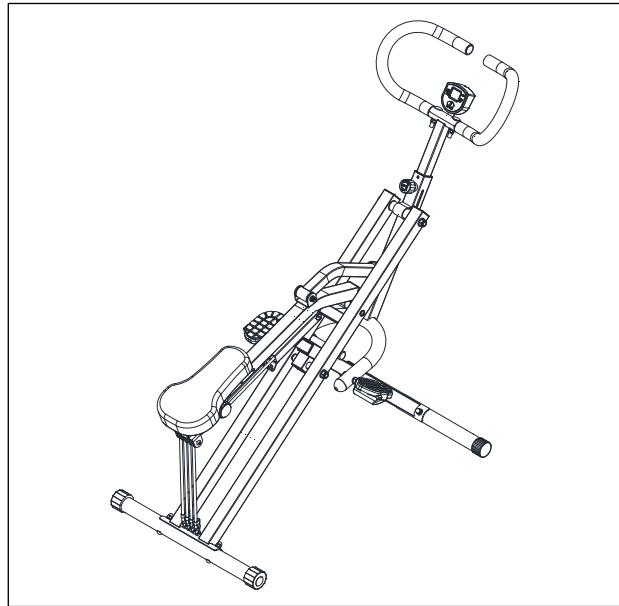




ROW-N-RIDE® PLUS

NO. 077PLUS

USER MANUAL



English, Page 10~18

IMPORTANT! Please retain owner's manual for maintenance and adjustment instructions. Your satisfaction is very important to us, **PLEASE DO NOT RETURN UNTIL YOU HAVE CONTACTED US: support@sunnyhealthfitness.com** or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Español, Page 19~27

¡IMPORTANTE! Conserve el manual del propietario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **NO DEVUELVA HASTA HABERNOS ONTACTADO: support@sunnyhealthfitness.com** ó 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Français, Page 28~36

IMPORTANT! Veuillez conserver le manuel du propriétaire pour les instructions de réglage et d'entretien. Votre satisfaction est très importante pour nous, **VEUILLEZ NE PAS EFFECTUER DE RETOUR AVANT DE NOUS AVOIR CONTACTÉ: support@sunnyhealthfitness.com** ou 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Deutsche, Seite 37~45

WICHTIG! Bitte bewahren Sie das Benutzerhandbuch für Wartungs- und Einstellanweisungen auf. Ihre Zufriedenheit ist besonders wichtig für uns, **BITTE SCHICKEN SIE DAS PRODUKT NICHT ZURÜCK, BEVOR SIE SICH MIT UNS IN VERBINDUNG GESETZT HABEN: support@sunnyhealthfitness.com** oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Italiano, Pagina 46~54

IMPORTANTE! Conservare il manuale utente per le istruzioni di manutenzione e regolazione. La vostra soddisfazione è molto importante per noi, **VI PREGHIAMO DI NON EFFETTUARE RESI SENZA AVERCI PRIMA CONTATTATO: support@sunnyhealthfitness.com** o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



IMPORTANT SAFETY INFORMATION

We thank you for choosing our product. To ensure your safety and health, please use this equipment correctly. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment. Safe and effective use can only be achieved if the equipment is assembled, maintained, and used properly. It is your responsibility to ensure that all users of the equipment are informed of all warnings and precautions.

1. Before starting any exercise program, you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that affects your heart rate, blood pressure, or cholesterol level.
2. Be aware of your body's signals. Incorrect or excessive exercise can damage your health. Stop exercising if you experience any of the following symptoms: pain, tightness in your chest, irregular heartbeat, shortness of breath, lightheadedness, dizziness, or feelings of nausea. If you do experience any of these conditions, you should consult your physician before continuing with your exercise program.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 2 feet (60 cm) of free space all around it.
5. Ensure that all nuts and bolts are securely tightened before using the equipment. The safety of the equipment can only be maintained if it is regularly examined for damage and/or wear and tear.
6. Always use the equipment as indicated. If you find any defective components while assembling or checking the equipment, or if you hear any unusual noises coming from the equipment during exercise, discontinue use of the equipment immediately and do not use until the problem has been rectified.
7. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may become entangled in the equipment.
8. Do not place fingers or objects into the moving parts of the equipment.
9. The maximum weight capacity of this unit is 300 lbs (135kgs).
10. This equipment is not suitable for therapeutic use.
11. To avoid bodily injury and/or damage to the product or property, proper lifting and moving are required.
12. Your product is intended for use in cool and dry conditions. You should avoid storage in extreme cold, hot or damp areas as this may lead to corrosion and other related problems.
13. This equipment is designed for indoor and home use only; it is not intended for commercial use.

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD

Gracias por haber elegido nuestro producto. Para garantizar su seguridad y salud, utilice este equipo correctamente. Es importante que lea todo el manual antes de instalar y usar el equipo. Solo se puede garantizar el uso seguro y eficaz del equipo si se instala, mantiene y utiliza correctamente. Es su responsabilidad asegurarse de que todos los usuarios de los equipos conozcan todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar algún programa de ejercicios, deberá consultar con su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pudiera poner en riesgo su salud y seguridad o que pudiera impedir que utilice correctamente el equipo. Es importante que reciba las recomendaciones de su médico en caso de que esté tomando algún medicamento que pudiera afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales que le envía su cuerpo. Ejercitarse de manera incorrecta o excesiva puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aliento, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si presenta alguna de esas condiciones, deberá consultar con su médico antes de continuar con su programa de ejercicios.
3. Mantenga el equipo lejos del alcance de niños y mascotas. El equipo está diseñado para el uso exclusivo de adultos.
4. Utilice el equipo en una superficie plana y sólida con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar su seguridad, el equipo debe tener por lo menos 2 pies (60 cm) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen de este mientras se ejercita, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se haya corregido.
7. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No coloque los dedos u objetos en las piezas móviles del equipo.
9. La capacidad de peso máximo de esta unidad es de 300 libras (135kgs).
10. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Muévase con cuidado cuando levante y mueva el equipo. Siempre utilice la técnica de levantamiento adecuada y pida ayuda en caso de que sea necesario.
12. Su producto está diseñado para usarse en un lugar fresco y seco. Debe evitar tenerlo en lugares extremadamente fríos, calientes o húmedos, ya que podría provocar corrosión y otros problemas afines.
13. Este equipo está diseñado solo para uso interior; no es para uso comercial.

INFORMATIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Nous vous remercions d'avoir choisi notre produit. Pour votre santé et votre sécurité, veuillez utiliser correctement cet appareil. Il est important de lire entièrement le présent manuel avant d'assembler l'appareil et de l'utiliser. L'utilisation sûre et efficace n'est possible que si l'appareil est correctement assemblé, entretenu et utilisé. Il vous incombe de vous assurer que tous les utilisateurs de l'appareil soient informés de tous les avertissements et précautions.

1. Avant d'entamer un programme d'exercices, consultez votre médecin pour déterminer si vous avez une quelconque disposition physique ou médicale susceptible de mettre en danger votre santé et votre sécurité ou de vous empêcher d'utiliser cet appareil correctement. L'avis de votre médecin est essentiel si vous prenez un médicament pouvant affecter le rythme cardiaque, la pression ou le niveau de cholestérol.
2. Soyez conscient des signaux de votre corps. Des exercices incorrects ou excessifs peuvent nuire à votre santé. Arrêtez l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants : douleur, oppression thoracique, pouls irrégulier, essoufflement, étourdissements, vertiges ou nausées. Si vous rencontrez l'une de ces conditions, vous devriez consulter votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercices
3. Gardez les enfants et les animaux de compagnie à distance de l'appareil. L'appareil est conçu pour l'utilisation exclusive par des adultes.
4. Utilisez l'appareil sur une surface dure, plane et de niveau, avec une protection pour votre parquet ou tapis. Pour un usage sûr, l'appareil doit disposer d'au moins 60 cm (2 pi) d'espace libre tout autour de lui.
5. Assurez-vous que tous les boulons et écrous soient bien serrés avant d'utiliser l'appareil. La sécurité de l'appareil ne peut être entretenue qu'à condition de régulièrement vérifier l'absence de dommages ou d'usure.
6. Utilisez toujours l'équipement comme indiqué. Si vous trouvez des composants défectueux lors de l'assemblage ou du contrôle de l'équipement, ou si vous entendez des bruits inhabituels provenant de l'équipement pendant l'exercice, arrêtez immédiatement d'utiliser l'équipement et n'utilisez plus jusqu'à ce que le problème soit résolu.
7. Portez des vêtements adéquats lors de l'utilisation de l'appareil. Évitez les vêtements amples qui risqueraient de se prendre dans l'appareil.
8. Ne mettez pas le doigt ni aucun objet dans les pièces mobiles de l'appareil.
9. La capacité de poids maximale de cet appareil est de 135 kgs (300lbs).
10. Cet appareil n'est pas adapté à un usage thérapeutique.
11. Soulevez et déplacez l'appareil avec précaution. Utilisez toujours les techniques adéquates de levage et demandez de l'aide si nécessaire.
12. Votre produit est conçu pour usage dans un endroit sec et frais. Éviter de l'entreposer dans un endroit extrêmement froid, chaud ou humide, car cela peut entraîner de la corrosion et des problèmes du même ordre.
13. Cet appareil est conçu pour un usage intérieur uniquement; Il n'est pas fait pour une utilisation commerciale.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Wir danken Ihnen, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben. Zur Gewährleistung Ihrer Sicherheit und Gesundheit verwenden Sie dieses Gerät bitte ordnungsgemäß. Es ist wichtig, diese gesamte Bedienungsanleitung zu lesen, bevor Sie das Gerät montieren und in Betrieb nehmen. Eine sichere und effektive Nutzung kann nur erreicht werden, wenn das Gerät ordnungsgemäß montiert, gewartet und verwendet wird. Sie sind dafür verantwortlich, dass alle Benutzer des Geräts über alle Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen informiert werden.

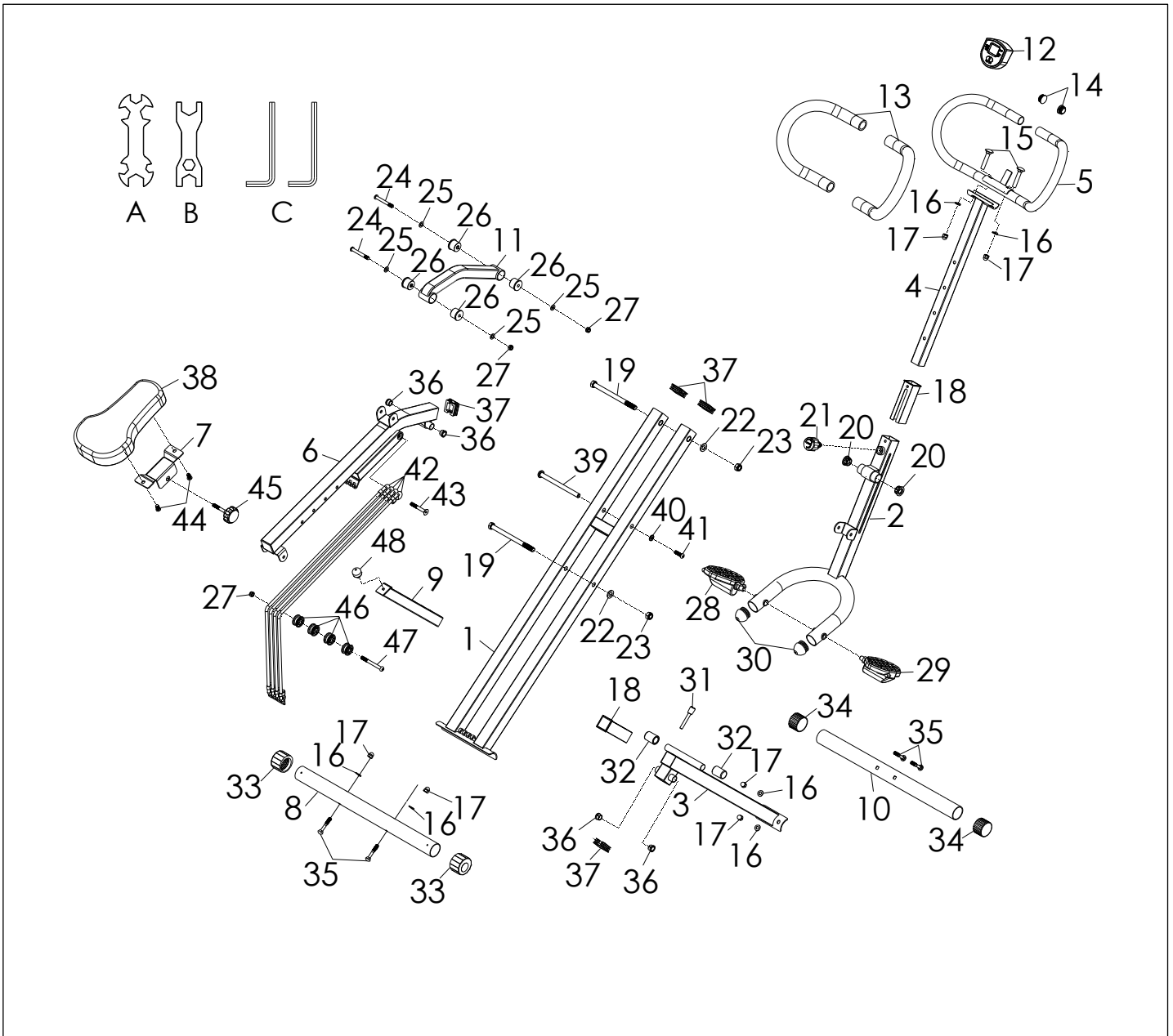
1. Vor Beginn eines jeden Trainingsprogramms ist es ratsam, einen Arzt zu konsultieren, um festzustellen, ob Sie medizinische oder körperliche Beschwerden haben, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder verhindern könnten, dass Sie das Gerät ordnungsgemäß benutzen. Der Rat Ihres Arztes ist unerlässlich, wenn Sie Medikamente einnehmen, die Ihre Herzfrequenz, Ihren Blutdruck oder Ihren Cholesterinspiegel beeinflussen.
2. Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit schädigen. Hören Sie auf zu trainieren, wenn Sie eines der folgenden Symptome verspüren: Schmerzen, Engegefühl in Ihrer Brust, unregelmäßiger Herzschlag, Kurzatmigkeit, Benommenheit, Schwindel oder Übelkeit. Wenn Sie einen dieser Zustände bemerken, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie mit Ihrem Trainingsprogramm fortfahren.
3. Kinder und Haustiere dürfen nicht in der Nähe des Geräts sein. Das Gerät ist nur für den Gebrauch durch Erwachsene bestimmt.
4. Verwenden Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einer Schutzabdeckung für Ihren Boden oder Teppich. Um die Sicherheit zu gewährleisten, sollte das Gerät ringsum mindestens 60 cm (2 ft) Freiraum haben.
5. Vergewissern Sie sich, dass alle Muttern und Bolzen fest angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen. Die Sicherheit des Gerätes kann nur gewährleistet werden, wenn es regelmäßig auf Beschädigungen und/oder Verschleiß überprüft wird.
6. Verwenden Sie das Gerät immer entsprechend den Angaben. Wenn Sie bei der Montage oder Überprüfung des Geräts defekte Komponenten feststellen oder ungewöhnliche Geräusche vom Gerät während des Trainings hören, stellen Sie die Verwendung des Geräts sofort ein. In diesem Fall sollten Sie es erst dann wieder in Betrieb nehmen, wenn das Problem behoben ist.
7. Tragen Sie bei der Benutzung des Gerätes geeignete Kleidung. Vermeiden Sie das Tragen von loser Kleidung, die sich in der Ausrüstung verfangen kann.
8. Stecken Sie keine Finger oder Gegenstände in die beweglichen Teile des Gerätes.
9. Die maximale Gewichtsbelastbarkeit dieser Einheit beträgt 135kgs (300 Pfunde).
10. Dieses Gerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
11. Um Personenschäden und/oder Schäden am Produkt oder Eigentum zu vermeiden, ist ein ordnungsgemäßes Hochheben und Transportieren erforderlich.
12. Ihr Produkt ist für den Einsatz unter kühlen und trockenen Bedingungen bestimmt. Sie sollten die Lagerung in extrem kalten, heißen oder feuchten Räumen vermeiden, da dies zu Korrosion und anderen damit verbundenen Problemen führen kann.
13. Dieses Gerät ist nur für den Innen- und Heimgebrauch bestimmt; es ist nicht für die gewerbliche Nutzung bestimmt.

IMPORTANTI INFORMAZIONI SULLA SICUREZZA











Grazie per aver scelto il nostro prodotto. Per garantire la sicurezza e la salute dell'utente, si prega di utilizzare questa attrezzatura in modo corretto. È importante leggere questo manuale per intero prima di montare e utilizzare l'attrezzatura. Un utilizzo sicuro ed efficace è possibile solo se l'attrezzatura viene montata, sottoposta a manutenzione e utilizzata correttamente. È responsabilità dell'utente assicurarsi che tutti gli utilizzatori dell'attrezzatura siano a conoscenza di tutte le avvertenze e le precauzioni.

1. Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi, è necessario consultare il proprio medico per determinare se esistono condizioni mediche o fisiche che potrebbero mettere a rischio la salute e la sicurezza o impedire l'uso corretto dell'attrezzatura. Il parere del medico è fondamentale se si assumono farmaci che influenzano la frequenza cardiaca, la pressione sanguigna o il livello di colesterolo.
2. È importante essere consapevoli dei segnali del proprio corpo. Un'attività fisica scorretta o eccessiva può danneggiare la salute. Interrompere l'attività fisica se si avverte uno dei seguenti sintomi: dolore, senso di oppressione al petto, battito cardiaco irregolare, mancanza di respiro, stordimento, vertigini o sensazione di nausea. Se si verifica una di queste condizioni, è necessario consultare il medico prima di continuare il programma di esercizi.
3. Tenere i bambini e gli animali domestici lontani dall'attrezzatura. L'attrezzatura è progettata solo per l'uso da parte di adulti.
4. Utilizzare l'attrezzatura su una superficie solida e piana, con una copertura protettiva per il pavimento o la moquette. Per garantire la sicurezza, l'attrezzatura deve avere almeno 2 piedi (60 cm) di spazio libero intorno ad essa.
5. Assicurarsi che tutti i dadi e i bulloni siano saldamente serrati prima di utilizzare l'attrezzatura. La sicurezza dell'attrezzatura può essere mantenuta solo se viene esaminata regolarmente per verificare la presenza di danni e/o usura.
6. Utilizzare sempre l'attrezzatura come indicato. Se durante il montaggio o il controllo dell'attrezzatura si riscontrano componenti difettosi o se si sentono rumori insoliti provenire dall'attrezzatura durante l'esercizio, interrompere immediatamente l'uso dell'attrezzatura e non utilizzarla finché il problema non è stato risolto.
7. Indossare indumenti adeguati durante l'utilizzo dell'attrezzatura. Evitare di indossare indumenti larghi che potrebbero impigliarsi nell'attrezzatura.
8. Non inserire dita o oggetti nelle parti mobili dell'attrezzatura.
9. La capacità massima di peso di questa unità è di 300 libbre (135 kgs).
10. L'attrezzatura non è adatta all'uso terapeutico.
11. Per evitare lesioni fisiche e/o danni al prodotto o alle cose, è necessario sollevare e spostare il prodotto in modo corretto.
12. Il prodotto è destinato all'uso in ambienti freschi e asciutti. Si consiglia di evitare lo stoccaggio in aree estremamente fredde, calde o umide, poiché ciò potrebbe causare corrosione e altri problemi correlati.
13. Questa attrezzatura è progettata solo per uso interno e domestico; non è destinata all'uso commerciale.

EXPLODED DIAGRAM



HARDWARE PACKAGE

	— #24	M8*65	1PC		— #45	M8	1PC
	— #27	M8*13	1PC		— A	S10 S13 S14 S15 S17 S19	1PC
	— #25	OD16*ID8.5	2PCS		— B	S13 S17 S19	1PC
	— #35	M8*50	4PCS		— C	S5	2PCS
	— #16	OD16*ID8	4PCS		— #17	M8*12	4PCS

PARTS LIST

No.	Description	Spec.	Qty.	No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1	27	Locknut	M8*13	3
2	Pedal Connecting Tube		1	28	Left Pedal		1
3	Front Connecting Tube		1	29	Right Pedal		1
4	Handlebar Tube		1	30	Spherical Plug		2
5	Handlebar		1	31	Pin		1
6	Seat Connecting Tube		1	32	Plug	φ19	2
7	Fixed Iron Sheet		1	33	End Cap	φ42*1.5	2
8	Rear Stabilizer		1	34	End Cap	φ42*1.5	2
9	Seat Tube		1	35	Bolt	M8*50	4
10	Front Stabilizer		1	36	Bearing Sleeve	19*1.5	4
11	Connecting Tube		1	37	Plug	38*38*31.5	4
12	Meter	XT-1013	1	38	Seat Cushion		1
13	Sponge		2	39	Bolt	M12*151	1
14	Plug	φ25*1.5	2	40	Washer	d8	1
15	Bolt	M8*42	2	41	Screw	M8*25	1
16	Washer	OD16*ID18	6	42	Exercise Band		4
17	Nut	M8*12	6	43	Bolt	M8*60	1
18	Bushing		2	44	Screw	M8*16	2
19	Bolt	M12	2	45	Knob	M8	1
20	Bearing Sleeve	φ12.1	2	46	Plastic Wheel		4
21	Knob	M16	1	47	Bolt	M8*80	1
22	Washer	d12	2	48	Cushion	φ25	1
23	Nut	M12	2	A	Spanner	S10 S13 S14 S15 S17 S19	1
24	Bolt	M8*65	2	B	Spanner	S13 S17 S19	1
25	Washer	OD16*ID8.5	4	C	Allen Wrench	S5	2
26	Bearing Sleeve	φ8.2	4				

Ordering Replacement Parts (U.S. and Canadian Customers only)

Please provide the following information in order for us to accurately identify the part(s) needed:

- ✓ The model number (found on cover of manual)
- ✓ The product name (found on cover of manual)
- ✓ The part number found on the “EXPLODED DIAGRAM” and “PARTS LIST” (found near the front of the manual)

Please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

LISTA DE PIEZAS

n.º	Descripción	Espec.	Cont.	n.º	Descripción	Espec.	Cont.
1	Marco Principal		1	27	Contratuera	M8*13	3
2	Caño de Conexión del Pedal		1	28	Pedal Izquierdo		1
3	Caño de Conexión Frontal		1	29	Pedal Derecho		1
4	Caño del Manubrio		1	30	Tapón Esférico		2
5	Manubrio		1	31	Pasador		1
6	Caño de Conexión del Asiento		1	32	Conector	φ19	2
7	Plancha de Hierro Fija		1	33	Tapa de Extremo	φ42*1.5	2
8	Estabilizador Trasero		1	34	Tapa de Extremo	φ42*1.5	2
9	Caño del Asiento		1	35	Perno	M8*50	4
10	Estabilizador Delantero		1	36	Manguito del Rodamiento	19*1.5	4
11	Caño de Conexión		1	37	Conector	38*38*31.5	4
12	Medidor	XT-1013	1	38	Cojín del Asiento		1
13	Esponja		2	39	Perno	M12*151	1
14	Conector	φ25*1.5	2	40	Arandela	d8	1
15	Perno	M8*42	2	41	Tornillo	M8*25	1
16	Arandela	OD16*ID18	6	42	Banda de Ejercicio		4
17	Tuerca	M8*12	6	43	Perno	M8*60	1
18	Buje		2	44	Tornillo	M8*16	2
19	Perno	M12	2	45	Perilla	M8	1
20	Manguito del Rodamiento	φ12.1	2	46	Rueda de Plástico		4
21	Perilla	M16	1	47	Perno	M8*80	1
22	Arandela	d12	2	48	Cojín	φ25	1
23	Tuerca	M12	2	A	Llave Inglesa	S10 S13 S14 S15 S17 S19	1
24	Perno	M8*65	2	B	Llave Inglesa	S13 S17 S19	1
25	Arandela	OD16*ID8.5	4	C	Llave Allen	S5	2
26	Manguito del Rodamiento	φ8.2	4				

Pedido de piezas de repuesto (solo para clientes de EE. UU. y Canadá)

Proporcione la siguiente información para que podamos identificar con precisión las piezas necesarias:

- ✓ El número de modelo (se encuentra en la portada del manual).
- ✓ El nombre del producto (se encuentra en la portada del manual).
- ✓ El número de pieza que se encuentra en el "ESQUEMA DE LAS PIEZAS" y en la "LISTA DE PIEZAS" (se encuentra al principio del manual).

Contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

LISTE DES ÉLÉMENTS

N°	Description	Spécification	QTÉ	N°	Description	Spécification	QTÉ
1	Cadre Principal		1	27	Contre-Écrou	M8x13	3
2	Tube de Raccord de Pédale		1	28	Pédale Gauche		1
3	Tube de Raccord Avant		1	29	Pédale Droite		1
4	Tube de Guidon		1	30	Bouchon Sphérique		2
5	Guidon		1	31	Goupille		1
6	Tube de Raccord de Selle		1	32	Bouchon	Ø19	2
7	Plaque Métallique Fixe		1	33	Embout d'Extrémité	Ø42x1,5	2
8	Stabilisateur Arrière		1	34	Embout d'Extrémité	Ø42x1,5	2
9	Tube de Selle		1	35	Boulon	M8x50	4
10	Stabilisateur Avant		1	36	Manchon de Roulement	19x1,5	4
11	Tube de Raccord		1	37	Bouchon	38x38x31,5	4
12	Compteur	XT-1013	1	38	Coussin de Siège		1
13	Rouleau en Mousse		2	39	Boulon	M12x151	1
14	Bouchon	Ø25x1,5	2	40	Rondelle	D8	1
15	Boulon	M8x42	2	41	Vis	M8x25	1
16	Rondelle	DE16xDI18	6	42	Corde Élastique		4
17	Écrou	M8x12	6	43	Boulon	M8x60	1
18	Bague		2	44	Vis	M8x16	2
19	Boulon	M12	2	45	Bouton	M8	1
20	Manchon de Roulement	Ø12,1	2	46	Roulette en Plastique		4
21	Bouton	M16	1	47	Boulon	M8x80	1
22	Rondelle	d12	2	48	Coussin	Ø25	1
23	Écrou	M12	2	A	Clé à Écrous	S10 S13 S14 S15 S17 S19	1
24	Boulon	M8x65	2	B	Clé à Écrous	S13 S17 S19	1
25	Rondelle	DE16xDI8,5	4	C	Clé Allen	S5	2
26	Manchon de Roulement	Ø8,2	4				

Pour commander des pièces de rechange (clients américains et canadiens seulement)

Veillez fournir les informations suivantes afin que nous puissions identifier avec précision la pièce ou les pièces requise(s):

- ✓ Le numéro de modèle (situé sur la couverture du manuel)
- ✓ Le nom du produit (situé sur la couverture du manuel)
- ✓ Le numéro de pièce figurant sur le «SCHÉMA ÉCLATÉ» et la «LISTE DES ÉLÉMENTS» (situé vers le début du manuel)

Veillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

TEILELISTE

Nr.	Bezeichnung	Spezif.	Menge	Nr.	Bezeichnung	Spezif.	Menge
1	Hauptrahmen		1	27	Kontermutter	M8x13	3
2	Pedalverbindungsrohr		1	28	Linkes Pedal		1
3	Vorderes Verbindungsrohr		1	29	Rechtes Pedal		1
4	Griffstütze		1	30	Kugelstecker		2
5	Griffstange		1	31	Stift		1
6	Sitzverbindungsrohr		1	32	Stecker	φ19	2
7	Fixiertes Eisenblech		1	33	Endkappe	φ42x1,5	2
8	Hinterer Stabilisator		1	34	Endkappe	φ42x1,5	2
9	Sitzrohr		1	35	Bolzen	M8x50	4
10	Vorderer Stabilisator		1	36	Lagerhülse	19x1,5	4
11	Verbindungsrohr		1	37	Stecker	38x38x31,5	4
12	Messgerät	XT-1013	1	38	Sitzpolster		1
13	Schwamm		2	39	Bolzen	M12x151	1
14	Stecker	φ25x1,5	2	40	Unterlegscheibe	d8	1
15	Bolzen	M8x42	2	41	Schraube	M8x25	1
16	Unterlegscheibe	OD16xID18	6	42	Trainingsbänder		4
17	Schraubenmutter	M8x12	6	43	Bolzen	M8x60	1
18	Buchse		2	44	Schraube	M8x16	2
19	Bolzen	M12	2	45	Drehknopf	M8	1
20	Lagerhülse	φ12,1	2	46	Kunststoffrad		4
21	Drehknopf	M16	1	47	Bolzen	M8x80	1
22	Unterlegscheibe	d12	2	48	Kissen	φ25	1
23	Schraubenmutter	M12	2	A	Schraubenschlüssel	S10 S13 S14 S15 S17 S19	1
24	Bolzen	M8 x 65	2	B	Schraubenschlüssel	S13 S17 S19	1
25	Unterlegscheibe	OD16xID8.5	4	C	Inbusschlüssel	S5	2
26	Lagerhülse	φ8,2	4				

Bestellung von Ersatzteilen (nur für US-amerikanische und kanadische Kunden)

Bitte geben Sie die folgenden Informationen an, damit wir das/die benötigte(n) Teil(e) genau identifizieren können:

- ✓ Die Modellnummer (finden Sie auf dem Umschlag der Anleitung)
- ✓ Die Produktbezeichnung (finden Sie auf dem Umschlag der Anleitung)
- ✓ Die Teilenummer auf der „EXPLOSIONSDARSTELLUNG“ und der „TEILELISTE“ (finden Sie vorne in der Anleitung)

Bitte kontaktieren Sie uns unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

ELENCO PARTI

n.	Descrizione	Spec.	Qtà.	n.	Descrizione	Spec.	Qtà.
1	Telaio Principale		1	27	Controdado	M8*13	3
2	Tubo di Collegamento dei Pedali		1	28	Pedale Sinistro		1
3	Tubo di Collegamento Anteriore		1	29	Pedale Destro		1
4	Tubo Impugnatura		1	30	Tappo Sferico		2
5	Impugnatura		1	31	Perno		1
6	Tubo di Collegamento Della Seduta		1	32	Tappo	φ19	2
7	Lastra di Ferro Fissa		1	33	Tappo Terminale	φ42*1.5	2
8	Stabilizzatore Posteriore		1	34	Tappo Terminale	φ42*1.5	2
9	Tubo Seduta		1	35	Bullone	M8*50	4
10	Stabilizzatore Anteriore		1	36	Manicotto Cuscinetto	19*1.5	4
11	Tubo di Collegamento		1	37	Tappo	38*38*31.5	4
12	Contatore	XT-1013	1	38	Cuscino Seduta		1
13	Rullo in Gommapiuma		2	39	Bullone	M12*151	1
14	Tappo	φ25*1.5	2	40	Rondella	d8	1
15	Bullone	M8*42	2	41	Vite	M8*25	1
16	Rondella	OD16*ID18	6	42	Fascia per Esercizi		4
17	Dado	M8*12	6	43	Bullone	M8*60	1
18	Boccola		2	44	Vite	M8*16	2
19	Bullone	M12	2	45	Manopola	M8	1
20	Manicotto Cuscinetto	φ12.1	2	46	Ruota in Plastica		4
21	Manopola	M16	1	47	Bullone	M8*80	1
22	Rondella	d12	2	48	Cuscino	φ25	1
23	Dado	M12	2	A	Chiave	S10 S13 S14 S15 S17 S19	1
24	Bullone	M8*65	2	B	Chiave	S13 S17 S19	1
25	Rondella	OD16*ID8.5	4	C	Chiave a Brugola	S5	2
26	Manicotto Cuscinetto	φ8.2	4				

Come ordinare le parti di ricambio (solo per clienti statunitensi e canadesi)

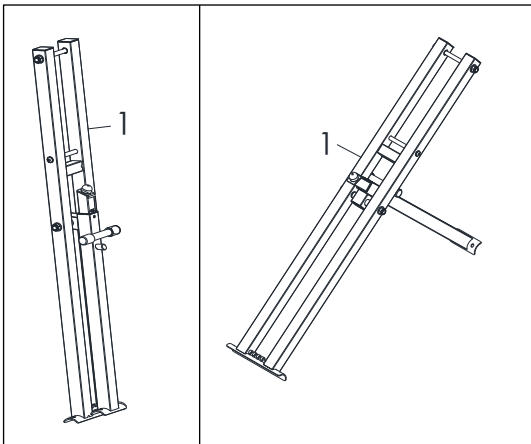
Fornire le seguenti informazioni per consentirci di identificare con precisione le parti necessarie:

- ✓ Il numero del modello (si trova sulla copertina del manuale)
- ✓ Il nome del prodotto (si trova sulla copertina del manuale)
- ✓ Il codice componente che si trova nello "SCHEMA ESPLOSO" e nell'"ELENCO PARTI" (vicino alla parte anteriore del manuale)

Contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

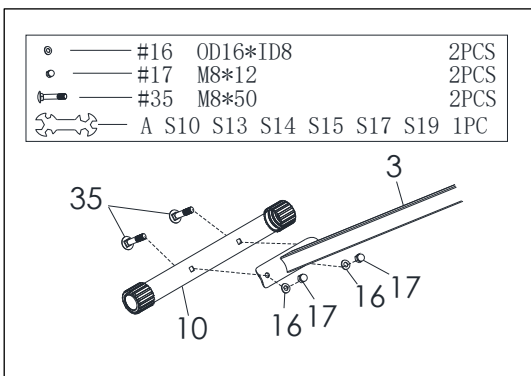
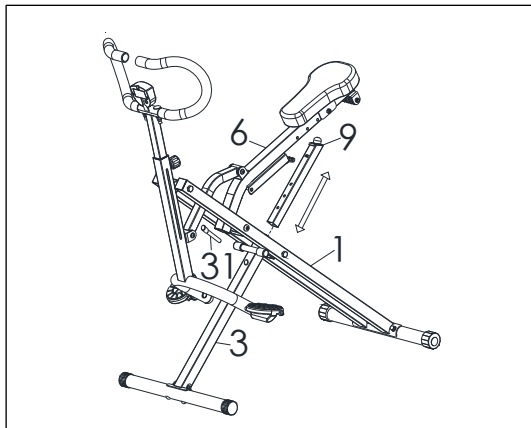
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 1:

Open the **Main Frame (No. 1)** as shown in the picture on the left.

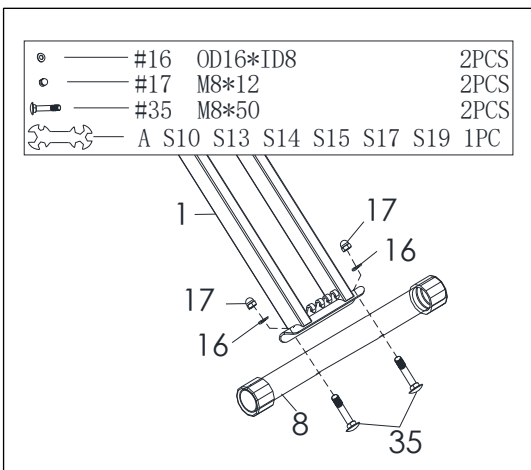
NOTE: The **Pin (No. 31)** has been inserted into **Front Connecting Tube (No. 3)**.



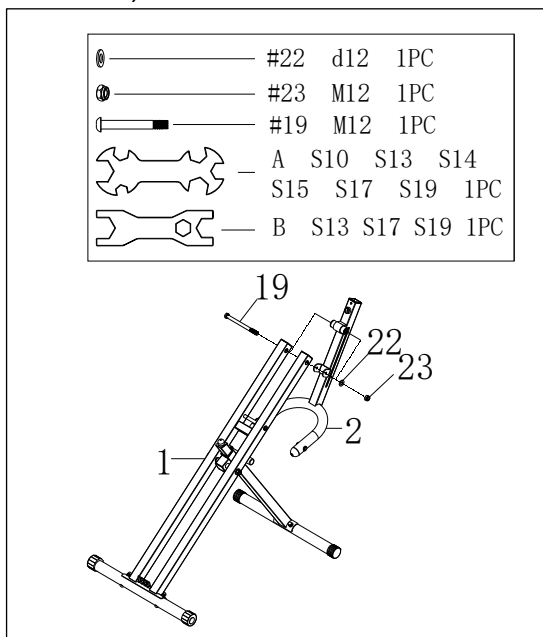
STEP 2:

Attach **Front Stabilizer (No. 10)** to **Front Connecting Tube (No. 3)** with 2 **Bolts (No. 35)**, 2 **Nuts (No. 17)** and 2 **Washers (No. 16)**. Tighten and secure with **Spanner (No. A)**.

Attach **Rear Stabilizer (No. 8)** to **Main Frame (No. 1)** with 2 **Bolts (No. 35)**, 2 **Nuts (No. 17)** and 2 **Washers (No. 16)**. Tighten and secure with **Spanner (No. A)**.

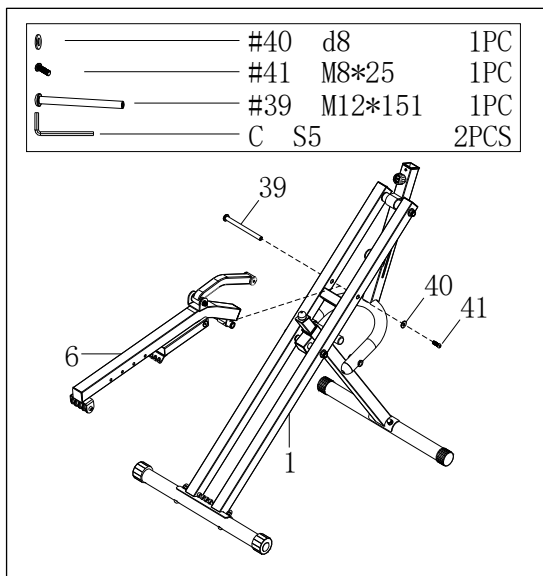


We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



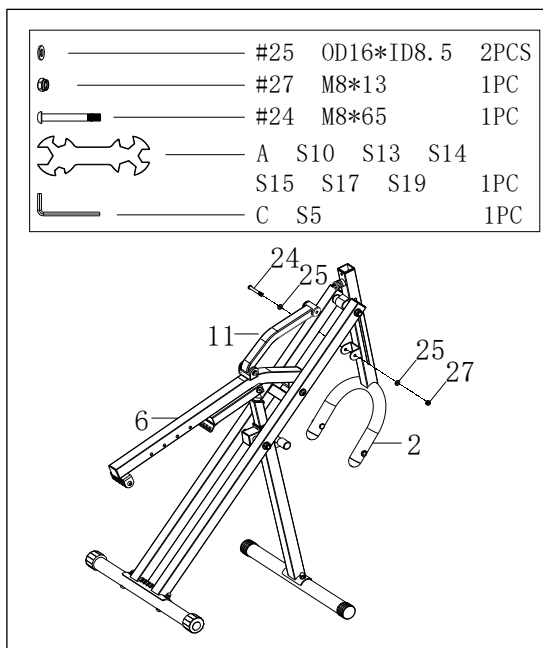
STEP 3:

Remove the **Bolt (No. 19)**, **Washer (No. 22)** and **Nut (No. 23)** from the **Main Frame (No. 1)**. Insert the **Pedal Connecting Tube (No. 2)** into the **Main Frame (No. 1)**. Then insert **Bolt (No. 19)** into **Main Frame (No. 1)** and secure the **Washer (No. 22)** and **Nut (No. 23)** using **Spanner (No. A & No. B)**.



STEP 4:

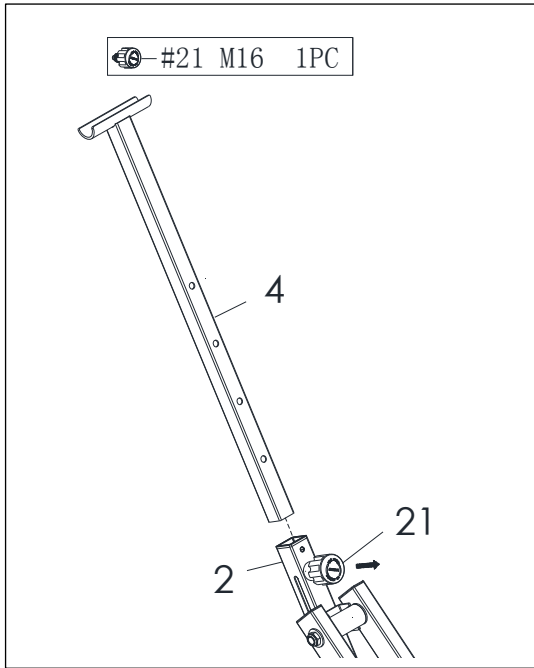
Remove the **Bolt (No. 39)**, **Washer (No. 40)** and **Screw (No. 41)** from the **Main Frame (No. 1)**. Insert **Seat Connecting Tube (No. 6)** into **Main Frame (No. 1)**. Then insert **Bolt (No. 39)** into **Main Frame (No. 1)**, use **Allen Wrench (No. C)** to hold the **Bolt (No. 39)** and use the other **Allen Wrench (No. C)** to secure the **Washer (No. 40)** and **Screw (No. 41)**.



STEP 5:

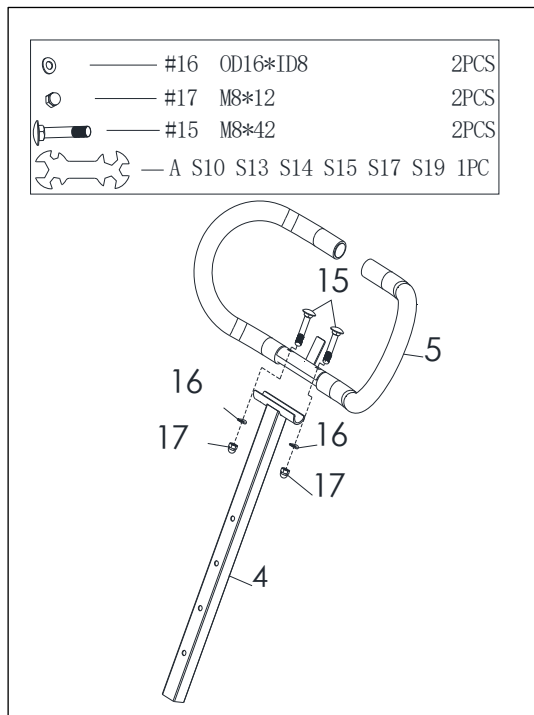
Take out the 2 **Washers (No. 25)**, **Bolt (No. 24)** and **Locknut (No. 27)** from hardware package. Insert **Connecting Tube (No. 11)** into the metal bracket slot of **Pedal Connecting Tube (No. 2)**. Tighten and secure **Bolt (No. 24)**, 2 **Washers (No. 25)** and **Locknut (No. 27)** by using **Spanner (No. A)** and **Allen Wrench (No. C)**.

We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



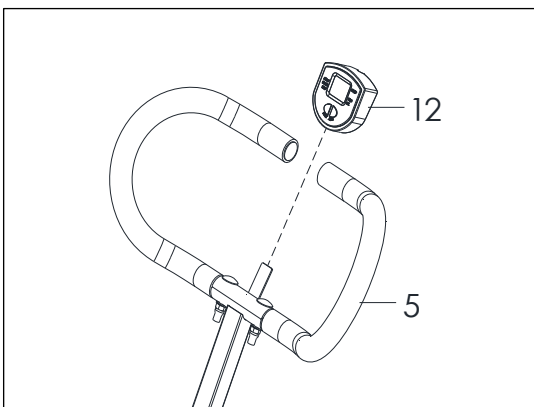
STEP 6:

Loosen and pull the **Knob (No. 21)** from the **Pedal Connecting Tube (No. 2)**. Insert **Handlebar Tube (No. 4)** into **Pedal Connecting Tube (No. 2)**. Then insert and secure with **Knob (No. 21)** after adjusting to proper height.



STEP 7:

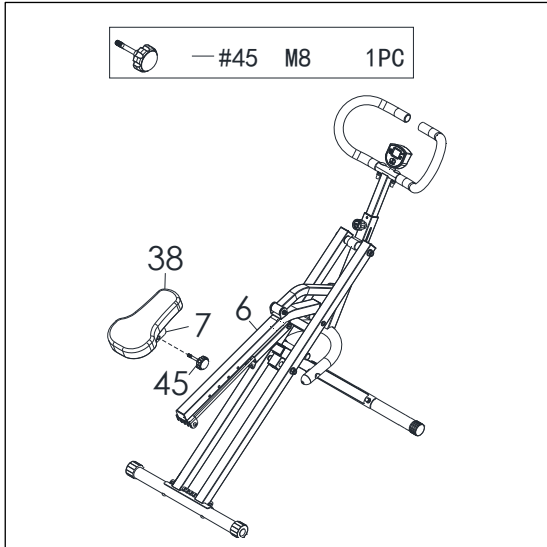
Remove preassembled 2 **Bolts (No. 15)**, 2 **Washers (No. 16)** and 2 **Nuts (No. 17)** from the **Handlebar (No. 5)** and attach the **Handlebar (No. 5)** to the **Handlebar Tube (No. 4)** using 2 **Bolts (No. 15)**, 2 **Washers (No. 16)** and 2 **Nuts (No. 17)** that were removed and secure with **Spanner (No. A)**.



STEP 8:

Insert the **Meter (No. 12)** onto the tab on the **Handlebar (No. 5)**.

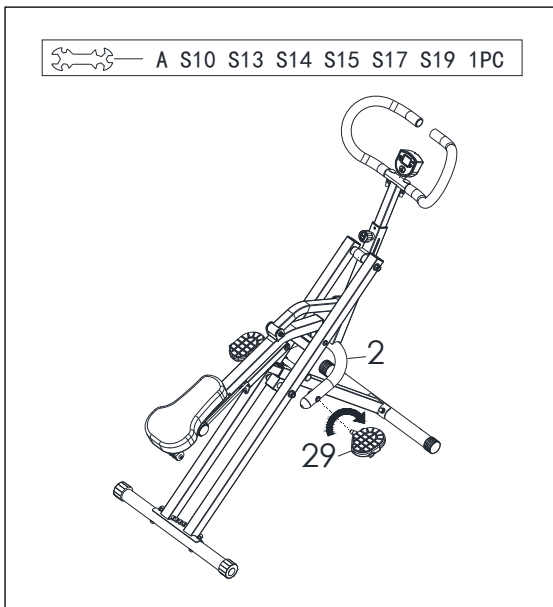
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 9:

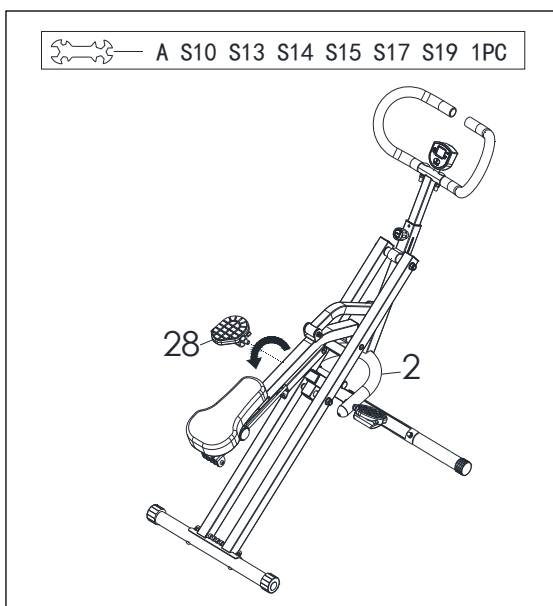
Take out the **Knob (No. 45)** from the hardware package.

Attach the **Fixed Iron Sheet (No. 7)** to the **Seat Connecting Tube (No. 6)**, adjust the **Seat Cushion (No. 38)** to your desired position, then tighten and secure with the **Knob (No. 45)**.

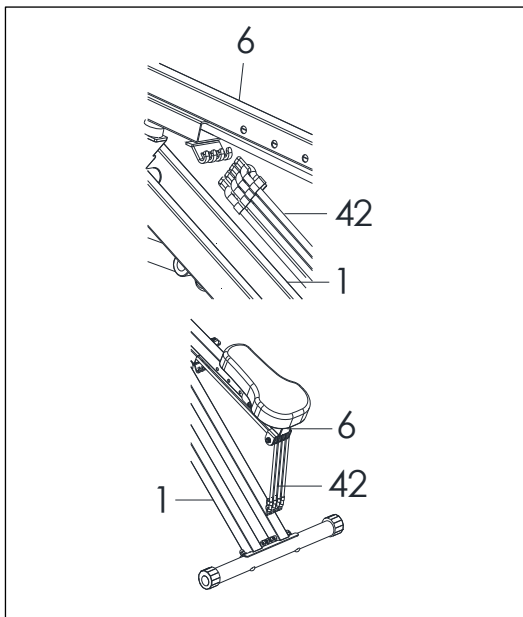


STEP 10:

Attach the **Left & Right Pedals (No. 28 & No. 29)** to the **Pedal Connecting Tube (No. 2)** and tighten **Left & Right Pedals (No. 28 & No. 29)** clockwise with **Spanner (No. A)**.



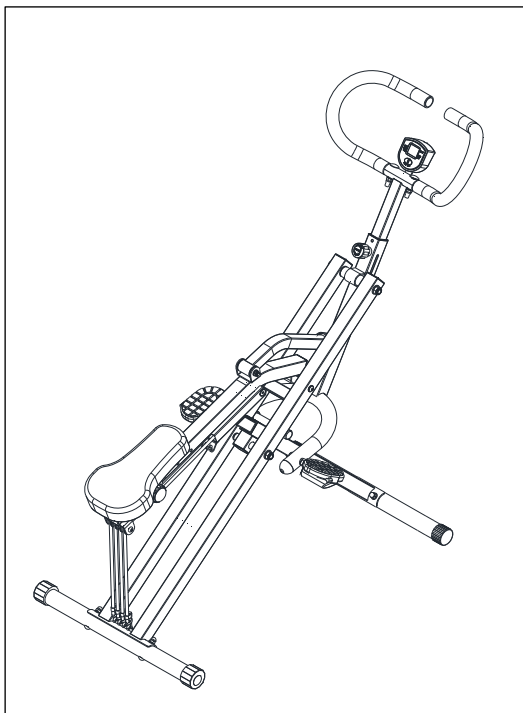
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



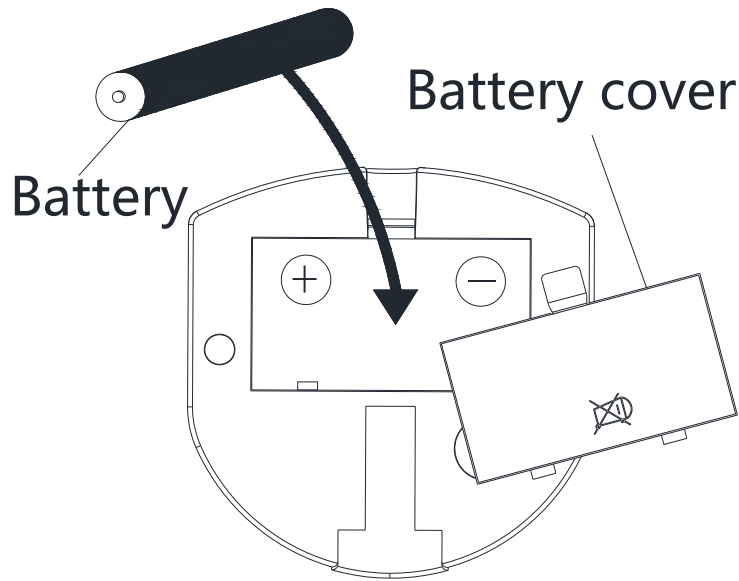
STEP 11:

Connect the **Exercise Bands (No. 42)** to the hooks on the **Main Frame (No. 1)**.

The assembly is complete!



BATTERY INSTALLATION & REPLACEMENT



BATTERY INSTALLATION:

1. Take out 1 AA battery from manual bag.
2. Press the buckle of battery cover on the **Meter (No. 12)**, then remove battery cover.
3. Install 1 AA battery into the battery case on the back of the **Meter (No. 12)**. Pay attention to the battery + and – poles before installing.
4. Press the buckle of battery cover, then put the battery cover back to the back of the **Meter (No. 12)**.

The installation is complete!

BATTERY REPLACEMENT:

1. Press the buckle of battery cover on the back of the **Meter (No. 12)**, then remove battery cover.
2. Remove the 1 old AA battery in the battery case and install 1 new AA battery into the battery case on the back of the **Meter (No. 12)**. Pay attention to the battery + and – poles before installing.
3. Press the buckle of battery cover, then put the battery cover back to the back of the **Meter (No. 12)**.

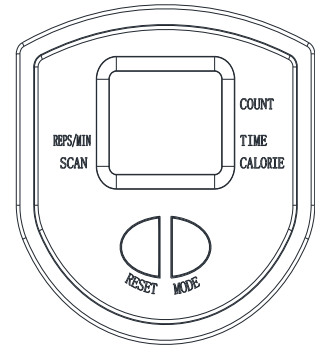
The replacement is complete!

NOTE: Dispose battery according to your state and regional guidelines.

EXERCISE METER

SPECIFICATIONS:

TIME-----00:00—99:59 MIN:SEC
COUNT-----0—9999 STROKES
CALORIE-----0—9999 KCAL
REPS/MIN -----0—9999 STOKES/MIN



KEY FUNCTIONS:

MODE/SELECT: To select the function you want. Hold the key for 4 seconds to have all function values reset (total reset).

RESET/CLEAR: To reset the value.

OPERATION PROCEDURES:

AUTO ON/OFF: The monitor will be automatically shut off if there is no signal coming in for 4 minutes. The monitor will turn on when exercise starts or any key is pressed.

FUNTION:

TIME: Displays the workout time while exercising.

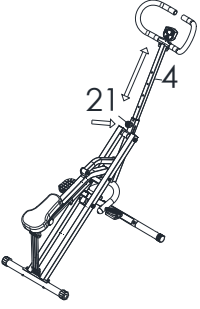
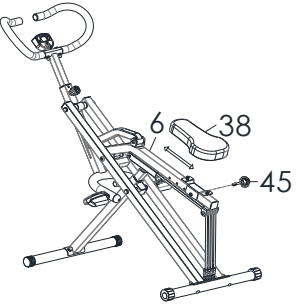
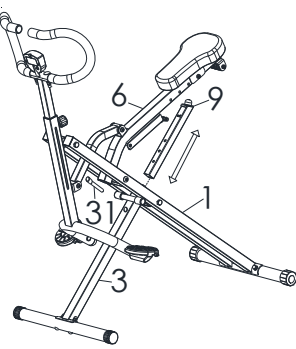
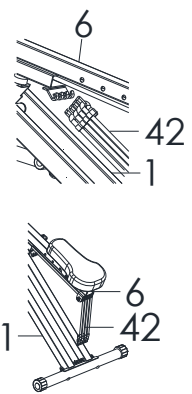
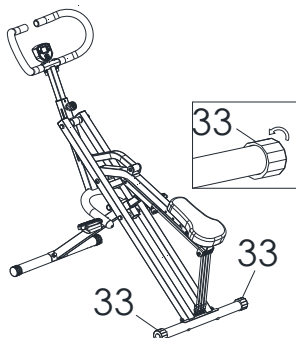
COUNT: Accumulate the strokes while exercising.

CALORIE: Display calories burned while exercising.

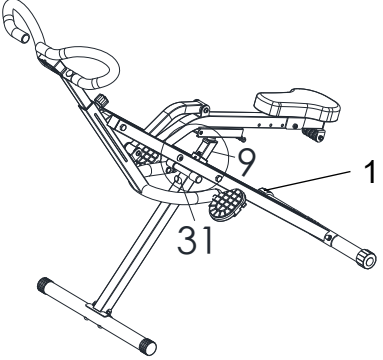
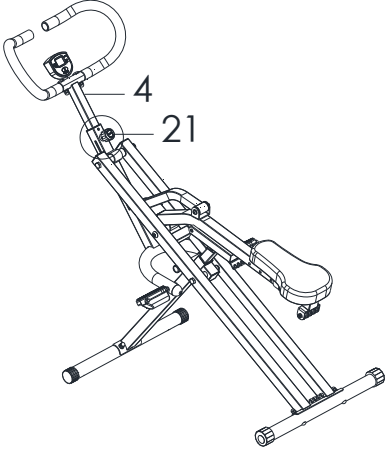
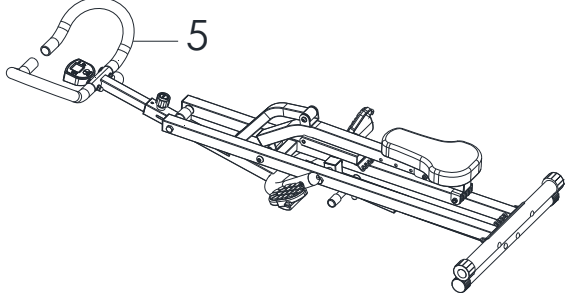
REPS /MIN: Display the strokes per minute while exercising.

SCAN: Automatically scan through each function between①TIME ②CALORIE ③REPS/MIN.

ADJUSTMENT INSTRUCTIONS

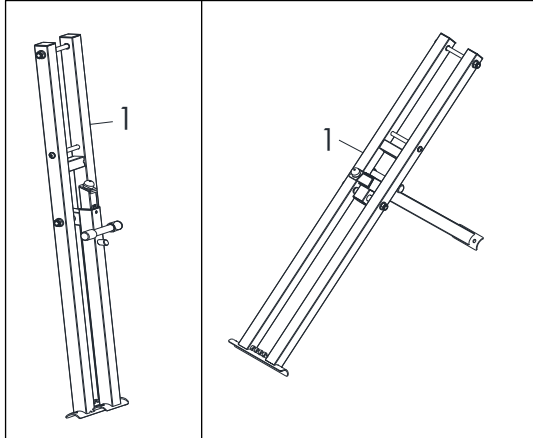
	<p>ADJUSTING THE HANDLEBAR</p> <p>Loosen the Knob (No. 21) and pull. Raise or lower the Handlebar Tube (No. 4) to desired height. Tighten the Knob (No. 21).</p>
	<p>ADJUSTING THE SEAT</p> <p>Loosen and remove the Knob (No. 45) located under the Seat Connecting Tube (No. 6). Move the Seat Cushion (No. 38) to desired position, then re-tighten the Knob (No. 45).</p>
	<p>ADJUSTING THE SEAT TUBE</p> <p>To adjust the Seat Tube (No. 9), lift the Seat Connecting Tube (No. 6). Remove the Pin (No. 31) from Front Connecting Tube (No. 3) and raise or lower the Seat Tube (No. 9) to desired position. Re-insert the Pin (No. 31) to secure. Then lower the Seat Connecting Tube (No. 6). Raising or lowering Seat Tube (No. 9) will change the difficulty of your exercise.</p> <p>NOTE: Make sure Exercise Bands (No. 42) are not hooked to Main Frame (No. 1) when adjusting the Seat Tube (No. 9). Do not extend the Seat Tube (No. 9) to pass “MAX” line.</p>
	<p>ADJUSTING THE EXERCISE BAND</p> <p>You can adjust the difficulty of your exercise by adjusting the Exercise Bands (No. 42). To reduce difficulty, unhook Exercise Bands (No. 42) from the Main Frame (No. 1) and connect the Exercise Bands (No. 42) to the hooks on the Seat Connecting Tube (No. 6).</p>
	<p>ADJUSTING THE BALANCE</p> <p>In order to achieve a smooth and comfortable ride, you must ensure that the bike is stabled and secured. If you notice that the bike is unbalanced during use, you should adjust the End Caps (No. 33) located on the rear stabilizer until the bike becomes levelled with the floor surface.</p>

FOLDING INSTRUCTIONS

	<p>A. Adjust the Seat Tube (No. 9) to the lowest level by the Pin (No. 31).</p> <p>NOTE: Make sure Exercise Bands (No. 42) are not connected to Main Frame (No. 1) when folding.</p>
	<p>B. Adjust the Handlebar Tube (No. 4) to the lowest level by Knob (No. 21).</p>
	<p>C. Hold the Handlebar (No. 5) and fold the product.</p>

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLADO

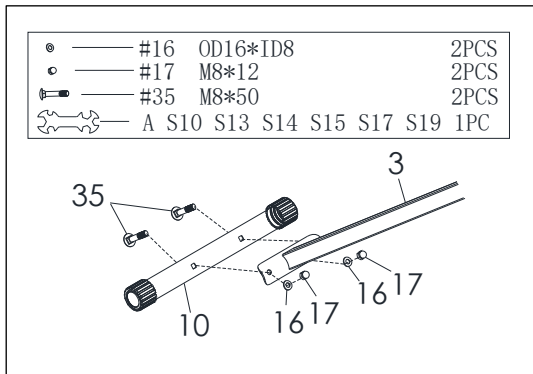
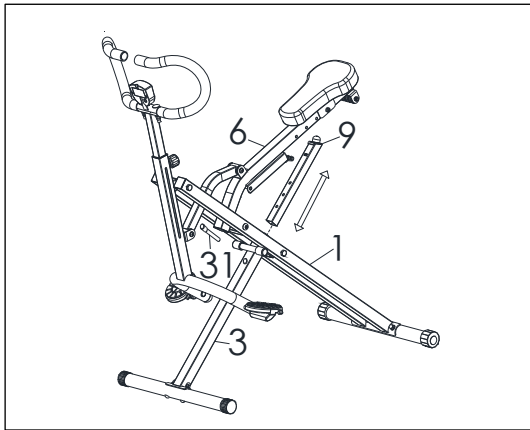
Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 1:

Abra el **Marco Principal (n.º 1)** como se muestra en la imagen de la izquierda.

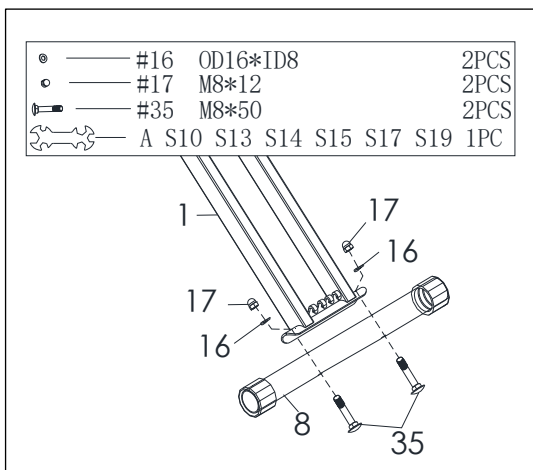
NOTA: Se ha insertado el **Pasador (n.º 31)** en el **Caño de Conexión Frontal (n.º 3)**.



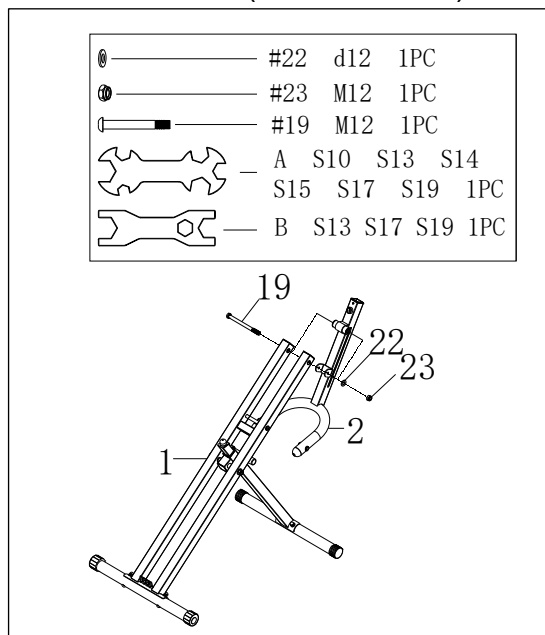
PASO 2:

Fije el **Estabilizador Delantero (n.º 10)** al **Caño de Conexión Frontal (n.º 3)** con 2 **Pernos (n.º 35)**, 2 **Tuercas (n.º 17)** y 2 **Arandelas (n.º 16)**. Ajuste y asegure con la **Llave Inglesa (n.º A)**.

Fije el **Estabilizador Trasero (n.º 8)** a el **Marco Principal (n.º 1)** con 2 **Pernos (n.º 35)**, 2 **Tuercas (n.º 17)** y 2 **Arandelas (n.º 16)**. Ajuste y asegure con la **Llave Inglesa (n.º A)**.

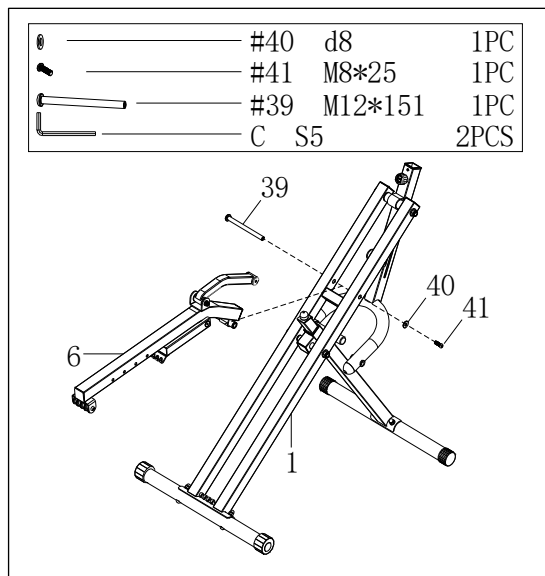


Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



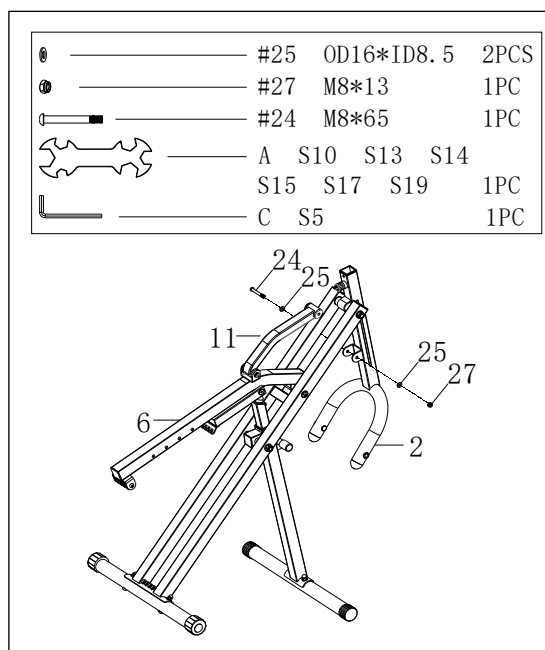
PASO 3:

Retire el **Perno (n.º 19)**, la **Arandela (n.º 22)** y la **Tuerca (n.º 23)** del **Marco Principal (n.º 1)**. Inserte el **Caño de Conexión del Pedal (n.º 2)** en el **Marco Principal (n.º 1)**. Luego, inserte el **Perno (n.º 19)** en el **Marco Principal (n.º 1)** y asegure la **Arandela (n.º 22)** y la **Tuerca (n.º 23)** usando la **Llave Inglesa (n.º A y n.º B)**.



PASO 4:

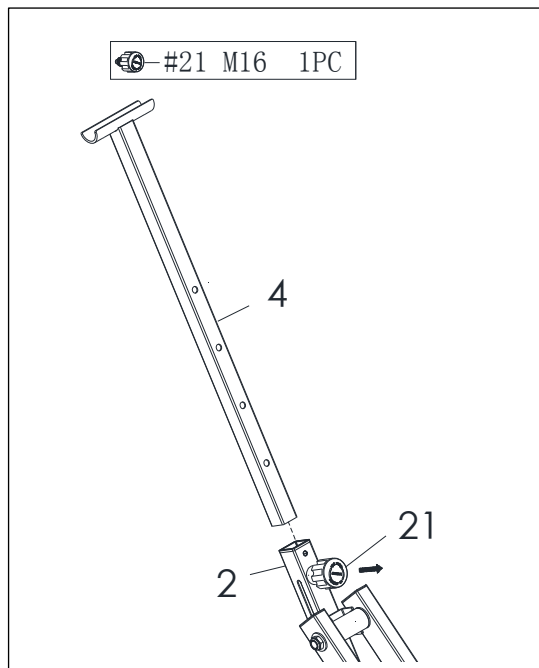
Retire el **Perno (n.º 39)**, la **Arandela (n.º 40)** y el **Tornillo (n.º 41)** del **Marco Principal (n.º 1)**. Inserte el **Caño de Conexión del Asiento (n.º 6)** en el **Marco Principal (n.º 1)**. Luego, inserte el **Perno (n.º 39)** en el **Marco Principal (n.º 1)**, use la **Llave Allen (n.º C)** para sujetar el **Perno (n.º 39)** y use la otra **Llave Allen (n.º C)** para asegurar la **Arandela (n.º 40)** y el **Tornillo (n.º 41)**.



PASO 5:

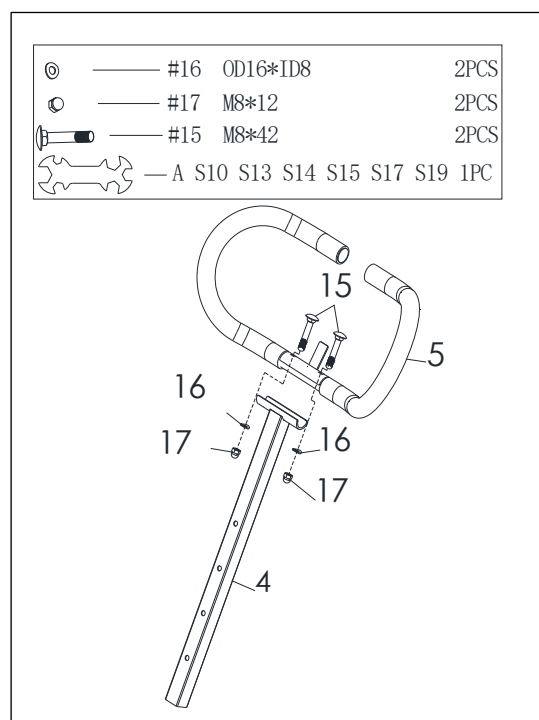
Retire las 2 **Arandelas (n.º 25)**, el **Perno (n.º 24)** y la **Contratuerca (n.º 27)** del paquete de herramientas. Inserte el **Caño de Conexión (n.º 11)** en la ranura del soporte de metal del **Caño de Conexión del Pedal (n.º 2)**. Ajuste y asegure el **Perno (n.º 24)**, las 2 **Arandelas (n.º 25)** y la **Contratuerca (n.º 27)** usando la **Llave Inglesa (n.º A)** y la **Llave Allen (n.º C)**.

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



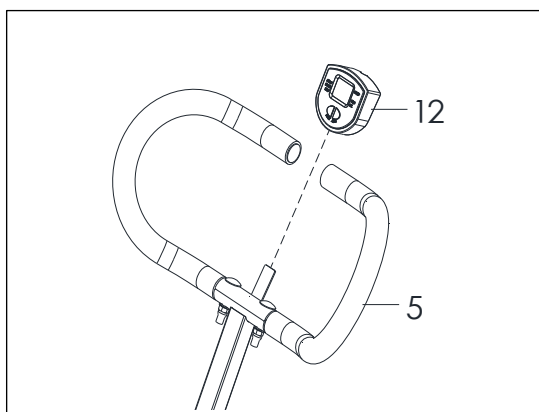
PASO 6:

Afloje y tire de la **Perilla (n.º 21)** desde el **Caño de Conexión del Pedal (n.º 2)**. Inserte el **Caño del Manubrio (n.º 4)** en el **Caño de Conexión del Pedal (n.º 2)**. Luego, inserte y asegure con la **Perilla (n.º 21)** después de ajustar a la altura adecuada.



PASO 7:

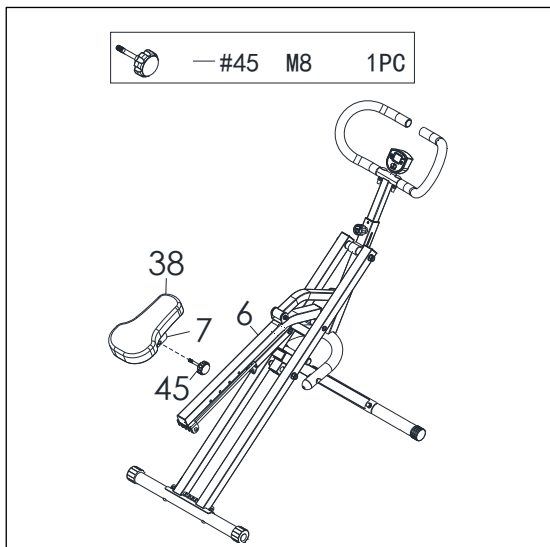
Retire los 2 **Pernos (n.º 15)**, las 2 **Arandelas (n.º 16)** y las 2 **Tuercas (n.º 17)** preensamblados del **Manubrio (n.º 5)** y fije el **Manubrio (n.º 5)** al **Caño del Manubrio (n.º 4)** usando los 2 **Pernos (n.º 15)**, las 2 **Arandelas (n.º 16)** y las 2 **Tuercas (n.º 17)** que se extrajeron; asegure con la **Llave Inglesa (n.º A)**.



PASO 8:

Inserte el **Medidor (n.º 12)** en la lengüeta del **Manubrio (n.º 5)**.

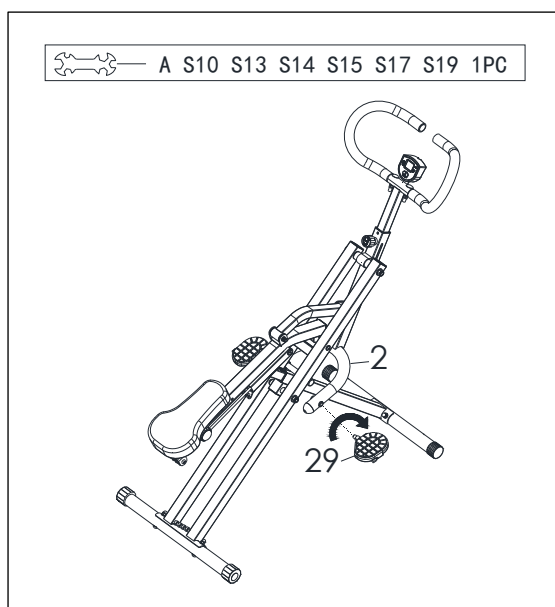
Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 9:

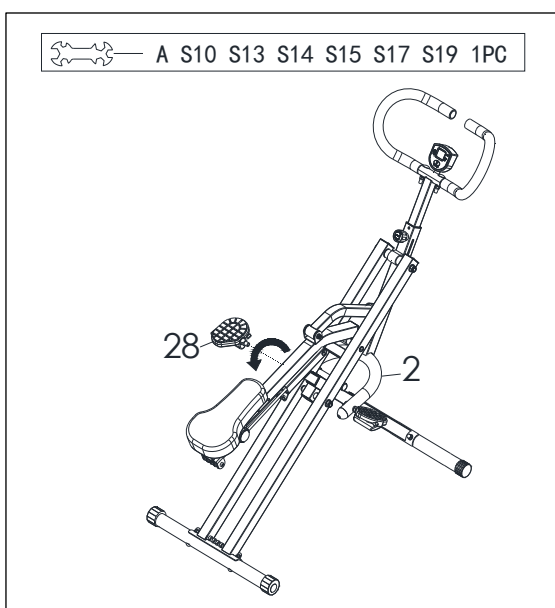
Retire la **Perilla (n.º 45)** del paquete de herramientas.

Fije la **Plancha de Hierro Fija (n.º 7)** al **Caño de Conexión del Asiento (n.º 6)**; ajuste el **Cojín del Asiento (n.º 38)** a la posición deseada, y luego ajuste y asegure con la **Perilla (n.º 45)**.

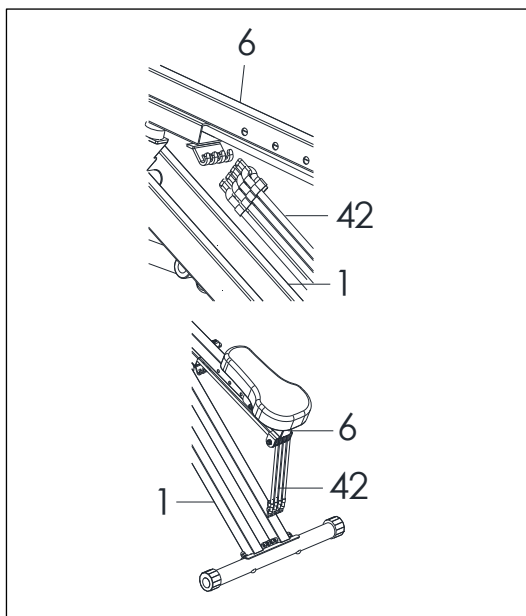


PASO 10:

Fije los **Pedales Izquierdo y Derecho (n.º 28 y n.º 29)** al **Caño de Conexión del Pedal (n.º 2)** y ajuste los **Pedales Izquierdo y Derecho (n.º 28 y n.º 29)** hacia la derecha con la **Llave Inglesa (n.º A)**.



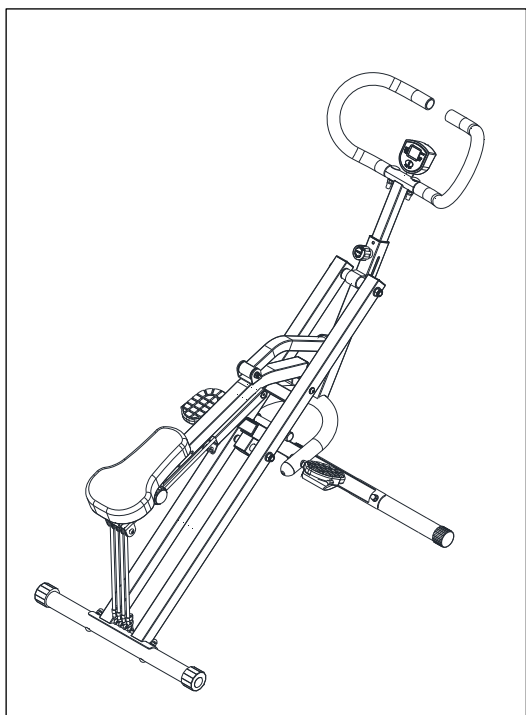
Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o la solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



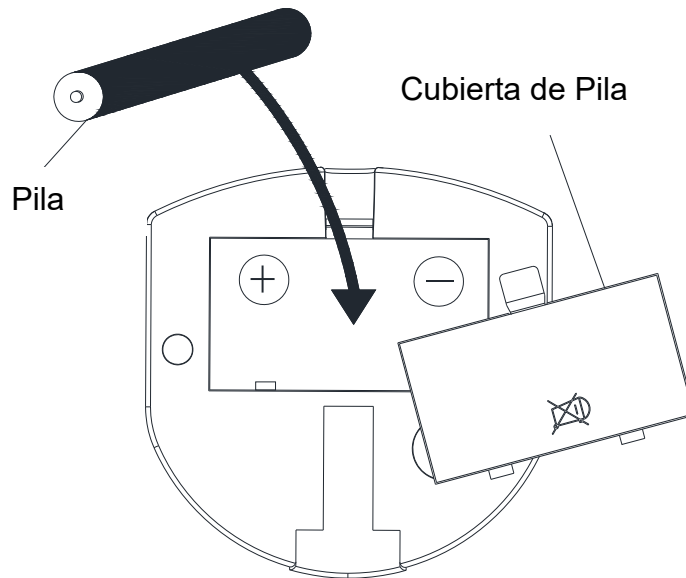
PASO 11:

Conecte las **Bandas de Ejercicio (n.º 42)** a los ganchos en el **Marco Principal (n.º 1)**.

¡El ensamblado está completo!



INSTALACIÓN Y REEMPLAZO DE LAS PILAS



INSTALACIÓN DE LAS PILAS:

1. Saque 1 pila AA de la caja de la bolsa manual.
2. Presione el broche de la cubierta de las pilas en el **Medidor (n.º 12)**; luego, retire la cubierta de las pilas.
3. Instale 1 pila AA en la caja de las pilas en la parte posterior del **Medidor (n.º 12)**. Preste atención a los polos + y - de las pilas antes de instalarlas.
4. Presione el broche de la cubierta de las pilas y, luego, vuelva a colocar la tapa en la parte posterior del **Medidor (n.º 12)**.

¡La instalación está completa!

CAMBIO DE PILAS:

1. Presione el broche de la cubierta de las pilas en la parte posterior del **Medidor (n.º 12)**; luego, retire la cubierta de las pilas.
2. Retire la pila AA vieja de la caja de las pilas e instale 1 pila AA nueva en la caja de las pilas en la parte posterior del **Medidor (n.º 12)**. Preste atención a los polos + y - de las pilas antes de instalarlas.
3. Presione el broche de la cubierta de las pilas y, luego, vuelva a colocar la tapa en la parte posterior del **Medidor (n.º 12)**.

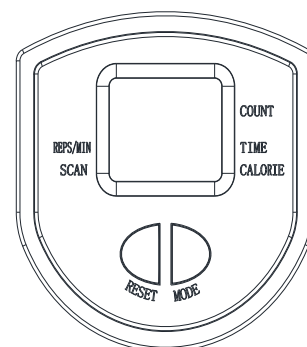
¡El cambio está completo!

NOTA: Deseche la pila de acuerdo con las pautas regionales y estatales.

MEDIDOR DE EJERCICIO

ESPECIFICACIONES:

TIME (TIEMPO)-----00:00—99:59 MIN:SEC
COUNT (CONTEO)-----0—9999 STROKES
CALORIE (CALORIAS)-----0—9999 KCAL
REPS/MIN (REPETICIONES POR MINUTO) ---0—9999
STOKES/MIN



TECLAS DE FUNCIONES:

MODE/SELECT (MODO/SELECCIONAR): Para seleccionar la función que desea. Mantenga presionada la tecla durante 4 segundos para reconfigurar todos los valores de función (reconfiguración total).

RESET/CLEAR (RECONFIGURAR/BORRAR): Para reconfigurar el valor.

PROCEDIMIENTOS DE OPERACIÓN:

AUTO ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO): El monitor se apagará automáticamente si no hay ninguna señal entrante durante 4 minutos. El monitor se encenderá cuando comience el ejercicio o se presione cualquier tecla.

FUNCIÓN:

TIME (TIEMPO): Muestra el tiempo de entrenamiento durante el ejercicio.

COUNT (CONTEO): Acumula los golpes durante el ejercicio.

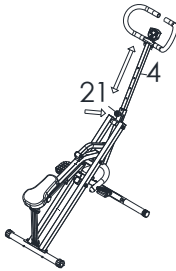
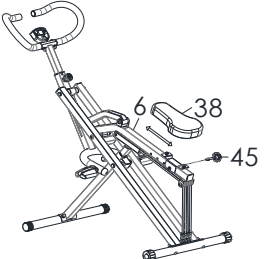
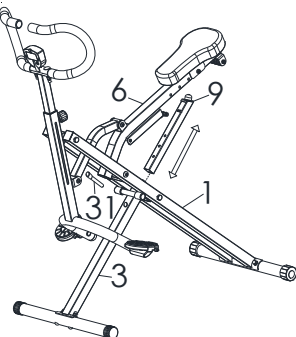
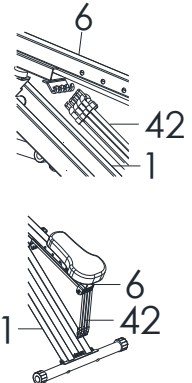
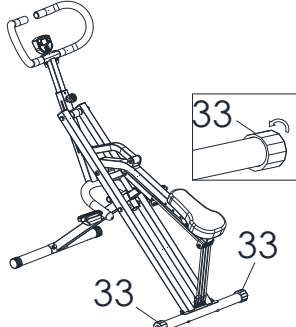
CALORIE (CALORÍA): Muestra la cantidad de calorías quemadas durante el ejercicio.

REPS/MIN (REPETICIONES POR MINUTO): Muestra los golpes por minuto mientras hace ejercicio.

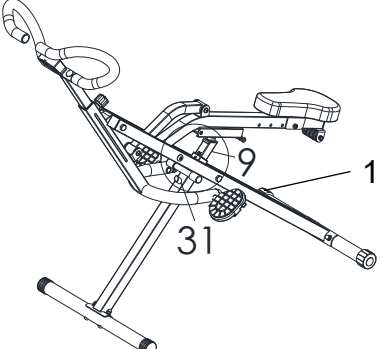
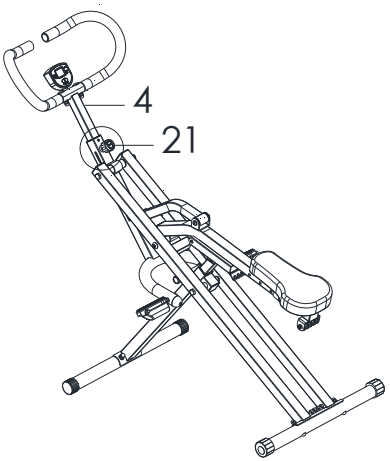
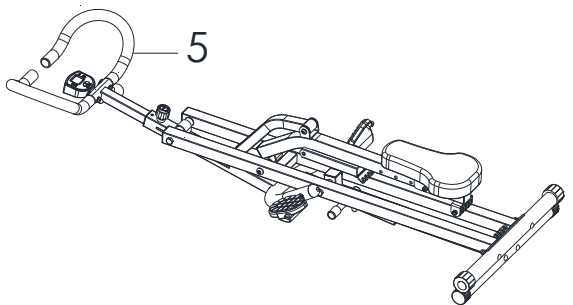
SCAN (ESCANEO): Escanea automáticamente cada función entre ①TIME (TIEMPO) ②CALORIE

(CALORIA) ③REPS/MIN (REPETICIONES POR MINUTO).

INSTRUCCIONES DE AJUSTE

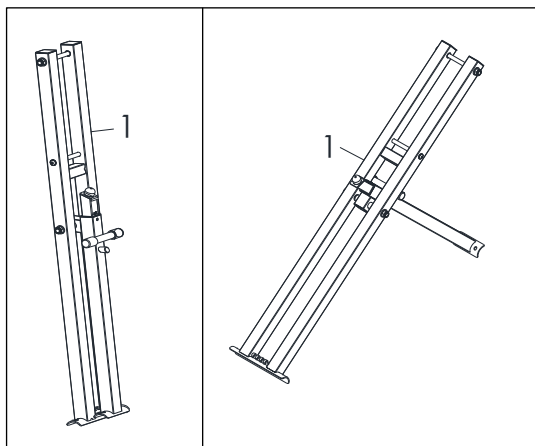
	<p>AJUSTE DEL MANUBRIO</p> <p>Afloje la Perilla (n.º 21) y tire. Suba o baje el Caño del Manubrio (n.º 4) a la altura deseada. Ajuste la Perilla (n.º 21).</p>
	<p>AJUSTE DEL ASIENTO</p> <p>Afloje y retire la Perilla (n.º 45) ubicada debajo del Caño de Conexión del Asiento (n.º 6). Mueva el Cojín del Asiento (n.º 38) a la posición deseada, y luego vuelva a ajustar la Perilla (n.º 45).</p>
	<p>AJUSTE DEL CAÑO DEL ASIENTO</p> <p>Para ajustar el Caño del Asiento (n.º 9), levante el Caño de Conexión del Asiento (n.º 6). Retire el Pasador (n.º 31) del Caño de Conexión Frontal (n.º 3) y suba o baje el Caño del Asiento (n.º 9) a la posición deseada. Vuelva a insertar el Pasador (n.º 31) para asegurarlo. Luego, baje el Caño de Conexión del Asiento (n.º 6). Subir o bajar el Caño del Asiento (n.º 9) cambiará la dificultad del ejercicio.</p> <p>NOTA: Asegúrese de que las Bandas de Ejercicio (n.º 42) no estén enganchadas al Marco Principal (n.º 1) cuando ajuste el Caño del Asiento (n.º 9). No extienda el Caño del Asiento (n.º 9) más allá de la línea “MAX” (MÁXIMO).</p>
	<p>AJUSTE DE LA BANDA DE EJERCICIO</p> <p>Puede ajustar la dificultad del ejercicio ajustando las Bandas de Ejercicio (n.º 42). Para reducir la dificultad, desenganche las Bandas de Ejercicio (n.º 42) del Marco Principal (n.º 1) y conecte las Bandas de Ejercicio (n.º 42) a los ganchos del Caño de Conexión del Asiento (n.º 6).</p>
	<p>AJUSTE DEL BALANCE</p> <p>Para lograr un uso suave y cómodo, debe asegurarse de que la bicicleta esté estable y segura. Si nota que la bicicleta está desequilibrada durante el uso, debe ajustar las Tapas de Extremo (n.º 33) ubicadas en el estabilizador trasero hasta que la bicicleta se nivele con la superficie del piso.</p>

INSTRUCCIONES DE PLEGADO

 <p>A line drawing of a rowing machine in a partially folded state. The seat handle is labeled '9' and the adjustment pin is labeled '31'. The main frame is labeled '1'.</p>	<p>A. Ajuste el Caño del Asiento (n.º 9) al nivel más bajo con el Pasador (n.º 31).</p> <p>NOTA: Asegúrese de que las Bandas de Ejercicio (n.º 42) no estén conectadas al Marco Principal (n.º 1) cuando pliegue el producto.</p>
 <p>A line drawing of the rowing machine handle assembly. The handle is labeled '4' and the adjustment knob is labeled '21'.</p>	<p>B. Ajuste el Caño del Manubrio (n.º 4) al nivel más bajo con la Perilla (n.º 21).</p>
 <p>A line drawing of the rowing machine handle assembly, labeled '5', shown in a folded position.</p>	<p>C. Sostenga el Manubrio (n.º 5) y pliegue el producto.</p>

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

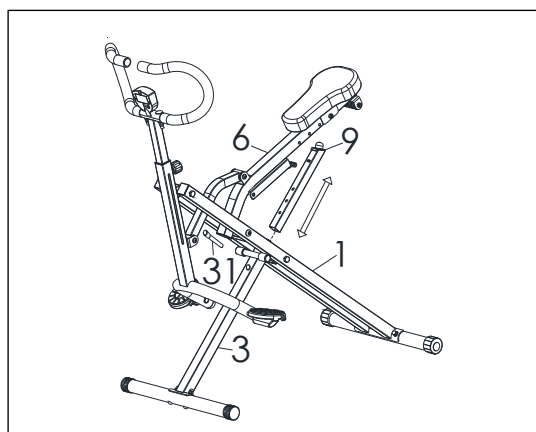
Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



ÉTAPE 1:

Ouvrir le **Cadre Principal (N° 1)** comme indiqué sur la figure de gauche.

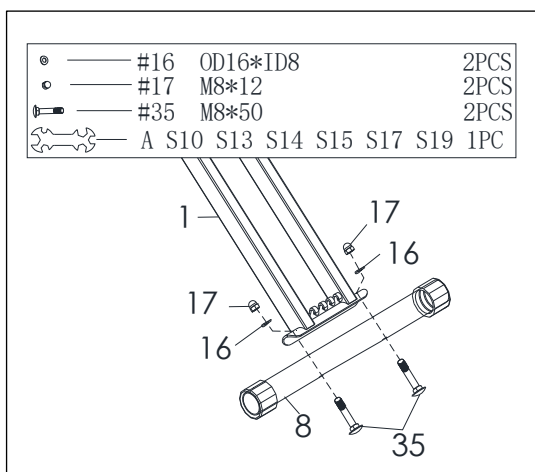
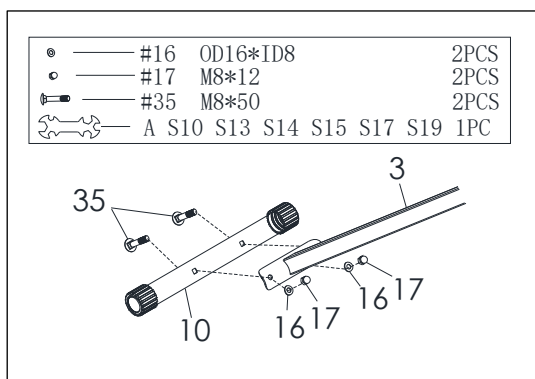
REMARQUE: La **Goupille (N° 31)** a été insérée dans le **Tube de Raccord Avant (N° 3)**.



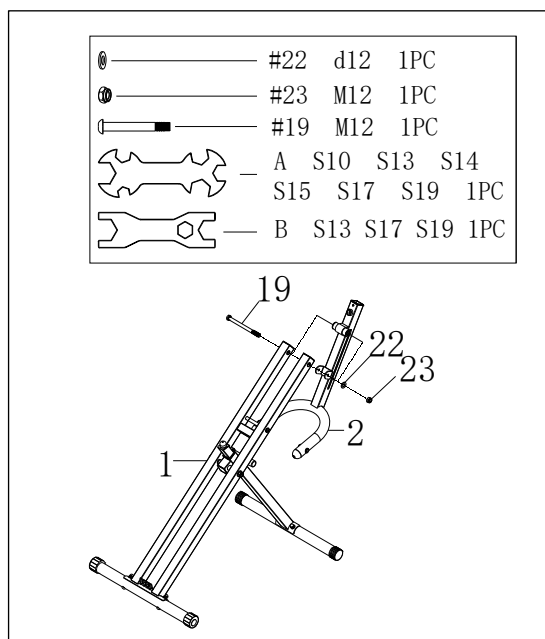
ÉTAPE 2:

Fixer le **Stabilisateur Avant (N° 10)** au **Tube de Raccord Avant (N° 3)** avec 2 **Boulons (N° 35)**, 2 **Écrous (N° 17)** et 2 **Rondelles (N° 16)**. Bien serrer avec la **Clé à Écrous (N° A)**.

Fixer le **Stabilisateur Arrière (N° 8)** au **Cadre Principal (N° 1)** avec 2 **Boulons (N° 35)**, 2 **Écrous (N° 17)** et 2 **Rondelles (N° 16)**. Bien serrer avec la **Clé à Écrous (N° A)**.

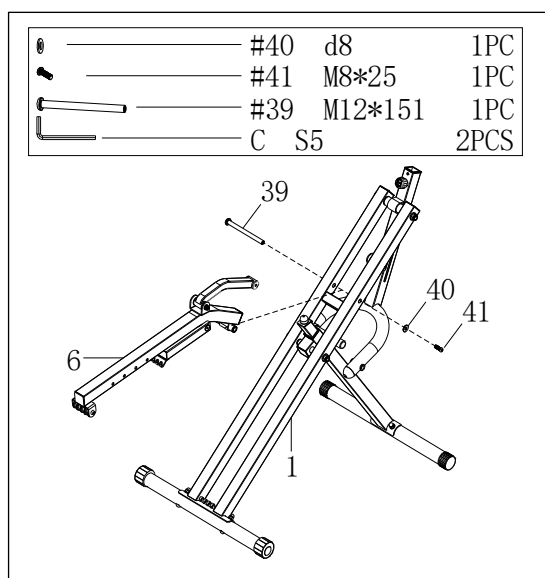


Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



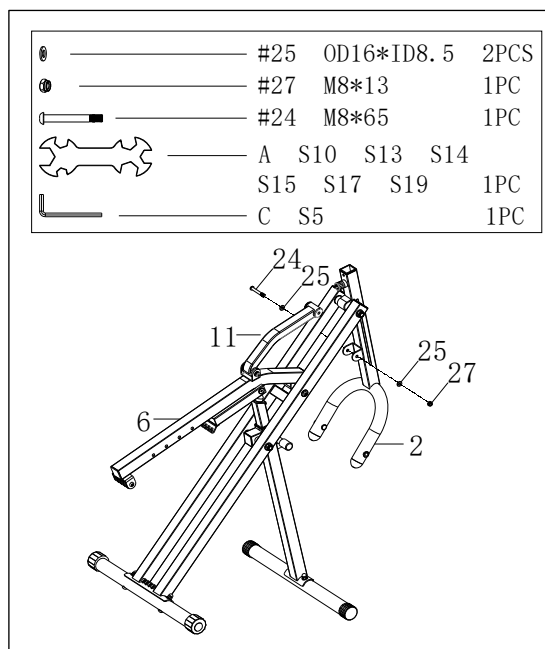
ÉTAPE 3:

Retirer le **Boulon (N° 19)**, la **Rondelle (N° 22)** et l'**Écrou (N° 23)** du **Cadre Principal (N° 1)**. Insérer le **Tube de Raccord de Pédale (N° 2)** dans le **Cadre Principal (N° 1)**. Insérer ensuite le **Boulon (N° 19)** dans le **Cadre Principal (N° 1)** et visser la **Rondelle (N° 22)** et l'**Écrou (N° 23)** à l'aide de la **Clé à Écrous (N° A et N° B)**.



ÉTAPE 4:

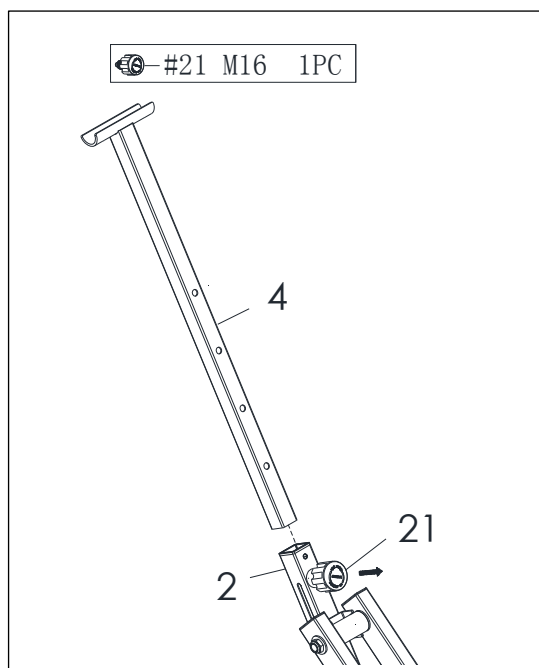
Retirer le **Boulon (N° 39)**, la **Rondelle (N° 40)** et la **Vis (N° 41)** du **Cadre Principal (N° 1)**. Insérer le **Tube de Raccord de Selle (N° 6)** dans le **Cadre Principal (N° 1)**. Insérer ensuite le **Boulon (N° 39)** dans le **Cadre Principal (N° 1)**, utiliser la **Clé Allen (N° C)** pour maintenir le **Boulon (N° 39)** et utiliser l'autre **Clé Allen (N° C)** pour fixer la **Rondelle (N° 40)** et la **Vis (N° 41)**.



ÉTAPE 5:

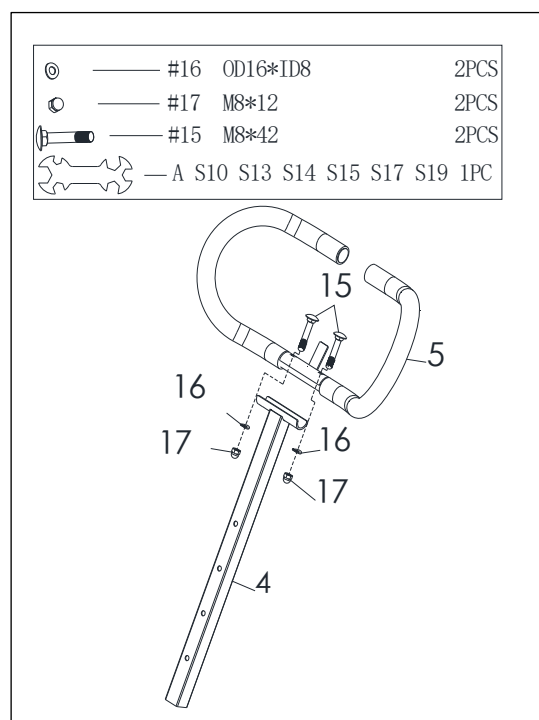
Sortir les 2 **Rondelles (N° 25)**, le **Boulon (N° 24)** et le **Contre-Écrou (N° 27)** du paquet de visserie. Insérer le **Tube de Raccord (N° 11)** dans la fente du support métallique du **Tube de Raccord de Pédale (N° 2)**. Serrer et fixer le **Boulon (N° 24)**, les 2 **Rondelles (N° 25)** et le **Contre-Écrou (N° 27)** à l'aide de la **Clé à Écrous (N° A)** et de la **Clé Allen (N° C)**.

Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



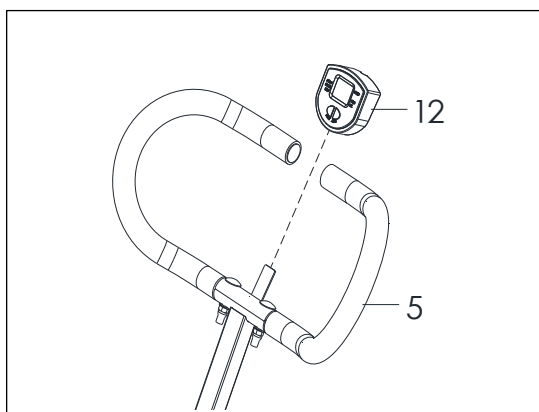
ÉTAPE 6:

Desserrer et tirer le **Bouton (N° 21)** du **Tube de Raccord de Pédale (N° 2)**. Insérer le **Tube de Guidon (N° 4)** dans le **Tube de Raccord de Pédale (N° 2)**. Ensuite, insérer et fixer le **Bouton (N° 21)** après avoir réglé à la bonne hauteur.



ÉTAPE 7:

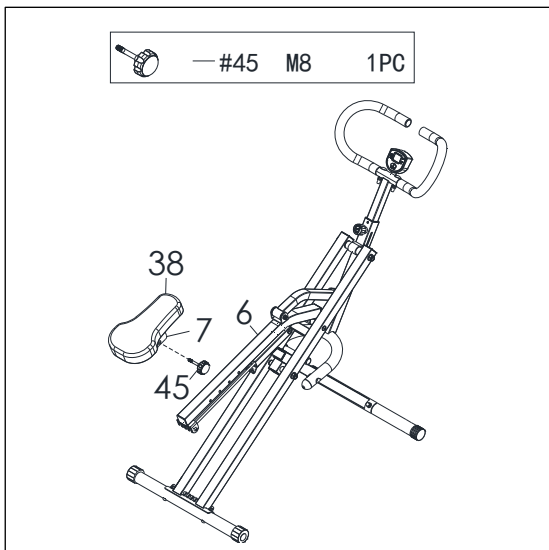
Retirer les 2 **Boulons (N° 15)**, les 2 **Rondelles (N° 16)** et les 2 **Écrous (N° 17)** préassemblés du **Guidon (N° 5)** et fixer le **Guidon (N° 5)** au **Tube de Guidon (N° 4)** à l'aide des 2 **Boulons (N° 15)**, des 2 **Rondelles (N° 16)** et des 2 **Écrous (N° 17)** qui viennent d'être retirés, serrer avec la **Clé à Écrous (N° A)**.



ÉTAPE 8:

Insérer le **Compteur (N° 12)** sur la languette située sur le **Guidon (N° 5)**.

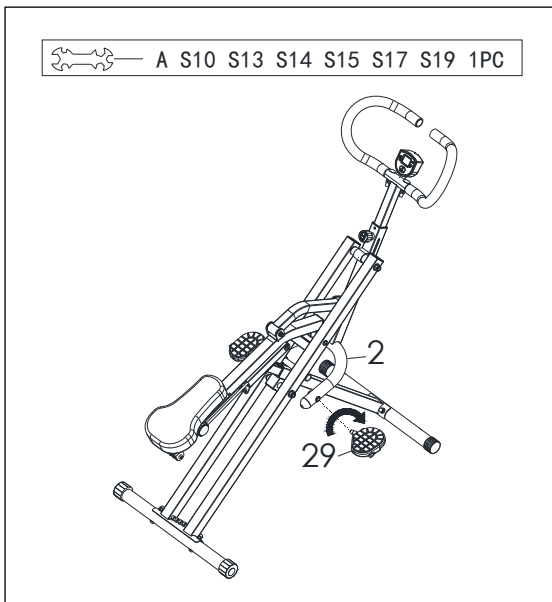
Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



ÉTAPE 9:

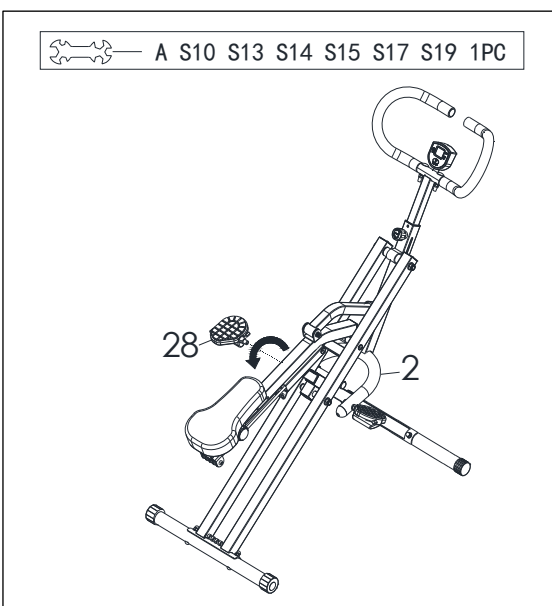
Retirer le **Bouton (N° 45)** du paquet de visserie.

Fixer la **Plaque Métallique Fixe (N° 7)** au **Tube de Raccord de Selle (N° 6)**, régler le **Coussin de Siège (N° 38)** à la position souhaitée, puis serrer et fixer avec le **Bouton (N° 45)**.

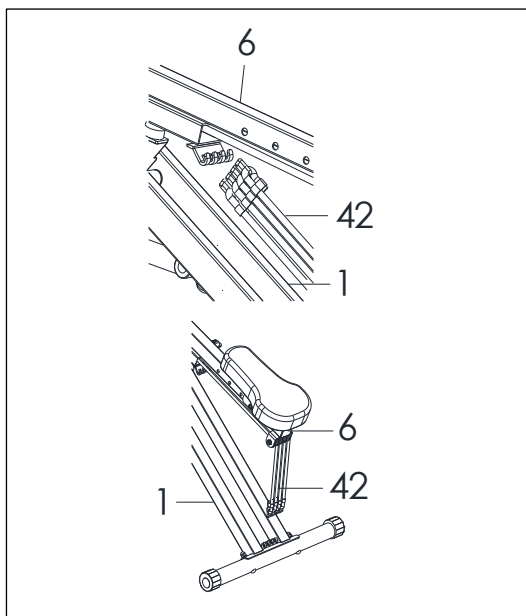


ÉTAPE 10:

Fixer les **Pédales Gauche et Droite (N° 28 et N° 29)** au **Tube de Raccord de Pédale (N° 2)** et serrer les **Pédales Gauche et Droite (N° 28 et N° 29)** dans le sens des aiguilles d'une montre avec la **Clé à Écrous (N° A)**.



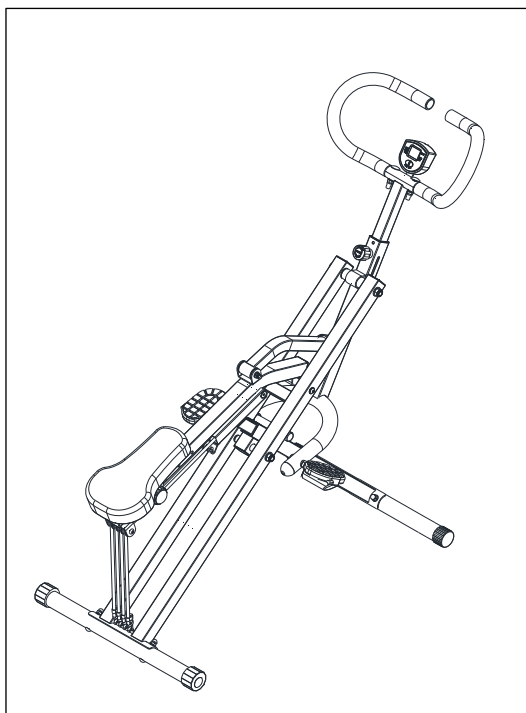
Nous apprécions votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness. Pour obtenir de l'aide concernant des pièces ou un dépannage, veuillez nous contacter à support@sunnyhealthfitness.com ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



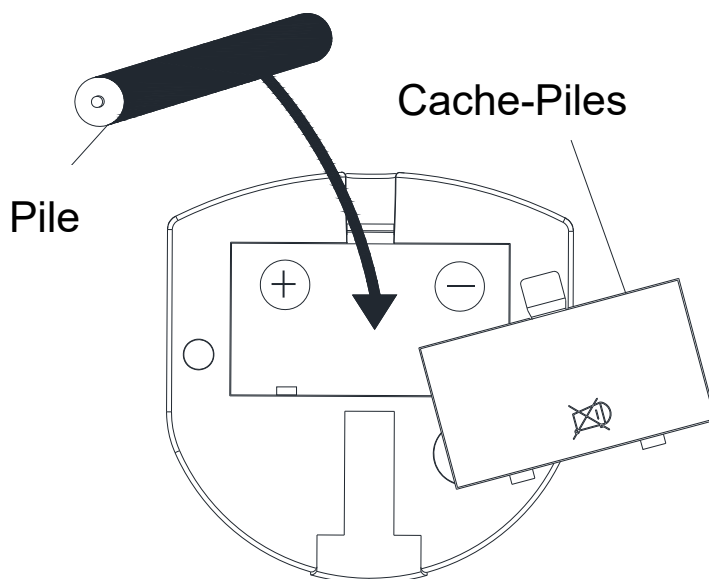
ÉTAPE 11:

Connecter les **Cordes Élastiques (N° 42)** aux crochets du **Cadre Principal (N° 1)**.

Le montage est terminé!



INSTALLATION ET REMPLACEMENT DES PILES



INSTALLATION DES PILES:

1. Retirer 1 pile AA du sac du manuel.
2. Appuyer sur le fermoir du couvercle du compartiment à pile du **Compteur (N° 12)**, puis retirer le couvercle.
3. Installer 1 pile AA dans le compartiment à pile situé à l'arrière du **Compteur (N° 12)**. Vérifier les pôles (+) et (-) de la pile avant de l'installer.
4. Appuyer sur le fermoir du couvercle du compartiment à piles et replacer le couvercle à l'arrière du **Compteur (n° 12)**.

L'installation est terminée!

REEMPLACEMENT DES PILES:

1. Appuyer sur le fermoir du couvercle du compartiment à pile situé à l'arrière du **Compteur (N° 12)**, puis retirer le couvercle.
2. Retirer 1 ancienne pile AA du compartiment à pile situé à l'arrière du **Compteur (N° 12)** et installer 1 pile de type AA neuve. Vérifier les pôles (+) et (-) de la pile avant de l'installer.
3. Appuyer sur le fermoir du couvercle du compartiment à piles et replacer le couvercle à l'arrière du **Compteur (N° 12)**.

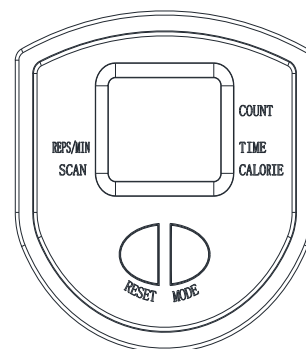
Le remplacement est terminé!

REMARQUE: Jeter la pile conformément aux directives provinciales et régionales.

COMPTEUR D'EXERCICE

SPÉCIFICATIONS:

TIME (TIEMPO)-----00:00 à 99:59 MIN:SEC
COUNT (CONTEO)-----0 à 9 999 MOUVEMENTS
CALORIE (CALORÍAS)-----0 à 9 999 KCAL
REPS/MIN-----0 à 9 999 MOUVEMENTS/MIN



FONCTION DES TOUCHES:

MODE/SELECT: Pour sélectionner la fonction souhaitée. Maintenir la touche enfoncée pendant 4 secondes pour réinitialiser toutes les valeurs des fonctions (remise à zéro totale).

RESET/CLEAR (RÉINITIALISER/EFFACER): Pour réinitialiser la valeur.

MÉTHODES D'UTILISATION:

AUTO ON/OFF (MARCHE/ARRÊT AUTO): Le moniteur s'éteint automatiquement au bout de 4 minutes si aucun signal n'est détecté. Le moniteur s'allume lorsque l'exercice commence ou lorsque vous appuyez sur une touche.

FONCTION:

TIME (TIEMPO): Affiche la durée de l'entraînement pendant l'exercice.

COUNT (CONTEO): Tient le compte du nombre de mouvements pendant l'exercice.

CALORIE (CALORÍAS): Affiche le nombre de calories brûlées pendant l'exercice.

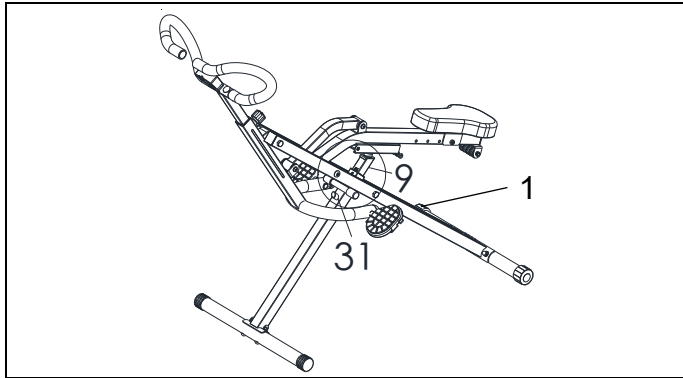
REPS/MIN: Affiche le nombre de mouvements par minute pendant l'exercice.

SCAN (BALAYAGE): Passe automatiquement d'une fonction à l'autre: ① TIME (TIEMPO)
② CALORIE (CALORÍAS) ③ REPS/MIN.

INSTRUCTIONS DE RÉGLAGE

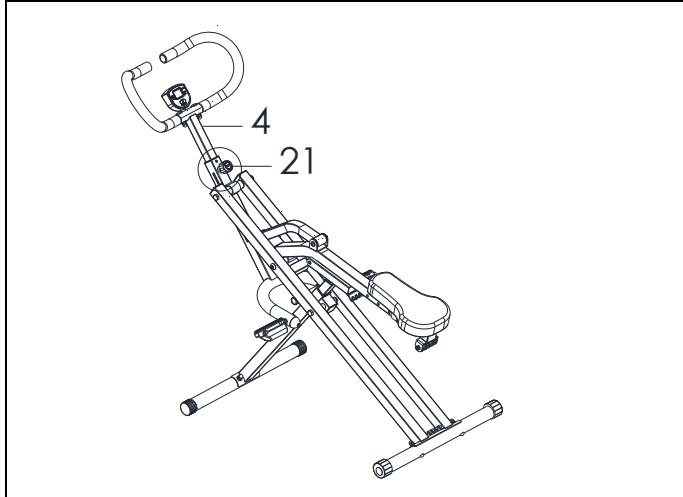
	<p>RÉGLER LE GUIDON</p> <p>Desserrer le Bouton (N° 21) et le retirer. Élever ou abaisser le Tube de Guidon (N° 4) jusqu'à la position souhaitée. Bien resserrer le Bouton (N° 21).</p>
	<p>RÉGLER LA SELLE</p> <p>Desserrer et retirer le Bouton (N° 45) situé sous le Tube de Raccord de Selle (N° 6). Placer le Coussin de Siège (N° 38) à la hauteur souhaitée, puis resserrer le Bouton (N° 45).</p>
	<p>RÉGLER LE TUBE DE SELLE</p> <p>Pour régler le Tube de Selle (N° 9), soulever le Tube de Raccord de Selle (N° 6). Retirer la Goupille (N° 31) du Tube de Raccord Avant (N° 3) et élever ou abaisser le Tube de Selle (N° 9) à la position souhaitée. Réinsérer la Goupille (N° 31) pour fixer. Abaisser ensuite le Tube de Raccord de Selle (N° 6). Le fait d'élever ou d'abaisser le Tube de Selle (N° 9) modifiera la difficulté de votre exercice.</p> <p>REMARQUE: Veiller à ce que les Cordes Élastiques (N° 42) ne soient pas accrochées au Cadre Principal (N° 1) lorsque vous ajustez le Tube de Selle (N° 9). Ne pas allonger le Tube de Selle (N° 9) au-delà de la ligne «MAX».</p>
	<p>RÉGLER LES CORDES ÉLASTIQUES</p> <p>Vous pouvez modifier la difficulté de votre exercice en réglant les Cordes Élastiques (N° 42). Pour réduire la difficulté, décrocher les Cordes Élastiques (N° 42) du Cadre Principal (N° 1) et connecter les Cordes Élastiques (N° 42) aux crochets du Tube de Raccord de Selle (N° 6).</p>
	<p>RÉGLER L'ÉQUILIBRE</p> <p>Pour une utilisation facile et confortable, veiller à ce que le vélo soit bien stable. Si l'appareil est instable pendant l'utilisation, vous devez ajuster les Embouts d'Extrémité (N° 33) situés sur le stabilisateur arrière jusqu'à ce que l'appareil soit de niveau par rapport à la surface du sol.</p>

INSTRUCTIONS DE PLIAGE

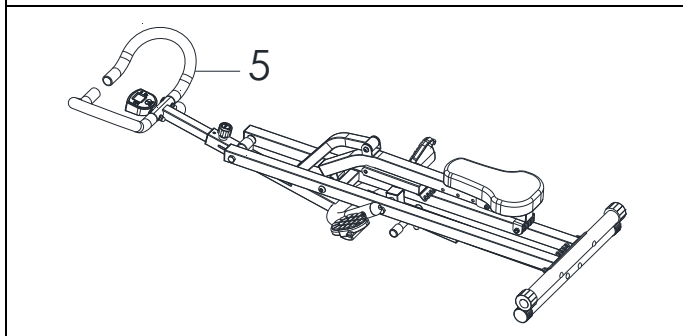


A. Régler le **Tube de Selle (N° 9)** au niveau le plus bas à l'aide de la **Goupille (N° 31)**.

REMARQUE: Veiller à ce que les **Cordes Élastiques (N° 42)** ne soient pas accrochées au **Cadre Principal (N° 1)** lors du pliage.



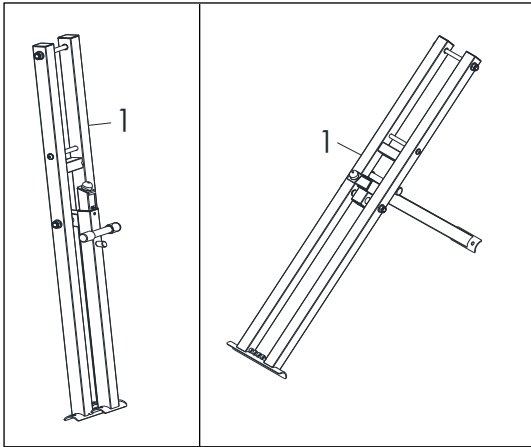
B. Régler le **Tube de Guidon (N° 4)** au niveau le plus bas à l'aide du **Bouton (N° 21)**.



C. Tenir le **Guidon (N° 5)** et plier l'appareil.

MONTAGEANLEITUNG

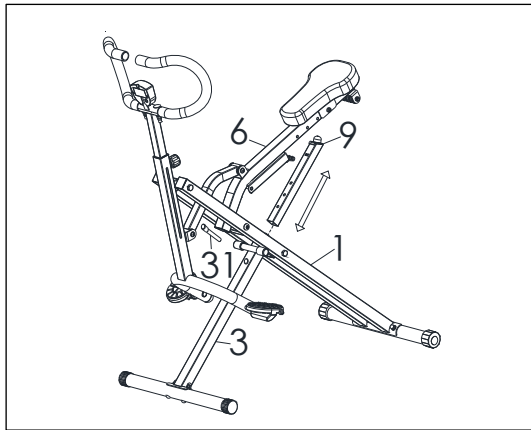
Wir schätzen Ihre Erfahrung im Umgang mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Für Fragen zu Teilen oder Hilfe bei der Fehlerbehebung kontaktieren Sie uns bitte unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



SCHRITT 1:

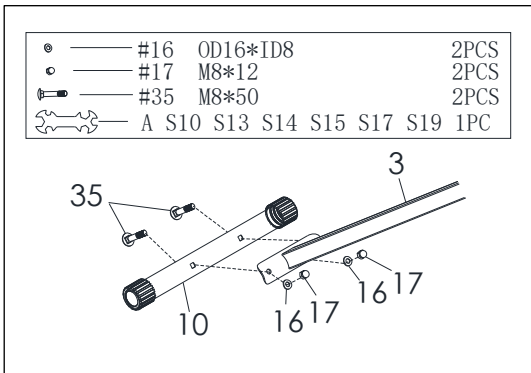
Hauptrahmen (Nr. 1) öffnen, wie in der Abbildung links dargestellt.

HINWEIS: Der **Stift (Nr. 31)** ist in das **Vorderes Verbindungsrohr (Nr. 3)** eingefügt.

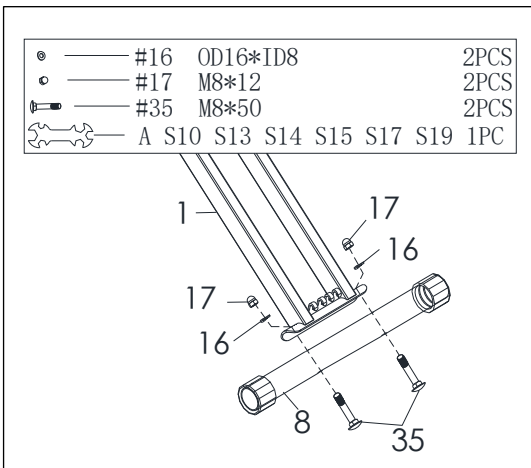


SCHRITT 2:

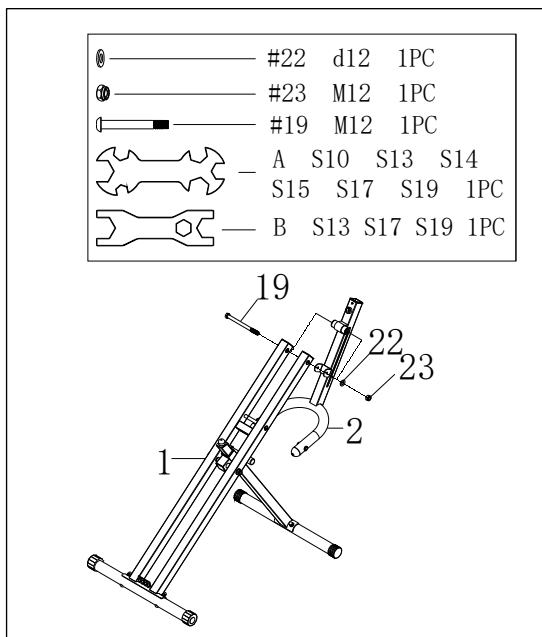
Vorderer Stabilisator (Nr. 10) mit 2 **Bolzen (Nr. 35)**, 2 **Schraubenmuttern (Nr. 17)** und 2 **Unterlegscheiben (Nr. 16)** am **Vorderes Verbindungsrohr (Nr. 3)** anbringen. Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. A)** hinein drehen und festziehen.



Hinterer Stabilisator (Nr. 8) mit 2 **Bolzen (Nr. 35)**, 2 **Schraubenmuttern (Nr. 17)** und 2 **Unterlegscheiben (Nr. 16)** am **Hauptrahmen (Nr. 1)** anbringen. Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. A)** hinein drehen und festziehen.

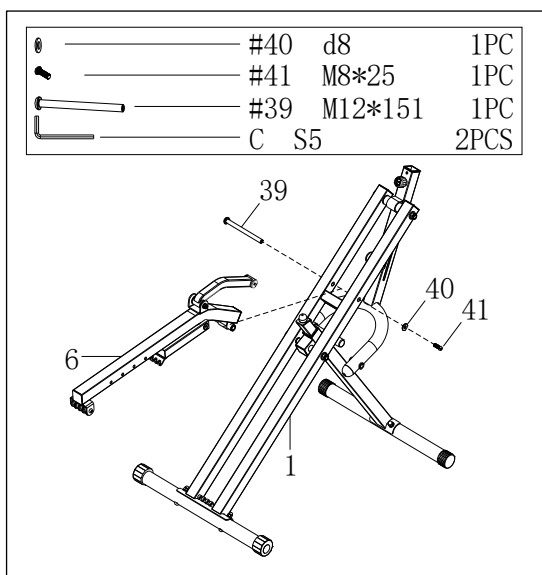


Wir schätzen Ihre Erfahrung im Umgang mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Für Fragen zu Teilen oder Hilfe bei der Fehlerbehebung kontaktieren Sie uns bitte unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



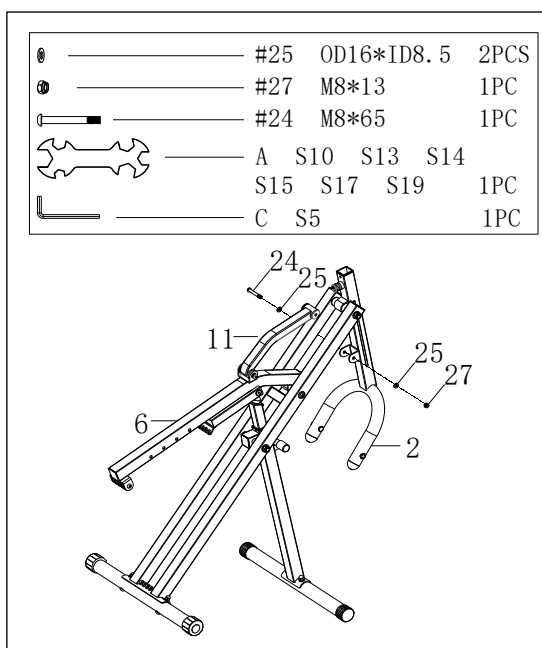
SCHRITT 3:

Bolzen (Nr. 19), Unterlegscheibe (Nr. 22) und Schraubmutter (Nr. 23) vom Hauptrahmen (Nr. 1) entfernen. Pedalverbindungsrohr (Nr. 2) in den Hauptrahmen (Nr. 1) stecken. Dann Bolzen (Nr. 19) in Hauptrahmen (Nr. 1) stecken und mit Schraubenschlüssel (Nr. A & Nr. B), Unterlegscheibe (Nr. 22) und Schraubmutter (Nr. 23) daran befestigen.



SCHRITT 4:

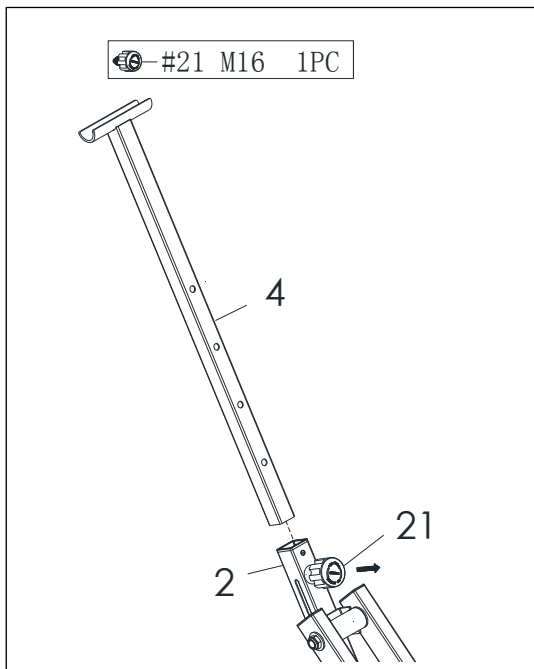
Bolzen (Nr. 39), Unterlegscheibe (Nr. 40) und Schraube (Nr. 41) von Hauptrahmen (Nr. 1) entfernen. Sitzverbindungsrohr (Nr. 6) in den Hauptrahmen (Nr. 1) stecken. Dann Bolzen (Nr. 39) in Hauptrahmen (Nr. 1) stecken und Bolzen (Nr. 39) mit Inbusschlüssel (Nr. C) festhalten und Unterlegscheibe (Nr. 40) und Schraube (Nr. 41) mit dem anderen Inbusschlüssel (Nr. C) festziehen.



SCHRITT 5:

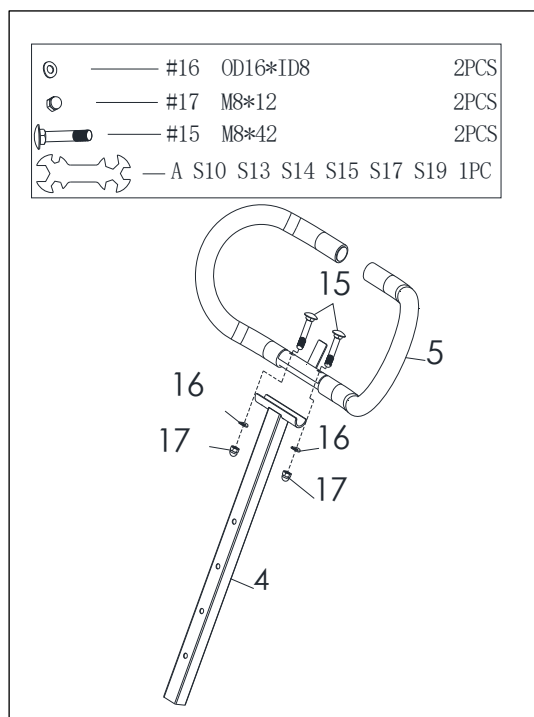
Die 2 Unterlegscheiben (Nr. 25), Bolzen (Nr. 24) und Kontermutter (Nr. 27) aus der Packung mit den Metallbauteilen nehmen. Verbindungsrohr (Nr. 11) in den Schlitz der Metallhalterung von Pedalverbindungsrohr (Nr. 2) stecken. Mit Schraubenschlüssel (Nr. A) und Inbusschlüssel (Nr. C), Bolzen (Nr. 24), 2 Unterlegscheiben (Nr. 25) und Kontermutter (Nr. 27) hinein drehen und festziehen.

Wir schätzen Ihre Erfahrung im Umgang mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Für Fragen zu Teilen oder Hilfe bei der Fehlerbehebung kontaktieren Sie uns bitte unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



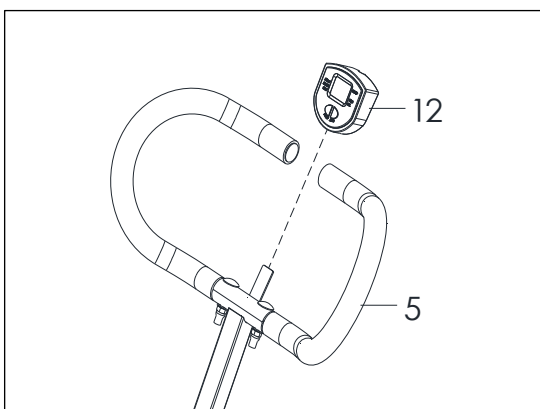
SCHRITT 6:

Drehknopf (Nr. 21) von **Pedalverbindungsrohr (Nr. 2)** lösen und herausziehen. **Griffstütze (Nr. 4)** in das **Pedalverbindungsrohr (Nr. 2)** stecken. Nach Einstellen der richtigen Höhe **Drehknopf (Nr. 21)** aufstecken und festziehen.



SCHRITT 7:

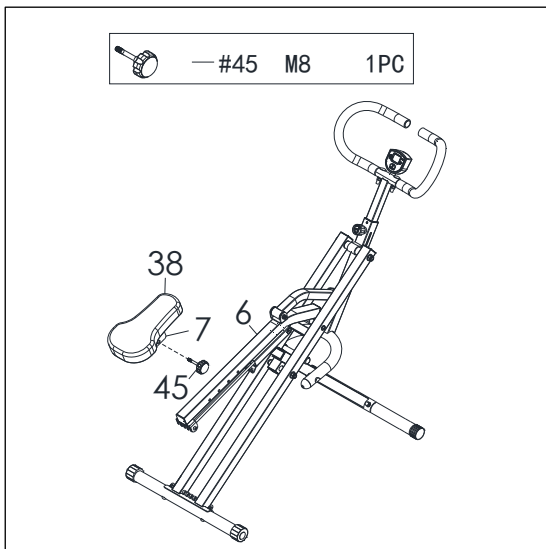
Vormontierte 2 **Bolzen (Nr. 15)**, 2 **Unterlegscheiben (Nr. 16)** und 2 **Schraubenmuttern (Nr. 17)** von **Griffstange (Nr. 5)** entfernen und **Griffstange (Nr. 5)** mit den soeben entfernten 2 **Bolzen (Nr. 15)**, 2 **Unterlegscheiben (Nr. 16)** und 2 **Schraubenmuttern (Nr. 17)** und **Schraubenschlüssel (Nr. A)** an **Griffstütze (Nr. 4)** anbringen.



SCHRITT 8:

Messgerät (Nr. 12) in die Halterung auf der **Griffstange (Nr. 5)** schieben.

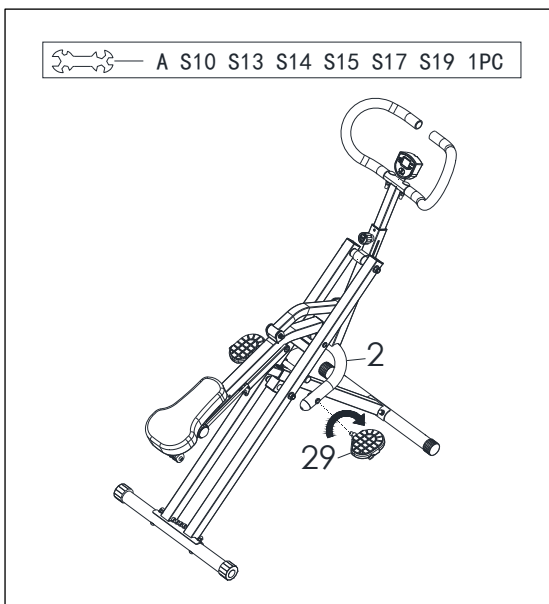
Wir schätzen Ihre Erfahrung im Umgang mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Für Fragen zu Teilen oder Hilfe bei der Fehlerbehebung kontaktieren Sie uns bitte unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



SCHRITT 9:

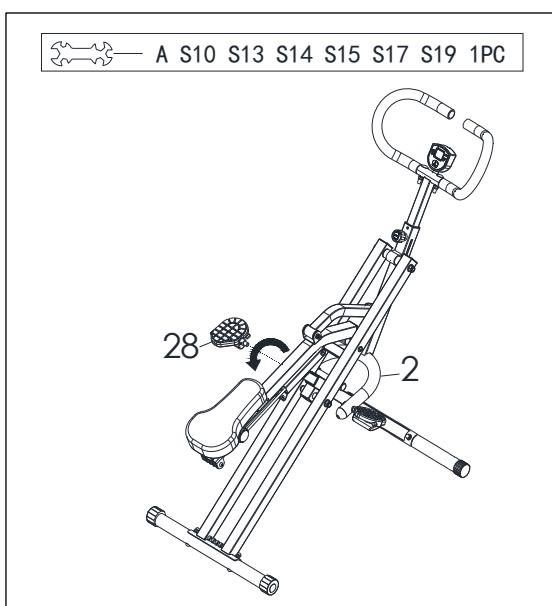
Drehknopf (Nr. 45) aus der Packung mit den Metallteilen nehmen.

Das **Fixiertes Eisenblech (Nr. 7)** am **Sitzverbindungsrohr (Nr. 6)** anbringen, **Sitzpolster (Nr. 38)** in die gewünschte Position bringen und **Drehknopf (Nr. 45)** hinein drehen und festziehen.

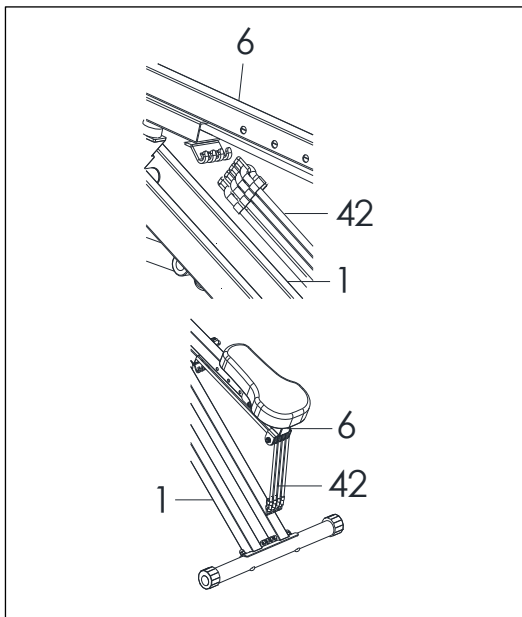


SCHRITT 10:

Linkes & Rechtes Pedal (Nr. 28 & Nr. 29) an **Pedalverbindungsrohr (Nr. 2)** anbringen und mit **Schraubenschlüssel (Nr. A)** im Uhrzeigersinn daran befestigen.



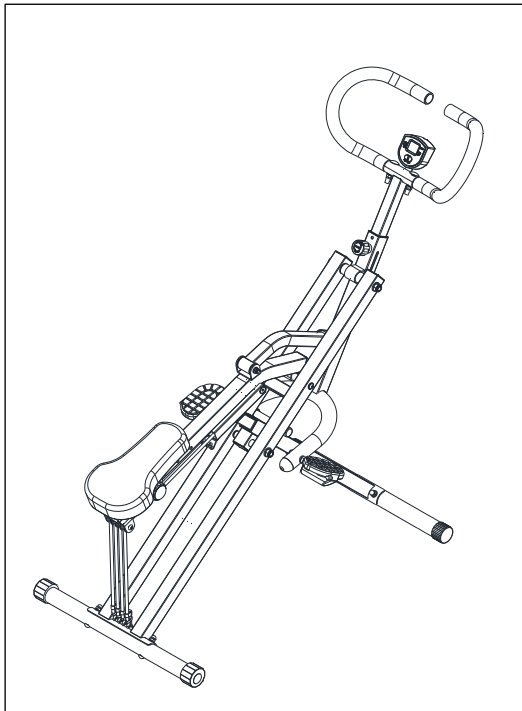
Wir schätzen Ihre Erfahrung im Umgang mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Für Fragen zu Teilen oder Hilfe bei der Fehlerbehebung kontaktieren Sie uns bitte unter support@sunnyhealthfitness.com oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



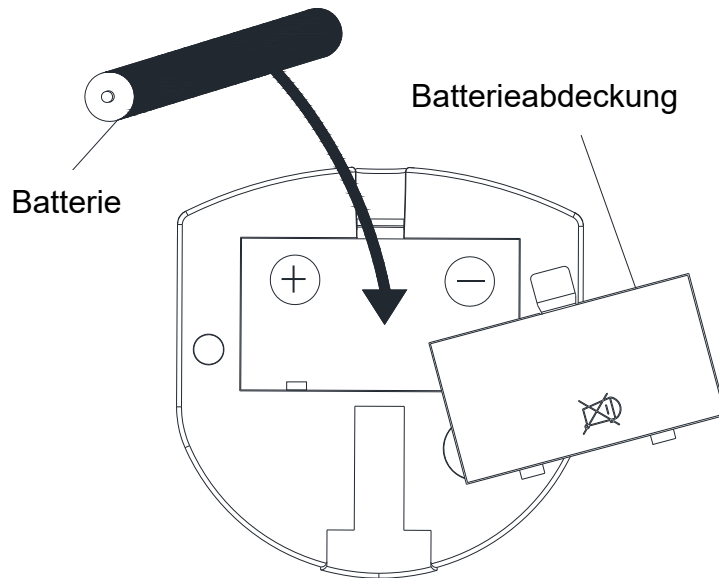
SCHRITT 11:

Trainingsbändern (Nr. 42) mit den Haken am Haupttrahmen (Nr. 1) verbinden.

Die Montage ist abgeschlossen!



EINLEGEN UND AUSTAUSCHEN DER BATTERIE



EINLEGEN DER BATTERIEN:

1. 1 AA-Batterie aus der Tasche mit der Bedienungsanleitung nehmen.
2. Zum Abnehmen des Batteriedeckels den Klipp am **Messgerät (Nr. 12)** herunter drücken.
3. 1 AA Batterie in das Batteriefach auf der Rückseite von **Messgerät (Nr. 12)** einlegen. Vor Einsetzen der Batterie auf die Pole + und – achten.
4. Klipp des Batteriedeckels herunter drücken und diesen wieder auf der Rückseite von **Messgerät (Nr. 12)** einsetzen.

Das Einlegen der Batterien ist abgeschlossen!

AUSTAUSCHEN DER BATTERIEN:

1. Zum entfernen des Batteriedeckels Klipp auf der Rückseite von **Messgerät (Nr. 12)** herunter drücken.
2. Die alte AA Batterie aus dem Batteriefach entfernen und die neue AA Batterie in das Batteriefach auf der Rückseite von **Messgerät (Nr. 12)** einlegen. Vor Einsetzen der Batterie auf die Pole + und – achten.
3. Klipp des Batteriedeckels herunter drücken und diesen wieder auf der Rückseite von **Messgerät (Nr. 12)** einsetzen.

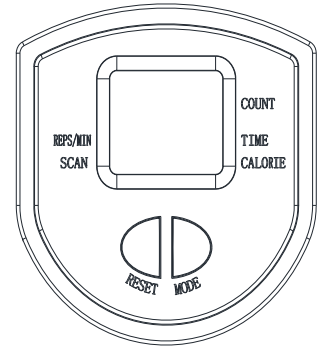
Das Austauschen der Batterien ist abgeschlossen!

HINWEIS: Batterien gemäß staatlicher und regionaler Richtlinien entsorgen.

TRAININGSMESSGERÄT

TECHNISCHE DATEN:

TIME (ZEIT)-----00:00—99:59 MIN:SEK
COUNT (ANZAHL) -----0—9999 STROKES
CALORIE (KALORIEN) -----0—9999 KCAL
REPS/MIN (SEKUNDEN/MIN)-----0—9999 STOKES/MIN



HAUPTFUNKTIONEN:

MODE/SELECT: Zum Auswählen der gewünschten Funktion. Taste 4 Sekunden lang gedrückt halten, um alle Funktionswerte zurückzusetzen (Totalreset).

RESET/CLEAR: Um den Wert zurückzusetzen.

BEDIENUNGSANWEISUNGEN:

AUTO ON/OFF: Das Messgerät wird ausgeschaltet, wenn 4 Minuten lang kein Signal empfangen wird. Der Monitor wird bei Trainingsbeginn oder auf Tastendruck eingeschaltet.

FUNKTION:

TIME (ZEIT): Zeigt die Trainingsdauer an.

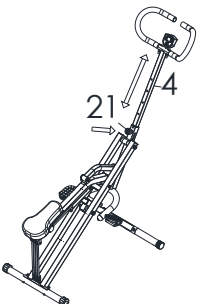
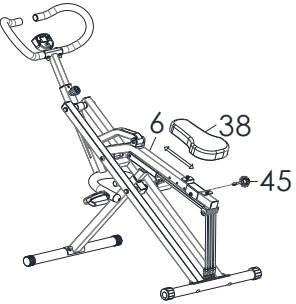
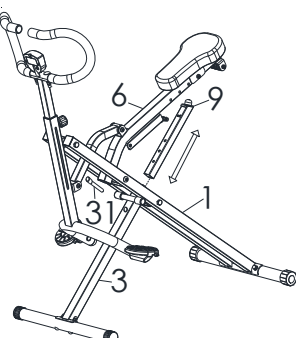
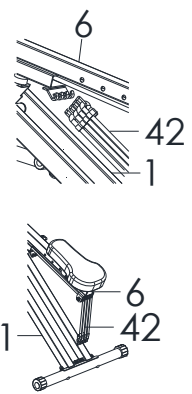
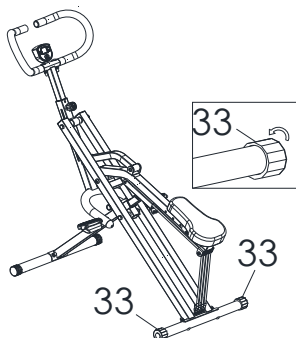
COUNT (ANZAHL): Speichert die Anzahl der ausgeführten Bewegungen während des Trainings.

CALORIE (KALORIEN): Zeigt den aktuellen Kalorienverbrauch an.

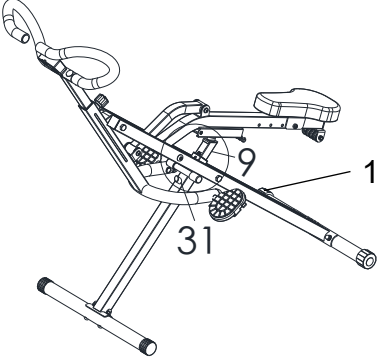
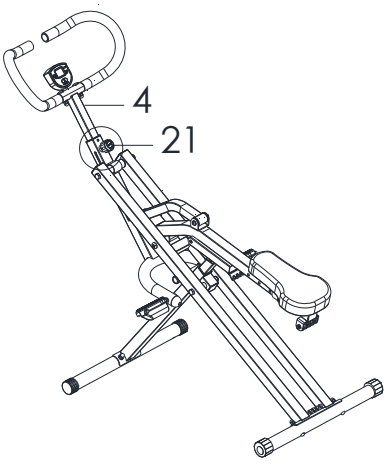
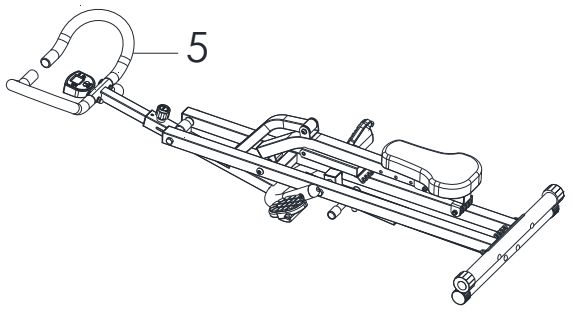
REPS/MIN (SEKUNDEN/MIN): Zeigt an, wie oft die Trainingsbewegung pro Minute ausgeführt wird.

SCAN: Automatischer Funktionsdurchlauf: ①TIME (ZEIT) ②CALORIE (KALORIEN) ③REPS/MIN (SEKUNDEN/MIN).

EINSTELLANLEITUNG

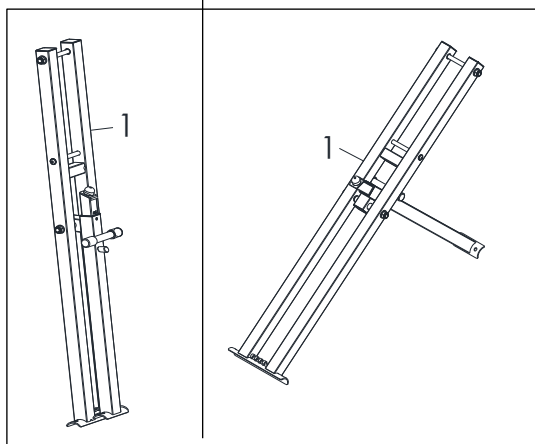
	<p>EINSTELLEN DER GRIFFSTANGE</p> <p>Drehknopf (Nr. 21) lösen und herausziehen. Griffstütze (Nr. 4) auf die gewünschte Höhe heben oder senken. Drehknopf (Nr. 21) festziehen.</p>
	<p>EINSTELLEN DES SITZES</p> <p>Drehknopf (Nr. 45) an Sitzverbindungsrohr (Nr. 6) lösen und herausziehen. Sitzpolster (Nr. 38) in die gewünschte Position bringen, dann Drehknopf (Nr. 45) wieder festziehen.</p>
	<p>EINSTELLEN DES SITZROHRES</p> <p>Zum Anpassen des Sitzrohr (Nr. 9) das Sitzverbindungsrohr (Nr. 6) hochziehen. Stift (Nr. 31) aus Vorderes Verbindungsrohr (Nr. 3) entfernen und Sitzrohr (Nr. 9) durch Heben oder Senken in die gewünschte Position bringen. Stift (Nr. 31) zum Sichern wieder einsetzen. Sitzverbindungsrohr (Nr. 6) absenken. Das Heben oder Senken von Sitzrohr (Nr. 9) beeinflusst den Kraftaufwand beim Training.</p> <p>HINWEIS: Die Trainingsbändern (Nr. 42) dürfen beim Einstellen von Sitzrohr (Nr. 9) nicht am Hauptrahmen (Nr. 1) eingehakt sein. Sitzrohr (Nr. 9) nicht über die Markierung „MAX“ hinausziehen.</p>
	<p>EINSTELLEN DES TRAININGBANDES</p> <p>Der Kraftaufwand beim Training lässt sich an den Trainingsbändern (Nr. 42) einstellen. Für einen geringeren Widerstand Trainingsbändern (Nr. 42) von Hauptrahmen (Nr. 1) lösen und Trainingsbändern (Nr. 42) mit den Haken des Sitzverbindungsrohrs (Nr. 6) verbinden.</p>
	<p>EINSTELLEN DES GLEICHGEWICHTS</p> <p>Für einen gleichmäßigen und komfortablen Bewegungsablauf muss das Ergometer standfest sein. Das Gleichgewicht lässt sich bei Bedarf an den Endkappen (Nr. 33) am hinteren Stabilisator einstellen, bis das Ergometer gut nivelliert ist.</p>

KLAPPANLEITUNG

	<p>A. Sitzrohr (Nr. 9) an Stift (Nr. 31) auf die niedrigste Ebene stellen.</p> <p>HINWEIS: Die Trainingsbändern (Nr. 42) dürfen beim Klappen nicht mit dem Hauptrahmen (Nr. 1) verbunden sein.</p>
	<p>B. Griffstütze (Nr. 4) an Drehknopf (Nr. 21) auf die niedrigste Stufe stellen.</p>
	<p>C. Griffstange (Nr. 5) festhalten und Gerät zusammenklappen.</p>

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

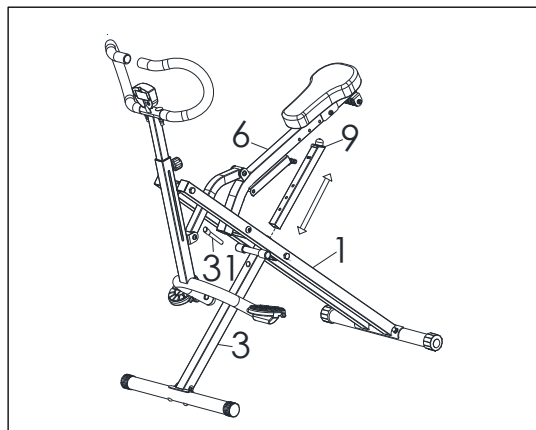
Teniamo in grande considerazione la vostra esperienza nell'utilizzo dei prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sulle parti di ricambio o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



FASE 1:

Aprire il **Telaio Principale (n. 1)** come mostrato nella figura a sinistra.

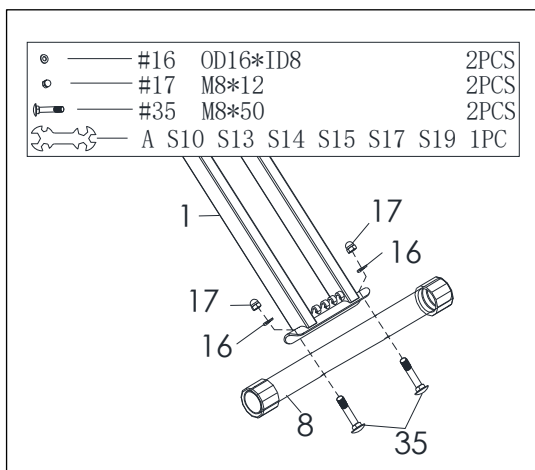
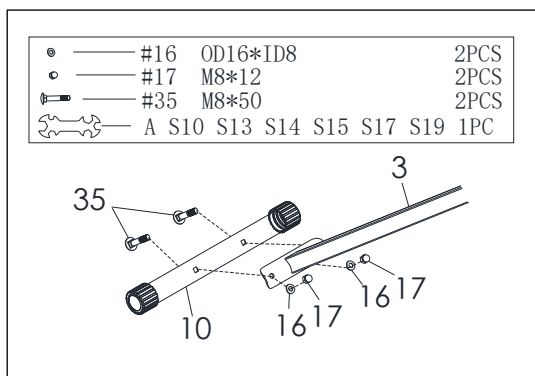
NOTA: Il **Perno (n. 31)** è stato inserito nel **Tubo di Collegamento Anteriore (n. 3)**.



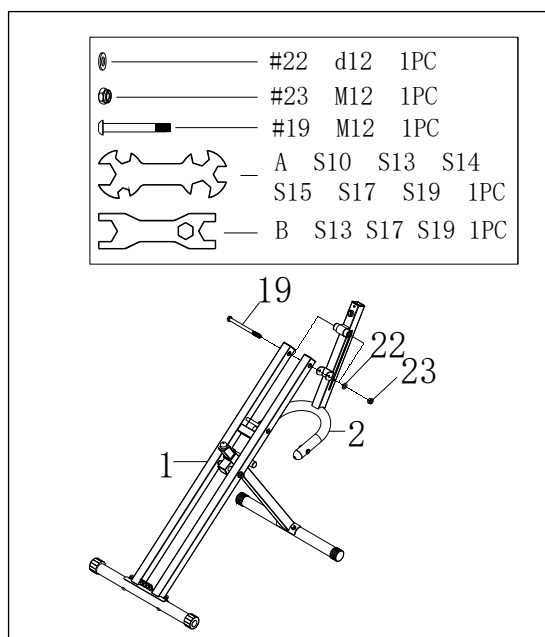
FASE 2:

Fissare lo **Stabilizzatore Anteriore (n. 10)** al **Tubo di Collegamento Anteriore (n. 3)** con 2 **Bulloni (n. 35)**, 2 **Dadi (n. 17)** e 2 **Rondelle (n. 16)**. Serrare e fissare con la **Chiave (n. A)**.

Fissare lo **Stabilizzatore Posteriore (n. 8)** al **Telaio Principale (n. 1)** con 2 **Bulloni (n. 35)**, 2 **Dadi (n. 17)** e 2 **Rondelle (n. 16)**. Serrare e fissare con la **Chiave (n. A)**.

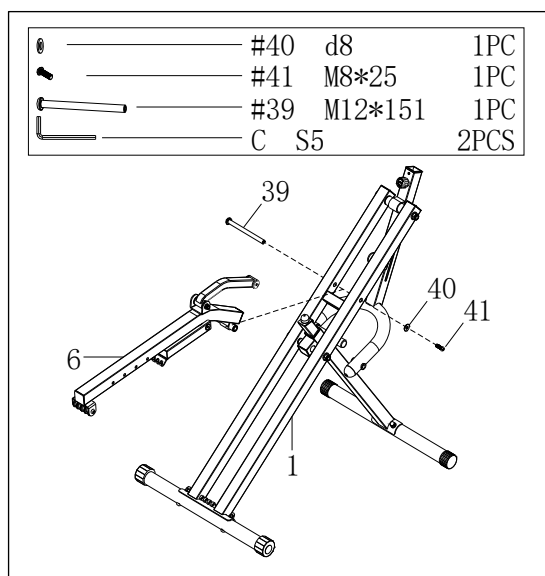


Teniamo in grande considerazione la vostra esperienza nell'utilizzo dei prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sulle parti di ricambio o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



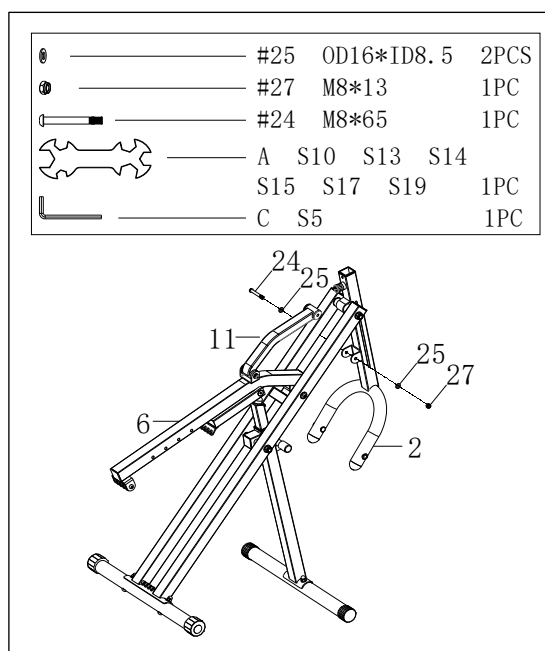
FASE 3:

Rimuovere il **Bullone (n. 19)**, la **Rondella (n. 22)** e il **Dado (n. 23)** dal **Telaio Principale (n. 1)**. Inserire il **Tubo di Collegamento dei Pedali (n. 2)** nel **Telaio Principale (n. 1)**. Inserire quindi il **Bullone (n. 19)** nel **Telaio Principale (n. 1)** e fissare la **Rondella (n. 22)** e il **Dado (n. 23)** utilizzando la **Chiave (n. A & B)**.



FASE 4:

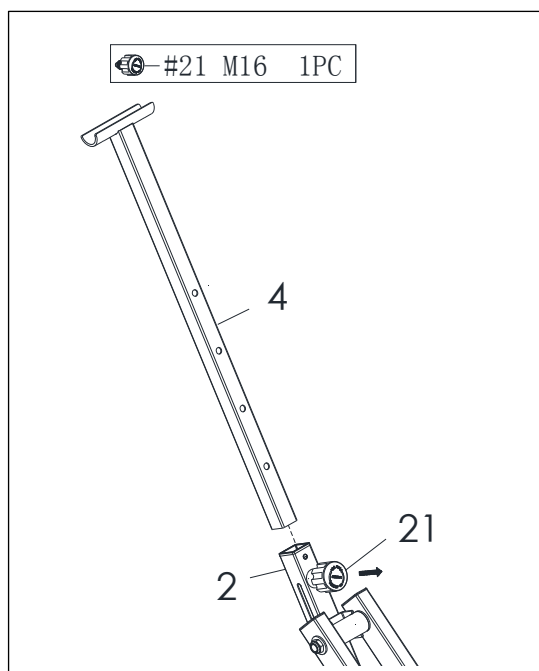
Rimuovere il **Bullone (n. 39)**, la **Rondella (n. 40)** e la **Vite (n. 41)** dal **Telaio Principale (n. 1)**. Inserire il **Tubo di Collegamento Della Seduta (n. 6)** nel **Telaio Principale (n. 1)**. Inserire quindi il **Bullone (n. 39)** nel **Telaio Principale (n. 1)**, utilizzare la **Chiave a Brugola (n. C)** per tenere il **Bullone (n. 39)** e utilizzare l'altra **Chiave a Brugola (n. C)** per fissare la **Rondella (n. 40)** e la **Vite (n. 41)**.



FASE 5:

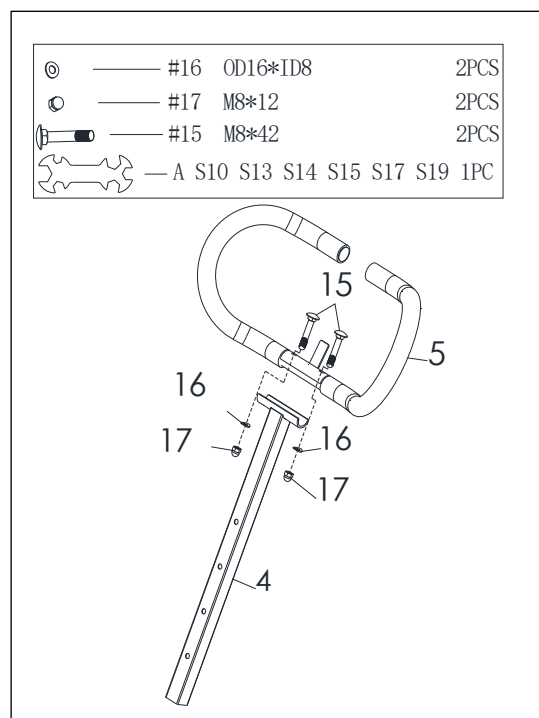
Estrarre le 2 **Rondelle (n. 25)**, il **Bullone (n. 24)** e il **Controdado (n. 27)** dal pacchetto della minuteria. Inserire il **Tubo di Collegamento (n. 11)** nella fessura della staffa metallica del **Tubo di Collegamento dei Pedali (n. 2)**. Serrare e fissare il **Bullone (n. 24)**, le 2 **Rondelle (n. 25)** e il **Controdado (n. 27)** utilizzando la **Chiave (n. A)** e la **Chiave a Brugola (n. C)**.

Teniamo in grande considerazione la vostra esperienza nell'utilizzo dei prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sulle parti di ricambio o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



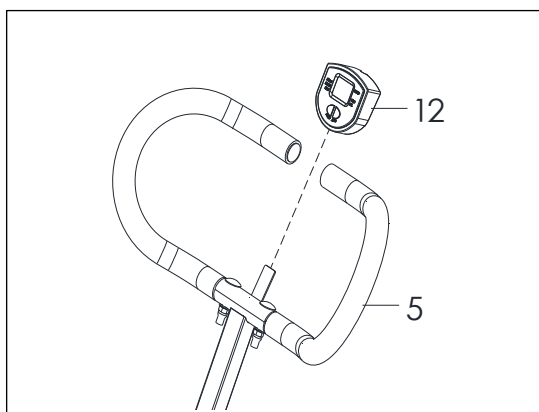
FASE 6:

Allentare ed estrarre la **Manopola (n. 21)** dal **Tubo di Collegamento dei Pedali (n. 2)**. Inserire il **Tubo Impugnatura (n. 4)** nel **Tubo di Collegamento dei Pedali (n. 2)**. Quindi inserire e fissare con la **Manopola (n. 21)** dopo aver regolato all'altezza corretta.



FASE 7:

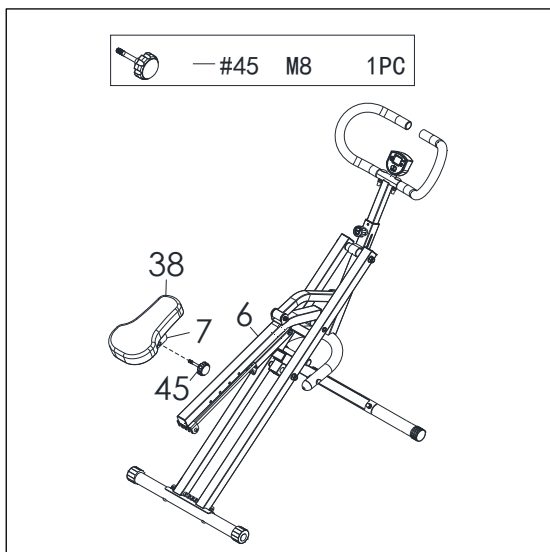
Rimuovere i 2 **Bulloni (n. 15)**, le 2 **Rondelle (n. 16)** e i 2 **Dadi (n. 17)** preassemblati dall'**Impugnatura (n. 5)**, quindi fissare l'**Impugnatura (n. 5)** al **Tubo Impugnatura (n. 4)** utilizzando i 2 **Bulloni (n. 15)**, le 2 **Rondelle (n. 16)** e i 2 **Dadi (n. 17)** rimossi e serrare con la **Chiave (n. A)**.



FASE 8:

Inserire il **Contatore (n. 12)** sulla linguetta dell'**Impugnatura (n. 5)**.

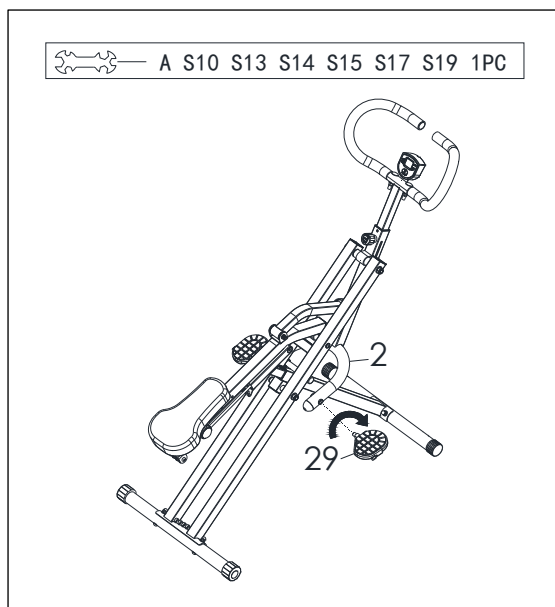
Teniamo in grande considerazione la vostra esperienza nell'utilizzo dei prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sulle parti di ricambio o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



FASE 9:

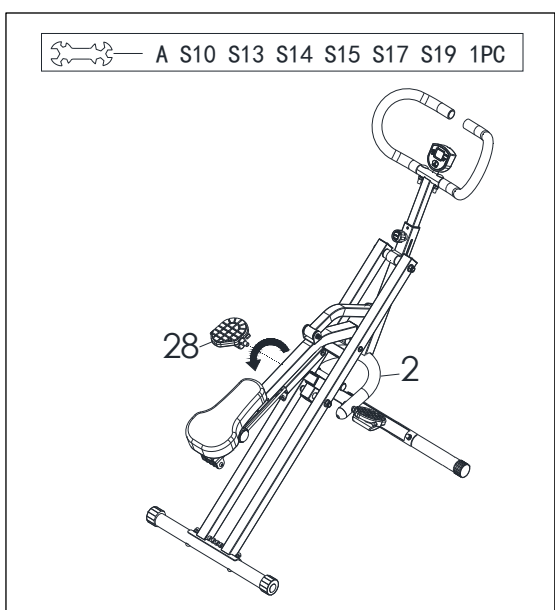
Estrarre la **Manopola (n. 45)** dal pacchetto della minuteria.

Fissare la **Lastra di Ferro Fissa (n. 7)** al **Tubo di Collegamento Della Seduta (n. 6)**, regolare il **Cuscino Seduta (n. 38)** nella posizione desiderata, quindi serrare e fissare con la **Manopola (n. 45)**.

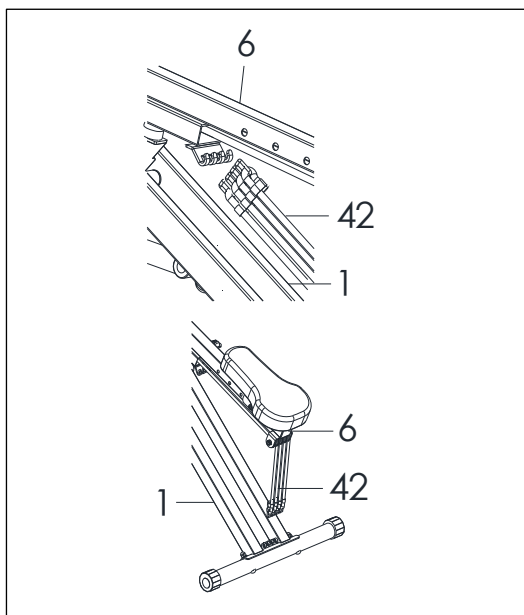


FASE 10:

Fissare i **Pedale Destro e Sinistro (n. 28 e 29)** al **Tubo di Collegamento dei Pedali (n. 2)** e serrare i **Pedale Destro e Sinistro (n. 28 e 29) *in senso orario*** con la **Chiave (n. A)**.



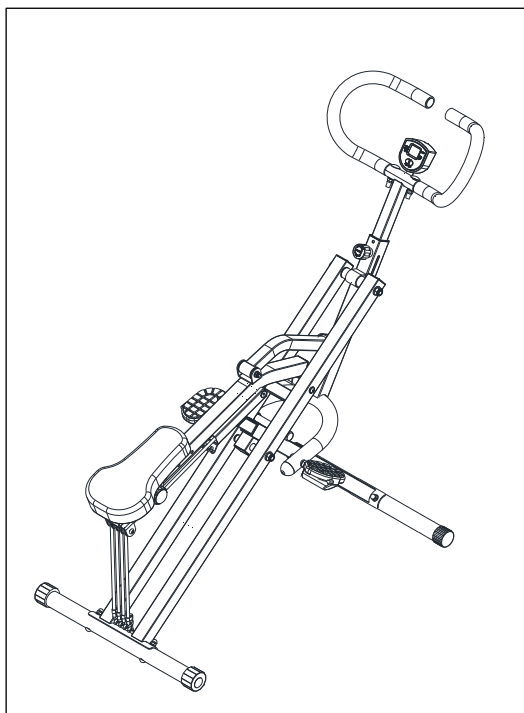
Teniamo in grande considerazione la vostra esperienza nell'utilizzo dei prodotti Sunny Health and Fitness. Per assistenza sulle parti di ricambio o per la risoluzione dei problemi, contattateci all'indirizzo support@sunnyhealthfitness.com o al numero 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



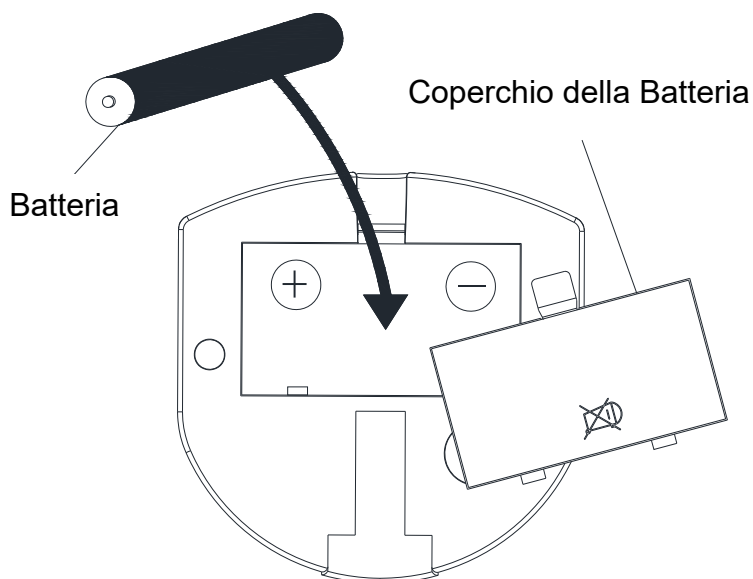
FASE 11:

Collegare le **Fasce per Esercizi (n. 42)** ai ganci del **Telaio Principale (n. 1)**.

L'assemblaggio è completo!



INSTALLAZIONE E SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA



INSTALLAZIONE DELLA BATTERIA:

1. Estrarre 1 batteria AA dalla custodia del manuale.
2. Premere il fermaglio del coperchio della batteria sul **Contatore (n. 12)**, quindi rimuovere il coperchio della batteria.
3. Installare 1 batteria AA nell'apposito alloggiamento sul retro del **Contatore (n. 12)**. Prima dell'installazione, prestare attenzione ai poli + e - della batteria.
4. Premere il fermaglio del coperchio della batteria, quindi rimettere il coperchio della batteria sul retro del **Contatore (n. 12)**.

L'installazione è completa!

SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA:

1. Premere il fermaglio del coperchio della batteria sul retro del **Contatore (n. 12)**, quindi rimuovere il coperchio della batteria.
2. Rimuovere la vecchia batteria AAA dal relativo alloggiamento e installare 1 nuova batteria AAA nell'alloggiamento sul retro del **Contatore (n. 12)**. Prima dell'installazione, prestare attenzione ai poli + e - della batteria.
3. Premere il fermaglio del coperchio della batteria, quindi rimettere il coperchio della batteria sul retro del **Contatore (n. 12)**.

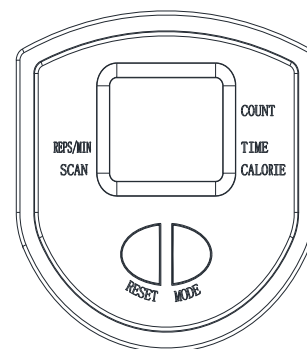
La sostituzione è completa!

NOTA: Smaltire la batteria secondo le linee guida nazionali e regionali.

CONTATORE

SPECIFICHE:

TIME (TEMPO)-----00:00—99:59 MIN:SEC
COUNT (CONTO)-----0—9999 STROCCHIE
CALORIE-----0—9999 KCAL
REPS/MIN (RIPETIZIONI/MIN)-----0—9999 STOCCHI/MIN



FUNZIONI PRINCIPALI:

MODALITÀ/SELEZIONE: Per selezionare la funzione desiderata. Tenere premuto il tasto per 4 secondi per azzerare i valori di tutte le funzioni (azzeramento totale).

RESET/CANCELLAZIONE: Per azzerare il valore.

PROCEDURA OPERATIVA:

AUTO ON/OFF: Il monitor si spegne automaticamente se non viene ricevuto alcun segnale per 4 minuti. Il monitor si accende quando si inizia l'esercizio o si preme un tasto qualsiasi.

FUNZIONE:

TIME (TEMPO): Visualizza il tempo di allenamento durante l'esercizio.

COUNT (CONTO): Somma gli squat durante l'esercizio.


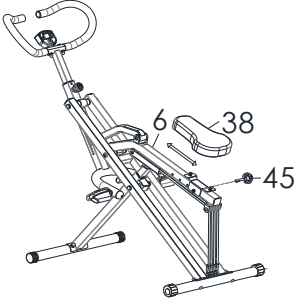
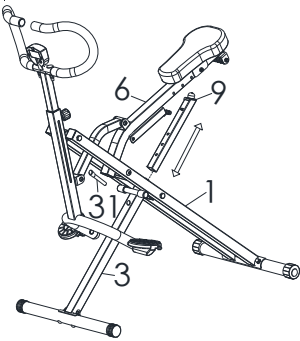
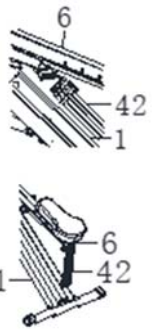
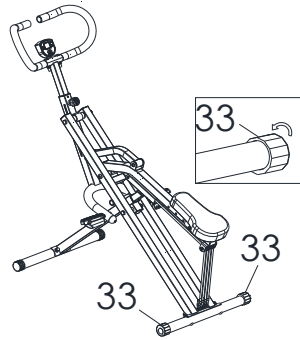
CALORIE: Visualizza le calorie bruciate durante l'esercizio.

REPS/MIN (RIPETIZIONI/MIN): Visualizza gli squat al minuto durante l'esercizio.

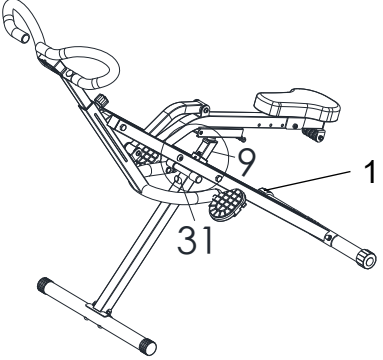
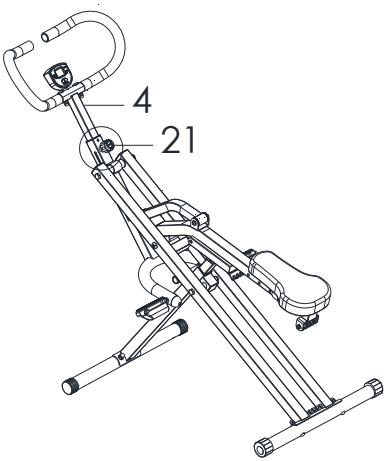
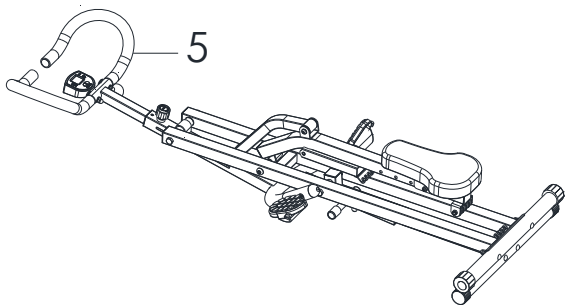
SCAN: Esegue la scansione automatica di ogni funzione tra ①TIME (TEMPO) ②CALORIE

③REPS/MIN (RIPETIZIONI/MIN).

ISTRUZIONI PER LA REGOLAZIONE

	<p>REGOLAZIONE DELL'IMPUGNATURA</p> <p>Allentare la Manopola (n. 21) e tirare. Sollevare o abbassare il Tubo Impugnatura (n. 4) all'altezza desiderata. Serrare la Manopola (n. 21).</p>
	<p>REGOLAZIONE DELLA SEDUTA</p> <p>Allentare e rimuovere la Manopola (n. 45) situata sotto il Tubo di Collegamento Della Seduta (n. 6). Spostare il Cuscino Seduta (n. 38) nella posizione desiderata, quindi serrare nuovamente la Manopola (n. 45).</p>
	<p>REGOLAZIONE DEL TUBO DELLA SEDUTA</p> <p>Per regolare il Tubo Seduta (n. 9), sollevare il Tubo di Collegamento Della Seduta (n. 6). Rimuovere il perno (n. 31) dal Tubo di Collegamento Anteriore (n. 3) e sollevare o abbassare il Tubo Seduta (n. 9) nella posizione desiderata. Reinserire il Perno (n. 31) per fissarlo. Abbassare quindi il Tubo di Collegamento Della Seduta (n. 6). Sollevando o abbassando il Tubo Seduta (n. 9) si modifica la difficoltà dell'esercizio.</p> <p>NOTA: Assicurarsi che le Fasce per Esercizi (n. 42) non siano agganciate al Telaio Principale (n. 1) quando si regola il Tubo Seduta (n. 9). Non estendere il Tubo Seduta (n. 9) fino a superare la linea "MAX".</p>
	<p>REGOLAZIONE DELLA FASCIA PER ESERCIZI</p> <p>È possibile regolare la difficoltà dell'esercizio regolando le Fasce per Esercizi (n. 42). Per ridurre le difficoltà, sganciare le Fasce per Esercizi (n. 42) dal Telaio Principale (n. 1) e collegare le Fasce per Esercizi (n. 42) ai ganci sul Tubo di Collegamento Della Seduta (n. 6).</p>
	<p>BILANCIAMENTO</p> <p>Per un allenamento fluido e confortevole, è necessario assicurarsi che l'attrezzatura sia stabile e ben fissata. Se si nota che l'attrezzatura è sbilanciata durante l'uso, occorre regolare Tappi Terminali (n. 33) situati sullo stabilizzatore posteriore finché l'attrezzatura non è livellata con la superficie del pavimento.</p>

ISTRUZIONI PER LA CHIUSURA

	<p>A. Regolare il Tubo Seduta (n. 9) al livello più basso mediante il Perno (n. 31).</p> <p>NOTA: Assicurarsi che le Fasce per Esercizi (n. 42) non siano collegate al Telaio Principale (n. 1) durante la chiusura.</p>
	<p>B. Regolare il Tubo Impugnatura (n. 4) al livello più basso mediante la Manopola (n. 21).</p>
	<p>C. Tenere l'Impugnatura (n. 5) e chiudere il prodotto.</p>

Version: 1.2

CONNECT
With us

DOWNLOAD

Track your fitness progress & join
FREE workout courses!

Download  **SUNNYFIT** today!



FOLLOW

Find us on social media @sunnyhealthfitness

 @sunnyhealthfitness

 @sunnyhealthandfitness

 @sunnyhealthfit

 /sunnyhealthfitness

 /sunnyhealthfitness

 /sunnyhealthandfitness

www.sunnyhealthfitness.com