



Folding Pedal Exerciser
Klappbarer Pedaltrainer
Exerciseur À Pédale Pliante
Ejercitador de Pedal Plegable
Pedaliera di Esercizio Pieghevole
Trenażer Mięśni Rąk I Nóg

SP38149

USA office: Fontana **AUS** office: Truganina **ITA** office: Milano **POL** office: Gdańsk
DEU office: FDS GmbH, Neuer Höltingbaum 36, 22143 Hamburg, Deutschland **FRA** office: Saint Vigor d'Ymonville
GBR office: FDS Corporation Limited, Unit 4, Blackacre Road, Great Blakenham, Ipswich, Ip6 0FL, United Kingdom

THIS INSTRUCTION BOOKLET CONTAINS **IMPORTANT** SAFETY INFORMATION.
PLEASE READ AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE.

EN



Before You Start

- ⚠ Please read all instructions carefully.
- ⚠ Retain instructions for future reference.
- ⚠ Separate and count all parts and hardware.
- ⚠ Read through each step carefully and follow the proper order.
- ⚠ We recommend that, where possible, all items are assembled near to the area in which they will be placed in use, to avoid moving the product unnecessarily once assembled.
- ⚠ Always place the product on a flat, steady and stable surface.
- ⚠ Keep all small parts and packaging materials for this product away from babies and children as they potentially pose a serious choking hazard.

DE



Vor dem Beginnen

- ⚠ Bitte lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch.
- ⚠ Bewahren Sie die Anweisungen zur zukünftigen Verwendung auf.
- ⚠ Überprüfen Sie, ob alle Teile und Zubehörteile vorhanden sind.
- ⚠ Lesen Sie jeden Schritt sorgfältig durch und befolgen Sie die richtige Reihenfolge.
- ⚠ Wir empfehlen, alle Teile möglichst in der Nähe des Aufstellungsortes zu montieren, um unnötige Bewegungen nach der Montage zu vermeiden.
- ⚠ Stellen Sie den Artikel immer auf eine ebene, feste und stabile Fläche.
- ⚠ Halten Sie alle kleinen Teile und Verpackungsmaterialien fern von Babys und Kindern, ansonsten besteht Erstickungsgefahr.

FR



Avant de Commencer

- ⚠ Veuillez lire attentivement toutes les instructions.
- ⚠ Conservez les instructions pour vous y référer ultérieurement.
- ⚠ Vérifiez toutes les pièces et les accessoires.
- ⚠ Lisez attentivement chaque étape et suivez l'ordre correct.
- ⚠ Nous recommandons que, dans la mesure du possible, tous les produits soient assemblés à proximité de la zone où ils seront utilisés, afin d'éviter tout déplacement inutile du produit une fois assemblé.
- ⚠ Placez toujours le produit sur une surface plane et stable.
- ⚠ Conservez toutes les petites pièces de ce produit et les matériaux d'emballage hors de portée des bébés et des enfants, car ils pourraient présenter un risque d'étouffement.

ES



Antes de Empezar

- ⚠ Lea atentamente todas las instrucciones.
- ⚠ Conserve las instrucciones para futuras consultas.
- ⚠ Separe y cuente todas las piezas y los accesorios.
- ⚠ Lea detenidamente cada paso y siga el orden correcto.
- ⚠ Recomendamos que, siempre que sea posible, todos los elementos se monten cerca de la zona en la que se van a utilizar, para evitar mover el producto innecesariamente una vez montado.
- ⚠ Coloque siempre el producto sobre una superficie plana, estable y firme.
- ⚠ Mantenga todas las piezas pequeñas y los materiales de embalaje de este producto lejos de los bebés y los niños, ya que pueden representar un grave riesgo de asfixia.

IT



Prima di Iniziare

- ⚠ Si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni.
- ⚠ Conservare le istruzioni per riferimento futuro.
- ⚠ Separare e contare tutte le parti e gli accessori.
- ⚠ Leggere attentamente ogni passo e seguire l'ordine corretto.
- ⚠ Si consiglia, ove possibile, di assemblare tutti gli articoli vicino alla zona in cui verranno posti in uso, per evitare di spostare inutilmente il prodotto una volta assemblato.
- ⚠ Posizionare sempre il prodotto su una superficie piana, stabile.
- ⚠ Tenere tutte le piccole parti e i materiali di imballaggio di questo prodotto lontano dalla portata di neonati e bambini, in quanto possono costituire un serio pericolo di soffocamento.

PL



Zanim Zacziesz

- ⚠ Zapoznaj się z instrukcją.
- ⚠ Zachowaj instrukcję do wglądu.
- ⚠ Posortuj części i upewnij się, że zestaw jest kompletny.
- ⚠ Zapoznaj się ze sposobem montażu i postępuj zgodnie z instrukcją.
- ⚠ Zalecamy, aby montaż odbywał się możliwie najbliżej miejsca docelowego położenia produktu, aby uniknąć niepotrzebnego przesuwania.
- ⚠ Upewnij się, że produkt znajdzie się na płaskiej i stabilnej powierzchni.
- ⚠ Upewnij się, że materiały wykorzystane podczas pakowania produktu oraz jego elementy znajdują się poza zasięgiem dzieci, gdyż stwarzają potencjalne ryzyko zadławienia.



EN: This pedal exerciser is a compact exercise bike that stores conveniently out of the way when not in use. Use it regularly to stimulate blood circulation and increase muscle strength: it is a great way to enjoy a moderate cardiovascular workout. Place it on a tabletop to exercise your arms or on the floor to enjoy a bicycle-type exercise from your chair.

DE: Dieser Pedaltrainer ist ein kompakter Heimtrainer, der bei Nichtgebrauch bequem verstaut werden kann. Benutzen Sie ihn regelmäßig, um die Blutzirkulation anzuregen und die Muskelkraft zu steigern: eine großartige Möglichkeit, ein moderates Herz-Kreislauf-Training zu genießen. Stellen Sie ihn auf einen Tisch, um Ihre Arme zu trainieren, oder auf den Boden, um ein fahrradähnliches Training von Ihrem Stuhl aus zu genießen.

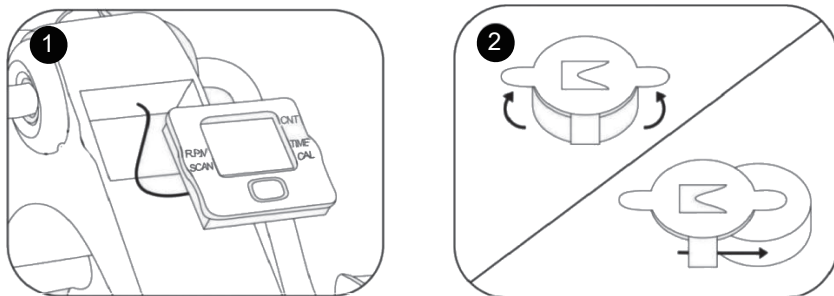
FR: Cet appareil d'exercice à pédales est un vélo d'exercice compact qui se range facilement lorsqu'il n'est pas utilisé. Utilisez-le régulièrement pour stimuler la circulation sanguine et augmenter la force musculaire : c'est un excellent moyen de profiter d'un entraînement cardiovasculaire modéré. Placez-le sur une table pour exercer vos bras ou sur le sol pour profiter d'un exercice de type vélo depuis votre chaise.

ES: Esta bicicleta de pedales es compacta y se guarda cómodamente cuando no se utiliza. Utilícela con regularidad para estimular la circulación sanguínea y aumentar la fuerza muscular: es una forma estupenda de disfrutar de un ejercicio cardiovascular moderado. Colóquela sobre una mesa para ejercitar los brazos o en el suelo para disfrutar de un ejercicio tipo bicicleta desde su silla.

IT: Questa cyclette a pedali è una bicicletta compatta che può essere riposta comodamente quando non viene utilizzata. Utilizzatela regolarmente per stimolare la circolazione sanguigna e aumentare la forza muscolare: è un ottimo modo per godere di un allenamento moderato-cardiovascolare. Potete posizionarla su un piano di tavolo per esercitare le braccia o sul pavimento per godere di un esercizio di tipo ciclistico dalla vostra sedia.

PL: Nasz produkt to kompaktowy trener mięśni rąk i nóg, który nie zajmie wiele miejsca, gdy nie jest używany. Używaj go regularnie, aby pobudzić krążenie krwi i zwiększyć siłę mięśni: to świetny sposób na umiarkowany trening na wszelkie schorzenia sercowo-naczyniowe. Umieść go na stole, aby ćwiczyć ramiona, lub na podłodze, aby cieszyć się treningiem przypominającym jazdę na rowerze.

Monitor functions / Monitor-Funktionen / Fonctions du moniteur / Funciones del monitor / Funzioni di monitoraggio / Funkcje wyświetlacza



EN: 1. Loosen and remove the screws on each side of the screen unit, then carefully remove the screen unit from and its socket.
2. On the back of the screen unit, lift up the battery tabs and slide out of the battery.

DE: 1. Lösen und entfernen Sie die Schrauben auf beiden Seiten des Bildschirms und nehmen Sie dann den Bildschirm und seinen Sockel vorsichtig ab.

2. Heben Sie auf der Rückseite der Bildschirmeinheit die Laschen des Akkus an und schieben Sie den Akku heraus.

FR: 1. Desserrez et retirez les vis de chaque côté de l'unité d'écran, puis retirez délicatement la forme de l'unité d'écran et son support.

2. À l'arrière de l'écran, soulevez les languettes de la batterie et faites-la glisser hors de la batterie.

ES: 1. Afloje y retire los tornillos situados a cada lado de la unidad de pantalla y, a continuación, extraiga con cuidado la unidad de pantalla de su alojamiento.

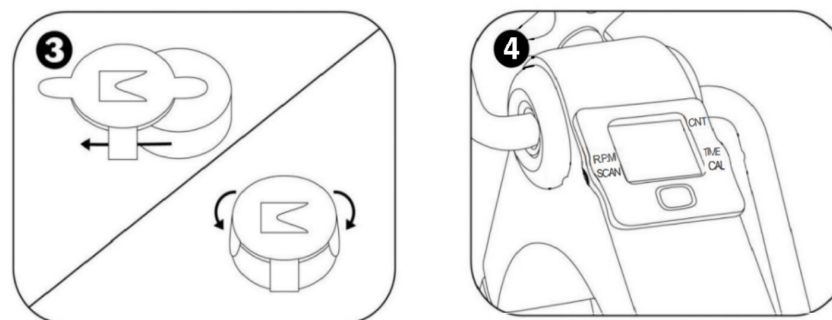
2. En la parte posterior de la unidad de pantalla, levante las lengüetas de la batería y deslícelas para extraerla.

IT: 1. Allentare e rimuovere le viti su ciascun lato dell'unità schermo, quindi rimuovere con cautela l'unità schermo dal suo alloggiamento.

2. Sul retro dell'unità schermo, sollevare le linguette della batteria e farla scivolare fuori.

PL: 1. Poluzuj i wykręć śruby po obu stronach wyświetlacza, a następnie ostrożnie zdejmij wyświetlacz i jego podstawę.

2. Z tyłu zestawu wyświetlacza podnieś zatrzaski baterii i wysuń baterię.



EN: 3. Insert a new 1.5V AG13 battery, positive side down, and close the tabs.
4. Replace the screen unit in its socket.

DE: 3. Legen Sie eine neue 1,5-V-AG13-Batterie mit der positiven Seite nach unten ein und schließen Sie die Laschen.

4. Setzen Sie die Bildschirmanzeige in die Aussparung ein.

FR: 3. Insérez une nouvelle pile AG13 de 1,5 V, côté positif vers le bas, et fermez les languettes.

4. Installez l'unité d'affichage à écran dans l'évidement.

ES: 3. Inserte una nueva batería AG13 de 1,5 V, con el polo positivo hacia abajo y cierre las pestañas.

4. Instale la unidad de pantalla en el hueco.

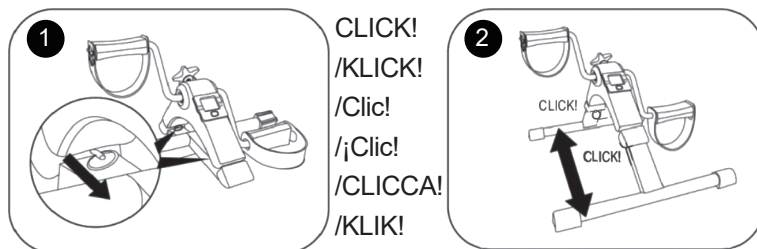
IT: 3. Inserire una nuova batteria AG13 da 1,5 V, con il lato positivo rivolto verso il basso, e chiudere le linguette.

4. Installare l'unità di visualizzazione dello schermo nell'incavo.

PL: 3. Włóż nową baterię 1,5 V AG13 stroną dodatnią w dół i zamknij zatrzaski.

4. Zainstaluj wyświetlacz ekranowy we wnęce.

Easy Set up in 2 steps! / Einfaches Einrichten in 2 Schritten! / Installation facile en 2 étapes ! / ¡Fácil de Montar en 2 Pasos! / Facile da Installare in 2 Passi! / Łatwa konfiguracja w 2 krokach!



EN: 1.Pull firmly on the ring at the joint of the frame leg.
2.Pull leg out until it clicks in place; repeat with the other leg.

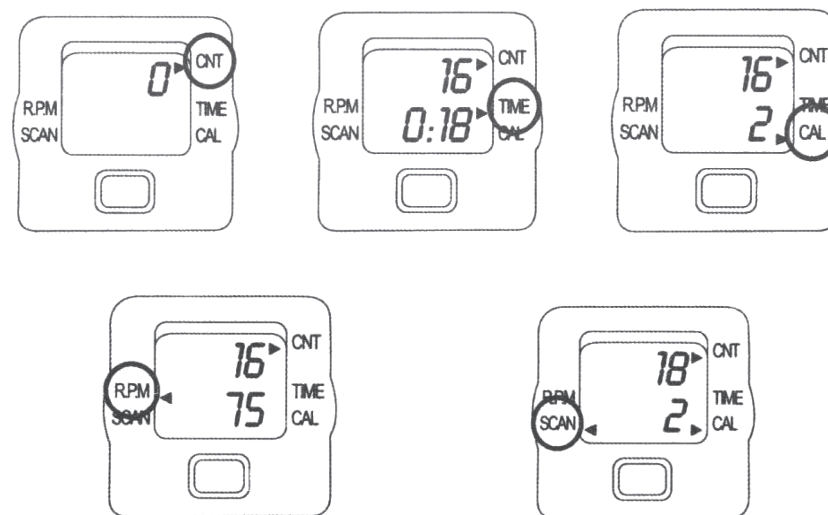
DE: 1. Ziehen Sie fest an dem Ring am Gelenk des Rahmenschenkels.
2. Ziehen Sie das Bein heraus, bis es einrastet; wiederholen Sie den Vorgang mit dem anderen Bein.

FR: 1. Tirez fermement sur l'anneau au niveau de l'articulation du pied du cadre.
2. Tirez la jambe jusqu'à ce qu'elle s'enclenche ; répétez avec l'autre jambe.

ES: 1. Tire firmemente de la anilla en la articulación de la pata del bastidor.
2. Tire de la pata hacia fuera hasta que encaje en su sitio; repita con la otra pata.

IT: 1.Tirare con forza l'anello in corrispondenza dell'articolazione della gamba del telaio.
2.Estrarre la gamba finché non scatta in posizione; ripetere con l'altra gamba.

PL: 1. Pociągnij mocno za pierścień na złączu nogi.
2. Wyciągnij nogę, aż zatrzaśnie się na swoim miejscu. Powtórz proces z drugą nogą.



EN: Display functions

To turn on the display, press once on the red button or start pedaling. The display automatically shuts off after 4 minutes of inactivity. All of the display functions are activated as soon as you begin pedaling and pause when you stop. To toggle between them, press the red button until the arrow points to the desired function.

CNT: Number of rotations completed

TIME: WORKOUT duration

CAL: Estimated calories burned

R.P.M: Rotation per minute

SCAN: Toggle(TIME>CNT>RPM>CAL)

DE: Display-Funktionen

Um das Display einzuschalten, drücken Sie einmal auf die rote Taste oder treten Sie in die Pedale. Das Display schaltet sich nach 4 Minuten Inaktivität automatisch ab. Alle Displayfunktionen werden aktiviert, sobald Sie in die Pedale treten, und pausieren, wenn Sie aufhören. Um zwischen ihnen zu wechseln, drücken Sie die rote Taste, bis der Pfeil auf die gewünschte Funktion zeigt.

CNT: Anzahl der abgeschlossenen Umdrehungen

TIME: WORKOUT-Dauer

CAL: Geschätzter Kalorienverbrauch

R.P.M: Umdrehungen pro Minute

SCAN: Umschaltung (TIME>CNT>RPM>CAL)

FR: Fonctions d'affichage

Pour allumer l'écran, appuyez une fois sur le bouton rouge ou commencez à pédaler. L'écran s'éteint automatiquement après 4 minutes d'inactivité. Toutes les fonctions d'affichage sont activées dès que vous commencez à pédaler et font une pause lorsque vous vous arrêtez. Pour basculer entre eux, appuyez sur le bouton rouge jusqu'à ce que la flèche pointe vers la fonction souhaitée.

CNT: Nombre de stages effectués

TIME(TEMPS): Durée de l'ENTRAÎNEMENT

CAL: Calories brûlées estimées

R.P.M: Rotation par minute

SCAN: Basculer (TEMPS> CNT> RPM> CAL)

ES: Funciones de la pantalla

Para encender la pantalla, pulse una vez el botón rojo o empiece a pedalear. La pantalla se apaga automáticamente tras 4 minutos de inactividad. Todas las funciones de la pantalla se activan en cuanto empiezas a pedalear y se detienen cuando dejas de hacerlo. Para alternar entre ellas, pulse el botón rojo hasta que la flecha señale la función deseada.

CNT: Número de rotaciones realizadas.

TIME: Duración del entrenamiento.

CAL: Calorías quemadas estimadas.

R.P.M: Rotaciones por minuto.

SCAN: Alternar (TIME>CNT>RPM>CAL)

IT: Funzioni di Visualizzazione

Per accendere il display, premere una volta il pulsante rosso o iniziare a pedalare. Il display si spegne automaticamente dopo 4 minuti di inattività. Tutte le funzioni del display si attivano non appena si inizia a pedalare e si interrompono quando ci si ferma. Per passare da una funzione all'altra, premere il pulsante rosso finché la freccia non indica la funzione desiderata.

CNT: Numero di rotazioni completate

TIME: Durata dell'ALLENAMENTO

CAL: Calorie stimate bruciate

R.P.M: Rotazioni al minuto

SCAN: Alternare (TIME>CNT>RPM>CAL)

PL: Funkcje wyświetlacza

Aby włączyć wyświetlacz należy jednokrotnie nacisnąć czerwony przycisk lub wcisnąć pedał. Wyświetlacz wyłącza się automatycznie po 4 minutach bezczynności. Wszystkie funkcje wyświetlacza aktywują się natychmiast po rozpoczęciu pedałowania i zatrzymują się po jego zatrzymaniu. Aby przełączać się między funkcjami, naciskaj czerwony przycisk, aż strzałka wskaże żądaną funkcję.

CNT: Liczba wykonanych obrotów

TIME: Czas trwania treningu

CAL: Szacowana ilość spalonych kalorii

R.P.M: Obroty na minutę

SCAN: Przełącz (TIME>CNT>RPM>CAL)

EN



Return / Damage Claim Instructions

-  **DO NOT discard the box / original packaging.**
In case a return is required, the item must be returned in original box. Without this your return will not be accepted.
-  **Take a photo of the box markings.**
A photo of the markings (text) on the side of the box is required in case a part is needed for replacement. This helps our staff identify your product number to ensure you receive the correct parts.
-  **Take a photo of the damaged part (if applicable).**
A photo of the damage is always required to file a claim and get your replacement or refund processed quickly. Please make sure you have the box even if it is damaged.
-  **Send us an email with the images requested.**
Email us directly from marketplace where your item was purchased with the attached images and a description of your claim.

DE



Rücksendung / Beschädigung Anweisungen

-  **Werfen Sie den Karton / die Originalverpackung NICHT weg.**
Falls eine Rücksendung erforderlich ist, muss der Artikel in der Originalverpackung zurückgeschickt werden. Andernfalls wird Ihre Rücksendung nicht angenommen.
-  **Machen Sie ein Foto von der Beschriftung des Kartons.**
Für den Fall, dass ein Ersatzteil benötigt wird, benötigen wir ein Foto der Beschriftung (Text) auf der Seite des Kartons. So können unsere Mitarbeiter Ihre Artikelnummer identifizieren und sicherstellen, dass Sie die richtigen Teile erhalten.
-  **Machen Sie ein Foto des beschädigten Teils (falls zutreffend).**
Ein Foto des beschädigten Teils ist immer erforderlich, um eine Reklamation einzureichen und eine schnelle Bearbeitung Ihres Ersatzteils oder Ihrer Rückerstattung zu gewährleisten. Bitte stellen Sie sicher, dass Sie den Karton haben, auch wenn er beschädigt ist.
-  **Schicken Sie uns eine E-Mail mit dem gewünschten Foto.**
Schicken Sie uns eine E-Mail direkt vom Marktplatz, auf dem Sie den Artikel gekauft haben, mit den angehängten Fotos und einer Beschreibung Ihrer Reklamation.

FR



Instructions De Retour / Réclamation De Dommages

- ⚠ **NE PAS jeter la boîte/l'emballage d'origine.**
Dans le cas où un retour est requis, l'article doit être retourné dans sa boîte d'origine. Sans cela, votre retour ne sera pas accepté.
- ⚠ **Prenez une photo des marquages de la boîte.**
Une photo des marquages (texte) sur le côté de la boîte est requise au cas où une pièce serait nécessaire pour le remplacement. Cela aide notre personnel à identifier votre numéro de produit pour s'assurer que vous recevez les bonnes pièces.
- ⚠ **Prenez une photo des dommages (le cas échéant).**
Une photo des dommages est toujours requise pour déposer une réclamation et obtenir rapidement votre remplacement ou votre remboursement. Assurez-vous d'avoir la boîte même si elle est endommagée.
- ⚠ **Envoyez-nous un e-mail avec les images demandées.**
Envoyez-nous un e-mail directement depuis le marché où votre article a été acheté avec les images ci-jointes et une description de votre réclamation.

ES



Instrucciones de Devolución / Reclamación de Daños

- ⚠ **NO deseche la caja/embalaje original.**
En caso de que se requiera una devolución, el artículo debe ser devuelto en la caja original. Sin esto su devolución no será aceptada.
- ⚠ **Tome una foto de las marcas de la caja.**
Se requiere una foto de las marcas (texto) en el lado de la caja en caso de que se necesite una pieza para reemplazarla. Esto ayuda a nuestro personal a identificar su número de producto para asegurarse de que recibe las piezas correctas.
- ⚠ **Tome una foto de las piezas dañadas (si procede).**
Una foto de los daños es siempre necesaria para presentar una reclamación y conseguir que su reemplazo o reembolso sea procesado rápidamente. Por favor, asegúrese de tener la caja aunque esté dañada.
- ⚠ **Envíenos un correo electrónico con las imágenes solicitadas.**
Envíenos un correo electrónico directamente desde el mercado donde se compró su artículo con las imágenes adjuntas y una descripción de su reclamación.

IT



Istruzioni Per La Restituzione / Reclamo Per Danni

- ⚠ **NON scartare la scatola / confezione originale.**
Nel caso in cui sia richiesto un reso, l'articolo deve essere restituito nella scatola originale. Senza la scatola originale il tuo reso non sarà accettato.
- ⚠ **Fare una foto dei contrassegni sulla scatola.**
È necessaria una foto dei contrassegni (testo) sul lato della scatola nel caso in cui la parte debba essere sostituita. Questo aiuta il nostro staff a identificare il numero del tuo prodotto per assicurarti di ricevere le parti corrette.
- ⚠ **Fare una foto di Danno (se è applicabile).**
Una foto del danno è sempre necessaria per presentare un reclamo e ottenere rapidamente la sostituzione o il rimborso. Assicurati di avere la scatola anche se è danneggiata.
- ⚠ **Inviarci una mail con le immagini richieste.**
Inviarci un'e-mail direttamente dal mercato in cui è stato acquistato il tuo articolo con le immagini allegate e una descrizione del tuo reclamo.

PL



Zwroty i reklamacje

- ⚠ **Nie wyrzucaj oryginalnego opakowania.**
Jeśli chcesz zwrócić produkt, musi znajdować się on w oryginalnym opakowaniu. Towar zwrócony w nieoryginalnym opakowaniu nie zostanie przyjęty.
- ⚠ **Zrób zdjęcie oznaczeń na opakowaniu.**
Jeśli jakkolwiek część wymaga wymiany, zrób zdjęcie oznaczeń kodu produktu, który znajduje się na opakowaniu. Pozwoli nam to zidentyfikować produkt i dostarczyć ci właściwą część.
- ⚠ **Zrób zdjęcie uszkodzonej części (jeśli dotyczy).**
Jeśli chcesz złożyć reklamację, zrób zdjęcie uszkodzonej części. Pozwoli nam to zatwierdzić reklamację i zlecić zwrot środków na twoje konto. Do złożenia reklamacji potrzebne będzie oryginalne opakowanie.
- ⚠ **Skontaktuj się z nami.**
Skontaktuj się z nami telefonicznie, mailowo lub poprzez formularz kontaktowy. Załącz zdjęcia produktu i opis roszczenia.