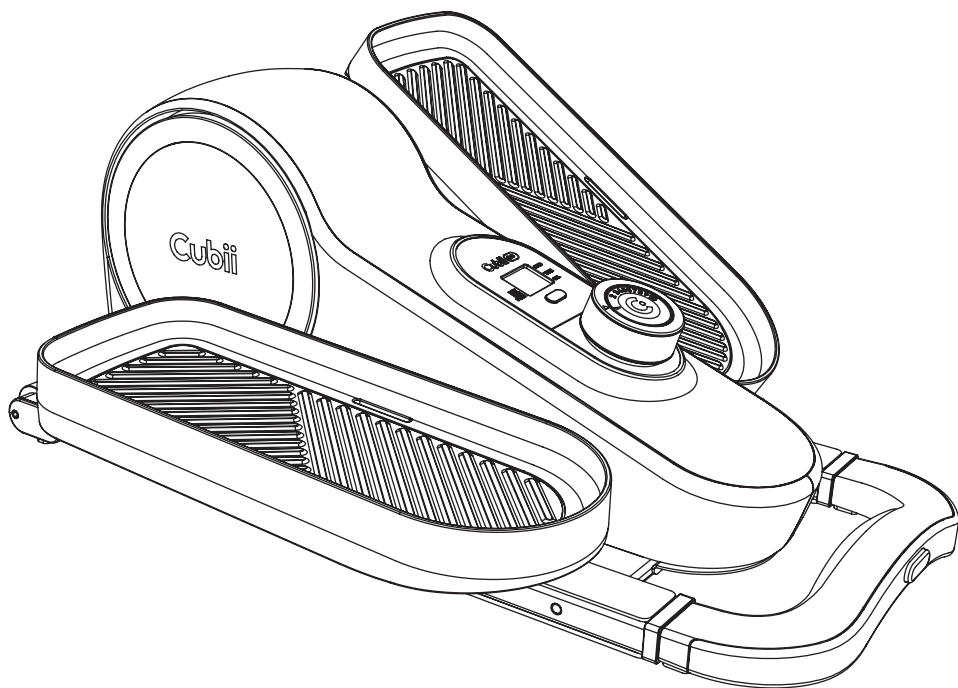
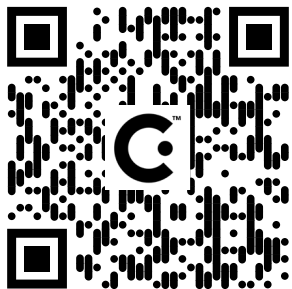


Cubii® Go™

KOMPAKTER ELLIPSETRAINER
FÜR DAS TRAINING IM SITZEN

Benutzerhandbuch





Weitere Produktinformationen finden Sie online

manuals.cubii.com

INHALTSVERZEICHNIS

BEVOR SIE BEGINNEN..... 2

Sicherheitshinweise und Anweisungen

Konsultieren Sie Ihren Arzt

ERSTE SCHRITTE 5

Produktgröße und -gewicht

Lieferumfang

Warnhinweise

Position der Seriennummer

MONTAGE IHRES GERÄTS 7

BEDIENUNG DES GRIFFS 9

VERWENDUNG IHRES CUBII GO 11

Positionierung

Einstellen des Widerstands

Anzeigemonitor

ALLGEMEINE INFORMATIONEN.....13

Rückgabe- und Garantiebestimmungen

Fehlersuche

LCD-Bildschirm: Batterie-Sicherheitshinweise
und Entsorgung

Pflege und Wartung

Wichtige Gesundheits- und Sicherheitshinweise

Zulassungshinweise

Willkommen in der Cubii-Communitii®!

Ganz gleich, ob Sie den ersten Schritt auf Ihrer Fitnessreise machen oder sich bequem von zu Hause aus mehr bewegen möchten – die Integration des Cubii Go in Ihren Alltag ist ein großer Schritt in Richtung eines gesünderen, aktiveren Lebens! Bevor Sie beginnen, möchten wir Sie mit wichtigen Informationen zur sicheren Nutzung des Cubii Go vertraut machen, damit Sie und Ihre Angehörigen Ihre Erfahrung optimieren können. Gehen wir nun die Sicherheitshinweise und Warnungen durch.

Falls Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an:

support@mycubii.com

cubii.com/help

BEVOR SIE BEGINNEN

Sicherheitshinweise und Anweisungen

WARNUNG Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit diesem oder einem anderen Trainingsprogramm beginnen. Dies ist besonders wichtig, wenn Sie zuvor noch nie trainiert haben, schwanger sind oder unter gesundheitlichen Problemen leiden. Sollten Sie sich zu irgendeinem Zeitpunkt während des Trainings schwach oder schwindelig fühlen oder Schmerzen verspüren, brechen Sie das Training ab und konsultieren Sie Ihren Arzt.

WARNUNG Nicht im Stehen verwenden. Nur im Sitzen verwenden. Die Nichtbeachtung aller Warnhinweise und Anweisungen kann zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen.

WARNUNG Um das Risiko schwerer Verletzungen zu verringern, lesen Sie vor der Verwendung von Cubii Go die folgenden Sicherheitshinweise.

WARNUNG Tragen Sie bei der Verwendung eines Cubii-Ellipsentrainers festes, geschlossenes Schuhwerk.

1. Lesen Sie alle Warn- und Vorsichtshinweise auf dem Cubii Go-Gerät.
2. Der Cubii Go sollte erst nach einer gründlichen Lektüre des Benutzerhandbuchs verwendet werden.
3. Wir empfehlen, die Montage dieses Produkts mit zwei Personen durchzuführen.
4. Lassen Sie Kinder den Cubii Go nicht benutzen und nicht darauf spielen. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Cubii Go fern, wenn dieser in Gebrauch ist.
5. Stellen Sie den Cubii Go auf einer festen, ebenen Fläche auf und betreiben Sie ihn dort. Stellen Sie den Cubii Go nicht auf lose Teppiche oder unebene Flächen.
6. Stellen Sie sicher, dass um den Cubii Go herum ausreichend Platz für den Zugang und die Nutzung vorhanden ist.

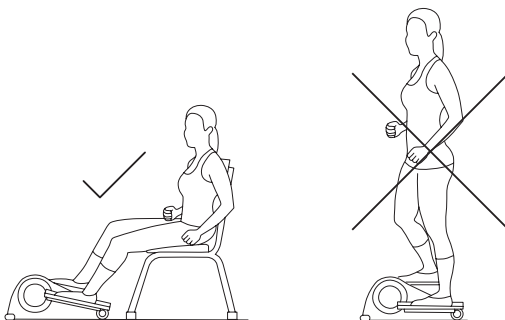
7. Überprüfen Sie den Cubii Go vor der Verwendung auf verschlissene oder lose Komponenten. Ziehen Sie alle verschlissenen oder losen Komponenten vor der Verwendung fest an oder ersetzen Sie diese.
8. Tragen Sie während der Benutzung des Cubii Go keine weite oder herabhängende Kleidung.
9. Befolgen Sie bei der Erstellung Ihres persönlichen Fitnessprogramms die Empfehlungen Ihres Arztes.
10. Wählen Sie stets einen Trainingsplan, der Ihrem Fitness- und Leistungsniveau am besten entspricht. Kennen Sie Ihre Grenzen und trainieren Sie innerhalb dieser. Lassen Sie beim Training stets gesunden Menschenverstand walten.
11. Achten Sie beim Starten und Stoppen Ihres Trainings sowie beim Zusammenbau des Cubii Go darauf, das Gleichgewicht auf Ihrem Stuhl zu halten; ein Verlust des Gleichgewichts kann zu einem Sturz und schweren Körpverletzungen führen.
12. Halten Sie beide Füße während des Trainings fest und sicher auf den Pedalen.
13. Das empfohlene maximale Benutzergewicht beträgt 300 Pfund (136 kg). Stellen Sie sich niemals auf die Pedale, ungeachtet Ihres Gewichts.
14. Der Cubii Go darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.

I. Bevor Sie beginnen

Konsultieren Sie Ihren Arzt

Es ist grundsätzlich wichtig, Ihren Arzt zu konsultieren, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen. Dies gilt insbesondere, wenn einer der folgenden Punkte auf Ihren aktuellen Gesundheitszustand zutrifft:

**NUR IM SITZEN VERWENDEN. STELLEN SIE SICH
UNTER KEINEN UMSTÄNDEN AUF DAS GERÄT.**



- Brustschmerzen oder Schmerzen im Nacken und/oder Arm
- Atemnot
- Eine diagnostizierte Herzerkrankung
- Gelenk- und/oder Knochenprobleme
- Derzeitige Einnahme von Herz- und/oder Blutdruckmedikamenten
- Zuvor nicht körperlich aktiv waren
- Schwindel oder verschwommenes Sehen
- Personen mit körperlichen Einschränkungen

Sollten Sie zu Beginn Ihres Trainingsprogramms eines der oben genannten körperlichen Symptome verspüren, wenden Sie sich bitte umgehend an Ihren Arzt.

ERSTE SCHRITTE

Produktgröße und -gewicht

Der zusammengebaute Cubii Go hat folgende Maße:

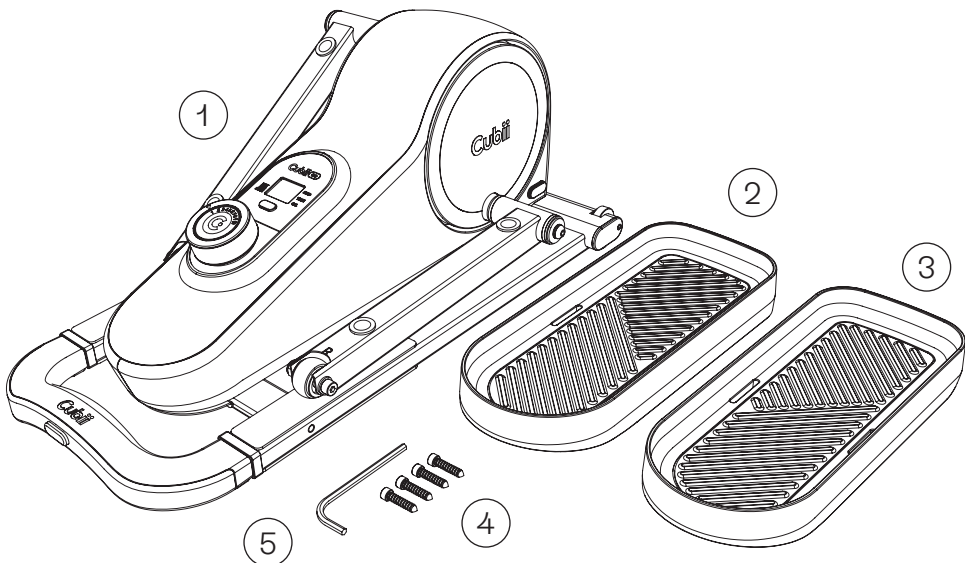
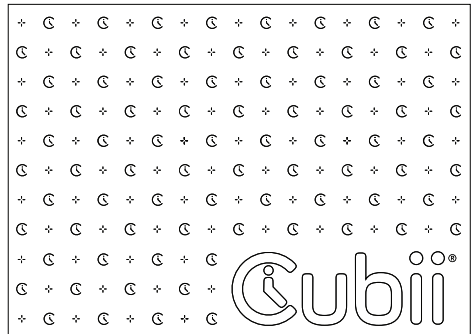
23,6" x 17,3" x 9,5" (59,9 cm x 43,9 cm x 24,1 cm).

Das Gewicht des Geräts beträgt etwa 21,8 lb (9,9 kg).

Lieferumfang

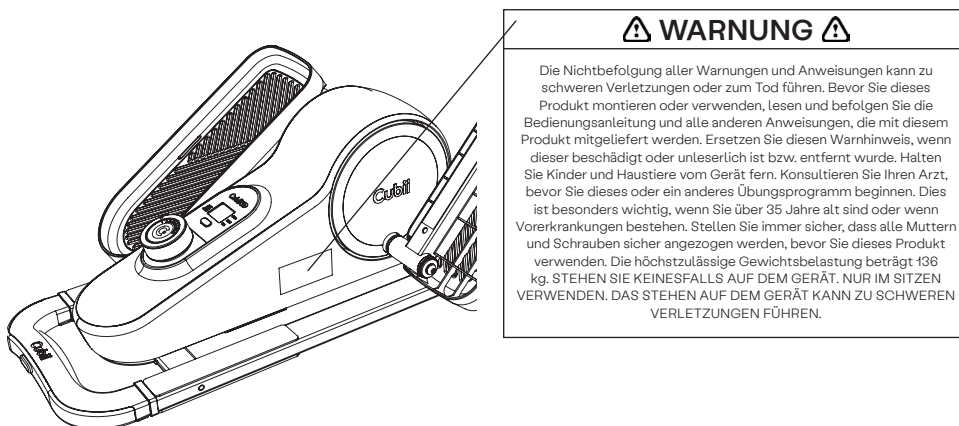
1. Cubii Go-Hauptgehäuse
2. Linkes Pedal
3. Rechtes Pedal
4. Schrauben (4 Stk.)
5. Inbusschlüssel
6. Cubii-Bodenmatte

6



Warnhinweise

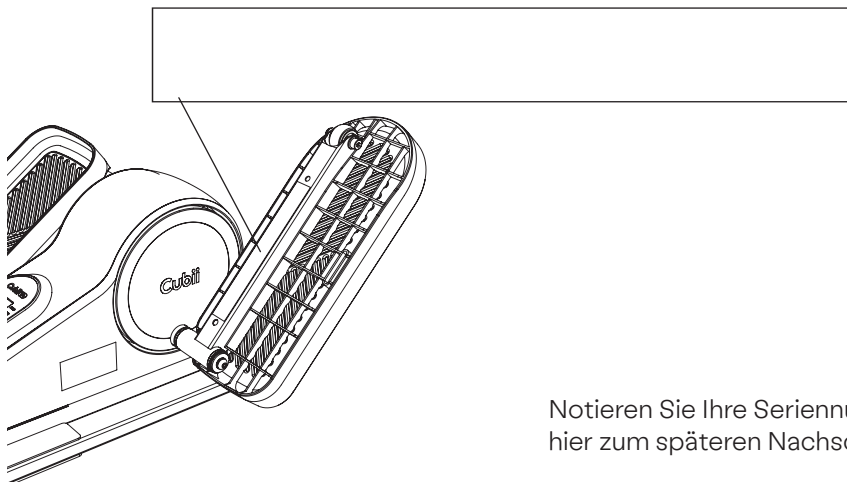
Der Warnaufkleber befindet sich an dieser Stelle Ihres Cubii Go-Produkts:



Position der Seriennummer

Die Seriennummer befindet sich auf dem Produktetikett Ihres Cubii Go und auf dem Informationsfeld der Verpackung.

PRODUKTETIKETT



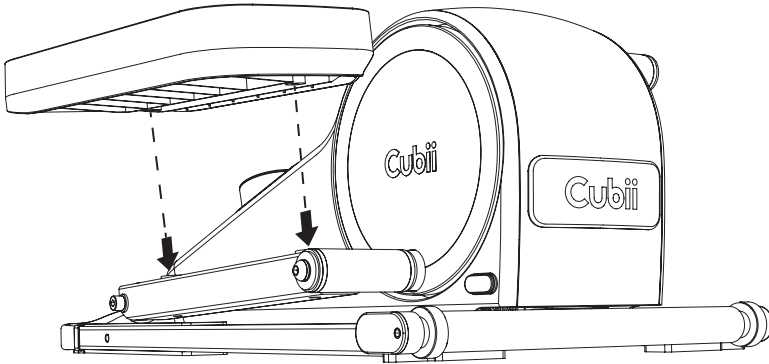
Notieren Sie Ihre Seriennummer hier zum späteren Nachschlagen:

MONTAGE IHRES GERÄTS

Befolgen Sie die nachstehenden Schritte, um Ihren kompakten Cubii Go Ellipsentrainer zusammenzubauen.

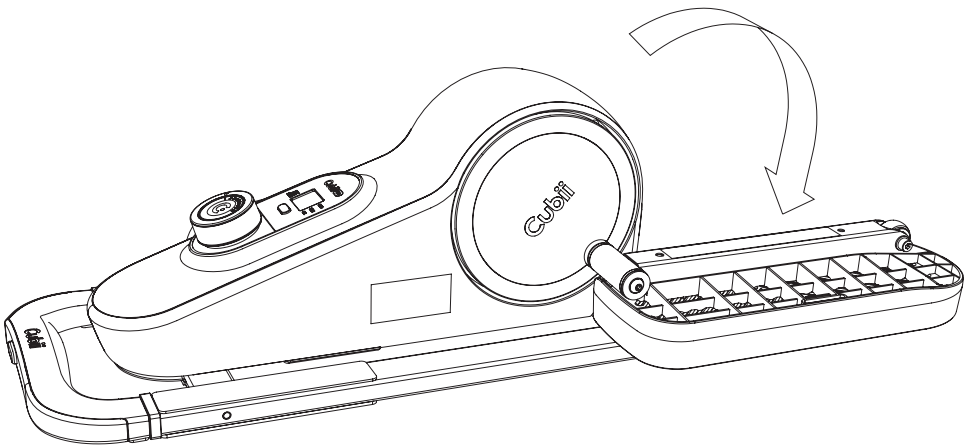
Schritt 1 – Ausrichten

Richten Sie das rechte Pedal am rechten Kurbelarm aus. Führen Sie die Unterseite des Pedals in die zwei kleinen Löcher ein.



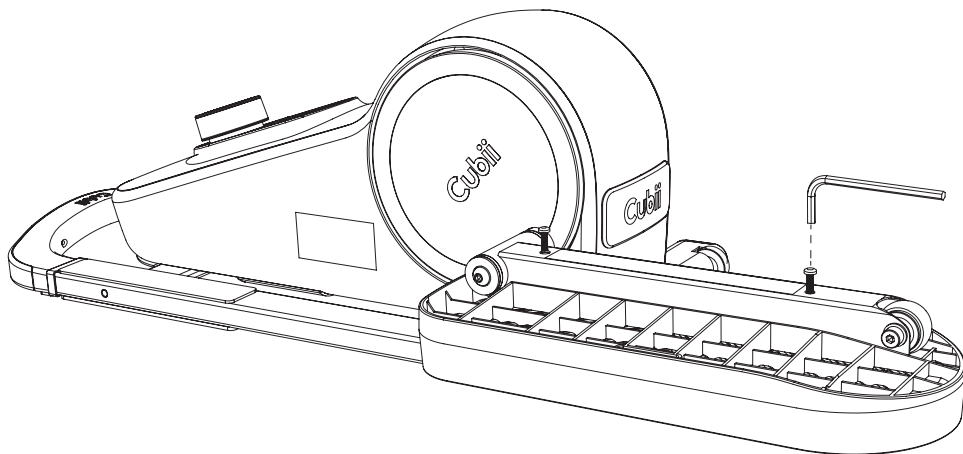
Schritt 2 – Umdrehen

Um eine optimale Stabilität zu gewährleisten, drehen Sie das zu montierende Pedal so, dass es sich in der untersten Position und nah an der Basis befindet.



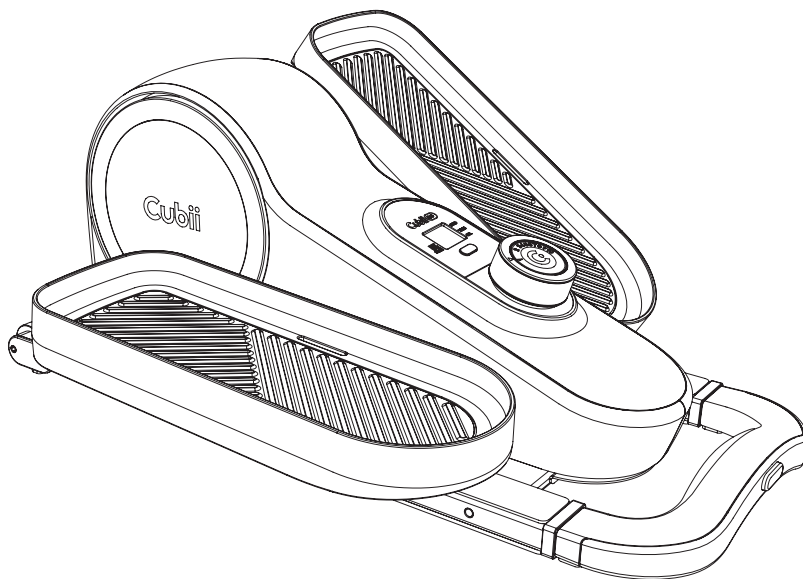
Schritt 3 — Schrauben

Schrauben Sie das Pedal mit einem Inbusschlüssel fest an. Stellen Sie sicher, dass es nicht wackelt.



Schritt 4 — Wiederholen

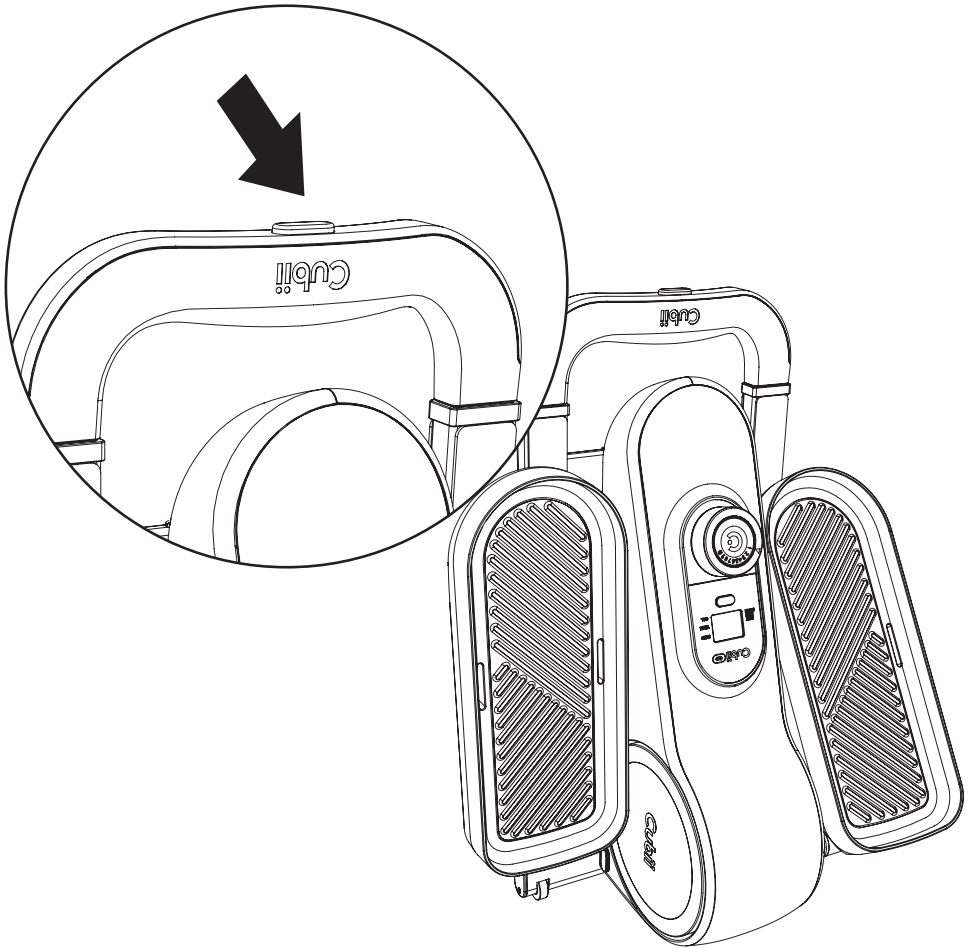
Wiederholen Sie die Schritte 1–3 mit dem linken Pedal und legen Sie dann los!



BEDIENUNG DES GRIFFS

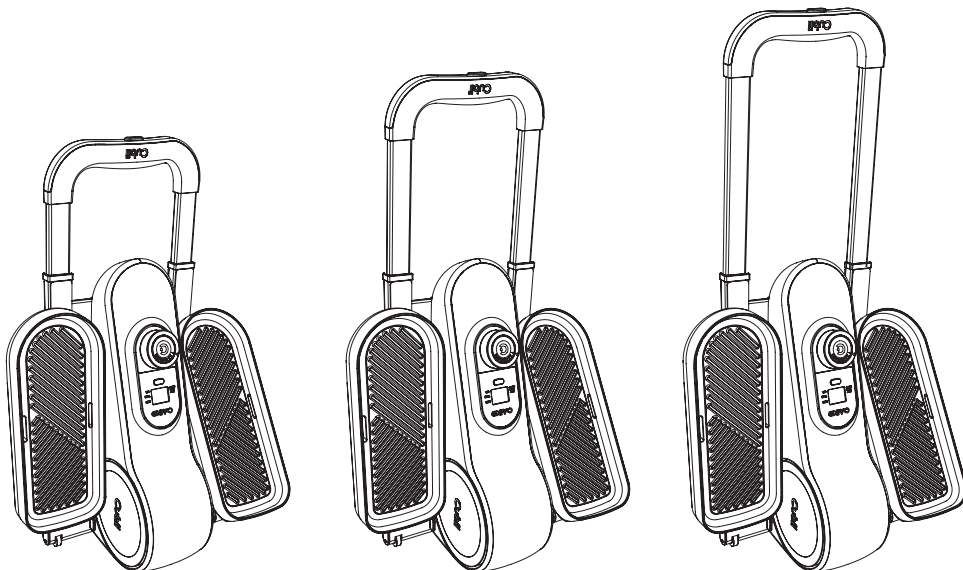
Schritt 1 – Drücken

Drücken Sie den Knopf oben am Griff, um den Mechanismus zu entriegeln.



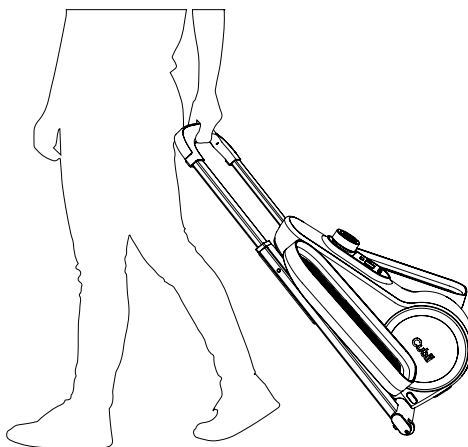
Schritt 2 – Ziehen

Ziehen Sie den Griff auf die gewünschte Länge heraus, die für Ihre Körpergröße am angenehmsten ist.



Schritt 3 – Rollen

Kippen Sie den Cubii Go, bis die Räder greifen, und rollen Sie ihn an seinen neuen Standort.



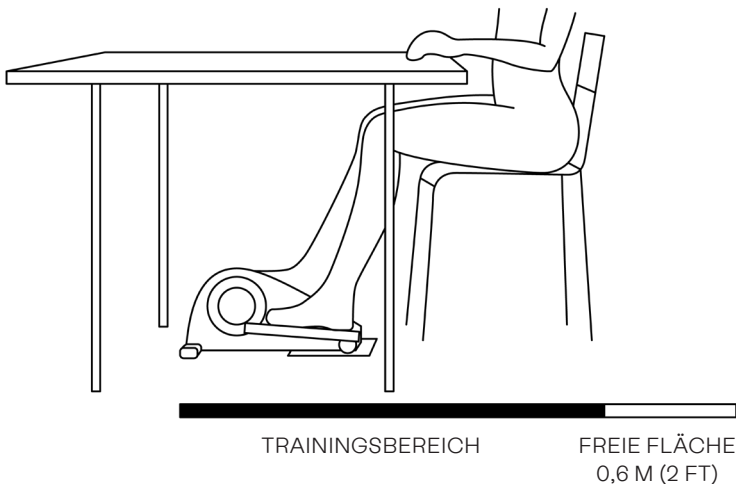
VERWENDUNG IHRES CUBII GO

Vergewissern Sie sich, dass Sie alle Montageschritte in der Bedienungsanleitung befolgt haben, bevor Sie den Cubii Go verwenden.

Positionierung

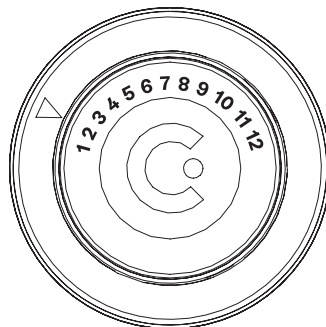
Der Cubii Go kann entweder in einer aufrechten Sitzposition, wie auf einem Bürostuhl, oder in einer eher zurückgelehnten Position, wie auf einem Sofa, verwendet werden.

- Der Cubii Go benötigt eine Stellfläche von 23,6" x 17,3" (59,9 cm x 43,9 cm). Bitte lassen Sie hinter dem Trainingsbereich einen Freiraum von mindestens 24" (60 cm). Dieser Bereich muss frei von Hindernissen sein und dem Benutzer einen ungehinderten Weg zum Verlassen des Geräts ermöglichen.
- Finden Sie die Sitzkonfiguration, die am besten zu Ihnen passt. Wenn Sie das Gefühl haben, dass zwischen Ihren Knien und dem Schreibtisch nicht genügend Platz ist, schieben Sie Ihren Cubii Go weiter von sich weg und verringern Sie die Sitzhöhe. Halten Sie Ihren Rücken gerade und sitzen Sie nicht in einer zusammengesunkenen Haltung.



Einstellen des Widerstands

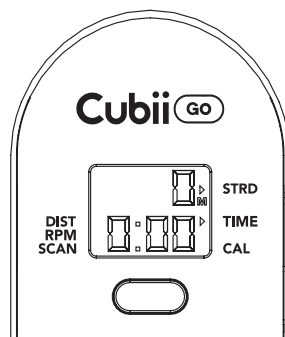
Der Cubii Go verfügt über 12 Widerstandsstufen. Passen Sie Ihre Trainingsintensität durch Drehen des Widerstandsreglers an. Stufe 1 ist die niedrigste Intensität und Stufe 12 die höchste. Wir empfehlen Ihnen, auf Stufe 1 zu beginnen und die Intensität mit der Zeit schrittweise zu steigern.



Anzeigemonitor

Sie können Ihr Training über den LCD-Bildschirm verfolgen. Folgende Statistiken werden erfasst:

1. Schritte (0–9999)
2. Kalorien (0–999,9 kcal)
3. Entfernung (0–999,9 mi oder km)
4. Zeit (0:00–99:59 h:min)
5. U/min (0–999 Schritte/min)



- Drücken Sie die Taste, um zwischen den Statistiken zu wechseln. Wählen Sie „Scan“, um automatisch zwischen den Werten zu wechseln.
- Das Display schaltet sich ein, wenn die Taste gedrückt wird oder wenn Sie mit dem Treten beginnen. Das Display schaltet sich nach 4 Minuten Inaktivität aus.
- Um die Statistiken zurückzusetzen, halten Sie die Taste gedrückt, bis alle Segmente schwarz werden (etwa 3 Sekunden), und lassen Sie sie dann los. Durch das Austauschen der Batterie werden die Statistiken ebenfalls zurückgesetzt. Wenn die Statistiken ihre Maximalwerte erreichen, werden sie auf null zurückgesetzt.
- Um von Meilen (M) auf Kilometer (K) umzustellen, halten Sie die Taste mindestens 6 Sekunden lang gedrückt. Während dieser Zeit werden alle Segmente zweimal schwarz. Lassen Sie die Taste nach dem zweiten Aufblinken der schwarzen Segmente los. Bei der Anzeige der Entfernung sehen Sie nun, dass anstelle des M ein K angezeigt wird oder umgekehrt.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Rückgabe- und Garantiebestimmungen

Um die Garantie für Ihren Cubii-Ellipsentrainer zu registrieren, besuchen Sie:
cubii.com/register

Weitere Informationen zu unseren Garantie- und Rückgabebestimmungen finden Sie unter:
cubii.com/warranty.

Fehlersuche

Für die Fehlerbehebung und Unterstützung bei Ihrem Cubii Go können Sie uns eine E-Mail senden an: **support@mycubii.com**

LCD-Bildschirm: Batterie-Sicherheitshinweise und Entsorgung

 WARNHINWEIS	
• VERSCHLUCKUNGSGEFAHR: Dieses Produkt enthält eine Knopfzelle oder Knopfbatterie. • TOD oder schwere Verletzungen können bei Verschlucken eintreten. • Eine verschluckte Knopfzelle oder Knopfbatterie kann in nur 2 Stunden zu inneren Verätzungen führen. • BEWAHREN SIE neue und gebrauchte Batterien AUSSERHALB DER REICHWEITE VON KINDERN auf. • Suchen Sie sofort einen Arzt auf, wenn der Verdacht besteht, dass eine Batterie verschluckt oder in eine Körperöffnung eingeführt wurde.	



Warnung: enthält Knopfbatterie

SO WECHSELN SIE DIE BATTERIE

IN DER

Cubii® GO™

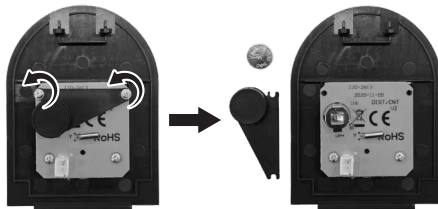
1

Um die Batterie auszutauschen, nehmen Sie das Display vorsichtig aus dem Gehäuse, um Zugang zur Rückseite zu erhalten.



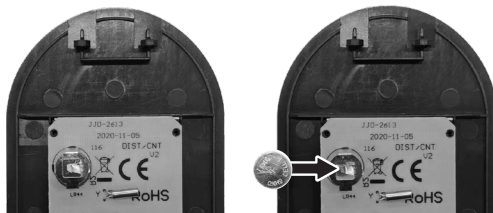
2

Lösen Sie vorsichtig das Befestigungselement, um Zugang zum Batteriefach zu erhalten.



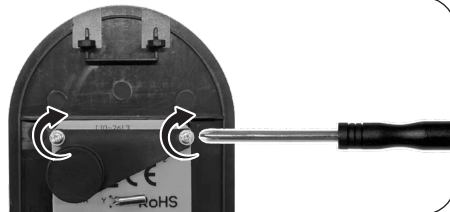
3

Tauschen Sie die Batterie aus (LR44H, die Plus-Seite (+) muss nach oben zeigen).



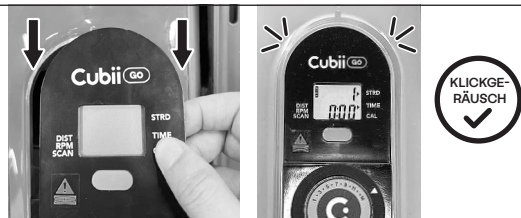
4

Befestigen Sie die Batteriefachabdeckung vorsichtig wieder mit den beiden Schrauben.



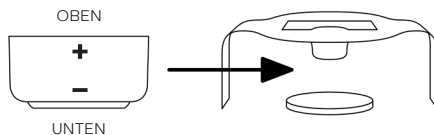
5

Drücken Sie oben auf das Display, bis es hörbar einrastet. Das Display ist nun fest im Gerät fixiert.



- Für optimale Ergebnisse verwenden Sie eine 1,5-V-LR44H-Knopfzelle.
- Setzen Sie nur eine neue Batterie des gleichen Typs ein.
- Entsorgen Sie die Batterie nicht im Feuer.
- Die Batterie sollte gemäß den staatlichen und örtlichen Richtlinien recycelt oder entsorgt werden.
- Das Einlegen der Batterie mit falscher Polarität kann die Lebensdauer der Batterie verkürzen oder zum Auslaufen der Batterie führen.
- Wenn Sie Hilfe beim Batteriewechsel benötigen, senden Sie uns bitte eine E-Mail an **support@mycubii.com**.

Korrekte Ausrichtung (siehe unten)



- Entfernen Sie verbrauchte Batterien und recyceln oder entsorgen Sie diese sofort gemäß den örtlichen Vorschriften und halten Sie sie von Kindern fern. Entsorgen Sie Batterien NICHT im Hausmüll und verbrennen Sie diese nicht.
- Auch gebrauchte Batterien können zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen.
- Rufen Sie eine örtliche Giftnotrufzentrale an, um Informationen zur Behandlung zu erhalten.
- Nicht wiederaufladbare Batterien dürfen nicht aufgeladen werden.
- Nicht gewaltsam entladen, aufladen, zerlegen, über die (vom Hersteller angegebene) Nenntemperatur erhitzen oder verbrennen. Andernfalls besteht Verletzungsgefahr durch Entgasung, Auslaufen oder Explosion, was zu Verätzungen führen kann.
- Entfernen Sie Batterien aus Geräten, die über einen längeren Zeitraum nicht benutzt werden, und führen Sie diese gemäß den örtlichen Vorschriften umgehend dem Recycling oder der Entsorgung zu.
- Verschließen Sie das Batteriefach immer vollständig. Wenn sich das Batteriefach nicht sicher schließen lässt, verwenden Sie das Produkt nicht mehr, nehmen Sie die Batterien heraus und halten Sie diese von Kindern fern.

Pflege und Wartung

Die konstruktionsbedingte Sicherheit und Integrität des Cubii Go kann nur aufrechterhalten werden, wenn der Cubii Go regelmäßig auf Schäden und Verschleiß untersucht wird. Es liegt in der alleinigen Verantwortung des Benutzers/Eigentümers, für eine regelmäßige Wartung zu sorgen. Besonderes Augenmerk sollte auf folgende Punkte gelegt werden:

- Wischen Sie das Gerät regelmäßig mit einem feuchten Tuch ab und achten Sie dabei besonders auf die Gummipolsterung der Laufschienen. Dies trägt dazu bei, Geräusche zwischen den Rädern und der Laufschiene zu reduzieren.
- Achten Sie besonders darauf, wie fest die Pedale mit den Pedalarmen verschraubt sind. Ziehen Sie diese regelmäßig mit einem Inbusschlüssel nach.
- Verschlossene oder beschädigte Bauteile müssen umgehend ersetzt werden, oder der Cubii Go muss bis zur Reparatur außer Betrieb genommen werden. Senden Sie eine E-Mail an Fitness Cubed, Inc. unter **support@mycubii.com**, um Ersatzteile anzufordern.
- Für die Wartung/Reparatur des Cubii Go dürfen nur von Fitness Cubed, Inc. gelieferte Komponenten verwendet werden.
- Stellen Sie sicher, dass die Befestigungsschrauben der Kurbelarme fest angezogen sind, da sich sonst die Pedale vom Gerät lösen und Geräusche verursachen können. Es besteht die Gefahr von Sachschäden und Verletzungen.

Wichtige Gesundheits- und Sicherheitshinweise

Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit diesem oder einem anderen Trainingsprogramm beginnen. Dies ist besonders wichtig, wenn Sie über 35 Jahre alt sind oder Vorerkrankungen haben. Sollten Sie sich schwach oder schwindelig fühlen, stellen Sie die Verwendung dieses Geräts sofort ein. Schwere Körperverletzungen können auftreten, wenn dieses Gerät nicht korrekt zusammengebaut und verwendet wird. Schwere Körperverletzungen können auch auftreten, wenn nicht alle Anweisungen befolgt werden. Halten Sie andere Personen und Haustiere von den Geräten fern, wenn diese in Betrieb sind. Lesen und befolgen Sie diese Anweisungen:

- Der Cubii Go ist ausschließlich für die Nutzung im Sitzen konzipiert. Stellen Sie sich nicht auf die Pedale, da das Gerät nicht für die Nutzung im Stehen ausgelegt ist.
- Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass die Pedale am Cubii Go fest angezogen sind. Lose Pedale lösen sich mit der Zeit von selbst, verursachen Geräusche und führen zu einem Risiko für Sachschäden und Verletzungen.
- Setzen Sie den Cubii Go keinen starken Stößen aus und wenden Sie keine übermäßige Kraft an. Versuchen Sie nicht, das Gerät zu zerlegen oder zu modifizieren.
- Verwenden Sie den Cubii Go in Innenräumen auf einer ebenen Fläche. Halten Sie das Gerät von Feuchtigkeit und Staub fern.
- Setzen Sie den Cubii Go keinen extrem hohen oder niedrigen Temperaturen aus. Lassen Sie den Cubii Go nicht über einen längeren Zeitraum in direktem Sonnenlicht stehen.
- Stellen Sie den Cubii Go nicht an einem Ort auf, an dem er ein Hindernis darstellen könnte.
- Verwenden Sie zur Reinigung des Cubii Go keine Reinigungs- oder Lösungsmittel.
- Verwenden Sie keine Schmiermittel. Diese können das Gerät beschädigen.
- Stellen Sie sicher, dass die Basisschrauben fest angezogen sind.
- Stellen Sie sicher, dass die Pedalrohre fest an den Kurbelarmen befestigt sind.

Zulassungshinweise

1. Dieses Gerät entspricht Teil 15 der FCC-Vorschriften. Der Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen:
 - (1) Dieses Gerät darf keine schädlichen Störungen verursachen, und
 - (2) Dieses Gerät muss jegliche empfangenen Störungen akzeptieren, einschließlich solcher, die einen unerwünschten Betrieb verursachen können.
2. Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlichen Stelle genehmigt wurden, können zum Erlöschen der Betriebserlaubnis für dieses Gerät führen.

VI. Allgemeine Informationen

HINWEIS: Dieses Gerät wurde getestet und entspricht den Grenzwerten für ein digitales Gerät der Klasse B gemäß Teil 15 der FCC-Vorschriften. Diese Grenzwerte sind so ausgelegt, dass sie einen angemessenen Schutz gegen schädliche Störungen in Wohnbereichen bieten. Dieses Gerät erzeugt und verwendet Hochfrequenzenergie und kann diese ausstrahlen. Wenn es nicht gemäß den Anweisungen installiert und verwendet wird, kann es schädliche Störungen des Funkverkehrs verursachen. Es kann jedoch nicht garantiert werden, dass bei einer bestimmten Installation keine Störungen auftreten. Wenn dieses Gerät den Radio- oder Fernsehempfang stört, was durch Aus- und Einschalten des Geräts festgestellt werden kann, wird dem Benutzer empfohlen, die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Richten Sie die Empfangsantenne neu aus oder platzieren Sie sie an einem anderen Ort.
- Vergrößern Sie den Abstand zwischen dem Gerät und dem Empfänger.
- Schließen Sie das Gerät an eine Steckdose an, die zu einem anderen Stromkreis gehört als der, an den der Empfänger angeschlossen ist.
- Wenden Sie sich an den Händler oder einen erfahrenen Radio-/Fernsehtechniker, wenn Sie Hilfe benötigen.

HF-Warnhinweis:

Das Gerät wurde so bewertet, dass es die allgemeinen Anforderungen an die HF-Exposition erfüllt. Das Gerät kann ohne Einschränkung unter mobilen Einsatzbedingungen verwendet werden.



Modell-Nr.: F3A4

Nettogewicht: 21,8 lb (9,9 kg)

Bruttogewicht: 28,66 lb (13 kg)

Produktabmessungen: 23,6" × 17,3" × 9,5" (59,9 cm × 43,9 cm × 24,1 cm)

Verpackungsmaße: 26" × 12,8" × 12,8" (66 cm × 32,5 cm × 32,5 cm)

Maximales Belastungsgewicht: 300 lbs (136,08 kg)

Haltbarkeitsklasse: HC

Entwickelt von:

Fitness Cubed, Inc.

3003 SW 9th Avenue Watertown SD 57201

Hergestellt in China

EU-Bevollmächtigter

Sissel France SAS

14 rue des Grandes Bosses

44220 Coueron, Frankreich

+33 (0)2 40 16 98 76

www.performancehealth.fr





Kundenbetreuung

support@mycubii.com

cubii.com/help