



#### TIPS:

Your suggestions and comments for COSTWAY are really important to us!  
We sincerely solicit you to go back to our shop and leave a good rating in just a simple click. It would be quite encouraging if you could kindly do so like below:

★★★★★ Great products so far

February 24, 2018

Great products so far. Fast delivery, easy setup, and working without any issues.

**With your inspiring rating, COSTWAY will be more consistent to offer you EASY SHOPPING EXPERIENCE, GOOD PRODUCTS and EFFICIENT SERVICE!**

Ihre Vorschläge und Kommentare für COSTWAY sind wirklich wichtig für uns!  
Wir bitten Sie aufrichtig, in unseren Shop zurückzukehren und durch nur einen Klick eine gute Bewertung zu hinterlassen. Es wäre sehr ermutigend, wenn Sie das so tun könnten:

★★★★★ Tolle Produkte bis jetzt

24. Februar 2018

Gute Produkte. Schnelle Lieferung, einfaches Aufbauen, funktionieren ohne Problem.

**Mit Ihrer inspirierenden Bewertung wird COSTWAY konsistenter sein, um Ihnen EIN SCHÖNES EINKAUFSERLEBNIS, GUTE PRODUKTE und EFFIZIENTEN SERVICE zu bieten!**

Vos suggestions et vos commentaires pour COSTWAY sont vraiment importants pour nous !  
Nous vous invitons sincèrement à revenir à notre boutique pour laisser une bonne évaluation seulement en un clic. Ce serait très encourageant si vous pouviez le faire comme ci-dessous:

★★★★★ Bons produits jusqu'à présent

24 février 2018

Excellents produits jusqu'à présent. Livraison rapide et installation facile. Il fonctionne sans problème.

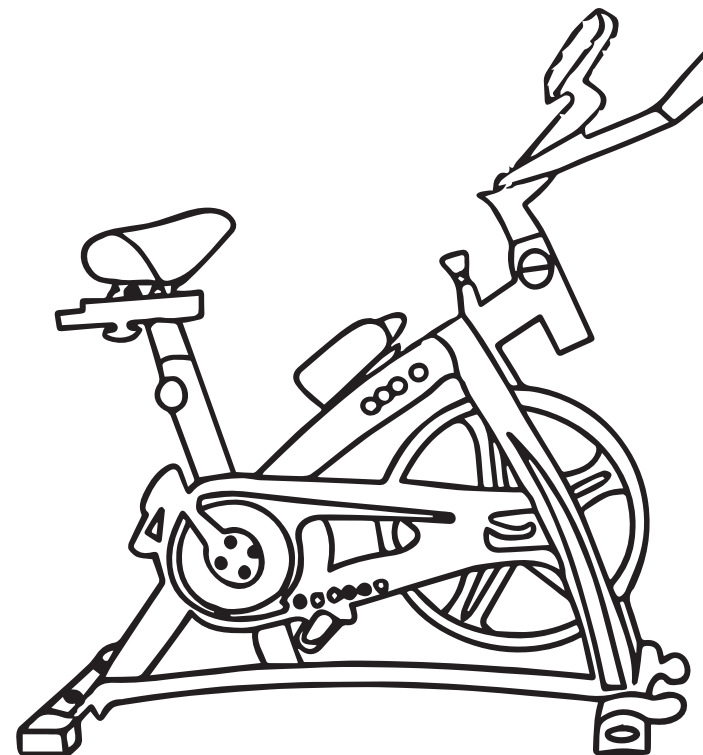
**Avec votre évaluation inspirante, COSTWAY sera plus professionnel dans le but de vous offrir une BONNE EXPERIENCE D'ACHATS, de BONS PRODUITS et un SERVICE EFFICACE!**

US office:Fontana

UK office:Ipswich

DE office:FDS GmbH,Neuer Hölzigbaum 36,22143 Hamburg,Deutschland

FR office : 26 RUE DU VERTUQUET, 59960 NEUVILLE EN FERRAIN, FRANCE

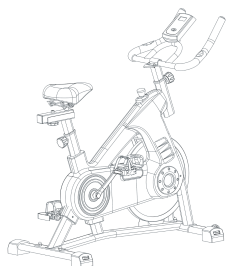


**USER'S MANUAL / HANDBUCH / MANUEL DE L'UTILISATEUR /  
MANUAL DEL USUARIO / MANUALE UTENTE /  
INSTRUKCJA OBSŁUGI**

**Home Use Exercise bike / Heimtrainer / Vélo d'Appartement /  
Bicicleta estática / Cyclette per Allenamento Aerobico /  
Rower treningowy  
SP35307**

Please check if you have all parts as listed below.

Note: Small components/parts might be pre-fitted to the larger components so as to make it easier for end users to assemble the spin bike. Please check carefully on all the parts before contacting us regarding any missing components.



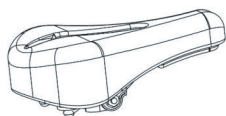
1. Main Body x 1



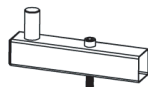
2. Rear Stabilizer x 1



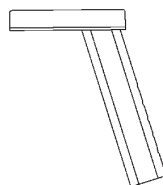
3. Front Stabilizer x 1



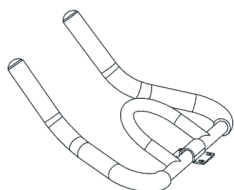
4. Saddle x 1



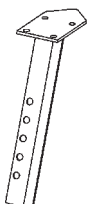
5. Saddle Adjustment Frame x 1



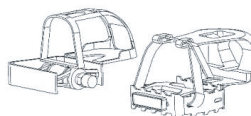
6. Saddle Post Assembly x 1



7. Handle Frame x 1



8. Handle Post Assembly x 1



9. Pedal (L/R) Set x 1



10. Monitor x 1



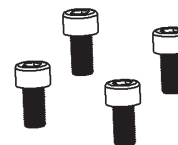
11. Monitor Holder x 1



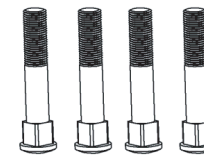
12. Lock Knob M1 x 2



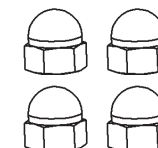
13. Lock Nut N1 x 1



14. Bolt S1 x 4



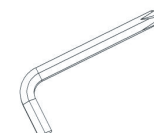
15. Allen Bolt T1 x 4



16. Nut x 4



17. Washer x 8



18. Allen Wrench x1

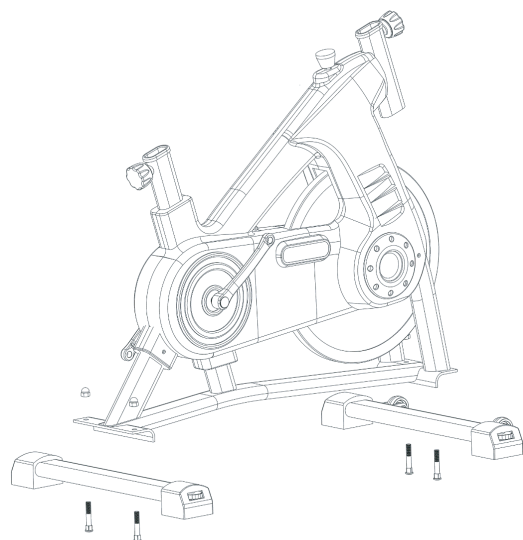


19. Open End Wrench x 2

### Parts List

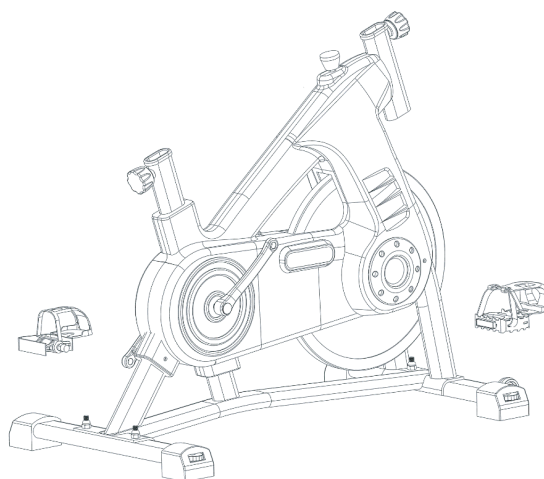
| NO. | ITEM                    | QTY | NO. | ITEM            | QTY |
|-----|-------------------------|-----|-----|-----------------|-----|
| 1   | Main Body               | 1   | 11  | Monitor Holder  | 1   |
| 2   | Rear Stabilizer         | 1   | 12  | Lock Knob M1    | 2   |
| 3   | Front Stabilizer        | 1   | 13  | Lock Nut N1     | 1   |
| 4   | Saddle                  | 1   | 14  | Bolt S1         | 4   |
| 5   | Saddle Adjustment Frame | 1   | 15  | Allen Bolt T1   | 4   |
| 6   | Saddle Post Assembly    | 1   | 16  | Nut             | 4   |
| 7   | Handle Frame            | 1   | 17  | Washer          | 8   |
| 8   | Handle Post Assembly    | 1   | 18  | Allen Wrench    | 1   |
| 9   | Pedal (L/R) Set         | 1   | 19  | Open End Wrench | 2   |
| 10  | Monitor                 | 1   |     |                 |     |

## Assembly Instruction



### 1. STABILIZER ASSEMBLY

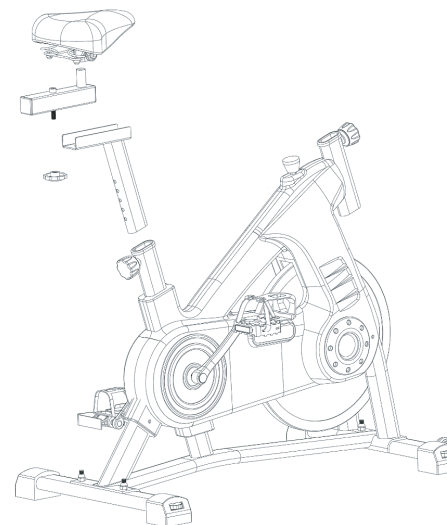
Divide the front stabilizer and rear stabilizer, to fix them onto the main body with bolts T1 x 4, washer x 4 and nuts x 4.



### 2. PEDAL(L/R) ASSEMBLY

Fasten the left pedal by turning in an anti-clockwise direction, and then tighten anti-separation nut in an anti-clockwise direction.

Fasten the right pedal by turning in a clockwise direction, and then tighten anti-separation nut in a clockwise direction.

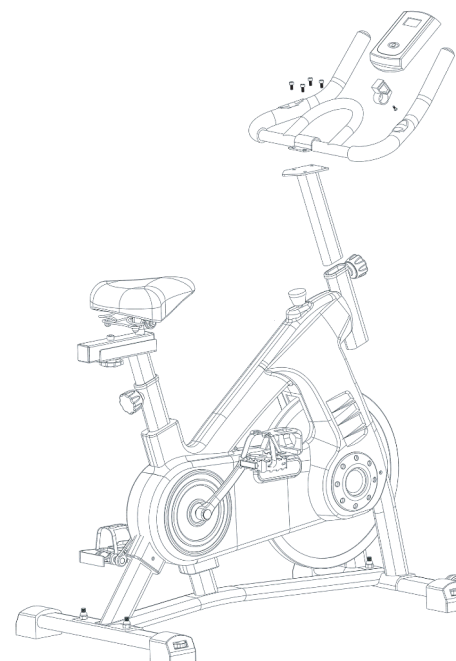


### 3. SADDLE ASSEMBLY

Loosen the lock knob and pull out, insert the saddle post assembly into the rear opening tube, and then tighten the lock knob.

Loosen the lock nut to select the correct position and fix the nut.

Place the saddle onto the saddle adjustment frame and tighten the saddle locking nuts



### 4. HANDLE & MONITOR ASSEMBLY

Loosen the lock knob and insert the handle frame assembly into the opening tube, and tighten the lock knob when the handle frame at desired position.

Attach the monitor holder to the handle frame and fix the monitor, connect the sensor wire into the monitor.

- Assembling Finish -

### **Safety Information**

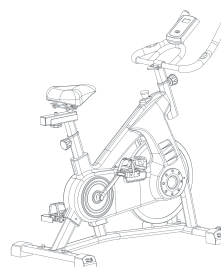
- \* This product is intended for home use, before using the equipment to exercise, always do stretching exercises to properly warm up.
- \* Always wear appropriate workout clothing when exercising.
- \* Keep hands away from all moving parts.
- \* Do not place any sharp objects around the equipment.
- \* Before using the equipment, check the nuts and bolts are securely tightened, as well as some parts like pedals etc..
- \* If the user experiences dizziness, nausea, chest pain or other abnormal symptoms stop the workout and seek immediate medical attention.

### **Care and Maintenance**

1. Examine the equipment periodically in order to detect any damage or wear which may have been produced.
2. Lubricate moving parts with light oil periodically or prevent premature wear.
3. Inspect and tighten all parts before using the equipment, replace any defective parts immediately, and do not use the equipment again until it is in perfect working order.
4. The equipment can be cleaned using a damp cloth and mild non-abrasive detergent. Do not use solvents.
5. Do not attempt to repair this equipment yourself.

Bitte überprüfen Sie, ob Sie alle unten aufgeführten Teile haben.

Hinweis: Kleine Komponenten/Teile können an den größeren Komponenten vormontiert sein, um dem Endbenutzer die Montage des Spinbikes zu erleichtern. Bitte überprüfen Sie alle Teile sorgfältig, bevor Sie uns bezüglich fehlender Komponenten kontaktieren.



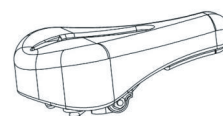
1. Hauptkörper x 1



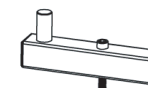
2. Heckstabilisator x 1



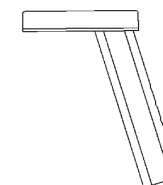
3. Frontstabilisator x 1



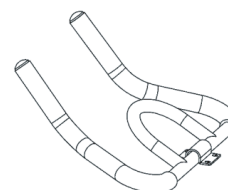
4. Sattel x 1



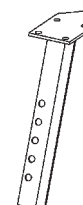
5. Satteleinstellrahmen x 1



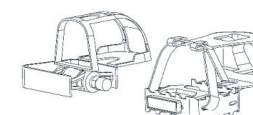
6. Sattelstütze x 1



7. Griffrahmen x 1



8. Griffpfosten x 1



9. Pedal (L/R) x 1



10. Monitor x 1



11. Monitorhalter x 1

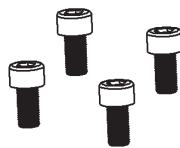


12. Verriegelungsknopf M1 x 2

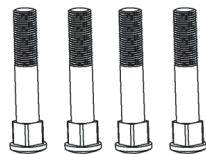




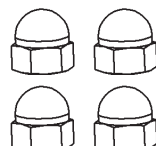
13. Kontermutter N1 x 1



14. Bolzen S1 x 4



15. Inbusschraube T1 x 4



16. Mutter x 4



17. Unterlegscheibe x 8



18. Inbusschlüssel x1

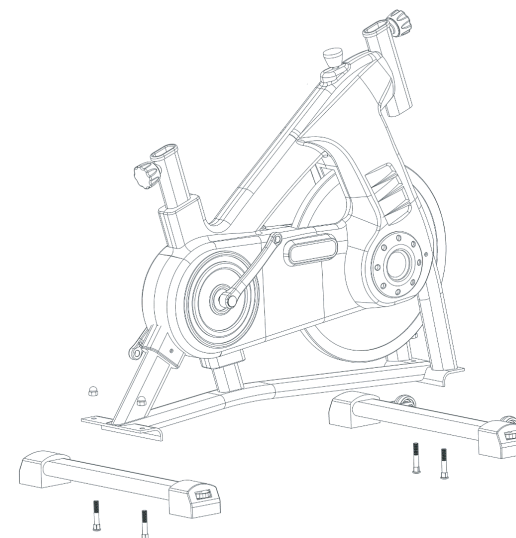


19. Schlüssel x 2

### Teileliste

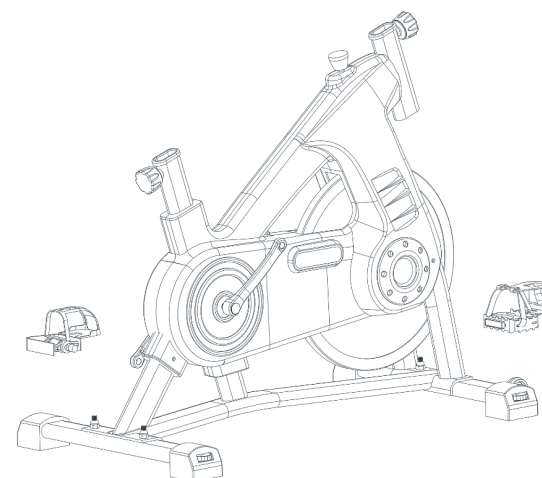
| NR. | ARTIKEL              | MENGE | NR. | ARTIKEL               | MENGE |
|-----|----------------------|-------|-----|-----------------------|-------|
| 1   | Hauptkörper          | 1     | 11  | Monitorhalter         | 1     |
| 2   | Heckstabilisator     | 1     | 12  | Verriegelungsknopf M1 | 2     |
| 3   | Frontstabilisator    | 1     | 13  | Kontermutter N1       | 1     |
| 4   | Sattel               | 1     | 14  | Bolzen S1             | 4     |
| 5   | Satteleinstellrahmen | 1     | 15  | Inbusschraube T1      | 4     |
| 6   | Sattelstütze         | 1     | 16  | Mutter                | 4     |
| 7   | Griffrahmen          | 1     | 17  | Unterlegscheibe       | 8     |
| 8   | Griffpfosten         | 1     | 18  | Inbusschlüssel        | 1     |
| 9   | Pedal (L/R)          | 1     | 19  | Schlüssel             | 2     |
| 10  | Monitor              | 1     |     |                       |       |

## Montageanleitung



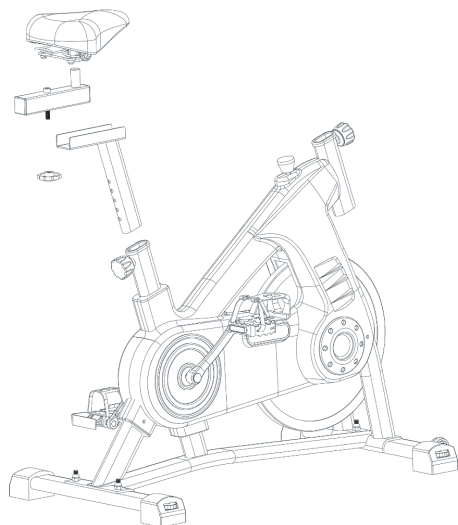
### 1. STABILISATOR-MONTAGE

Teilen Sie den vorderen Stabilisator und den hinteren Stabilisator, um sie mit den Schrauben T1 x 4, der Unterlegscheibe x 4 und den Muttern x 4 am Hauptkörper zu befestigen.



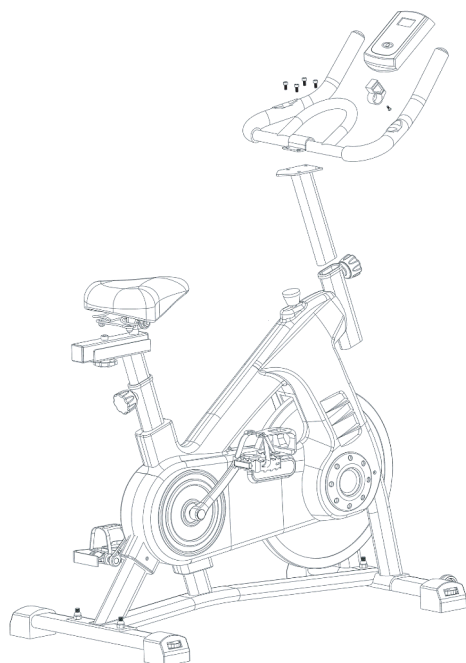
### 2. PEDAL (L / R) MONTAGE

Befestigen Sie das linke Pedal, indem Sie es gegen den Uhrzeigersinn drehen, und ziehen Sie dann die Antiteilationsmutter gegen den Uhrzeigersinn fest. Befestigen Sie das rechte Pedal, indem Sie es im Uhrzeigersinn drehen, und ziehen Sie dann die Trennschutzmutter im Uhrzeigersinn fest.



### 3. SATTELMONTAGE

Lösen Sie den Verriegelungsknopf und ziehen Sie ihn heraus, setzen Sie die Sattelstützenbaugruppe in das hintere Öffnungsrohr ein und ziehen Sie den Verriegelungsknopf fest. Lösen Sie die Kontermutter, um die richtige Position auszuwählen und die Mutter zu befestigen. Setzen Sie den Sattel auf den Sattelverstellrahmen und ziehen Sie die Sattel-Sicherungsmuttern fest.



4. GRIFF- UND ÜBERWACHUNGSMONTAGE  
Lösen Sie den Verriegelungsknopf, setzen Sie die Griffrahmenbaugruppe in das Öffnungsrohr ein und ziehen Sie den Verriegelungsknopf fest, wenn sich der Griffrahmen in der gewünschten Position befindet. Befestigen Sie den Monitorhalter am Griffrahmen und befestigen Sie den Monitor. Schließen Sie das Sensorkabel an den Monitor an.

- Zusammenbau ist fertig -

### **Sicherheitsinformation**

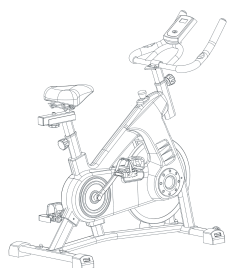
Dieses Produkt ist für den Heimgebrauch vorgesehen. Machen Sie vor dem Training immer Dehnübungen, um sich richtig aufzuwärmen.

- \* Tragen Sie beim Training immer geeignete Trainingskleidung.
- \* Halten Sie die Hände von allen beweglichen Teilen fern.
- \* Stellen Sie keine scharfen Gegenstände um das Gerät.
- \* Überprüfen Sie vor dem Gebrauch des Geräts, ob die Schrauben und Muttern fest angezogen sind, sowie einige Teile wie Pedale usw.
- \* Wenn dem Benutzer Schwindel, Übelkeit, Brustschmerzen oder andere abnormale Symptome auftreten, beenden Sie das Training und suchen Sie sofort einen Arzt auf.

### **Pflege und Wartung**

1. Untersuchen Sie das Gerät regelmäßig, um eventuelle Schäden oder Verschleiß festzustellen.
2. Schmieren Sie bewegliche Teile regelmäßig mit leichtem Öl oder vermeiden Sie vorzeitigen Verschleiß.
3. Überprüfen Sie alle Teile und ziehen Sie sie fest, bevor Sie das Gerät verwenden. Tauschen Sie defekte Teile sofort aus und verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn es einwandfrei funktioniert.
4. Das Gerät kann mit einem feuchten Tuch und einem milden, nicht scheuernden Reinigungsmittel gereinigt werden. Verwenden Sie keine Lösungsmittel.
5. Versuchen Sie nicht, dieses Gerät selbst zu reparieren.

Veuillez vérifier si toutes les pièces sont répertoriées dans la liste ci-dessous.  
Remarque : les petites pièces peuvent être prémontées sur les grandes pièces afin de faciliter l'assemblage du vélo d'appartement par l'utilisateur final. Veuillez vérifier soigneusement toutes les pièces avant de nous contacter pour tout élément manquant.



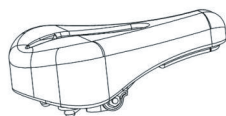
1. Corps principal x 1



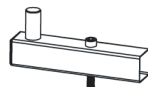
2. Stabilisateur arrière x 1



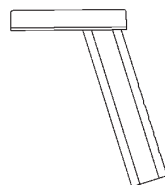
3. Stabilisateur avant x 1



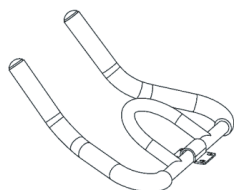
4. Selle x 1



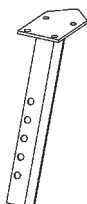
5. Cadre de réglage de la selle x 1



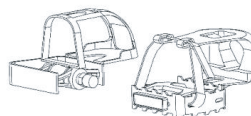
6. Ensemble de la tige de selle x 1



7. Cadre de la poignée x 1



8. Ensemble du poteau de poignée x 1



9. Pédale



10. Moniteur x 1



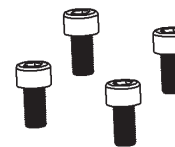
11. Support de moniteur x 1



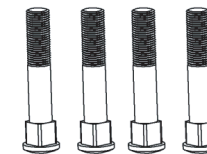
12. Bouton de verrouillage M1x2



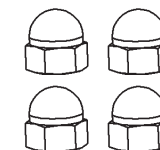
13. Écrou de blocage N1 x 1



14. Boulon S1 x 4



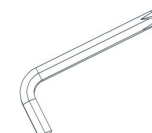
15. Boulon Allen T1 x 4



16. Écrou x 4



17. Rondelle x 8



18. Clé Allen x 1

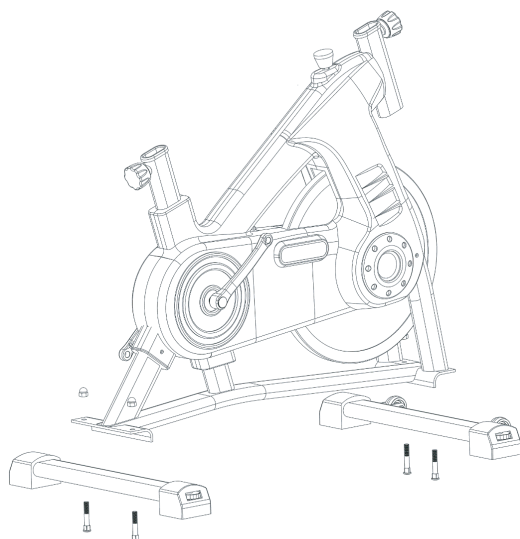


19. Clé plate x 1

### Liste des Pièces

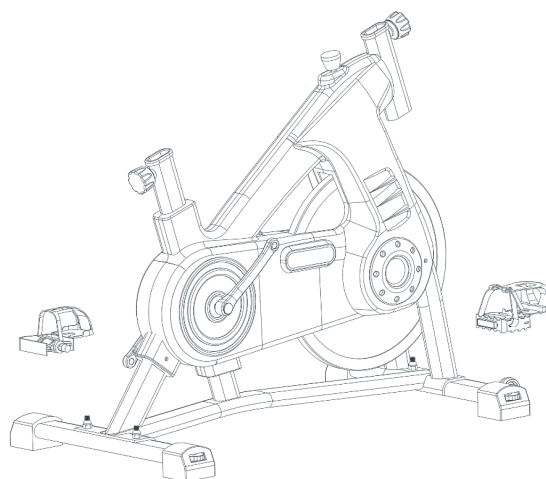
| N° | Pièce                                 | Qté | N° | Pièce                     | Qté |
|----|---------------------------------------|-----|----|---------------------------|-----|
| 1  | Corps principal                       | 1   | 11 | Support de moniteur       | 1   |
| 2  | Stabilisateur arrière                 | 1   | 12 | Bouton de verrouillage M1 | 2   |
| 3  | Stabilisateur avant                   | 1   | 13 | Écrou de blocage N1       | 1   |
| 4  | Selle                                 | 1   | 14 | Boulon S1                 | 4   |
| 5  | Cadre de réglage de la selle          | 1   | 15 | Boulon Allen T1           | 4   |
| 6  | Ensemble de la tige de selle          | 1   | 16 | Écrou                     | 4   |
| 7  | Cadre de la poignée                   | 1   | 17 | Rondelle                  | 8   |
| 8  | Ensemble du poteau de poignée         | 1   | 18 | Clé Allen                 | 1   |
| 9  | Ensemble de Pédale (gauche et droite) | 1   | 19 | Clé plate                 | 2   |
| 10 | Moniteur                              | 1   |    |                           |     |

## Instruction de Montage



### 1. ASSEMBLAGE DE STABILISATEUR

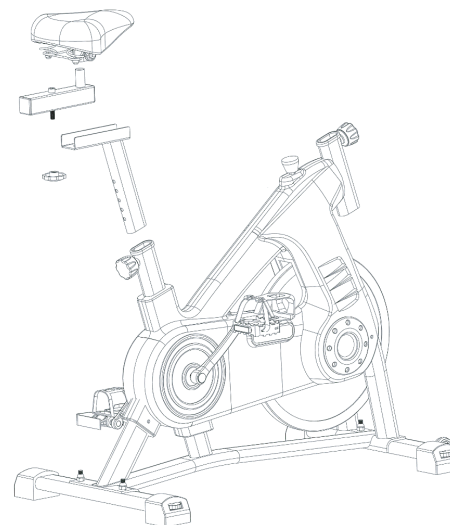
Divisez le stabilisateur avant et le stabilisateur arrière, fixez-les sur le corps principal avec des boulons T1 x 4, des rondelles x 4 et des écrous x 4.



### 2. ASSEMBLAGE DE PÉDALE

Fixez la pédale gauche en la tournant dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, puis serrez l'écrou dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.

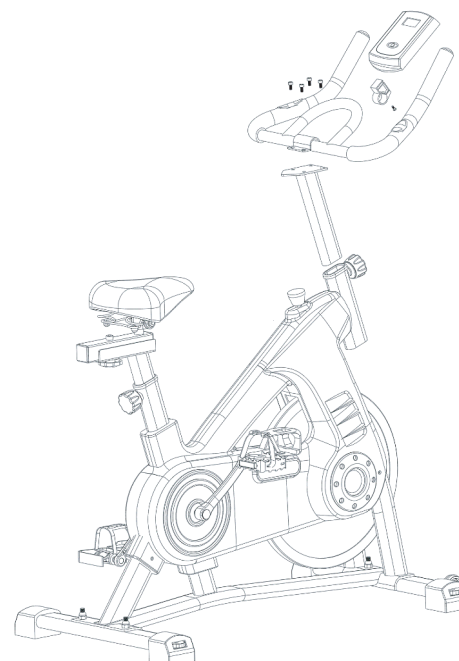
Fixez la pédale droite en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre, puis serrez l'écrou dans le sens des aiguilles d'une montre.



### 3. ASSEMBLAGE DE LA SELLE

Desserrez le bouton de verrouillage et tirez-le, insérez l'ensemble de la tige de selle dans le tube d'ouverture arrière, puis resserrez le bouton de verrouillage.

Desserrez l'écrou de blocage pour choisir la bonne position et fixez l'écrou. Placez la selle sur le cadre de réglage de la selle et serrez les écrous de blocage de la selle.



### 4. ASSEMBLAGE DE LA POIGNÉE ET DU MONITEUR

Desserrez le bouton de verrouillage et insérez l'ensemble du cadre de la poignée dans le tube d'ouverture, puis resserrez le bouton de verrouillage lorsque le cadre de la poignée se trouve dans la position souhaitée.

Fixez le support du moniteur au cadre de la poignée et fixez le moniteur, connectez le fil du capteur dans le moniteur.

-Assemblage terminé-

### Informations sur la Sécurité

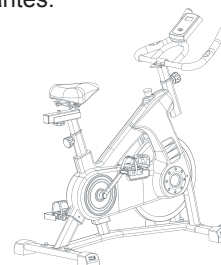
- \* Ce produit est destiné à un usage domestique, avant d'utiliser l'équipement pour faire de l'exercice, faites toujours des exercices d'étirement pour vous échauffer correctement.
- \* Portez toujours des vêtements d'entraînement appropriés lorsque vous faites de l'exercice.
- \* Gardez les mains loin de toutes les parties en mouvement.
- \* Ne placez pas d'objets tranchants autour de l'équipement.
- \* Avant d'utiliser l'équipement, vérifiez que les écrous et les boulons sont bien serrés, ainsi que certaines parties comme les pédales, etc.
- \* Si l'utilisateur ressent des étourdissements, des nausées, des douleurs thoraciques ou d'autres symptômes anormaux, arrêtez l'entraînement et consultez immédiatement un médecin.

### Soins et Entretien

1. Examinez périodiquement l'équipement afin de détecter tout dommage ou usure qui aurait pu se produire.
2. Lubrifiez périodiquement les pièces mobiles avec de l'huile légère ou évitez les l'usure.
3. Inspectez et serrez toutes les pièces avant d'utiliser l'équipement, remplacez toute les pièces défectueuses immédiatement, et veuillez ne pas utiliser à nouveau l'équipement avant qu'il est en parfait état de fonctionnement.
4. L'équipement peut être nettoyé à l'aide d'un chiffon humide et de détergent non abrasif. Ne pas utiliser de solvants.
5. N'essayez pas de réparer cet équipement par vous-même.

Verifique si tiene todas las piezas como se detalla a continuación.

Nota: Los componentes / piezas pequeños se pueden premontar en piezas más grandes para facilitar a los usuarios finales el montaje de la bicicleta estática. Verifique cuidadosamente todas las partes antes de contactarnos con respecto a los componentes faltantes.



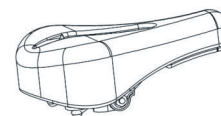
1. Cuerpo principal x 1



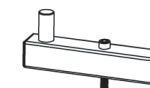
2. Estabilizador trasero x 1



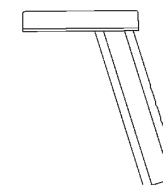
3. Estabilizador delantero x 1



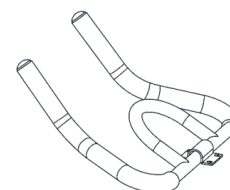
4. Sillín x 1



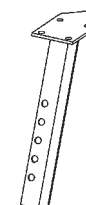
5. Marco de ajuste del sillín x 1



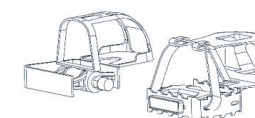
6. Conjunto de poste de sillín x 1



7. Marco de la manija x 1



8. Conjunto de poste de manija x 1



9. Juego de pedales (Dcha/Izda) x 1



10. Monitor x 1



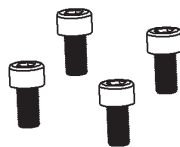
11. Soporte para monitor x 1



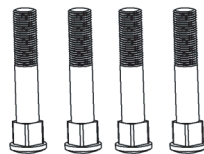
12. Lock Knob M1 x 2



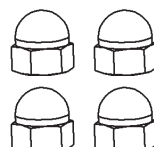
13. Tuerca de seguridad N1 x 1



14. Perno S1 x 4



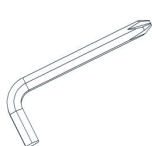
15. Tornillo de hexágono T1 x 4



16. Tuerca x 4



17. Arandela x 8



18. Llave hexagonal x1

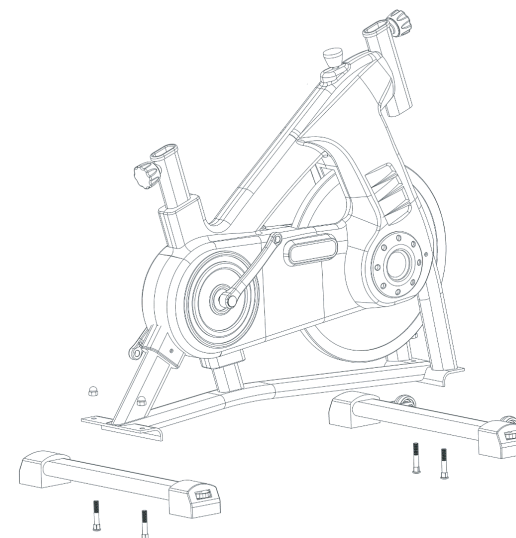


19. Llave de extremo abierto x 1

### Lista de partes

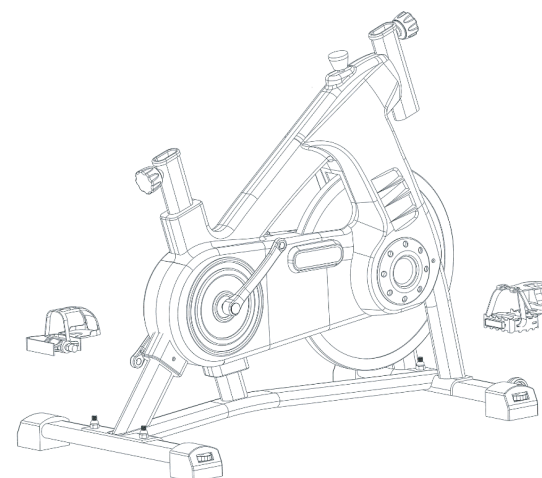
| Núm. | ARTICULO                     | Cant. | Núm. | ARTICULO                 | Cant. |
|------|------------------------------|-------|------|--------------------------|-------|
| 1    | Cuerpo principal             | 1     | 11   | Soporte para monitor     | 1     |
| 2    | Estabilizador trasero        | 1     | 12   | Lock Knob M1             | 2     |
| 3    | Estabilizador delantero      | 1     | 13   | Tuerca de seguridad N1   | 1     |
| 4    | Sillín                       | 1     | 14   | Perno S1                 | 4     |
| 5    | Marco de ajuste del sillín   | 1     | 15   | Tornillo de hexágono     | 4     |
| 6    | Conjunto de poste de sillín  | 1     | 16   | Tuerca                   | 4     |
| 7    | Marco de la manija           | 1     | 17   | Arandela                 | 8     |
| 8    | Conjunto de poste de manija  | 1     | 18   | Llave hexagonal          | 1     |
| 9    | Juego de pedales (Dcha/Izda) | 1     | 19   | Llave de extremo abierto | 2     |
| 10   | Monitor                      | 1     |      |                          |       |

## Instrucciones de Montaje



### 1. MONTAJE DEL ESTABILIZADOR

Divida el estabilizador delantero y el estabilizador trasero para fijarlos al cuerpo principal con pernos T1 x 4, arandela x 4 y tuercas x 4.

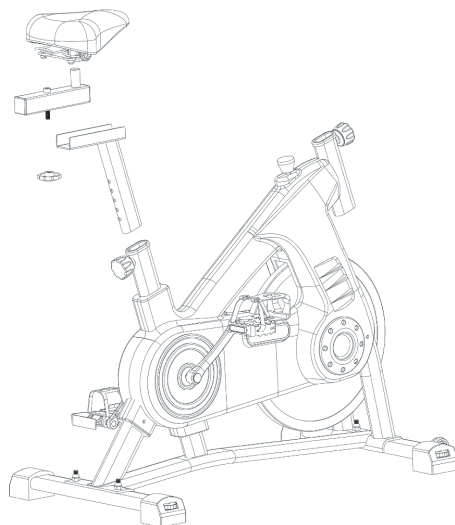


### 2. MONTAJE DE PEDAL (Dcha/Izda)

Apriete el pedal izquierdo girándolo en sentido antihorario y luego apriete la tuerca anti-separación en sentido antihorario.

Apriete el pedal derecho girándolo en el sentido de las agujas del reloj y luego apriete la tuerca anti-separación en el sentido de las agujas del reloj.

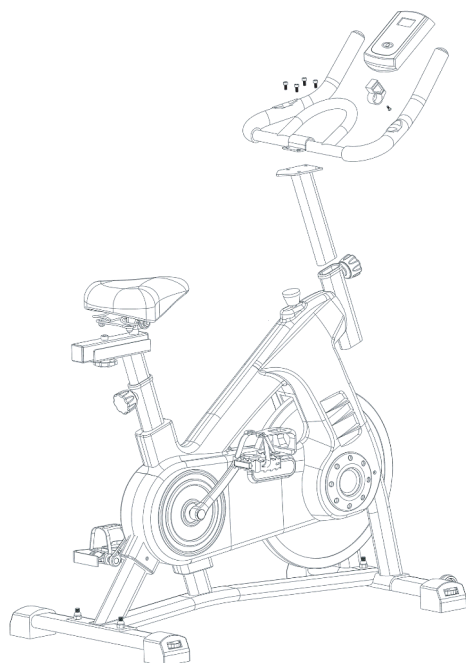




### 3. MONTAJE DEL SILLÍN

Afloje la perilla de bloqueo, inserte el conjunto del poste del sillín en el tubo de apertura posterior y luego apriete la perilla de bloqueo.

Afloje la tuerca de seguridad para seleccionar la posición correcta y fijar la tuerca. Coloque el sillín en el marco de ajuste del sillín y apriete las tuercas de bloqueo del sillín.



### 4. MONTAJE DE MANIJA Y MONITOR

Afloje la perilla de bloqueo e inserte el conjunto del marco del mango en el tubo de apertura, y apriete la perilla de bloqueo cuando el marco del mango esté en la posición deseada.

Conecte el soporte del monitor al marco de la manija y fije el monitor, conecte el cable del sensor al monitor.

- Acabado de montaje -

### *Información de seguridad*

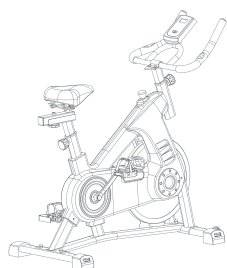
- \* Este producto está diseñado para uso doméstico, antes de usar el equipo para hacer ejercicio, siempre haga ejercicios de estiramiento.
- \* Siempre use ropa de entrenamiento adecuada cuando haga ejercicio.
- \* Mantenga las manos alejadas de todas las partes móviles.
- \* No coloque objetos afilados alrededor del equipo.
- \* Antes de usar el equipo, verifique que las tuercas y los pernos estén bien apretados, así como algunas partes como pedales, etc.
- \* Si el usuario experimenta mareos, náuseas, dolor en el pecho u otros síntomas anormales, detenga el entrenamiento y busque atención médica inmediatamente.

### *Cuidados y mantenimiento*

1. Examine el equipo periódicamente para detectar cualquier daño o desgaste que pueda haberse producido.
2. Lubrique las piezas móviles con aceite ligero periódicamente o evite el desgaste prematuro.
3. Inspeccione y apriete todas las piezas antes de usar el equipo, reemplace las piezas defectuosas de inmediato y no vuelva a usar el equipo hasta que esté en perfecto estado de funcionamiento.
4. El equipo se puede limpiar con un paño húmedo y detergente suave no abrasivo. No utilizar solventes.
5. No intente reparar este equipo usted mismo.

Si prega di verificare se si dispone di tutte le parti elencate di seguito.

Nota: Piccoli componenti / parti potrebbero essere pre-montati sui componenti più grandi in modo da facilitare agli utenti finali il montaggio della bicicletta. Si prega di controllare attentamente tutte le parti prima di contattarci per eventuali componenti mancanti.



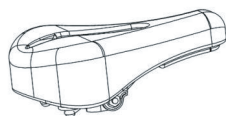
1. Corpo Principale x 1



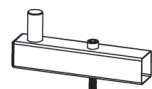
2. Stabilizzatore Posteriore x 1



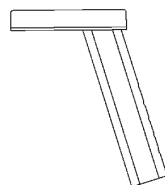
3. Stabilizzatore Anteriore x 1



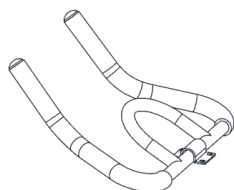
4. Sella x 1



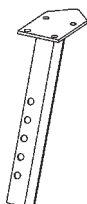
5. Telaio di Regolazione della Sella x 1



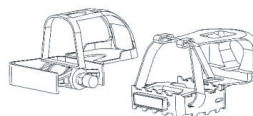
6. Assemblaggio della sella x 1



7. Telaio della maniglia x 1



8. Gestire il Montaggio Post x 1



9. Pedale (L / R) Set x 1



10. Monitore



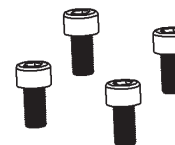
11. Supporto di monitor x 1



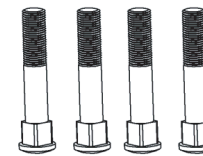
12. Manopola di blocco M1 x 2



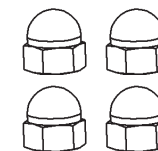
13. Controdado N1 x 1



14. Bullone S1 x 4



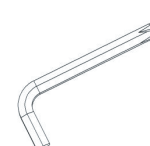
15. Bullone a Brugola T1 x 4



16. Dado x 4



17. Rondella x 8



18. Chiave a Brugola x1

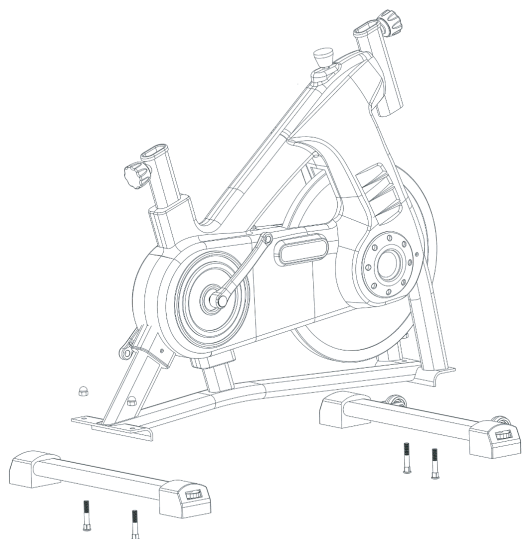


19. Chiave Aperta x 1

### Elenco delle Parti

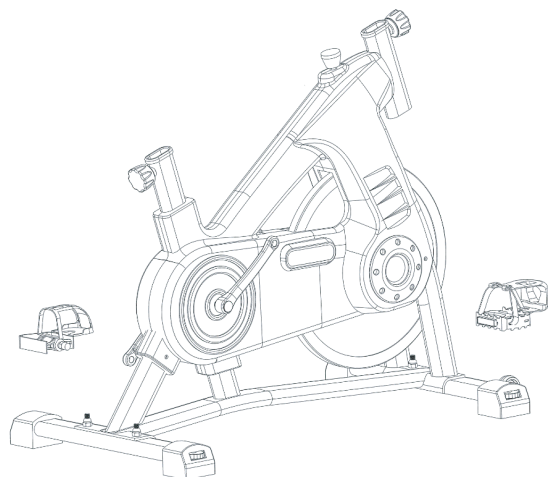
| N. | ARTICOLO                          | QUANTITÀ | N. | ARTICOLO              | QUANTITÀ |
|----|-----------------------------------|----------|----|-----------------------|----------|
| 1  | Corpo principale                  | 1        | 11 | Supporto di monitor   | 1        |
| 2  | Stabilizzatore posteriore         | 1        | 12 | Manopola di blocco M1 | 2        |
| 3  | Stabilizzatore anteriore          | 1        | 13 | Controdado N1         | 1        |
| 4  | Sella                             | 1        | 14 | Bullone S1            | 4        |
| 5  | Telaio di regolazione della sella | 1        | 15 | Bullone a brugola T1  | 4        |
| 6  | Assemblaggio della sella          | 1        | 16 | Dado                  | 4        |
| 7  | Telaio della maniglia             | 1        | 17 | Rondella              | 8        |
| 8  | Gestire il montaggio post         | 1        | 18 | Chiave a Brugola      | 1        |
| 9  | Pedale (L / R) Set                | 1        | 19 | Chiave aperta         | 2        |
| 10 | Monitore                          | 1        |    |                       |          |

## Istruzioni di Assemblaggio



### 1. MONTAGGIO DELLO STABILIZZATORE

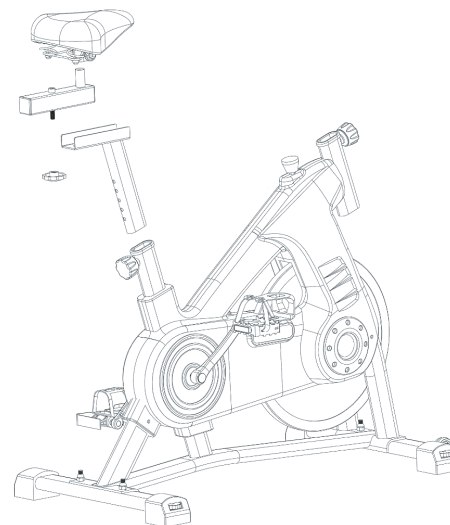
Dividere lo stabilizzatore anteriore e lo stabilizzatore posteriore, per fissarli sul corpo principale con bulloni T1 x 4, rondella x 4 e dadi x 4.



### 2. MONTAGGIO DI PEDALE (L / R)

Fissare il pedale sinistro ruotando in una direzione anti-separazione, e serrare il dado anti-separazione in senso antiorario.

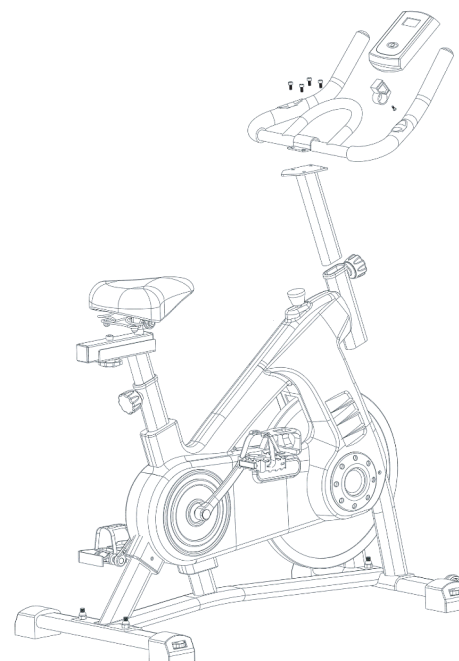
Fissare il pedale destro ruotando in senso orario, quindi serrare il dado anti-separazione in senso orario.



### 3. MONTAGGIO DI SELLA

Allentare la manopola di bloccaggio ed estrarre, inserire il gruppo montante della sella nel tubo di apertura posteriore, quindi serrare la manopola di bloccaggio.

Allentare il controdado per selezionare la posizione corretta e fissare il dado. Posizionare la sella sul telaio di regolazione della sella e serrare i dadi di bloccaggio della sella.



### 4. MANIGLIA E MONTAGGIO DEL MONITORE

Allentare la manopola di blocco e inserire il gruppo telaio maniglia nel tubo di apertura, quindi serrare la manopola di blocco quando il telaio maniglia nella posizione desiderata. Collegare il supporto del monitor al telaio della maniglia e fissare il monitor, quindi collegare il cavo del sensore al monitor.

- Finitura di assemblaggio -

### Informazioni sulla Sicurezza

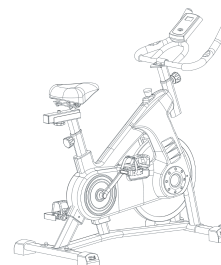
- \* Questo prodotto è destinato all'uso domestico, prima di utilizzare l'attrezzatura per l'esercizio fisico, eseguire sempre esercizi di stretching per riscaldarsi correttamente.
- \* Indossare sempre abbigliamento adeguato durante l'allenamento.
- \* Tenere le mani lontano da tutte le parti in movimento.
- \* Non posizionare oggetti appuntiti attorno all'apparecchiatura.
- \* Prima di utilizzare l'apparecchiatura, verificare che i dadi e i bulloni siano serrati saldamente, nonché alcune parti come i pedali, ecc.
- \* Se l'utente avverte vertigini, nausea, dolore toracico o altri sintomi anomali, interrompere l'allenamento e consultare immediatamente un medico.

### Cura e Manutenzione

1. Esaminare periodicamente l'apparecchiatura per rilevare eventuali danni o usura che potrebbero essere stati prodotti.
2. Lubrificare periodicamente le parti mobili con olio leggero o prevenire l'usura prematura.
3. Ispezionare e serrare tutte le parti prima di utilizzare l'apparecchiatura, sostituire immediatamente eventuali parti difettose e non utilizzare nuovamente l'apparecchiatura fino a quando non è perfettamente funzionante.
4. L'apparecchiatura può essere pulita con un panno umido e un detergente delicato non abrasivo. Non usare solventi.
5. Non tentare di riparare da soli questa apparecchiatura.

Sprawdź, czy masz wszystkie wymienione poniżej części.

Uwaga: Małe elementy / części mogą być wstępnie zamontowane na większych elementach, aby ułatwić końcowy montaż roweru. Przed skontaktowaniem się z nami należy dokładnie sprawdzić wszystkie części pod kątem brakujących elementów.



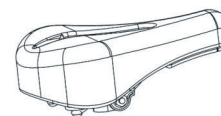
1. Główny korpus x 1



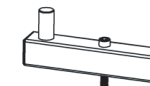
2. Tylny stabilizator x 1



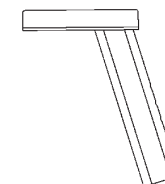
3. Przedni stabilizator x 1



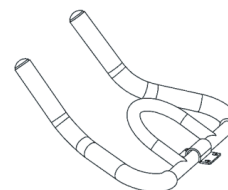
4. Siedzenie x 1



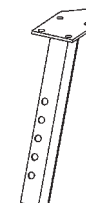
5. Rama regulacji siedzenia x 1



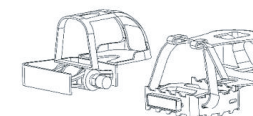
6. Montaż siedzenia x 1



7. Rama uchwyty x 1



8. Montaż słupka uchwyty x 1



9. Zestaw pedałów (L / R) x 1



10. Monitor



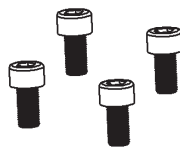
11. Uchwyt x 1



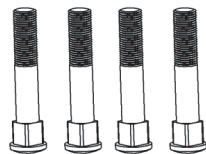
12. Pokrętło blokujące M1x 2



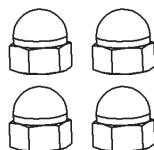
13. Przeciwnakrętka N1 x 1



14. Śruba S1 x 4



15. Śruba imbusowa T1 x 4



16. Nakrętka x 4



17. Podkładka x 8



18. Klucz imbusowy x1

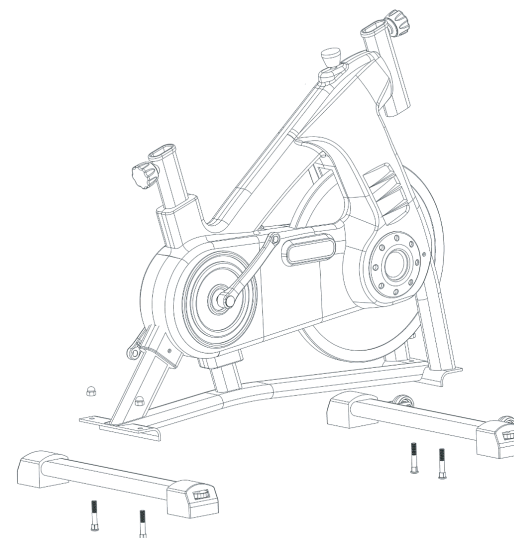


19. Klucz płaski x 1

### Lista części

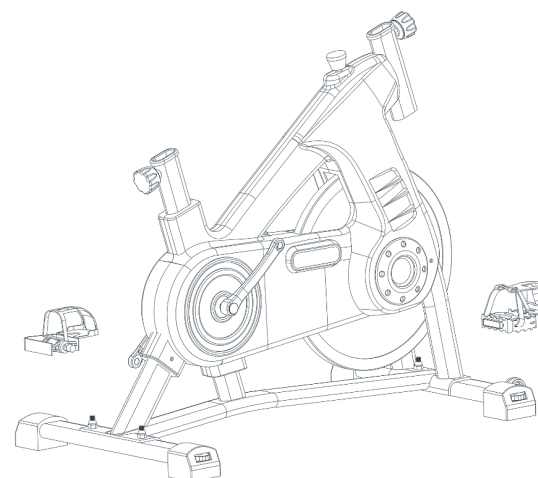
| Nr. | Jednostka                  | Ilość | Nr. | Jednostka             | Ilość |
|-----|----------------------------|-------|-----|-----------------------|-------|
| 1   | Korpus główny              | 1     | 11  | uchwyt                | 1     |
| 2   | Stabilizator tylny         | 1     | 12  | pokrętło blokujące M1 | 2     |
| 3   | Przedni stabilizator       | 1     | 13  | Nakrętka N1           | 1     |
| 4   | Siodełko                   | 1     | 14  | Śruba S1              | 4     |
| 5   | Rama do regulacji siodełka | 1     | 15  | Śruba imbusowa T1     | 4     |
| 6   | Zespół siodełka            | 1     | 16  | Nakrętka              | 4     |
| 7   | Rama uchwytu               | 1     | 17  | Podkładka             | 8     |
| 8   | Zespół wspornika           | 1     | 18  | Klucz imbusowy        | 1     |
| 9   | Pedał (L / R) Zestaw       | 1     | 19  | Klucz płaski          | 2     |
| 10  | Monitor                    | 1     |     |                       |       |

## Instrukcja montażu



### 1. MONTAŻ STABILIZATORA

Przymocuj przedni stabilizator i tylny stabilizator do korpusu za pomocą śrub T1 x 4, podkładek x 4 i nakrętek x 4.

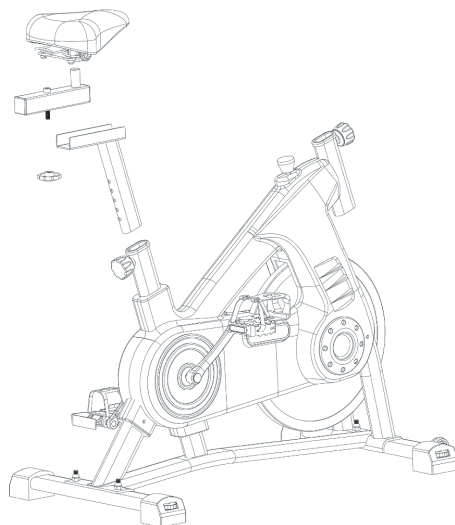


### 2. Montaż pedałów (L / P)

Przykręć lewy pedał w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara i dokręć przeciwnakrętkę przeciwnie do ruchu wskazówek zegara.

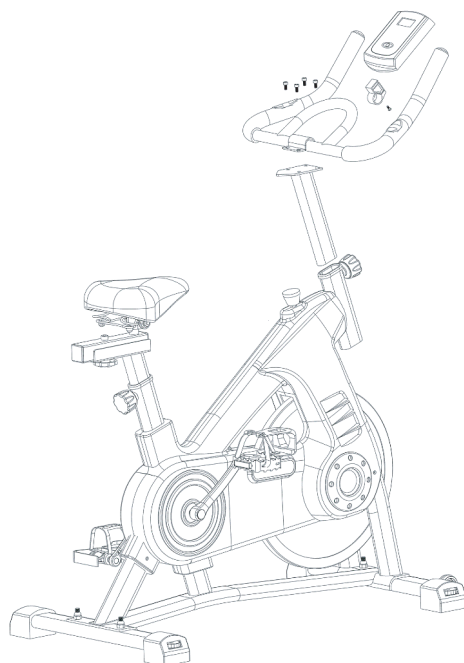
Zamocuj prawy pedał, obracając go zgodnie z ruchem wskazówek zegara, a następnie dokręć przeciwnakrętkę zgodnie z ruchem wskazówek zegara.





### 3. SIODEŁKO

Poluzuj pokrętkę blokującą i wyjmij, włóż zespół wspornika siodełka do tylnej rury otwierającej, a następnie dokręć pokrętkę blokującą. Poluzuj nakrętkę zabezpieczającą, aby wybrać prawidłową pozycję i zabezpiecz nakrętkę. Umieść siodełko na ramie regulacji siodełka i dokręć nakrętki blokujące siodełko.



### 4. UCHWYT MONITORA

Poluzuj pokrętkę blokady i włóż zespół ramy uchwytu do rurki otwierającej, a następnie dokręć pokrętkę blokady, gdy rama uchwytu znajdzie się w żądanym położeniu. Przymocuj podstawę monitora do ramy uchwytu i zabezpiecz monitor, a następnie podłącz kabel czujnika do monitora.

- Zakończenie montażu -

### **Informacje dotyczące bezpieczeństwa**

- \* Ten produkt jest przeznaczony do użytku domowego, przed użyciem sprzętu do ćwiczeń, zawsze wykonuj ćwiczenia rozciągające, aby odpowiednio się rozgrzać.
- \* Zawsze noś odpowiednią odzież podczas treningu.
- \* Trzymaj ręce z dala od wszystkich ruchomych części.
- \* Nie umieszczaj ostrych przedmiotów w pobliżu urządzenia.
- \* Przed użyciem urządzenia sprawdź, czy nakrętki i śruby są dobrze dokręcone (a także niektóre części, takie jak pedały itp.).
- \* Jeśli użytkownik odczuwa zawroty głowy, nudności, ból w klatce piersiowej lub inne nietypowe objawy, należy przerwać trening i natychmiast skonsultować się z lekarzem.

### **Czyszczenie i konserwacja**

1. Okresowo sprawdzaj sprzęt pod kątem ewentualnych uszkodzeń lub zużycia.
2. Okresowo smaruj ruchome części lekkim olejem i zapobiegaj ich przedwczesnemu zużyciu.
3. Przed użyciem urządzenia sprawdź i dokręć wszystkie części, natychmiast wymień uszkodzone części i nie używaj ponownie urządzenia, dopóki nie będzie w pełni funkcjonalne.
4. Sprzęt można czyścić wilgotną szmatką i łagodnym nieściernym detergentem. Nie używaj rozpuszczalników.
5. Nie próbuj naprawiać tego urządzenia samodzielnie.