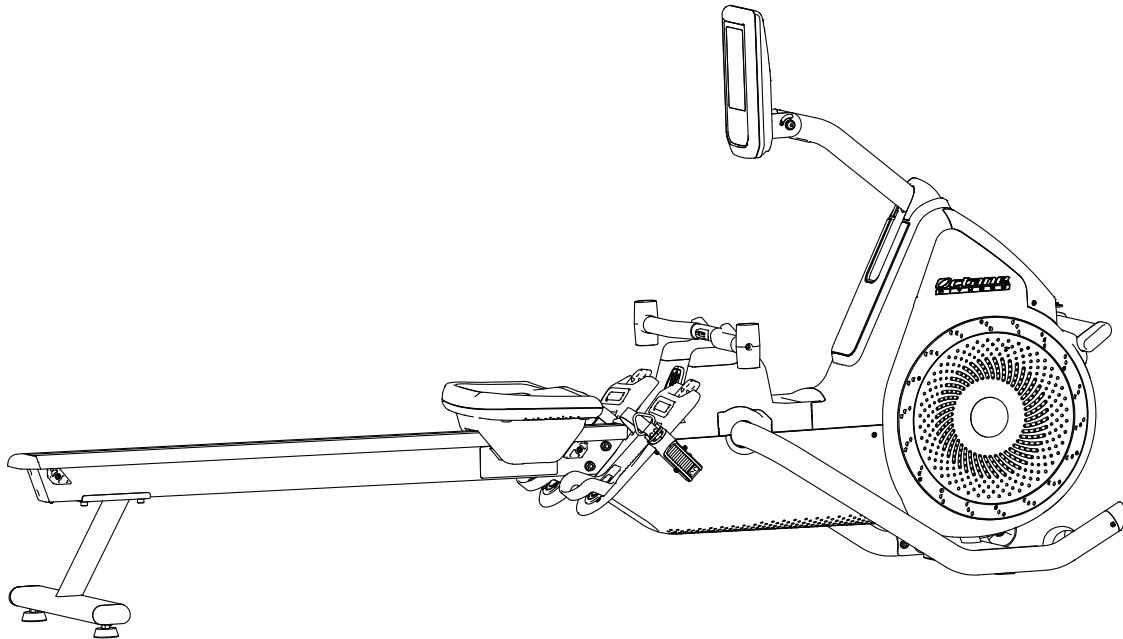


Octane
FITNESS



Octane
RÖ™

**KONSOLENHANDBUCH
UND
SETUP-ANLEITUNG**

INHALTSVERZEICHNIS

Bedienungsanleitung für die Octane Rō-Konsole

- Funktionen der Konsole 1
- Dynamische Anzeige (LCD)..... 2
- Tasten des Tastenblocks 5

Software-Management..... 7

Zusätzliche Support-Informationen 8

- Reinigung und Wartung 8
- Stromversorgung..... 8
- Wichtige Sicherheitsinformationen..... 8
- Kundendienst 8

Bedienungsanleitung für die Octane Rō™-Konsole

Starten Sie jetzt mit Ihrer Octane Rō Rudergerät durch! Dieses hochmoderne Rudergerät soll Sie herausfordern und durch erfolgreiche Workouts leiten. Die Standardkonsole bietet eine Vielzahl vorprogrammierter Trainingsprogramme, die von einer intelligenten Elektronik gesteuert werden und dafür sorgen, dass Sie beim Training nie Ihren Spaß oder Ihre Motivation verlieren. Verwenden Sie diese Bedienungsanleitung, um sich mit ihren Funktionen, Datenanzeigen und den Tasten des Tastenblocks vertraut zu machen. Setzen Sie sich dann aufs Gerät, wählen Sie Ihr Trainingsprogramm und passen Sie die Einstellungen an. Viel Spaß!

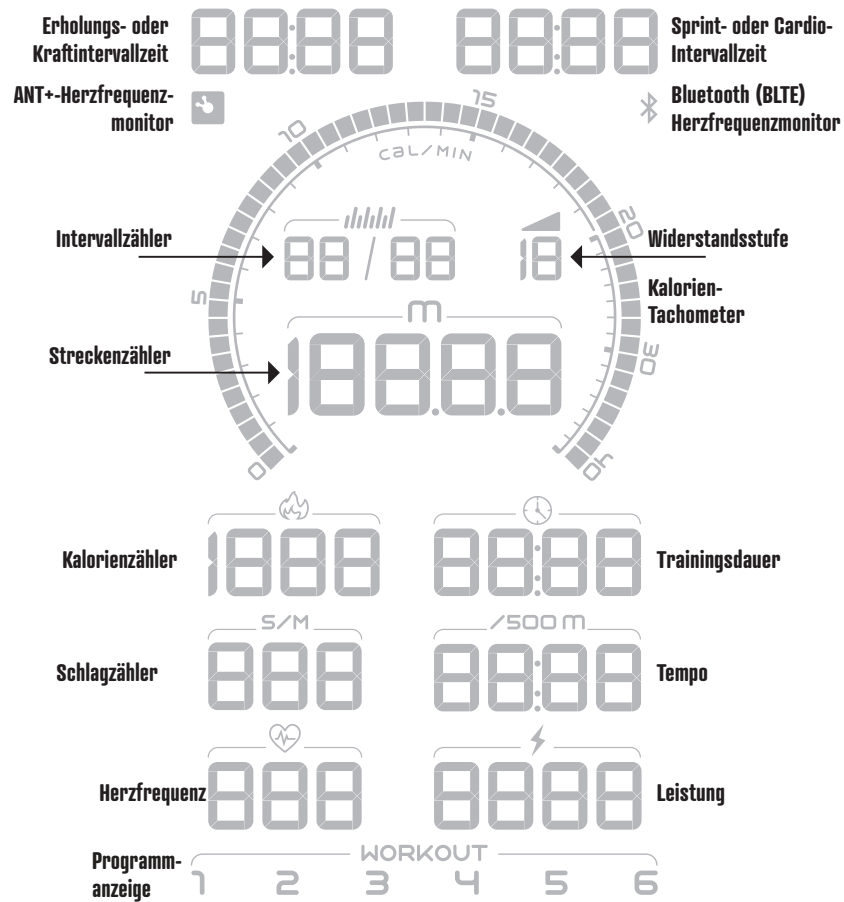
Funktionen der Konsole

Die Octane Rō-Konsole enthält viele Funktionen zur Bereicherung Ihres Trainings:



- Die integrierte LCD-Anzeige liefert wichtige Trainingsdaten, beispielsweise auf einem digitalen Tachometer, der die aktuellen Werte für Kalorien/Minuten und Spitzenwerte anzeigt, sowie mit Zählern für Intervalle, Strecke, Kalorienverbrauch und Schläge.
- Anzeige der kabellos übertragenen Herzfrequenz (kompatibel mit ANT+ und Bluetooth® Geräten)
- Vorprogrammierte Tasten auf dem Tastenblock, mit denen Sie sofort Ihre Lieblingsprogramme starten können









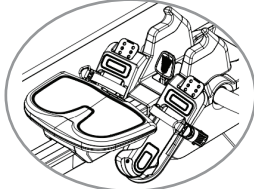
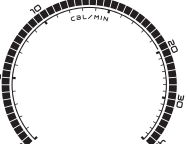



Die dynamische LCD-Anzeige



Die Octane Rō Rudergerät-Konsole verfügt über eine LCD-Anzeige, auf der wichtige Trainingsdaten angezeigt und wichtige Aspekte des Trainings hervorgehoben werden. Behalten Sie die Anzeige während des Setups und Trainings im Auge: Hier erhalten Sie Aufforderungen, Anleitungen, motivierende Informationen und dynamisches Feedback.

Anzeige	Beschreibung
Erholungs- oder Kraftintervallzeit	Zeigt in den Programmen MAX 14 INTERVALL und Intervall die im aktuellen Erholungsintervall verbleibende Zeit in Minuten und Sekunden an. Im MAX 14 INTERVALL-Programm haben die Erholungsintervalle eine Länge von 80 Sekunden (0:80). Im Intervall-Programm beträgt die vorgegebene Länge 30 Sekunden (0:30), die Sie mit den Zeittasten (+/-) des Tastenblocks in 5-Sekunden-Schritten auf einen Wert zwischen 0:05 und 9:55 einstellen können. Drücken Sie die Eingabetaste, um die Auswahl zu speichern.
 ANT+™-Anzeige	Leuchtet dieses Symbol, bedeutet dies, dass die kabellose Kommunikation über ANT+™ aktiviert ist und Signale vom optionalen kabellosen Herzfrequenz-Brustgurt erfasst werden.
 Intervallzähler	Zeigt mit der Nummer des aktuellen Intervalls und der Gesamtzahl der Intervalle an, in welchem Abschnitt eines Intervallprogramms Sie sich gerade befinden. 04/08 beispielsweise bedeutet, dass Sie sich gegenwärtig im vierten Intervall eines aus acht Intervallen bestehenden Programms befinden. Geben Sie während des Setups eines Intervallprogramms, wenn die zweite Zahlengruppe blinkt, mit den Zeittasten (+/-) die gewünschte Anzahl der Intervalle ein. Drücken Sie die Eingabetaste, um den vorgegebenen bzw. den angepassten Wert zu speichern. Der vorgegebene Wert für Intervallprogramme ist 00/08 (acht Intervallrunden). Sie können bis zu 99 Runden einstellen.

 Streckenähler	<p>Dieser Zähler zeigt – aufwärts zählend – die geschätzte während des Trainings zurückgelegte Strecke in Metern an.</p> <p>Beim Streckenziel-Programm beträgt das Standard-Streckenziel 500 Meter. Mit der Zeittaste (–) des Tastenblocks können Sie in Schritten von 100 ein Ziel zwischen 100 und 400, mit der Zeittaste (+) in Schritten von 500 ein Ziel zwischen 600 und 10.000 auswählen. Drücken Sie die Eingabetaste, um den vorgegebenen bzw. den angepassten Wert zu speichern.</p>
 Kalorienähler	<p>Dieser Zähler zeigt einen dynamischen Schätzwert der gesamten während des Trainings verbrannten Kalorien an. Der Durchschnittswert (avg) der pro Minute verbrannten Kalorien wird während der Abkühlphase nach einem programmierten Training angezeigt.</p> <p>Beim Kalorienziel-Programm beträgt das vorgegebene Kalorienziel 50. Mit der Zeittaste (–) des Tastenblocks können Sie in Schritten von 5 ein Ziel zwischen 5 und 45, mit der Zeittaste (+) in Schritten von 50 ein Ziel zwischen 55 und 1999 auswählen. Drücken Sie die Eingabetaste, um den vorgegebenen bzw. den angepassten Wert zu speichern.</p>
S oder S/M Schlagähler	<p>Dieser Zähler zeigt abwechselnd die Gesamtschlagzahl (S) und die Schläge pro Minute (S/M) an. Der Durchschnittswert (avg) der pro Minute erreichten Schläge wird während der auf ein programmiertes Trainingsprogramm folgenden Abkühlphase angezeigt.</p>
 Herzfrequenz	<p>Dieser Bereich zeigt Ihre ungefähre aktuelle Herzfrequenz in Schlägen pro Minuten (BPM) an. Der Durchschnittswert (avg) und der Höchstwert der Herzfrequenz wird während der auf ein programmiertes Trainingsprogramm folgenden Abkühlphase in Schlägen (BPM) pro Minute angezeigt.</p> <p><i>Hinweis: Damit die Herzfrequenz hier angezeigt wird, müssen Sie einen kompatiblen kabellosen Herzfrequenzsender tragen und das Verbindungssymbol für ANT+ (ANT+) oder Bluetooth (BT) muss leuchten.</i></p> <p>WARNUNG! Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Hören Sie bei Schmerzen oder einem Engegefühl in der Brust, Kurzatmigkeit oder einem Schwächegefühl sofort mit dem Training auf. Suchen Sie einen Arzt auf, bevor Sie das Gerät wieder verwenden. Die angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Anhaltspunkt verwendet werden.</p>
 Programmanzeige (WORKOUT)	<p>Die Zahl entspricht dem Trainingsprogramm, das Sie durch Drücken einer Taste des Tastenblocks ausgewählt haben. Folgende Programme stehen zur Wahl:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Quick Start (ein einfaches Programm ohne programmierbare Optionen; dieses Programm wird ebenfalls gestartet, wenn Sie, ohne eine Taste zu drücken, mit dem Training beginnen.) 2. MAX 14 INTERVAL (ein vorgegebenes Intervall-Programm) 3. INTERVAL (ein anpassbares Intervall-Programm) 4. CALORIE GOAL (Kalorienziel) 5. DISTANCE GOAL (Streckenziel) 6. MAX CIRCUIT (ein unter Leitung eines Trainers durchgeführtes Gruppenprogramm) <p>Beschreibungen der einzelnen Programme finden Sie in der Anleitung „Octane Fitness – Programme und Funktionen des Produkts“ (P/N 110751-001), dass Sie unter http://www.octanefitness.com einsehen und herunterladen können.</p>

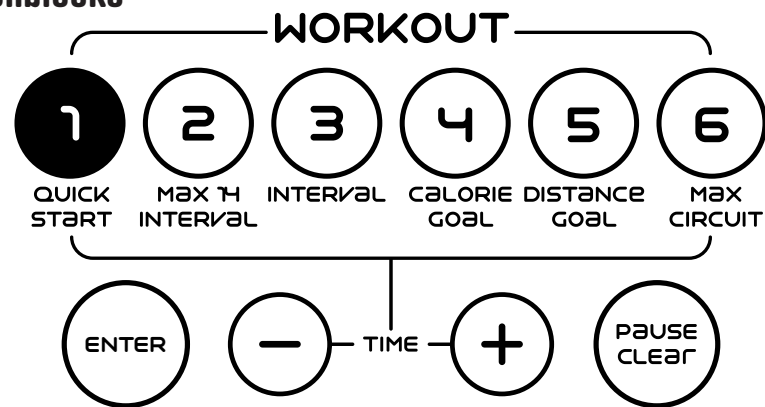
Sprintintervall-Uhr	Zeigt die im aktuellen Sprintintervall der Programme MAX 14 INTERVALL, Intervall oder MAX CIRCUIT verstrichene Zeit in Minuten und Sekunden an. Im MAX 14 INTERVALL-Programm haben die Sprintintervalle eine Länge von 25 Sekunden (0:25). Im Intervall-Programm beträgt die vorgegebene Länge 30 Sekunden (0:30), die Sie mit den Zeittasten (+/-) des Tastenblocks in 5-Sekunden-Schritten auf einen Wert zwischen 0:05 und 9:55 einstellen können. Drücken Sie die Eingabetaste, um die Auswahl zu speichern.
 Bluetooth-Anzeige	Leuchtet dieses Symbol, bedeutet dies, dass die kabellose Kommunikation über Bluetooth® aktiviert ist und Signale von einem Herzfrequenzmonitor, Tablet oder ähnlichem Gerät/App erfasst werden.
 Widerstandsstufe	Zeigt die Widerstandsstufe (1–10) an, wobei Stufe 1 die leichteste und Stufe 10 die Stufe mit der höchsten Belastung ist. Mit dem Widerstandshebel unter der Konsole können Sie die Widerstandsstufe erhöhen oder reduzieren. Wenn Sie den Hebel von Ihrem Körper weg drücken, erhöht sich der Widerstand. Ziehen Sie ihn zu sich hin, wird der Widerstand reduziert. 
 Kalorien-Tachometer	Der Kalorien-Tachometer ist das Kernstück der LCD-Anzeige. Er liefert Echtzeit-Feedback zu den pro Minute verbrannten Kalorien, dem während des Trainings erreichten Spitzenwert und einen Spitzenbereich von +/-20 % Ihres Spitzenkalorienverbrauchs. In Intervallprogrammen zeigen die erleuchteten Segmente des Spitzenbereichs Ihren um Ihren Spitzelwert liegenden Zielbereich auf dem Tachometer an.
 Trainingsdauer	Zeigt die Gesamtdauer des Trainings von 0:00 aufwärts zählend an. Der Zähler geht bis zu 99:59 und springt anschließend wieder auf 0:00 um. Im Programm MAX 14 INTERVALL beträgt die vorgegebene Trainingsdauer 14 Minuten. Mit den Zeittasten (+/-) des Tastenblocks können Sie eine Trainingsdauer von 3,5, 7, 21, oder 28 Minuten einstellen. Drücken Sie die Eingabetaste, um den gewählten Wert zu speichern.
 Tempo	Zeigt Ihr Tempo in Minuten pro 500 Meter an. Dieser Wert wird berechnet und die Anzeige wird alle 500 Meter aktualisiert. Das Durchschnittstempo (avg) und das schnellste Tempo werden während der auf ein programmiertes Trainingsprogramm folgenden Abkühlphase angezeigt.
 Leistung	Zeigt eine aktuelle Schätzung der von Ihnen produzierten Leistung in Watt an. Der geschätzte Durchschnittswert für Watt/Minute (avg) und die geschätzte Gesamtwattzahl werden während der auf ein programmiertes Trainingsprogramm folgenden Abkühlphase angezeigt.

Zusammenfassung des Trainings



Während der auf ein programmiertes Trainingsprogramm folgenden Abkühlphase (MAX 14 INTERVALL, Intervall, Kalorienziel oder Streckenziel) werden die folgenden Felder auf der LCD-Anzeige angezeigt. (Werden zwei Werte aufgeführt, werden diese in 2-sekundigen Intervallen abwechselnd angezeigt.)

1. Spitzenwert für Kalorien/Minute
2. Gesamtstrecke
3. Durchschnittswert für Kalorien/Minute und Gesamtkalorienverbrauch
4. Durchschnittswert Schläge/Minute und Gesamtschlagzahl
5. Durchschnittswert für Tempo/500 Meter und schnellstes Tempo
6. Durchschnittswert für Herzfrequenz und maximale Herzfrequenz (bei Verwendung eines kabellosen Herzfrequenzmonitors)
7. Geschätzter Durchschnittswert für Watt/Minute und geschätzte Wattgesamtzahl

Tasten des Tastenblocks



<p>QUICK START</p>	<p>Am leichtesten können Sie Ihr Training starten, indem Sie zu rudern anfangen oder die Quick Start-Taste drücken. Damit starten Sie ein einfaches Training ohne Intervalle und ohne festgelegte Dauer. Der Trainingszähler zeigt die Dauer des Trainings von 00:00 aufwärts zählend an. Den Widerstand können Sie mit dem Widerstandshebel ändern.</p> <p>Wenn Sie während der ersten 6 Sekunden nach Aktivierung der Octane Rō-Konsole (beispielsweise durch das erste Ziehen an der Griffstange) keine Taste auf dem Tastenblock drücken, wird automatisch das Quick Start-Programm gestartet.</p>
<p>MAX 14 Intervall (MAX 14 INTERVAL)</p>	<p>Drücken Sie auf „MAX 14 INTERVALL“ und anschließend die Eingabetaste, um ein HIIT-Programm mit einer vorgegebenen Dauer und vorgegebenen Sprint- und Erholungsintervallen von 25 bzw. 80 Sekunden Länge zu starten. Das vorgegebene Programm dauert 14 Minuten. Drücken Sie, sobald in der Zeitanzeige die Zahl 14 blinkt, die Eingabetaste, um diese Option auszuwählen, und schon geht's los.</p> <p>Solange die Zeitanzeige während des Setups blinkt, können Sie mit den Zeittasten (+/-) die Trainingsdauer verlängern oder reduzieren. Zur Wahl stehen 3,5 Minuten, 7 Minuten, 14 Minuten (vorgegebene Einstellung), 21 Minuten und 28 Minuten. Drücken Sie die Eingabetaste, um die Auswahl zu speichern. Die Intervalllängen bleiben dieselben, aber die Gesamtzahl der Intervalle wird reduziert bzw. erhöht, um die für das Training gewählte Gesamtdauer zu erreichen.</p>
<p>Intervall (INTERVAL)</p>	<p>Drücken Sie auf „Intervall“ und anschließend die Eingabetaste, um ein Programm mit Ihren eigenen Intervallen zu programmieren.</p> <p>So programmieren Sie die Länge der <i>Sprint</i>abschnitte: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste die vorgegebene Dauer (0:30) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/-) einen Wert zwischen 0:05 und 9:55 aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p> <p>So programmieren Sie als Nächstes die Länge der <i>Erholungs</i>abschnitte: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste die vorgegebene Dauer (0:30) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/-) einen Wert zwischen 0:05 und 9:55 aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p> <p>So programmieren Sie als Nächstes die Anzahl der <i>Intervallrunden</i>: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste die vorgegebene Anzahl (00/08) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/-) einen Wert zwischen 01 und 99 aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p> <p>So programmieren Sie als Letztes das <i>Gewicht</i>: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste das vorgegebene Gewicht von 68 kg (150 lb) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/-) einen Wert zwischen 30 und 181 kg (70 und 400 lb) aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p>

<p>Kalorienziel (CALORIE GOAL)</p>	<p>Drücken Sie „Kalorienziel“ gefolgt von der Eingabetaste, um schnell ein Programm mit einer von Ihnen bestimmte Dauer zu starten.</p> <p>So programmieren Sie die <i>Trainingsdauer</i>: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste die vorgegebene Dauer (30:00) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/–) einen Wert zwischen 1:00 und 99:00 aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste. Der vorgegebene Wert ist 30:00.</p> <p>So programmieren Sie anschließend Ihr <i>Gewicht</i>: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste das vorgegebene Gewicht von 68 kg (150 lb) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/–) einen Wert zwischen 30 und 181 kg (70 und 400 lb) aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p>
<p>Streckenziel (DISTANCE GOAL)</p>	<p>Drücken Sie auf „Streckenziel“.</p> <p>So programmieren Sie die <i>Trainingsdauer</i>: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste die vorgegebene Dauer (30:00) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/–) einen Wert zwischen 1:00 und 99:00 aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p> <p>So programmieren Sie anschließend Ihr <i>Gewicht</i>: Akzeptieren Sie durch Drücken der Eingabetaste das vorgegebene Gewicht von 68 kg (150 lb) oder wählen Sie mit den Zeittasten (+/–) einen Wert zwischen 30 und 181 kg (70 und 400 lb) aus und bestätigen Sie den Wert mit der Eingabetaste.</p>
<p>MAX CiRCUIT</p>	<p>Legen Sie gemeinsam mit anderen Benutzern gleich los mit einem von einem Fitnesstrainer geleiteten Programm ohne festgelegte Intervall- oder Gesamtdauer. Drücken Sie einfach auf Max CiRCUIT und los geht's. Sie (und Ihr Trainer) haben volle Kontrolle über die Intervalle, während Sie auf dem Gerät trainieren und Übungen auf dem Boden ausführen.</p>
<p>Pause/Löschen (PAUSE CLEAR)</p>	<p>Drücken Sie diese Taste einmal, um Ihre Trainingseinheit zu unterbrechen. Die verbleibende Pausenzeit wird im Feld „Trainingsdauer“ abwärtszählend angezeigt. Darüber hinaus beginnt das Gerät automatisch eine Pausenphase, wenn Sie ein Trainingsprogramm zwei Sekunden lang unterbrechen. In beiden Fällen drücken Sie einfach eine Taste (außer bei Quick Start oder MAX CiRCUIT) oder nehmen Sie Ihr Training wieder auf.</p> <p>Wenn Sie während einer Pause ein Quick Start- oder MAX CiRCUIT-Programm starten möchten, drücken Sie dazu einfach die entsprechende Taste.</p> <p>Wenn Sie bei der Programmierung einer Trainingseinheit einen Fehler machen, drücken Sie „Pause/Löschen“, um von vorne anzufangen. Die Konsole springt wieder zum Anfang des Setupprozesses zurück.</p> <p>Um die Konsole zurückzusetzen, drücken Sie jederzeit während des Setups oder einer Trainingseinheit die Taste „Pause/Löschen“ innerhalb von zwei Sekunden zweimal.</p>
<p> TIME  Zeit</p>	<p>Drücken Sie die Tasten (+) oder (–), um die Trainingsdauer in Schritten von jeweils einer Minute zu verlängern bzw. zu verkürzen. Die vorgegebene Trainingsdauer beträgt 30 Minuten. Wenn Sie die Zeittaste während des Trainings drücken, können Sie (außer bei Quick Start und MAX CiRCUIT) die Trainingsdauer verlängern. Die Höchstdauer beträgt 99:00.</p>
<p>Eingabe (ENTER)</p>	<p>Drücken Sie die Eingabetaste, nachdem Sie eine Programmtaste auf dem Tastenblock gedrückt oder Programmwerte oder Trainingsdauer geändert haben.</p>

SOFTWARE-MANAGEMENT

Die Konsolen-Software verfügt über Managementfunktionen, die Ihre Nutzung des Octane Rō optimieren. Inbegriffen ist ein einfaches Diagnose-Tool, das Ihnen bei der Fehlerbehebung hilft, und Club-Benutzereinstellungen, die an die jeweilige Trainingsumgebung angepasst werden können. Um auf diese Funktionen zuzugreifen, halten Sie die beiden Zeittasten (+/-) gleichzeitig drei Sekunden lang (oder bis Sie einen Signalton hören) gedrückt. Mit der (+)-Taste können Sie die im Folgenden beschriebenen Diagnose- oder Club-Einstellungen durchgehen. Drücken Sie die Eingabetaste, um die Details einer Funktion anzuzeigen, Benutzereinstellungen zu ändern oder einen Diagnosetest durchzuführen. Um die Diagnose zu verlassen, drücken Sie ein- oder zweimal auf „Pause/Löschen“, bis die Konsole zurückgesetzt wird.

Sollten Sie auf Probleme stoßen oder Fragen zur Diagnose haben, wenden Sie sich bitte an den Octane Fitness-Kundendienst.

Die verfügbaren Optionen hängen von der benutzten Software-Version ab.

Code <i>(oben auf dem Bildschirm und in der Mitte des Tachometers)</i>	Typ	Beschreibung
diaG nost 1	Diagnose	Firmware. Informationen zu Firmware-Version, Modell und Seriennummer der Konsole. Die Versionsnummer der Firmware wird in der Mitte des Bildschirms angezeigt. Die Modellnummer finden Sie rechts unten. Die Seriennummer der Konsole wird quer über den unteren Bildschirmbereich (über mehrere Felder verteilt) angezeigt. Die Boot-Code-Version befindet sich links unten. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
diaG nost 2	Diagnose	Test der LCD-Anzeige. Lässt alle Segmente der LCD der Reihe nach einzeln aufleuchten. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
diaG nost 3	Diagnose	Test des Tastenblocks. Drücken Sie die Eingabetaste und anschließend jede der 10 Tastenblocktasten. Name oder Nummer der gedrückten Taste wird auf dem Display angezeigt und der Tastenzähler um 1 erhöht. Nachdem alle 10 Tasten erfolgreich getestet worden sind, wird auf der Anzeige „PASS“ (Bestanden) angezeigt. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
diaG nost 4	Diagnose	Funkkommunikation mit der Platine Die Konsole sendet Testdaten an die unter Platine; wenn die Anzeige die von dort zurückgesendeten Daten erhält, zeigt sie „PASS“ an. Links und rechts unten auf dem Bildschirm werden die Firmware-Version des Funksenders und die Herzfrequenz angezeigt. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
diaG nost 5	Diagnose	Widerstandsstufe Bringen Sie den Widerstandshebel ganz nach vorne und nach hinten. Die Stufenzahl wird im Stufenfeld, die Schläge in der Mitte und der ADC-Wert und die Umdrehungszahl in der unteren Hälfte des Bildschirms angezeigt. Ist der ADC-Wert zu hoch oder zu niedrig, wird im unteren Bildschirmbereich eine Fehlermeldung angezeigt.
diaG nost 7	Diagnose	Batterie Die Voltwerte der installierten Batterie und des Generators werden im unteren Bildschirmbereich angezeigt. Der Batteriestatus erscheint am unteren Bildschirmrand. Wird kein Wert oder „chrg“ (laden) angezeigt, ist die Batterie einsatzbereit.
CLUB BELL	Club-Einstellung	Signallautstärke. Legt das Volumen der während des Trainings ausgegebenen Signaltöne fest. Zur Wahl stehen Aus, 1 (am leisesten), 2 und 3 (am lautesten). Der vorgegebene Wert ist 3. Drücken Sie die Eingabetaste und scrollen Sie anschließend mit den Zeittasten (+) oder (-) durch die Optionen. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ einmal, um Ihre Auswahl zu speichern und in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
CLUB Brit	Club-Einstellung	Helligkeit. Stellt die Helligkeitsstufe der Anzeige ein. Der vorgegebene Wert ist 100. Drücken Sie die Eingabetaste und ändern Sie anschließend die Helligkeit mit den Zeittasten (+) oder (-) in Schritten von 5 %. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ einmal, um Ihre Auswahl zu speichern und in den Scrolling-Modus zurückzukehren.

Code <i>(oben auf dem Bildschirm und in der Mitte des Tachometers)</i>	Typ	Beschreibung
USAG U1 R	Nutzung	Umdrehungen. Zeigt die Gesamtzahl der auf dem Gerät ausgeführten Umdrehungen an. Diese Zahl wird in zwei vertikalen Dreiergruppen links unten auf dem Bildschirm in Tausendern angezeigt. Beim Rudern ändert sich die Anzeige dynamisch. Halten Sie die Tasten „Quick Start“ und „Pause/Löschen“ gleichzeitig drei Sekunden lang gedrückt, um den Zähler auf null zurückzusetzen. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
USAG U2 St	Nutzung	Gesamtschläge. Zeigt die Gesamtzahl der auf dem Gerät ausgeführten Ruderschläge an. Diese Zahl wird in zwei vertikalen Dreiergruppen links unten auf dem Bildschirm in Tausendern angezeigt. Beim Rudern ändert sich die Anzeige dynamisch. Halten Sie die Tasten „Quick Start“ und „Pause/Löschen“ gleichzeitig drei Sekunden lang gedrückt, um den Zähler auf null zurückzusetzen. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.
USAG U3 HR	Nutzung	Gesamtstunden. Zeigt Gesamtbetriebsstunden des Gerätes in Stunden und Minuten an. Diese Zahl wird in zwei Gruppen links unten auf dem Bildschirm vertikal angezeigt: die Stunden oben, die Minuten darunter. Halten Sie die Tasten „Quick Start“ und „Pause/Löschen“ gleichzeitig drei Sekunden lang gedrückt, um den Zähler auf null zurückzusetzen. Drücken Sie die Taste „Pause/Löschen“ zweimal, um in den Scrolling-Modus zurückzukehren.

ZUSÄTZLICHE SUPPORTINFORMATIONEN

Reinigung und Wartung

WARNUNG! Diese Maschine enthält sich bewegende Teile. Gehen Sie beim Versuch, Probleme des Gerätes zu identifizieren und zu beheben, mit entsprechender Vorsicht vor.

Ihr Octane Fitnessgerät wurde für viele Belastungsstunden mit minimalem Wartungsaufwand konstruiert. Reinigen Sie die Optik der Konsole nur mit einem weichen, leicht angefeuchteten fusselfreien Tuch. Raue Tücher, Handtücher, Papiertücher oder ähnliche Hilfsmittel können die Oberfläche beschädigen. Verwenden Sie keine Fenster- oder Haushaltsreiniger, Aerosolsprays, Lösungsmittel, Alkohol, Ammoniak oder Scheuermittel, da diese ebenfalls die Optik beschädigen können. Wischen Sie das Gerät regelmäßig mit einem sauberen Handtuch ab und verwenden Sie unter der Schiene einen Staubsauger.

Stromversorgung

Die Octane Rö-Konsole ist eigenbetrieben. Ein optionales Netzteil ist erhältlich:

Externe Stromversorgung: Nennspannung: 100 - 240V AC, 50/60Hz
Ausgangsspannung: 15V DC, 0,4A Max

Ellipsen Strombedarf: 15V DC, 0,26A Max

Setzen Sie sich für weitere Informationen oder zum Erwerb eines der Zubehörartikel mit Ihrem Octane Fitness-Händler oder dem Octane Fitness Kundendienst in Verbindung.

Wichtige Sicherheitsinformationen

Die mitgelieferten **Produktsicherheitsinformationen für gewerbliche Produkte** (Artikelnummer 107786-001) von Octane Fitness enthalten wichtige Informationen für sicheren Setup und Betrieb dieses Gerätes. Alle Benutzer sollten sich vor Gebrauch des Gerätes mit diesen wichtigen Informationen vertraut machen.

Kundendienst

Sollten Sie Fragen zu Ihrem Octane Fitness-Produkt haben, finden Sie unter <https://support.octanefitness.com> Antworten auf viele typische Fragen. Unseren Octane Fitness-Kundendienst erreichen Sie unter der Nummer +31 10 2662412.



FUEL YOUR LIFE™

Octane Fitness

USA und Kanada, Lateinamerika, Asien und asiatisch-pazifischer Raum

7601 Northland Drive North

Suite 100

Brooklyn Park, MN 55428

Telefon: +1 888.OCTANE4 (USA und Kanada)

763.757.2662 (Lateinamerika, Asien und asiatisch-pazifischer Raum)

Fax: 763.323.2064

Octane Fitness International

Europa, Naher Osten, Afrika

Rivium Westlaan 15

2909 LD Capelle a/d IJssel

Niederlande

Telefon: +31 10 2662412

Fax: +31 10 2662444

©2020 Octane Fitness, LLC. Alle Rechte vorbehalten. Octane Fitness, Fuel Your Life und Octane Rō sind Marken von Octane Fitness. Bluetooth® ist eine Marken von Bluetooth SIG. ANT+ ist eine Marke von ANT Wireless. Jede Verwendung dieser Marken ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung der jeweiligen Inhaber ist untersagt.

8023354-02 REV B DEU (8023354 REV B)