



**DE: MONTAGEANLEITUNG**

EN: ASSEMBLY INSTRUCTION

DE: WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.

EN: IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.

## IMPORTANT SAFETY INFORMATION

Please keep this manual in a safe place for easy reference

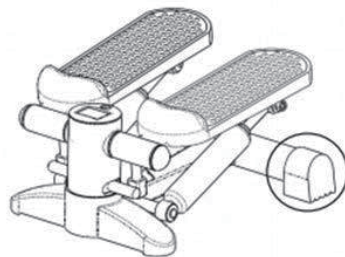
1. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment.
2. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk, or prevent you from using the equipment properly.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 0.5 meters of free space all around it.
5. Before using the equipment check that the nuts and bolts are securely tightened.
6. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
7. The equipment is not suitable for therapeutic use. Suitable for home use only. Maximum weight of user: 120kg.
8. DO NOT touch the Cylinder while doing exercises.

### HOW TO USE THE STEPPER:

Let your feet get on the Foot pedals (#20&#22), then you can step in place.

### WARNING!

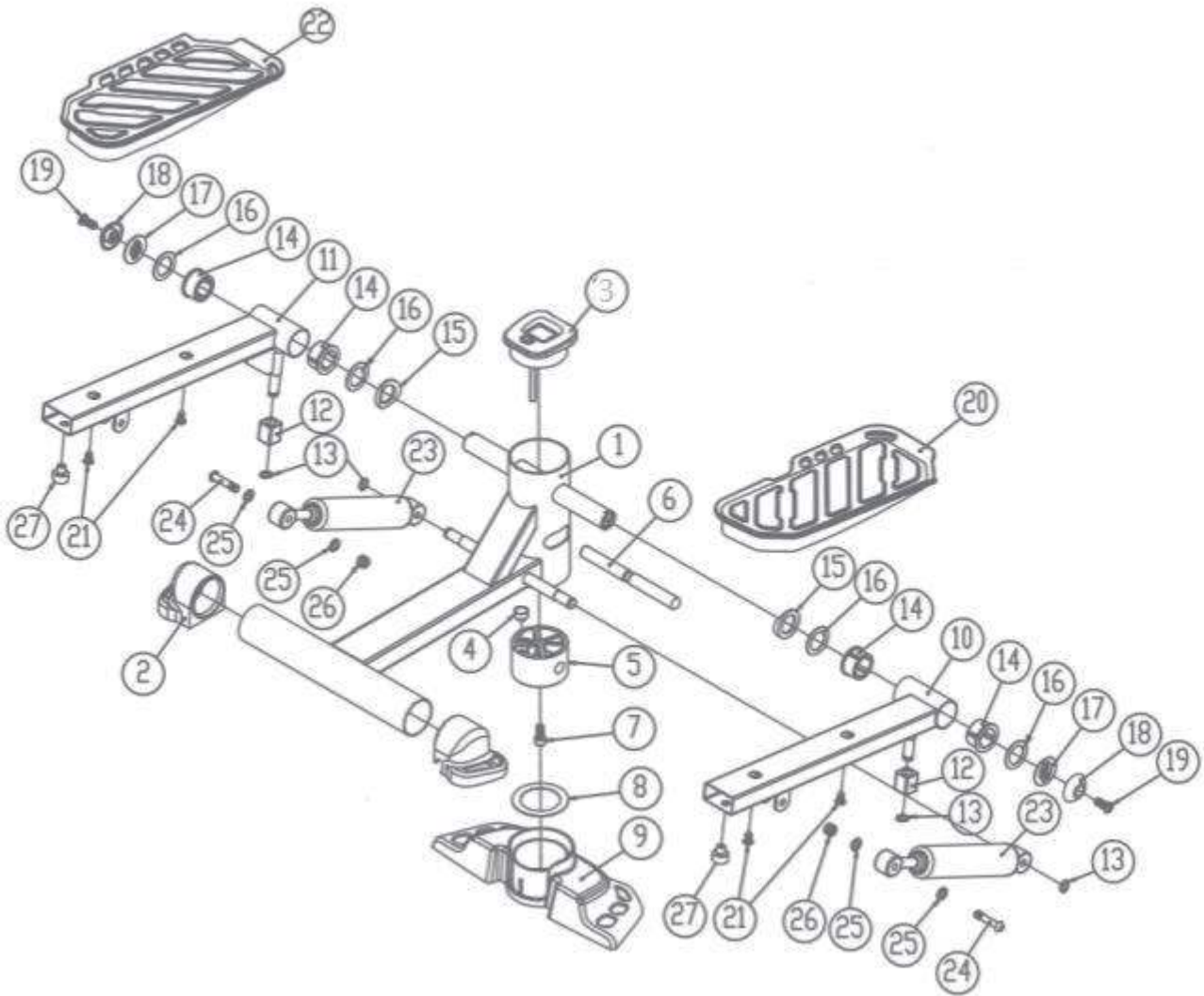
The right installation of (2) Rear tubing end piece.



# PART LIST

<b>Part No.</b>	<b>Description</b>	<b>Q'ty</b>
1	Main Base	1
2	End cap	2
3	Console	1
4	Magnet	1
5	Plastic bearing	1
6	Pivot	1
7	Hex Recessed Flat head Bolt M8X16	2
8	Big abnormality washer	1
9	Foot base	1
10	Foot support (R)	1
11	Foot support (L)	1
12	Bushing	2
13	Snap ring	4
14	Nylon bearing	4
15	Bushing	2
16	Flat washer	2
17	Abnormality washer	2
18	Plastic cover	2
19	Hex Recessed Flat head Bolt M8X16	2
20	Pedal (R)	1
21	Cross screw	2
22	Pedal (L)	1
23	Cylinder	2
24	Hex Recessed Flat head Bolt M8X40	2
25	Washer	4
26	Lock nut	2
27	Rubber	2

# EXPLODED DRAWING



# COMPUTER

## FUNCTION BUTTON

PRESS TO SELECT FUNCTIONS PRESET, OR HOLD ON CAN BE TOTAL RESET

## FUNCTIONS

**STOP** : WHEN STOP PEDALING, “STOP” DISPLAYS ON LCD.

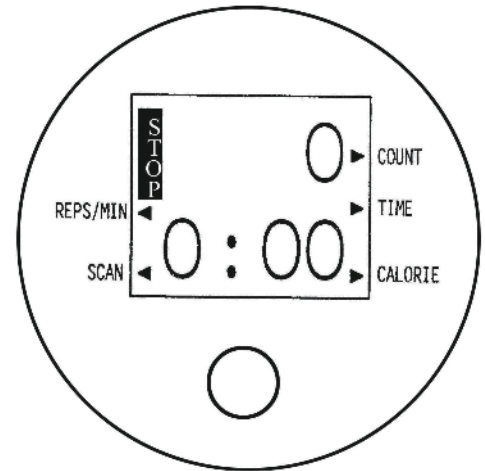
**STEP/MIN ( or STRIDES/MIN):** Display strides in every minute

**SCAN** : Scan each function in sequence

**TIME:** Determine the length of workout session

**CALORIES:** Show the calories burned.

**COUNT:** Accumulate the number of stride during workout session

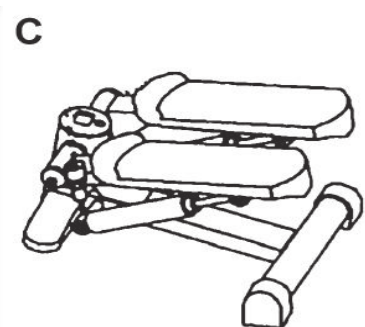
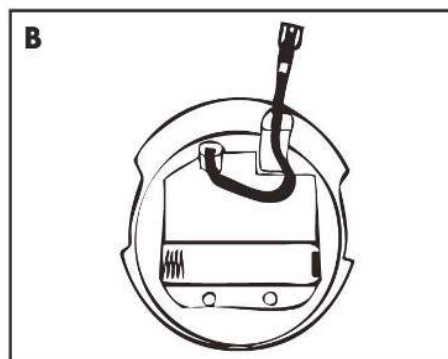
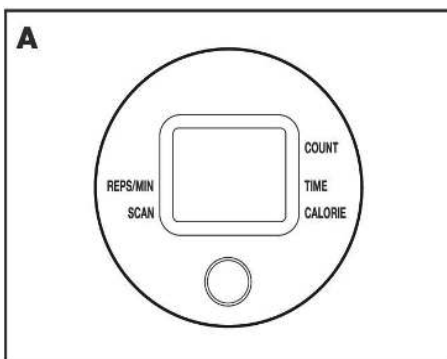


## NOTE

1. WITHOUT ANY SIGNAL FOR A PERIOD OF 4 MINUTES, THE LCD DISPLAY WILL SHUT OFF AUTOMATICALLY, AND ALL PREVIOUS WORKING VALUES ARE TOTAL RESET
2. WHEN THERE IS SINGAL IN, THE MONITOR IS AUTO POWER ON.
3. IF IMPROPER DISPLAY ON MONITER, PLEASE-INSTALL THE BATTERIES TO HAVE A GOOD RESULT.

## HOW TO REMOVE BATTERY

1. Pull out the computer from the equipment and place one SIZE-AAA battery into battery housing on back of monitor, please refer to below illustrations.
2. Insure the battery is correctly positioned and battery springs are in proper contact with battery.
3. Then put the computer back into the original place and make sure it completely set down in position.
4. Battery life is approx. 1 year under normal usage.
5. If the display is illegible or only partial segments appear, remove batteries and wait 15 sec. before reinstalling.
6. Removing the batteries will erase computer memory.
7. If the step counter does not work, please carefully remove the computer and adjust the height of the sensor manually,until the computer can display the number of steps.



**WARNING:** The battery is environmental, so the used battery should be thrown into the reference dustbin.

## WICHTIGE SICHERHEITSINFORMATIONEN

### **Bitte bewahren Sie dieses Handbuch zum einfachen Nachschlagen an einem sicheren Ort auf**

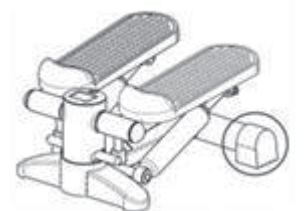
1. Es ist wichtig, dass Sie dieses Handbuch vor der Montage und der Inbetriebnahme des Geräts vollständig lesen.
2. Bevor Sie mit einem Übungsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um festzustellen, ob Sie irgendwelche medizinischen oder körperlichen Beschwerden haben, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder Sie daran hindern könnten, das Gerät richtig zu benutzen.
3. Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Das Gerät ist ausschließlich für den Gebrauch durch Erwachsene vorgesehen.
4. Verwenden Sie das Gerät auf einer festen, flachen, ebenen Oberfläche mit einem Schutzbelag für Ihren Fußboden oder Teppich. Um die Sicherheit zu gewährleisten, sollte um das Gerät herum ein Freiraum von mindestens 0,5 Metern vorhanden sein.
5. Prüfen Sie vor der Verwendung des Geräts, ob die Muttern und Schrauben fest angezogen sind.
6. Tragen Sie bei der Benutzung des Geräts geeignete Kleidung. Vermeiden Sie das Tragen von loser Kleidung, die sich im Gerät verfangen oder die Bewegung einschränken oder verhindern könnte.
7. Das Gerät ist nicht für die therapeutische Verwendung geeignet. Nur für den Heimgebrauch geeignet. Maximales Gewicht des Benutzers: 100 kg.
8. Berühren Sie den Zylinder während der Übungen NICHT.

### **WIE MAN DEN STEPPER VERWENDET:**

Stellen Sie Ihre Füße auf die Fußpedale (#20&#22), dann können Sie auf der Stelle treten.

#### **WARNUNG!**

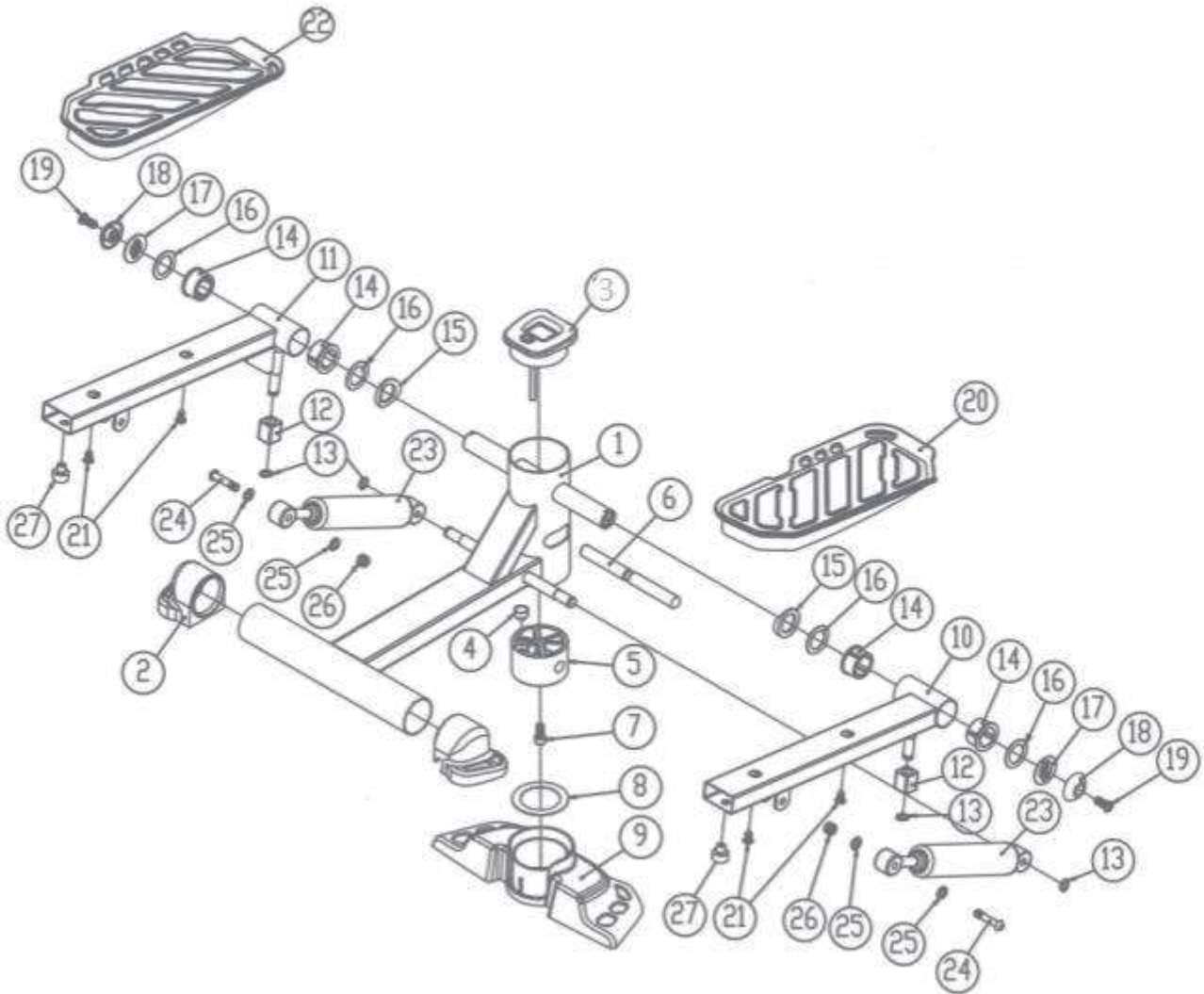
Die richtige Installation des (2) hinteren Rohrendstücks.



# STÜCKLISTE

Teile-Nr.	Beschreibung	Stückzahl
1	Hauptsockel	1
2	Endkappe	2
3	Konsole	1
4	Magnet	1
5	Kunststofflager	1
6	Drehpunkt	1
7	Sechskant-Absenkflachkopfschraube M8 x 16	2
8	Große Unterlegscheibe	1
9	Fußsockel	1
10	Fußstütze (R)	1
11	Fußstütze (L)	1
12	Buchse	2
13	Sprengring	4
14	Nylon-Lager	4
15	Buchse	2
16	Unterlegscheibe	2
17	Unterlegscheibe	2
18	Kunststoffabdeckung	2
19	Sechskant-Absenkflachkopfschraube M8 x 16	2
20	Pedal (R)	1
21	Kreuzschraube	2
22	Pedal (L)	1
23	Zylinder	2
24	Sechskant-Absenkflachkopfschraube M8X40	2
25	Unterlegscheibe	4
26	Kontermutter	2
27	Gummi	2

# EXPLOSIONSZEICHNUNG





## COMPUTER

### FUNKTIONSTASTE

DRÜCKEN, UM DIE VOREINGESTELLTEN FUNKTIONEN ZU WÄHLEN, ODER GEDRÜCKT HALTEN, KANN TOTAL ZURÜCKGESETZT WERDEN

### FUNKTIONEN

**STOPP:** WENN SIE AUFHÖREN, IN DIE PEDALE ZU TRETEN, WIRD AUF DER LCD-ANZEIGE „STOPP“ ANGEZEIGT.

**SCHRITT/MIN (oder SCHRITTE/MIN):** Anzeige der Schritte in jeder Minute

**SCAN :** Jede Funktion nacheinander abrufen

**ZEIT:** Bestimmt die Länge der Trainingseinheit

**KALORIEN:** Zeigt die verbrauchten Kalorien an.

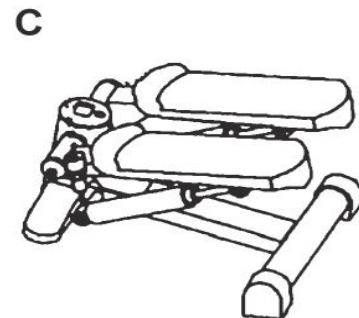
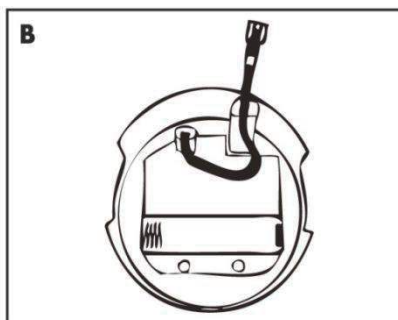
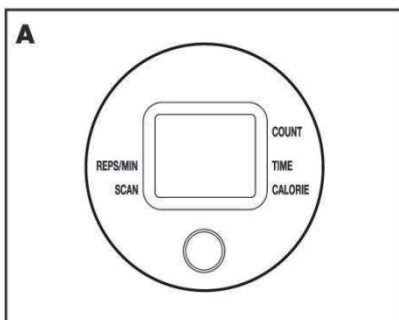
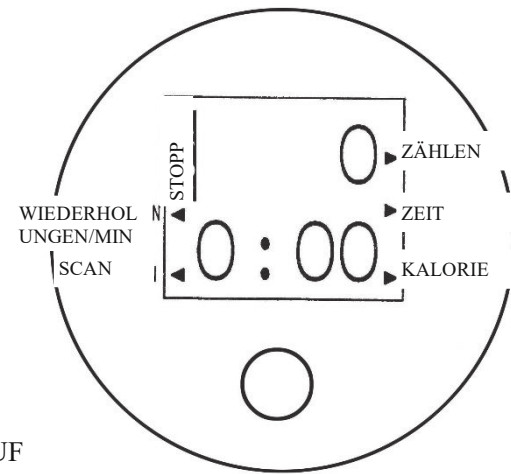
**ZAEHLEN:** Zählt die Anzahl der Schritte während der Trainingseinheit auf

### HINWEIS

1. WENN 4 MINUTEN LANG KEIN SIGNAL ANLIEGT, SCHALTET SICH DER LCD-BILDSCHIRM AUTOMATISCH AUS, UND ALLE VORHERIGEN WERTE WERDEN TOTAL ZURÜCKGESETZT.
2. WENN EIN SIGNAL ANLIEGT, SCHALTET SICH DER MONITOR AUTOMATISCH EIN.
3. WENN DIE ANZEIGE AUF DEM MONITOR NICHT KORREKT IST, LEGEN SIE BITTE DIE BATTERIEN EIN, UM EIN GUTES ERGEBNIS ZU ERZIELEN.

### WIE MAN DIE BATTERIE ENTFERNT

1. Ziehen Sie den Computer aus dem Gerät und legen Sie eine Batterie der Größe AAA in das Batteriefach auf der Rückseite des Monitors ein (siehe Abbildungen unten).
2. Vergewissern Sie sich, dass die Batterie richtig liegt und die Batteriefedern richtig mit der Batterie in Kontakt sind.
3. Stellen Sie den Computer dann wieder an seinen ursprünglichen Platz und vergewissern Sie sich, dass er vollständig eingebaut ist.
4. Die Lebensdauer der Batterie beträgt bei normalem Gebrauch ca. 1 Jahr.
5. Wenn der Bildschirm unleserlich ist oder nur Teilsegmente erscheinen, nehmen Sie die Batterien heraus und warten Sie 15 Sekunden, bevor Sie sie wieder einlegen.
6. Wenn Sie die Batterien entfernen, wird der Speicher des Computers gelöscht.
7. Wenn der Schrittzähler nicht funktioniert, entfernen Sie bitte vorsichtig den Computer und verstellen Sie die Höhe des Sensors manuell, bis der Computer die Anzahl der Schritte anzeigen kann.



**WARNUNG:** Die Batterie ist umweltschädlich, daher sollte die verbrauchte Batterie in den entsprechenden Mülleimer geworfen werden.

**UK**

If you have any questions, please contact our customer care center.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,  
Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

**ES**

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente. Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L.

C/ ROC GROS, N° 15. 08550, ELS HOSTALETS DE  
BALENYÀ, SPAIN.

B66295775

WWW.AOSOM.ES

ATENCIONCLIENTE@AOSOM.ES

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

**FR**

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

**PT**

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente. Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

**DE**

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-(0)40-88307530



service@aosom.de

ADRESSE DES IMPORTEURE:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

**IT**

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti. I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA