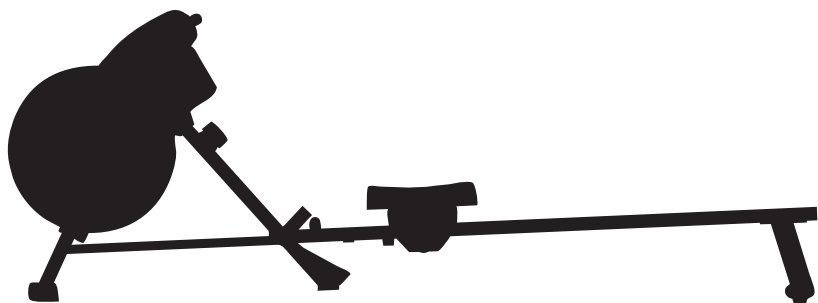


CARDIO

NO



---

# ROMASKINE R400

TITAN LIFE®



# INNHOLDSFORTEGNELSE

LES BRUKSANVISNINGEN FOR BRUK	3
KJÆRE KUNDE	4
KUNDESERVICE	5
GARANTIBESTEMMELSER	7
SIKKERHETSTILTAK	9
VEDLIKEHOLD	11
BRUKERVEILEDNING	12

# LES BRUKSANVISNINGEN FØR BRUK

FOR AT PRODUKTET DITT SKAL VARE LENGER.

LES AVSNITTET VEDLIKEHOLD GRUNDIG FØR BRUK.

# KJÆRE KUNDE

Det gleder oss at du har valgt et TITAN LIFE-produkt.

Dette er et kvalitetsprodukt produsert for hjemmebruk. Produktet er testet i henhold til den europeiske normen EN 957. Før du begynner å bruke produktet, ber vi om at du leser nøye gjennom denne brukerveiledningen. Vi anbefaler at du tar vare på brukerveiledningen som en referanse til senere bruk.

# KUNDESERVICE

For at vi skal kunne levere en best mulig service ved for eksempel mangler eller defekter, ber vi om at du noterer og tar vare på serienummeret til produktet. Dette finner du på et klistremerke nederst på produktrammen. På klistremerket bør du fylle ut nedenforstående punkter. Denne informasjonen skal brukes dersom du på et tidspunkt trenger å kontakte oss om produktet ditt. Vi anbefaler at du tar vare på nedenforstående informasjon sammen med kvitteringen – kvitteringen skal kunne fremvises ved reklamasjon.

Merke:

---

F.eks. TITAL LIFE

Produkttype:

---

F.eks. Bike

Modellnavn:

---

F.eks. ATHLETE B'11

Serienummer:

---

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

Kjøpsdato:

---

F.eks. 20/10/2020

Kjøpssted:

---

F.eks. Expert Sport, Norge

## BESTILLING AV RESERVEDELER

Ved bestilling av reservedeler finnes nummeret til den aktuelle delen i enten stykklisten eller på oversiktstegningen i denne veiledningen. Du skal henvende deg til:

DK: [www.livingsport.dk](http://www.livingsport.dk)

SE: [www.livingsport.se](http://www.livingsport.se)

FI: [www.livingsport.fi](http://www.livingsport.fi)

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

DE: [www.livingsport.info](http://www.livingsport.info)

UK: [www.livingsport.info](http://www.livingsport.info)

Vennligst ha serienummer, modellnummer, kvittering og brukerveiledningen for hånden når du kontakter oss.

# GARANTIBESTEMMELSER

TITAN LIFE-produkter er konstruert og testet for hjemmebruk. Det betyr at reklamasjonsretten bortfaller helt hvis produktet brukes til kommersielle eller offentlige formål eller andre, ikke-private formål. Dette produktet er fremstilt i samsvar med den europeiske normen EN 957.

Som importør av TITAN LIFE-produkter yter LivingSport A/S 2 års reklamasjonsrett i henhold til kjøpsloven for omfattende fabrikasjons- og materialfeil som oppstår ved normal bruk av produktet. Reklamasjonsretten dekker ikke feil, skader eller slitasje som direkte eller indirekte er oppstått som følge av feilaktig betjening, manglende vedlikehold, vold eller uautoriserte inngrep. LivingSport A/S kan ikke holdes ansvarlige for skader påført annet innbo i forbindelse med bruk av produktet. Reklamasjon av feil og mangler som bør oppdages ved en vanlig undersøkelse av varen skal meddeles LivingSport A/S innen rimelig tid.

Produktet kan ved feil/mangler returneres for reparasjon. Dette SKAL avtales med LivingSport A/S før returnering. Etter vurdering av feilens/mangelens omfang vil man forsøke å utbedre dette ved reparasjon. Hvis ikke dette kan utføres innen rimelig tid og uten for stort bryderi for forbrukeren, vil produktet bli byttet ut eller det kan bli aktuelt med kreditering. Reklamasjonsperioden starter på leveringsdagen. Ta derfor alltid vare på kvitteringen din både for kjøpet og leveringen.



Se nedenfor for informasjon vedrørende reklamasjon:

DK: [www.livingsport.dk](http://www.livingsport.dk)

SE: [www.livingsport.se](http://www.livingsport.se)

FI: [www.livingsport.fi](http://www.livingsport.fi)

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

DE: [www.livingsport.info](http://www.livingsport.info)

UK: [www.livingsport.info](http://www.livingsport.info)

# SIKKERHETSTILTAK

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

Vennligst les denne brukerveiledningen nøye før du begynner å trene. Hverken produsent eller selger påtar seg ansvar for personlig skade eller innborskade som forårsakes av eller ved bruk av dette produktet.

Les alle forholdsregler og instruksjoner nøye før du bruker dette produktet. Vi anbefaler å ta vare på denne veiledningen til fremtidig bruk.

- Det er eierens ansvar å forsikre seg om at alle som bruker produktet er godt nok informert om alle forholdsregler. Produktet må kun brukes slik det er beskrevet i denne veiledningen.
- Bruk produktet utelukkende innendørs på en jevn overflate med tilstrekkelig fri plass rundt produktet. Ikke plasser produktet utendørs, i garasjen, carporten, uthuset eller i nærheten av vann.
- Hold produktet 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.
- Etterspenn alle skruer og bolter med jevne mellomrom.
- Skift ut eventuelle slitte deler med det samme.
- Skadde deler eller komponenter kan utgjøre en fare for

sikkerheten din eller føre til at produktet får kortere levetid. Skadde eller slitte deler må derfor skiftes ut omgående, og produktet må ikke brukes før delene er skiftet ut.

- Reparasjoner må kun utføres etter avtale med LivingSport A/S.
- Tren alltid i joggesko.
- Hvis du får smerter eller blir svimmel når du trener, må du stoppe treningen med det samme!
- Produktet er i klasse "H" (hjemme)-produkt og derfor kun beregnet til hjemmetrening. Det bør derfor ikke brukes til kommersielle eller institusjonelle formål.
- Produktet er heller ikke utviklet for medisinsk bruk eller til rehabiliteringsformål.
- Dette produktet er fremstilt i samsvar med den europeiske normen EN 957 og er IKKE beregnet til terapeutisk eller helbredende trening.
- For maksimal brukervekt se BRUKERVEILEDNING.

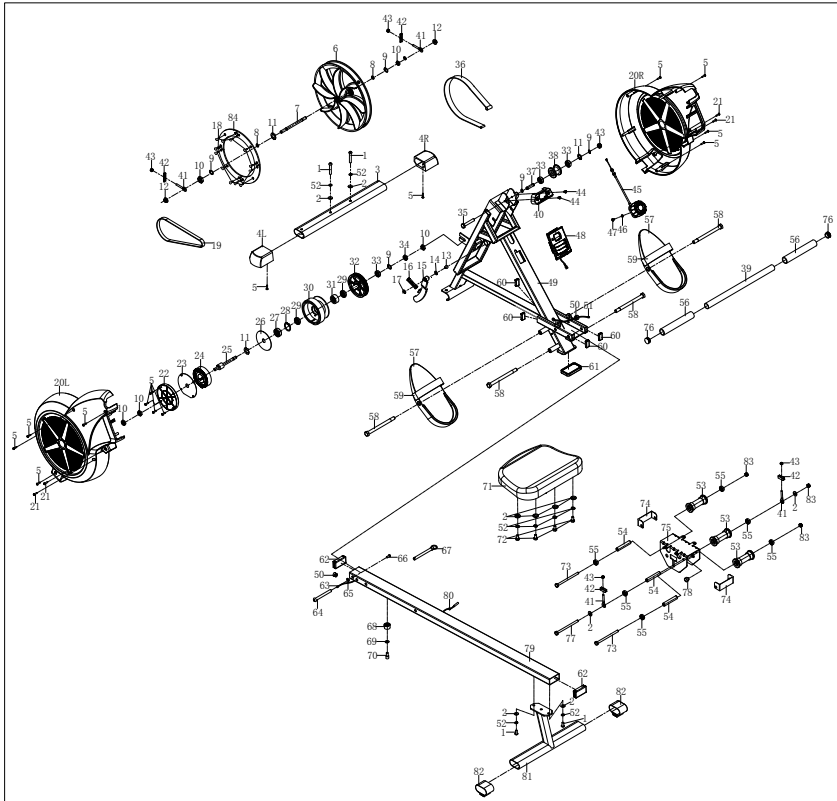
# VEDLIKEHOLD

Før hver bruk skal produktet etterspennes og sjekkes for eventuelle feil, slark, mislyder og manglende deler. Hvis du ikke er sikker på om produktet har en feil, innstiller du bruken av produktet og kontakter serviceavdelingen til LivingSport A/S. Du må være spesielt oppmerksom på skruer og bolter som holder bevegelige deler fast, uansett om de er synlige eller skjulte. For feil som er oppstått pga. feilaktig bruk, manglende etterspenning eller vedlikehold, vil garantien alltid bortfalle. LivingSport A/S påtar seg heller ikke ansvaret for feil som evt. oppstår på 2. og 3. part.

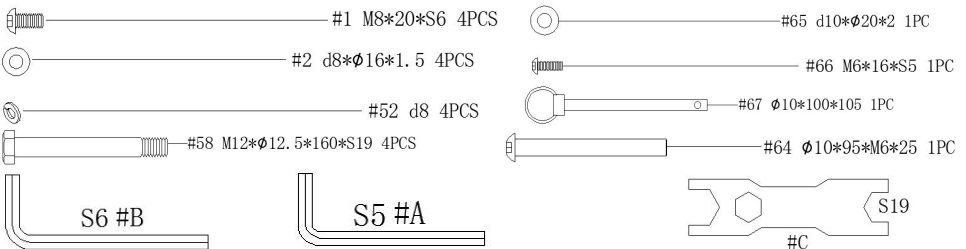
# BRUKERVEILEDNING

Maks. brukervekt 110kgs

# ILLUSTRASJON



# VERKTØYPAKKE



# DELELISTE

Nr.	Beskrivelse	Spes.	Antall
1	Skrue	M8*20*S6	4
2	Underlagsskive	d8*Φ16*1,5	10
3	Fremre støtte		1
4	Endedeksel		2
V/ 5	Skrue	ST4.2*19*Φ8	14
6	Viftehjul		1
7	Hjulaksel	Φ10*150	1
8	Underlagsskive	d10*Φ20*2	2
9	C-klips	d10	5
10	Mutter	M10*1*H5*S17	5
11	Bølget underlagsskive	d10*Φ15*0,3	3
12	Mutter	M10*1*H8*S15	2
13	Skrue	M6*10*S10	1
14	Underlagsskive	d6*Φ18*2	1
15	Magnetplate		1
16	Fjær	Φ1,2*Φ15*54* N10	1

Nr.	Beskrivelse	Spes.	Antall
17	Bølget underlagsskive	d12*Φ15,5*0.3	1
18	Skrue	ST4.2*13*Φ7	12
19	Belte	6PJ280	1
20	Kjededeksel		2
V/H 21	Skrue	ST4.2*16*Φ8	4
22	Ytre deksel for nettingbeltehjul	Φ118,5*11.8	1
23	Ytre PC-plate for nettingbeltehjul	Φ111*Φ16*0.5	1
24	Låsefjær	t0.5*22*5080	1
25	Aksel for nettingbeltehjul		1
26	PC-plate for nettingbeltehjul		1
27	Lager	6300-2RS CXSH	1
28	C-klips	d35	1
29	Lager	16003-2RS C &U	2
30	Nettingbeltehjul	Φ112*67,5	1
31	Lager	Φ35*d17*16	1
32	Beltehjul		1

Nr.	Beskrivelse	Spes.	Antall
33	Lager	6000-2RS CXSH	3
34	Mutter	M10*1*H3*S14	1
35	Bolt	M6*55*15*S10 St. 8,8	1
36	Nettingbelte	t1.5*22*2150	1
37	Festeaksel for nettingbelte	Φ10*40*Φ6,1	1
38	Nettingbeltehjul		1
39	Styre	Φ28*1,5*440	1
40	Setehåndtak	106*40*31	1
41	Justeringsskrue	M6*40*Φ10*2,5	4
42	U-justering av sete	30*10*1,5	4
43	Mutter	M6*H6*S10	7
44	Skrue	M5*10*Φ10	2
45	Spenningskontrollknapp		1
46	Underlagsskive	d5*Φ20*1,5	1
47	Skrue	M5*25*Φ8	1
48	Computer		1
49	Ramme		1
50	Malje	Φ12*11*Φ3	2
51	Hovedkabel 1		1
52	Fjærbelastet underlagsskive	d8	8

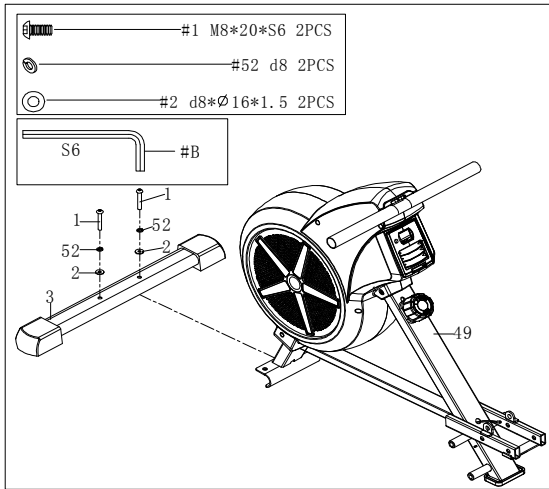
Nr.	Beskrivelse	Spes.	Antall
53	Mellomhjul	Φ36*69	3
54	Avstandsstykke	Φ8*Φ12*50	3
55	Lager	608RS Φ8*Φ22*12	6
56	Styrehåndtak av skumplast	Φ26*3*208	2
57	Pedal	320*140*55	2
58	Bolt	M12 *Φ12,5*160	4
59	Pedalrem		2
60	Endedeksel	F30*15*15	4
61	Gummiplate	84,5*49,5*9,7	1
62	Endedeksel	J60*30*15	2
63	Sensorkabel		1
64	Bolt	Φ10*95*M6*25	1
65	Underlagsskive	d10*Φ20*2	1
66	Skrue	M6*16*S5	1
67	Låsepinne	Φ10*100*105	1
68	Grensematte		1
69	Underlagsskive	d6*Φ12*1	1
70	Skrue	M6*30*S5	1
71	Sete	360*250*50	1
72	Skrue	M8*16*S6	4



Nr.	Beskrivelse	Spes.	Antall
73	Bolt	M8*90*15*S14	2
74	U-formet brakett		2
75	Setestøtte.		1
76	Endedeksel	Φ28*15	2
77	Bolt	M8*100*20*S13	1
78	Rund magnet	Φ15 *7	1
79	Glidestang		1
80	Malje	Φ12	1

Nr.	Beskrivelse	Spes.	Antall
81	Bakre støtte		1
82	Endedeksel		2
83	Mutter	M8*H7,5*S13	3
84	Aluminiumsplate		1
A	Unbrakonøkkel	S5	1
B	Unbrakonøkkel	S6	1
C	Skrunøkkel	S17-19	1

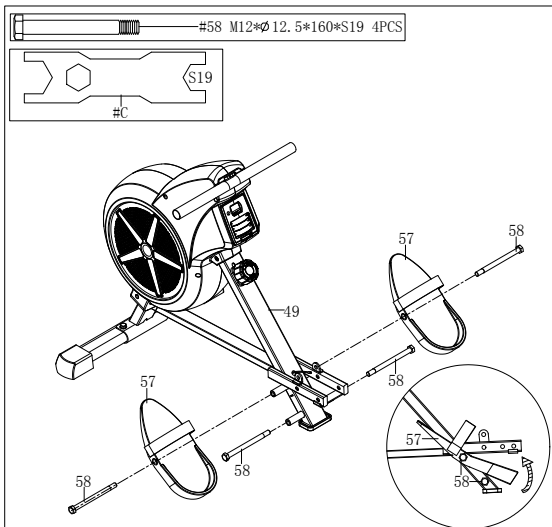
# MONTERINGSINSTRUKSER



## TRINN 1:

Fest den fremre støtten (nr. 3) på rammen (nr. 49) med 2 skruer (nr. 1), 2 fjærbelastede underlagsskiver (nr. 52) og 2 underlagsskiver (nr. 2). Fest godt og stram med unbrakonøkkel (B).

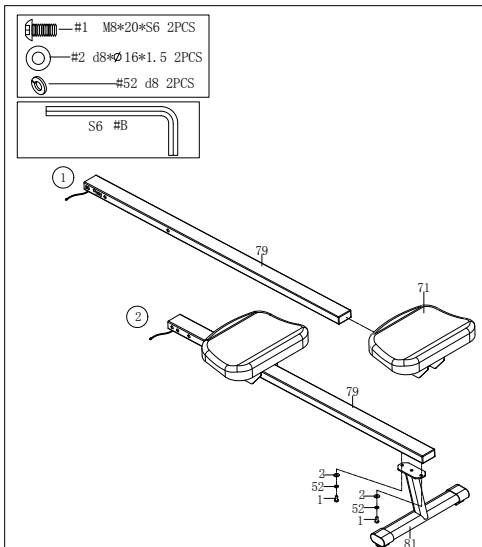
## TRINN 2:



Fest 2 bolter (nr. 58) i bunnhullet på rammen (nr. 49) med skrunøkkel (C).

Før inn 2 bolter (nr. 58) gjennom pedalene (nr. 57), i det øvre hullet på rammen (nr.49), og stram med skrunøkkel (C).

**MERK:** Pedalene (nr. 57) skal hvile på de nedre boltene (nr. 58).



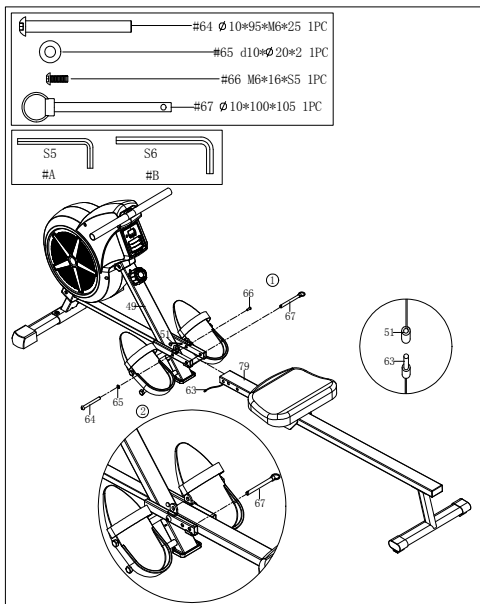
### TRINN 3:

Fest **setet (nr. 71)** på **glidestangen (nr. 79)**.

Fest den **bakre støtten (nr. 81)** på **glidestangen (nr. 79)** med 2 **skruer (nr. 1)**, 2 **fjærbelastede underlagsskiver (nr. 52)** og 2 **underlagsskiver (nr. 2)**. Fest godt og stram med **unbrakonøkkel (B)**.

### TRINN 4:

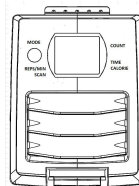
Fest **glidestangen (nr. 79)** på **rammen (nr. 49)** med **bolt (nr. 64)**, **underlagsskive (nr. 65)** og **skru (nr. 66)**. Stram godt med **unbrakonøkkel (A)** og **unbrakonøkkel (B)**.



Løft **glidestangen (nr. 79)** der den festes på **rammen (nr. 49)** for å justere hullene. Så setter du inn **låsepinnen (nr. 67)**.

Tilkoble **kabel 1 (nr. 51)** med **sensorkabelen (nr.63)**.

# TRENINGSVERDIER



## SPESIFIKASJONER

TID-----00:00 - 99:59 MIN:SEK  
ANTALL TAK-----0 - 9999 TAK  
KALORIER-----0 - 9999 KCAL  
REP/MIN (TAK/MIN) -----0 - 9999 TAK/MIN

## VIKTIGE FUNKSJONER:

**MODE (MODUS):** For å velge den funksjonen du ønsker holder du tasten i 4 sekunder for å tilbakestille alle funksjonsverdier (full tilbakestilling).

## DRIFT AV MASKINEN:

**AUTOMATISK PÅ/AV:** Skjermen skrus på når du begynner å ro eller trykker MODE.

Skjermen skrus av etter at har vært inaktiv i 4 minutter.

## FUNKSJON:

**TIME:** (TID) Teller ned treningstiden når du trener.

**COUNT:** (TELLING) Teller antall tak når du trener.

**CALORIE:** (KALORIER) Teller kalorier når du trener.

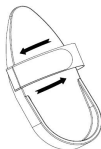
**REPS/MIN:** Viser antall tak per minutt når du trener.

**SCAN:** Veksler kontinuerlig mellom ①TIME②CALORIES③REPS/MIN (STROKES/MIN).

## BATTERI

Hvis det er et problem med skjermen, skal du prøve å skifte ut batteriet. Denne skjermen bruker ett "AAA" batteri. Batteriet skal kastes i henhold til lokale retningslinjer.

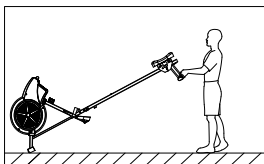
# JUSTERINGSVEILEDNING



## JUSTERING AV PEDALENE

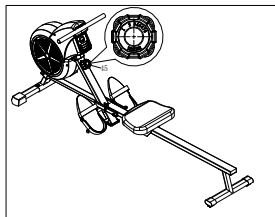
Pedalremmen er justerbar og kan tilpasses brukerens fotstørrelse.

## FLYTTE MASKINEN



For å flytte maskinen løfter du den bakre støtten til transporthjulene på den fremre støtten berører bakken. Med hjulene på bakken kan du enkelt transportere romaskinen til ønsket sted.

For å stramme dem drar du borrelåsenden av pedalremmen oppover og til høyre og ned for å feste den til nettingen på remmen.

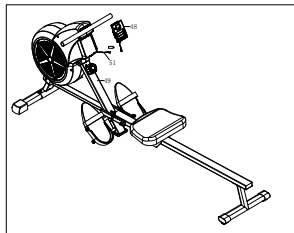


## JUSTERING AV MOTSTANDEN

Drei **spenningskontrollknappen (nr. 45)** i klokkeretningen for å øke motstanden. Drei spenningskontrollknappen *mot* klokkeretningen for å redusere motstanden.

Nivå 1 er den laveste og nivå 8 er den høyeste spenningen.

## UTSKIFTNING AV BATTERI

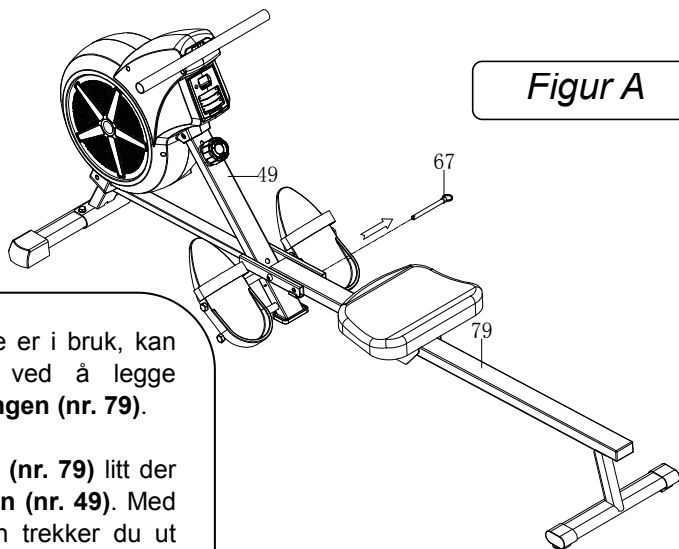


To AAA-batterier medfølger i **computeren (nr. 48)**. For å skifte ut batteriene løsner du computeren fra **rammen (nr. 49)**, og kobler **kabelen (nr. 51)** fra computerkabelen. Skift ut begge batteriene. Bruk ikke ulike typer batterier og gamle og nye batterier sammen.

Når batteriene er skiftet ut, kobler du **kabelen (nr. 51)** sammen med computerkabelen og setter computeren tilbake på **rammen (nr. 49)**.

# JUSTERINGSVEILEDNING

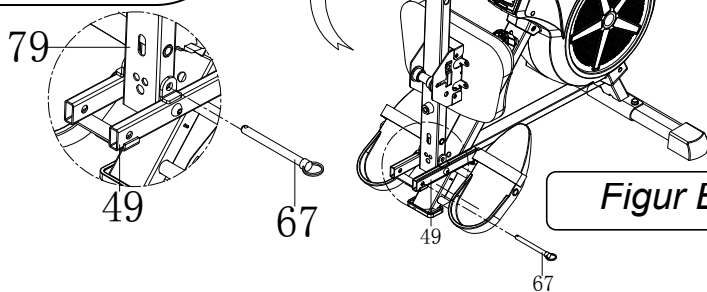
Figur A



Når maskinen ikke er i bruk, kan du spare plass ved å legge sammen **glidestangen (nr. 79)**.

Løft **glidestangen (nr. 79)** litt der den møter **rammen (nr. 49)**. Med den andre hånden trekker du ut **låsepinnen (nr. 67)**. (Figur A)

Legg sammen **glidestangen (nr. 79)** til vannrett posisjon. Før **låsepinnen (nr. 67)** inn gjennom festeplaten og videre gjennom **glidestangen (nr. 79)** for å feste **glidestangen (nr. 79)**. (Figur B)



Figur B

# EU Declaration of Conformity

Object of the declaration:

Product ROWER  
Model TITAN LIFE ROMASKINE R400  
Itemnumber 270-200099  
Manufacturer XIAMEN EVERTOP FITNESS PRODUCT CO. LTD  
Address BUILDING NO.44,FENGSHAN 1  
LANE,TONGANDISTRICT,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:

DirectiveName and Number	Standard Number
ROHS2011/65/EU	2011/65/EU
GPSD 2001/95/EC	EN ISO 20957-1: 2013 EN 957-7: 1998
EMC2014/30/EU	EN 55014-1:2017 EN 55014-2:2015

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

Place of issue:XIAMEN

Date of issue: JUN. 10th, 2020

Name : Renee

Position: Sales manager

Signature:



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

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_