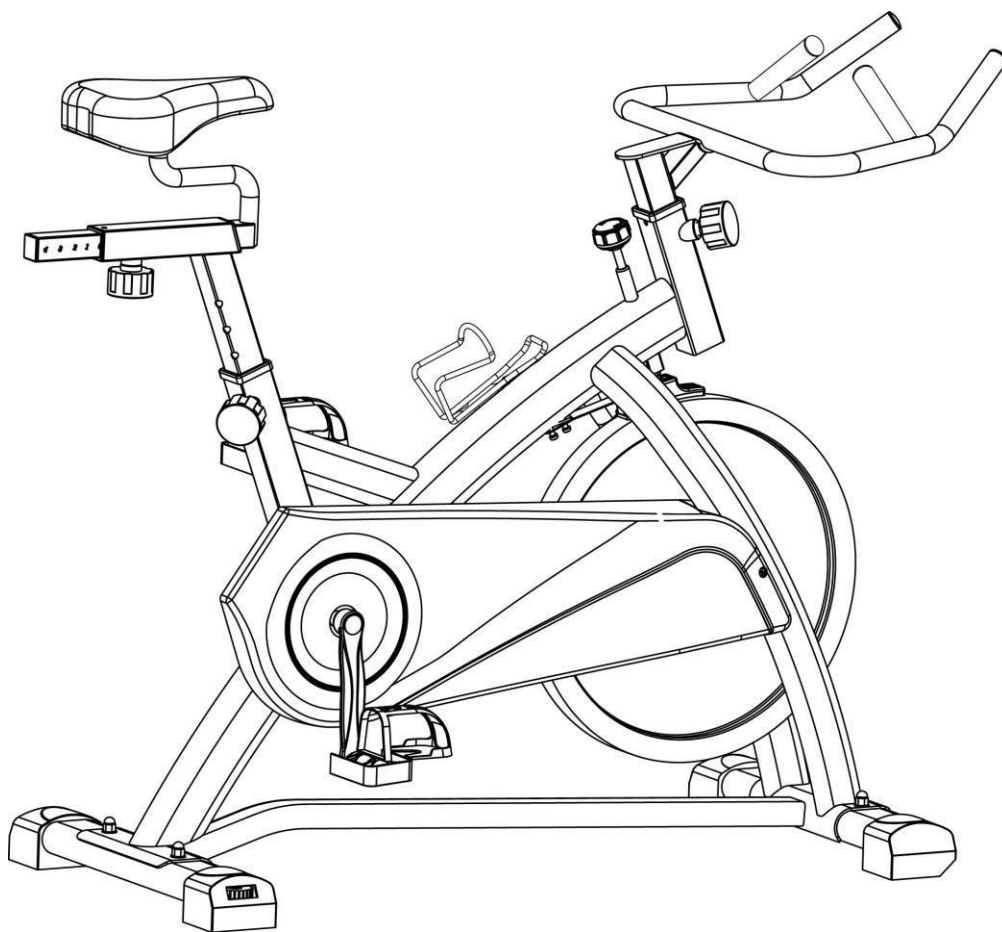




MANUAL DE UTILIZARE

**IN 4422 Bicicleta indoor cycling
inSPORTline Jota**



CUPRINS

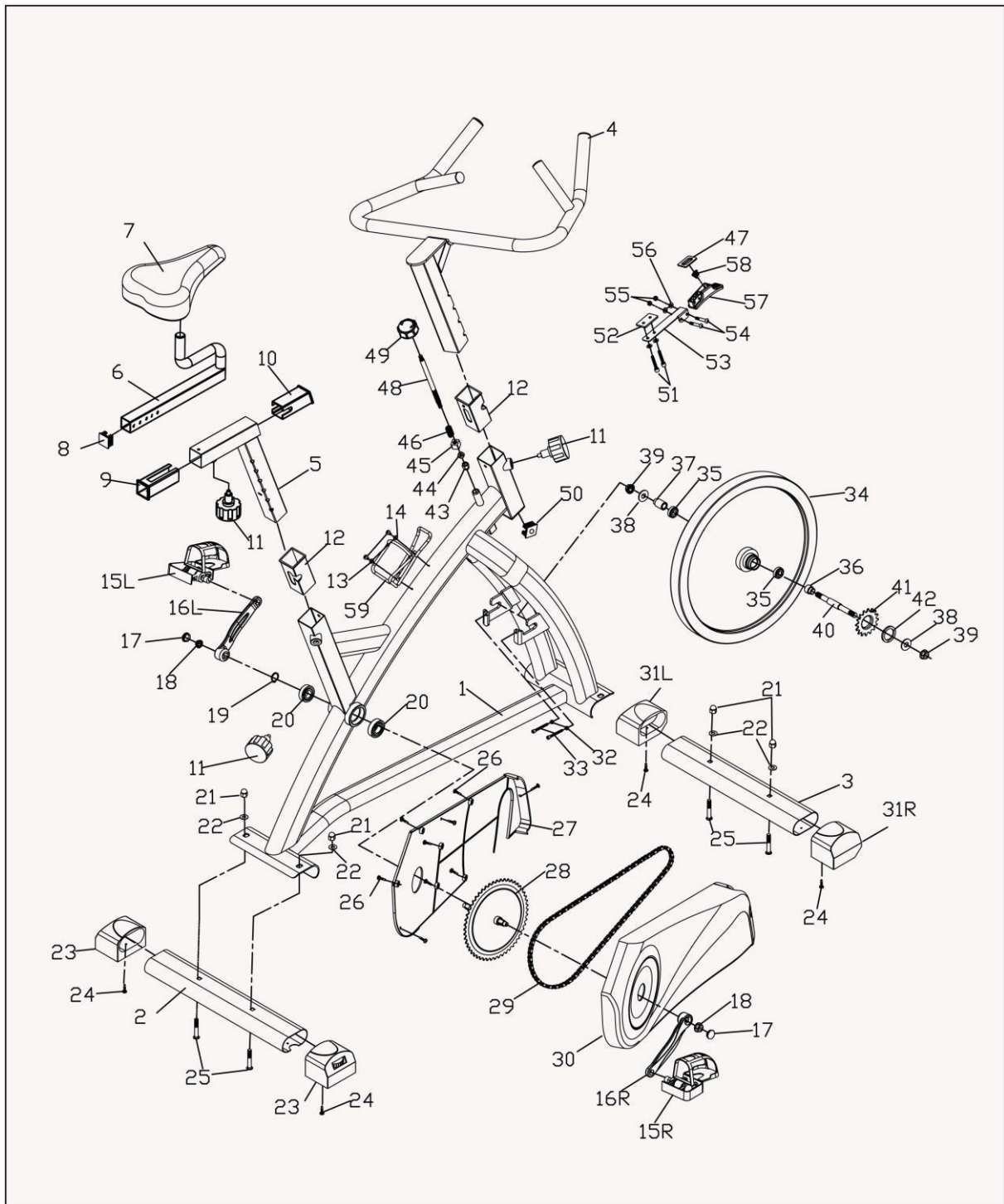
INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA	3
SCHEMA.....	4
LISTA COMPONENTE.....	5
INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE	7

INSTRUCTIUNI DE SIGURANTA

Pastrati manualul pentru referinte ulterioare.

1. Este important sa cititi tot manualul inainte de a asambla si utiliza aparatul. Este responsabilitatea dvs. sa va asigurati ca toti utilizatorii acestei biciclete sunt informati cu privire la pericolele ce ar putea sa apara.
2. Inainte de a incepe orice program de exercitii, consultati medicul, mai ales daca luati medicamente care afecteaza ritmul cardiac, tensiunea arteriala sau nivelul colesterolului din sange.
3. Atentie la semnalele corpului dvs. Antrenamentul excesiv sau incorect poate dauna sanatatii dvs. Opriti antrenamentul daca aveti urmatoarele simptome: dureri, batai neregulate ale inimii, respiratie dificila, ameteli, greata. Daca prezentati aceste simptome consultati medicul inainte de a continua programul de antrenament.
4. Tineti animalele si copiii la distanta fata de bicicleta, cand aceasta este in uz. Bicicleta este destinata doar adultilor.
5. Folositi aparatul pe o suprafata dreapta, solida, cu un covor de protectie dedesubt daca este necesar. Asigurati un spatiu de cel putin 0.6 m in jurul bicicletei.
6. Inainte de a utiliza produsul, verificati ghidonul, saua, pedalele, suruburile si piulitele. Acestea trebuie sa fie bine stranse.
7. Nivelul de siguranta ridicat al produsului poate fi mentinut doar daca acesta este verificat cu regularitate, astfel incat sa fie depistate la timp semnele de uzura ale componentelor. (Ex. ghidon, pedale, sa.....)
8. Folositi produsul conform indicatiilor din manual. Daca sesizati componente defecte in timpul asamblarii sau a verificarii si produsul scoate sunete neobisnuite in timpul utilizarii, nu mai folositi produsul pana cand problema va fi rezolvata.
9. Purtati imbracaminte corespunzatoare atunci cand folositi bicicleta. Nu purtati imbracaminte prea larga, aceasta se poate agata de aparat.
10. Bicicleta face parte din categoria HC, pentru uz casnic.
11. Bicicleta nu este potrivita pentru scopuri terapeutice.
12. Aveti grija cand ridicati/deplasati bicicleta, exista riscul sa va accidentati spatele.
13. Toate componentele mobile trebuie verificate saptamanal (ex. pedale, ghidon, sa etc.). Daca exista componente uzate, inlocuiti-le imediat.
14. Greutate maxima a utilizatorului nu trebuie sa depaseasca 130 kg.

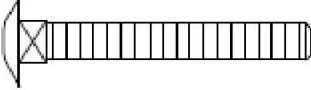
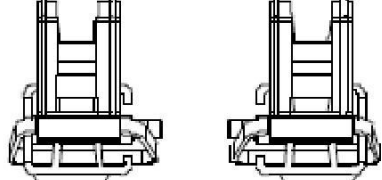
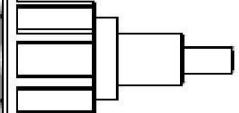
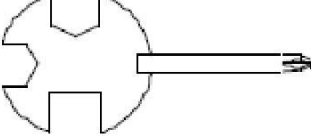
SCHEMA



LISTA COMPONENTE

NR.	DENUMIRE	SPECIFICATII	CANTITATE
1	Cadru principal		1
2	Stabilizator posterior		1
3	Stabilizator anterior	40*80*1.5T*400L	1
4	Ghidon		1
5	Suport sa vertical		1
6	Suport sa orizontal		1
7	Sa		1
8	Dop	38*38MM	1
9	Bucsa	PP	1
10	Bucsa	PP	1
11	Rotita de reglare	M16	3
12	Bucsa	PP	2
13	Saiba	Φ4	2
14	Surub	M4*15	2
15	Pedala (Dreapta/Stanga)		1
16	Ax pedala (Dreapta/Stanga)	165L	1
17	Capac		2
18	Piulita	M10*P1.25	2
19	Inel de siguranta		1
20	Rulment	6004Z	2
21	Piulita	M8	4
22	Saiba	Φ8*1.5T	4
23	Capac nivelare stang	40*80MM	2
24	Surub	Φ14*Φ10.5*10	4
25	Surub	M8*1.5T	4
26	Surub	ST4.2*19	5
27	Protectie lant	ABS	1
28	Roata	52	1
29	Lant		1
30	Protectie exterioara pentru lant	ABS	1
31	Capac stabilizator anterior (Drept/Stang)	40*80MM	2
32	Piulita	M6	2
33	Surub	M6*50	2
34	Volanta		1
35	Rulment	6001Z	2

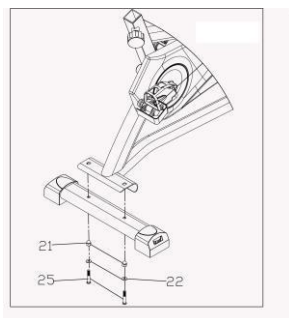
36	Distantier		1
37	Tub distantier		1
38	Saiba		2
39	Piulita cu flansa	M10*91.0	2
40	Ax volanta	M12	1
41	Roata mica dintata	16	1
42	Saiba		1
43	Piulita	M8	1
44	Piulita	M8	1
45	Distantier patrat	M10	1
46	Arc		1
47	Placuta de fixare		1
48	Ax-reglare rezistenta		1
49	Rotita-reglare rezistenta		1
50	Capac	PP	1
51	Surub	M5*30	2
52	Saiba latex	Black	1
53	Suport	Steel	1
54	Surub	M5*30	2
55	Piulita	M5	2
56	Saiba	Φ5	2
57	Placuta frana	ABS	1
58	Garnitura frana		1
59	Suport sticla		1

 No. 22 Saiba (Φ8)	 No. 21 Piulita (M8)	 No. 25 Surub (M8*1.5T)
 No. 15 L / R Pedale	 No. 11 Rotita reglare (M16)	 Cheie

INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE

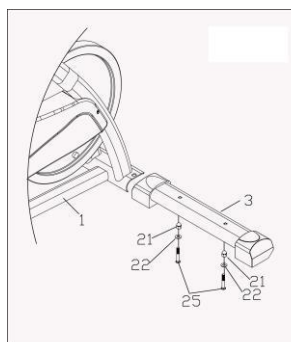
PASUL 1

Atasati stabilizatorul posterior (pt.2) la cadrul principal (pt.1) folosind 2 seturi de piulite (pt. 21), saibe (pt.22) suruburi (pt.25).



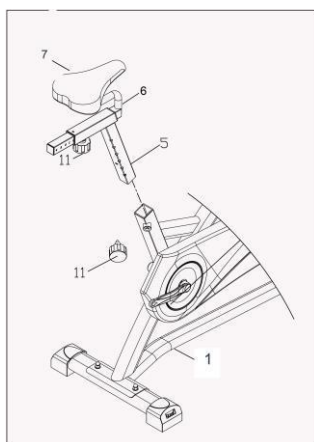
PASUL 2

Atasati stabilizatorul anterior (pt.3) la cadrul principal (pt.1) folosind 2 seturi de piulite (pt. 21), saibe (pt. 22) suruburi (pt. 25).



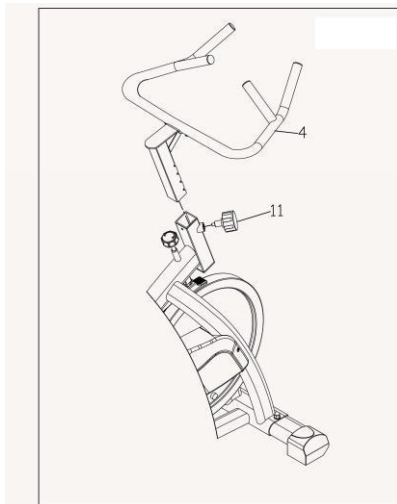
PASUL 3

Atasati saua (pt.7) la suportul orizontal (pt.6). Introduceti suportul orizontal (pt.6) in suportul vertical (pt.5). Desurubati rotita de reglare, alegeti pozitia seii, apoi strangeti rotita de reglare la loc. Atasati suportul vertical (5) la cadrul principal (1) in acelasi mod.



PASUL 4

Slabiti rotita de reglare (pt.11) si introduceti ghidonul (pt.4) in cadrul principal (pt.1). Reglati inaltimea ghidonului (nu depasiti marcajul "stop") apoi fixati rotita de reglare (pt.11).



PASUL 5

Pedalele (pt. 15L/15R) sunt marcate cu "L" si "R" – Stanga si Dreapta. Atasati-le la axul corespunzator si fixati cu cheia din dotare. Axul pedalei drepte este situat in partea dreapta fata de cum stati pe bicicleta.

NOTA: Pedala dreapta trebuie infiletata in sensul acelor de ceas, iar cea stanga in sens invers.

