊗ Akutes Koronarsyndrom
- ⊗ Akuter Myokardinfarkt
- ⊗ Symptomatische hochgradige Aortenstenose
- ⊗ Dekompensierte Herzinsuffizienz
- ⊗ Akute Lungenembolie
- ⊗ Akute Karditis (Myo-, Endo-, Perikarditis)
- ⊗ akute Phlebothrombose der unteren Extremitäten
- ⊗ Akute Aortendissektion

Kommt es während des Trainings zu folgenden Erscheinungen, sollte das Training sofort abgebrochen werden, um eine Überbelastung des menschlichen Organismus zu vermeiden!

- ⊗ Atemnot, Beklemmungsgefühl
- ⊗ Angina pectoris (anfallsartiger Schmerz in der Brust)
- ⊗ Maximaler Puls > 200-Lebensalter
- ⊗ Übelkeit
- ⊗ Kreislaufbeschwerden
- ⊗ Unwohlsein (starke Müdigkeit, Erschöpfung, Schwindel)
- ⊗ stark abfallende Herzfrequenz
- ⊗ stark absinkender/ schnell steigender Blutdruck
- ⊗ Hauptstammstenose
- ⊗ Klappenerkrankungen mäßigen Schweregrades
- ⊗ Bekannte Elektrolytstörungen
- ⊗ Arterielle Hypertonie (RR > 200/110mmHg)
- ⊗ Tachyarrhythmie oder Bradyarrhythmie
- ⊗ Hypertrophe-obstruktive Kardiomyopathie und andere Formen der Ausflussbahnobstruktion
- ⊗ Höhergradige AV-Blockierungen
- ⊗ Anämie
- ⊗ Physische oder/und psychische Beeinträchtigungen
- ⊗ Arrhythmien

Kapitel 3 Kurzgebrauchsanweisung

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

3 Kurzgebrauchsanweisung

Überprüfen Sie nach dem Empfang Ihres Cardiogerätes bitte zuerst, ob die Seriennummer des Geräts (siehe Typenschild) mit der des Lieferscheins übereinstimmt und die unter dem Kapitel 1.3 "Lieferumfang" aufgelisteten Bestandteile bei Ihrer Lieferung enthalten sind.

Nachdem Sie das Gerät an das Stromnetz angeschlossen und eingeschaltet haben, wird die Softwareversion im Display angezeigt. Anschließend erscheint das Hauptmenü.

Auf dem Cockpit sind die Tasten AUF und AB (nur bei 4000 TRAC X MED Serie), PLUS, MINUS, START, STOP und BP zu finden.

Die LCD-Anzeige besteht aus einem beleuchteten Display und zeigt die absolvierte Trainingszeit (min:s), Ihre derzeitige Herzfrequenz, Blutdruck (BP) systolisch und diastolisch und die Sauerstoffsättigung (SPo₂). Bei dem 4000 TRAC X MED Serie werden zusätzlich die zurückgelegte Distanz (m bzw. km), die Geschwindigkeit (km/h) und die Steigung (%) angezeigt, bei den anderen Geräten der 4000 X LINE MED stattdessen der Drehzahlbereich (1/min) und die Leistung (Watt).

Wenn Sie das Training am Cardiogerät beginnen, erscheint auf dem Display zunächst immer das Hauptmenü. Drücken Sie die PLUS- oder MINUS-Taste, bis auf dem Display der Menüpunkt „MANUELL“ hervorgehoben ist und bestätigen Sie dies durch Drücken der START-Taste. Sie befinden sich nun in der manuellen Betriebsart.

In diesem Modus können Sie beliebig lange trainieren und dabei die Belastungsstufe frei wählen. Die Trainingsparameter werden während des gesamten Trainings im Display angezeigt.

Wenn Sie das Training beenden wollen, drücken Sie die STOP-Taste. Die Trainingswerte bleiben zum Ablesen erhalten. Ein erneutes Betätigen der STOP-Taste bringt Sie wieder zurück ins Hauptmenü (alternativ schaltet das Gerät, falls Sie keine weiteren Aktionen durchführen, automatisch nach 2 Minuten zurück zum Hauptmenü).

Achtung!

Für das Training im Profil- oder Cardio-Modus sowie für die Benutzung der Blutdruck- und Sauerstoffsättigungs-Messung lesen Sie bitte die ausführlichen Beschreibungen.

Kapitel 4 Zweckbestimmung

4.1	4000 X LINE MED	20
4.2	Geräte	20
4.2.1	4000 CIRCLE X MED Serie	20
4.2.2	4000 CROSS X MED Serie	20
4.2.3	4400 CYCLE X MED Serie	20
4.2.4	4000 MIX X MED Serie	21
4.2.5	4000 RECUMBENT X MED Serie	21
4.2.6	4000 STAIR X MED Serie	21
4.2.7	4000 TRAC X MED Serie	21

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

4 Zweckbestimmung

4.1 4000 X LINE MED

Um den Bedürfnissen unserer Kunden gerecht zu werden und der technischen Innovation zu folgen, wurde die 4000 X LINE MED entwickelt. Die Geräte dieser Linien sind stationäre Trainingsgeräte, die neben dem Training des Herz-Kreislaufsystems, der präzisen Trainingskontrolle, der Diagnostik und Therapie von Herz-Kreislauferkrankungen auch der Leistungsdiagnostik dienen. Diese Linien erfüllen die Anforderungen der Medizin und müssen deshalb neben dem reinen Fitnessstraining auch eine präzise Messtechnik ermöglichen. Deren explizite Auswertungen dienen der Optimierung des Gesundheitstrainings und erlauben dessen stetige Dokumentation. Beim CYCLE, RECUMBENT und CIRCLE sind, um die Messgenauigkeit gewähren zu können, in regelmäßigen Abständen (alle 2 Jahre) messtechnische Kontrollen (MTK) durchzuführen (gemäß LMKM). Falls das Gerät über ein Blutdruckmessgerät verfügt, ist auch für dieses eine MTK erforderlich.

4.2 Geräte

Um neben der Optimierung im Nutzungsbereich auch eine optimale Anpassung an die individuellen Bedürfnisse der Kunden zu erreichen, sind alle Linien nochmals in verschiedene Geräte unterteilt. Für die Geräte stehen optional zusätzliche Komponenten wie Blutdruckmessung, SPO₂-Ermittlung oder POLAR Pulsempfänger zur Auswahl. Welche Komponenten für welches Gerät verfügbar sind, entnehmen Sie bitte dem Produktkatalog.

4.2.1 4000 CIRCLE X MED Serie

Beim 4000 CIRCLE X MED Serie handelt es sich um ein Oberkörperergometer, mit dem in sitzender (oder stehender) Position durch Armbewegung eine Leistung erbracht wird. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

4.2.2 4000 CROSS X MED Serie

Beim 4000 CROSS X MED Serie handelt es sich um einen Ellipsentrainer, der eine kontinuierliche wechselseitige elliptische Bein- und Fußbewegung ermöglicht. Er ist mit einer zusätzlichen Bewegungseinrichtung für die Arme ausgestattet. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

4.2.3 4400 CYCLE X MED Serie

Beim 4400 CYCLE X MED Serie handelt es sich um ein Fahrradergometer, mit dem durch zyklische Tretbewegungen eine Leistung erbracht wird. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

4.2.4 4000 MIX X MED Serie

Beim 4000 MIX X MED Serie handelt es sich um einen Ellipsentrainer, der eine kontinuierliche wechselseitige, elliptische Bein- und Fußbewegung in halbliegender Sitzposition ermöglicht. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

4.2.5 4000 RECUMBENT X MED Serie

Beim 4000 RECUMBENT X MED Serie handelt es sich um ein Fahrradergometer, mit dem durch Tretbewegungen in halbliegender Sitzposition eine Leistung erbracht wird. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

4.2.6 4000 STAIR X MED Serie

Beim 4000 STAIR X MED Serie handelt es sich um ein Trainingsgerät, mit dem durch wechselseitige stufenförmige Tretbewegungen eine Leistung erbracht wird. Die Bewegung der einzelnen Fußpedale ist unabhängig. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

4.2.7 4000 TRAC X MED Serie

Beim 4000 TRAC X MED Serie handelt es sich um ein Laufband, auf dem gegangen oder gelaufen werden kann. Die Trainingsbelastung ist zur optimalen Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems steuerbar.

Kapitel 5 Transport und Aufbau

5.1	Transport	24
5.1.1	4000 CIRCLE X MED Serie	24
5.1.2	4000 CROSS X MED Serie	24
5.1.3	4400 CYCLE X MED Serie	25
5.1.4	4000 MIX X MED Serie	25
5.1.5	4000 RECUMBENT X MED Serie	26
5.1.6	4000 STAIR X MED Serie	26
5.1.7	4000 TRAC X MED Serie	26
5.2	Standort und Aufstellung	27
5.3	Umgebungstemperatur	28
5.4	Anschließen	28
5.4.1	Stromversorgung	29
5.4.2	Verkabelung	30
5.4.3	Sicherheitsleine	30
5.5	Potentialausgleich	31
5.6	Bestandteile	31
5.6.1	4000 CIRCLE X MED Serie	31
5.6.2	4000 CROSS X MED Serie	32
5.6.3	4400 CYCLE X MED Serie	32
5.6.4	4000 MIX X MED Serie	33
5.6.5	4000 RECUMBENT X MED Serie	33
5.6.6	4000 STAIR X MED Serie	34
5.6.7	4000 TRAC X MED Serie	34

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

5 Transport und Aufbau

5.1 Transport

Um Beschädigungen zu vermeiden, werden die ERGO-FIT Geräte durch die ERGO-FIT GmbH & Co. KG direkt oder durch eine autorisierte Spedition transportiert. Bei Anlieferung durch die ERGO-FIT GmbH & Co. KG wird die Verpackung verwertet bzw. fachgerecht entsorgt. Werden die ERGO-FIT Geräte durch eine Spedition angeliefert, können Sie die Verpackung selbst verwerten oder an ERGO-FIT GmbH & Co. KG zurücksenden (Transportkosten gehen zu Lasten des Kunden).

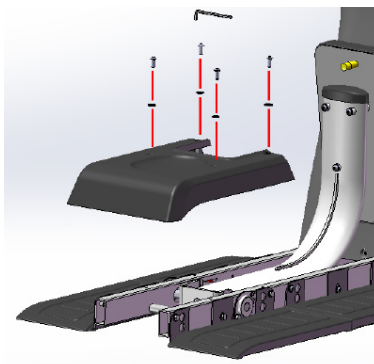


Die Geräte haben keine Transportsicherung!

5.1.1 4000 CIRCLE X MED Serie

Um Beschädigungen beim Transport zu vermeiden wird die Gestellabdeckung des 4000 CIRCLE X MED Serie separat geliefert und muss nachträglich befestigt werden. Zur korrekten Befestigung liegen der Lieferung vier Linsenkopfschrauben ISO 7380 M8 x 20, vier U-Scheiben DIN 125 Ø 8,4 und ein Innensechskantschlüssel SW 5 bei. Bringen Sie Ihr Trainingsgerät an den von Ihnen gewünschten Standort:

1. Stellen sie sich hinter das Gerät, so dass Sie auf das Display blicken können.
2. Greifen Sie mit beiden Händen das Gerät am unteren Rahmen und heben Sie dieses so leicht an. Sie können das Gerät nun problemlos an die von Ihnen gewünschte Position rollen.
3. Legen sie die Abdeckung so auf das Gestell, dass die Bohrungen der Abdeckung mit den Gewinden im Gestell übereinstimmen. Setzen Sie die mitgelieferten Linsenkopf-schrauben ISO 7380 M8 x 20 mit den Scheiben DIN 125 Ø 8,4, wie in nebenstehender Abbildung dargestellt ein und ziehen Sie diese mittels des Innensechskantschlüssel SW 5 zur Fixierung der Abdeckung fest.



5.1.2 4000 CROSS X MED Serie

1. Stellen Sie sich hinter das Gerät, so dass Sie auf das Display blicken können.
2. Greifen Sie nun unter das Gerät und heben Sie es leicht an. Sie können das Gerät nun problemlos an die von Ihnen gewünschte Position rollen.
3. Achten Sie darauf, dass der mittlere Stellfuß des Gerätes wieder stabil auf dem Boden aufsteht, sodass das Gerät einen sichern Stand hat.

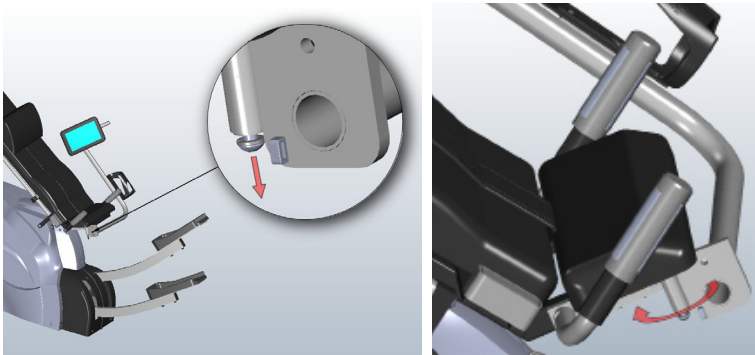
5.1.3 4400 CYCLE X MED Serie

1. Stellen Sie sich so an das Gerät, dass Sie auf die Rückseite des Displays blicken können.
2. Greifen Sie nun mit beiden Händen den Lenker und kippen Sie das Gerät nach vorne. Sie können das Gerät nun problemlos an die von Ihnen gewünschte Position rollen.
3. Heben Sie das Gerät nicht am Sattel an, da dadurch die Gasdruckfeder beschädigt werden kann.
4. Zum Transport über Treppen oder ähnliche Hindernisse sind die Fußrohre des Grundgestells zu nutzen.

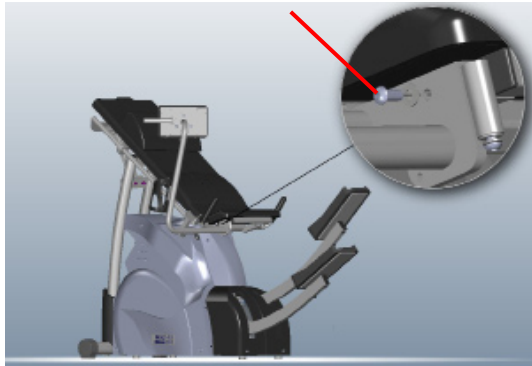
5.1.4 4000 MIX X MED Serie

Um Beschädigungen beim Transport zu vermeiden wurde der Displayhalter des 4000 MIX X MED Serie mit einem Klappmechanismus versehen. Zur korrekten Befestigung liegen der Lieferung eine Linsenkopfschraube ISO 7380 M8 x 20 und eine Scheibe DIN 125 Ø 8,4 bei. Bringen Sie Ihr Trainingsgerät an den von Ihnen gewünschten Standort:

1. Stellen Sie sich so an das Gerät, dass Sie auf die Rückseite des Displays blicken können.
2. Greifen Sie nun mit beiden Händen an die Fußauflageflächen und heben Sie das Gerät leicht an. Sie können das Gerät nun problemlos an die von Ihnen gewünschte Position rollen:
3. Achten Sie darauf, dass hinter dem Gerät genug Platz bleibt (ca. 40 - 45 cm), damit Sie später die Rückenlehne problemlos verstellen können.
4. Am unteren Ende des Displayhalters befindet sich ein Scharnier. Lockern Sie die Schraube am Scharnier um deren Beschädigung zu vermeiden. Drehen Sie anschließend den Displayhalter in die Trainingsposition.



Setzen Sie die mitgelieferte Linsenkopfschraube ISO 7380 M8 x 20 mit der Scheibe DIN 125 Ø 8,4, wie in nachfolgender Abbildung dargestellt, locker ein.



Drehen Sie zuerst die Schraube am Scharnier wieder ein bevor Sie abschließend die Linsenkopfschraube zur Fixierung des Halters wieder festziehen.

5.1.5 4000 RECUMBENT X MED Serie

1. Stellen Sie sich so an das Gerät, dass Sie auf das Display blicken können.
2. Fixieren Sie den Sitz Ihres Gerätes in der hintersten Position.
3. Greifen Sie mit einer Hand den Sitz, mit der anderen Hand unter die Schiene und heben Sie das Gerät leicht an. Sie können das Gerät nun problemlos an die von Ihnen gewünschte Position rollen.
4. Wenn sich das Gerät in der gewünschten Position befindet, ist es unbedingt erforderlich, dass Sie den Stellfuß (siehe Kap. 5.6.5) einstellen, er dient als hintere Stütze für das Gerät.

5.1.6 4000 STAIR X MED Serie

1. Stellen Sie sich so an das Gerät, dass Sie auf das Display blicken können.
2. Greifen Sie nun mit beiden Händen unter die seitlichen Stützholme des Gerätes. Sie können das Gerät nun problemlos an die von Ihnen gewünschte Position rollen.

5.1.7 4000 TRAC X MED Serie

Die Installation dieses Gerätes sollte immer direkt vom Hersteller oder einem von ERGO-FIT autorisierten Servicetechniker vorgenommen werden. Nur so kann ein sicherer und ordnungsgemäßer Ablauf gewährleistet werden.



1. Kontrollieren Sie nach der Aufstellung oder nach einem Standortwechsel den Laufgurt und justieren Sie ihn bei Bedarf (siehe Wartungshinweise Kap. 9.1.7). Der Gurt sollte sich stets in der Mitte der beiden Wellen befinden.
2. Achten Sie aus Sicherheitsgründen darauf, dass hinter dem Gerät ein Sicherheitsbereich von 2 m Länge und 1 m Breite vorhanden ist.

5.2 Standort und Aufstellung

- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Standfläche eben und waagrecht ist.
- ⊗ Kleine Unebenheiten des Untergrundes können Sie durch die verstellbaren Standfüße an Ihrem Gerät ausgleichen. Stellen Sie diese Schraubfüße so ein, dass das Gerät einen festen Stand hat und nicht wackelt. Es ist unbedingt erforderlich, den Stellfuß einzustellen, da dieser als Stütze für das Gerät dient. (Die genaue Position der Stellfüße entnehmen Sie bitte Kapitel 5.5 Bestandteile).
- ⊗ Stellen Sie das Gerät so auf, das eine Trennung von Netzschalter und Netzstecker jederzeit problemlos möglich ist.
- ⊗ Beachten Sie, dass der Abstand zwischen den einzelnen Geräten mindestens einen Meter betragen sollte, da es sonst zu Störungen der POLAR-Pulsempfänger kommen kann.
- ⊗ Achten Sie aus Sicherheitsgründen darauf, dass um das Gerät ausreichend Platz ist, so dass der Trainierende nirgendwo anstoßen kann und andere Personen - bedingt durch bewegliche Teile - verletzen kann: Ausgehend von der Zugangsrichtung des Trainingsgerätes muss ein Freibereich gewährleistet werden, der mindestens 0,6 m größer ist als der benötigte Übungsbereich. Ebenfalls muss dieser Bereich die Möglichkeit der Notfall-Demontage beinhalten. Nebeneinanderstehende Trainingsgeräte können sich den benötigten Freibereich teilen.
- ⊗ Auch hochfrequente und magnetische Störquellen (z.B. Radio, Fernseher, Mobiltelefon) in unmittelbarer Nähe Ihres Cardiogerätes können zu Funktionsstörungen bei der Pulsmessung führen.
- ⊗ Des Weiteren können in seltenen Fällen an bestimmten Stellen starke elektromagnetische Felder (z. B. durch Starkstromkabel oder Oberleitungen von Straßenbahnen) die Pulsübertragung behindern. Bei Unsicherheiten können Sie dies mit einer Pulsuhr der Firma POLAR überprüfen.
- ⊗ Bei Störungen oder bei Verdacht auf Störungen der Pulsübertragung sollten Sie auf keinen Fall ein Training mit Cardiosteuerung durchführen (Training im CARDIO-Modus).



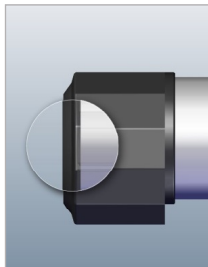
Niveauregulierung:

Bitte achten Sie bei der Aufstellung des 4400 CYCLE X MED Serie auf einen sicheren Stand. Beachten Sie hierfür nachfolgende Schritte.

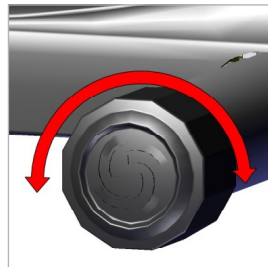
1. Montieren Sie die beiliegenden Fußkappen in dem Sie diese auf die vorgesehenen Rohre stecken.
2. Achten Sie dabei darauf, dass die Fußkappen bis zum Anschlag aufgeschoben sind.
3. Durch eine Drehbewegung (in beide Richtungen möglich) können Sie die Fußkappen so einstellen, dass das Trainingsgerät einen sicheren Stand erhält.



Aufstecken Fußkappen



Anschlag



Drehbewegung

5.3 Umgebungstemperatur

- ⊗ Das Ergo-Fit Gerät kann problemlos bei einer Umgebungstemperatur von +5°C bis +40°C, einer relativen Luftfeuchtigkeit von 10% bis 80% (nicht kondensierend) und einem Luftdruck von 700 hPa bis 1060 hPa betrieben werden. Betriebshöhe unter 2000 m.
- ⊗ Im ausgeschalteten Zustand kann das Ergo-Fit Gerät bei -5° bis +40° und einer relativen Luftfeuchtigkeit von 10% bis 80% (nicht kondensierend) gelagert werden.
- ⊗ Falls ein Blutdruckmodul verbaut ist, hält dieses im aus- und eingeschalteten Zustand einer Temperaturspanne von +10°C bis -40°C, einer relativen Luftfeuchtigkeit von 15% bis 85% und einem Luftdruck von 970 hPa 1050 hPa stand.

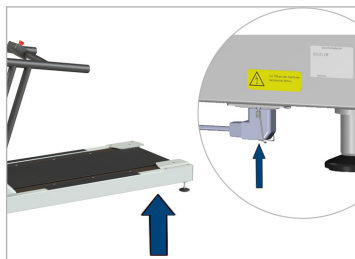
5.4 Anschließen



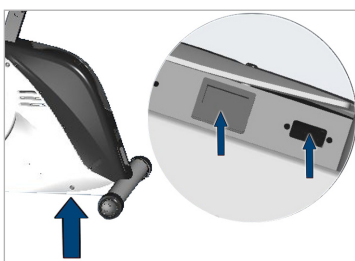
1. Unterziehen Sie das mitgelieferte Netzanschlusskabel und die Steckvorrichtung (Netzeingangsmodule) vor der Inbetriebnahme einer Sichtkontrolle. Beschädigte Kabel und Steckvorrichtungen müssen sofort ersetzt werden.
2. Nehmen Sie das Netzanschlusskabel und stecken Sie es in das dafür vorgesehene Netzeingangsmodule. Wenn Sie beim 4400 CYCLE X MED Serie den Netzanschluss bzw. die RS 232-Schnittstelle positionieren wollen, ist es erforderlich das Gerät zur Seite zu kippen. Um Verletzungen zu vermeiden, muss eine Person das Gerät im gekippten Zustand halten, während eine andere Person den/die Anschlüsse am Gerät anbringt. Stecken Sie das andere Ende des Kabels in die Steckdose.
3. Schalten Sie Ihr Gerät durch Betätigen des Schalters am Netzeingangsmodule (I = Einschalten, O = Ausschalten). Den 4000 TRAC X MED Serie schalten Sie am Sicherungsautomaten ein (siehe Kapitel 6.1)



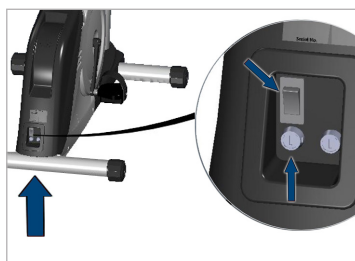
4000 X LINE MED: Netzeingangsmodul mit Schalter



4000 TRAC X MED Serie: Position Netzeingang



4400 CYCLE X MED Serie: Position Netzeingang und RS232-Schnittstelle (rechts im Bildausschnitt)



4400 CYCLE X MED Serie: Position Netzschalter und Sicherungen (unten im Bildausschnitt)

4. Nachdem Sie Ihr Gerät nun ans Stromnetz angeschlossen und eingeschaltet haben, läuft ein automatischer Betriebscheck ab. Während dieses Betriebschecks wird Ihnen die Softwareversion Ihres Gerätes im Display angezeigt. Anschließend erscheint das Hauptmenü.
5. Stellen Sie sich an die Cockpitseite des Gerätes (mit Blick auf das Display) und kontrollieren Sie, ob das Display funktioniert. Sollte dies nicht der Fall sein, überprüfen Sie die richtige Durchführung der oben beschriebenen Schritte. Überprüfen Sie zusätzlich, ob die Steckdose Strom führt.

5.4.1 Stromversorgung

Betreiben Sie Ihr Gerät nur an geerdeten Steckdosen mit 230 ~/50-60 Hz (vgl. Kap. A5). Wenn Sie sich der Stromversorgung am Aufstellungsort nicht sicher sind, fragen Sie bei Ihrem Energieversorger nach. Fragen Sie beim Anschluss des 4000 TRAC X MED Serie **in jedem Fall** Ihren Energieversorger nach einer Anschlussgenehmigung. Verwenden Sie in Ihrer Hausverteilung handelsübliche 10 bzw. beim 4000 TRAC X MED Serie 16 A Sicherungsautomaten (mit B-Auslösecharakteristik). Schalten diese Sicherungsautomaten jedoch in Einzelfällen im Einschaltmoment ab, muss der Stromkreis mit 10 bzw. beim 4000 TRAC X MED Serie 16 A Schmelzsicherungen oder Sicherungen mit anderer Auslösecharakteristik (z.B. K-Automaten) abgesichert werden. Fragen Sie gegebenenfalls Ihren Elektroinstallateur.



Vergleichen Sie vor Anschluss Ihres ERGO-FIT Gerätes an Ihr Stromversorgungssystem die Typenschildangaben (neben dem Netzeingangsmodul bzw. Netzschalter bei 4400 CYCLE X MED Serie) über die zulässige Netzspannung und Netzfrequenz mit den örtlichen Kenndaten.



Schließen Sie das Gerät stets direkt an eine Steckdose an. Verwenden Sie nach Möglichkeit kein Verlängerungskabel oder Mehrfach-Verteilersteckdosen oder nur geeignete entsprechend der Norm EN 60601-1.

Für den Anschluss externer Geräte an ein Trainingsgerät der 4000 X LINE MED empfehlen wir galvanisch getrennte Verbindungsleitungen.

5.4.2 Verkabelung



Verfügen Sie über mehrere ERGO-FIT Geräte, dann schalten Sie die Geräte, wenn Sie an demselben Stromkreis angeschlossen sind, nur nacheinander ein und aus. **Schließen Sie den 4000 TRAC X MED Serie an einen eigenen Stromkreis an.**

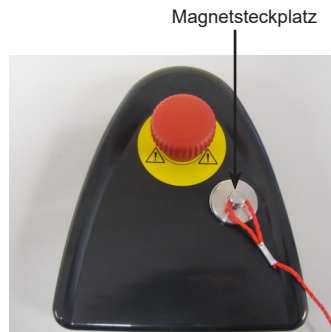
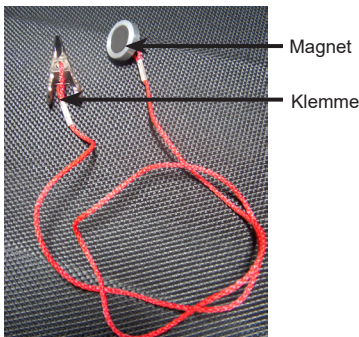
- ⊗ Verlegen Sie das Netzanschlusskabel so, dass niemand darauf treten oder darüber stolpern kann.
- ⊗ Stellen Sie keine Gegenstände auf das Kabel, da dieses sonst beschädigt werden kann.

5.4.3 Sicherheitsleine

Zur Sicherheit unserer Kunden wurde am 4000 TRAC X MED Serie eine Sicherheitsleine angebracht. Diese wird mittels einer Klemme an der Kleidung des Kunden befestigt. Im Falle eines Sturzes o.ä. löst sich die Sicherheitsleine vom Magnetsteckplatz und das Laufband kommt unmittelbar zum Stillstand.

Befestigen der Sicherheitsleine

Entnehmen Sie die in der durchsichtigen Plastikhülle mitgelieferte Sicherheitsleine. Befestigen Sie anschließend den Magneten am Magnetsteckplatz.



Bitte beachten Sie: Nur solange der Magnet auf dem Magnetsteckplatz befestigt ist, ist das Laufband funktionsfähig.

5.5 Potentialausgleich

Zur Vermeidung von Störungen kann an den Geräten eine Potentialausgleichsleitung angeschlossen werden. Der Potentialausgleich ist nicht standardmäßig vorhanden und muss somit bei Bedarf durch den Service nachgerüstet werden. Setzen Sie sich in diesem Fall bitte mit unserer Serviceabteilung oder einem Außendienstmitarbeiter in Verbindung. 4400 CYCLE X MED Serie und 4000 TRAC X MED Serie sind serienmäßig für Potentialausgleich ausgerüstet. Der Erdungsbolzen zur Aufnahme der Potentialausgleichsleitung befindet sich beim 4400 CYCLE X MED Serie in Nachbarschaft von RS232-Anschluss und Netzeingang, beim 4000 TRAC X MED Serie unter dem Schlüsselschalter.



Schließen Sie die Potentialausgleichsleitung niemals an die Gas- oder Wasserleitung oder an sonstige Rohre an. Benutzen Sie immer nur die vorgesehenen ordnungsgemäßen Potentialausgleichsanschlüsse.

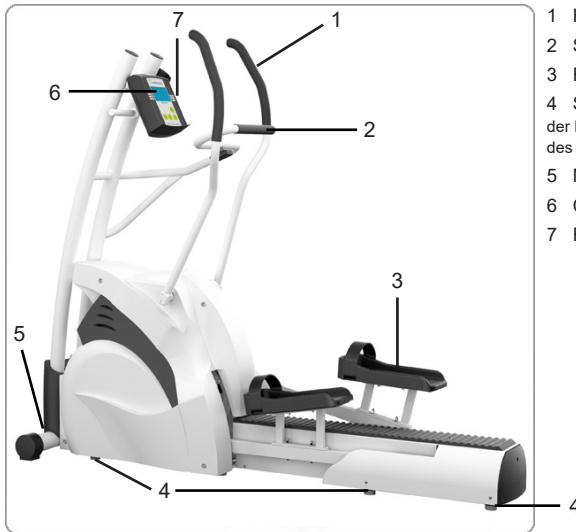
5.6 Bestandteile

5.6.1 4000 CIRCLE X MED Serie



- 1 Kugelgriff
- 2 Verstellhebel Dreheinheit
- 3 Griffhängenverstellung
- 4 wegklappbarer Sitz
- 5 Endanschlag
- 6 Stellfüße (an beiden Seiten des Ovalrohres)
- 7 Netzeingangsmodul
- 7 Cockpit

5.6.2 4000 CROSS X MED Serie



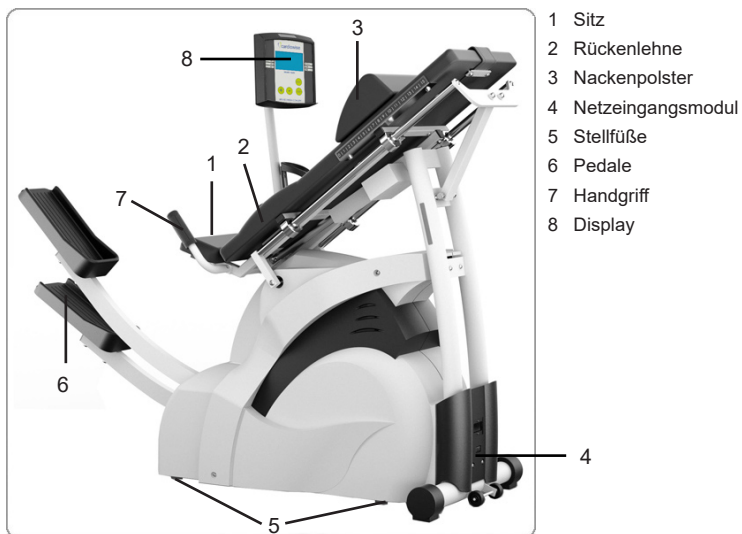
- 1 Handgriff
- 2 Safetybar
- 3 Fußtritt
- 4 Stellfüße (jeweils vorne, in der Mitte und am hinteren Ende des Gerätes)
- 5 Netzeingangsmodul
- 6 Cockpit
- 7 Flaschenhalter

5.6.3 4400 CYCLE X MED Serie



- 1 Patientenanzeige
- 2 vertikale Sitzhöhenverstellung
- 3 Lenker
- 4 Lenkerverstellung
- 5 Sitz
- 6 horizontale Sitzverstellung
- 7 Netzschalter
- 8 Stellfüße
- 9 Netzeingangsmodul
- 10 Pedale
- 11 Cockpit mit Patientenanzeige (um 180° drehbar)

5.6.4 4000 MIX X MED Serie



- 1 Sitz
- 2 Rückenlehne
- 3 Nackenpolster
- 4 Netzeingangsmodul
- 5 Stellfüße
- 6 Pedale
- 7 Handgriff
- 8 Display

5.6.5 4000 RECUMBENT X MED Serie



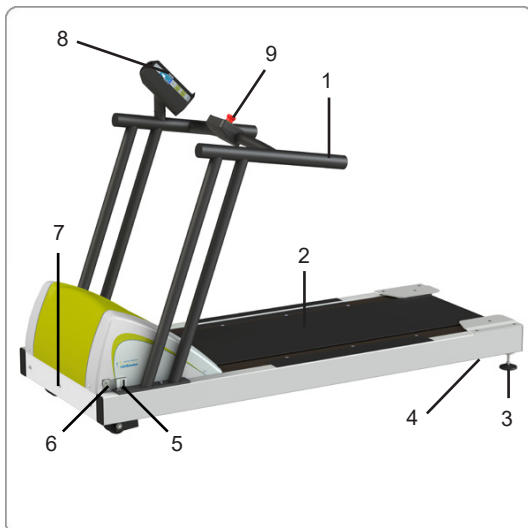
- 1 Handgriff
- 2 Sitz
- 3 Rückenlehne
- 4 Stellfüße (jeweils an beiden Seiten der Ovalrohre und am hinteren Ende des Gerätes)
- 5 Pedale
- 6 Netzeingangsmodul
- 7 Display
- 8 Flaschenhalter

5.6.6 4000 STAIR X MED Serie



- 1 Stützholm
- 2 Pedale
- 3 Stellfüße (jeweils an beiden Seiten der Ovalrohre)
- 4 Netzeingangsmodul
- 5 Flaschenhalter
- 6 Cockpit

5.6.7 4000 TRAC X MED Serie



- 1 Stützholm
- 2 Laufgurt
- 3 Stellfüße
- 4 Netzeingangsmodul
- 5 Sicherheitsautomat
- 6 Schlüsselschalter
- 7 RS232-Anschluss
- 8 Cockpit mit Patienten-anzeige (um 180° drehbar)
- 9 Not-Aus

Kapitel 6 Inbetriebnahme

6.1	Einschalten	36
6.2	Ausschalten	36
6.3	Korrekte Trainingstechnik	36
6.3.1	4000 CIRCLE X MED Serie	37
6.3.2	4000 CROSS X MED Serie	39
6.3.3	4400 CYCLE X MED Serie	40
6.3.4	4000 MIX X MED Serie	42
6.3.5	4000 RECUMBENT X MED Serie	44
6.3.6	4000 STAIR X MED Serie	44
6.3.7	4000 TRAC X MED Serie	45
6.4	Das Cockpit	46
6.4.1	Die Tasten	48
6.4.2	Das Display	49
6.4.3	Anschlüsse am Cockpit.....	50
6.4.4	Anschlüsse und Tasten am Blutdruckmodul	53
6.4.5	Die Patientenanzeige	54
6.4.6	Anbringen und Einhängemöglichkeiten des Blutdruckmodules.....	55

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

6 Inbetriebnahme

6.1 Einschalten

- ⊗ Kontrollieren Sie vor dem Einschalten Ihres Gerätes, ob der Netzstecker in der Steckdose steckt.



Falls Sie mehrere Geräte an einem Hauptschalter angeschlossen haben, schalten Sie bitte jedes Ihrer Geräte einzeln ein bzw. aus. Werden mehrere Geräte gleichzeitig eingeschaltet, können technische Störungen auftreten.

- ⊗ Schalten Sie nun durch Betätigen des Schalters am Netzeingangsmodul Ihr Gerät an (gilt nicht für den 4000 TRAC X MED Serie, siehe hierzu nächsten Punkt). Hierzu müssen Sie den Schalter in die I-Stellung kippen. Befindet sich der Schalter in der 0-Stellung, so ist das Gerät ausgeschaltet.
- ⊗ Den 4000 TRAC X MED Serie schalten Sie mit dem Sicherungsautomaten an. Hierbei sollten Sie unbedingt darauf achten, dass der Schlüsselschalter auf Position 1 steht und der Not-Aus-Schalter herausgedreht ist. Der Schlüsselschalter bietet Ihnen die Möglichkeit, das Laufband gegen unbefugte Inbetriebnahme abzusichern.
- ⊗ Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät eingeschaltet ist.

6.2 Ausschalten

- ⊗ Schalten Sie durch Betätigen des Schalters am Netzeingangsmodul Ihr Gerät aus (gilt nicht für den 4000 TRAC X MED Serie siehe hierzu nächsten Punkt). Hierzu müssen Sie den Schalter in die 0-Stellung kippen.



Achten Sie darauf, dass die Ein- und Ausschaltintervalle eine Zeit von 3 Sekunden nicht unterschreiten.

- ⊗ Beim 4000 TRAC X MED Serie schalten Sie das Gerät mit dem Sicherungsautomaten aus. Bei Sturzgefahr oder im Notfall verwenden Sie den Not-Aus-Schalter vorne in der Mitte. Das Laufband bleibt jetzt abrupt stehen. Benutzen Sie den Not-Aus-Schalter deshalb nur im Notfall. Bei erneuter Inbetriebnahme müssen Sie den Notauschalter durch eine Drehbewegung erst wieder entriegeln.



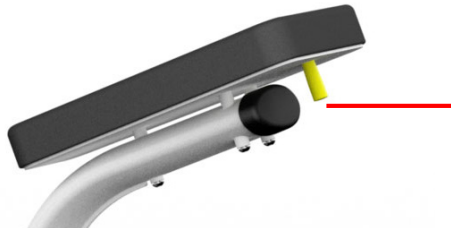
Achten Sie beim 4000 TRAC X MED Serie darauf, dass die Ein- und Ausschaltintervalle eine Zeit von 30 sek nicht unterschreiten. Andernfalls kann es zu Störungen der Motorregelung im Laufband kommen.

6.3 Korrekte Trainingstechnik

Durch das herzfrequenzgesteuerte Training nach dem ERGO-FIT Punktesystem wird die optimale Belastungsintensität des Trainierenden angesteuert. Sorgen Sie weiterhin dafür, dass Sie auch unter biomechanischen Gesichtspunkten optimal trainieren. In diesem Kapitel haben wir Ihnen deshalb die relevanten Aspekte zu den einzelnen Cardiogeräten aufgelistet.

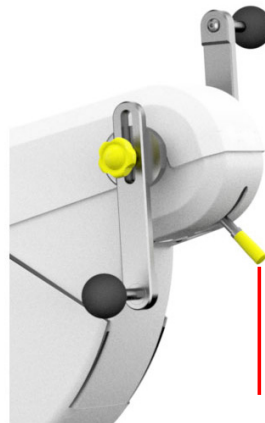
6.3.1 4000 CIRCLE X MED Serie

1. Je nach Bedarf setzen Sie sich auf das Gerät oder klappen Sie für ein Training im Stehen oder ein Rollstuhltraining den Sitz weg. Greifen Sie dazu den Griff an der Unterseite des Sitzes und klappen Sie diesen einfach nach vorne weg bzw. wieder zurück nach hinten. Beachten Sie, dass der GMT-Puffer (Endanschlag, siehe Kap. 5.6.1 Bestandteile) so eingestellt ist, dass das Sitzpolster beim nach vorne Kippen nicht die Verkleidung berührt, da es sonst zu Scheuerstellen am Polster kommen kann. Drehen Sie dazu den Puffer gegen den Uhrzeigersinn heraus bis er die gewünschte Position erreicht hat. Beachten Sie die Gefahrenhinweise in Kapitel 2.



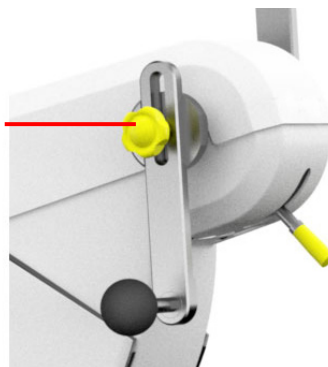
2. Passen Sie anschließend die Dreheinheit (Griff- und Cockpitposition) an Ihre Körpergröße bzw. Ihre Trainingsposition (sitzend oder stehend) an:

Stellen bzw. setzen Sie sich an das Gerät. Vor Ihnen, am unteren Ende der Drehachse, befindet sich ein Hebel. Greifen Sie mit einer Hand den Hebel am gelben Schutzmantel und drücken Sie diesen nach unten oder ziehen Sie ihn nach oben. Gleichzeitig greifen Sie mit der anderen Hand einen der beiden Trainingsgriffe und unterstützen die Verstellung indem Sie den Griff ebenfalls leicht nach unten bzw. oben drücken. Zum Arretieren müssen sie lediglich den Verstellhebel loslassen. Zur Orientierung befindet sich an der rechten Seite der Dreheinheit eine Skalierung.



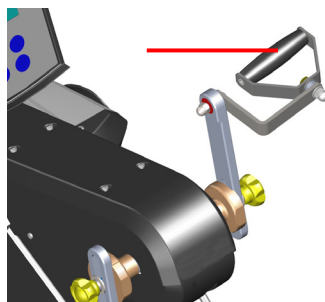
- Für einen „runden“ Handkurbellauf ist eine an Ihre Armlänge angepasste Handkurbellänge entscheidend. Stellen Sie die Handkurbellänge so ein, dass Ihr Arm in der am weitesten entfernten Stellung der Kurbel noch leicht gebeugt ist. Für ein Training in sitzender Position setzen Sie sich aufrecht auf den Sitz, die Knie in einem rechten Winkel gebeugt. Greifen Sie die Trainingsgriffe an der Kugel und stellen Sie die Kurbeln horizontal. Lösen Sie nun die Klemmung der Kurbel durch Öffnen des Sterngriffs (Drehung entgegen dem Uhrzeigersinn). Passen Sie die Kurbellänge durch Verschieben des Trainingsgriffes an Ihre Armlänge an. Drehen Sie anschließend den Sterngriff wieder im Uhrzeigersinn fest. Für ein Training in stehender Position richten Sie Ihren Oberkörper auf und stellen Sie die Handkurbel so ein, dass Ihr Arm am weitest entfernten Punkt der Bewegung noch leicht gebeugt ist.

Zur Verstellung der Kurbel lösen Sie wie erwähnt den Sterngriff, passen die Kurbellänge an und drehen den Sterngriff wieder fest. Zur Orientierung befindet sich an der Griffschiene eine Skalierung sowie eine rote Markierung, so können Sie sich leicht Ihre individuelle Kurbelarmlänge merken.



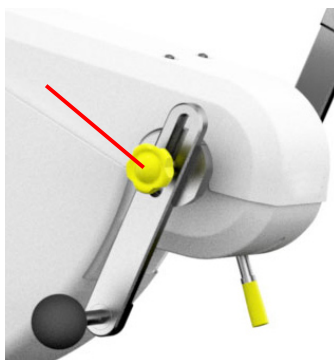
- Begeben Sie sich nun in die Trainingsposition und bewegen Sie die Handkurbeln - wie Sie es vom Fahrradfahren her kennen - durch eine Schub-Zugbewegung. Das 4000 CIRCLE X MED Serie ermöglicht ein Training in Vorwärts- und Rückwärtsbewegungen. Achten Sie beim Training in stehender Position darauf, dass die Beine etwa schulterbreit nebeneinander stehen. Stellen Sie sich auf die dafür vorgesehene Plattform.

- Falls Sie ein Gerät mit Ringgriffen benutzen, achten Sie darauf die Kurbellänge auf **max. 12** einzustellen, um ein Beschädigen der Verkleidung zu vermeiden. (Theoretisch ist es möglich die Kurbellänge über die Skalierung hinaus zu verstellen.)



- Die beschriebene Übungsposition ist während der gesamten Übung beizubehalten.

7. Verändern Sie die Griffposition je nach Bedarf diagonal oder parallel. Lösen Sie nun die Klemmung der Kurbel durch Öffnen des Sterngriffs (Drehung entgegen dem Uhrzeigersinn). Bringen Sie den Kurbelarm anschließend in die gewünschte Position und drehen Sie den Sterngriff wieder im Uhrzeigersinn fest.



6.3.2 4000 CROSS X MED Serie

1. Der Ellipsentrainer ist eine Mischung aus Stepper und Laufband. Er ermöglicht eine gelenkschonende, elliptische Bewegung mit den Beinen. Außerdem kann man wahlweise mit oder ohne Armeinsatz trainieren. Dadurch wird das Gerät zum Ganzkörpertrainer, wobei mit den Armen kein Kraftaufwand betrieben werden sollte.
2. Steigen Sie auf die Pedale und greifen Sie die Holme (Griffrohre). Halten Sie den Oberkörper aufrecht.
3. Achten Sie von Beginn an und während des Trainings immer auf festen Stand auf den Pedalen. Beenden Sie das Training immer mit der STOP-Taste und nehmen Sie Ihre Füße erst nach dem Stillstand von den Pedalen.
4. Die bevorzugte Laufrichtung ist vorwärts; Geübte können zur Schulung der Koordination auch rückwärts laufen (trainiert unterschiedliche Muskelgruppen). Richtungswechsel sollten nur nach Stillstand des Gerätes durchgeführt werden.
5. Die Belastungssteuerung erfolgt über die Trittfrequenz. Sie können die Trittfrequenz frei wählen. Die Bewegungsgeschwindigkeit wird nicht vom Gerät vorgegeben. Steigen Sie auf das Gerät und laufen Sie nach Menüauswahl mit Ihrer individuellen für Sie angenehmen Trittfrequenz los. Sollte Ihnen der Widerstand zu leicht sein, erhöhen Sie ihn durch Betätigen der PLUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1); sollte der Widerstand zu hoch sein, reduzieren Sie ihn mittels der MINUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1) (Kennzeichnung über Stufensymbol mit Wertangabe). Es ist relevant, dass Sie Ihre individuelle Trittfrequenz beibehalten. Vermeiden Sie ein ständiges Variieren der Trittfrequenz.



6. Bedenken Sie beim CARDIO-Training, dass beim 4000 CROSS X MED Serie die Ansteuerung über den Bremswiderstand erfolgt. Zunächst wird anhand der Pulsgrenzen der gewünschte Bremswiderstand eingestellt. Der Anwender beginnt mit einer ihm angenehmen Trittfrequenz. Bei zu geringer Pulsfrequenz wird der Widerstand erhöht, bei zu hoher Pulsfrequenz wird der Widerstand entsprechend verringert. Ist der Puls bei erreichtem Maximal-/Minimalwert noch nicht im Bereich, dann wird der Anwender durch die schneller/langsamer Pfeile aufgefordert, die Geschwindigkeit zu erhöhen/verringern.
7. Die beschriebene Übungsposition ist während der gesamten Übung beizubehalten.

6.3.3 4400 CYCLE X MED Serie

1. Ermitteln Sie zunächst die optimale Sitzhöhe. Die Sattelhöhe ist für den Sitzkomfort und nicht zuletzt für einen „runden Tritt“ von entscheidender Bedeutung. Zur Ermittlung der optimalen Sattelhöhe setzen Sie sich auf den Sattel und stellen Sie eine Ferse auf ein Pedal. In der untersten Pedalstellung sollten Sie das Bein durchstrecken können.
2. Zur Verstellung der Sattelhöhe setzen Sie sich auf das Gerät und betätigen Sie den Schalter auf der rechten Seite des Cockpits (Position siehe Kapitel 5.5.3).



Drücken Sie den Pfeil nach oben, erhöht sich der Sattel durch die integrierte Motorverstellung. Wenn Sie den Sattel senken wollen, drücken Sie den Pfeil nach unten. Zum Fixieren der gewünschten Höhe lassen Sie den Schalter wieder los.



Die horizontale Sattelverstellung wird mittels Sterngriff durchgeführt, der sich am unteren Teil der Sattelhalterung befindet. Drehen Sie hierzu den Griff gegen den Uhrzeigersinn, bis sich der Sattel verstellen lässt. Stellen Sie den Sattel in die gewünschte Position ein. Drehen Sie den Griff nun im Uhrzeigersinn wieder fest um die gewünschte Position zu fixieren.

Beachten Sie die maximale Einschaltdauer des Linearbetriebes der Sattelverstellung: Bei einem maximalen Dauerbetrieb von zwei Minuten ist eine Abkühlzeit von 18 Minuten notwendig. Beachten Sie außerdem, dass Sie den Schalter nicht dauerhaft betätigen wenn sich der Sattel bereits am oberen Anschlag befindet. Bei Überhitzung kann der Hubmotor klemmen und die Hubeinrichtung fällt somit aus. Lassen Sie in diesem Fall den Motor abkühlen; die Funktion wird gewöhnlich wieder hergestellt.

3. Stellen Sie nun den Lenker auf Ihre individuellen Bedürfnisse ein. Der Lenker ist um 360° schwenkbar, so dass er beliebig an jede Körpergröße anpassbar ist und



und sowohl in aufrechter Sitzhaltung als auch in Rennposition größtmögliche Effizienz bietet. Sie können den Einstellungswinkel des Lenkers durch den Klemmhebel unterhalb des Cockpits verstellen. Drehen Sie hierzu den Klemmhebel gegen den Uhrzeigersinn, bis sich der Lenker verstellen lässt. Stellen Sie den Lenker in die gewünschte Position ein. Drehen Sie dann den Klemmhebel wieder in die Ausgangsposition zurück um die gewünschte Position zu fixieren.



Das Cockpit des 4400 CYCLE X MED Serie und des 4000 TRAC X MED Serie sind außerdem in der Horizontale um 180° drehbar, greifen Sie hierzu das Cockpit mit beiden Händen und drehen Sie es in die gewünschte Richtung.

4. Achten Sie beim CARDIO-Training sowie beim Punktetraining darauf, dass die Umdrehungszahl größer als 50 1/min ist, da sonst der Widerstand des Gerätes zu groß wird. Beachten Sie dabei den Drehzahlbereich (Pfeil nach oben bedeutet, Sie müssen schneller treten und Pfeil nach unten bedeutet, Sie müssen langsamer treten). Je höher die Umdrehungszahl, desto geringer ist die Gelenkbelastung.
5. Die Belastungssteuerung erfolgt drehzahlunabhängig.
6. Die beschriebene Übungsposition ist während der gesamten Übung beizubehalten.

6.3.4 4000 MIX X MED Serie

1. Auf der rechten Seite der Sitzvorrichtung befindet sich ein Kippschalter, die sogenannte Sitzkonsole. Stellen Sie sich neben das Gerät, und fahren Sie die Liege- und Sitzfläche durch Drücken der auf der Sitzkonsole befindlichen AB-Taste soweit nach unten, dass Sie sich ohne Anstrengung auf den Sitz setzen können.

Die maximale Einschaltdauer des Hubmotors beträgt 15% und der maximale Dauerbetrieb liegt bei 2 Minuten bei maximal 5 Schaltzyklen/Minute. Das bedeutet für Sie, dass bei einem maximalen Dauerbetrieb von einer Minute eine Abkühlzeit von 7 Minuten notwendig ist. Bei



Überhitzung kann der Hubmotor klemmen und die Hubeinrichtung fällt somit aus. Lassen Sie in diesem Fall den Motor abkühlen; die Funktion wird gewöhnlich wieder hergestellt.

2. Steigen Sie mit dem rechten Fuß über das linke Fußpedal und setzen Sie sich auf die Sitzfläche.

Sie können sich das Aufsteigen erleichtern, indem Sie das Fußpedal für Ihren linken Fuß ganz nach unten führen.

3. Stellen Sie Ihren rechten Fuß auf die rechte Fußauflagefläche und den linken Fuß auf die linke Fußauflagefläche.
4. Sie sitzen nun auf dem Gerät. Legen Sie den Rücken jetzt auf der Liegefläche ab. Falls Sie Rückenprobleme haben, sollten Sie sich beim Hinlegen mit den Händen abstützen.
5. Stellen Sie nun das Nacken-/Kopfpolster auf Ihre Bedürfnisse ein. Sie können es problemlos nach oben oder nach unten verschieben.
6. Die Liegefläche kann in Ihrem Abstand zur Fußauflagefläche variiert werden. Hierzu stehen Ihnen auf der Sitzkonsole die AUF-Taste zum Hochfahren der Liegefläche und die AB-Taste zum Herunterfahren derselben zur Verfügung (siehe Kap. 6.5). Die Trainingsposition sollte so eingestellt werden, dass die Knie während der Beinstreckung nicht ganz durchgestreckt werden können.

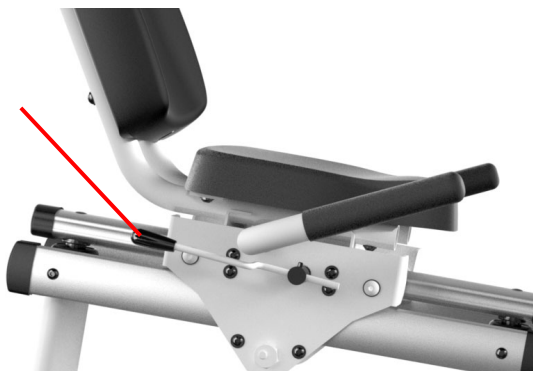
Sie können die Liegehöhe auch während des Trainings verstellen und so die Beanspruchung variieren.

7. Die bevorzugte Laufrichtung ist vorwärts; Geübte können zur Schulung der Koordination auch rückwärts treten (trainiert unterschiedliche Muskelgruppen). Richtungswechsel sollten nur nach Stillstand des Gerätes durchgeführt werden.
8. Die Belastungssteuerung erfolgt über die Trittfrequenz. Sie können die Trittfrequenz frei wählen. Die Bewegungsgeschwindigkeit wird nicht vom Gerät vorgegeben. Steigen Sie auf das Gerät und beginnen Sie nach Menüauswahl mit Ihrer individuellen für Sie angenehmen Trittfrequenz. Sollte Ihnen der Widerstand zu leicht sein, erhöhen Sie ihn durch Betätigen der PLUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1); sollte der Widerstand zu hoch sein, reduzieren Sie ihn mittels der MINUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1) (Kennzeichnung über Stufensymbol mit Wertangabe). Es ist relevant, dass Sie Ihre individuelle Trittfrequenz beibehalten. Vermeiden Sie ein ständiges Variieren der Trittfrequenz. Beim CARDIO-Training ist das Training drehzahlunabhängig.
9. Halten Sie während des Trainings den Oberkörper möglichst ruhig.
10. Achten Sie darauf, dass die Umdrehungszahl mehr als 40 1/min beträgt, da sonst der Widerstand, den das Gerät dem Trainierenden entgegensezt, sehr groß werden kann. Dies bewirkt eine erhöhte Gelenkbelastung.
11. Die beschriebene Übungsposition ist während der gesamten Übung beizubehalten.

Beim Starten des Gerätes kann es zu Laufgeräuschen kommen. Diese reduzieren sich nach kurzem Betrieb.

6.3.5 4000 RECUMBENT X MED Serie

1. Stellen Sie zu Beginn der Übung eine optimale Sitzposition ein. Ziehen Sie den Verstellhebel, der sich rechts neben der Sitzfläche befindet, nach oben, sie können nun die Sitzposition variieren. Stellen Sie den Sitz so ein, dass das Kniegelenk des Trainierenden am weitest entfernten Punkt voll durchgestreckt ist, wenn wie beim 4400 CYCLE X MED Serie eine Ferse auf dem Pedal aufsteht. Lassen Sie zum Fixieren der Sitzposition den Verstellhebel los, sodass dieser sich wieder in der Ausgangsposition befindet.



2. Der Unterkörper leistet die Hauptarbeit. Der Oberkörper wird nicht eingesetzt. Halten Sie deshalb den Oberkörper während des Trainings vollkommen ruhig.
3. Achten Sie beim CARDIO- und Punktetraining darauf, dass die Umdrehungszahl mehr als 50 1/min beträgt, da sonst der Widerstand des Gerätes zu groß wird. Beachten Sie dabei den Drehzahlbereich (Pfeil nach oben bedeutet Sie müssen schneller treten, Pfeil nach unten bedeutet Sie müssen langsamer treten).
4. Die Belastungssteuerung erfolgt drehzahlunabhängig.
5. Die beschriebene Übungsposition ist während der gesamten Übung beizubehalten.



6.3.6 4000 STAIR X MED Serie

Dieses Gerät ermöglicht eine dem Treppensteigen ähnliche Bewegung bei gleichzeitiger Schonung der Gelenke. Hierbei werden in erster Linie die unteren Körperpartien beansprucht.

1. Steigen Sie auf die Fußpedale und halten Sie sich an den Stützholmen fest.
2. Bei der Entwicklung der Haltevorrichtung wurden alle Körpertypen gleichermaßen berücksichtigt, so dass jeder Trainierende die für ihn optimale Haltung einnehmen kann und auch ein sicheres Gleichgewicht findet. Benutzen Sie die Stützholme, um die Balance zu halten. Stützen Sie sich nicht ab. Dies verändert den Bewegungsablauf negativ und senkt den Trainingseffekt.

3. Wenn Sie einen gewissen Trainingslevel erreicht haben, sollten sie sich gar nicht mehr festhalten. Die Arme sollten nun synchron zur Schrittbewegung mitschwingen.
4. Halten Sie den Oberkörper beim Training stets aufrecht (nicht das Gesäß nach hinten strecken), strecken Sie die Beine nie ganz durch.
5. Drücken Sie die Pedale nicht aktiv nach unten, diese sinken stattdessen durch die Belastung Ihres Körpergewichts ab. Synchron zur Abwärtsbewegung müssen Sie den Druck auf das entgegengesetzte Pedal langsam reduzieren, indem Sie den Fuß mit ständigem Kontakt zum Fußtritt nach oben anheben. Die Pedale arbeiten dabei unabhängig voneinander.
6. Unterhalb der Pedale sind Gummipuffer angebracht, um die Stoßbelastungen der Gelenke zu dämpfen, sobald die Pedale den unteren Anschlag erreichen würden. Achten Sie jedoch darauf, dass Sie die Treppensteigbewegung nicht bis zum Anschlag ausführen. Sie sollten bei der Bewegungsausführung weder oben noch unten mit dem Pedal anschlagen, nur so gewährleisten Sie einen flüssigen Bewegungsablauf.
7. Die Belastungssteuerung erfolgt über die Trittfrequenz. Die Bewegungsgeschwindigkeit wird vom Gerät geregelt. Steigen Sie auf das Gerät und beginnen Sie nach Menüauswahl mit Ihrer individuellen für Sie angenehmen Trittfrequenz. Sollte Ihnen die Geschwindigkeit zu gering sein, erhöhen Sie diese durch Betätigen der PLUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1); sollte die Geschwindigkeit zu hoch sein, reduzieren Sie diese mittels der MINUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1). Es ist relevant, dass Sie Ihre individuelle Trittfrequenz beibehalten. Vermeiden Sie ein ständiges Variieren der Trittfrequenz.
8. Die beschriebene Übungsposition ist während der gesamten Übung beizubehalten.

Für den 4000 STAIR X MED Serie gilt zusätzlich: Bei Personen mit einem Körpergewicht von über 60kg können Abweichungen in der tatsächlichen Schrittgeschwindigkeit auftreten.



6.3.7 4000 TRAC X MED Serie

1. Sie können auf dem Laufband sowohl gehen als auch laufen. Achten Sie dabei auf eine saubere Abrollbewegung und auf einen aufrechten Oberkörper.
2. Bevor Sie mit dem Training beginnen, steigen Sie auf das Laufband, stellen Sie sich in den vorderen Bereich des Bandes und legen Sie die Sicherheitsleine an. Steigern Sie langsam die Geschwindigkeit des Laufbandes, damit Sie nicht ins Stolpern kommen und sich allmählich an die Belastung gewöhnen. Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings nicht zu weit in den hinteren Bereich des Laufbandes gelangen, da hier die Sturzgefahr sehr groß ist.
3. Bei Balanceproblemen und zur Eingewöhnung können Sie sich seitlich an den Holmen festhalten. Sie sollten diese Halterungen ansonsten jedoch nicht benutzen. Führen Sie die Arme stattdessen schwungunterstützend mit.
4. Zur Änderung der Belastung können Sie den Steigungswinkel über die AUF- und AB-Tasten von 0% bis 20% verändern (siehe Kap. 6.4.1).

5. Die Belastungssteuerung erfolgt weiterhin über die Geschwindigkeit. Sie können das Tempo frei wählen (Leistungsbereich 0,2 - 25 km/h). Dementsprechend wird die Laufgeschwindigkeit des Laufgurtes vom Gerät geregelt. Steigen Sie auf das Gerät und beginnen Sie nach Menüauswahl mit Ihrer individuellen für Sie angenehmen Lauffrequenz. Sollte Ihnen die Geschwindigkeit zu gering sein, erhöhen Sie diese durch Betätigen der PLUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1); sollte die Geschwindigkeit zu hoch sein, reduzieren Sie diese mittels der MINUS-Taste (siehe Kap. 6.4.1). Es ist relevant, dass Sie Ihre individuelle Lauffrequenz beibehalten. Vermeiden Sie ein ständiges Variieren der Lauffrequenz.



Die maximale Einschaltdauer des Hubmotors beträgt 10% und der maximale Dauerbetrieb liegt bei 1 Minute. Das bedeutet für Sie, dass bei einem maximalen Dauerbetrieb von einer Minute eine Abkühlzeit von 9 Minuten notwendig ist. Bei Überhitzung kann der Hubmotor klemmen und die Hubeinrichtung fällt somit aus. Lassen Sie in diesem Fall den Motor abkühlen; die Funktion wird gewöhnlich wieder hergestellt.



Für den 4000 TRAC X MED Serie gilt zusätzlich: Ist das Laufband in Betrieb, bleiben Sie nicht auf dem laufendem Gurt stehen oder drehen Sie sich nicht! Sie könnten sich hierbei ernsthaft verletzen. Im Falle eines technischen Gerätedefektes oder einem Notfall (drohender Sturz, etc.) sollten Sie wie folgt vom Gerät absteigen: Drücken Sie sofort den Not-Aus-Schalter. Greifen Sie mit beiden Händen die seitlichen Holmen und springen Sie mit dem Füßen rechts und links auf die seitlichen Trittflächen. Bewegen Sie sich nun langsam rückwärts bis Sie sich am hinteren Ende des Gerätes befinden und absteigen können.



Bei Personen mit einem Körpergewicht über 75 kg und einer Laufgeschwindigkeit größer als 16 km/h, ist mit Geschwindigkeitseinbußen bzw. Gleichlauf einschränkungen zu rechnen. (Dies ist abhängig vom Pflegezustand des Laufbandes und vom Körpergewicht des Benutzers)

6.4 Das Cockpit

Eines der Hauptziele von ERGO-FIT liegt in der Herstellung besonders benutzerfreundlicher Geräte. Deshalb wurden alle Geräte der 4000 X LINE MED mit einer einfachen, leicht verständlichen Benutzerführung ausgestattet. Außerdem sind die Cockpits der verschiedenen Geräte der jeweiligen Linie einheitlich aufgebaut, um Ihnen den Komfort der einfachen Bedienbarkeit zu bieten. Wer also die Bedienung eines Gerätetyps beherrscht, kann auch alle anderen Geräte der entsprechenden Linie bedienen.

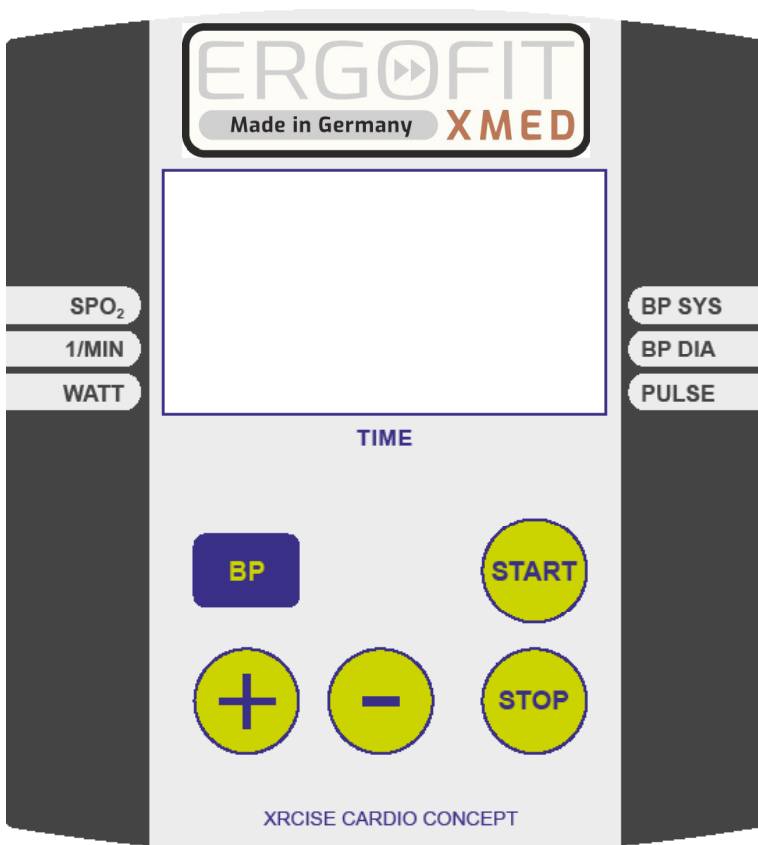


Das Cockpit besteht aus einem Display und Bedienelementen (Tasten). Bevor Sie das Cockpit Ihres Gerätes näher betrachten, sollten Sie jedoch folgendes beachten:

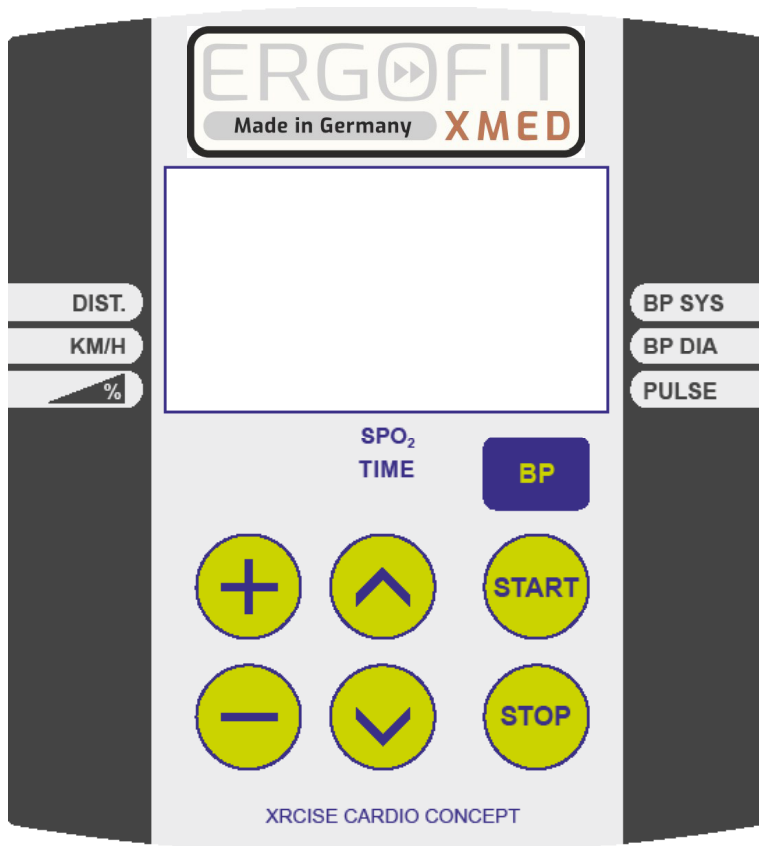
1. Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder dem Display ab. Dies kann zu Beschädigungen führen.
2. Üben Sie keinen Druck auf das Display aus.
3. Tippen Sie die Tasten nur leicht an. Der Tastendruck wird durch einen Signalton bestätigt.

4. Der Chipkartenleser der 4000 X LINE MED ist ein besonders empfindliches Bauteil. Um im Dauerbetrieb Ausfälle zu vermeiden, sollten Sie darauf achten, dass die Chipkarten stets nur mit „dosiertem“ Kraftaufwand in den Kartenleser eingeführt werden. Stecken Sie die Chipkarte dabei so in den Kartenleser, dass Sie die Kartenbeschriftung lesen können, wenn sie sich auf dem Gerät befinden. Die Pfeile links neben dem Firmenlogo zeigen die Einschubrichtung. Die Lebensdauer des Chipkartenlesers liegt bei ca. 100.000 Einschubzyklen.

Cockpit 4000 X LINE MED alle Produkte (außer 4000 TRAC X MED Serie)



Cockpit 4000 TRAC X MED Serie



6.4.1 Die Tasten

Auf dem Cockpit sind - je nach Gerätetyp - folgende Tasten zu finden, deren Funktion kurz erläutert wird:


- ⊗ PLUS-Taste: Erhöhen Sie den Widerstand der Belastung bzw. verändern Sie die Parameterangaben.
- ⊗ MINUS-Taste: Verringern Sie den Widerstand der Belastung verringern bzw. verändern Sie die Parameterangaben.
- ⊗ START-Taste: Bestätigen Sie die Auswahl des Trainingsmodus oder vorgegebene oder geänderte Parameterangaben.

- ⊗ STOP-Taste: Brechen Sie Funktionen ab oder halten Sie das Gerät an.
- ⊗ BP-Taste: Starten Sie eine Blutdruckmessung (*nur bei 4400 CYCLE X MED Serie, 4000 RECUMBENT X MED Serie und 4000 MIX X MED Serie belegt*)
- ⊗ AUF-Taste (*nur bei 4000 TRAC X MED Serie*): Erhöhen Sie die Steigung.
- ⊗ AB-Taste: (*nur bei 4000 TRAC X MED Serie*): Verringern Sie die Steigung

6.4.2 Das Display

Die Geräte der 4000 X LINE MED sind mit einem monochromen Grafikdisplay ausgestattet. Im Folgenden finden Sie - je nach Gerätetyp - die Angaben zu den jeweiligen Anzeigen, Maßeinheiten und deren Bedeutung.

Trainingsparameter

Gerät	Anzeige	Bedeutung	Einheit
CIRCLE* CYCLE RECUMBENT STAIR*	SPO ₂	Sauerstoffsättigung	%
	1/MIN	Anzahl der Umdrehungen pro Minute, Stufen pro Minute (STAIR)	1/min
	WATT	Aktuell erbrachte Leistung	Watt
	TIME	Trainingszeit	00:00 (min:sek)
	BP SYS	Systolischer Blutdruckwert	mmHg
	BP DIA	Diastolischer Blutdruckwert	mmHg
	PULSE	Aktuelle Herzfrequenz pro Minute	1/min
zusätzlich bei CROSS* MIX		Belastungsstufe	Stufe

* ohne Blutdruckwerte

Gerät	Anzeige	Bedeutung	Einheit
TRAC	DIST.	Zurückgelegte Wegstrecke	m, km
	KM/H	Geschwindigkeit	km/h
	%	Steigung	%
	SPO ₂	Sauerstoffsättigung	%
	TIME	Trainingszeit	00:00 (min:sek)
	PULSE	Aktuelle Herzfrequenz pro Minute	1/min

6.4.3 Anschlüsse am Cockpit

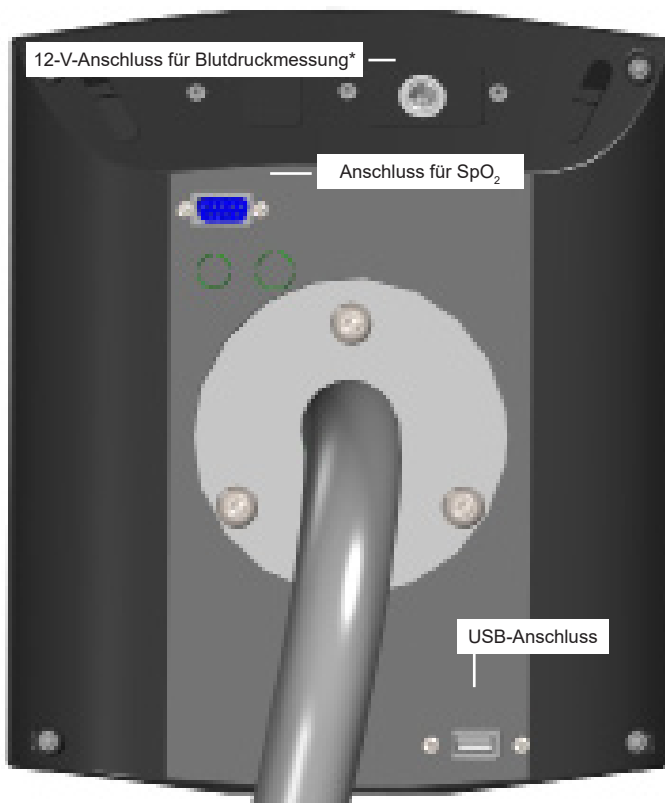
Auf der Cockpitrückseite der Geräte der 4000 X LINE MED finden Sie Anschlüsse für Blutdruckmessung und Sauerstoffsättigung (optional) sowie einen USB-Anschluss.

Cockpit 4400 CYCLE X MED Serie und 4000 TRAC X MED Serie



* nicht bei 4000 TRAC X MED Serie

Cockpit 4000 X LINE MED (ohne 4400 CYCLE X MED Serie und 4000 TRAC X MED Serie)



** nicht bei 4000 CIRCLE X MED Serie, 4000 STAIR X MED Serie und 4000 CROSS X MED Serie*

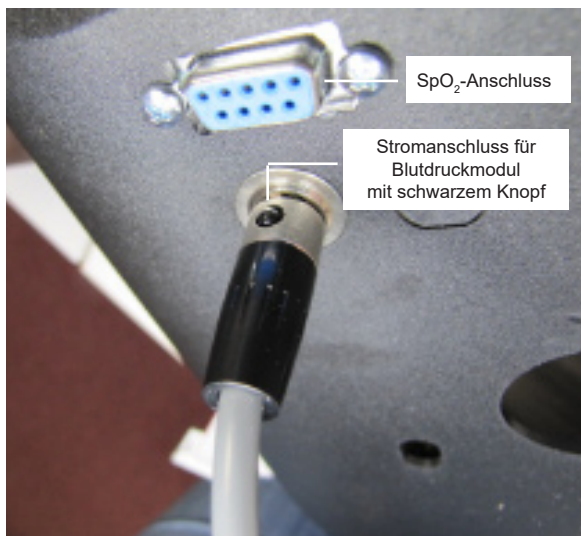
SpO₂

Schließen Sie das 9-polige Kabel an, indem Sie es auf die vorgesehene Position stecken. Zum Entfernen des Kabels ziehen Sie den Stecker einfach wieder heraus.

Bitte beachten Sie: In Verbindung mit dem SpO₂-Modul dürfen nur vom Hersteller als geeignet definierte Fingerklipse verwendet werden. Diese erhalten Sie auf Anfrage über das Team von ERGO-FIT.

Blutdruck

Stecken Sie das Kabel (Stromanschluss) für die Blutdruckmessung einfach an der vorgegebenen Position ein. Beachten Sie jedoch bei dem Entfernen des Kabels folgendes: Lösen Sie den Stromanschluss, indem Sie auf den kleinen schwarzen Knopf am Kopfende des Steckers drücken und dann das Kabel entfernen.



USB

Der USB-Anschluss dient ausschließlich zur Aktualisierung der Betriebssoftware. Hierzu verwendete USB-Sticks müssen vor Aufspielen des Software-Updates formatiert werden, um eine Kontamination des Betriebssystems zu vermeiden.

Bitte beachten Sie Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung!

6.4.4 Anschlüsse und Tasten am Blutdruckmodul

Luftdruckanschluss

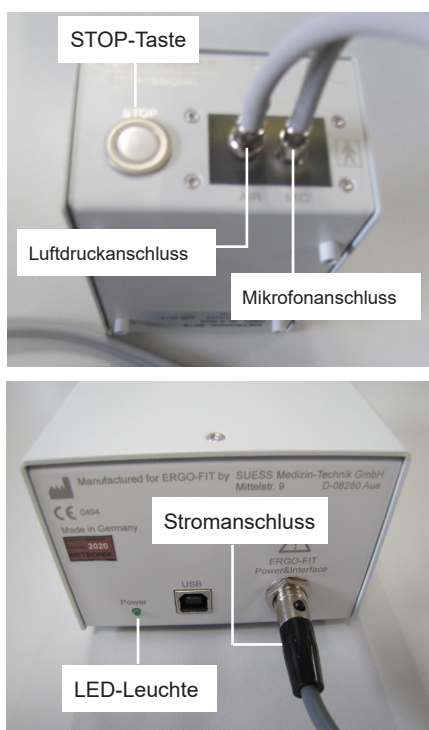
Stecken Sie den Luftdruckanschluss der Blutdruck-Manschette einfach an der vorgegebenen Position ein. Beim Entfernen ziehen Sie bitte am geriffelten Ring.

Mikrofonanschluss

Stecken Sie den Mikrofonanschluss der Blutdruck-Manschette einfach an der vorgegebenen Position ein.

Stromanschluss

Stecken Sie das Kabel (Stromanschluss, führt vom Cockpit zum Blutdruckmodul) für die Stromzufuhr einfach an der vorgegebenen Position an. Beachten Sie jedoch beim Entfernen des Kabels folgendes: Lösen Sie den Stromanschluss, indem Sie auf den kleinen schwarzen Knopf am Kopfende des Steckers drücken und dann das Kabel entfernen.



STOP Taste:

Durch Drücken der STOP-Taste während einer Messung kann die Blutdruckmessung sofort abgebrochen und beendet werden. Das System entlüftet und das Gerät geht in den Bereitschaftszustand zurück.

Drückt man im Ruhezustand des Gerätes, also außerhalb eines Messvorganges, die STOP Taste, wird ein Reset vollzogen. Durch ein Reset wird der Grundzustand des BL-6 Gerätes wiederhergestellt und damit das MESSPROFIL NORMAL eingestellt.

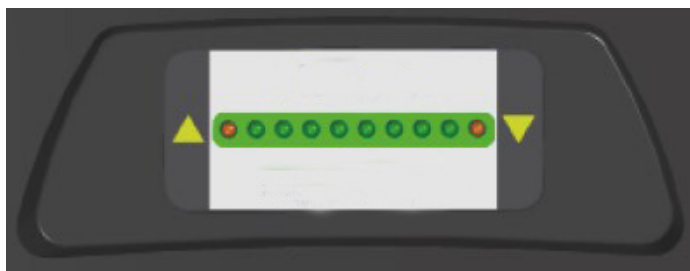
LED-Leuchte:

Die LED-Leuchte zeigt an, ob das Blutdruckmodul mit Strom versorgt wird. Sobald die LED leuchtet, ist die Stromversorgung sichergestellt.

6.4.5 Die Patientenanzeige

Auf der Cockpitrückseite des 4400 CYCLE X MED Serie befindet sich zusätzlich noch eine Patientenanzeige. Diese zeigt zum Patienten, wenn das Cockpit dem Therapeuten zugewandt ist. Die auf der Anzeige abgebildeten Symbole (Pfeil nach oben, Pfeil nach unten) geben dem Patienten Rückmeldung ob er die vorgegebene Drehzahl einhält oder ob er gegebenenfalls seine Trittgeschwindigkeit anpassen muss.

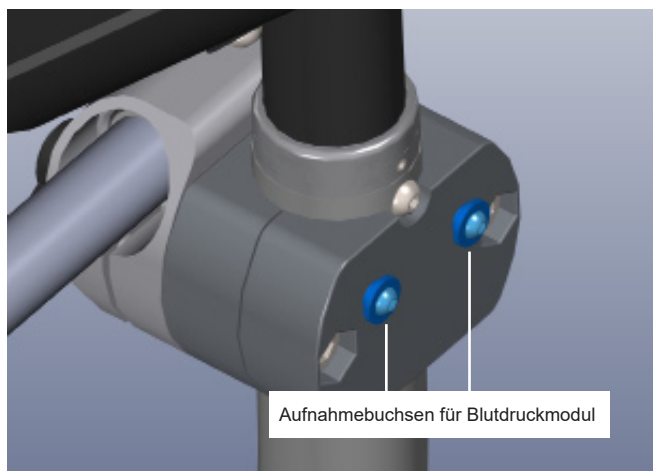
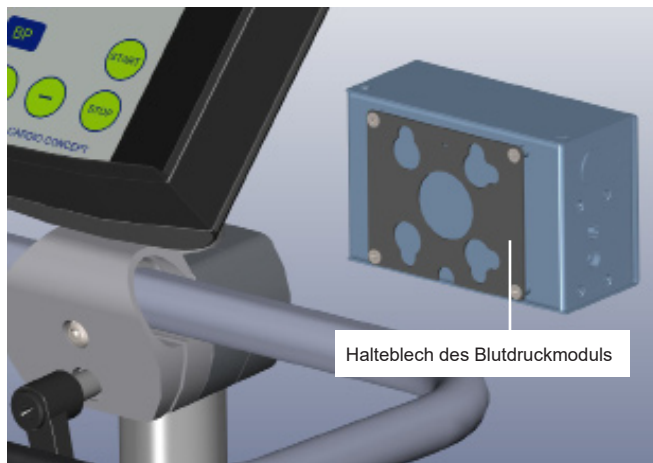
- ⊗ Orange Leuchte links/Pfeil nach oben: Trittgeschwindigkeit zu langsam
- ⊗ Orange Leuchte rechts/Pfeil nach unten: Trittgeschwindigkeit zu schnell
- ⊗ Grüne Leuchten: Trittgeschwindigkeit in Ordnung



6.4.6 Anbringen und Einhängemöglichkeiten des Blutdruckmoduls

Anbringen des Blutdruckmoduls am Beispiel des 4400 CYCLE X MED Serie:

Die Bohrungen des Halblechs verfügen über Aussackungen, die es ermöglichen das Blutdruckmodul vertikal oder horizontal in den Aufnahmebuchsen einzuhängen. (Siehe folgende Abbildungen)



4400 CYCLE X MED Serie



4000 MIX X MED Serie



Kapitel 7 Bedienung

7.1	Betriebsarten	58
7.1.1	MANUELL	58
7.1.2	PROFILE	59
7.1.3	CARDIO	62
7.1.4	WHO-PROFILE	64
7.1.5	EKG-AUSWAHL	65
7.2	Verhalten bei Beendigung des Trainings in Abhängigkeit vom Trainingsgerät	66
7.3	Funktionskontrolle	66
7.3.1	4000 CIRCLE X MED Serie	66
7.3.2	4000 CROSS X MED Serie	67
7.3.3	4400 CYCLE X MED Serie	68
7.3.4	4000 MIX X MED Serie	68
7.3.5	4000 RECUMBENT X MED Serie	68
7.3.6	4000 STAIR X MED Serie	69
7.3.7	4000 TRAC X MED Serie	69
7.4	Grundeinstellungen	71
7.5	Herzfrequenzmessung	72
7.5.1	POLAR-Gurt und POLAR-Sender	73
7.5.2	Mögliche Störquellen	74
7.6	Blutdruckmessung	74
7.6.1	Manschettengrößen.....	75
7.6.2	Gebrauch der Manschette.....	75
7.6.3	Messmethode.....	78
7.6.4	Messvorgang.....	79
7.7	SpO ₂ -Messung	80

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

7 Bedienung

7.1 Betriebsarten

Wenn Sie den Betrieb beginnen, erscheint auf dem Display Ihres Trainingsgerätes- nächst immer das Hauptmenü mit folgender Programmauswahl:

- ⊗ MANUELL
- ⊗ PROFILE
- ⊗ CARDIO
- ⊗ WHO-PROFILE (nur 4400 CYCLE X MED Serie)
- ⊗ EKG-AUSWAHL (nur 4400 CYCLE X MED Serie)



Wenn Sie von einem Untermenü wieder zurück in das Hauptmenü wollen, drücken Sie einfach ein- bzw. mehrmals die STOP-Taste.

Achtung! Sind Sie Träger eines Herzschrittmachers sollten Sie nur im Modus MANUELL trainieren!

7.1.1 MANUELL

In diesem Modus können Sie beliebig lange trainieren und dabei die Belastung selbst festlegen.

1. Bewegen Sie sich mit den Tasten PLUS/MINUS, bis das Programm MANUELL markiert ist. Bestätigen Sie die Auswahl mit der START-Taste.
2. Sie befinden sich im Untermenü „MANUELL“. Geben Sie Ihr Körpergewicht ein (gilt nur für 4000 STAIR X MED Serie und 4000 TRAC X MED Serie). Dies erreichen Sie über die Betätigung der PLUS- bzw. MINUS-Taste (Voreinstellung: 70 kg). Bestätigen Sie Ihre Eingabe mit der START-Taste.
3. Sie gelangen nun in den Trainingsmodus. Hier haben Sie die Möglichkeit, durch Drücken der PLUS- bzw. MINUS-Taste die Belastungsintensität zu ändern. Falls Sie eine große Veränderung der Belastungsintensität vornehmen möchten, halten Sie die PLUS- bzw. MINUS-Taste gedrückt. Beim 4000 TRAC X MED Serie können Sie zusätzlich mit der AUF- bzw. AB-Taste den Steigungswinkel verändern
4. Beenden Sie das Training durch Drücken der STOP-Taste. Die Trainingsparameter (Watt, 1/min etc.) bleiben zum Ablesen erhalten, der zeitliche Verlauf wird zusätzlich im Profil grafisch dargestellt. Durch erneutes Drücken der STOP-Taste gelangen Sie wieder zurück in das Hauptmenü.

Die Minimal-/Maximalbelastung können Sie im Modus MANUELL frei variieren. Die untere/ obere Belastungsgrenze sieht - je nach Gerätetyp - wie folgt aus:

Gerätetyp	Leistungsbereich	Abstufung /Schritte	Drehzahl-/ Geschwindigkeitsbereich
4000 CIRCLE X MED Serie	15-400 W	5 W	20-120 Umdrehungen/min
4000 CROSS X MED Serie	15-200 Belastungsstufen	5er Schritte	15-200 Schritte/min
4400 CYCLE X MED Serie	15-1100 W	5 W	20-130 Umdrehungen/min
4000 MIX X MED Serie	15-200 Belastungsstufen (bei MANUELL) 25-400 W (bei CARDIO)		20-120 Umdrehungen/min
4000 RECUMBENT X MED Serie	15-600 W	5 W	20-120 Umdrehungen/min
4000 STAIR X MED Serie	15-155 Stufen/min	5er Stufen	15-155 Stufen/min
4000 TRAC X MED Serie	0,2-25 km/h	0,1 km/h	0,2-25 km/h

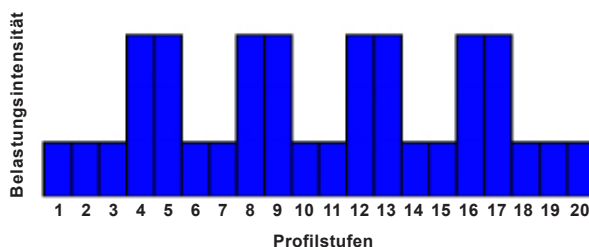
Die Anzeige der Sollwertvorgabe der Drehzahl (1/min) wird beim 4000 CROSS X MED Serie durch die Anzeige der aktuellen Trittfrequenz (Istwert) ersetzt.

7.1.2 PROFILE

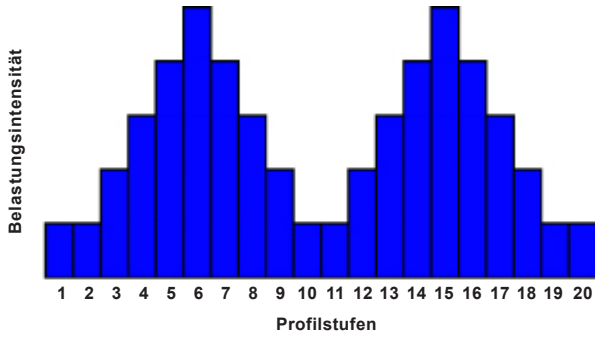
Hier können Sie zwischen 5 vordefinierten Profilen (Dauer 60 Minuten) wählen. Die Profile unterscheiden sich durch ihre unterschiedliche Abfolge wechselnder Belastungsstufen, vergleichbar mit einer Hügelandschaft.

Die 5 vordefinierten Profile (1 - 5) sehen wie folgt aus:

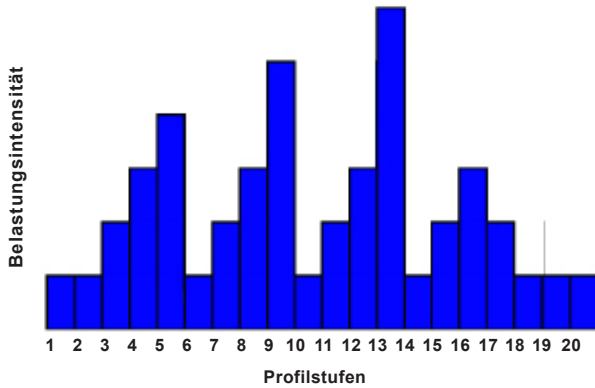
Profil 1:



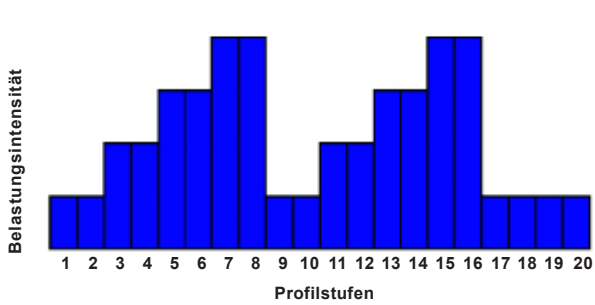
Profil 2:

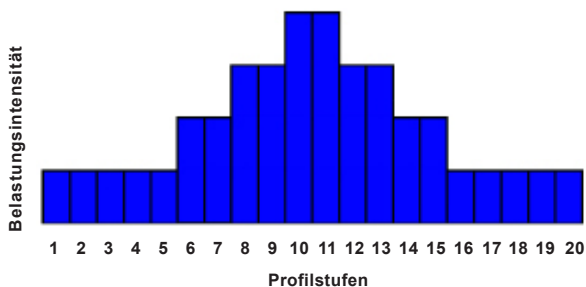


Profil 3:



Profil 4:



Profil 5:**So wählen Sie ein vordefiniertes Anwenderprofil (1 - 5) aus:**

1. Bewegen Sie sich mit den Tasten PLUS/MINUS, bis das Programm PROFILE markiert ist. Bestätigen Sie die Auswahl mit der START-Taste.
2. Bestätigen Sie im Menü Profilauswahl das Programm PROFILE mit START.
3. Sie befinden sich nun im Untermenü „PROFILE“. Geben Sie Ihr Körpergewicht ein (gilt nur für 4000 STAIR X MED Serie und 4000 TRAC X MED Serie). Dies erreichen Sie über die Betätigung der PLUS- bzw. MINUS-Taste (Voreinstellung: 70 Kg). Bestätigen Sie Ihre Eingabe mit der START-Taste.
4. Über die PLUS- bzw. MINUS-Taste können Sie nun eines der Profile auswählen. Bestätigen Sie diese Auswahl mit der START-Taste.
5. Nun müssen Sie noch festlegen, wie hoch die minimale bzw. maximale Belastungsintensität sein soll. Die Regulation erfolgt über die PLUS- bzw. MINUS-Taste, verändern Sie den Minimalwert, verändert sich der Maximalwert synchron zu diesem. Bestätigen Sie die Belastungsintensität durch Drücken der START-Taste.
6. Die Trainingszeit ist definiert auf 60 Minuten, die individuelle Profilstufendauer können Sie durch Betätigen der PLUS- bzw. MINUS-Taste von 10 bis 60 Minuten Dauer (Voreinstellung 20 min) verändern. Bestätigen Sie wiederum mit der START-Taste.
7. Sie gelangen nun in den Trainingsmodus. Hier haben Sie die Möglichkeit, durch Drücken der PLUS- bzw. MINUS-Taste die Belastungsintensität zu ändern. Diese Änderung ist nur in dem vorab definierten Intensitätsbereich möglich. Beim 4000 TRAC X MED Serie können Sie zusätzlich mit der AUF- bzw. AB-Taste den Steigungswinkel verändern.
8. Das Training wird nach Ablauf der gewählten Zeitspanne automatisch beendet. Alternativ können Sie das Training durch Drücken der STOP-Taste vorzeitig beenden. In beiden Fällen bleiben die Trainingsparameter (Watt, 1/min etc.) zum Ablesen erhalten, der zeitliche Verlauf wird zusätzlich im Profil grafisch dargestellt. Durch erneutes Drücken der STOP-Taste gelangen Sie wieder zurück in das Hauptmenü.



7.1.3 CARDIO

Um ein CARDIO-Training (herzfrequenzgesteuertes Training) durchführen zu können, benötigen Sie einen Brustgurt mit POLAR-Sender. Nur so kann Ihre Herzfrequenz gemessen werden und eine automatische Belastungsregulierung erfolgen. Der CARDIO-/SYSTEM-Modus dient dazu, die Belastungsintensität über die Herzfrequenz zu steuern, mit dem Ziel, die Trainingsherzfrequenz über den Trainingszeitraum im optimalen Bereich zu halten.

Für ein CARDIO-Training müssen Sie vor Trainingsbeginn folgende Parameter festlegen:

PULSMAX = Herzfrequenzobergrenze während des Trainings

PULSMIN = Herzfrequenzuntergrenze während des Trainings

STARTBELASTUNG = Anfangsbelastung bei Beginn des Trainings

beim 4000 TRAC X MED Serie = maximale Geschwindigkeit für das Training

(Das Training beginnt mit der Hälfte der max. Geschwindigkeit)

So gehen Sie beim Training vor:

1. Bewegen Sie sich mit den Tasten PLUS/MINUS bis das Programm CARDIO markiert ist. Bestätigen Sie die Auswahl mit der START-Taste.
2. Sie befinden sich nun im Untermenü „CARDIO“. Wählen Sie nun mittels der PLUS- bzw. MINUS-Taste den gewünschten Trainingsmodi CARDIO oder CARDIOCOUNTDOWN aus. Bestätigen Sie Ihre Eingabe mit der START-Taste.

CARDIO

3. Sie gelangen nun zu der Parameterabfrage „Alter“ (beim 4000 TRAC X MED Serie „Gewicht und Alter“). Korrigieren Sie den vorgegebenen Wert mit der PLUS- bzw. MINUS-Taste bis Sie Ihr tatsächliches Alter (bzw. Gewicht) erreicht haben und bestätigen Sie den Wert mit START. „
4. Stellen Sie nun zunächst die Herzfrequenzobergrenze ein. Den voreingestellten Wert verändern Sie mit der PLUS- bzw. MINUS-Taste (Die Herzfrequenzuntergrenze verändert synchron ihren Wert). Die Anzeige PULSMAX zählt in Einer-Schritten hoch bzw. runter. Haben Sie Ihre individuelle Herzfrequenzobergrenze für das Training eingestellt, bestätigen Sie Ihre Eingabe mit der START-Taste.
5. Jetzt können Sie mit Hilfe der PLUS- bzw. MINUS-Taste Ihre Herzfrequenzuntergrenze ändern (Voreinstellung 10 Schläge Differenz zur Herzfrequenzobergrenze; weniger als 10 Schläge Differenz sind aus Gründen der Trainingsrelevanz nicht einstellbar). Bestätigen Sie erneut mit START.

6. Nun müssen Sie noch die Startbelastung für das Training festlegen. Dies erfolgt über die PLUS- bzw. MINUS-Taste und Bestätigung mit START. Beim 4000 TRAC X MED Serie müssen Sie statt der Startbelastung die Maximalgeschwindigkeit festlegen.
7. Die Anzeige wechselt zur CARDIO-Betriebsart. Ihre aktuelle Herzfrequenz wird ermittelt, dies dauert in der Regel wenige Sekunden. Mit gültiger Anzeige der Herzfrequenz beginnt das Training und startet mit der ersten Belastungsstufe.
8. Sie befinden sich nun im Trainingsmodus, der Trainingsbereich wird durch 2 horizontale Linien gekennzeichnet. Durch Drücken der PLUS- bzw. MINUS-Taste können Sie die Belastung verändern. Beim 4000 TRAC X MED Serie können Sie zusätzlich mit der AUF- bzw. AB-Taste den Steigungswinkel verändern.
9. Beenden Sie das Training durch Drücken der STOP-Taste. Die Trainingsparameter (Watt, 1/min etc.) bleiben zum Ablesen erhalten. Zusätzlich wird der Herzfrequenzverlauf grafisch dargestellt. Durch erneutes Drücken der STOP-Taste gelangen Sie zurück ins Hauptmenü.

CARDIOCOUNTDOWN

3. Sie gelangen nun zu der Parameterabfrage „Alter“ und „Zeit“ (beim 4000 TRAC X MED Serie „Gewicht, Alter und Zeit“). Korrigieren Sie das vorgegebene Alter mit der PLUS- bzw. MINUS-Taste bis Sie Ihr tatsächliches Alter erreicht haben und bestätigen Sie den Wert mit START. Wählen Sie nun unter dem Punkt „Zeit“ die gewünschte Trainingsdauer von 5 bis 60 Minuten Dauer (Voreinstellung 20 min) aus und bestätigen Sie erneut mit START.
4. Stellen Sie nun zunächst die Herzfrequenzobergrenze ein. Den voreingestellten Wert verändern Sie mit der PLUS- bzw. MINUS-Taste (Die Herzfrequenzuntergrenze verändert synchron ihren Wert). Die Anzeige PULSMAX zählt in Einer-Schritten hoch bzw. runter. Haben Sie Ihre individuelle Herzfrequenzobergrenze für das Training eingestellt, bestätigen Sie Ihre Eingabe mit der START-Taste.
5. Jetzt können Sie mit Hilfe der PLUS- bzw. MINUS-Taste Ihre Herzfrequenzuntergrenze ändern (Voreinstellung 10 Schläge Differenz zur Herzfrequenzobergrenze; weniger als 10 Schläge Differenz sind aus Gründen der Trainingsrelevanz nicht einstellbar). Bestätigen Sie erneut mit START.
6. Nun müssen Sie noch die Startbelastung für das Training festlegen. Dies erfolgt über die PLUS- bzw. MINUS-Taste und Bestätigung mit START. Beim 4000 TRAC X MED Serie müssen Sie statt der Startbelastung die Maximalgeschwindigkeit festlegen.
7. Die Anzeige wechselt zur CARDIO-Betriebsart. Ihre aktuelle Herzfrequenz wird ermittelt, dies dauert wenige Sekunden. Mit gültiger Anzeige der Herzfrequenz beginnt das Training und startet mit der ersten Belastungsstufe.

8. Sie befinden sich nun im Trainingsmodus, der Trainingsbereich wird durch 2 horizontale Linien gekennzeichnet, die vorab definierte Zeit läuft rückwärts ab. Durch Drücken der PLUS- bzw. MINUS-Taste können Sie die Belastung verändern. Beim 4000 TRAC X MED Serie können Sie zusätzlich mit der AUF- bzw. AB-Taste den Steigungswinkel verändern.
9. Das Training wird nach Ablauf der vorab definierten Zeit beendet. Alternativ beenden Sie es durch Drücken der STOP-Taste. Die Trainingsparameter (Watt, 1/min etc.) bleiben zum Ablesen erhalten. Zusätzlich wird der Herzfrequenzverlauf grafisch dargestellt. Durch erneutes Drücken der STOP-Taste gelangen Sie zurück ins Hauptmenü.

7.1.4 WHO-PROFILE (nur 4400 CYCLE X MED Serie)

Die WHO-Profile sind von der World Health Organization fest definierte Stufenprofile (Profile mit stufenförmiger Laststeigerung). Sie werden üblicherweise bei Stufentests eingesetzt.

WHO-Profil:	Stufenförmige Laststeigerung (Stufenprofil)
Startbelastung:	Belastung der ersten Laststufe [W]
Zeit:	Stufendauer der einzelnen Laststufen [min]
Laststufe:	Stufenhöhe der einzelnen Laststufen [W]
Erholung:	Belastung in der Erholungsphase [W]

Gehen Sie bitte wie folgt vor:

1. Bewegen Sie sich mit den Tasten PLUS/MINUS bis die Betriebsart WHO PROFIL markiert ist. Bestätigen Sie die Auswahl mit der START-Taste.
2. Sie befinden sich nun im Modus WHO PROFIL, die Einstellungen sind jetzt ersichtlich. Durch Drücken der START-Taste beginnen Sie mit dem WHO-PROFIL mit den vorgegebenen Einstellungen der Zeit, Last, usw. In der Mitte des Displays erscheint dann „AKTIV“.
3. Falls Sie die Einstellungen ändern wollen, können Sie im Modus WHO PROFIL durch Drücken der STOP-Taste die einzelnen Einstellungen auswählen und mit den PLUS/MINUS-Tasten die Werte verändern. Durch erneutes Drücken der START-Taste wird das WHO-PROFIL aktiv.
4. Durch Drücken der STOP-Taste beenden Sie die Belastungsphase, es folgt ein Wechsel zur Erholungsphase (PASSIV).
5. Durch erneutes Drücken der STOP-Taste gelangen Sie zurück zum Hauptmenü.

Der automatische Lastanstieg kann während des Betriebes mit der START-Taste unterbrochen werden. In der Anzeige wechselt die Ausgabe von AKTIV auf HALTEN. Während der Betriebsart HALTEN kann die Leistung manuell mit der PLUS- bzw. MINUS-Taste variiert werden. Soll der automatische Lastanstieg wieder aktiviert werden, betätigen Sie erneut die START-Taste. Die Anzeige wechselt dann von HALTEN zurück auf AKTIV. In beiden Betriebsarten kann mit der STOP-Taste die Belastungsphase beendet und zur Erholungsphase gewechselt werden. In der Anzeige erscheint der Modus PASSIV. Somit haben Sie die Möglichkeit, Ihre Patienten individuell besser zu belasten als zuvor.

7.1.5 EKG-AUSWAHL (nur 4400 CYCLE X MED Serie)

Das 4400 CYCLE X MED Serie ist mit einem externen Anschluss und einer seriellen Schnittstelle (RS 232) ausgestattet. Das Schnittstellenkabel ist im Lieferumfang nicht enthalten.

Achtung! Nicht alle EKG-Geräte können mit dem 4400 CYCLE X MED Serie gekoppelt werden. Genauere Informationen hierzu erhalten Sie unter 06331/2461-0.

Steuerung des Ergometers durch externe Geräte:

Verbinden Sie das Fahrradergometer durch das Schnittstellenkabel mit dem externen Gerät (EKG, PC,...). Anschließend muss das entsprechende Datenprotokoll eingestellt werden:

Auswahl Datenprotokolle:

1. Führen Sie einen Neustart am Gerät durch, indem Sie das Gerät ausschalten und nach 30 s wieder einschalten.
2. Durch gleichzeitiges Drücken von PLUS- und MINUS-Taste gelangen sie zur Auswahl des seriellen Datenprotokolls.
3. Wählen Sie nun mit den Tasten PLUS/MINUS das gewünschte Protokoll (P01, P02,...) aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl mit der START-Taste. Das Protokoll bleibt für weitere Anwendungen gespeichert.

Wird das Initialisierungszeichen über die Schnittstelle empfangen, wechselt das Ergometer automatisch zur Betriebsanzeige "externe Steuerung" (in der Anzeigenmitte erscheint „EKG Nr.“ mit der Protokollnummer). Die Auswahl des Menüpunktes ist nicht notwendig. Zur Kontrolle werden zusätzlich die erkannten Steuerzeichen im Display angezeigt. Unbekannte Befehle werden als „ / „ dargestellt. Die Druckausgabe wird bei externer Steuerung nicht unterstützt.

Falls es zu Störungen zwischen dem EKG und dem Fahrradergometer kommen sollte, kann dieses mit einem Potentialausgleich nachgerüstet werden (siehe Kap. 5.5).

7.2 Verhalten bei Beendigung des Trainings in Abhängigkeit vom Trainingsgerät

4400/4000 CIRCLE/CYCLE/RECUMBENT/STAIR X MED Serie:

Bei Beendigung des Trainings müssen keine besonderen Hinweise beachtet werden. Das Training kann einfach beendet werden. Durch den Freilauf besteht keine weitere Gefahr.

4000 CROSS X MED SERIE, 4000 MIX X MED Serie:

Beenden Sie das Training mit der STOP-Taste. Nur so werden die Pedale abgebremst. Da kein Freilauf vorhanden ist, besteht ansonsten Verletzungsgefahr.

4000 TRAC X MED Serie:

Beenden Sie das Training erst, wenn der Laufgurt nach Betätigen der STOP-Taste vollständig zum Stillstand gekommen ist oder durch das richtige Benutzen der seitlichen Trittlflächen aufgrund des Betätigen der Not-Aus-Funktion.

Beachten Sie außerdem bei allen Geräten weitere Gefahrenhinweise im Anhang!

7.3 Funktionskontrolle

Gehen Sie bei der Funktionskontrolle wie folgt vor:

7.3.1 4000 CIRCLE X MED Serie

Bremsfunktion

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“.
- ⊗ Bewegen Sie die Handkurbel im niedrigsten Drehzahlbereich (Pfeile beachten!), der Widerstand erhöht sich. Erhöhen Sie nun die Drehzahl auf die maximale Drehzahl, der Widerstand verringert sich (Pfeile beachten!). Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass der drehzahlunabhängige Betrieb in Ordnung ist. Achten Sie außerdem darauf, ob die Handkurbeln nach dem Loslassen unverzüglich stehen bleiben. Sofern diese nicht in Drehrichtung weiterlaufen können Sie davon ausgehen, dass der Antrieb funktionstüchtig ist. Halten sie während der Funktionsprüfung Körperteile aus dem Bewegungsbereich der Kurbelarme fern.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

Weitere Funktionen

- ⊗ Überprüfen Sie die Vor- und Rücklauffunktion, indem Sie testen, ob die Handkurbeln sich in beiden Bewegungsrichtungen bewegen lassen.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Aufsteigen stets, ob der Sitz in der oberen Endposition fest anschlägt und nicht nach hinten oder seitlich wegklappt. Überprüfen Sie zudem ob die Handkurbeln festgestellt sind, wie unter Kapitel 6.3.1 beschrieben.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob der Sitz sich problemlos nach vorne klappen lässt. Achten Sie darauf, dass der Zwischenraum für das Sitzrohr frei ist. Es besteht Verletzungsgefahr.

7.3.2 4000 CROSS X MED Serie**Bremsfunktion**

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und vermindern Sie die Leistungsvorgabe auf den geringsten Wert (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Die Schrittgeschwindigkeit lässt sich leicht, ohne großen Widerstand, erhöhen.
- ⊗ Betätigen Sie die STOP-Taste. Der Widerstand erhöht sich drastisch; ein Training ist praktisch nicht mehr möglich. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass die Bremsfunktion in Ordnung ist.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

Weitere Funktionen

- ⊗ Überprüfen Sie die Vor- und Rücklauffunktion, indem Sie testen, ob die Pedale sich in beiden Bewegungsrichtungen bewegen lassen.

7.3.3 4400 CYCLE X MED Serie

Bremsfunktion

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und erhöhen Sie die Leistungsvorgabe (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Bewegen Sie die Drehkurbel im niedrigsten Drehzahlbereich (Pfeile beachten), der Widerstand erhöht sich. Erhöhen Sie nun die Drehzahl auf die maximale Drehzahl, der Widerstand verringert sich. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass der drehzahlunabhängige Betrieb in Ordnung ist.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

Weitere Funktionen

- ⊗ Überprüfen Sie, ob der Sitz sich problemlos verstellen lässt.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob der Lenker sich problemlos verstellen lässt.

7.3.4 4000 MIX X MED Serie

Bremsfunktion

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und vermindern Sie die Leistungsvorgabe auf den geringsten Wert (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Die Trittgeschwindigkeit lässt sich leicht, ohne großen Widerstand, erhöhen.
- ⊗ Betätigen Sie die STOP-Taste. Der Widerstand erhöht sich drastisch; ein Training ist praktisch nicht mehr möglich. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass die Bremsfunktion in Ordnung ist.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

Weitere Funktionen

- ⊗ Überprüfen Sie, ob der Sitz sich problemlos verstellen lässt.
- ⊗ Überprüfen Sie die Vor- und Rücklauffunktion, indem Sie testen, ob die Pedale sich in beiden Bewegungsrichtungen bewegen lassen.

7.3.5 4000 RECUMBENT X MED Serie

Bremsfunktion

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist.

- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und erhöhen Sie die Leistungsvorgabe (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Bewegen Sie die Drehkurbel im niedrigsten Drehzahlbereich (Pfeile beachten), der Widerstand erhöht sich. Erhöhen Sie nun die Drehzahl auf die maximale Drehzahl, der Widerstand verringert sich. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass der drehzahlunabhängige Betrieb in Ordnung ist.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

Weitere Funktionen

- ⊗ Überprüfen Sie, ob der Sitz sich problemlos verstellen lässt.

7.3.6 4000 STAIR X MED Serie**Bremsfunktion**

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und erhöhen Sie die Geschwindigkeitsvorgabe (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Gehen Sie gleichmäßig. Der Widerstand stellt sich auf die gewünschte Geschwindigkeit ein (z.B. 60 1/min auswählen = ein 20 cm Schritt/s).
- ⊗ Vermindern Sie die Geschwindigkeitsvorgabe. Der Widerstand erhöht sich und stellt die neue Geschwindigkeit ein. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass die Bremsfunktion in Ordnung ist.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

7.3.7 4000 TRAC X MED Serie**Geschwindigkeitssteuerung**

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist. Bei Modellen mit Hubeinrichtung steuert der Hubmotor automatisch den Referenzpunkt an.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und erhöhen Sie die Geschwindigkeitsvorgabe gleichmäßig (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Die Geschwindigkeit erhöht sich gleichmäßig auf den vorgegebenen Wert und bleibt stabil.

Not-Aus-Funktion

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist. Bei Modellen mit Hubeinrichtung steuert der Hubmotor automatisch den Referenzpunkt an.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und erhöhen Sie die Geschwindigkeitsvorgabe gleichmäßig (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Die Geschwindigkeit erhöht sich gleichmäßig auf den vorgegebenen Wert und bleibt stabil.
- ⊗ Betätigen Sie den Not-Aus-Schalter. Der Laufgurt kommt umgehend zum Stehen; die Anzeige erlischt. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass die Not-Aus-Funktion in Ordnung ist. Um den 4000 TRAC X MED Serie wieder funktionsfähig zu machen müssen Sie den Not-Aus-Schalter wieder im Uhrzeigersinn drehen bis dieser heraus springt.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus, erhöhen Sie die Geschwindigkeitsvorgabe auf mindestens 10 km/h und laufen Sie gleichmäßig (siehe Kap. 7.1.1). Es darf kein Geschwindigkeitseinbruch beim Auftreten feststellbar sein. Bei kontinuierlichem Lauf des Bandes können Sie davon ausgehen, dass die Schmierung und die Netzleistung in Ordnung sind.
- ⊗ Bei Geschwindigkeitseinbrüchen müssen Sie die Schmierung (siehe Kap. 9.1.7) und den Netzanschluss kontrollieren.

Not-Stop-Funktion

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät betriebsbereit ist. Bei Modellen mit Hubeinrichtung steuert der Hubmotor automatisch den Referenzpunkt an.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus und erhöhen Sie die Geschwindigkeitsvorgabe gleichmäßig (siehe Kap. 7.1.1).
- ⊗ Die Geschwindigkeit erhöht sich gleichmäßig auf den vorgegebenen Wert und bleibt stabil.
- ⊗ Ziehen Sie nun an der Sicherheitsleine. Der Laufgurt kommt umgehend zum Stehen; die Anzeige springt zurück ins Hauptmenü. Ist dies der Fall, so können Sie davon ausgehen, dass die Not-Stop-Funktion in Ordnung ist. Erst wenn der Magnet wieder am Magnetsteckplatz befestigt wird, ist das Laufband wieder funktionsfähig.

Laufeigenschaften/Schmierung

- ⊗ Schalten Sie das Gerät ein. Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät eingeschaltet ist. Bei Modellen mit Hubeinrichtung steuert der Hubmotor automatisch den Referenzpunkt an.
- ⊗ Wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“ aus, erhöhen Sie die Geschwindigkeitsvorgabe auf mindestens 10 km/h und laufen Sie gleichmäßig (siehe Kap. 7.1.1). Es darf kein Geschwindigkeitseinbruch beim Auftreten feststellbar sein. Bei kontinuierlichem Lauf des Bandes können Sie davon aus-

gehen, dass die Schmierung und die Netzleistung in Ordnung sind.

- ⊗ Bei Geschwindigkeitseinbrüchen müssen Sie die Schmierung (siehe Kap. 9.1.7) und den Netzanschluss kontrollieren.

Puls

- ⊗ Überprüfen Sie die Pulsmessfunktion (siehe Kap. 7.5).

7.4 Grundeinstellung

Um Änderungen an den Grundeinstellungen vorzunehmen, stehen Ihnen 4 Tasten zur Verfügung:

- PLUS-Taste: Sie können sich im Menü bewegen und Einstellungen erhöhen
- MINUS-Taste: Sie können sich im Menü bewegen und Einstellungen verringern
- START-Taste: Hiermit bestätigen Sie Ihre Auswahl
- STOP-Taste: Hiermit brechen Sie eine Funktion ab oder verlassen ein Menü

Einstellen der Sprache:

Sie befinden sich im Hauptmenü, durch gleichzeitiges Drücken der PLUS- und MINUS-Taste gelangen Sie in das Servicemenü. Wählen Sie nun die Funktion "Sprachauswahl". Hier haben Sie die Möglichkeit, die Sprache zu ändern.

Einstellen von Uhrzeit und Datum:

Sie befinden sich im Hauptmenü, durch gleichzeitiges Drücken der PLUS- und MINUS-Taste gelangen Sie in das Servicemenü. Wählen Sie nun die Funktion "Uhrzeit und Datum". Hier haben Sie die Möglichkeit, die entsprechenden Änderungen vorzunehmen.

Aufrufen der Serviceeinstellungen (nur 4000 TRAC X MED Serie)

Sie befinden sich im Hauptmenü, durch gleichzeitiges Drücken der PLUS- und MINUS-Taste gelangen Sie in das Servicemenü. Wählen Sie nun die Funktion "Serviceeinstellungen". Hier finden Sie Angaben wie z.B den Gesamtkilometerstand. Beachten Sie bitte, dass das Gerät durch einen mehrstündigen Probelauf im Werk bereits einen Kilometerstand aufweisen kann!

Einstellen der Auslaufzeit im Servicemenü (nur 4000 TRAC X MED Serie)

Sie können die Auslaufzeit von 20 s bis 60 s nach Bedarf einstellen (Zeit von der Maximalgeschwindigkeit bis zum Stillstand des Laufbandes).

Auswahl der Steigungsoption im Servicemenü (nur 4000 TRAC X MED Serie)

Auswahl "TOUR JA": Steigung -5% ... +15%

Auswahl "TOUR NEIN": Steigung 0% ... +20%

Auswahl der Ölintervalle im Servicemenü (nur 4000 TRAC X MED Serie)

Auswahlmöglichkeiten: 1500 km, 1000 km, 500 km, 0 km

Bei Auswahl 0 km ist die Ölintervallanzeige deaktiviert. Bei Auswahl 1500/1000/500 km wird bei Erreichen der entsprechenden Distanz im Betriebsmenü rechts neben der Geschwindigkeitsvorgabe das Symbol einer Ölkanne angezeigt. Durch erneute Eingabe eines neuen Intervalls wird der Hinweis wieder zurückgesetzt. Die werksseitige Grundeinstellung ist 1000 km. Während des Ölintervalls kann in diesem Menü die noch verbleibende Distanz (km) bis zum nächsten Ölservice abgelesen werden. Der Vorgabewert (z.B. 1000 km) wird auf "0" zurückgezählt.

Steuerung des Ergometers durch externe Geräte:

Verbinden Sie das Fahrradergometer durch das Schnittstellenkabel (Achtung: Das Schnittstellenkabel ist im Lieferumfang nicht enthalten!) mit dem externen Gerät (EKG, PC,...). Anschließend muss das entsprechende Datenprotokoll eingestellt werden.

Auswahl der Datenprotokolle:

Sie befinden sich im Hauptmenü, durch gleichzeitiges Drücken der PLUS- und MINUS-Taste gelangen Sie in das Servicemenü. Wählen Sie nun die Funktion "RS232 Schnittstelle". Wählen Sie nun mit den Tasten PLUS/MINUS das gewünschte Protokoll (00, 01, 02,...) aus und bestätigen Sie Ihre Auswahl mit der START-Taste. Das Protokoll bleibt für weitere Anwendungen gespeichert. Mit der STOP-Taste gelangen Sie jederzeit zurück in das Hauptmenü.

Wird das Initialisierungszeichen über die Schnittstelle empfangen, wechselt das Ergometer automatisch zur Betriebsanzeige "externe Steuerung". Zur Kontrolle werden zusätzlich die erkannten Steuerzeichen im Display angezeigt. Unbekannte Befehle werden als „ / „ dargestellt.

Achtung! Nicht alle EKG-Geräte können mit den Geräten der 4000 X LINE MED gekoppelt werden. Genauere Informationen hierzu erhalten Sie unter 06331/2461-0.

7.5 Herzfrequenzmessung

Um optimale Trainingsergebnisse zu erzielen, empfehlen wir ein kontrolliertes Training durch Herzfrequenzmessung. Hier bietet sich die Möglichkeit, mittels POLAR Sender eine stetige korrekte Anzeige und Steuerung der Herzfrequenz zu verwirklichen. Weiterhin besteht optional die Möglichkeit der Pulsmessung via Blutdruckmessung oder dem SpO₂-Modul. Diese Möglichkeit der Herzfrequenzmessung dient nur zur Kontrolle, bei der Durchführung eines CARDIO-Trainings sollte auf eine Herzfrequenzmessung via Brustgurt zurückgegriffen werden.

WARNHINWEIS! Das System zur Überwachung der Herzfrequenz kann fehlerhaft sein. Zu starkes Trainieren kann zu gefährlichen Verletzungen oder zum Tod führen. Sollte sich Ihre Leistungsfähigkeit ungewöhnlich stark vermindern beenden Sie das Training sofort.

7.5.1 POLAR-Gurt und POLAR-Sender

Bitte beachten Sie: Das herzfrequenzgesteuerte Training mit POLAR-Pulsgurt ist keine medizinische Anwendung. Die Anzeige der Pulsfrequenz dient nur der Information von Benutzer und Therapeut.

Befeuchten Sie die Elektroden (die zwei gerippten, rechteckigen Zonen auf der Unterseite) vor dem Anlegen sorgfältig. Um einen optimalen Hautkontakt herzustellen können Sie Kontaktgel, wie es auch für die EKG-Messung eingesetzt wird, verwenden. Stellen Sie die Gurtlänge so ein, dass der Gurt eng auf der Haut, unterhalb des Brustmuskels, anliegt und trotzdem angenehm sitzt. Der Gurt darf sich nicht lockern. Achten Sie beim Anlegen auch darauf, dass der Brustgurt richtig herum angelegt wird - das POLAR Logo muss von vorne richtig zu lesen sein. Beachten Sie auch, dass die beiden Elektroden des Gurtes nicht geknickt werden .



Nur wenn der Brustgurt korrekt sitzt, kann eine Pulsmessung durchgeführt werden. Ist dies nicht der Fall, erscheint auf dem Display an der Position der Pulsangabe ein „E“ (fehlerhafter oder kein Pulsempfang). Ist dies der Fall, prüfen Sie nochmals den Sitz des Brustgurtes.

Aus Hygienegründen sollten Sie den Sender, speziell die Elektroden, nach Gebrauch mit warmen Wasser sowie milder Seife säubern und danach trocknen. Die Elektroden nie bürsten! Keinen Alkohol verwenden!

Reichweite POLAR-Sender

Die Reichweite des Senders beträgt ca. 80 cm. Sollten Sie mehrere Geräte von ERGO-FIT betreiben, achten Sie auf einen Abstand von mindestens 100 cm zwischen den Geräten, da sich sonst die Sender gegenseitig stören können.

Achtung! Eine definierte Genauigkeit der Pulsmessung zu medizinischen Zwecken kann zwar nicht garantiert werden, im Regelfall ist aber dennoch von einem Funktionieren auszugehen.

Batterie POLAR-Sender

Wenn die Pulsübertragung nach längerem Betrieb nur noch bei geringem Abstand zwischen Sender und Empfänger oder gar nicht mehr funktioniert, ist es möglich, dass die Batterie Ihres Senders leer ist (diese arbeitet normalerweise ca. 2500 Stunden).

Schicken Sie den Sender mit der leeren Batterie an nachfolgende Adresse:

POLAR Electro GmbH Deutschland

Am Seegraben 1

64572 Büttelborn/Klein-Gerau

Sie erhalten Ihren Sender gegen Gebühr mit neuer Batterie zurück. Versuchen Sie auf keinen Fall, die Batterie selbst zu wechseln!

7.5.2 Mögliche Störquellen

- ⊗ Bildschirme, Elektromotoren
- ⊗ Hochspannungsleitungen, auch von Eisenbahnlínien
- ⊗ starke Leuchtstoffröhren in unmittelbarer Nähe
- ⊗ Heizkörper einer Zentralheizung
- ⊗ andere elektrische Geräte

Das Aufstellen des Trainingsgerätes an einem nur wenige Meter von der Störquelle entfernten Platz kann hier oft wirkungsvoll Abhilfe schaffen. Eventuell reicht auch bereits ein Verändern der Richtung um einige Grad.

Bei unregelmäßiger Anzeige der Herzfrequenz, trotz technisch einwandfreier Bedingungen, überprüfen Sie die Herzfrequenz manuell, oder suchen Sie im Zweifelsfall einen Arzt zur Kontrolle auf.

7.6 Blutdruckmessung

Mit einigen Geräten der 4000 X LINE MED kann eine auskultatorische Messung der Blutdruckwerte durchgeführt werden. Diese Blutdruckmessung ist nur im laufenden Betrieb eines Trainingsmodi (z.B. im manuellen Training) möglich.

Achten Sie darauf, dass das Blutdruckmodul korrekt am Gerät angeschlossen, Kabel und Luftschlauch fixiert sind (siehe Kapitel 6.4.3. und 7.6.2) und es sicher in der vorgesehenen Halterung eingehängt ist (siehe Kapitel 6.4.6.). Wählen Sie eine dem Oberarm angepasste Manschettengröße aus (siehe folgende Tabelle). Die Manschette muss vor dem Anlegen vollständig entlüftet sein. Messen Sie ruhig über der Kleidung! Keinesfalls sollten Hemd-, Blusen- oder Pullover Ärmel hochgeschoben oder hochgewickelt werden, da dies den Blutfluss behindern kann und dann zu falschen Messergebnissen führt. Die Blutdruckmanschette kann immer über Hemden- und Blusen- oder dünnen Pullover Ärmeln angelegt werden. Das beeinflusst nicht die Genauigkeit der Messergebnisse. Bitte beachten Sie lediglich, dass direkt unter dem Mikrofon die Kleidung straffgezogen ist und keine Falten wirft.

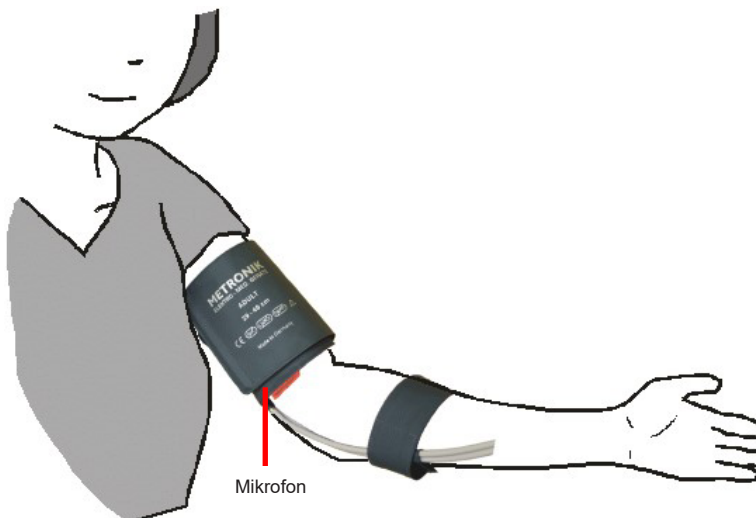
Die Blutdruckmessung über der Kleidung spart Zeit und schont den Manschettenbezug. Beachten Sie beim Anlegen der Manschette die Lage des Mikrofons und eine gute Passform.

7.6.1 Manschettengößen

Typ	Oberarmumfang	Ausführung
Adult	29 cm - 40 cm	Zugbügelmanschette
Small Adult	25 cm - 31 cm	Zugbügelmanschette
Large Adult	bis 56 cm	Klettenmanschette

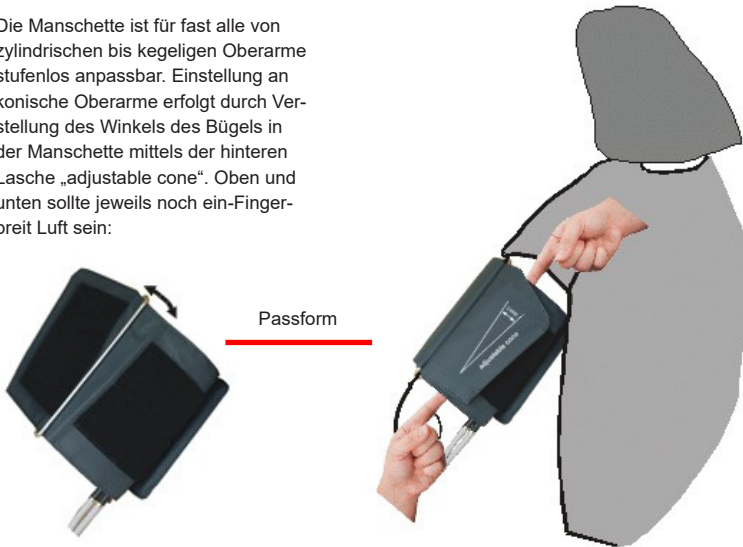
7.6.2 Gebrauch der Manschette

Position des Mikrofons an Innenseite des Oberarms zwischen m.Biceps und m.Triceps. Das Mikrofon muss sauber aufliegen. Der Ellenbogen muss komplett frei sein und zwei-Fingerbreit Abstand zur Manschette haben:



Wichtig: Das Mikrofon muss sauber anliegen.

Die Manschette ist für fast alle von zylindrischen bis kegeligen Oberarme stufenlos anpassbar. Einstellung an konische Oberarme erfolgt durch Verstellung des Winkels des Bügels in der Manschette mittels der hinteren Lasche „adjustable cone“. Oben und unten sollte jeweils noch ein-Fingerbreit Luft sein:



Bitte beachten Sie:

- ⊗ Die Blutdruckmanschette muss frei liegend sein und darf während der Messung keinen Kontakt zum Gerät selbst haben
- ⊗ Die Schläuche der Blutdruckmanschette müssen sowohl am Unterarm als auch am Gerät selbst fixiert sein, um Pendel- oder Schwingbewegungen auszuschließen. Hierfür sind die bereits angebrachten Fixierschlaufen zu benutzen.
- ⊗ Der Schlauchausgang der Manschette darf kein Knick aufweisen.
- ⊗ Bei Personen mit besonderer muskulärer Ausprägung am Oberarm muss die Position des Mikrofones etwas auf die Seite des Bizeps gezogen werden, um eine einwandfreie Messung zu erhalten.
- ⊗ Die Messergebnisse sollten ausschließlich von medizinischem Personal mit entsprechender Qualifizierung interpretiert werden.
- ⊗ Einzelmessungen dürfen nie als diagnostisches Mittel zur Einleitung einer Therapie verwendet werden.
- ⊗ Der Manschettendruck sollte 300 mmHg nicht überschreiten, ein Sicherheitsmechanismus entlüftet das System, sobald ein Druck größer 330 mmHg detektiert wird.
- ⊗ Durch Drücken der STOP-Taste, Abziehen des Manschettenschlauches bzw. Öffnen der Manschette kann der Patient jederzeit nach übermäßiger Druckbeaufschlagung entlastet werden.
- ⊗ Die Messzeit sollte 2 Minuten nicht überschreiten.
- ⊗ Eine Wiederholungsmessung unter Ruhebedingungen sollte erst nach einer Erholungszeit von mindestens 2-5 Minuten erfolgen.

- ⊗ Vermeiden Sie unnötige Stöße und Vibrationen auf das Gerät.
- ⊗ Setzen Sie das Gerät keinem übermäßigen Schmutz und Feuchtigkeit aus.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass Gummiteile nicht mit spitzen, scharfen Gegenständen beschädigt werden.
- ⊗ Die Blutdruckmanschette muss gereinigt werden bevor sie an einem anderen Patienten verwendet wird.

Folgende Abbildungen zeigen die Blutdruckmessung mit richtig angelegter Manschette und, eingekreist, die Fixierung des Manschettenschlauches mittels Fixierschlaufen an 4400 CYCLE X MED Serie und 4000 MIX X MED Serie.



7.6.3 Messmethode

Das METRONIK BL-6 arbeitet nach der auskultatorischen Messmethode (RR-Methode) mit einer Oberarmmanschette, in die ein Mikrofon integriert ist. Die RR-Methode nach Riva-Rocci Korotkov bildet den Goldstandard für die nichtinvasive Blutdruckmessung. Daher messen die METRONIK Blutdruckmessgeräte wie bei der Stethoskopmessung äußerst genau und robust.

Das für ERGO-FIT konzipierte METRONIK BL-6 ist besonders für den Einsatz in der Ergometrie abgestimmt und arbeitet standardmäßig nach einer in der Praxis bewährten Methode, hier als Messprofil ERGO bezeichnet.

In diesem Messprofil wird die Empfindlichkeit des Mikrofonverstärkers während der Belastungsphase abgedämpft.

Bei Belastungen während ergometrischer Untersuchungen verändern sich die Form der Pulswelle und damit die Frequenzanteile der Korotkovschen Töne. Dies führt dazu, dass während Belastung Pulswellengeräusche auch unterhalb des diastolischen Druckes hörbar sind. Dazu kommen stark erhöhte Störgeräusche und Bewegungsartefakte. Um diese Probleme zu verringern, wird ab der zweiten Messung nach einem Reset das ERGO-Filter zugeschaltet. Dabei handelt es sich um ein Analogfilter, das zur optimalen Filterung der Korotkov-Geräusche unter Ergometriebedingungen entwickelt wurde. Dadurch wird die automatische Messung deutlich zuverlässiger.

Bitte beachten Sie.

Durch die starke Filterkomponente kann bei Ruhemessungen mit eingeschaltetem ERGO-Filter auch das Nutzsignal beschnitten werden. Eine Ruhemessung mit eingeschaltetem ERGO-Filter kann zu falschen Messwerten führen.

Die vom Modul erkannten Korotkov-Geräusche werden durch einen digitalen Signalgeber akustisch angezeigt. Das Modul signalisiert so, dass die Messung läuft.

Zusätzliche digitale Pieptöne können auch durch Störgeräusche in der Umgebung entstehen (z.B. Schlauchbewegungen der Manschette). Dadurch kann die Blutdruckmessung ungültig werden. Dies ist vermeidbar durch die Schlauchfixierung (siehe Kap. 7.6.2) und das Herstellen einer optimalen, ruhigen Messumgebung. Durch Mithören dieser Töne während der Messung kann sich der Anwender bei jeder Messung davon überzeugen, dass die Korotkov Töne simultan zum Blutdruck aufgetreten sind und die Automatikmessung nachvollziehbar und richtig funktioniert.

Der standardmäßig zugeschaltete Ergometriefilter (ab der dritten Messung) dämpft die unter Belastung auftretenden Störungen und Pulswellengeräusche. Die eingebaute Druckkammer kompensiert mechanische Bewegungsartefakte während der Ergometrie.

Die Blutdruckmessmanschette ist als Einschlauchsystem zu verstehen, obwohl sie mit einem Doppelschlauch gefertigt ist. Ein Schlauch dient dem Aufblasen und Ablassen der Luft, der andere führt das Mikrofonkabel. Das Mikrofon ist in der Manschettenblase (auch Seele genannt) integriert für optimal störungsarme und robuste Messungen. Am Schlauchende der Blutdruckmanschette sind zwei robuste Steckverbinder für schnelles und einfaches Verbinden mit dem Blutdruckmessgerät BL-6.

Das Messprofil ERGO:

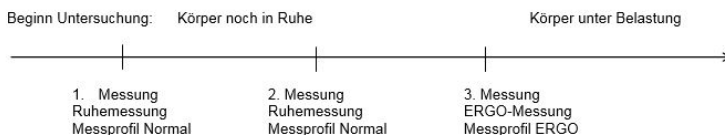
Das Messprofil ERGO bedeutet, dass bei Belastungsuntersuchungen das ERGO-Filter automatisch zugeschaltet wird.

Messprofil Einstellung – empfohlen für Belastungsuntersuchung:

Beginn einer Belastungsuntersuchung:

1. Blutdruckmessung: Ruhemessung	Messprofil Normal
2. Blutdruckmessung: Start der Belastung	Messprofil Normal
Ab der 3. Messung (der Körper ist belastet)	Messprofil ERGO
Jede weitere Belastungsmessung	Messprofil ERGO

Nach 3:30 (min:sec) Messpause schaltet das BL-6 zurück.



Die Sequenz wird entweder nach Ablauf der voreingestellten Zeit für Inaktivität (Totzeit) oder durch Drücken der STOP Taste zurückgesetzt.

Die Anzahl der führenden Ruhemessungen (Werkseinstellung 2), die Totzeit für das Rücksetzen (Werkseinstellung 3 min 20 s), die akustische Signalwiedergabe und weitere Messprofil-Parameter können über das Serviceprogramm BPCControl geändert bzw. individuell angepasst werden. Für nähere Angaben bzgl. BPCControl bitte Ergo-Fit Kundendienst, Kontaktdaten siehe Kapitel A.1, kontaktieren.

7.6.4 Messvorgang

Drücken Sie den Button „BP“ auf dem Cockpit des Gerätes, die Blutdruckmanschette wird aufgeblasen und die Messung startet. Die Messkontrolle wird nun über die Anzeige des aktuellen Manschettendrucks im Cockpit kenntlich gemacht. Eine akustische Rückmeldung erfolgt nach Umschalten in den Messbetrieb. Der aktuelle Manschettendruck wird nach dem Start der Manschettenpumpe zyklisch im Anzeigefeld „BP SYS“ bis zum Ende der Messung angezeigt. Zusätzlich ist die akustische Rückmeldung der erkannten Herzschläge im Modul umgesetzt. Halten Sie den Arm während der Messung möglichst ruhig und gerade.

Nach kurzer Zeit stehen im Display der systolische (50 bis 250 mmHg) und diastolische (20 bis 150 mmHg) Wert sowie der Pulswert (40 bis 200 BPM) zum Ablesen bereit. Die Werte werden im Display so lange angezeigt, bis eine neue Blutdruckmessung gestartet wird.

Beachten Sie:

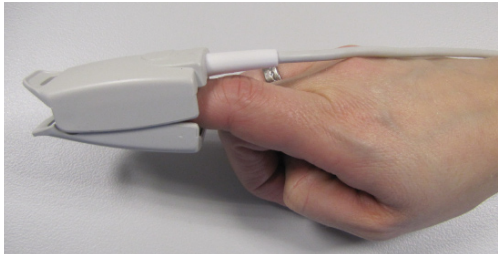
- ⊗ Die maximale Abweichung der Blutdruckwerte beträgt +/- 3mmHG von 0 bis 300 mmHg).
- ⊗ Messwerte am linken und rechten Arm können voneinander abweichen.
- ⊗ Wird die Blutdruckmanschette über einen längeren Zeitraum am Arm fixiert, überprüfen Sie bitte die Durchblutung der Extremitäten

Beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

7.7 SpO₂-Messung

Ebenfalls kann mit der 4000 X LINE MED eine Messung der Sauerstoffsättigung (SpO₂) des Blutes ausgeführt werden. Diese Messung der Sauerstoffsättigung ist nur im laufenden Betrieb eines Trainingsmodi (z.B. im manuellen Training) möglich.

Achten Sie darauf dass das SpO₂-Modul korrekt angeschlossen ist (siehe Kapitel 6.4.3. Anschlüsse). Befestigen Sie nun den Fingerclip an Zeigefinger, Daumen oder kleinem Finger. Beim 4000 CIRCLE X MED Serie ist durch die Drehbewegung der Arme eine Sauerstoffsättigung am Finger nicht möglich. Soll dennoch eine Messung ausgeführt werden, befestigen Sie den Clip am großen Zeh.



Beachten Sie, dass die Haut am Finger des Patienten sauber und trocken ist. Öffnen Sie die Klammer und legen Sie den Finger so weit wie möglich in die Fingeröffnung. Lassen Sie die Klammer zum Fixieren los. Führen Sie das Kabel am Finger parallel des Armes entlang, fixieren Sie dieses gegebenenfalls mit Klebeband. Jetzt kann die Messung ausgeführt werden. Achten Sie darauf die Hand während der Messung möglichst ruhig zu halten.

Die Messung wird dann automatisch und kontinuierlich ausgeführt. Im Display wird der Messwert (70% bis 100%) sowie der Pulswert (20 bis 300 BPM in ganzen Schlägen (1bpm)) angegeben. Die Werte werden im Display so lange angezeigt, bis der Fingerclip abgenommen oder das SpO₂-Modul vom Anschluss getrennt wird.

Beachten Sie:

- ⊗ Bei einer Sauerstoffsättigung von 70-100% beträgt die maximale Abweichung der Messergebnisse 2,3%
- ⊗ Die maximale Abweichung der Pulsmessung beträgt +/- 3bpm.

Beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Kapitel 8 Training

8.1	Was bewirkt Training?	82
8.2	Cardiovaskuläres Training	82
8.3	Belastungsparameter	83
8.4	Trainingsaufbau - Was sollten Sie beachten?	83
8.5	Gewichtsreduktion - Vorteile	83

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

8 Training

8.1 Was bewirkt Training?

Die Anforderungen des täglichen Lebens reichen in unserer modernen Gesellschaft nicht mehr aus, um konditionell in Form zu bleiben. Herz-Kreislaufkrankungen stehen nach wie vor als Todesursache an erster Stelle.

Unter diesem Aspekt sollte dem Herz-Kreislauf-Training (cardiovaskuläres Training) absolute Priorität eingeräumt werden.

Zu den „aeroben Trainingsformen“ sind alle Aktivitäten zu rechnen, bei denen sich die Pulsfrequenz für 15-20 Minuten oder länger erhöht.

8.2 Cardiovaskuläres Training

Um den größten Nutzen aus Ihrem Gerätetraining ziehen zu können, sollten Ihnen einige Trainingsprinzipien geläufig sein. Ihr gesamter Fitnesszustand hängt in großem Maße von der Fähigkeit Ihres Körpers ab, die Muskeln mit Sauerstoff zu versorgen. Sauerstoff ist der Schlüssel zu der in den Muskeln gespeicherten Energie.

Wir wollen einige für diesen Vorgang entscheidende Faktoren etwas näher betrachten: Das Herz als komplexe Pumpe ist für den reibungslosen Blutfluss im Körper verantwortlich. Durch regelmäßiges aerobes Training wird das Schlagvolumen des Herzens erhöht; d.h., es befördert mit jedem Schlag mehr Blut durch den Körper. Das Herz arbeitet also sowohl während des Trainings, als auch im Ruhezustand effizienter.

Sobald Sauerstoff in die Lunge gelangt, wird dieser in winzigen Luftsäckchen, den Alveolen, mit Blut vermischt. Mit regelmäßigem aeroben Training lässt sich die Effizienz dieser Alveolen steigern, womit mehr Sauerstoff in den Blutstrom gelangt und zu den Muskeln transportiert wird.

Das Hämoglobin ist jene Substanz im Blut, die den Sauerstoff aufnimmt. Regelmäßiges, aerobes Training erhöht den Hämoglobinanteil im Blut, was wiederum zu einer besseren Sauerstoffversorgung der Muskeln führt.

Es ist eine Tatsache, dass Herzerkrankungen unter regelmäßig trainierenden Menschen wesentlich seltener auftreten.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass durch regelmäßiges Training die Sauerstoffversorgung verbessert wird und die Wahrscheinlichkeit einer Herzerkrankung abnimmt. Die Cardiogeräte von ERGO-FIT werden deshalb sowohl im Studio- als auch im Rehabereich eingesetzt.

8.3 Belastungsparameter

Die Intensität Ihres Trainingsprogramms sollte Ihrer Herzfrequenz angemessen sein. Diese lässt sich nur nach einer gezielten Leistungsbeurteilung ermitteln. Unsere Cardiogeräte ermöglichen Ihnen auch während des Trainings die ständige Kontrolle Ihrer Pulsfrequenz.

Falls Sie Trainingsanfänger sind, ist es ratsam, im unteren Bereich Ihrer aeroben Trainingszone zu trainieren, bis sich Ihr Fitnesszustand zu bessern beginnt.

8.4 Trainingsaufbau - Was sollten Sie beachten?

Wenn Sie erstmals trainieren oder das Training nach längerer Pause wieder aufnehmen, sollte sich Ihre Trainingseinheit z. B. folgendermaßen aufbauen:

1. Aufwärmen: Trainieren Sie 5 Minuten bei geringer Belastung. So bereiten Sie Ihren Körper optimal auf das Training vor.
2. Stretching: Verlassen Sie anschließend das Gerät und dehnen Sie die Muskelgruppen, die Sie nachfolgend bei Ihrem Training belasten werden.
3. Hauptteil: Jetzt sind Sie gut vorbereitet für die aerobe Phase, die mindestens 15-20 Minuten in Anspruch nehmen sollte. Ihr Ziel ist es, Ihre Pulsfrequenz ununterbrochen innerhalb des korrekten Belastungsbereichs zu halten.

8.5 Gewichtsreduktion - Vorteile

Die meisten Trainingsanfänger wollen in erster Linie ihr Körpergewicht, speziell das Körperfettgewebe, reduzieren. Regelmäßiges Training regt den Stoffwechsel an, so dass zwangsläufig mehr Kalorien verbraucht werden, sowohl während des Trainings als auch im Ruhezustand.

Die meisten Trainingsanfänger ziehen den größten aeroben Nutzen aus einer Belastung entsprechend 70% der maximalen Herzfrequenz. Mit zunehmender Fitness wird eine Anpassung der Trainingsintensität erforderlich. Es ist jedoch falsch, anzunehmen, dass man umso größere Fortschritte macht, je härter man trainiert.

Wird nämlich eine bestimmte Belastungsgrenze überschritten, so büßt man die Vorteile des aeroben Trainings drastisch ein, der Körper kann die Muskeln nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgen und produziert statt dessen große Mengen von Milchsäure (Laktat), was uns wiederum zum schnellen Abbruch des Trainings zwingt.

Bei einer Belastungsintensität eben unterhalb der anaeroben Schwelle ist es uns möglich, wesentlich länger zu trainieren. Das bedeutet, dass wir auf diese Weise sowohl viel Fett verbrennen als auch unser aerobes System optimal stärken.

Kapitel 9 **Wartung**

9.1	Pflege und Wartung	86
9.1.1	4000 CIRCLE X MED Serie	86
9.1.2	4000 CROSS X MED Serie	87
9.1.3	4400 CYCLE X MED Serie	87
9.1.4	4000 MIX X MED Serie	87
9.1.5	4000 RECUMBENT X MED Serie	87
9.1.6	4000 STAIR X MED Serie	88
9.1.7	4000 TRAC X MED Serie	88
9.1.8	Blutdruckmodul	92
9.1.9	SpO ₂ -Modul	92
9.2	Reinigung	93

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

9 Wartung

Alle kommerziell genutzten Geräte sind regelmäßig einer Instandhaltungs-/Sicherheitsüberprüfung (gemäß MPBbetreibV) zu unterziehen (ERGO-FIT empfiehlt eine Überprüfung alle 12 Monate).

Regelmäßige, gründliche Pflege und insbesondere eine sachkundige Wartung trägt zur Werterhaltung und längeren Lebensdauer Ihres Trainingsgerätes bei. Deshalb empfehlen wir eine regelmäßige Kontrolle der Geräte. Überprüfen Sie vor jedem Gebrauch Verkleidungen, Sitz mit Führung, Lenker, Handkurbeln, Fußstützen, Pedale (Fußtritte), Tretarmriemen, Laufgurt und Haltegriffe auf Beschädigungen und lassen Sie gegebenenfalls diese sofort beheben. Dies ist eine wesentliche Voraussetzung für die Erhaltung Ihrer Garantieansprüche. Bei Störungen sind die Techniker und Ingenieure des ERGO-FIT Serviceteams gern bereit, Sie zu beraten.



Vor dem Einschalten der Geräte sollten Sie stets nachprüfen, ob Netzkabel, Netzstecker, Netzsteckdose und Netzeingang am Gerät fehlerfrei sind.

Sofortige Wartungsarbeiten sind durchzuführen, wenn:

- ⊗ das Gerät extrem mechanisch beansprucht worden ist (Stoß, Kabeldefekt oder unzulässiger Zug),
- ⊗ Flüssigkeit in das Gerät gelangt ist,
- ⊗ Kabel, Steckverbinder, Verkleidungen Schäden aufweisen,
- ⊗ Abdeckungen abgefallen sind.

Die Wartung der Geräte kann durch den ERGO-FIT Kundendienst, auch im Rahmen eines Wartungsvertrages, durchgeführt werden.

9.1 Pflege und Wartung

ERGO-FIT ist bei der Herstellung seiner Trainingsgeräte stetig darum bemüht, die notwendigen Wartungsarbeiten auf ein Minimum zu beschränken.

Im Folgenden werden - unterteilt nach Gerätetypen - einige Wartungs- und Kontrollarbeiten dargestellt. Diese sollten Sie an Ihrem Gerät regelmäßig durchführen.



Schalten Sie vor jedem Öffnen des Gerätes oder Arbeiten am Gerät das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose.

9.1.1 4000 CIRCLE X MED Serie

- ⊗ Dieses Gerät ist wartungsarm.
- ⊗ Vermeiden Sie ein Einölen und Einfetten des Gerätes von außen.

9.1.2 4000 CROSS X MED Serie

- ⊗ Vermeiden Sie ein Einölen und Einfetten des Gerätes von außen.

9.1.3 4400 CYCLE X MED Serie

- ⊗ Dieses Gerät ist nahezu wartungsfrei.
- ⊗ Die beweglichen Teile des Gerätes benötigen kein weiteres Einölen oder Einfetten.
- ⊗ Reinigen Sie die Sitzführungsstange wöchentlich von Staub.
- ⊗ Sprühen Sie die Sitzführung regelmäßig mit Teflonspray ein (wir empfehlen Fin super aerosol der Firma Interflon).

Tretkurbel

- ⊗ Da sich Schrauben nach einiger Zeit setzen, also nachgeben, sollte der Sitz der Tretkurbeln und der Pedale erstmals nach 3-5 Betriebsstunden, danach monatlich überprüft werden. (Linkes Pedal hat Links-, rechtes Pedal hat Rechtsgewinde).
- ⊗ Sollte sich eine Tretkurbel lösen, schrauben Sie diese umgehend wieder fest. Entfernen Sie hierzu die schwarze Abdeckkappe von der Kurbelachse und ziehen Sie die sich darunter befindende Schraube mit einer Steckschlüssel-Nuss 14mm (1/4 Zoll) nach. Das Pedal kann mit einem 15 mm Gabelschlüssel an der Tretkurbel nachgezogen werden.

9.1.4 4000 MIX X MED Serie

- ⊗ Dieses Gerät ist wartungsarm.
- ⊗ Vermeiden sie ein Einölen und Einfetten des Gerätes von außen.
- ⊗ Reinigen Sie die Chromstange des Sitzes wöchentlich von Staub.

9.1.5 4000 RECUMBENT X MED Serie

- ⊗ Dieses Gerät ist nahezu wartungsfrei.
- ⊗ Die beweglichen Teile des Gerätes benötigen kein weiteres Einölen oder Einfetten.
- ⊗ Reinigen Sie die Sitzführungsstange wöchentlich von Staub.

Tretkurbel

- ⊗ Da sich Schrauben nach einiger Zeit setzen, also nachgeben, sollte der Sitz der Tretkurbeln und der Pedale erstmals nach 3-5 Betriebsstunden, danach monatlich überprüft werden. (Linkes Pedal hat Links-, rechtes Pedal hat Rechtsgewinde).
- ⊗ Sollte sich eine Tretkurbel lösen, schrauben Sie diese umgehend wieder fest. Entfernen Sie hierzu die schwarze Abdeckkappe von der Kurbelachse und ziehen Sie die sich darunter befindende Schraube mit einer Steckschlüssel-Nuss 14mm (1/4 Zoll) nach. Das Pedal kann mit einem 15 mm Gabelschlüssel an der Tretkurbel nachgezogen werden.

9.1.6 4000 STAIR X MED Serie

- ⊗ Dieses Gerät ist wartungsarm.
- ⊗ Vermeiden sie ein Einölen und Einfetten des Gerätes von außen.

9.1.7 4000 TRAC X MED Serie

Justieren des Laufgurtes

Die hintere Transportwelle ist eine gefährliche Fang- und Einzugstelle. Achten Sie deshalb stets darauf, dass Sie nicht mit Ihren Haaren oder mit Kleidungsstücken in die Nähe der Transportwelle kommen.

Justieren Sie den Laufgurt nie allein. Um Ihre Sicherheit gewährleisten zu können, muss der Justiervorgang stets von einer zweiten Person überwacht werden. Diese Person kann im Notfall den Not-Aus-Schalter betätigen.

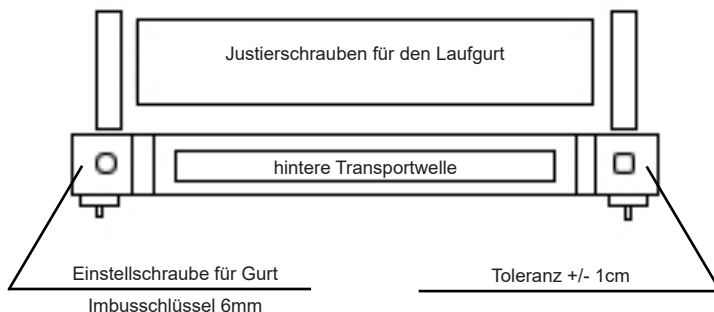
Nehmen Sie die Feinjustierung des Laufgurtes an der linken Justierschraube der Transportwelle bei laufendem Gerät vor. Verwenden Sie den mitgelieferten Inbusschlüssel (6 mm).

1. Lassen Sie das Band mit ca. 12 km/h ohne Steigung laufen.
2. Beobachten Sie den Laufgurt mindestens 2 min.
3. Der Laufgurt muss sich ungefähr in der Mitte der Welle befinden. Ist das nicht der Fall, gehen Sie wie folgt vor:
4. Läuft der Laufgurt nach rechts, drehen Sie die rechte Justierschraube nach rechts, läuft der Laufgurt nach links, drehen Sie die rechte Justierschraube nach links. Die Schraube sollte bei geringfügigen Abweichungen immer nur max. ¼ Umdrehung, bei größeren Abweichungen ½ Umdrehung gedreht werden.
5. Nach jeder Veränderung muss der Laufgurt 2 min kontrolliert werden. Lassen Sie das Gerät zur Kontrolle auch mit 5 km/h und mit 20 km/h laufen.
6. Der Justiervorgang ist beendet, wenn sich der Laufgurt nach längerem Lauf bei 12 km/h in der Mitte der Welle befindet.
7. Berglauf und verschiedene Laufstile können dazu führen, dass sich der Laufgurt aus der Mitte bewegt. Solange der Laufgurt bei Normallauf von 12 km/h wieder in die Mitte zurückgeht, müssen Sie nicht nachjustieren. Bei korrekter Einstellung behält der Laufgurt über viele Monate seine eingestellte Position.
8. Durch gleichmäßiges Rechtsdrehen der linken und der rechten Justierschraube können Sie den Laufgurt etwas nachspannen. Beachten Sie dabei die Laufgurtspannung (Laufgurt nicht überspannen)!

Prüfung der Laufgurtspannung

Achten Sie darauf, dass beim Öffnen des Cockpits und der Motorhaube der Netzstecker gezogen ist!

Nach längerem Gebrauch oder bei falscher Justierung des Gurtes kann der Gurt locker werden, so dass beim Aufsprung auf den Laufgurt dieser abgebremst wird, und die vordere Antriebswelle keine vollständige Haftung mehr mit dem Gurt hat.



Überprüfen Sie in diesem Fall die Gurtspannung wie folgt:

1. Öffnen Sie die vordere Abdeckhaube. Achten Sie darauf, dass niemand in das Gerät hinein greift.
2. Drücken Sie jetzt die START-Taste, um den MANUELL-Modus zu bestätigen und beschleunigen Sie mit der PLUS-Taste das Laufband auf 2 km/h.
3. Stellen Sie sich hinter das Laufband und versuchen Sie mit dem Fuß vorsichtig, den Laufgurt zu blockieren.
4. Wenn Sie den Laufgurt blockieren können, muss der Laufgurt nachgespannt werden.



Wird der Laufgurt zu lange blockiert, kann die Motorregelung wegen Überstrom abschalten, was durch eine blinkende Alarm LED der Motorregelung signalisiert wird. Schalten Sie in diesem Fall das Gerät aus und nach 5 Minuten wieder ein.

Nachspannen des Laufgurtes

Die Laufgurtspannung darf nie mehr als 0,5% betragen, da in diesem Fall Schäden am Gurt, an den Wellen oder an den Lagern nicht auszuschließen sind! Achten Sie darauf, dass beim Nachspannen des Laufgurtes der Netzstecker gezogen ist!



Gehen Sie wie folgt vor:

1. Die richtige Gurtspannung beträgt 0,3 - 0,4 %. Das bedeutet, dass sich bei absolut lockerem Laufgurt eine beidseitige Längenmarkierung von 1000 mm (die Sie an beiden Seiten mit einem Stift am lockeren Gurt anbringen können) auf 1003 bis 1004 mm bei richtiger Spannung ausdehnt.
2. Drehen Sie gleichmäßig die linke und rechte Einstell- und Spannschraube

(Inbusschlüssel 6 mm) nach rechts bis die richtige Gurtspannung erreicht ist (siehe Punkt 1). Achten Sie darauf, dass der Laufgurt innerhalb der beiden Pfeilmarkierungen läuft, die sich am hinteren Laubandrahmen befinden.

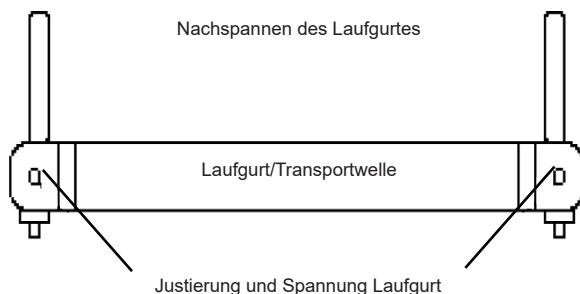
- Der Gurt kann auch so lange gespannt werden, bis sich die Welle bei Blockierung des Gurtes nicht mehr leer dreht (siehe Punkt "Prüfung der Laufgurtspannung").

Spannung des Antriebsriemens



Der Poly-V-Riemen ist mit einem Riemenspanner versehen und muss im Normalfall nie nachgespannt werden. Falls der Antriebsriemen doch nachgespannt werden muss achten Sie jedoch darauf, dass der Netzstecker gezogen ist!

Die Spannung des Riemens können Sie gemäß Abschnitt „Prüfung der Laufgurtspannung“ durch Blockieren des Laufgurtes kontrollieren. Dabei müssen Sie darauf achten, dass der Motor nicht leer dreht, sondern die volle Haftung mit dem Riemen hat.



Müssen Sie den Antriebsriemen doch einmal nachspannen, verfügt dieser über eine Verstellmöglichkeit.

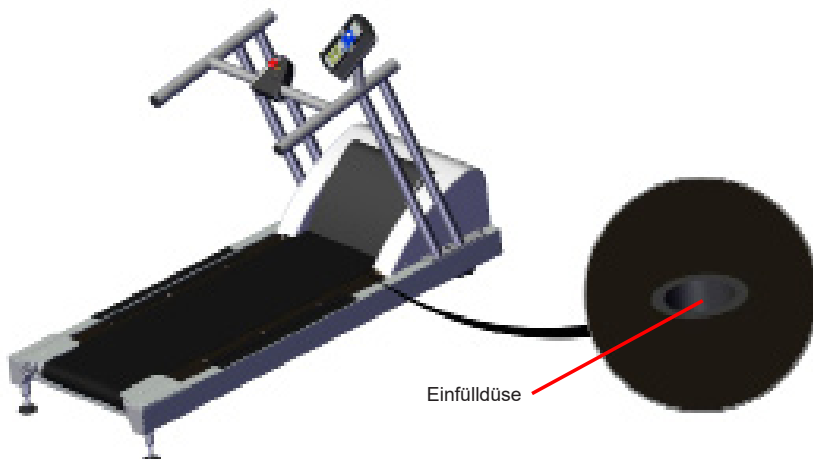
Schmierung der Laufgrundfläche

Spätestens nach Erscheinen der Ölintervallanzeige im Display oder nach Auftreten von Schleifgeräuschen während des Laufens muss der Ölfilm unter dem Laufgurt überprüft werden. Dann muss nach Bedarf nachgeölt und die „Ölintervall-Distanz“ neu eingestellt werden.

Die Intervalle sind je nach Einsatz unterschieden nach:

- ⊗ Krankengymnastik / wenig benutzt, ca. 500 km
- ⊗ Studio / mittlere Benutzung, ca. 1000 km
- ⊗ Studio / starke Belastung, ca. 1500 km

Das Nachölen erfolgt mit der mitgelieferten Flasche Spezialöl und einer 10 ml Spritze. Verwenden Sie nur das mitgelieferte Spezialöl (Spezialöl erhalten Sie zudem auf Anfrage bei ERGO-FIT)! Andere erhältliche Öle und Fettmittel können den Laufgurt und die Lauffläche beschädigen und somit zum Ausfallen des Laufbandes führen. Für einen Wartungsvorgang benötigen Sie 2 Spritzen à 10 ml Spezialöl.



Gehen Sie wie folgt vor:

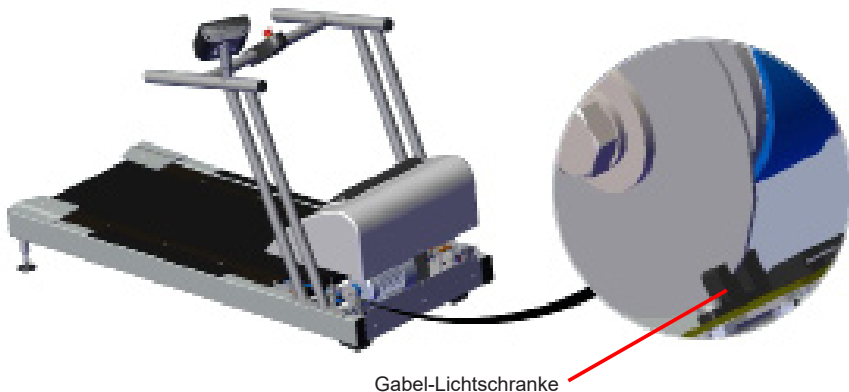
Achten Sie darauf, dass Sie nicht mit dem Laufgurt in Berührung kommen! Um Ihre Sicherheit gewährleisten zu können, muss dieser Wartungsvorgang stets von einer zweiten Person überwacht werden. Diese Person kann im Notfall den Not-Aus-Schalter betätigen.



1. Schalten Sie das Laufband an und wählen Sie die Betriebsart „MANUELL“. Lassen Sie das Laufband mit einer Geschwindigkeit von ca. 2 km/h laufen.
2. Füllen Sie die mitgelieferte Spritze mit dem Spezialöl.
3. Seitlich unter dem Laufgurt befindet sich ein Brett, in dem sich die Einfülldüse befindet. Führen Sie die Spritze in die Einfülldüse ein und drücken Sie den Inhalt langsam in die Düse.
4. Füllen Sie die Spritze erneut mit Spezialöl und wiederholen Sie den Vorgang gemäß Punkt 3.
5. Anschließend füllen Sie die Spritze mit Luft, um das komplette Öl auf den Laufgurt zu bringen.
6. Lassen Sie das Laufband nach dem Ölen noch ca. 5 min ohne Person mit einer Geschwindigkeit von 5 km/h laufen, damit sich das Öl auf der Laufgurtfläche verteilen kann.

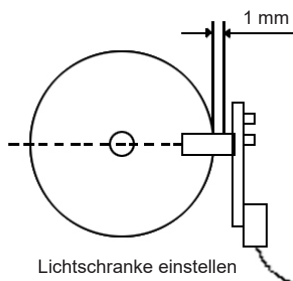
Lichtschranke, Reinigung und Einstellung

Die Lichtschranke und Schlitzscheibe dienen zur Erfassung der Geschwindigkeit und sollten in Abständen von 6 Monaten mit einem feuchten Tuch und Spiritus vorsichtig gereinigt werden. In eingebautem Zustand der Scheibe kann die Reinigung auch mittels eines Borstenpinsels, der zuvor in Spiritus getränkt wurde, durchgeführt werden. Damit können zwischen Scheibe und Lichtschranke die optischen Elemente vorsichtig gereinigt werden.



Bei der Einstellung der Lichtschranke ist darauf zu achten, dass die Luftspalte zwischen Scheibe und Gehäuse der Lichtschranke eingehalten werden:

- ⊗ Spalt axial: ca. 1 mm gemäß Abbildung
- ⊗ Spalt radial: ca. 1 mm links und rechts



Es ist wichtig darauf zu achten, dass die gedachte Verlängerung der Lichtschranke durch den Wellenmittelpunkt der Motorwelle verläuft.



9.1.8 Blutdruckmodul

- ⊗ Falls das Gerät über ein Blutdruckmessgerät verfügt, ist für dieses spätestens alle 2 Jahre eine MTK und, falls erforderlich, eine Kalibrierung durchzuführen.
- ⊗ ERGO-FIT empfiehlt einen Austausch des Manschettenbezuges alle 6 Monate.

9.1.9 SpO₂-Modul

- ⊗ Dieses Gerät ist nahezu wartungsfrei.

9.2 Reinigung

Schweiß, Staubpartikel und Schmutz schädigen Ihr Trainingsgerät, was sich bereits nach wenigen Wochen zeigen kann. Metall- und Aluteile an Ihrem Gerät können in Verbindung mit Schweiß dessen Oberfläche verändern. Reinigen Sie Ihr Gerät deshalb täglich.

Zur Reinigung Ihres Trainingsgerätes empfehlen wir die Desinfektionsmittel „Ecolab P3-steril“ oder „Scarabig“. Diese erhalten Sie bei nachfolgenden Firmen:

Ecolab Deutschland GmbH (www.ecolab.com)

Reisholzer Werftstraße 38-42 / Postfach 13 04 06 - 40554 Düsseldorf

SCARAPHARM chem.-pharm. Produkte GmbH (www.scarapharm.de)

Wachmannstraße 86 - 28209 Bremen

Achten Sie bei der Reinigung Ihres Gerätes auf Folgendes:



- ⊗ Beachten Sie, dass beim Reinigen des Gerätes der Netzstecker gezogen ist!
- ⊗ Reinigen Sie das Gerät nur mit einem feuchten Tuch, milden handelsüblichen Reinigern oder Seifenlauge und reiben Sie es mit einem weichen Tuch trocken.
- ⊗ Vermeiden Sie auf jeden Fall ein Einölen und Einfetten des Gerätes von außen.
- ⊗ Der 4000 TRAC X MED Serie sollte auch innen gereinigt werden. Drehen Sie dazu an der vorderen Abdeckhaube die 7 Schrauben heraus. Anschließend kann durch Ziehen der Haube nach oben diese abgenommen werden. Achten Sie darauf, dass dabei der Sicherheitsautomat nicht beschädigt wird. Entfernen Sie die Ablagerungen im Innenraum des Laufbandes mit dem Staubsauger, achten Sie dabei besonders auf die Ablagerungen am Lüftungsgitter des Antriebsmotors.

Reinigen Sie weiterhin beim Training mit Chipkarte auch regelmäßig Chipkarten und Chipkartenleser mittels eines Lappens und Isopropanol. Spezielle Reinigungssets sind außerdem bei ERGO-FIT GmbH & Co. KG erhältlich.

Reinigung der Blutdruckmanschette:

Reinigen Sie die Manschette erst, wenn Sie die Verbindung zum Blutdruck-Modul getrennt haben.

- ⊗ Die Manschette lässt sich mit einem feuchten Tuch reinigen, um die Oberfläche von Staub und Schmutz zu befreien.
- ⊗ Bevor Sie mit dem Reinigen der Manschette beginnen, müssen das Aufpumpteil und das Mikrofon vom Manschettenbezug getrennt werden. Falten Sie vor dem Waschen den Bezug so, dass Flausch- und Hakenband geschlossen aufeinander liegen.
- ⊗ Das Manschettenmaterial besteht aus PU und ist waschbar bei 40°C im Schonwaschgang mit Feinwaschmittel. Die Manschette kann mit einem Schwamm oder einer weichen Bürste mit Feinwaschmittel vorgereinigt werden, danach mit Wasser nachspülen. Chemische Reinigung: wie empfindliche Kleidung.

Desinfizieren der Blutdruckmanschette:

Die Manschette kann mit folgenden empfohlenen Desinfektionsmitteln desinfiziert werden: Cidex, Sporicidin, Mikrocid, 70%igen Isopropylalkohol, 70%iges Ethanol, Buratonflüssigkeit. Nach Desinfektion die Manschette unter klarem Wasser abspülen und an der Luft trocknen lassen.

Die Manschette niemals autoklavieren!

Die Manschette ist für mehrfaches Reinigen und Desinfizieren vorgesehen. Sollte das Desinfektionsergebnis unbefriedigend sein, oder die Manschette unansehnlich werden, sollte der Manschettenbezug erneuert werden. Dieser ist einzeln als Ersatzteil erhältlich.

Reinigungs- bzw. Wechselvorbereitung

Die Manschette besteht aus Manschettenblase (inklusive Mikrofon, Mikrofonkabel und -stecker, Manschettenschlauch und QuickConnect), Zugbügel, Strap und Manschettenbezug.

Soll der Manschettenbezug infolge von Verunreinigung, Materialermüdung oder Verschleiß nicht mehr nutzbar sein, kann dieser gesondert gewechselt werden, die anderen Bestandteile können weiter verwendet werden.

Zum Reinigen bzw. zum Wechsel des Manschettenbezugs die Lasche „adjustable cone“ öffnen (siehe Abbildung 1 & 2).



Abb.1: Manschette geschlossen



Abb.2: Manschette mit geöffneter Lasche

Anschließend die Lasche aus dem Bügel ziehen und die Manschette offen, wie in Abb.3 skizziert auflegen.

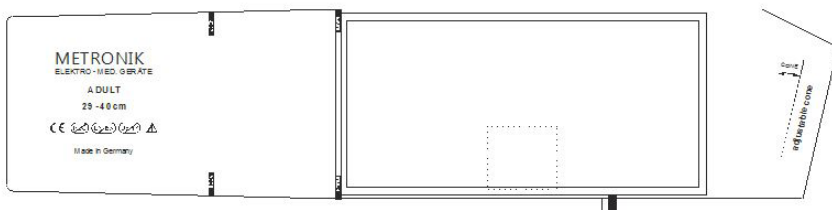


Abb. 3: Skizze eines Manschettenbezugs

Auf der rechten, unteren Seite kann man dann den Klettverschluss bis zum Schlaucheingang öffnen. Danach kann man die Manschettenblase nach rechts herausziehen und den Zugbügel vom Manschettenbezug herunterziehen.

Zum Anbringen eines neuen Manschettenbezugs geht man dann umgekehrt vor: Zuerst legt man den Manschettenbezug wie in Abb.3 auf, fädelt den Zugbügel von rechts bis ganz nach links auf. Danach öffnet man den Klettverschluss auf der rechten unteren Seite ganz und fädelt wieder die Manschettenblase in den Bezug so ein, dass das Mikrophon in der Blase sich auf Höhe der Markierung befindet. Die Blase schließt im Bezug bündig auf der linken Seite an die Markierung „Index“. Die Blase sollte glatt im Bezug liegen, sie darf nicht umgeknickt, verdreht oder in sich überlappend liegen. Sitzt die Blase richtig, kann der Klettverschluss geschlossen werden. Zuletzt wird noch die Lasche „adjustable cone“ durch den Zugbügel geführt und mit dem Klettverschluss geschlossen.

Wie hier beschrieben kann ein Manschettenbezug auch gelöst und gewaschen werden, um ihn im Anschluss wieder auf die Blase aufzuziehen.

Reinigung des SpO₂-Clips:

Reinigen Sie das SpO₂-Modul erst, wenn Sie alle Anschlüsse die zum Cockpit führen getrennt haben.

- ⊗ Reinigen Sie den Sensor mit einem weichen, feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel. Der Hersteller empfiehlt hier das Mittel Klenzyme von Steris Corporation.
- ⊗ Verwenden Sie keine scharfe Desinfektionsmittel da sonst der Sensor beschädigt wird. Der Hersteller empfiehlt ein Desinfizieren mit Isopropylalkohol (70%) oder eine High-Level Desinfektion mit CIDEX OPA der Firma Johnson and Johnson Corporation.

Kapitel 10 Störungen - Was tun?

10.1	Lokalisieren der Ursache	98
10.2	Fehlermeldungen	104

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

10 Störungen - was tun?

Trotz des hohen Qualitätsstandards der Produkte von ERGO-FIT kann es in seltenen Fällen zu Störungen kommen. Ziel dieses Kapitels ist es, Sie über die möglichen Ursachen dieser Störungen aufzuklären, und Ihre Möglichkeiten zur Fehlerbehebung aufzuzeigen. Wird ein technischer Defekt vermutet, darf das Gerät aus Sicherheitsgründen nicht mehr in Betrieb genommen werden. Sollten Sie eine Störung selbst beheben, wäre es für uns sehr hilfreich, wenn Sie uns diese Störung umgehend melden könnten. So können wir die Fehler in der Stammakte des Gerätes vermerken, was letztlich zur Qualitätssteigerung beiträgt.



Vor jedem Eingriff in das Gerät müssen sie aus Sicherheitsgründen den Netzstecker aus der Steckdose ziehen!

10.1 Lokalisieren der Ursache

Fehlfunktionen können manchmal banale Ursachen haben, manchmal jedoch auch von defekten Komponenten ausgehen. Wir möchten Ihnen in diesem Kapitel einen Leitfaden an die Hand geben, um eventuell auftretende Probleme lösen zu können. Wenn die hier aufgeführten Maßnahmen keinen Erfolg bringen, nehmen Sie bitte umgehend Kontakt mit unserer Serviceabteilung auf. Unser Serviceteam hilft Ihnen gerne weiter.

Bei Störungen am Trainingsgerät gehen Sie bitte wie folgt vor:

Das Trainingsgerät funktioniert nicht (fehlender Signalton beim Einschalten, leeres Display)

- ⊗ Überprüfen Sie den Sicherungskasten. Eventuell ist eine Sicherung „herausgesprungen“ oder defekt.
- ⊗ Haben Sie eine Verteilersteckdose oder Verlängerungskabel verwendet? Schließen Sie Ihr Gerät nur direkt an eine Steckdose an.
- ⊗ Wurde versehentlich der Not-Aus-Schalter (nur beim 4000 TRAC X MED Serie) betätigt?
- ⊗ Überprüfen Sie die Steckdose. Schließen Sie beispielsweise ein anderes elektrisches Gerät an die Steckdose an.
- ⊗ Ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose und beginnen Sie mit einer sorgfältigen Sichtprüfung des Netzkabels.

Eine Fehlermeldung wird auf dem Display des Trainingsgerätes angezeigt

- ⊗ Notieren Sie sich nach Auftreten der Fehlermeldung die genauen Angaben.
- ⊗ Ermitteln Sie, ob der Fehler schon häufiger aufgetreten ist, wann und wie oft?
- ⊗ Überprüfen Sie, ob parallel noch weitere Geräte in Betrieb waren. Wenn ja, welche?

- ⊗ Überprüfen Sie, ob zum Zeitpunkt der Fehlermeldung eine Taste gedrückt wurde.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob Sie nach Auftreten des Fehlers das Gerät mit der Taste „START“ wieder starten können oder ob dies erst nach Ausschalten des Gerätes wieder möglich ist.
- ⊗ Wenn Sie selbst zum Zeitpunkt der Fehlermeldung nicht anwesend waren, befragen Sie den Benutzer des Gerätes nach dem genauen Ablauf.
- ⊗ Versuchen Sie den Fehler zu beheben (siehe Fehlermeldungen) oder wenden Sie sich an unser ERGO-FIT Service-Center.

Mögliche Störungen des SpO₂ Moduls:

Es findet keine Messung der Sauerstoffsättigung statt

- ⊗ Es wurde ein falscher Sensor angeschlossen

Es wird ein Nullwert bei der Messung der Sauerstoffsättigung angezeigt

- ⊗ Die Betriebsspannung ist zu niedrig oder zu hoch.
- ⊗ Die Betriebstemperatur ist zu niedrig oder zu hoch.
- ⊗ Es entstehen Störungen durch elektrische Wechselspannungen.
- ⊗ Es herrscht zuviel Umgebungslicht.

Mögliche Störungen des Blutdruckmoduls:

Kein Druckaufbau möglich innerhalb von 5 Sekunden nach Start (Pumpe läuft)

- ⊗ keine Manschette angesteckt --> Manschette verbinden
- ⊗ Manschette nicht ordnungsgemäß angesteckt --> Manschettenstecker prüfen
- ⊗ Manschette zu locker oder gar nicht angelegt --> Manschette stramm anlegen
- ⊗ Manschette undicht --> Manschette wechseln
- ⊗ Undichtigkeit im Modul --> Service notwendig
- ⊗ Nach Moduldefekt --> MTK durchführen

Kein Druckaufbau innerhalb von 5 Sekunden nach Start, Pumpe läuft nicht

- ⊗ Kontroll LED leuchtet nicht --> Spannungsversorgung prüfen, Service notwendig
- ⊗ Kontroll LED leuchtet --> Leitung/Cockpit prüfen, Service notwendig
- ⊗ Fehler am Modul --> Service notwendig
- ⊗ Nach Moduldefekt --> MTK durchführen

Es werden keine Messwerte nach der Ruhemessung angezeigt

- ⊗ Manschette falsch angelegt, Mikrofon erfasst keine Korotkov Töne.
--> Siehe Kapitel 7.6.
- ⊗ Mikrofon erfasst keine Korotkov Töne.
--> Blutdruckmessung am anderen Arm durchführen.
- ⊗ Das ERGO-Filter ist gesetzt, die Korotkov-Geräusche werden elektronisch abgedämpft.
--> ERGO-Filter zurücksetzen. Eine Ruhemessung mit ERGO-Filter ist nicht zulässig (siehe Kap. 7.6.3)
- ⊗ Mikrofon, Mikrofonkabel oder Mikrofonstecker defekt, keine Tonübertragung
Mikrofon kann auch infolge mechanischer Gewalteinwirkung defekt sein.
--> Überprüfung, indem während der Messung mit dem Finger auf die Manschette geklopft wird, das simuliert ein Korotkov-Geräusch. Im Fehlerfall Manschette austauschen oder Manschette reparieren lassen.
- ⊗ Druckablass zu schnell, es treten zu wenig Korotkov Geräusche auf.
--> Die Automatikmessung benötigt mindestens vier aufeinanderfolgende Korotkovtöne. Druckablassrate verringern. (Nur mit Serviceprogramm BP möglich).

Die angezeigten Ruheblutdruckwerte sind nicht plausibel

- ⊗ Manschette falsch angelegt, Mikrofon liegt nicht über der Arterie, Korotkov Töne werden nicht sauber aufgenommen. Siehe Kapitel 7.6.
--> Die Korotkovtöne müssen sich unter Ruhebedingung und Vermeidung von Schlauchbewegungen (siehe Kap. 7.6.2 und Kap. 7.6.3) sauber und klar absetzen. (Kontrolle über digitale Pieptöne)
- ⊗ Es wurde eine falsche Manschettengröße verwendet.
--> Bitte korrekte Manschettengröße auswählen (siehe Kapitel 7.6.1)
- ⊗ Starke Armbewegung oder Patient spricht während der Messung
--> Ruhemessung bitte in Ruhe durchführen
- ⊗ Oberarm mit Manschette wird während der Messung an Oberkörper gepresst.
--> Herzpulsationen können über den Oberkörper auf die Manschette übertragen werden und irrtümlich als Korotkovtöne interpretiert werden.
- ⊗ Druckablass zu schnell, die Manschettendruck Differenz zwischen zwei Herzschlägen ist zu hoch.
--> Druckablassrate verringern. (Nur mit Serviceprogramm BP möglich). Der Blutdruckwert kann nur zum Zeitpunkt einer Herzaktion gemessen werden. Die Wahl der Ablassrate korreliert mit der aktuellen Pulsfrequenz.

Die angezeigten Blutdruckwerte sind generell zu hoch

- ⊗ Es wurde eine zu kleine Manschette verwendet.
--> Bitte korrekte Manschettengröße auswählen (siehe Kapitel 7.6.1).
- ⊗ Methodische/Grundsätzliche Fehler:
 - Schlauch schlägt während der Messung an,
 - Armbewegung zu stark,
 - andere laute Geräuschquelle in Umgebung
--> Die Ursache der Störgeräusche muss untersucht werden.
- ⊗ Modul defekt? --> MTK durchführen lassen.

Die angezeigten Blutdruckwerte sind generell zu niedrig

- ⊗ Es wurde eine zu große Manschette verwendet.
--> Bitte korrekte Manschettengröße auswählen (siehe Kapitel 7.6.1).
- ⊗ Manschette falsch angelegt. Das Mikrofon liegt nicht genau auf der Arterie und es werden nicht alle Korotkovtöne erfasst.
--> Siehe Kapitel 7.6.2

Die angezeigten Blutdruckwerte unter Belastung sind nicht plausibel

- ⊗ Modul defekt? --> MTK durchführen lassen.
- ⊗ Probleme Ruheblutdruckmessung.
--> Nur bei korrekter Ruheblutdruckmessung ist auch eine Belastungsmessung möglich.
- ⊗ Besonderheiten beim Anlegen der Manschette unter Belastung.
--> Der Manschettenschlauch muss ruhig am Arm geführt sein. Der zusätzliche Manschettenstrap muss den Schlauch nochmals am Unterarm fixieren. Der Manschettenschlauch sollte frei hängen, und während der Messung nirgendwo anstoßen.
- ⊗ Instruktionen an den Patienten.
--> Sobald der Patient spürt, dass eine Blutdruckmessung startet, muss der Arm locker gehalten werden, nicht zu stark anwinkeln, nicht fest ausstrecken, Manschette darf keinen Oberkörperkontakt haben. Die Bewegung am Ergometer sollte gleichmäßig und weich gemacht werden.

Die angezeigten systolischen Werte sind unter Belastung zu hoch
(Das Mikrofon nimmt bei einem Manschettendruck oberhalb der Systole Störgeräusche auf und interpretiert sie als Korotkovton)

- ⊗ Methodische/Grundsätzliche Fehler:
 - Schlauch schlägt während der Messung an,
 - Armbewegung zu stark,
 - andere laute Geräuschquelle in Umgebung
 --> Die Ursache der Störgeräusche muss untersucht werden.
- ⊗ Manschette falsch angelegt, Mikrofon steht zum Teil von der Haut ab.
--> Manschette sauber anlegen (das Mikrofon muss komplett anliegen, darf nicht abstehen, sonst hört es in den Raum).

Die angezeigten diastolischen Werte sind unter Belastung zu niedrig
(Das Mikrofon nimmt bei einem Manschettendruck unterhalb der Diastole
Pulswellengeräusche oder Störgeräusche auf und interpretiert sie als Korotkovton).

- ⊗ Methodische/Grundsätzliche Fehler:
 - Schlauch schlägt während der Messung an,
 - Armbewegung zu stark,
 - andere laute Geräuschquelle in Umgebung
 --> Die Ursache der Störgeräusche muss untersucht werden.

Unter Belastung sind systolische Werte zu niedrig und diastolische Werte zu hoch
(Das Korotkovgeräusch setzt zu leise ein und klingt zu leise aus)

- ⊗ Manschettenmikrofon nicht exakt positioniert. --> Siehe Kapitel 7.6.1
- ⊗ Der Patient hat physiologisch sehr leise Korotkovtöne; er ist auch mit dem Stethoskop nur sehr schwer messbar.
--> Messung am anderen Arm oder Mikrofonposition etwas versetzen.
- ⊗ Die Druckablassrate ist deutlich zu hoch.
--> Druckablassrate reduzieren. (Nur mit Serviceprogramm BP möglich)

Das Blutdruckmessgerät wird vom PC ferngesteuert, es werden aber keine Messwerte übertragen

- ⊗ Siehe Problem „keine Messwerte in Ruhemessung“.
--> Wenn das Cockpit keine Werte anzeigt, können auch keine übertragen werden.
- ⊗ Die Emulation der Datenübertragung ist nicht kompatibel.
--> Versuchen Sie eine andere Kombination der Protokollauswahl im PC-EKG und im Cockpit des Gerätes.
- ⊗ Softwarefehler.
--> Versuchen Sie, den Fehler einzugrenzen, nachzuvollziehen und zu dokumentieren. Informieren Sie detailliert den Hersteller/Servicepartner/ Softwareentwickler.

Hinweis: Wenn das BL-6 in ein EKG-System integriert ist, nutzen Sie nur noch die EKG-Software für Blutdruckstart und nicht mehr die BP-Taste am Cockpit.

10.2 Fehlermeldungen

Nachstehend finden Sie die häufigsten Fehlermeldungen, deren Ursache und Angaben zur Behebung des Fehlers:

- Meldung:** Trainingsplanende oder falsches Datum
- Problem:** Der auf der Chipkarte gespeicherte Trainingszeitraum ist zu Ende, d.h. es sind seit Durchführung des Tests 8 (Trainings-)Wochen vergangen. Ist dies nicht der Fall, stimmen wahrscheinlich Datums- und Uhrzeiteinstellungen des entsprechenden ERGO-FIT Gerätes nicht.
- Lösung:** Drücken Sie in diesem Fall im Hauptmenü gleichzeitig die PLUS- und die MINUS-Taste. Sie bekommen dann die Möglichkeit, auf dem Display das richtige Datum und die aktuelle Uhrzeit mit Hilfe der PLUS- und MINUS-Taste einzustellen und Ihre Eingaben mit der START-Taste zu bestätigen.
-
- Meldung:** To („Timeout“)
- Problem:** Die Grenztemperatur (eingebauter Temperaturwächter = 115°) des Transformators wurde überschritten.
- Lösung:** Beenden Sie das Training, schalten Sie das Gerät aus und lassen Sie es abkühlen.
-
- Meldung:** CS
- Problem:** Die Daten auf der Karte sind beschädigt oder die Datenübertragung zum Kartenleser ist gestört.
- Lösung:** Überprüfen Sie zunächst, ob die Chipkarte richtig eingesteckt ist. Falls nicht, stecken Sie sie richtig ein und wiederholen Sie den Vorgang. Sollten Sie damit nicht den gewünschten Erfolg erzielen, überprüfen Sie die Funktionsfähigkeit des Kartenlesers mit einer anderen Karte - falls Sie danach wieder eine der Fehlermeldungen erhalten, überprüfen Sie bitte, ob das im Gerät befindliche Verbindungskabel zwischen dem Gerät und dem Kartenleser angeschlossen ist (sollten Sie die korrekte Vorgehensweise nicht kennen, setzen Sie sich bitte mit unserer Service-Abteilung in Verbindung, bevor Sie das Cockpit abschrauben). Ist die Funktion mit einer anderen Karte gegeben, dann sind die Daten auf der Karte beschädigt (Daten mit dem ERGO-FIT Programm neu auf die Karte schreiben).
-
- Meldung:** NO ID 01, NO ID 17, NO ID 19 oder NO ID 20
- Problem:** Die verwendete Chipkarte ist nicht ausgewertet.
- Lösung:** Werten Sie die Chipkarte erst mit Hilfe der ERGO-FIT Test-Software aus. Erst dann können Sie mit der ausgewerteten Karte das ERGO-FIT Punkte-training durchführen.

- Meldung:** NO ID 02 oder NO ID 18
- Problem:** Bei der verwendeten Karte handelt es sich um eine Trainingskarte, d.h. eine Karte, die nicht für einen Test initialisiert worden ist. Es ist nicht möglich, mit einer Trainingskarte einen ERGO-FIT Test durchzuführen.
- Lösung:** Falls Sie eine neue Testauswertung benötigen, initialisieren Sie die Chipkarte mit Hilfe der ERGO-FIT Software für einen Test und verwenden Sie dann diese Chipkarte für die Test-Durchführung.
-
- Meldung:** NO ID 55
- Problem:** Es befinden sich keine Daten auf der Chipkarte - möglicherweise ist die Chipkarte noch nie verwendet worden oder der Chip selbst könnte beschädigt sein.
- Lösung:** Initialisieren Sie die Chipkarte noch einmal - bleibt dies erfolglos, verwenden Sie eine neue Chipkarte und führen Sie mit dieser die Initialisierung noch einmal durch.
-
- Meldung:** Error 16
- Problem:** Das Gerät kann keine Karte im Kartenleser finden.
- Lösung:** Überprüfen Sie noch einmal, ob die Chipkarte richtig eingesteckt ist.
-
- Meldung:** Error 01, Error 17, Error 32, Error 33, Error 48 oder Error 49
- Problem:** Das Gerät kann die Chipkarte nicht ansprechen.
- Lösung:** Überprüfen Sie zunächst, ob die Chipkarte richtig eingesteckt ist. Falls nicht, stecken Sie diese richtig ein und wiederholen Sie den Vorgang. Sollten Sie damit nicht den gewünschten Erfolg erzielen, überprüfen Sie die Funktionsfähigkeit des Kartenlesers mit einer anderen Karte - falls Sie danach wieder eine der Fehlermeldungen erhalten, überprüfen Sie bitte, ob das im Gerät befindliche Verbindungskabel zwischen dem Gerät und dem Kartenleser angeschlossen ist (sollten Sie die korrekte Vorgehensweise nicht kennen, setzen Sie sich bitte mit unserer Service-Abteilung in Verbindung, bevor Sie das Cockpit abschrauben)
-
- Meldung:** Gerät ID xxx: Bitte Karte entnehmen
- Problem:** Das Gerät befindet sich nicht auf dem Trainingsplan.
- Lösung:** Das gewünschte Gerät muss mittels der ERGO-FIT Software in den Trainingsplan integriert werden.

Fehlermeldungen 4000 TRAC X MED Serie:

- Meldung:** STOP (blinkt in der Mitte der Anzeige)
- Problem:** Es liegt ein Umrichterfehler vor.
- Lösung:** Beenden Sie das Training und schalten Sie das Gerät aus (mindestens 30s ausgeschaltet lassen).

Kapitel A Anhang

A.1	Kundendienst	108
A.2	Ersatzteile	108
A.3	Technische Daten	108
A.4	Elektromagnetische Aussendung und Störfestigkeit	116
A.5	Sicherheitsbestimmungen	121
A.5.1	Sicherheitshinweise	121
A.5.2	Prüfzeichen	123
A.5.3	Bildzeichen am Gerät	124
A.6	Fehlergrenzen	125
A.7	Garantieerklärung	126
A.8	Eintrag in das Medizinproduktebuch	129
	Gefahrenhinweise	133

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

A Anhang

A.1 Kundendienst

Wenn Sie eine auftretende Störung nicht selbst beheben können, wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst.

Service: Telefon: 06331/2461-20 international
 06331/2461-45 international
 06331/2461-23 national
 06331/2461-27 national
 06331/2461-29 national
 Telefax: 06331/2461-55
 E-Mail: service@ergo-fit.com

Reparaturen an ERGO-FIT Geräten werden von hochqualifizierten und kompetenten Service-Technikern ausgeführt. Selbstverständlich wird bei einer Reparatur nur Originalzubehör verwendet.

A.2 Ersatzteile

Ersatzteile sowie aktuelle Explosionszeichnungen können bei Bedarf bei der Serviceabteilung der Firma ERGO-FIT angefordert werden:

Service: Telefon: 06331/2461-20 international
 06331/2461-45 international
 06331/2461-23 national
 06331/2461-27 national
 06331/2461-29 national
 Telefax: 06331/2461-55
 E-Mail: service@ergo-fit.com

Bitte denken Sie daran, dass Sie bei der Bestellung folgende Angaben machen:

- ⊗ Gerätetyp
- ⊗ Seriennummer
- ⊗ Ersatzteilbenennung
- ⊗ Ersatzteilnummer

A.3 Technische Daten

In diesem Kapitel finden Sie Angaben zu den technischen Daten Ihres Cardiogerätes. Die Daten sind tabellarisch für die einzelnen Geräte der 4000 X LINE MED aufgelistet.

Bezeichnung	4000 CIRCLE X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	100 - 230 V ~
Stromaufnahme	0,3 - 0,5 A
Sicherung	T 1,6 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,003 kW/h
Leistungsaufnahme bei 50 W/40 U/min	0,005 kW/h
Leistungsaufnahme bei maximaler Leistung	0,016 kW/h
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	5% bis 200 W, ab 200 W 10% (im Rechtslauf)
Bremssystem	Wirbelstrombremse
Trägheitsmoment	11 +/- 2kg·m ²
Abmessung in cm (L/BH)	165,5/63,5/152
Gewicht	ca. 115 kg
Drehzahlbereich	20 - 120 U/min
Leistungsbereich	15 - 400 W
Abstufung	5 W
Trainingsprogramme	MANUELL, CARDIO, PROFILE
Ansteuerung	drehzahlunabhängig
Max. Gewichtsbelastung	200 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	Handkurbellänge, Griffposition (diagonal oder parallel), höhenverstellbare Dreheinheit

Bezeichnung	4000 CROSS X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	100 - 230 V ~
Stromaufnahme	0,3 - 0,5 A
Sicherung	T 1,6 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,003 kW/h
Leistungsaufnahme bei 80 W/80 U/min	0,005 kW/h
Leistungsaufnahme bei maximaler Leistung	0,016 kW/h
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	-
Bremssystem	Wirbelstrombremse
Trägheitsmoment	-
Abmessung in cm (L/BH)	205/67/170
Gewicht	ca. 160 kg
Drehzahlbereich	15 - 200 Schritte
Leistungsbereich	15 - 200 Belastungsstufen
Abstufung	in 5er-Schritten
Trainingsprogramme	MANUELL, CARDIO, PROFILE
Ansteuerung	drehzahlabhängig
Max. Gewichtsbelastung	150 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	-

Bezeichnung	4400 CYCLE X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	230 V ~
Stromaufnahme	0,4 A bzw. 0,8 A mit motorisierter Sattelverstellung
Sicherung	T 3,15 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,006 kW/h
Leistungsaufnahme bei 50 W/40 U/min	0,006 kW/h
Leistungsaufnahme bei maximaler Leistung	0,016 kW/h
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	5%, DIN VDE 0750-238
Bremssystem	Wirbelstrombremse
Trägheitsmoment	11 +/- 2kg·m ²
Abmessung in cm (L/BH)	128/62/146
Gewicht	ca. 65 kg
Drehzahlbereich	20 - 130 U/min
Leistungsbereich	15 - 1100 W
Abstufung	5 W
Trainingsprogramme	MANUELL, PROFILE, CARDIO, WHO-PROFILE, EKG-AUSWAHL
Ansteuerung	drehzahlunabhängig
Max. Gewichtsbelastung	200 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	Blutdruckmessung, SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	horizontale und vertikale Sattelposition, Lenker, Cockpit

Bezeichnung	4000 MIX X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	230 V ~
Stromaufnahme	0,3 A
Sicherung	T 2 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,003 kW/h
Leistungsaufnahme bei 50 W/40 U/min	0,006 kW/h
Leistungsaufnahme bei maximaler Leistung	0,016 kW/h
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	-
Bremssystem	Wirbelstrombremse
Trägheitsmoment	-
Abmessung in cm (L/BH)	200/70/166
Gewicht	ca. 160 kg
Drehzahlbereich	20 - 120 U/min
Leistungsbereich	25 - 400 W (bei CARDIO/SYSTEM), 1 - 29 Belastungsstufen (bei MANUELL)
Abstufung	-
Trainingsprogramme	MANUELL, CARDIO, PROFILE
Ansteuerung	drehzahlunabhängig, drehzahlabhängig
Max. Gewichtsbelastung	200 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	Blutdruckmessung, SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	Sitzhöhe, Lordosepolster

Bezeichnung	4000 RECUMBENT X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	100 - 230 V ~
Stromaufnahme	0,3 - 0,5 A
Sicherung	T 1,6 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,003 kW/h
Leistungsaufnahme bei 50 W/40 U/min	0,005 kW/h
Leistungsaufnahme bei maximaler Leistung	0,016 kW/h
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	5% bis 400 W, ab 400 W 10%
Bremssystem	Wirbelstrombremse
Trägheitsmoment	11 +/- 2kg·m ²
Abmessung in cm (L/BH)	160/54/125
Gewicht	ca. 75 kg
Drehzahlbereich	20 - 120 U/min
Leistungsbereich	15 - 600 W
Abstufung	5 W
Trainingsprogramme	MANUELL, CARDIO, PROFILE
Ansteuerung	drehzahlabhängig
Max. Gewichtsbelastung	200 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	Blutdruckmessung, SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	Sitzposition

Bezeichnung	4000 STAIR X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	100 - 230 V ~
Stromaufnahme	0,3 - 0,5 A
Sicherung	T 1,6 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,003 kW/h
Leistungsaufnahme bei 50 W/40 U/min	0,007 kW/h
Leistungsaufnahme bei maximaler Leistung	0,016 kW/h
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	-
Bremssystem	Wirbelstrombremse
Trägheitsmoment	-
Abmessung in cm (L/BH)	110/77/181
Gewicht	ca. 110 kg
Drehzahlbereich	15 - 155 Schritte/min*
Leistungsbereich	15 - 155 Belastungsstufen
Abstufung	in 5er-Schritten
Trainingsprogramme	MANUELL, CARDIO, PROFILE
Ansteuerung	-
Max. Gewichtsbelastung	200 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	Sitzhöhe, Lordosepolster

Bezeichnung	4000 TRAC X MED Serie
Versorgungsspannung 48-60 Hz	230 V ~
Stromaufnahme	12 A
Sicherung	B 16 A
Leistungsaufnahme im Standby-Modus	0,02 kW/h (4000 MED, Last 75 kg)
Leistungsaufnahme bei 8 km/h	0,66 kW/h (4000 MED, Last 75 kg)
Leistungsaufnahme bei 25 km/h	1,75 kW/h (4000 MED, Last 75 kg)
Normen und Richtlinien	Alle angewandten Normen und Richtlinien erhalten Sie auf Anfrage
Schutzklasse	1, IP21
Geprüft für Anwendungsbereiche	Medizinbereich
Genauigkeit	Geschwindigkeit: 5%, Steigung: 10%
Bremssystem	-
Trägheitsmoment	-
Abmessung in cm (L/BH)	210/82,5/140, Lauffläche 150 x 50
Gewicht	ca. 220 kg
Drehzahlbereich	-
Leistungsbereich	0,2 - 25 km/h
Abstufung	0,1 km/h
Trainingsprogramme	MANUELL, CARDIO, PROFILE
Ansteuerung	-
Max. Gewichtsbelastung	200 kg
Schnittstelle	RS 232
Zusatzausstattung	SpO ₂ -Messung, POLAR-Pulsempfänger (1-Kanal)
Verstellmöglichkeiten	Steigungswinkel
Steigungswinkel	0% - 20%
Geräuschemission	< 70 dB (A)*

* Die Geräuschemission unter Belastung ist höher als ohne Last

Bezeichnung	Blutdruckmodul
Messmethode	auskultatorisch, RR-Methode, Erkennung der Systole beim ersten Korotkov Ton, Erkennung der Diastole beim letzten hörbaren Korotkov Ton (Kotokov Phase V)
Messgenauigkeit	erfüllt oder übertrifft die Anforderungen der Norm DIN EN ISO 81060-2:2014 für nichtinvasive Genauigkeit (± 5 mmHg Abweichung Mittelwert, 8 mmHg Standardabweichung)
Kalibrierung	Die Messgenauigkeit der BL-6 für Druck und Anzeige ist alle 2 Jahre zu kontrollieren. (Nach Medizinprodukte-Betreiberverordnung ist spätestens alle 2 Jahre eine messtechnische Kontrolle (MTK) und, falls erforderlich, eine Kalibrierung durchzuführen. Eine Kalibrierung ist erst erforderlich wenn eine MTK nicht bestanden wurde.)
Messbereich Systole	40 - 300 mmHg
Messbereich Diastole	30 - 160 mmHg
Messbereich Puls	30 - 230 BpM
Abweichung des statischen Drucks	max +/- 3 mmHg
Stromversorgung	12 V DC, 1,2 A

A.4 Elektromagnetische Aussendung und Störfestigkeit

Die ERGO-FIT Geräte wurden in Übereinstimmung mit der Norm für Elektromagnetische Störgrößen, Anforderungen und Prüfungen DIN EN 60601-1-2:2015 entwickelt. Diese Norm dient der Basissicherheit und behandelt die wesentlichen Leistungsmerkmale in Gegenwart von elektromagnetischen Störgrößen und für die von den Medizingeräten selbst ausgehenden elektromagnetischen Störgrößen in Abhängigkeit von der elektromagnetischen Umgebung, in denen die Geräte eingesetzt werden. Einsatzorte für den bestimmungsgemäßen Gebrauch der ERGO-FIT Geräte sind Umgebungen in professionellen Einrichtungen des Gesundheitswesens außer in der Nähe von HF-Chirurgiegeräten und außerhalb des HF-geschirmten Raums eines ME-Systems für Magnetresonanzbildgebung sowie in Bereichen der häuslichen Gesundheitsfürsorge (z.B. Arztpraxen die ans öffentliche Versorgungsnetz angeschlossen sind).

Wie bei jedem elektrisch betriebenen Gerät kann ein 100% störungsfreier Betrieb nicht garantiert werden. In bestimmten Umgebungen in denen Störgrößen hoher Intensität auftreten kann es zu Wechselwirkungen oder Störungen kommen. Folgende Warnhinweise sollten unbedingt beachtet werden:

WARNUNG:

- ⊗ Gefahr von Betriebsstörungen!
Vermeiden Sie den Betrieb unmittelbar neben anderen oder mit anderen Geräten in gestapelter Form. Sollte eine solche Verwendung notwendig werden, müssen die ERGO-FIT Geräte und die übrige Ausrüstung beobachtet werden um die ordnungsgemäße Funktion sicherzustellen.
- ⊗ Möglichkeit erhöhter elektromagnetischer Emissionen und reduzierter elektromagnetischer Störfestigkeit dieses Geräts! Gefahr von Betriebsstörungen!
Verwenden Sie keine anderen Zubehörkomponenten bzw. Kabel als die vom Hersteller angegebenen oder gelieferten. (12-Volt-Leitung für Blutdruckmodul, Geräteanschlussleitung, Schnittstellenleitung (Netzwerk))
- ⊗ Verschlechterung der Leistung dieses Geräts!
Tragbare HF-Kommunikationsgeräte (einschließlich Peripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) müssen eine Entfernung von mindestens 30 cm (12 Zoll) von jedem Teil des ERGO-FIT Systems, einschließlich der vom Hersteller angegebenen Kabel, aufweisen.

Beachten Sie auch das Kapitel 7.5 Herzfrequenzmessung und weitere Gefahrenhinweise. Sollten im Zusammenhang mit einem Gerät elektromagnetische Störungen auftreten, empfehlen wir folgende Maßnahmen:

- ⊗ Ausrichtung oder Aufstellort des benachbarten Gerätes ändern.
- ⊗ Abstand zwischen den Geräten vergrößern.
- ⊗ Monitor und die anderen Geräte an Steckdosen unterschiedlicher Stromkreise anschließen.
- ⊗ Hersteller oder einen Service-Techniker kontaktieren.

Diese Leitlinien mögen nicht in allen Fällen anwendbar sein. Die Ausbreitung elektromagnetischer Größen wird durch Absorption und Reflexion von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.

Elektromagnetische Aussendung und Störfestigkeit, Übereinstimmung und Prüfpegel

Die Produkte von ERGO-FIT sind für den Betrieb in einer wie oben angegebenen Umgebung bestimmt. Bitte stellen Sie sicher, dass das Produkt tatsächlich in einer entsprechenden Umgebung betrieben wird. Das Produkt verwendet HF-Energie ausschließlich zu seiner internen Funktion. Durch das Einhalten der Klasse B ist seine HF- Aussendung eher gering und es ist unwahrscheinlich, dass benachbarte elektronische Geräte gestört werden.

Bei der Bestimmung der Grenzwerte nach DIN EN 61000-3-2 kommt die professionelle Nutzung der Geräte zur Anwendung.

Störaussendungs-messungen	Gefordert < Kriterium	Erreicht < Kriterium
HF-Aussendung nach CISPR 11, deutsche Fassung DIN EN 55011, Leitungsgeführte Funkstörspannung	Klasse B	Klasse B
HF-Aussendung nach CISPR 11, deutsche Fassung DIN EN 55011, gestrahlt Funkstör-feldstärke	Klasse B	Klasse B
Verzerrung durch Ober-schwingungen nach IEC 61000-3-2	Klasse A	Erfüllt
Spannungsschwankungen und Flicker nach IEC 61000-3-3	Pt < 1	Pt < 1

Elektromagnetische Störfestigkeit, Übereinstimmung und Prüfpegel

Störfestigkeitsmessungen	Gefordert	Erreicht
Entladung statischer Elektrizität (ESD) nach IEC 61000-4-2	Kontakt ± 8 kV Luft ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV	Kontakt ± 8 kV Luft ± 15 kV
HF-Einstrahlung nach IEC 61000-4-3	3 V/m oder 10 V/m 80 MHz bis 2.7 GHz	10 V/m 80 MHz bis 2.7 GHz
HF-Einstrahlung in unmittelbarer Nachbarschaft von drahtlosen Kommunikationsgeräten nach IEC 61000-4-3	siehe Folgetabelle	siehe Folgetabelle
Magnetfeld bei der Versorgungsfrequenz (50/60 Hz) nach IEC 61000-4-8	30 A/m 50 Hz oder 60 Hz	100 A/m 50 Hz
Schnelle transiente elektrische Störgrößen/ Bursts nach IEC 61000-4-4	+/- 2 kV / 100 kHz Wiederholffrequenz für Netzleitung	+/- 2 kV / 100 kHz Wiederholffrequenz für Netzleitung
Stoßspannungen (Surges) nach IEC 61000-4-5	Leitung - Leitung (Line - Line): ± 0.5 kV, ± 1 kV Leitung - PE (Line - PE): ± 0.5 kV, ± 1 kV, ± 2 kV	Leitung - Leitung (Line - Line): ± 0.5 kV, ± 1 kV Leitung - PE (Line - PE): ± 0.5 kV, ± 1 kV, ± 2 kV
Geleitete HF-Störgrößen nach IEC 6100-4-6	6 Veff 150 kHz bis 80 MHz	6 Veff 150 kHz bis 80 MHz
Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Schwankungen der Versorgungsspannung nach IEC 61000-4-11	30 % 10ms \rightarrow B 60 % 100 ms \rightarrow C >98 % 5000ms \rightarrow C	30 % 10ms \rightarrow A 60 % 100 ms \rightarrow A >98 % 5000ms \rightarrow A

Störfestigkeit gegenüber drahtlosen Kommunikationseinrichtungen (nach IEC 61000-4-3/DIN EN 61000-4-3, HF-Einstrahlung)					
Prüffrequenz	Band (MHz) Dienst	Max. Leistung (W)	Entfernung (m)	Prüfpegel gefordert (V/m)	Prüfpegel erreicht (V/m)
385	380 – 390 TETRA 400	1,8	0,3	27	28
450	430 – 470 GMRS 460, FRS 460	2	0,3	28	28
710 745 780	704 – 787 LTE Band 13, 17	0,2	0,3	9	9
810 870 930	800 – 960 GSM 800 /900, TETRA 800, iDEN 820, CDMA 850, LTE Band 5	2	0,3	28	28
1720 1845 1970	1700 – 1990 GSM 1800, CDMA 1900, GSM 1900, DECT, LTE Band 1, 3, 4, 25, UMTS	2	0,3	28	28
2450	2400 – 2570 Bluetooth, WLAN 802.11 b/g/n, RFID 2450, LTE Band 7	2	0,3	28	28
5240 5500 5785	5100 – 5800 WLAN 802.11 a/n	0,2	0,3	9	9

A.5 Sicherheitsbestimmungen

A.5.1 Sicherheitshinweise

Zum Schutz des Benutzers hat der Verband Deutscher Elektrotechniker e.V. (VDE) für medizinisch genutzte Räume und elektromedizinische Geräte besondere Bestimmungen herausgegeben.

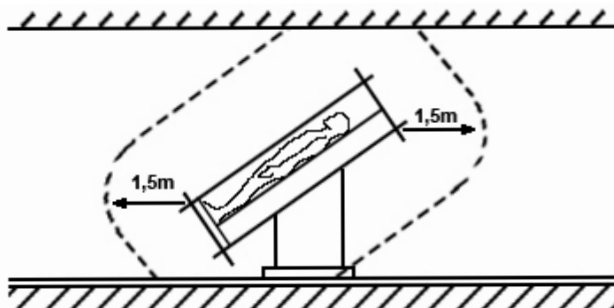
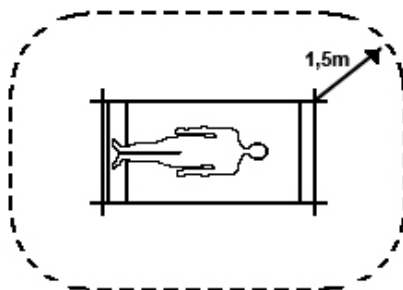
Geräte mit Netzanschluss müssen danach zum Schutz gegen das Übertreten der Netzspannung auf berührbare Metallteile außer einer zuverlässigen Isolierung der unter Spannung stehenden Teile eine zusätzliche Schutzmaßnahme aufweisen. Der VDE unterscheidet hierfür sogenannte Schutzklassen.

Von den für elektromedizinische Geräte zugelassenen Schutzklassen werden vorwiegend Schutzklasse I, d. h. Schutzmaßnahmen mit Schutzleiter, und Schutzklasse II, d. h. Schutzmaßnahmen ohne Schutzleiter aber doppelter Isolation, angewandt: Geräte der Schutzklasse I sind Geräte, deren metallische Gehäuseteile über den Schutzkontakt mit dem Schutzleiter des Leitungsnetzes verbunden sind. Bei auftretendem Isolationsfehler löst das vorgeschaltete Sicherungselement aus.

Die ERGO-FIT Geräte der Linien 4000 X LINE MED sind der Schutzklasse I zuzuordnen.

Die Anwendung von elektromedizinischen Geräten erfolgt nur bei sicherheitstechnischer Unbedenklichkeit unter Berücksichtigung des Standes der Technik sowie der Arbeitsschutz- und Unfallverhütungsvorschriften. Es müssen Schutzmaßnahmen sowohl gegen direktes als auch gegen indirektes Berühren vorgenommen worden sein. Hierzu zählen Abdeckungen und Umhüllungen, Isolierung der unter Spannung stehenden Teile in Kombination mit Schutzmaßnahmen mit Schutzleiter (entsprechend der Schutzklasse I), Schmelzsicherungen sowie die Einhaltung von Geräteabständen.

Als Umgebung für diese Geräte hat sich in der Praxis ein Erfahrungswert von 1,5 m Abstand herausgebildet. Durch diesen Abstand können zwei Trainingsgeräte nicht über eine Person leitend miteinander verbunden werden, womit ein Stromschlag für diese Person oder für die auf den Geräten Trainierenden unwahrscheinlich wird.














Die in diesem Kapitel wiedergegebenen Bestimmungen beziehen sich auf das in der Bundesrepublik Deutschland anerkannte Sicherheitsmodell. Für andere Staaten sind eventuell nationale Abweichungen zu berücksichtigen.

A.5.2 Prüfzeichen

Die ERGO-FIT Geräte der Linie 4000 X LINE MED werden unter strengsten Sicherheits- und Qualitätskontrollen gefertigt und sind für die gewerbliche Nutzung konzipiert.

Alle bei der Entwicklung angewandten Normen und Richtlinien sind in den zugehörigen Konformitätserklärungen aufgelistet, diese erhalten Sie auf Anfrage bei ERGO-FIT.

Das Typenschild am Gerät enthält die in der Skizze aufgeführten Angaben.

 12345678910111213  ERGO-FIT GmbH & Co. KG Blocksbergstraße 165 GER-66955 Pirmasens Baujahr  IP 21  	 0297 EN20957 SA  		Artikelnummer	CE	
	SerienNR 100 V-230 V ~48-60 Hz		Hersteller	Adresse	EN 20957 SA
	 ??? AL, ??? V  ??? kg  MAX ??? kg		Baujahr	Achtung/GAW beachten	
	??? A- ??? A		UDI	SRN	
			IP Klasse	Anschlusswerte	Sicherungen
			Elektroschrott		Max. Nutzergewicht
		Schutzklasse Typ B	Strom	Max. Trainingsgewicht	

A.5.3 Bildzeichen am Gerät

Die an den ERGO-FIT Geräten verwendeten Bildzeichen entsprechen der Norm IEC 417 und IEC 878.

Folgende Bildzeichen werden verwendet:



Wechselstrom



Schutzleiteranschluss



Erde



Potentialausgleich



Gerät der Schutzklasse II



Achtung, Begleitpapiere beachten!



Aus (Versorgung, Verbindung mit dem Netz)



Ein (Versorgung, Verbindung mit dem Netz)



Gerät des Typs B



Gerät des Typs BF



Gefährliche elektrische Spannung



Gebrauchsanweisung beachten



Elektroschrott

IP 21

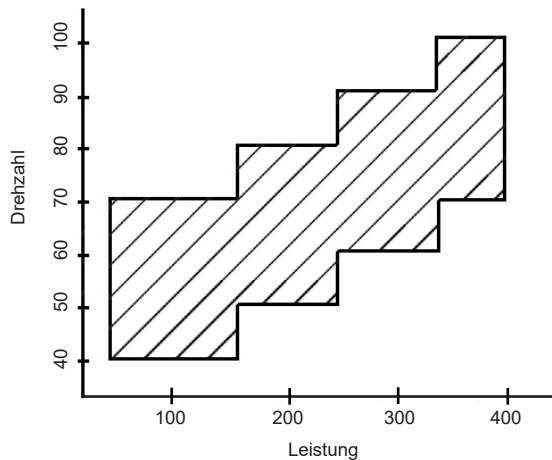
Berührungsschutz: mit dem Finger
 Fremdkörperschutz: mittelgroße Fremdkörper (Durchmesser größer 12,5mm)
 Wasserschutz: senkrecht fallendes Tropfwasser

A.6 Fehlergrenzen

Für die Geräte 4000 CYCLE X MED Serie und 4000 RECUMBENT X MED Serie gelten gemäß DIN VDE 0750-238 folgende Fehlergrenzen:

1. Der Anzeigefehler für die Leistung p darf höchstens $\pm 5\%$ des angezeigten Wertes betragen. Er braucht jedoch $\pm 3\text{ W}$ nicht zu unterschreiten.
2. Der Anzeigefehler für die Drehzahl n darf oberhalb von $40\text{ min}^{-1} \pm 2\text{ min}^{-1}$ betragen.
3. Die Messeinrichtung zur Bestimmung der Leistung aus Bremsmoment und Drehzahl des Tretkurbelergometers darf eine Fehlergrenze von 1% nicht überschreiten.

Das Kennlinienfeld des Arbeitsbereiches der Bremsmomentregelung lässt sich aus der Abbildung entnehmen:



Der Arbeitsbereich wird im Display wie folgt dargestellt:

Geräte nach	VDE 750-238	EN 957
Anzeige rechts neben der Drehzahl		
keine	5% Bereich	10% Bereich
Punkte	10% Bereich	10% Bereich
Pfeile	Abweichung > 10%	Abweichung > 10%

A.7 Garantieerklärung

2 Jahre Garantie (siehe allgemeine Geschäftsbedingungen Punkt 8.1 Garantie , ERGO-FIT gewährt für die eigenen Produkte 2 Jahre Garantie. Im ersten Jahr werden zu den Ersatzteilen zusätzlich die Fahrtkosten und anfallende Arbeitszeiten innerhalb Deutschlands übernommen. Im zweiten Jahr ausschließlich die Ersatzteile. Für Handelsware gelten die Garantiebestimmungen des jeweiligen Herstellers*)

Für Mängel der Lieferung, zu denen auch das Fehlen ausdrücklich zugesicherter Eigenschaften gehört, haftet der Verkäufer unter Ausschluss weiterer Ansprüche wie folgt:

1. Alle diejenigen Teile sind nach Ermessen des Verkäufers auszubessern oder neu zu liefern, die sich innerhalb von 24 Monaten nach Lieferung infolge eines vor dem Gefahrenübergang liegenden Umstandes - insbesondere wegen fehlerhafter Bauart, schlechter Baustoffe oder mangelnder Ausführung - als unbrauchbar oder in ihrer Brauchbarkeit beeinträchtigt herausstellen. Für Mängel vom Verkäufer angelieferter oder ausgewählter Zeichnungen und Materialien haftet der Lieferer nur, wenn er bei Anwendung fachmännischer Sorgfalt die Mängel hätte erkennen müssen, es sei denn, der Verkäufer hat die erkannten Mängel dem Käufer unverzüglich angezeigt.
2. Das Recht des Käufers, Ansprüche aus Mängeln geltend zu machen, verjährt in allen Fällen in 24 Monaten ab Übergabe des Gegenstandes.
3. Es wird keine Gewähr übernommen für Schäden, die aus den nachfolgenden Gründen entstanden sind: ungeeignete oder unsachgemäße Verwendung, fehlerhafte Montage bzw. Inbetriebsetzung durch den Käufer oder Dritte, natürliche Abnutzung, fehlerhafte oder nachlässige Behandlung, ungeeignete Betriebsmittel, Austauschwerkstoffe, mangelhafte Bauarbeiten, chemische, elektrochemische oder elektrische Einflüsse, sofern sie nicht auf ein Verschulden des Verkäufers zurückzuführen sind. Die Lieferung erfolgt auf Gefahr des Käufers auch bei frachtfreier Lieferung ab Werk.

4. Der Verkäufer ist zunächst zur zweimaligen Nachbesserung bzw. Ersatzlieferung berechtigt. Schlagen diese fehl, bestehen Minderungs- und Wandlungsrechte im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen. Zur Nachbesserung hat der Verkäufer sechs Wochen Zeit ab Mängelanzeige.
5. Durch etwa seitens des Käufers oder Dritte ohne vorherige Genehmigung des Verkäufers bzw. unsachgemäß vorgenommene Änderung oder Instandsetzung wird die Gewährleistung aufgehoben.
6. Werden die Liefergegenstände exportiert, so beschränkt sich die Gewährleistung innerhalb der Gewährleistungsfrist auf die Bereitstellung der Ersatzteile unverpackt ab Werk. Verpackungskosten, Frachtkosten und Arbeitsleistung gehen zu Lasten des Käufers. Wird vom Käufer für eine Reparatur ein Techniker vom Werk oder einer anderen Servicestation angefordert, so trägt die Kosten für Reisespesen und Arbeitsleistung der Käufer.
7. Für Handelsware, die nicht vom Verkäufer produziert wird, gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

Von der Garantie ausgenommen sind Verschleißteile wie:

- ⊗ Pedalriemen
- ⊗ Lenker-/Geländerschlauch
- ⊗ Sattel
- ⊗ Antriebsriemen
- ⊗ Laufgurt
- ⊗ Verstellhebel
- ⊗ Pedale
- ⊗ Sitz- und Trittlflächen, Griffe
- ⊗ Sicherungen
- ⊗ Sensor SPO₂-Modul
- ⊗ Manschette Blutdruckmodul
- ⊗ Kabel Blutdruckmodul
- ⊗ Freilauf

Werden die Wartungsvorschriften nicht beachtet, erlischt der Garantieanspruch!

A.8 Eintrag in das Medizinproduktebuch

Nach §11 Abs. 7 in Verbindung mit §7 der Verordnung über das Errichten, Betreiben und Anwenden von Medizinprodukten (Medizinprodukte-Betreiberverordnung „MPBetreibV“) vom 29.06.1998 (BGBl 1. S. 1762) hat derjenige, der messtechnische Kontrollen durchführt, die Ergebnisse unter Angabe der ermittelten Messwerte, der Messverfahren und sonstiger Beurteilungsergebnisse in das Medizinproduktebuch unverzüglich einzutragen. Da bei der messtechnischen Kontrolle Ihres Medizinprodukts das Medizinproduktebuch nicht vorlag, werden Sie gebeten, die nachstehenden Angaben für Ihre Dokumentation zu verwenden.

Betreiber:

Einrichtung: _____

Ansprechpartner: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Hersteller:

ERGO-FIT GmbH & Co. KG, Blocksbergstraße 165, D-66955 Pirmasens

Geräte Identifikation

Gerätebezeichnung: _____

Typ: _____

Serien-Nummer: _____

Messverfahren und Beurteilung nach:

- Leitfaden zu messtechnischen Kontrollen (LMK)
- Anlage 15 oder Anlage 23 zur Eichordnung (EQ 15 oder EQ 23)
- Sonstiges: _____

Verwendete(s) Normal(e): _____

Angabe der ermittelten Messwerte siehe Folgeseite(n)

- Messtechnische Kontrolle i.O.; Jahresbezeichnung Stempelung:
- Messtechnische Kontrolle **nicht i.O.; alte Stempelung entwertet**

Unterschrift

Messverfahren und Beurteilung nach:

- Leitfaden zu messtechnischen Kontrollen (LMK)
- Anlage 15 oder Anlage 23 zur Eichordnung (EQ 15 oder EQ 23)
- Sonstiges: _____

Verwendete(s) Normal(e): _____

Angabe der ermittelten Messwerte siehe Folgeseite(n)

- Messtechnische Kontrolle i.O.; Jahresbezeichnung Stempelung:
- Messtechnische Kontrolle **nicht i.O.; alte Stempelung entwertet**

Unterschrift

Messverfahren und Beurteilung nach:

- Leitfaden zu messtechnischen Kontrollen (LMK)
- Anlage 15 oder Anlage 23 zur Eichordnung (EQ 15 oder EQ 23)
- Sonstiges: _____

Verwendete(s) Normal(e): _____

Angabe der ermittelten Messwerte siehe Folgeseite(n)

- Messtechnische Kontrolle i.O.; Jahresbezeichnung Stempelung:
- Messtechnische Kontrolle **nicht i.O.; alte Stempelung entwertet**

Unterschrift

Einlegekarte für das Medizinproduktebuch**Betreiber:**

1. Bezeichnung des Medizinproduktes:

2. Funktionsprüfung und Einweisung:

Funktionsprüfung durchgeführt

am: _____ von: _____

Einweisung durchgeführt

am: _____ von: _____

Eingewiesene Personen: _____

3. Messtechnische Kontrollen: spätestens alle 2 Jahre

Nächste Durchführung: _____

Durchführende Person: _____

4. Instandhaltungs-/Sicherheitsüberprüfung (gemäß MPBetreibV): Empfehlung alle 12 Monate

Nächste Durchführung: _____

Durchführende Person: _____

5. Datum, Art und Folgen von Funktionsstörungen und wiederholten gleichartigen

Bedienungsfehlern: _____

6. Meldungen von Vorkommnissen an Behörden und Hersteller:

Gefahrenhinweise 4000 CIRCLE X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Verbindungsleitung zu externen Geräten.
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen am Gerät aus.
- ⊗ Trainieren Sie zu Anfang nie mit maximaler Intensität , sondern steigern Sie die Intensität langsam.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Aufsteigen, ob der Sitz sich in der richtigen Position befindet. Der Sitz muss in der oberen Endposition fest anschlagen und darf nicht nach hinten oder seitlich wegklappen. Achten Sie beim nach vorne Klappen, dass der Zwischenraum für das Sitzrohr frei ist. Es besteht sonst Verletzungsgefahr.
- ⊗ Beim Betätigen des Sitzes auf Trainingsgriffe und Dreheinheit achten - es besteht Gefahr durch stumpfe Verletzung.
- ⊗ Halten Sie Körperteile aus dem Bewegungsbereich der Kurbelarme fern.
- ⊗ Unbeaufsichtigte Kinder dürfen das Gerät nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes oder von beweglichen Teilen kommen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

Gefahrenhinweise 4000 CROSS X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung.*
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.*
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen am Gerät aus.
- ⊗ Trainieren Sie zu Anfang nie mit maximaler Intensität , sondern steigern Sie die Intensität langsam.
- ⊗ Springen Sie nicht während des Trainings vom Gerät ab.
- ⊗ Unbeaufsichtigte Kinder dürfen das Gerät nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes oder von beweglichen Teilen kommen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Achtung, es befinden sich gefährliche Quetschstellen im Bewegungsbereich der Pedale, dadurch besteht erhöhte Unfallgefahr.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen und Übertreten Sie nicht den Übertrittschutz.
- ⊗ Ändern Sie während der Bewegungsphase nicht die Bewegungsrichtung und halten Sie nicht entgegen der Drehrichtung der Pedale an.
- ⊗ Halten Sie den unmittelbaren Bewegungsbereich der Pedale und Griffrohre frei.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

Gefahrenhinweise 4400 CYCLE X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung und die Verbindung zu externen Geräten.*
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen am Gerät aus.
- ⊗ Trainieren Sie zu Anfang nie mit maximaler Intensität, sondern steigern Sie die Intensität langsam.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Aufsteigen, ob Sattel und Lenker festgestellt sind.
- ⊗ Beugen Sie sich nicht über den Lenker und verlagern Sie das Körpergewicht nicht über die Seite des Gerätes, es besteht sonst Kippgefahr.
- ⊗ Unbeaufsichtigte Kinder dürfen das Gerät nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes oder von beweglichen Teilen kommen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Springen Sie während des Trainings nicht vom Gerät ab.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

Gefahrenhinweise 4000 MIX X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung.
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen am Gerät aus.
- ⊗ Trainieren Sie zu Anfang nie mit maximaler Intensität, sondern steigern Sie die Intensität langsam.
- ⊗ Springen Sie nicht während des Trainings vom Gerät ab.
- ⊗ Unbeaufsichtigte Kinder dürfen das Gerät nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes oder von beweglichen Teilen kommen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Achtung, es befinden sich gefährliche Quetschstellen im Bewegungsbereich der Pedale, dadurch besteht erhöhte Unfallgefahr.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen und Übertreten Sie nicht den Übertrittschutz.
- ⊗ Ändern Sie während der Bewegungsphase nicht die Bewegungsrichtung und halten Sie nicht entgegen der Drehrichtung der Pedale an.
- ⊗ Halten Sie den unmittelbaren Bewegungsbereich der Pedale frei.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

Gefahrenhinweise 4000 RECUMBENT X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung.*
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.*
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen am Gerät aus.
- ⊗ Trainieren Sie zu Anfang nie mit maximaler Intensität, sondern steigern Sie die Intensität langsam.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Aufsteigen, ob der Sitz festgestellt sind.
- ⊗ Unbeaufsichtigte Kinder dürfen das Gerät nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes oder von beweglichen Teilen kommen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Springen Sie während des Trainings nicht vom Gerät ab.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

Gefahrenhinweise 4000 STAIR X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung.
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab und führen Sie keine unsachgemäßen Bewegungen am Gerät aus.
- ⊗ Trainieren Sie zu Anfang nie mit maximaler Intensität , sondern steigern Sie die Intensität langsam.
- ⊗ Springen Sie nicht während des Trainings vom Gerät ab.
- ⊗ Unbeaufsichtigte Kinder dürfen das Gerät nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes oder von beweglichen Teilen kommen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Achtung, es befinden sich gefährliche Quetschstellen im Bewegungsbereich der Pedale, dadurch besteht erhöhte Unfallgefahr.
- ⊗ Nehmen Sie die Füße während des Trainings nicht von den Pedalen.
- ⊗ Ändern Sie während der Bewegungsphase nicht die Bewegungsrichtung und halten Sie nicht entgegen der Drehrichtung der Pedale an.
- ⊗ Halten Sie den unmittelbaren Bewegungsbereich der Pedale frei.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

Gefahrenhinweise 4000 TRAC X MED Serie

- ⊗ Nehmen Sie das Gerät nicht ohne sorgfältiges Lesen der Gebrauchsanweisung in Betrieb.
- ⊗ Überprüfen Sie vor dem Training die Stromanschlussleitung.
- ⊗ Betreiben Sie das Gerät nie ohne Strom und nur nach einer ordnungsgemäßen Funktionskontrolle.
- ⊗ Die Benutzung des Gerätes erfolgt auf Anweisung eines Arztes und/oder der Aufsichtsperson. Ohne Aufsichtsperson darf das Gerät nicht betrieben werden.
- ⊗ Schalten Sie nach dem Training das Gerät aus und trennen Sie es vom Netz.
- ⊗ Trainieren Sie nur mit entsprechender Bekleidung und passendem Schuhwerk.
- ⊗ Legen Sie die Sicherheitsleine an!
- ⊗ Nach Ausschalten des Gerätes mittels der Sicherheitsleine ist vor dem Aufsetzen des Magneten das Laufband am Ein/Ausschalter auszuschalten.
- ⊗ Gehen Sie anfangs nur langsam und beginnen Sie erst nach wenigen Minuten mit dem Laufen.
- ⊗ Springen Sie nicht auf dem laufenden Laufgurt herum; bleiben Sie nicht bei laufendem Gurt stehen oder springen Sie nicht während des Laufens ab.
- ⊗ Betätigen Sie nur bei Sturzgefahr den Not-Aus-Schalter. Überprüfen Sie diesen immer vor Trainingsbeginn.
- ⊗ Beachten Sie die gefährliche Einzugsstelle im hinteren Bereich des Laufgurtes! Sorgen Sie unbedingt dafür, dass im Falle eines Sturzes lange Haare, weite Kleidungsstücke, Schmuck, Schnürsenkel etc. eines Trainierenden nicht in den Bereich der hinteren Einzugsstelle des Laufgurtes gelangt.
- ⊗ Stützen Sie sich nicht auf dem Cockpit oder auf der Verkleidung des Gerätes ab.
- ⊗ Tiere dürfen das Laufband nicht benutzen und nicht in die Nähe des Gerätes kommen.
- ⊗ Kinder dürfen das Laufband nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen.
- ⊗ Bei Übelkeit oder Schwindelgefühl bitte das Training sofort abbrechen, den Trainer benachrichtigen und/oder einen Arzt aufsuchen.
- ⊗ Trainierende mit Herzschrittmacher oder Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen müssen vor Gerätebenutzung einen Arzt konsultieren.
- ⊗ Prüfen Sie vor jedem Gebrauch bewegliche Teile sowie die Verkleidung des Gerätes auf Beschädigungen und lassen Sie diese sofort beheben.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Lüftungsschlitze nicht verdeckt werden und es so zu einer Überhitzung des Gerätes kommt.
- ⊗ Vor unsachgemäßem Gebrauch wird ausdrücklich gewarnt.
- ⊗ Bitte beachten Sie weitere Sicherheits- und Gefahrenhinweise in der Gebrauchsanweisung.

Alle in der Gebrauchsanweisung aufgeführten Sicherheitshinweise beruhen auf einer langjährigen Erfahrung und Selbstverständnis.

*Diese Sicherheitshinweise sind im Sichtbereich des Cardiogerätes anzubringen!
Jeder Benutzer muss auf die Gefahren und Sicherheitsvorschriften hingewiesen werden.
Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden.*

ERGO▶FIT

ERGO-FIT GmbH & Co. KG

Blocksbergstraße 165 – 66955 Pirmasens
Tel.: 06331 2461-0 – Fax: 06331 2461-55
info@ergo-fit.de – www.ergo-fit.de