

# witt

S P O R T

## HOMEGYM



Brugsanvisning DK: 2-13

User guide EN: 14-25

Bruksanvisning NO: 26-37

Bruksanvisning SE: 38-49

Käyttöohjeet FI: 50-61

## Indholdsfortegnelse

SIKKERHEDSANVISNINGER .....	3
OVERSIGT OVER WITT HOMEGYM .....	5
KASSEN INDEHOLDER .....	6
BETJENING .....	7
FORBEREDELSE INDEN BRUG.....	7
UDFOLDNING OG SAMMENFOLDNING.....	7
WITT HOMEGYM TÆNDES/SLUKKES.....	7
MONTERING AF TILBEHØR .....	8
INDSTILLING AF MODSTAND/VÆGT .....	8
PROGRAMVALG .....	9
TRÅDLØS STOPKNAP .....	10
TEKNISKE SPECIFIKATIONER.....	10
WITT HOMEGYM BORTSKAFFES .....	11
REKLAMATIONSRET.....	11
SERVICE.....	12

## Sikkerhedsanvisninger

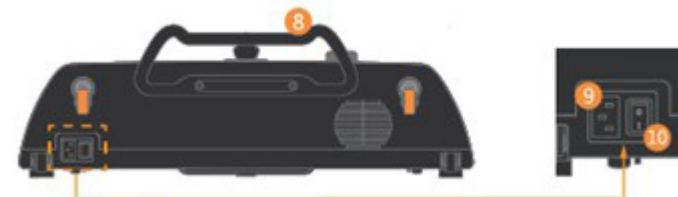
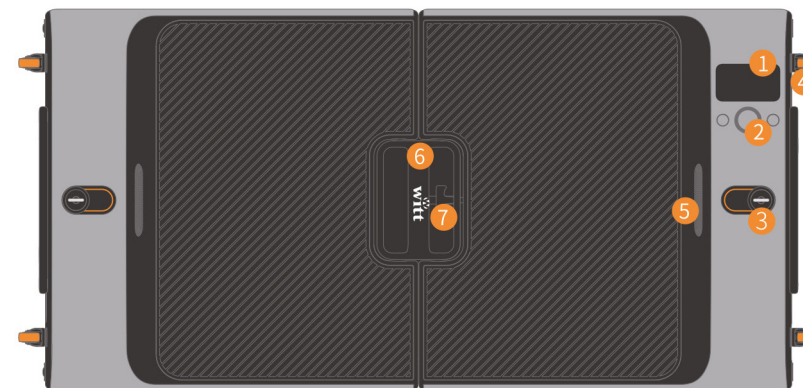
Tak fordi, du har valgt Witt Homegym. Ved korrekt brug af dette produkt, er du garanteret en sikker træning. For at beskytte dig og din familie under træning, læs og følg nedenstående sikkerhedsanvisninger nøje.

1. Anvend ikke løst tøj eller tøj med vidde, men egnet sportstøj og sko. Udfør opvarmingsøvelser inden brug af produktet.
2. Hvis du oplever nogen form for smerter, herunder men ikke begrænset til, brystsmerter, utilpashed, svimmelhed eller stakåndethed, skal du stoppe træningen med det samme og søge læge.
3. Ældre over 65 år, hvis du er gravid eller ammer, er nyopereret inden for de seneste seks måneder, lider af hjertesygdom, forhøjet blodtryk, astma eller andre sygdomme, som ikke passer med anstrengende træning, anbefales det ikke at bruge dette produkt. Stop øjeblikkeligt brugen af produktet!
4. Før og efter træning er det strengt forbudt at indtage alkohol eller energidrikke, som er forbudt af national lovgivning.
5. Vær opmærksom på, at det ved overdreven træning, eller hvis du ikke følger træningsanvisningerne, kan udsætte dit helbred for fare. Du bør vurdere din generelle fysiske form og udholdenhed før træning, og sørge for at øvelser, intensitet og varighed passer til dit niveau.
6. Hold børn og kæledyr væk fra produktet, når du bruger det, for at forhindre ulykker. Hvis udstyret bruges i nærheden af børn, bør forældre eller andre, der holder øje med børnene, holde dem under tæt opsyn.
7. Brugere med langt hår anbefales at sætte håret op, så det ikke kan komme i klemme.
8. Det er vigtigt, at produktet kun bruges indendørs i tilstrækkeligt tempererede og tørre rum, for at undgå statisk elektricitet. Vær særlig opmærksom om vinteren. Statisk elektricitet kan virke forstyrrende og endda forårsage produktskade. Syntetiske fibre og materialer kan også generere statisk elektricitet. Undgå at bruge produktet, hvis du er iklædt tøj af syntetiske materialer.

## Udstyr og omgivelser

1. Witt Homegym er udelukkende til indendørs brug. Placer det ikke udendørs.
2. Opstil Witt Homegym et sted, hvor du har tilstrækkelig plads til alle sider for at kunne udføre træningen sikkert. Vælg et opstillingssted, hvor der både foran og ved siden af udstyret altid vil være tilstrækkeligt med frirum/en sikkerhedszone.
3. Opstil Witt Homegym på sikker afstand af vand, varme og brændbare/eksplosive materialer.
4. Modificer ikke Witt Homegym.
5. Sprøjt ikke væske og læg ikke ting/objekter på Witt Homegym.
6. For at undgå elektrisk stød må man aldrig tabe eller indsætte genstande/objekter i nogen af produktets åbninger. Indsæt ikke fingrer eller andre kropsdele i åbninger på produktet.
7. Rør ikke ved ledningen, stikket eller stikkontakten med våde hænder.
8. Brug aldrig Witt Homegym, hvis ledningen eller stikket er beskadiget. Kontakt din lokale forhandler ved behov for udskiftning eller reparation.
9. Efter brug, sluk for Witt Homegym og træk stikket ud af stikkontakten.
10. Rengør produktet med en let fugtig klud. Sørg for først at trække stikket ud af stikkontakten.
11. Witt Homegym skal placeres på en ren, stabil og flad overflade. Læg ikke tæpper eller yogamåtter under udstyret.
12. Hjulene på Witt Homegym er kun egnet til at køre på flise- eller trægulve. Brug dem aldrig på veje udenfor.
13. Witt Homegym er kun beregnet til hjemmebrug og ikke til semiprofessionel (f.eks. hospitaler, foreninger, hoteller, skoler osv.) og erhvervsmæssig/professionel brug (f.eks. fitnesscentre).

## Oversigt over Witt Homegym



- |                   |                        |                      |
|-------------------|------------------------|----------------------|
| 1 Display         | 2 Betjeningspanel      | 3 Fastgørelsesspænde |
| 4 Transporthjul   | 5 Højtaler             | 6 Håndtag (foldbart) |
| 7 Frigørelsesknop | 8 Holder til vægtstang | 9 Strømskik          |
| 10 Tænd-/Sluk     |                        |                      |

## Kassen indeholder



Witt Homegym



Håndtag



Ankelstrop



Fastgørelsesspænde



Strømforsyning



Trådløs stopknap



Vægtstang



Mavebælte

## Betjening

### Forberedelse inden brug

- Sørg for at området, hvor Witt Homegym skal placeres, er frit tilgængeligt. Placer Witt Homegym forsigtigt på underlaget og hold godt fast ved udfoldning, herved undgår du at få fødderne i klemme. Fare for personskade!
- Tilslut først Homegym til strøm, inden det tages i brug. Træk derfor ikke i de to træningsreb, inden strømmen er tilsluttet. Hvis du ved en fejltagelse trækker de to træningsreb ud, inden Witt Homegym er tilsluttet strøm, skal du tilslutte strøm og tænde for maskinen. Herefter trækkes rebene automatisk ind igen.
- Fare for person- og/eller produktskade! Forlad ikke Witt Homegym under træningen. Fare for at maskinen trækker sig op fra underlaget.

### Udfoldning og sammenfoldning

#### Sådan foldes Witt Homegym ud:

Placer Witt Homegym på træningsområdet, og sørg for tilstrækkelig plads. Hold fast i håndtaget, og benyt to fingre til at løfte frigørelsesknappen. Herved frigøres de to sider af Witt Homegym. Sænk langsomt maskinen. Pas godt på ikke at få fødderne i klemme, når maskinen placeres på underlaget.

#### Sådan foldes Witt Homegym sammen:

Stil dig på den ene side af maskinen, og træk op i håndtaget, indtil maskinen er foldet sammen.

### Witt Homegym tændes/slukkes

Sæt strømforsyningen i stikkontakten på siden af Witt Homegym. Tryk på tænd-/sluk-knappen. Maskinen tændes. Når kontakten står på "I", er maskinen tændt. Når kontakten står på "O", er maskinen slukket.



**Bemærk:** Witt Homegym er udstyret med en 3 sekunders sikkerhedsfunktion. Det betyder, at maskinen først kan betjenes 3 sekunder efter, den er blevet tændt. Tryk ikke flere gange på tænd-/sluk-knappen i denne periode.

### Montering af tilbehør (mavebælte, håndtag, vægtstang, ankelstrop)

Brug de to fastgørelsesspænder til montering af ønsket tilbehør.

1. Fastgør de to fastgørelsesspænder til tilbehørets kroge.
2. Fastgør tilbehør med fastgørelsesspænder til Witt Homegym (venstre og højre side).

### Indstilling af modstand/vægt

Via betjeningspanelet kan du starte og stoppe samt indstille modstand/vægt og program. Der slukkes på switch-knappen på siden.



Bemærk: når tallet blinker i displayet, betyder det, at Witt Homegym er i justeringstilstand.

Modstand/vægt justeres ved at dreje på knappen. Drej til højre for at øge modstanden/vægten, og til venstre for at reducere modstanden/vægten.

Tryk på start-/stopknappen, efter indstilling af ønsket modstand/vægt. Witt Homegym starter op.

Af sikkerhedsmæssige hensyn kan der ikke skiftes mellem modstand/vægt og/eller program lige efter opstart af Witt Homegym. Lige efter opstart vises tallet på skærmen hele tiden (det blinker ikke). Du skal først trykke på start-/stopknappen for at frigive justering af den ønskede modstand/vægt.

### Programvalg

Witt Homegym er udstyret med 3 programmer: Standard, Eccentric og Isokinetic. Tryk på M-knappen, når Witt Homegym er i justeringstilstand, for at vælge program.

Program	Beskrivelse
Standard	På Standard-programmet er modstanden/vægten, der trækkes op og sendes retur til udgangspunktet den samme. Vælges der fx 10 kg, er modstanden/vægten 10 kg både når træningsrebene trækkes op og sendes tilbage til udgangspositionen.
Eccentric	På Eccentric-programmet er modstanden/vægten større, når træningsrebene sendes retur til udgangspunktet, end når de trækkes op.  Den valgte modstand/vægt gælder for træningsrebene, når disse sendes retur til udgangspunktet. Modstanden/vægten er lavere, når de trækkes op. Vælges der fx 10 kg, er modstanden/vægten i optræksfasen mindre end 10 kg. Modstanden vil derimod være 10 kg, når træningsrebene sendes tilbage til udgangspunktet. Dette program giver dig en mere virkningsfuld vægttræning og øget stimulation af dine muskler.
Isokinetic	På Isokinetic-programmet gælder det, at jo hurtigere, der trækkes, jo større er modstanden, og jo langsommere der trækkes, jo mindre er modstanden. Herved sikres et så ensartet tempo som muligt for at stimulere musklerne mest muligt gennem hele processen. Witt Homegym er udstyret med to niveauer – hurtigt og langsomt for at imødekomme forskellige behov for modstand og tempo.

## Trådløs stopknap

Med den trådløse stopknap styres start/stop af modstanden/vægten. Efter parring af enheden, skal du trykke på den for at starte/stoppe modstanden/vægten.

### Parring af den trådløse stopknap

Tænd Witt Homegym. Tryk og hold knappen inde for at parre stopknappen med Witt Homegym. Den blå lampe blinker 5 gange ved succesfuld parring. Så snart parringen er gennemført, kan den trådløse stopknap anvendes. Witt Homegym fortæller, når modstanden er aktiveret eller deaktiveret.

### Annullering af parring

Tryk og hold knappen inde under parringstilstanden for at annullere parring. Den røde lampe blinker 5 gange ved annulleret parring.

Den trådløse stopknap får strøm fra et knapcellebatteri (C2032). Ved behov; fjern batteridækslet for at udskifte batteriet.



## Tekniske specifikationer

Produktmål, udfoldet (LxBxH)	1150 x 520 x 195 mm
Produktmål, sammenfoldet (LxBxH)	585 x 316 x 607 mm
Mål, emballage (LxBxH)	1345 x 685 x 220 mm
Nettovægt	36 kg
Bruttovægt	44 kg
Modstand/vægt	1,5 – 60 kg på hver side. Justeres 0,5 kg ad gangen
Tilslutning	220 V
Maks. belastning	110 kg



## Witt Homegym bortskaffes

Apparatet indeholder endnu værdifulde materialer og skal i modsætning til usorteret husholdningsaffald afleveres på nærmeste genbrugsplads. Bortskaffelse af gamle apparater skal ske på fag- og sagkyndig måde i henhold til de gældende lokale forskrifter og love.

## Reklamationsret

Der ydes 2 års reklamationsret på fabrikations- og materialefejl på dit nye produkt, gældende fra den dokumenterede købsdato. Garantien omfatter materialer og arbejds løn. Ved henvendelse om service bør du oplyse produktets navn og serienummer. Disse oplysninger findes på typeskiltet. Skriv evt. oplysningerne ned her i brugsanvisningen, så du har dem ved hånden. Det gør det lettere for servicemontøren at finde de rigtige reservedele.

### Reklamationsretten dækker ikke:

- Fejl og skader, som ikke skyldes fabrikations- og materialefejl
- Ved misvedligeholdelse – herunder gælder også mangel på rengøring af produktet
- Ved brand- og/eller vand- og fugtskader på produktet
- Ved transportskader, hvor produktet er transporteret uden korrekt emballage
- Hvis der er brugt uoriginale reservedele
- Hvis anvisningerne i brugsanvisningen ikke er fulgt
- Hvis ikke installationen er sket som anvist
- Hvis ikke-faglærte har installeret eller repareret produktet
- Batterier eller andre sliddele
- udenfor følgende lande: Danmark, Norge, Sverige og Finland

### **Transportskader**

En transportskade, der konstateres ved forhandlerens levering hos kunden, er udelukkende en sag mellem kunden og forhandleren. I tilfælde, hvor kunden selv har stået for transporten af produktet, påtager leverandøren sig ingen forpligtelse i forbindelse med evt. transportskade. Evt. transportskader skal anmeldes omgående og senest 24 timer efter, at varen er leveret. I modsat fald vil kundens krav blive afvist.

### **Ubegrundet service**

Hvis produktet sendes til service, og det viser sig, at man selv kunne have rettet fejlen ved at følge anvisningerne her i brugsanvisningen, påhviler det kunden selv at betale for servicen.

### **Erhvervskøb**

Erhvervskøb er ethvert køb af apparater, der ikke skal bruges i en privat husholdning, men anvendes til erhverv eller erhvervs lignende formål (restaurant, café, kantine etc.) eller bruges til udlejning eller anden anvendelse, der omfatter flere brugere. I forbindelse med erhvervskøb ydes ingen garanti, da dette produkt udelukkende er beregnet til almindelig husholdning.

## **Service**

---

For rekvirering af service og reservedele i Danmark kontaktes den butik, hvor produktet er købt. Anmeldelse af reklamation kan også ske på [witt.dk](http://witt.dk) under fanen 'Service'.

Forbehold for trykfejl.

Producenten/distributøren kan ikke holdes ansvarlig for produkt- og/eller personskader, hvis sikkerhedsanvisninger ikke overholdes. Garantien bortfalder hvis anvisningerne ikke overholdes.

## TABLE OF CONTENTS

SAFETY INSTRUCTIONS .....	15
OVERVIEW OF WITT HOMEGYM .....	17
THE BOX CONTAINS: .....	18
HOW TO OPERATE .....	19
PREPARATION BEFORE USE .....	19
FOLDING OUT/FOLDING TOGETHER.....	19
WITT HOMEGYM, ON/OFF .....	19
INSTALLING ACCESSORIES .....	20
SETTING UP COUNTERWEIGHT/WEIGHT.....	20
PROGRAMME SELECTION .....	21
WIRELESS STOP BUTTON.....	22
TECHNICAL SPECIFICATIONS .....	22
WITT HOMEGYM, DISPOSAL.....	23
WARRANTY .....	23
SERVICE.....	24

## Safety instructions

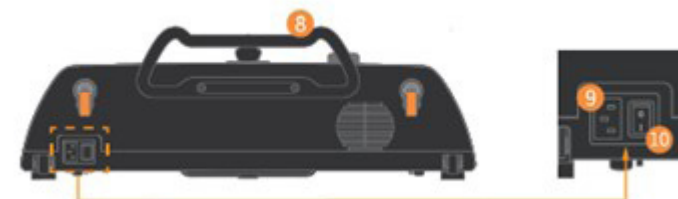
Thank you for choosing a Witt Homegym. When using this product correctly, you are guaranteed to have a safe workout. In order to protect you and your family when exercising, please read and follow the below safety instructions carefully.

1. Do not use loose-fitting clothes or big clothes - use appropriate sportswear and shoes. Do warm-up exercises before using the product.
2. If you experience any kind of pain, including but not limited to chest pain, discomfort, dizziness or shortness of breath, stop exercising immediately and seek medical attention.
3. It is not recommended to use this product if you are over the age of 65, pregnant or nursing, had surgery in the last six months, have a heart disease, high blood pressure, asthma or other illnesses incompatible with strenuous exercise. If this applies to you, stop using the product immediately!
4. It is strictly forbidden to consume alcohol or energy drinks banned by national legislation before or after exercising.
5. Please note that you may put your health at risk from excessive exercise or if you fail to follow the instructions. You should assess your general state of physical fitness and endurance before exercising and ensure that the exercises and intensity and duration of training is appropriate for your level.
6. Keep children and pets away from the product when using it in order to prevent accidents. If the equipment is used near children, then parents or others who are watching the children should keep a close eye on them.
7. It is recommended that users with long hair tie it up so that it does not get stuck in something.
8. It is important that the product is only used indoors in temperate and dry areas to avoid static electricity from building up. Be particularly careful during winter. Static electricity can be disruptive and even cause damage to the product. Synthetic fibres and materials can also generate static electricity. Avoid using the product if you are wearing clothes made from synthetic materials.

## Equipment and surroundings

1. Witt Homegym is exclusively for indoors use. Do not place it outdoors.
2. Set up the Witt Homegym somewhere with sufficient space on all sides to exercise safely. Choose a location where there is always sufficient free space both in front and behind the equipment - ensure that there is a 'safety zone'.
3. Set up the Witt Homegym a safe distance away from water, heat sources and flammable/explosive materials.
4. Do not make modifications to the Witt Homegym.
5. Do not spray fluids on or place items/objects on the Witt Homegym.
6. To avoid electric shock, never drop or insert items/objects into any of the product's openings. Do not insert fingers or other body parts in openings on the product.
7. Do not touch the wire, plug or socket with wet hands.
8. Never use the Witt Homegym if the wire or plug are damaged. Contact your local dealer if you need replacement parts or repairs.
9. After use, turn off the Witt Homegym and pull the plug from the socket.
10. Clean the product with a light moist rag. Make sure that the plug is disconnected from the socket before cleaning.
11. Place the Witt Homegym on a clean, stable and flat surface. Do not place blankets or yoga mats under the equipment.
12. The wheels on the Witt Homegym are only intended for use on tile floors or wood floors. Never use them on exterior paths or roads.
13. The Witt Homegym is only intended for home use and is not designed for semi-professional use (such as in hospitals, associations, hotels, schools, etc.) or commercial/professional use (such as in a fitness centre).

## Overview of Witt Homegym



- |                   |                     |                     |
|-------------------|---------------------|---------------------|
| 1 Display         | 2 Operating panel   | 3 Fastening buckle  |
| 4 Mobility wheels | 5 Loudspeaker       | 6 Handle (foldable) |
| 7 Release button  | 8 Weight bar holder | 9 Power plug        |
| 10 On/off         |                     |                     |

## The box contains:



Witt Homegym



Handle



Ankle strap



Fastening buckle



Power supply



Wireless stop button



Weight bar



Belly belt

## How to operate

### Preparation before use

- Ensure that the area where the Witt Homegym is to be placed is freely accessible. Place the Witt Homegym carefully on the base and hold on tight when unfolding it so that you do not get your feet stuck. Danger of personal injury!
- Only plug in the Witt Homegym right before using it. Do not pull the two training ropes before the power is on. If you by mistake pull the two training ropes before the Witt Homegym is powered on, you have to plug it in and turn on the machine. Then the ropes will automatically be pulled back in.
- Danger of personal injury or the product being damaged! Do not leave the Witt Homegym while exercising. There is a risk of the machine pulling away from the base.

### Folding out/folding together

#### *How to fold out the Witt Homegym:*

Place the Witt Homegym in the training area and make sure there is sufficient room. Keep a good grip on the handle and use two fingers to lift the release button. This releases the two sides of the Witt Homegym. Lower the machine carefully. Be careful not to get your feet stuck when placing the machine on the base.

#### *How to fold the Witt Homegym together:*

Stand on one side of the machine and pull the handle until the machine is folded together.

### Turning on/off the Witt Homegym

Attach the power supply to the socket on the side of the Witt Homegym. Press the on/off button. The machine will now turn on.

When the switch is in the "I" position, the machine is turned on. When the switch is in the "O" position, the machine is turned off.



**Please note:** The Witt Homegym is equipped with a 3-second safety function. This means that the machine can only be operated 3 seconds after it has been switched on. Do not keep pressing the on/off button during this period.

### Installing accessories (belly belt, handle, weight bar, ankle strap)

Use the two fastening buckles to install the desired accessories.

1. Attach the two fastening buckles to the hook of the accessory.
2. Attach accessories using the fastening buckles for the Witt Homegym (left and right sides)

### Setting up counterweight/weight

You can start and stop programmes and set up counterweights/weights via the operating panel. Turn off the equipment via the switch button on the side.



Please note that when the number in the display is blinking, this means that the Witt Homegym is in adjustment mode.

Resistance/weight is adjusted by dialling the button. Dial right to increase resistance/weight and dial left to reduce resistance/weight.

Press the start/stop button after you have specified the resistance/weight you want. The Witt Homegym will start up.

For safety reasons, you cannot switch between resistance/weight settings and/or programmes after the Witt Homegym has started up. Immediately after starting, the number on the screen will stop blinking. You should only press the start/stop button to release the adjustment of the desired resistance/weight.

### Programme selection

The Witt Homegym comes with 3 programmes: Standard, Eccentric and Isokinetic. Press the 'M' button when the Witt Homegym is in adjustment mode to select a programme.

Programme	Description
Standard	With the Standard programme, the resistance/weight that is pulled up and sent back to the starting position is the same. For example, if you select a resistance/weight of 10 kg, it will be 10 kg both when the training ropes are pulled up and returned to the start position.
Eccentric	With the Eccentric programme, the resistance/weight is greater when the training ropes are sent back to the starting point than it is when they are pulled up.  The selected resistance/weight is applied to the training ropes when they are sent back to the starting position. The resistance/weight is lower when they are pulled up. For example, if 10 kg is selected, the resistance/weight when pulling up is less than 10 kg. However, the resistance will be 10 kg when the training ropes are sent back to the starting point. This programme provides a more impactful weight training and provides a greater stimulation to your muscles.
Isokinetic	With the Isokinetic programme, the faster you pull the greater the resistance will be and the slower you pull the less the resistance will be. This ensures the greatest possible uniform pace to stimulate the muscles as much as possible throughout the whole process. The Witt Homegym has two settings, slow and fast, to accommodate different requirements for resistance and pace.

## Wireless stop button

The wireless stop button controls the start/stop of the resistance/weight. After the device is connected, you need to press it to start/stop the resistance/weight.

### Connecting the wireless stop button

Turn on the Witt Homegym. Press and hold the button down to connect the stop button with the Witt Homegym. The blue lamp will blink 5 times when it is successfully connected. As soon as the connection is completed, you can start using the wireless stop button. The Witt Homegym will tell you when the resistance is activated or deactivated.

### Annulling a connection

Press and hold the button down during when connected to cancel the connection. The red lamp will blink 5 times when the connection is cancelled.

The wireless stop button is powered by a button cell battery (C2032). When needed, remove the battery cover to change the battery.



## Technical specifications

Product dimensions, folded out (L x W x H)	1150 x 520 x 195 mm
Product dimensions, folded together (L x W x H)	585 x 316 x 607 mm
Dimensions, packaging (L x W x H)	1345 x 685 x 220 mm
Net weight	36 kg
Gross weight	44 kg
Resistance/weight	1.5 - 60 kg on each side. Adjusted by 0.5 kg increments
Power	220 V
Maximum load	110 kg



## Witt Homegym, disposal

The device contains valuable raw materials and unlike normal unsorted household waste, it needs to be disposed of at the nearest recycling station. Old devices must be disposed of professionally according to local regulations and laws.

## WARRANTY AND SERVICE

There is a 2-year warranty period if your new product stops working due to manufacturing or material faults which begins from the documented date of purchase. The warranty covers materials and the cost of labour. When inquiring about service, please state the product name and serial number. You can find this information on the type plate. You can write down the information here in these instructions so that you have them at hand. This makes it easier for the service technician to find the correct spare parts.

### The warranty does not cover:

- Faults and damage that are not due to manufacturing or material issues
- Damage caused by failure to properly maintain the device - including failing to clean it
- Fire and/or water damage or moisture damage on the product
- Damage caused during transport if the product was transported without proper packaging
- Damage caused by the use of unoriginal spare parts
- Damage resulting from failing to follow the instructions on how to use the device
- If the device has not been set up/assembled as specified in the instructions
- If non-professionals have installed or repaired the product
- Batteries or any other parts subject to normal wear and tear
- Outside the following countries: Denmark, Norway, Sweden, and Finland

**Damage during transport**

If the product is damaged during transport and this is discovered when the retailer delivers the product to the customer, this is exclusively a matter between the customer and the retailer. In cases where customers have handled the transport of the product themselves, the supplier shall not be liable for any potential damage during transport. Any damage caused during transport must be reported immediately and no later than 24 hours after the product has been delivered. If not, the customer's claim will be rejected.

**Unnecessary service**

If the product is sent in to be serviced and it turns out that the fault could have been fixed independently by following the product's instruction manual, the customer will need to pay the service fee.

**Commercial purchases**

Commercial purchases are all purchases of devices that are not intended to be used in private households but instead intended to be used for commercial purposes (in restaurants, cafés, canteens, etc.) or intended to be rented out or otherwise used by multiple users in turn.

There is no warranty offered for commercial purchases, as this product is only intended for regular household use.

## Service

---

For service and spare parts in England and Ireland please call below-mentioned number and you will be directed accordingly or send us an email.

Witt UK & Ireland Ltd.

(44) 148 351 6633 / info@witt.dk

We accept no liability for printing errors.

The manufacturer/distributor cannot be held liable for damage to products or individuals if the safety instructions were not followed. The warranty shall not cover cases where the instructions have not been followed.

## Innholdsfortegnelse

SIKKERHETSANVISNINGER.....	27
OVERSIKT OVER WITT HOMEGYM .....	29
ESKEN INNEHOLDER.....	30
BETJENING.....	31
FORBEREDELSE FØR BRUK.....	31
SLÅ OPP OG LEGG SAMMEN.....	31
SLÅ PÅ/AV WITT HOMEGYM .....	31
MONTERING AV TILBEHØR .....	32
INNSTILLING AV MOTSTAND/VEKT .....	32
PROGRAMVALG .....	33
TRÅDLØS STOPPKNAPP .....	34
TEKNISKE SPESIFIKASJONER .....	34
AVHENDING AV WITT HOMEGYM .....	35
REKLAMASJONSRETT .....	35
SERVICE.....	36

## Sikkerhetsanvisninger

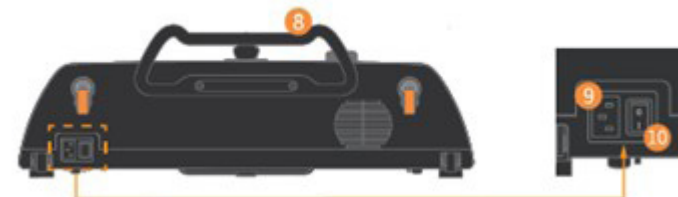
Takk for at du valgte Witt Homegym. Ved korrekt bruk av dette produktet, er du garantert sikker trening. For å beskytte deg og familien din under trening, les og følg nedenstående sikkerhetsanvisninger nøye.

1. Ikke bruk løse klær eller klær med vidde, men egnede treningsklær og sko. Utfør oppvarmingsøvelser før produktet tas i bruk.
2. Hvis du opplever noen form for smerter, herunder, men ikke begrenset til, brystsmerter, ubehag, svimmelhet eller pustevansker, skal du stoppe treningen umiddelbart og søke lege.
3. For eldre over 65 år, hvis du er gravid eller ammer, er nyoperert i løpet av de seks siste månedene, lider av hjertesykdom, for høyt blodtrykk, astma eller andre sykdommer som ikke passer med anstrengende trening, anbefales det ikke å bruke produktet. Stopp bruk av produktet umiddelbart!
4. Før og etter trening er det strengt forbudt å innta alkohol eller energidrikk som er forbudt av nasjonal lovgivning.
5. Vær oppmerksom på at det ved overdreven trening, eller hvis du ikke følger treningsanvisningene, kan være fare for helsen din. Du bør vurdere din generelle fysiske form og utholdenhet før trening, og sørge for at øvelser, intensitet og varighet passer ditt nivå.
6. Hold barn og kjæledyr unna produktet når du bruker det, for å hindre at det skjer ulykker. Hvis utstyret brukes i nærheten av barn, bør foreldre eller andre som passer på barna, holde dem under nøye oppsyn.
7. Brukere med langt hår anbefales å sette opp håret, slik at det ikke kommer i klemme.
8. Det er viktig at produktet kun brukes innendørs i tilstrekkelig temperert og tørt rom for å unngå statisk elektrisitet. Vær spesielt oppmerksom om vinteren. Statisk elektrisitet kan medføre forstyrrelser og også forårsake produktskade. Syntetiske fibre og materialer kan også skape statisk elektrisitet. Unngå å bruke produktet hvis du har på deg klær i syntetiske materialer.

## Underlag og omgivelser

1. Witt Homegym er kun til innendørs bruk. Ikke plasser det utendørs.
2. Sett opp Witt Homegym på et sted hvor du har tilstrekkelig plass på alle sider for å kunne utføre treningen sikkert. Velg en plassering hvor det til enhver tid vil være tilstrekkelig med friareal/sikkerhetssone både foran og ved siden av utstyret.
3. Plasser Witt Homegym på sikker avstand fra vann, varme og brennbare/eksplosive materialer.
4. Ikke modifier Witt Homegym.
5. Ikke sprut væske og ikke legg ting/gjenstander på Witt Homegym.
6. For å unngå elektrisk støt må man aldri tape igjen eller putte gjenstander/objekter inn i noen av åpningene på produktet. Ikke stikk fingre eller andre kroppsdeler inn i åpninger på produktet.
7. Ikke berør ledningen, støpselet eller stikkontakten med våte hender.
8. Bruk aldri Witt Homegym hvis ledningen eller støpselet er skadet. Kontakt din lokale forhandler ved behov for utskifting eller reparasjon.
9. Slå av Witt Home gym etter bruk, og trekk ut støpselet av stikkontakten.
10. Rengjør produktet med en lett fuktet klut. Sørg for å trekke ut støpselet av stikkontakten først.
11. Witt Homegym skal plasseres på et rent, stabilt og flatt underlag. Ikke legg tepper eller yogamatter under utstyret.
12. Hjulene på Witt Homegym er kun egnet til å trille på fliser eller tregulv. Bruk dem aldri på veien utendørs.
13. Witt Homegym er kun beregnet til hjemmebruk og ikke til semiprofesjonelt (f.eks. sykehus, foreninger, hoteller, skoler osv.) og nærings-/profesjonelt bruk (f.eks. treningssenter).

## Oversikt over Witt Homegym



- |                    |                        |                      |
|--------------------|------------------------|----------------------|
| 1 Display          | 2 Betjeningspanel      | 3 Festespenne        |
| 4 Transporthjul    | 5 Høyttaler            | 6 Håndtak (foldbart) |
| 7 Frigjøringsknapp | 8 Holder til vektstang | 9 Strømuttak         |
| 10 På/av-bryter    |                        |                      |

## Esken inneholder



Witt Homegym



Håndtak



Ankelstropp



Festespenne



Strømledning



Trådløs stoppknapp



Vektstang



Magebelte

## Betjening

### Forberedelse før bruk

- Sørg for at området der Witt Homegym skal plasseres er fritt tilgjengelig. Plasser Witt Homegym forsiktig på underlaget og hold godt fast når du folder den ut. Dermed unngår du å få føttene i klemme. Fare for personskade!
- Koble Homegym til strøm før du det tas i bruk. Dra derfor ikke i de to treningstauene før strømmen er tilkoblet. Hvis du ved en feiltakelse drar ut de to treningstauene før du har koblet Witt Homegym til strøm, må du koble til strømmen og slå på maskinen. Deretter trekkes tauene automatisk inn igjen.
- Fare for person- og/eller produktskade! Ikke forlat Witt Homegym under treningen. Fare for at maskinen trekker seg opp fra underlaget.

### Slå opp og legg sammen

*Slik slår du opp Witt Homegym:*

Plasser Witt Homegym på treningsområdet, og sørg for at det er tilstrekkelig plass. Hold fast i håndtaket og bruk to fingre til å løfte frigjørelsesknappen. Dermed frigjøres de to sidene på Witt Homegym. Senk maskinen langsomt. Passer godt på så du ikke får føttene i klem når maskinen plasseres på underlaget.

*Slik slår du sammen Witt Homegym:*

Still deg på den ene siden av maskinen. Trekk håndtaket opp, inntil maskinen er foldet sammen.

### Slå på/av Witt Homegym

Sett ledningen i strømuttaket på siden av Witt Homegym og koble til strøm. Trykk på på/av-knappen. Maskinen slås på. Når bryteren står på «I», er maskinen slått på. Når bryteren står på «O», er maskinen slått av.



**Merk:** Witt Homegym er utstyrt med en 3-sekunders sikkerhetsfunksjon. Det betyr at maskinen først kan betjenes 3 sekunder etter at den er slått på. Ikke trykk flere ganger på på/av-knappen i denne perioden.

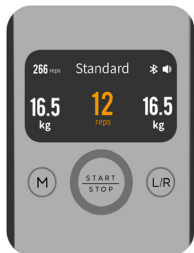
### Montering av tilbehør (magebelte, håndtak, vektstang, ankelstropp)

Bruk de to festespennene til montering av ønsket tilbehør.

1. Fest de to festespennene til kroken på tilbehøret.
2. Fest tilbehøret med festespennene til Witt Homegym (venstre og høyre side).

### Innstilling av motstand/vekt

Via betjeningspanelet kan du starte og stoppe samt stille inn motstand/vekt og program. Det slås av med bryteren på siden.



**Merk:** Når tallet blinker i displayet, betyr det at Witt Homegym er i innstillingsmodus.

Motstand/vekt justeres ved å dreie på knappen. Drei til høyre for å øke motstanden/vekten, og til venstre for å redusere motstanden/vekten.

Trykk på start-/stoppknappen etter innstilling av ønsket motstand/vekt. Witt Homegym starter opp.

Av sikkerhetsmessige hensyn kan den det ikke gjøres endringer i motstand/vekt og/eller programmer rett etter oppstart av Witt Homegym. Straks etter oppstart vises tallet på skjermen hele tiden (det blinker ikke). Trykk først på start-/stoppknappen for å frigi justering av ønsket motstand/vekt.

### Programvalg

Witt Homegym er utstyrt med 3 programmer: Standard, Eccentric og Isokinetic. Trykk på M-knappen når Witt Homegym er i innstillingsmodus for å velge program

Program	Beskrivelse
Standard	På Standard-programmet er motstanden/vekten som trekkes opp og føres i retur til utgangspunktet den samme. Hvis det f.eks. stilles inn 10 kg, er motstanden/vekten 10 kg både når treningstauene trekkes opp og føres tilbake til utgangsposisjonen.
Eccentric	På Eccentric-programmet er motstanden/vekten større når treningstauene føres tilbake til utgangspunktet enn når de trekkes opp.  Den valgte motstanden/vekten gjelder for treningstauene når disse føres tilbake til utgangspunktet. Motstanden/vekten er lavere når de trekkes opp. Hvis de f.eks. stilles inn 10 kg, er motstanden/vekten i opptreksfasen mindre enn 10 kg. Motstanden vil derimot være 10 kg når treningstauene føres tilbake til utgangspunktet. Dette programmet gir deg en mer virkningsfull vekttrening og økt stimulering av musklene.
Isokinetic	På Isokinetic-programmet gjelder det at jo raskere treningstauene trekkes opp, jo større er motstanden, og jo langsommere de trekkes opp, jo mindre er motstanden. Dermed sikres et så jevnt tempo som mulig for å stimulere musklene mest mulig gjennom hele prosessen. Witt Homegym er utstyrt med to nivåer, raskt og langsomt, for å imøtekomme forskjellige behov for motstand og tempo.

## Trådløs stoppknapp

Med den trådløse stoppknappen styres start/stopp av motstanden/vekten. Etter paring av enheten, må du trykke på den for å starte/stoppe motstanden/vekten.

### Paring av den trådløse stoppknappen

Slå på Witt Homegym. Trykk og hold knappen inne for å pare stoppknappen med Witt Homegym. Den blå lampen blinker 5 ganger ved vellykket paring. Så snart paringen er gjennomført, kan den trådløse stoppknappen benyttes. Witt Homegym forteller når motstanden er aktivert eller deaktivert.

### Annullering av paring

Trykk og hold knappen inne under paringsmodus for å annullere paring. Den røde lampen blinker 5 ganger ved annullert paring.

Den trådløse stoppknappen får strøm fra et knappcellebatteri (C2032). Når nødvendig, fjern batteridekselet for å bytte batteriet.



## Tekniske spesifikasjoner

Produktmål, oppslått (LxBxH)	1150 x 520 x 195 mm
Produktmål, sammenslått (LxBxH)	585 x 316 x 607 mm
Mål, emballasje (LxBxH)	1345 x 685 x 220 mm
Nettovekt	36 kg
Bruttovekt	44 kg
Motstand/vekt	1,5 – 60 kg på hver side. Justeres 0,5 kg av gangen
Tilkobling	220 V
Maks. belastning	110 kg



## Avhending av Witt Homegym

Apparatet inneholder fremdeles verdifulle materialer og skal i motsetning til usortert husholdningsavfall avleveres på nærmeste gjenbruksstasjon. Avhending av gamle apparater skal skje på fag- og sakkyndig måte i henhold til gjeldende lokale forskrifter og lover.

## Reklamasjonsrett

Der ytes 5 års reklamasjonsrett på fabrikasjons- og materialefeil på ditt nye produkt, gjeldende fra den dokumenterte kjøpsdatoen. Garantien omfatter materialer og arbeidslønn. Ved henvendelse om service bør du opplyse produktets navn og serienummer. Disse opplysningene finnes på typeskiltet. Skriv evt. ned opplysningene ned i bruksanvisningen, så du har dem for hånden. Det gjør det lettere for servicemontøren å finne de riktige reservedelene.

### Reklamasjonsretten dekker ikke:

- Feil og skader, som ikke skyldes fabrikasjons- og materialefeil
- Ved mangelfullt vedlikehold – dette gjelder også mangel på rengjøring av produktet
- Ved brann- og/eller vann- og fuktskader på produktet
- Hvis der er brukt uoriginale reservedeler
- Hvis anvisningene i bruksanvisningen ikke er fulgt
- Hvis ikke installasjonen er skjedd som anvist
- Hvis ufaglærte har installert eller reparert produktet
- Batterier eller andre slitedeler
- Utenfor følgende land: Danmark, Norge, Sverige og Finland.

**Transportskader**

En transportskade som konstateres ved forhandlerens levering hos kunden, er utelukkende en sak mellom kunden og forhandleren. I tilfeller hvor kunden selv har stått for transporten av produktet, påtar leverandøren seg ingen forpliktelser i forbindelse med evt. transportskade. Evt. transportskader skal meldes omgående og senest 24 timer etter at varen er levert. I motsatt fall vil kundens krav bli avvist.

**Ubegrunnet service**

Hvis produktet sendes til service, og det viser seg at man selv kunne ha rettet feilen ved å følge anvisningene her i bruksanvisningen, påhviler det kunden selv å betale for servicen.

**Proffkjøp**

Proffkjøp er ethvert kjøp av apparater, som ikke skal brukes i privat husholdning, men brukes til næring eller næringsliknende formål (restaurant, café, kantine etc.) eller brukes til utleie eller annen bruk som omfatter flere brukere.

I forbindelse med proffkjøp ytes ingen garanti, da dette produktet utelukkende er beregnet til vanlig husholdning.

## Service

---

For rekvirering av service og reservedeler i Norge, kontaktes den butikken hvor produktet er kjøpt.

Reklamasjon kan også meldes inn på witt.no under fanen 'Service'.

Produsenten/distributøren kan ikke holdes ansvarlig for produkt- og/eller personsaker, hvis sikkerhetsanvisningene ikke overholdes. Garantien bortfaller hvis anvisningene ikke overholdes.

Forbehold for trykkfeil.

## Innehållsförteckning

SÄKERHETSANVISNINGAR.....	39
ÖVERSIKT ÖVER WITT HOMEGYM .....	41
FÖRPACKNINGEN INNEHÅLLER .....	42
ANVÄNDNING .....	43
FÖRBEREDELSE FÖRE ANVÄNDNING .....	43
UTFÄLLNING OCH HOPFÄLLNING .....	43
SLÅ PÅ/STÄNGA AV WITT HOMEGYM .....	43
MONTERA TILLBEHÖR.....	44
STÄLLA IN MOTSTÅND/VIKT.....	44
PROGRAMVAL.....	45
TRÅDLÖS STOPPKNAPP .....	46
TEKNISKA SPECIFIKATIONER.....	46
BORTSKAFFA WITT HOMEGYM .....	47
REKLAMATIONSRÄTT .....	47
SERVICE.....	48

## Säkerhetsanvisningar

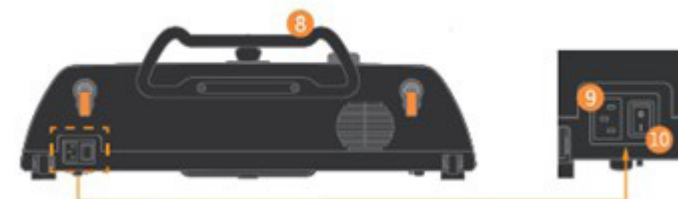
Tack för att du har valt Witt Homegym. Vid korrekt användning av denna produkt garanteras du en säker träning. För att skydda dig och din familj under träning ska du läsa och följa de nedanstående säkerhetsanvisningarna noggrant.

1. Använd inte löst sittande kläder eller kläder med vidd, utan bär i stället lämpliga sportkläder och skor. Gör uppvärmningsövningar innan du använder produkten.
2. Om du upplever någon form av smärta, inklusive men inte begränsat till bröstsmärtor, illamående, yrsel eller andnöd, ska du omedelbart avbryta träningen och uppsöka läkarvård.
3. Personer som är äldre än 65 år, som är gravida eller ammar, som har opererats under de senaste sex månaderna, som lider av hjärtsjukdom, högt blodtryck, astma eller andra sjukdomar som inte passar med ansträngande träning rekommenderas inte att använda denna produkt. Sluta omedelbart använda produkten!
4. Före och efter träning är det strängt förbjudet att inta alkohol eller energidrycker som är förbjudna enligt nationell lagstiftning.
5. Var uppmärksam på att du kan äventyra din hälsa vid överdriven träning eller om du inte följer träningsanvisningarna. Du bör bedöma din allmänna fysiska förmåga och uthållighet före träning och se till att övningar, intensitet och varaktighet passar din nivå.
6. Håll barn och husdjur borta från produkten när du använder den för att förhindra olyckor. Om utrustningen används i närheten av barn bör föräldrar eller andra som ser efter barnen hålla dem under noggrann uppsikt.
7. Användare med långt hår rekommenderas att sätta upp håret så att det inte kan fastna.
8. Det är viktigt att produkten endast används inomhus i tillräckligt tempererade och torra utrymmen för att undvika statisk elektricitet. Var särskilt uppmärksam på vintern. Statisk elektricitet kan vara störande och till och med orsaka produktskada. Syntetiska fibrer och material kan också generera statisk elektricitet. Använd inte produkten om du bär kläder av syntetmaterial.

## Utrustning och omgivning

1. Witt Homegym är uteslutande avsedd för inomhusbruk. Placera den inte utomhus.
2. Ställ upp Witt Homegym på en plats där du har tillräckligt med utrymme åt alla sidor för att kunna utföra träningen på ett säkert sätt. Välj en uppställningsplats där det både framför och vid sidan av utrustningen alltid finns tillräckligt med fritt utrymme/säkerhetszon.
3. Ställ upp Witt Homegym på säkert avstånd till vatten, värme och lättantändliga/explosiva material.
4. Utför inga ändringar på Witt Homegym.
5. Spraya inte vätska och lägg inga saker/föremål på Witt Homegym.
6. För att undvika elektriska stötar får man aldrig tappa eller föra in några föremål/objekt i någon av produktens öppningar. För inte in fingrar eller andra kroppsdelar i produktens öppningar.
7. Vidrör inte kabeln, stickkontakten eller eluttaget med våta händer.
8. Använd aldrig Witt Homegym om kabeln eller stickkontakten är skadad. Kontakta din lokala återförsäljare vid behov för byte eller reparation.
9. Efter användning ska du stänga av Witt Homegym och dra ut stickkontakten ur eluttaget.
10. Rengör produkten med en lätt fuktad trasa. Var noga med att först dra ut stickkontakten ur eluttaget.
11. Witt Homegym ska placeras på ett rent, stabilt och jämnt underlag. Lägg inte mattor eller yogamattor under utrustningen.
12. Hjulen på Witt Homegym är endast avsedda för kakel- eller trägolv. Använd dem aldrig på vägar utomhus.
13. Witt Homegym är endast avsett för hemmabruk och inte för halvprofessionell användning (t.ex. sjukhus, föreningar, hotell, skolor osv.) och professionell användning (t.ex. gym).

## Översikt över Witt Homegym



- |                   |                         |                         |
|-------------------|-------------------------|-------------------------|
| 1 Display         | 2 Manöverpanel          | 3 Fästspänne            |
| 4 Transporthjul   | 5 Högtalare             | 6 Handtag (hopfällbart) |
| 7 Frigöringsknapp | 8 Hållare för viktstång | 9 Strömanslutning       |
| 10 På/av-knapp    |                         |                         |

## Förpackningen innehåller



Witt Homegym



Håndtag



Ankelrem



Fästspänne



Strömförsörjning



Trådlös stoppknapp



Viktstång



Midjebälte

## Användning

### Förberedelse före användning

- Se till att området där Witt Homegym ska placeras är fritt tillgängligt. Placera Witt Homegym försiktigt på underlaget och håll maskinen i ett stadigt grepp vid utfällning för att undvika att få fötterna i kläm. Fara för personskada!
- Anslut Homegym först till ström innan den börjar användas. Dra därför inte i de två träningsrepen innan strömmen har anslutits. Om du drar ut de två träningsrepen av misstag innan Witt Homegym har anslutits till ström ska du ansluta till ström och slå på maskinen. Därefter dras repen automatiskt tillbaka in.
- Fara för person- och/eller produktskada! Lämna inte Witt Homegym under träningen. Risk för att maskinen drar sig upp från underlaget.

### Utfällning och hopfällning

*Så fälls Witt Homegym ut:*

Placera Witt Homegym på träningsområdet och se till att det finns tillräckligt med utrymme. Håll i handtaget och använd två fingrar för att lyfta upp frigöringsknappen. På så sätt frigörs de två sidorna av Witt Homegym. Sänk långsamt ned maskinen. Var försiktig så att du inte får fötterna i kläm när maskinen placeras på underlaget.

*Så fälls Witt Homegym ihop:*

Ställ dig på den ena sidan av maskinen och dra upp i handtaget tills maskinen är hopfälld.

### Slå på/stänga av Witt Homegym

Anslut strömförsörjningen till uttaget på sidan av Witt Homegym. Tryck på på/av-knappen. Maskinen startas nu. När kontakten står på "I" är maskinen igång. När kontakten står på "O" är maskinen avstängd.



**Observera:** Witt Homegym är utrustad med en tre sekunders säkerhetsfunktion. Detta innebär att maskinen kan manövreras först tre sekunder efter att den har slagits på. Tryck inte flera gånger på på/av-knappen under denna tidsperiod.

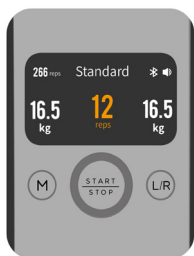
### Montera tillbehör (midjebälte, handtag, viktstång, ankelrem)

Använd de två fästspännena för montering av önskat tillbehör.

1. Fäst de två fästspännena i tillbehörets krok.
2. Fäst tillbehör med fästspännen på Witt Homegym (vänster och höger sida).

### Ställa in motstånd/vikt

Via manöverpanelen kan du starta och stänga av maskinen samt ställa in motstånd/vikt och program. Den stängs av med knappen på sidan.



Observera: när siffrorna blinkar på displayen betyder det att Witt Homegym är i justeringsläge.

Motståndet/vikten justeras genom att vrida på knappen. Vrid åt höger för att öka motståndet/vikten och åt vänster för att minska motståndet/vikten.

Tryck på start-/stoppknappen när du har ställt in önskat motstånd/vikt. Witt Homegym startar.

Av säkerhetsskäl går det inte att växla mellan motstånd/vikt och/eller program direkt efter att Witt Homegym har startats. Omedelbart efter start lyser siffrorna på skärmen med konstant sken (de blinkar inte). Du måste först trycka på start-/stoppknappen för att frigöra justeringen av önskat motstånd/vikt.

### Programval

Witt Homegym är utrustad med tre program: Standard, Eccentric och Isokinetic. Tryck på M-knappen när Witt Homegym är i justeringsläge för att välja program.

Program	Beskrivning
Standard	På Standard-programmet är motståndet/vikten som dras upp och återgår till utgångspunkten den samma. Om du till exempel väljer 10 kg är motståndet/vikten 10 kg både när träningsrepen dras upp och återgår till utgångsläget.
Eccentric	På Eccentric-programmet är motståndet/vikten större när träningsrepen återförs till utgångspunkten än när de dras upp.  Det valda motståndet/vikten gäller för träningsrepen när de återförs till utgångspunkten. Motståndet/vikten är lägre när de dras upp. Om du till exempel väljer 10 kg är motståndet/vikten i uppdragningsfasen mindre än 10 kg. Motståndet kommer däremot att vara 10 kg när träningsrepen återförs till utgångspunkten. Det här programmet ger dig en effektivare viktträning och ökad stimulering av dina muskler. styrketräning och ökad stimulering av dina muskler.
Isokinetic	På Isokinetic-programmet gäller att ju snabbare drag desto större är motståndet och desto långsammare drag desto mindre är motståndet. Därmed fås ett så jämnt tempo som möjligt för att stimulera musklerna så mycket som möjligt under hela processen. Witt Homegym är utrustad med två nivåer – snabbt och långsamt – för att möta olika behov av motstånd och tempo.

## Trådlös stoppknapp

Med den trådlösa stoppknappen styrs start/stopp av motståndet/vikten. När du har parkopplat enheten kan du trycka på knappen för att starta/stoppa motståndet/vikten.

### Parkoppla den trådlösa stoppknappen

Slå på Witt Homegym. Tryck och håll ned knappen för att parkoppla stoppknappen med Witt Homegym. Den blå lampan blinkar fem gånger när parkopplingen lyckats. Så snart parkopplingen är klar kan du använda den trådlösa stoppknappen. Witt Homegym talar om när motståndet är aktiverat eller avaktiverat.

### Avbryta parkoppling

Tryck och håll ned knappen under parkopplingsläget för att avbryta parkopplingen. Den röda lampan blinkar fem gånger vid avbruten parkoppling.

Den trådlösa stoppknappen drivs av ett knappcells batteri (C2032). Ta vid behov bort batterikåpan för att byta ut batteriet.



## Tekniska specifikationer

Produktmått, utfälld (LxBxH)	1150 x 520 x 195 mm
Produktmått, hopfäld (LxBxH)	585 x 316 x 607 mm
Mått, emballage (LxBxH)	1345 x 685 x 220 mm
Nettovikt	36 kg
Bruttovikt	44 kg
Motstånd/vikt	1,5–60 kg på var sida. Justeras 0,5 kg i taget.
Anslutning	220 V
Maks. belastning	110 kg



## Bortskaffa Witt Homegym

Apparaten innehåller även värdefulla material och måste till skillnad från osorterat hushållsavfall lämnas in på närmaste återvinningsstation. Bortskaffande av gamla apparater måste ske på ett yrkesmässigt och sakkunnigt sätt i enlighet med gällande lokala föreskrifter och lagar.

## Reklamationsrätt

Din nya produkt omfattas av 3 års reklamationsrätt på fabrikations- och materialfel, gällande från det dokumenterade inköpsdatumet. Garantin omfattar material och arbetslön. Vid begäran om service ska du upplysa om produktens namn och serienummer. Dessa upplysningar finns på typskylten. Notera ev. dessa upplysningar här i bruksanvisningen, så du dem lätt tillgängliga. Det gör det lättare för servicemontören att hitta de korrekta reservdelarna.

### Reklamationsrätten omfattar inte:

- Fel och skador som uppkommit på grund av fabrikations- och materialfel.
- Vid misshandling underhåll – däribland även gäller bristande rengöring av produkten
- Vid brand- och/eller vatten- och fuktskador på produkten.
- Om man använt reservdelar som inte är original
- Om anvisningarna i bruksanvisningen inte efterföljs
- Om inte installationen genomförts enligt anvisningarna
- Om inte auktoriserad fackman har installerat eller reparerat produkten
- Batterier eller andre förslitningsdelar
- Utanför följande länder: Danmark, Norge, Sverige och Finland.

### **Transportskador**

En transportskada som konstateras vid återförsäljarens leverans hos kunden, är detta utslutande en sak mellan kunden och återförsäljaren. I de fall då kunden själv stått för transporten av produkten, påtar sig leverantören ingen förpliktelse i förbindelse med eventuella transportskador. Eventuella transportskador ska anmälas omgående och senast 24 timmar efter att varan levererats. Annars kommer kundens krav att avvisas.

### **Ogrundad service**

Om produkten skickas in till service, och det visar sig att man hade kunnat avhjälpa felet själv genom att följa anvisningarna här i bruksanvisningen, faller det på kunden själv att betala för servicen.

### **Kommersiella inköp**

Kommersiella inköp är sådana inköp av apparater, som inte ska användas i privata hushåll, men som används i kommersiella sammanhang eller liknande (restaurang, café, kantin etc.) eller används till uthyrning eller annan användning som omfattar flera användare.

I förbindelse med kommersiella inköp frånfaller garantin eftersom denna produkt utslutande är avsedd för vanliga hushåll.

## **Service**

---

För serviceförfrågan och reservdelar i Sverige kontaktas den butik, där produkten är inköpt.

Anmälan om reklamation kan också ske på [wittsverige.se](http://wittsverige.se) under fliken 'Service'.

Med förbehåll för tryckfel.

Tillverkaren/återförsäljaren kan inte hållas ansvariga för produkt- och/eller personsador, om säkerhetsanvisningarna inte följs. Garantin bortfaller om anvisningarna inte följs.

## Sisällysluettelo

TURVALLISUUSOHJEET.....	51
WITT HOMEGYMIN YLEISKATSAUS.....	53
PAKKAUS SISÄLTÄÄ .....	54
KÄYTTÖ.....	55
VALMISTELU ENNEN KÄYTTÖÄ.....	55
AVAAMINEN JA TAITTAMINEN .....	55
WITT HOMEGYM ON PÄÄLLÄ / POIS PÄÄLTÄ.....	55
VASTUKSEN/PAINON SÄÄTÖ.....	56
OHJELMAN VALINTA .....	57
LANGATON PYSÄYTYS-PAINIKE.....	58
TEKNISET TIEDOT .....	58
WITT HOMEGYMIN HÄVITTÄMINEN .....	59
REKLAMAATIO-OIKEUS .....	59
HUOLTO .....	60

## Turvallisuusohjeet

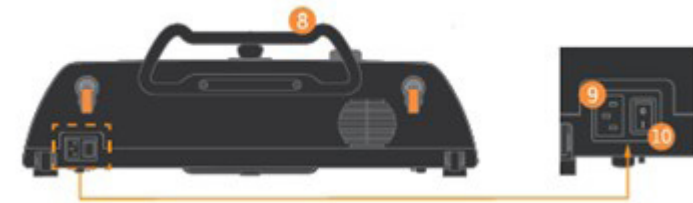
Kiitos, että valitsit Witt Homegym -kuntokeskuksen. Tämän laitteen oikealla käytöllä taataan turvallinen harjoittelu. Turvataksesi itseäsi ja perhettäsi harjoituksen aikana lue huolellisesti alla olevat turvallisuusohjeet ja noudata niitä.

1. Älä käytä väljä vaatteita, vaan sopivia urheiluvaatteita ja kenkiä. Suorita lämmittelyharjoituksia ennen laitteen käyttöä.
2. Jos koet minkäänlaista kipua, mukaan lukien mutta ei rajoittuen rintakipua, huonovointisuutta, huimausta tai hengenahdistusta, lopeta harjoittelu välittömästi ja hakeudu lääkärin hoitoon.
3. Jos olet iäkäs, yli 65-vuotias, jos olet raskaana tai imetät, olet käynyt leikkauksessa viimeisen puolen vuoden aikana, kärsit sydänsairaudesta, korkeasta verenpaineesta, astmasta tai muista sairauksista, jotka eivät sovi rasittavaan harjoitteluun, tätä laitetta ei suositella käytettäväksi. Lopeta laitteen käyttö välittömästi!
4. Ennen ja jälkeen harjoituksen on ehdottomasti kiellettyä juoda alkoholia tai energijuomia, jotka on kielletty kansallisessa lainsäädännössä.
5. Huomioi, että jos harjoittelet liikaa tai et noudata harjoitusohjeita, se voi vaarantaa terveytesi. Sinun tulee arvioida yleinen fyysinen kuntosi ja kestävyys ennen harjoittelua ja varmistaa, että harjoitukset, intensiteetti ja kesto vastaavat kuntoasi.
6. Pidä lapset ja lemmikkieläimet poissa tuotteen luota, kun käytät sitä näin vältetään onnettomuudet. Jos laitetta käytetään lasten lähellä, vanhempien tai muiden lapsia valvovien tulee pitää heitä tiiviissä valvonnassa.
7. Pitkähiuksisia käyttäjiä suositellaan sitomaan hiuksensa niin, etteivät ne pääse puristuksiin.
8. On tärkeää, että laitetta käytetään vain sisätiloissa riittävän lämpimissä ja kuivissa tiloissa staattisen sähkön välttämiseksi. Kiinnitä tähän erityistä huomiota talvella. Staattinen sähkö voi olla häiritsevää ja se voi jopa vahingoittaa laitetta. Synteettiset kuidut ja materiaalit voivat myös tuottaa staattista sähköä. Vältä laitteen käyttöä, jos käytät synteettisistä materiaaleista valmistettuja vaatteita.

## Varusteet ja ympäristö

1. Witt Homegym on tarkoitettu vain sisäkäyttöön. Älä sijoita sitä ulos.
2. Aseta Witt Homegym paikkaan, jossa sen ympärillä on riittävästi tilaa.  
Näin voit suorittaa harjoituksen turvallisesti. Valitse paikka, jossa on aina riittävästi vapaata tilaa sekä laitteen edessä että vieressä.
3. Aseta Witt Homegym turvalliselle etäisyydelle vedestä, lämmöstä ja syttyvistä/räjähävistä materiaaleista.
4. Älä tee muutoksia Witt Homegym -kuntokeskuksen laitteistoon.
5. Älä suihkuta nestettä tai aseta esineitä Witt Homegym -kuntokeskuksen päälle.
6. Sähköiskun välttämiseksi älä koskaan pudota tai työnnä esineitä laitteen aukkoihin. Älä työnnä sormia tai muita kehon osia laitteen aukkoihin.
7. Älä koske johtoon, pistokkeeseen tai pistorasiaan märin käsin.
8. Älä koskaan käytä Witt Homegym -kuntokeskusta, jos johto tai pistoke on vaurioitunut. Ota yhteyttä paikalliseen jälleenmyyjään, jos tarvitset osien vaihtoa tai korjausta.
9. Käytön jälkeen sammuta Witt Homegym ja irrota pistoke pistorasiasta.
10. Puhdista laite hieman kostealla liinalla. Muista irrottaa johto ensin pistorasiasta.
11. Witt Homegym tulee sijoittaa puhtaalle, vakaalle ja tasaiselle alustalle.  
Älä aseta peittoja tai joogamattoja laitteen alle.
12. Witt Homegym -kuntokeskuksen pyörät soveltuvat sen liikuttamiseen vain laatta- tai puulattialla. Älä koskaan käytä pyöriä ulkoteillä.
13. Witt Homegym on tarkoitettu vain kotikäyttöön, puoliammattilaisille (esim. sairaalat, yhdistykset, hotellit, koulut jne.) eikä ammattikäyttöön (esim. kuntosalit).

## Witt Homegymin yleiskatsaus



- |                         |                 |                      |
|-------------------------|-----------------|----------------------|
| 1 Näyttö                | 2 Ohjauspaneeli | 3 Kiinnityssolki     |
| 4 Kuljetuspyörät        | 5 Kaiutin       | 6 Kahva (taitettava) |
| 7 Vapautuspainike       | 8 Tangon pidike | 9 Pistoke            |
| 10 Päälle / pois päältä |                 |                      |

## Pakkaus sisältää



Witt Homegym



Kahva



Nilkkahihna



Kiinnityssolki



Virtalähde:



Langaton  
pysäytyspainike



Levytanko



Vatsavyö

## Käyttö

### Valmistelu ennen käyttöä

- Varmista, että alueelle, johon Witt Homegym -kuntokeskuksen sijoitat, on vapaa pääsy. Aseta Witt Homegym varovasti pinnalle ja pidä siitä tukevasti kiinni avatessasi sitä, jotta jalat eivät jää puristuksiin. Loukkaantumisvaara!
- Kytke Homegym ensin virtalähteeseen, ennen kuin käytät sitä. Älä vedä kahdesta harjoitusköydestä ennen kuin virta on kytketty. Jos vedät vahingossa kaksi harjoitusköyttä irti ennen kuin Witt Homegym kytketään virtaan, kytke virta ja käynnistä laite. Köydet vedetään sitten automaattisesti sisään.
- Henkilövahingon ja/tai tuotevaurion vaara! Älä poistu Witt Homegymista harjoituksen aikana. Vaarana on, että laite nousee irti maasta.

### Avaaminen ja taittaminen

#### Kuinka avata Witt Homegym:

Aseta Witt Homegym harjoitusalueelle ja varmista, että siellä on tarpeeksi tilaa. Pidä kiinni kahvasta ja nosta vapautuspainike kahdella sormella. Tämä vapauttaa Witt Homegymin kaksi puolta. Laske laite hitaasti alas. Varo, ettei jalkasi jää puristuksiin, kun asetat laitteen maahan.

#### Kuinka avata Witt Homegym:

Seiso laitteen toisella puolella ja vedä kahvasta ylöspäin, kunnes se on taitettu.

### Witt Homegym on päällä / pois päältä

Liitä virtalähde Witt Homegymin sivussa olevaan pistorasiaan. Paina virtapainiketta. Laite kytkeytyy päälle. Kun kytkin on asennossa "I", laite kytkeytyy päälle. Kun kytkin on asennossa "O", laite sammuu.



**Huom:** Witt Homegym on varustettu 3 sekunnin turvatoiminnolla. Tämä tarkoittaa, että laitetta voidaan käyttää vain 3 sekuntia sen sammuttamisen jälkeen. Älä paina virtapainiketta toistuvasti tänä aikana.

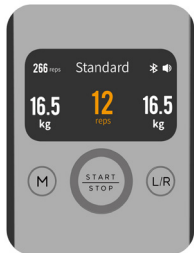
#### Asennustarvikkeet (vatsavyö, kahva, tanko, nilkkahihna)

Asenna halutut lisävarusteet kahdella kiinnityssalvalla.

1. Kiinnitä kaksi kiinnityslukkoa lisävarusteen koukkuihin.
2. Kiinnitä Witt Homegymin tarvikkeet kiinnityssoljilla (vasemmalla ja oikealla).

#### Vastuksen/painon säätö

Ohjauspaneelin kautta voit käynnistää ja pysäyttää sekä asettaa vastuksen/painon ja ohjelman. Sivulla oleva kytkinpainike kytkeytyy pois päältä.



Huomaa: kun numero vilkkuu näytössä, se tarkoittaa, että Witt Homegym on säätötilassa.

Vastusta/painoa säädetään kääntämällä nuppia. Käännä oikealle lisätäksesi vastusta/painoa ja vasemmalle vähentääksesi vastusta/painoa.

Kun olet asettanut halutun vastuksen / painon, paina käynnistys-/pysäytyspainiketta. Witt Homegym käynnistyy.

Turvallisuussyistä ei ole mahdollista vaihtaa vastuksen/painon ja/ tai ohjelman välillä heti Witt Homegymin käynnistämisen jälkeen. Heti käynnistykseen jälkeen numero näkyy näytöllä koko ajan (se ei vilku). Sinun on ensin painettava käynnistys-/pysäytyspainiketta vapauttaaksesi haluttu vastuksen/painon säätö.

## Ohjelman valinta

Witt Homegym on varustettu kolmella ohjelmalla: Standard, Eccentric ja Isokinetic. Kun Witt Homegym on säätötilassa, valitse ohjelma painamalla M-painiketta.

Ohjelma	Kuvaus
Standard	Standard-ohjelmassa vastus/paino, joka vedetään ylös ja lähetetään takaisin lähtöpisteeseen, on sama. Jos valitaan esimerkiksi 10 kg, vastus/paino on 10 kg sekä harjoitusköydet vedettäessä ylös että palautettaessa lähtöasentoon.
Eccentric	Eccentric-ohjelmassa vastus/paino on suurempi, kun harjoitusköydet lähetetään takaisin lähtöpisteeseen kuin vedettäessä ne ylös.  Valittu vastus / paino koskee harjoitusköysiä, kun ne lähetetään takaisin lähtöpisteeseen. Vastus/paino on pienempi ylös vedettäessä. Jos valitaan esimerkiksi 10 kg, vastus/paino ylösvetovaiheessa on alle 10 kg. Vastus on 10 kg, kun harjoitusköydet lähetetään takaisin lähtöpisteeseen. Tämä ohjelma antaa sinulle tehokkaamman painoharjoittelun ja lisää lihasten stimulaatiota.
Isokinetic	Isokineettisessä ohjelmassa mitä nopeampi veto, sitä suurempi vastus, ja mitä hitaampi veto, sitä pienempi vastus. Tämä varmistaa mahdollisimman tasaisen tahdin, joka stimuloi lihaksia mahdollisimman paljon koko harjoituksen ajan. Witt Homegym on varustettu kahdella tasolla – nopea ja hidas – vastaamaan erilaisiin vastuksen ja vauhdin tarpeisiin.

## Langaton pysäytyspainike

Langaton pysäytyspainike ohjaa vastuksen/painon käynnistystä/ pysähdystä. Kun olet yhdistänyt laitteen, paina sitä käynnistääksesi / pysäyttääksesi vastuksen / painon.

### Langattoman Stop-painikkeen yhdistäminen

Ota Witt Homegym käyttöön. Pidä painiketta painettuna liittääksesi pysäytyspainikkeen Witt Homegyymiin. Sininen valo välähtää 5 kertaa onnistuneen pariliitoksen muodostuksen yhteydessä. Kun pariliitos on valmis, langattoman yhteyden pysäytyspainiketta voidaan käyttää. Witt Homegym kertoo, milloin vastus on aktivoitu tai deaktivoitu.

### Peruuta pariliitos

Paina ja pidä painiketta painettuna paritustilan aikana peruuttaaksesi pariliitoksen. Punainen valo välähtää 5 kertaa, kun pariliitos peruutetaan.

Langaton pysäytyspainike saa virtansa nappiparistosta (G2032). Tarvittaessa; irrota akun kansi vaihtaaksesi akku.



## Tekniset tiedot

Tuotteen mitat, avattuna (P x L x K)	1150 x 520 x 195 mm
Tuotteen mitat, taitettuna (P x L x K)	585 x 316 x 607 mm
Mitat, pakkaus (P x L x K)	1345 x 685 x 220 mm
Nettopaino	36 kg
Bruttopaino	44 kg
Vastus / paino	1,5-60 kg kummallakin puolella. Säädä 0,5 kg kerrallaan
Sähköliitäntä	220 V
Käyttäjän maksimipaino	110 kg



## Witt Homegymin hävittäminen

Laitteessa on edelleen arvokkaita materiaaleja, ja toisin kuin lajittelemattomat kotitalousjätteet, se on toimitettava lähimpään kierrätyspisteeseen. Hävitä vanhat laitteet ammattimaisella ja asiantuntevalla tavalla sovellettavien paikallisten määräysten ja lakien mukaisesti.

## Reklamaatio-oikeus

Uudella laitteellasi myönnetään 2 vuoden reklamaatio-oikeus valmistus- ja materiaalivirheille dokumentoidusta ostopäivästä alkaen. Takuu kattaa materiaalit ja työpalkat. Kääntyessäsi huollon puoleen Sinun on ilmoitettava tuotteen nimi ja sarjanumero. Nämä tiedot ovat tyyppikilvessä. Kirjoita ne valmiiksi tähän käyttöoppaaseen, niin ne ovat tarvittaessa helposti käsillä. Tiedot auttavat huoltoasentajaa löytämään helpommin oikeat varaosat

### Takuu ei kata:

- Vikoja ja vahinkoja, joiden syynä ei ole tuotanto- tai materiaalivirhe
- Jos tuotetta on hoidettu väärin – tämä koskee myös tuotteen puutteellista puhdistusta
- Tuotteen palo- ja/tai vesi- ja kosteusvaurioita
- Jos on käytetty muita kuin alkuperäisiä varaosia
- Jos käyttöoppaan ohjeita ei ole noudatettu
- Jos asennusta ei ole tehty ohjeiden mukaan
- Jos tuotteen on asentanut tai korjannut ammattitaidoton henkilö
- Akkuja, paristoja ja muita kuluvia osia
- Takuu ei ole voimassa:  
seuraavien maiden ulkopuolella: Tanska, Norja, Ruotsi ja Suomi.

### **Kuljetusvauriot**

Kuljetusvaurio, joka todetaan tuotteen myyjän toimituksessa asiakkaalle, on yksinomaan asiakkaan ja myyjän välinen asia. Niissä tapauksissa, joissa asiakas on itse vastannut tuotteen kuljetuksesta, ei jakelija ota mitään vastuuta mahdollisesta kuljetusvauriosta.

Kuljetusvauriosta on ilmoitettava välittömästi ja viimeistään 24 tunnin kuluessa siitä, kun tavara on toimitettu. Muussa tapauksessa asiakkaan vaatimukset hylätään.

### **Aiheeton huolto**

Jos tuote lähetetään huoltoon, ja käy ilmi, että vian olisi voinut korjata itse noudattamalla käyttöoppaan ohjeita, on asiakkaan itse maksettava huolto.

### **Osto yrityskäyttöön**

Osto yrityskäyttöön on jokainen osto, jossa laitetta ei käytetä yksityisessä kotitaloudessa, vaan sitä käytetään yritystoimintaan tai sitä muistuttavaan tarkoitukseen (ravintola, kahvila, ruokala, jne.), tai laitetta käytetään vuokraukseen tai muuhun toimintaan, jossa käyttäjiä on useita.

Yrityskäyttöön ostetuille tuotteille ei myönnetä mitään takuuta, koska tämä laite on tarkoitettu yksinomaan tavalliseen kotitalouteen.

## **Huolto**

---

Tarvitessasi huoltoa ja varaosia Suomessa, ota yhteys siihen liikkeeseen, josta tuote on ostettu.

Reklamaatioilmoituksen voi tehdä myös osoitteessa [witt.fi](http://witt.fi) välilehden 'Huolto'.

Valmistaja/jakelija ei ole vastuussa tuote- ja/tai henkilövahingoista, jos turvallisuusohjeita ei noudateta. Takuu raukeaa, jos ohjeita ei noudateta.

Emme vastaa mahdollisista painovirheistä.