



RACER 18

MANUALE D'ISTRUZIONI

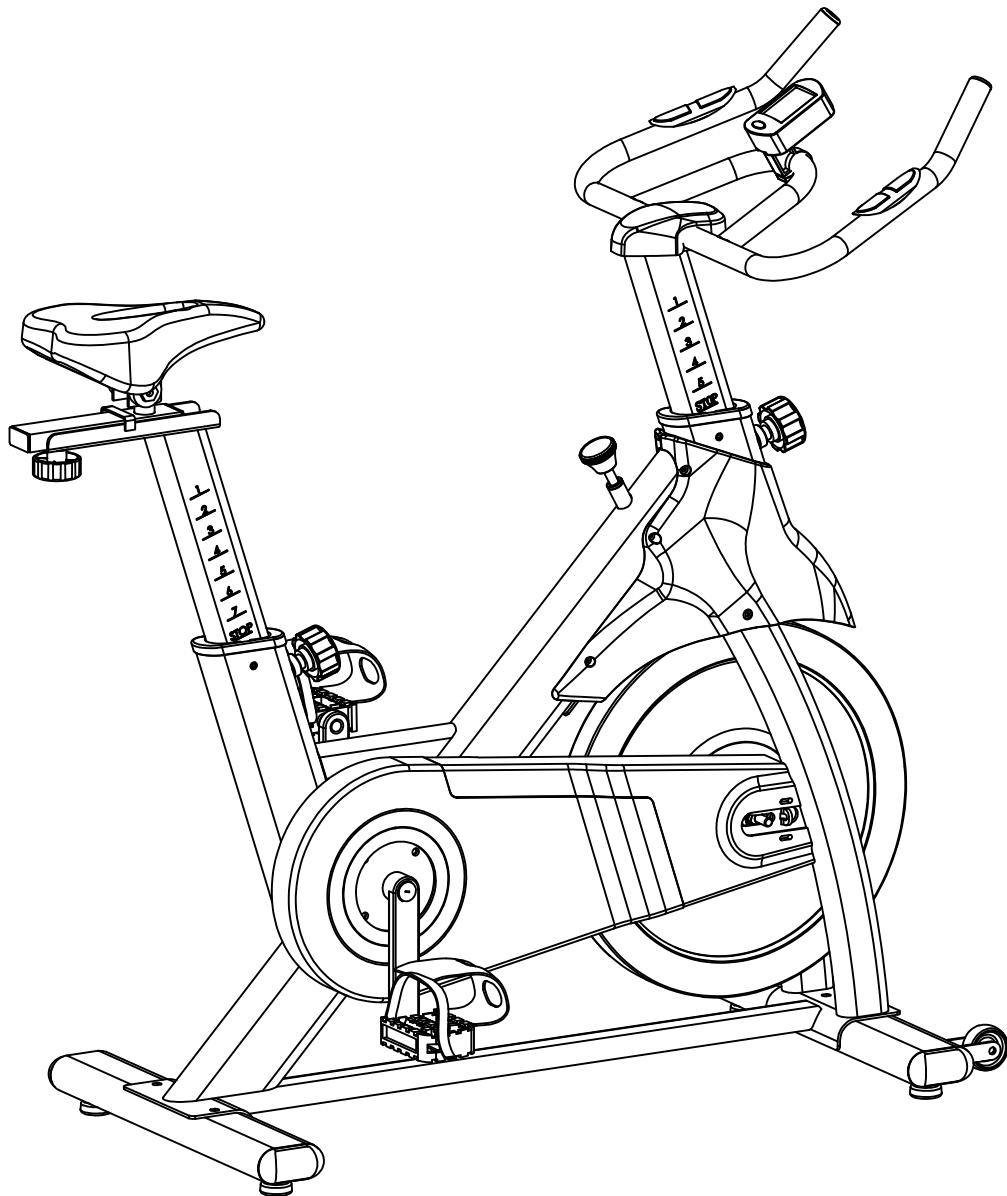
BEDIENUNGSANLEITUNG

USER'S MANUAL

IT

DE

EN



Massimo Peso Utilizzatore
Maximales Benutzergewicht
Max User's weight

120 kg

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

1. Leggere attentamente l'intero manuale prima di montare o utilizzare il dispositivo.
2. Utilizzare il dispositivo solo come descritto nelle istruzioni.
3. Prima di utilizzare il dispositivo, verificare che tutte le viti e i bulloni siano ben serrati.
4. Tenere le mani lontane dalle parti in movimento.
5. Tenere i bambini e gli animali domestici lontani dal dispositivo. Non lasciare mai i bambini da soli con il dispositivo.
6. Prima dell'allenamento, verificare che tutte le parti del dispositivo siano assemblate correttamente.
7. Il dispositivo può essere utilizzato da una sola persona alla volta.
8. Montare e utilizzare il dispositivo su una superficie solida e piana. Lasciare sempre un passaggio libero di un metro intorno al dispositivo.
9. Non utilizzare il dispositivo in prossimità di acqua o all'aperto.
10. Assicurarsi che il **liquido non penetri mai** nel dispositivo.
11. Tenere gli oggetti appuntiti lontano dal dispositivo.
12. Non utilizzare mai il dispositivo se non funziona correttamente.
13. Non tentare di riparare il dispositivo da soli senza aver prima consultato il nostro centro di assistenza.
14. Il dispositivo è destinato esclusivamente all'uso domestico e non deve essere utilizzato nel settore commerciale. Il dispositivo è conforme alla norma **EN 957-1/6 HB** e non è adatto all'uso terapeutico.

SERVIZIO CLIENTI: In caso di rotture, danni o parti mancanti, si prega di contattare il nostro centro di assistenza per ottenere parti di ricambio originali. Nel frattempo, non utilizzare il dispositivo.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER LA FORMAZIONE

ATTENZIONE Prima di iniziare l'allenamento, consultare il proprio medico. Ciò è particolarmente importante per gli utenti con problemi di salute esistenti.

1. Riscaldarsi bene prima di iniziare l'allenamento.
2. Inserire la chiave di sicurezza e collegare l'altra estremità agli indumenti. Se è necessario arrestare rapidamente il motore, è sufficiente tirare il cavo della chiave di sicurezza in modo che si stacchi dalla console; il tappeto si arresterà immediatamente. Per riprendere l'allenamento, inserire nuovamente la chiave di sicurezza nella console.
3. Se la corda è danneggiata, contattare il nostro centro di assistenza.
4. Rimuovere la chiave di sicurezza e conservarla in un luogo sicuro quando il dispositivo non è in uso. Tenere la chiave di sicurezza fuori dalla portata dei bambini.
5. Quando ci si allena, indossare sempre un abbigliamento adeguato che non possa impigliarsi nell'attrezzatura. Non utilizzare l'attrezzatura a piedi nudi, ma sempre con scarpe da ginnastica. Non indossare scarpe slacciate, con lacci penzolanti o con suole di cuoio.
6. Tenere tutti gli indumenti e gli asciugamani appesi lontano dal nastro di corsa. Se un oggetto si incastra, spegnere immediatamente l'apparecchio.
7. Prestare attenzione quando si avvia o si arresta l'allenamento. Usare il corrimano ogni volta che è possibile. Aggrapparsi al corrimano quando si corre a velocità molto bassa. Non scendere dal tapis roulant mentre è in funzione.

8. Posizionare entrambi i piedi sulle coperture laterali, avviare il tapis roulant e, solo quando il tapis roulant funziona a una velocità lenta ma costante, salire sul tapis roulant un piede alla volta.
9. Non cercare di girarsi mentre si è in piedi sul tapis roulant e questo è in funzione. Mantenere sempre il viso e le mani rivolti in avanti.
10. Non azionate mai il dispositivo quando c'è qualcuno sopra.
11. Non oscillare o saltare sul tapis roulant.
12. Se si verificano nausea, vertigini, dolore o altri sintomi fisici insoliti, interrompere immediatamente l'esercizio e rivolgersi a un medico.
13. Le persone disabili possono utilizzare il dispositivo solo in presenza di personale qualificato o del proprio medico.
14. I bambini devono utilizzare il dispositivo solo in presenza di un adulto.
15. In caso di malessere, nausea, dolore al petto o altri sintomi anomali, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.

SICUREZZA ELETTRICA

Questo dispositivo è progettato per una tensione di 220V $\pm$ 5%. Non utilizzare prolunghe, ma collegare il cavo di alimentazione direttamente alla presa di corrente.

IMPORTANTE: non modificare il cavo di alimentazione fornito con il tapis roulant. Se non è possibile collegarlo alla presa di corrente, utilizzare una presa idonea installata da un tecnico qualificato.

SOVRATENSIONE: questo dispositivo è dotato di una protezione da sovratensione. In caso di sovratensione, l'apparecchio si spegne automaticamente. Se l'apparecchio si spegne, posizionare l'interruttore di accensione in posizione "off" e riaccenderlo.

ISTRUZIONI PER LO SMALTIMENTO


I materiali di imballaggio sono riciclabili. Si prega di smaltire l'imballaggio nel rispetto dell'ambiente.



Non smaltire le apparecchiature elettriche nei rifiuti domestici. In base alla Direttiva europea 2011/65/CE sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche e al suo recepimento nelle legislazioni nazionali, devono essere smaltite le seguenti apparecchiature

Le apparecchiature elettriche usate devono essere raccolte separatamente e riciclate nel rispetto dell'ambiente. Se i prodotti contengono batterie o batterie ricaricabili non installate in modo permanente, queste devono essere rimosse prima dello smaltimento e smaltite separatamente come batterie.

This diagram illustrates the exploded view of a stationary bike, showing the main frame, flywheel, pedals, seat, and various adjustment components. The parts are numbered 1 through 89. A parts list on the right side of the diagram provides the names for the numbered components.

Parts List:

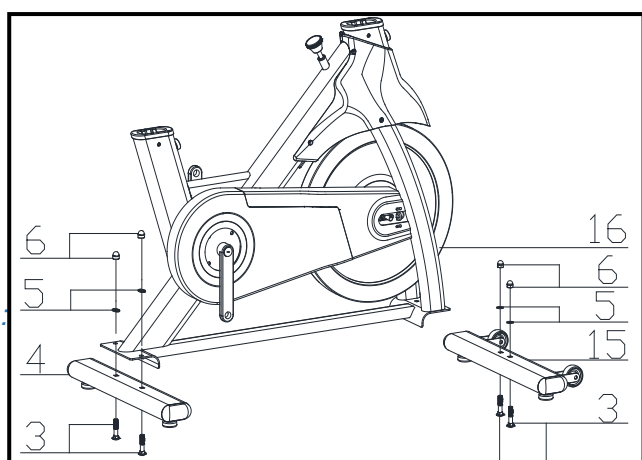
- 1. Pedal
- 2. Pedal axle
- 3. Pedal pin
- 4. Pedal bracket
- 5. Pedal pin
- 6. Pedal pin
- 7. Pedal pin
- 8. Pedal pin
- 9. Pedal pin
- 10. Pedal pin
- 11. Pedal pin
- 12. Pedal pin
- 13. Pedal pin
- 14. Pedal pin
- 15. Pedal pin
- 16. Pedal pin
- 17. Pedal pin
- 18. Pedal pin
- 19. Pedal pin
- 20. Pedal pin
- 21. Pedal pin
- 22. Pedal pin
- 23. Pedal pin
- 24. Pedal pin
- 25. Pedal pin
- 26. Pedal pin
- 27. Pedal pin
- 28. Pedal pin
- 29. Pedal pin
- 30. Pedal pin
- 31. Pedal pin
- 32. Pedal pin
- 33. Pedal pin
- 34. Pedal pin
- 35. Pedal pin
- 36. Pedal pin
- 37. Pedal pin
- 38. Pedal pin
- 39. Pedal pin
- 40. Pedal pin
- 41. Pedal pin
- 42. Pedal pin
- 43. Pedal pin
- 44. Pedal pin
- 45. Pedal pin
- 46. Pedal pin
- 47. Pedal pin
- 48. Pedal pin
- 49. Pedal pin
- 50. Pedal pin
- 51. Pedal pin
- 52. Pedal pin
- 53. Pedal pin
- 54. Pedal pin
- 55. Pedal pin
- 56. Pedal pin
- 57. Pedal pin
- 58. Pedal pin
- 59. Pedal pin
- 60. Pedal pin
- 61. Pedal pin
- 62. Pedal pin
- 63. Pedal pin
- 64. Pedal pin
- 65. Pedal pin
- 66. Pedal pin
- 67. Pedal pin
- 68. Pedal pin
- 69. Pedal pin
- 70. Pedal pin
- 71. Pedal pin
- 72. Pedal pin
- 73. Pedal pin
- 74. Pedal pin
- 75. Pedal pin
- 76. Pedal pin
- 77. Pedal pin
- 78. Pedal pin
- 79. Pedal pin
- 80. Pedal pin
- 81. Pedal pin
- 82. Pedal pin
- 83. Pedal pin
- 84. Pedal pin
- 85. Pedal pin
- 86. Pedal pin
- 87. Pedal pin
- 88. Pedal pin
- 89. Pedal pin

NO.	DESCRIZIONE	QTA'	NO.	DESCRIZIONE	QTA'
1	PEDALE	1	31	CONTRODADO	6
2	TAPPO	4	32	BOCCOLA	1
3	BULLONE DEL CARRELLO	4	33	MANOVELLA SINISTRA	1
4	STABILIZZATOR POSTERIORE	1	34	COPERCHIO DELLA PEDIVELLA	1
5	RONDELLA PIATTA	4	35	CUSCINETTO	2
6	DADO	4	36	MANOVELLA DESTRA	1
7	MANOPOLA DI REGOLAZIONE A	2	37	MOLLA 1	1
8	MANICOTTO IN PLASTICA 1	2	38	DADO DI FISSAGGIO	1
9	TAPPO 1	2	39	BULLONE DI FISSAGGIO	2
10	REGGISSELLA VERTICALE	1	40	DADO	2
11	TAPPO 2	2	41	VITE 1	14
12	TELAIO SELLA	1	42	VITE 2	8
13	SELLA	1	43	VITE 3	6
14	BLOCCO	4	44	COPERCHIO ESTERNO DELLA	1
15	STABILIZZATORE ANTERIORE	1	45	COPRICATENA	1
16	TELAIO PRINCIPALE	1	46	ASSE	1
17	REGGI MANUBRIO	1	47	TUBO DI FISSAGGIO LUNGO	1
18	MANUBRIO	1	48	TUBO DI FISSAGGIO CORTO	1
19	MANOPOLA DI BLOCCAGGIO	1	49	COPERCHIO CATENA INTERNO	1
20	RONDELLA PIATTA 1	1	50	CINGHIA	1
21	TAPPINO 1	2	51	RUOTA DELLA CINGHIA	1
22	RONDELLA PIATTA 1	2	52	DADO DI FISSAGGIO 2	1
23	BULLONE	4	53	MOLLA 2	1
24	FLAT WASHER 1	5	54	TUBO DI FISSAGGIO CORTO	1
25	RONDELLA A MOLLA 2	4	55	RONDELLA PIATTA	1
26	COPERTURA DEL CORRIMANO	1	56	RUOTA	2
27	BULLONE	4	57	TUBO DI FISSAGGIO	1
28	DADO FISSANTE 1	2	58	DADO DI FISSAGGIO 2	4
29	TAPPO TERMINALE MANOVELLA	2	59	DADO 2	2
30	MANOPOLA	1	60	CUSCINETTO	2

NO.	DESCRIZIONE	QTA'	NO.	DESCRIZIONE	QTA'
61	VOLANO	1	76	CONTRODADO	2
62	ALBERO DEL VOLANO	1	77	RONDELLA A MOLLA 1	3
63	RONDELLA	2	78	BULLONE 2	2
64	DADO 1	1	79	BULLONE	2
65	VITE 6	1	80	SUPPORTO PER COMPUTER	1
66	TAPPO TERMINALE	2	81	COMPUTER	1
67	IMPUGNATURA IN SCHIUMA	2	82	SENSORE	1
68	COPERCHIO A MOLLA	1	83	MANICOTTO A MORSETTO	1
69	MOLLA 3	1	84	COPERCHIO DELLA PEDIVELLA	1
70	TELAIO IN PLASTICA	1	85	COPERCHIO DI PROTEZIONE	1
71	PICCOLA PLASTICA	1	86	COPERCHIO DI PROTEZIONE	1
72	RONDELLA PIATTA 2	1	87	VITE 4	3
73	BLOCCO LANOSO	1	88	TAPPO 1	1
74	BULLONE 1	2	89	HAND PULSE	2
75	FRENO A MOLLA	1	90	RONDELLA A MOLLA 3	4

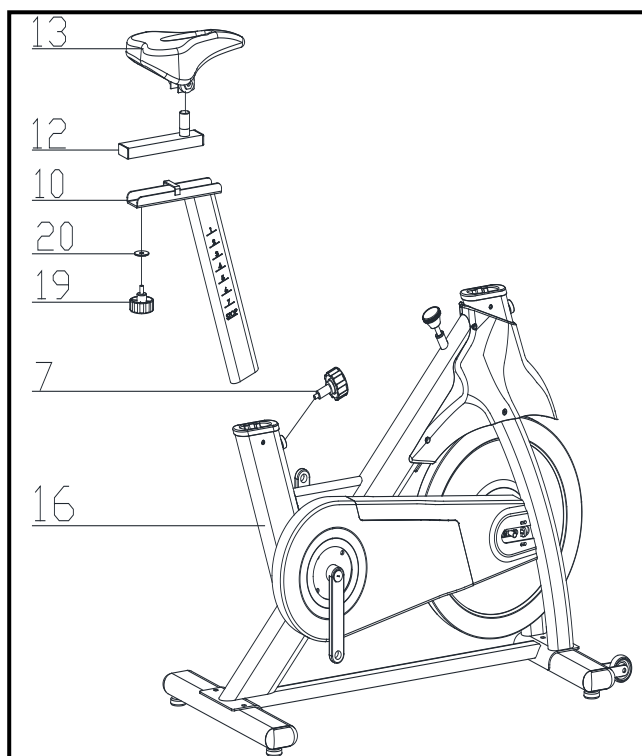
ISTRUZIONI DI MONTAGGIO:
1. PREPARAZIONE:

- A. Prima di assemblare assicurati di avere abbastanza spazio intorno all'articolo.
- B. Utilizzare gli strumenti presenti per l'assemblaggio.
- C. Prima di assemblare si prega di verificare se tutte le parti necessarie sono disponibili (nella parte superiore di questo foglio di istruzioni troverete un disegno di esplosione con tutte le singole parti (contrassegnate con numeri) di cui questo articolo è composto.

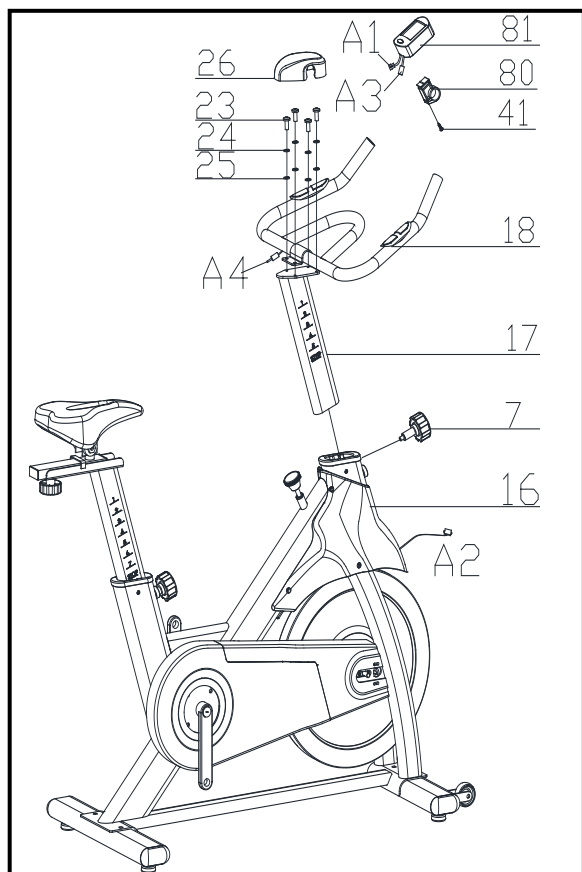
2. ISTRUZIONI DI MONTAGGIO:

FIG.1
FIG.1:

Fissare lo stabilizzatore anteriore (pt.15) al telaio principale (pt.16) utilizzando due set di rondelle piatte Ø8 (pt.5), dado bombato M8 (pt.6) e bullone carrello M8*52 (3).

Fissare il stabilizzatore S posteriore (pt.4) al telaio principale (pt.16) utilizzando due set di ceneri Ø8 Flat W (pt.5), dado bombato M8 (pt.6) e bullone M8*52 (3).


FIG.2
FIG.2:

In primo luogo, il bullone elastico (7) della testa a sfera grande viene allentato e tirato verso il basso, quindi il gruppo tubo di regolazione del cuscino (10) viene inserito nel rivestimento interno del gruppo telaio principale (16) per renderlo in una posizione appropriata, quindi il bullone elastico (7) della testa a sfera grande viene allentato e bloccato. Allo stesso tempo, il gruppo tubo scorrevole del buffer (12) viene inserito nel gruppo tubo di regolazione del buffer (10) e il bullone elastico (7) della testa a sfera grande viene bloccato dal buffer. Infine, il tampone (13) è bloccato con uno strumento (utilizzando una chiave a croce).

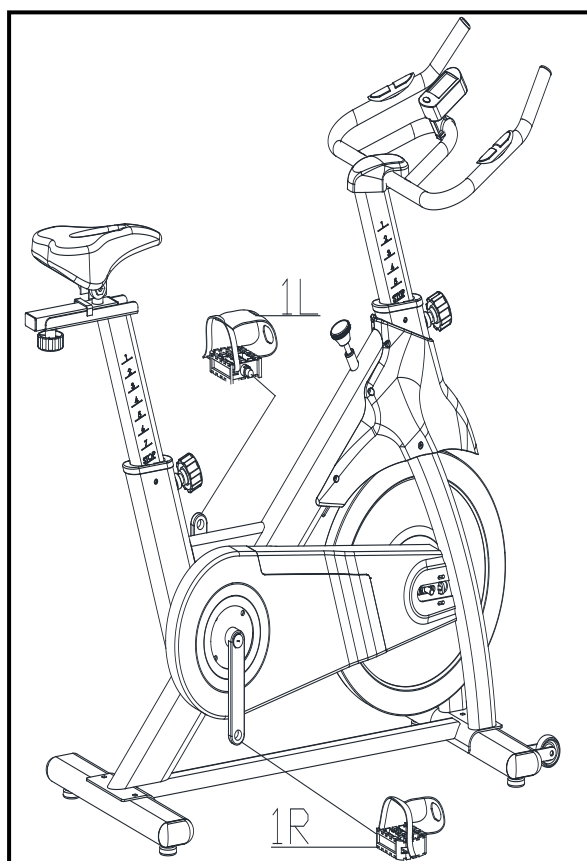

FIG.3
FIG.3:

In primo luogo, il bullone elastico (7) della grande testa a sfera viene rilassato e tirato verso il basso. Quindi, il gruppo tubo di regolazione del bracciolo (17) viene inserito nella boccola intertubo del gruppo telaio principale (16) per renderlo nella posizione corretta. Quindi, il bullone elastico (7) della grande testa a sfera viene rilasciato e bloccato.

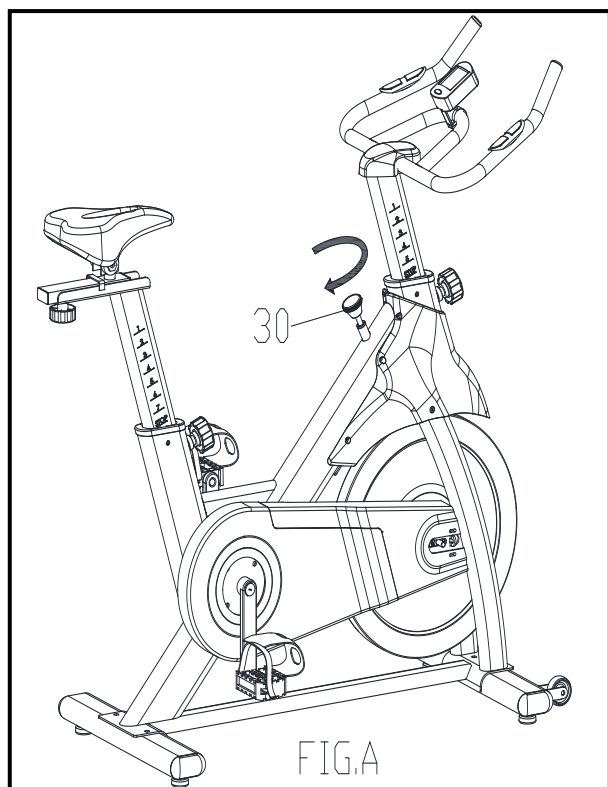
Il gruppo tubo del bracciolo (18) viene quindi fissato sul gruppo tubo di regolazione del bracciolo (17) con una rondella elastica leggera (24), una guarnizione piatta (25) e una vite cilindrica esagonale interna (23), e il gruppo tubo del bracciolo (17) viene bloccato. Infine, il coperchio del bracciolo (26) è agganciato al gruppo tubo del bracciolo (18).

ATTENZIONE: È NECESSARIO FISSARE SALDAMENTE IL MANUBRIO

Con la vite a testa del piatto incassata a croce (41), regolare la base elettronica dell'orologio (80) nella posizione appropriata e bloccarla sul gruppo tubo del bracciolo (18); Quindi il orologio elettronico (81) fibbia alla base dell'orologio elettronico (80), rispettivamente collegati A1 e A2, A3 e A4.


FIG.4
FIG.4:

I pedali (pt.1 L & pt.1 R) sono contrassegnati con "L" e "R" - Sinistra e Destra. Collegarli alle pedivelle appropriate. La pedivella destra si trova sul lato destro del ciclo mentre ci si siede sopra. Si noti che il pedale destro deve essere infilato in senso orario e il pedale sinistro in senso antiorario.



A.) Regolazione della tensione:

Aumentare o diminuire la tensione ti consente di aggiungere varietà alle tue sessioni di allenamento regolando

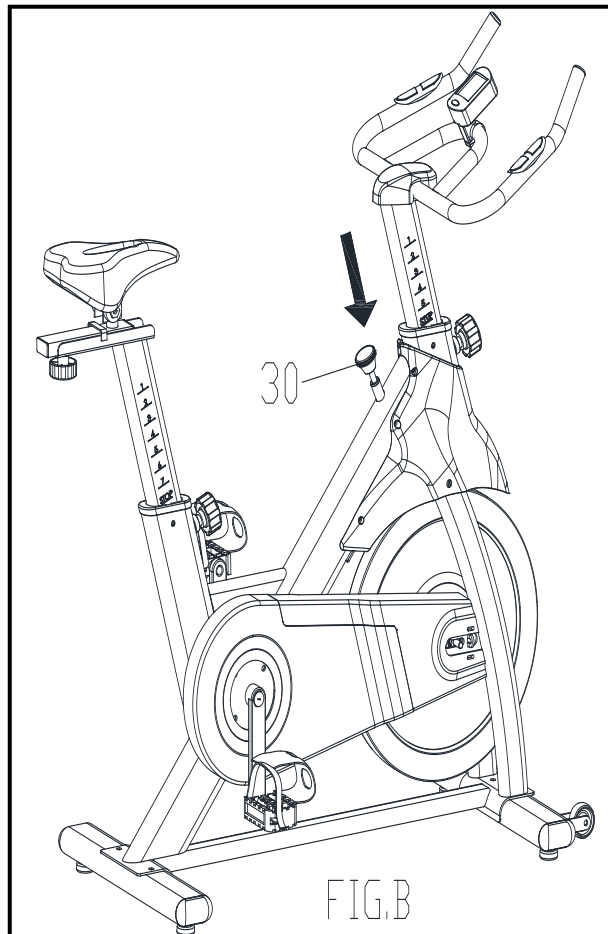
il livello di resistenza della bici.

Per aumentare la tensione e aumentare la resistenza (richiedendo più forza per pedalare), ruotare l'*emergenza*

Pomello di controllo del freno e della tensione (# 30) a destra.

Per diminuire la tensione e aumentare la resistenza (richiedendo meno forza per pedalare), ruotare l' *emergenza*

Pomello di controllo del freno e della tensione (# 30) a sinistra.



B.) Utilizzo della funzione freno di emergenza:

La stessa manopola che consente di regolare la tensione della bici funge anche da Emergency

Freno. Utilizzare questa funzione di sicurezza in qualsiasi situazione in cui è necessario scendere dalla bici e/o

Ferma il volano della bici.

Per utilizzare la funzione Emergency Brake in qualsiasi situazione, premere con decisione verso il basso

sulla *manopola di controllo del freno e del freno di emergenza (#30).*



REGOLAZIONI

***Per regolare l'altezza del sedile, allentare la manopola a molla sul montante verticale stelo sul telaio principale e tirare indietro la manopola. Posizionare la verticale reggisella per l'altezza desiderata in modo che i fori siano allineati, quindi rilasciare la manopola e stringerla.**

***Per spostare il sedile in avanti nella direzione del manubrio o all'indietro allontanandosi da esso, allentare la manopola di regolazione e la rondella e tirare indietro la manopola. Far scorrere il reggisella orizzontale nella posizione desiderata.**

Allineare i fori e quindi serrare nuovamente la manopola di regolazione.

***Per regolare l'altezza del manubrio, allentare la manopola a molla e il secondario manopola e tirare indietro entrambe le manopole. Far scorrere il palo del manubrio lungo l'alloggiamento sul telaio principale all'altezza desiderata e, con i fori allineati correttamente, stringere la manopola di regolazione della molla e quindi la manopola secondaria.**



MANUALE ISTRUZIONI COMPUTER

GUIDA TASTI

MODE--- Selezionare la funzione desiderata.

FUNZIONI

TIME--- Premere il tasto fino al segno di visualizzazione "TIME" sul display LCD, il monitor visualizzerà la funzione del tempo sullo schermo.

SPEED--- Premere il tasto fino al segno del display "SPEED" sul display LCD, il monitor visualizzerà la funzione di velocità sullo schermo.

DISTANCE--- Premere il tasto fino al segno del display "DIST" sul display LCD, il monitor visualizzerà la funzione di distanza sullo schermo.

ODO---- Premere il tasto fino al segno di "ODO" sul display LCD, il monitor visualizzerà la funzione contachilometri sullo schermo.

CALORIE--- Premere il tasto fino al segno di "CAL" sul display LCD, il monitor visualizzerà la funzione calorica sullo schermo.

PULSE FUNCTION

Premere il tasto fino al segno di "♥" O "PULSE" sul display LCD, il monitor visualizzerà la funzione di frequenza cardiaca sullo schermo.

Se il sensore di impulsi è a contatto con l'orecchio, agganciare il sensore al lobo dell'orecchio dopo lo sfregamento lobo dell'orecchio per diverse volte per garantire la massima circolazione prima di misurare il battito .

Se il sensore di impulsi è a contatto con la mano, posizionare i palmi delle mani sui pad di contatto prima di misurare la frequenza cardiaca.

NOTE

1. Il monitor si spegnerà automaticamente, se nessun segno inserito per 3 minuti, tutto il valore della funzione verrà salvato.

È possibile premere qualsiasi tasto o riavviare l'esercizio per riattivare il monitor

2. Se la visualizzazione impropria sul monitor, reinstallare le batterie.

3. Specifiche della batteria: 2 pezzi di 1,5 V AAA

SAFETY INSTRUCTIONS

1. Read the entire manual carefully before installing or operating the appliance.
2. Only use the appliance as described in the instructions.
3. Check that all screws and bolts are properly tightened before using the appliance.
4. Keep your hands away from moving parts.
5. Keep children and pets away from the appliance. Never leave children alone with the appliance.
6. Before training, check that all parts of the device are correctly assembled.
7. The appliance may only be used by one person at a time.
8. Install and operate the appliance on a firm, level surface. Always leave one meter of free space around the appliance.
9. Do not use the device near water or outdoors.
10. Ensure that **liquid never enters** the appliance.
11. Keep sharp objects away from the appliance.
12. Never use the appliance if it is not working properly.
13. Do not attempt to repair the device yourself without first consulting our Service Center.
14. The device is intended for home use only and must not be used in the commercial sector. The device complies with the **EN 957-1/6 HB** standard and is not suitable for therapeutic use.
15. The device is not suitable for persons weighing more than **140 kg**.

CUSTOMER SERVICE: In the event of breakage, damage or missing parts, please contact our service center to obtain original spare parts. In the meantime, the appliance must not be used.

SAFETY INSTRUCTIONS FOR TRAINING

CAUTION Before you start exercising, consult your doctor. This is particularly important for users with existing health problems.

1. Warm up well before starting your workout.
2. Insert the safety key and attach the other end to your clothing. If you need to stop the motor quickly, simply pull the cord of the safety key so that it detaches from the console; the mat will then stop immediately. To resume training, insert the safety key back into the console.
3. If the rope is damaged, please contact our service center.
4. Remove the safety key and keep it in a safe place when the appliance is not in use. Keep the safety key out of the reach of children.
5. When training, always wear suitable clothing that cannot get caught in the equipment. Do not use the equipment barefoot, always wear sneakers. Do not wear untied shoes, shoes with dangling laces or shoes with leather soles.
6. Keep all hanging items of clothing and towels away from the running belt. If an object gets stuck, switch the appliance off immediately.

7. Be careful when starting or finishing training. Use the handrail whenever possible. Hold on to the handrail when running at a very low speed. Do not get off the treadmill while it is running.
8. Place both feet on the side covers, start the treadmill and only step onto the treadmill one foot at a time when the treadmill is running at a low but constant speed.
9. Do not try to turn around while you are standing on the treadmill and it is running. Always keep your face and hands facing forward.
10. Never operate the device when someone is on it.
11. Do not swing or jump on the treadmill.
12. If you experience nausea, dizziness, pain or other unusual physical symptoms, stop training immediately and consult a doctor.
13. Disabled persons may only use the device in the presence of qualified personnel or their doctor.
14. Children should only use the appliance in the presence of an adult.
15. If you feel unwell, nausea, chest pain or other abnormal symptoms, stop training immediately and consult a doctor.

ELECTRICAL SAFETY

This appliance is designed for a voltage of 220V $\pm$ 5%. Do not use extension cables, but connect the mains cable directly to the socket.

IMPORTANT: The power cord supplied with the treadmill must not be modified. If you cannot plug it in, use a suitable socket installed by a qualified technician.

OVERVOLTAGE: This appliance is equipped with overvoltage protection. In the event of a power surge, the appliance switches off automatically. If the appliance switches off, set the on/off switch to the "Off" position and then switch it on again.

DISPOSAL INSTRUCTIONS



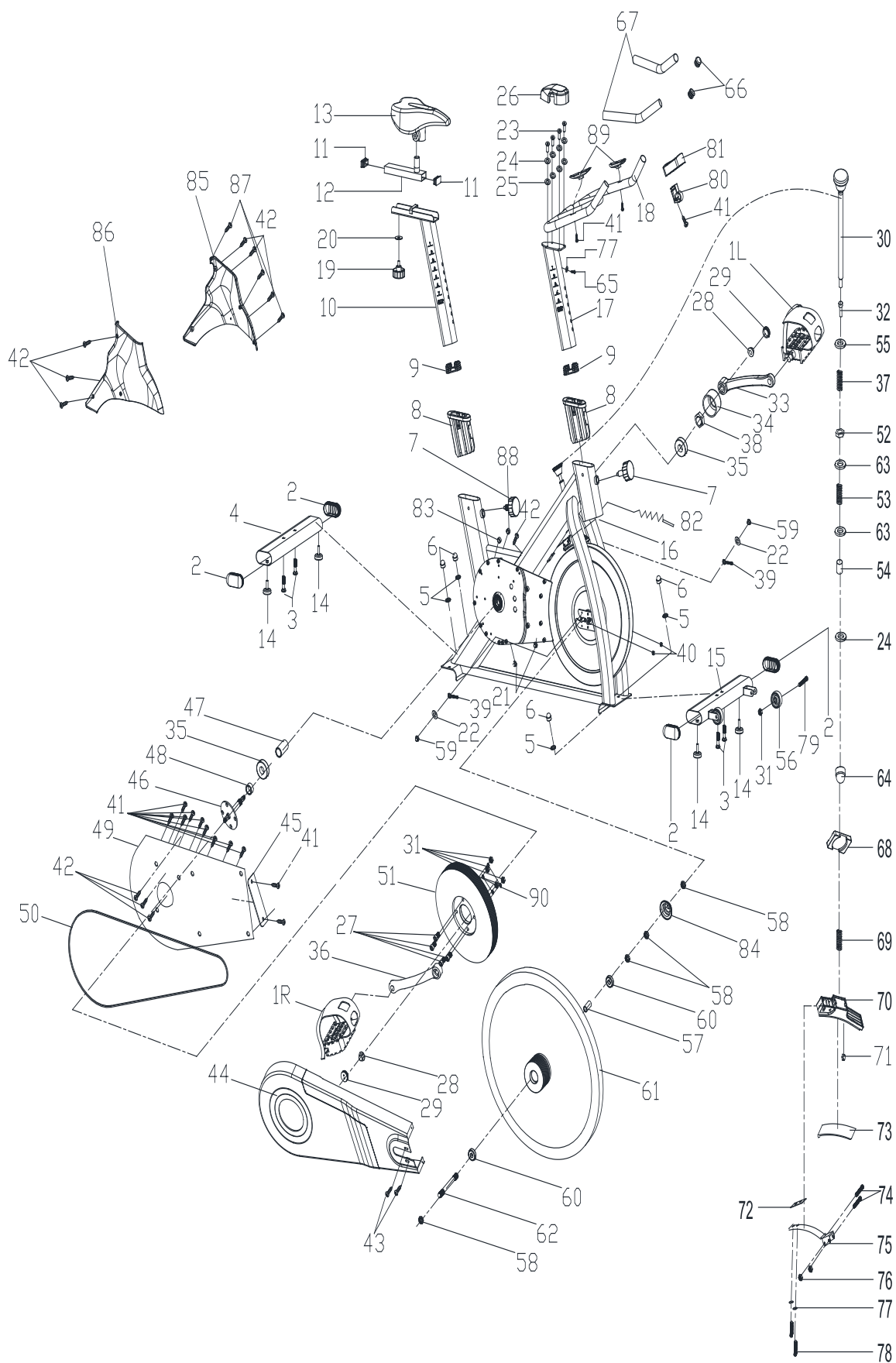
The packaging materials are recyclable. Please dispose of the packaging in an environmentally friendly manner.



Do not dispose of electrical appliances in household waste. In accordance with European Directive 2011/65/EC on waste electrical and electronic equipment and its transposition into national law, you must

Used electrical appliances must be collected separately and recycled in an environmentally friendly manner. If the products contain batteries or rechargeable batteries that are not permanently installed, these must be removed before disposal and disposed of separately as batteries

EXPLODED-VIEW & PARTS LIST:





OPERATING INSTRUCTIONS

NO.	DESCRIPTION	QTY	NO.	DESCRIPTION	QTY
1	PEDAL	1	31	LOCK NUT	6
2	END CAP1	4	32	BUSHING	1
3	CARRIAGE BOLT	4	33	LEFT CRANK	1
4	REAR STABILIZER	1	34	CRANK COVER	1
5	FLAT WASHER	4	35	BEARING	2
6	DOMED NUT	4	36	RIGHT CRANK	1
7	SPRING ADJUSTMENT KNOB	2	37	SPRING 1	1
8	PLASTIC SLEEVE 1	2	38	FIXING NUT	1
9	END CAP1	2	39	FIXING BOLT	2
10	VERTICAL SEAT POST	1	40	NUT	2
11	END CAP2	2	41	SCREW 1	14
12	SEAT POST	1	42	SCREW 2	8
13	SEAT	1	43	SCREW 3	6
14	STOPPER	4	44	OUTER CHAIN COVER	1
15	FRONT STABILIZER	1	45	LITTLE CHAIN COVER	1
16	MAIN FRAME	1	46	AXIS	1
17	HANDLEBAR POST	1	47	LONG FIXING TUBE	1
18	HANDLE BAR	1	48	SHORT FIXING TUBE	1
19	LOCKING KNOB	1	49	INNER CHAIN COVER	1
20	FLAT WASHER 1	1	50	BELT	1
21	END CAP1	2	51	BELT WHEEL	1
22	FLAT WASHER 1	2	52	FIXING NUT 2	1
23	BOLT	4	53	SPRING 2	1
24	FLAT WASHER 1	5	54	SHORT FIXING TUBE	1
25	SPRING WASHER 2	4	55	FLAT WASHER	1
26	HANDRAIL COVER	1	56	WHEEL	2
27	BOLT	4	57	FIXING TUBE	1
28	FIXING NUT 1	2	58	FIXING NUT 2	4
29	CRANK END CAP	2	59	DOMED NUT 2	2
30	KNOB	1	60	BEARING	2



OPERATING INSTRUCTIONS

NO.	DESCRIPTION	QTY	NO.	DESCRIPTION	QTY
61	FLYWHEEL	1	76	LOCK NUT	2
62	FLYWHEEL SHAFT	1	77	SPRING WASHER 1	3
63	WASHER	2	78	BOLT 2	2
64	DOMED NUT 1	1	79	BOLT	2
65	SCREW 6	1	80	COMPUTER HOLDER	1
66	END CAP	2	81	COMPUTER	1
67	FOAM GRIP	2	82	SENSOR	1
68	SPRING COVER	1	83	CLAMP SLEEVE	1
69	SPRING 3	1	84	CRANK COVER	1
70	PLASTIC FRAME	1	85	LEFT PROTECT COVER	1
71	LITTLE PLASTIC	1	86	RIGHT PROTECT COVER	1
72	FLAT WASHER2	1	87	SCREW 4	3
73	WOOLLY BLOCK	1	88	END CAP1	1
74	BOLT 1	2	89	PULSE	2
75	SPRING BRAKE	1	90	SPRING WASHER 3	4

ASSEMBLY INSTRUCTION:

1.PREPARATION:

- A. Before assembling make sure that you will have enough space around the item.
- B. Use the present tooling for assembling.
- C. Before assembling please check whether all needed parts are available (at the above of this instruction sheet you will find an explosion drawing with all single parts (marked with numbers) which this item consists of).

2.ASSEMBLY INSTRUCTION:

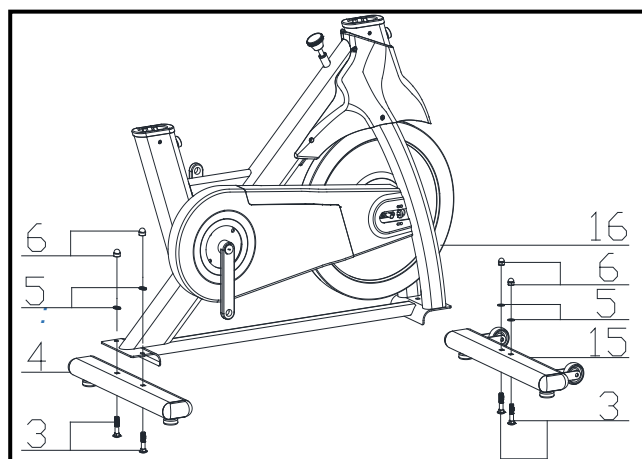


FIG.1

FIG.1:

Attach the Front Stabilizer (pt.15) to the Main Frame (pt.16) using two sets of Ø8 Flat Washers (pt.5), M8 Domed Nut (pt.6) and M8*52 Carriage bolt (3).

Attach the Rear Stabilizer (pt.4) to the Main Frame (pt.16) using two sets of Ø8 Flat Washers (pt.5), M8 Domed Nut (pt.6) and M8*52 Carriage bolt (3).

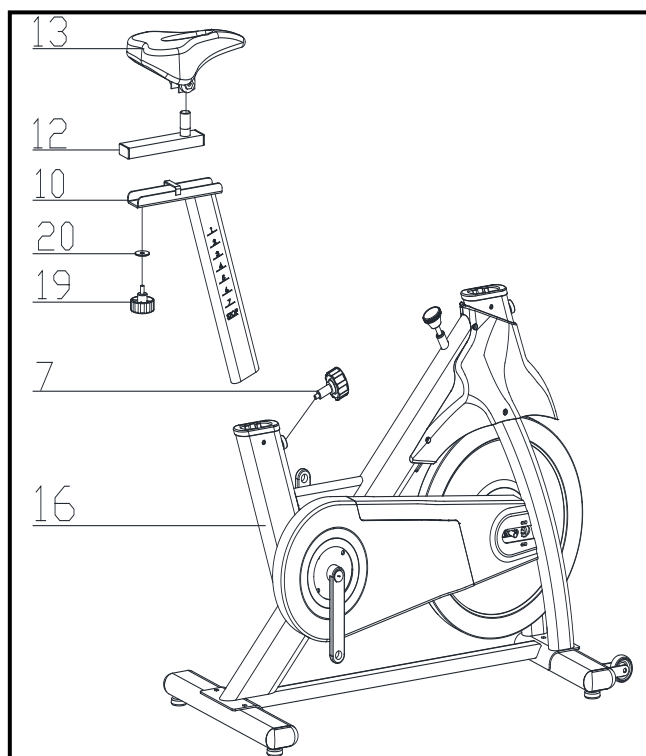


FIG.2

FIG.2:

First, the elastic bolt (7) of the large ball head is loosened and pulled down, then the cushion adjusting pipe assembly (10) is inserted into the inner liner of the main frame assembly (16) to make it in an appropriate position, and then the elastic bolt (7) of the large ball head is loosened and locked. At the same time, the buffer sliding tube assembly (12) is inserted into the buffer regulating tube assembly (10) and the elastic bolt (7) of the large ball head is locked by the buffer. Finally, the buffer pad (13) is locked with a tool (using a cross wrench).

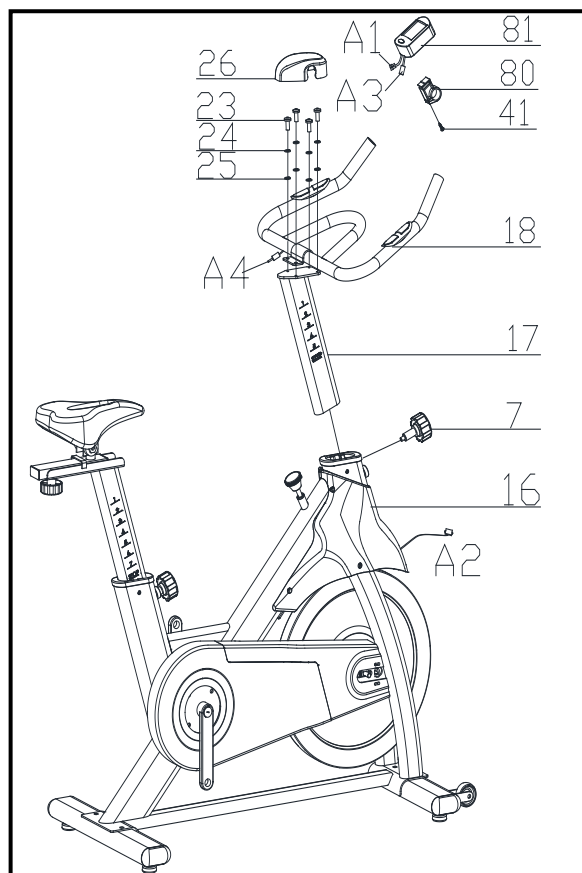


FIG.3

FIG.3:

First, the elastic bolt (7) of the large ball head is relaxed and pulled down. Then, the armrest regulating tube assembly (17) is inserted into the inter-tube bushing of the main frame assembly (16) to make it in proper position. Then, the elastic bolt (7) of the large ball head is released and locked.

The armrest tube assembly (18) is then fixed on the armrest regulating tube assembly (17) with a light elastic washer (24), a flat gasket (25) and an inner hexagonal cylindrical screw (23), and the armrest tube assembly (17) is locked. Finally, the armrest cover (26) is clipped to the armrest tube assembly (18).

ATTENTION: YOU SHOULD FIX THE HANDLEBAR TIGHTLY

With the cross recessed pan head screw (41), adjust the electronic watch base (80) to the appropriate position and lock it on the armrest tube assembly (18); Then the electronic watch (81) buckle to the electronic watch base (80), respectively connected A1&A2,A3&A4.

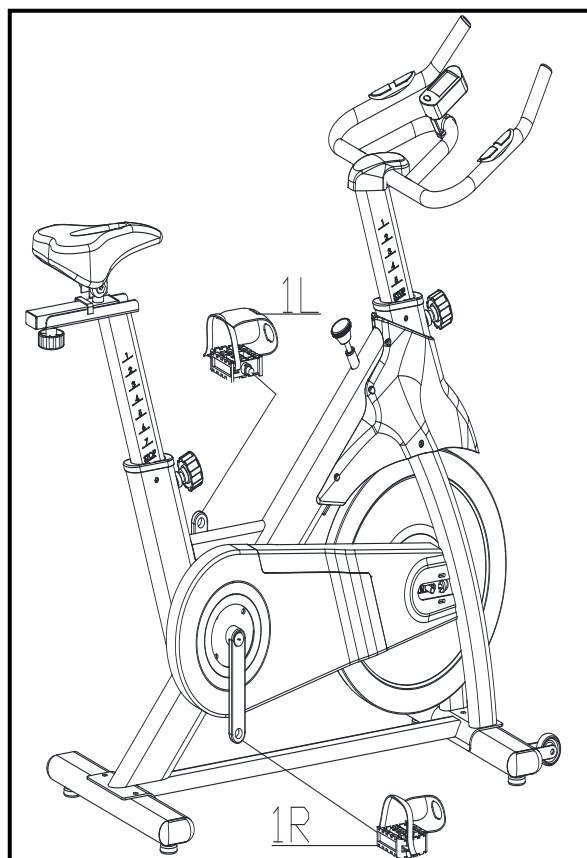


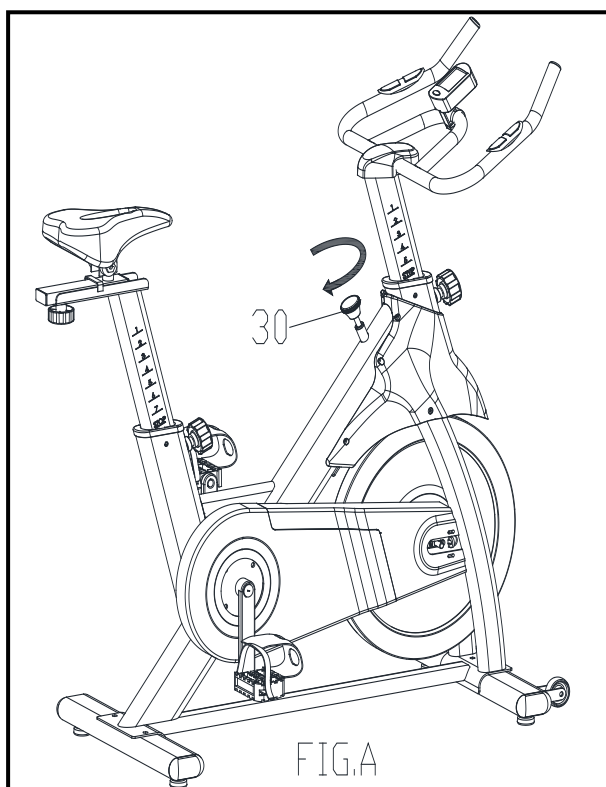
FIG.4

FIG.4:

The Pedals (pt.1 L & pt.1 R) are marked "L" and "R" - Left and Right.

Connect them to their appropriate crank arms. The right crank arm is on the right-hand side of the cycle as you sit on it.

Note that the Right pedal should be threaded on clockwise and the Left pedal anticlockwise.



A.) Adjusting the Tension:

Increasing or decreasing the tension allows you to add variety to your workout sessions by adjusting

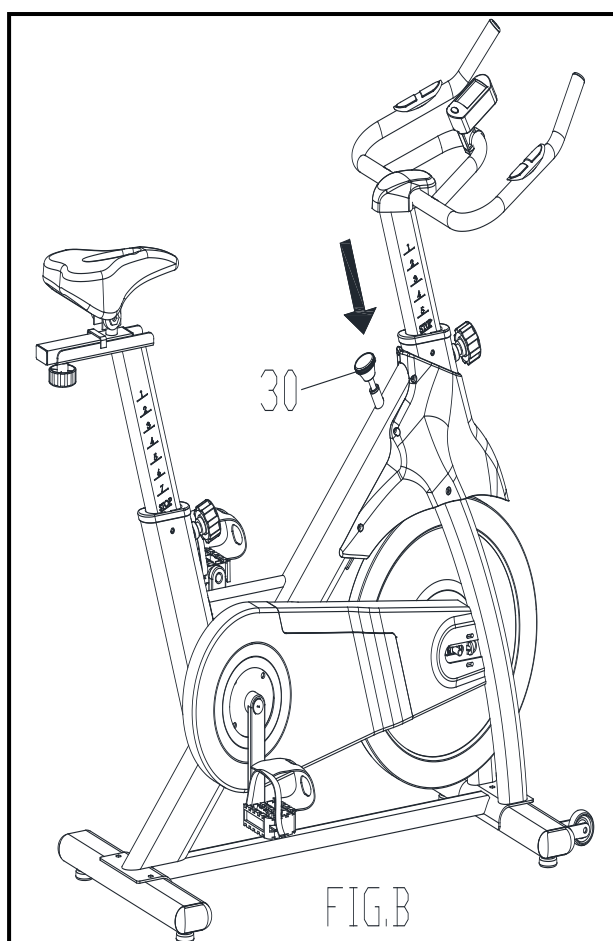
the resistance level of the bike.

To increase tension and increase resistance (requiring more strength to pedal), turn the *Emergency*

Brake & Tension Control Knob (#30) to the right.

To decrease tension and increase resistance (requiring less strength to pedal), turn the *Emergency*

Brake & Tension Control Knob (#30) to the left.



B.) Using the Emergency Brake Function:

The same knob that allows you to adjust the tension of the bike also doubles as the *Emergency*

Brake. Use this safety feature in any situation where you would need to get off the bike and/or

stop the bike's flywheel.

To use the *Emergency Brake* function in any situation you would need it in, firmly press down

on the *Emergency Brake & Brake Control Knob (#30)*.



ADJUSTMENT

***To adjust the seat height, slacken the spring knob on the vertical post stem on the main frame and pull back the knob. Position the vertical seat post for the desired height so that holes are aligned, then release the knob and retighten it.**

***To move the seat forward in the direction of the handlebar or backwards away from it, loosen the adjusting knob and washer and pull the knob back. Slide horizontal seat post into desired position.**

Align holes and then retighten the adjusting knob.

***To adjust the handlebar height, slacken the spring knob and secondary knob and pull both knobs back. Slide the handlebar post along the housing on the main frame to the desired height and, with the holes aligned correctly, tighten the spring adjusting knob and then the secondary knob.**



EXERCISE COMPUTER INSTRUCTION MANUAL

KEY GUIDE

MODE--- Select function you want.

FUNCTION

TIME--- Press the key until sign of "TIME" display on LCD, the monitor will display the time function on the screen.

SPEED--- Press the key until sign of "SPEED" display on LCD, the monitor will display the speed function on the screen.

DISTANCE--- Press the key until sign of "DIST" display on LCD, the monitor will display the distance function on the screen.

ODO---- Press the key until sign of "ODO" on LCD, the monitor will display the odometer function on the screen.

CALORIE--- Press the key until sign of "CAL" on LCD, the monitor will display the calorie function on the screen.

PULSE FUNCTION

Press the key until sign of "♥" or "PULSE" display on LCD, the monitor will display the pulse rate function on the screen.

If the pulse sensor is contact with ear, clip the sensor to earlobe after rubbing earlobe for several times to ensure maximum circulation before measuring your pulse.

If the pulse sensor is contact with hand, place the palms of your hands on the contact pads before measuring your pulse rate.

NOTE

1. The monitor will shut off automatically, if no sign put into for 3 minutes, all function value will be saved.

You can press any key or restart exercising to wake up the monitor

2. If improper display on monitor, please re-install the batteries.

3. Battery spec: 2pcs of 1.5V AAA

SICHERHEITSINWEISE

1. Lesen Sie das gesamte Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät montieren oder in Betrieb nehmen.
2. Benutzen Sie das Gerät nur wie in der Anleitung beschrieben.
3. Prüfen Sie, ob alle Schrauben und Bolzen richtig angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
4. Halten Sie die Hände von beweglichen Teilen fern.
5. Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Lassen Sie Kinder niemals alleine mit dem Gerät.
6. Überprüfen Sie vor dem Training, ob alle Teile des Geräts richtig zusammengesetzt sind.
7. Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
8. Montieren und betreiben Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche. Lassen Sie immer einen Meter freien Durchgang um das Gerät herum.
9. Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien.
10. Achten Sie darauf, dass **niemals Flüssigkeit** in das Gerät eindringt.
11. Halten Sie scharfe Gegenstände vom Gerät fern.
12. Benutzen Sie das Gerät niemals, wenn es nicht richtig funktioniert.
13. Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren, ohne vorher unser Service-Center zu konsultieren.
14. Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch vorgesehen und darf nicht im gewerblichen Bereich genutzt werden. Das Gerät entspricht der Norm **EN 957-1/5 HC** und ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
15. Das Gerät ist nicht für Personen mit einem Körpergewicht von mehr als **120 kg** geeignet.

KUNDENDIENST: Bei Bruch, Beschädigung oder fehlenden Teilen wenden Sie sich bitte an unser Servicezentrum, um Originalersatzteile zu erhalten. In der Zwischenzeit darf das Gerät nicht benutzt werden.

SICHERHEITSHINWEISE FÜR DAS TRAINING

ACHTUNG Bevor Sie mit dem Training beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für Benutzer mit bestehenden gesundheitlichen Problemen.

1. Wärmen Sie sich vor Beginn des Trainings gut auf.
2. Um die Schwungscheibe zu bremsen oder zu stoppen, drücken Sie fest auf den Stopp-Knopf
3. Tragen Sie beim Training immer geeignete Kleidung, die sich nicht in den Geräten verfangen kann. Benutzen Sie das Gerät nicht barfuß, sondern tragen Sie immer Turnschuhe. Tragen Sie keine ungebundenen Schuhe, mit baumelnden Schnürsenkeln und keine Schuhe mit Ledersohlen.
4. Halten Sie alle hängenden Kleidungsstücke und Handtücher vom laufenden Schwungrad fern. Sollte ein Gegenstand stecken bleiben, stoppen Sie das Gerät sofort.
5. Bedienen Sie das Gerät niemals, wenn sich jemand darauf befindet.
6. Bei Übelkeit, Schwindel, Schmerzen oder anderen ungewöhnlichen körperlichen Symptomen das Training sofort abbrechen und einen Arzt aufsuchen.
7. Behinderte Personen dürfen das Gerät nur in Anwesenheit von qualifiziertem Personal oder ihres Arztes benutzen.
8. Kinder sollten das Gerät nur im Beisein eines Erwachsenen benutzen.
9. Bei Unwohlsein, Übelkeit, Schmerzen in der Brust oder anderen abnormen Symptomen ist das Training sofort abzubrechen und ein Arzt aufzusuchen.

ENTSORGUNGSHINWEISE



Die Verpackungsmaterialien sind recyclebar. Bitte die Verpackungen umweltgerecht entsorgen.

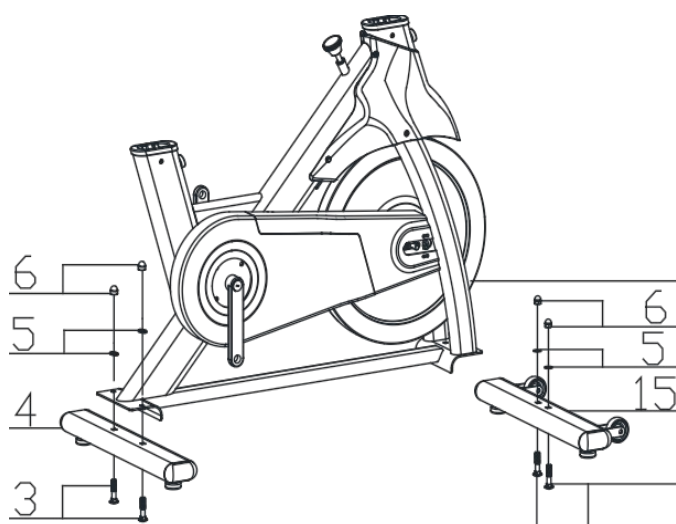


Werfen Sie Elektrogeräte nicht in den Hausmüll. Gemäß europäischer Richtlinie 2002/96/EG über Elektro- und Elektroaltgeräte und deren Umsetzung in nationales Recht, müssen verbrauchte Elektrogeräte getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden. Enthalten die Produkte Batterien oder Akkus, die nicht fest verbaut sind, müssen diese vor der Entsorgung entnommen und getrennt als Batterie entsorgt werden

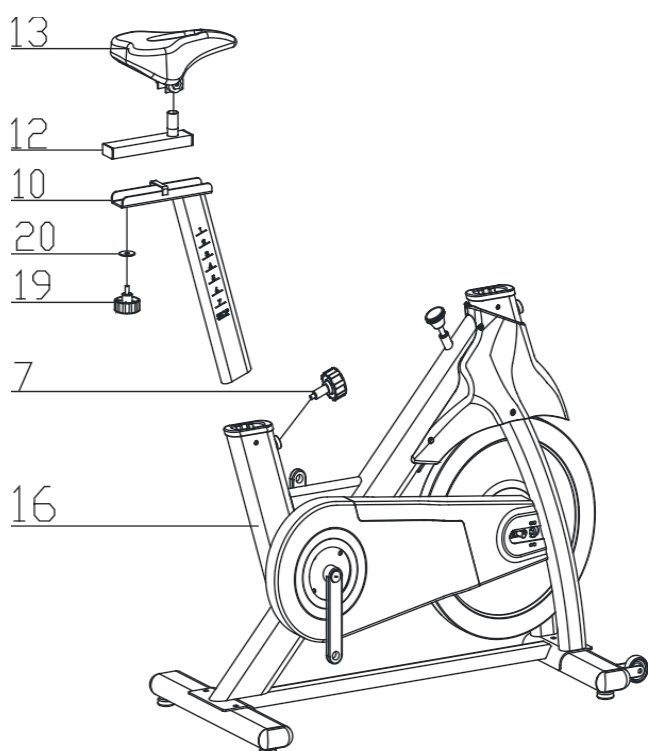
AUFBAUANLEITUNG

Bevor Sie anfangen das Gerät aufzubauen, überprüfen Sie bitte, dass alle angegebenen Teile vorhanden sind. Manche der Aufbauschritte verlangen schweres Heben. Es wird empfohlen, dass Sie sich beim Aufbau dieses Produkts von einer anderen Person unterstützen lassen.

SCHRITT 1: Befestigen Sie die vordere Querstütze (15) mit zwei Sätzen flacher Unterlegscheiben Ø8 (5), einer M8 Hutmutter (6) und einer M8*52- Schraube (3) am Hauptrahmen (16). Befestigen Sie die hintere Querstütze (4) mit zwei Sätzen flacher Unterlegscheiben Ø8 (5), einer Hutmutter M8 (6) und einer Schraube M8*52 (3).



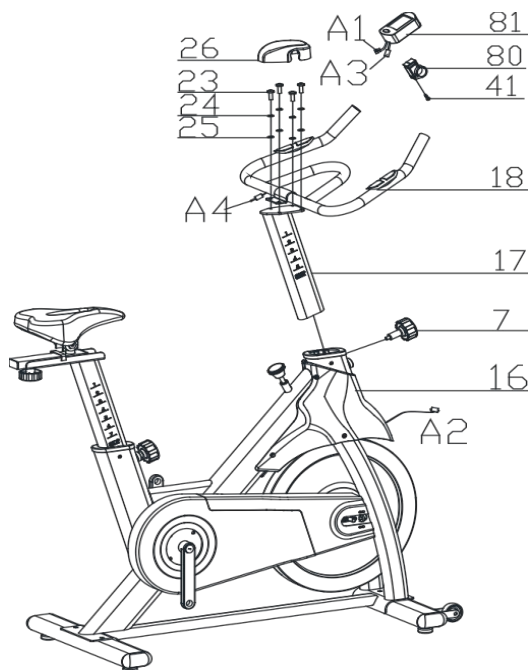
SCHRITT 2: Drehen Sie den Verstellknopf (7) nach links und ziehen den Federmechanismus nach außen. Setzen Sie die Sattelstütze (10) ein und fixieren sie in der gewünschten Position. Setzen Sie die horizontale Satellverstellung (12) ein und fixieren diese mit Handrad (19) und Beilegscheibe (20). Stecken Sie den Sattel (13) auf die horizontale Satellverstellung auf und ziehen ihn mit einem Schraubenschlüssel fest.



SCHRITT 3: Drehen Sie den Verstellknopf (7) nach links und ziehen den Federmechanismus nach außen. Setzen Sie die Lenkerstütze (17) ein und fixieren sie in der gewünschten Position. Befestigen den Lenker (18) mit Federscheibe (24), Flachdichtung (25) und Innensechskantschraube (23) an der Lenkerstütze (17). Zuletzt wird die Armlehnenabdeckung (26) eingehängt.

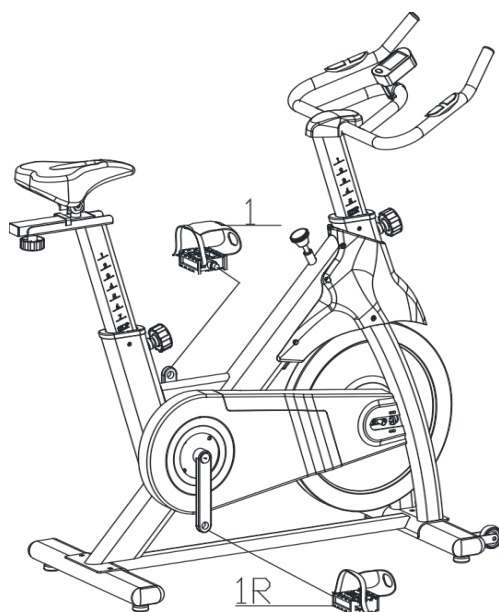
ACHTUNG: DER LENKER MUSS GUT BEFESTIGT WERDEN

Jetzt mit der Kreuzschlitzschraube (41) die Konsolenhalterung (80) in die richtige Position bringen und am Lenker (18) anbringen. Befestigen Sie dann die Konsole (81) an der Halterung und verbinden Sie die Kabel A1 und A2 bzw. A3 und A4.



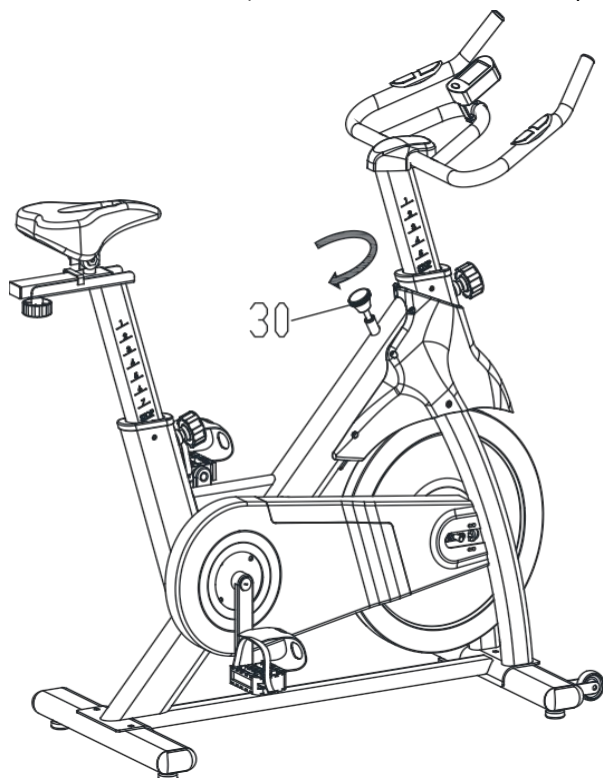
SCHRITT 4: Die Pedale (1 L & 1 R) sind mit „L“ und „R“ gekennzeichnet.

Verbinden Sie diese mit den entsprechenden Kurbeln. Beachten Sie, dass das rechte Pedal im Uhrzeigersinn und das linke Pedal gegen den Uhrzeigersinn gedreht werden muss.



A.) Einstellung des Tretwiderstands:

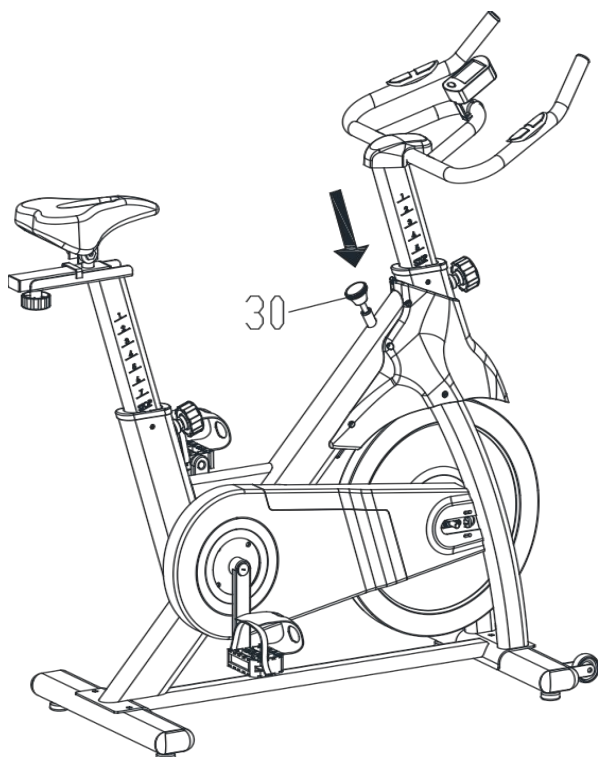
Um den Widerstand zu steigern (wodurch mehr Kraft zum Treten erforderlich ist), drehen Sie *den Brems- und Spannungsreglerknopf (# 30) nach rechts*. Um die Spannung zu verringern (wodurch weniger Kraft zum Treten erforderlich ist), drehen Sie *den Brems- und Spannungsreglerknopf (# 30) nach links*.



B.) Verwendung der Notbremsefunktion:

Der gleiche Knopf, mit dem Sie den Widerstand des Fahrrads einstellen können, dient auch als Notbremse.

Verwenden Sie diese Sicherheitsfunktion in jeder Situation, in der Sie vom Fahrrad absteigen und/oder Sie das Schwungrad stoppen müssen. Drücken Sie hierzu den Knopf (30) fest nach unten.

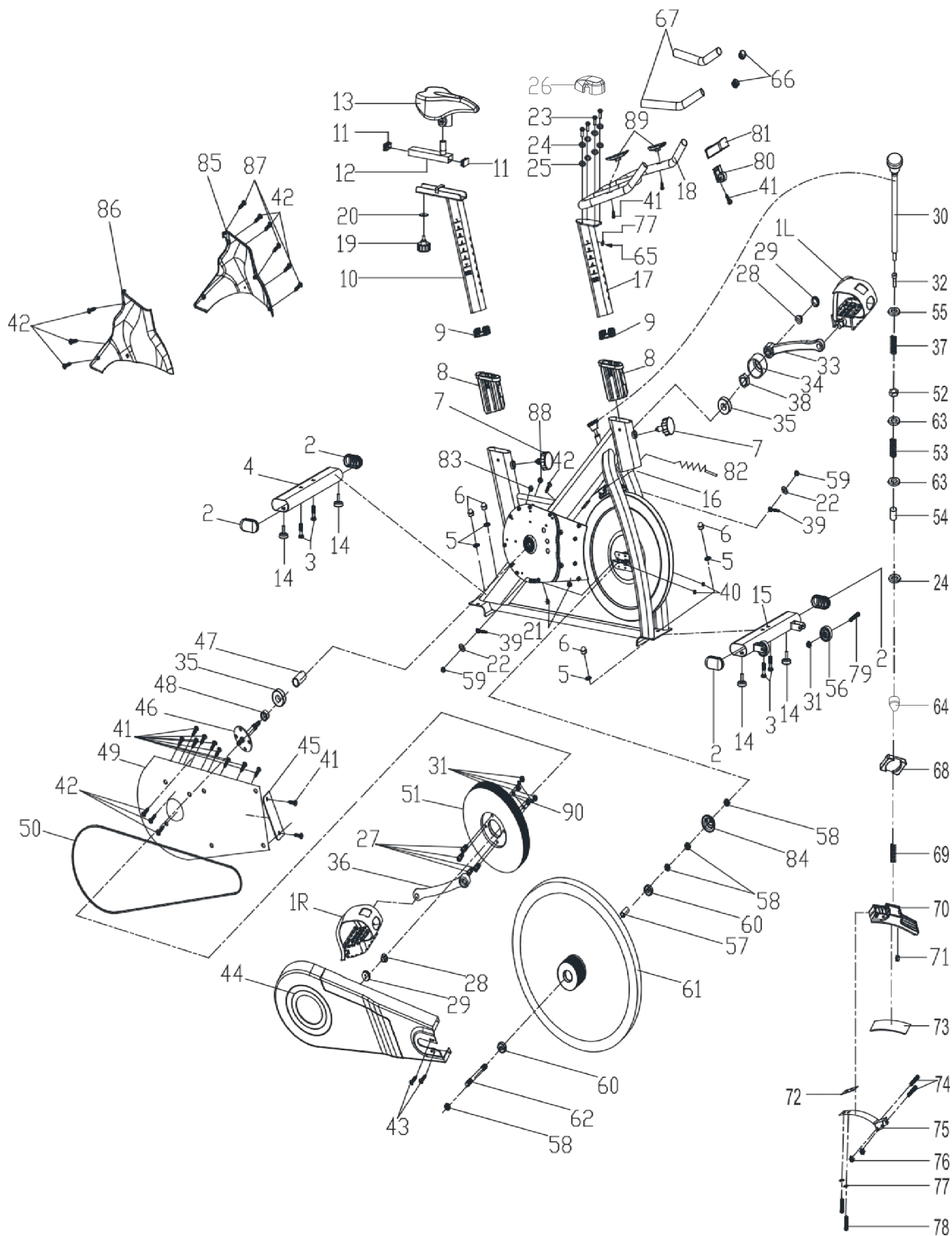


ACHTUNG: Überprüfen Sie vor der Benutzung, ob alle Teile fest und sicher sitzen und die Maschine stabil auf dem Boden steht.

ERSATZTEILLISTE

NR.	BESCHREIBUNG	MENGE	NR.	BESCHREIBUNG	MENGE
1	PEDALE	1	46	ACHSE	1
2	KAPPE	4	47	LANGES BEFESTIGUNGSROHR	1
3	BOLZEN	4	48	KURZES BEFESTIGUNGSROHR	1
4	HINTERER QUERSTÜTZE	1	49	INNERE KETTENABDECKUNG	1
5	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE	4	50	RIEMEN	1
6	MUTTER	4	51	RIEMENRAD	1
7	EINSTELLKNOPF A	2	52	BEFESTIGUNGSMUTTER 2	1
8	KUNSTSTOFFMUFFE 1	2	53	FEDER 2	1
9	KAPPE 1	2	54	KURZES BEFESTIGUNGSROHR	1
10	SATTELSTÜTZE	1	55	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE	1
11	KAPPE 2	2	56	RAD	2
12	VERTIKALE SATTELSTÜTZE	1	57	BEFESTIGUNGSROHR	1
13	SATTEL	1	58	BEFESTIGUNGSMUTTER 2	4
14	BLOCK	4	59	MUTTER 2	2
15	VORDERE QUERSTÜTZE	1	60	LAGER	2
16	HAUPTRAHMEN	1	61	SCHWUNGRAD	1
17	LENKERHALTERUNG	1	62	SCHWUNGRADWELLE	1
18	LENKER	1	63	UNTERLEGSCHIEBE	2
19	SICHERUNGSKNOPF	1	64	-MUTTER 1	1
20	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE 1	1	65	SCHRAUBE 6	1
21	KAPPE 1	2	66	ENDKAPPE	2
22	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE 1	2	67	SCHAUMSTOFFGRIFF	2
23	SCHRAUBE	4	68	FEDERABDECKUNG	1
24	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE 1	5	69	-FEDER 3	1
25	FEDERUNTERLEGSCHIEBE 2	4	70	KUNSTSTOFFRAHMEN	1
26	LENKERABDECKUNG	1	71	KLEINES KUNSTSTOFFTEIL	1
27	SCHRAUBE	4	72	FLACHE UNTERLEGSCHIEBE 2	1
28	BEFESTIGUNGSMUTTER 1	2	73	BREMSBELAG	1
29	ENDKAPPE KURBEL	2	74	SCHRAUBE 1	2
30	KNOPF	1	75	FEDERBREMSE	1
31	GEGENMUTTER	6	76	GEGENMUTTER	2
32	BUCHSE	1	77	FEDERUNTERLEGSCHIEBE 1	3
33	LINKE KURBEL	1	78	BOLZEN 2	2
34	KURBELABDECKUNG	1	79	SCHRAUBE	2
35	LAGER	2	80	COMPUTERHALTERUNG	1
36	RECHTE KURBEL	1	81	COMPUTER	1
37	STANGE	1	82	SENSOR	1
38	BEFESTIGUNGSMUTTER	1	83	KLEMMHÜLSE	1
39	BEFESTIGUNGSBOLZEN	2	84	KURBELABDECKUNG	1
40	MUTTER	2	85	SCHUTZABDECKUNG	1
41	SCHRAUBE 1	14	86	SCHUTZABDECKUNG	1
42	SCHRAUBE 2	8	87	SCHRAUBE 4	3
43	SCHRAUBE 3	6	88	KAPPE 1	1
44	AUSSENABDECKUNG	1	89	HANDPULS	2
45	RIEMENABDECKUNG	1	90	FEDERUNTERLEGSCHIEBE 3	4

EXPLOSIONSZEICHNUNG



COMPUTERBEDIENUNG

BEDIENUNGSANLEITUNG COMPUTER
TASTENFÜHRUNG

MODE--- Wählen Sie die gewünschte Funktion aus.

FUNKTIONEN

TIME--- Drücken Sie die Taste, bis die Anzeige „TIME“ auf dem LCD-Display erscheint. Der Monitor zeigt dann die Zeitfunktion auf dem Bildschirm an.

SPEED--- Drücken Sie die Taste, bis die Anzeige „SPEED“ auf dem LCD-Display erscheint. Der Monitor zeigt dann die Geschwindigkeitsfunktion auf dem Bildschirm an.

DISTANCE--- Drücken Sie die Taste, bis das Zeichen „DIST“ auf dem LCD-Display erscheint. Der Monitor zeigt dann die Entfernungsfunktion auf dem Bildschirm an.

ODO--- Drücken Sie die Taste, bis die Anzeige „ODO“ auf dem LCD-Display erscheint. Der Monitor zeigt dann die Kilometerzählerfunktion auf dem Bildschirm an.

CALORIE--- Drücken Sie die Taste, bis „CAL“ auf dem LCD-Display angezeigt wird. Der Monitor zeigt dann die Kalorienfunktion auf dem Bildschirm an.

HERZFREQUENZ - Drücken Sie die Taste, bis das Zeichen „♥“ oder „PULSE“ auf dem LCD-Display erscheint. Der Monitor zeigt dann die Herzfrequenzfunktion auf dem Bildschirm an.

Wenn der Pulssensor mit dem Ohr in Kontakt ist, befestigen Sie den Sensor am Ohrläppchen, nachdem Sie das Ohrläppchen mehrmals gerieben haben, um eine maximale Durchblutung vor der Messung der Herzfrequenz sicherzustellen.

Wenn der Pulssensor mit der Hand in Kontakt steht, legen Sie Ihre Handflächen vor der Messung der Herzfrequenz auf die Kontaktpads.

HINWEISE

1. Das Gerät schaltet sich automatisch aus, wenn 3 Minuten lang keine Eingabe erfolgt. Alle Werte der Funktion werden gespeichert. Sie können eine beliebige Taste drücken oder die Messung neu starten, um das Gerät wieder zu aktivieren.
2. Wenn die Anzeige auf dem Monitor nicht korrekt ist, legen Sie die Batterien neu ein.
3. Batteriespezifikationen: 2 Stück 1,5 V AAA

