

ERGOFIT

Qualität in Bewegung.



Gebrauchsanweisung

VECTOR KRAFT

VECTOR KRAFT

Bitte die Anweisung vor Inbetriebnahme sorgfältig lesen und gut aufbewahren

Weitere Informationen über ERGOFIT Produkte erhalten Sie bei:

ERGOFIT GmbH

Blocksbergstraße 165

66955 Pirmasens

Tel.: 06331/2461-0

Fax.: 06331/2461-55

E-Mail: info@ergo-fit.de

<http://www.ergo-fit.de>

Entwicklung und Produktion aller Geräte mit dem Zusatz „MED“ gemäß der Richtlinie für Medizinprodukte 93/42/EWG.

© 2023 by ERGOFIT GmbH. Alle Rechte vorbehalten.

Diese Gebrauchsanweisung wurde mit größter Sorgfalt erstellt. Sollten Sie dennoch Details finden, die beim Umgang mit Ihrem Trainingsgerät nicht übereinstimmen, bitten wir Sie um Nachricht, damit wir evtl. Unstimmigkeiten schnellstmöglich beheben können.

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung und des Nachdrucks, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie, Mikrofilm oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung der Firma ERGOFIT GmbH reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Warenzeichen:

ERGOFIT und das ERGOFIT Logo sind eingetragene Warenzeichen der ERGOFIT GmbH. POLAR ist ein eingetragenes Warenzeichen der POLAR Electro GmbH. Alle ansonsten im Text genannten und abgebildeten Warenzeichen sind Warenzeichen der jeweiligen Inhaber und werden als geschützt anerkannt.

Technische und optische Änderungen sowie Druckfehler vorbehalten.

Version: VECTOR-KRAFT 20230201

Printed in Germany

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde!

Wir freuen uns, dass Sie sich für ein ERGOFIT Trainingsgerät entschieden haben. Sie besitzen nun ein anspruchsvolles und exklusives Trainingssystem, das höchste technische Ansprüche mit praxisgerechtem Bedienungskomfort verbindet.

Die Gebrauchsanweisung enthält Informationen über mehrere Gerätetypen. Aus diesen Gründen werden Sie auch Erläuterungen vorfinden, die nicht für Ihr Trainingsgerät zutreffen.

Wichtige Hinweise für die Bedienung und den Betrieb Ihres Gerätes finden Sie in dieser Gebrauchsanweisung und den Dokumenten „Garantiebestimmungen“ und „Gefahrenhinweise“, die Sie ebenfalls unter www.ergo-fit.de/de/service/downloads/ finden. Wir empfehlen Ihnen deshalb vor Antritt des Trainings diese Dokumente aufmerksam zu lesen, damit Sie schnell mit Ihrem Gerät vertraut werden und wissen, wie es richtig und gefahrlos verwendet wird.

Sollten Sie Fragen haben, die auf den folgenden Seiten nicht beantwortet werden, wenden Sie sich bitte an uns. Das ERGOFIT Team ist für Sie da!

Inhaltsverzeichnis

1	Allgemeine Hinweise	1
2	Kurzgebrauchsanweisung.....	5
3	Zweckbestimmung	7
4	Transport und Aufbau.....	15
5	Inbetriebnahme	39
6	Bedienung	47
7	Fehlermeldungen.....	53
A	Anhang	57

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

Kapitel I **Allgemeine Hinweise**

I.1	ERGOFIT Krafttrainingsgeräte auf einen Blick	2
I.2	Allgemeines über dieses Handbuch	3
I.3	Lieferumfang	3
I.4	Entsorgung der Geräte.....	4

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

I Allgemeine Hinweise

I.1 ERGOFIT Krafttrainingsgeräte auf einen Blick

ERGOFIT bietet mit der VECTOR KRAFT Linie eine Kraftgerätelinie, die ein Muskelaufbautraining aller relevanten Muskelgruppen ermöglicht. Unabhängig von Ihrem Alter, Ihrem Geschlecht oder Ihrem Trainingszustand erlauben Ihnen die ERGOFIT Krafttrainingsgeräte optimale Trainingsmöglichkeiten.

Serienmäßige Highlights sind unter anderem die Exzentertechnik, die integrierten Getränkehalter oder die Orientierung an funktionellen Aspekten. Auch die einfache Bedienbarkeit der Geräte und die Orientierung an Kundenwünschen machen eindrucksvoll deutlich, worauf es bei den ERGOFIT Trainingsgeräten einzig und allein ankommt: auf einen hohen technischen Standard, optimale Trainingsmöglichkeiten und präzise Trainingssteuerung bei kundenfreundlicher Anwendung.

Hightech allein ist jedoch noch kein Garant für herausragende Trainingsgeräte. Das Trainingsgerät muss zudem biomechanischen und sportmedizinischen Ansprüchen genügen. Der Mensch steht im Vordergrund. Ein ausgefeiltes Trainingssystem kann sich nur aus der Kombination von technisch-elektronischem Know-how mit neuesten Erkenntnissen der Sportmedizin und der Trainingswissenschaft entwickeln, was hier in anschaulicher Weise gelungen ist.

Unsere Linie **VECTOR KRAFT** ist speziell auf die Bedürfnisse im Fitnessbereich abgestimmt worden, die Linie **VECTOR KRAFT** mit Zusatz **MED** speziell für die Bedürfnisse im Medizinbereich.

Die Lebensdauer der Geräte beträgt 6 Jahre.

EN ISO 20957-2: 5.9 b) Es sollte darauf hingewiesen werden, dass das Trainingsgerät nur in Bereichen benutzt werden darf, in denen Zugang, Beaufsichtigung und Kontrolle speziell vom Eigentümer geregelt ist.

Ihr Nutzen:

Ein regelmäßiges Training an diesen Geräten wirkt alltagsbedingten Fehlhaltungen und den damit verbundenen Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule sowie Muskelverspannungen entgegen und erhöht die persönliche Leistungsfähigkeit in optimaler Weise - selbst bis ins hohe Alter. Ein Trainingsprodukt, auf das man bei Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen nicht verzichten möchte. Sie fühlen sich fit, belastbarer, attraktiver und ausgeglichener.

I.2 Allgemeines über dieses Handbuch

Unabhängig davon, ob Sie bereits mit ERGOFIT Trainingsgeräten vertraut sind oder noch keine Erfahrungen damit gemacht haben, diese Gebrauchsanweisung bietet Ihnen hilfreiche Informationen.

Sie ist so gegliedert, dass Sie jederzeit über das Inhaltsverzeichnis themenbezogen die benötigten Informationen nachlesen können. Für den bereits mit ERGOFIT-Geräten vertrauten Benutzer wurde zusätzlich eine Kurzgebrauchsanweisung erstellt. Wenn Sie zu diesem Kreis der Benutzer zählen und Sie lediglich auf die Kurzgebrauchsanweisung zurückgreifen, sollten Sie sich dennoch die Gefahrenhinweise vorab noch einmal ins Gedächtnis rufen.

Die Anweisung zeigt Ihnen viele Tipps und Tricks, die Sie schnell zu einem erfahrenen Benutzer Ihres Kraftgerätes machen und Ihnen alle Möglichkeiten dieses Gerätes aufzeigen.

Die Gebrauchsanweisung sollten Sie stets griffbereit halten. Sie ersparen sich so unnötige und zeitaufwendige Rückfragen und können eventuell auftretende Fehler schnell beseitigen.

I.3 Lieferumfang

Bitte überprüfen Sie die Vollständigkeit der Lieferung, und benachrichtigen Sie unsere Vertriebsabteilung umgehend, falls diese nicht komplett sein sollte.

Ihre Lieferung sollte folgende Bestandteile enthalten:

1. Das richtige Gerät (Gerätetyp, Serie)

1.4 Entsorgung der Geräte

Elektronikgeräte gehören nicht in den Hausmüll sondern müssen separat entsorgt werden. Altgeräte enthalten wertvolle recyclingfähige Materialien, die einer Verwertung zugeführt werden sollten.



Die durchgestrichene Abfalltonne (siehe auch Typenschild) bedeutet, dass es sich um ein Elektrogerät handelt, welches nicht in den Restmüll gehört. Der Balken unter der Tonne symbolisiert, dass das Gerät nach dem 13.08.2005 in Verkehr gebracht wurde.

Sie als Kunde der ERGOFIT GmbH sind selbst verpflichtet personenbezogene Daten vom zu entsorgenden Gerät zu löschen.

Geräte, die im Privatbereich verwendet wurden, können bei einem öffentlich-rechtlichen Wertstoffhof abgegeben werden.

Rückgabestellen in Ihrer Nähe finden Sie unter:
„<https://entsorgungsstellen.e-schrott-entsorgen.org/>“.

Weitere Informationen zu Elektroaltgeräten finden Sie auf der Internetseite der Stiftung Elektro-Altgeräte-Register (EAR): „<https://www.stiftung-ear.de/>“.

Kapitel 2 Kurzgebrauchsanweisung

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

2 Kurzgebrauchsanweisung

Überprüfen Sie nach dem Empfang Ihres Krafttrainingsgerätes bitte zuerst, ob die Seriennummer des Geräts (siehe Typenschild) mit der des Lieferscheins übereinstimmt und die unter dem Kapitel 1.3 "Lieferumfang" aufgelisteten Bestandteile bei Ihrer Lieferung enthalten sind.

Vor dem eigentlichen Training sollten Sie immer eine Funktionskontrolle durchführen (siehe Kap. 5.7). Begeben Sie sich dann auf das Gerät und stellen Sie Ihr individuelles Trainingsgewicht ein. Auflageflächen (Sitzpolster, etc) oder Fixierungen (Fußrolle etc.) lassen sich über einen Gasdruckfeder- bzw. Raster-Mechanismus leicht in die gewünschte Position bringen.

- ⊗ **Gasdruckfeder-Mechanismus:** Ziehen Sie den Verstellhebel nach oben. Durch die integrierte Gasdruckfeder hebt sich die entsprechende Auflagefläche oder Fixierung automatisch nach oben. Wenn Sie die Auflagefläche oder Fixierung senken wollen, drücken Sie diese bei hochgezogenem Verstellhebel mittels Ihres Körpergewichts nach unten in die gewünschte Position. Zum Fixieren der gewünschten Höhe bewegen Sie den Verstellhebel zurück in die Ausgangsposition.



Abhängig vom Körpergewicht kann die Gasdruckfeder bis zu 120 mm einsacken und somit das Ablesen der Positionsnummer verfälschen. Wenn Sie die Auflagefläche oder Fixierung wie beschrieben eingestellt haben, erheben Sie sich vom Gerät, sodass die Auflagefläche oder Fixierung nicht durch das Körpergewicht beeinträchtigt wird. Lesen Sie erst dann die Positionsnummer ab.

- ⊗ **Raster-Mechanismus:** Ziehen Sie den Absteckstift aus dem Lochraster. Bewegen Sie die entsprechende Auflagefläche oder Fixierung nach oben oder unten. Zum Fixieren der gewünschten Höhe lassen Sie den Stift wieder in das Lochraster einrasten.

Beachten Sie, dass es sich bei dem Sitz um einen Standardsitz handelt. Dies bedeutet, dass jeder verstellbare Sitz die gleichen Absteckpositionen hat. Gegebenenfalls kann es vorkommen, dass eine gewisse Absteckposition nicht bei allen Geräten nutzbar ist.

An den Trainingsgeräten mit Exzentertechnik (z. B. VECTOR LEG EXTENSION) lassen sich die Lasthebel verstellen. Ziehen Sie den Verstellhebel zu sich und führen Sie die gewünschte Verstellung durch.

Achten Sie beim Training unbedingt auf eine korrekte Übungsausführung. Atmen Sie dabei in der Anspannungsphase aus und in der Entspannungsphase ein. Führen Sie die Bewegung langsam aus. Vermeiden Sie ruckartige Bewegungen. Wenn Sie das Training beenden wollen, lassen Sie das Gewicht kontrolliert herab. Die Übung ist erst dann beendet, wenn das Trainingsgewicht aufliegt.

Kapitel 3 Zweckbestimmung

3.1	Rückenmuskulatur	8
3.1.1	VECTOR BACK EXTENSION	8
3.1.2	VECTOR BACK PULL	8
3.1.3	VECTOR BUTTERFLY REVERSE	8
3.1.4	VECTOR LAT PULL	9
3.2	Schultermuskulatur	9
3.2.1	VECTOR SHOULDER ABDUCTION	9
3.2.2	VECTOR SHOULDER PRESS	9
3.3	Brustmuskulatur	9
3.3.1	VECTOR BUTTERFLY	9
3.3.2	VECTOR CHEST PRESS	9
3.4	Oberarmmuskulatur	10
3.4.1	VECTOR BICEPS FLEXION	10
3.4.2	VECTOR TRICEPS EXTENSION	10
3.5	Bauchmuskulatur	10
3.5.1	VECTOR ABDOMINAL FLEXION	10
3.5.2	VECTOR ABDOMINAL TORSION	10
3.6	Beckenmuskulatur	10
3.6.1	VECTOR ABDUCTOR	10
3.6.2	VECTOR ADDUCTOR	10
3.6.3	VECTOR HIP EXTENSION	11
3.7	Oberschenkelmuskulatur	11
3.7.1	VECTOR LEG EXTENSION	11
3.7.2	VECTOR LEG FLEXION	11
3.7.3	VECTOR SQUAT PRESS	11
3.8	Multifunktional	12
3.8.1	VECTOR CABLE	12
3.8.2	VECTOR CABLE CROSSOVER	12
3.8.3	VECTOR CABLE TOWER	12
3.8.4	VECTOR MULTI PRESS	12
3.8.5	VECTOR PULL UP/DIP	12
3.8.6	VECTOR SEATED DIP	12
3.9	BÄNKE	13
3.9.1	VECTOR COMPLEX BACK BENCH	13
3.9.2	VECTOR FLAT BENCH	13
3.9.3	VECTOR MULTI BENCH	13
3.9.4	VECTOR OLYMPIC FLAT BENCH	13
3.9.5	VECTOR OLYMPIC INCLINE BENCH	13
3.9.6	VECTOR SCOTT BENCH	13
3.9.7	VECTOR SQUAT RACK	14.

3 Zweckbestimmung

Die Geräte dieser Linie sind stationäre Trainingsgeräte, die primär der Verbesserung der Kraftfähigkeiten in Form von Muskelaufbau bzw. Kraftausdauer dienen. Sie wurden speziell für die Ansprüche im Fitnessbereich konzipiert. Sie sind für die Verwendung in Trainingsräumen von Einrichtungen wie Sportvereinen, Schuleinrichtungen, Hotels, Clubs und Studios, deren Zugang und Aufsicht vom Eigentümer (Person, die die gesetzliche Verantwortung trägt) speziell geregelt ist, vorgesehen.

Die Mechanik der Geräte erlaubt ein gelenkschonendes Training, da die Bewegungsrichtung vorgegeben ist, Ausweichbewegungen reduziert und Muskeln spezifisch trainiert werden. Durch die Möglichkeit, die einzelnen Gewichtsplatten beliebig abzustecken, werden die Geräte in der Regel allen Anforderungen hinsichtlich der gewünschten Belastungsgrößen gerecht. Um das Training auf individuelle Ansprüche hin gestalten zu können, wurden verschiedene Gerätetypen konzipiert, deren Verwendungszweck im Folgenden kurz beschrieben wird.

3.1 Rückenmuskulatur

3.1.1 VECTOR BACK EXTENSION

Bei der VECTOR BACK EXTENSION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Aufrichten des Oberkörpers die Rückenmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Haltungsschäden sowie Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule können durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät vorgebeugt werden.

3.1.2 VECTOR BACK PULL

Bei der VECTOR BACK PULL handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch eine Art Ruderbewegung die Zwischenschulterblattmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch die Höhenverstellung des Sitzes kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.1.3 VECTOR BUTTERFLY REVERSE

Bei der VECTOR BUTTERFLY REVERSE handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Auseinanderführen der Arme in Schulterhöhe die hals- und brustwirbelsäulestabilisierende Muskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Die langen Trainingsgriffe und die höhenverstellbare Sitzposition ermöglichen eine variable Griffhaltung und dadurch eine optimale Trainingsposition. Haltungsschwächen sowie durch Fehlbelastungen bedingte Rückenbeschwerden können durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät vorgebeugt werden kann.

3.1.4 VECTOR LAT PULL

Bei der VECTOR LAT PULL handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch eine Armzugbewegung nach unten die breite Rückenmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch die Fixierung der Oberschenkel durch ein verstellbares Polster wird das Training effektiver. Durch die Höhenverstellung des Sitzes kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.2 Schultermuskulatur

3.2.1 VECTOR SHOULDER ABDUCTION

Bei der VECTOR SHOULDER ABDUCTION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Abspreizen der Arme die Schultermuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch die Höhenverstellung des Sitzes kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.2.2 VECTOR SHOULDER PRESS

Bei der VECTOR SHOULDER PRESS handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch ein Strecken der Arme nach oben die hals- und brustwirbelsäulestabilisierende Muskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch die Höhenverstellung des Sitzes kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.3 Brustmuskulatur

3.3.1 VECTOR BUTTERFLY

Bei dem VECTOR BUTTERFLY handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Zusammenführen der Arme vor dem Körper die Bauchmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Die langen Trainingsgriffe ermöglichen eine variable Griffhaltung und dadurch eine optimale Trainingsposition. So lassen sich die 3 Anteile der Brustmuskulatur separat trainieren.

3.3.2 VECTOR CHEST PRESS

Bei der VECTOR CHEST PRESS handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch eine Art "Bankdrücken im Sitzen" die Brust- und Armstreckmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch die Höhenverstellung des Sitzes und die verschiedenen Griffvarianten kann man vielfältig trainieren.

3.4 Oberarmmuskulatur

3.4.1 VECTOR BICEPS FLEXION

Bei der VECTOR BICEPS FLEXION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Anwinkeln der Arme im Sitzen die Armbeugemuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch Höhenverstellung des Sitzes kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.4.2 VECTOR TRICEPS EXTENSION

Bei der VECTOR TRICEPS EXTENSION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Strecken der Arme im Sitzen die Armstreckmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Durch die Höhenverstellung des Sitzes kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.5 Bauchmuskulatur

3.5.1 VECTOR ABDOMINAL FLEXION

Bei der VECTOR ABDOMINAL FLEXION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Beugen des Oberkörpers im Sitzen die Bauchmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Haltungsschwächen sowie Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule können durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät vermieden werden.

3.5.2 VECTOR ABDOMINAL TORSION

Bei der VECTOR ABDOMINAL TORSION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Drehen des Oberkörpers (Rotation) bei gleichzeitiger Fixation des Unterkörpers die seitliche Bauchmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar.

3.6 Beckenmuskulatur

3.6.1 VECTOR ABDUCTOR

Bei dem VECTOR ABDUCTOR handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Auseinanderführen der Beine die äußere Oberschenkelmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar.

3.6.2 VECTOR ADDUCTOR

Bei dem VECTOR ADDUCTOR handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Zusammenführen der Beine die innere Oberschenkelmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar.

3.6.3 VECTOR HIP EXTENSION

Bei der VECTOR HIP EXTENSION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Rückführen des im Kniegelenk gebeugten Beines die Gesäßmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Einem instabilen Hüftgelenk kann durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät entgegengewirkt werden.

3.7 Oberschenkelmuskulatur

3.7.1 VECTOR LEG EXTENSION

Bei der VECTOR LEG EXTENSION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Strecken der Beine die vordere Oberschenkelmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Einem instabilen Kniegelenk kann durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät entgegengewirkt werden.

3.7.2 VECTOR LEG FLEXION

Bei der VECTOR LEG FLEXION handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch Beugen der Beine die hintere Oberschenkelmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Einem instabilen Kniegelenk kann durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät entgegengewirkt werden.

3.7.3 VECTOR SQUAT PRESS

Bei der VECTOR SQUAT PRESS handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, mit dem durch eine Art "Beinpresse im Sitzen und Liegen" die Oberschenkel- und Gesäßmuskulatur gekräftigt werden kann. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar. Einem instabilen Kniegelenk kann durch ein regelmäßiges Training an diesem Gerät entgegengewirkt werden.

3.8 Multifunktional

3.8.1 VECTOR CABLE/CABLE FREE

Bei dem VECTOR CABLE/VECTOR CABLE FREE handelt es sich um einen Explosionsseilzug, der eine Facette von Übungen für den Ober- und Unterkörper bietet. Der Seilzug ist als Wandmodell oder als freistehendes Modell erhältlich. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar; die Zugrichtung ist variabel.

3.8.2 VECTOR CABLE CROSSOVER

Bei dem VECTOR CABLE CROSSOVER handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, das in Form einer Seilzug-Kombination mehrere Übungen für den Ober- und Unterkörper bietet. Das Training kann sowohl uni- als auch bilateral durchgeführt werden, die Zugrichtung ist variabel. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar.

3.8.3 VECTOR CABLE TOWER

Bei dem VECTOR CABLE TOWER handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, das aus mehreren Übungsstationen besteht und so für mehrere Personen gleichzeitig nutzbar ist. Er besteht aus Seilzug, Latzug, Rudern und Biceps-/Tricepstrainingmöglichkeiten. So kann der Großteil der Ober- und Unterkörpermuskulatur mit nur einem Gerät trainiert werden. Die Trainingsbelastung ist durch Steckgewichte steuerbar.

3.8.4 VECTOR MULTI PRESS

Bei dem VECTOR MULTI PRESS handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, an dem eine große Anzahl von Übungen für Rumpf, Arme und Beine ermöglicht werden. Die Trainingshaltung sowie die Trainingsbelastung ist variabel. Es bietet außerdem Sicherungshalterungen sowie Ablagen für Gewichte.

3.8.5 VECTOR PULL UP/DIP

Bei dem VECTOR PULL UP/DIP handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, das aus einer Klimmzug- und einer Dip-Maschine besteht. Es unterstützt den Trainierenden bei der jeweiligen Ausführung der Übung und dient zur Kräftigung der Rücken-, Brust- und Armmuskulatur.

3.8.6 VECTOR SEATED DIP

Bei dem VECTOR SEATED DIP handelt es sich um ein Krafttrainingsgerät, bei dem in sitzender Position eine Dip-Bewegung ausgeführt wird. Es unterstützt den Trainierenden bei der Übungsausführung und dient zur Kräftigung der Trizepsmuskulatur sowie Bereichen der Schulter- und Brustmuskulatur.

3.9 Bänke

3.9.1 VECTOR COMPLEX BACK BENCH

Bei der VECTOR COMPLEX BACK BENCH handelt es sich um ein stationäres Trainingsgerät, das ein Training der Haltemuskeln in unterschiedlicher Art und Weise ermöglicht und somit eine Facette von Übungen für das Krafttraining bietet, welche zur Behandlung von Verletzungen, Erhöhung der Stabilität und Lebensqualität, sowie Stärkung des Herz-Kreislaufsystems einsetzbar sind. Die Trainingsbelastung ist durch Haltungsänderung und änderbare Höhen- bzw. Neigungseinstellung steuerbar.

3.9.2 VECTOR FLAT BENCH

Bei der VECTOR FLAT BENCH handelt es sich um eine Flachbank, die eine Vielzahl von Übungen für die Ober- und Unterkörpermuskulatur sowie freies Hanteltraining unterstützt. Eine stabilere Trainingshaltung wird gefördert.

3.9.3 VECTOR MULTI BENCH

Bei der VECTOR MULTI BENCH handelt es sich um eine Trainingsbank, die eine Vielzahl von Übungen für die Ober- und Unterkörpermuskulatur sowie freies Hanteltraining unterstützt. Eine stabilere Trainingshaltung wird gefördert. Durch die variable Rückenlehne kann eine optimale Trainingsposition gewährleistet werden.

3.9.4 VECTOR OLYMPIC FLAT BENCH

Bei der VECTOR OLYMPIC FLAT BENCH handelt es sich um eine Drückbank, zum Training der Arm- und Brustmuskulatur. Sie verfügt über eine stabile Unterlage um eine sichere Trainingshaltung zu fördern und eine Sicherungshalterung für Gewichte.

3.9.5 VECTOR OLYMPIC INCLINE BENCH

Bei der VECTOR OLYMPIC INCLINE BENCH handelt es sich um eine Schrägdrückbank, die eine effiziente Kräftigung der Arm- und Brustmuskulatur ermöglicht. Die Rückenlehne und die variable Sitzhöhe fördern eine stabilere Trainingsposition. Sie bietet außerdem eine Sicherungshalterung für Gewichte.

3.9.6 VECTOR SCOTT BENCH

Bei der VECTOR SCOTT BENCH handelt es sich um eine Trainingsbank, bei der aus der Sitzposition bei fixiertem Oberkörper die Armmuskulatur trainiert wird. Der Sitz des Gerätes ist höhenverstellbar, außerdem verfügt es über eine Sicherungshalterung für Gewichte. Die stabile Trainingsposition wird gefördert.

3.9.7 VECTOR SQUAT RACK

Bei dem VECTOR SQUAT RACK handelt es sich um einen Kniebeugenständer zum Trainieren verschiedener Muskelgruppen. Die Trainingshaltung sowie die Trainingsbelastung ist variabel. Er bietet außerdem Sicherungshalterungen sowie Ablagen für Gewichte.

Kapitel 4 Transport und Aufbau

4.1	Transport	16
4.2	Standort und Aufstellung	16
4.3	Montage.....	17
4.4	Umgebungstemperatur	18
4.5	Anschließen	18
4.5.1	Stromversorgung	20
4.5.2	Verkabelung	21
4.6	Bestandteile	21
4.6.1	Rückenmuskulatur	21
4.6.1.1	VECTOR BACK EXTENSION	21
4.6.1.2	VECTOR BACK PULL	22
4.6.1.3	VECTOR BUTTERFLY REVERSE	22
4.6.1.4	VECTOR LAT PULL	23
4.6.2	Schultermuskulatur	23
4.6.2.1	VECTOR SHOULDER ABDUCTION	23
4.6.2.2	VECTOR SHOULDER PRESS.....	24
4.6.3	Brustmuskulatur	24
4.6.3.1	VECTOR BUTTERFLY	24
4.6.3.2	VECTOR CHEST PRESS	25
4.6.4	Oberarmmuskulatur	25
4.6.4.1	VECTOR BICEPS FLEXION	25
4.6.4.2	VECTOR TRICEPS EXTENSION	26
4.6.5	Bauchmuskulatur	26
4.6.5.1	VECTOR ABDOMINAL FLEXION	26
4.6.5.2	VECTOR ABDOMINAL TORSION	27
4.6.6	Beckenmuskulatur	27
4.6.6.1	VECTOR ABDUCTOR	27
4.6.6.2	VECTOR ADDUCTOR	28
4.6.6.3	VECTOR HIP EXTENSION.....	28
4.6.7	Oberschenkelmuskulatur	29
4.6.7.1	VECTOR LEG EXTENSION.....	29
4.6.7.2	VECTOR LEG FLEXION	29
4.6.7.3	VECTOR SQUAT PRESS	30
4.6.8	Multifunktional.....	31
4.6.8.1	VECTOR PULL UP/DIP	31
4.6.8.2	VECTOR SEATED DIP	31
4.6.8.3	VECTOR CABLE	32
4.6.8.4	VECTOR CABLE CROSSOVER	32
4.6.8.5	VECTOR CABLE TOWER	33
4.6.8.6	VECTOR MULTI PRESS	33
4.6.9	BÄNKE	34
4.6.9.1	VECTOR COMPLEX BACK BENCH	34
4.6.9.2	VECTOR FLAT BENCH	34
4.6.9.3	VECTOR MULTI BENCH	35
4.6.9.4	VECTOR OLYMPIC FLAT BENCH	35
4.6.9.5	VECTOR OLYMPIC INCLINE BENCH	36
4.6.9.6	VECTOR SCOTT BENCH	36
4.6.9.7	VECTOR SQUAT RACK	37.

4 Transport und Aufbau

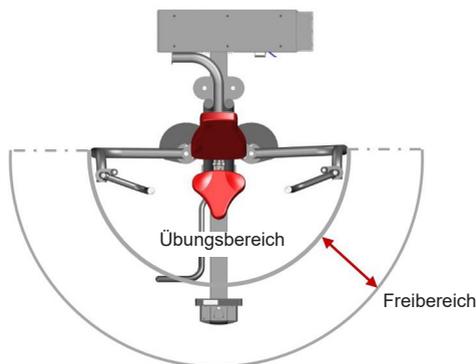
Bitte beachten Sie: Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen. Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

4.1 Transport

Um Beschädigungen zu vermeiden, werden die ERGOFIT Geräte durch die ERGOFIT GmbH direkt oder durch eine autorisierte Spedition transportiert. Bei Anlieferung durch die ERGOFIT GmbH wird die Verpackung verwertet bzw. fachgerecht entsorgt. Werden die ERGOFIT Geräte durch eine Spedition angeliefert, können Sie die Verpackung selbst verwerten oder an ERGOFIT GmbH zurücksenden (Transportkosten gehen zu Lasten des Kunden).

4.2 Standort und Aufstellung

1. Achten Sie darauf, dass die Standfläche eben und waagrecht ist. Das Zerlegen oder Montieren (beiliegende Teile ausgeschlossen) von Seiten des Käufers oder einer nicht autorisierten Person führt zum Erlöschen jeglicher Garantiesprüche an den Hersteller.
2. Achten Sie aus Sicherheitsgründen darauf, dass um das Gerät ausreichend Platz ist, so dass der Trainierende nirgendwo anstoßen kann und andere Personen, bedingt durch bewegliche Teile, verletzen kann: Ausgehend von der Zugangsrichtung des Trainingsgerätes muss ein Freibereich gewährleistet werden, der mindestens 0,6 m größer ist als der benötigte Übungsbereich. Ebenfalls muss dieser Bereich die Möglichkeit der Notfall-Demontage beinhalten. Nebeneinanderstehende Trainingsgeräte können sich den benötigten Freibereich teilen.

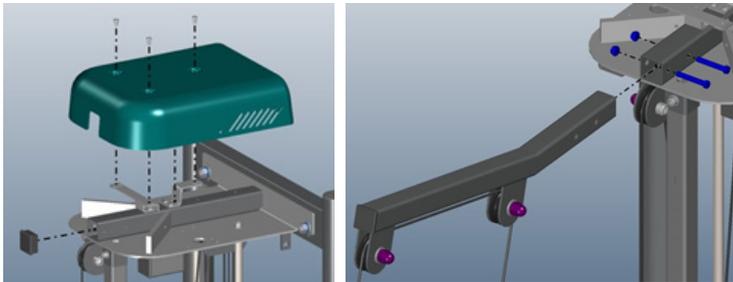


3. Stellen Sie das Gerät so auf, dass eine Trennung von Netzschalter und Netzstecker jederzeit problemlos möglich ist. (Ausführung T, T MED, CVT und CVT MED)
4. Entfernen Sie die Transportsicherungen, die sich unter den ersten drei Gewichtsplatten befinden.

5. Führen Sie nach dem Aufstellen oder nach einem Standortwechsel eine Funktionskontrolle durch.

4.3 Montage

- ⊗ Bitte beachten Sie: Die Wandmontage des VECTOR CABLE muss fachgerecht ausgeführt werden. Die Firma ERGOFIT GmbH übernimmt für die Wandmontage keine Haftung. Der VECTOR CABLE muss an den 4 Befestigungspunkten befestigt werden, die Haltekraft pro Schraube/Dübel sollte mindestens 200 N betragen.
- ⊗ Zur Montage des Galgens entfernen Sie, falls vorhanden, Abdeckung und Lamellenstopfen. Schieben Sie anschließend den Galgen in die zugehörige Schiene ein und befestigen Sie diesen mit den mitgelieferten Muttern und Schrauben. Verschrauben Sie anschließend die Abdeckung wieder.



- ⊗ Bei Nichtgebrauch müssen herunterhängende Seile des Galgens aus dem Trainingbereich entfernt werden. Verbinden Sie die losen Seile mittels Karabiner miteinander und befestigen Sie diesen anschließend an der Bohrung der Abdeckplatte.

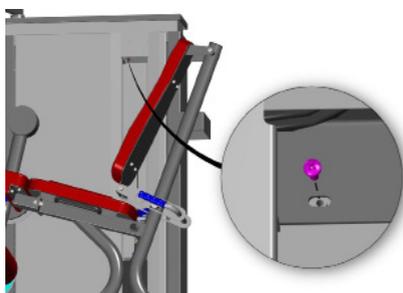


4.4 Umgebungstemperatur

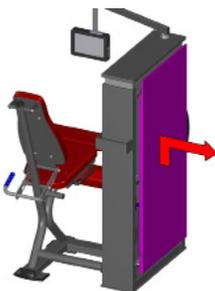
- ⊗ Das ERGOFIT Gerät kann problemlos bei einer Umgebungstemperatur von +10°C bis +40°C, einer relativen Luftfeuchtigkeit von 30% bis 75% (nicht kondensierend) und einem Luftdruck von 700hPa bis 1060hPa betrieben werden.
- ⊗ Das Gerät kann bei einer Temperatur von -30°C bis +50°C gelagert werden.

4.5 Anschließen

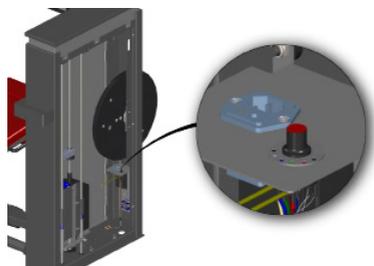
1. Falls die Geräte nicht von unserem Auslieferungsteam angeschlossen werden, müssen Sie zum Anschließen zunächst die eingehängte Verkleidung an der Rückseite des Gerätes demontieren. Dazu lösen Sie mit einem Kreuzschlitzschraubendreher die Fixierschraube der Verkleidung. Diese ist durch die Öffnung auf der Vorderseite zugänglich.



2. Nach dem Entfernen der Schraube setzen Sie den mitgelieferten Saugheber in der Mitte der Verkleidung an, schieben diese senkrecht leicht nach oben und ziehen sie zu sich aus der Verankerung heraus. Versuchen Sie bitte nicht die Verkleidung auf andere Art und Weise zu entfernen, da Verletzungsgefahr besteht und die Verkleidung oder Umgebung beschädigt werden könnte.

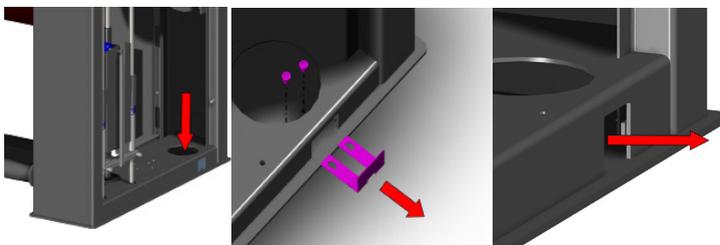


3. Unterziehen Sie das mitgelieferte Netzanschlusskabel und die Steckvorrichtung (Netzeingangsmodul im Inneren des Gerätes, nach Demontage der rückwärtigen Verkleidung sichtbar) vor der Inbetriebnahme einer Sichtkontrolle. Beschädigte Kabel und Steckvorrichtungen müssen sofort ersetzt werden.
4. Nehmen Sie das Netzanschlusskabel und stecken Sie es in das dafür vorgesehene Netzeingangsmodul auf dem Blechwinkel der sich im rechten Innenraum des Gerätes befindet.

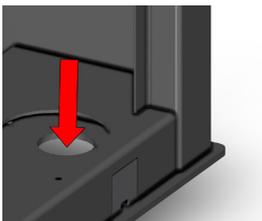


Führen Sie nun das andere Ende des Kabels nach unten durch die Zugentlastung, dann durch die Bohrung und anschließend durch die Öffnung im unteren Rahmen in Bodennähe, die sich durch Abschrauben (Innensechskantschlüssel SW 4) und Herausziehen der Abdeckung öffnen lässt, nach außen und stecken Sie das andere Ende des Kabels in die Steckdose. Anschließend Abdeckung wieder montieren. Falls das Gerät vernetzt werden sollte, wird das LAN-Kabel ebenfalls durch die Zugentlastung geführt.

Die Zugentlastung kann mit einem Kreuzschlitzschraubendreher geöffnet werden, um das Netzanschlusskabel und ggfs das LAN-Kabel einlegen zu können.



5. Für Fußbodensteckdosen haben unsere Geräte eine Öffnung im Bodenbereich. Schieben Sie das geöffnete Gerät so über den Stromanschluss, dass es möglich ist den Stecker durch die Bodenöffnung im Stromanschluss einzustecken.



6. Schalten Sie Ihr Gerät durch Betätigen des Schalters an der Innenseite der Geräteabdeckung, erreichbar durch die Öffnung an der Vorderseite des Gerätes, ein (I = Einschalten, O = Ausschalten).



7. Nachdem Sie Ihr Gerät nun ans Stromnetz angeschlossen und eingeschaltet haben, läuft ein automatischer Betriebscheck ab. Während dieses Betriebschecks wird Ihnen die Softwareversion Ihres Gerätes im Display angezeigt. Anschließend erscheint das Hauptmenü.
8. Stellen Sie sich an die Cockpitseite des Gerätes (mit Blick auf das Display) und kontrollieren Sie, ob das Display funktioniert. Sollte dies nicht der Fall sein, überprüfen Sie die richtige Durchführung der oben beschriebenen Schritte. Überprüfen Sie zusätzlich, ob die Steckdose Strom führt.

4.5.1 Stromversorgung

Betreiben Sie Ihr Gerät nur an geerdeten Steckdosen mit 230 ~/50-60 Hz. Wenn Sie sich der Stromversorgung am Aufstellungsort nicht sicher sind, fragen Sie bei Ihrem Energieversorger nach. Verwenden Sie in Ihrer Hausverteilung handelsübliche 10 A Sicherungsautomaten (mit B-Auslösecharakteristik). Schalten diese Sicherungsautomaten jedoch in Einzelfällen im Einschaltmoment ab, muss der Stromkreis mit 10 A Schmelzsicherungen oder Sicherungen mit anderer Auslösecharakteristik (z.B. Automaten) abgesichert werden. Fragen Sie gegebenenfalls Ihren Elektroinstallateur.

Vergleichen Sie vor Anschluss Ihres ERGOFIT Gerätes an Ihr Stromversorgungssystem die Typenschildangaben (neben dem Netzeingangsmodule) über die zulässige Netzspannung und Netzfrequenz mit den örtlichen Kenndaten. Schließen Sie das Gerät stets direkt an eine Steckdose an. Verwenden Sie nach Möglichkeit kein Verlängerungskabel oder Mehrfach-Verteilersteckdosen oder nur geeignete entsprechend der Norm EN 60601-1.

Für den Anschluss externer Geräte an ein Trainingsgerät der VECTOR Kraft Linie mit Zusatz MED empfehlen wir galvanisch getrennte Verbindungsleitungen.

4.5.2 Verkabelung

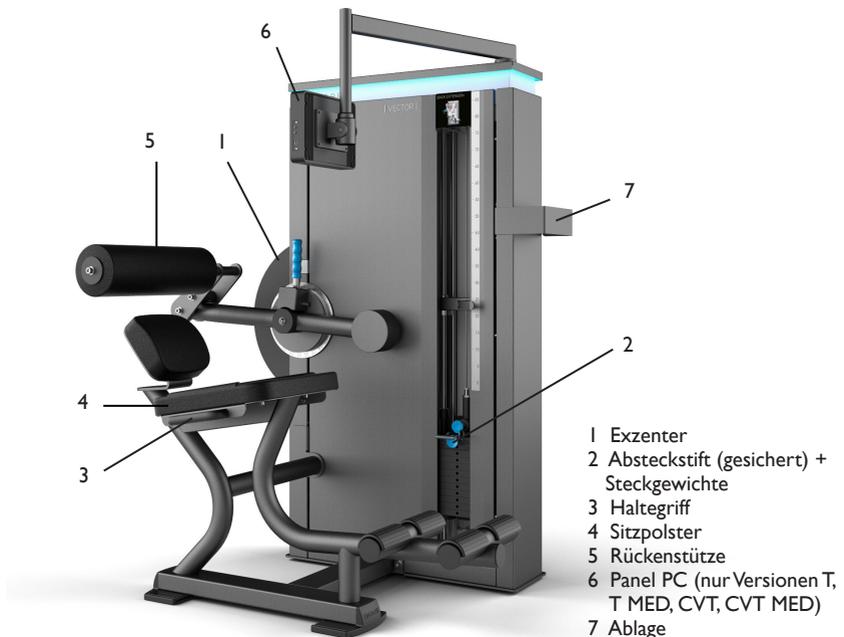
Verfügen Sie über mehrere ERGOFIT Geräte, dann schalten Sie die Geräte, wenn Sie an demselben Stromkreis angeschlossen sind, nur nacheinander ein und aus.

- ⊗ Verlegen Sie das Netzanschlusskabel so, dass niemand darauf treten oder darüber stolpern kann.
- ⊗ Stellen Sie keine Gegenstände auf das Kabel, da dieses sonst beschädigt werden kann.

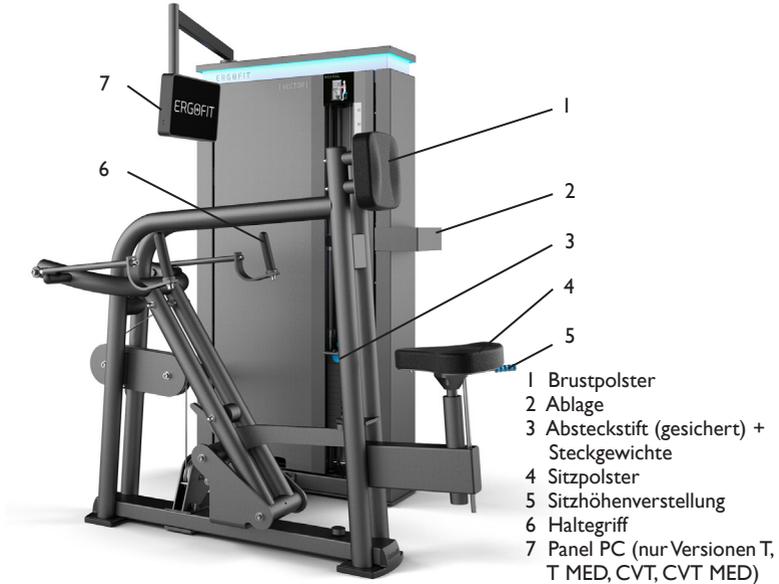
4.6 Bestandteile

4.6.1 Rückenmuskulatur

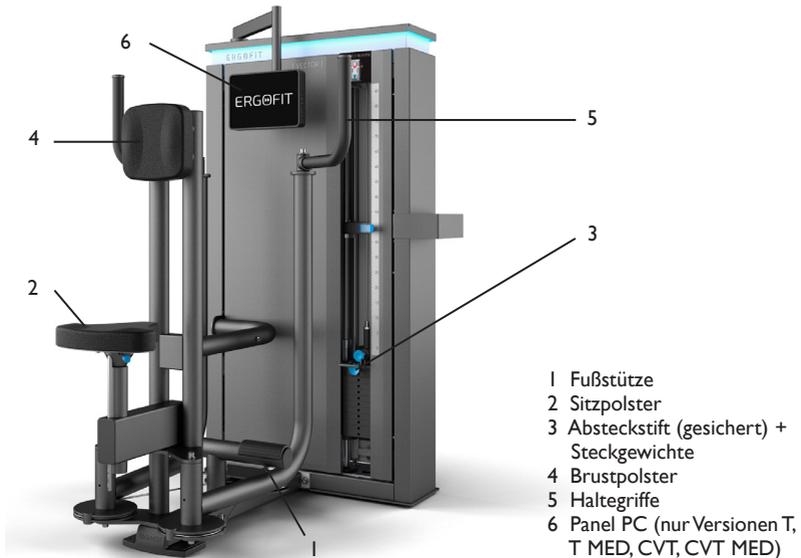
4.6.1.1 VECTOR BACK EXTENSION



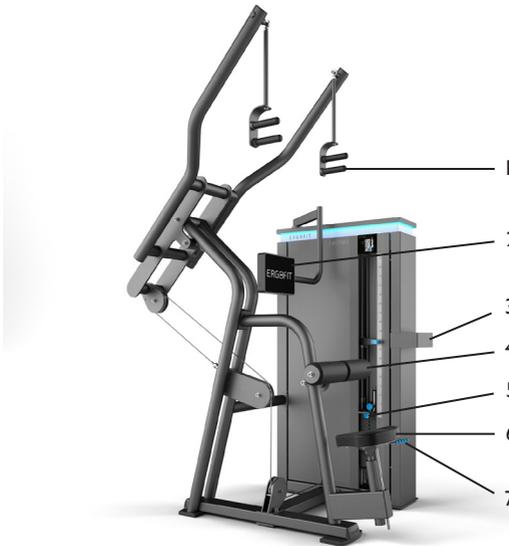
4.6.1.2 VECTOR BACK PULL



4.6.1.3 VECTOR BUTTERFLY REVERSE



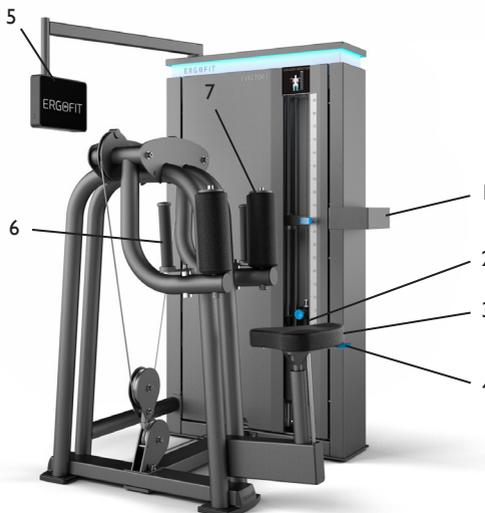
4.6.1.4 VECTOR LAT PULL



- 1 Haltegriffe
- 2 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 3 Ablage
- 4 verstellbares Beinpolster
- 5 Absteckstift (gesichert) + Steckgewichte
- 6 Sitzpolster
- 7 Sitzhöhenverstellung

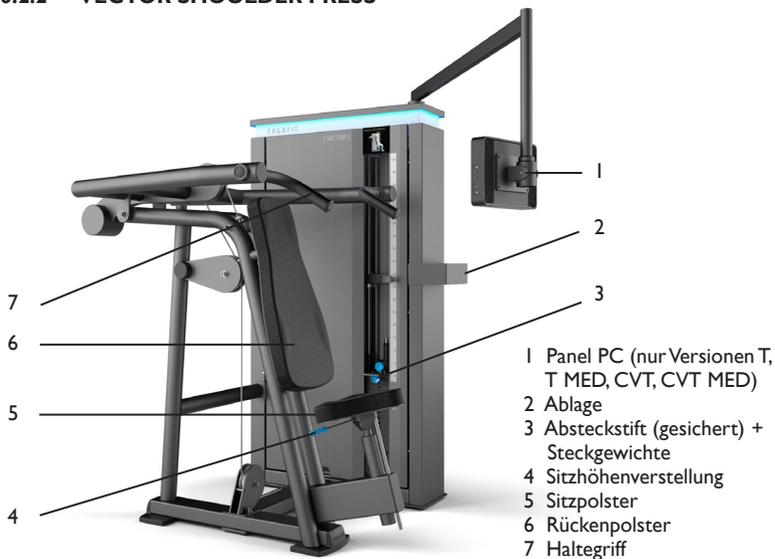
4.6.2 Schultermuskulatur

4.6.2.1 VECTOR SHOULDER ABDUCTION



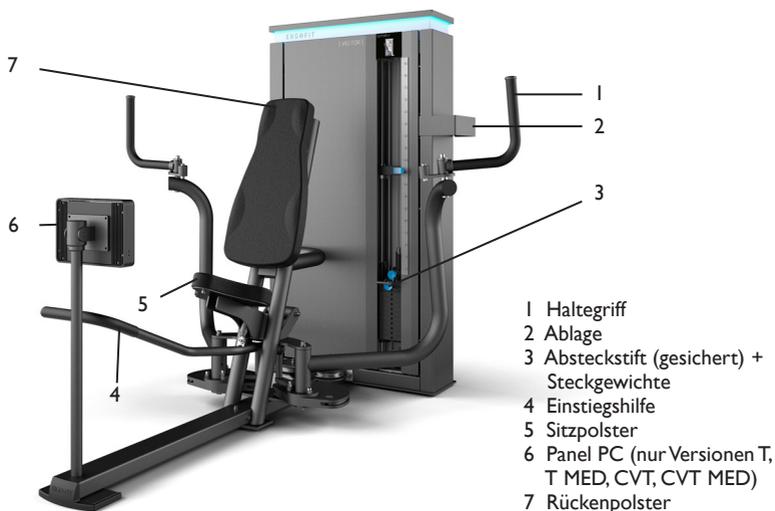
- 1 Ablage
- 2 Absteckstift (gesichert) + Steckgewichte
- 3 Sitzpolster
- 4 Sitzhöhenverstellung
- 5 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 6 Haltegriff
- 7 Armpolster

4.6.2.2 VECTOR SHOULDER PRESS

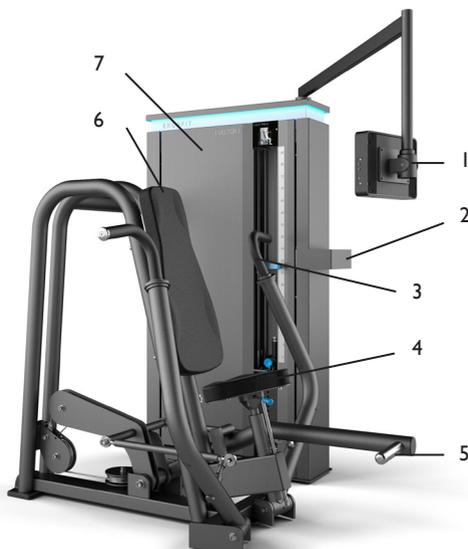


4.6.3 Brustmuskulatur

4.6.3.1 VECTOR BUTTERFLY



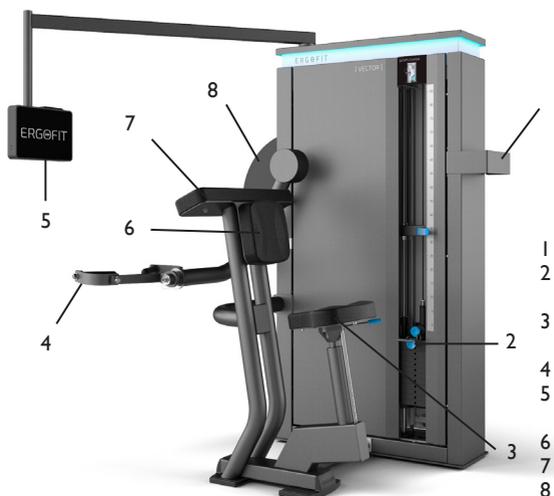
4.6.3.2 VECTOR CHEST PRESS



- 1 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 2 Ablage
- 3 Haltegriff
- 4 Sitzpolster mit Sitzhöhenverstellung
- 5 Einstiegshilfe
- 6 Rückenpolster
- 7 Verkleidung mit innenliegendem Gewichtsblock

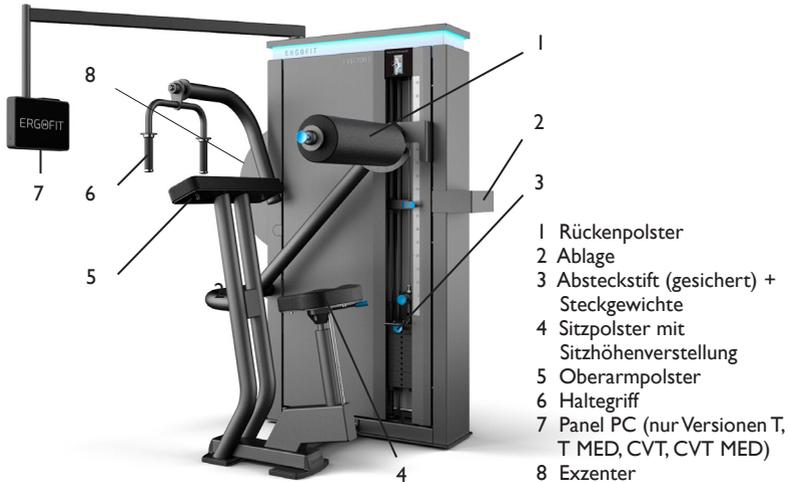
4.6.4 Oberarmmuskulatur

4.6.4.1 VECTOR BICEPS FLEXION



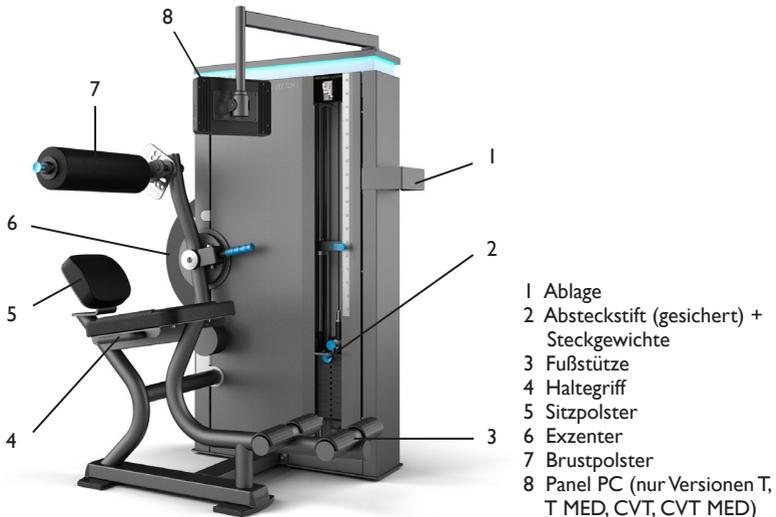
- 1 Ablage
- 2 Absteckstift (gesichert) + Steckgewichte
- 3 Sitzpolster mit Sitzhöhenverstellung
- 4 Haltegriff
- 5 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 6 Brustpolster
- 7 Oberarmpolster
- 8 Exzenter

4.6.4.2 VECTOR TRICEPS EXTENSION

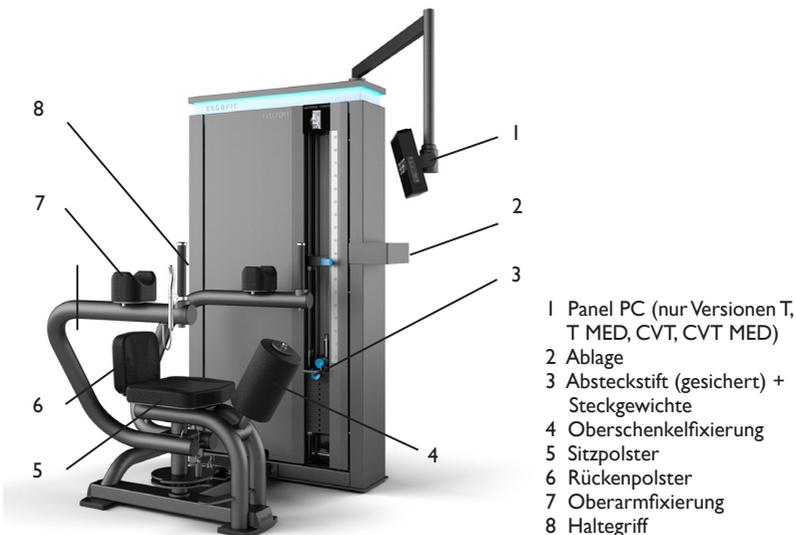


4.6.5 Bauchmuskulatur

4.6.5.1 VECTOR ABDOMINAL FLEXION

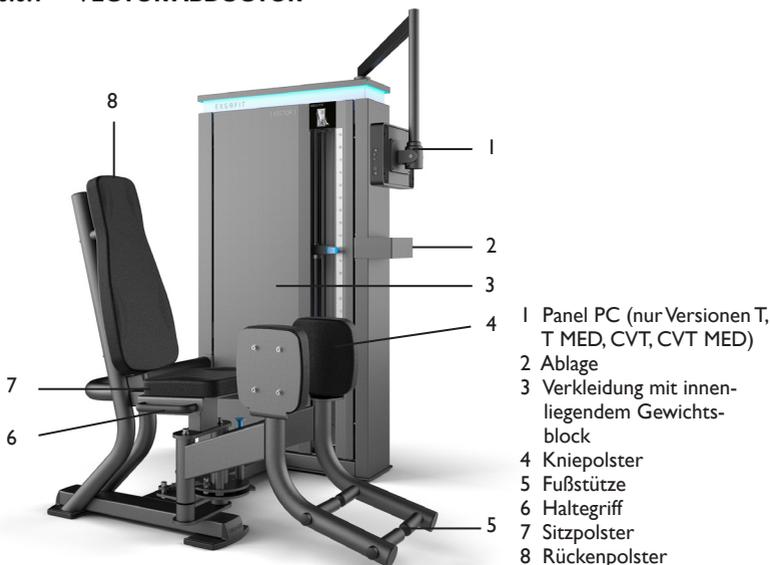


4.6.5.2 VECTOR ABDOMINAL TORSION

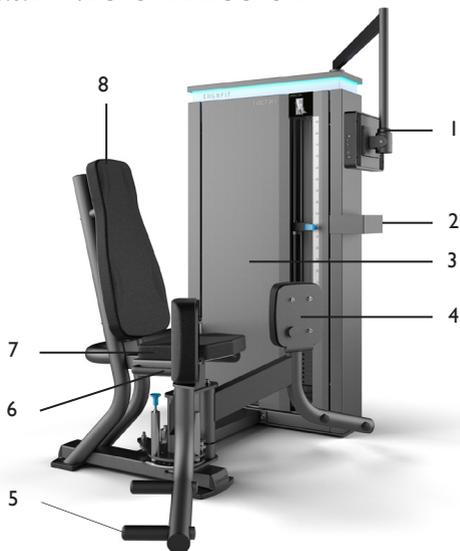


4.6.6 Beckenmuskulatur

4.6.6.1 VECTOR ABDUCTOR

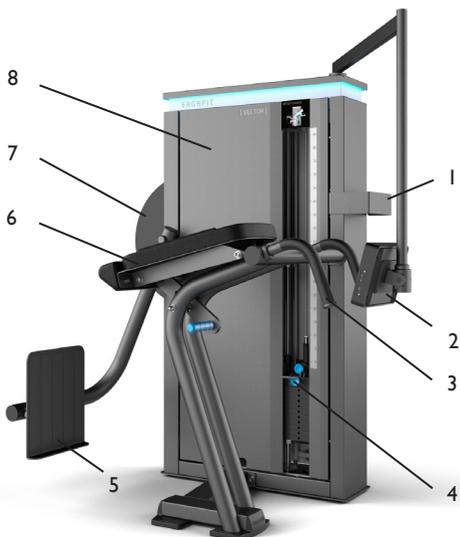


4.6.6.2 VECTOR ADDUCTOR



- 1 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 2 Ablage
- 3 Verkleidung mit innenliegendem Gewichtsblock
- 4 Kniepolster
- 5 Fußstütze
- 6 Haltegriff
- 7 Sitzpolster
- 8 Rückenpolster

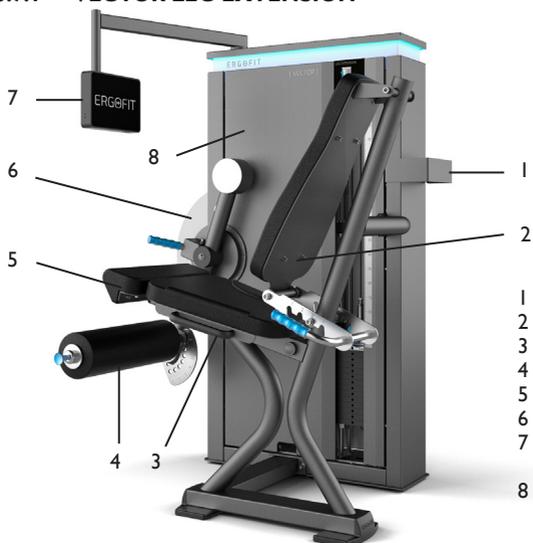
4.6.6.3 VECTOR HIP EXTENSION



- 1 Ablage
- 2 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 3 Haltegriff
- 4 Absteckstift (gesichert) + Steckgewichte
- 5 Fußstütze
- 6 Oberkörperfixierung
- 7 Exzenter
- 8 Verkleidung mit innenliegendem Gewichtsblock

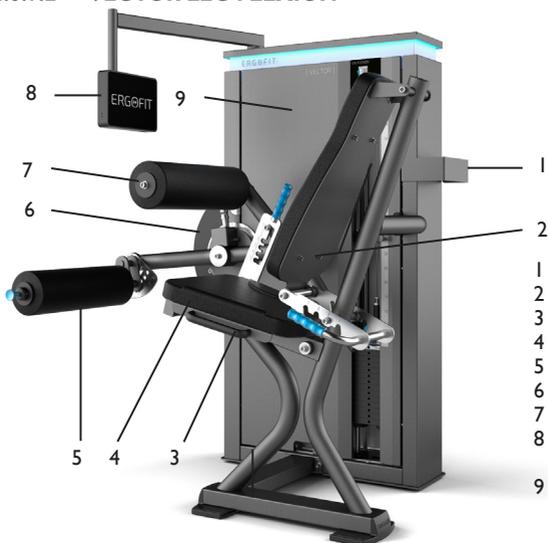
4.6.7 Oberschenkelmuskulatur

4.6.7.1 VECTOR LEG EXTENSION



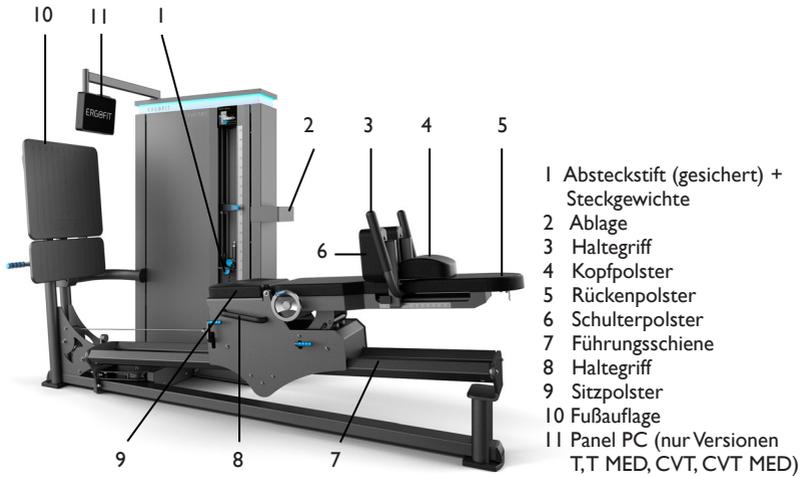
- 1 Ablage
- 2 Rückenpolster
- 3 Haltegriff
- 4 Fußpolster
- 5 Sitzpolster
- 6 Exzenter
- 7 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 8 Verkleidung mit innenliegendem Gewichtsblock

4.6.7.2 VECTOR LEG FLEXION



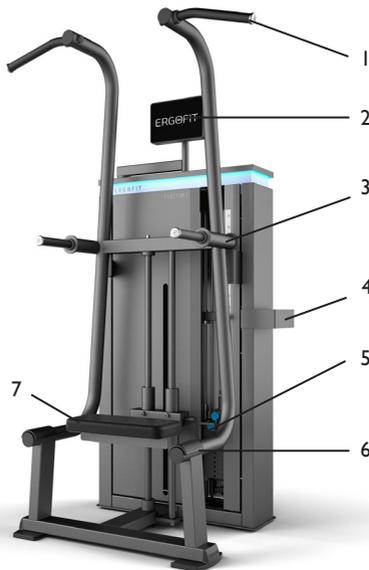
- 1 Ablage
- 2 Rückenpolster
- 3 Haltegriff
- 4 Sitzpolster
- 5 Fußpolster
- 6 Exzenter
- 7 Oberschenkelfixierung
- 8 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 9 Verkleidung mit innenliegendem Gewichtsblock

4.6.7.3 VECTOR SQUAT PRESS



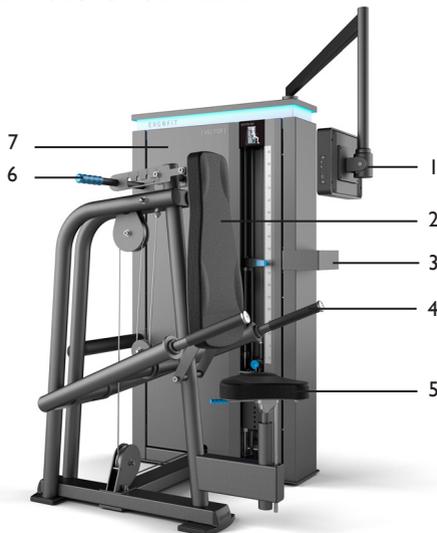
4.6.8 Multifunktional

4.6.8.1 VECTOR PULL UP/DIP



- 1 Haltegriff Pull Up
- 2 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 3 Haltegriff Dip
- 4 Ablage
- 5 Absteckstift (gesichert) + Steckgewichte
- 6 Fußstütze
- 7 Kniepolster

4.6.8.2 VECTOR SEATED DIP



- 1 Panel PC (nur Versionen T, T MED, CVT, CVT MED)
- 2 Rückenpolster
- 3 Ablage
- 4 Haltegriff
- 5 Sitzpolster mit Sitzhöhenverstellung
- 6 Verstellung Rückenpolster
- 7 Verkleidung mit innenliegendem Gewichtsblock

4.6.8.3 VECTOR CABLE



Bitte beachten Sie: Die Wandmontage des VECTOR CABLE muss fachgerecht ausgeführt werden. Die Firma ERGOFIT GmbH übernimmt für die Wandmontage keine Haftung. Der VECTOR CABLE muss an den 4 Befestigungspunkten befestigt werden, die Haltekraft pro Schraube/Dübel sollte mindestens 200 N betragen.

- 1 Kevlarseil
(Gewichtsübertragung)
- 2 Absteckstift (gesichert) +
Steckgewichte (à 5kg)

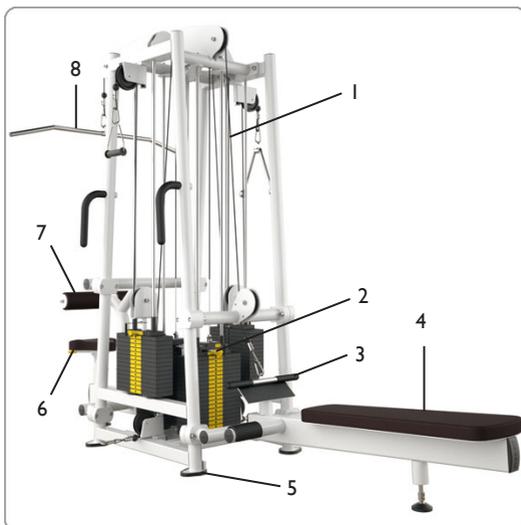
4.6.8.4 VECTOR CABLE CROSSOVER



- 1 Stahlseil
(Gewichtsübertragung)
- 2 Absteckstift (gesichert) +
Steckgewichte (à 5kg)
- 3 Haltegriffe

4.6.8.5 VECTOR CABLE TOWER

Aufbau: Stellen Sie das Gerät auf und richten Sie dieses aus. Montieren Sie anschließend die GummifüÙe an den Fußplatten (Position 5) und befestigen Sie Sitz und Sitzbank mittels der Klemmschalen am Rahmen. Drehen Sie die StellfüÙe herab bis diese fest auf dem Boden stehen. Ziehen Sie anschließend die Klemmschalen an Sitz und Sitzbank fest. Prüfen Sie abschließend die StellfüÙe nochmals auf einen sicheren Stand und stellen Sie diese gegebenenfalls nochmals nach.



- 1 Stahlseil + Flachriemen (Gewichtsübertragung)
- 2 Absteckstift (gesichert) + Steckgewichte (à 5kg)
- 3 Griffe Ruderstation
- 4 Sitzpolster
- 5 Fußplatte
- 6 Sitzpolster
- 7 Oberschenkelfixierung
- 8 Griffe Latzug

4.6.8.6 VECTOR MULTI PRESS



- 1 Hantelstange
- 2 Gewichtsablage
- 3 Sitz-/Liegepolster
- 4 Führungsschiene (mit Sicherungshalterung)

4.6.9 Bänke

4.6.9.1 VECTOR COMPLEX BACK BENCH

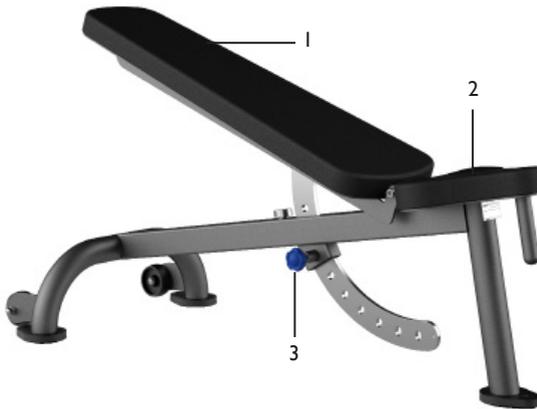


- 1 Unterschenkelfixierung
- 2 Verstellbares Beinpolster
- 3 Gewichtsablage

4.6.9.2 VECTOR FLAT BENCH



- 1 Sitz-/Liegepolster

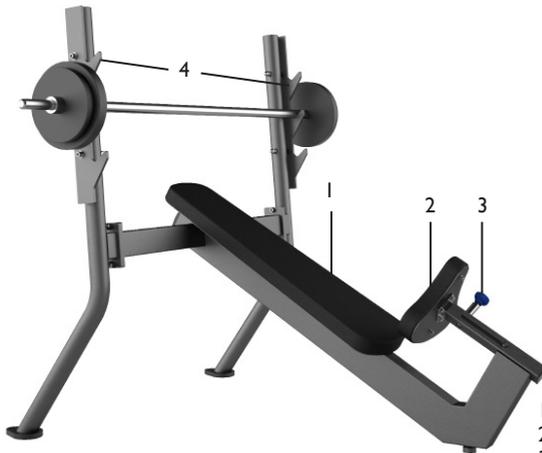
4.6.9.3 VECTOR MULTI BENCH

- 1 Rückenpolster
- 2 Sitzpolster
- 3 Sitzverstellung

4.6.9.4 VECTOR OLYMPIC FLAT BENCH

- 1 Sitz-/Liegefläche
- 2 Sicherungshalterung für Gewichte

4.6.9.5 VECTOR OLYMPIC INCLINE BENCH

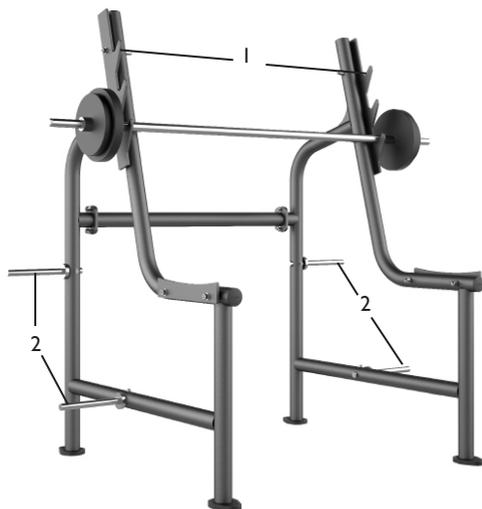


- 1 Rückenpolster
- 2 Sitzpolster
- 3 Sitzverstellung
- 4 Sicherungshalterung für Gewichte

4.6.9.6 VECTOR SCOTT BENCH



- 1 Oberarmpolster
- 2 Sicherungshalterung für Gewichte
- 3 Sitzverstellung
- 4 Sitzpolster

4.6.9.7 VECTOR SQUAT RACK

- 1 Sicherungshalterung für Gewichte
- 2 Gewichtsablage

Kapitel 5 Inbetriebnahme

5.1	Einschalten	40
5.2	Ausschalten	40
5.3	Der Panel-PC (nur Ausführung T,T MED, CVT und CVT MED)	41
5.3.1	Die Tasten	42
5.4	Kalibrierung der Gewichtsplatten	42
5.5	Widerstandsregelung	42
5.5.1	Zusatzgewicht.....	43
5.6	Exzenterfunktion	44
5.7	Funktionskontrolle	45

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

5 Inbetriebnahme

Schließen Sie das Gerät direkt an die Netzversorgung an (110...220VAC), verwenden Sie nach Möglichkeit kein Verlängerungskabel oder Mehrfach-Verteilersteckdosen oder nur geeignete entsprechend der Norm EN 60601-1. Nach Einschalten des Trainingsgerätes ist zunächst eine Warmlaufzeit von 35 Minuten zu berücksichtigen, bevor das Gerät betriebsbereit ist. Innerhalb dieser Warmlaufzeit können sich die Gewichtsplatten verstellen. Nach dieser Warmlaufzeit sollten die Gewichtsplatten richtig am Cockpit dargestellt werden und das Training am Gerät kann sofort begonnen werden. Für den Anschluss externer Geräte an ein Trainingsgerät der VECTOR Linie empfehlen wir galvanisch getrennte Verbindungsleitungen

5.1 Einschalten

- ⊗ Kontrollieren Sie vor dem Einschalten Ihres Gerätes, ob der Netzstecker in der Steckdose steckt.
- ⊗ Falls Sie mehrere Geräte an einem Hauptschalter angeschlossen haben, schalten Sie bitte jedes Ihrer Geräte einzeln ein bzw. aus. Werden mehrere Geräte gleichzeitig eingeschaltet, können technische Störungen auftreten.
- ⊗ Schalten Sie nun durch Betätigen des Schalters an der Innenseite der Geräteabdeckung, erreichbar durch die Öffnung an der Vorderseite des Gerätes, Ihr Gerät an (siehe auch Kap. 4.5). Hierzu müssen Sie den Schalter in die I-Stellung kippen. Befindet sich der Schalter in der 0-Stellung, so ist das Gerät ausgeschaltet.
- ⊗ Anhand der Anzeigenbeleuchtung können Sie sofort feststellen, ob das Gerät eingeschaltet ist.

5.2 Ausschalten

- ⊗ Schalten Sie durch Betätigen des Schalters an der Innenseite der Geräteabdeckung, erreichbar durch die Öffnung an der Vorderseite des Gerätes, Ihr Gerät aus (siehe auch Kap. 4.5). Hierzu müssen Sie den Schalter in die 0-Stellung kippen.

Achten Sie darauf, dass die Ein- und Ausschaltintervalle eine Zeit von 3 sek nicht unterschreiten.

5.3 Der Panel-PC (nur Ausführung T,T MED, CVT und CVT MED)

Eines der Hauptziele von ERGOFIT liegt in der Herstellung besonders benutzerfreundlicher Geräte. Deshalb wurden die Panel-PCs der VECTOR Linie mit einer einfachen, leicht verständlichen Benutzerführung ausgestattet. Die Bedienung des Panel-PCs erfolgt ausschließlich per Berührung der jeweiligen Schaltfläche.

Der Panel-PC besteht aus einer Anzeige und den Bedienelementen (Tasten), (Ausführung T/T MED) und zusätzlich mit einem RFID-Empfänger (Ausführung CVT/CVT MED). Bevor Sie den Panel-PC näher betrachten, sollten Sie folgendes beachten:

1. Stützen Sie sich nicht auf dem Panel-PC oder der Anzeige ab. Dies kann zu Beschädigungen führen.
2. Tippen Sie die Tasten nur leicht an, üben Sie keinen zu großen Druck auf das Display aus.
3. Der RFID-Empfänger der VECTOR Geräte CVT und CVT MED befindet sich an der Oberseite des Panel PC. Ziehen Sie das RFID-Senderarmband an und halten Sie es mit der bedruckten Stelle (ERGOFIT-Logo) so lange über den RFID-Empfänger bis ihre Daten sichtbar werden.



RFID-Senderarmband

5.3.1 Die Tasten

Je nach Ansichtsfenster sind auf dem Panel-PC verschiedene Tasten zu finden. Die wichtigsten Tasten und Ihre Funktionen wollen wir hier kurz erläutern:

- ⊗ PLUS-Taste: Mit dieser Taste können Sie den Widerstand der Belastung erhöhen bzw. Parameterangaben verändern.
- ⊗ MINUS-Taste: Mit dieser Taste können Sie den Widerstand der Belastung verringern bzw. Parameterangaben verändern.
- ⊗ START-Taste: Mit dieser Taste können Sie die Auswahl des Trainingsmodus oder vorgegebenen oder geänderten Parameterangaben bestätigen.
- ⊗ STOP-Taste: Mit dieser Taste können Sie Funktionen abbrechen oder das Gerät anhalten.

5.4 Kalibrierung der Gewichtsplatten

Vor einer Neu-/Nachkalibrierung der Gewichtplatte ist eine Warmlaufzeit von mindestens 35 Minuten zu berücksichtigen. Die Warmlaufzeit beginnt mit dem Einschalten des Gerätes. Erst nach dieser Warmlaufzeit darf die Nachkalibrierung durchgeführt werden. Ansonsten kann es dazu führen, dass die Gewichtsplatten am Cockpit falsch angezeigt werden bzw. sich die Gewichtsplatten mit der Zeit selbsttätig verstellen.

Hinweis: Es handelt sich bei dem Trainingsgerät mit dem Lasersensor um eine Präzisionsmesseinrichtung. Selbst bei solchen Geräten sind Messtoleranzen aufgrund der realen Umwelteinflüsse (Temperaturschwankungen, Betriebsdauer, etc.) zu erwarten. Daher ist es zu empfehlen, dass die Funktion des Gerätes in einem regelmäßigen Abstand überprüft wird. Bei einer Gewichtsplattenabweichung ist eine Nachkalibrierung durchzuführen.

5.5 Widerstandsregulierung

Die Widerstandsregulierung erfolgt bei allen Geräten der VECTOR Linie über Steckgewichte. Zur Gewichtseinstellung werden Absteckstifte verwendet, welche sich in die Bezugsbohrungen der Steckgewichte einführen lassen. Die Wahl der Gewichte kann direkt vom Gerät aus vorgenommen werden.

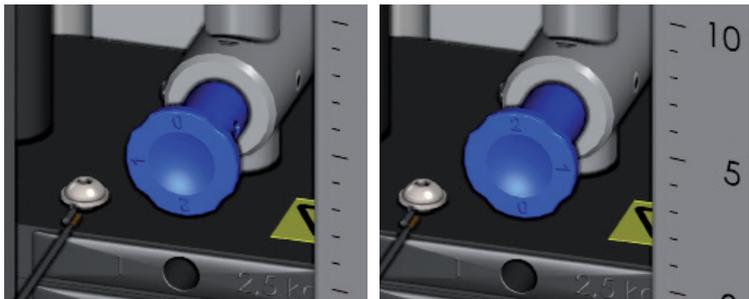
Achten Sie dabei auf Folgendes:

- ⊗ Die Gewichtseinstellung ist nur möglich, wenn das Gewichtspaket nicht unter Spannung steht, und die Steckgewichte fest aufliegen. Vermeiden Sie also die Veränderung des Trainingsgewichts während der Bewegungsausführung.
- ⊗ Achten Sie darauf, dass die Steckstifte komplett eingesteckt werden. Ist dies nicht der Fall, so können sich die Stifte während der Bewegungsausführung lösen. Dadurch würden die Steckgewichte auf den Gewichtsstapel fallen, was zur Beschädigung der Gewichte bzw. durch die ruckartige Gewichtsentlastung zu Verletzungen beim Trainierenden führen kann.

- ⊗ Führen Sie die Steckstifte zur Fixierung der Gewichte gerade und gewaltlos in die Bezugsbohrungen ein. Die Stifte könnten sonst während der Bewegungsausführung verkanten.
- ⊗ Greifen Sie nicht zwischen die Steckgewichte. Es besteht Verletzungsgefahr.
- ⊗ Lassen Sie die Gewichte während der Übung und nach Übungsende nicht auf dem Gewichtsstapel aufschlagen. Achten Sie stets darauf, dass die Gewichte kontrolliert auf dem Stapel aufgesetzt werden.

5.5.1 Zusatzgewicht

Geräte mit dem Zusatz MED verfügen außerdem über zwei Zusatzgewichte á 2,5 kg. Diese können bei Bedarf stufenweise zugeschaltet werden. Um dies zu tun, müssen Sie lediglich den markierten Griff, der sich oberhalb des Gewichtsblocks befindet, im Uhrzeigersinn drehen bis Position „1“ (2,5 kg Zusatzgewicht) bzw. Position „2“ (5 kg Zusatzgewicht) oben ist. Die Zusatzgewichte sind nicht aktiviert, wenn Position „0“ oben ist.



Zusatzgewicht nicht aktiviert

Zusatzgewicht aktiviert

Beim VECTOR CABLE wird das Zusatzgewicht nicht über einen Verstellhebel aktiviert, sondern mittels der Umlenkrollen. Hängen Sie das untere Seil mittels Karabiner in die obere Öse ein. Achten Sie dabei darauf, dass die Seilrollenhalter senkrecht übereinander stehen und das Seil durch alle Seilrollen durch nach oben geführt wird.



Führen Sie das untere Seil nach oben



Befestigung des Karabiners an der Öse positionieren



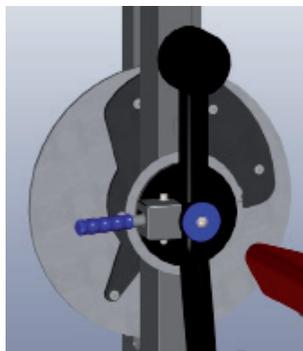
Rollen senkrecht übereinander

5.6 Exzenterfunktion

Bei der Konstruktion von Krafttrainingsgeräten wird häufig auf Kraftkurven zurückgegriffen. Durch die Berücksichtigung von Kraftkurven soll der Anspruch solcher Geräte erfüllt werden, eine spezifische, den jeweiligen Fähigkeiten des trainierenden Muskels angepasste Einstellung des Widerstandes zu gewährleisten.

Konkret ist hierunter die Forderung gemeint, dass Trainingsreize über nahezu den gesamten Bereich eines Muskels optimal genutzt werden können. Als technisches Hilfsmittel dient hier die Exzentertechnik. Der Exzenter ist mit der Drehachse des Trainingsgerätes verbunden und überträgt über diese die Last des aufliegenden Trainingsgewichtes auf den vom Trainierenden zu bewegenden Hebelarm (Kraftarm).

Die aufgelegte Last wird über einen Flachriemen auf den äußeren Rand der Exzentrerscheibe übertragen. Der Rand des Exzentrers bildet keinen konzentrischen Radius (konstanter Abstand vom äußeren Rand zur Drehachse) um den Drehpunkt der Scheibe sondern einen exzentrischen (veränderlicher Abstand vom äußeren Rand zur Drehachse). Die Distanz vom jeweiligen Ansatzpunkt des Gewichtes (Last) an der Scheibe bis zum Drehpunkt bestimmt die Länge des Hebelarms, mit dem das Gewicht an der Scheibe zieht. Diese Distanz wird als Lastarm bezeichnet. Demgegenüber bestimmt die Länge des Hebelarms, gegen den der Trainierende arbeitet, den sogenannten Kraftarm. Gemäß Hebelgesetz ($\text{Last} \times \text{Lastarm} = \text{Kraft} \times \text{Kraftarm}$) überträgt ein Exzenter ein hohes Drehmoment (mehr Last) auf die Drehachse, wenn das Gewicht über einen



**Exzenter Schnittdarstellung
(beispielhaft an der
VECTOR LEG EXTENSION)**

langen Lastarm - also über einen Punkt der Scheibe mit größerer Distanz zum Drehpunkt - auf die Drehachse übertragen wird und umgekehrt. Auf diese Weise ist schon zu Beginn der Bewegung durch ein großes Drehmoment eine maximale Belastung der Muskulatur zu erreichen und annähernd bis zum Erreichen der Endposition aufrechtzuerhalten.

Um individuellen Bedürfnissen gerecht zu werden, lässt sich der Kraftarm in Relation zum Exzenter verstellen, sodass die Belastung in den einzelnen Gelenkstellungen verändert werden kann.

Bei einigen Geräten der VECTOR Linie wurde auf den Einbau eines Exzentrers verzichtet. Da hier die Trainingsübung eine Bewegung in der Vertikalen (VECTOR LAT PULL, VECTOR SHOULDER ABDUCTION, VECTOR SHOULDER PRESS, VECTOR PULL UP/DIP, VECTOR SEATED DIP) bzw. in der Horizontalen (VECTOR CHEST PRESS, VECTOR SQUAT PRESS, VECTOR BACK PULL, VECTOR BUTTERFLY REVERSE, VECTOR ABDOMINAL TORSION, VECTOR ABDUCTOR, VECTOR ADDUCTOR) fordert.

5.7 Funktionskontrolle

- ⊗ Überzeugen Sie sich vor jedem Training von der ordnungsgemäßen Arretierung der Bedienteile. Achten Sie auf lose oder mangelhaft befestigte Bedienteile.
- ⊗ Überprüfen Sie Kabel und Leitungen auf Beschädigungen.
- ⊗ Überprüfen Sie laufendes Gut (Stahlseile, Kevlarseile, Rollen) auf Funktionstüchtigkeit.
- ⊗ Überprüfen Sie die Auflageflächen und Polster auf Beschädigungen.
- ⊗ Überprüfen Sie, ob die Verstellmöglichkeiten problemlos funktionieren.

Kapitel 6 **Bedienung** **(Ausführung T,T MED, CVT und CVT MED)**

6.1	Betriebsarten (Ausführung T,T MED, CVT und CVT MED).....	48
6.1.1	Manuell	48
6.1.2	System	49
6.1.3	Test	50
6.2	Grundeinstellungen	52

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

6 Bedienung (nur Ausführung T, T MED, CVT und CVT MED)

6.1 Betriebsarten (Ausführung T, T MED, CVT und CVT MED)

Wenn Sie den Betrieb beginnen, erscheint auf dem Panel-PC Ihres Trainingsgerätes zunächst immer der Start-Modus. Hier können Sie das Manuelle Training auswählen oder alternativ ein Training mittels des RFID-Senderarmbandes oder einen Test starten. Nach 30 Sekunden ohne Berührung nimmt der Panel-PC automatisch den Standby-Modus ein und der Bildschirmschoner wird gestartet. Durch Berühren des Bildschirmes gelangen Sie zurück zum Start-Modus.

6.1.1 Manuell

In diesem Modus können Sie beliebig lange trainieren und dabei die Wiederholungen, Last, etc. frei variieren.

1. Wählen Sie den Button MANUELL.
2. Sie gelangen zum Hinweisfenster „Geräteeinstellung“. Passen Sie das Gerät (Sitzhöhe, etc.) an Ihre Körpergröße an sowie ihr gewünschtes Trainingsgewicht und bestätigen Sie mit START. Mit ZURÜCK gelangen Sie wieder zum Start-Modus.
3. Stellen Sie nun Ihr individuelles Bewegungsausmaß ein. Nehmen Sie die Ausgangsstellung ein, nach 5 Sekunden (Ablauf des Countdowns) werden Sie aufgefordert die Übung dreimal gleichmäßig auszuführen. Der Panel-PC ermittelt anschließend Ihr individuelles Bewegungsausmaß für das folgende Training und überträgt diese in den automatisch darauf folgenden Trainingsmodus. Mit STOP können Sie den Vorgang jederzeit abbrechen.
4. Sie gelangen nun in den Trainingsmodus. Im Cockpit werden die durchgeführten Serien und Wiederholungen aufgezeigt. Das vorab ermittelte Bewegungsausmaß wird durch eine Säule dargestellt. Die Soll-Geschwindigkeit der Übungsausführung wird durch einen grauen Rahmen angezeigt, die tatsächliche Ist-Geschwindigkeit durch einen grünen Balken. Eine Wiederholung wird nur dann gezählt, wenn das zuvor festgelegte Bewegungsmaß vollständig erfüllt wurde (jeweils grüner Bereich oben und unten in der Grafik).
5. Nach einer beliebigen Anzahl von Wiederholungen können Sie die Serie durch Drücken der STOP-Taste unterbrechen. Sie gelangen nun in den Pause-Modus.
6. Sie können die Länge der Pause beliebig variieren. Die aktuelle Pausenlänge wird im Monitor angezeigt. Mittels der Taste KORRIGIEREN gelangen Sie zurück zu den Geräteeinstellungen wo Sie Ihre vorab festgelegten Parameter verändern können. Um das Training fortzusetzen beginnen Sie einfach erneut mit der Bewegung. Diesen Vorgang können Sie beliebig oft wiederholen. Durch Betätigen der STOP-Taste beenden Sie die Übung, es erscheint anschließend ein Überblick über die erbrachten Leistungen. Durch erneutes Drücken der STOP-Taste gelangen Sie zurück zum Start-Modus.

6.1.2 System

Für ein Training im Modus System muss vorab ein Trainingsplan erstellt und auf das RFID-Senderarmband geschrieben werden, anschließend muss das Senderarmband am Vitality Coach initialisiert werden.

Nur wenn der Kunde im Vitality Explorer als Expertkunde angelegt wurde können Veränderungen an Geräteeinstellungen und Übungsparametern vorgenommen werden.

1. Ziehen Sie das RFID-Senderarmband an und halten Sie es mit der bedruckten Stelle (ERGOFIT-Logo) so lange über den RFID-Empfänger bis ihre Daten sichtbar werden, um ein RFID-gesteuertes Training zu starten, Sie gelangen direkt zum Fenster „Geräteeinstellungen“.
2. Hier werden alle Verstellmöglichkeiten des Gerätes angezeigt, mit den individuellen Werten des Trainierenden. Stellen Sie das Gerät entsprechend der Vorgaben ein. Alternativ können Sie die Werte auch ändern. Wählen Sie den gewünschten Wert durch Antippen aus, dieser ist nun entsprechend Ihres Farbschemas farbig hinterlegt. Durch Betätigen der PLUS- und MINUS-Tasten können Sie den Wert nun ändern. In beiden Fällen bestätigen Sie durch Drücken auf WEITER, mit ZURÜCK gelangen Sie zurück zum Start-Modus.
3. Sie gelangen nun zur Übersicht der Trainingsparameter. Je nach Trainingsart (dynamisches, statisches oder Countdown-Training) werden hier die jeweils relevanten Werte aufgeführt. Bestätigen Sie diese mit WEITER. Um einen Wert zu ändern, wählen Sie ihn durch Antippen aus, dieser ist nun entsprechend Ihres Farbschemas farbig hinterlegt. Durch Betätigen der PLUS- und MINUS-Tasten können Sie den Wert nun ändern. Alle Änderungen werden automatisch in alle Serien übertragen. Möchten Sie in den nachfolgenden Serien mit abweichenden Parametern trainieren, müssen Sie die Serie mittels der Pfeiltaste auswählen und die Werte wie gewünscht verändern. Nachdem Sie alle Werte wie gewünscht geändert haben bestätigen Sie auch hier mit WEITER. Mit ZURÜCK gelangen Sie zurück zum Start-Modus.

Wollen Sie ihr individuelles Bewegungsausmaß nochmals korrigieren, wählen Sie den Wert „Ausgangsstellung“ durch Antippen aus. Nehmen Sie die Ausgangsstellung ein, nach wenigen Sekunden wird diese Position gespeichert und die Kennzeichnung wechselt zum Wert „Endstellung“. Nehmen nun die Endstellung ein, nach wenigen Sekunden wird auch diese gespeichert und die Markierung wird wieder ausgeblendet.

4. Das Gerät prüft nun die Lastabsteckung. Stimmt die abgesteckte Last nicht mit der auf dem RFID-Senderarmband hinterlegten Last überein erhalten Sie einen entsprechenden Hinweis. Korrigieren Sie die abgesteckte Last und fahren Sie fort mit WEITER.
5. Sie gelangen nun in den Trainingsmodus. Die Anzeige unterscheidet sich je nach Trainingsmodi:
 - a) dynamisches Training: Im Cockpit werden die durchgeführten Serien und Wiederholungen angezeigt. Das vorab ermittelte Bewegungsausmaß wird durch eine Säule dargestellt. Die Soll-Geschwindigkeit der Übungsausführung wird durch einen grauen Rahmen angezeigt, die tatsächliche Ist-Geschwindigkeit durch einen grünen Balken. Eine Wiederholung wird nur dann gezählt,

wenn das zuvor festgelegte Bewegungsmaß vollständig erfüllt wurde (jeweils grüner Bereich oben und unten in der Grafik.

b) statisches Training: Im Cockpit wird die verbleibende Haltedauer angezeigt. Die Soll-Halteposition der Übung wird durch einen grauen Rahmen angezeigt, die tatsächliche Ist-Halteposition durch einen grünen Balken. Die Halteposition wird nur dann gezählt, wenn die zuvor festgelegte Endstellung eingenommen ist (grauer Rahmen). Verlassen Sie den Haltebereich stoppt der Ablauf der Haltedauer und Sie erhalten den Hinweis „Anheben“. Nach Ablauf der Haltedauer erhalten Sie den Hinweis „Entspannen“.

c) Countdown-Training: Im Cockpit werden die durchgeführten Serien und Wiederholungen angezeigt, sowie die Restdauer der vorab definierten Countdown-Zeit. Die tatsächliche Ist-Geschwindigkeit der Übungsausführung wird durch einen grünen Balken dargestellt. Eine Wiederholung wird nur dann gezählt, wenn das zuvor festgelegte Bewegungsmaß vollständig erfüllt wurde (jeweils grüner Bereich oben und unten in der Grafik

6. Nach Erfüllen der jeweiligen Bedingungen (erreichen der Wiederholungen oder Ablauf der Countdown-Zeit) oder alternativ durch Betätigen der STOP-Taste wechselt die Ansicht in den Pause-Modus.
7. Die vorab definierte Pausenlänge wird im Monitor angezeigt. Mittels der Taste KORRIGIEREN gelangen Sie zurück zu den Übungsparametern, die Sie dort nach Belieben verändern können. Nach Ablauf der Pausenzeit wechselt die Ansicht wieder zurück zum Trainingsmodus. Mittels FORTSETZEN können Sie das Training auch direkt fortzusetzen. Mit UNTERBRECHEN können Sie das Training am Gerät unterbrechen um es zu einem späteren Zeitpunkt wieder aufzunehmen, mit BEENDEN wird das Training abgebrochen und kann nicht mehr fortgesetzt werden.
8. Wurde das Training mittels BEENDEN abgebrochen oder alternativ nach Ablauf der vorab definierten Serien abgeschlossen gelangen Sie zum Fenster „Belastungsempfinden“. Hier können Sie mittels antippen Angaben zur empfundenen Anstrengung machen. Bestätigen Sie mit WEITER.
9. Abschließend werden die absolvierten Wiederholungen, das bewältigte Gesamtgewicht sowie das bewältigte durchschnittliche Gewicht pro Wiederholung angezeigt. Außerdem erhalten Sie eine Übersicht über die noch ausstehenden Übungen die aufgrund Ihres Trainingsplanes auf der Chipkarte gespeichert sind. Wurden bereits alle Übungen absolviert erscheint der Hinweis „Training beendet“.

6.1.3 Test

Um einen Test auszuführen muss vorab ein Testplan erstellt und auf das RFID-Senderarmband geschrieben werden.

1. Halten Sie das RFID-Senderarmband mit der bedruckten Stelle (ERGOFIT-Logo) so lange über den RFID-Empfänger bis ihre Daten sichtbar werden, um den Krafttest zu starten.
2. Nun werden alle Verstellmöglichkeiten des Gerätes angezeigt, mit den indivi-

duellen Werten des Trainierenden. Stellen Sie das Gerät entsprechend der Vorgaben ein. Alternativ können Sie die Werte auch ändern. Wählen Sie den gewünschten Wert durch Antippen aus, dieser ist nun entsprechend Ihres Farbschemas farbig hinterlegt. Durch Betätigen der PLUS- und MINUS-Tasten können Sie den Wert nun ändern. In beiden Fällen bestätigen Sie durch Drücken auf WEITER, mit ZURÜCK gelangen Sie zurück zum Start-Modus.

3. Sie gelangen nun zur Übersicht der Testparameter des Lastvariationstests. Hier werden Anzahl der Wiederholungen je Serie, Anfangslast, Pause (in Sekunden), Bewegungsgeschwindigkeit (in konzentrischer, isometrischer und exzentrischer Phase; in Sekunden) und Bewegungsreichweite aufgeführt. Bestätigen Sie diese mit START. Um einen Wert zu ändern, wählen Sie ihn durch Antippen aus, dieser ist nun entsprechend Ihres Farbschemas farbig hinterlegt. Durch Betätigen der PLUS- und MINUS-Tasten können Sie den Wert nun ändern. Nachdem Sie alle Werte wie gewünscht geändert haben bestätigen Sie auch hier mit START. Mit ZURÜCK gelangen Sie zurück zum Start-Modus.

Wollen Sie ihr individuelles Bewegungsausmaß nochmals korrigieren, wählen Sie den Wert „Ausgangsstellung“ durch Antippen aus. Nehmen Sie die Ausgangsstellung ein, nach wenigen Sekunden wird diese Position gespeichert und die Kennzeichnung wechselt zum Wert „Endstellung“. Nehmen nun die Endstellung ein, nach wenigen Sekunden wird auch diese gespeichert und die Markierung wird wieder ausgeblendet.

4. Das Gerät prüft nun die Lastabsteckung. Stimmt die abgesteckte Last nicht mit der auf dem RFID-Senderarmband hinterlegten Last überein erhalten Sie einen entsprechenden Hinweis. Korrigieren Sie die abgesteckte Last und fahren Sie fort mit WEITER.
5. Sie gelangen nun in den Trainingsmodus. Im Cockpit werden die durchgeführten Serien und Wiederholungen angezeigt. Das vorab ermittelte Bewegungsausmaß wird durch eine Säule dargestellt. Die Soll-Geschwindigkeit der Übungsausführung wird durch einen grauen Rahmen angezeigt, die tatsächliche Ist-Geschwindigkeit durch einen grünen Balken. Eine Wiederholung wird nur dann gezählt, wenn das zuvor festgelegte Bewegungsmaß vollständig erfüllt wurde (jeweils grüner Bereich oben und unten in der Grafik). Weichen Sie zu stark von den Vorgaben Bewegungsgeschwindigkeit und -reichweite ab, wird der Test automatisch abgebrochen. Alternativ kann der Test jederzeit durch Drücken der STOP-Taste beendet werden.
6. Nach Erreichen der vorab festgelegten Wiederholungen wechselt die Ansicht in den Pause-Modus, indem auch die neue Belastung vorgeschlagen wird. Stecken Sie nun die vorgeschlagene, oder eine beliebig höhere Last ab und bestätigen Sie mit WEITER. Alternativ können Sie nachdem Sie die neue Last abgesteckt haben auch die Pausendauer zur Erholung nutzen. Nach Ablauf der Zeit wird der Test automatisch fortgesetzt.
7. Der Test wird solange ausgeführt bis sie diesem im Trainings- oder Pausen-Modus mit STOP beenden. Die erzielten Leistungen werden im neuen Fenster angezeigt. Um die Daten zu speichern, drücken Sie ÜBERNEHMEN. Möchten Sie einen neuen Test durchführen, wählen Sie WIEDERHOLEN. Haben Sie die Testwerte übernommen wird Ihnen ihr aufgrund der Testresultate ausgewertetes Powerlevel angezeigt.

6.2 Grundeinstellungen

Um ins Administrationsmenü zu gelangen, tippen Sie bitte 10 mal den Gerätenamen am oberen Rand innerhalb des Displays an. Danach können Sie durch weiteres 10-maliges Tippen auf die Menüüberschrift in die erweiterten Einstellungen wechseln.

Einstellen der Hardware:

Hier können Sie Datum, Uhrzeit und das Maßsystem verändern. Wählen Sie den gewünschten Wert durch Antippen aus, dieser ist nun entsprechend Ihres Farbschemas farbig umrandet. Durch Betätigen der PLUS- und MINUS-Tasten können Sie den Wert nun ändern. Nachdem Sie alle Werte wie gewünscht geändert haben bestätigen Sie mit **SPEICHERN**. Mit **ZURÜCK** gelangen Sie zurück zum Menü Benutzereinstellungen

Laserkalibrierung:

Hier können Sie die Gewichte neu kalibrieren wenn die am Panel-PC angezeigte Last nicht mit der tatsächlich am Gerät abgesteckten Last übereinstimmt. Im oberen Bereich werden die Anzahl der Gewichtsplatten und das Plattengewicht angezeigt. Zur Kalibrierung des Lasers beginnen Sie immer mit der untersten Platte (Maximalgewicht). Diese Platte stecken Sie am Gewichtsblock ab und bestätigen durch **SPEICHERN**. Der Panel-PC zeigt nun die nächste Platte und das zugehörige Gewicht an, stecken Sie die angezeigte Platte ab und bestätigen Sie mit **SPEICHERN**. Dieser Vorgang wird aufsteigend wiederholt für jede einzelne Gewichtsplatte.

Beachten Sie: Die Konfiguration der Gewichte muss immer vollständig, d. h. über alle Gewichtsplatten erfolgen, auch wenn nur eine einzige Platte falsch angezeigt wird.

Punktkalibrierung:

Die Punktkalibrierung ist die weniger aufwendige, aber auch weniger genaue Art der Laserkalibrierung. Bei der Punktkalibrierung muss lediglich eine Platte abgesteckt werden, alle anderen Abstände werden errechnet. Stecken Sie die oberste Platte ab und bestätigen Sie durch **SPEICHERN**. Sie gelangen anschließend automatisch zurück zum Menü Benutzereinstellungen

Einstellen der Sprache:

Wählen Sie die gewünschte Sprache durch Antippen aus, dieser ist nun entsprechend Ihres Farbschemas farbig umrandet und mit einem Haken gekennzeichnet. Bestätigen Sie Ihre Auswahl mit **SPEICHERN**. Mit **ZURÜCK** gelangen Sie zurück zum Menü Benutzereinstellungen.

Kapitel 7 Störungen – Was tun?

7.1	Lokalisieren der Ursache	54
7.2	Fehlermeldungen	55

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

7 Störungen - Was tun?

Trotz des hohen Qualitätsstandards der ERGOFIT Produkte kann es in seltenen Fällen zu Störungen kommen. Ziel dieses Kapitels ist es, Sie über die möglichen Ursachen dieser Störungen aufzuklären, und Ihre Möglichkeiten zur Fehlerbehebung aufzuzeigen. Wird ein technischer Defekt vermutet, darf das Gerät aus Sicherheitsgründen nicht mehr in Betrieb genommen werden. Sollten Sie eine Störung selbst beheben, wäre es für uns sehr hilfreich, wenn Sie uns diese Störung umgehend melden könnten. So können wir die Fehler in der Stammakte des Gerätes vermerken, was letztlich zur Qualitätssteigerung beiträgt.



Vor jedem Eingriff in das Gerät müssen sie aus Sicherheitsgründen den Netzstecker aus der Steckdose ziehen!

7.1 Lokalisieren der Ursache

Fehlfunktionen können manchmal banale Ursachen haben, manchmal jedoch auch von defekten Komponenten ausgehen. Wir möchten Ihnen in diesem Kapitel einen Leitfaden an die Hand geben, um eventuell auftretende Probleme lösen zu können. Wenn die hier aufgeführten Maßnahmen keinen Erfolg bringen, nehmen Sie bitte umgehend Kontakt mit unserer Serviceabteilung auf. Unser Serviceteam hilft Ihnen gerne weiter.

Bei Störungen gehen Sie bitte wie folgt vor:

Der Panel-PC funktioniert nicht

- ⊗ Überprüfen Sie, ob das Gerät eingeschaltet ist. (Im eingeschalteten Zustand leuchtet der Ein/Aus-Schalter und die Ambientbeleuchtung)
- ⊗ Überprüfen Sie den Sicherungskasten. Eventuell ist eine Sicherung „herausgesprungen“ oder defekt.
- ⊗ Haben Sie eine Verteilersteckdose oder Verlängerungskabel verwendet? Schließen Sie Ihr Gerät nur direkt an eine Steckdose an.
- ⊗ Überprüfen Sie die Steckdose. Schließen Sie beispielsweise ein anderes elektrisches Gerät an die Steckdose an.
- ⊗ Ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose und beginnen Sie mit einer sorgfältigen Sichtprüfung des Netzkabels.

Eine Fehlermeldung wird auf dem Display angezeigt

- ⊗ Notieren Sie sich nach Auftreten der Fehlermeldung die genauen Angaben.
- ⊗ Ermitteln Sie, ob der Fehler schon häufiger aufgetreten ist. Wenn ja, wann und wie oft?

- ⊗ Wenn Sie selbst zum Zeitpunkt der Fehlermeldung nicht anwesend waren, befragen Sie den Benutzer des Gerätes nach dem genauen Ablauf.
- ⊗ Versuchen Sie den Fehler zu beheben (siehe Fehlermeldungen) oder wenden Sie sich an unser ERGOFIT Service-Center.

7.2 Fehlermeldungen

Nachstehend finden Sie die häufigsten Fehlermeldungen, deren Ursache und Angaben zur Behebung des Fehlers.

Meldung: Unbekannte Karte

Problem: Das RFID-Senderarmband wurde im Vitality System noch nicht initialisiert oder das RFID-Senderarmband wurde nicht nah genug an den RFID-Empfänger gehalten.

Lösung: Halten Sie Ihr RFID-Senderarmband nochmals mit der bedruckten Stelle (ERGOFIT-Logo) so lange über den RFID-Empfänger bis ihre Daten sichtbar werden. Ist dies nicht der Fall, initialisieren Sie das RFID-Senderarmband noch einmal - bleibt dies erfolglos, verwenden Sie ein neues RFID-Senderarmband und führen Sie mit diesem die Initialisierung noch einmal durch.

Meldung: Bitte am Vitality Coach anmelden

Problem: Es sind keine Trainingsdaten mit dem RFID-Senderarmband verknüpft.

Lösung: Das Training wurde nicht am Vitality Coach aktiviert, daher sind keine Trainingsdaten mit dem RFID-Senderarmband verknüpft. Gehen Sie zum Vitality Coach und lesen Sie Ihr RFID-Senderarmband ein. Verknüpfen Sie das RFID-Senderarmband durch Drücken des Buttons „Training beginnen“.

Meldung: Die Kommunikation zur Geräteplatine wurde unterbrochen

Problem: Die Verbindung zur Geräteplatine ist gestört, ein weiteres Training ist nicht möglich.

Lösung: Bitte wenden Sie sich an das ERGOFIT Service-Center.

Meldung: Unbekannter Fehler

Problem: Es ist ein unbekannter Fehler aufgetreten der nicht automatisch behoben werden kann.

Lösung: Bitte wenden Sie sich an das ERGOFIT Service-Center.

Kapitel A Anhang

A.1	Kundendienst	58
A.2	Bestellhinweise	58
A.3	Technische Daten	58
A.3.1	Rückenmuskulatur	59
A.3.2	Schultermuskulatur	60
A.3.3	Brustmuskulatur	60
A.3.4	Oberarmmuskulatur	61
A.3.5	Bauchmuskulatur	61
A.3.6	Beckenmuskulatur	62
A.3.7	Oberschenkelmuskulatur	63
A.3.8	Multifunktional	64
A.3.9	Bänke	66
A.4	Elektromagnetische Aussendung und Störfestigkeit.....	68

Bitte beachten Sie:

Die Gebrauchsanweisung gilt für mehrere Gerätetypen.
Deshalb ergeben sich Detailabweichungen je nach Gerätetyp!

A Anhang

A.1 Kundendienst

Wenn Sie eine auftretende Störung nicht selbst beheben können, wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst.

Service: Telefon: 06331/2461-20 international
06331/2461-45 international
06331/2461-23 national
06331/2461-27 national
06331/2461-29 national
Telefax: 06331/2461-55
E-Mail: service@ergo-fit.de

Reparaturen an ERGOFIT Geräten werden von hochqualifizierten und kompetenten Service-Technikern ausgeführt. Selbstverständlich wird bei einer Reparatur nur Originalzubehör verwendet.

A.2 Ersatzteile

Ersatzteile sowie aktuelle Explosionszeichnungen können bei Bedarf bei der Serviceabteilung der Firma ERGOFIT angefordert werden:

Service: Telefon: 06331/2461-20 international
06331/2461-45 international
06331/2461-23 national
06331/2461-27 national
06331/2461-29 national
Telefax: 06331/2461-55
E-Mail: ersatzteile@ergo-fit.de

Bitte denken Sie daran, dass Sie bei der Bestellung folgende Angaben machen:

- ⊗ Gerätetyp
- ⊗ Seriennummer

A.3 Technische Daten

In diesem Kapitel finden Sie Angaben zu den technischen Daten Ihres Krafttrainingsgerätes. Die Daten sind tabellarisch für die einzelnen Geräte der VECTOR Linie - sortiert nach Muskelgruppen - aufgelistet.

A.3.1 Rückenmuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR BACK EXTENSION	VECTOR BACK PULL
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	100 x 120 x 155	120 x 145 x 155
Max. Gewichtsbestückung	90 kg* oder 95 kg*	107,5 kg* oder 112,5 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 235 kg	ca. 205 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Hebelarm	Sitzhöhe, Brustpolster
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	Sitzhöhenverstellung
Exzenter	ja	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	ja
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR BUTTERFLY REVERSE	VECTOR LAT PULL
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	135 x 155 x 155	130 x 170 x 240
Max. Gewichtsbestückung	90 kg* oder 95 kg*	112,5 kg* oder 117,5 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 190 kg	ca. 220 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Sitzhöhe	Sitzhöhe, Oberschenkelfixierung
Verstellung durch Gasdruckfeder	Sitzhöhenverstellung	Sitzhöhenverstellung
Exzenter	ja	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.2 Schultermuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR SHOULDER ABDUCTION	VECTOR SHOULDER PRESS
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	120 x 115 x 155	135 x 135 x 180
Max. Gewichtsbestückung /	85 kg* oder 90 kg*	107,5 kg* oder 112,5 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 200 kg	ca. 210 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Sitzhöhe	Sitzhöhe
Verstellung durch Gasdruckfeder	Sitzhöhenverstellung	Sitzhöhenverstellung
Exzenter	nein	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.3 Brustmuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR BUTTERFLY	VECTOR CHEST PRESS
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	120 x 155 x 155	145 x 155 x 155
Max. Gewichtsbestückung	90 kg* oder 95 kg*	85 kg* oder 90 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 200 kg	ca. 230 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Hebelarm	Sitzhöhe
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	Sitzhöhenverstellung
Exzenter	ja	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	ja
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.4 Oberarmmuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR BICEPS FLEXION	VECTOR TRICEPS EXTENSION
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	95 x 130 x 155	135 x 110 x 180
Max. Gewichtsbestückung		
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 170 kg	ca. 185 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Sitzhöhe, Hebelarm	Sitzhöhe, Hebelarm, Rückenpolster
Verstellung durch Gasdruckfeder	Sitzhöhenverstellung	Sitzhöhenverstellung
Exzenter	ja	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb Umgebungstemperatur Lagerung	+10°C bis +40°C -30°C bis +50°C	+10°C bis +40°C -30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.5 Bauchmuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR ABDOMINAL FLEXION	VECTOR ABDOMINAL TORSION
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	105 x 130 x 155	135 x 100 x 155
Max. Gewichtsbestückung	90 kg* oder 95 kg*	90 kg* oder 95 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 220 kg	ca. 170 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Hebelarm	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	-
Exzenter	ja	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb Umgebungstemperatur Lagerung	+10°C bis +40°C -30°C bis +50°C	+10°C bis +40°C -30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.6 Beckenmuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR ABDUCTOR	VECTOR ADDUCTOR
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	140 x 130 x 155	175 x 125 x 155
Max. Gewichtsbestückung	90 kg* oder 95 kg*	90 kg* oder 95 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 215 kg	ca. 215 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Spreizwinkel	Spreizwinkel
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	-
Exzenter	ja	ja
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR HIP EXTENSION
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	100 x 125 x 155
Max. Gewichtsbestückung	85 kg* oder 90 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 170 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg
Einstellmöglichkeiten	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	-
Exzenter	ja
Gesicherte Absteckstifte	ja
Einstiegshilfe	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.7 Oberschenkelmuskulatur (* je nach Ausführung)

	VECTOR LEG EXTENSION	VECTOR LEG FLEXION
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	105 x 140 x 155	105 x 145 x 155
Max. Gewichtsbestückung	107,5 kg* oder 112,5 kg*	112,5 kg* oder 117,5 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 265 kg	ca. 255 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Rückenlehne, Beinlänge, Hebelarm	Hebelarm, Fußpolster; Rücken- lehne, Oberschenkelfixierung
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	Sitzhöhenverstellung
Exzenter	ja	ja
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR SQUAT PRESS
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	100 x 240 x 155
Max. Gewichtsbestückung	195 kg* oder 200 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 415 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Rückenlehne, Beinlänge, Fußauflage
Verstellung durch Gasdruckfeder	-
Exzenter	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja
Einstiegshilfe	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert

A.3.8 Multifunktional (* je nach Ausführung)

	VECTOR CABLE Standmodell	VECTOR CABLE Wandmodell
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	120 x 160 x 225	86 x 41 x 225
Max. Gewichtsbestückung / Plattenabstufung	75 kg / 5kg	75 kg / 5kg
Gesamtgewicht Maschine	ca. 156 kg	ca. 123 kg
Max. Benutzergewicht	-	-
Einstellmöglichkeiten	-	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	-
Exzenter	nein	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Kevlarseil	Kevlarseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR CABLE CROSSOVER	VECTOR CABLE TOWER
Anwendungsbereich	Fitness	Fitness
Abmessung in cm (L/B/H)	91 x 338 x 218	120 x 290 x 220
Max. Gewichtsbestückung /	2 x 75 kg / 5kg	2 x 100 kg, 2 x 75 kg / 5kg
Gesamtgewicht Maschine	ca. 250 kg	ca. 530 kg
Max. Benutzergewicht	-	200 kg
Einstellmöglichkeiten	-	Oberschenkelfixierung
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	-
Exzenter	nein	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR SEATED DIP	VECTOR PULL UP/DIP
Anwendungsbereich	Fitness/Medizin	Fitness/Medizin
Abmessung in cm (L/B/H)	162 x 117 x 155	81 x 120 x 215
Max. Gewichtsbestückung	90 kg* oder 95 kg*	90 kg* oder 95 kg*
Plattenabstufung	2,5 kg* oder 7,5 kg*	2,5 kg* oder 7,5 kg*
Gesamtgewicht Maschine	ca. 210 kg	ca. 210 kg
Max. Benutzergewicht	200 kg	200 kg
Einstellmöglichkeiten	Sitzhöhe, Rückenpolster	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	Sitzhöhenverstellung	-
Exzenter	nein	nein
Gesicherte Absteckstifte	ja	ja
Einstiegshilfe	nein	nein
Gewichtsübertragung	Stahlseil	Stahlseil
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR MULTI PRESS
Anwendungsbereich	Fitness
Abmessung in cm (L/B/H)	170 x 210 x 220
Max. Tragfähigkeit	300 kg
Gesamtgewicht Maschine	ca. 150 kg
Max. Benutzergewicht	-
Einstellmöglichkeiten	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	-
Exzenter	nein
Gesicherte Absteckstifte	nein
Einstiegshilfe	nein
Gewichtsübertragung	-
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert
Bohrungsdurchmesser Hantelscheiben	50/51mm

A.3.9 Bänke

	VECTOR COMPLEX BACK BENCH	VECTOR FLAT BENCH
Anwendungsbereich	Fitness	Fitness
Abmessung in cm (L/B/H)	138 x 68 x 94	105 x 60 x 40
Gesamtgewicht Maschine	ca. 50 kg	ca. 25 kg
Max. Gewichtsbelastung (Benutzergewicht + Trainingsgewicht)	180 kg (nur Benutzergewicht)	200 kg (nur Benutzergewicht)
Einstellmöglichkeiten	Oberschenkel- und Beinpolster	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	Oberschenkelpolster	-
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR MULTI BENCH	VECTOR OLYMPIC FLAT BENCH
Anwendungsbereich	Fitness	Fitness
Abmessung in cm (L/B/H)	135 x 60 x 100	160 x 125 x 125
Gesamtgewicht Maschine	ca. 35 kg	ca. 50 kg
Max. Gewichtsbelastung (Benutzergewicht + Trainingsgewicht)	200 kg (nur Benutzergewicht)	400 kg
Einstellmöglichkeiten	Rückenpolster	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	-
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR OLYMPIC INCLINE BENCH	VECTOR SCOTT BENCH
Anwendungsbereich	Fitness	Fitness
Abmessung in cm (L/B/H)	160 x 125 x 135	160 x 125 x 125
Gesamtgewicht Maschine	ca. 45 kg	ca. 50 kg
Max. Gewichtsbelastung (Benutzergewicht + Trainingsgewicht)	350 kg	250 kg
Einstellmöglichkeiten	Sitzhöhe	Sitzhöhe
Verstellung durch Gasdruckfeder	-	Sitzhöhenverstellung
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert	30% bis 75% nicht kondensiert

	VECTOR SQUAT RACK
Anwendungsbereich	Fitness
Abmessung in cm (L/B/H)	175 x 120 x 175
Gesamtgewicht Maschine	ca. 65 kg
Max. Tragfähigkeit	300 kg
Einstellmöglichkeiten	-
Verstellung durch Gasdruckfeder	-
Umgebungstemperatur Betrieb	+10°C bis +40°C
Umgebungstemperatur Lagerung	-30°C bis +50°C
Relative Luftfeuchtigkeit	30% bis 75% nicht kondensiert
Bohrungsdurchmesser Hantelscheiben	min. 30 mm

A.4 Elektromagnetische Aussendung und Störfestigkeit

Die ERGOFIT Geräte wurden in Übereinstimmung mit der Norm für Elektromagnetische Störgrößen, Anforderungen und Prüfungen DIN EN 60601-1-2:2015 entwickelt. Diese Norm dient der Basissicherheit und behandelt die wesentlichen Leistungsmerkmale in Gegenwart von elektromagnetischen Störgrößen und für die von den Medizingeräten selbst ausgehenden elektromagnetischen Störgrößen in Abhängigkeit von der elektromagnetischen Umgebung, in denen die Geräte eingesetzt werden. Einsatzorte für den bestimmungsgemäßen Gebrauch der ERGOFIT Geräte sind Umgebungen in professionellen Einrichtungen des Gesundheitswesens außer in der Nähe von HF-Chirurgiegeräten und außerhalb des HF-geschirmten Raums eines ME-Systems für Magnetresonanztomographie sowie in Bereichen der häuslichen Gesundheitsfürsorge (z.B. Arztpraxen die ans öffentliche Versorgungsnetz angeschlossen sind).

Wie bei jedem elektrisch betriebenen Gerät kann ein 100% störungsfreier Betrieb nicht garantiert werden. In bestimmten Umgebungen in denen Störgrößen hoher Intensität auftreten kann es zu Wechselwirkungen oder Störungen kommen. Folgende Warnhinweise sollten unbedingt beachtet werden:

WARNUNG:

- ⊗ Gefahr von Betriebsstörungen!
Vermeiden Sie den Betrieb unmittelbar neben anderen oder mit anderen Geräten in gestapelter Form. Sollte eine solche Verwendung notwendig werden, müssen die ERGOFIT Geräte und die übrige Ausrüstung beobachtet werden um die ordnungsgemäße Funktion sicherzustellen.
- ⊗ Möglichkeit erhöhter elektromagnetischer Emissionen und reduzierter elektromagnetischer Störfestigkeit dieses Geräts! Gefahr von Betriebsstörungen! Verwenden Sie keine anderen Zubehörkomponenten bzw. Kabel als die vom Hersteller angegebenen oder gelieferten. (Geräteanschlussleitung, Schnittstellenleitung (Netzwerk))
- ⊗ Verschlechterung der Leistung dieses Geräts!
Tragbare HF-Kommunikationsgeräte (einschließlich Peripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) müssen eine Entfernung von mindestens 30 cm (12 Zoll) von jedem Teil des ERGOFIT Systems, einschließlich der vom Hersteller angegebenen Kabel, aufweisen.

Sollten im Zusammenhang mit einem Gerät elektromagnetische Störungen auftreten, empfehlen wir folgende Maßnahmen:

- ⊗ Ausrichtung oder Aufstellort des benachbarten Gerätes ändern.
- ⊗ Abstand zwischen den Geräten vergrößern.
- ⊗ Monitor und die anderen Geräte an Steckdosen unterschiedlicher Stromkreise anschließen.
- ⊗ Hersteller oder einen Service-Techniker kontaktieren.

Diese Leitlinien mögen nicht in allen Fällen anwendbar sein. Die Ausbreitung elektromagnetischer Größen wird durch Absorption und Reflexion von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.

Elektromagnetische Aussendung und Störfestigkeit, Übereinstimmung und Prüfpegel

Die Produkte von ERGOFIT sind für den Betrieb in einer wie oben angegebenen Umgebung bestimmt. Bitte stellen Sie sicher, dass das Produkt tatsächlich in einer entsprechenden Umgebung betrieben wird. Das Produkt verwendet HF-Energie ausschließlich zu seiner internen Funktion. Durch das Einhalten der Klasse B ist seine HF-Aussendung eher gering und es ist unwahrscheinlich, dass benachbarte elektronische Geräte gestört werden.

Bei der Bestimmung der Grenzwerte nach DIN EN 61000-3-2 kommt die professionelle Nutzung der Geräte zur Anwendung.

Störaussendungs-messungen	Gefordert < Kriterium	Erreicht < Kriterium
HF-Aussendung nach CISPR 11, deutsche Fassung DIN EN 55011, Leitungsgeführte Funkstörspannung	Klasse B	Klasse B
HF-Aussendung nach CISPR 11, deutsche Fassung DIN EN 55011, gestrahlt Funkstörfeldstärke	Klasse B	Klasse B
Verzerrung durch Oberschwingungen nach IEC 61000-3-2	Klasse A	Erfüllt
Spannungsschwankungen und Flicker nach IEC 61000-3-3	Pt < I	Pt < I

Elektromagnetische Störfestigkeit, Übereinstimmung und Prüfpegel

Störfestigkeitsmessungen	Gefordert	Erreicht
Entladung statischer Elektrizität (ESD) nach IEC 61000-4-2	Kontakt ±8 kV Luft ±2 kV, ±4 kV, ±8 kV, ±15 kV	Kontakt ±8 kV Luft ±15 kV
HF-Einstrahlung nach IEC 61000-4-3	3 V/m oder 10 V/m 80 MHz bis 2.7 GHz	10 V/m 80 MHz bis 2.7 GHz
HF-Einstrahlung in unmittelbarer Nachbarschaft von drahtlosen Kommunikationsgeräten nach IEC 61000-4-3	siehe Folgetabelle	siehe Folgetabelle
Magnetfeld bei der Versorgungsfrequenz (50/60 Hz) nach IEC 61000-4-8	30 A/m 50 Hz oder 60 Hz	100 A/m 50 Hz
Schnelle transiente elektrische Störgrößen/ Bursts nach IEC 61000-4-4	+/- 2 kV / 100 kHz Wiederholfrequenz für Netzleitung	+/- 2 kV / 100 kHz Wiederholfrequenz für Netzleitung
Stoßspannungen (Surges) nach IEC 61000-4-5	Leitung - Leitung (Line - Line): ±0.5 kV, ±1 kV Leitung - PE (Line - PE): ±0.5 kV, ±1 kV, ±2 kV	Leitung - Leitung (Line - Line): ±0.5 kV, ±1 kV Leitung - PE (Line - PE): ±0.5 kV, ±1 kV, ±2 kV
Geleitete HF-Störgrößen nach IEC 6100-4-6	6 Veff 150 kHz bis 80 MHz	6 Veff 150 kHz bis 80 MHz
Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Schwankungen der Versorgungsspannung nach IEC 61000-4-11	30 % 10ms → B 60 % 100 ms → C >98 % 5000ms → C	30 % 10ms → A 60 % 100 ms → A >98 % 5000ms → A

Störfestigkeit gegenüber drahtlosen Kommunikationseinrichtungen (nach IEC 61000-4-3/DIN EN 61000-4-3, HF-Einstrahlung)					
Prüffrequenz	Band (MHz) Dienst	Max. Leistung (W)	Entfernung (m)	Prüfpegel gefordert (V/m)	Prüfpegel erreicht (V/m)
385	380 – 390 TETRA 400	1,8	0,3	27	28
450	430 – 470 GMRS 460, FRS 460	2	0,3	28	28
710 745 780	704 – 787 LTE Band 13, 17	0,2	0,3	9	9
810 870 930	800 – 960 GSM 800 /900, TE- TRA 800, iDEN 820, CDMA 850, LTE Band 5	2	0,3	28	28
1720 1845 1970	1700 – 1990 GSM 1800, CDMA 1900, GSM 1900, DECT, LTE Band 1, 3, 4, 25, UMTS	2	0,3	28	28
2450	2400 – 2570 Bluetooth, WLAN 802.11 b/g/n, RFID 2450, LTE Band 7	2	0,3	28	28
5240 5500 5785	5100 – 5800 WLAN 802.11 a/n	0,2	0,3	9	9

ERGOFIT

ERGOFIT GmbH

Blocksbergstraße 165 – 66955 Pirmasens
Tel.: 06331 2461-0 – Fax: 06331 2461-55
info@ergo-fit.de – www.ergo-fit.de