



INaaa026V03_UK_DE_FR_ES_IT

AA0-080



**USER'S MANUAL/HANDBUCH/ MANUEL D'INSTRUCTIONS
/MANUAL DE L'USUARIO/MANUALE UTENTE**

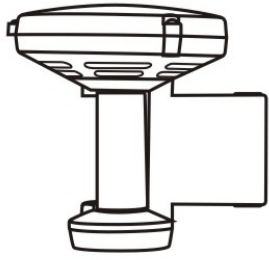
**Bicycle Trainer / Rollentrainer/ Support d'entraînement vélo /
Entrenador de bicicletas / Supporto Cavalletto per Bici**

EN/DE/FR/ES/IT

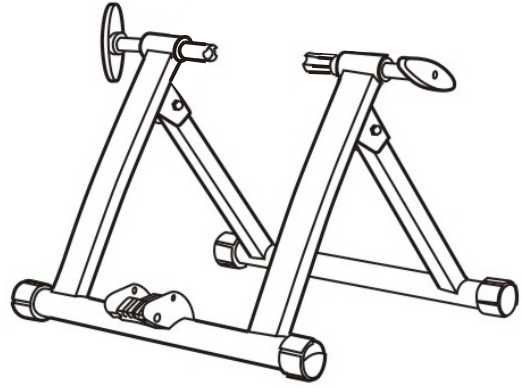
READ AND SAVE THIS INSTRUCTION FOR FUTURE USE

ASSEMBLY INSTRUCTION

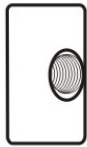
Ax 1



Cx 1



E1x 1



E2x 1



 E1、E2、F1、F2 has been fixed to C

F1x 1



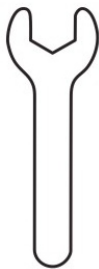
8x13MM

F2x 1



8x85MM

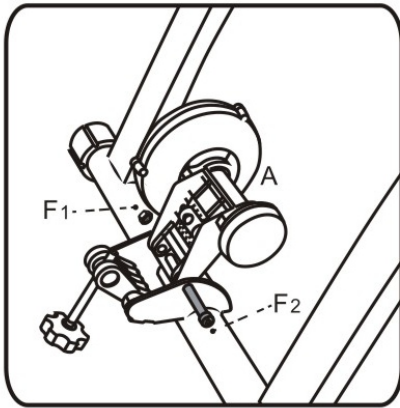
Gx 1



Hx 1



1



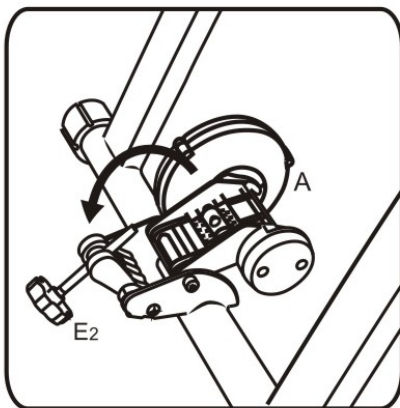
Insert the screw(F2) into the main machine(A), tighten the nut(F1) with the tools(G,H).

Setzen Sie die Schraube (F2) in die Hauptmaschine (A) ein und ziehen Sie die Mutter (F1) mit den Werkzeugen (G, H) fest.

Insérez la vis (F2) dans la machine principale (A), serrez l'écrou (F1) avec les outils (G, H).

Inserte el tornillo (F2) en la máquina principal (A), apriete la tuerca (F1) con las herramientas (G, H).

Inserire la vite (F2) nella macchina principale (A), serrare il dado (F1) con gli strumenti (G, H).



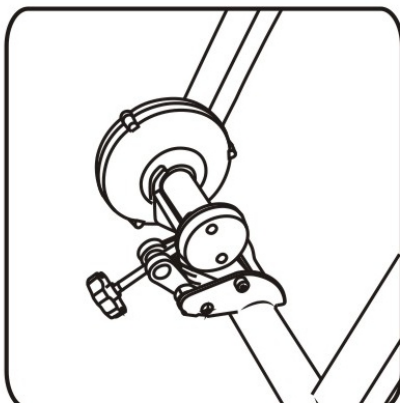
Turn machine(A) to another side, let knob scrow(E2) insert to the circular groove on main machine(A).

Maschine (A) auf eine andere Seite drehen, Knopfschraube (E2) in die kreisförmige Nut der Hauptmaschine (A) einsetzen.

Tournez la machine (A) sur un autre côté, laissez la vis du bouton (E2) s'insérer dans la rainure circulaire de la machine principale (A).

Gire la máquina (A) hacia otro lado, deje que el tornillo de la perilla (E2) se inserte en la ranura circular de la máquina principal (A).

Ruotare la macchina (A) su un altro lato, lasciare che la vite della manopola (E2) si inserisca nella scanalatura circolare sulla macchina principale (A).



Now the trainer assembling is finished.

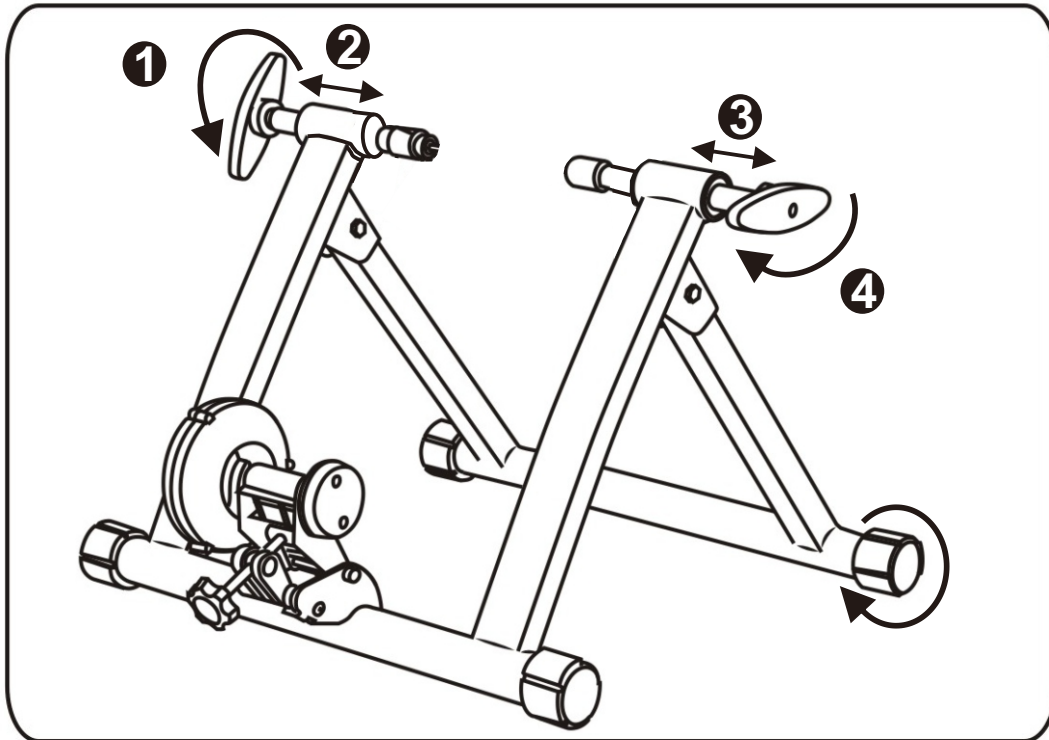
Jetzt ist die Montage des Rollentrainers abgeschlossen.

Le montage est maintenant terminé.

Ahora el montaje del soporte de bicicleta está terminado.

Ora l'assemblaggio è terminato.

2



Tighten wheel with this 4 knobs(#1,#2,#3,#4)with correct direction as shown in image.

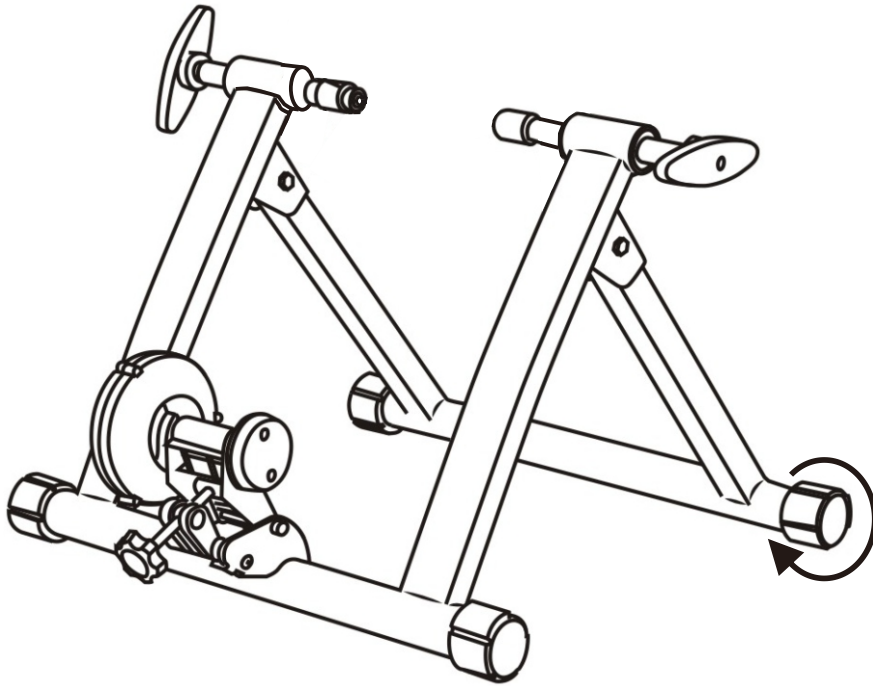
Ziehen Sie das Rad mit diesen 4 Knöpfen (Nr. 1, Nr. 2, Nr. 3, Nr. 4) mit der richtigen Richtung fest, wie in der Abbildung gezeigt.

Serrez la roue avec ces 4 boutons (#1, #2, #3, #4) dans le bon sens comme indiqué sur l'image.

Apriete la rueda con estas 4 perillas (# 1, # 2, # 3, # 4) con la dirección correcta como se muestra en la imagen.

Stringere la ruota con queste 4 manopole (# 1 # 2 # 3 # 4) nella direzione corretta, come mostrato nell'immagine.

3



CAUTION WHEN IN USE

1. Please make sure your bicycle have a quick release on the rear wheel.
 2. Adjust the rubber foot before using, until the entire frame not shaking.
 3. Don't touch the spinning rollers and wheel in anytime.
 4. Keep both of your hands on handlebars at all times.
 5. Make sure all bolts and nuts are securely fastened prior using.
 6. Never brake suddenly while using the trainer, this may results in unnecessary wear and tear to the rear tire.
 7. Keep it away from little child.
 8. Always do warm-up training before starting training.
 9. When the trainer being used, the friction will cause for some noise, it's the normal phenomenon. (We suggest you choose smooth tire to Reduce noise).
-

VORSICHT BEI VERWENDUNG

1. Bitte stellen Sie sicher, dass Ihr Fahrrad einen Schnellverschluss am Hinterrad hat.
 2. Stellen Sie den Gummifuß vor dem Gebrauch so ein, dass der gesamte Rahmen nicht mehr zittert.
 3. Berühren Sie die sich drehenden Rollen und das Rad zu keiner Zeit.
 4. Halten Sie immer beide Hände am Lenker.
 5. Stellen Sie vor der Verwendung sicher, dass alle Schrauben und Muttern fest angezogen sind.
 6. Bremsen Sie niemals plötzlich, während Sie den Rollentrainer verwenden. Dies kann zu unnötigem Verschleiß des Hinterreifens führen.
 7. Halten Sie es von Kindern fern.
 8. Machen Sie immer ein Aufwärmtraining, bevor Sie mit dem Training beginnen.
 9. Wenn der Rollentrainer verwendet wird, verursacht die Reibung Geräusche. Dies ist das normale Phänomen. (Wir empfehlen Ihnen, einen glatten Reifen zu wählen, um Geräusche zu reduzieren.)
-

ATTENTION

1. Assurez-vous que votre vélo est équipé d'un dispositif de blocage rapide de la roue arrière.
2. Ajustez le pied en caoutchouc avant l'utilisation, jusqu'à ce que le cadre entier ne tremble plus.
3. Ne touchez jamais les rouleaux et la roue en rotation.
4. Gardez vos deux mains sur le guidon à tout moment.
5. Assurez-vous que tous les boulons et écrous sont bien fixés avant de l'utiliser.
6. Ne freinez jamais brusquement pendant l'utilisation de l'appareil, car cela pourrait entraîner une usure inutile du pneu arrière.
7. Tenez les enfants à l'écart du support d'entraînement.
8. Toujours faire un échauffement avant de commencer l'entraînement.
9. Lorsque l'appareil est utilisé, la friction provoque un certain bruit, c'est un phénomène normal. (Nous vous recommandons de choisir un pneu lisse afin de réduire le bruit).

PRECAUCIÓN CUANDO ESTÁ EN USO

1. Asegúrese de que su bicicleta se suelte rápidamente en la rueda trasera.
 2. Ajuste el pie de goma antes de usar, hasta que todo el marco no tiemble.
 3. No toque los rodillos giratorios ni la rueda en ningún momento.
 4. Mantenga ambas manos en el manillar en todo momento.
 5. Asegúrese de que todos los pernos y tuercas estén bien sujetos antes de usar.
 6. Nunca frene repentinamente mientras usa el entrenador, esto puede resultar en un desgaste innecesario del neumático trasero.
 7. Manténgalo alejado del niño pequeño.
 8. Siempre haga ejercicios de calentamiento antes de comenzar a entrenar.
 9. Cuando se utiliza el entrenador, la fricción causará algo de ruido. Es el fenómeno normal. (Le sugerimos que elija una llanta lisa para reducir el ruido)
-

ATTENZIONE QUANDO IN USO

1. Assicurati che la tua bicicletta abbia uno sgancio rapido sulla ruota posteriore.
2. Regolare il piedino in gomma prima dell'uso, fino a quando l'intero telaio non si scuote.
3. Non toccare i rulli rotanti e la ruota in qualsiasi momento.
4. Tieni sempre entrambe le mani sul manubrio.
5. Assicurarsi che tutti i bulloni e dadi siano fissati saldamente prima dell'uso.
6. Non frenare mai all'improvviso durante l'uso del prodotto, ciò potrebbe provocare un'usura non necessaria dello pneumatico posteriore.
7. Tenerlo lontano dal bambino.
8. Fai sempre un allenamento di riscaldamento prima di iniziare l'allenamento.
9. Quando il prodotto viene utilizzato, l'attrito causerà un po' di rumore, è il fenomeno normale. (Ti consigliamo di scegliere una gomma liscia per ridurre il rumore).

