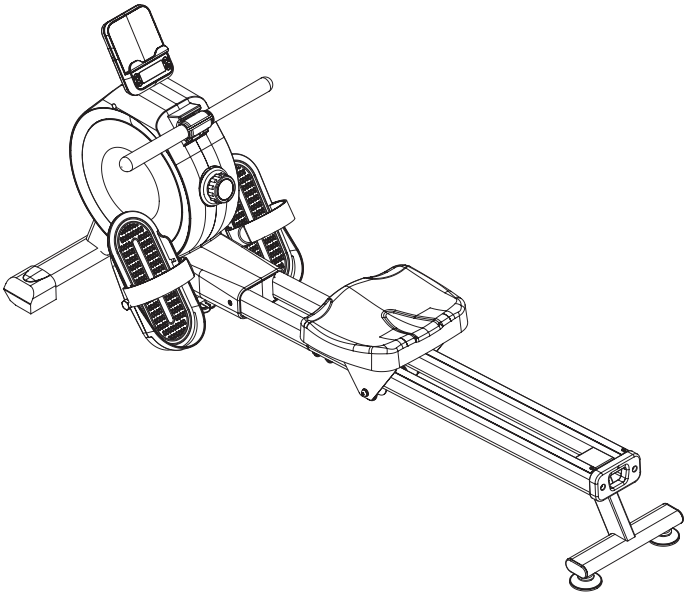
FLESAR



USER MANUAL

MAGNETIC ROWING MACHINE Model FS1

Note: Please read this product manual carefully before installing or using our products

KATALOG

Sicherheits-und Wartungshinweise - - - - - - - - - 15

Technische Daten - - - - - - - - - - - - - - - - - - - 16

Montageschritte - 19

Kontrolle nach der Montage - - - - - - - - - - - - - 22

Monitorfunktionen - - - - - - - - - - - - - - - - - - 23

App-Verbindung - 24

Fehlerbehebung - 25

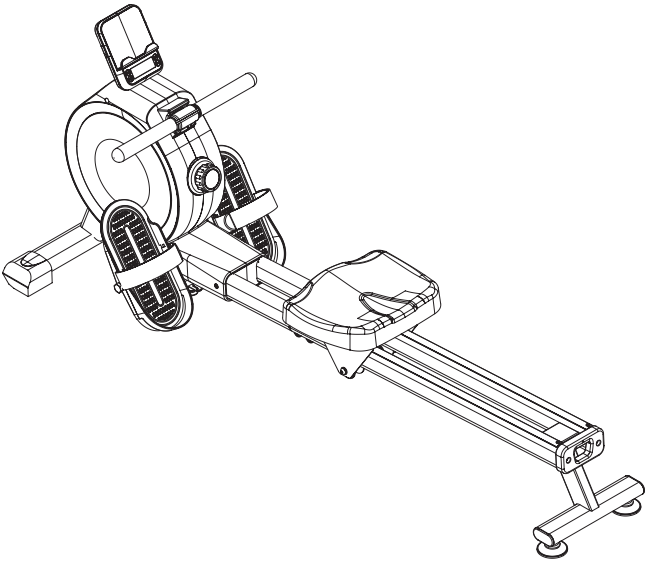
Sicherheits-und Wartungshinweise

Vielen Dank, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben. Zu Ihrer Sicherheit und Ihrem Wohlbefinden verwenden Sie das Produkt bitte ordnungsgemäß. Lesen Sie die gesamte Bedienungsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Produkt montieren und benutzen. Eine sichere und effektive Nutzung ist nur gewährleistet, wenn das Produkt korrekt montiert, gewartet und verwendet wird. Bitte lesen Sie alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen aufmerksam durch.

1. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Produkt fern. Dieses Produkt ist ausschließlich für Erwachsene bestimmt.
2. Verwenden Sie das Produkt auf einem festen und ebenen Untergrund und legen Sie eine Schutzmatte darunter. Halten Sie aus Sicherheitsgründen einen Mindestabstand von 60 cm um das Gerät ein.
3. Vergewissern Sie sich vor der Benutzung, dass alle Schrauben und Muttern fest angezogen sind.
4. Verwenden Sie das Produkt ausschließlich gemäß den Angaben auf den Produktaufklebern. Sollten Sie während der Montage oder Überprüfung defekte Teile feststellen oder während der Nutzung ungewöhnliche Geräusche hören, stellen Sie die Nutzung sofort ein, bis das Problem behoben ist.
5. Tragen Sie beim Training geeignete Kleidung. Vermeiden Sie weite Kleidung, da sich diese verfangen oder Ihre Bewegungsfreiheit einschränken kann.
6. Führen Sie keine Finger oder Gegenstände in bewegliche Teile des Produkts ein.
7. Dieses Produkt ist nicht für medizinische oder rehabilitative Zwecke geeignet.
8. Das Produkt ist für die Verwendung in kühlen und trockenen Umgebungen geeignet. Vermeiden Sie die Lagerung an extrem kalten, heißen oder feuchten Orten.
9. Überprüfen Sie das Gerät regelmäßig auf Beschädigungen oder Abnutzung. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn das Gehäuse beschä
10. Dieses Produkt ist ausschließlich für den privaten Gebrauch in Innenräumen bestimmt.

Überschreiten Sie nicht die maximale Belastbarkeit von 158 kg (350 lbs).digt ist oder sich geschweißte Teile gelöst haben.

Technische Daten



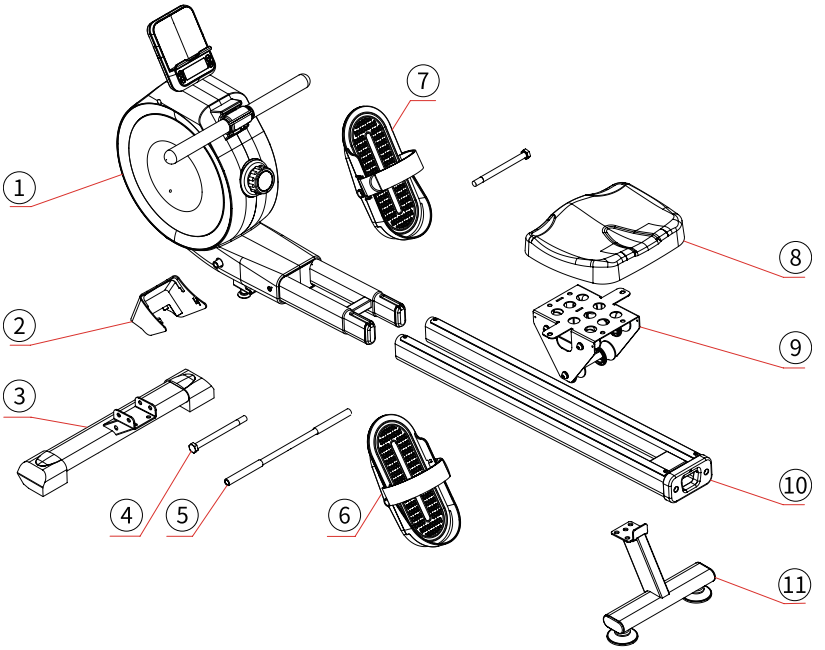
Wählen Sie vor der Montage einen geeigneten Ort für den Aufbau und die Nutzung des Geräts. Für einen sicheren Betrieb muss das Gerät auf einer festen und ebenen Fläche aufgestellt werden. Der erforderliche Mindestplatz für die Montage beträgt 2,2 m × 1,1 m.

Bitte beachten Sie bei der Montage die folgenden grundlegenden Hinweise:

1. Lesen und verstehen Sie vor der Montage sorgfältig die Sicherheits- und Wartungshinweise.
2. Legen Sie vor Beginn alle für den jeweiligen Montageschritt benötigten Teile bereit.
3. Wenn Sie zwei Teile miteinander verbinden, heben Sie diese leicht an und richten Sie die Schraubenlöcher aus, um eine korrekte Montage zu gewährleisten.
4. Die Montage sollte nach Möglichkeit von zwei Personen durchgeführt werden.

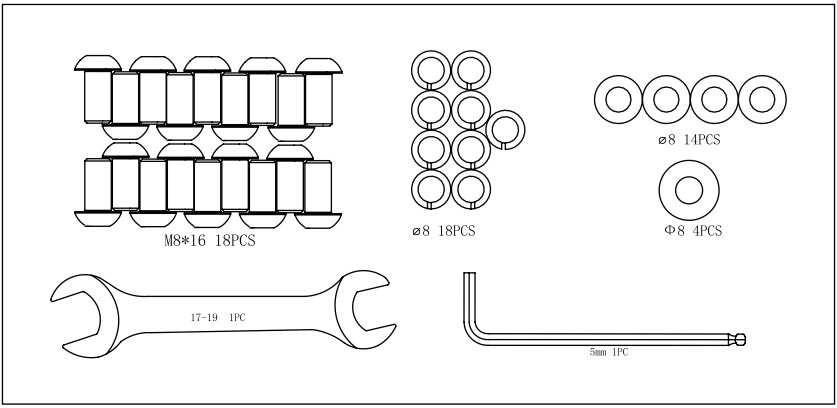
Verwenden Sie den mitgelieferten Schraubenschlüssel. Durch Drehen im Uhrzeigersinn werden Schrauben festgezogen, durch Drehen gegen den Uhrzeigersinn gelöst, sofern nicht anders angegeben..

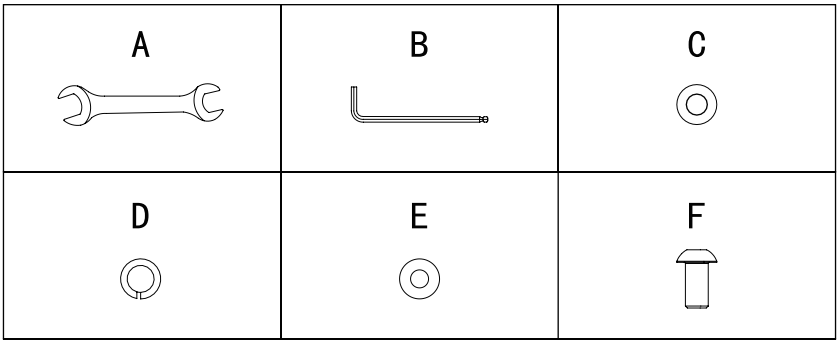
Teileliste



Nr.	Bezeichnung	Menge	Nr.	Bezeichnung	Menge
①	Hauptrahmen-Baugruppe	1	⑦	Rechtes Pedal	1
②	Frontabdeckung	1	⑧	Sitzpolster	1
③	Vorderes Standbein-Baugruppe	1	⑨	Sitzhalterung	1
④	Sechskantsch-raube M12 × 150	2	⑩	Schienenbaug-ruppe	1
⑤	Pedalstützstange	1	⑪	Hinteres Standbein-Baugruppe	1
⑥	Linkes Pedal	1			

Werkzeugsatz

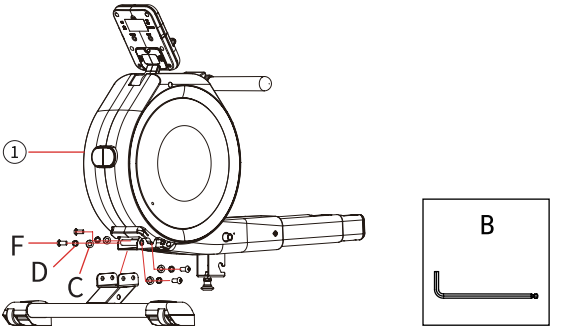




Nr.	Bezeichnung	Menge	Nr.	Bezeichnung	Menge
A	Maulschlüssel 17–19 mm	1	**D**	Federscheibe 8 mm	18
B	Inbusschlüssel 5 mm	1	**E**	Gewölbte Unterlegscheibe Ø8	4
C	Unterlegscheibe Ø8	14	**F**	Zylinderschraube mit Innensechskant M8 × 16	18

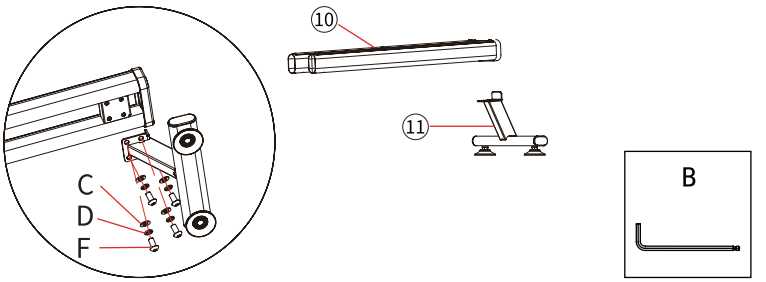
Montageschritte

SCHRITT 1:



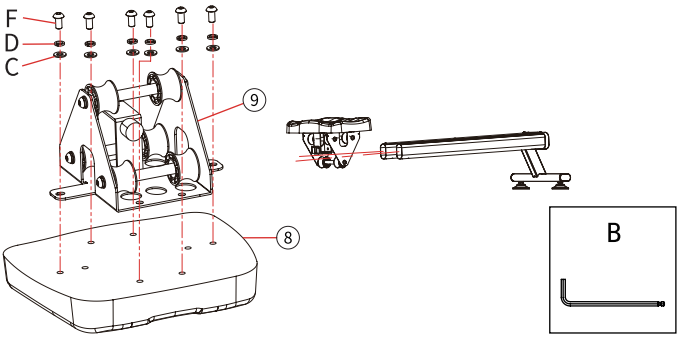
Montage-hinweise	1. Platzieren Sie die Hauptrahmen-Baugruppe (1) auf der Vorderes Standbein-Baugruppe (3) und achten Sie darauf, dass die Schraubenlöcher korrekt ausgerichtet sind. 2. Führen Sie die Zylinderschrauben mit Innensechskant M8 × 16 (F) nacheinander durch die Federscheiben Ø8 (D) und die Unterlegscheiben Ø8 (C) und befestigen Sie diese anschließend an der Hauptrahmen-Baugruppe (1). 3. Ziehen Sie die Schrauben mit dem Inbusschlüssel 5 mm (Kugelkopf) (B) fest. **Hinweis:** Die Schrauben und Unterlegscheiben müssen in der in der Teileabbildung dargestellten Reihenfolge gestapelt und montiert werden.

SCHRITT 2:



Montage-hinweise	1. Platzieren Sie die Schienenbaugruppe (10) auf der Hintere Standbein-Baugruppe (11) und richten Sie die vier Schraubenlöcher aus. 2. Führen Sie die Zylinderschrauben mit Innensechskant M8 × 16 (F) nacheinander durch die Federscheiben Ø8 (D) und die Unterlegscheiben Ø8 (C) und befestigen Sie diese anschließend an der Schienenbaugruppe (10). 3. Ziehen Sie alle Schrauben mit dem Inbusschlüssel 5 mm (Kugelkopf) (B) fest. **Hinweis:** Die Schrauben und Unterlegscheiben müssen in der in der Teileabbildung dargestellten Reihenfolge gestapelt und montiert werden.

SCHRITT 3:

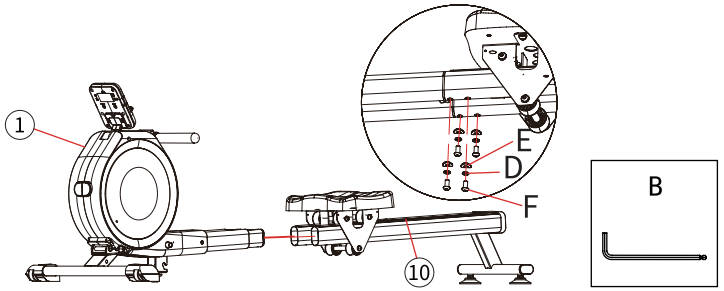


Montage-hinweise

1. Platzieren Sie die Sitzhalterung (9) und richten Sie diese mit den vorgebohrten Schraubenlöchern des Sitzpolsters (8) aus.
2. Führen Sie die Zylinderschrauben mit Innensechskant M8 × 16 (F) durch die Federscheiben Ø8 (D) und die Unterlegscheiben Ø8 (C) und befestigen Sie diese in den Schraubenlöchern des Sitzpolsters (8). Ziehen Sie die Schrauben mit dem Inbusschlüssel 5 mm (Kugelkopf) (B) fest.
3. Schieben Sie das montierte Sitzpolster (8) auf das vordere Ende der Schienenbaugruppe (10).

Hinweis: Die Schrauben und Unterlegscheiben müssen in der in der Teileabbildung dargestellten Reihenfolge gestapelt und montiert werden.

SCHRITT 4:

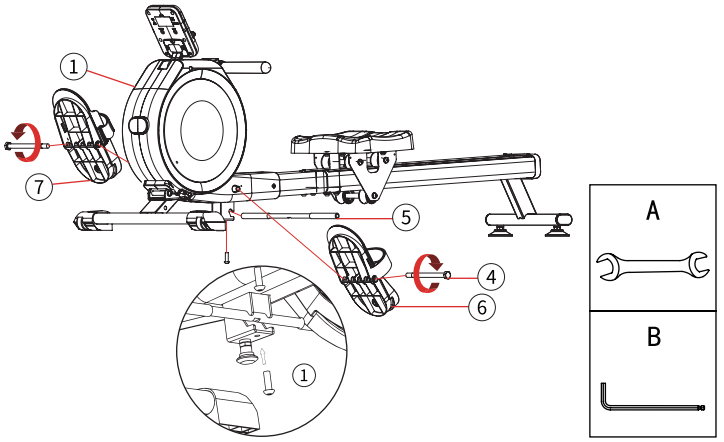


Montage-hinweise

1. Folgen Sie der Abbildung und führen Sie die Schienenbaugruppe (10) in das hintere Ende der Hauptrahmen-Baugruppe (1) ein, bis die unteren Schraubenlöcher ausgerichtet sind.
2. Richten Sie die Schienenbaugruppe (10) mit den vorgebohrten Schraubenlöchern der Hauptrahmen-Baugruppe (1) aus. Führen Sie die Zylinderschrauben mit Innensechskant M8 × 16 (F) durch die Federscheiben Ø8 (D) und die gewölbten Unterlegscheiben Ø8 (E) und befestigen Sie diese anschließend an der Hauptrahmen-Baugruppe (1). Ziehen Sie die Schrauben mit dem Inbusschlüssel 5 mm (Kugelkopf) (B) fest.

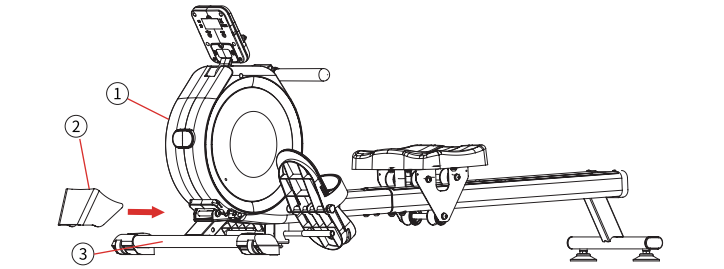
Hinweis: Die Schrauben und Unterlegscheiben müssen in der in der Teileabbildung dargestellten Reihenfolge gestapelt und montiert werden.

SCHRITT 5:



Montage-hinweise	1. Platzieren Sie das linke Pedal (6) wie in der Abbildung dargestellt. Führen Sie den Sechskantbolzen M12 × 65 durch das linke Pedal (6) und befestigen Sie diesen an der Befestigungsaufnahme an der Seite der Hauptrahmen-Baugruppe (1). Ziehen Sie die Schraube mit dem Maulschlüssel 17–19 mm (A) fest. 2. Wiederholen Sie die obigen Schritte für das rechte Pedal (7). **Hinweis:** Beide Pedale werden im Uhrzeigersinn festgezogen. 3. Platzieren Sie die Pedalstützstange (5) in der vorgesehenen Aufnahme an der Unterseite der Hauptrahmen-Baugruppe (1) und stellen Sie sicher, dass die Kerbe der Pedalstützstange (5) nach unten zeigt. 4. Wie in Schritt ① auf der linken Seite dargestellt, führen Sie die Zylinderschraube von der Unterseite der Hauptrahmen-Baugruppe (1) ein und ziehen Sie sie mit dem Inbusschlüssel 5 mm (Kugelkopf) (B) fest, sodass sie gegen die Kerbe der Pedalstützstange (5) fixiert wird.

SCHRITT 6:



Montage-hinweise	1. Platzieren Sie die Frontabdeckung (2) wie in der Abbildung dargestellt und montieren Sie sie zwischen der Hauptrahmen-Baugruppe (1) und der Vorderen Standbein-Baugruppe (3).

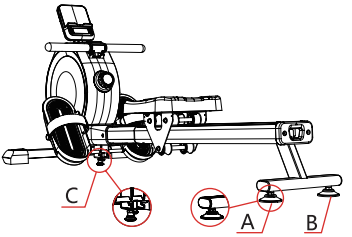
Kontrolle nach der Montage

⚠ Benutzen Sie das Produkt erst, nachdem die Montage vollständig abgeschlossen ist. Bitte folgen Sie den Montageschritten in dieser Anleitung und führen Sie eine Endkontrolle durch, um sicherzustellen, dass alle Bauteile korrekt installiert und fest angezogen sind.

Stabilitätseinstellung

Dieses Produkt muss auf einer ebenen und waagerechten Fläche aufgestellt werden, um einen stabilen Betrieb zu gewährleisten. In bestimmten Situationen kann eine zusätzliche Stabilitätseinstellung erforderlich sein. Bitte befolgen Sie die folgenden Anweisungen:

1. Wenn der Verstellfuß an Position A (siehe Pfeilmarkierung) keinen Kontakt zum Boden hat, drehen Sie den Fuß gegen den Uhrzeigersinn, bis das Produkt stabil steht. Schrauben Sie den Fuß jedoch nicht vollständig heraus, um mögliche Sicherheitsrisiken zu vermeiden.
2. Nach Abschluss der Einstellung ziehen Sie die Mutter am Verstellfuß im Uhrzeigersinn mit einem **Maulschlüssel 17–19 mm (B) fest**.
3. Wenn der Verstellfuß an Position B keinen Kontakt zum Boden hat, führen Sie die Einstellung auf die gleiche Weise wie oben beschrieben durch.
4. Das Stützpolster an Position C (Mitte) sollte normalerweise einen Bodenabstand von ca. 5–7 mm aufweisen. Wenn der Abstand weniger als 5 mm beträgt, ist eine manuelle Anpassung erforderlich.

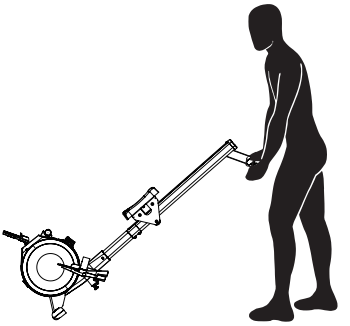


Produktbewegung

Wenn das Produkt bewegt werden muss, heben Sie es an der Hintere Standbein-Baugruppe (11) an der in der Abbildung gezeigten Position an und kippen Sie das Gerät auf einen Winkel von mehr als 45 ° zum Boden.

Anschließend können Sie das Produkt an den gewünschten Standort bewegen.

Hinweis: Achten Sie beim Transport des Produkts auf die Umgebung, um unbeabsichtigte Stöße, Kollisionen oder ein Hängenbleiben zu vermeiden.



Monitorfunktionen

A. Funktionsbeschreibung

Technische Daten	Anzeigeinformationen	Datenbeschreibung
TIME	0:00-99:00 Min/Sec	Anzeige der aktuellen Trainingszeit
DISTANCE	0.1-99.9 KM(MI)	Anzeige der aktuellen Trainingsdistanz
CALORIE	0-1000KCAL	Anzeige des aktuellen Kalorienverbrauchs während des Trainings
STROKE	0-9990 Reps	Anzeige der aktuellen Zugzahl während des Trainings
TOTALSTROKE	0-9990 Reps	Anzeige der gesamten Zugzahl des Trainings
SPM	0-9990 Reps	Anzeige der aktuellen Züge pro Minute während des Trainings
TIME/500M	0:00-99:99 Min/Sec	Anzeige der geschätzten Zeit für 500 Meter während des Trainings

B. Tastenfunktionen

MODE: Halte die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte auf Null zurückzusetzen.

Drücke die Taste wiederholt, um zwischen den Modi zu wechseln: Zeit-Countdown, Distanz-Countdown, Zugzahl-Countdown und Kalorien-Countdown.In jedem Modus kannst du mit der Taste SET den entsprechenden Wert einstellen.

SCAN: Standardmäßig ist die Scan-Funktion automatisch aktiviert, und alle Anzeigewerte werden im 6-Sekunden-Takt nacheinander angezeigt.Um eine bestimmte Funktion dauerhaft anzuzeigen, drücke die Taste SCAN.

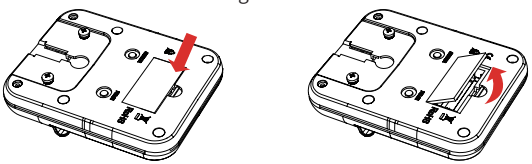
Die Anzeigereihenfolge ist wie folgt: **ZEIT + ZUGZAHL → ZEIT / 500 m + ZUGZAHL → SPM + GESAMTE ZUGZAHL → DISTANZ + KALORIEN**

SET: Verwende die Taste MODE, um durch die Einstellungen zu wechseln und die jeweiligen Werte anzupassen.

RESET: Halten Sie die Taste 3 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte auf null zurückzusetzen (langer Signalton). Halten Sie die Taste weiterhin gedrückt (ohne loszulassen), um nach 5 Sekunden zwischen KM und MI umzuschalten (kurzer Signalton).

C. Batteriewechsel des Monitors

1. Der Monitor wird mit 2 × AAA-Batterien (Typ 7) betrieben. Wenn die Anzeige schwach wird oder schwer lesbar ist, sollten die Batterien rechtzeitig ersetzt werden.
2. Öffnen Sie zum Batteriewechsel die Batteriefachabdeckung an der mit dem Pfeil markierten Position mithilfe Ihres Fingernagels. Entnehmen Sie die alten Batterien, legen Sie die neuen Batterien entsprechend der korrekten Polaritätsmarkierung (+/–) im Batteriefach ein und schließen Sie anschließend die Abdeckung wieder sicher.



App-Verbindung

Das **Flesar FS1** Rudergerät ist mit der kostenlosen App FitShow kompatibel und unterstützt außerdem die App Kinomap.

1. Installation von FitShow



1.1 Software-Download

Sowohl Android- als auch Apple-Nutzer können diesen Code scannen, um die App herunterzuladen.

1.2 Gerät verbinden

1) Laden Sie die FitShow-App herunter und erstellen Sie ein Konto.

2) Wählen Sie Ihren Gerätetyp für Ihr Training aus.

3) Stellen Sie sicher, dass die Registerkarte „Gerät“ auf der Trainingsseite mit Ihrem Gerät übereinstimmt (Rowing Machine).

4) Gehen Sie zur Seite „Workout“ und klicken Sie auf die Schaltfläche „Quick Start“.

5) Nach der Suche sollte der Name Ihres Geräts (**Flesar FS1**) in der Geräteliste erscheinen. Klicken Sie auf „Connect“ neben dem Namen Ihres Geräts.

6) Auf dem Trainingsbildschirm: Nach unten wischen für die Einstellungen, nach oben wischen für die Steuerung.

2. Kinomap

2.1 Verbindung des Geräts herstellen

1) Laden Sie die Kinomap-App herunter und erstellen Sie ein Konto.

2) Gehen Sie zur Seite „Mehr“ und klicken Sie auf „Geräteverwaltung“.

3) Tippen Sie auf das „+“-Symbol oben rechts, um ein neues Gerät hinzuzufügen.

4) Wählen Sie den Gerätetyp aus, den Sie verwenden möchten.

5) Wählen Sie die Marke FTMS aus.

6) Wählen Sie die Option „ROWING MACHINE“ aus.

7) Wählen Sie Ihr Modell (**Flesar FS1**) aus der Liste und klicken Sie auf „Verbinden“.

Fehlerbehebung

Zustand / Problem	Zu überprüfende Punkte	Lösung
Monitor lässt sich nicht einschalten	Überprüfen Sie die Batterien und deren korrekte Installation	Öffnen Sie die Batteriefachabdeckung auf der Rückseite des Monitors und überprüfen Sie, ob die Batterien korrekt entsprechend der Polarität eingesetzt sind, oder ersetzen Sie sie durch neue Batterien.
★ Keine Verbindung zwischen Rudergerät und App möglich	Überprüfen Sie den Bluetooth-Verbindungsstatus	Stellen Sie sicher, dass während der Nutzung keine anderen Geräte gleichzeitig über Bluetooth mit dem Rudergerät verbunden sind. Trennen Sie andere Verbindungen und verbinden Sie die App erneut.
		Stellen Sie sicher, dass die Verbindung nur über die APP erfolgt. Wenn das Gerät bereits in den Bluetooth-Einstellungen Ihres Telefons gekoppelt wurde, kann die APP es nicht erkennen. Bitte entkoppeln Sie es, öffnen Sie die APP erneut und verbinden Sie es wieder.
Der Monitor zeigt keine Daten an	Prüfen Sie, ob der Rudertrainer mit der APP verbunden ist	Nach der Verbindung mit der APP werden die Trainingsdaten nur in der APP angezeigt, und der Monitor zeigt „----“ an. Nach dem Trennen der Verbindung zeigt der Monitor die Daten wieder normal an.
Geräuschentwicklung beim Rudern	Überprüfen Sie den Zustand des Antriebsriemens	Tragen Sie eine kleine Menge Autopoliturwachs auf den Antriebsriemen auf. Falls das Problem weiterhin besteht, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst.
Kein Ruderwiderstand vorhanden	Überprüfen Sie die Position von Riemen und Riemenscheibe	Überprüfen Sie, ob sich der Griff während der Nutzung gelockert hat. Der Riemen kann in der Riemenscheibenrille verklemmt sein. Richten Sie den Riemen in der Mitte der Riemenscheibe aus.
Gerät wackelt leicht oder die Fußpolster heben sich während des Trainings ab	Überprüfen Sie den Stabilisator und die Fußpolster	Stellen Sie sicher, dass die vorderen und hinteren Stabilisatorrohre fest angebracht sind. Justieren Sie die Fußpolster, bis das Gerät waagerecht und stabil steht. Verwenden Sie das Rudergerät auf einer ebenen Fläche oder legen Sie eine Trainingsmatte darunter, um die Stabilität zu verbessern.
Pedale wackeln oder die Fußriemen sind locker	Überprüfen Sie die Pedale und Fußriemen	Stellen Sie sicher, dass die linken und rechten Fußriemen korrekt festgezogen sind. Überprüfen Sie, ob die Befestigungsschraube der zentralen Pedalachse an der Unterseite des Geräts fest angezogen ist.

Declaration of Conformity

We (the manufacturer is responsible for this declaration)

Puture Co.,Ltd (Company name)

8801 E Hampden Ave Ste 250, Denver, Colorado 80231

declare under our sole responsibility that the product

Trade name: Flesar

Equipment: Rowing Machine

Model No.: FS1

to which this declaration relates is in conformity with the essential requirement set out in the Council Directive on the Approximation of the laws of the Member States relating to RoHS(2011/65/EU) product is responsible to affix CE marking, the following standards were applied:

IEC62321-3-1:2013

IEC62321-4:2013

IEC62321-5:2013

IEC62321-6:2015

IEC62321-7-1:2015

IEC62321-7-2:2017

IEC62321-8:2017

We hereby declare that the equipment named above has been designed to comply with the relevant sections of the above referenced requirements. The model complies with all applicable Essential Requirements of the Directives stated above.

Full Name: George.wang Position: Approbation Manager

Signature:  Place/Date:Shenzhen,China/May.08-2026



Ver.1.2