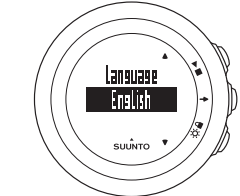




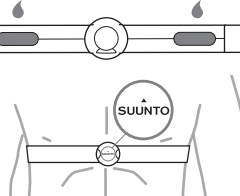
## 1 GET STARTED

Erste Schritte  
Bienvenu  
Primeros pasos  
Iniciar  
Iniziare  
Om te beginnen  
Välkommen  
Näin pääset alkuun



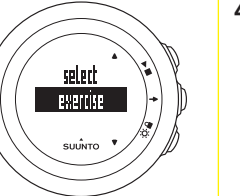
## 2 PUT ON HR BELT

Stellen Sie Ihre Band auf  
Mettez votre ceinture  
Ponga el cinturón en  
Ponha o seu cinto em  
Mettere la cinghia  
Doe uw gordel op  
Sätt ditt bälte på  
Aseta sykevyy



## 3 START EXERCISE

Erste Schritt  
Prise en main  
Inicio  
Inizio de formacao  
Iniziare la formazione  
Start opleiding  
Börja  
Aloita harjoittelu



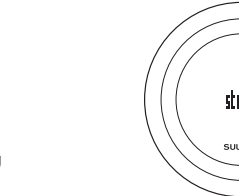
## 4 DURING EXERCISE

Während der Ausbildung  
Au cours de la formation  
Durante la formación  
Durante o treino  
Durante la formazione  
Tijdens de opleiding  
Under utbildning  
Harjoituksen aikana



## 5 AFTER EXERCISE

Verwendung Training  
Usage des zones  
Uso zona  
Utilizacao  
Uso della zona  
Gebruik  
Använda zon utbildning  
Vyöhykeharjoittelu



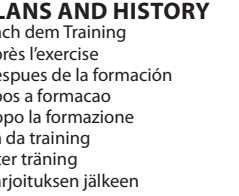
## 6 FITNESS TEST

Verwendung  
Usage  
Uso zona  
Utilizacao  
Uso della zona  
Gebruik  
Använda  
Vyöhykeharjoittelu



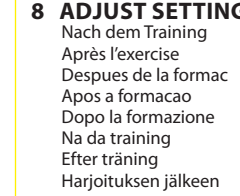
## 7 PLANS AND HISTORY

Nach dem Training  
Après l'exercice  
Después de la formación  
Apos a formacao  
Dopo la formazione  
Na da training  
Efter träning  
Harjoituksen jälkeen



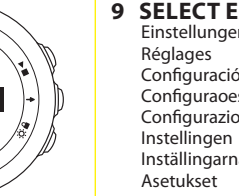
## 8 ADJUST SETTINGS

Nach dem Training  
Après l'exercice  
Después de la formación  
Apos a formacao  
Dopo la formazione  
Na da training  
Efter träning  
Harjoituksen jälkeen



## 9 SELECT EXERCISE PROGRAM

Einstellungen  
Réglages  
Configuración  
Configuracoes  
Configurazioni  
Instellingen  
Inställingarna  
Asetukset



## 10 CONNECT TO COMMUNITY

Verwendung  
Usage  
Uso  
Utilizacao  
Uso della zona  
Gebruik  
Använda zon utbildning  
Vyöhykeharjoittelu



## 11

Verwendung  
Usage  
Uso  
Utilizacao  
Uso della zona  
Gebruik  
Använda zon utbildning  
Vyöhykeharjoittelu



## 12

Verwendung  
Usage  
Uso  
Utilizacao  
Uso della zona  
Gebruik  
Använda zon utbildning  
Vyöhykeharjoittelu



en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en

de

fr

es

pt

it

nl

sv

fi

en



