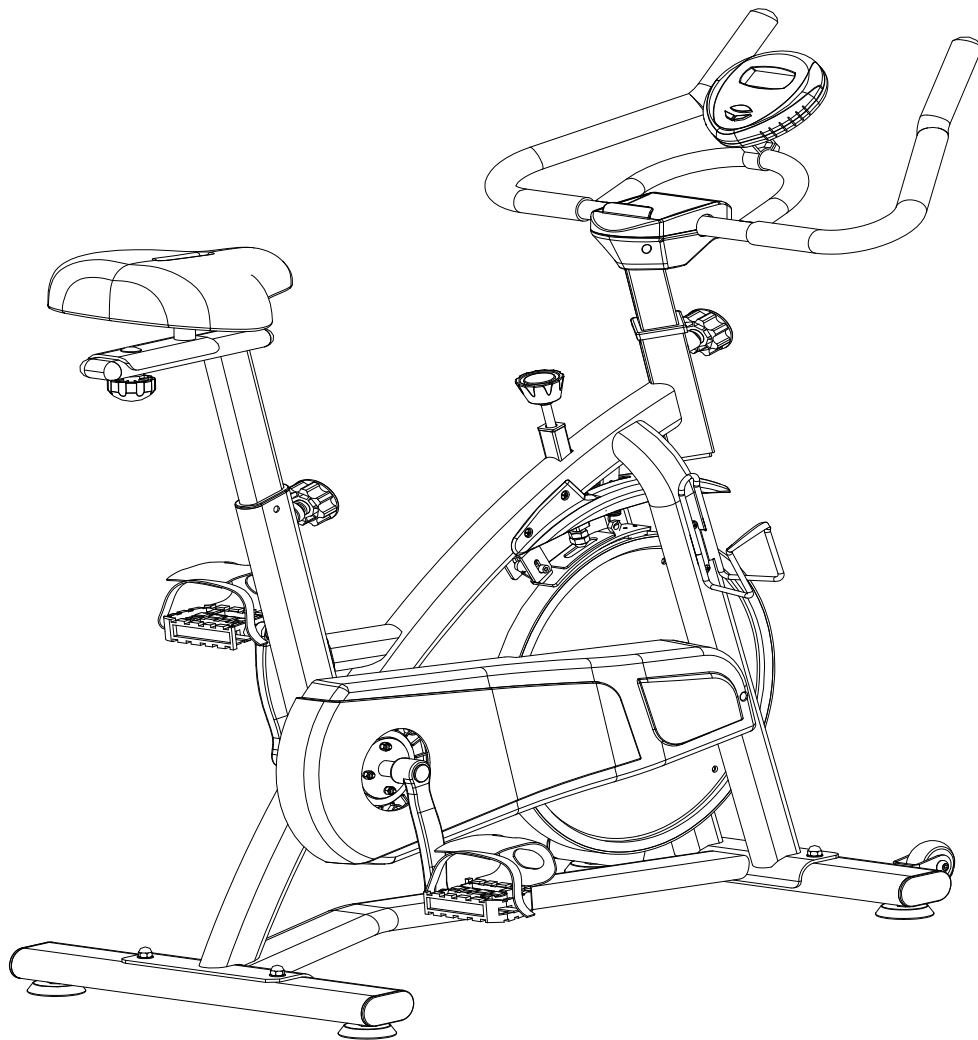




INada082V03\_ES

**A90-198**



# Manual de Usuario

READ AND SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR FUTURE USE

**ASSEMBLY INSTRUCTION**

# INSTRUCCIONES PREVIAS DEL MONTAJE

## INSTRUCCIONES GENERALES

Lea atentamente las instrucciones contenidas en este manual. Le proporciona información importante sobre el montaje, la seguridad y el uso de la máquina.

- 1 Esta unidad ha sido diseñada para uso doméstico. El peso del usuario no debe exceder las 275 libras. (125 kg.)
- 2 Mantenga las manos alejadas de cualquiera de las partes que están moviendo.
- 3 Los padres y / o los responsables de los niños siempre deben tener en cuenta su naturaleza curiosa y cómo esto a menudo puede conducir a situaciones y comportamientos peligrosos que resultan en accidentes. Bajo ninguna circunstancia se debe usar este aparato como un juguete.
- 4 El propietario es responsable de garantizar que cualquier persona que use la máquina esté debidamente informada sobre las precauciones necesarias.
- 5 Su unidad solo puede ser utilizada por una persona a la vez.
- 6 Use ropa y calzado adecuados. Asegúrese de que todos los cordones estén atados correctamente.

## IMPORTANCIAS DE SEGURIDAD - PRECAUCIONES

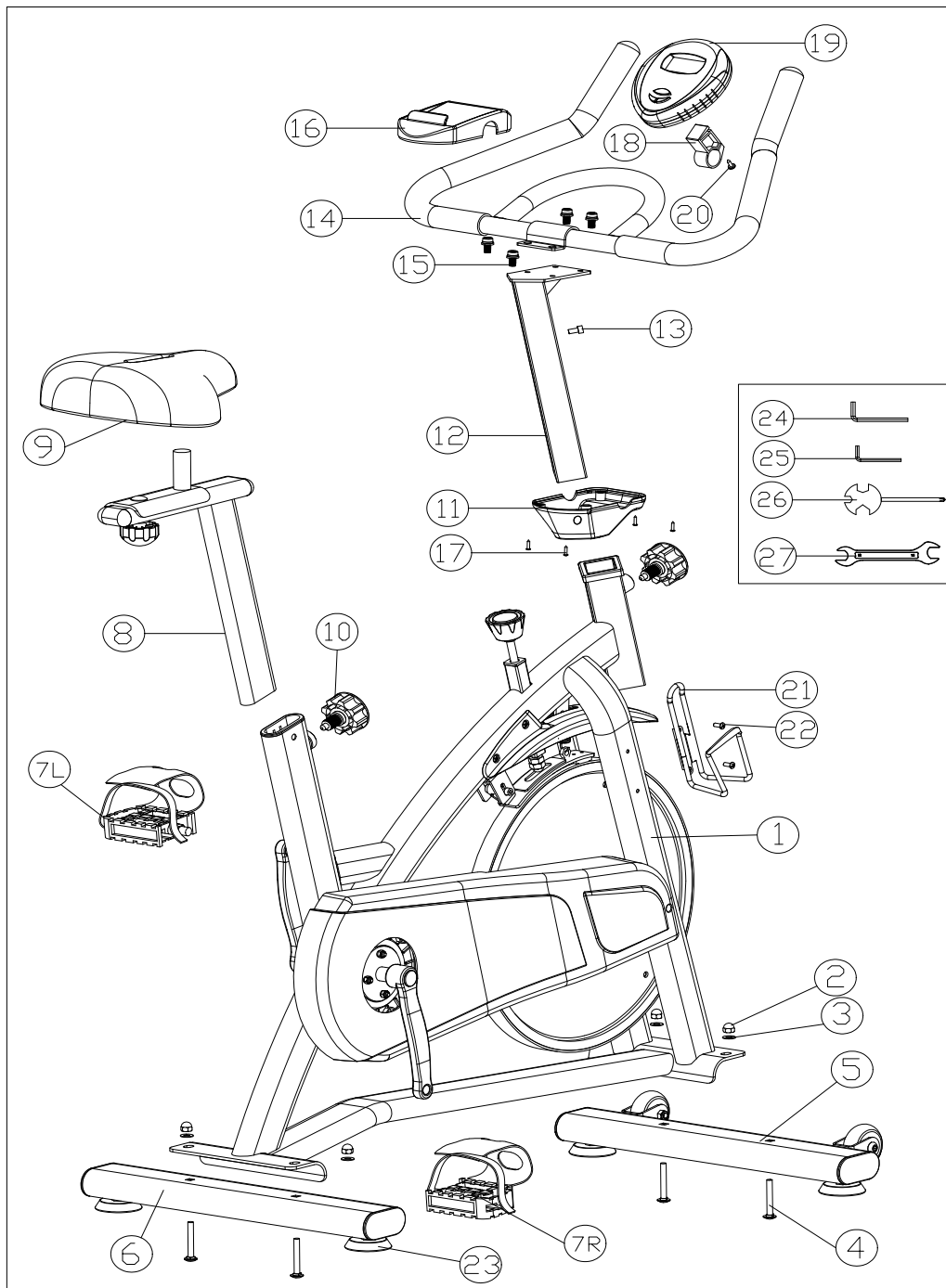
Esta bicicleta ha sido diseñada y construida para proporcionar la máxima seguridad. Sin embargo, se deben tomar ciertas precauciones cuando la use. Lea todo el manual antes de armar y usar la bicicleta. También debe observar las siguientes precauciones de seguridad:

1. Mantenga a los niños o mascotas alejados de este equipo en todo momento. NO los deje sin supervisión en la habitación donde se guarda esta bicicleta.
2. Esta bicicleta no es de rueda libre. Puede detener la bicicleta inmediatamente tirando hacia arriba o hacia abajo del freno de emergencia en la perilla de tensión mientras usted hace ejercicio.
3. Solo puede ser usado por una persona a la vez.
4. Si experimenta mareos, náuseas, dolores en el pecho o cualquier otro síntoma mientras usa este aparato, DETENGA el ejercicio. ¡BUSQUE A MÉDICA INMEDIATAMENTE!
5. Use la unidad sobre una superficie sólida, nivelada y colocada en la alfombra. Ajuste el estabilizador para asegurar la estabilidad.
6. Mantenga las manos alejadas de cualquiera de las partes que están moviendo.

7. Use ropa adecuada para hacer ejercicio. No use ropa holgada que pueda quedar atrapada en la bicicleta. Siempre use zapatillas o zapatos de deporte cuando use la máquina.
8. Este aparato solo debe ser usado para los fines descritos en este manual. NO use accesorios no recomendados por el fabricante.
9. No coloque objetos afilados cerca del aparato.
10. Las personas con discapacidad no deben usar el equipo sin la asistencia de una persona calificada o un médico.
11. Haga ejercicios de calentamiento antes de usar el equipo.
12. No use la bicicleta si no funciona correctamente.
13. Revise todas las advertencias colocadas en el equipo y reemplace todas las etiquetas si están dañadas, ilegibles o eliminadas. Puede obtener las etiquetas en la ubicación de Piezas & Servicio.
14. Debe realizar inspecciones visuales y funcionales del equipo una vez que se haya completado el montaje.
15. No exceda esta marca MAX cuando esté ajustando el poste del manillar o el poste del asiento.
16. Los pedales giratorios pueden causar lesiones. La velocidad del pedal debe reducirse de manera controlada.
17. Antes de usar la bicicleta, inspeccione toda la bicicleta para ver si está montada correctamente.
18. Se requiere una distancia de parámetro de 3 pies / 1 metro antes de operar el equipo.
19. El usuario debe ajustar el asiento y el manillar a los requisitos de altura del usuario. Asegúrese de que la perilla de ajuste esté bien cerrada y el asiento y el manillar estén seguros.
20. No monte la bicicleta de pie.
21. La bicicleta solo debe ser usado para el hogar. No es para uso comercial.
22. Antes de cada uso, examine las pastillas de freno en busca de signos de desgaste. Las pastillas de freno son susceptibles a daños y deben reemplazarse si sea necesario.
23. Esta bicicleta no es adecuada para uso terapéutico. Consulte a un médico antes de comenzar un programa de ejercicios.
24. Esta bicicleta solo debe ser usado después de una revisión exhaustiva del manual de operación y la etiqueta de advertencia

**Precaución: Consulte a su médico antes de comenzar a usar la bicicleta. Este consejo es muy importante para las personas mayores de 35 años o que sufren problemas de salud. Lea todas las instrucciones antes de usar cualquier equipo de ejercicio.**

# VISTA EN DESPIECE ORDENADO



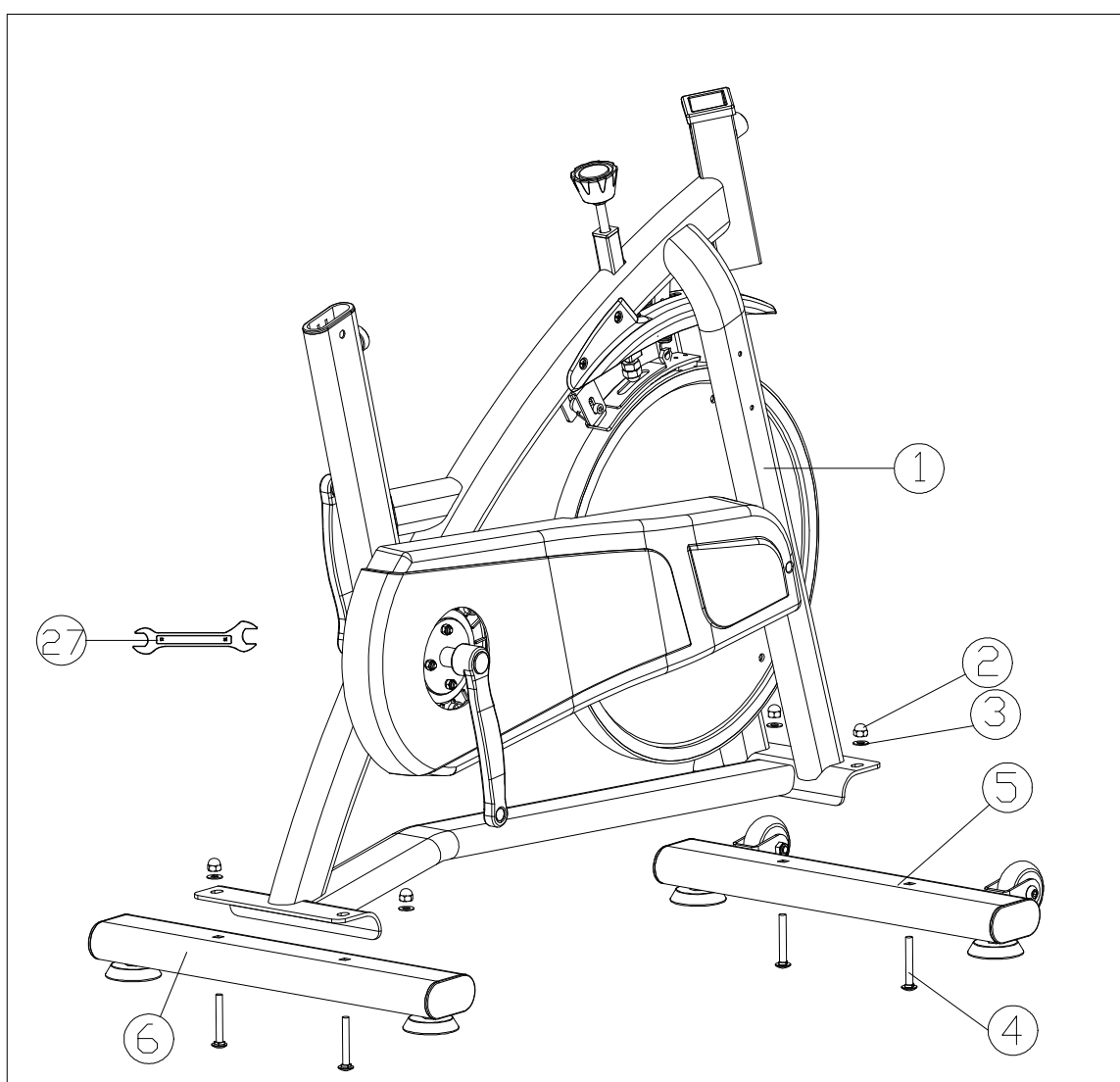
# LISTA DE PIEZAS

Número de pieza	Descripción	Cantidad
01	Marco principal	1
02	Nueces	4
03	Arandela	4
04	Tornillos	4
05	Estabilizador delantero	1
06	Estabilizador trasero	1
07	pedal L/R	1
08	Poste del asiento	1
09	Asiento	1
10	Perilla	2
11	Cubierta del teléfono inferior	1
12	Manillar de apoyo	1
13	Tornillo de límite	1
14	Manillar	1
15	Tornillo de combinación	4
16	Cubierta del teléfono superior	1
17	Tornillos de cubierta	4
18	Soporte para monitor	1
19	Monitor	1
20	Tornillo penetrante	1
21	Sostenedor de botella	1
22	Tornillos de sostenedor de botella	2
23	Tapete de ajuste	4
24	Llave Allen	1
25	Llave Allen	1
26	Destornillador	1
27	Llave 13-15	1

# INSTRUCCIONES DE MONTAJE

## PASO 1

Fije el estabilizador delantero (5) y el estabilizador trasero (6) en el marco (1) con 2 juegos de pernos (4), arandela (3) y tuerca ciega (2).



## PASO 2

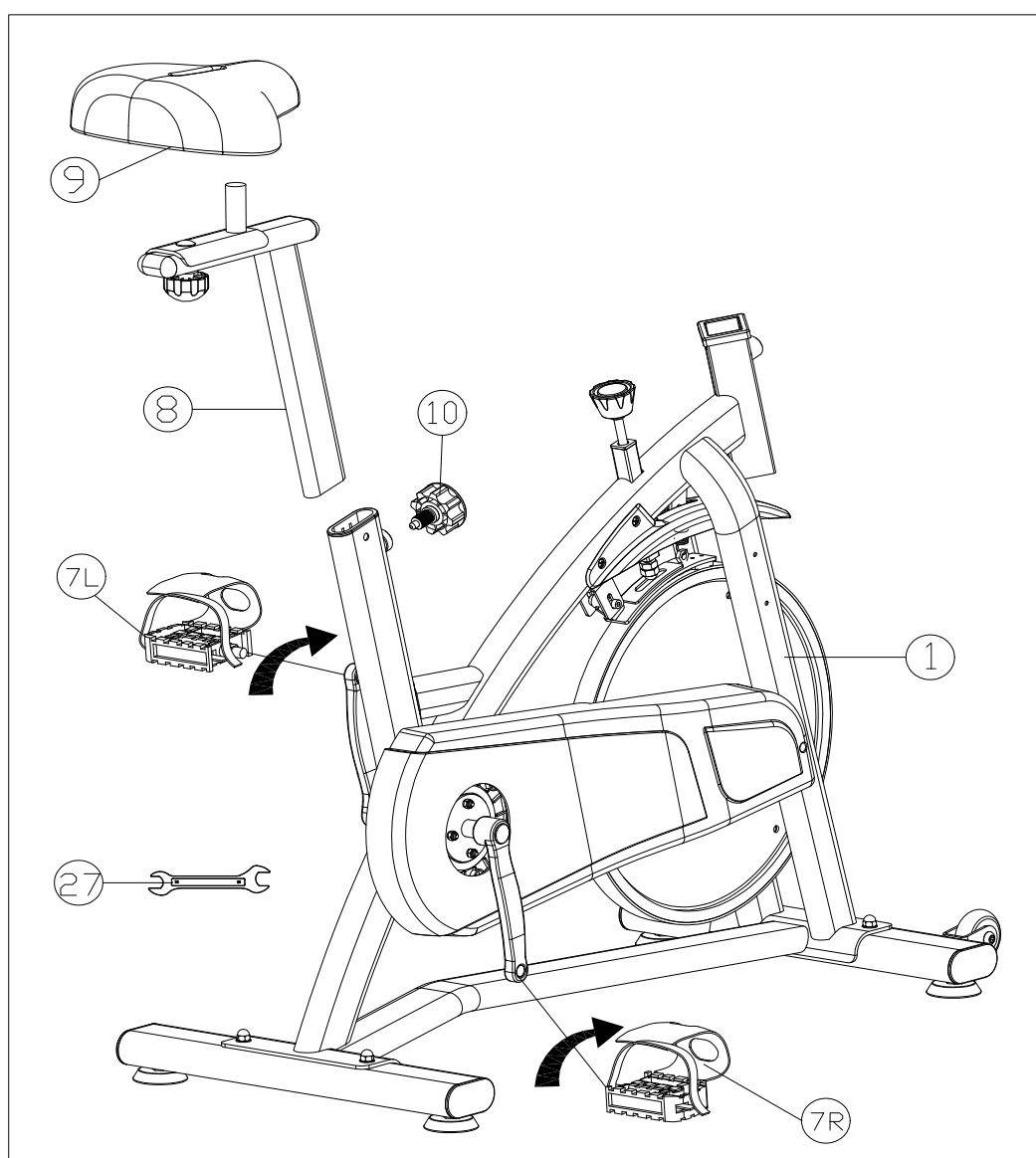
Sujete la parte delantera. Obtenga el poste del asiento (8) e insértelo en el marco (1) y apriételo con una perilla (10). Luego coloque el asiento (9) en el poste del asiento y atorníllelo con una llave (27).

Finalmente, quite el pedal (7) y atornille el pedal L en la manivela izquierda del marco principal (1), y el pedal R se enrosca en la manivela derecha.

Nota:

El pie derecho está instalado en sentido horario

La instalación del pie izquierdo es en sentido antihorario

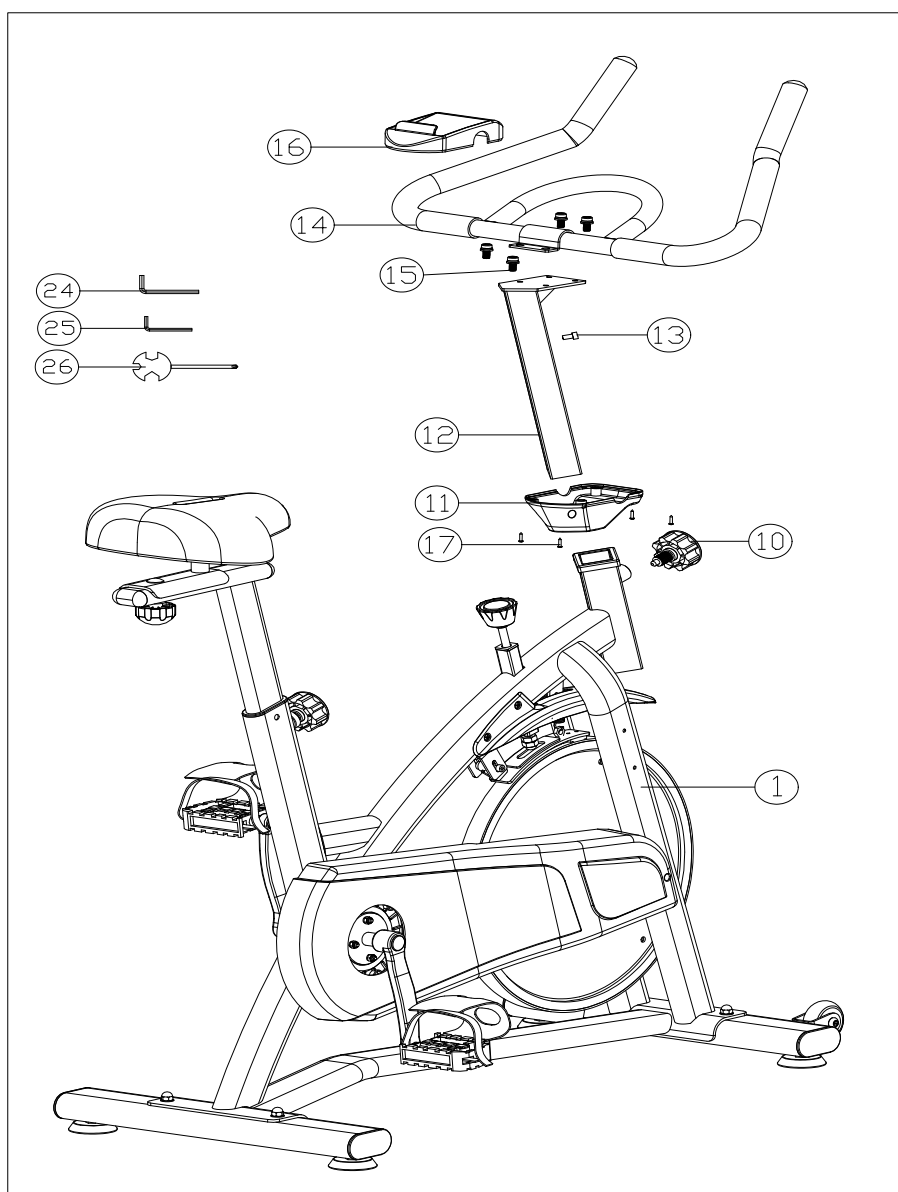


### PASO 3

Primero, inserte el soporte del manillar (12) junto con la cubierta inferior del teléfono (11) insertada en el marco y la perilla para apretar, luego use la llave Allen (25) para bloquear el tornillo de límite superior (13).

Segundo, retire el manillar (14) y asegure el manillar al soporte del manillar (12) junto con el tornillo de combinación (15) y la llave (24).

Por último, saque la cubierta superior del teléfono (16) y deje que la cubierta superior del teléfono y la cubierta inferior del teléfono juntas, y luego use el destornillador (26) para bloquear el tornillo de la cubierta (17).

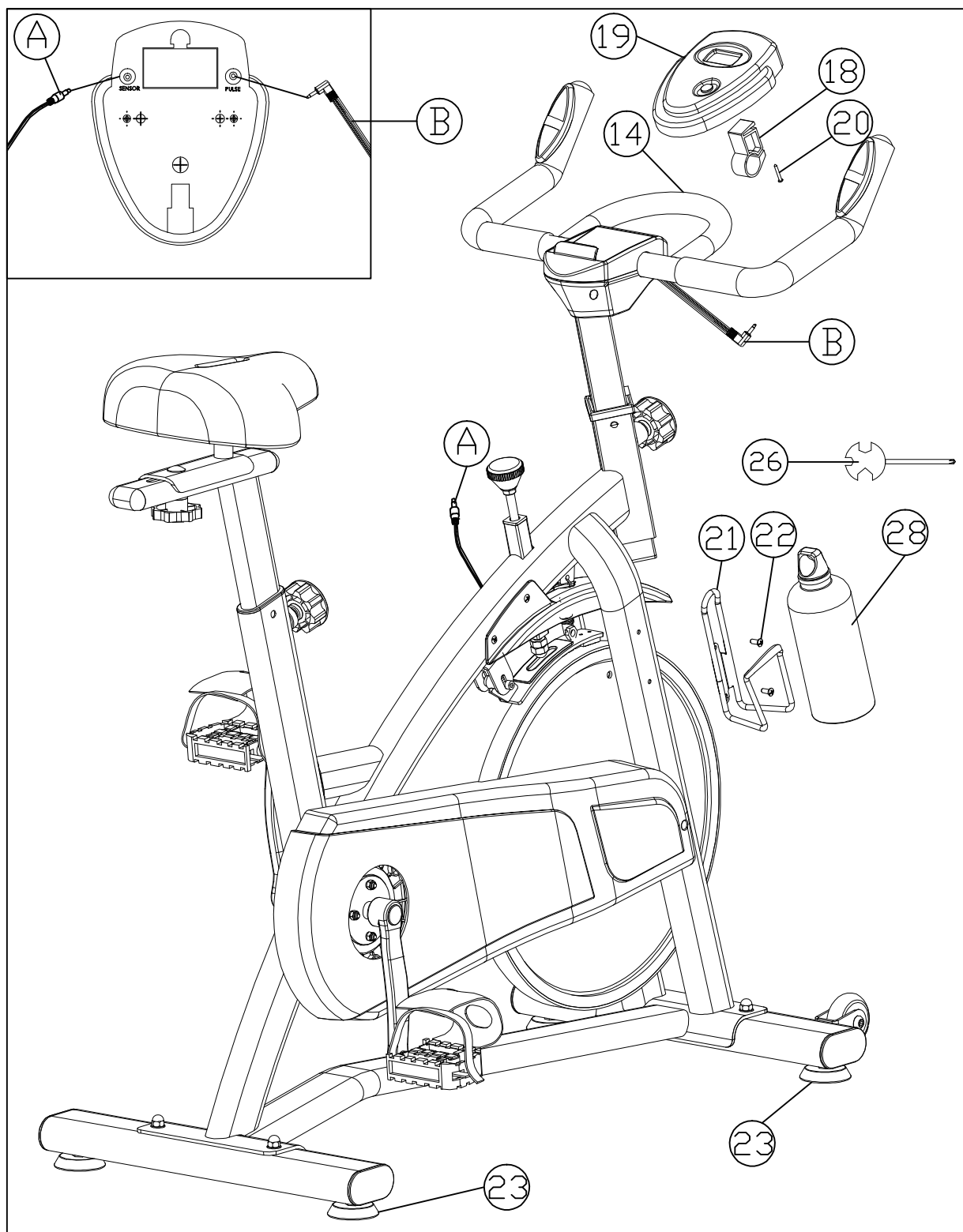




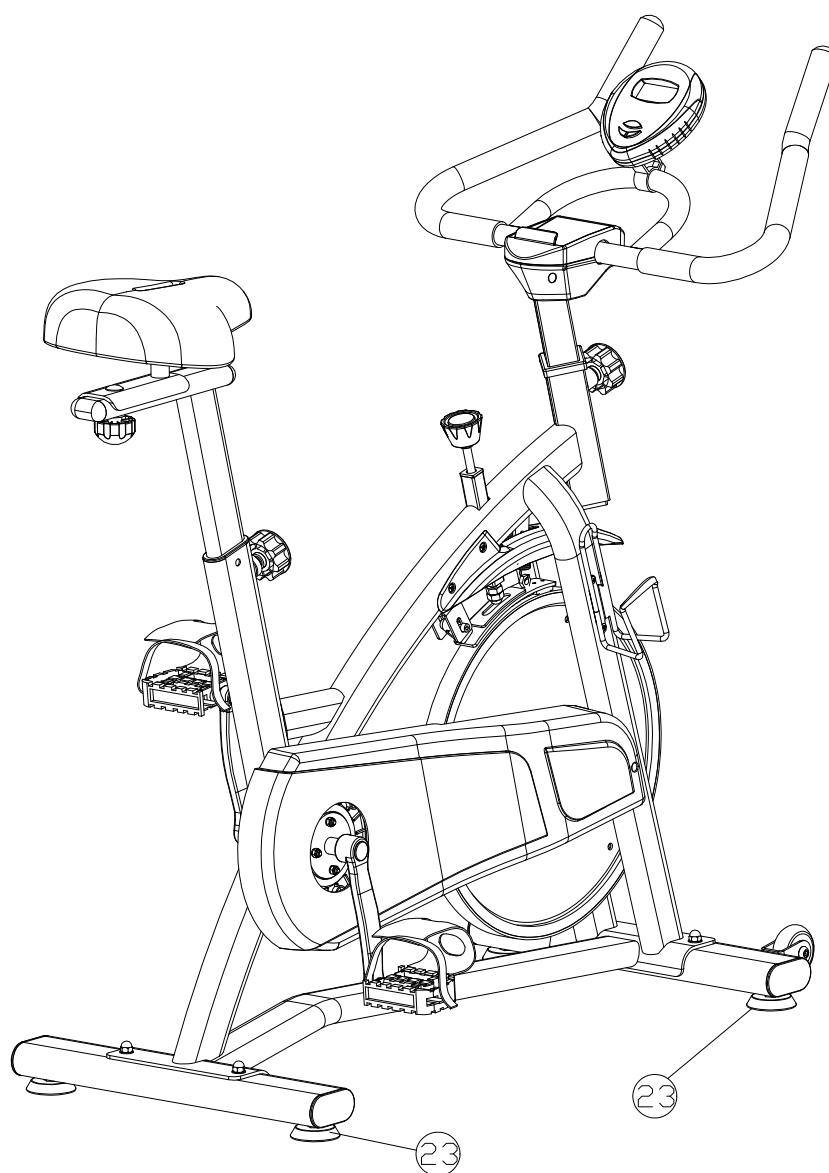
## PASO 4

Retire el soporte del monitor (18) y fíjelo al manillar (14). Luego, el monitor (19) está atascado en el soporte del monitor, use el destornillador para apretar el tornillo autorroscante y conecte el cable del sensor.

Por fin, cierre el portabotellas



## PASO 5



## PASO 5

Si la bicicleta de spinning no es estable al conducir, ajuste la altura de la alfombrilla de ajuste (23).

## COMPUTADORA OPERATIVA INSTRUCCIONES

ESCANEAR	Escanear todas las funciones: TIEMPO, VELOCIDAD, DISTANCIA, DISTANCIA TOTAL, PULSO, CALORÍAS
TIEMPO	Muestra el lapso de tiempo de ejercicio mientras hace ejercicio
VELOCIDAD	Muestra la velocidad actual
DISTANCIA	Muestra la distancia mientras hace ejercicio
DISTANCIA TOTAL	Muestra la distancia total al final de tu entrenamiento
PULSO	Muestra tu frecuencia cardíaca
CALORIAS	Muestra las calorías que se ha quemado

1. Necesitará baterías 2AA ( No incluido ) para operar la computadora.
2. Para seleccionar la función que desea, presione el botón MODE y luego seleccione la función que desee de la tabla de arriba.
3. Para reiniciar la computadora, mantenga presionado el botón MODE durante 4 segundos.
4. La computadora se apagará automáticamente después de 4 minutos cuando la bicicleta no esté en uso. Pulse cualquier tecla para reiniciar.
5. Para controlar su frecuencia cardíaca, coloque sus pulgares en el sensor de frecuencia cardíaca durante unos segundos y verifique la pantalla.
6. Para ajustar la resistencia, gire el control de tensión hacia la derecha (más fuerte) o hacia la izquierda (más fácil).
7. Si hay una pantalla incorrecta en la computadora, reemplace ambas baterías por otras nuevas al mismo tiempo.
8. Para mover la bicicleta, sostenga el poste de soporte del sillín, levántelo y empuje hacia adelante.

## **MANTENIMIENTO**

El mantenimiento regular prolongará la vida útil de su bicicleta de spinning y evitará lesiones. Recomendamos encarecidamente que haga lo siguiente de forma regular:

1. Limpie la bicicleta con un paño suave; asegúrese de que esté seca. Tenga en cuenta que una acumulación de humedad con el tiempo causará corrosión.
2. Limpie la pantalla de la computadora con un paño suave y aerosol antiestático para eliminar el polvo o las huellas digitales. **Tenga en cuenta** que los productos químicos fuertes destruirán la capa protectora de la computadora y causarán una acumulación estática dentro de la computadora que podría dañar los componentes.
3. Revise los estabilizadores delantero y trasero cada vez que use la bicicleta para asegurarse de que la bicicleta esté estable y nivelada con el piso.
4. Verifique y apriete las tuercas / pernos sueltos, los bloqueos de ajuste del sillín, los pedales y el manillar para asegurarse de que estén seguros cada vez que use la bicicleta para evitar lesiones.
5. Una batería gastada es un desperdicio peligroso, deséchela correctamente y no la tire a la basura.
6. Para piezas de repuesto, contacte al distribuidor.