



MANUAL

GEBRUIKSAANWIJZING

MODE D'EMPLOI

ANLEITUNG

X BIKE



CAUTIONS FOR SAFETY

Thank you for purchasing this product. Please use it safely and correctly after reading the instruction manual properly.

Please make sure to check if all fastening bolts and alignment pin and nuts are properly fastened before using the product.

Avoid getting the product wet to prevent rust and damage.

Do not disassemble or remodel to avoid damage on the product.

Please do not install or keep the product in the following places.

Uneven surfaces

Places that are not well ventilated, moist or dusty.

Places with temperatures that are extremely high and low

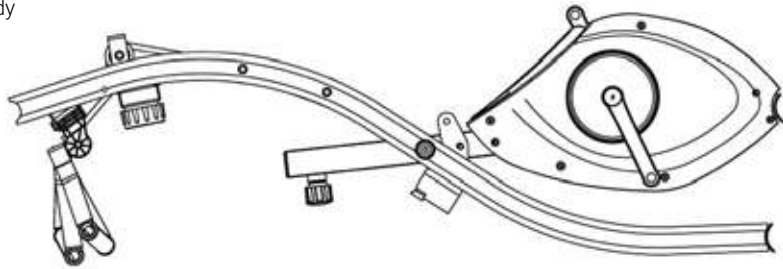
Please do not put foreign substances in the product.

CAUTIONS IN USE

- Use of the product by the following persons are prohibited:
 - Person who requires bed rest including pregnant women, women having periods, person with fever and fatigue, person with heart failure and bronchial diseases.
 - Person who is prohibited to exercise by the doctor.
 - Person weighing more than 100 kilograms.
- Please do not allow children to use the product without adult supervision.
- Do not use the product in a standing position.
- Please wear proper work-out attire.
- Make sure to be in good condition by warming up 5 minutes before using the product.
- When heart rate increases rapidly or experiencing difficulty in breathing, discontinue use of the product. Consult a doctor before using again.

PLEASE CHECK THE FOLLOWING THINGS

1. Main body



2. Support frame (Front, Back)

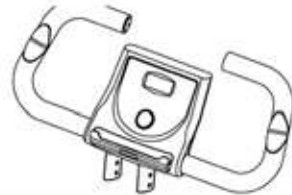


(The nuts, washers and front wheels are attached on the frame)

4. Left and right pedals



3. Handle, monitor



5. Saddle and saddle frame



6. Tools



7. Fastening bolt for saddle height



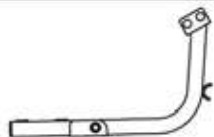
8. Backrest



9. Handle

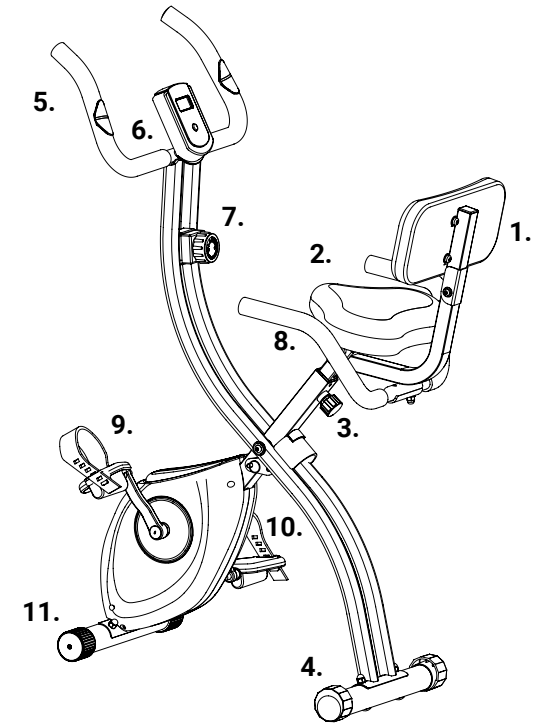


8. Backrest assembly frame



PARTS ASSEMBLY VIEW

- 1. Backrest
- 2. Saddle
- 3. Locking bolt for saddle height
- 4. Supporting section (back)
- 5. Handle
- 6. Monitor
- 7. 8-level resistance dial
- 8. Handle
- 9. Left pedal
- 10. Right pedal
- 11. Supporting section (Front)

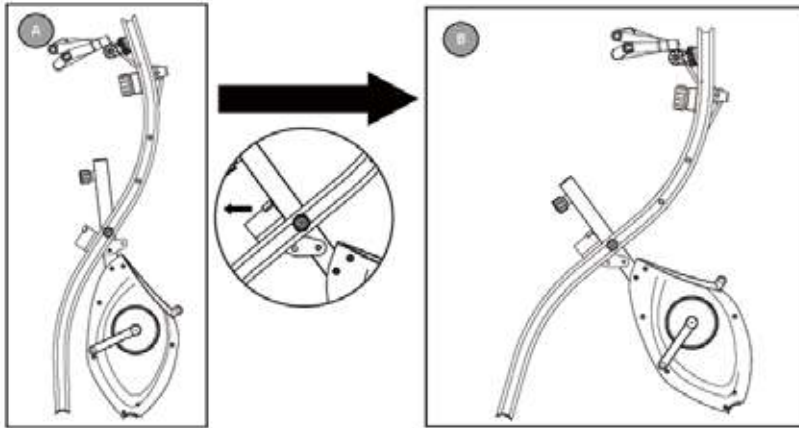


Size(Unfolded)	68.5 x 40 x 110 cm
Size(Folded)	37 x 40 x 130 cm
Weight	14,2 kg
Material	Steel pipe, Urethane, ABS resin

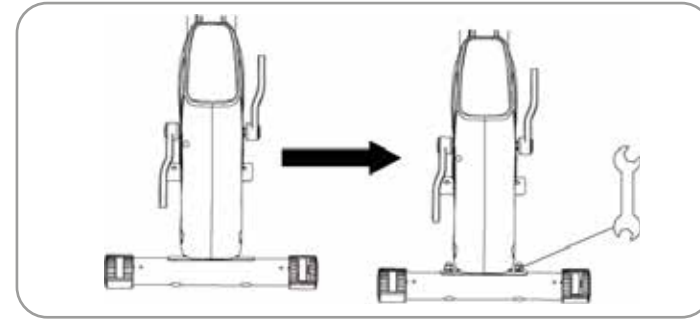
Please follow the instructions in order.

Please wear gloves to protect your hands while assembling.

ASSEMBLY SEQUENCE

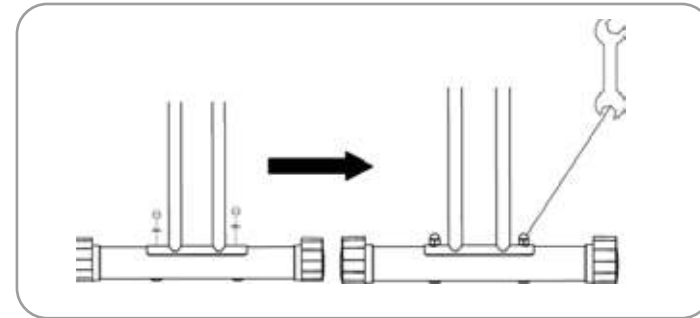


1. Please spread the main bodies A and B together.
2. Please assemble the front and back support frames in order. The front and back support frames can be distinguished. Install the frame with wheels on the front. Fasten the nuts and washers on the support frame using a small wrench.



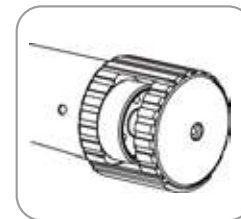
Support frame (front)

First, as shown in the picture, please fasten bolts on the front frame by hand and then use a small wrench to finish.

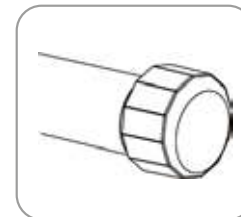


Support frame (back)

As shown in the picture, please fasten bolts on the back frame by hand and then use a small wrench to finish.



Movable wheels and a front sticker are attached on the front frame.

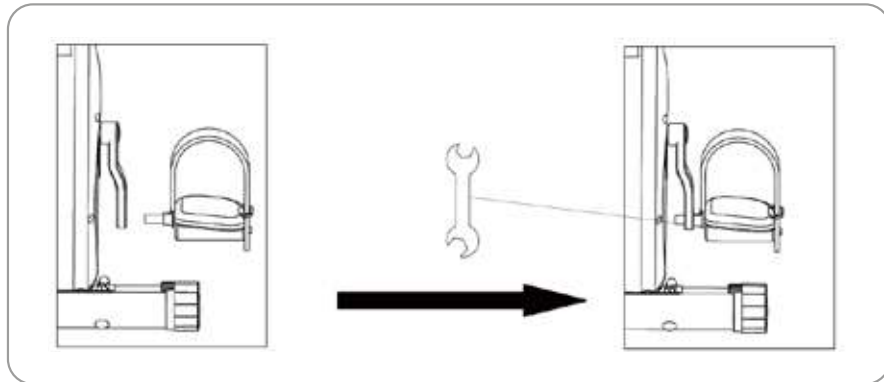


Horizontal caps and a back sticker are attached on the back frame.

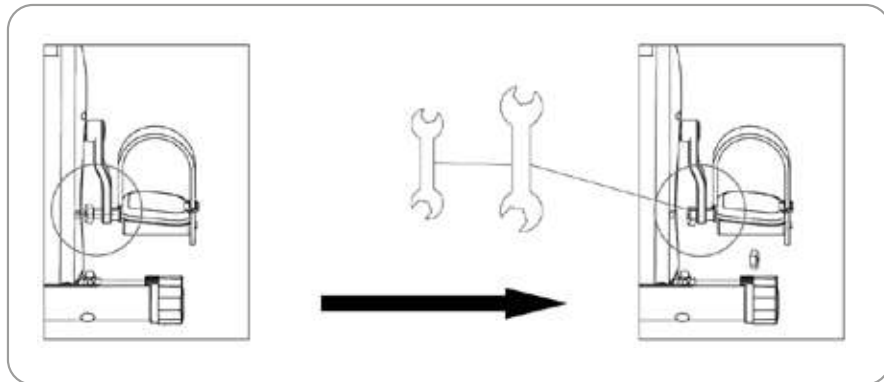
3. Please attach the right pedal on the right side and while the left pedal on the left side.

Please assemble them with a small wrench as shown in the picture.

Fasten the pedals by turning the pedal bolt on the crank groove clockwise using a small wrench.

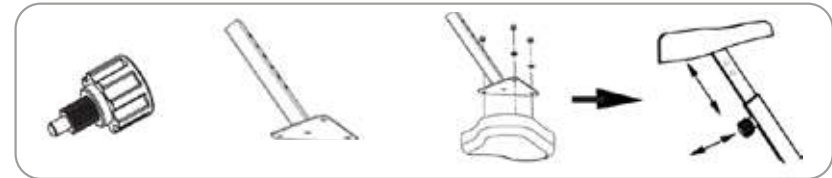


Align the nut with the pedal bolt. Hold the pedal bolt with a small wrench while turning the nut counterclockwise with a big wrench.



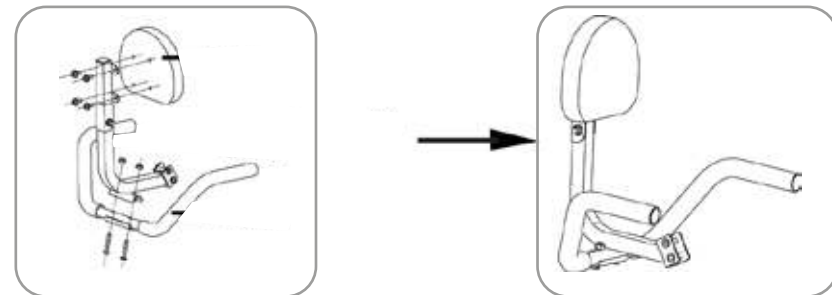
4. Saddle assembly

- As shown in the picture, please insert the saddle into the saddle frame and tighten the lever.
- Please connect the assembled saddle frame to the main body and fasten it with the fastening bolt of saddle height.
- Tools necessary for assembling the saddle.

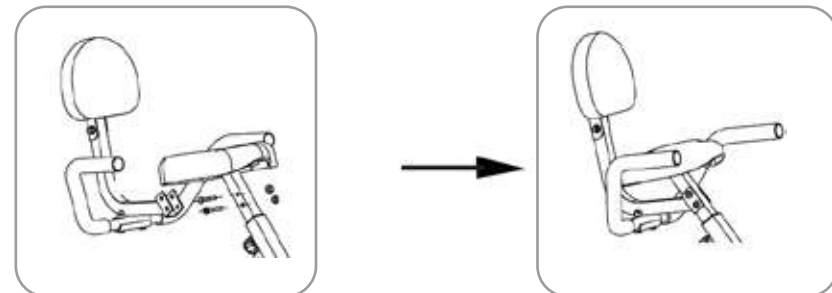


5. Backrest assembly

- As shown in the figure, the backrest pad and the handle are installed and locked with bolts and nuts.

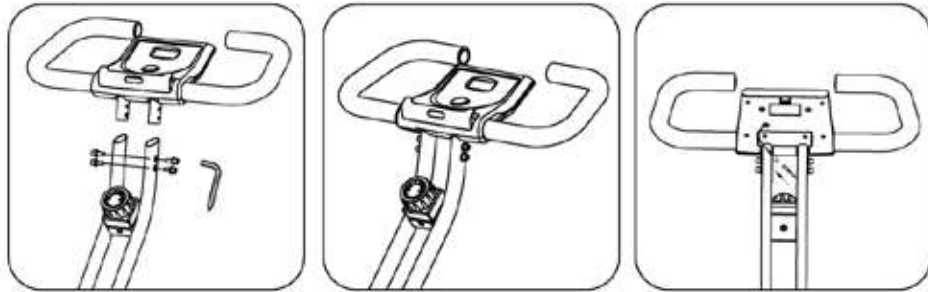


- As shown in the figure, please install the assembled backrest on the seat cushion bracket, and then tighten with screws.



6. Installation of the LCD monitor and handle.

Please connect the monitor to the groove of the lower main body and tighten the screw with an allen wrench.



HOW TO USE THE MONITOR

You can track the status of your work out as time, speed, distance, calories, and the total distance are shown on the screen.

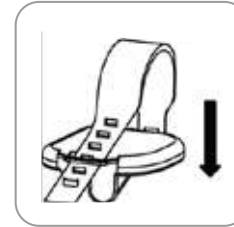
Description of the button

If you continue pressing the button, functions are selected in order of **[SCAN – TIME – SPEED – DISTANCE - CALORIE – ODO]**.

If you press the button for more than 3 seconds, all the contents are initialized and “0” is shown.

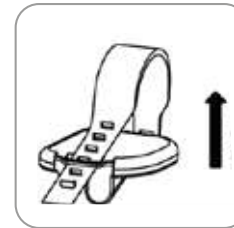
- **TIME** : Shows the total period that you exercise ranging from 0.00 minute to 99.99 minutes.
- **SPEED** : Shows the current speed that you are Maximum 99.99 is shown.
- **DISTANCE** : Shows the distance that you exercise ranging from 0.00 to 99.99km and increases by 0.01.
- **CALORIES** : Shows the total calories burned ranging from 0 to 9999 and increases by 1 Cal.
- **ODO [Total distance]** : Shows the distance that you exercise ranging from 0.00 to 99.99km and increases by 0.01.

ADVICE ON TRAINING



When tightening it

Please pull the band down and fix it to the groove by inserting it.



When loosing it

Please pull the band up and fix it to the groove by inserting it.

It is recommended to exercise for 15 minutes twice a day.

Set the device to position 5 or 6 for optimal training.

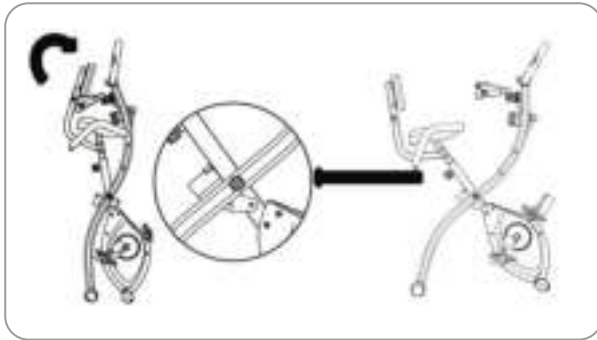
- Warm thoroughly before exercising.
- After exercising, it is advisable to stretch to prevent muscle pain.

HOW TO FOLD / UNFOLD

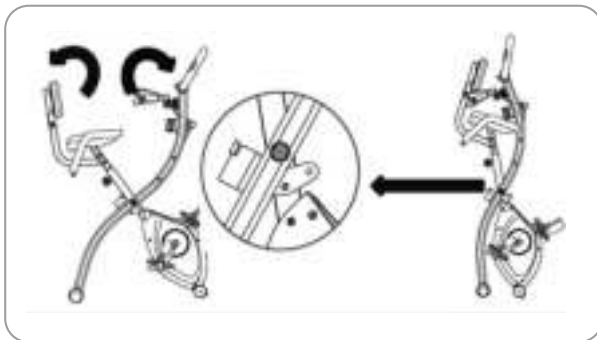
Please lift the main body by holding the handle and saddle and pulling them to fold the product.

When you fold the product, please make sure to make the saddle position closer to the back and fold it.

Unfold



Fold



Cautions

When you fold the product, please fasten the saddle to the highest stage and fold it.

Warranty

The warranty does not cover the following.

1. Abuse and misuse.
2. Intentionally scratching or causing damage to the product.
3. Normal wear and tear.

TROUBLESHOOTING

Symptoms	Solution
When you cannot connect the handle to the main body	For the fastening bolts and washers of the handle, please temporarily fasten both sides by hand by hand and then use tools to finish.
When values are not shown on the monitor screen	Please check if [+] and [-] of the batteries are correctly set. If it is not working even though they are correct, please change batteries.
When values are shown but do not increase on the monitor screen	Please check if the connection lines from the main body and monitor are inserted into the right locations.
When you cannot insert the fastening pin of saddle height into the main body	Please adjust the fastening pin of the main body at the right angle and try again.
When you cannot connect pedals to the main body	Please turn the right pedal clockwise and the left pedal counterclockwise.

VEILIGHEIDSWAARSCHUWINGEN

Hartelijk dank voor uw aankoop van dit product. Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en zorg dat u het apparaat altijd op een veilige manier gebruikt.

Zorg dat alle bevestigingsbouten, pinnen en moeren stevig vastzitten voordat u het product gebruikt.

Houd het apparaat droog om roest en schade te voorkomen.

Haal het apparaat niet uit elkaar en breng geen wijzigingen aan om schade te voorkomen.

Gebruik en bewaar het apparaat niet op een van de volgende plaatsen:

ongelijkmatige oppervlakken

slecht geventileerde, vochtige of stoffige ruimtes

ruimten met een zeer hoge of lage temperatuur

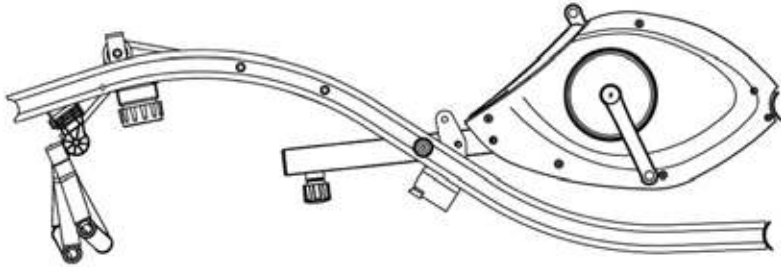
Steek geen objecten in het apparaat.

WAARSCHUWINGEN

- U mag dit apparaat niet gebruiken als u:
 - zwanger, ziek of oververmoeid bent of een zwak hart of ademhalingsaandoening hebt;
 - niet mag trainen op last van een arts;
 - meer dan 100 kg weegt.
- Laat kinderen het apparaat niet gebruiken zonder toezicht door een volwassene.
- Gebruik dit apparaat niet staand.
- Draag geschikte sportkleding.
- Doe gedurende 5 minuten een warming-up voordat u dit apparaat gebruikt.
- Stop onmiddellijk met het gebruik van dit apparaat als uw hartslag snel stijgt of u moeite hebt met ademen. Raadpleeg een arts voordat u het apparaat weer gebruikt.

CONTROLELIJST MONTAGE

1. Frame



2. Steunbuizen voor en achter



(inclusief vooraf gemonteerde bouten, ringen en wieltjes)

4. Linker- en rechterpedaal



3. Stuur met display



5. Zitting en stang



6. Gereedschap



Kleine sleutel

Inbussleutel

Grote sleutel

7. Stelknop voor zittinghoogte



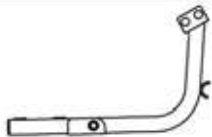
8. Rugkussen



9. Handgreep

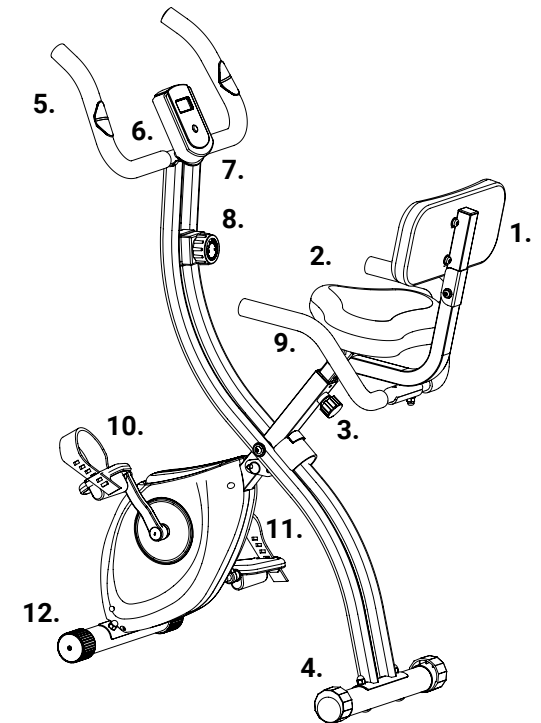


8. Rugsteun



OVERZICHT VAN ONDERDELEN

1. Rugkussen
2. Zitting
3. Stelknop voor zittinghoogte
4. Achterste steunbuis
5. Stuur
6. Display
7. Elastische banden
8. Weerstandsknop met 8 standen
9. Handgreep
10. Linkerpedaal
11. Rechterpedaal
12. Voorste steunbuis

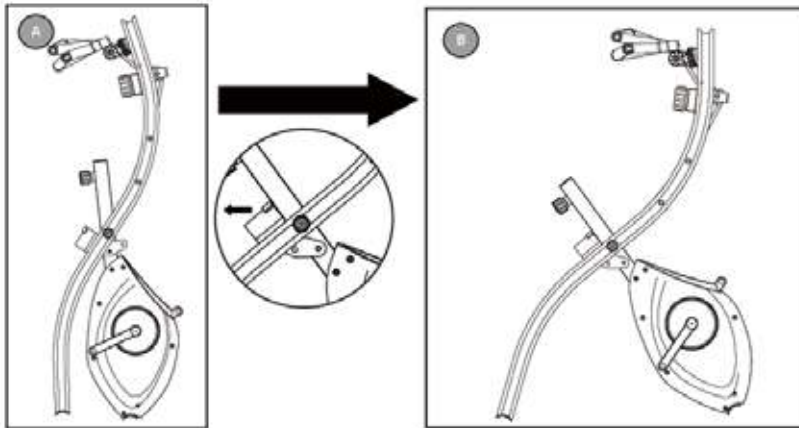


Afmetingen (uitgeklapt)	68.5 x 40 x 110 cm
Afmetingen (ingeklapt)	37 x 40 x 130 cm
Gewicht	14,2 kg
Materiaal	Staal, urethaan, ABS-hars

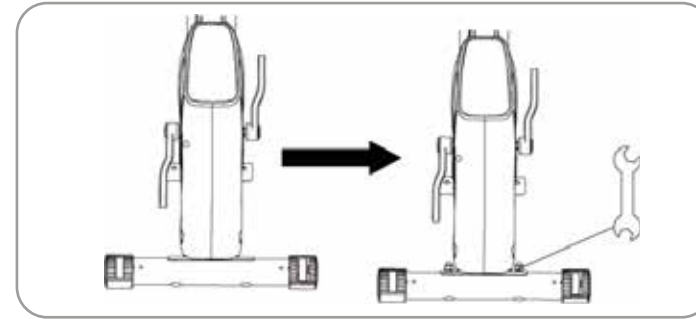
Voer de instructies in de juiste volgorde uit.

Draag beschermende handschoenen tijdens de montage.

MONTAGE-INSTRUCTIES

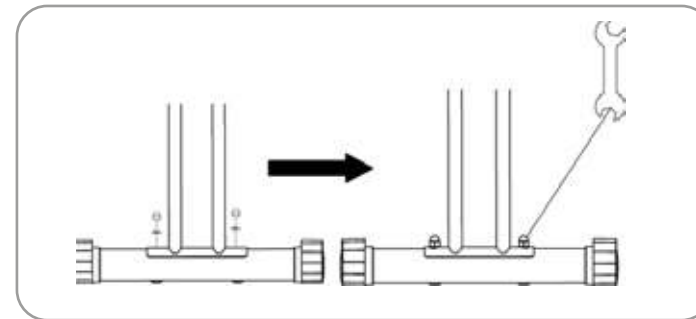


1. Zet het frame in de juiste positie.
2. Bevestig de voorste en achterste steunbuis in de juiste volgorde. De twee steunenbuizen zijn verschillend en duidelijk herkenbaar. De steunbuis met de wielen komt aan de voorzijde. Draai de bouten en ringen vast met een steeksleutel.



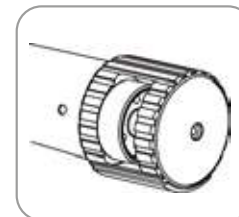
Steunbuis monteren (voorkant)

Draai de bouten van de steunbuis eerst handvast en draai ze vervolgens stevig aan met de sleutel (zie afbeelding).

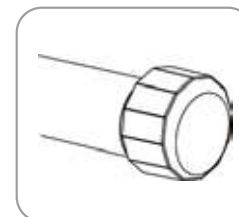


Steunbuis monteren (achterkant)

Doe hetzelfde met de bouten van de achterste steunbuis.



De voorste steunbuis heeft wieltes en een sticker met het woord 'front' erop.

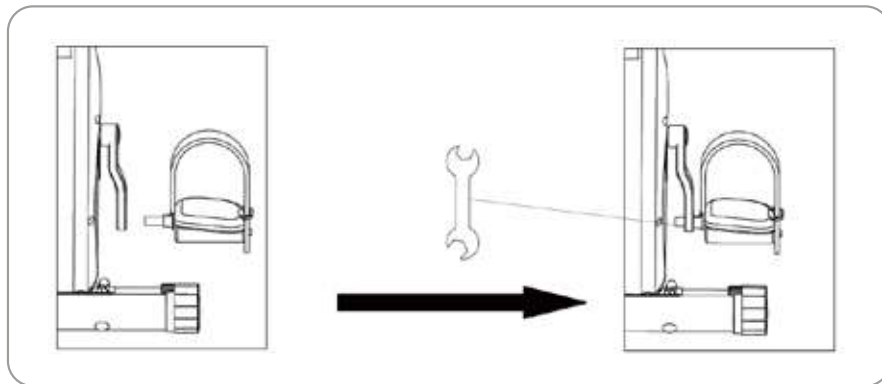


De achterste steunbuis heeft dichte doppen en een sticker met het woord 'back' erop.

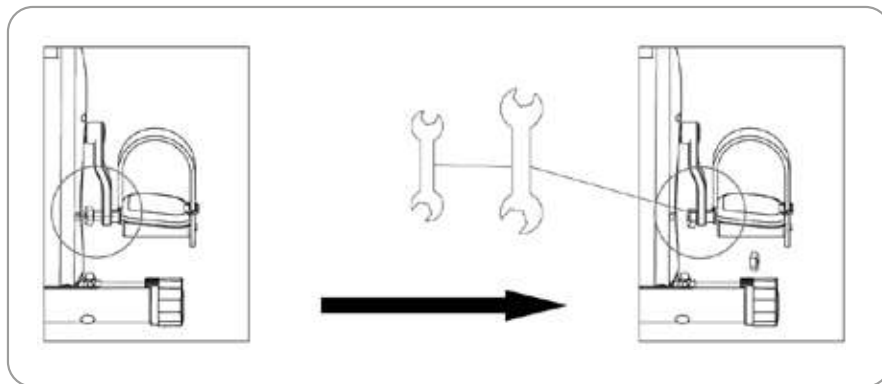
3. Bevestig het rechterpedaal aan de rechterkant en het linkerpedaal aan de linkerkant.

Gebruik hiervoor een steeksleutel (zie afbeelding).

Bevestig het pedaal op de pedaalarm door de pedaalbout rechtsom vast te draaien met een steeksleutel.

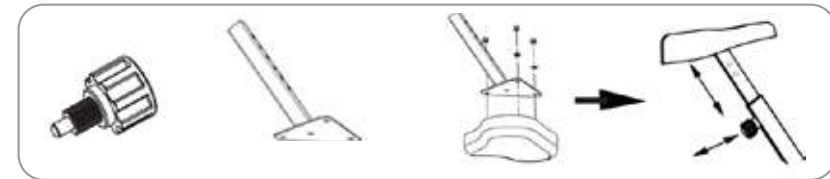


Houd de pedaalbout vast met de kleine steeksleutel en draai de moer linksom vast met de grote steeksleutel.



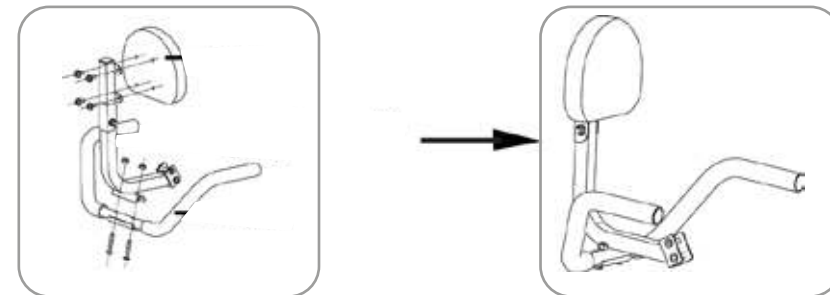
4. Zitting monteren

- Bevestig de zitting met de schroeven op de stang (zie afbeelding).
- Schuif de stang in de framebuis en zet de zitting op de juiste hoogte vast met de stelknop.
- Benodigdheden voor het monteren van de zitting.

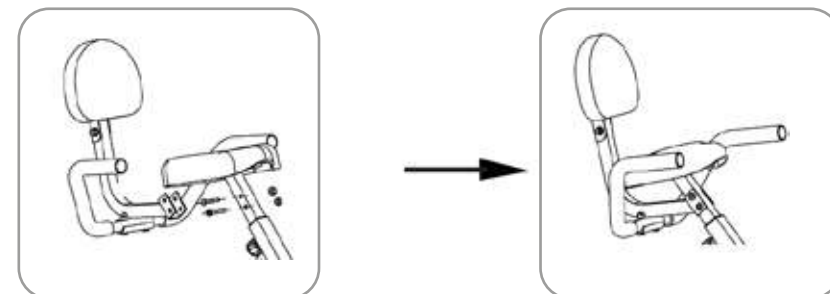


5. Rugsteun monteren

- Monteer de handgreep en het rugsteunkussen met de bouten en moeren (zie afbeelding).

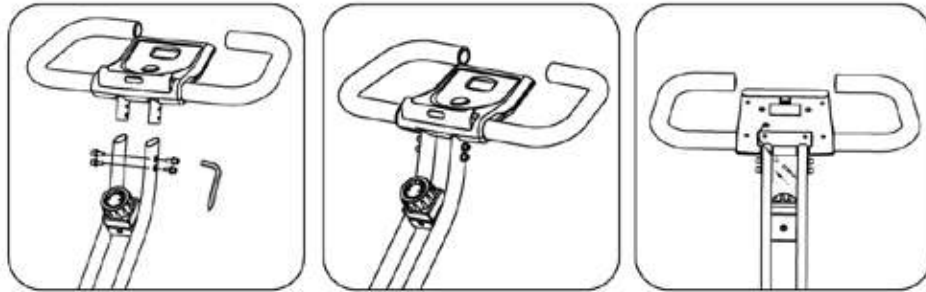


- Monteer de gehele rugsteun met de schroeven op de stang (zie afbeelding).



6. Stuur met lcd-display monteren

Bevestig het scherm op het frame en draai de schroeven vast met een inbussleutel.



HET DISPLAY GEBRUIKEN

Op het display kunt u informatie over uw workout aflezen, zoals tijd, snelheid, afstand, calorieën en de totale afstand.

Werking van de knop

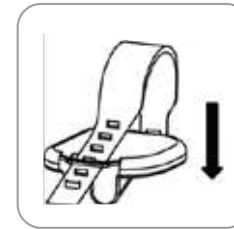
Houd de knop ingedrukt om te schakelen tussen de verschillende functies:

[SCAN – TIME – SPEED – DISTANCE – CALORIE – ODO – P]

Wanneer u de knop langer dan 3 seconden ingedrukt houdt, worden alle getallen op 0 gezet.

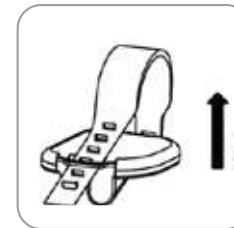
- **TIME:** de totale duur van de training, van 0:00 tot 99:99 minuten.
- **SPEED:** de actuele snelheid (maximaal 99,99).
- **DISTANCE:** de afstand die u tijdens de training hebt afgelegd, van 0,00 tot 99,99 km en in stappen van 0,01 km.
- **CALORIES:** het totaal aan verbrande calorieën, van 0 tot 9999 en in stappen van 1 calorie.
- **ODO:** de totale afstand die u hebt afgelegd, van 0,00 tot 99,99 km en in stappen van 0,01 km.

TIPS VOOR HET TRAINEN



Strakker

Trek de riem omlaag en zet vast op het juiste gaatje.



Losser

Trek de riem omhoog en zet vast op het juiste gaatje.

Het wordt aanbevolen om tweemaal per dag 15 minuten te bewegen. Stel het apparaat in op stand 5 of 6 voor een optimale training.

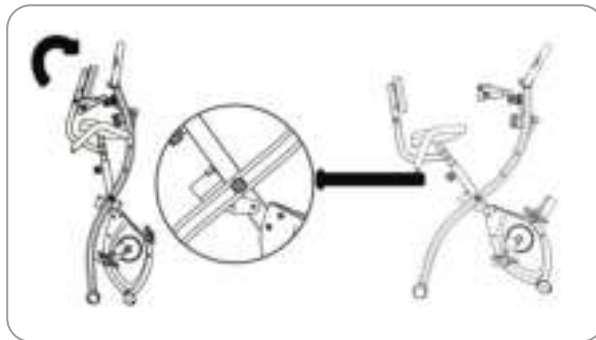
- Doe een goede warming-up voordat u begint.
- Doe rekoefeningen na het trainen om spierpijn te voorkomen.

IN- EN UITKLAPPEN

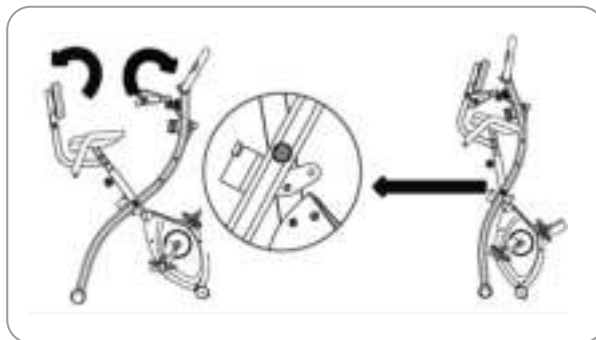
Pak het stuur en de zitting beet en klap ze naar elkaar toe.

Zet bij het opklappen van het product de zitting in de hoogste stand.

UITKLAPPEN



DICHTKLAPPEN



Waarschuwingen

Zet bij het opklappen van het product de zitting in de hoogste stand.

Garantie

De garantie dekt het volgende niet

1. Onjuist gebruik.
2. Het opzettelijk bekrassen of beschadigen van het product.
3. Normale gebruiksslijtage.

TROUBLESHOOTING

Probleem	Mogelijke oplossing
Het lukt niet om het stuur op het frame te bevestigen	Draai de bouten voor het stuur met ringen eerst tijdelijk handvast en daarna nogmaals met een steeksleutel.
Het display is leeg	Controleer of de batterijen op de juiste manier zijn geplaatst. Vervang de batterijen als ze goed zijn geplaatst maar er nog steeds niets wordt weergegeven.
De weergegeven waarde op het display verandert niet	Controleer de aansluiting tussen het frame en het display.
Het lukt niet om de stelknop voor de zitting in de framebuis te bevestigen	Zorg dat u de stelknop goed recht voor de opening houdt en probeer het opnieuw.
Het lukt niet om de pedalen te bevestigen	Draai het rechterpedaal rechtsom en het linkerpedaal linksom om het vast te zetten.

PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

Nous vous remercions d'avoir acheté ce produit. Veuillez l'utiliser correctement après avoir lu les instructions du mode d'emploi.

Assurez-vous que toutes les vis de fixation et les goupilles d'alignement sont bien installées avant d'utiliser l'appareil.

Évitez de mouiller l'appareil pour éviter l'apparition de rouille et de dommages.

Ne désassemblez pas et n'altérez pas l'appareil pour éviter de l'endommager.

N'installez et ne stockez pas l'appareil dans les zones suivantes.

Surfaces inégales

Les endroits qui ne sont pas bien ventilés ; les zones humides ou poussiéreuses

Les endroits aux températures très élevées ou très basses

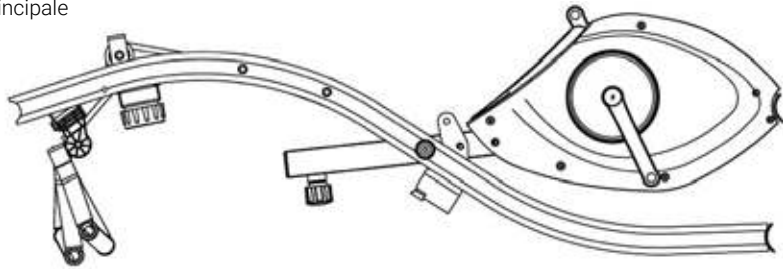
Ne mettez pas de substances étrangères dans l'appareil.

PRÉCAUTIONS D'UTILISATION

- N'utilisez pas cet appareil si :
 - vous êtes enceinte ou souffrant de fièvre, de fatigue, d'une maladie cardiovasculaire ou d'une maladie bronchique ;
 - vous avez pour ordre du médecin de ne pas faire d'exercice ;
 - vous pesez plus de 100 kg.
- Ne laissez pas les enfants utiliser cet appareil sans la surveillance d'un adulte.
- N'utilisez pas cet appareil en position debout.
- Portez des vêtements de sport appropriés.
- Échauffez-vous pendant 5 minutes avant d'utiliser cet appareil.
- Si votre rythme cardiaque augmente rapidement ou si vous avez des difficultés à respirer, arrêtez d'utiliser l'appareil. Veuillez consulter votre médecin avant de l'utiliser de nouveau.

VÉRIFICATIONS AVANT L'ASSEMBLAGE

1. Partie principale



2. Support (devant, arrière)

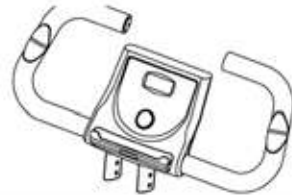


(Les écrous, les joints et les roues devant sont raccordés au support)

4. Pédales gauches et droites



3. Guidon, écran



5. Selle / support de selle



6. Outils



Petite clé

Clé allen

Grande clé

7. Bouton de serrage pour la hauteur de la selle



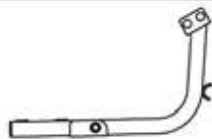
8. Dossier



9. Poignée

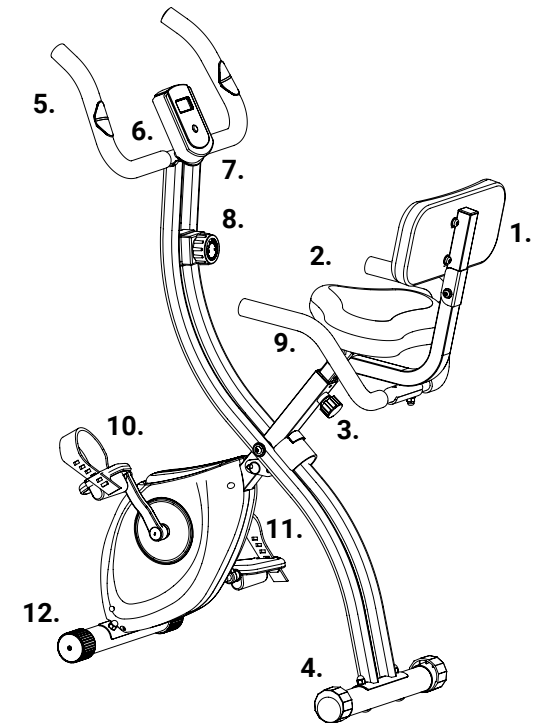


8. Support du dossier



PRÉSENTATION DES PIÈCES

1. Dossier
2. Selle
3. Bouton de serrage pour la hauteur de la selle
4. Support arrière
5. Guidon
6. Écran
7. Élastiques pour les bras
8. Réglage de la résistance, 8 niveaux
9. Poignée
10. Pédale gauche
11. Pédale droite
12. Support devant

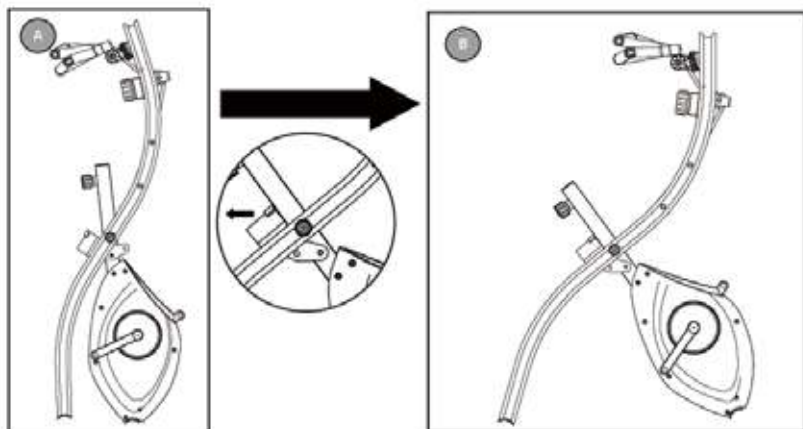


Dimensions (déplié)	68.5 x 40 x 110 cm
Dimensions (plié)	37 x 40 x 130 cm
Poids	14,2 kg
Matériaux	Tuyau en acier, uréthane, résine ABS

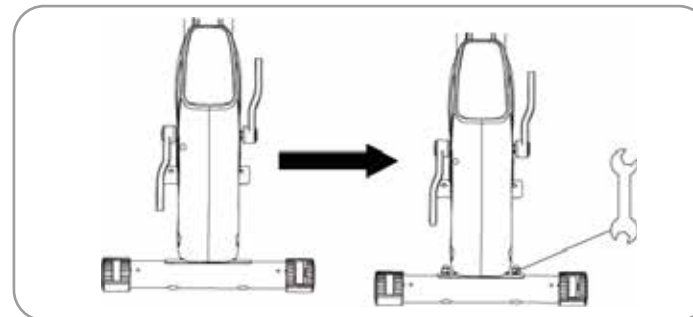
Veillez suivre les instructions dans le bon ordre.

Veillez porter des gants pour protéger vos mains durant l'assemblage.

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

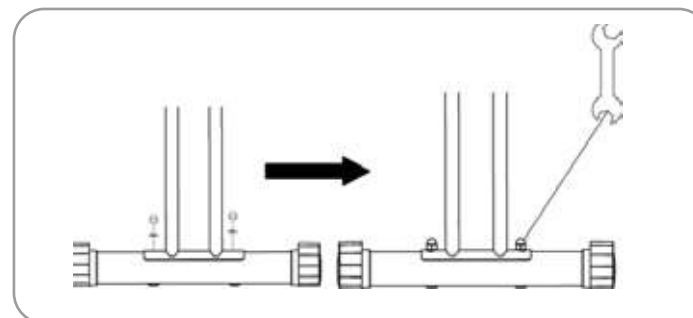


1. Assemblez la partie principale.
2. Assemblez les deux parties dans le bon ordre. Il est possible de les distinguer. Installez le cadre avec les roues sur le devant. Serrez les écrous et les joints sur le cadre de support à l'aide d'une petite clé.



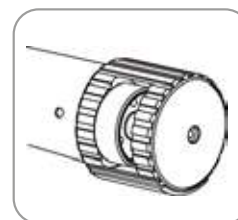
Support devant

Commencez par serrer les boulons sur le support devant à l'aide de votre main, puis faites de même avec une petite clé (voir l'illustration).

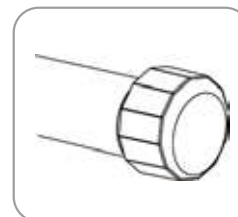


Support arrière

Faites de même pour le support arrière.



Des roues mobiles et une étiquette avec le mot « front » se trouvent sur le support devant.

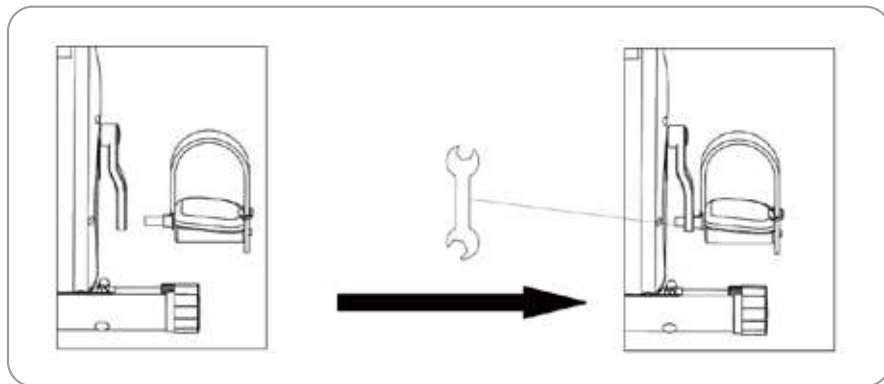


Des capuchons et une étiquette avec le mot « back » se trouvent sur le support arrière.

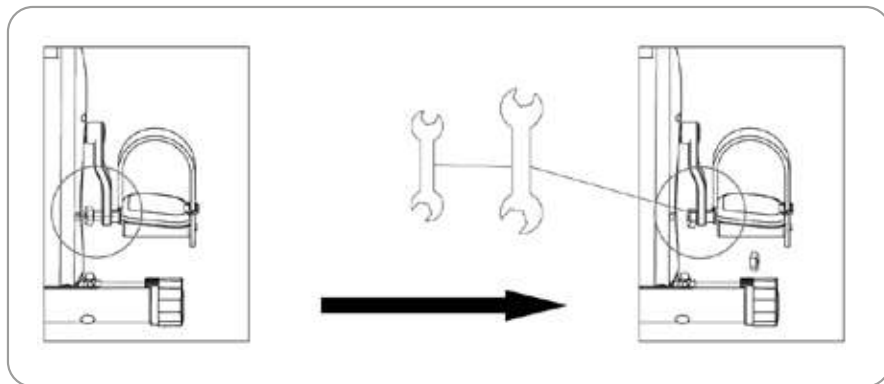
3. Fixez la pédale droite sur le côté droit et la pédale gauche sur le côté gauche.

Assemblez à l'aide d'une petite clé, (voir l'illustration).

Fixez la pédale droite à l'aide d'une petite clé en tournant la vis de la pédale sur la manivelle dans le sens horaire.

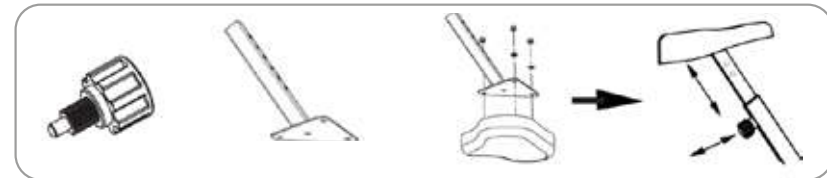


Alignez l'écrou avec la vis de la pédale. Maintenez la vis de la pédale avec une petite clé tout en tournant l'écrou dans le sens antihoraire à l'aide d'une grande clé.



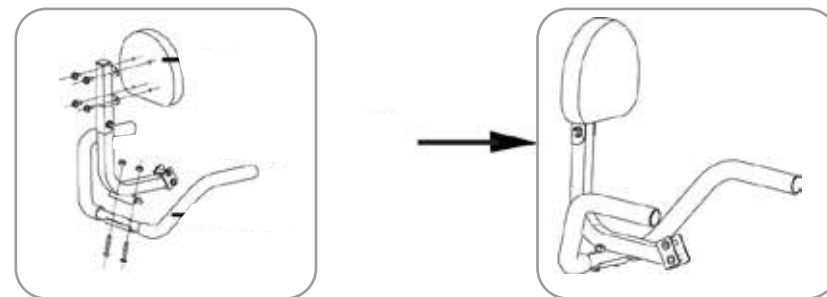
4. Assemblage de la selle

- Insérez la selle dans le support de selle et serrez les vis (voir l'illustration).
- Raccordez le support de selle assemblé à la partie principale et serrez à l'aide du bouton de serrage pour régler la hauteur de la selle.
- Outils nécessaires pour assembler la selle.

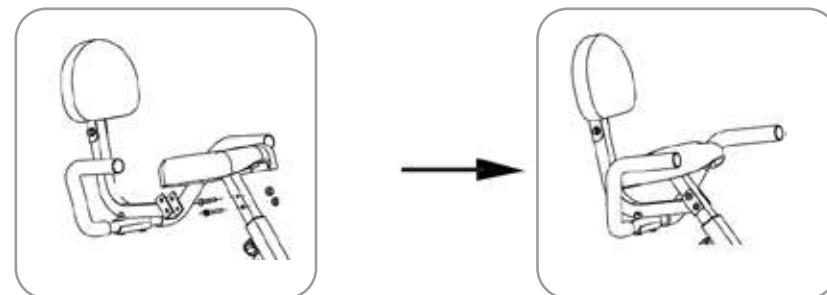


5. Assemblage du dossier

- Installez le dossier et la poignée à l'aide d'écrous et de boulons (voir l'illustration).



- Installez le dossier assemblé sur le support de l'assise et serrez à l'aide de vis (voir l'illustration).



6. Installation de l'écran LCD et du guidon

Placez l'écran dans les encoches de la partie principale inférieure et serrez les vis à l'aide d'une clé allen.



UTILISATION DE L'ÉCRAN

Grâce à l'écran, vous pouvez suivre votre entraînement, notamment sa durée, la vitesse, la distance, les calories et la distance totale.

Description du bouton

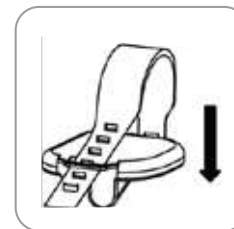
Si vous continuez d'appuyer sur le bouton, les fonctions sont sélectionnées dans l'ordre suivant

[SCAN – TIME – SPEED – DISTANCE - CALORIE – ODO].

Si vous appuyez sur le bouton pendant plus de 3 secondes, tous les contenus sont initialisés et un « 0 » apparaît.

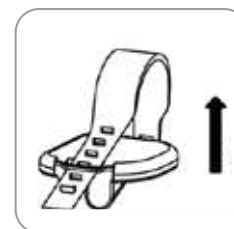
- **TIME** : Indique la période totale d'entraînement, entre 0:00 minute et 99:99 minutes.
- **SPEED** : Indique votre vitesse actuelle, avec une valeur maximale de 99,99.
- **DISTANCE** : Indique la distance de votre exercice entre 0,00 et 99,99 km et augmente de 0,01.
- **CALORIES** : Indique le total de calories brûlées entre 0 et 99,99 km et augmente de 1.
- **ODO**: Indique la distance totale, entre 0,00 et 99,99 km et augmente de 0,01.

CONSEILS D'ENTRAÎNEMENT



En serrant

Tirez la bande vers le bas et fixez-la sur la rainure en l'insérant.



En desserrant

Tirez la bande vers le haut et fixez-la sur la rainure en l'insérant.

Il est conseillé de s'exercer pendant 15 minutes, deux fois par jour.

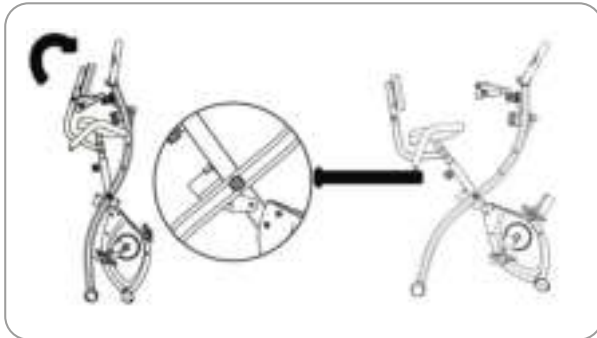
- Pour un entraînement optimal, il est conseillé de s'exercer en réglant l'appareil au niveau 5 ou 6.
- Échauffez-vous correctement avant de vous entraîner.
- Après l'entraînement, il est conseillé de s'étirer pour éviter les courbatures.

COMMENT PLIER / DÉPLIER

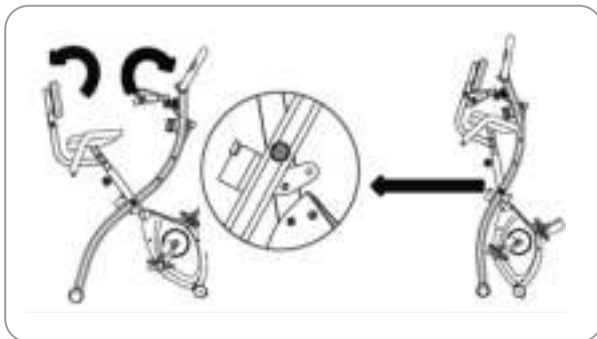
Soulevez la partie principale en tenant le guidon et la selle et en tirant pour plier.

Pour plier l'appareil, veillez à ce que la selle soit au niveau le plus haut.

DÉPLIER



PLIER



Avertissements

Pour plier l'appareil, veillez à ce que la selle soit au niveau le plus haut.

Garantie

La garantie ne couvre pas :

1. Abus et mauvaise utilisation.
2. Érafler ou causer des dommages intentionnels à l'appareil.
3. Usure naturelle.

DYSFONCTIONNEMENTS

Problème	Solution possible
Vous ne pouvez pas raccorder le guidon à la partie principale	Serrez les boulons et les joints de chaque côté du guidon à l'aide de votre main, puis réitérez avec des outils.
L'écran n'affiche aucune valeur	Vérifiez que les piles sont bien installées selon la polarité. Si l'écran ne fonctionne pas malgré tout, veuillez changer les piles.
L'écran affiche des valeurs mais elles n'augmentent pas	Vérifiez que les lignes de connexion entre l'écran et la partie principale sont insérées correctement.
Vous ne pouvez pas insérer la goupille de serrage de la selle dans la partie principale	Ajustez la goupille de serrage de la partie principale pour qu'elle soit dans le bon angle et essayez à nouveau.
Vous ne pouvez pas raccorder les pédales à la partie principale	Faites tourner la pédale droite dans le sens horaire et la pédale gauche dans le sens antihoraire.

SICHERHEITSVORKEHRUNGEN

Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Gerät entschieden haben. Damit Sie es sicher und korrekt verwenden können, bitte die Bedienungsanleitung sorgfältig lesen.

Vor der Verwendung sicherstellen, dass alle Befestigungsschrauben, Ausrichtungsstifte und Muttern ordnungsgemäß befestigt sind.

Das Gerät darf nicht nass werden, damit kein Rost und keine Schäden entstehen.

Nicht auseinanderbauen oder umbauen, damit keine Schäden am Gerät entstehen.

Das Gerät nicht an folgenden Stellen aufstellen oder lagern:

unebene Flächen

schlecht gelüftete, feuchte oder staubige Räume

Stellen mit sehr hohen oder niedrigen Temperaturen

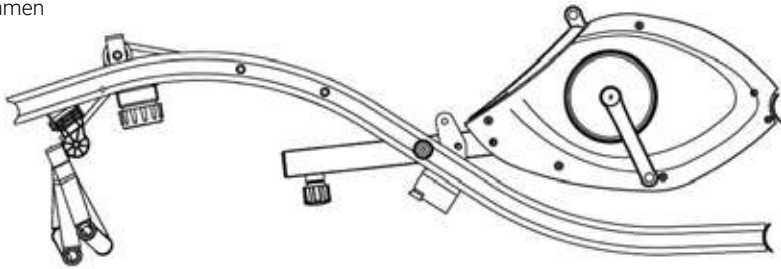
Keine Fremdkörper in das Gerät einführen.

BENUTZUNGSHINWEISE

- Folgende Personen dürfen das Gerät nicht benutzen:
 - Personen die Bettruhe benötigen, u. a. Schwangere, Personen mit Fieber und Erschöpfung, Personen mit Herzinsuffizienz und Atemwegserkrankungen
 - Personen, denen Sport vom Arzt untersagt wurde
 - Personen mit einem Gewicht von mehr als 100 kg
- Kinder dürfen das Gerät nicht unbeaufsichtigt benutzen.
- Das Gerät nicht in stehender Haltung benutzen.
- Bitte geeignete Sportkleidung tragen.
- Vor der Verwendung des Geräts 5 Minuten lang aufwärmen.
- Wenn die Herzfrequenz schnell ansteigt oder Atmungsprobleme auftreten, die Verwendung einstellen. Vor einer erneuten Verwendung einen Arzt zu Rate ziehen.

VOR DER MONTAGE BITTE FOLGENDES PRÜFEN

1. Hauptrahmen



2. Stütze (vorn, hinten)

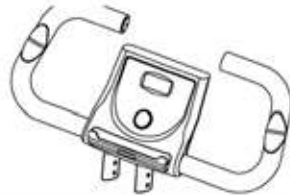


(Muttern, Unterlegscheiben und Vorderrollen sind am Rahmen befestigt.)

4. Linkes und rechtes Pedal



3. Steuer, Bildschirm



5. Sattel/Sattelstange



6. erkezeug



Kleiner Schraubenschlüssel

Inbusschlüssel

Großer Schraubenschlüssel

7. Befestigungsbolzen für Sattel



8. Rückenlehne



9. Griff

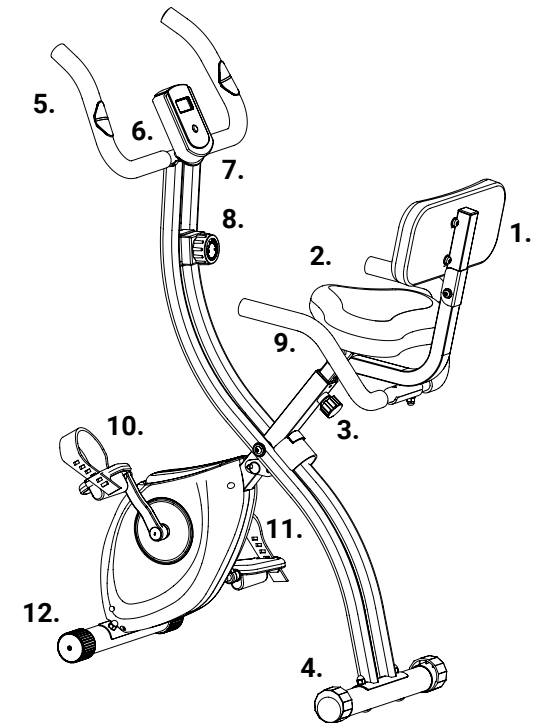


8. Befestigungsstange für Rückenlehne



TEILE-ÜBERSICHT

1. Rückenlehne
2. Sattel
3. Befestigungsbolzen für Sattel
4. Stütze (hinten)
5. Steuer
6. Bildschirm
7. Elastische Armbänder
8. 8-stufige Widerstandseinstellung
9. Griff
10. Linkes Pedal
11. Rechtes Pedal
12. Stütze (vorn)

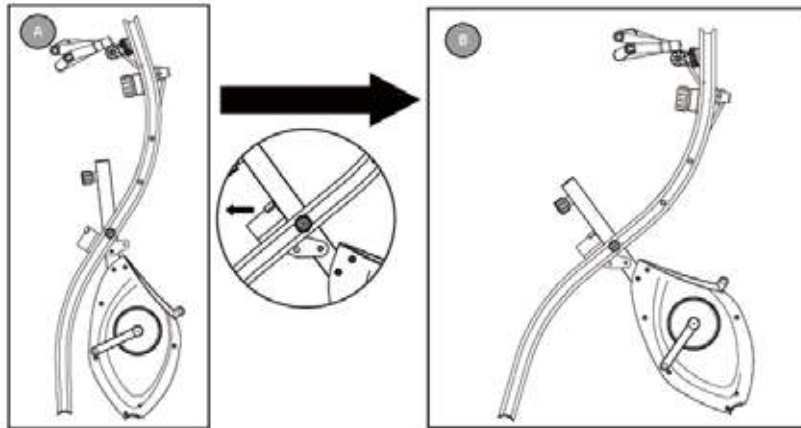


Größe (ausgeklappt)	68.5 x 40 x 110 cm
Größe (eingeklappt)	37 x 40 x 130 cm
Gewicht	14,2 kg
Material	Stahlrohr, Urethan, ABS-Harz

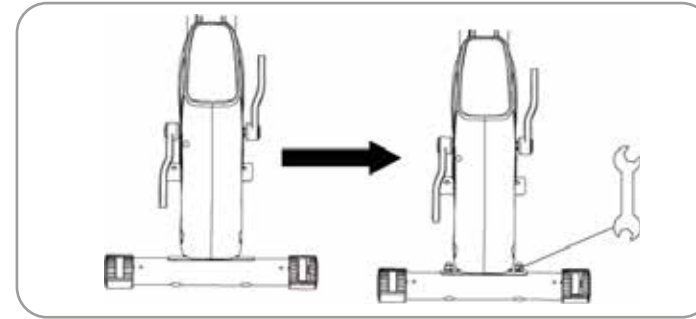
Die Anweisungen in der angegebenen Reihenfolge befolgen.

Bei der Montage Schutzhandschuhe tragen.

MONTAGE

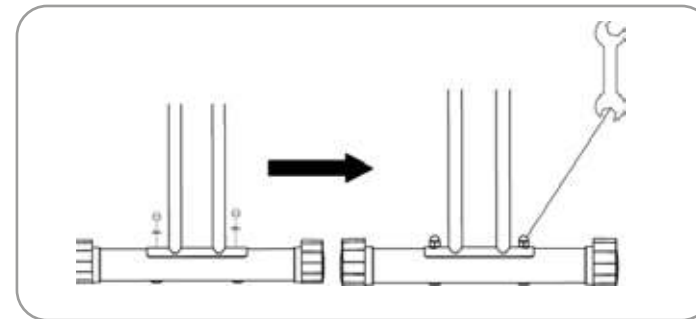


1. Hauptrahmen A und B zusammenbringen.
2. Vordere und hintere Stütze in der richtigen Reihenfolge anbringen. Die beiden Teile unterscheiden sich voneinander. Die Stütze mit den Rollen vorn anbringen. Muttern mit Unterlegscheiben mithilfe eines kleinen Schraubenschlüssels an der Stütze befestigen.



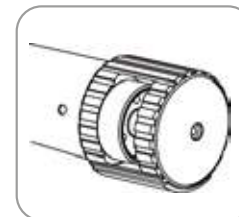
Stütze (vorn)

Die Bolzen an der vorderen Stütze zunächst von Hand und dann mit einem kleinen Schraubenschlüssel anziehen (siehe Abbildung).

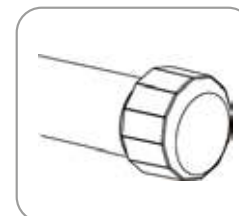


Stütze (hinten)

Die Bolzen an der hinteren Stütze zunächst von Hand und dann mit einem kleinen Schraubenschlüssel anziehen (siehe Abbildung).



An der vorderen Stütze befinden sich bewegliche Rollen und ein Aufkleber „Front“.

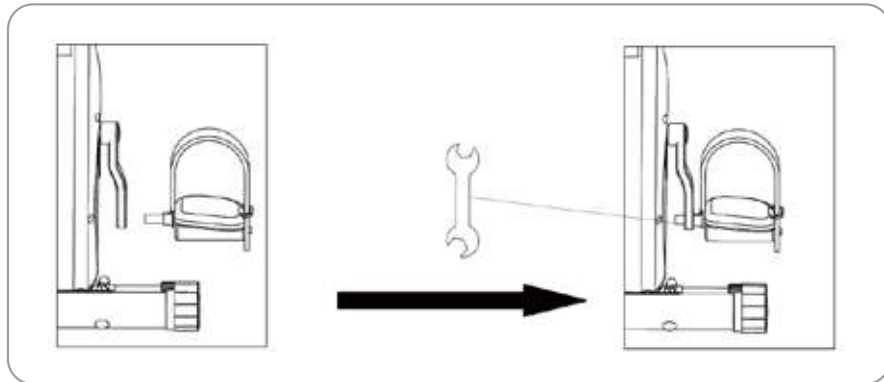


An der hinteren Stütze befinden sich horizontale Kappen und ein Aufkleber „Back“.

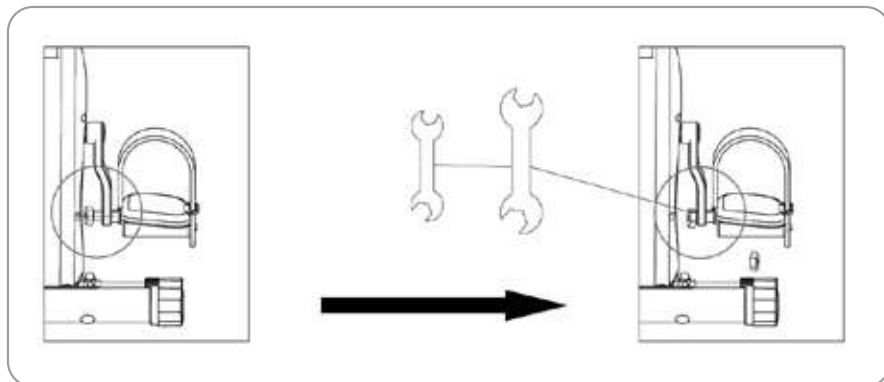
3. Das rechte Pedal an der rechten und das linke Pedal an der linken Seite anbringen.

Dafür einen kleinen Schraubenschlüssel verwenden (siehe Abbildung).

Das Pedal befestigen. Dazu den Pedalbolzen mit einem kleinen Schraubenschlüssel im Uhrzeigersinn in den Schlitz der Tretkurbel drehen.

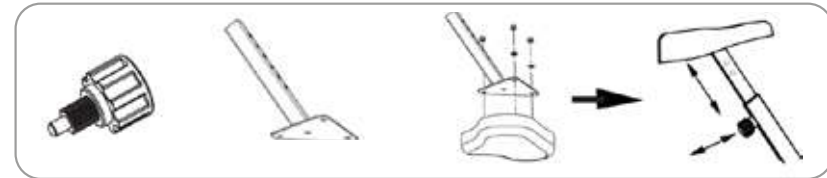


Mutter auf den Pedalbolzen aufsetzen. Den Pedalbolzen mit einem kleinen Schraubenschlüssel festhalten und dabei die Mutter mit einem großen Schraubenschlüssel im Uhrzeigersinn drehen.



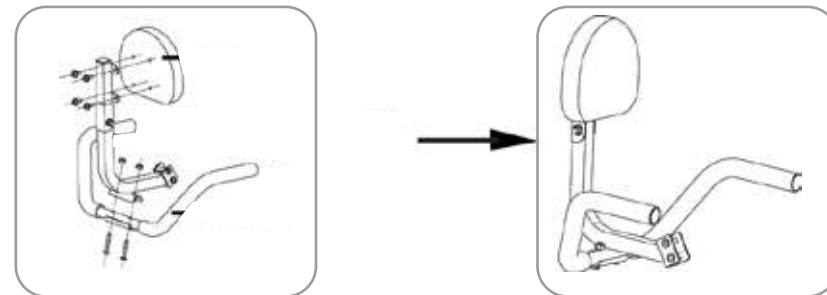
4. Sattel montieren

- Den Sattel in die Sattelstange setzen und die Schrauben anziehen (siehe Abbildung).
- Die Sattelstange mit dem Sattel mit dem Hauptrahmen verbinden und mit der Befestigungsschraube für den Sattel befestigen.
- Teile für die Montage des Sattels

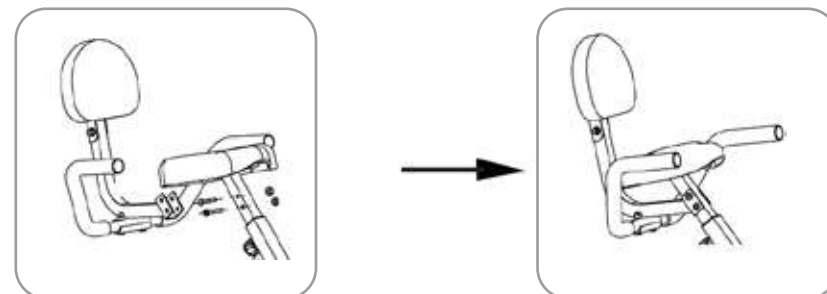


5. Rückenlehne montieren

- Der Griff und das Rückenlehnenpolster mit Bolzen und Muttern montieren (siehe Abbildung).

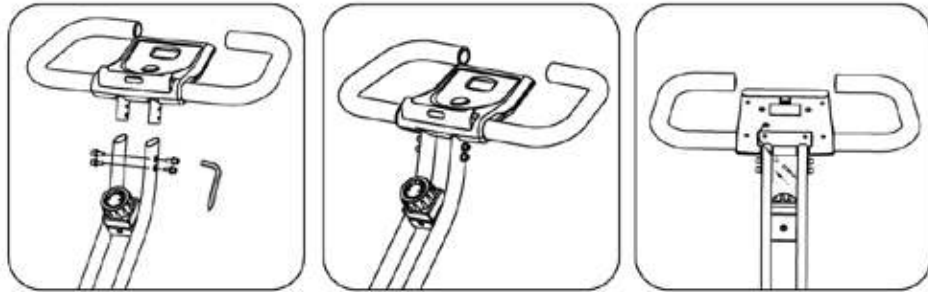


- Das zusammengebaute Rückenlehnenteil an der Halterung des Sitzkissens anbringen und mit Schrauben befestigen (siehe Abbildung).



6. LCD-Bildschirm und Steuer installieren

Den Monitor in die Schlitz am Hauptrahmen einsetzen und die Schrauben mit einem Inbusschlüssel anziehen.



BILDSCHIRM VERWENDEN

Auf dem Bildschirm werden Daten zu Ihrem Training angezeigt, u. a. Dauer, Geschwindigkeit, Entfernung, Kalorien und die Gesamtdistanz.

Funktionen der Taste

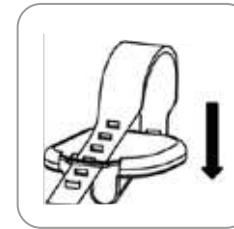
Durch mehrmaliges Drücken der Taste werden die Angaben in der folgenden Reihenfolge angezeigt:

[SCAN – TIME – SPEED – DISTANCE – CALORIE – ODO – P]

Wenn die Taste länger als 3 Sekunden gedrückt wird, werden sämtliche Inhalte initialisiert und es wird „0“ angezeigt.

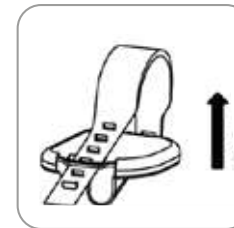
- **TIME:** Zeigt die Dauer des Trainings von 0,00 bis 99,99 Minuten.
- **SPEED:** Zeigt die aktuell gefahrene Geschwindigkeit an. Der Höchstwert beträgt 99,99.
- **DISTANCE:** Zeigt die zurückgelegte Entfernung von 0,00 bis 99,99 km an (in Schritten von 0,01 km).
- **CALORIES:** Zeigt die Summe der verbrannten Kalorien von 0 bis 9999 an (in Schritten von 1 Kal.).
- **ODO:** Zeigt die insgesamt zurückgelegte Entfernung von 0,00 bis 99,99 km an (in Schritten von 0,01 km).

TRAININGSEMPFEHLUNGEN



Straffen

Das Band nach unten ziehen und mithilfe der Schlitzte befestigen.



Lockern

Das Band nach oben ziehen und mithilfe der Schlitzte befestigen.

Es wird empfohlen, zwei Mal täglich 15 Minuten lang zu trainieren. Für die Pedalbelastung sollte dabei Stufe 5 bis 6 eingestellt sein.

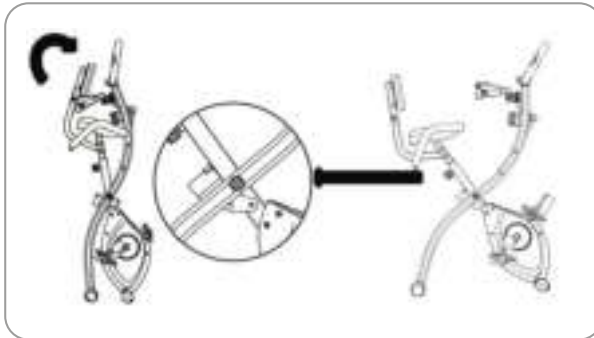
- Vor dem Training gut aufwärmen.
- Nach dem Training Dehnungsübungen machen, damit kein Muskelkater entsteht.

EIN-/AUSKLAPPEN

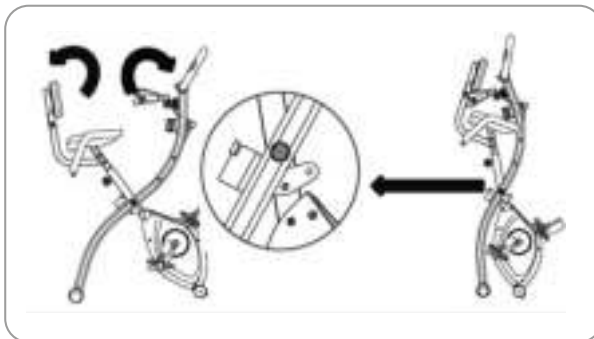
Den Hauptrahmen anheben und am Steuer sowie am Sattel ziehen, um das Gerät einzuklappen.

Beim Einklappen des Geräts den Sattel zur Rückenlehne hin bringen und ebenfalls einklappen.

AUSKLAPPEN



EINKLAPPEN



Vorsichtsmaßnahmen

Beim Einklappen des Geräts den Sattel in die höchste Position bringen und einklappen.

Garantie

Folgendes ist durch die Garantie nicht gedeckt:

1. Missbrauch und Zweckentfremdung
2. Absichtliches Zerkratzen und Beschädigen des Geräts
3. Normale Abnutzung

FEHLERBEHEBUNG

Problem	Mögliche Lösung
Das Steuer kann nicht am Hauptrahmen befestigt werden.	Die Befestigungsbolzen und Unterlegscheiben für das Steuer zunächst beidseitig mit der Hand und dann mit geeignetem Werkzeug anziehen.
Auf dem Bildschirm werden keine Werte angezeigt.	Prüfen, ob Plus- und Minuspol der Batterien korrekt ausgerichtet sind. Wenn dies der Fall ist und weiterhin nichts angezeigt wird, Batterien wechseln.
Die auf dem Bildschirm angezeigten Werte verändern sich nicht.	Prüfen, ob die Verbindungen zwischen Hauptrahmen und Bildschirm korrekt angebracht sind.
Befestigungsstift des Sattels kann nicht in den Hauptrahmen eingeführt werden.	Den Befestigungsstift in den richtigen Winkel bringen und erneut versuchen.
Pedale können nicht am Hauptrahmen befestigt werden.	Das rechte Pedal im Uhrzeigersinn und das linke Pedal gegen den Uhrzeigersinn drehen.





MOLINO

fit



Distributed by
OCG Retail
Eemnesserweg 11-10
1251 NA Laren
the Netherlands