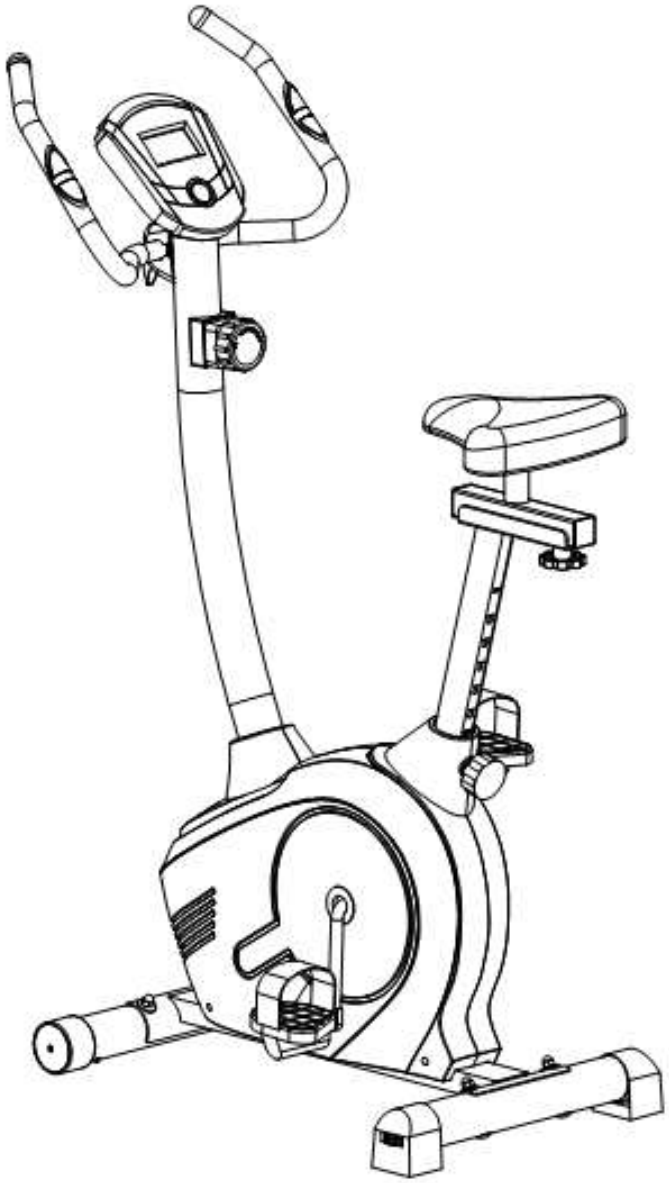
MANUALUL UTILIZATORULUI - RO

IN 7558 Bicicletă magnetică inSPORTline Ellare (YK-B5815)



CONTENTS

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA ... 3
LISTA PIESELOR ... 4
LISTA UNELTE ... 6
VEDERE DESFARURATA ... 7
INSTRUCTIUNI ANSAMBLARE ... 8
OPERAREA COMPUTERULUI ... 12
INGRIJIRE ... 12
DEPANAJ ... 13
RUTINA DE INCALZIRE ... 13
TERMENII SI CONDITIILE GARANTIEI. ... 16



IMPORTANT: Cititi toate instructiunile cu atentie inainte de utilizarea produsului. Retineti manualul pentru referinte ulterioare.

Specificatiile pot varia fata de poza.

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA IMPORTANTE

Precautiunile de baza ar trebui urmate mereu, inclusiv urmatoarele instructiuni atunci cand utilizati echipamentul. Cititi toate instructiunile inainte de a utiliza echipamentul.

1. Cititi toate instructiunile cu atentie inainte de a utiliza echipamentul. Asigurati-va ca echipamentul este ansamblat corect si strans bine inainte de utilizare.
2. Inainte de exercitii, pentru a evita ranirea muschilor, sunt recomandate exercitiile de incalzire.
3. Asigurati-va ca nu aveti piesele sunt fixate bine si nu sunt defecte. Acest echipament ar trebui asezat pe o suprafata plana cand este utilizat. Este recomandata folosirea unui covoras pentru podea.
4. Purtati haine si incaltaminte corespunzatoare cand utilizati echipamentul. Nu purtati haine ce s-ar putea agata in piesele echipamentului. Amintiti-va sa strangeti curelele pedalelor.
5. Nu incercati lucrari de intretinere sau ajustare, altele decat cele descrise in manual. Daca apar probleme, incetati utilizarea si contactati-va distribuitorul local.
6. Nu folositi echipamentul in aer liber.
7. Acest echipament este pentru uz casnic, nu este un model de uz comercial.
8. Echipamentul trebuie folosit de o singura persoana la un moment dat
9. Nu permiteti copiilor sa se joace cu acest echipament. Tineti copiii si animalele de compatnie la distanta cat timp ecipamentul este un uz. Echipamentul este pentru adulti. Spatiul minim pentru utilizare este de 2 m.
10. Daca simtiti dureri in piept, greata, ameteala, sau greutate in a respira, opriti-va din exercitii de urgenta si consultati un doctor inainte de a continua.
11. Greutatea maxima suportata de echipament este de 120 kg .

AVERTISMENT: Inainte de a incepe sa faceti exercitii, consultati-va medicul. Acest lucru este important in special pentru cei cu varsta de peste 35 ani, sau care au mai avut probleme de sanatate. Cititi toate in structiunile inainte de a utiliza aparatul.

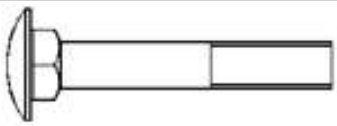
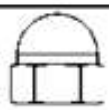
ATENTIE: Cititi cu atentie toate instructiunile inainte de a utiliza produsul. Retineti manualul pentru referinte ulterioare.

LISTA PIESELOR

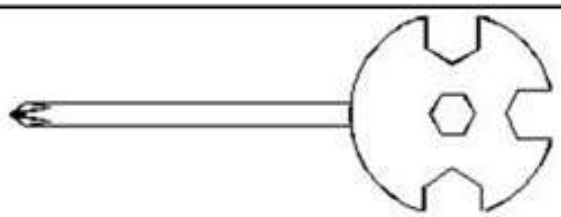
Nr.	Descriere	Cant
001	Cadru principal	1
002	Stabilizator frontal	1
003	Stabilizator spate	1
004	Suport roata inactiva	1
005	Stalpul scaunului	1
006	Tub glisant al scaunului	1
007	Stalp ghidon	1
008	Ghidon	1
009	Suport in forma de U	2
010	Saiba Ø16xØ8x1.5	6
011	Surub cu ochi M8x85	1
012	Capac pentru stabilizator frontal	2
013	Capac pentru stabilizator spate	2
014	Saiba curbata mare Ø8	8
015	Nivelator ajustabil M8	1
016	Arc Ø6	2
017	Surub M8x70	4
018	Capac stalp glisant al scaunului(□38)	2
019	Surub M8x15	4
020	Surub M8x20	1
021	Surub cu ochi M6x36	2
022	Roata inactiva Ø10xØ35	1
023	Surub ST2.9×12	2
024	Surub ST4.2×20	6
025	Surub ST4.2×25	7
026	Surub autofiletant cu cap Phillips ST4.2x25	4
027	Piulita nylon M8	6
028	Piulita M6	2
029	Piulita hexagonala M10	2
030	Piulita capac M8	4
031	Volanta Ø230x40xØ32	1
032	Cupa rulment	2
033	Rulment 6000ZZ	2
034	Piulita rulment I 15/16"	1
035	Piulita rulment II 7/8"	1

036	Saiba Ø24xØ40x3.0	1
037	Saiba Ø23xØ34.5x2.5	1
038	Piulita hexagonala 7/8"	1
039	Centura scripete cu pedalier Ø240J6	1
040	Surub M5X45	1
041	Saiba mare curbata Ø5	1
042	Surub M5X10	4
043	Prindere spuma ghidon Ø24xØ30x550	2
044	Pedala stanga YH-30X	1
045	Pedala dreapta YH-30X	1
046	Capac pentru ghidon	2
047	Capac aparatoare	2
048	Maner rotund M16	1
049	Fir senzor puls L=750mm	2
050	Fir senzor L=750mm	1
051	Aparatoare lant stanga	1
052	Aparatoare lant dreapta	1
053	Bucsa stalp scaun	1
054	Maner control tensiune	1
055	Cablu tensiune L=1150mm	1
056	Clema aparatoare	1
057	Distantier (Ø12x20x1.5)	1
058	Aparatoare stalp ghidon	1
059	Aparatoare stalp scaun	1
060	Curea PJ360 J6	1
061	Perna scaun DD-982AT	1
062	Computer	1
063	Extensie fir senzor (L=1000mm)	1
064	Maner T ghidon(M8x55)	1
065	Saiba Ø12x Ø6x1.0	1
066	Surub M6X10	1
067	Stecher	1

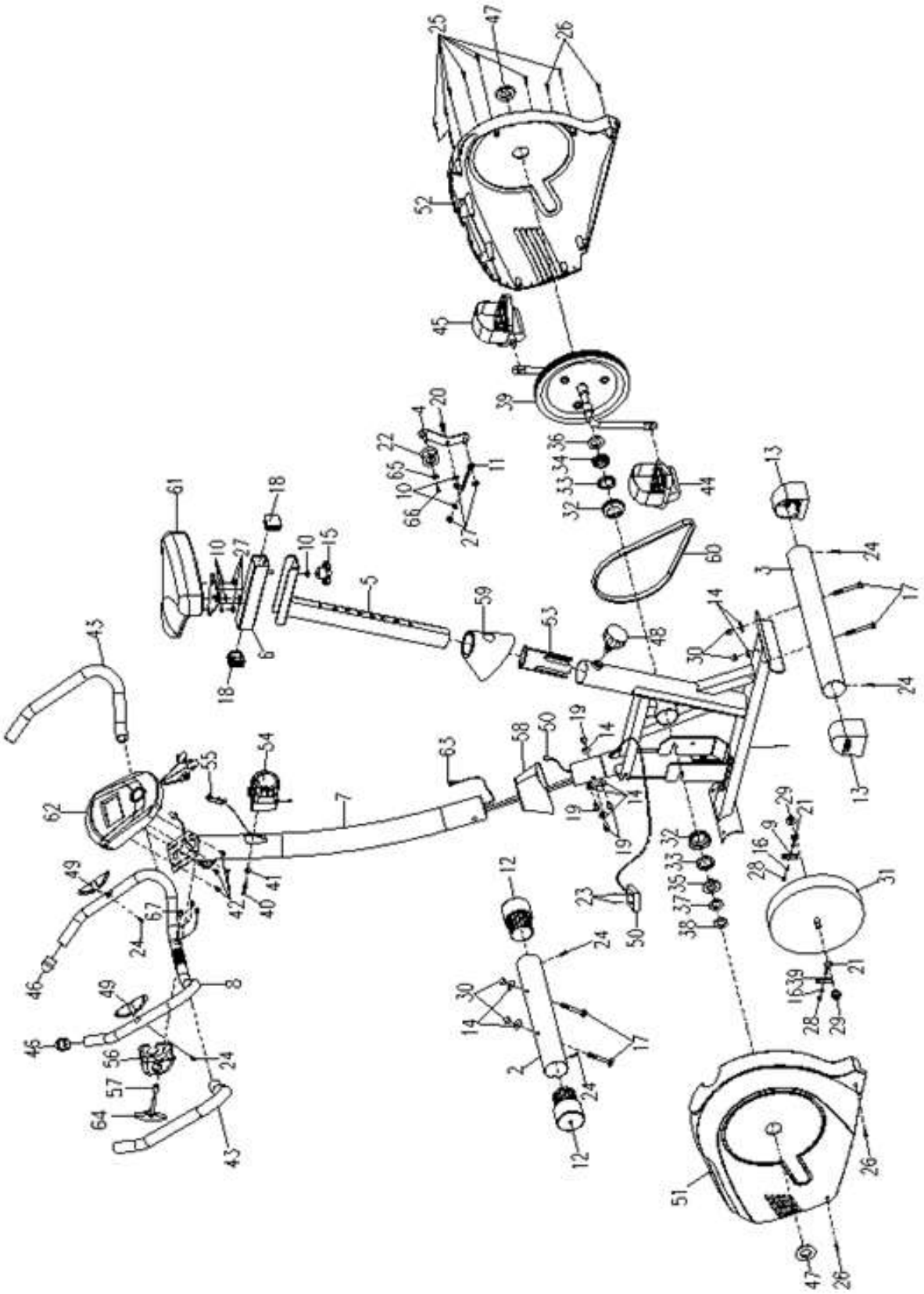
LISTA UNELTELOR

		
(17) Surub M8x70 4 buc	(14) Saiba mare curbata Ø8 4 buc	(30) Piulita capac M8 4 buc

TOOLS

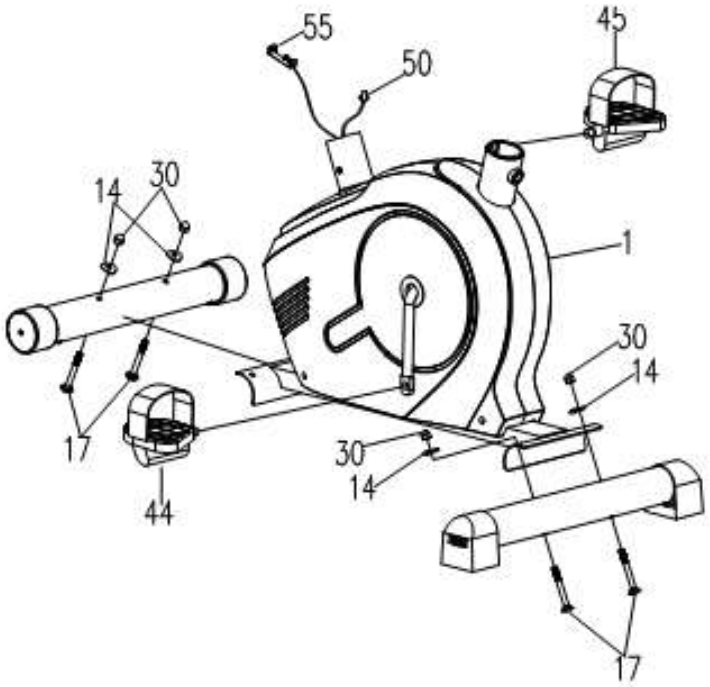
	
Imbus S6 1 buc	Unealta multi hex cu surubelnita Phillips S10, S13, S14, S15 1 buc

VEDERE DESFASURATA



INSTRUCTIUNI ANSAMBLARE

PAS 1 INSTALAREA STABILIZATOARELOR FRONTAL SI SPATE



Pozitionati stabilizatorul frontal (2) in fata cadrului principal (1) si aliniati gaurile. Atasati stabilizatorul frontal (2) pe curba din fata cadrului principal (1) cu 2 suruburi M8x70 (17), 2 saibe mari curbate Ø8 (14), si 2 piulite capac M8 (30).

Pozitionati stabilizatorul spate (3) in spatele cadrului principal (1) si aliniati gaurile. Atasati stabilizatorul spate (3) pe curba din spate a cadrului principal (1) cu 2 suruburi M8x70 (17), 2 saibe mari curbate Ø8 (14), si 2 piulite capac M8 (30).

Instalare Pedale:

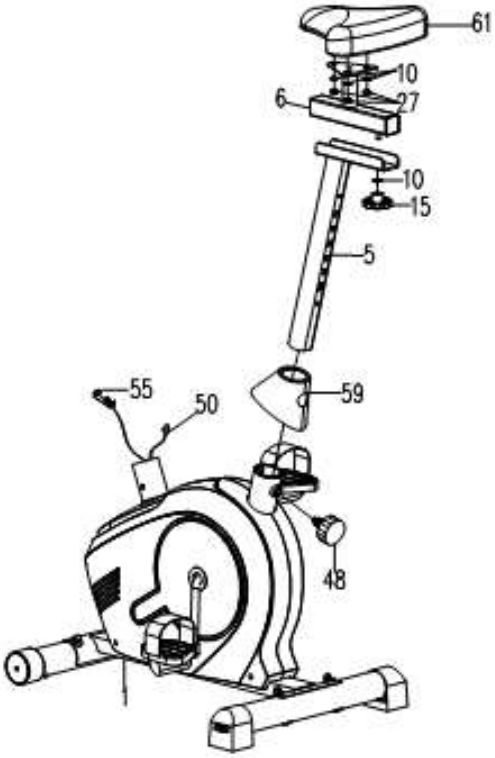
Pedalier, pedalele, axurile si curelele pedalelor sunt marcate cu "R" pentru dreapta si cu "L" pentru stanga.

Inserati axul pedalei stangi la pedala stanga (44) in gaura filetata din pedalierul stang (39). Rotiti axul pedalei manual in directia inversa a acelor de ceas pana cand este strans bine.

Nota: NU rotiti axul pedalei in directia acelor de ceas, pentru a nu deteriora filetul.

Inserati axul pedalei drepte (45) in gaura filetata din pedalierul drept (39). Rotiti pedala manual in directia acelor de ceas pana cand este strans bine.

PAS 2: INSTALAREA STALPULUI, APARATORII, PERNEI SI A TUBULUI GLISANT AL SCAUNULUI

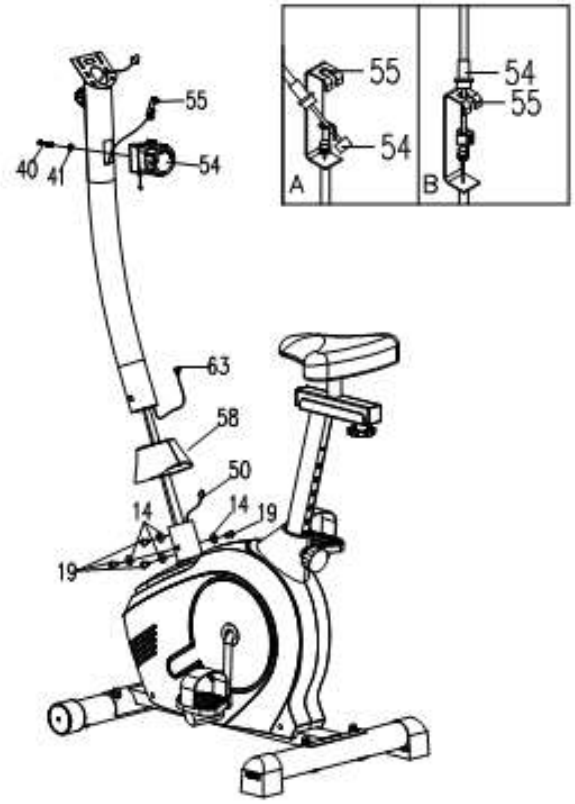


Glisati aparatoarea stalpului scaunului (59) la tubul cadrului principal (1). Inserati stalpul scaunului (5) in bucsa stalpului scaunului (53) de pe tubul cadrului principal (1) apoi atasati manerul stalpului scaunului (48) la tubul cadrului principal (1) rotindu-l in directia acelor de ceas cu multiunealta hex furnizata pentru a bloca stalpul scaunului (5) in pozitia corecta.

Inlaturati 3 piulite nylon M8 (27) si 3 saibe Ø16xØ8x1.5 (10) de sub perna scaunului (61). Inlaturati piulitele de nylon si saibele cu multiunealta furnizata. Puneti suruburile sub perna scanului (61) prin gaurile de deasupra tubului glisant al scaunului (6), atasati cele 3 piulite nylon M8 (27) si 3 saibe Ø16xØ8x1.5 (10). Strangeti piulitele si saibele cu unealta furnizata.

Puneti surubul tubului glisant al scaunului sub tubul glisant al scaunului (6) prin gaura de deasupra stalpului scaunului (5), atasati cu o saiba Ø16xØ8x1.5 (10) si cu nivelatorul ajustabil (15).

PAS 3: INSTALAREA STALPULUI SI A APARATORII GHIDONULUI, SI A MANERULUI DE CONTROL TENSIUNE



Inlaturati 4 suruburi M8x15 (19) 4 saibe Ø20xØ8x2.0 (14) de la cadrul principal (1). Inlaturati suruburile cu imbusul furnizat.

Glisati aparatoarea stalpului ghidonului (58) pe stalpul ghidonului (7)

Inserati cablul tensiune (55) prin gaura de jos a ghidonului (7) si trageti prin gaura patrata a stalpului ghidonului (7).

Conectati firul senzor (50) de la cadrul principal (1) la extensia firului senzor (63) de la stalpul ghidonului (7).

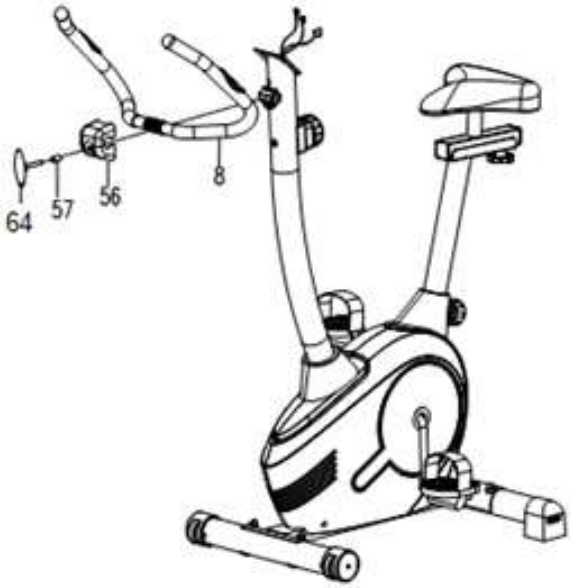
Inserati stalpul ghidonului (7) in tubul cadrului principal (1) si securizati cu 4 suruburi M8x15(19), si cu 4 saibe Ø20xØ8x2.0 (14) care au fost inlaturate. Strangeti cu imbusul furnizat.

Glisati aparatoarea stalpului ghidonului (58) pe stalpul ghidonului (7).

Inlaturati surub M5x45 (40) si saiba mare Ø5 (41) de la manerul de control tensiune (54). Inlaturati surubul cu multiunealta furnizata.

Puneti cablu de rezistenta al manerului de control tensiune (54) in arcul cablului de tensiune (55) dupa cum este aratat in desenul A figura 3. Trageti de rezistenta manerului de control tensiune(54) in sus si fortati-l in soclul de metal al cablului de tensiune (55) dupa cum este aratat in desenul B al figuruii 3.Atasati manerul de control tensiune (54) la stalpul ghidonului (7) cu surub M5x45 (40) si saiba mare Ø5 (41) care au fost inlaturate. Strangeti suruburile cu multiunealta furnizata.

PAS 4: INSTALARE GHIDON

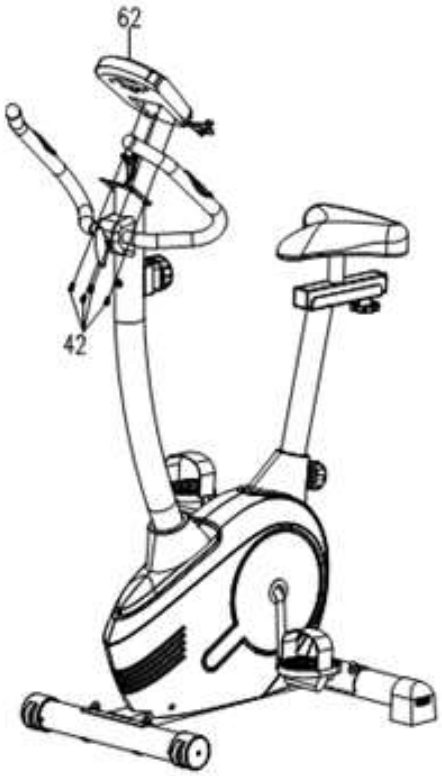


Inserati firele senzor puls (49) in gaura stalpului ghidonului (7) si apoi tragetile prin capatul de deasupra a stalpului ghidonului(7). Puneti ghidonul(8) prim clema stalpului ghidonului(7) cu senzorii pentru puls fiind indreptati spre scaun.

Tineti ghidonul (8) in pozitia dorita si strangeti aparatoarea clemei (56) distantierul Ø12x20x1.5 (57), si manerul T al ghidonului (64) pe clema. Strangeti manerul T al ghidonului (64) dupa ajustari.

NOTA: Manerul T al ghidonului trebuie strang bine inainte de utilizare.

STEP 5: INSTALAREA COMPUTERULUI



Inlaturati 4 suruburi M5x10 (42) de la computer (62) cu multiunealta furnizata. Conectati firele senzorului puls (49) si extensia firelor senzor (63) la firele care vin de la computer (62). Bagati firele in stalpul ghidonului (7). Atasati computerul (62) la capatul superior al stalpului ghidonului (7). Cu 4 suruburi M5x10 (42) care au fost inlaturate. Folositi multiunealta furnizata.

OPERARE COMPUTER

SPECIFICATII

TIME	0:00 - 99:59 MIN:SEC
SPEED	0.0 - 999.9 KM/H or ML/H
DISTANCE	0.00 - 99.99 KM or ML
CALORIES	0.0 - 999.9 KCAL
TOTAL/ODOMETER	0.00 - 99.99 KM or ML
PULSE	40 - 200 BEATS/MIN

FUNCTIILE TASTELOR

MODE: Pentru a selecta orice functie doriti. Tineti apasat pentru 4 secunde pentru a reseta toate valorile functiilor inafara de TOTAL.

SET: Pentru a seta valorile tinta.

RESET: Pentru a reseta valorile.

PROCEDURI OPERATIONALE

AUTO ON/OFF : Monitorul se va inchide automat daca nu primeste nici un semnal timp de 4 minute. Monitorul se va deschide singur daca apasati orice tasta sau incepeti exercitiile.

FUNCTII

1. TIME (TMR): Memoreaza timpul de antrenament.
2. SPEED (SPD): Afiseaza viteza curenta.
3. DISTANCE (DST): Acumuleaza distanta in timpul antrenamentelor.
4. TOTAL/ODO: Afiseaza distanta totala parcursa. Cumuleaza distanta tuturor sesiunilor de antrenament si nu poate fi resetat, decat prin inlocuirea (scoaterea) bateriilor.
5. CALORIES (CAL): Memoreaza consumul de calorii arse din timpul antrenamentului.
6. PULSE (PUL): Afiseaza pulsul utilizatorului in timpul antrenamentului. Remarca: trebuie sa tineti cu ambele maini senzorii pentru un efect mai concis.
7. SCAN: Scaneaza automat fiecare functie.

BATERIA

Daca afisajul nu se vede corect, inlocuiti bateriile. Monitorul utilizeaza 2 baterii AA, 1 AAA sau 1 de 1.5V. Puteti inlocui bateriile in acelasi timp.

INTRETINERE

CURATARE

Bicicleta poate fi curata cu o carpa moale si umeda. Nu folositi abrazivi sau solventi pe partile din plastic. Curatati bicicleta dupa fiecare sesiune de antreamente. Aveti grija sa nu udati afisajul computerului, pentru a nu cauza un scurt-circuit. Tineti bicicleta, dar mai ales afisajul departe de razele solare. Va rugam inspectati toate piesele de ansamblare, piulite, suruburi, pedale pentru o mai buna functionare in fiecare saptamana.

DEPOZITARE

Depozitati bicicleta intr-un mediu curat si uscat, la departare de copii

.

DEPANAJ

Bicicleta se clatina cand este utilizata	Rotiti capacul stabilizatorului din spate cat este nevoie pentru a nivela bicicleta.
Nu se afiseaza nimic pe ecranul computerului	1. Verificati firele computerului sa fie bine conectate cu cele care vin stalpul ghidonului 2. Verificati daca bateriile sunt pozitionate corect si daca arcurile sunt in contact cu bateriile. 3. Bateriile pot fi terminate, inlocuiti-le cu unele noi
Nu se citeste pulsul, sau citirea este incorecta, inconsistenta.	1.Asigurati-va ca firele senzorului pt puls sunt puse conectate corect. 2. Pentru a asigura o citire cat mai precisa, va rugam tineti intotdeauna ambele maini pe senzori in loc sa tineti doar una cand doriti sa cititi pulsul in timpul antrenamentului. 3. Evitati sa strangeti prea tare. Incercati sa mentineti o presiune moderata in timp ce tineti mainile pe senzorii de puls.
Bicicleta face un zgomot in timpul utilizarii	Suruburile ar putea fi slabite. Va rugam inspectati toate suruburile si strangeti-le pe cela slabite.

.

INCALZIREA MUSCHILOR

INCALZIREA

Scopul incalzirii este de a pregati corpul pentru exercitii si de a minimza pericolul de intinderii. Faceti incalzire pentru doua cinci minute inainte de antrenament. Faceti exercitii ce va creste ritmul cardiac si va incalzesc muschii. mersul pe jos, jogging, sarituri, saritul corzii, si alergatul pe loc.

RELAXAREA

Scopul relaxarii e acela de a readuce corpul la starea normala, odihnindu-va dupa fiecare serie de exercitii. O relaxare corecta incetineste usor ritmul cardiac si permite sangelui sa se intoarca la inima.

.

ROTIREA CAPULUI

Rotiti capul de la dreapta spre stanga, simtind intinderea din partea stanga a gatului. Apoi rotiti capul inapoi odata, intinzand barbia spre tavan si lasand gura deschisa. Rotiti capul spre stanga odata si apoi lasati capul cu barbia in piept odata..



RIDICARI DIN UMERI

Ridicati umarul drept spre ureche in timp ce umarul stang il coborati. Repetati pentru umarul stang.



INTINDERI LATERALE

Ridicati mainile deasupra capului. Ridicati mana dreapta cat de sus puteti odata. Repetati actiunea si pentru mana stanga.



INTINDEREA CVADRICEPSILOR

Cu o mana pe un perete pentru echilibru, intinde cealalta mana si prinde piciorul si ridica-l cat poti de sus. Aduceti calcaiul cat mai aproape de fese. Tineti timp de 15 secunde si repetati cu celalalt picior.



INTINDEREA MUSCHILOR INTERIORI AI COAPSELOR

Stati cu talpile picioarelor alaturate cu genunchii indreptati spre exterior. Trageti picioarele cat mai aproape de corp. Impingeti usor genunchii spre podea. Repetati de 15 ori.



ATINGEREA DEGETELOR DE LA PICIOARE

Intindeti-va usor din talie, lasand spatele si umerii cat mai relaxati in timp ce va intindeti spre degetele de la picioare. Intindeti-va cat puteti de mult. Repetati de 15 ori.



INTINDEREA MUSCHILOR COAPSELOR

Stati cu piciorul drept intins.Odihniti talpa piciorului inspre coapsa interioara dreapta. Intindeti-va spre degetul de la picior. Repetati de 15 ori. Relaxativa si apoi repetati cu piciorul stang

.



INTINDEREA CALCAIULUI LUI AHILE

Sprijiniti-va de un perete cu piciorul stang in fata celui drept si cu mainile inainte. Tineti piciorul drept drept, si cel stang pe podea. Apoi indoiti piciorul stang inainte prin miscarea soldurilor spre perete. Apoi repetati si pentru celelalt picior de 15 ori.



CERTIFICAT DE GARANTIE

Nume marca produs : **……**

Model :……..

Vanzator :……

Cu factura/chitanta ……

Reparatiile se vor efectua la magazinul:……

Adresa: …….

Semnatura si stampila :…….

Cumparator :……..

Data cumpararii:……

Semnatura/stampila:……..

S-au efectuat probe de functionare, mi s-au inmanat instructiunile de folosire si mi s-a aratat modul de intrebuintare. Prin prezenta, sunt de accord cu conditiile de garantie.

Prin prezenta confirm ca am primit produsul in perfecta stare de functionare impreuna cu ghidul de utilizare in limba romana si am luat la cunostiinta ca prezentul certificat de garantie este valabil numai insotit de chitanta sau factura de achizitie. Daca produsul nu este insotit de prezentul certificat sau garantia este expirata sau anulata de catre service datorita utilizarii in conditii anormale conform paragrafului 5, reparatia se va efectua cu acordul meu contra cost.

Punerea in functiune : Se vor respecta cu stictete instructiunile de montaj si punere in functiune care insotesc aparatele. La prima utilizare a aparatului, exercitiile se vor face usor pentru a constata daca functioneaza perfect.

Conditii de acordare a garantiei

1.Termenul de garantie este de 24 luni de la data cumpararii produsului si respectiv ale accesoriilor standard aflate in componenta sa (cumparate simultan cu produsul, cele fara de care aparatul nu poate functiona).Asigurarea garantiei consat in repararea aparatului in stare de functionare.

2.Garantia se acorda conform legislatiei romane in vigoare la data cumpararii, se aplica numai daca aparatul este folosit corespunzator (in concordanta cu instructiunile de folosire) si este valabila numai insotita de chitanta sau factura de cumparare si certificatul de garantie, ambele in original. Durata timpului de garantie se prelungeste cu timpul scurs de la data depunerii reclamatiei pana la recuperarea

3.In cazul defectarii in conditii normale de utilizare, pe durata perioadei de garantie, produsul se va repara gratuit, la sediile mentionate in acest certificat. Durata medie de utilizare a produsului este de 5 ani.

4.Situatii care duc la iesirea din garantie a produsului:

- Nerespectarea conditiilor de manipulare, transport, pastrare, instalare, punere in functiune, exploatare si intretinere prevazute in manualul de utilizare sau in conditii ce contravin standardelor tehnice din Romania;

- Documentele de garantie nu sunt prezentate, au fost deteriorate / modificate sau sunt ilizibile;

- Aparatul prezinta deteriorari cauzate de accidente mecanice, lovituri, socuri, patrunderi de lichide, expuneri la foc, utilizare gresita sau neglijenta, schimbari ale starii aparatului, pastrarea in conditii improprii – functionarea repetata in regim de mari diferente de temperatura care cauzeaza fenomenul de “condens” intern, expunerea excesiva la umezeala sau radiatii solare, deteriorarea capacelor de protectie sau neglijentei in utilizare;

-Sigiliul aplicat de catre vanzator a fost deteriorat, sters sau inlocuit;

- Depozitare incorecta, lovire, suprasarcina cesul electronic, mansoanele de burete, bateriile, capacele, ornamentele de plastic, brate de la bicicletele eliptice, curelele de franare de la bicicletele medicinale, cablurile de la aparatele multifunctionale, nu fac obiectul garantiei

- Interventii software sau reparatii executate de catre persoane neautorizate sau alte unitati decat cele specificate in prezentul certificat;

5.Pierderea certificatului de garantie determina iesirea din garantie a produsului.

6.Perioada de garantie se prelungeste cu timpul scurs de la data predarii produsului la service, pana la data repunerii in stare de functionare a produsului. Prelungirea termenului de garantie se inscrie pe certificatul de garantie.

7.Asiguram contra cost, reparatii in afara perioadei de garantie, sau daca produsul a iesit din garantie, pe toata durata medie de utilizare a produsului.

8.Repararea produsului de folosinta indelungata defectat in perioada de garantie, atunci cand nu poate fi reparat sau cand durata de nefunctionare din cauza deficientelor aparute in perioada de garantie depaseste 10% din termenul de garantie, la cererea consumatorului, vor fi inlocuite de vanzator/comparator sau acesta va restitui consumatorului contravaloarea actualizata a produsului respective.

9.Obiectul garantiei :

-Cadrul si alte elemente metalice se schimba in caz de rupere sau fisurare, daca nu prezinta urme de lovituri sau zgarieturi;

-Foaia de angrenaj se schimba in cazul in care se produce ruperea de pe axul pedalier sau in cazul in care se constata ruperea dintilor.

*CERTIFICATUL DE GARANTIE NU ESTE TRANSMISIBIL

Fisa de reparatie in garantie

Nr.	Data receptie	Descrierea defectului	Reparatie efectuata	Prelungire garantie cu	L.S.
1.					
2.					
3.					
4.					

Distribuitor

Total Sport Equipment

Str. Apuseni nr.1, Deva, Hunedoara

CUI : 26389077 ; J20/21/2010

Tel: 0354 88 22 22 / office@insportline.ro

Web: www.insportline.ro