



IN231000164V01\_ES

**A90-177V01**



IMPORTANTE - CONSERVE ESTA INFORMACIÓN  
PARA SU CONSULTA POSTERIOR: LEER DETALLADAMENTE

**INSTRUCCIONES DE MONTAJE**

## 1. Precauciones de seguridad

Gracias por comprar este producto. Úselo de forma segura y correcta después de leer apropiadamente el manual de instrucciones.

- Asegúrese de revisar si todos los pernos de sujeción y pasador de alineación y las tuercas están bien apretados antes de usar el producto.
- Evite que el producto se humedezca para evitar la oxidación y daños.
- No desmonte ni remodele para evitar daños en el producto.

△ Por favor no instale ni guarde el producto en los siguientes lugares.

- Superficies desiguales
- Lugares que no están bien ventilados; área húmeda o polvorienta.
- Lugares con temperaturas extremadamente altas y bajas.

△ Por favor no coloque sustancias extrañas en el producto.



## **2. Precauciones de uso.**

- El uso del producto por parte de las siguientes personas está prohibido:
- Personas que requieren reposo en cama incluidas mujeres embarazadas, mujeres que tienen períodos, personas con fiebre y fatiga, personas con insuficiencia cardíaca y enfermedades bronquiales.
- Personas a quienes el médico les prohíbe hacer ejercicio.
- Personas que pesan más de 120 kilogramos.
- Por favor no permita que los niños utilicen el producto sin la supervisión de un adulto.
- No use el producto en una posición de pie.
- Por favor use ropa adecuada para el ejercicio.
- Asegúrese de estar en buenas condiciones calentando 5 minutos antes de usar el producto.
- Cuando la frecuencia cardíaca aumente rápidamente y experimente dificultad para respirar, descontinúe el uso de este producto. Consulte a un médico antes de usar de nuevo.

### 3. Por favor revise las siguientes cosas antes de ensamblar.

Por favor revise si las siguientes partes están incluidas antes de ensamblar.

1. Cuerpo principal 	
2. Marco de soporte (Delantero, Trasero)  Las tuercas, arandelas y ruedas delanteras son colocadas en el marco.	3. Manubrio, Monitor. 
4. Pedales derechos e izquierdos. 	5. Asiento / Marco del asiento.  Asiento      Marco del asiento
6. Herramientas  Llave Pequeña Llave Hexagonal	7. Perno de fijación para la altura del asiento. 

#### 4. Vista de partes ensambladas



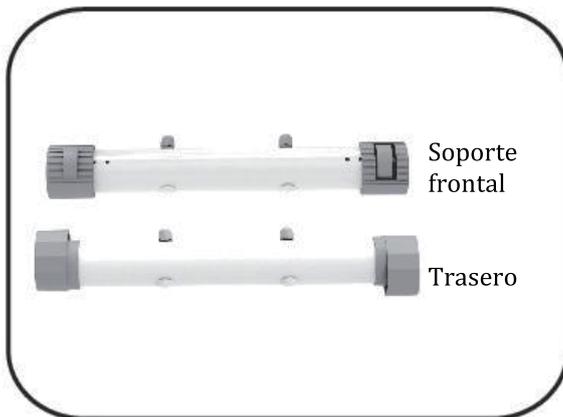
Tamaño (Desplegado)	68.50 * 40 * 110 cm
Tamaño (Plegado)	37 * 40 * 130 cm
Peso.	14.2 kg.
Material.	Tubo de Acero, Uretano, Resina ABS.

## 5. Secuencia de ensamblaje.

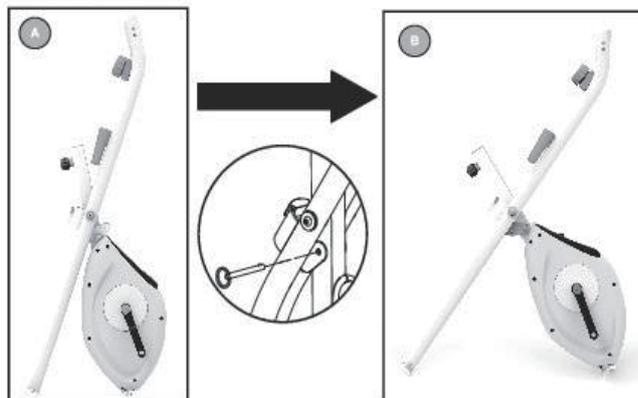
### Precauciones en el ensamblaje

Por favor siga las instrucciones en orden.  
Por favor use guantes para proteger sus manos mientras ensambla.

Herramientas necesarias para conectar el soporte frontal y el soporte trasero.

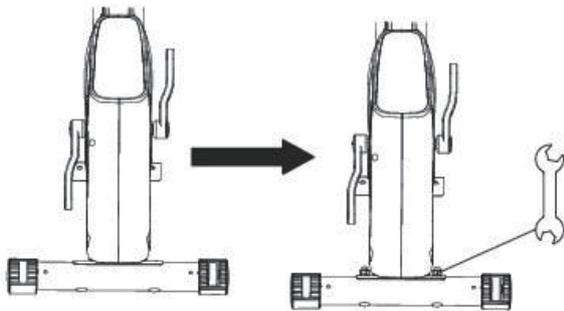


1. Por favor extienda el cuerpo principal A y B juntos.



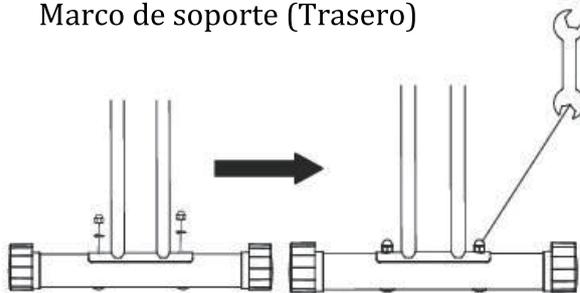
2. Por favor ensamble los marcos de soporte delanteros y traseros en orden. Los marcos de soporte delantero y trasero se pueden distinguir. Instale el marco con ruedas en el frente. Fije las tuercas y arandelas en el marco con una llave pequeña.

### Marco de soporte (Frontal)

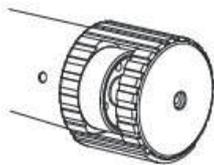


Primero, como se muestra en la imagen, por favor fije los pernos en el marco frontal con su mano, después, hagalo de nuevo con una llave pequeña.

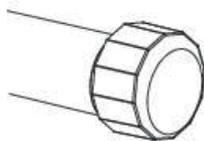
### Marco de soporte (Trasero)



Como se muestra en la imagen, por favor fije los pernos en el marco trasero con su mano, después, hagalo de nuevo con una llave pequeña.



Ruedas móviles y una calcomanía frontal son colocadas en el marco frontal.

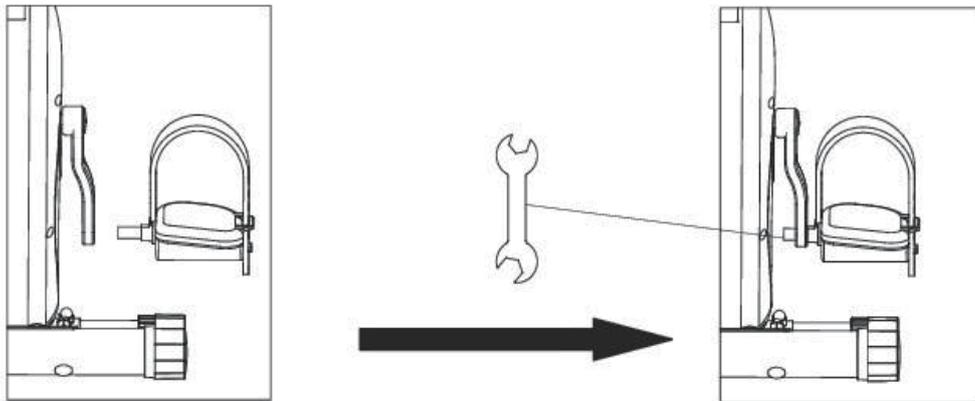


Casquillos horizontales y una calcomanía trasera son colocados en el marco trasero.

3. Por favor coloque el pedal derecho en el lado derecho, mientras el pedal izquierdo en el lado izquierdo.  
Por favor ensamble con una llave pequeña como se muestra en la imagen

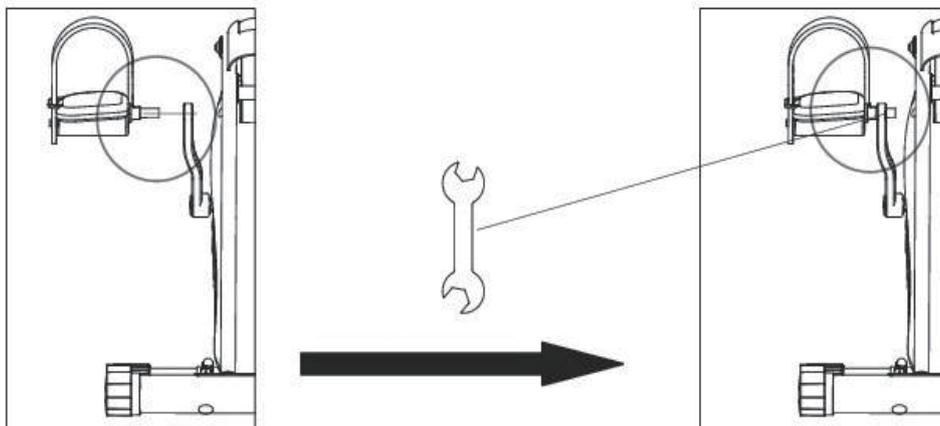
#### **Pedal derecho**

Fije el pedal derecho girando el perno del pedal en la manivela en sentido de las agujas del reloj con una llave



#### **Pedal izquierdo**

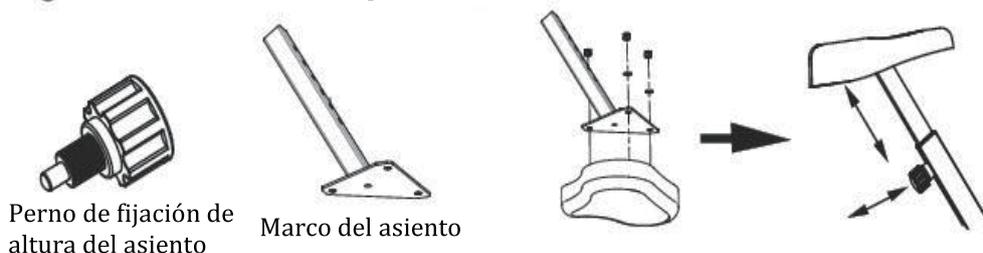
Fije el pedal izquierdo girando el perno del pedal en la manivela en sentido contrario a las agujas del reloj con una llave



#### 4. Ensamblaje del asiento

- Como se muestra en la imagen, por favor inserte el asiento en el marco del asiento y apriete el nivel.
- Por favor conecte el marco del asiento ensamblado al cuerpo principal y fíjelo con el perno de fijación de altura del asiento.

○ Herramientas necesarias para ensamblar el asiento.



#### 5. Instalación del monitor LCD y manija.

Conecte el monitor a la ranura del cuerpo principal inferior y apriete el tornillo con una llave hexagonal.

∴ Herramientas necesarias:

○ Como instalar el monitor LCD y el manubrio.

Llave Allen

Monitor

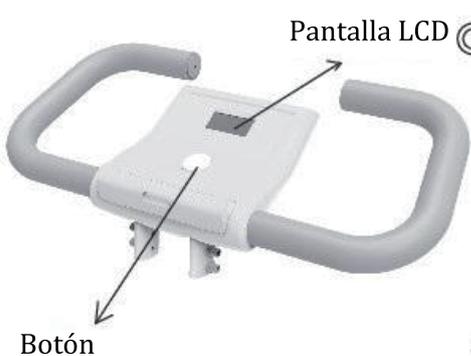
1. Por favor inserte el manubrio en el cuerpo principal como se muestra en la imagen.

◀ El monitor y el manubrio son ensamblados. Por favor afloje el perno conectado al monitor y conéctelos de acuerdo a la imagen.

2. Por favor mueva todas las instrucciones a la izquierda e imágenes a la derecha.

## 6. Como usar el monitor.

Puede tener el control de estado de su ejercicio de tiempo, velocidad, distancia, calorías y la distancia total se muestra en la pantalla



Pantalla LCD



Descripción del botón

Botón

Si continua presionando el botón, las funciones son seleccionadas en orden de [ESCANEADO - TIEMPO - VELOCIDAD - DISTANCIA - CALORIAS -

Si presiona el botón por más de 3 segundos, todo el contenido se volverá a mostrar en "0"

### Funciones.

- **ESCANEADO [Conversión automática]:** Todas las funciones son cambiadas en el orden de abajo y la conversión automática es hecha cada 5 segundos.

**TIEMPO - VELOCIDAD - DISTANCIA - CALORIAS - ODOMETRO [Total]**

- ⇒ **TIEMPO:** Muestra el periodo total de su ejercicio en un rango de 0.00 minutos a 99.9 minutos.
- ⇒ **VELOCIDAD:** Muestra la velocidad actual el máximo mostrado es de 99.9.
- ⇒ **DISTANCIA:** Muestra la distancia que se ejercita en un rango de 0.00 a 99.99 km y se incrementa por 0.01
- ⇒ **CALORIAS:** Muestra el total de calorías quemadas en un rango de 0 a 9999 y se incrementa por 1 caloría
- ⇒ **ODOMETRO [Distancia total]:** Muestra la distancia que se ejercita en un rango de 0.00 a 99.99 km y se incrementa por 0.01.

## 7. Consejo de entrenamiento [Entrenamiento]



Cuando apriete

Por favor jale la banda hacia abajo y colóquela en la ranura insertándola.



Cuando afloje

Por favor jale la banda hacia arriba y colóquela en la ranura insertándola.

## 8. Consejo de entrenamiento

Es apropiado ejercitarse por 15 minutos dos veces por día.

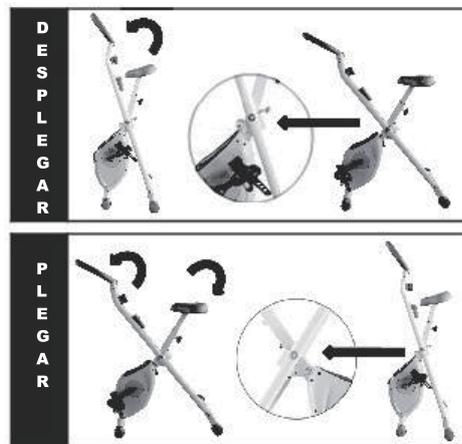
Para el control de carga del pedal, es mejor ejercitarse configurando de 5 – 6 etapas

- Caliente a fondo antes de ejercitarse.
- Después de ejercitarse, es recomendable estirarse para prevenir dolor en los músculos.

### ⊙ Como plegar / desplegar

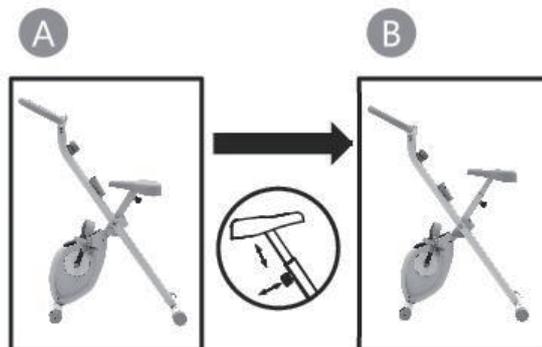
Por favor levante el cuerpo principal sosteniendo el manubrio y asiento y jálelos para plegar el producto

- Cuando pliegue el producto por favor asegúrese de colocar en posición lo más cerca el asiento hacia atrás y pliegue.



### ✘ Precauciones

Cuando pliegue el producto, por favor fije el asiento a la posición mas alta y pliéguelo.



## ☉ Guía de Solución de Problemas

Síntomas	Lista de Revisión
Cuando no puede conectar el manubrio al cuerpo principal.	Para los pernos de fijación y arandelas del manubrio, por favor temporalmente apriete ambos lados con la mano y de nuevo con herramientas.
Cuando los valores no se muestran en la pantalla del monitor.	Por favor revise si [+] [-] de las baterías están colocados correctamente. Si no se puede operar incluso estando correcto, por favor cambie las baterías
Cuando los valores se muestran pero no aumentan en la pantalla del monitor.	Por favor revise si las líneas de conexión del cuerpo principal y monitor están insertadas en la posición correcta.
Cuando no puede insertar el pin de fijación de altura de asiento al cuerpo principal.	Por favor ajuste el pin de fijación del cuerpo principal que este colocado en el ángulo correcto e inténtelo de nuevo.
Cuando no puede conectar los pedales al cuerpo principal.	Por favor gire el pedal derecho en posición de las agujas del reloj y el pedal izquierdo en sentido contrario de las agujas del reloj.



IN231000164V01\_EN

**A90-177V01**



IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY

**ASSEMBLY & INSTRUCTION MANUAL**

## 1. 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; moisty or dusty area
- Places with temperatures that are extremely high and low

△ Please do not put foreign substances in the product.



## 2. Cautions in use

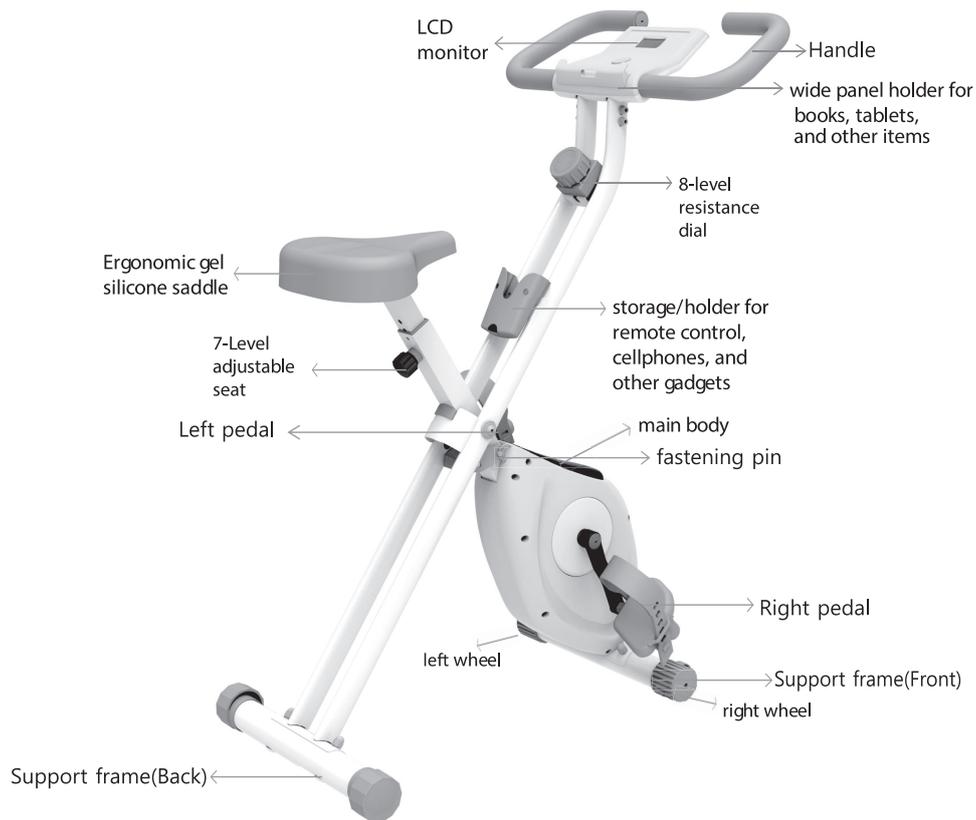
- Use of the product by the following persons are prohibited:
  - Person who requires bed rest including pregnant women, women having periods, person with fever and fatigue, person with heart failure and bronchial diseases.
  - Person who is prohibited to exercise by the doctor.
  - Person weighing more than 120 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.

### 3. Please check the following things before assembly.

Please check if the following parts are included before assembly.

1. Main body 	
2. Support frame (Front, Back)  (The nuts, washers, and front wheels are attached on the frame.)	3. Handle, monitor 
4. Left and right pedals 	5. Saddle/ Saddle frame  Saddle      Saddle frame
6. Tools  — Small wrench — Allen wrench	7. Fastening bolt for saddle height 

## 4. Parts Assembly View



Size(Unfolded)	68.50 * 40 * 110 cm
Size(Folded)	37 * 40 * 130 cm
Weight	14.2 kg
Material	Steel pipe, Urethane, ABS resin

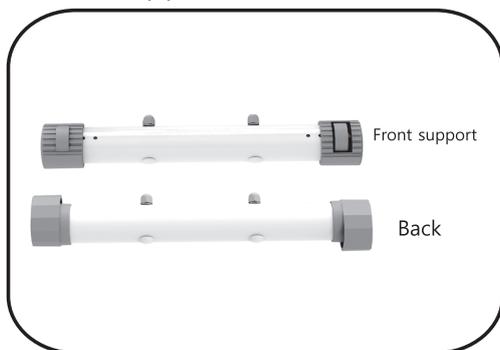
## 5. Assembly sequence

### Cautions in assembly

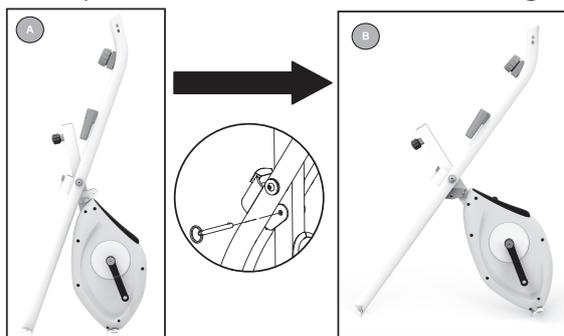
Please follow the instructions in order.

Please wear gloves to protect your hands while assembling.

Tools necessary to connect the front support to the back support



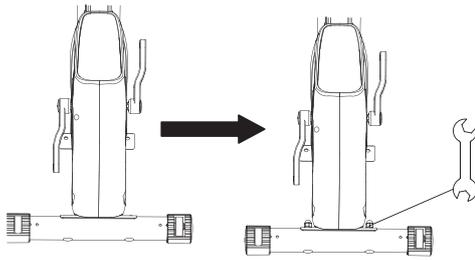
1. Please spread the main bodies A and B together



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.

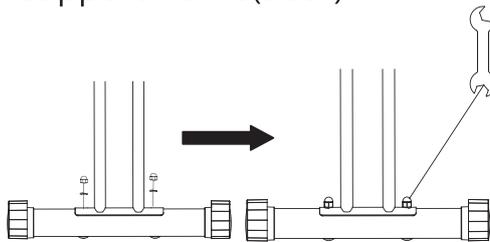
6

## Support frame(Front)

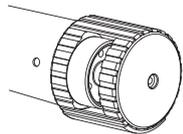


First, as shown in the picture, please fasten bolts on the front frame with your hand, and then, do them again with a small wrench.

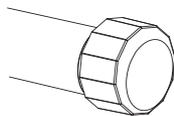
## Support frame(Back)



As shown in the picture, please fasten bolts on the back frame with your hand, and then, do them again with a small wrench.



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

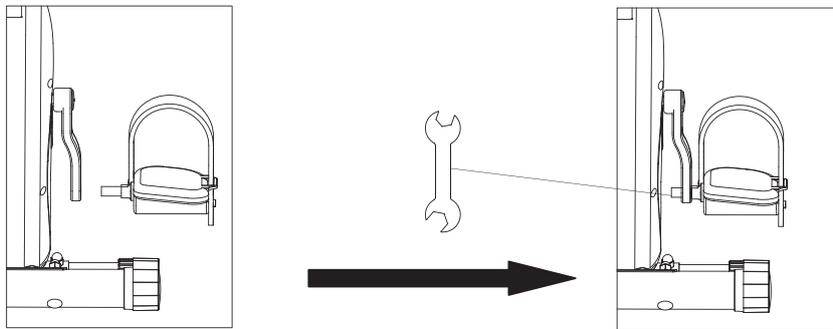


Horizontal caps and a back sticker are attached on the back frame.

3. Please attach the right pedal on the right side while the left pedal on the left side.  
Please assemble them with a small wrench as shown in the picture.

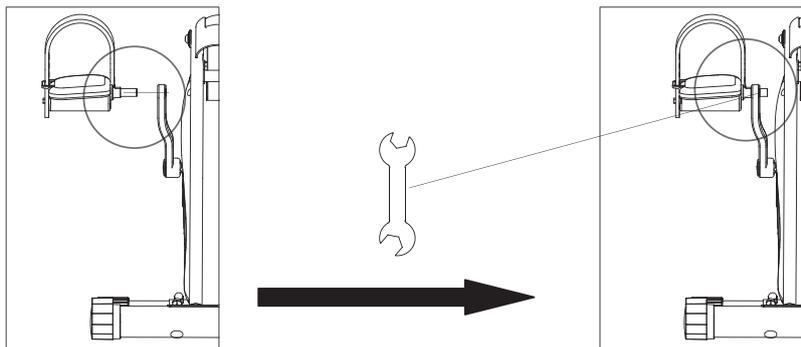
### Right pedal

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



### Left pedal

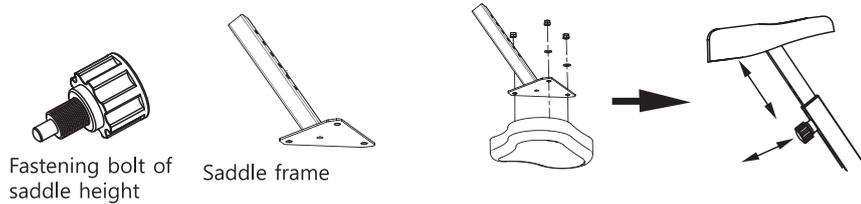
Fasten the left pedal by turning the pedal bolt on the crank groove clockwise using a small wrench.



#### 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. 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.

∴ Required tools: ○ How to install the LCD monitor and handle

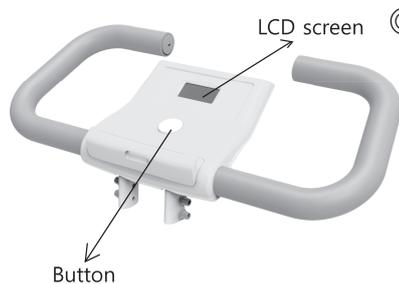
Allen wrench  
Monitor

1. Please insert the handle into the main body as shown in the picture.  
◀ The monitor and handle are assembled. Please loosen the bolt connected to the monitor and connect them to it according to the direction in the picture.

2. Please move all instructions to the left and images to the right.

## 6. 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

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.

### ⊙ Functions

- SCAN [Automatic conversion] : All the functions are changed in the order below and automatic conversion is continuously done for 5 seconds.

TIME - SPEED - DISTANCE - CALORIES - ODO[Total]

⇒ 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.

## 7. Adjusting Belts

### When tightening it



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

### When loosening it



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

10

## 8. Advice on training

It is proper to exercise for 15 minutes twice per day.

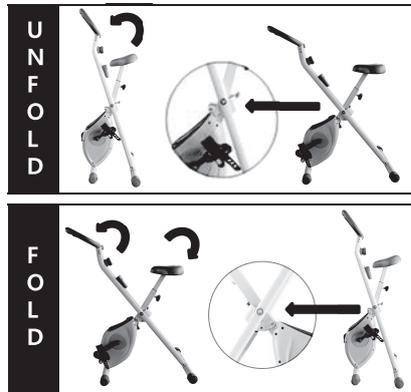
For the pedal load control, it is best to exercise by setting it as stage 5 to 6.

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

### ◎ How to fold / unfold

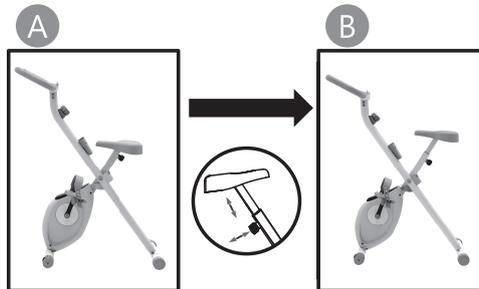
Please lift the main body by holding the handle and saddle and pulling them to fold the product.

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



### ※ Cautions

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





## © Troubleshooting

Symptoms	Check list
When you cannot connect the handle to the main body	For the fastening bolts and washers of the handle, please temporarily fasten both sides with your hand and do them again with tools.
When values are not shown on the monitor screen	Please check if [+] and [-] of the batteries are correctly set. If it is not operated even though they are correct, please change other 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 exact locations.
When you cannot insert the fastening pin of saddle height into the main body	Please adjust the fastening pin of the main body to be at right angle from it and try it again
When you cannot connect pedals to the main body	Please turn the right pedal clockwise and do the left pedal counterclockwise.

**UK**

If you have any questions, please contact our customer care center.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,

Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

**ES**

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente.

Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L.

C/ ROC GROS, N° 15. 08550, ELS HOSTALETS DE

BALENYÀ, SPAIN.

B66295775

WWW.AOSOM.ES

ATENCIONCLIENTE@AOSOM.ES

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

**FR**

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

**PT**

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.

Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

**DE**

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-88307530



service@aosom.de

ADRESSE DES IMPORTEURE:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

**IT**

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.

I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA