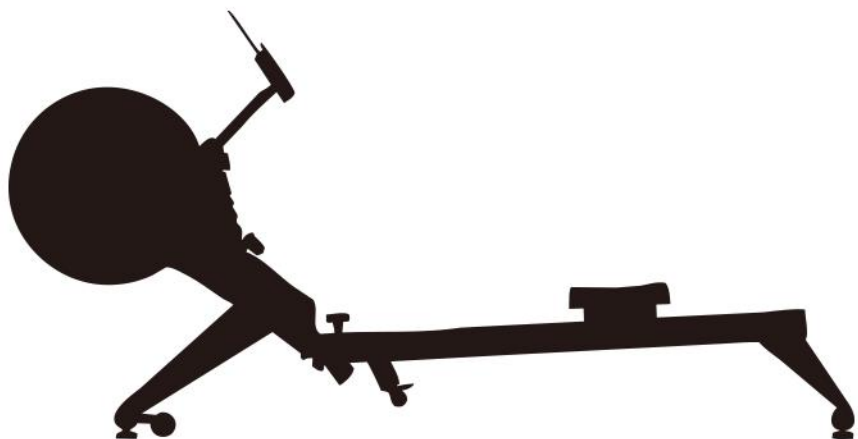


CARDIO

NO



---

LEVITY ELITE ROWER

LEVITY

# INNHALDSFORTEGNELSE

<b>KJÆRE KUNDE.....</b>	<b>3</b>
<b>AVHENDING.....</b>	<b>3</b>
<b>KUNDESERVICE.....</b>	<b>4</b>
<b>SERVICE OG REPARASJON.....</b>	<b>5</b>
<b>GARANTIBESTEMMELSER.....</b>	<b>6</b>
<b>SIKKERHETSINFORMASJON.....</b>	<b>7</b>
<b>VEDLIKEHOLD.....</b>	<b>9</b>
<b>BRUKSANVISNING.....</b>	<b>10</b>
<b>MONTERINGSTEGNING.....</b>	<b>11</b>
<b>DELELISTE.....</b>	<b>13</b>
<b>VERKTØYPAKKE.....</b>	<b>15</b>
<b>FLYTTING, JUSTERING OG OPPBEVARING.....</b>	<b>21</b>
<b>BRUKERHÅNDBOK FOR ROMASKINEN LEVITY.....</b>	<b>24</b>

# KJÆRE KUNDE

Det gleder oss at du har valgt et LEVITY-produkt.  
Dette er et kvalitetsprodukt som er produsert for hjemmebruk.  
Produktet er testet i samsvar med den europeiske normen EN 957.

**Før du begynner å montere og bruke produktet, ber vi deg lese denne veiledningen nøye.**

Det anbefales at alle trinn i monteringsveiledningen gjennomgås grundig før monteringen påbegynnes. Du må også kontrollere at alle deler medfølger og er fullstendige og uten skader.

Ta alltid vare på all emballasje til produktet er montert og testet.

Husk å ta vare på denne veiledningen/bruksanvisningen til eventuelt senere bruk.

# AVHENDING



Dette symbolet betyr at produktet ikke må kastes som alminnelig husholdningsavfall. Du er ansvarlig for å ta det med til en lokal avfallsstasjon. Slik hjelper du til med å bevare naturressurser og forhindre eventuelle negative konsekvenser for både mennesker og miljø.

# KUNDESERVICE

For at vi skal kunne gi deg best mulig service ved for eksempel mangler eller defekter på produktet, ber vi deg notere og oppbevare produktets serienummer og kvitteringen for kjøpet. Serienummeret finner du på merket som sitter nederst på produktets ramme. Det er ikke alltid at alle opplysninger fremgår av kvitteringen, så derfor anbefaler vi også at du fyller ut de nedenstående opplysningene om produktet. Denne informasjonen skal brukes hvis du en gang får behov for å kontakte Livingsport vedrørende produktet ditt. Vi anbefaler at opplysningene nedenfor oppbevares sammen med kvitteringen – kvitteringen **må** kunne fremvises i tilfelle reklamasjon.

Merke:

---

f.eks. LEVITY

Produkttype:

---

f.eks. SPINBIKE

Modellnavn:

---

f.eks. THE LEVITY SPINBIKE

Serienummer:

---

f.eks. re-12011/5212/45101-01

Kjøpssted:

---

f.eks. [www.tights.no](http://www.tights.no)

# SERVICE OG REPARASJON

Vi vil gjerne gi deg den raskeste og best mulige servicen. Hvis du har problemer med maskinen din eller vil bestille reservedeler, ber vi deg om å fylle ut serviceskjemaet vårt. Du finner det på hjemmesiden vår. Ved bestilling av reservedeler finner du nummeret på den relevante delen på delelisten eller oversiktstegningen i denne veiledningen

For at vi skal kunne hjelpe deg på den beste og raskeste måten er det meget viktig at skjemaet fylles ut så detaljert som mulig – meget gjerne med bilder og/eller video.

Serviceskjemaet på hjemmesiden må alltid fylles ut ved reklamasjoner eller forespørsel om reservedeler – spesielt ved reklamasjoner er det viktig at kvittering og serienummer vedlegges.

Du finner mer informasjon på hjemmesiden vår under Service.

NO: [www.livingsport.eu](http://www.livingsport.eu)

# GARANTIBESTEMMELSER

LEVITY-produkter er produsert og testet for hjemmebruk. Dette betyr at reklamasjonsretten bortfaller helt hvis produktet brukes kommersielt, til offentlig bruk eller til annen ikke-privat bruk.

Dette produktet er produsert i samsvar med den europeiske normen EN 957.

Som importør av ditt LEVITY -produkt gir LivingSport A/S 2 års reklamasjonsrett, i henhold til Kjøpsloven, på omfattende fabrikasjons- og materialfeil som fastslås ved vanlig bruk av produktet.

Reklamasjonsretten dekker ikke feil, skader eller slitasje, direkte eller indirekte, som er oppstått som følge av feilaktig betjening, manglende vedlikehold, vold eller uautoriserte inngrep.

LivingSport A/S kan ikke holdes ansvarlig for skader påført annet innbo eller eiendeler i forbindelse med bruk av produktet.

Reklamasjon av feil og mangler, som bør oppdages ved vanlig kontroll av varen, skal meddeles til LivingSport A/S innen rimelig tid.

Ved feil/mangler kan maskinen returneres for reparasjon. Dette MÅ avtales med LivingSport A/S før returen. Etter en vurdering av feilens/mangelens omfang, vil det bli forsøkt å utbedre dette med en reparasjon. Hvis ikke dette kan utføres innen rimelig tid og uten for stort bryderi for forbrukeren, vil produktet bli byttet eller kjøpesummen kreditert . Reklamasjonsperioden starter den dagen maskinen leveres. Ta derfor alltid vare på kvitteringen for både kjøpet og leveringen.

# SIKKERHETSINFORMASJON

Før du starter med av dette eller andre treningsprogrammer, bør du forhøre deg med legen din. Dette er spesielt viktig for personer som ikke tidligere har trent regelmessig eller for personer med nåværende eller tidligere helseproblemer.

Vennligst les denne veiledningen nøye før treningen starter. Hverken produsent eller selger påtar seg ansvar for personskade eller skade på gjenstander eller innbo som er forårsaket av eller ved bruk av dette produktet. Les alle forholdsregler samt instruksjer grundig før bruk av produktet. Vi anbefaler at denne manualen oppbevares til eventuelt senere bruk.

- Det er eierens ansvar å sikre at alle som bruker produktet er tilstrekkelig informert om alle forholdsregler. Bruk kun maskinen slik det beskrives i denne veiledningen.
- Maskinen må kun brukes innendørs, på en plan overflate med tilstrekkelig plass rundt produktet (min. 200 cm).
- Plasser ikke maskinen utendørs, i garasjen, carporten, uthuset eller i nærheten av vann.
- Maskinen skal oppbevares i vanlig romtemperatur – ikke under 15°C.
- Hold maskinen unna fuktighet og støv.
- Hold ALLTID barn under 12 år og kjæledyr unna produktet.
- Legg eventuelt en matte under stabilisatorene for å beskytte tregulv eller gulvteppe.
- Skift ut eventuelle slitte deler med det samme.
- Skadde deler eller komponenter kan medføre en risiko for din sikkerhet eller redusere produktets levetid. Skift ut derfor straks skadde eller slitte deler, og bruk ikke produktet før denne utskiftningen er foretatt.
- Reparasjoner må kun utføres etter avtale med LivingSport A/S.
- Påse at INGEN væsker kommer inn i maskinen eller i elektroniske deler, for dette kan føre til skader på maskinen.
- Bruk passende klær når du trener. Unngå løstsittende plagg som kan bli sittende fast i maskinens bevegelige deler.

- Tren alltid i jogge- eller løpesko.
- Hvis du får smerter eller blir svimmel under trening, skal du stoppe med en gang!  
Overtrening kan føre til alvorlig skade eller død. Hvis du føler deg uvel, skal du stoppe treningen med en gang.
- Hvis maskinen din er utstyrt med en hånd-pulsmåler, skal du være oppmerksom på at pulsmåleren ikke er et medisinsk redskap, og at det må forventes en viss unøyaktighet ved en hånd-pulsmåler sammenlignet med en pulsmåler som måler nærmere hjertet. Flere faktorer, bl.a. utøverens bevegelser, kan påvirke hånd-pulsmålerens presisjon.
- Produktet er i klasse "H" (hjemme), og er derfor kun beregnet til hjemmetrening. Det bør derfor ikke brukes kommersielt eller på f.eks. institusjoner.
- Produktet er ikke produsert for medisinske formål eller til bruk i rehabilitering.
- Dette produktet er produsert i samsvar med den europeiske normen EN 957 og er IKKE beregnet til behandlingssmessig eller helbredende trening.
- Informasjon om maksimal brukervekt finner du i BRUKSANVISNING.



# VEDLIKEHOLD

Det er viktig at produktet vedlikeholdes/rengjøres for å unngå feil. Manglende vedlikehold/rengjøring kan føre til at levetiden reduseres, og garantien kan bortfalle.

Før hver gangs bruk skal det påses at alle deler sitter godt. Etterstram etter behov. Kontroller maskinen for eventuelle feil, slark, mislyder og manglende deler. Hvis du lurer på om produktet har en feil, skal du umiddelbart stoppe all bruk og kontakte LivingSport A/S' serviceavdeling.

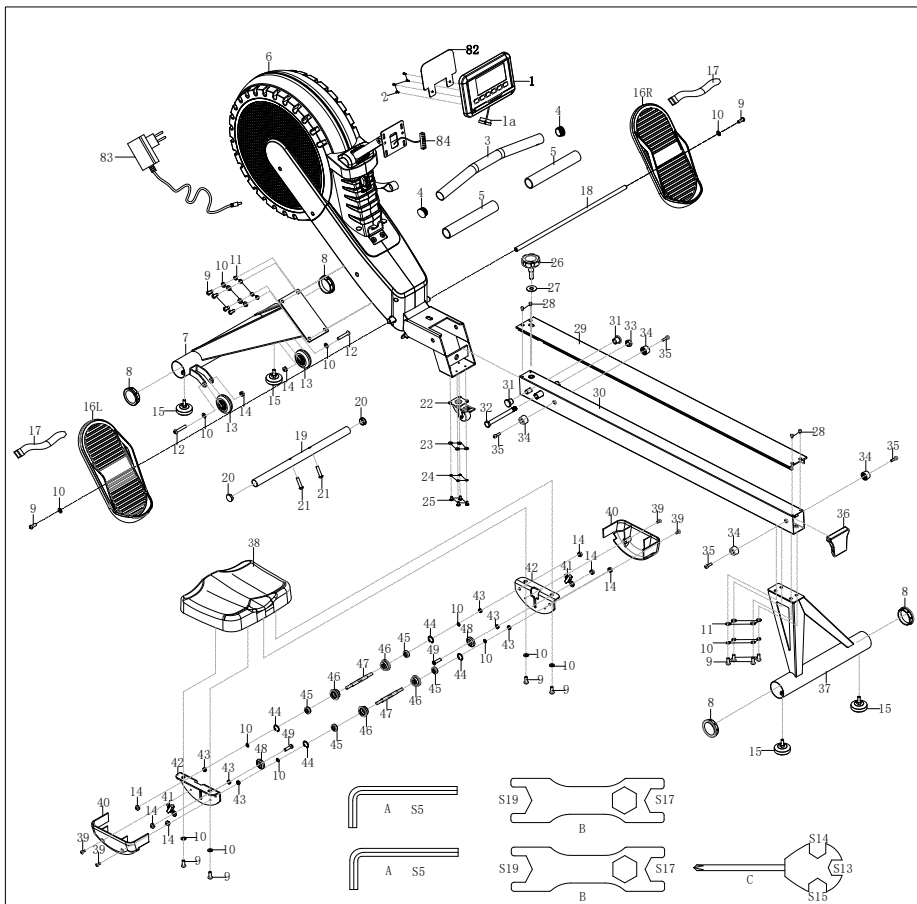
Du skal være spesielt oppmerksom på skruer og bolter som holder fast bevegelige deler, uansett om de er synlige eller skjulte. Dersom det oppstår feil pga. feilaktig bruk, manglende etterstramming eller vedlikehold, vil garantien alltid bortfalle. LivingSport A/S påtar seg heller ikke ansvar for feil som evt. oppstår hos 2. og 3. part.

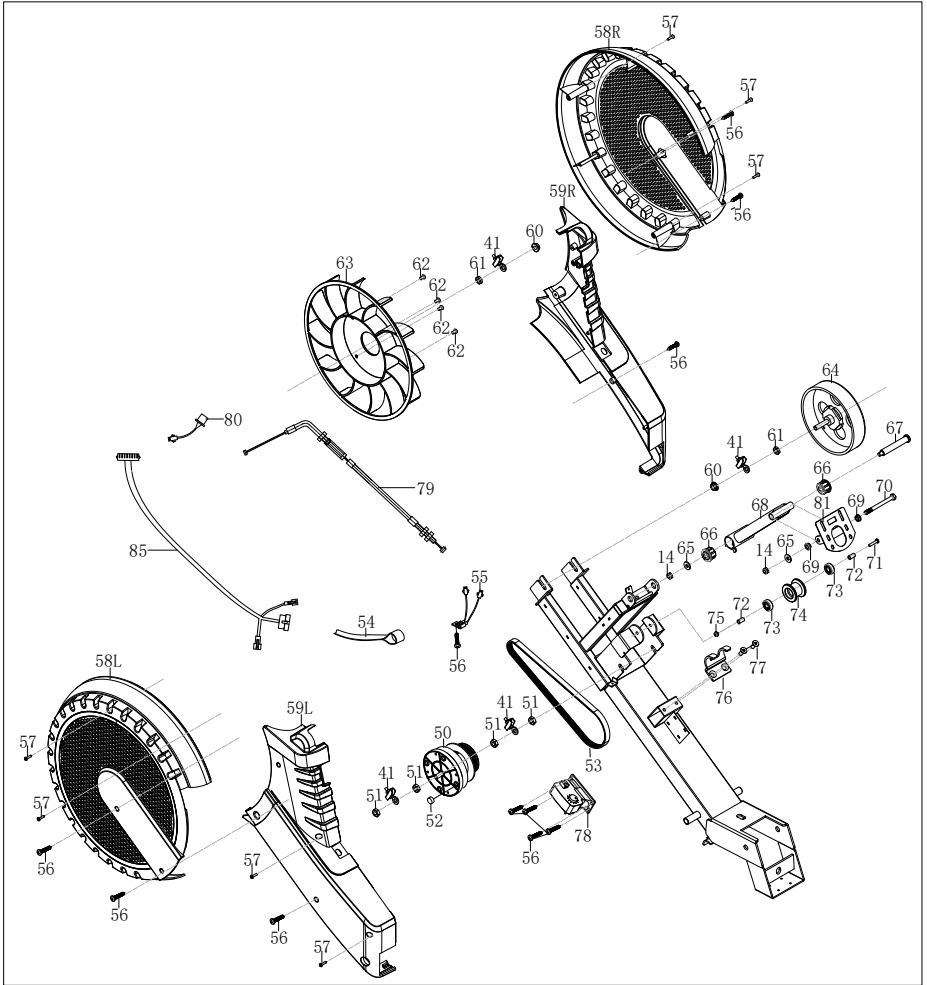
Du finner mer informasjon på hjemmesiden vår under [Service](#)

# BRUKSANVISNING

Maksimal brukervekt: 120 KG

# MONTERINGSTEGNING



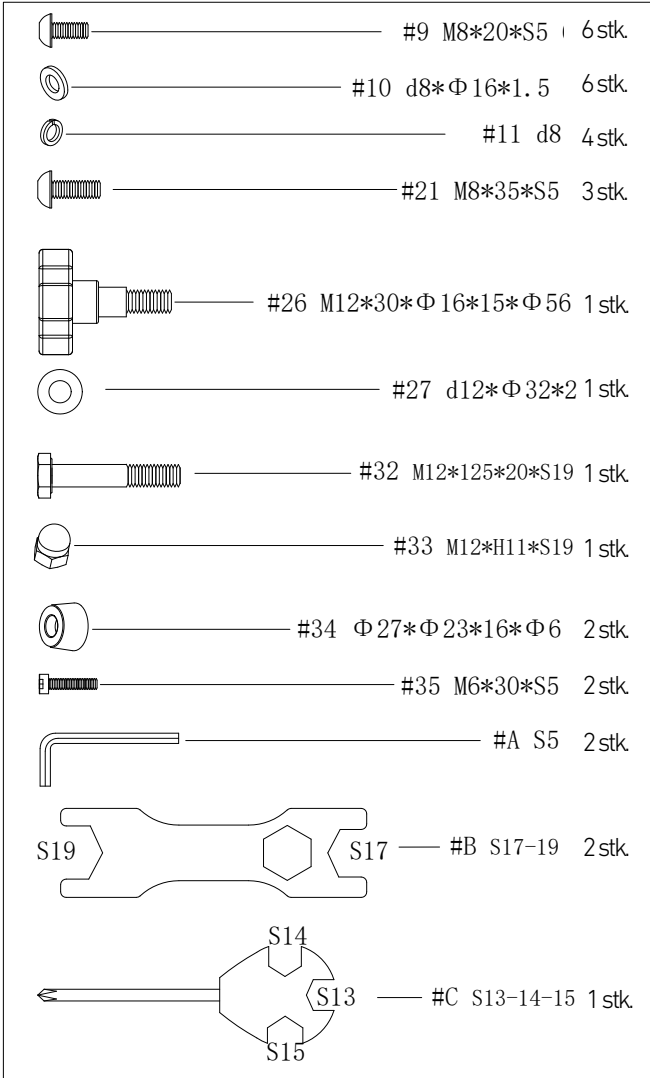


# DELELISTE

Nr.	Beskrivelse	Antall	Nr.	Beskrivelse	Antall
1	Computer	1	42	Setestøtte	2
2	Bolt M5*15	4	43	Bøssing	6
3	Styre	1	44	Underlagsskive d22*1.0	4
4	Rundt endedeksel	2	45	Lager 608ZZ	4
5	Styrehåndtak av skumplast	2	46	Setehjul	4
6	Ramme	1	47	Seteskaft	2
7	Fremre støtte	1	48	Setehjul	2
8	Rundt endedeksel Ø60	4	49	Bolt M8*28*10*S5	2
9	Bolt M8*20*S5	14	50	Nettingbelteplate	1
10	Underlagsskive d8*Ø16*1.5	20	51	Mutter M10*1	4
11	Fjærbelastet underlagsskive d8	8	52	Rund magnet	1
12	Bolt M8*45*20*S5	2	53	Belte	1
13	Transporthjul	2	54	Nettingbelte	1
14	Bolt M8*H7.5*S13	10	55	Sensor	2
15	Fotplate	4	56	Skrue ST4,2*16*Ø8	7
16L/R (V/H)	Pedal	2	57	Bolt ST4,2*19*Ø8	7
17	Pedalrem	2	58L/R (V/H)	Fremre kjededeksel	2
18	Pedalstang	1	59L/R (V/H)	Bakre kjededeksel	2
19	Pedalrør	1	60	Mutter M10*1*H8*S15	2
20	Rundt endedeksel	2	61	Mutter M10*1*H5*S17	2
21	Bolt M8*35*S5	2	62	Bolt M6*10*S5	4
22	Universalhjul	1	63	Vifte	1

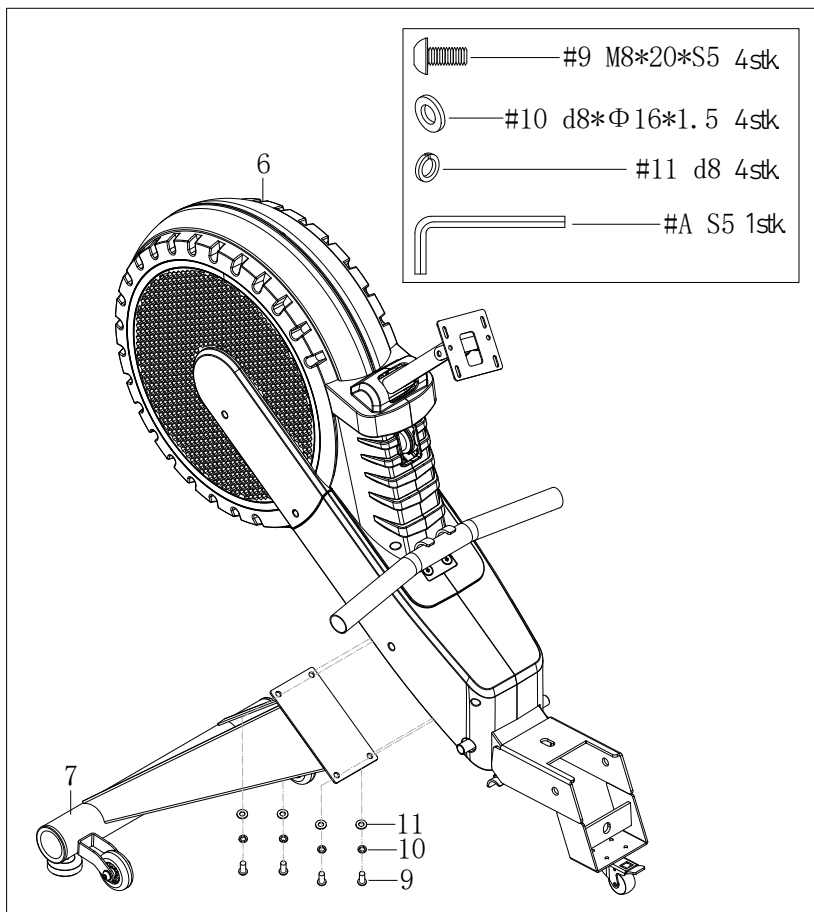
23	Underlagsskive d5*Ø13*1,0	4	64	Svinghjul	1
24	Fjærbelastet underlagsskive d5	4	65	Underlagsskive d8*Ø20*2	2
25	Bolt M5*10*Ø10	4	66	Bøssing 3	2
26	Knott	1	67	Bolt Ø14*81,5*M8*S6	1
27	Underlagsskive d12*Ø32*2	1	68	Computerholder	1
28	Bolt ST4,8*13*Ø8	4	69	Bøssing	2
29	Aluminium	1	70	Bolt M8*90*20*S13	1
30	Glideskinne	1	71	Bolt M6*55*15*S10	1
31	Endedeksel	2	72	Bøssing på remrulle	2
32	Bolt M12*125*20*S19	1	73	Lager 6000-ZZ	2
33	Plastmutter M12*H11*S19	1	74	Nettingbeltehjul	1
34	Begrenser	4	75	Plastmutter M6*H6*S10	1
35	Bolt M6*30*S5	4	76	Styre	1
36	Endedeksel	1	77	Bolt M8*20*S5	2
37	Bakre støtte	1	78	Motor	1
38	Sete	1	79	Elektrisk kabel	1
39	Bolt M5*12*Ø10	4	80	Strømkabel	1
40	Setedeksel	2	81	Støtteplate til computer	1
41	Justeringskrue	6	82	iPad-holder	1
83	Adapter	1	A	Unbrakonøkkel S5	2
84	Hovedkabel 1	1	B	Skrunøkkel S17-19	2
85	Hovedkabel 2	1	C	Skrunøkkel S13-14-15	1

# VERKTØYPAKKE



## TRINN 1:

Fest den fremre støtten (7) på rammen (6) med bolter (9), fjærbelastede underlagsskiver (10) og underlagsskiver (11). Fest og stram med unbrakonøkkel (A).

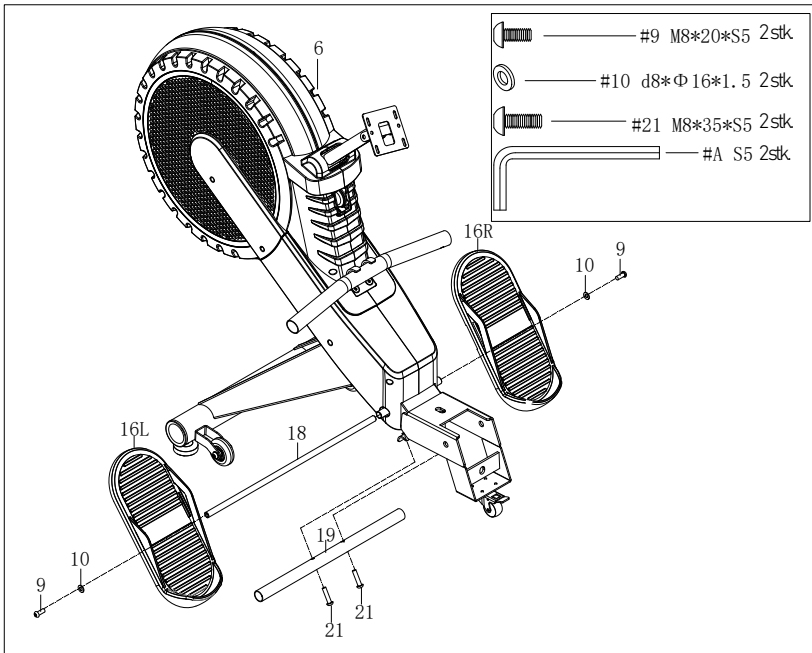




## TRINN 2:

Fest pedalrøret (19) på rammen (6) med bolter (21). Fest godt og stram med unbrakonøkkel (A).

Før pedalrøret (18) i det øvre hullet på rammen (6) og før det deretter gjennom pedalene (16L/R) og fest dem med bolter (9) og underlagsskiver (10) ved å bruke unbrakonøkkel (A).



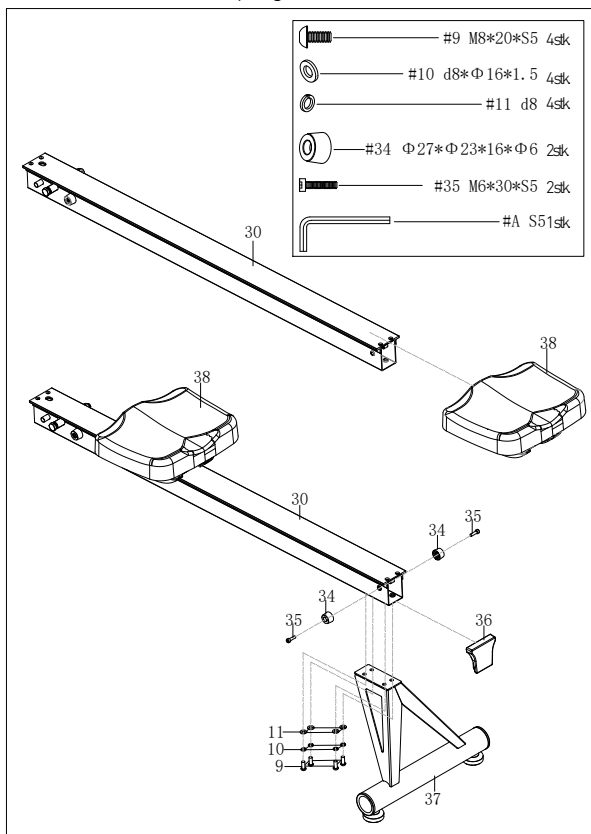
### TRINN 3:

Sett setet (38) på setestangen (30).

Fjern bolter (9), fjærbelastede underlagsskiver (10) og underlagsskiver (11) fra glideskinnen (30). Fest den bakre støtten (37) på glideskinnen (30) med bolter (9), fjærbelastede underlagsskiver (10) og underlagsskiver (11). Fest godt og stram med unbrakonøkkel (A).

Fest bolt (85) og begrener (35) på glideskinnen (30) med unbrakonøkkel (A).

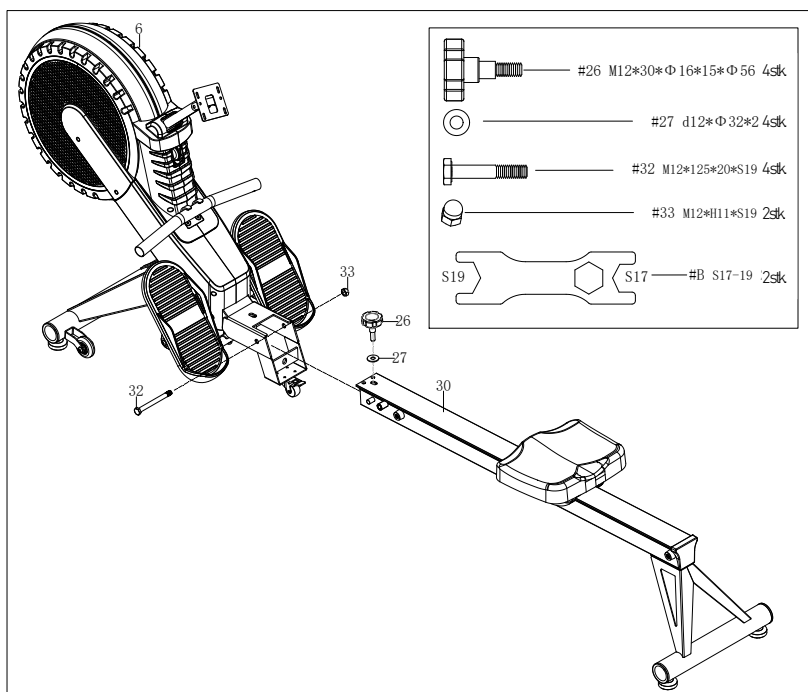
Sett endedeckslet (36) på glideskinnen (30).



#### TRINN 4:

Fest glideskinnen (30) på rammen (6) med bolter (32) og plastmutter (33). Fest og stram med skrunøkkel (B).

Hold rammen (6) med hånden og fest glideskinnen (30) godt på rammen (6) med knott (26) og underlagsskive (27).



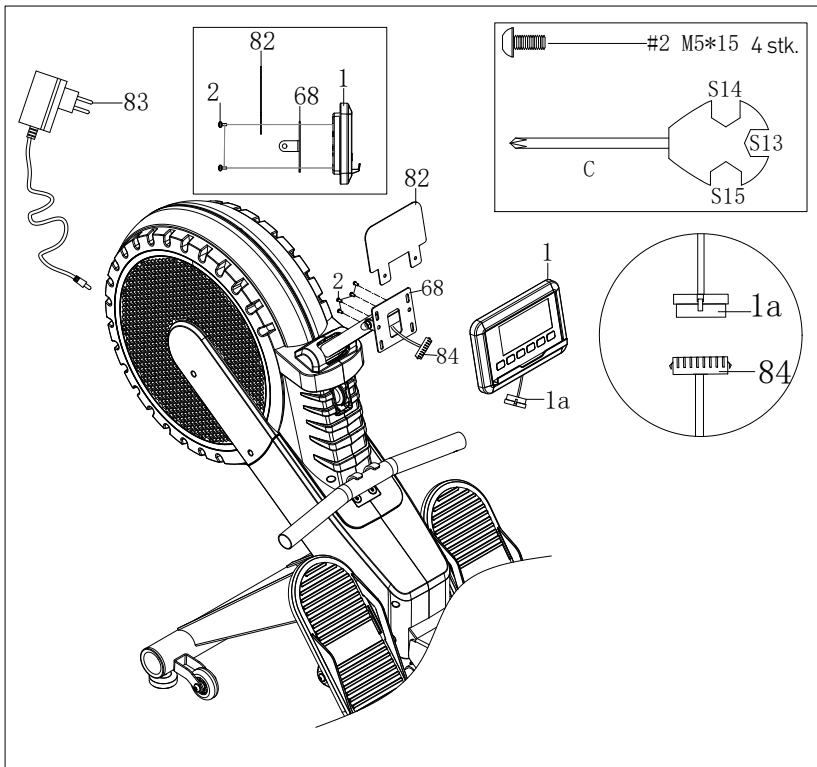
## TRINN 5:

Koble sammen computerkabelen (1a) og hovedkabel 1 (84).

Løsne boltene (2) på baksiden av computeren (1) med skrunøkkel (C), og fest deretter computeren (1) og iPad-holderen (82) på computerholderen (68) med bolter (2) ved å bruke en skrunøkkel (C).

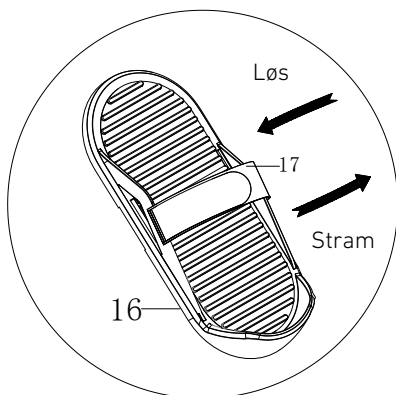
Før adapterkabelen (83) inn i strøminntaket på rammen (6) og koble adapteren til et vegguttak.

*Nå er monteringen ferdig!*



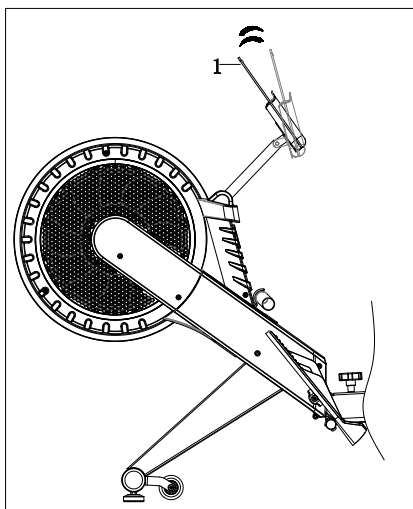
# FLYTTING, JUSTERING OG OPPBEVARING

## 1. JUSTERING AV PEDALENE:



Pedalremmen (17) er justerbar og kan tilpasses brukerens fotstørrelse.

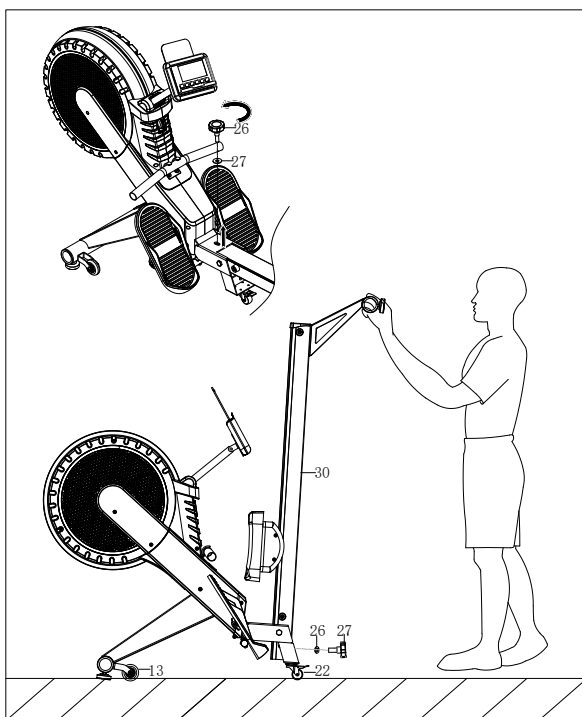
## 2. JUSTERING AV COMPUTERENS VINKEL:



Computerens rotasjonsvinkel (1) kan justeres, slik at det blir lettere å se LCD-skjermen.

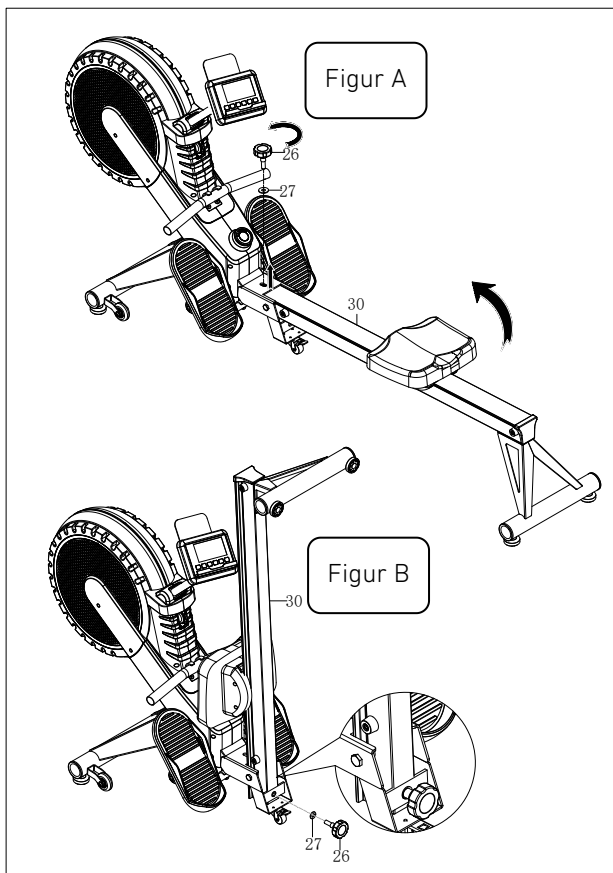
Når maskinen står på et ujevnt underlag, kan begge fotplatene (15) justeres som vist på bildet ovenfor.

### 3. FLYTTE MASKINEN:



For å flytte maskinen tar du ut knotten (26) og underlagsskiven (27) og løfter glideskinnen (30) med én hånd til den står vertikalt. Når glideskinnen (30) står vertikalt, festes glideskinnen (30) på rammen med knotten (26) og underlagsskiven (27). Med hjulene (13+22) på bakken kan du enkelt transportere maskinen til ønsket sted.

#### 4. OPPBEVARING:

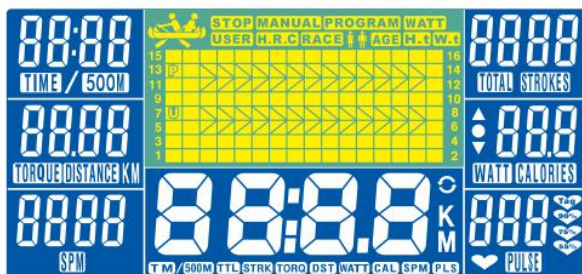


OBS!  
Setet glir ned når  
glideskinnen legges  
sammen (30).

Når maskinen ikke er i bruk, kan du spare plass ved å legge sammen glideskinnen (30).

1. Skru ut knotten (26) og underlagsskiven (27) og løft så glideskinnen (30) med én hånd til den står vertikalt. Som vist på figur A.
2. Når glideskinnen (30) står vertikalt, festes glideskinnen (30) på rammen med knotten (26) og underlagsskiven (27). Som vist nå figur B.

# BRUKERHÅNDBOK FOR ROMASKINEN LEVITY



## SKJERMFUNKSJONER

Funksjoner	Instrukser
SPM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tak per minutt</li> <li>• Intervall 0 ~ 9999</li> </ul>
Tid/500 m	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visning av treningstid</li> <li>• Intervall 0:00 ~ 99:00</li> <li>• Tiden skannes hvert 6. sekund, skjermen viser tiden det tar å ro 500 meter.</li> </ul>
DISTANCE (LENGDE)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visning av treningslengde</li> <li>• Intervall 0~99,99 km</li> </ul>
CALORIES (KALORIER)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visning av hvor mange kalorier som forbrukes under trening</li> <li>• Intervall 0~999</li> </ul>
STROKES (TAK)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Totalt antall tak</li> <li>• Intervall 0 ~ 9999</li> <li>• Viser tak/totalt antall tak hvert 6. sekund</li> <li>• Når maskinen slås av, slettes det totale antallet tak</li> </ul>
PULSE (PULS)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visning av pulsen ved trening</li> <li>• Intervall 0-30~240</li> </ul>
WATT	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visning av treningsintensitet</li> <li>• Intervall 0-999</li> </ul>
HRC	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Viser hjerterefrekvensraten ved trening (Hvis du bruker et belte for registrering av hjerterefrekvens. Medfølger ikke)</li> </ul>



· Intervall 55 %\75 %\90 %\TAG

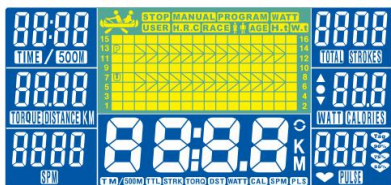
## TASTEFUNKSJONER

Element	Instrukser
Up (Opp)	<ul style="list-style-type: none"><li>· Velg treningsmodus</li><li>· Øk funksjonens innstilte verdi</li></ul>
Down (Ned)	<ul style="list-style-type: none"><li>· Velg treningsmodus</li><li>· Reduser funksjonens innstilte verdi.</li></ul>
ENTER	<ul style="list-style-type: none"><li>· Bekreft valget etter innstilling.</li></ul>
Reset (Tilbakestille)	<ul style="list-style-type: none"><li>· Trykk på denne knappen i 2 sekunder, så starter konsollen på nytt.</li><li>· Trykk på den for å slette den innstilte verdien.</li></ul>
Start/Stop	<ul style="list-style-type: none"><li>· Start eller stopp treningen.</li></ul>
Recovery (gjenvinning)	<ul style="list-style-type: none"><li>· Viser hjerterefrekvensens gjenvinningsstatus.</li></ul>

## SLÅ PÅ

Når maskinen er tilkoblet strømmen, vil LCD-skjermen vise 2s (Bilde 1) og deretter KM (Bilde 2). Maskinen gir fra seg en pipelyd og går deretter i U1-modus. Trykk UP/DOWN for å velge U1~U4. Trykk ENTER for å velge brukerens AGE/H.T/W.T (alder/høyde/vekt) (Bilde 3).

Når ingen signaler overføres til monitoren på 4 minutter, vil monitoren gå inn i dvale-modus.



Bilde 1



Bilde 2



Bilde 3

### **MANUELL MODUS**

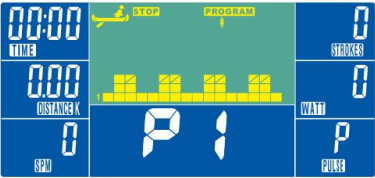
1. På hovedsiden kan brukeren trykke "START" for å begynne treningen med en gang (Bilde 4).
2. Trykk UP eller DOWN for å velge Manuell modus og trykk ENTER for å bekrefte (Bilde 5).
3. Trykk UP eller DOWN for å stille inn verdiene for RESISTANCE LEVEL (MOTSTANDSNIVÅ), TIME (TID) (eller Meter), STROKES (TAK), CALORIES (KALORIER) og PULS, trykk ENTER for å bekrefte. (Tid og meter kan ikke innstilles samtidig) (Bilde 6).
4. Trykk UP eller DOWN for å justere motstanden (Bilde 7), trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn treningstid, og trykk deretter START/STOP for å starte treningen (Bilde 8).
5. Når den forhåndsinnstilte tiden er nedtelt til 0, vil konsollen varsle med en pipelyd og stoppe treningen (Bilde 9).
6. Trykk START/STOP for å stoppe treningen og trykk RESET for å gå tilbake til hovedsiden (Bilde 10).



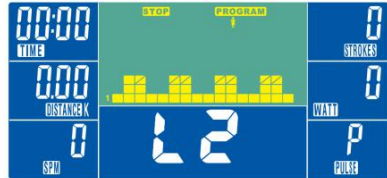
Bilde 4



Bilde 5



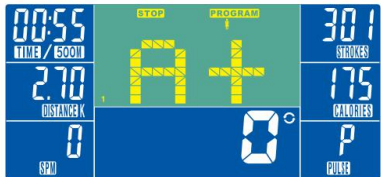
Bilde 6



Bilde 7



Bilde 8



Bilde 9



Bilde 10

## PROGRAMMODUS

1. Trykk UP eller DOWN for å velge Programmodus og trykk ENTER for å bekrefte.
2. Trykk UP eller DOWN for å velge P1~P12 og trykk ENTER for å bekrefte. Trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn treningstiden (Bilde 11), trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn DST (LENGDE) (Bilde 12), trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn CALORIE (KALORIER) (Bilde 13), trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn STRK (TAK) (Bilde 14).
3. Trykk UP eller DOWN for å stille inn verdiene for RESISTANCE LEVEL (MOTSTANDSNIVÅ), TIME (TID) (eller Meter), STROKES (TAK), CALORIES (KALORIER) og PULS, trykk ENTER for å bekrefte. (Tid og meter kan ikke innstilles samtidig.)
4. Trykk på START/STOP for å starte treningen.
5. Når den forhåndsinnstilte verdien er nedtelt til 0, vil konsollen varsele med en pipelyd og stoppe treningen.
6. Trykk START/STOP for å stoppe treningen og trykk RESET for å gå tilbake til hovedsiden.



Bilde 11

Bilde 12



Bilde 13

Bilde 14

## H.R.C.-MODUS

(Hvis du bruker et belte for registrering av hjerterefreknens. Medfølger ikke)

1. Trykk UP eller DOWN for å velge H.R.C -modus og trykk ENTER for å bekrefte (Bilde 15). Trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn Time/DST/CALORIE/STRK.
2. Trykk RESET for å gå tilbake, trykk ENTER og UP eller DOWN for å velge Male/Female (mann/kvinne). Trykk ENTER og UP eller DOWN for å velge AGE/HEIGHT (alder/høyde) og trykk ENTER for å bekrefte (Bilde 16-17).
3. Trykk RESET for å gå tilbake, trykk ENTER og UP eller DOWN for å velge H.R.C. Trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn 55 %, 75 %, 90 % og Target (standardverdi: 100 bpm) (Bilde 18).
4. Trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn TIME (eller meter)/STROKES/CALORIES. (Tid og meter kan ikke innstilles samtidig.)
5. Trykk på START/STOP for å starte treningen (Bilde 19).
6. Når den forhåndsinnstilte verdien er nedtelt til 0, vil konsollen varsle med en pipelyd og stoppe treningen.
7. Trykk START/STOP for å stoppe treningen og trykk RESET for å gå tilbake til hovedsiden.



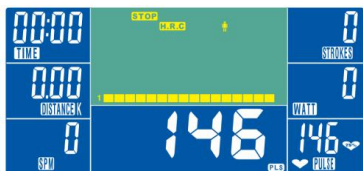
Bilde 15



Bilde 16



Bilde 17



Bilde 18



Bilde 19

## RACE-MODUS

1. Trykk UP eller DOWN for å velge Race-modus og trykk ENTER for å bekrefte (Bilde 20). Trykk UP eller NED for å velge Time/DST (Bilde 21).
2. Trykk UP eller DOWN for å velge race-tid og lengde, standardverdiene er 0:30 TIME/500 M. Trykk på START/STOP for å starte treningen (Bilde 22).
3. Når brukeren eller konsollen oppnår den innstilte målverdien først, vil konsollen stoppe treningen og vise om brukeren eller konsollen vinner.
4. Trykk START/STOP for å stoppe treningen og trykk RESET for å gå tilbake til hovedsiden.



Bilde 20

Bilde 21



Bilde 22

## BRUKERMODUS

1. Trykk UP eller DOWN for å velge USER (bruker)-modus og trykk ENTER for å bekrefte (Bilde 23).
2. Trykk UP eller DOWN for å stille inn motstanden i hver søyle og trykk ENTER for å gå til neste søyle.  
(Det er til sammen 16 søyler) (Bilde 24)
3. Trykk lenge på ENTER-tasten for å gjennomføre eller gå ut av innstillingen.
4. Trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn TIME (eller meter)/STROKES/CALORIES.  
(Tid og meter kan ikke innstilles samtidig.)
5. Når den forhåndsinnstilte verdien er nedtelt til 0, vil konsollen varsle med en pipelyd og stoppe treningen.
6. Trykk på START/STOP for å starte treningen (Bilde 25).
7. Trykk START/STOP for å stoppe treningen og trykk RESET for å gå tilbake til hovedsiden.



Bilde 23

Bilde 24



Bilde 25

## WATT-MODUS

1. Trykk UP eller DOWN for å velge WATT-modus og trykk ENTER for å bekrefte (Bilde 26).
2. Trykk UP eller DOWN for å stille inn WATT-verdiene, trykk ENTER og UP eller DOWN for å stille inn RESISTANCE LEVEL (motstandsnivå), TIME (eller meter), STROKES, CALORIES og PULSE.
3. Trykk på START/STOP for å starte treningen (Bilde 27).
4. Når den forhåndsinnstilte verdien er nedtelt til 0, vil konsollen varsle med en pipelyd og stoppe treningen.
5. Trykk lenge på ENTER-tasten for å gjennomføre eller gå ut av innstillingen.
6. Trykk START/STOP for å stoppe treningen og trykk RESET for å gå tilbake til hovedsiden (Bilde 10).



Bilde 26



Bilde 27



## RECOVERY (GJENVINNING)-MODUS

(Hvis du bruker et belte for registrering av hjerterefreknens. Medfølger ikke)

Brukeren må ta på et brystbelte før trening. Når pulsen vises, trykker du RECOVERY. Tiden viser "0:60" (sekunder) og begynner å telle ned (Bilde 28). Etter at tiden er nedtelt til 0:00, viser skjermen "FX"(X=1....6) (Bilde 29).

F1=1,0	Dårlig
1,0 < F2 < 2,0	Dårligere enn standard
2,0 < F3 < 2,9	Standard
3,0 < F4 < 3,9	Bra
4,0 < F5 < 5,9	Meget bra
F6=6,0	Utmerket



Bilde 28



Bilde 29

## FAQ

Når konsollen viser E-2, skal du sjekke om kabelen er riktig tilkoblet eller skadd.

# EU Declaration of Conformity

Object of the declaration:

Product                ROWING MACHINE  
Model                 ER7477 (LEVITY ROWER)  
Item number         270-200107  
Manufacturer        XIAMEN EVERTOP FITNESS PRODUCT CO. LTD  
Address               BUILDING NO.44, FENGSHAN 1 LANE,TONGAN  
                              DISTRICT,XIAMEN,FUJIAN,CHINA

This declaration of conformity is issued under the sole responsibility of the manufacturer.



This object of the declaration described above is in conformity with the relevant Union harmonization legislation:

Conformity is shown by compliance with the applicable requirements of the following documents:

Standard Number	Standard Name
2011/65/EU	ROHS
EN957-1	EN ISO 20957-1: 2013
EN957-7	EN 957-7: 1998
2014/30/EU	EMC

Signed for and on behalf of :XIAMEN EVERTOP FITNESS PRODUCT CO.LTD

Place of issue: XIAMEN

Date of issue:        May 06,2021

Name :                 Renee

Position:             Sales manager

Signature:

The technical documentation for equipment is available from the above address.

—

—

—

—

—

—

—

—