



23 154

DE - Pedaltrainer

Inhalt:

- | | | |
|----------------------|---------------------------------|---------------------------------------|
| - 2 Fußstangen (A) | - 1 Pedal-Einheit (E) | - 1 Feststeller-Plättchen, Metall (H) |
| - 4 Gummi-Muffen (B) | - 1 Pedal-Befestigungsblech (F) | - 1 Feststell-Schraube, groß (I) |
| - 4 Endkappen (C) | - 2 Pedal-Lager, Kunststoff (G) | - 4 Feststell-Schrauben, klein (J) |
| - 1 Winkelstange (D) | | |

Montage:

- Schieben Sie die Gummi-Muffen (B) über die Enden der Fußstangen (A), so dass die Enden der Stangen ca. 2,5cm heraus schauen. Schieben Sie dann die Endkappen (C) über die Enden der Fußstangen.
- Verbinden Sie die beiden Fußstangen (A) mit der Winkelstange (D) und arretieren Sie diese mit 2 Feststellschrauben (J).
- Platzieren Sie nun ein Pedal-Lager (G) mittig oben auf die Winkelstange (D) zwischen die beiden Unterlegscheiben. Legen Sie die Pedal-Einheit (E) in die Führung des Pedal-Lagers und das andere Pedal-Lager (G) auf die Pedalstange. Legen Sie dann das Feststeller-Plättchen (H) auf das obere Pedal-Lager. Setzen Sie schließlich noch das Pedal-Befestigungsblech (F) mittig auf die Winkelstange über die Lager-/Pedal-Einheit und arretieren Sie es mit 2 kleinen Feststellschrauben (J) an der Winkelstange.
- Schrauben Sie nun die große Feststellschraube (I) oben in das Pedal-Befestigungsblech (F). Diese Feststellschraube dient, in Verbindung mit dem Feststeller-Plättchen (H), zur Einstellung des Pedal-Widerstands.



EN - Pedal-Trainer

Content:

- | | | |
|------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| - 2 stand bars (A) | - 1 pedal unit (E) | - 1 adjustment plate, metal (H) |
| - 4 rubber sleeves (B) | - 1 pedal mounting bracket (F) | - 1 locking screw, large (I) |
| - 4 bar end caps (C) | - 2 pedal bearings, plastic (G) | - 4 locking screws, small (J) |
| - 1 angled bar (D) | | |

Montage:

- Push the rubber sleeves (B) over the ends of the stand bars (A), so that the bar ends protrude approx. 2,5cm. Push the bar end caps (C) over the ends of the stand bars.
- Connect the two stand bars (A) with the angled bar (D) and fasten them with 2 locking screws (J).
- Place one pedal bearing (G) centered on top of the angled bar (D) between the two large washers. Insert the pedal unit (E) into that pedal bearing, then place the other pedal bearing (G) onto the pedal rod (axis). Place the adjustment plate (H) on top of the upper pedal bearing. Finally place the pedal mounting bracket (F) centered on the angled bar over the bearings/pedal unit and fasten it on the bar with 2 locking screws (J).
- Now screw the large lock screw (I) into the pedal mounting bracket (F) from above. This lock screw, in combination with the little adjustment plate (H), adjusts the pedal's resistance.



FR - Entraîneur à pédales

Contenu:

- | | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| - 2 barres de support (A) | - 1 bloc pédales (E) | - 1 plaquette de blocage, métal (H) |
| - 4 manchons en caoutchouc (B) | - 1 plaque de fixation des pédales (F) | - 1 vis de serrage, grande (I) |
| - 4 embouts (C) | - 2 coussinets, plastique (G) | - 4 vis de serrage, petites (J) |
| - 1 barre coudée (D) | | |

Montage:

- Enfilez les manchons en caoutchouc (B) sur les extrémités des barres de support (A) de sorte que les extrémités des barres dépassent de 2,5 cm environ. Enfoncez ensuite les embouts (C) sur les extrémités des barres de support.
- Reliez les deux barres de support (A) à la barre coudée (D) et serrez-la avec 2 vis de serrage (J).
- Placez maintenant un coussinet (G) au milieu de la barre coudée (D), entre les deux rondelles. Mettez le bloc pédales (E) dans la glissière du coussinet et l'autre coussinet (G) sur la barre à pédales. Placez ensuite la plaquette de blocage (H) sur le coussinet supérieur. Pour finir, mettez la plaque de fixation des pédales (F) au milieu de la barre coudée, au-dessus du bloc pédales, et fixez-la avec 2 petites vis de serrage (J) sur la barre coudée.
- Vissez ensuite la grande vis de serrage (I) sur la plaque de fixation des pédales (F). Cette vis de serrage, combinée à la plaquette de blocage (H), sert à régler la résistance de la pédale.



PL - Urządzenie treningowe z pedałami

Zawartość opakowania:

- | | | |
|------------------------|--|-------------------------------------|
| - 2 drążki nóżek (A) | - 1 pedały (E) | - 1 płytka ustalająca, metalowa (H) |
| - 4 gumowe tuleje (B) | - 1 blaszka do zamocowania pedałów (F) | - 1 śruba ustalająca, duża (I) |
| - 4 zatyczki (C) | - 2 łożyska pedałów, tworzywo sztuczne (G) | - 4 śruby ustalające, małe (J) |
| - 1 wygięty drążek (D) | | |

Montaż:

- Wsuń gumowe tuleje (B) na końce nóżek (A), tak, aby końcówki nóżek wystawały na ok. 2,5cm. Wsuń następnie zatyczki (C) na zakończenia nóżek.
- Połącz dwa drążki nóżek (A) z wygiętym drążkiem (D) i skręć je 2 śrubami ustalającymi (J).
- Umieść teraz łożysko pedała (G) na środku u góry wygiętego drążka (D) między dwie podkładki. Włóż pedały (E) do prowadnicy łożyska i drugie łożysko (G) na drążek pedałów. Połóż teraz płytkę ustalającą (H) na górne łożysko pedałów. Nałóż wreszcie blaszkę do mocowania pedałów (F) środkowo na wygięty drążek nad jednostką łożysko/pedał i przymocuj wszystko 2 małymi śrubami ustalającymi (J) do wygiętego drążka.
- Wkręć teraz dużą śrubę ustalającą (I) od góry do blaszki do zamocowania pedałów (F). Śruba ta, w połączeniu z płytką ustalającą (H), służy ustawieniu oporu pedałów.

