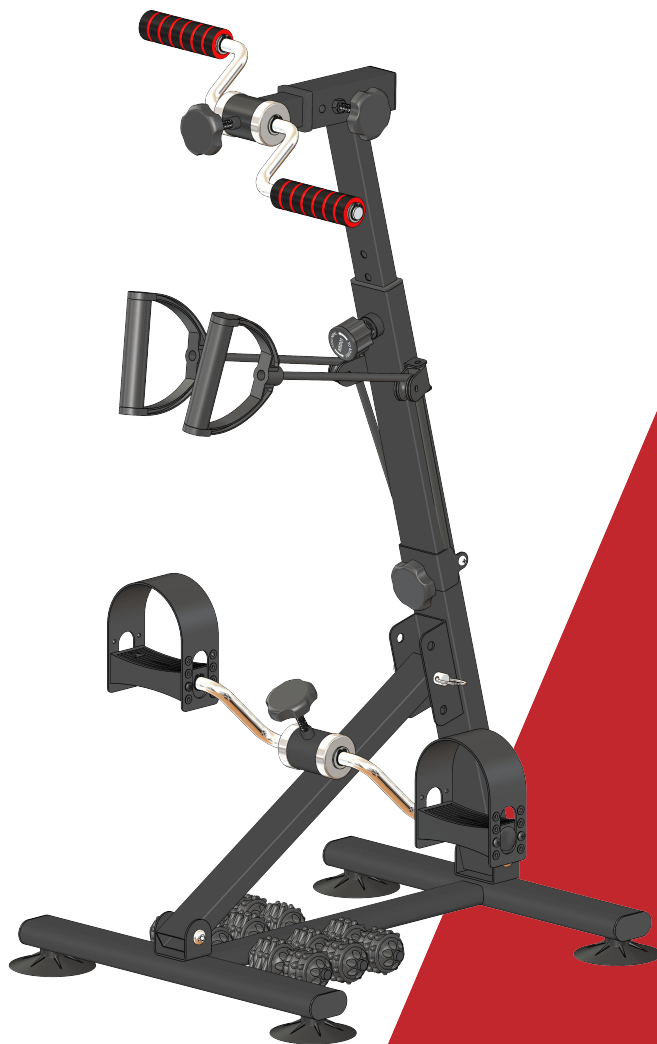


THOR X CORE

SENIOR TECH

*Static Pedal Exerciser / Pedaleador estático / Pedale
static / Statischer Pedaltrainer / Pédalier statique*



INSTRUCTIONS /
INSTRUCCIONES /
ISTRUZIONI /
ANWEISUNGEN /
INSTRUCTIONS

Product description

The THORXCORE SENIOR TECH Static Pedal Exerciser is designed for gentle home exercise of the arms and legs. It promotes circulation, mobility, and muscle activity. This product is not a medical or rehabilitation device and is intended for home use by adults only.

Safety warnings

- Use only on a flat, stable surface.
- Keep children and pets away. This product is not a toy
- Ensure all screws, knobs, and straps are securely tightened before each use.
- Keep fingers, clothing, and hair away from moving parts.
- Adjust resistance gradually. Stop exercising immediately if you feel pain, dizziness, or discomfort.
- Do not use the product if any part is damaged, loose, or missing.
- This product is not a medical or rehabilitation device. Consult your doctor before use if you have any health condition.
- Place the exerciser on a non-slip surface and use indoors only.
- Do not modify or disassemble the product.
- Keep this manual for future reference.

Descripción del producto

El pedaleador estático THORXCORE SENIOR TECH está diseñado para realizar ejercicio suave de brazos y piernas. Favorece la circulación, la movilidad y la actividad muscular. No es un dispositivo médico ni de rehabilitación, y está destinado únicamente al uso doméstico por adultos.

Advertencias de seguridad

- Usar solo sobre una superficie plana y estable.
- Mantener alejados a los niños y las mascotas. Este producto no es un juguete.
- Asegúrese de que todos los tornillos, pomos y correas estén firmemente apretados antes de cada uso.
- Mantenga los dedos, la ropa y el cabello alejados de las partes móviles.
- Ajuste la resistencia de forma gradual. Deténgase inmediatamente si siente dolor, mareo o malestar.
- No use el producto si alguna pieza está dañada, floja o falta.
- Este producto no es un dispositivo médico ni de rehabilitación. Consulte a su médico antes de usarlo si tiene algún problema de salud.
- Coloque el pedaleador sobre una superficie antideslizante y úselo solo en interiores.
- No modifique ni desmonte el producto.
- Conserve este manual para futuras consultas.

Panoramica del prodotto

Il pedale statico THORXCORE SENIOR TECH è progettato per un esercizio domestico leggero di braccia e gambe. Favorisce la circolazione, la mobilità e l'attività muscolare. Non è un dispositivo medico o riabilitativo ed è destinato solo all'uso domestico da parte di adulti.

Avvertenze di sicurezza

- Utilizzare solo su una superficie piana e stabile.
- Tenere lontano da bambini e animali domestici. Questo prodotto non è un giocattolo.

- Assicurarsi che tutte le viti, le manopole e le cinghie siano ben serrate prima di ogni utilizzo.
- Tenere le dita, i vestiti e i capelli lontani dalle parti in movimento.
- Regolare la resistenza gradualmente. Interrompere immediatamente l'esercizio in caso di dolore, vertigini o disagio.
- Non utilizzare il prodotto se una parte è danneggiata, allentata o mancante.
- Questo prodotto non è un dispositivo medico né riabilitativo. Consultare il medico prima dell'uso in caso di problemi di salute.
- Posizionare il pedale su una superficie antiscivolo e utilizzarlo solo al chiuso.
- Non modificare né smontare il prodotto.
- Conservare il manuale per future consultazioni.

Produktübersicht

Der THORXCORE SENIOR TECH Pedaltrainer ist für leichtes Heimtraining von Armen und Beinen konzipiert. Er fördert die Durchblutung, Beweglichkeit und Muskelaktivität. Dieses Produkt ist kein medizinisches oder Rehabilitationsgerät und ist nur für den häuslichen Gebrauch durch Erwachsene bestimmt.

Sicherheitshinweise

- Nur auf einer flachen, stabilen Oberfläche verwenden.
- Von Kindern und Haustieren fernhalten. Dieses Produkt ist kein Spielzeug.
- Vor jeder Benutzung sicherstellen, dass alle Schrauben, Knöpfe und Riemen fest angezogen sind.
- Finger, Kleidung und Haare von beweglichen Teilen fernhalten.
- Widerstand schrittweise einstellen. Sofort anhalten, wenn Schmerzen, Schwindel oder Unwohlsein auftreten.
- Das Produkt nicht verwenden, wenn Teile beschädigt, locker oder fehlend sind.
- Dieses Produkt ist kein medizinisches oder Rehabilitationsgerät. Konsultieren Sie vor der Verwendung Ihren Arzt, wenn Sie gesundheitliche Probleme haben.
- Das Gerät auf eine rutschfeste Oberfläche stellen und nur in Innenräumen verwenden.
- Das Produkt nicht verändern oder zerlegen.
- Bewahren Sie dieses Handbuch zur späteren Verwendung auf.














Présentation du produit

Le pédalier statique THORXCORE SENIOR TECH est conçu pour un exercice doux des bras et des jambes à domicile. Il favorise la circulation, la mobilité et l'activité musculaire. Ce produit n'est pas un dispositif médical ni de rééducation, et il est destiné uniquement à une utilisation domestique par des adultes.

Consignes de sécurité

- Utiliser uniquement sur une surface plane et stable.
- Tenir éloigné des enfants et des animaux domestiques. Ce produit n'est pas un jouet.
- Vérifier avant chaque utilisation que toutes les vis, boutons et sangles sont bien serrés.
- Garder les doigts, les vêtements et les cheveux éloignés des parties mobiles.
- Ajuster la résistance progressivement. Arrêter immédiatement l'exercice en cas de douleur, de vertiges ou d'inconfort.
- Ne pas utiliser le produit si une pièce est endommagée, desserrée ou manquante.
- Ce produit n'est pas un dispositif médical ni de rééducation. Consulter un médecin avant utilisation en cas de problème de santé.
- Placer l'appareil sur une surface antidérapante et l'utiliser uniquement en intérieur.
- Ne pas modifier ni démonter le produit.
- Conserver ce manuel pour référence ultérieure.

Parts and accesories included:

Pictures	Part Number	Components	Quantities	Pictures	Part Number	Components	Quantities
	A	Base frame	1		H	Seven-star Plum Blossom Knob	1
	B	Connecting Bracket	1		I	Latch	1
	C	Top bar	1		J	Screw	1
	D	Hand bracket	1		K	Lock nut	1
	E	Non-slip Foot Mats	4		L	Open-End Wrench	1
	F	Pull-out Knob	1		M	L-Shape Wrench	1
	G	Plum Blossom Knob	3				

1

EN: Place all parts on a clean, flat surface /

ES: Dispón todas las piezas en una superficie limpia y plana /

IT: Disponi tutte le parti su una superficie pulita e piatta /

DE: Legen Sie alle Teile auf eine saubere, flache Oberfläche /

FR: Disposez toutes les pièces sur une surface propre et plane



2

EN: Attach the 4 Foot mats (E) to the Base frame (A) and tighten with the wrench (L) if needed /

ES: Coloca las 4 alfombrillas antideslizantes (E) en el bastidor base (A) y apriétalas con la llave (L) si es necesario /

IT: Fissa i 4 tappetini antiscivolo (E) al telaio di base (A) e stringili con la chiave (L) se necessario /

DE: Befestigen Sie die 4 rutschfesten Fußmatten (E) am Basisrahmen (A) und ziehen Sie sie bei Bedarf mit dem Schlüssel (L) fest /

FR: Fixez les 4 patins antidérapants (E) sur le cadre de base (A) et serrez-les avec la clé (L) si nécessaire



3

EN: Insert one plum knob (G) into the pedal axis. This knob can be adjusted as required in order to add or decrease the resistance of pedals rotation for higher/lower exercise intensity /

ES: Inserta un tornillo de ajuste (G) en el eje del pedal. Este tornillo puede ajustarse según sea necesario para aumentar o disminuir la resistencia de rotación del pedal y así obtener una mayor o menor intensidad de ejercicio. /

IT: Inserisci una vite di regolazione (G) nell'asse del pedale. Questa vite può essere regolata secondo necessità per aumentare o diminuire la resistenza di rotazione del pedale e ottenere un'intensità di esercizio maggiore o minore. /

DE: Setzen Sie eine Stellschraube (G) in die Pedalachse ein. Diese Schraube kann nach Bedarf eingestellt werden, um den Widerstand der Pedalrotation zu erhöhen oder zu verringern und so eine höhere oder niedrigere Trainingsintensität zu erreichen. /

FR: Insérez une vis de réglage (G) dans l'axe du pédale. Cette vis peut être réglée selon les besoins afin d'augmenter ou de réduire la résistance de rotation du pédale et d'obtenir une intensité d'exercice plus élevée ou plus faible.



4

EN: Insert the connecting bracket (B) into the base frame and secure with the screw (J) and lock nut (K). /

ES: Inserta el soporte de conexión (B) en el bastidor base y asegúralo con el tornillo (J) y la tuerca de seguridad (K). /

IT: Inserisci la staffa di collegamento (B) nel telaio di base e fissala con la vite (J) e il dado autobloccante (K). /

DE: Setzen Sie die Verbindungshalterung (B) in den Basisrahmen ein und sichern Sie sie mit der Schraube (J) und der Sicherungsmutter (K). /

FR: Insérez le support de connexion (B) dans le cadre de base et fixez-le avec la vis (J) et l'écrou de sécurité (K).



5

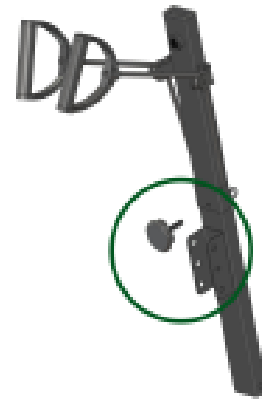
EN: Insert one plum knob (G) into the corresponding hole of the connecting bracket to keep it extended vertically /

ES: Inserta un tornillo de ajuste (G) en el orificio correspondiente del soporte de conexión para mantenerlo extendido en posición vertical./

IT: Inserisci una vite di regolazione (G) nel foro corrispondente della staffa di collegamento per mantenerla estesa in posizione verticale. /

DE: Setzen Sie eine Stellschraube (G) in das entsprechende Loch der Verbindungshalterung ein, um sie in aufrechter Position zu halten. /

FR: Insérez une vis de réglage (G) dans le trou correspondant du support de connexion afin de le maintenir étendu en position verticale.



6

EN: Attach the pedals bar to the connecting bracket using the Latch (I) provided

ES: Fija la barra de los pedales al soporte de conexión utilizando el cierre (I) suministrado. /

IT: Fissa la barra dei pedali alla staffa di collegamento utilizzando la chiusura (I) fornita. /

DE: Befestigen Sie die Pedalleiste mit dem mitgelieferten Verschluss (I) an der Verbindungshalterung. /

FR: Fixez la barre des pédales au support de connexion à l'aide du loquet (I) fourni.



7

EN: Insert the top bar (C) into the connecting bracket and fix with the Pull knob (F). Ensure that the hole of the top bar is headed towards the pedals.

ES: Inserta la barra superior (C) en el soporte de conexión y fíjala con el tornillo de bloqueo (F). Asegúrate de que el orificio de la barra superior quede orientado hacia los pedales. /

IT: Inserisci la barra superiore (C) nella staffa di collegamento e fissala con la vite di bloccaggio (F). Assicurati che il foro della barra superiore sia rivolto verso i pedali. /

DE: Setzen Sie die obere Stange (C) in die Verbindungshalterung ein und sichern Sie sie mit der Blockierschraube (F). Achten Sie darauf, dass das Loch der oberen Stange in Richtung der Pedale zeigt. /

FR: Insérez la barre supérieure (C) dans le support de connexion et fixez-la avec la vis de blocage (F). Assurez-vous que le trou de la barre supérieure soit orienté vers les pédales.



8

EN: Insert the hand bracket (D) into the top bar and fix at the side with a plum knob (H) /

ES: Inserta el soporte de manos (D) en la barra superior y fíjalo lateralmente con el tornillo de ajuste (H). /

IT: Inserisci il supporto per le mani (D) nella barra superiore e fissalo lateralmente con la vite di regolazione (H). /

DE: Setzen Sie die Handhalterung (D) in die obere Stange ein und sichern Sie sie seitlich mit der Stellschraube (H). /

FR: Insérez le support pour les mains (D) dans la barre supérieure et fixez-le sur le côté avec la vis de réglage (H).



9

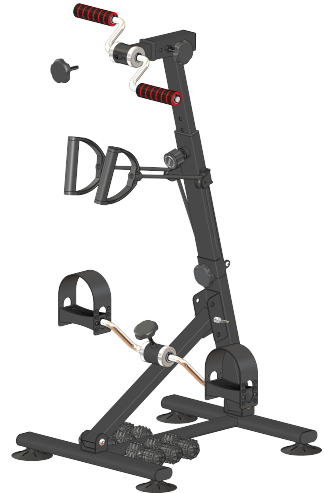
EN: Insert one plum knob (G) into the hand pedal axis. This knob can be adjusted as required in order to add or decrease the resistance of pedals rotation for higher/lower exercise intensity

ES: Inserta un tornillo de ajuste (G) en el eje del pedal de manos. Este tornillo puede ajustarse según sea necesario para aumentar o disminuir la resistencia de rotación del pedal y así obtener una mayor o menor intensidad de ejercicio. /

IT: Inserisci una vite di regolazione (G) nell'asse del pedale manuale. Questa vite può essere regolata secondo necessità per aumentare o diminuire la resistenza di rotazione del pedale e ottenere un'intensità di esercizio maggiore o minore./

DE: Setzen Sie eine Stellschraube (G) in die Handpedalachse ein. Diese Schraube kann nach Bedarf eingestellt werden, um den Widerstand der Pedalrotation zu erhöhen oder zu verringern und so eine höhere oder niedrigere Trainingsintensität zu erreichen. /

FR: Insérez une vis de réglage (G) dans l'axe du pédale manuel. Cette vis peut être réglée selon les besoins afin d'augmenter ou de réduire la résistance de rotation du pédale et d'obtenir une intensité d'exercice plus élevée ou plus faible.



10

EN: The hand bracket can also be positioned vertically, allowing the hand pedals to rotate on a different axis for an alternative upper-body exercise. /

ES: El soporte de manos también puede colocarse en posición vertical, permitiendo que los pedales de manos roten en un eje diferente para realizar un ejercicio alternativo del tren superior. /

IT: Il supporto per le mani può essere posizionato anche in verticale, consentendo ai pedali manuali di ruotare su un asse diverso per un esercizio alternativo della parte superiore del corpo. /

DE: Die Handhalterung kann ebenfalls vertikal positioniert werden, sodass die Handpedale auf einer anderen Achse rotieren können und ein alternatives Oberkörpertraining ermöglichen. /

FR: Le support pour les mains peut également être positionné verticalement, permettant aux pédales manuelles de tourner sur un axe différent pour un exercice alternatif du haut du corps.





ENGLISH

Use

- Place the device on a stable surface, whether standing or seated.
- For legs: pedal slowly and increase resistance as desired.
- For arms and shoulders: hold the upper handles and move them gently back and forth.
- Use the elastic bands for upper-body exercises. Do not overstretch them.
- Recommended duration: start with 10–15 minutes per session and increase gradually.

Maintenance

- Clean with a soft, slightly damp cloth. Do not use solvents or immerse in water.
- Check screws, straps, and rubber caps periodically.
- Store in a dry place, away from heat and humidity.
- Replace any damaged or worn parts immediately.

Disposal and Legal Notice

Dispose of the packaging in the cardboard recycling container.

Do not discard with household waste.

This product is intended for home exercise only. Keep this manual for future reference.



ESPAÑOL

Uso

- Coloque el aparato sobre una superficie estable, ya sea sentado o de pie.
- Para piernas: pedalee lentamente y aumente la resistencia según desee.
- Para brazos y hombros: sujete los mangos superiores y muévalos suavemente hacia adelante y atrás.
- Use las bandas elásticas para ejercicios de tren superior. No las estire en exceso.
- Duración recomendada: empiece con 10–15 minutos por sesión y aumente gradualmente.

Mantenimiento

- Limpie con un paño suave ligeramente humedecido. No use disolventes ni lo sumerja en agua.
- Revise periódicamente tornillos, correas y topes de goma.
- Guarde en un lugar seco, alejado del calor y la humedad.
- Sustituya inmediatamente cualquier pieza dañada o desgastada.

Eliminación y aviso legal

Deposite el embalaje en el contenedor de reciclaje de cartón.

No lo deseche con la basura doméstica.

Este producto es solo para ejercicio doméstico. Conserve este manual para futuras consultas.



ITALIANO

Utilizzo

- Posizionare l'attrezzo su una superficie stabile, in piedi o seduti.
- Per l'esercizio delle gambe: pedalare lentamente aumentando la resistenza secondo necessità.
- Per l'esercizio di braccia e spalle: afferrare le impugnature superiori e muoverle dolcemente avanti e indietro.
- Utilizzare le bande elastiche per un allenamento aggiuntivo della parte superiore del corpo. Non allungarle eccessivamente.
- Durata consigliata: iniziare con 10–15 minuti per sessione e aumentare gradualmente.

Manutenzione

- Pulire con un panno morbido e umido. Non utilizzare solventi né immergere in acqua.
- Controllare regolarmente viti, cinghie e piedini in gomma.
- Conservare in un luogo asciutto, lontano dal calore e dall'umidità.
- Sostituire immediatamente eventuali parti usurate o danneggiate.

Smaltimento e avvertenze legali

Smaltire l'imballaggio nel contenitore per la raccolta di carta e cartone.

Non gettare nei rifiuti domestici.

Questo prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico. Conservare questo manuale per consultazioni future.



Verwendung

- Stellen Sie das Gerät auf eine stabile Oberfläche, im Sitzen oder Stehen.
- Für Beinübungen: langsam treten und den Widerstand nach Bedarf erhöhen.
- Für Arm- und Schulterübungen: die oberen Griffe halten und sanft vor- und zurückbewegen.
- Verwenden Sie die elastischen Bänder für zusätzliche Oberkörperübungen. Nicht überdehnen.
- Empfohlene Dauer: Beginnen Sie mit 10–15 Minuten pro Sitzung und erhöhen Sie diese schrittweise.

Wartung

- Mit einem weichen, feuchten Tuch reinigen. Keine Lösungsmittel verwenden oder in Wasser tauchen.
- Schrauben, Gurte und GummifüÙe regelmäßig überprüfen.
- An einem trockenen Ort lagern, fern von Hitze und Feuchtigkeit.
- Beschädigte oder abgenutzte Teile sofort ersetzen.

Entsorgung und rechtliche Hinweise

Verpackung im Papier-/Kartonrecycling entsorgen.
Nicht mit dem Hausmüll entsorgen.
Dieses Produkt ist nur für den Heimgebrauch bestimmt.
Bewahren Sie dieses Handbuch auf.



Utilisation

- Placer l'appareil sur une surface stable, en position assise ou debout.
- Pour les jambes : pédaler lentement en augmentant la résistance selon le besoin.
- Pour les bras et les épaules : tenir les poignées supérieures et les déplacer doucement d'avant en arrière.
- Utiliser les bandes élastiques pour un exercice supplémentaire du haut du corps. Ne pas trop les étirer.
- Durée recommandée : commencer par 10 à 15 minutes par session et augmenter progressivement.

Entretien

- Nettoyer avec un chiffon doux et humide. Ne pas utiliser de solvants ni immerger dans l'eau.
- Vérifier régulièrement les vis, les sangles et les patins en caoutchouc.
- Conserver dans un endroit sec, à l'écart de la chaleur et de l'humidité.
- Remplacer immédiatement toute pièce usée ou endommagée.

Élimination et mentions légales

Jeter l'emballage dans le conteneur de recyclage du papier/carton.
Ne pas jeter avec les ordures ménagères.
Ce produit est destiné uniquement à un usage domestique. Conserver ce manuel pour référence ultérieure.

Manufacturer/Importer/Responsible Person in the EU					
Name: THE ZEN ARCHER, S.L. (CIF: B75738765)					
Address: Paseo de Valdelasfuentes 10, CP28100 Alcobendas, SPAIN					
E-mail: apg.commerce23@gmail.com					
Made in China					