



VÉLO D'INTÉRIEUR
MANUEL D'UTILISATION

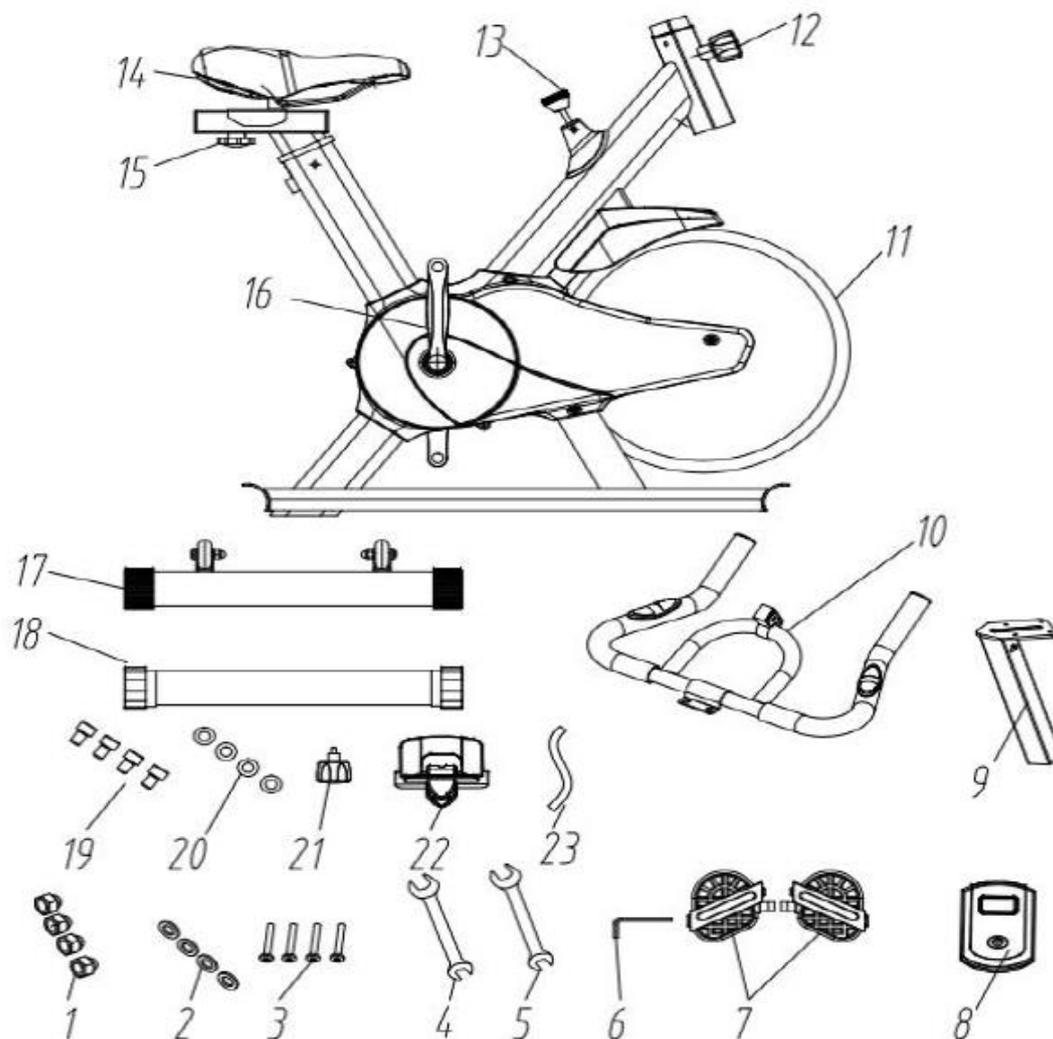
LIRE ET GARDER CE MANUEL POUR LES FUTURES UTILISATIONS

ASSEMBLY INSTRUCTION

SOMMAIRE

Liste des pièces et Description.....	1
Instructions d'assemblage.....	2
Détails du Moniteur d'Affichage.....	6
Précautions de Sécurité.....	8
Maintenance et Dépannage.....	9

LISTE DES PIÈCES ET DESCRIPTION.



1. Écrou borgne Φ10 x 4	2. Rondelle Φ10 x 4	3. Boulon de chariot M10 x 4	4. Clé à fourche (17*19mm)	5. Clé à fourche (13*15mm)
6. Clé hexagonale intérieure (Clé Al- len)	7. Pédale x 2	8. Moniteur	9. Siège fixe Accoudoir	10. Guidon
11. Volant d'inertie	12. Bouton de la tirette	13. Goupille de traction à tête de la balle	14. Siège	15. Écrou à prune
16. Manivelle	17. Barre stabili- satrice avant	18. Barre stabili- satrice arrière	19. Vis à tête cy- lindrique hexago- nale x 4	20. Rondelle plate M10 x 4
21. Goupille à tête de prunier	22. Support de téléphone	23. Courroies en forme de S		

Veillez retirer toutes les pièces de l'emballage et vérifier par rapport à la liste. S'il vous manque des pièces, veuillez contacter le détaillant.

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Étape 1: Assembler les barres stabilisatrices du pied

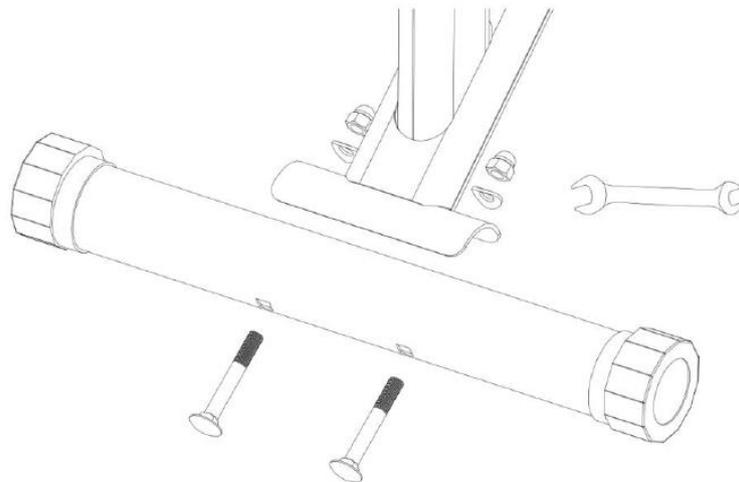
Veillez prendre les deux barres stabilisatrices (n° 17 et n° 18), quatre boulons de chariot M10 (n° 3), quatre rondelles $\Phi 10$ (n° 2), quatre écrous borgnes $\Phi 10$ (n° 1) et la clé à fourche (n° 5).

Note: Les barres stabilisatrices de pied sont différentes. La barre stabilisatrice de pied avant a deux roues, tandis que celle de l'arrière n'en a pas.

Fixez la barre stabilisatrice de pied avant à l'avant du cadre principal, à l'aide de deux boulons de chariot, de rondelles et d'écrous borgnes, en veillant à ce que les roues soient tournées vers l'extérieur.

Fixez la barre stabilisatrice de pied arrière à l'arrière du cadre principal. Vissez les deux boulons à tête M10, les écrous borgnes circonférence $\Phi 10$ et $\Phi 10$ à l'aide de la clé pour les fixer.

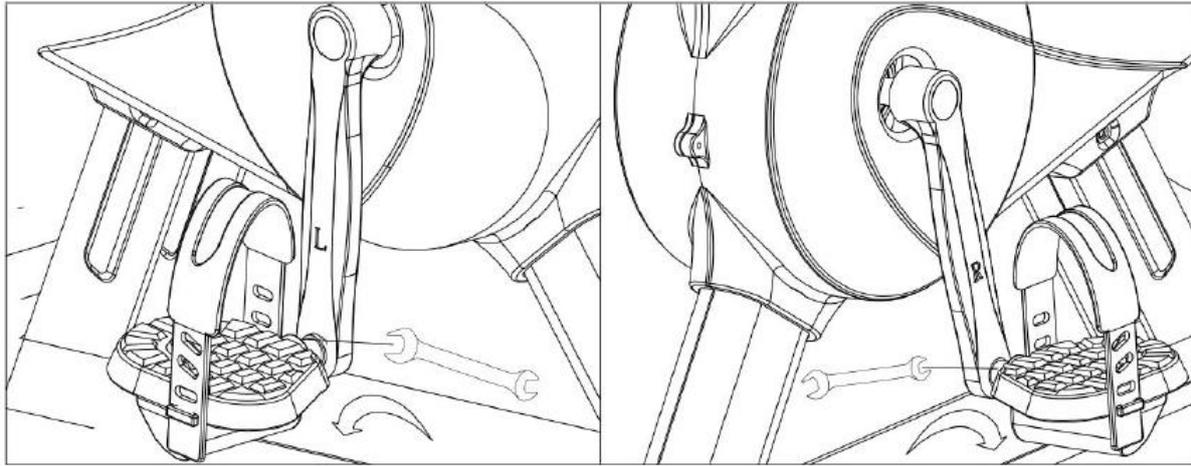
Note: Veuillez ajuster la sangle noire des pieds pour équilibrer le cadre s'il est instable.



Étape 2: Assemblage des pédales

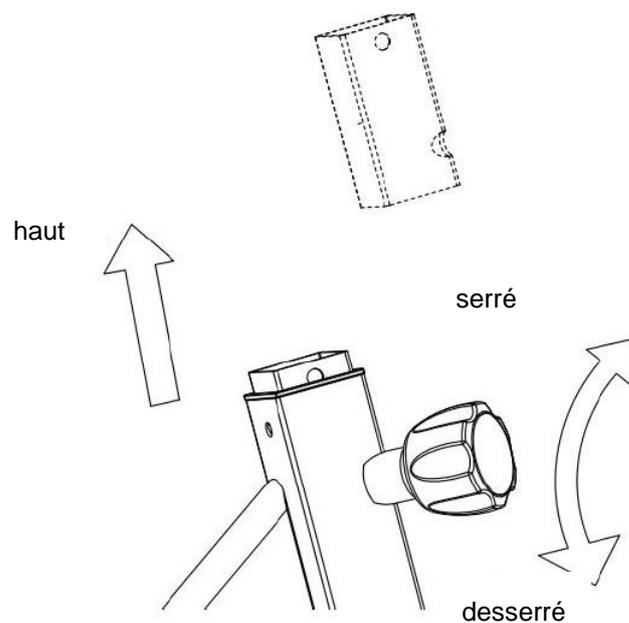
Veillez prendre les deux pédales (n°7) et les clés n°4 et n°5.

Note: Les pédales gauche et droite portent un autocollant sur lequel figurent respectivement les lettres "L" et "R". Le sens de vissage des boulons de la pédale est différent pour chaque côté et est indiqué sur les autocollants. Fixez les pédales sur les bras de pédale correspondants. Vissez le boulon gauche dans le sens inverse des aiguilles d'une montre et le boulon droit dans le sens des aiguilles d'une montre à l'aide des deux clés. (Veillez à bien serrer les contre-écrous correspondants).

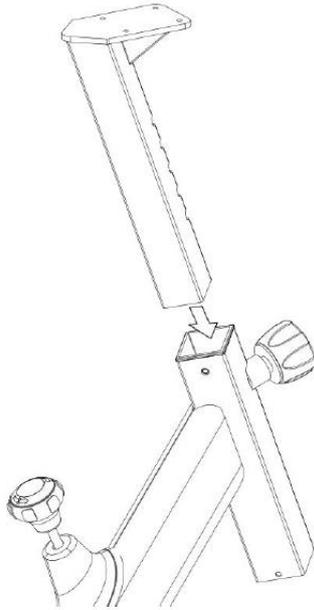


Étape 3: Assemblage du guidon

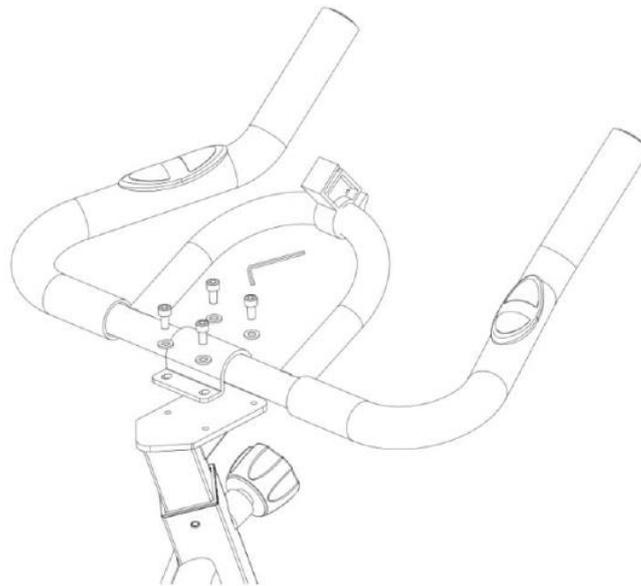
Comme le montre le schéma ci-dessous, faites d'abord tourner la goupille (n° 21) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour la desserrer. Retirez la barre anti-chute située à la tête de la barre (qui n'est plus nécessaire).



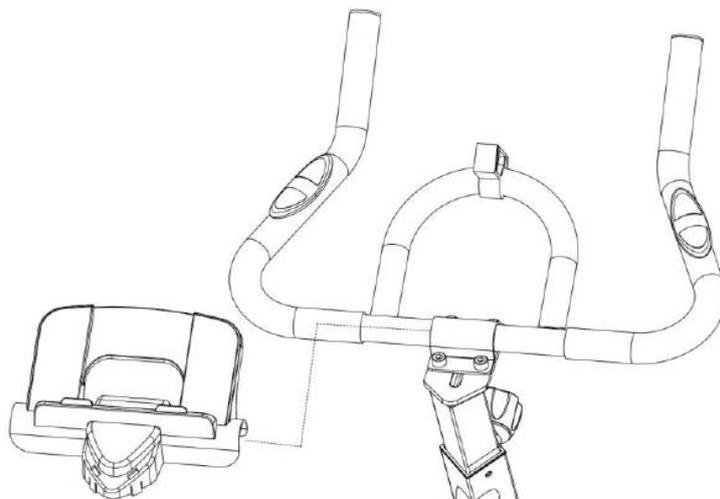
Prenez le siège fixe de l'accoudoir (n° 9), desserrez la goupille de traction vers la gauche, insérez le tube de siège fixe de l'accoudoir dans la barre de détente, réglez la hauteur du tube de siège fixe de l'accoudoir, puis verrouillez la goupille de traction.



Prenez le guidon (n° 10) et alignez les quatre trous de la barre sur le guidon avec les trous filetés de la base fixe de l'accoudoir. Placez les quatre rondelles plates M10 et insérez les quatre vis à tête cylindrique hexagonale (No. 19) et serrez-les individuellement à l'aide de la clé Allen (No. 6).

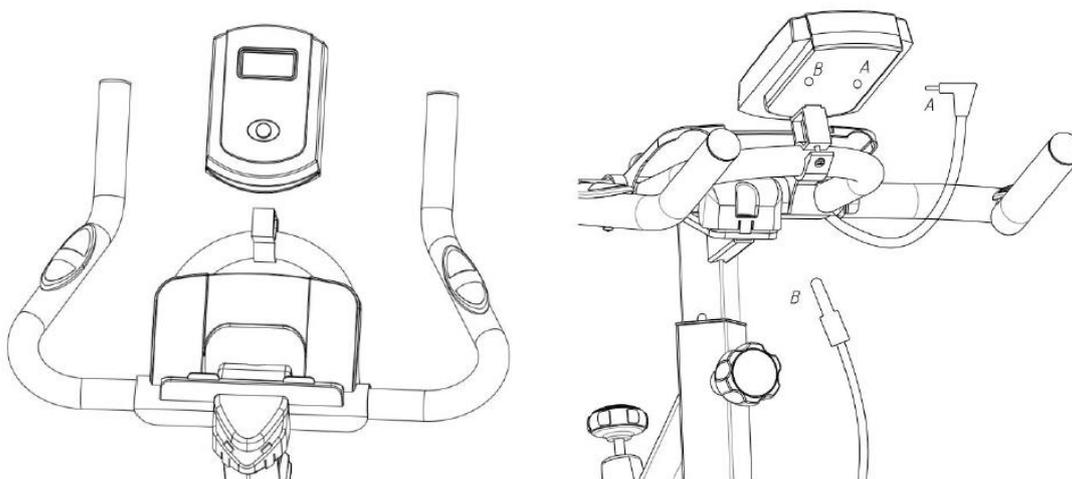


Prenez le couvercle de l'accoudoir, (illustré dans le schéma ci-dessus), et appuyez doucement vers le bas. La housse de l'accoudoir se clipse automatiquement sur l'accoudoir. Fixez le support de téléphone au guidon.



Fixez le moniteur (n° 8) dans la fente.

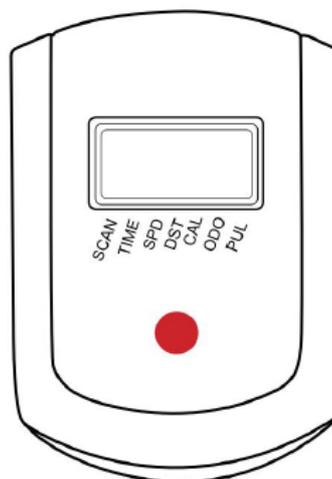
Votre moniteur sera livré avec un câble s'il ne comporte que le capteur. Il y aura deux câbles si votre modèle est équipé de la fonction d'impulsion. Branchez le câble du capteur dans la fente A, et le câble de pulsation dans la fente B.



DETAILS DU MONITEUR D'AFFICHAGE

Paramètres

Temps (TIME)	00:00-99:59
Vitesse (SPD)	0.0-99,8 miles/h
Distance (DST)	0.00-99,9 miles
Calories (CAL)	0.00-999,8KCAL
Odomètre (ODO)	0-9999Miles
Pouls (PUL)	40-240 BPM



Opération

Allumer/éteindre le vélo

Le moniteur s'allume automatiquement lorsque vous commencez à faire de l'exercice. Vous pouvez également l'allumer manuellement en appuyant sur n'importe quel bouton.

Le moniteur s'éteindra automatiquement au bout d'un certain temps lorsque vous arrêterez de faire de l'exercice.

Si aucune donnée ne s'affiche, veuillez vérifier si le fil s'est connecté, ou changez les piles. (Le moniteur nécessite des piles AAA)

Mode

Temps (TIME) ----- Ce mode affiche le temps que vous avez pédalé.

Vitesse (SPD) ----- Ce mode affiche la vitesse de votre exercice en temps réel.

Distance (DIST) ----- Ce mode affiche la distance que vous avez parcourue en pédalant.

Calories (CAL) ----- Ce mode affiche les calories que vous avez brûlées pendant votre exercice.

Odomètre (ODO) ---- Ce mode affiche la distance totale que vous avez pédalée depuis que le vélo d'appartement a été acheté ou remis à zéro.

Pouls (PUL) ----- Ce mode affiche votre fréquence cardiaque par minute.

Scan (SCAN) ----- Ce mode affiche automatiquement et à tour de rôle les six modes ci-dessus. Lorsque vous appuyez sur le bouton "SCAN" à gauche de l'écran, les données changent automatiquement une par une. Vous pouvez également scanner chaque donnée en appuyant sur le bouton.

Réinitialisation

Si vous appuyez longtemps sur le bouton pendant plus de 3 secondes, toutes les données seront réinitialisées, sauf le compteur kilométrique. Si vous remplacez la pile, toutes les données seront également réinitialisées.

Détails d'utilisation

La résistance du vélo peut être modifiée en fonction de votre niveau de forme physique en tournant le bouton dans le sens des aiguilles d'une montre, pour diminuer, tourner dans le sens inverse.

Si vous souhaitez freiner d'urgence, vous devez appuyer sur le bouton de réglage de la résistance pour éviter les tensions musculaires ou d'autres blessures.

PRECAUTIONS DE SECURITES

Avant d'utiliser le vélo, veuillez lire attentivement les instructions afin de vous assurer que vous avez reçu les informations correctes, y compris toutes les pièces nécessaires pour assembler le vélo et le faire fonctionner.

- 1) Ce vélo est destiné à un usage domestique uniquement et ne doit pas être utilisé dans un cadre commercial. La charge maximale est de 120 kg.
- 2) Veuillez l'utiliser en respectant scrupuleusement les instructions.
- 3) Veuillez vérifier soigneusement la machine avant la première utilisation et la contrôler en conséquence tous les mois. Veuillez utiliser uniquement les accessoires d'origine.
- 4) Si la vélo ne fonctionne pas bien, veuillez contacter le concessionnaire et l'agence.
- 5) Veuillez tenir la machine à l'écart des produits de nettoyage corrosifs.
- 6) Veuillez utiliser la machine qu'après l'avoir correctement installée et soigneusement inspectée.
- 7) Veuillez ajuster les pièces à leur niveau maximum avant l'installation. Assurez-vous que tous les boulons soient bien serrés.
- 8) Ce produit est réservé aux adultes. Si des enfants souhaitent l'utiliser, veuillez vous assurer qu'ils soient accompagnés d'un tuteur.
- 9) Veuillez ne pas tenter de cascades et de mouvements dangereux sur le vélo.
- 10) Veuillez utiliser ce produit sous la supervision de médecins ou de spécialistes de fitness.
- 11) Veuillez faire des séances raisonnables avant d'utiliser le produit et l'utiliser en stricte conformité avec les exigences.
- 12) La résistance de ce produit est réglable. Veuillez sélectionner le niveau de résistance approprié.
- 13) Veuillez vérifier soigneusement tous les boulons et vis pour assurer votre sécurité avant de les utiliser.
- 14) Pendant l'exercice, veuillez à mettre vos pieds dans les couvre-pédales. Ne vous arrêtez pas immédiatement pendant la rotation rapide, veuillez freiner rapidement pour éviter les accidents.

MAINTENANCE ET DEPANNAGE

1 Nettoyage

Utilisez un chiffon doux pour essuyer la poussière sur le vélo. N'utilisez pas de nettoyeurs abrasifs pour nettoyer les pièces en plastique. Essuyez la sueur après utilisation, avec un spray antibactérien ou une lingette).

2 Maintenance

Veillez éviter toute exposition directe au soleil, en particulier le cadran LCD qui est très vulnérable. Chaque semaine, veuillez vérifier tous les boulons et les vis pour voir s'ils sont desserrés ; serrez-les si nécessaire. Veuillez conserver le vélo dans un environnement propre et sec et à l'écart des enfants.

Dépannage

- 1 Pour résoudre le problème de "vacillement" du vélo, veuillez bouger et tourner les pédales jusqu'à ce qu'il soit stable.
- 2 Si l'écran du moniteur n'affiche rien, veuillez vérifier si les câbles sont correctement connectés, si la batterie est correctement installée ou si elle doit être remplacée.
- 3 Si l'écran du moniteur n'affiche pas le rythme cardiaque ou s'il est mal affiché, veuillez vérifier si le câble dans l'accoudoir est correctement branché. Veuillez vous assurer que vous tenez les capteurs de l'accoudoir ; veuillez ne pas saisir les capteurs trop fermement. (convient au modèle avec fonction de pouls).
- 4 En cas de bruit anormal pendant l'utilisation, veuillez vérifier si les boulons sont desserrés et assurez-vous qu'ils sont bien serrés.

