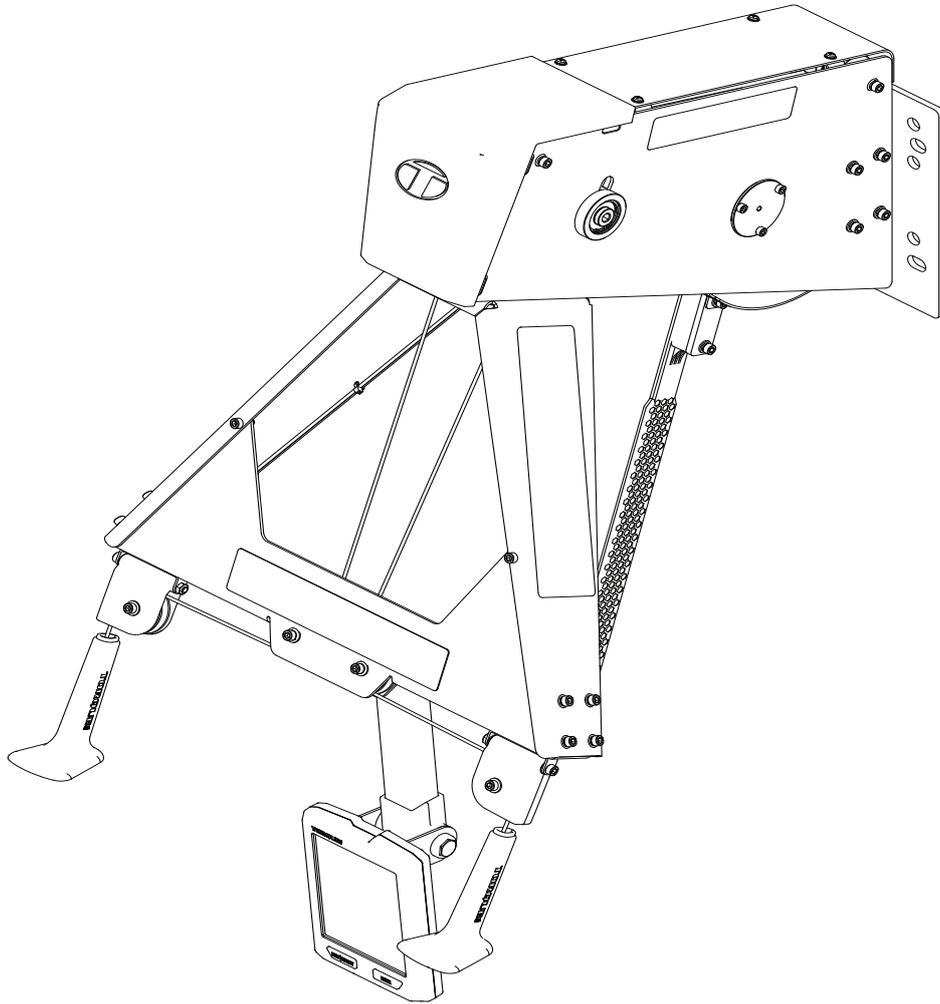


TORQUE USA



Relentless Ripper Assembly & User Instructions

Model No.: XRR-SKI-101
Manual P/N: 5866801-Rev B



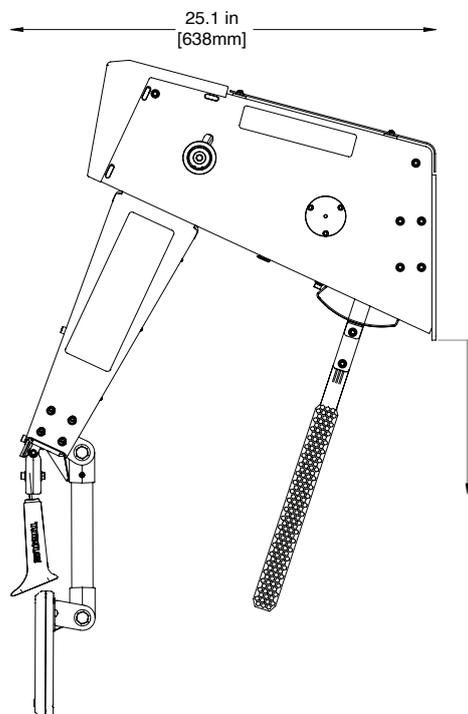
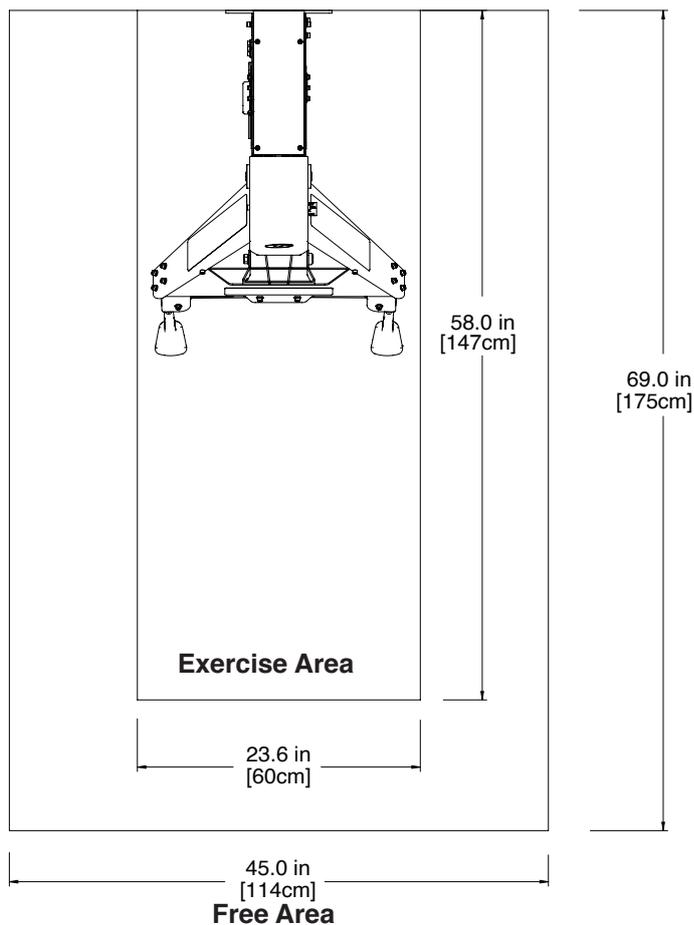
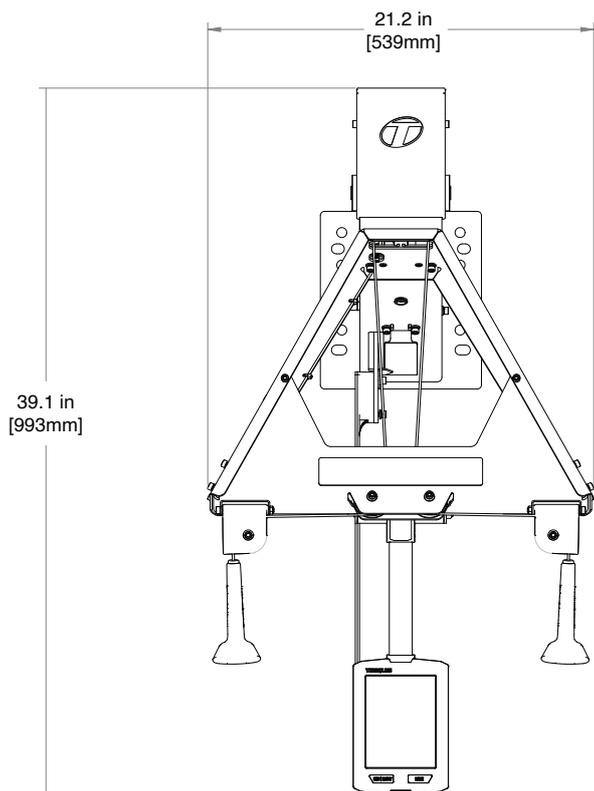
CE This product is compliant with the applicable CE requirements.

Relentless Ripper Assembly & User Instructions

Table of Contents

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS.....	ii
Relentless Ripper Product Specifications.....	1
Relentless Ripper Assembly Instructions	2
Assembly Preparation.....	2
1. Frame.....	3
2. Ropes.....	4
3. Handles.....	5
4. Adjustment Handle	6
5. Mount.....	7
6. Console	9
Relentless Ripper User Instructions	10
Adjusting Resistance.....	10
Using the Relentless Ripper.....	10
Control Buttons	11
Display	12
Console Setup.....	14
Maintenance.....	15
Limited Product Warranty	15

Relentless Ripper Product Specifications



Machine Weight: 50 lbs. (23 kg)
Power Requirements: Four (4) AA batteries

CE Complies with the following:
2001/95/EU General Product Safety Directive
2011/65/EU Restriction of Hazardous Substances Directive
2013/56/EC Battery Directive
2014/30/EU EMC Directive

Relentless Ripper Assembly Instructions

Assembly Preparation

Tools Required

- Box cutter (or comparable cutting tool)
- 5mm Allen (hex) wrench
- 3/8" Allen (hex) wrench
- 3/4" wrench or socket
- 17mm wrench or socket (for lag bolts/optional wall mount)
- Drill with 11/64" bit (for optional wall mount)

Hardware Included

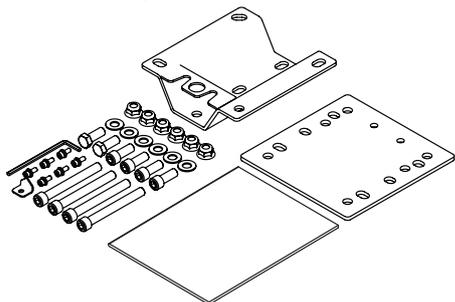
- M6 x 15 Screw Qty: 6
- 1/2" x 1 1/4" Bolt Qty: 6
- 1/2" Washer Qty: 6
- 1/2" Nut Qty: 6
- *1/2" x 4 1/2" Bolt Qty: 4
- *Mounting Bracket Qty: 1
- *Mounting Plate Qty: 1

* not used in wall mount assembly;
used only with rack, rig or X Create mount

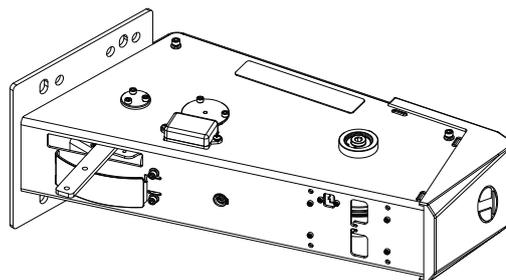
Prepare for Assembly

1. Use box cutter to carefully cut the tape or straps around box; lift top cover off.
2. Unpack all contents, removing all packaging and protective bags. Verify all items shown below are included and undamaged.

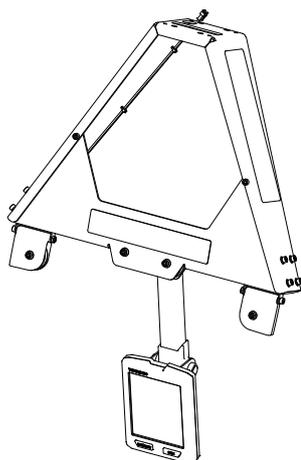
- Mounting Parts and Manual



- Strut



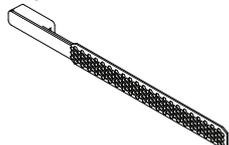
- Lower Triangle with Console



- Handle with Tie-off



- Adjustment Lever

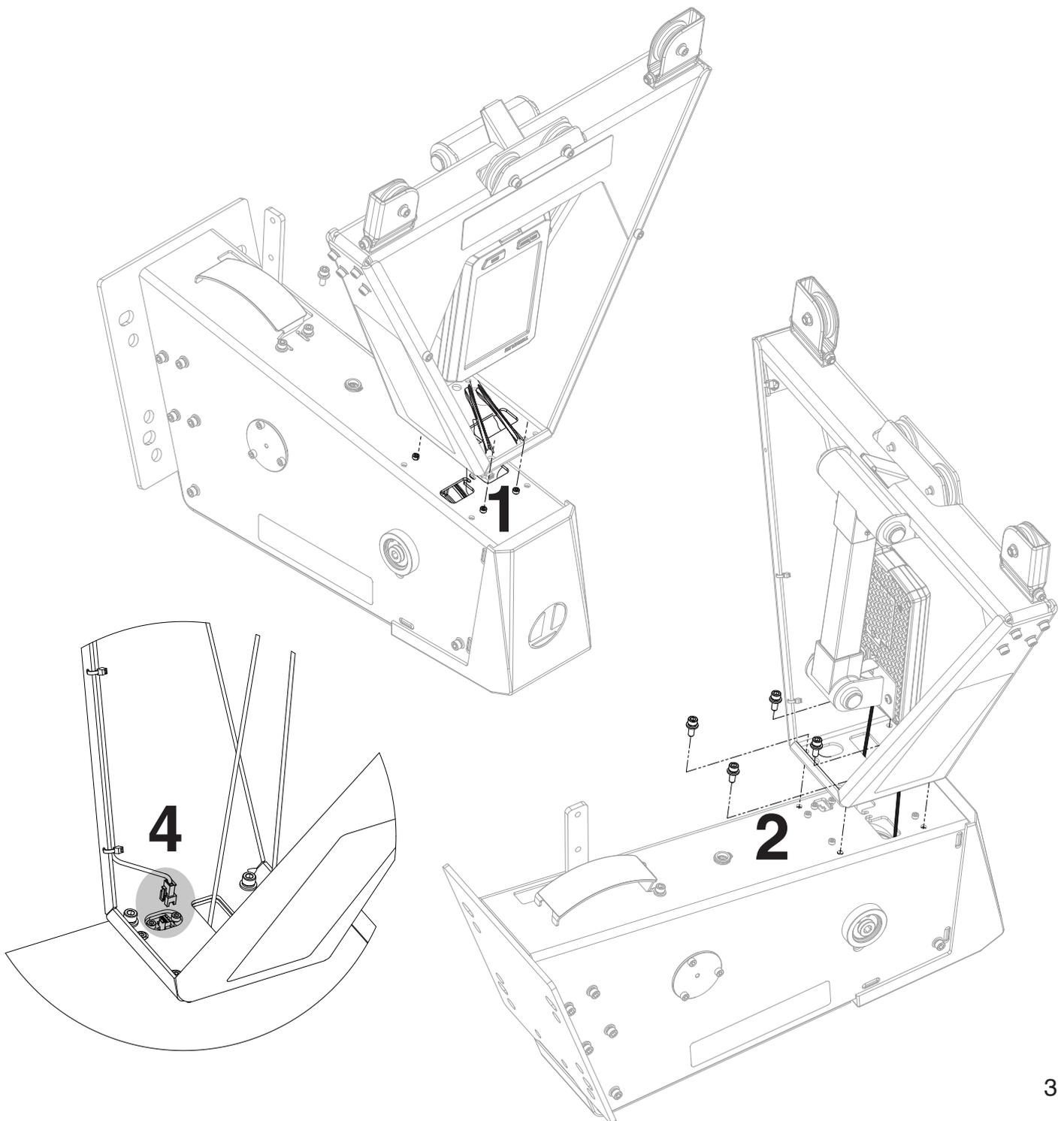


- Adjustment Indicator



1. Frame

1. Place strut on flat surface with ropes facing up. Place triangle assembly on top of strut, aligning holes in triangle assembly over bolts on strut. Thread rope bundles up through the center hole in triangle assembly.
2. Insert hex screws (quantity:4) into holes in triangle assembly and strut; tighten with 5mm hex wrench.
3. Remove twist tie holding rope bundle (not shown). **DO NOT remove twist tie holding loops. DO NOT remove the knots from the ropes.**
4. Plug in cable.

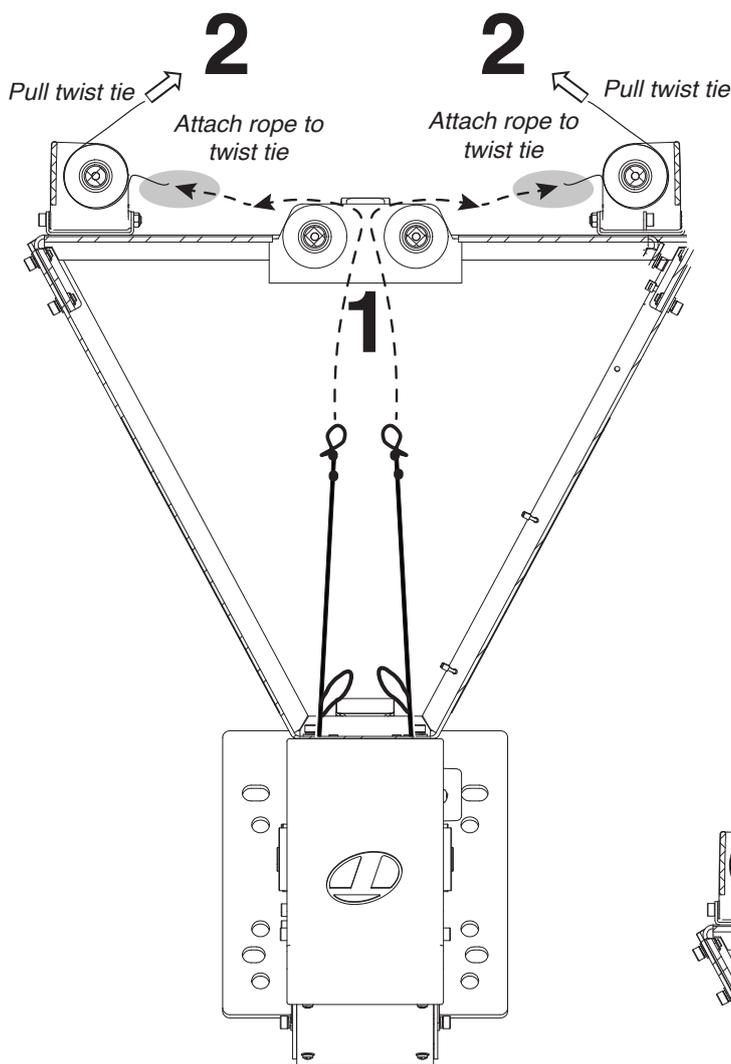


2. Ropes

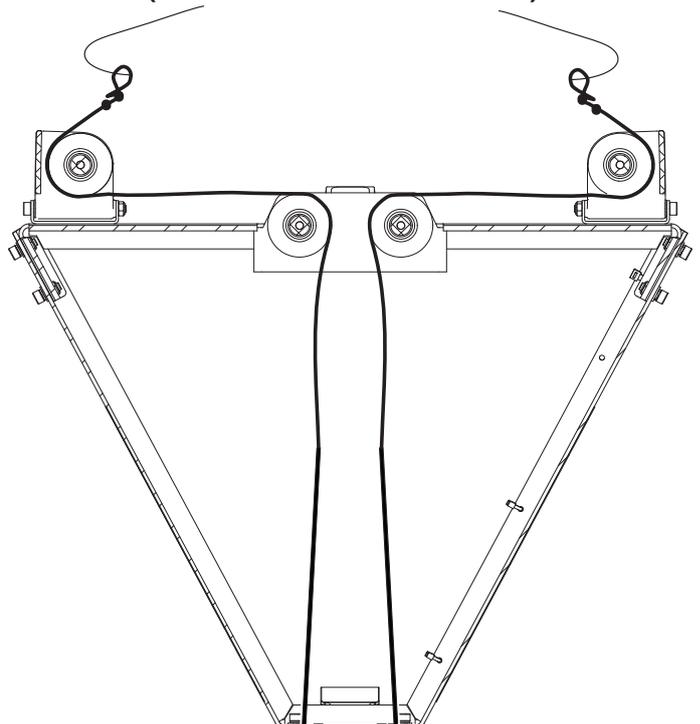
Note: Proper routing of the ropes is critical to the performance of the Relentless Ripper. Follow the directions carefully to ensure proper routing of each rope.

1. Thread one rope between the center pulleys and toward the outer pulley on the same side of the unit. **DO NOT** cross the ropes.
2. Untwist the twist tie on the outer pulley. Attach the end of the twist tie nearest the frame to the loop at the end of the rope and pull the other end of the twist tie to route the rope around the pulley.

Repeat steps 1 and 2 for the second rope.



Upon completion, verify that the ropes are routed around the pulleys like this (with twist ties still attached):

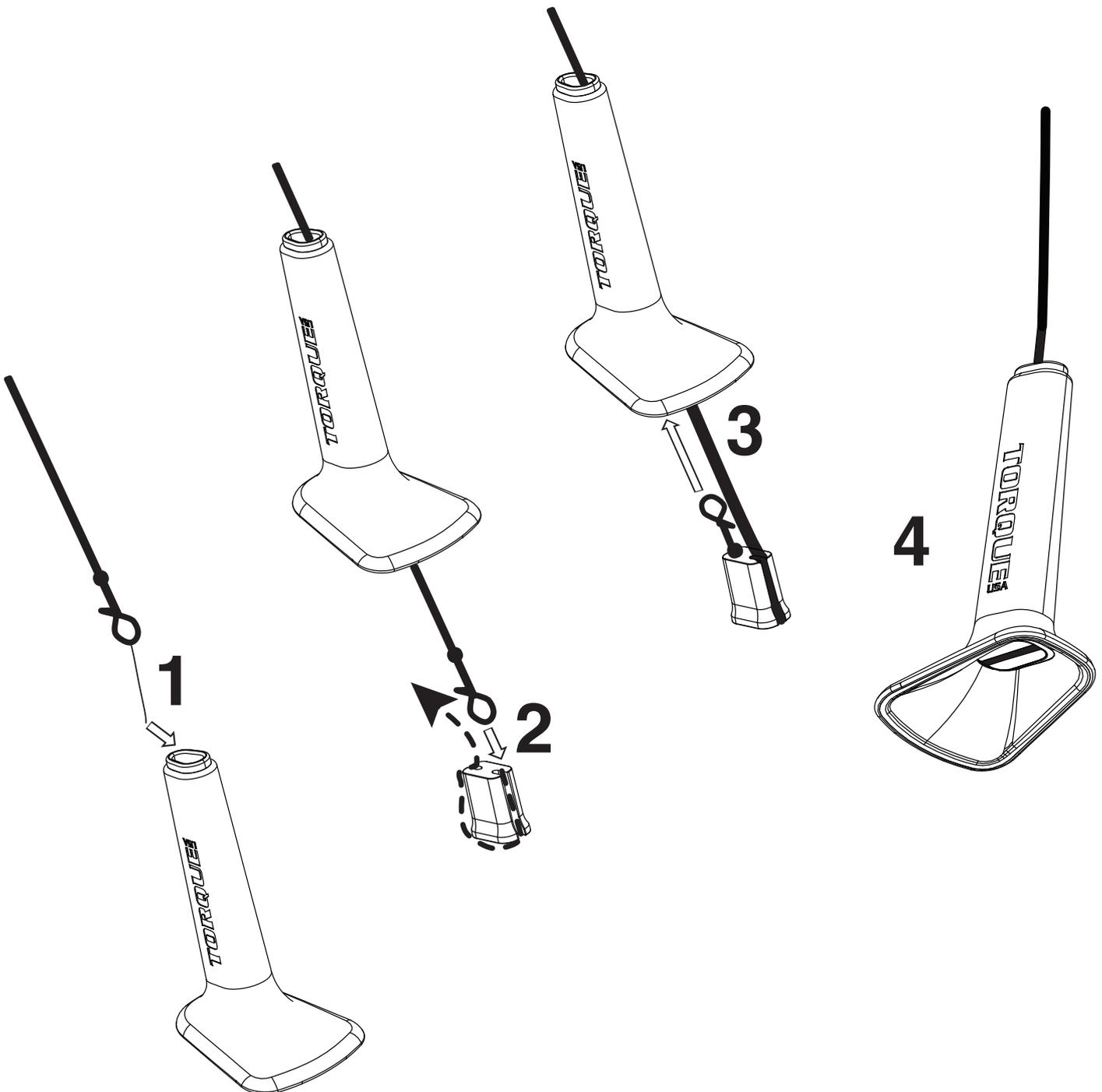


3. Handles

1. Straighten the twist tie at the end of one rope, then insert the tie and rope into the top (thin end) of the handle and out the bottom. Remove the tie from the rope.
2. Insert the knot at the end of the rope into the slot at the small end of the tie-off and wrap the rope around the tie-off.
3. Insert the small end of the tie-off into the bottom of the handle and press it into place. Note: when properly installed, the knot in the end of the rope is not visible.

Repeat steps 1-3 for second handle.

4. Remove the twist tie holding the loops in the rope near the strut. Give the handles a pull to release the knot. Ensure the ropes are in the pulley grooves.

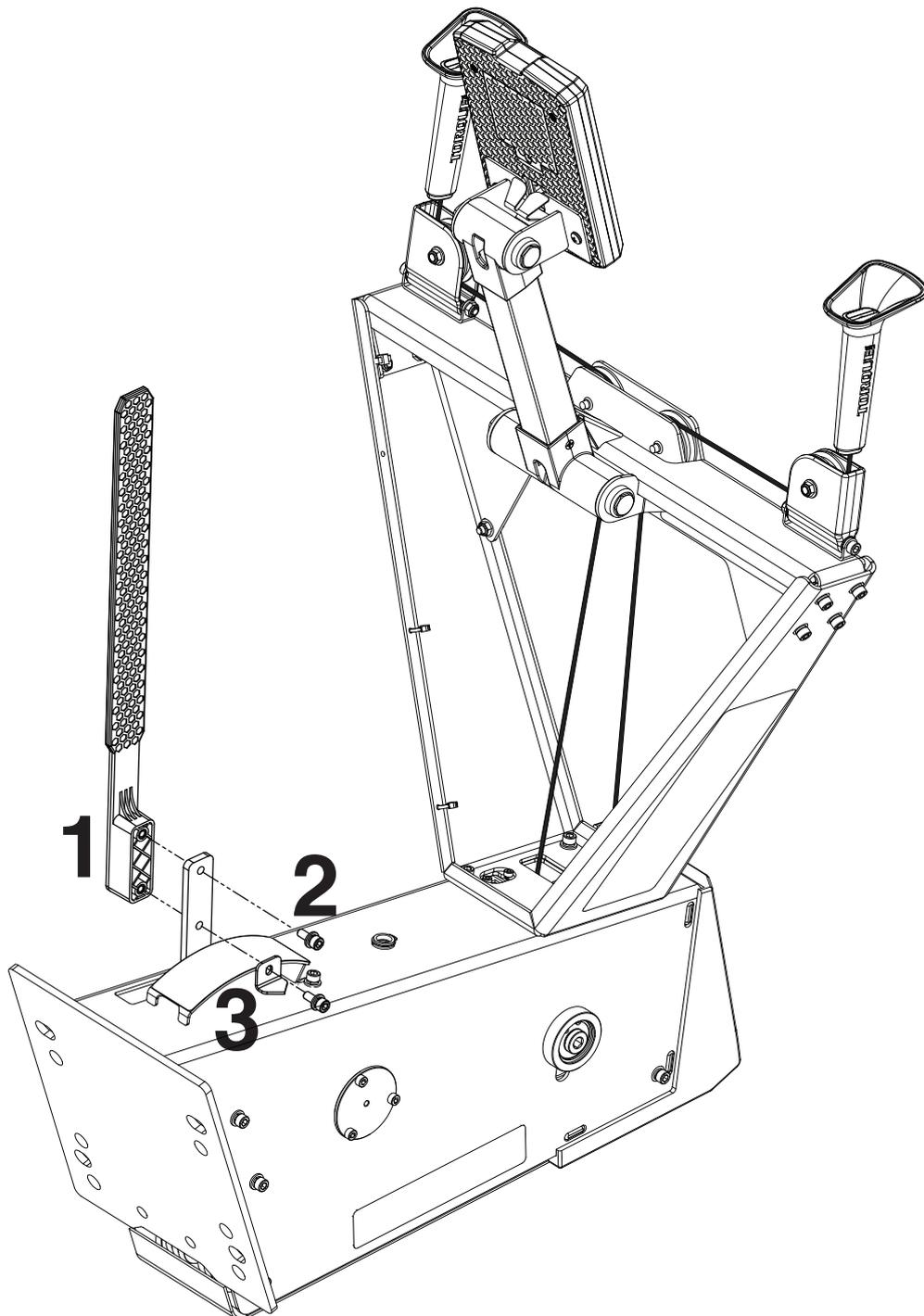


4. Adjustment Handle

1. Position the adjustment handle on the outer side of the unit, aligning the holes in the handle with the holes in the metal plate on the strut.
2. Insert hex screw into the top hole in handle and lever; use 5mm hex wrench to tighten loosely.
3. Insert hex screw through level indicator, through the metal plate, and into the bottom hole in the adjustment handle. Use 5mm hex wrench to tighten loosely.

Adjust the position of the indicator as needed so it is aligned with the numbers on the indicator label and not rubbing against the label.

Use 5mm hex wrench to tighten both screws.



5. Optional Wall Mount (WMB-RRR)

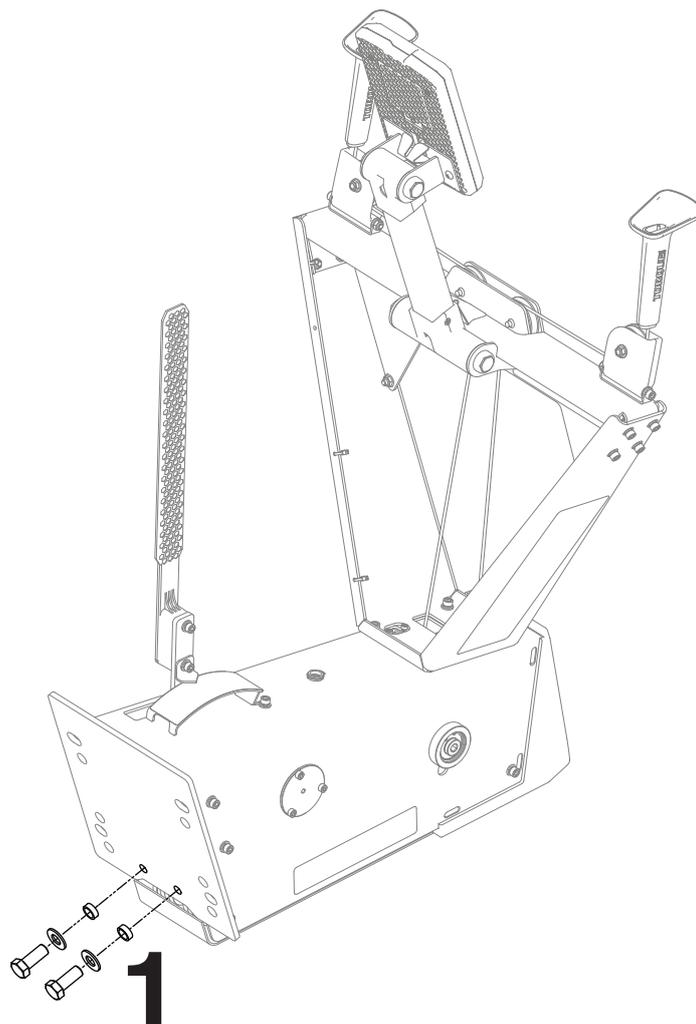
Note: *These instructions are for wall mounting only. If mounting to a rack, rig, or X Create, use the instructions provided with that product. Find instructions here: <https://commercial.torquefitness.com/pages/assembly-manuals>*

CAUTION: Avoid potential injuries and damage:

- This product is intended to be installed in wood studs, solid concrete, or concrete block only.
- If mounting the unit to concrete or block, eight (8) anchors each with a 300lb minimum pull-out strength are required.
- Drywall must not exceed 5/8".
- Minimum stud size is 2" x 4" .
- Horizontal stud spacing must be 15.4" to 16.6".
- Stud centers must be verified.
- Torque Fitness is not responsible for injury or damage caused by incorrect assembly or use.
-

To install:

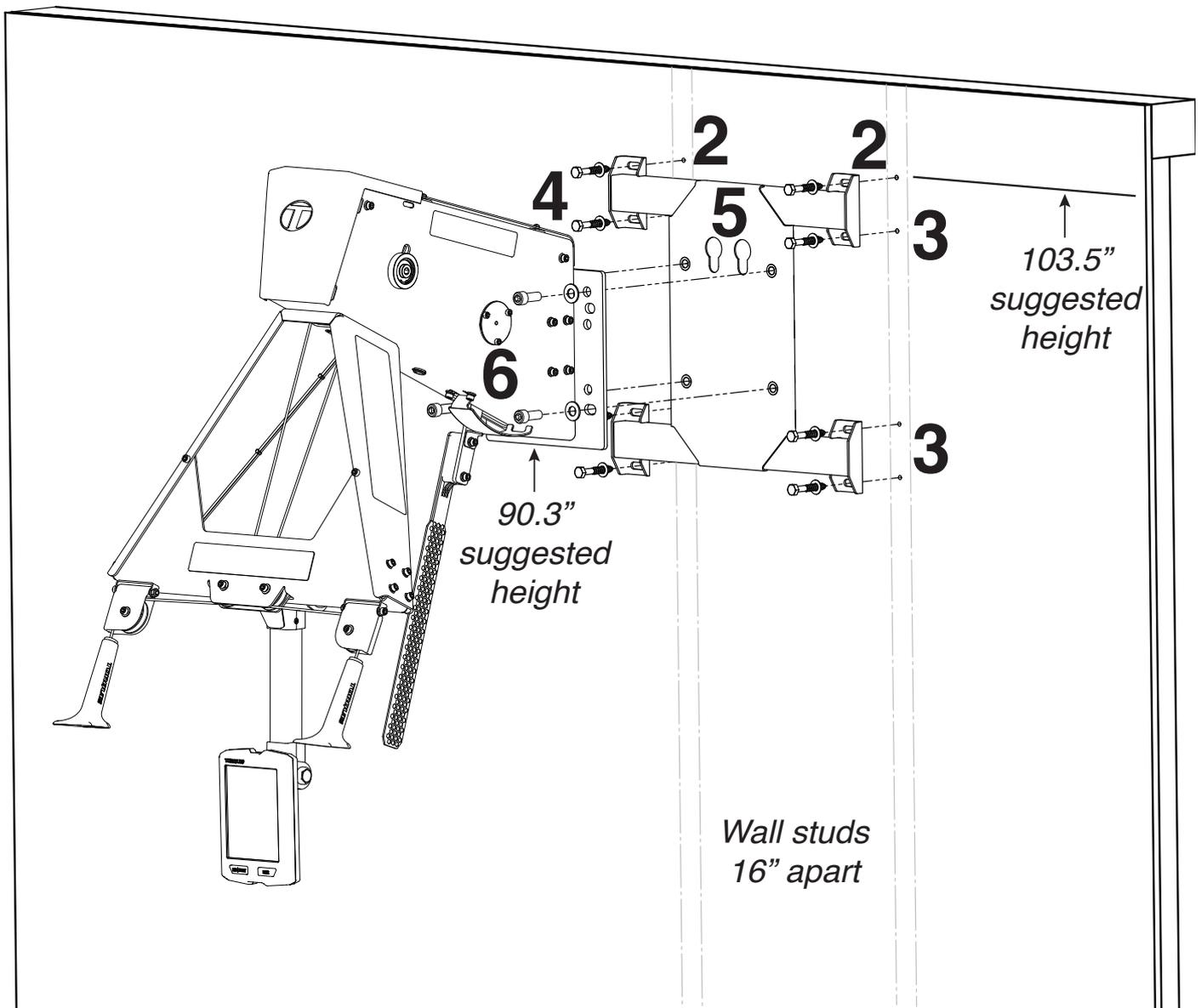
1. Select a tube spacer (provided with wall mount kit). Insert 1/2" x 1 1/4" bolt through washer and tube spacer into hole in the unit. Repeat for second hole. Use 3/4" wrench to tighten both bolts.



5. Optional Wall Mount (WMB-RRR)

Wall Mount Installation Instructions, continued

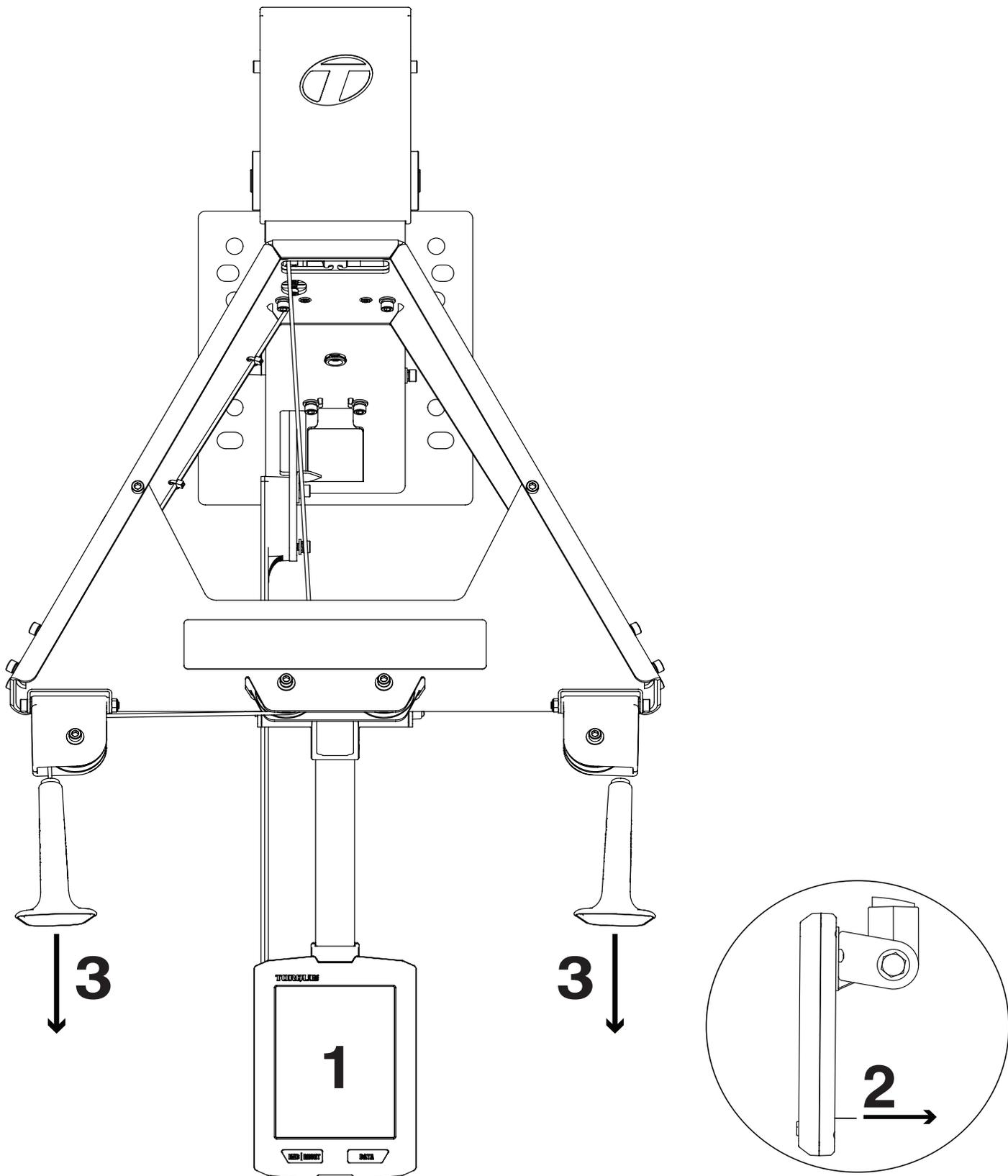
2. Drill top two (2) - 11/64" pilot holes in center of wood studs that are 16" apart.
Note: Torque Fitness does not recommend mounting the unit to metal studs.
3. Hang wall mount from top two screws and drill remaining pilot holes.
4. Use wrench or socket to properly install all 8 lag screws as shown.
5. Hang unit on wall mount from key-hole slot bolts installed in step 1.
6. Use 3/8" Allen (hex) wrench to secure unit to wall mount with washers and 1/2" x 1 1/4" bolts (quantity 4).



6. Console

1. Lower the console into its proper position.
2. Remove the tab from the battery compartment on the back of the console.
3. Pull down on the handles to verify the console is working.

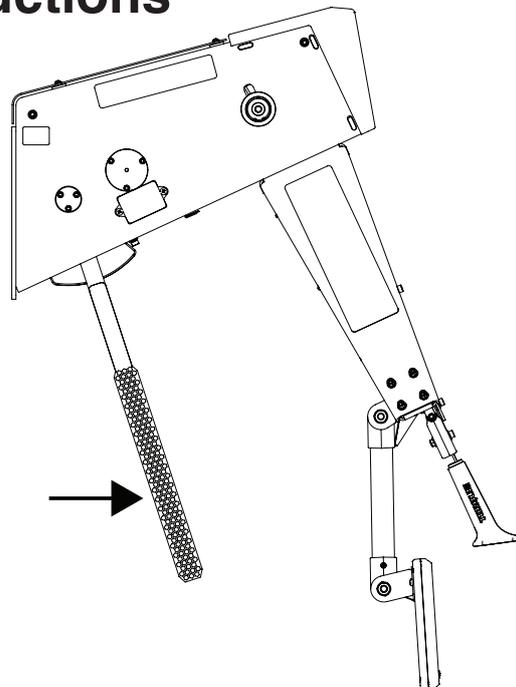
Should you encounter any issues, email service@torquefitness.com, or call 763-754-7533.



Relentless Ripper User Instructions

Adjusting Resistance

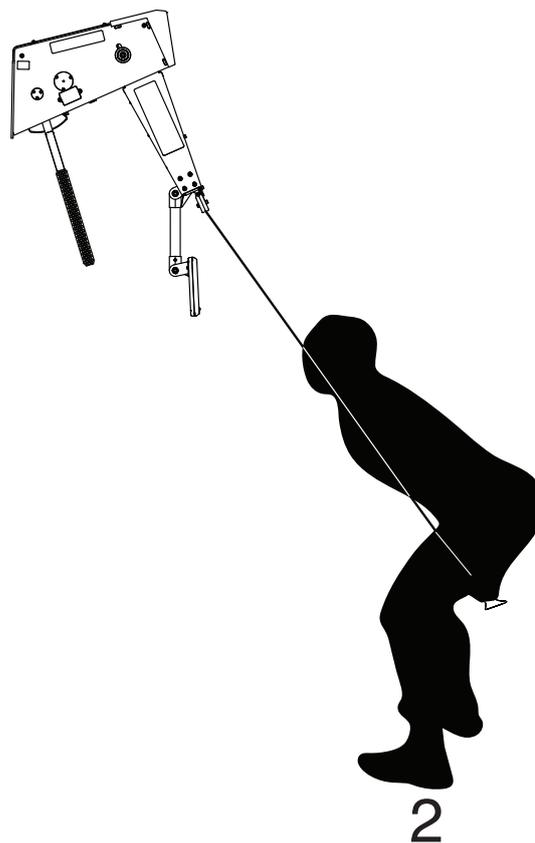
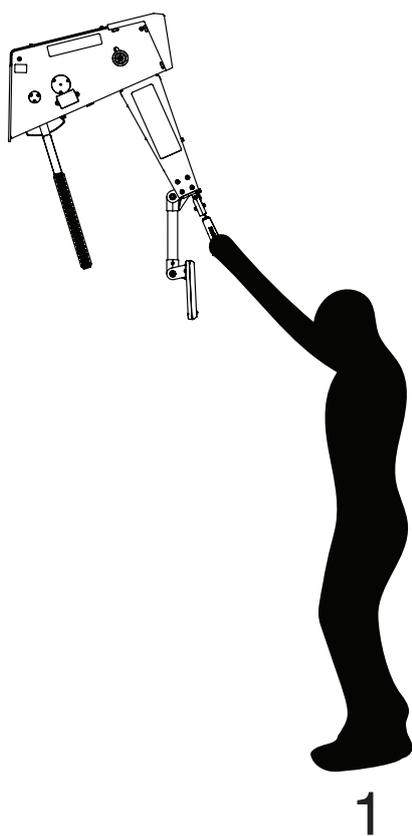
Use the lever to adjust resistance levels 1-10.



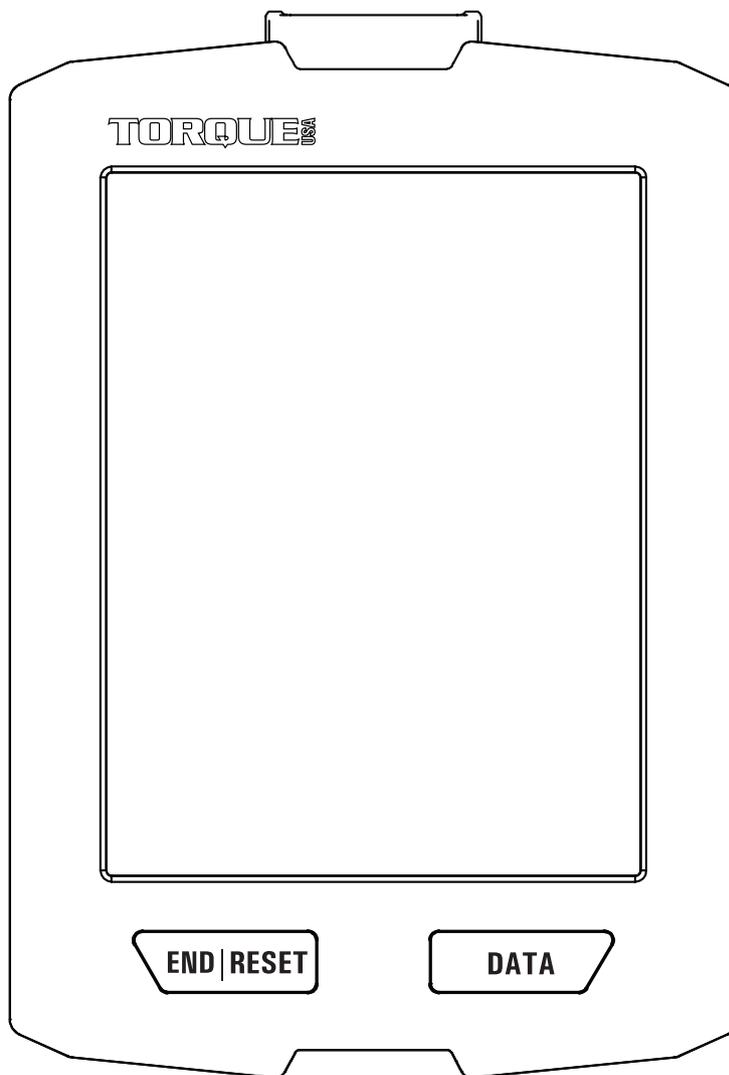
Using the Relentless Ripper

1. Stand facing the Relentless Ripper with your feet shoulder-width apart and knees slightly bent.
2. Grasp both handles and engage your core muscles as you pull the handles down and slightly back, bending your knees and leaning slightly forward.

Allow the machine to retract the ropes as you raise your hands and return to the starting position.



Console Buttons



The console features two (2) buttons to control the digital display:

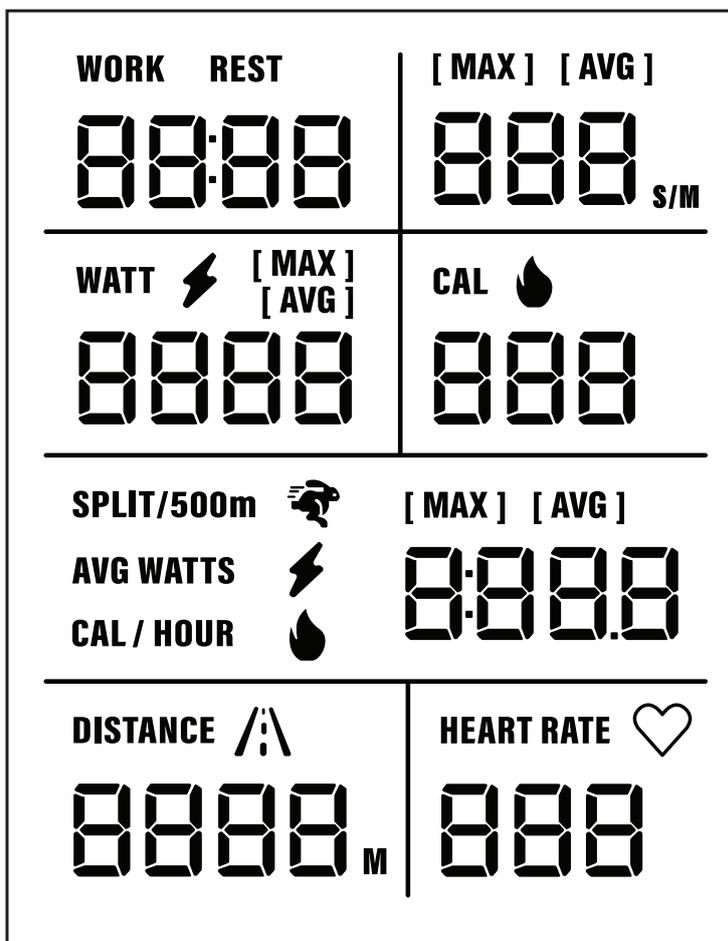
END | RESET

Press this button to end a workout. Press the button briefly during a workout to see a workout summary. Press and hold the button to clear the console data.

DATA

Press this button to change the data displayed in the third section of the screen. The possible values are SPLIT/500m, AVG WATTS and CAL / HOUR.

Display



The digital LCD includes the following data:

WORK	Displays the elapsed time of the active (work) portion of your workout, counting up (minutes:seconds). You are “working” when you are pulling the handles. The times resumes counting after a rest interval and accumulates until the workout has ended. The timer counts up to 99:99, then begins again at 00:00.
REST	Displays the elapsed time of the inactive (rest) portion of the your workout, counting up (minutes:seconds). You are “resting” when you have not pulled the handles for one second or more. The timer resets to zero each time you enter rest mode. Should the rest timer reach five minutes (5:00), the workout is ended and the display enters summary mode.
WATT CAL	Displays the approximate watts currently being generated. Displays the approximate number of calories burned during the workout (based on a user weight of 150 pounds), ranging from 0-999. The counter resumes after a rest interval and accumulates until the workout has ended.
DISTANCE	Displays the approximate length, in meters, from 1 to 9999. The counter resumes after a rest interval and accumulates until the workout has ended.
HEART RATE	Displays your current heart rate, in beats per minute. You must be wearing a compatible heart rate chest strap.

Press the DATA button to toggle between these values in the middle section of the screen:

SPLIT/500m	Displays your current pace, stated as a predicted 500 meter time (minutes:seconds).
AVG WATTS	Displays the average watts generated per stroke during the workout
CAL / HOUR	Displays the approximate total calories burned in one hour, at the current level of effort, from 0-9999.

At the end of a workout, press the END | RESET button. The display toggles for five minutes between two summary screens, including the following data:

WORK	Total workout time (including rest time)
[MAX] S/M	Total active time
[AVG] S/M	Maximum strokes per minute
[MAX] WATTS	Average strokes per minute
[AVG] WATTS	Maximum watts generated during the workout
CAL	Average watts generated per stroke during the workout
SPLIT/500m [MAX]	Total calories burned
SPLIT/500m [AVG]	Maximum 500 meter split time (your fastest pace)
DISTANCE	Average 500 meter split time (your average pace)
	Total Distance in meters

If the handles are pulled during summary screen display, the workout resumes.

Press and hold END | RESET to clear the workout and the summary.

Console Setup

Press and hold the END | RESET and DATA buttons simultaneously for three seconds to enter the console setup functions. Press the END | RESET button to move through the screens.

Two console features may be adjusted in console settings:

- BEEP** Press DATA to toggle the display sound On and Off. The factory preset value is On.
- LITE** Press DATA to toggle the display light On and Off. The factory preset value is On.

Two additional screens provide machine and software status. These screens would be referenced when working with a Torque Fitness service representative.

<i>Total machine time</i> (hours minutes)	
18	28
	3
<i>Total kilometers</i>	
456	

Machine Status

	4
U 03	
SOFT	UP

Software Status

Press the END | RESET to exit setup mode.

Maintenance

The Relentless Ripper must be examined regularly for damage and wear. Damaged or worn components must be replaced immediately with Torque Fitness-approved service parts.

Follow this schedule to keep your unit in peak operating condition:

Frequently:

- Check for loose, broken or damaged parts. Ensure the ropes are not slipping, knotted, loose or frayed.
- Check the ropes and untwist them as needed. With regular use the ropes may become twisted and will not pull down smoothly which may cause undue wear on the ropes. To untwist the ropes, turn the handle in the opposite direction of the visible twist. Another method for untwisting is to pull the handles out as far as they go, then hold the ropes at the top and allow them to dangle freely. Run your hand down one rope at a time, spinning the handle in the opposite direction of the twist, thereby untwisting the rope. You may need to release the ropes back into the unit and repeat this process more than once to fully remove the twist.
- Clean the handles with a damp cloth to remove perspiration and dirt.

Monthly:

- Check the ropes attached to the handles and the bungee cords inside the frame for wear, including fraying or broken strands. Replace worn ropes or bungee cords immediately with Torque Fitness-approved service parts.

As Needed:

- Replace the console batteries:
 1. Use #1 Phillips screwdriver to remove the screw from the battery compartment cover on the back of the console.
 2. Remove depleted batteries and dispose of them properly. Insert four (4) fresh AA batteries, oriented as shown on the diagram in the battery compartment.
 3. Replace the battery compartment cover and use #1 Phillips screwdriver to secure with screw.

For service and support, contact your dealer, or email service@torquefitness.com, or call 763-754-7533.

Limited Product Warranty

For warranty information, visit www.torquefitness.com/pages/warranty.

If you purchased your machine outside of the United States, consult your local distributor or dealer for warranty coverage.

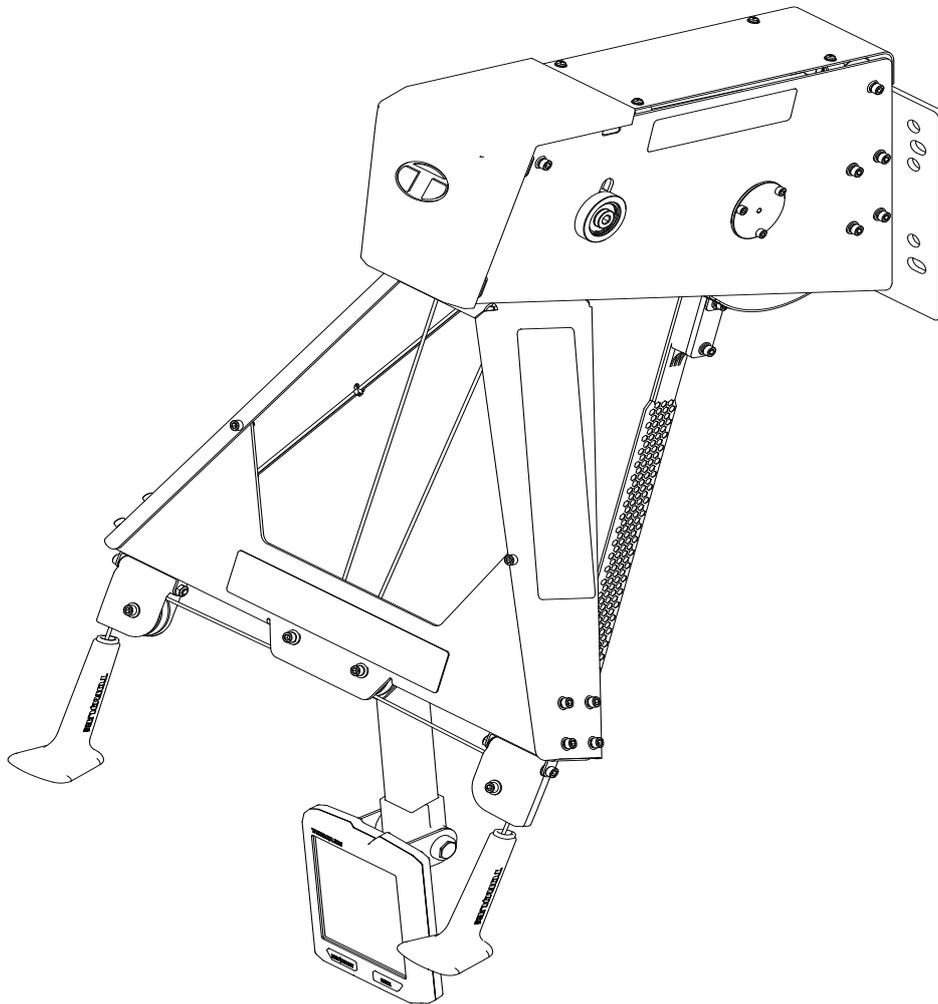
TORQUE USA

DON'T QUIT. EVER.™

Torque Fitness
11201 Xeon Street NW Ste 101
Coon Rapids, MN USA 55448
www.torquefitness.com

Phone: 763-754-7533
For sales: sales@torquefitness.com
For service: service@torquefitness.com

TORQUE USA



Relentless Ripper Montage- und Gebrauchsanleitung

Modellnr.: XRR-SKI-101

Teilenr. des Handbuchs: 5866801-Rev B



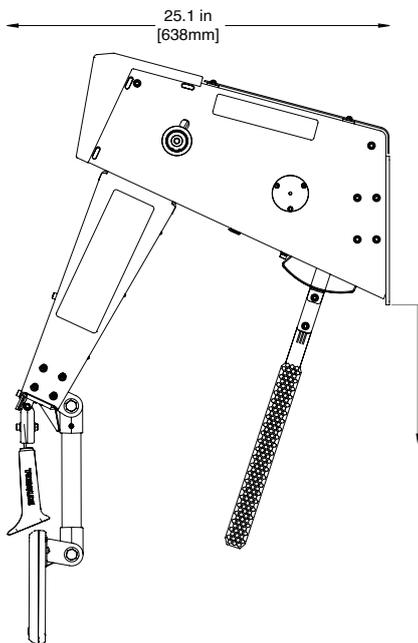
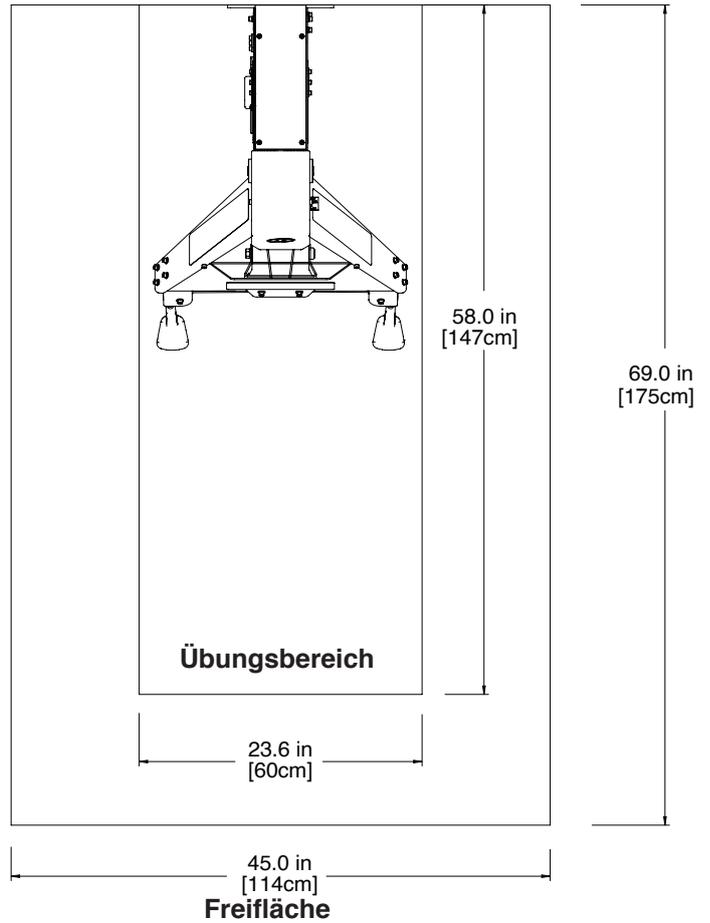
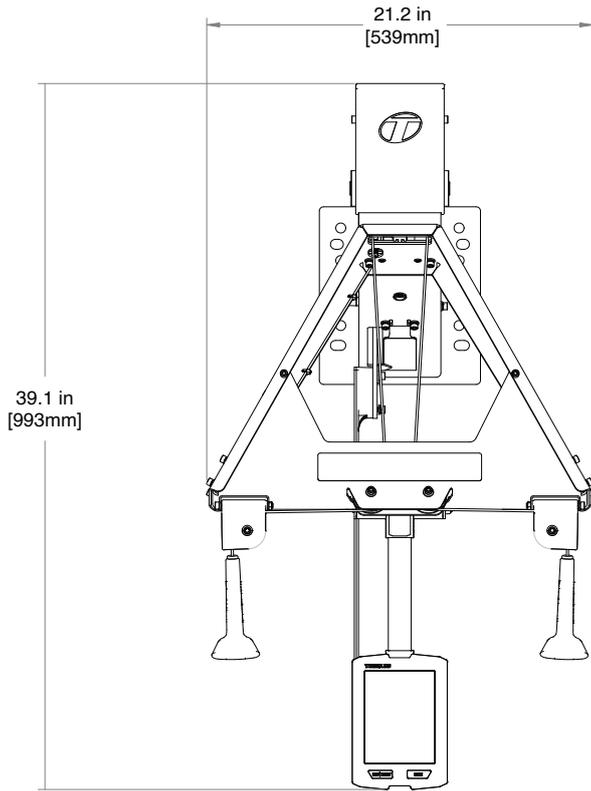
CE Dieses Produkt entspricht den geltenden
CE-Anforderungen.

Montage- und Gebrauchsanleitung für Relentless Ripper

Inhalt

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	ii
Relentless Ripper – Technische Daten.....	1
Montageanleitung für Relentless Ripper	2
Vorbereitung der Montage.....	2
1. Rahmen.....	3
2. Seile	4
3. Griffe	5
4. Einstellgriff.....	6
5. Befestigung	7
6. Konsole	9
Gebrauchsanleitung für Relentless Ripper	10
Widerstand anpassen	10
Verwendung des Relentless Ripper	10
Bedientasten	11
Display	12
Einrichtung der Konsole	14
Wartung.....	15
Eingeschränkte Produktgarantie	15

Relentless Ripper – Technische Daten



Gewicht des Gerätes: 23 kg
 Stromversorgung: Vier (4) AA-Batterien

CE **Entspricht Folgendem:**
 Richtlinie 2001/95/EU zur allgemeinen Produktsicherheit
 Richtlinie 2011/65/EU zur Beschränkung gefährlicher Stoffe
 Batterierichtlinie 2013/56/EG
 EMV-Richtlinie 2014/30/EU

Montageanleitung für Relentless Ripper

Vorbereitung der Montage

Benötigtes Werkzeug

- Teppichmesser (oder ähnliches Schneidwerkzeug)
- 5-mm-Inbusschlüssel (Sechskant)
- 3/8-Zoll-Inbusschlüssel (Sechskant)
- 3/4-Zoll-Schraubenschlüssel oder Steckschlüssel
- 17-mm-Schrauben- oder Steckschlüssel (für Schlüsselschrauben/optionale Wandhalterung)
- Bohrer mit 4,5-mm-Aufsatz (für optionale Wandhalterung)

Mitgelieferte Teile

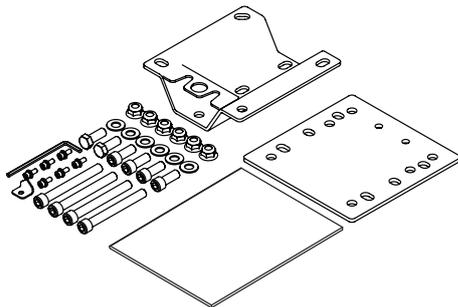
- M6x15-Schrauben Anz.: 6
- 1/2x1 1/4-Zoll-Schrauben Anz.: 6
- 1/2-Zoll-Unterlegscheiben Anz.: 6
- 1/2-Zoll-Muttern Anz.: 6
- *1/2x4 1/2-Zoll-Schrauben Anz.: 4
- *Montagehalterung Anz.: 1
- *Montageplatte Anz.: 1

* bei Wandbefestigung nicht verwendet; kommt nur bei Montage an Ständer, Gestell oder X Create zum Einsatz

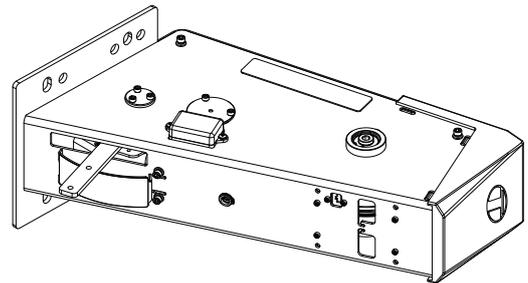
Vorbereitung für Montage

1. Zerschneiden Sie mit dem Teppichmesser vorsichtig das Klebeband bzw. die Schnüre rund um die Verpackung. Nehmen Sie den Deckel ab.
2. Packen Sie den gesamten Inhalt aus. Beseitigen Sie die Verpackung und die Schutzpolster. Vergewissern Sie sich, dass alle hier gezeigten Gegenstände vorhanden und intakt sind.

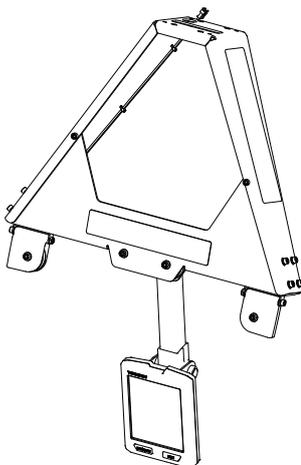
- Teile und Anleitung für die Montage



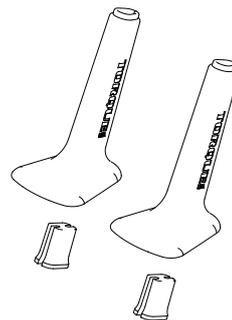
- Holm



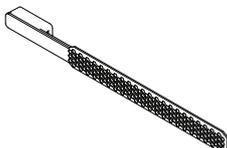
- Unteres Dreieck mit Konsole



- Griff mit Verknüpfungspunkt



- Einstellhebel

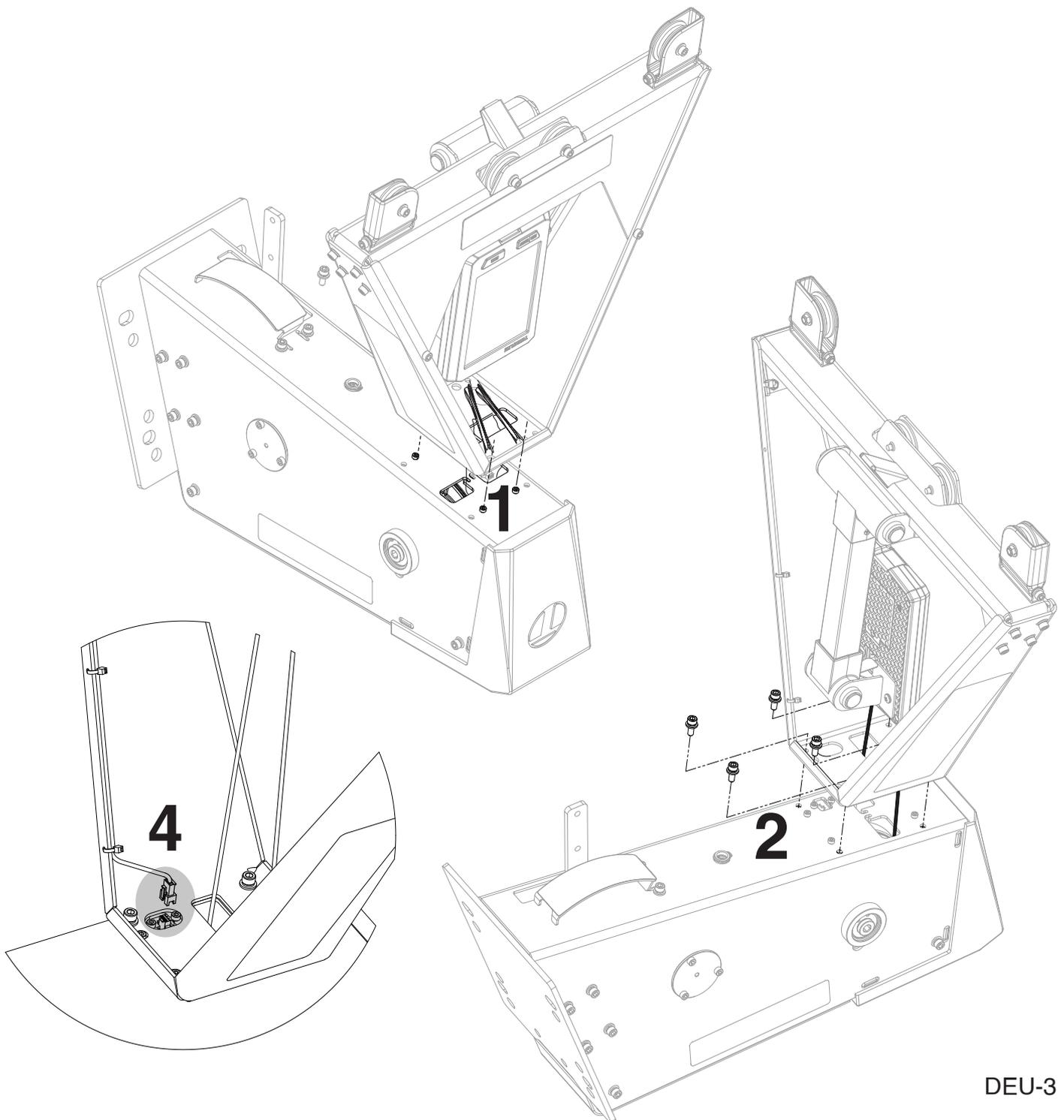


- Einstellungsanzeige



1. Rahmen

1. Legen Sie den Holm mit den Seilen nach oben auf eine flache Oberfläche. Legen Sie das Dreieck auf den Holm, und richten Sie die Löcher im Dreieck an den Schrauben im Holm aus. Fädeln Sie die Seilbündel durch das mittlere Loch im Dreieck.
2. Setzen Sie Inbusschrauben (Anzahl: 4) in die Löcher im Dreieck und im Holm ein, und ziehen Sie sie mit dem 5-mm-Sechskantschlüssel fest.
3. Entfernen Sie den Bindedraht von den Seilbündeln (nicht im Bild). **KEINEN Bindedraht entfernen, der Schlaufen zusammenhält. NICHT die Knoten in den Seilen lösen.**
4. Kabel einstecken.

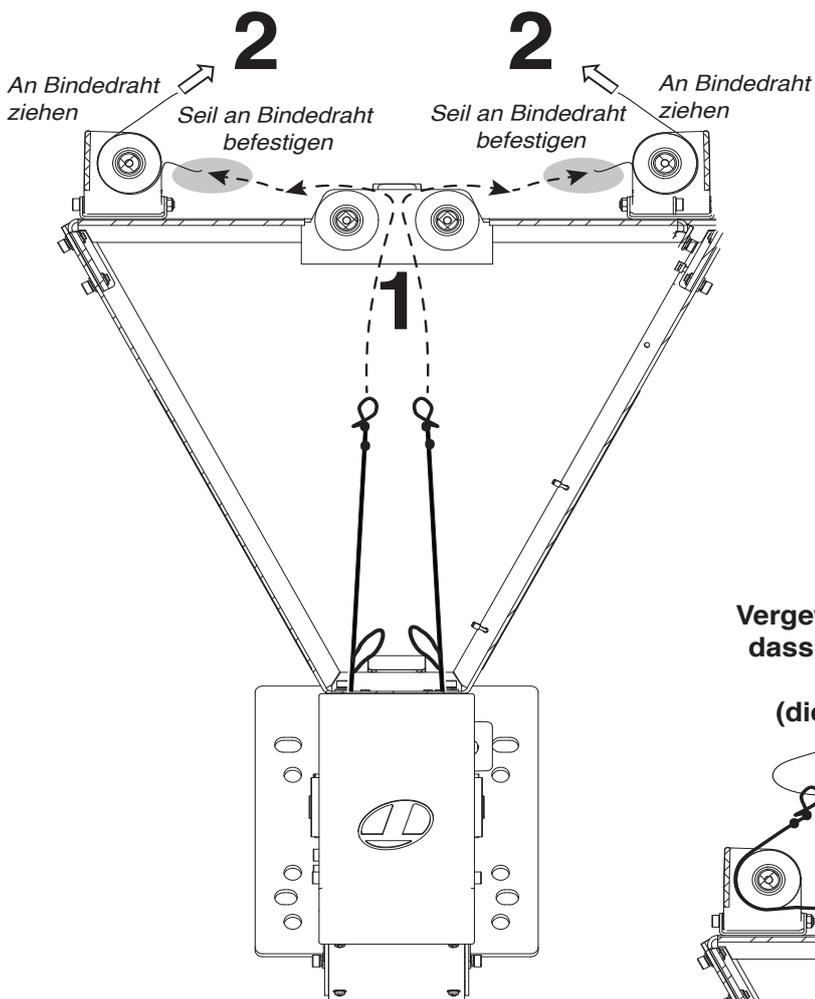


2. Seile

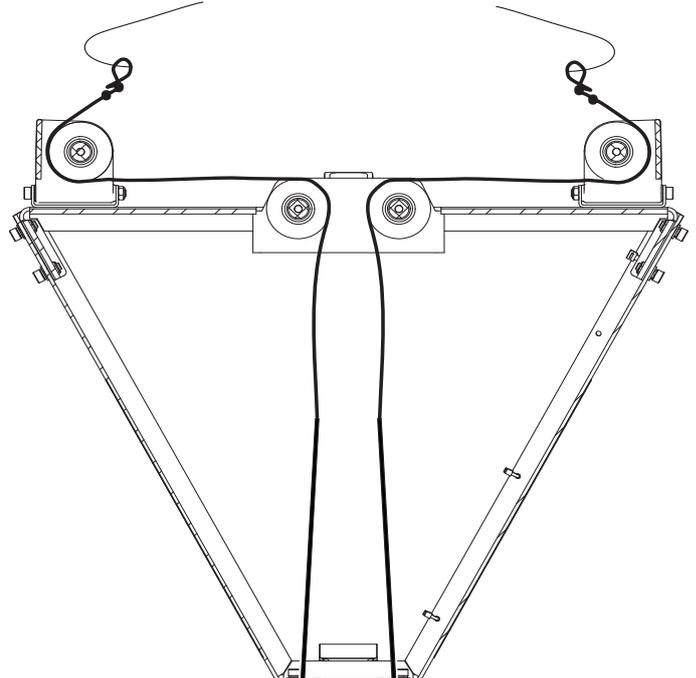
Hinweis: Der Relentless Ripper funktioniert nur, wenn die Seile so verlaufen, wie vorgesehen. Folgen Sie den Anweisungen für die Anbringung der Seile genau.

1. Fädeln Sie ein Seil zwischen den mittleren Rollen und in Richtung der äußeren Rolle auf derselben Seite des Gerätes ein. **NICHT** die Seile überkreuzen.
2. Drehen Sie den Bindedraht an der äußeren Rolle auf. Befestigen Sie das Ende des Bindedrahts, der dem Rahmen am nächsten ist, an dem Schleife am Ende des Seils, und ziehen Sie am anderen Ende des Bindedrahts, um das Seil um die Rolle zu führen.

Wiederholen Sie Schritt 1 und Schritt 2 für das zweite Seil.



Vergewissern Sie sich, wenn Sie fertig sind, dass die Seile so um die Rollen verlaufen, wie hier gezeigt (die Bindedrähte sind noch befestigt):

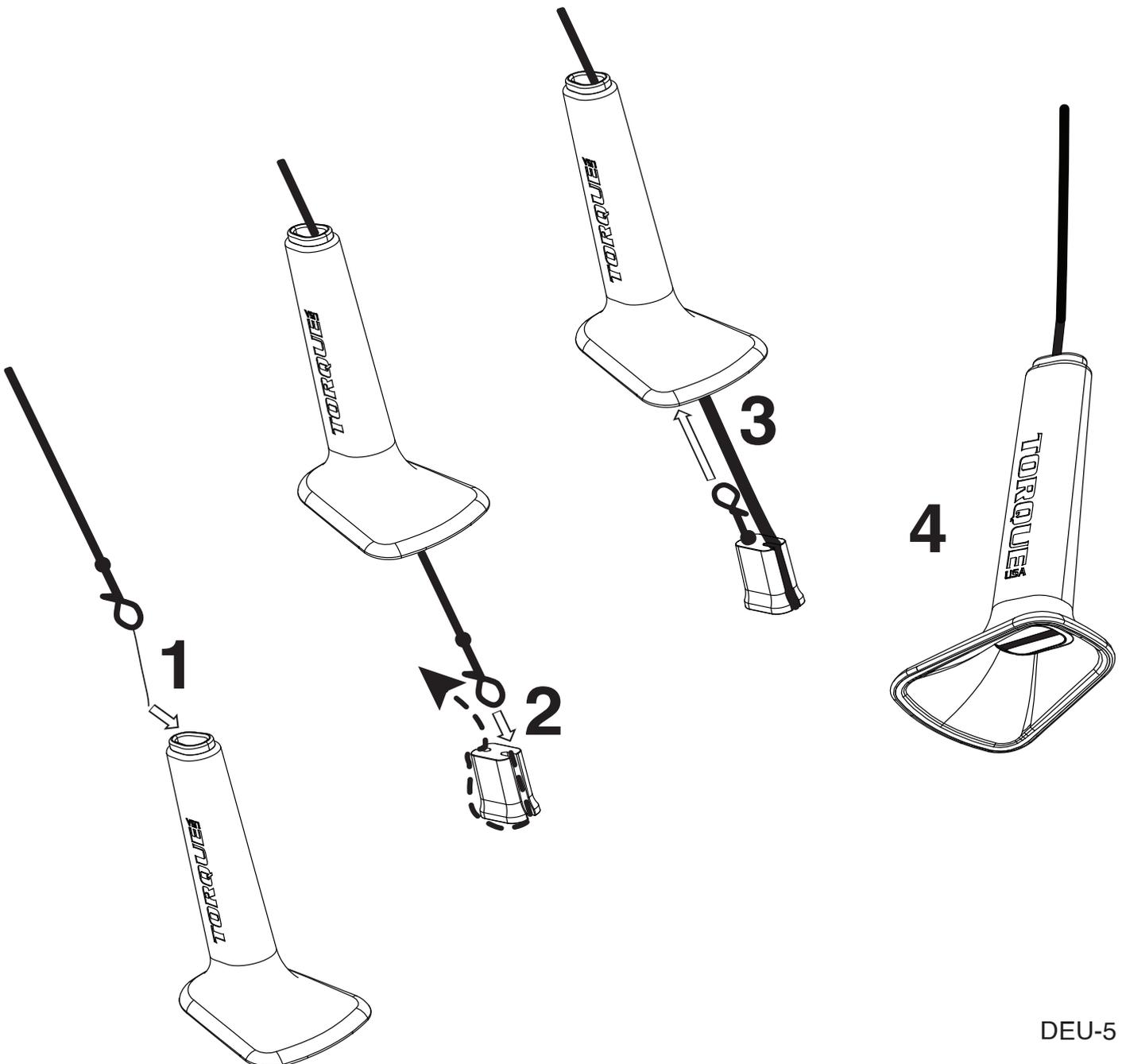


3. Griffe

1. Glätten Sie den Bindedraht am Ende des einen Seils. Führen Sie anschließend den Draht und das Seil oben (am dünnen Ende) in den Griff ein und unten wieder heraus. Lösen Sie den Draht von dem Seil.
2. Führen Sie den Knoten am Ende des Seils in den Schlitz am schmalen Ende des Verknüpfungspunktes, und wickeln Sie das Seil um den Verknüpfungspunkt.
3. Führen Sie das schmale Ende des Verknüpfungspunktes unten in den Griff ein und drücken Sie ihn fest. Hinweis:
Wenn die Montage richtig durchgeführt wird, ist der Knoten am Ende des Seils nicht mehr zu sehen.

Wiederholen Sie die Schritte 1 bis 3 für den zweiten Griff.

4. Entfernen Sie den Bindedraht, der die Schlaufen im Seil in der Nähe des Holms hält. Ziehen Sie an den Griffen, um den Knoten zu lösen. Vergewissern Sie sich, dass die Seile in den Rillen der Rolle verlaufen.

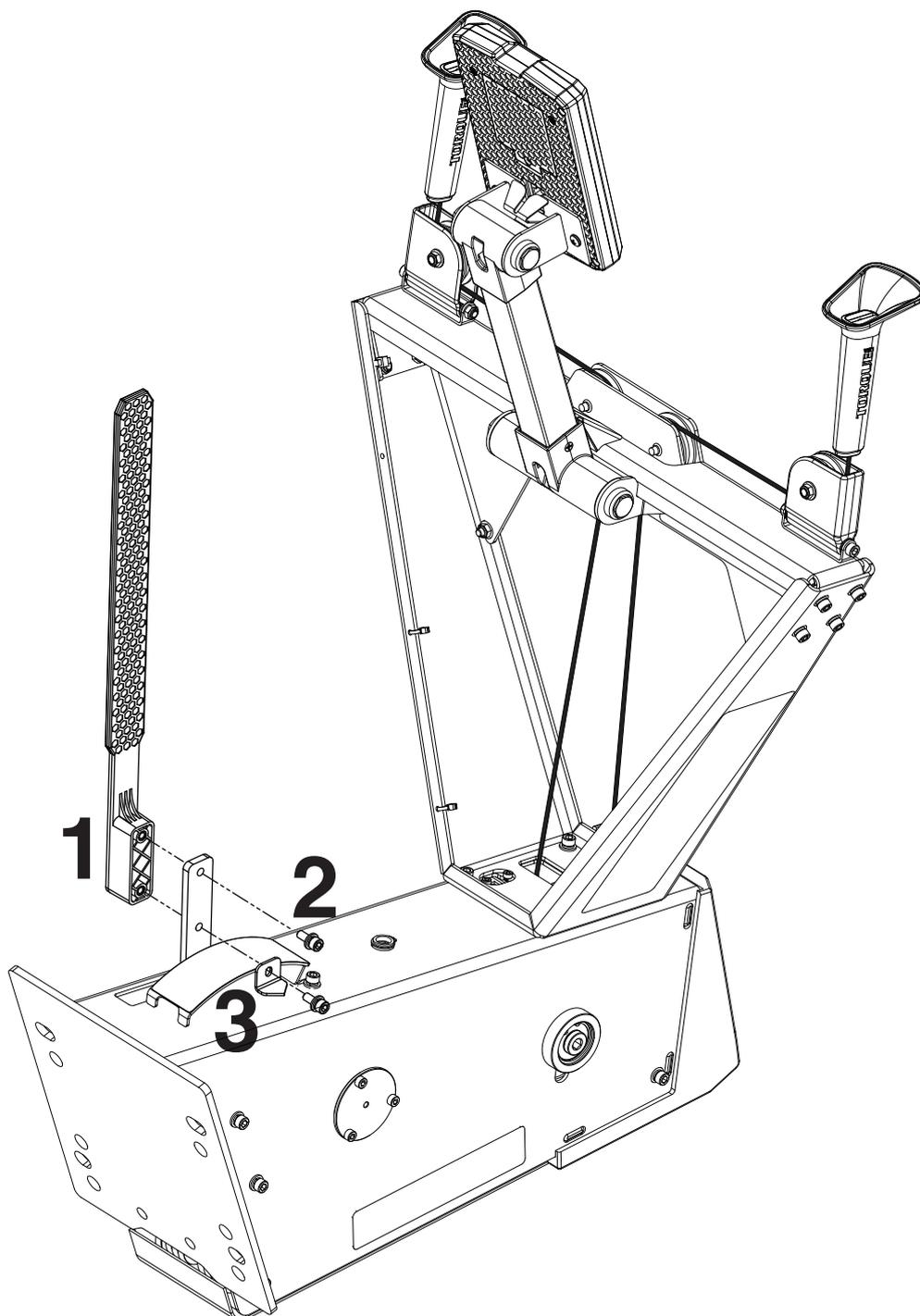


4. Einstellgriff

1. Bringen Sie den Einstellgriff an der Außenseite des Gerätes in die richtige Position, indem Sie die Löcher im Griff an den Löchern in der Metallplatte des Holms ausrichten.
2. Setzen Sie eine Sechskantschraube in das obere Loch am Griff und am Hebel ein. Ziehen Sie sie mit dem 5-mm-Inbusschlüssel lose an.
3. Setzen Sie eine Sechskantschraube durch die Stufenanzeige und die Metallplatte in das untere Loch im Einstellgriff ein. Ziehen Sie sie mit dem 5-mm-Inbusschlüssel lose an.

Richten Sie die Anzeige an den Zahlen auf dem Aufkleber aus, ohne dass sie sich am Aufkleber reibt.

Ziehen Sie beide Schrauben mit dem 5-mm-Inbusschlüssel fest.



5. Optionale Wandhalterung (WMB-RRR)

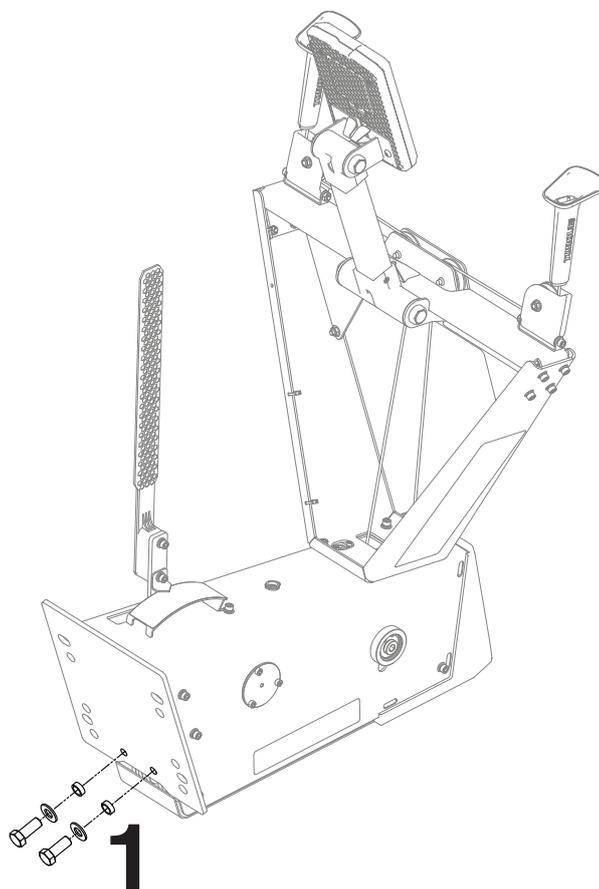
Hinweis: Diese Anleitung gilt nur für die Wandmontage. Bei Montage an einem Ständer, Gestell oder X Create gilt die im Lieferumfang des jeweiligen Produktes enthaltene Anleitung. Eine Anleitung finden Sie hier: <https://commercial.torquefitness.com/pages/assembly-manuals>

VORSICHT: Vermeiden Sie potenzielle Verletzungen und Schäden:

- Dieses Produkt ist ausschließlich zur Befestigung in Holzbalken, festem Beton oder Betonblöcken vorgesehen.
- Bei einer Befestigung an Beton oder Blöcken sind acht (8) Verankerungen mit jeweils mindestens 140 kg Auszugsfestigkeit erforderlich.
- Trockenbauwände sind nur bis 1,5 cm zulässig.
- Die Mindestgröße für Balken ist 5x10 cm.
- Der horizontale Balkenabstand muss 40 bis 42 cm betragen.
- Prüfen Sie die Balkenmitte.
- Torque Fitness übernimmt keine Verantwortung für Verletzungen und Schäden durch Fehler bei Montage oder Gebrauch.

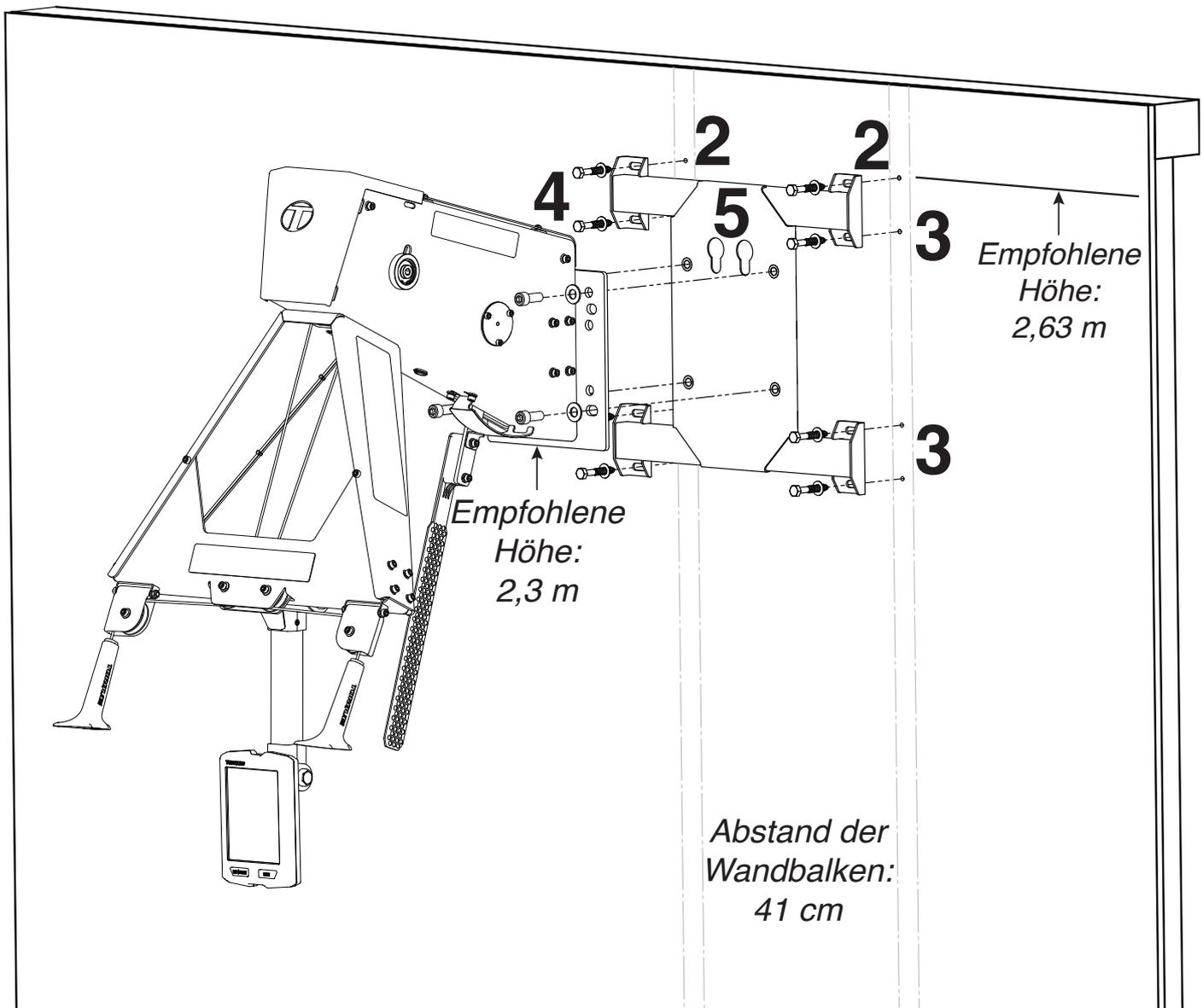
To install:

1. Wählen Sie ein Abstandsrohr aus (im Wandmontage-Set enthalten). Stecken Sie eine 1/2x1 1/4-Zoll-Schraube durch die Unterlegscheibe und das Abstandsrohr in das Loch am Gerät. Wiederholen Sie den Vorgang für das zweite Loch. Ziehen Sie beide Schrauben mit dem 3/4-Zoll-Schraubenschlüssel fest.



Anleitung für Wandmontage (Fortsetzung)

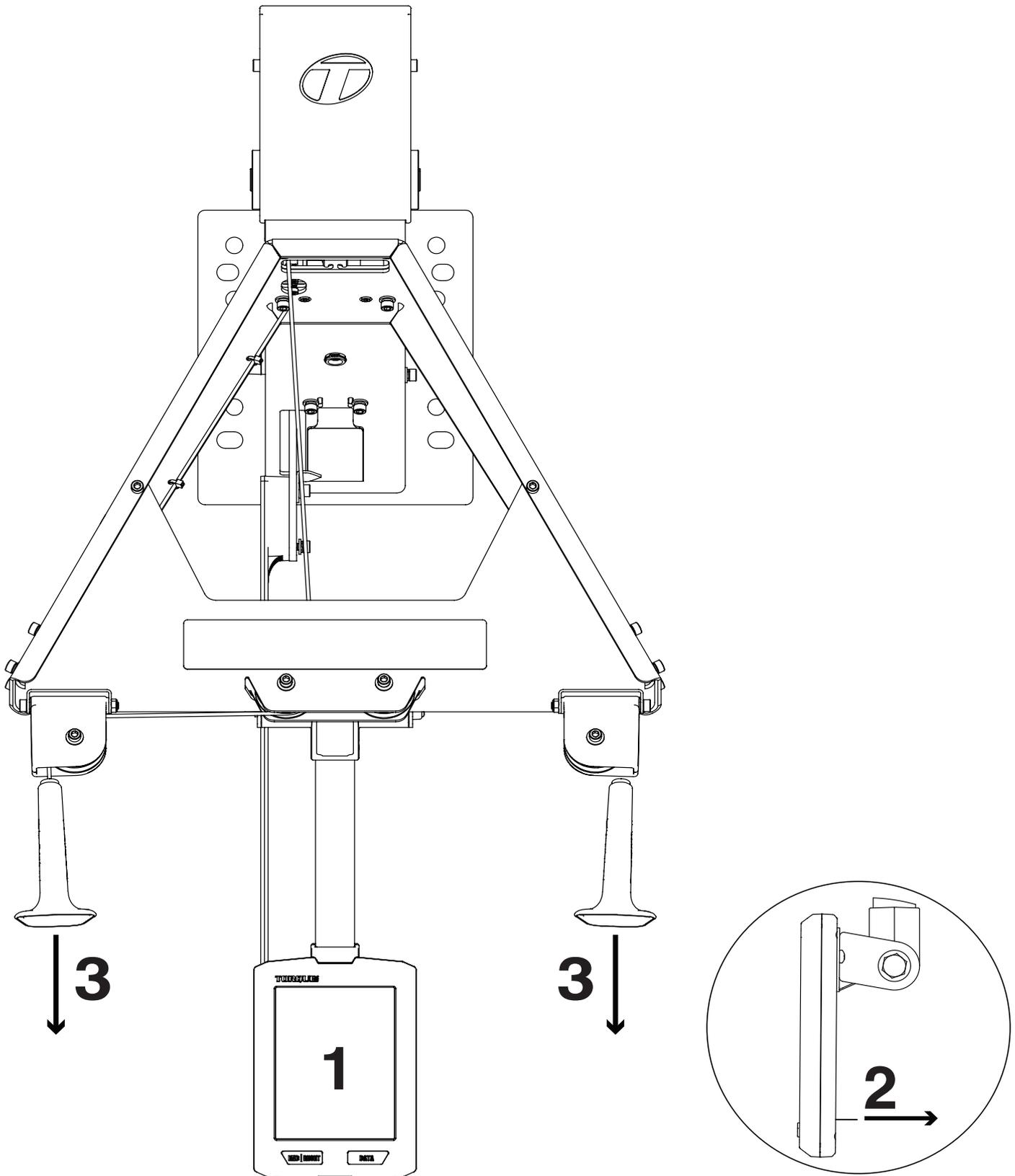
2. Bohren Sie mittig zwei (2) 4,5 mm große Löcher an zwei 41 cm voneinander entfernten Holzbalken vor. Hinweis: Torque Fitness rät davon ab, das Gerät an Metallstreben zu montieren.
3. Hängen Sie die Wandhalterung an die beiden oberen Schrauben und nehmen Sie die restlichen Bohrungen vor.
4. Bringen Sie alle 8 Schlüsselschrauben mit einem Schrauben- oder Steckschlüssel wie vorgesehen an (siehe Abbildung).
5. Hängen Sie das Gerät mit den schlüssellochförmigen Schlitzern an die in Schritt 1 befestigten Schrauben in die Wandhalterung.
6. Befestigen Sie das Gerät mit dem 3/8-Zoll-Inbusschlüssel, Unterlegscheiben und 1/2x1 1/4-Zoll-Schrauben (Anzahl: 4) an der Wandhalterung.



6. Konsole

1. Lassen Sie die Konsole in die vorgesehene Position herab.
2. Entfernen Sie den Streifen vom Batteriefach auf der Rückseite der Konsole.
3. Ziehen Sie die Griffe herunter, um zu prüfen, ob die Konsole funktioniert.

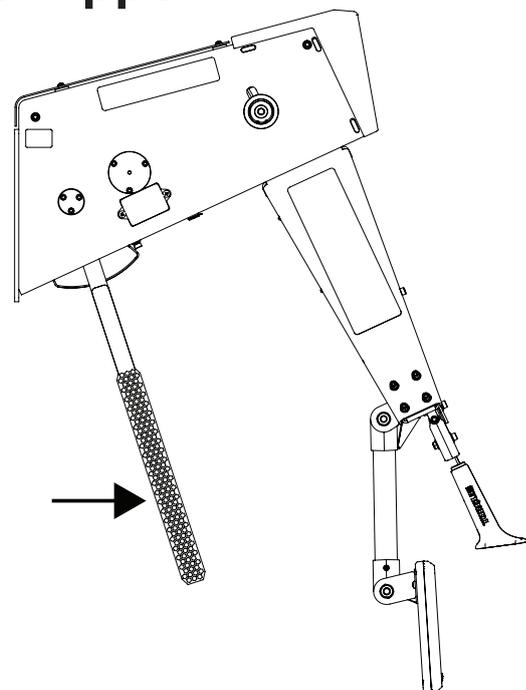
Wenn Probleme auftreten sollten, erreichen Sie uns per E-Mail an service@torquefitness.com oder telefonisch unter 763-754-7533



Gebrauchsanleitung für Relentless Ripper

Widerstand anpassen

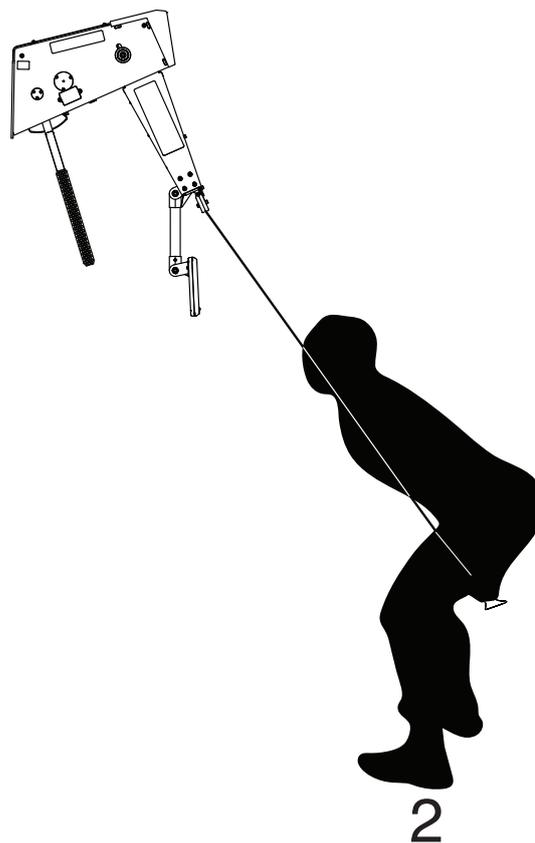
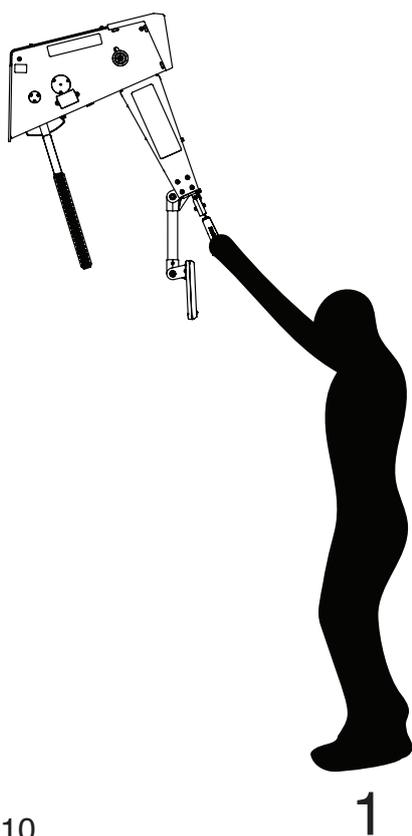
Mit dem Hebel stellen Sie die Widerstandsstufen 1-10 ein.



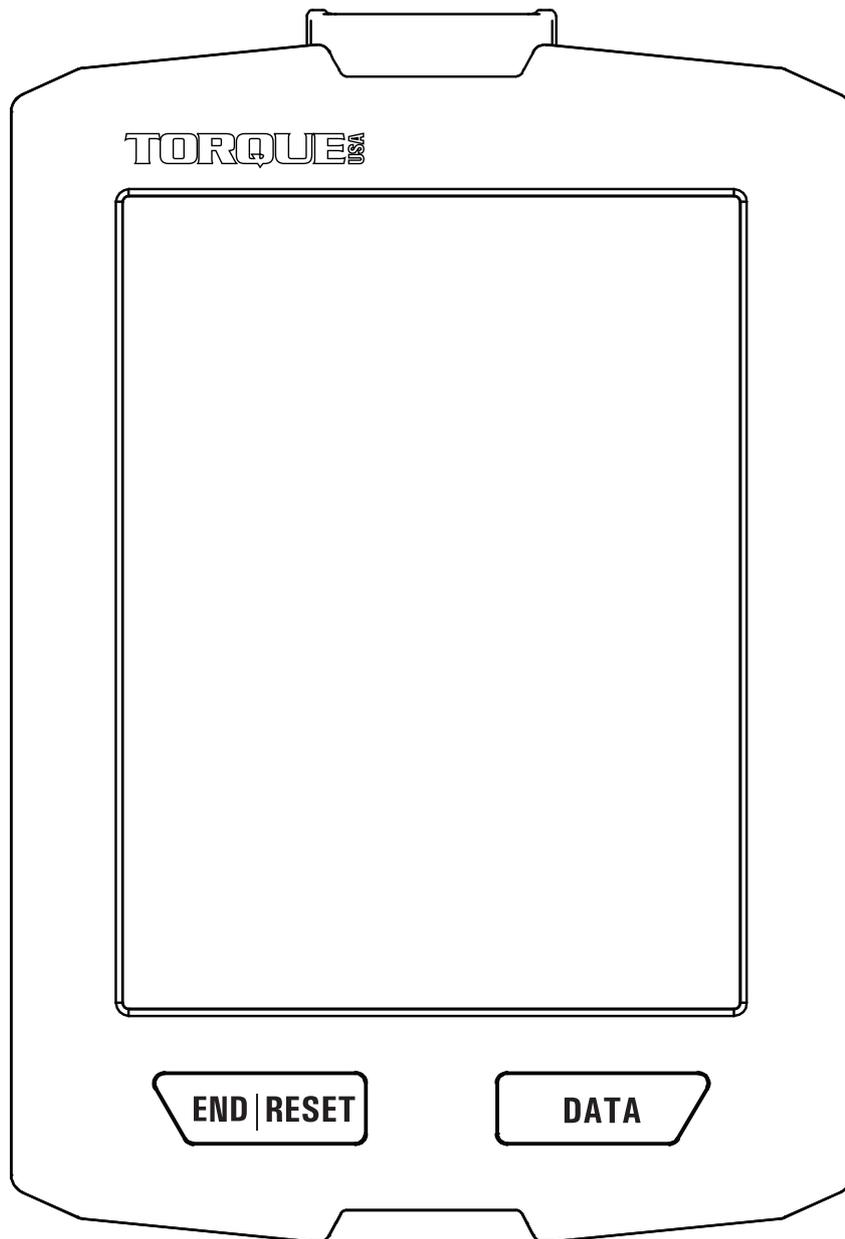
Verwendung des Relentless Ripper

1. Stelle dich mit den Füßen schulterbreit auseinander und den Knien leicht gebeugt dem Relentless Ripper zugewandt.
2. Fassen Sie beide Griffe und spannen Sie Ihre Rumpfmuskulatur an, während Sie die Griffe nach unten und leicht nach hinten ziehen, die Knie beugen und sich leicht nach vorne lehnen.

Lassen Sie die Maschine die Seile einziehen, während Sie Ihre Hände heben und in die Ausgangsposition zurückkehren.



Tasten an der Konsole



An der Konsole gibt es zwei (2) Tasten, um das digitale Display zu bedienen:

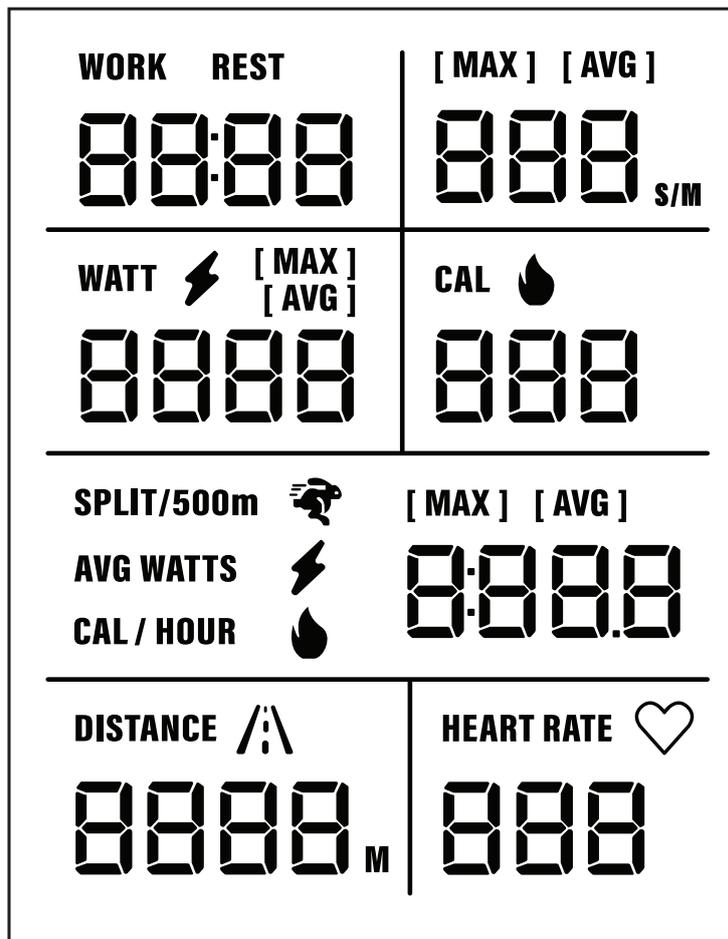
END | RESET

Drücken Sie diese Taste, wenn Sie das Training beenden möchten. Mit einem kurzen Tastendruck während des Trainings können Sie Ihre Trainingsdaten abrufen. Wenn Sie die Taste gedrückt halten, werden die Konsolendaten gelöscht.

DATA

Mit dieser Taste können Sie die Daten im dritten Abschnitt des Bildschirms ändern. Die möglichen Werte sind SPLIT/500m, AVG WATTS und CAL/HOUR.

Display



Das digitale LCD-Display zeigt folgende Daten:

WORK	Zeigt die bereits aktiv absolvierte Zeit (die Arbeit) beim Training an (Minuten:Sekunden). Sie „arbeiten“ dann, wenn Sie an den Griffen ziehen. Nach einer Ruhephase wird die Zeit weitergezählt, bis das Training zu Ende ist. Die Uhr zählt bis 99:99 und beginnt dann wieder bei 00:00.
REST	Zeigt die bereits vergangene Zeit des inaktiven Teils (der Ruhephase) beim Training an (Minuten:Sekunden). Sie „ruhen“ dann, wenn Sie eine Sekunde oder länger nicht an den Hebeln ziehen. Die Uhr wird jedes Mal auf Null zurückgesetzt, wenn eine Ruhephase beginnt. Wenn eine Ruhephase fünf Minuten dauert (5:00), endet das Training und das Display zeigt eine Zusammenfassung.
WATT	Zeigt die ungefähre Wattzahl an, die derzeit erzeugt wird.
CAL	Zeigt die ungefähre Menge an Kalorien, die bei dem Training verbrannt wurde (bei einem Körpergewicht von 75 kg), von 0–999. Nach einer Ruhephase wird weitergezählt, bis das Training zu Ende ist.
DISTANCE	Zeigt die ungefähre Strecke in Metern von 1 bis 9999. Nach einer Ruhephase wird weitergezählt, bis das Training zu Ende ist.
HEART RATE	Zeigt Ihren aktuellen Puls in Schlägen pro Minute. Sie müssen dafür einen kompatiblen Brustgurt mit Pulsmesser tragen.

Durch Drücken auf DATA können Sie im mittleren Bildschirmbereich zwischen diesen Angaben wechseln:

SPLIT/500m	Zeigt Ihre aktuelle Geschwindigkeit als prognostizierte 500-Meter-Zeit (Minuten:Sekunden).
AVG WATTS	Zeigt die durchschnittliche Wattleistung pro Schlag während des Trainings an.
CAL / HOUR	Zeigt die Gesamtzahl der Kalorien, die bei der aktuellen Trainingsintensität in einer Stunde verbrannt werden, von 0–9999.

Drücken Sie am Ende des Trainings auf END | RESET. Die Anzeige wechselt fünf Minuten zwischen zwei Bildschirmen mit folgenden Trainingsdaten:

WORK	Gesamtdauer des Trainings (einschließlich Ruhezeit)
[MAX] S/M	Aktive Trainingszeit insgesamt
[AVG] S/M	Höchstzahl an Hüben pro Minute
[MAX] WATTS	Durchschnittliche Zahl an Hüben pro Minute
[AVG] WATTS	Maximale Wattzahl, die während des Trainings erzeugt wird
CAL	Durchschnittliche Wattleistung pro Schlag während des Trainings
SPLIT/500m [MAX]	Insgesamt verbrannte Kalorien
SPLIT/500m [AVG]	Bestzeit für einen 500-m-Abschnitt (Ihre Höchstgeschwindigkeit)
DISTANCE	Durchschnittliche Zeit für einen 500-m-Abschnitt (Ihre Durchschnittsgeschwindigkeit)
	Zurückgelegte Strecke in Metern

Während die Daten angezeigt werden, können Sie das Training durch Bewegen der Griffe fortsetzen.

Wenn Sie hold END | RESET gedrückt halten, werden das Training und die Daten gelöscht.

Einrichtung der Konsole

Wenn Sie END | RESET und DATA gleichzeitig drei Sekunden lang gedrückt halten, gelangen Sie zu den Funktionen zum Einrichten der Konsole. Mit END | RESET können Sie von einem Bildschirm zum nächsten wechseln

Es gibt zwei Funktionen, die Sie in den Konsoleinstellungen ändern können:

- BEEP** Drücken Sie DATA, um die Tonausgabe des Displays ein- und auszuschalten. Werksseitig ist sie eingeschaltet.
- LITE** Drücken Sie DATA, um das Display-Licht ein- und auszuschalten. Werksseitig ist sie eingeschaltet.

Es gibt zwei weitere Bildschirme mit Angaben zum Status des Gerätes und der Software. Diese Hintergrundinformationen sind hilfreich, wenn Servicemitarbeiter von Torque Fitness hinzugezogen werden.

<i>Gesamtbetriebszeit</i>	
<i>(Stunden)</i>	<i>(Minuten)</i>
18	28
<hr/>	
	3
<hr/>	
<i>Kilometer insgesamt</i>	
456	
<hr/>	

Status des Gerätes

<hr/>	
	4
<hr/>	
	U 03
<hr/>	
SOFT	UP

Status der Software

Mit END | RESET verlassen Sie den Einrichtungsmodus.

Wartung

Der Relentless Ripper ist regelmäßig auf Schäden und Verschleiß zu prüfen. Beschädigte und verschlissene Teile müssen unverzüglich durch von Torque Fitness zugelassene Ersatzteile ersetzt werden.

Halten Sie sich an diesen Wartungsplan, damit das Gerät immer in einem guten Zustand bleibt:

Häufige Kontrolle:

- Prüfen Sie das Gerät auf lose, zerbrochene und beschädigte Teile. Vergewissern Sie sich, dass die Seile nicht abrutschen, sich nicht verknoten oder lösen und sich nicht abnutzen.
- Prüfen Sie, ob die Seile sich verdreht haben. Bei regelmäßigem Gebrauch kann dies geschehen. Sie lassen sich dann nicht mehr so leichtgängig herunterziehen und verschleißen an manchen Stellen stärker als an anderen. Drehen Sie die Seile wieder auf, indem Sie den Griff in die entgegengesetzte Richtung drehen. Eine andere Methode besteht darin, die Griffe soweit wie möglich herauszuziehen, die Seile dann oben festzuhalten und sie frei baumeln zu lassen. Fahren Sie mit der Hand nacheinander an jedem der Seile herunter und drehen Sie dabei den Griff in die entgegengesetzte Richtung der Verdrehung, um sie zu begradigen. Unter Umständen müssen Sie die Seile wieder in das Gerät zurückgleiten lassen und den Vorgang mehr als einmal wiederholen, um die Verdrehung ganz zu beseitigen.
- Reinigen Sie die Griffe mit einem feuchten Tuch, um Schweiß und Schmutz zu entfernen.

Monatlich:

- Prüfen Sie die an den Griffen befestigten Seile und die Gummizüge im Rahmen auf Verschleiß, insbesondere auf abgenutzte und gebrochene Stränge. Ersetzen Sie verschlissene Seile und Gummizüge unverzüglich durch von Torque Fitness genehmigte Ersatzteile.

Nach Bedarf:

- Wechseln Sie die Batterien in der Konsole:
 1. Zunächst entfernen Sie mit einem Kreuzschraubendreher Größe 1 die Schraube aus der Abdeckung des Batteriefachs auf der Rückseite der Konsole.
 2. Entnehmen Sie die leeren Batterien und entsorgen Sie sie fachgerecht. Legen Sie vier (4) neue Batterien ein. Die Ausrichtung muss der Abbildung im Batteriefach entsprechen.
 3. Setzen Sie die Abdeckung des Batteriefachs wieder ein und drehen Sie mit dem Kreuzschraubenzieher Größe 1 die Sicherungsschraube wieder ein.

Service und Support erhalten Sie von Ihrem Händler, per E-Mail an service@torquefitness.com oder telefonisch unter 763-754-7533.

Eingeschränkte Produktgarantie

Informationen zur Garantie finden Sie unter www.torquefitness.com/pages/warranty.

Käufe in anderen Ländern

Wenn Sie Ihr Gerät außerhalb der USA gekauft haben, erkundigen Sie sich vor Ort beim betreffenden Vertriebspartner oder Händler nach der Garantie.

TORQUE USA

DON'T QUIT. EVER.™

Torque Fitness
11201 Xeon Street NW Ste 101
Coon Rapids, MN USA 55448
www.torquefitness.com

Telefon: 763-754-7533
Vertrieb: sales@torquefitness.com
Service: service@torquefitness.com