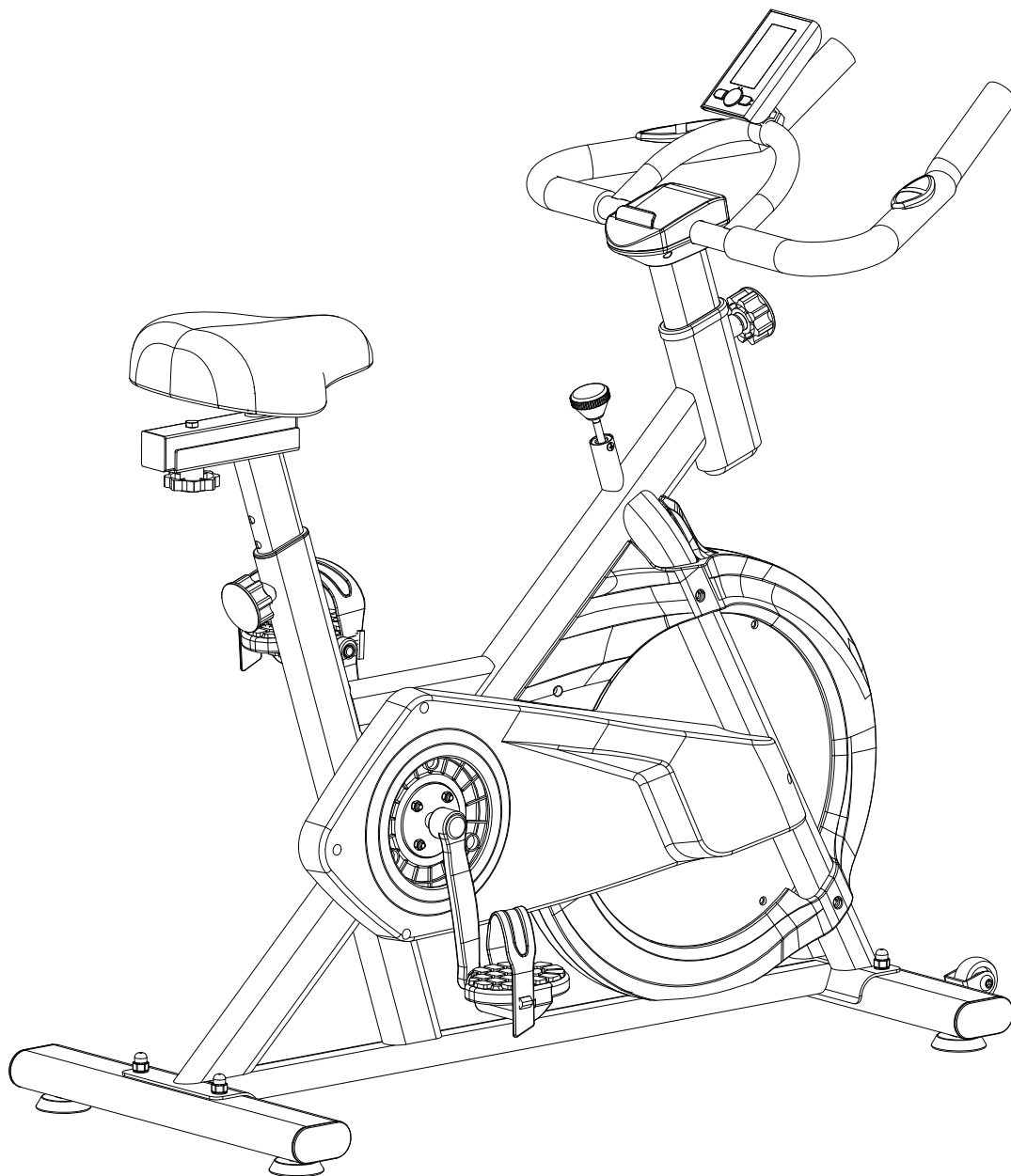


Soozier

IN230300032V01_CA

A90-193

EN



IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY

ASSEMBLY INSTRUCTION

Please read the User Manual carefully before using this product and retain for future reference.

Important Safety Instructions

Please read carefully prior to using this product.

You should consult a physician before beginning any exercise program including a program involving the use of the spin bike – this is especially important if you are pregnant, sick, injured or have a pre-existing medical condition. Your doctor's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure or cholesterol level. If whilst using the spin bike you feel dizzy, faint, short of breath, or any pain, **STOP** using the bike immediately and consult a physician.

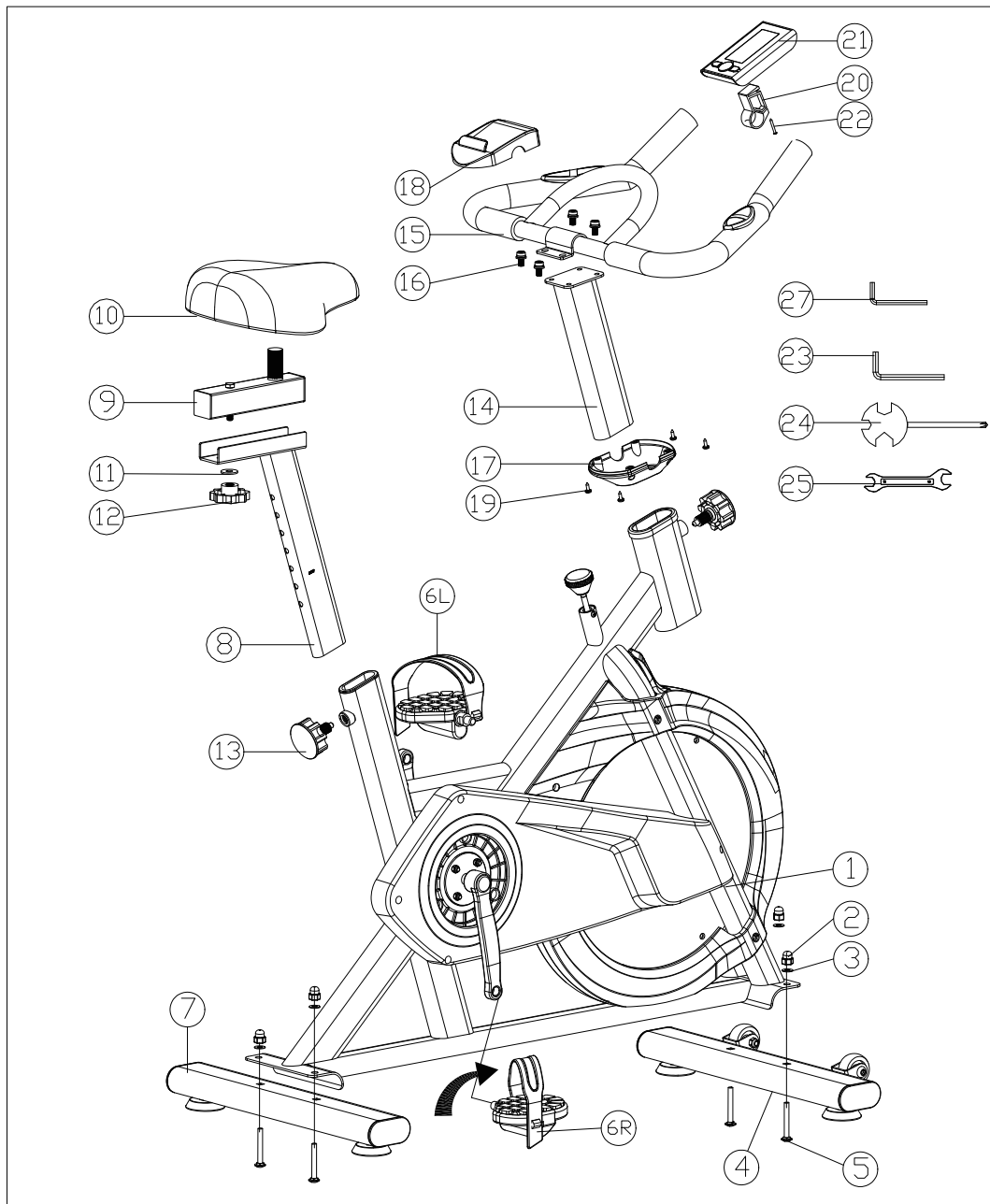
When using fitness equipment, you should follow normal safety procedures, especially if there are children or pets around.

1. Always place the bike flat on the ground in a dry clean area, to avoid placing the bike on thick carpet. For safety, the equipment should have at least 0.5 meter of free space all around it.
2. Adjust the front and back stabilizers each time you use the bike to ensure it's stable and level with the floor.
3. In the event the bike malfunctions, PUSH down on the red EMERGENCY STOP – the bike will stop immediately – contact the distributor for further instructions.
4. Never exceed the MAX or STOP mark when adjusting the handlebars and saddle, to ensure the adjustment locks are tight and secure.
5. Spinning pedals can cause injury and damage the bike – to reduce pedal speed, add resistance by turning the TENSION control.
6. Regular maintenance will prolong the life of your bike and prevent injury – refer to the Maintenance section below.
7. Always use proper lifting techniques and / or assistance when lifting or moving

the bike to avoid injury.

8. Never leave the bike unattended especially if there are young children around.
9. The Spin bike is not suitable for children under 14 years of age or for people with physical conditions unless supervised by an adult.
10. The maximum user weight for the bike is 120KG.
11. The Spin bike is designed for home use only and should only be used indoors in a clean dry area.

EXPLODED VIEW



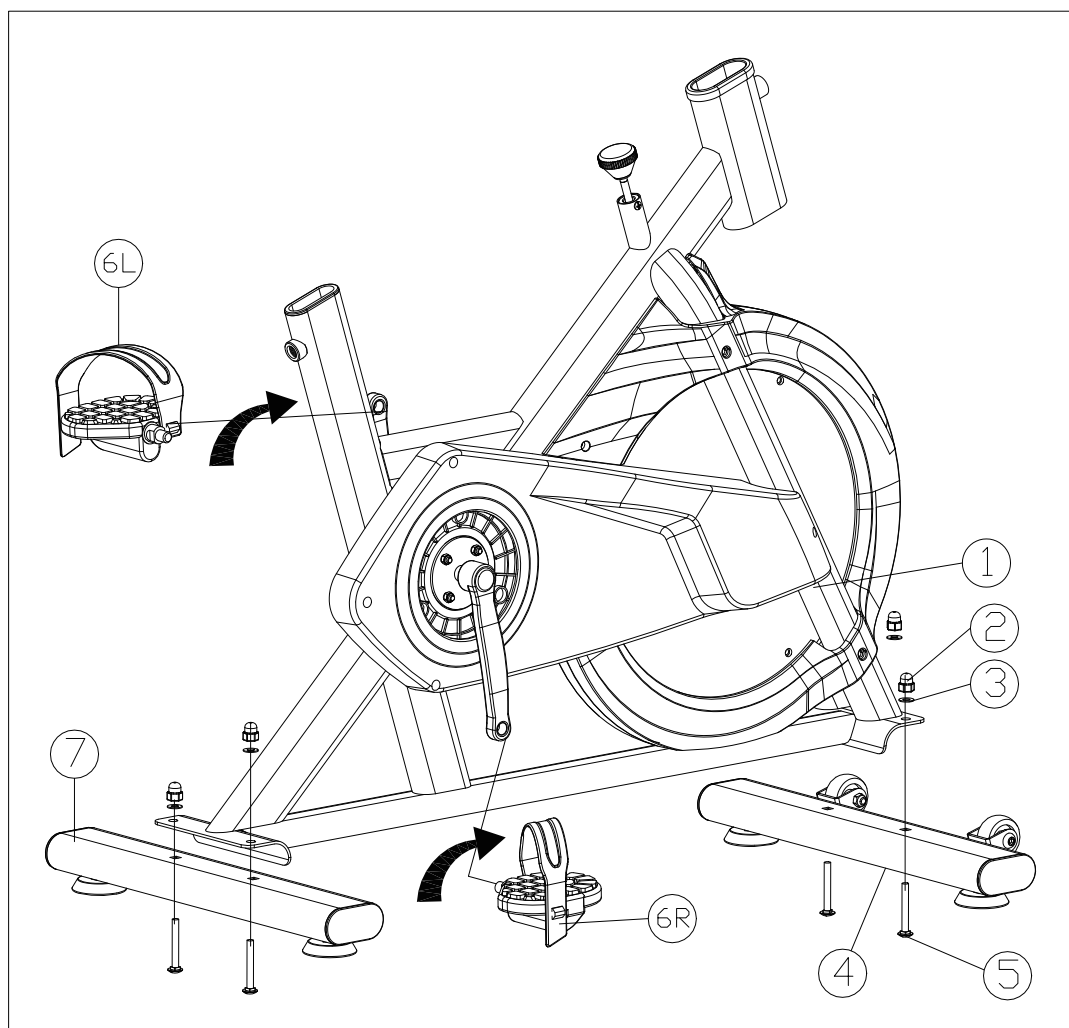
PART LIST

NO.	DESCRIPTION	No.	DESCRIPTION
1	main frame	14	handlebar supporting tube
2	M8 nut	15	Handle bar
3	Flat gasket	16	Combination screw
4	front stabilizer	17	Phone holder under part
5	M5x45 carriage screws	18	Phone holder upper part
6	Pedal L/R	19	Cross Tapping screw
7	rear stabilizer	20	Monitor holder
8	seat supporting tube	21	Monitor
9	seat sliding set	22	Tapping screw
10	Seat	23	6mm Allen wrench
11	gasket	24	Multi-function screwdriver.
12	M10 knob	25	Wrench
13	M16 knob		

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

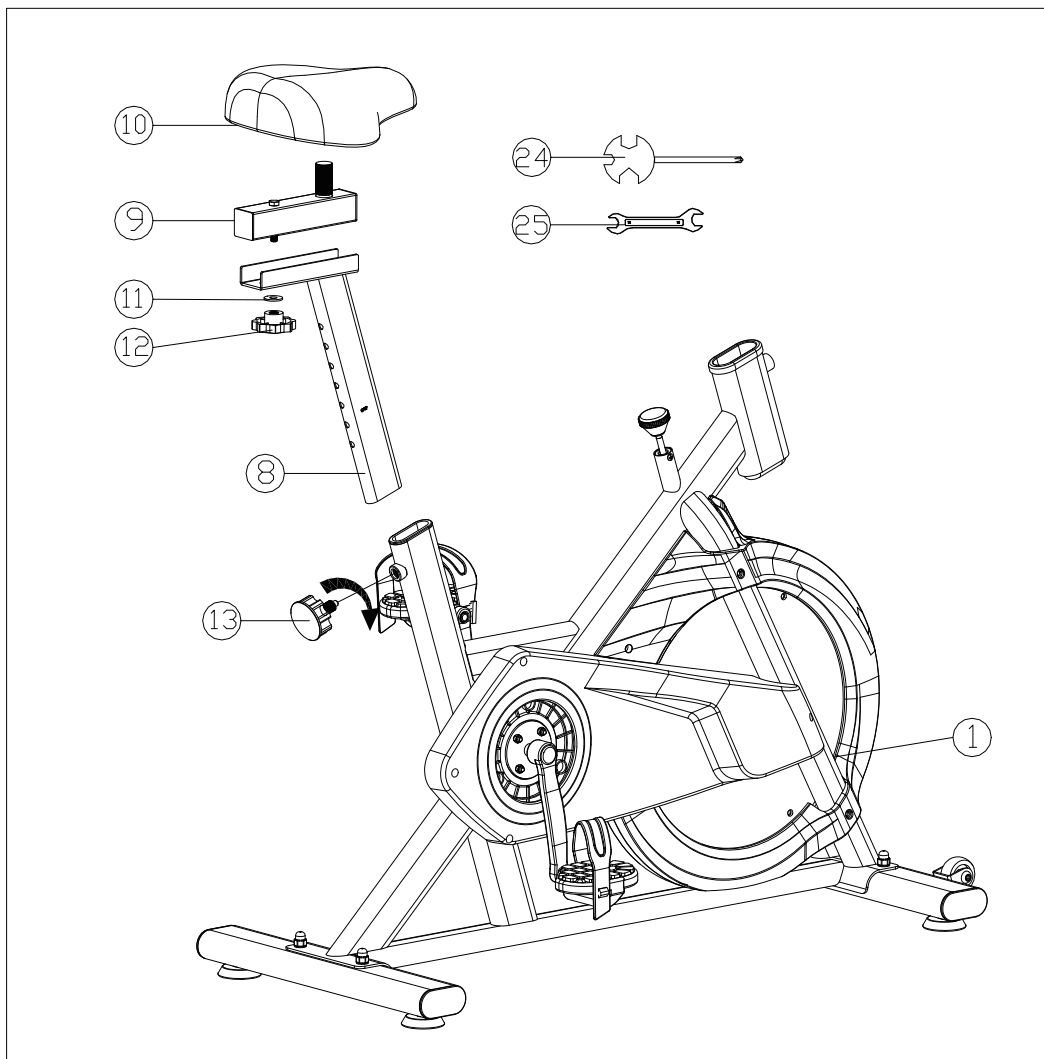
STEP 1 and 2

1. Fix the front stabilizer (4) and the rear stabilizer (7) to the main frame (1).
2. Lock into the proper place with the bolts (05), washers (03) and nuts (02) provided – see the illustrations.
3. Firmly fix the pedal marked L (4) to the crank arm marked L (16) in an anti-clockwise direction until tight. fix the pedal marked R (4) to the crank arm marked R (16) in a clockwise direction until tight – see the illustration.



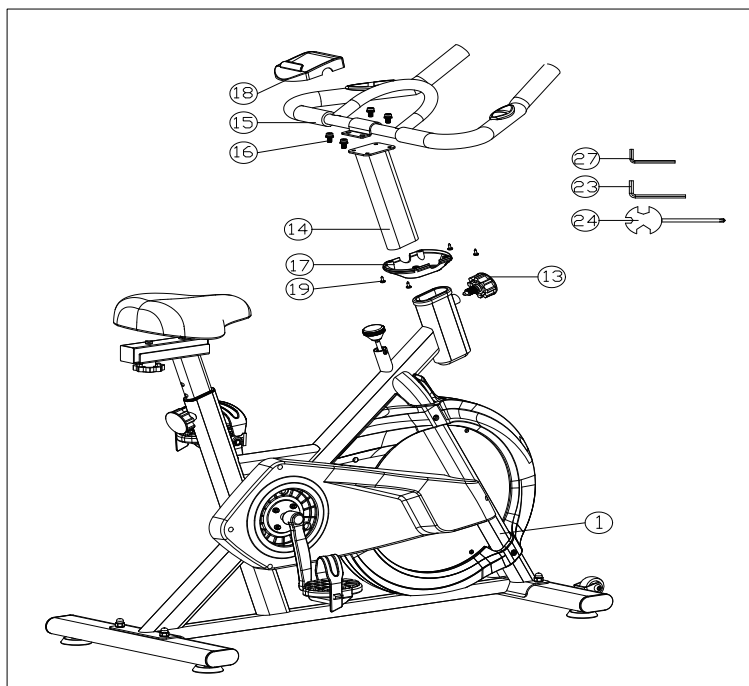
STEP 3 and 4 and 5

1. Fix the seat supporting tube (8) into the main frame (1), to tighten it with the adjustable knob (13), then slide the seat sliding set (9) into the seat supporting tube (8), to lock in with the adjustable knob (12).
2. Now fix the seat (5) into the seat sliding set (9), to screw the nut of the seat until tight.



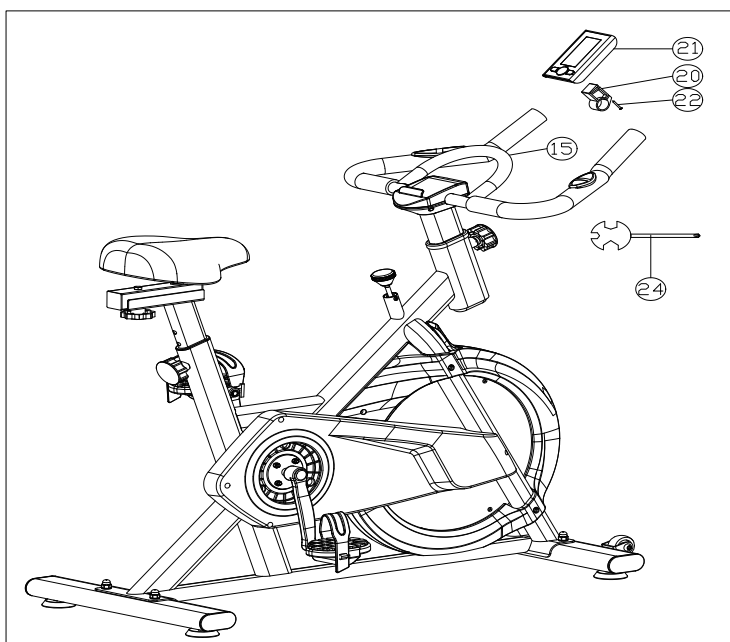
STEP 6 and 7

1. Fix the handlebar (15) to the handlebar supporting tube (14) with the provided bolts and washers. then install the phone holder under part(19) to the handle supporting tube(14) and lock the tube with the adjustable knob (13). Finally , tighten the screws of the upper and under parts of the phone holder.
2. Lock the monitor (20) into the handlebar (14), then insert the monitor holder (20) into the flute on the back of the monitor(21) – see the illustration. Then remember to load the button battery, and connect the computer wire to the monitor – see the illustration.



STEP 8

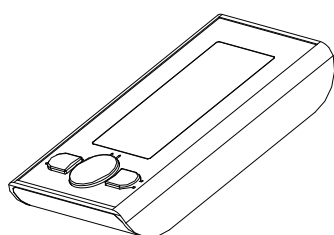
1. Lock the monitor (20) into the handlebar (14), then insert the monitor holder (20) into the flute on the back of the monitor(21) – see the illustration. Then remember to load the button battery, and connect the computer wire to the monitor – see the illustration.



Most Important

After all above steps finished, the most important is to make sure all the bolts and parts are securely fixed before you are riding on the bike.

COMPUTER OPERATING INSTRUCTIONS



SCAN	Scans all functions – TIME, SPEED, DISTANCE, TOTAL DIST, PULSE, CALORIES
TIME	Displays work out time lapse while exercising
SPEED	Displays the current speed
DISTANCE	Displays the distance while exercising
RMP	Show the number of rotations per minute
PULSE	Displays your heart rate
CALORIES	Displays the calories you have burned

1. You will need one button battery (provided) to operate the Computer.
2. To select the function you want, press the MODE button and then select the function of choice from the table above.
3. To reset the Computer, hold down the MODE button for 4 seconds.
4. The Computer will automatically turn off after 4 minutes when the bike is not in use. Press any key to restart.
5. To monitor your heart rate, place your thumbs on the heart rate sensor for a few seconds and check the display.
6. If there is an improper display on the Computer, please replace both batteries with new ones at the same time.

If you have any questions, please contact our customer care center.
Our contact details are below:



416-792-6088



customerservice@aosom.ca

Imported by Aosom Canada Inc.

1251 Tapscott Road, Unit 101, Scarborough, Ontario Canada M1X 1S9

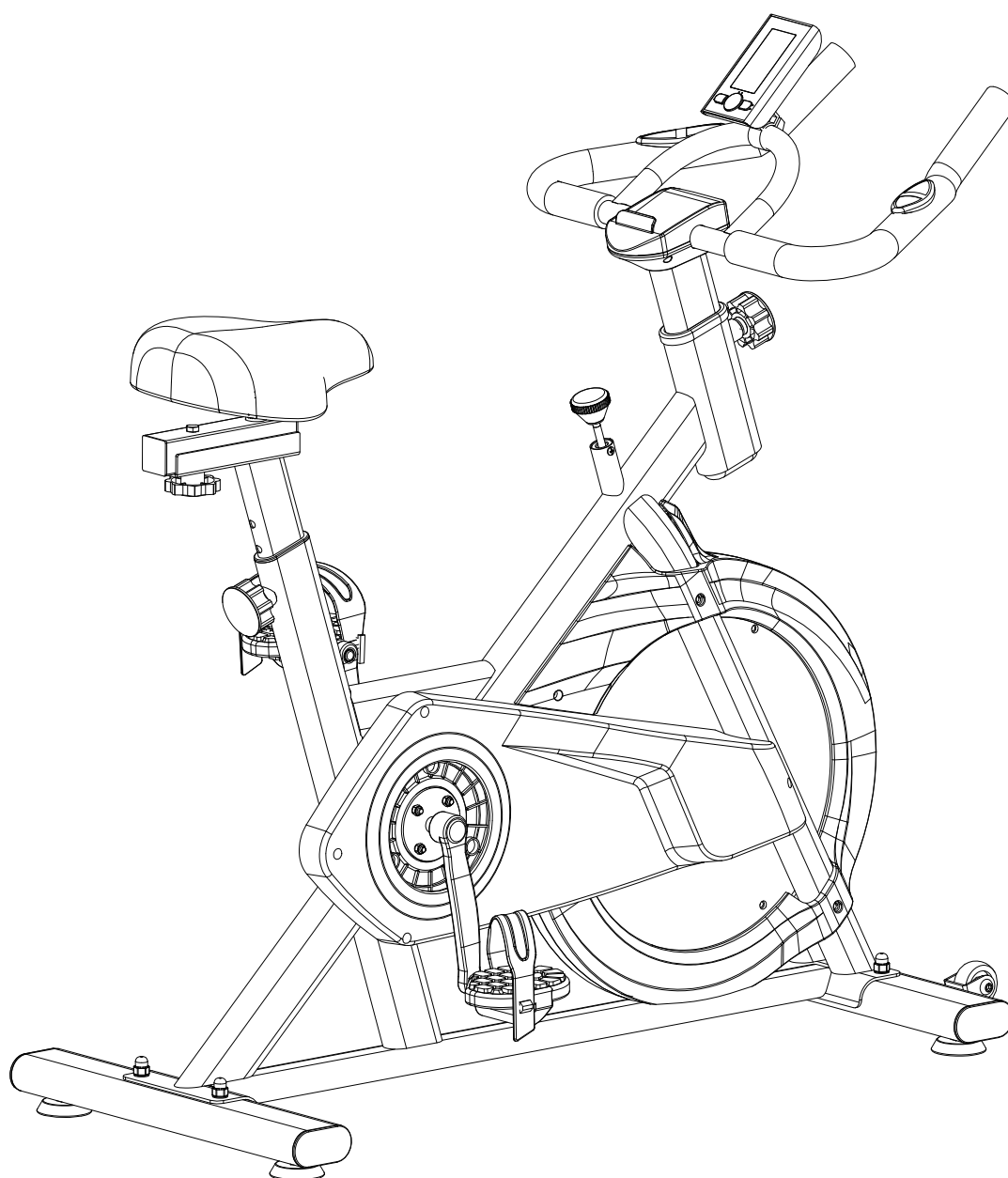
MADE IN CHINA

Soozier

IN230300032V01_CA

A90-193

FR



IMPORTANT - CONSERVEZ CES INFORMATIONS
POUR VOTRE CONSULTATION ULTÉRIEURE: LISEZ ATTENTIVEMENT

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Veillez lire le manuel de l'utilisateur attentivement avant d'utiliser ce produit et de conserver pour référence future.

Consignes de sécurité importantes

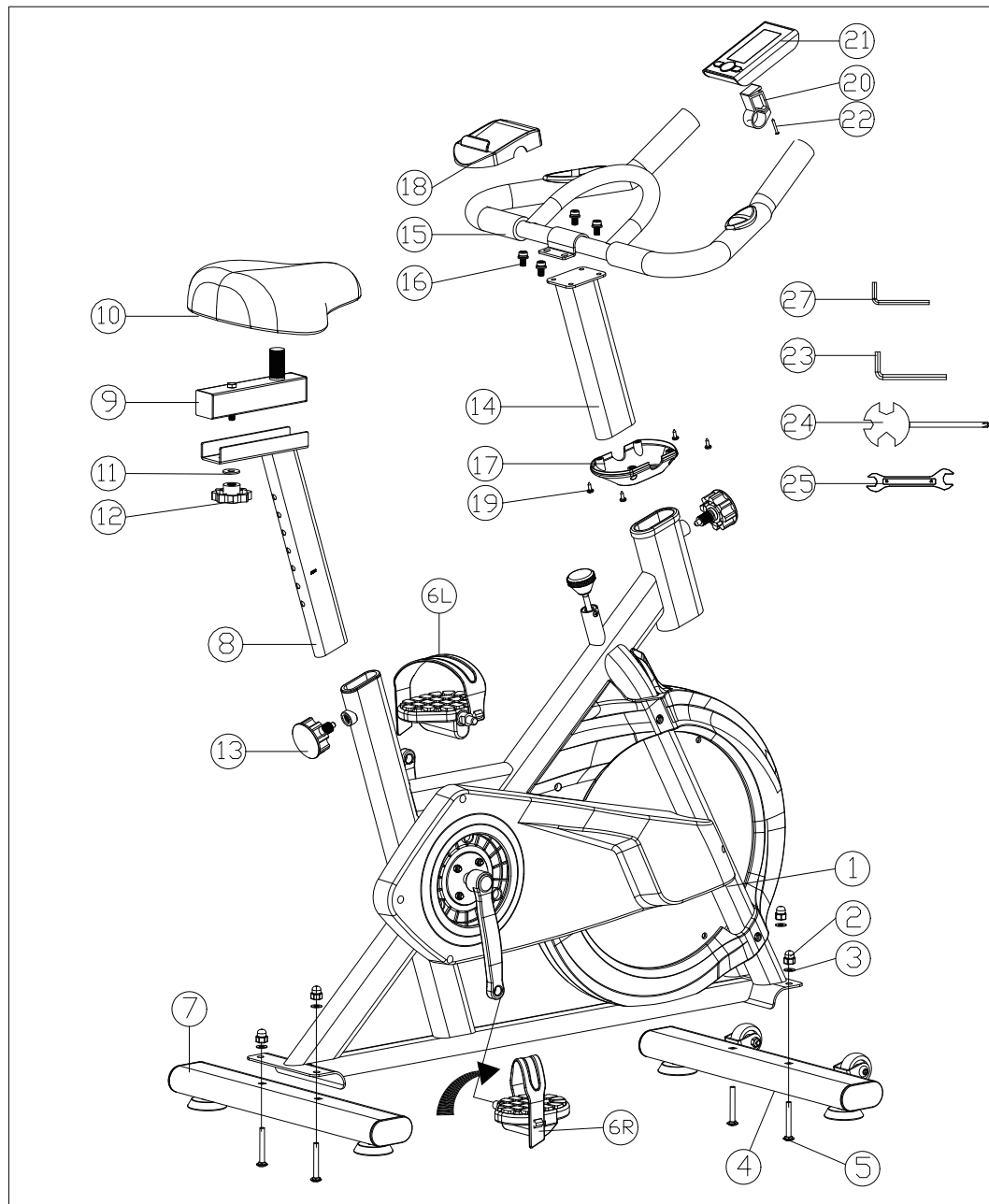
Veillez lire attentivement avant d'utiliser ce produit.

Vous devriez consulter un médecin avant de procéder à tout programme exercice, y compris un programme impliquant l'utilisation du vélo d'appartement - ceci est particulièrement important si vous êtes enceinte, malade, blessée ou avez une condition médicale préexistante. Les conseils de votre médecin sont essentiels si vous prenez des médicaments qui vous affectent la fréquence cardiaque, la pression artérielle ou le taux de cholestérol. Si tout en utilisant le vélo de sport vous sentez étourdi, faible, essoufflé, ou toute douleur, ARRÊTEZ d'utiliser le vélo immédiatement et consultez un médecin.

Lorsque vous utilisez de l'équipement de conditionnement physique, vous devez suivre les procédures de sécurité normales, en particulier s'il y a des enfants ou des animaux domestiques.

1. Placez toujours le vélo à plat sur le sol dans une zone propre et sèche afin d'éviter de placer le vélo sur un tapis épais. Pour des raisons de sécurité, l'équipement doit avoir au moins 0,5 mètre d'espace libre autour de l'équipement.
2. Ajustez les stabilisateurs avant et arrière chaque fois que vous utilisez le vélo pour s'assurer qu'il soit stable et à niveau avec le sol.
3. Dans le cas où la moto fonctionne mal, APPUYEZ vers le bas sur le rouge EMMERGENCY STOP - la moto s'arrêtera immédiatement - contactez le distributeur pour d'autres instructions.
4. Ne dépassez jamais la marque MAX ou STOP lors de l'ajustement du guidon et de la selle, pour vous assurer que les verrous d'ajustement sont serrés et sécurisés.
5. Faire patiner les pédales peut causer des blessures et endommager le vélo - pour réduire la vitesse de la pédale, ajoutez de la résistance en tournant le contrôle de TENSION.
6. Un entretien régulier prolongera la durée de vie de votre vélo et préviendra les blessures, consultez la section Maintenance ci-dessous.
7. Utilisez toujours les techniques de levage appropriées et/ou un aide lors du levage ou du déplacement du vélo pour éviter les blessures.
8. Ne laissez jamais le vélo sans surveillance surtout s'il y a de jeunes enfants.
9. Le vélo de sport ne convient pas aux enfants de moins de 14 ans ou aux personnes souffrant de troubles physiques à moins d'être supervisés par un adulte.
10. Le poids maximum de l'utilisateur pour le vélo est de 120KG.
11. Le vélo de sport est conçu pour un usage domestique uniquement et ne doit être utilisé à l'intérieur dans une zone propre et sèche.

VUE ECLATEE



LISTE DE PIECES

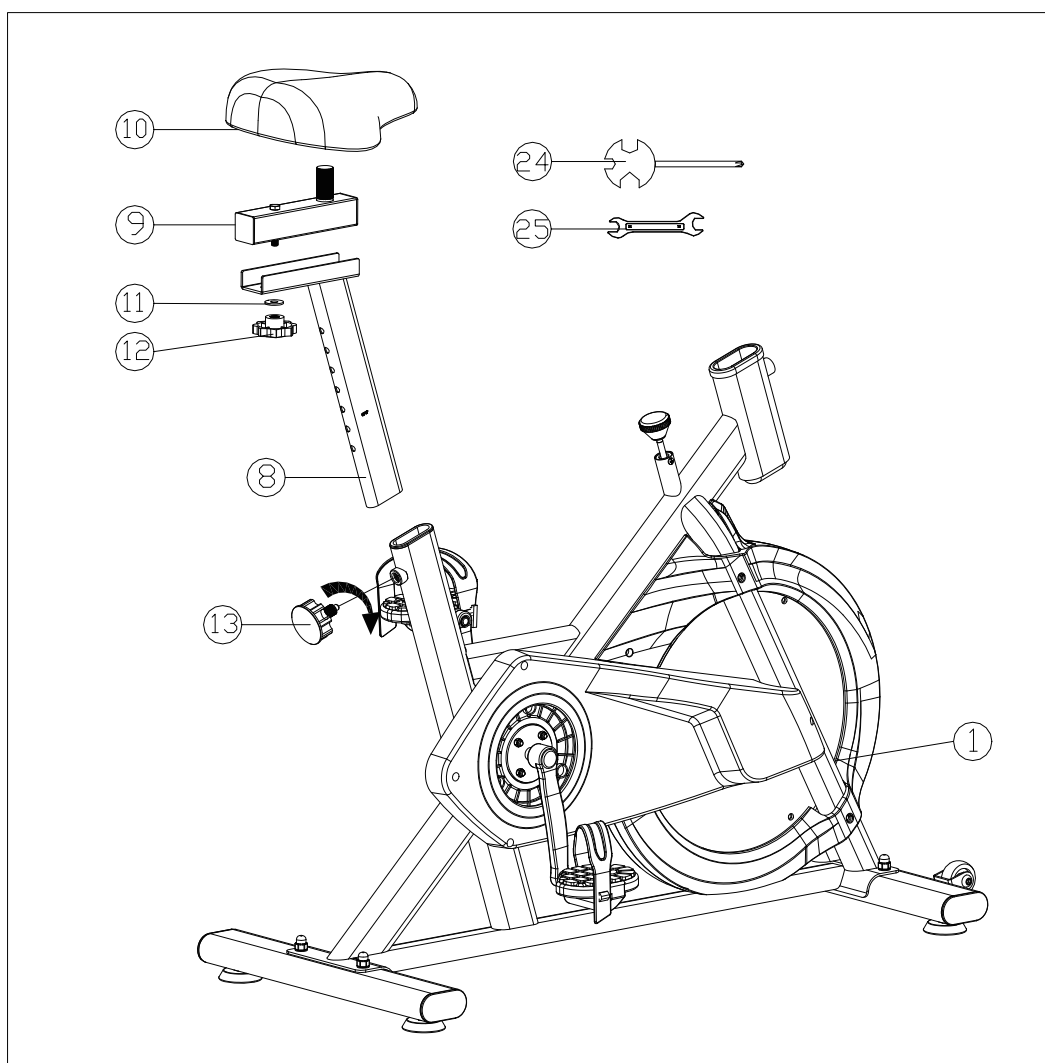
NO.	Description	NO.	Description
1	Cadre principal	14	Tube de support de guidon
2	Écrou M8	15	Guidon
3	Joint plat	16	Vis de combinaison
4	Stabilisateur avant	17	Porte téléphone sous partie
5	Vis de chariot M5x45	18	Support téléphone supérieur
6	Pédale G/D	19	Vis à tôle
7	Stabilisateur arrière	20	Support de moniteur
8	Tube de soutien de siège	21	Moniteur
9	Ensemble coulissante de siège	22	Vis auto taraudeuse
10	Siège	23	Clé Allen 6 mm
11	Joint	24	Tournevis multifonctionnel
12	Bouton M10	25	Clé
13	Bouton M16		

ÉTAPE 1 et 2

-

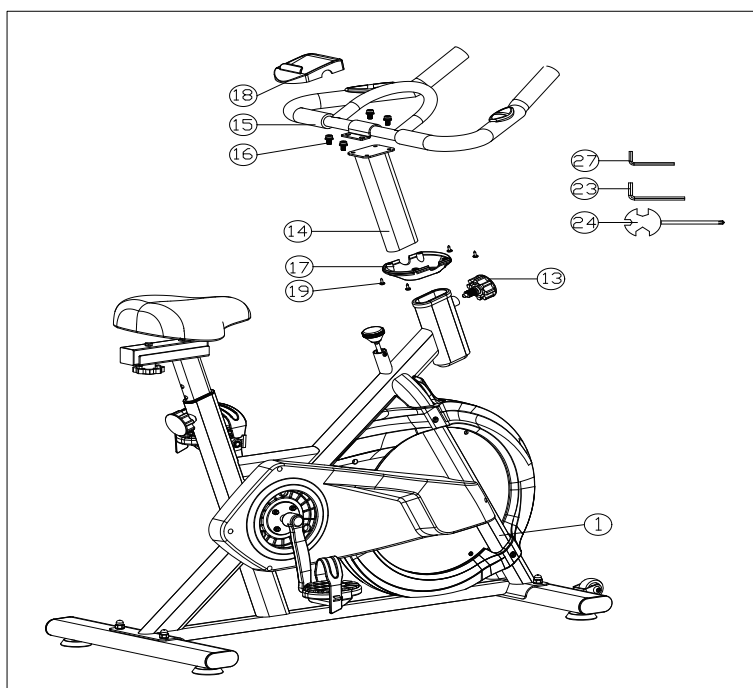
ÉTAPES 3 et 4 et 5

1. Fixez le tube de support du siège (8) dans le cadre principal (1), serrez-le avec le bouton réglable (13), puis mettez l'ensemble coulissant de siège (9) dans le tube de support du siège (8) pour le verrouiller avec le bouton réglable (12).
2. Fixez le siège (5) dans l'ensemble coulissant de siège (9), vissez l'écrou du siège jusqu'à ce qu'il soit serré.



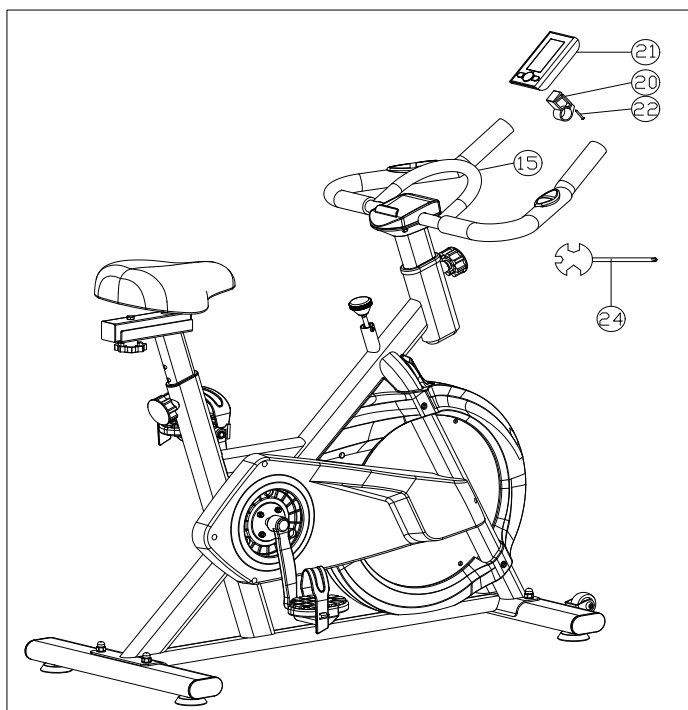
ÉTAPE 6 et 7

1. Fixer le guidon (15) au tube de support du guidon (14) avec les boulons et les rondelles fournis. Puis fixez le support de téléphone sous la partie (19) sur le tube de support de poignée (14), et verrouillez le tube avec le bouton réglable (13). Enfin, serrez les vis de la partie supérieure et sous les parties du support de téléphone.
2. Verrouillez le moniteur (20) dans le guidon (14), puis insérez le support du moniteur (20) dans la flûte à l'arrière du moniteur (21) - voir l'illustration. Ensuite, n'oubliez pas de charger la batterie bouton, et de connecter le fil de l'ordinateur à l'écran - voir l'illustration.



ÉTAPE 8

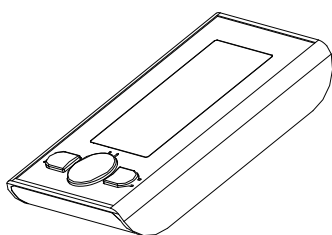
1. Verrouillez le moniteur (20) dans le guidon (14), puis insérez le support du moniteur (20) dans la flûte à l'arrière du moniteur (21) - voir l'illustration. Ensuite, n'oubliez pas de charger la batterie bouton, et de connecter le fil de l'ordinateur à l'écran - voir l'illustration.



Le plus important

Après toutes les étapes ci-dessus terminées, le plus important est de s'assurer que tous les boulons et les pièces sont fixés en toute sécurité avant que vous rouliez sur le vélo.

INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT DE L'ORDINATEUR



SCANNAGE	Scanne toutes les fonctions - TEMPS, VITESSE, DISTANCE, DISTANCE TOTALE, IMPULSION, CALORIES
TEMPS	Les affichages travaillent sur le laps de temps tout en faisant de l'exercice
VITESSE	Affiche la vitesse actuelle
DISTANCE	Affiche la distance pendant l'exercice
RMP	Affiche le nombre de rotations par minute
IMPULSION	Affiche votre fréquence cardiaque
CALORIES	Affiche les calories que vous avez brûlées

1. Vous aurez besoin d'une batterie bouton (fourni) pour faire fonctionner l'ordinateur.
2. Pour sélectionner la fonction que vous voulez, appuyez sur le bouton MODE, puis sélectionnez la fonction de choix à partir de la table ci-dessus.
3. Pour réinitialiser l'ordinateur, maintenez le bouton MODE pendant 4 secondes.
4. L'ordinateur s'éteint automatiquement après 4 minutes lorsque le vélo n'est pas utilisé. Appuyez sur n'importe quelle clé pour redémarrer.
5. Pour surveiller votre fréquence cardiaque, placez vos pouces sur le capteur de fréquence cardiaque pendant quelques secondes et vérifiez l'écran.
6. S'il y a un affichage incorrect sur l'ordinateur, Veuillez remplacer les deux batteries par de neuves en même temps.

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle. Nos coordonnées sont les suivantes:



416-792-6088



customerservice@aosom.ca

Importé par Aosom Canada Inc.

1251 Rue Tapscott, Unité 101, Scarborough, Ontario Canada M1X 1S9

FABRIQUÉ EN CHINE