

Bedienungsanleitung



Aquabike zur Durchführung von AquaCycling
DE100max/01/23.2

Aquarider® [maxi]



Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung vor der Benutzung des Aquarider® sorgfältig durch!

Inhalt

1. Allgemeine Informationen und Zweckbestimmung	3
2. Warn- und Sicherheitshinweise	3
3. Vorgesehene Anwender	4
4. Kontraindikationen	5
5. Wassertiefe / Wasserbecken	6
6. Einstellungen am Aquarider®	7
7. Variabler Tretwiderstand	9
8. Trainingsempfehlung	10
9. Lagerung, Wartung + Reinigung	10
10. Technische Daten Aquarider® [maxi]	12
11. Optionen / Zubehör	13
12. Garantiebestimmungen	14
13. Montageanleitung	15
14. Ersatzteile – Explosionszeichnung Aquarider® [maxi]	17
15. Ersatzteile – Explosionszeichnung Aquarider® [maxi] Ausschnitt A	18
16. Entsorgungshinweis	19
17. EG-Konformitätserklärung	20
18. Revisionsnummer / Ausstellungsdatum	21
19. Kontakt	21

1. Allgemeine Informationen und Zweckbestimmung

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrem neuen Aquarider® [maxi].

Nachfolgend wird der **Aquarider® [maxi]** als **Aquarider®** bezeichnet. Alle Bilder in der Bedienungsanleitung sind Beispielbilder und können vom Original abweichen, je nach Option und Zubehör.

Der Aquarider® wird in einem Karton angeliefert. Zum richtigen Aufbau des Aquarider® lesen Sie bitte die Montageanleitung sorgfältig durch und gehen Sie genau nach den Anweisungen vor. Bei einem Transportschaden ist der Lieferant unverzüglich zu benachrichtigen.

Die Bedienungsanleitung muss sorgfältig gelesen und verstanden werden. Befolgen sie die Empfehlungen zu ihrem Schutz, um eine lange Lebensdauer Ihres Aquarider® zu gewährleisten.

Der Aquarider® ist als Trainingsgerät dazu bestimmt, in öffentlichen sowie privaten Bädereinrichtungen, Kraft, Ausdauer und Koordination zu schulen und zu verbessern. Für den bestimmungsgemäßen Einsatz des Aquarider® dient diese Bedienungsanleitung.

2. Warn- und Sicherheitshinweise



ACHTUNG



AquaCycling Kurse sollten ausschließlich von geschultem Personal angeleitet werden z.B. Aquarider® Trainer (vgl. Kap. 3, vorgesehene Anwender).

Vor Inbetriebnahme des Aquarider® für AquaCycling Kurse sollte der Trainer / Therapeut an einer Schulung zum Aquarider® Trainer Basic Ausbildung teilnehmen, um die nötigen Grundkenntnisse im Umgang mit dem Aquarider® zu erlangen.

Im therapeutischen Bereich darf niemals ohne Aufsicht einer der unter Kap. 3 genannten Person trainiert werden, um die Sicherheit des Patienten zu gewährleisten.

Für Sach- und Personenschäden, die durch Missachtung oben genannter Vorschriften entstehen, wird vom Verkäufer/Hersteller keine Haftung übernommen.

Kontrollieren Sie vor der Nutzung des Aquarider® bitte folgende Punkte: (Prüfung ist von der verantwortlichen Person durchzuführen, vgl. Kap. 3.)

- Alle Klemmrastbolzen müssen eingerastet und verschlossen sein.
- Alle Schweißnähte auf sichtbare Schäden prüfen.
- Alle Schraubverbindung auf Ihre Festigkeit prüfen.
- Den sicheren Stand des Aquarider® im Wasserbecken überprüfen.

Der Aquarider® ist nur mit geeigneten Badeschuhen bzw. Aquatrainingsschuhen zu benutzen. Die Schuhe sollten mit einer stabilen Sohle ausgestattet sein und keine Schnürsenkel haben. Die Schuhe sollten im vorderen Bereich an den Zehen geschlossen sein.

3. Vorgesehene Anwender

Die vorgesehenen Anwender unterscheiden sich je nach Einsatzgebiet des Aquarider®:

AquaCycling Gruppenkurse im Breiten-, Gesundheits- und Präventionssport

Das Training muss von geeignetem und geschultem Personal angeleitet werden. Eine Ausbildung im Bereich AquaFitness und AquaCycling ist zu empfehlen, bspw. die Aquarider® Trainer Basic Ausbildung in der AquaKinetics® Academy.

Die Teilnehmer partizipieren nach Anleitung des Trainers gem. den AGB des Anbieters.

AquaCycling Gruppen- und / oder Einzeltherapie im medizinischen Bereich

Das Training erfolgt nach Indikation und Anordnung unter therapeutischer Aufsicht. Der Therapeut muss entsprechend seiner Funktion dafür Sorge tragen, dass die Behandlung gemäß der Indikation durchgeführt wird. Die

Weiterbildung zum AquaCycling Trainer ist empfohlen, bspw. die Aquarider® Trainer Basic Ausbildung in der AquaKinetics® Academy.

AquaCycling als Privatperson

Das Training erfolgt in selbstständiger Art und Weise. Trainingsvideos zur Begleitung stehen auf Anfrage zur Verfügung.

4. Kontraindikationen

Vor dem ersten Training sollte die trainierende Person sich von einem Arzt auf gesundheitliche Risiken und Einschränkungen untersuchen lassen, um schwerwiegende Verletzungen oder Erkrankungen zu vermeiden. Eine Beratung hinsichtlich Häufigkeit, Intensität und Dauer unter Berücksichtigung des Alters und der körperlichen Verfassung ist unbedingt notwendig. Sollten während des Trainings mit dem Aquarider® Schmerzen oder ein Engegefühl in der Brust, Ohnmachtsgefühle, unregelmäßiger Herzschlag oder ähnliche Beschwerden auftreten, ist das Training **sofort** zu beenden.

Personen, die unter folgenden Beschwerden leiden, sollten den Aquarider® nicht oder nur nach ärztlicher Beratung nutzen:

- Metabolisches Syndrom
- Erkrankungen der Atemwege
- Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems
- Orthopädische Implantate
- Hypertonie
- Diabetes



5. Wassertiefe / Wasserbecken

- Der Aquarider® kann in Wassertiefen zwischen ca. 1,25 - 1,60 Meter genutzt werden.
- **Der Fuß muss mind. in der 3. vertikalen Bohrung von unten eingestellt sein.**
- Für Wassertiefen unter 1,25 Meter muss der kurze Bremsplattenträger mit 3 Einstellmöglichkeiten (Option) verwendet werden, so dass der Aquarider® in die unterste Bohrung des Fußes eingestellt werden kann.
- Um optimale Trainingseffekte zu erzielen, sollte die Wassertemperatur zwischen ca. 28° und 34° Celsius betragen.
- Die optimale Umgebungstemperatur während des Trainings liegt bei ca. 30° Celsius.
- Bitte beachten Sie die eventuell vorhandene Neigung des Beckens, in dem die AquaCycling Kurse stattfinden sollen.
- Der Aquarider® kann in nahezu allen Wasserqualitäten genutzt werden (Chlor-, Sole-, Thermal-, Meerwasser usw.). Im Zweifelsfall bitten wir Sie um eine entsprechende Wasseranalyse.
- Für jeden Aquarider® sollte mindestens eine Fläche von 1,50 x 2,00 Metern zur Verfügung stehen, um ein ungestörtes Training in der Gruppe zu gewährleisten.

Bei Folienbecken ist zu beachten, dass es durch unsachgemäße Nutzung des Aquarider® zu einer Verletzung der Bodenfolie kommen kann. Dies ist nur dann möglich, wenn der Aquarider® beim Einbringen ins Wasserbecken nicht auf die dafür vorgesehenen Standfüße gestellt wird.



Bei Erhöhung der Wassertemperatur erhöht sich automatisch die Belastung für das Herz-Kreislauf-System. Ebenso können mineralische Bestandteile des Wassers Einfluss auf das Herz-Kreislauf-System haben. Bei Abweichungen der oben angegebenen Temperaturen kann es zu Erkrankungen im Bereich der Atemwege, sowie Beschwerden am Herz-Kreislauf-System kommen.

6. Einstellungen am Aquarider®

Der Aquarider® ist mit Klemmrastbolzen am Sattel und Lenker zur Anpassung an eine optimale ergonomische Sitzposition des Teilnehmers ausgestattet. Diese sind vor jedem Training an Land von der verantwortlichen Person (vgl. Kap. 3) individuell einzustellen.

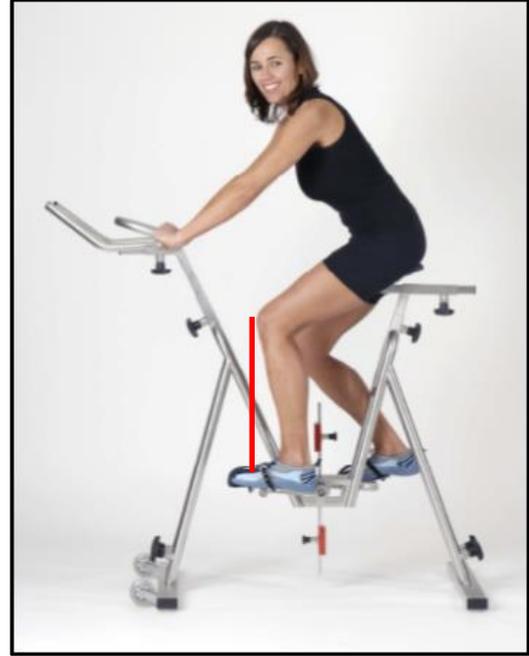
Ohne diese Einstellungen ist ein optimales Training unter Berücksichtigung biomechanischer Vorgaben nicht möglich und kann zu gesundheitsgefährdenden Problemen während des Trainings führen.

Zum Öffnen der Klemmrastbolzen, drehen Sie diese eine halbe Umdrehung nach links und ziehen anschließend. Das Rohr kann jetzt, entlang der Kunststoff Gleitlagerbuchse in die gewünschte Einstellung geschoben werden. Lassen Sie den Klemmrastbolzen in der gewünschten Position einrasten und schließen ihn wieder mit einer halben Umdrehung nach rechts.

Mit diesen Verstellmöglichkeiten ist der Aquarider® auf Körpergrößen von ca. 1,55 - 2,00 Metern ergonomisch an die Abmessungen des Teilnehmers anpassbar. Für kleinere Teilnehmer kann der Spezialsattel Aquarider® Bambini eingesetzt werden (vgl. Kap. 17, Zubehör).



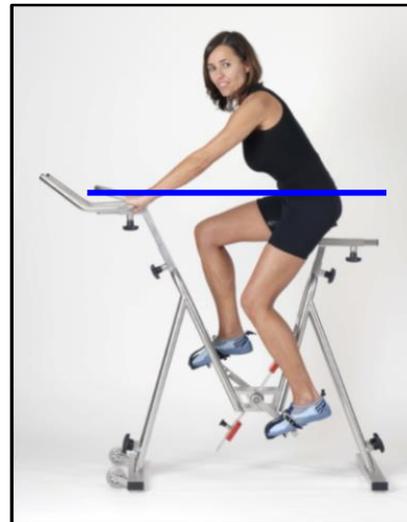
Bei einer Pedalposition von 180° (senkrechte Position) sollte die Beugung des Kniegelenks 5-15° betragen.



Bei waagrechter Tretkurbelstellung sollte das Lot über der Knie Scheibe durch das Großzehengrundgelenk treffen.



Anpassung an die Wassertiefen: der Aquarider® ist mit einer Anpassungsmöglichkeit an die Wassertiefe ausgestattet. Diese Option ermöglicht eine Höhenverstellung des Aquarider® und somit eine Nutzung des Bikes in Wasserbecken von ca. 1,25 bis 1,60 Meter Wassertiefe.



Der Aquarider® sollte so eingestellt bzw. im Wasserbecken platziert werden, dass bei aufrechter Körperhaltung des Teilnehmers die Wasserkante ca. auf Höhe des Bauchnabels verläuft.

Nur bei den oben angeführten Positionen der Teilnehmer ist eine optimale Ausnutzung der positiven Effekte des Wassers gewährleistet.

7. Variabler Tretwiderstand

Mit den roten Bremsplatten in der Mitte der Tretachse kann der Tretwiderstand in 5 Stufen (INDEX System) reproduzierbar verstellt werden. Hierbei ist zu beachten, dass die Platten immer synchron verschoben werden müssen, um eine gleichmäßige runde Belastungsempfindung zu gewährleisten.

Verschiebt man die Platten nach außen, erhöht sich der Widerstand pro Bohrung um 50 Watt.



Stufe 1	△	50 Watt
Stufe 2	△	100 Watt
Stufe 3	△	150 Watt
Stufe 4	△	200 Watt
Stufe 5	△	250 Watt

Die maximale Wattzahl mit 2 Bremsplatten beträgt 250 Watt bei ca. 70 Umdrehungen pro Minute.

Um den Widerstand darüber hinaus zu erhöhen, können geübte und trainierte Teilnehmer mit 4 Bremsplatten à 50 Watt trainieren, was insgesamt einem Widerstand von ca. 400 Watt entspricht. Zusätzliche Bremsplatten sind als Zubehör (vgl. Kap. 17) erhältlich.

Die Sonderversion des Aquarider® mit verkürztem Bremsplattenträger für Wassertiefen ab 1,15 bis 1,25 Metern verfügt nur über einen 3-fachen Tretwiderstand.

Die maximale Gesamtwattzahl reduziert sich somit auf 150 Watt bei ca. 70min-1 bei den serienmäßigen 50 Watt Bremsplatten. Optional können auch hier 4 Bremsplatten (2 Platten an jedem Arm) eingesetzt werden, womit ein Maximalwiderstand von ca. 400 Watt erreicht wird.

8. Trainingsempfehlung

Vor dem Training sollte der/die Trainierende sich ausreichend aufwärmen, um die Muskeln auf das Training vorzubereiten.

Die empfohlene Trainingsdauer für untrainierte Personen liegt zwischen 20 und 30 Minuten, bei Geübten zwischen 40 und 50 Minuten.

Bei verbessertem Trainingszustand kann die Trainingsintensität durch verschiedene Parameter erhöht werden: verlängerte Dauer der Belastung so wie die Erhöhung der Wattzahl durch Verschieben der Bremsplatten. Außerdem sind die unterschiedlichen Sitzpositionen, die zusätzliche Armarbeit und die Erhöhung der Trittfrequenz mögliche Faktoren zur Trainingssteuerung.

9. Lagerung, Wartung + Reinigung

Bei regelmäßigem Gebrauch empfehlen wir den Aquarider® täglich mit Leitungswasser abzuspülen, damit es nicht zu mineralischen Ablagerungen kommen kann. Auch können Chloridionen, die sich während der Benutzung an der Oberfläche des Bikes absetzen, durch regelmäßiges Abspülen mit einem Schwimmbad tauglichen Reiniger und/oder warmen Leitungswasser entfernen lassen.

Die Korrosionsbeständigkeit ist durch die Legierungsbestandteile des verwendeten Werkstoffs mit Chrom und Molybdän und deren Zusammensetzung ($W = \text{Wirksamkeit } \%Cr + 3,3 \times \%Mo$) gewahrt, muss aber einer regelmäßigen Pflege unterzogen werden.

Verschleißteile (Sattel, Pedalriemen, Tretlager) sollten alle 4 Wochen einer Sichtprüfung unterzogen werden.

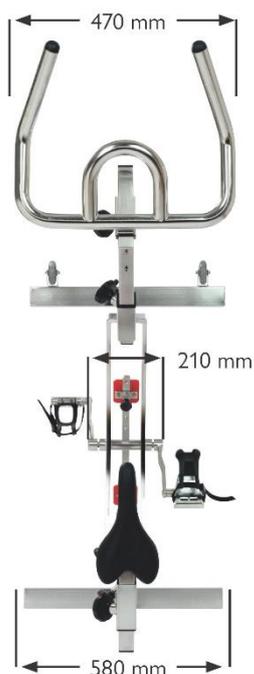


Sollte ein Bauteil am Aquarider® defekt sein, ist das Training auf diesem Gerät so lange zu unterlassen, bis das defekte Teil durch ein Originalteil ersetzt worden ist.

Zur Lagerung empfiehlt sich ein Raum ohne Sonneneinstrahlung mit einer relativen Luftfeuchtigkeit zwischen 50% - 65% und einer Temperatur zwischen 20°C bis 38°C.

10. Technische Daten Aquarider® [maxi]

Material	DIN 1.4404/ 4571 / ANSI 316 L
Maximale Traglast	200kg



Maße und Gewicht

- › Karton Verpackungsmaße:
100 x 84 x 22 cm
- › Gewicht unverpackt:
25,5 kg
- › Gewicht verpackt:
30 kg

11. Optionen / Zubehör

Sonderwassertiefe:

Für Wassertiefen ab 1,15 bis 1,25 Meter ist zu beachten, dass der einstellbare Widerstand nur noch 3-fach verstellbar ist.

Therapiekurbel:

Zur Verkleinerung des Tretradius, kann der Aquarider® serienmäßig mit Therapiekurbeln mit 3 unterschiedlichen Radien ausgestattet werden.

Diese sind besonders für MAC - Medical AquaCycling® im Bereich der orthopädischen Rehabilitation zur Anpassung für an im Knie-Hüft-Winkel eingeschränkte Personen geeignet.



Therapiekurbel

Bremsplatten mit 50 Watt Tretwiderstand paarweise verfügbar



Bremsplatten

Aquarider Bambini® Sattel

für Personen mit kürzerer Schrittlänge

(inkl. Sattelstange, Sattelklemmen u. Sattel gebrauchsfertig)



Bambini Sattel

12. Garantiebestimmungen

Die Garantie des Aquarider® beträgt 5 Jahre ab Lieferdatum. Defekte am Aquarider® müssen unverzüglich dem Verkäufer angezeigt werden.

Dunkle Verfärbungen am Aquarider® unterliegen nicht der Garantie. Es handelt sich in der Regel nicht um Korrosion, sondern um Ablagerungen von Mineralien und / oder Schwebstoffen im Wasser des Anwenders, die im Moment der Oxidation an der Umgebungsluft eine wahrnehmbare Veränderung der Oberfläche erzeugen können.

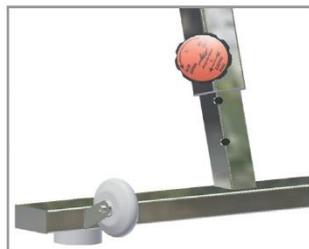
Verschleißteile wie Sattel, Tretlager und Pedalriemen sowie Stellfüße sind nicht von der Garantie abgedeckt.

Die Kunststoffteile am Aquarider® eignen sich nicht zum dauerhaften Einsatz im Beckenwasser. Speziell die Kunststoffteile der Klemmrastbolzen verändern bei dauerhaftem Wasserkontakt ihre Eigenschaften. Einsätze, zwischen denen die Kunststoffteile trocknen können, sind bis zu 10x täglich möglich.

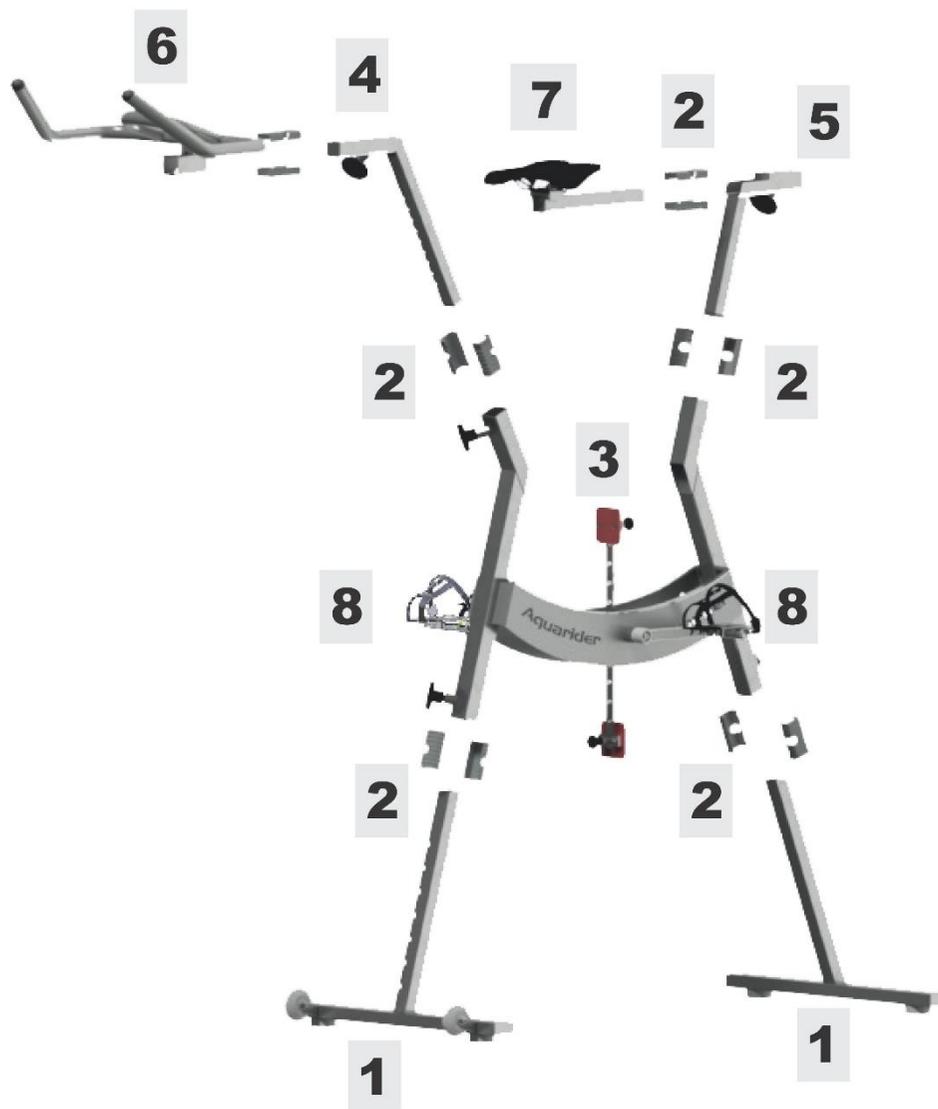
Garantiefälle dürfen ausschließlich vom Hersteller behoben werden, da ansonsten die Garantie erlischt.



Klemmrastbolzen zur einfachen Verstellung der Einzelteile.



IMMER 2 sichtbare freie Bohrungen



Reihenfolge Zusammenbau

- 1** Fußverstellereinheit vorne
Fußverstellereinheit hinten
- 2** Kunststoff Gleitlagerbuchse
- 3** Rahmen
- 4** Lenkerstütze
- 5** Sattelstütze
- 6** Lenker
- 7** Sattelrohr mit Sattel
- 8** Pedal links M16x1,5*
Pedal rechts M16x1,5*

* Alle Gewinde sind ausschließlich metrische Rechtsgewinde

Folgende Montagearbeiten sind noch auszuführen:



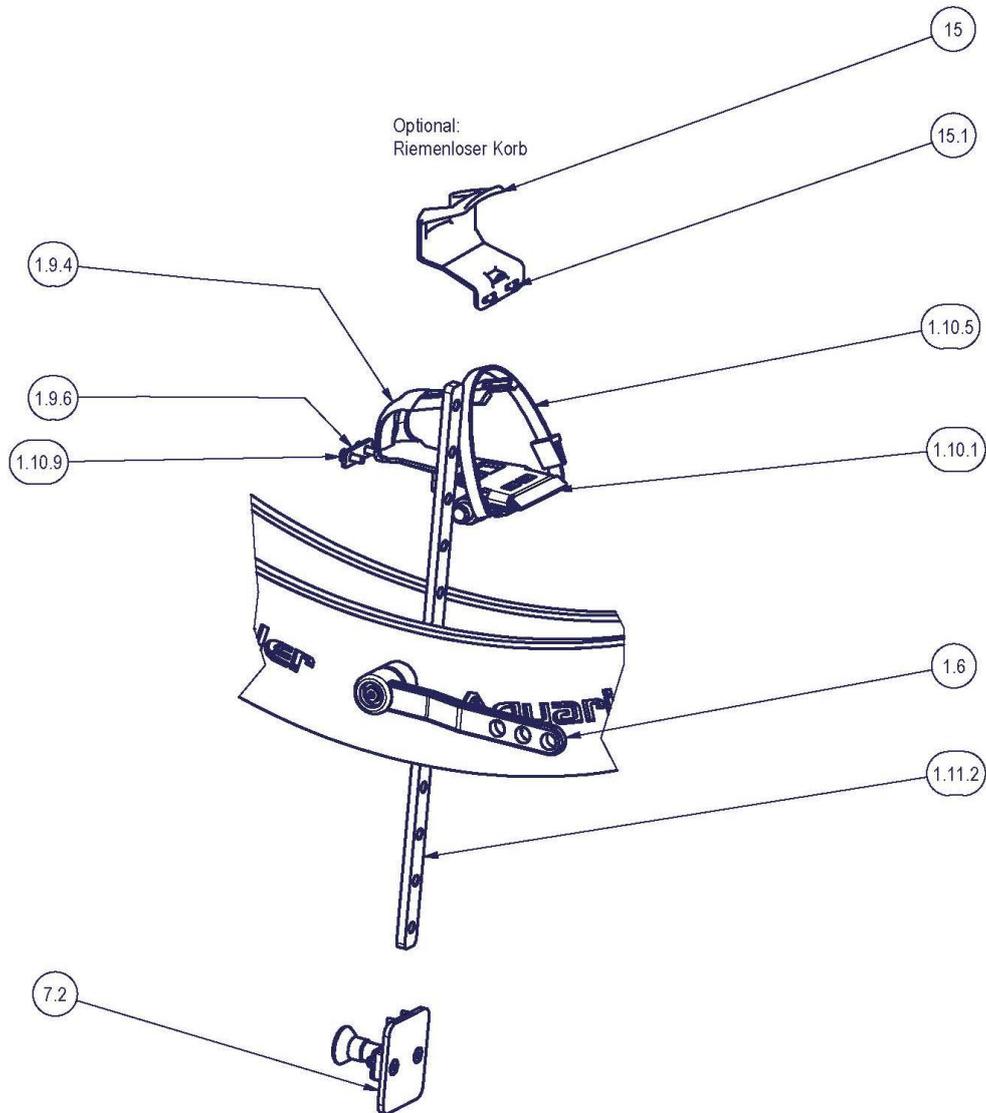
Wichtiger Hinweis: alle Gewinde sind **Rechtsgewinde!**



- ✓ Verstelleinheit vorne und Verstelleinheit hinten in den Rahmen einführen.
- ✓ Die beiden Klemmrastbolzen weg vom Rahmen ziehen und die gewünschte Höhe einstellen.
- ✓ Nach dem Einrasten die Klemmrastbolzen im Uhrzeigersinn / nach rechts drehen und die Verstelleinheiten fixieren.
- ✓ Die Transportrollen sollen in Fahrtrichtung nach vorne montiert sein.
- ✓ Pedal rechts und Pedal links in die jeweiligen Pedalarms einschrauben und mit dem mitgelieferten 22er Maulschlüssel festziehen.
- ✓ Wir empfehlen, das Ende des Pedalriemens mit einem Knoten zu versehen, dies erleichtert die Handhabung.
- ✓ Sattelstütze in den Rahmen einstecken und mit dem Klemmrastbolzen nach dem Einrasten fixieren.
- ✓ Sattelrohr mit Sattel in die Höhenverstellung für Sattel einstecken und mit dem Klemmrastbolzen nach dem Einrasten fixieren.
- ✓ Lenkerstütze in den Rahmen einstecken und mit dem Klemmrastbolzen nach dem Einrasten fixieren.
- ✓ Lenker auf die Lenkerstütze aufstecken und mit dem Klemmrastbolzen nach dem Einrasten fixieren.

Nach dem Zusammenbau und dem Verschrauben aller Klemmrastbolzen unbedingt alle zusammengebauten Teile nochmals auf deren festen Sitz und sicheren Halt kontrollieren. Bitte prüfen Sie auch die Vollständigkeit des Lieferumfangs.

15. Ersatzteile – Explosionszeichnung Aquarider® [maxi] Ausschnitt A



16. Entsorgungshinweis

Wir setzen uns für Ressourcenschonung und nachhaltige Produkte ein.

Daher bieten wir die kostenfreie Rücknahme des Aquarider® nach Ende des Einsatzes an, um eine mögliche Wiederverwendung ausgesuchter Materialien zu prüfen.

Der hochwertige Edelstahl, aus dem der Aquarider® größtenteils besteht, bietet großes Recyclingpotential, weshalb er zur Entsorgung zu einer Altmetallsammelstelle gebracht werden muss. Die vorhandenen, nicht fest am Aquarider® verbauten Kunststoffteile sind über den Restmüll in Müllheizkraftwerken zu entsorgen oder können zu geeigneten Sammelstellen gebracht werden.

17. EG-Konformitätserklärung

	
EU-KONFORMITÄTSERLÄRUNG / EU-DECLARATION OF CONFORMITY gemäß MDR (EU) 2017/745 / according to MDR (EU) 2017/745	
Hiermit erklärt der / Hereby, the Hersteller / company:	AquaKinetics GmbH, Bewegung im Wasser
Anschrift / address:	Zeppelinstraße 19 79331 Teningen / Deutschland / Germany
Medizinprodukte: medical devices:	Aquarider® [maxi] Aquarider® [maxi]
Single Registration Number SRN:	DE-MF-000033207
Zweckbestimmung: Intended purpose:	Der Aquarider® [maxi] ist ein Wasserfahradergometer zur Prävention, Behandlung sowie Rehabilitation aller Indikationen, bei denen die pedalierende Bewegung im Wasser ärztlich oder therapeutisch angeraten wird. The Aquarider® [maxi] is an underwater bicycle ergometer designed for the prevention, treatment and rehabilitation of health indications for which pedalling movement in water is medically or therapeutically recommended.
Einstufung: Classification:	Klasse 1 Class 1
CE-Kennzeichnung gemäß: CE marked in accordance to:	Medizinprodukteverordnung (EU) 2017/745 Anhang II und III gemäß Artikel 52 Absatz 7 Medical Devices Regulation (EU) 2017 / 745 Annex II and III according to Article 52 (7)
dass die hier erfassten Produkte der VERORDNUNG (EU) 2017/745 und den weiteren einschlägigen Rechtsvorschriften der EU entsprechen und wir die alleinige Verantwortung für die Ausstellung dieser EU-Konformitätserklärung tragen. that the products are described complies with Regulation (EU) 2017/745 and other relevant EU regulations and that we alone are responsible for issuing this EU Declaration of Conformity.	
Unterzeichner / signator:	Markus Scherer Geschäftsführer / managing Director
Unterschrift / Signature:	
Ort, Datum / City, date:	Teningen, 01.09.2022 Diese Erklärung ist gültig bis / This declaration is valid until : 01.01.2027

18. Revisionsnummer / Ausstellungsdatum

Revisionsnummer: DE100max/01/23.2

Ausstellungsdatum: 09.03.2023

Verantwortliche Person für den Inhalt: Markus Scherer

19. Kontakt

Für alle Fragen und Anliegen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

AquaKinetics GmbH
Bewegung im Wasser
Zeppelinstraße 19
79331 Teningen

Tel.: 0049 7663 913810
Mail: info@aqua-kinetics.de
www.aqua-kinetics.de

Und nun – viel Spaß mit Ihrem Aquarider® [maxi]!