



## **Pedal Exerciser**



**VP159W**

## **Usage and Maintenance Instructions**

## **INTRODUCTION**

Thank you for deciding to purchase the Pedal Exerciser from Aidapt. The Pedal Exerciser is manufactured from the finest materials and components available, when used correctly it is designed to give many years of reliable trouble-free service.

## **BEFORE USE**

- Carefully remove all packaging. Avoid using any knives or other sharp instruments as this may damage the surface of the product.
- Check the product for any visible damage. If you see any damage or suspect a fault, do not use your product, but contact your supplier for support.

## **INTENDED USE**

The Pedal Exerciser enables both upper and lower body exercise from a seated position, pedals can be moved forward or backwards and the resistance can be adjusted with the top adjusting knob.

## **ASSEMBLY INSTRUCTIONS**

1. Attach the feet to the main body as follows (Fig. 1):
  - a. Slide the narrow tube on the foot inside the tube of the main body.
  - b. Attach with the screws provided, placing a washer under each screw head.
  - c. Tighten with the Allen key provided.
2. Attach the pedal assembly to the main body as follows (Fig. 2):
  - a. Align the holes in the pedal assembly with the holes in the main body.
  - b. Place the screw through the hole, and attach a nut to the screw.
  - c. Tighten the nut using the Allen key provided to hold the screw, and the spanner provided to hold the nut.
  - d. Note that the nut is fitted with a nylon insert to prevent it from coming loose, so some force will be required to tighten it.



Fig. 1



Fig. 2

## INSTRUCTIONS FOR USE

1. Simply place the Pedal Exerciser on a flat surface such as a table to use for upper body exercise; grip the solid pedal bar and rotate forwards or backwards.
2. For lower body exercise position the Pedal Exerciser on the floor and slip your feet into the looped pedal straps. Rotate the pedals forwards or backwards as desired.
3. Requires no external power supply.

## SAFETY NOTICE



When used on the higher resistance settings and sustained use, this equipment can generate heat, causing the pedal shaft to become hot. Take care when handling the equipment and particularly the pedal shaft after use due to the potential burn risk.



This equipment can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment in a safe way and understand the hazards involved. Children shall not play with the equipment.



Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.



A risk assessment should be carried out as to the suitability of the equipment for the particular user.

## **CLEANING**

Clean your Pedal Exerciser using a non-abrasive cleaner or mild detergent with a soft cloth. Abrasive cleaners and/ or abrasive cleaning pads may seriously damage the product beyond repair and should not be used. Always ensure that you wipe dry the equipment after cleaning.

## **REISSUE**

If you reissue or are about to reissue this product, please thoroughly check all components for their safety.

This includes:

- Tightness of all nuts/bolts/castors
- Other screw in/bolt in/push in components.

**If in any doubt, please do not issue or use, but immediately contact your supplier for service support.**

## **CARE & MAINTENANCE**

Please make a safety check of the product at regular intervals or if you have any concerns.

## **IMPORTANT INFORMATION**

The information given in this instruction booklet must not be taken as forming part of or establishing any contractual or other commitment by Aidapt Bathrooms Limited, Aidapt (Wales) Ltd or its agents or its subsidiaries and no warranty or representation concerning the information is given.

Please exercise common sense and do not take any unnecessary risks when using this product; as the user you must accept liability for safety when using the product.

Please do not hesitate to contact the person who issued this product to you or the manufacturer (detailed below) if you have any queries concerning the assembly/use of your product.

**Aidapt Bathrooms Ltd, Lancots Lane, Sutton Oak, St Helens, WA9 3EX**  
**Telephone: +44 (0) 1744 745 020 • Fax: +44 (0) 1744 745 001 • Web: [www.aidapt.co.uk](http://www.aidapt.co.uk)**  
**Email: [accounts@aidapt.co.uk](mailto:accounts@aidapt.co.uk) • [adaptations@aidapt.co.uk](mailto:adaptations@aidapt.co.uk) • [sales@aidapt.co.uk](mailto:sales@aidapt.co.uk)**



## **Entraîneur Musculaire à Pédales**



**VP159W**

**Notice d'utilisation et d'entretien**

## **INTRODUCTION**

Nous vous remercions d'avoir acheté un entraîneur musculaire à pédales Aidapt. Celui-ci est fabriqué avec les meilleurs matériaux et composants disponibles. Si vous l'utilisez correctement, il vous rendra service pendant longtemps.

## **AVANT UTILISATION**

- Déballiez soigneusement le produit. Evitez l'utilisation de ciseaux ou autres outils tranchants car cela pourrait endommager la surface de votre produit.
- Vérifiez que le produit n'est pas endommagé. Si vous constatez un dommage ou un défaut, ne l'utilisez pas et contactez votre revendeur.

## **UTILISATION CONSEILLÉE**

L'entraîneur musculaire à pédales permet de faire travailler à la fois le haut et le bas du corps à partir de la position assise, il est possible de pédaler vers l'avant ou vers l'arrière et la résistance peut être réglée grâce au bouton de réglage.

## **INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE**

1. Fixez les pieds au corps principal comme suit (Fig. 1) :
  - a. Faites glisser le tube étroit sur le pied à l'intérieur du tube de corps principal.
  - b. Fixez avec les vis fournies, en plaçant une rondelle en dessous de chaque tête de vis.
  - c. Serrez avec la clé Allen fournie
2. Fixez les pédales sur le corps principal comme suit (Fig. 2) :
  - a. Alignez les trous des pédales avec les trous du corps principal.
  - b. Passez la vis dans le trou et fixez un écrou sur la vis.
  - c. Serrez l'écrou avec la clé Allen fournie pour tenir la vis, et la clé fournie pour maintenir l'écrou.

Notez que l'écrou est équipé d'un insert en nylon pour l'empêcher de se desserrer, donc une certaine force sera nécessaire pour le serrer.



Fig. 1



Fig. 2

## CONSEILS D'UTILISATION

1. Placez simplement l'entraîneur musculaire à pédales sur une surface plate comme une table par exemple, afin de pouvoir l'utiliser dans le but de muscler la partie supérieure de votre corps. Dans ce cas, vous pédalez donc avec les mains vers l'avant ou vers l'arrière.
2. Pour muscler la partie inférieure de votre corps, posez l'entraîneur musculaire sur le sol et glissez vos pieds dans les sangles des pédales. Pédalez vers l'avant ou vers l'arrière.
3. Produit ne nécessitant aucune source d'alimentation externe.

## AVIS DE SÉCURITÉ



Lorsqu'il est utilisé sur les niveaux de résistance élevées et pendant une longue durée, cet équipement peut générer de la chaleur, provoquant l'échauffement de l'axe du pédalier. Prenez soin lors de la manipulation de l'équipement et en particulier l'axe du pédalier après utilisation en raison du risque de brûlure potentiel.



Cet équipement peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus ainsi que toute personne dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales ou manquant d'expérience et de connaissances si elles ont été formées et encadrées pour l'utilisation de cet équipement en toute sécurité afin de comprendre les dangers impliqués..



Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil.



Une évaluation des risques potentiels doivent être effectués quant à la pertinence de l'équipement pour un utilisateur particulier.

## **NETTOYAGE**

Nettoyez votre entraîneur musculaire à pédales avec un produit de nettoyage non-abrasif ou un détergent doux avec un chiffon doux. Les détergents abrasifs et les éponges à grattoir abrasif endommageraient sérieusement votre produit et ne doivent donc pas être utilisés. Essuyez et séchez bien votre appareil après le nettoyage.

## **REUTILISATION**

Si vous n'avez utilisé cet appareil pendant longtemps, vérifiez toujours qu'il est en bon état avant de le réutiliser.

**En cas de doute, ne l'utilisez pas et contactez votre revendeur si vous avez besoin de conseils.**

## **SOIN & ENTRETIEN**

Vérifiez régulièrement l'état de votre appareil et entretenez-le soigneusement et régulièrement.

## **INFORMATIONS IMPORTANTES**

Les informations contenues dans cette notice ne doivent pas être considérées comme faisant partie de ou établissant un contrat ou un engagement quelconque par la société Aidapt Bathrooms Limited, Aidapt (Wales) Ltd ni par ses représentants ou ses filiales et aucune garantie concernant l'information n'est donnée.

Nous vous remercions de bien vouloir faire preuve de bon sens et de ne pas prendre de risques inutiles lorsque vous utilisez ce produit; en tant qu'utilisateur, vous devez accepter et être conscient de votre responsabilité pour votre sécurité lorsque vous utilisez ce produit.

**Altai France (Altai Europe Ltd)**

**Z.A. du Bel Air, 17D rue de Creil, 95340 BERNES-SUR-OISE, France**

**Tél: 01.30.34.90.84 | Fax: 01.30.34.00.68 | E-mail: [altaieurope@orange.fr](mailto:altaieurope@orange.fr)**





## **Pedal-Übungsgerät**



**VP159W**

**Gebrauchs- und Wartungsanleitung**

## **EINFÜHRUNG**

Vielen Dank für Ihren Erwerb dieses Pedal-Übungsgeräts von Aidapt. Dieses Produkt wurde aus den besten verfügbaren Materialien angefertigt. Es wurde entwickelt, um bei richtiger Anwendung viele Jahre zuverlässig und störungsfrei zu funktionieren.

## **VOR GEBRAUCH**

Entfernen Sie vorsichtig die Verpackung. Verwenden Sie keine Messer oder andere scharfe Instrumente, da diese die Oberfläche des Produkts beschädigen können.

Bitte überprüfen Sie Ihr Produkt vor der Verwendung auf sichtbare Schäden. Falls Sie einen Schaden erkennen oder einen Fehler vermuten, bitte verwenden Sie das Produkt nicht, sondern wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.

## **VERWENDUNGSZWECK**

Dieses Pedal-Übungsgerät ermöglicht es dem/der Benutzer/in, aus sitzender Position heraus den Ober- und Unterkörper zu trainieren. Die Pedale können nach vorne oder nach hinten bewegt werden und der Widerstand kann über den Drehknopf oben am Gerät eingestellt werden.

## **MONTAGE-ANLEITUNG**

1. Bauen Sie das Gerät wie folgt zusammen. (Abb. 1)
  - a. Stecken Sie das schmale Rohr eines unter-teils in das innere Rohrs des Hauptkörpers. Wiederholen Sie den Vorgang für die andere Seite
  - b. Verbinden Sie die Metallteile mit den mitgelieferten Schrauben.
  - c. Drehen Sie die schrauben mit dem mitgelieferten Inbusschlüsselhandfest an.
2. Befestigen Sie die Pedal-Konstruktion mit dem Hauptkörper wie folgt (Abb. 2):
  - a. Führen Sie die Nase der Pedal-Konstruktion in des bereits oben gefertigten Fußes
  - b. Bringen Sie die Schrauben durch die Löcher und befestigen Sie je eine Mutter mit der Schraube.
  - c. Drehen Sie die schrauben mit dem mitgelieferten Inbusschlüsselhandfest an.



Abb. 1



Abb. 2

## GEBRAUCH

1. Stellen Sie das Gerät einfach auf eine flache Oberfläche, wie zum Beispiel einen Tisch, für das Trainieren des Oberkörpers; greifen Sie die Pedale mit den Händen und drehen Sie sie vorwärts und rückwärts.
2. Für das Training des Unterkörpers, platzieren Sie das Gerät auf dem Boden und fügen Sie Ihre Füße in die Pedal-Schlaufen ein. Bewegen Sie die Pedale wie gewünscht vorwärts und rückwärts.
3. Das Gerät erfordert keine externe Stromversorgung.

## REINIGUNG

Reinigen Sie dieses Produkt nur mit einem milden Waschmittel und mit einem weichen Tuch; benutzen Sie keinesfalls einen scheuernden Reiniger oder scheuernde Schwämme, da diese das Produkt irreparabel beschädigen könnten. Nach der Reinigung stets trocken wischen.

## NEUVERGABE

Wenn Sie dieses Produkt neu vergeben oder gerade dabei sind, es neu zu vergeben, bitte überprüfen Sie alle Komponenten gründlich auf ihre Sicherheit.

Dazu gehören:

- Dichtheit aller Muttern/Schrauben/Rollen
- andere Schraub-/Bolzen-/Eindrück-Komponenten

**Im Zweifelsfall bitte nicht verwenden oder neu vergeben, sondern sofort Ihren Händler kontaktieren.**

## ACHTUNG



Wenn zum treten ein höherer Widerstand verwendet wird, entsteht eine höhere Reibung und dadurch entsprechende Wärme. Wird langfristige Wärme erzeugt, kann das Pedal sehr heiß werden / sein. Seien Sie daher nach der Nutzung vorsichtig bei der Lagerung oder beim Umstellen des Produkts. Um Sie vor Verbrennungen oder Feuer zu schützen, lassen Sie dieses unbedingt erst abkühlen.



Das Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren, oder Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten benutzt werden, wenn sie über die Verwendung der Geräte unterwiesen sind und auf die Gefahren der Verbrennung hingewiesen wurden. Bitte beachten Sie, dass dies kein Spielzeug ist.



Reinigung und Wartung wird nicht durch Kinder und Unbefugte ohne Aufsicht erfolgen.



Eine Risikobewertung durch einen Arzt oder Fachmann sollte für den speziellen Benutzer durchgeführt werden, bevor das Gerät verwendet werden kann.

## PFLEGE & WARTUNG

Bitte führen Sie in regelmäßigen Abständen oder wenn Sie irgendwelche Bedenken haben eine Sicherheitsprüfung des Produkts durch.

## WICHTIGE INFORMATIONEN

Die Informationen, die in dieser Gebrauchsanweisung angegeben sind, sind nicht Grundlage oder Teil einer vertraglichen oder anderweitigen Verpflichtung von Aidapt Bathrooms Limited, Aidapt (Wales) Ltd. oder einer ihrer Vertreter oder ihrer Tochtergesellschaften und es wird keine Garantie oder verbindliche Vertretung bezüglich der betreffenden Informationen gegeben.

Bitte handeln Sie nach gesundem Menschenverstand und nehmen Sie keine unnötigen Risiken bei der Verwendung dieses Produkts in Kauf; als Nutzer haften Sie für die Sicherheit bei der Verwendung des Produkts.

Bitte zögern Sie nicht, die Person, die dieses Produkt an Sie vergeben hat, oder den Hersteller (unten beschrieben) zu kontaktieren, wenn Sie Fragen zur Montage/Verwendung Ihres Produkts haben.

**Altai Germany (Altai Europe Ltd.)**  
**Reklamationen & Rücksendungen an:**  
**W.H. Service, Merowingerstraße 83, 47533 Kleve**  
**Tel: 02821/971620 | Fax: 02821/12815**