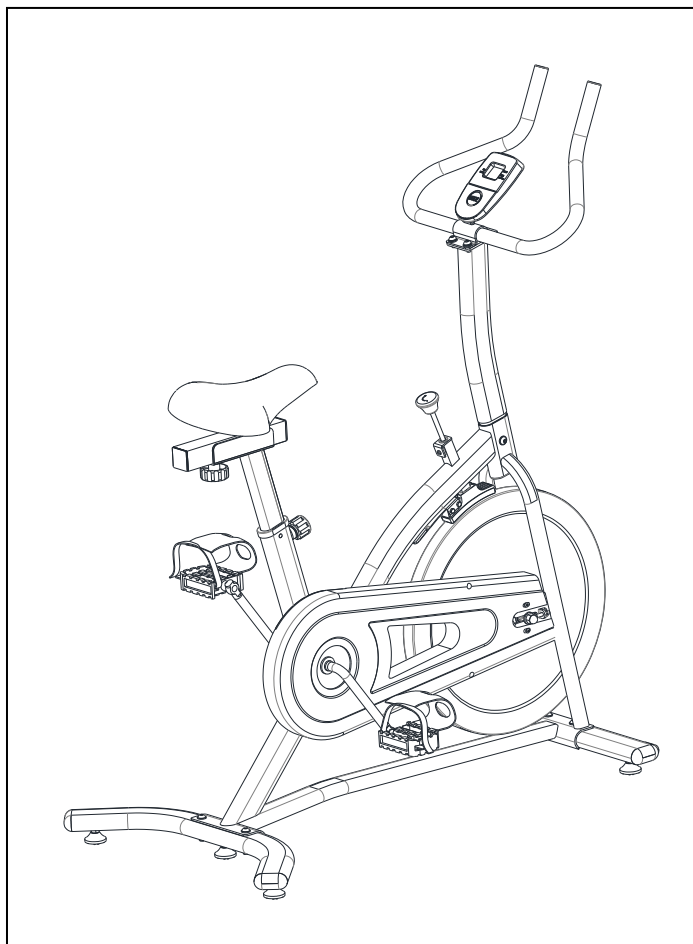




PINK INDOOR CYCLING BIKE

P8100

USER MANUAL



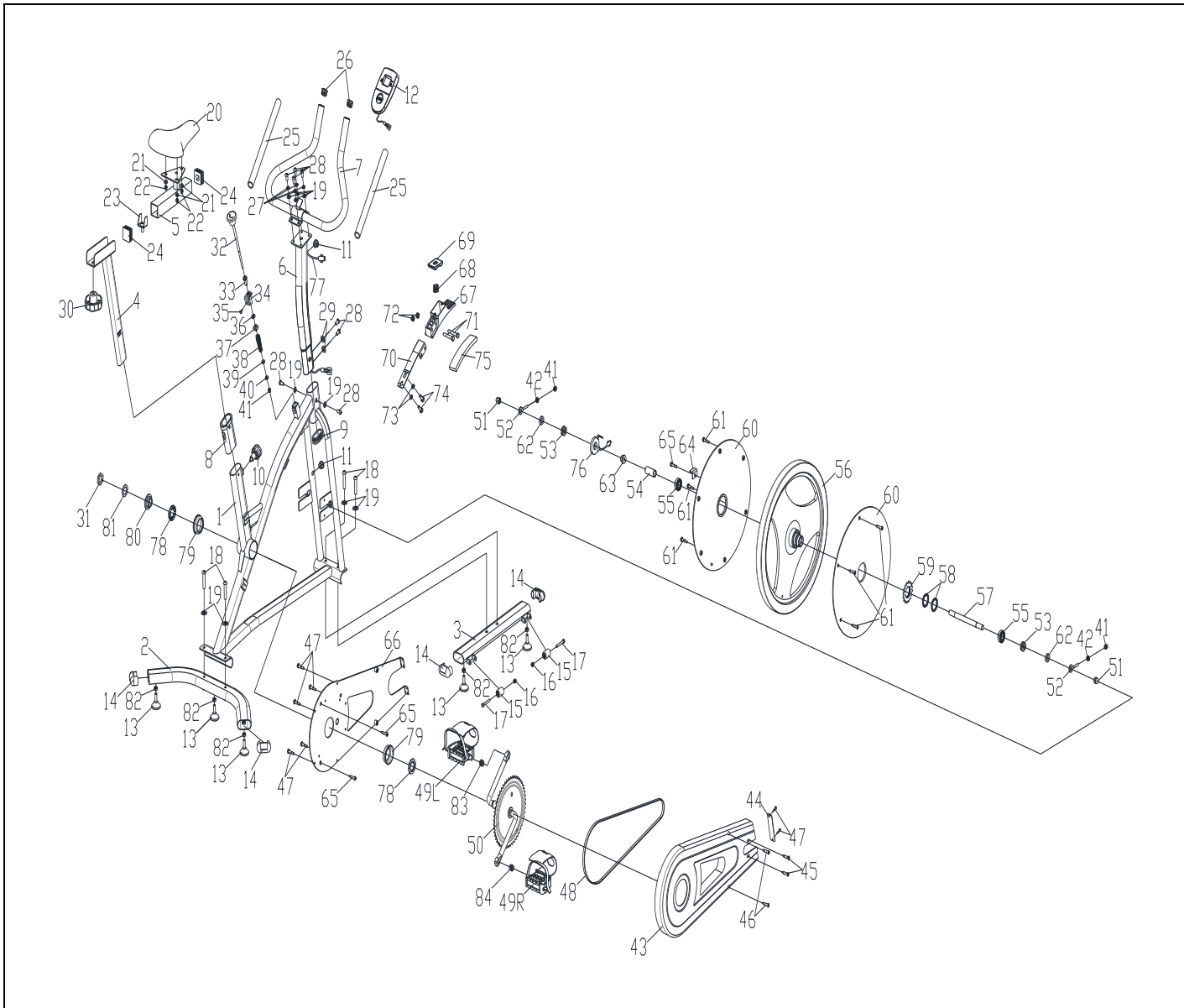
IMPORTANT! Please retain owner's manual for maintenance and adjustment instructions. Your satisfaction is very important to us, **PLEASE DO NOT RETURN UNTIL YOU HAVE CONTACTED US:** support@sunnyhealthfitness.com or 1- 877 - 90SUNNY (877-907-8669).

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 nauseous feeling. 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 220 pounds (100 KG).
10. The 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.

ESQUEMA DE LAS PIEZAS



PAQUETE DE HERRAMIENTAS



#30 $\varnothing 58 \times 33 (M10)$ 1pc



#85 S=13,14,15 1pc



#86 6# (86X35) 1pc



#87 $\varnothing 3 (151 \times 43.5)$ 1pc

LISTA DE PIEZAS

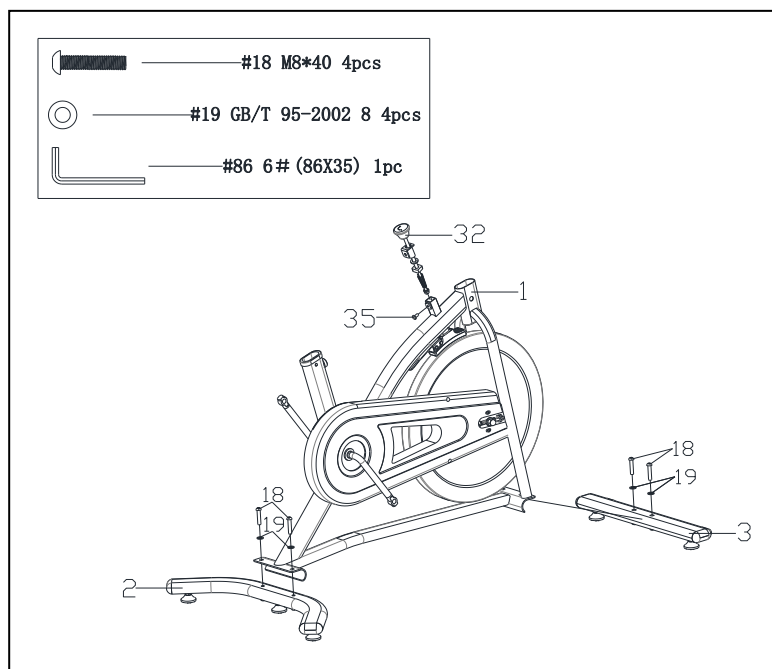
N.º	Descripción	Especificaciones	Ca
1	Estructura principal		1
2	Estabilizador trasero		1
3	Estabilizador		1
4	Barral del asiento		1
5	Deslizante del asiento		1
6	Barral delantero		1
7	Manubrio		1
8	Buje	PP	1
9	Tapa	PP	1
10	Perilla de ajuste	φ38*66 M16*1.5	1
11	Tapón de plástico	φ14*14	2
12	Computadora	HS-1011	1
13	Almohadilla para pies	φ38*43	5
14	Tapa de extremo		4
15	Rueda de transporte	φ23*32	2
16	Tuerca de bloqueo	GB/T 889.1-2000 M6 (NEGRO)	2
17	Perno	GB/T 5780-2000 M6*45	2
18	Perno	GB/T 70.2-2000M8*40	4
19	Arandela plana	GB/T 95-20028	10
20	Asiento	PVC98-2	1
21	Arandela plana	φ19*φ9*t2	3
22	Tuerca de bloqueo	GB/T 889.1-2000	3
23	Bloqueo de límite		1
24	Tapa de extremo		2
25	Agarre de espuma	φ23*φ33*465	2
26	Tapa	PP	2
27	Arandela	GB/T 859-1987 8	4
28	Perno	GB/T 70,2-2000 M8*15	8
29	Arandela en arco	φ8	2
30	Perilla de ajuste	φ58*33	1

N.º	Descripción	Especificaciones	Cant
31	Tuerca hexagonal	37/8" (rosca)	1
32	Perilla de tensión	L=175	1
33	Envoltura de plástico	L=175	1
34	Bloqueo de límite		1
35	Perno	GB/T 5780-2000 M6*8	1
36	Junta	φ16*φ8.2*2	1
37	Tuerca cuadrada	16 x 16 x 8 M8	1
38	Resorte	φ1.0 x 55	1
39	Junta	φ15*φ6*2	1
40	Arandela plana	φ14*φ6*t2.5	1
41	Tuerca de bloqueo	GB/T 889.1-2000 M6	3
42	Tuerca	GB/T 889.1-2000 M6	2
43	Cubierta externa de la cadena	1655*268*43	1
44	Lámina de	108*37*3,5	1
45	Perno	GB/T 5780-2000	2
46	Tornillo	GB/845-85 ST4.2 x 9.5 F	2
47	Tornillo	GB/T 845-1985 ST4.2*19	7
48	Cadena	P=12.7, Lp=106	1
49 L/	Pedal	1/2"	2
50	Manivela		1
51	Tuerca abovedada	GB/T 802-1988 M10*1.0	2
52	Perno de guía	M6*48	2
53	Tuerca hexagonal		2
54	Espaciador		1
55	Cojinete	16000ZZ	2
56	Volante	10 KG	1
57	Husillo de volante	φ10*160	1
58	Tuerca de bloqueo	M33*1*4	2
59	Rueda dentada	A7K-16 1/2"*1/8" 16T (1.37")	1
60	Cubierta del	φ387*6.5	2

N.º	Descripción	Especificaciones	Cant
61	Tornillo	GB/845-85 ST 3.5 x 10 F	6
62	Espaciador	φ16*φ10.1*4	2
63	Tuerca de brida hexagonal	GB/T 6177.2-2000 M10*1.0	1
64	Soporte en forma	Q235	1
65	Tornillo	4GB/T 15856.1-2002 ST4.2 x	3
66	Cubierta interna de la cadena	2653,5*264,5*24	1
67	Bloque de freno	110*29,5*27	1
68	Resorte	φ2.2	1
69	Cubierta de	35*23,5*6	1
70	Pieza de resorte	65 mN	1
71	Perno	GB/T 5780-2000 M5*30	2
72	Tuerca de bloqueo	GB/T 889,1-2000	2
73	Arandela elástica	GB/T 859-1987	2
74	Perno	GB/T 5780-2000	2

N.º	Descripción	Especificaciones	Cant
75	Almohadilla de fieltro	110*30*10	1
76	Inductor		1
77	Cable del sensor	L=520	1
78	Cojinete	φ44.5	2
79	Caja de rodamientos	φ55.5*16	2
80	Tuerca de bloqueo	67/8" (rosca izquierda)	1
81	Arandela plana	φ35*22.8*2	1
82	Tuerca hexagonal	GB/T 41-2000	5
83	Tuerca de	1/2" (rosca	1
84	Tuerca de	1/2"	1
85	Llave de cruz	S=13,14,15	1
86	Llave Allen n.º 6	N.º 6 (86 x 35)	1
87	Llave universal	151X43.5	1

INSTRUCCIONES DE ARMADO



PASO 1:

Retire las 2 **arandelas planas (n.º 19)** y los dos 2 **pernos (n.º 18)** preinstalados del **estabilizador delantero (n.º 3)**.

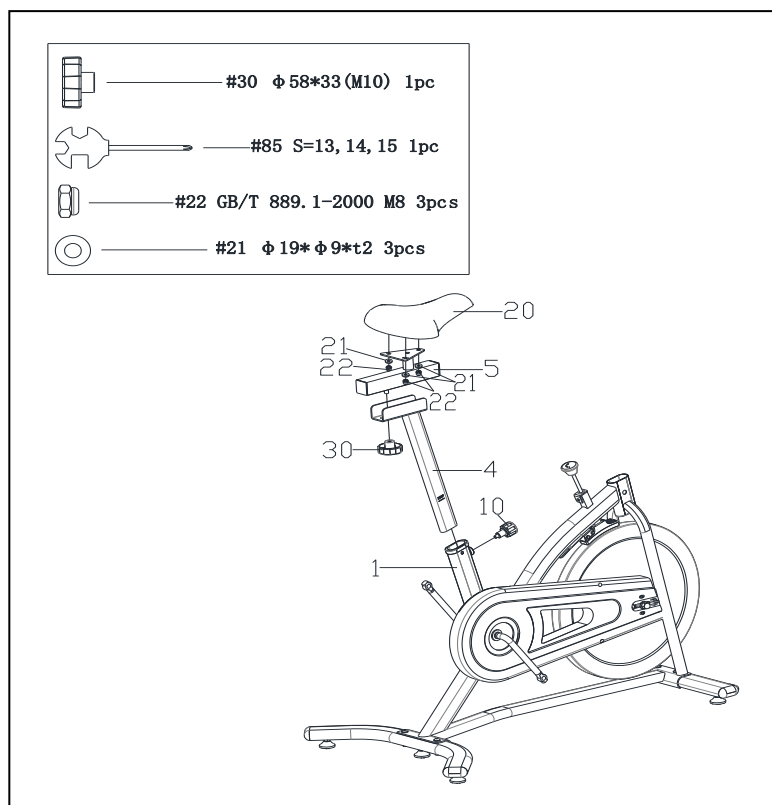
Conecte el **estabilizador delantero (n.º 3)** a la **estructura principal (n.º 1)** con las 2 **arandelas planas (n.º 19)** y los 2 **pernos (n.º 18)**. Ajuste y asegure con la **llave Allen (n.º 86)**.

Retire las 2 **arandelas planas (n.º 19)** y los dos 2 **pernos (n.º 18)** preinstalados del **estabilizador trasero (n.º 2)**.

Conecte el **estabilizador delantero (n.º 2)** a la **estructura principal (n.º 1)** con las 2 **arandelas planas (n.º 19)** y los 2 **pernos (n.º 18)**. Ajuste y asegure con la **llave de hexágono interior (n.º 86)**.

Retire el **perno (n.º 35)** preinstalado de la **estructura principal (n.º 1)**.

Inserte la **perilla de tensión (n.º 32)** en la **estructura principal (n.º 1)**, ajuste y asegure con el **perno (n.º 35)** y la **llave de cruz (n.º 85)**.



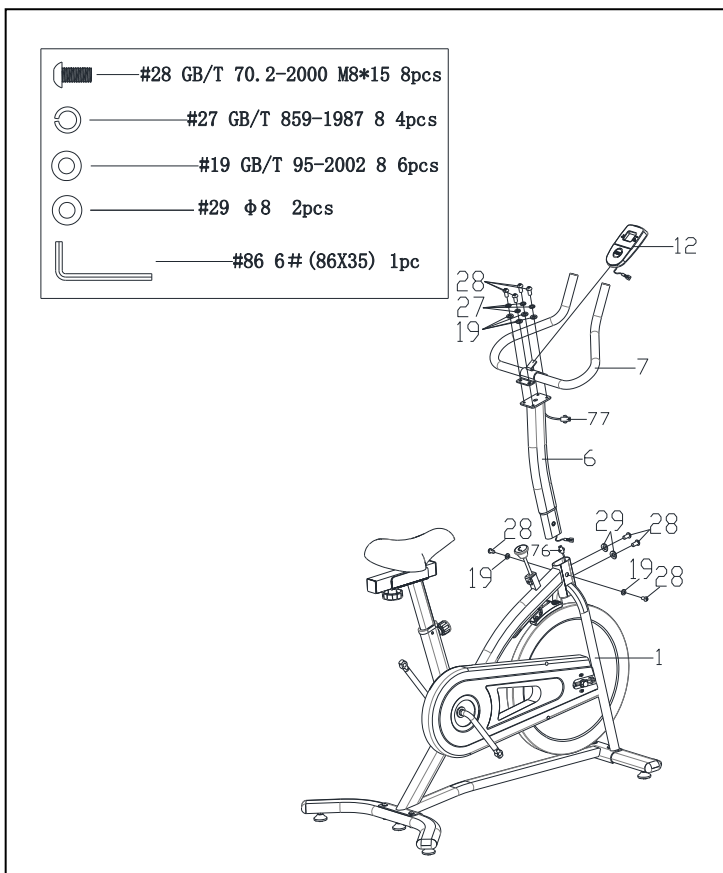
PASO 2:

Inserte el **barral del asiento (n.º 4)** en el tubo del **barral del asiento de la estructura principal (n.º 1)**. Deberá aflojar la **perilla de ajuste (n.º 10)** y jalarla. Seleccione la altura deseada, luego suelte y vuelva a ajustar la perilla.

Conecte el **deslizante del asiento (n.º 5)** al **barral del asiento (n.º 4)**. Ajuste y asegure con la **perilla de ajuste (n.º 30)**.

Retire las 3 **tuercas (n.º 22)** y las 3 **arandelas planas (n.º 21)** preinstaladas de la parte posterior del **asiento (n.º 20)**.

Conecte el **asiento (n.º 20)** al **deslizante del asiento (n.º 5)** con las 3 **tuercas (n.º 22)** y las 3 **arandelas planas (n.º 21)**. Ajuste y asegure con la **llave de cruz (n.º 85)**.



PASO 3:

Conecte el cable del sensor (n.º 76) y el cable del sensor (n.º 77).

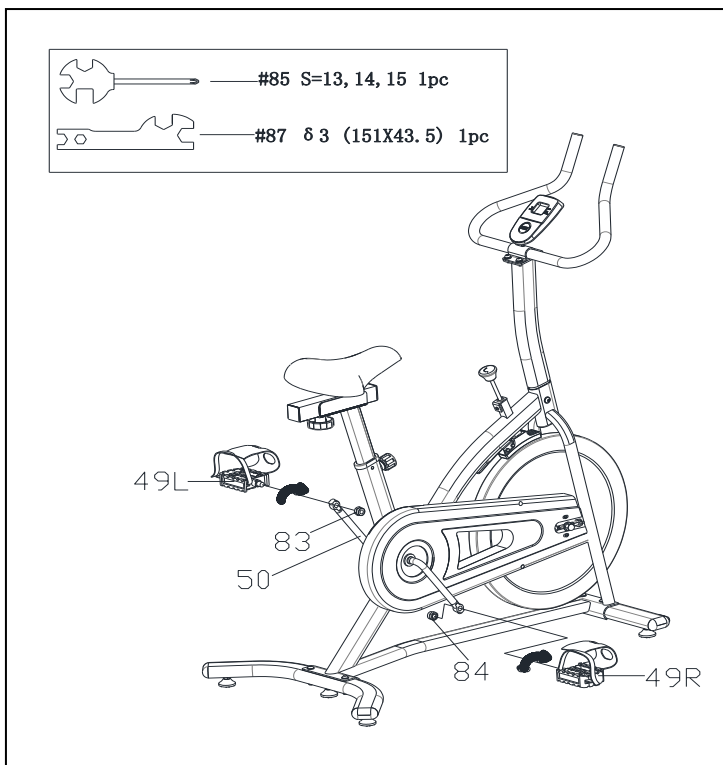
Retire los 4 pernos (n.º 28), las 4 arandelas (n.º 29) y las 4 arandelas planas (n.º 19) preinstalados del **barral delantero (n.º 6)**.

Conecte el **barral delantero (n.º 6)** a la **estructura principal (n.º 1)** con los 4 **pernos (n.º 28)**, las 2 **arandelas en arco (n.º 29)** y las 2 **arandelas planas (n.º 19)**. Ajuste y asegure con la **llave de hexágono interior (n.º 86)**.

Retire los 4 **pernos (n.º 28)**, las 4 **arandelas (n.º 27)** y las 4 **arandelas planas (n.º 19)** preinstalados del **barral delantero (n.º 6)**.

Conecte el **manubrio (n.º 7)** al **barral delantero (n.º 6)** con 4 **pernos (n.º 28)**, 4 **arandelas (n.º 27)** y 4 **arandelas planas (n.º 19)**. Ajuste y asegure con la **llave de hexágono interior (n.º 86)**.

Conecte la **computadora (n.º 12)** al **manubrio (n.º 7)** y, a continuación, conecte la **computadora (n.º 12)** y el **cable del sensor (n.º 77)**.



PASO 4:

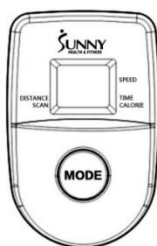
Nota: Los **pedales (n.º 49L y n.º 49R)** están marcados con las letras "L" y "R" para distinguir entre izquierdo y derecho.

Retire las 2 **tuercas de nailon (n.º 83 y 84)** ubicadas en los **pedales (n.º 49L/R)**.

Atornille el **pedal izquierdo (n.º 49L) HACIA LA IZQUIERDA** en la **manivela (n.º 50)**. Una vez atornillado correctamente, utilice la **llave de cruz (n.º 85)** para sujetar la tuerca del pedal y atornille firmemente la **tuerca de nailon (n.º 83) HACIA LA DERECHA** al extremo roscado del **pedal izquierdo (n.º 49L)** con la **llave universal (n.º 87)**.

Atornille el **pedal derecho (n.º 49R) HACIA LA DERECHA** en la **manivela (n.º 50)**. Una vez atornillado correctamente, utilice la **llave de cruz (n.º 85)** para sujetar la tuerca del pedal y atornille firmemente la **tuerca de nailon (n.º 84) HACIA LA IZQUIERDA** al extremo roscado del **pedal derecho (n.º 49R)** con la **llave universal (n.º 87)**.

COMPUTADORA DE EJERCICIOS



ESPECIFICACIONES:

TIEMPO -----00:00~99:59 MIN: S
VELOCIDAD -----0,0~999,9 KM/H O ML/H
DISTANCIA -----0,00~99.99 KM O ML
CALORÍAS -----0,0~999.9 KCAL

FUNCIONES PRINCIPALES:

MODE (MODO): Pulse para seleccionar la función. (Tiempo, velocidad, distancia, calorías). Mantenga pulsado el botón de modo durante 6 segundos para reiniciar el tiempo, la distancia y las calorías.

FUNCIONES DE OPERACIÓN

AUTO ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO):

Si la rueda se pone en movimiento, o si se pulsa el botón de modo, la computadora se activará y permanecerá activa mientras se continúe con cualquiera de estas dos opciones; sin embargo, si no hay ninguna señal durante aproximadamente 4 minutos, la energía de la computadora se apagará automáticamente.

RESET (REINICIO):

Se puede reiniciar la computadora al pulsar y mantener pulsado el botón de modo durante tres segundos. La eliminación de las pilas también reiniciará la computadora y retornará todos los ajustes de la función de nuevo a cero.

MODE (MODO):

Para seleccionar la función LOCK MODE pulse la tecla MODE cuando el puntero sobre la función que desee seleccionar empiece a parpadear. Una vez bloqueado solo se mostrará la función seleccionada.

FUNCIONES

TIME (TIEMPO): Cuenta el tiempo total de un ejercicio de principio a fin.

SPEED (VELOCIDAD): Muestra la velocidad obtenida.

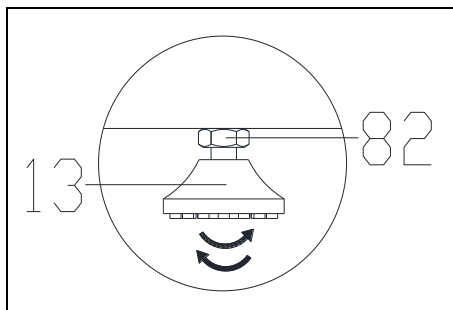
DISTANCE (DISTANCIA): Cuenta el recorrido total de un ejercicio de principio a fin.

CALORIES (CALORÍAS): Cuenta la cantidad total de calorías quemadas durante un ejercicio de principio a fin.

SCAN (ESCANEO): Muestra automáticamente las funciones en el siguiente orden indicado: tiempo, velocidad, distancia, calorías (repetición).

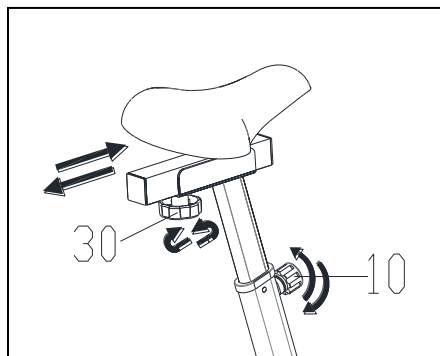
BATTERY (PILA): Este monitor utiliza dos pilas AA. Si la pantalla aparece inadecuada o se lee con dificultad, intente instalar pilas nuevas antes de intentar ponerse en contacto.

GUÍA DE AJUSTES



AJUSTE DEL BALANCE:

Para lograr un entrenamiento suave y cómodo durante el uso, debe asegurarse de que la bicicleta esté estable. Si durante el uso nota que la bicicleta está desequilibrada, puede ajustar las bases de apoyo ubicadas debajo de los estabilizadores delantero y trasero. Para hacerlo, gire la **base de apoyo (n.º 13)** con la mano hasta que quede nivelada con la superficie sobre la que está la bicicleta. Para levantar la base de apoyo, gírela hacia la izquierda; para bajarla, gírela hacia la derecha. Cuando haya terminado de ajustar la base de apoyo, vuelva a ajustar la **tuerca hexagonal (n.º 82)** girándola hacia la izquierda con la **llave inglesa (n.º 85)**. Si es necesario, repita este proceso para ajustar las almohadillas para pies restantes.

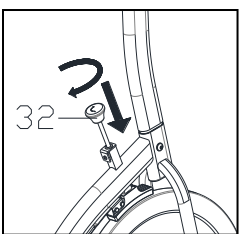


AJUSTE DEL ASIENTO:

El asiento de esta bicicleta es totalmente ajustable cuando se mueve *hacia arriba, hacia abajo, hacia adelante (frente), hacia atrás (atrás)*.

Para ajustar la altura del barral del asiento, afloje y tire de la **perilla de ajuste (n.º 10)** hacia afuera y, a continuación, suba o baje el asiento a la altura deseada. Una vez ajustada, vuelva a insertar y ajuste la **perilla de ajuste (n.º 10)** para fijar el asiento en su lugar.

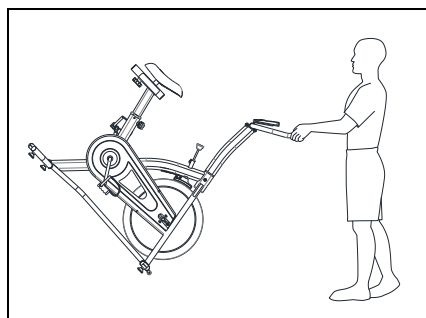
Para ajustar el asiento hacia atrás y adelante, afloje y tire de **perilla de ajuste (n.º 30)** hacia afuera y deslice el deslizante del asiento a la posición deseada. Una vez colocada, vuelva a insertar y apretar la **perilla de ajuste (n.º 30)** para asegurar el tubo deslizante del asiento en su lugar.



AJUSTE DE LA TENSIÓN Y PARADA DE EMERGENCIA:

Ajuste la tensión al girar la perilla hacia la derecha para aumentar la resistencia. Gire la perilla hacia la izquierda para disminuir la resistencia.

Presione la perilla para activar el freno y detener la bicicleta inmediatamente.



TRASLADO DE LA BICICLETA

Para mover la bicicleta, primero párese delante de la bicicleta de modo que se encuentre en frente del manubrio. Sujete firmemente y sostenga cada lado del manubrio, coloque un pie en el estabilizador delantero e incline la bicicleta hacia usted hasta que las ruedas de transporte del estabilizador delantero toquen el suelo. Con las ruedas en el suelo, puede transportar la bicicleta al lugar deseado con facilidad.

NOTA: Al mover la bicicleta, tenga cuidado siempre ya que un impacto inesperado, como dejar caer la bicicleta, puede causar lesiones y afectar el funcionamiento de la bicicleta.

INSTRUCCIONES DE MANTENIMIENTO

Esta es información general para realizar el mantenimiento diario, semanal y mensual en su bicicleta.

<p>MANTENIMIENTO DIARIO</p> <p>Después de cada sesión de ejercicio, limpie todo el equipo: asiento, marco, manubrio. Preste especial atención al poste del asiento, al poste del manillar y al protector de la correa / cadena. El sudor es muy corrosivo y puede causar problemas que requieren reemplazo de piezas más adelante.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Sube a la bicicleta y engancha el manejo.2. Presta atención a cualquier vibración que se siente a través de los pedales. Si siente alguna vibración, puede necesitar apretar los pedales, el soporte inferior o ajustar la tensión de la correa de transmisión / cadena.3. Use una llave inglesa para apretar los pedales hasta que estén seguros.	<p>MANTENIMIENTO MENSUAL</p> <ol style="list-style-type: none">1. Compruebe si todos los piezas están seguros, como: soporte de la botella de agua, tuercas del volante, pernos de la correa / protección de la cadena, tuercas de seguridad de la pinza del freno y tuercas de la barra de tensión de la pinza del freno.2. Inspeccione la barra de tensión del freno para detectar signos de desgaste, como fallas en los hilos. Limpie y lubrique la perilla de tensión del freno.3. Limpie y lubrique el poste del sillín, el poste del manillar y el deslizador del asiento. Elimine cualquier acumulación de material extraño.
<p>MANTENIMIENTO SEMANAL</p> <ol style="list-style-type: none">1. Inspeccione las piezas móviles y apriete las piezas.2. Inspeccione las conexiones del marco del pasador de arrastre para asegurarse de que las conexiones estén ajustadas. Los accesorios de marco flojo pueden desprender hilos con el tiempo y causar daños extensos.3. Limpie y lubrique los ensambles de pin pop. Tire del pasador y rocíe una pequeña cantidad de lubricante en el eje.4. Ajuste el hardware del asiento para asegurarse de que el asiento esté nivelado y centrado.5. Cepille y trate las almohadillas de resistencia. Retire cualquier material extraño que pueda haberse acumulado en las almohadillas. Rocíe las almohadillas con lubricante de silicona. Esto ayuda a reducir el ruido de la fricción entre las almohadillas y el volante.6. Inspeccione visualmente el soporte inferior, los clips de los dedos y las correas de los dedos. Si alguno de ellos está suelto o desconectado, colóque y apriete.	<p>CUIDADO DEL FRENO DE FIELTRO (si corresponde)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Realice este mantenimiento cuando la pastilla de freno se instale por primera vez y durante toda la vida útil de la pastilla de freno. Seguir estas sencillas instrucciones puede aumentar la vida útil de sus pastillas de freno.2. Algunos conjuntos de pastillas de freno están prelubricados. Aprieta la pastilla de freno. Si se libera lubricante, entonces la almohadilla ha sido prelubricada.3. Si la pastilla de freno está seca, cubra la pastilla de freno con aceite 3-n-1. Cepille el fieltro con un cepillo limpio de cerdas de alambre y luego aplique el aceite. Se debe permitir que el aceite penetre en la almohadilla. Repita de 4 a 5 veces hasta que la almohadilla esté saturada, pero no gotee con aceite. Cuando la almohadilla está saturada, ya no absorberá el aceite.4. Inspeccione la pastilla de freno semanalmente y lubrique si es necesario. La almohadilla no debe tener una apariencia acristalada. Si la almohadilla aparece acristalada, cepíllala con un cepillo de alambre y aplica lubricante según sea necesario. Si se observa algo del relleno de esponja a través de la almohadilla de cuero, se debe reemplazar la almohadilla de freno.