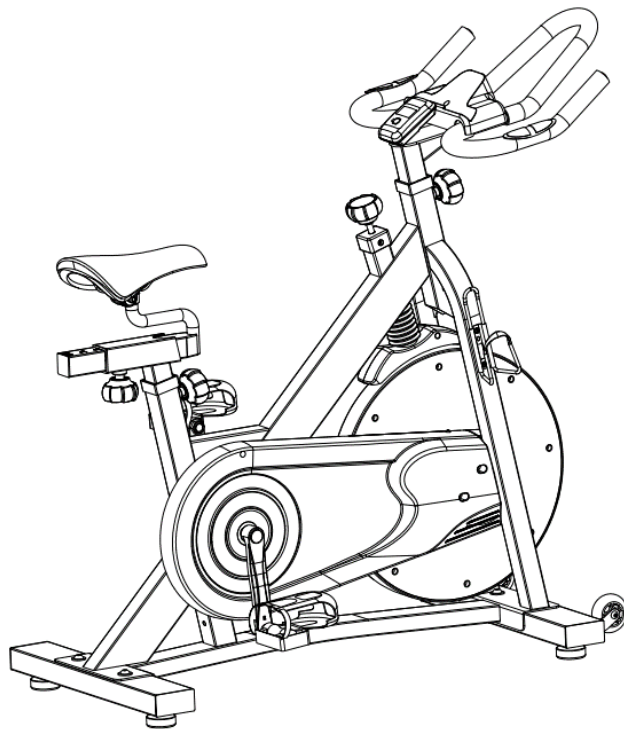




# PRO II MAGNETIC INDOOR CYCLING BIKE SF-B1964 USER MANUAL



English, Page 13~21

**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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Español, Page 22~30

**¡IMPORTANTE!** Por favor, conserve el manual del usuario para las instrucciones de mantenimiento y ajuste. Su satisfacción es muy importante para nosotros, **SI AL PRODUCTO LE HACE FALTA PARTES, POR FAVOR NO LO DEVUELVA HASTA TENER CONTACTO CON NOSOTROS:** [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

Français, Page 31~39

**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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou 1- 877 – 90SUNNY (877-907-8669).

Deutsch, Seite 40~47

**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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 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 240 pounds (110KG).
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 aire, 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 4 pies (120 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 275 libras (125 kg).
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.

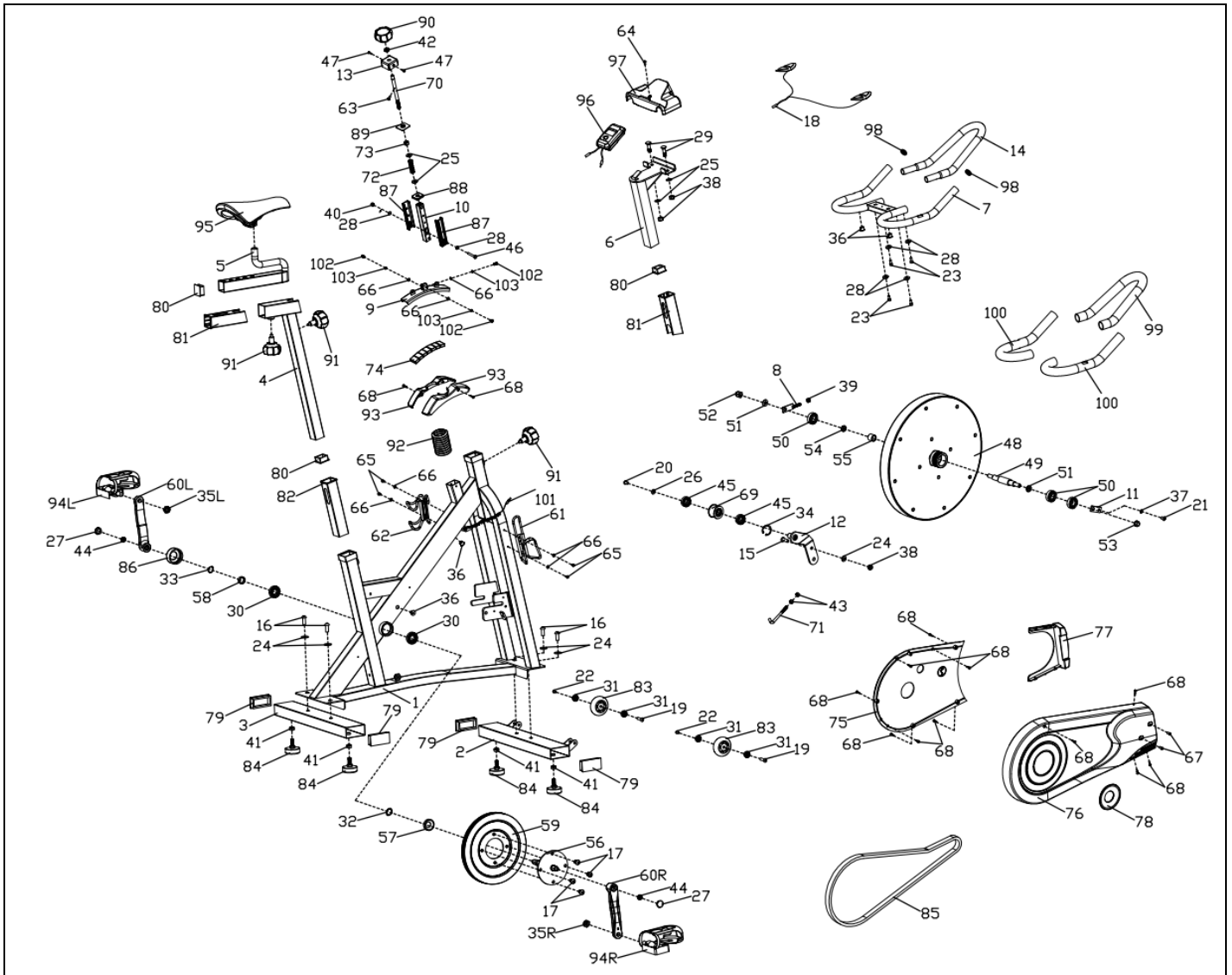
1. Avant d'entamer un programme d'exercices, consultez votre médecin pour déterminer si vous avez une quelconque disposition physique ou médicale susceptible de mettre en danger votre santé et votre sécurité ou de vous empêcher d'utiliser cet appareil correctement. L'avis de votre médecin est essentiel si vous prenez un médicament pouvant affecter le rythme cardiaque, la pression ou le niveau de cholestérol.
2. Soyez à l'écoute des signaux de votre corps. Accompli de façon incorrecte ou excessive, l'exercice peut nuire à la santé. Cessez de faire de l'exercice si vous ressentez l'un des symptômes suivants: douleur, serrement de la poitrine, rythme cardiaque irrégulier, souffle court, étourdissement, vertige, ou sensations de nausée. Si vous éprouvez l'un de ces états, consultez votre médecin avant de poursuivre votre programme d'exercice.
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 120 cm (4 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'appareil comme indiqué. Si vous trouvez un composant défectueux lors de l'assemblage ou de la vérification de l'appareil, ou si vous entendez un bruit inhabituel en provenir pendant l'utilisation, cessez immédiatement l'exercice et n'employez plus l'appareil tant que le problème n'a pas été 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 125 kg (275 lb).
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 120 cm (4 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 125 kg (275 Pfund).
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.

# EXPLODED DIAGRAM



# PARTS LIST

No.	Description	Spec.	Qty.	No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1	34	C-Clip Washer	D35	1
2	Front Stabilizer		1	35L/R	Nylon Nut	9/16	1pr.
3	Rear Stabilizer		1	36	Wire Plug		4
4	Seat Post		1	37	Flat Washer	D8*D16*1.5	1
5	Seat Slider		1	38	Nylon Nut	M10	3
6	Handlebar Post		1	39	Nylon Nut	M8	1
7	Handlebar		1	40	Nylon Nut	M6	1
8	Adjustable Belt Bolt		1	41	Hex Nut	M10	4
9	Magnet Holder		1	42	Hex Nut	M10*H5.5	1
10	Tension Adjust Rod		1	43	Hex Nut	M8	2
11	Belt Tensioner		1	44	Flange Nut	M10*1.25	2
12	Idler Wheel Arm		1	45	Bearing	6003	2
13	Brake Fixer		1	46	Hex Bolt	M6*38	1
14	Center Handlebar		1	47	Phillips Flat Screw	M5*10	2
15	Allen Bolt	M10*25	1	48	Flywheel		1
16	Allen Bolt	M10*25	4	49	Flywheel Axle		1
17	Allen Bolt	M10*16	4	50	Bearing	6203	3
18	Pulse Wire		1	51	Flat Washer	Φ12.2*Φ24*2	2
19	Allen Bolt	M8*30	2	52	Acorn Nut	M12*1	1
20	Allen Bolt	M8*20	1	53	Flange Nut	M12*1	1
21	Allen Bolt	M8*12	1	54	Hex Thin Nut	M12*1	1
22	Allen Bolt	M6*12	2	55	Flywheel Axle Spacer		1
23	Allen Cylindrical Bolt	M6*12	4	56	Bottom Bracket		1
24	Flat Washer	D10*D20*2	5	57	Spacer		1
25	Flat Washer	D10*D20*2	4	58	Bottom Bracket Spacer		1
26	Flat Washer	D8*D20*2	1	59	Belt pulley		1
27	Crank Cap		2	60L/R	Crank		1pr.
28	Flat Washer	D6*D12*1.2	6	61	Bottle Holder		1
29	Carriage Bolt	M10*33*10	2	62	Dumbbell Rack		1
30	Bearing	6004RZ	2	63	Phillips Screw	M5*15	1
31	Bearing	608ZZ	4	64	Phillips Screw	M5*10	1
32	Waved Washer	D20*Φ26.5*0.6	1	65	Phillips Flat Screw	M5*12	4
33	C-Clip Washer	D20	1	66	Flat Washer	D5*Φ10*1	7

67	Phillips Screw	M6*12	2
68	Phillips Tapping Screw	ST4.2*16	13
69	Idle Wheel		1
70	Brake Rod		1
71	Pull Arm		1
72	Tension Spring		1
73	Tension Knob Block		1
74	Square Magnet		7
75	Inner Belt Cover		1
76	Outer Belt Cover		1
77	Front Cover		1
78	Crank Cover		1
79	Square Cap	□80*40*1.5	4
80	Square Cap	□38*38*1.5	3
81	Plastic Sleeve		2
82	Seat Post Sleeve		1
83	Transport Wheel		2
84	Foot Pad		4
85	Belt		1
86	Bottom Bracket Cover		1
87	Brake Bushing		2

88	Plastic Washer		1
89	Plastic Spacer		1
90	Tension Knob		1
91	Pop-pin Knob		3
92	Extension Sleeve		1
93	Magnet Holder Cover		2
94L/R	Pedal		1pr.
95	Seat		1
96	Meter		1
97	Handlebar Cover		1
98	Round Cap		2
99	Center Foam Grip		1
100	Foam Grip		2
101	Sensor Wire		1
102	Hex Bolt	M5*10	3
103	Spring Washer	D5	3
104	Spanner	S14,15,17	1
105	Allen Wrench	S6	1
106	Spanner	S8,14,22	1
107	Wrench	S13,15	1

## LISTA DE PIEZAS

n.º	Descripción	Especificaciones	Cant.
1	Estructura Principal		1
2	Estabilizador Delantero		1
3	Estabilizador Trasero		1
4	Barral del Asiento		1
5	Deslizante del Asiento		1
6	Barral del Manubrio		1
7	Manubrio		1
8	Perno de Cinta Ajustable		1
9	Soporte de Imán		1
10	Varilla de Ajuste de Tensión		1

n.º	Descripción	Especificaciones	Cant.
11	Tensor de la Cinta		1
12	Brazo de la Rueda Inactiva		1
13	Fijador de Frenos		1
14	Manubrio Central		1
15	Perno Allen	M10*25	1
16	Perno Allen	M10*25	4
17	Perno Allen	M10*16	4
18	Cable de Sensor de Pulso		1
19	Perno Allen	M8*30	2
20	Perno Allen	M8*20	1



21	Perno Allen	M8*12	1
22	Perno Allen	M6*12	2
23	Perno Cilíndrico Allen	M6*12	4
24	Arandela Plana	D10*D20*2	5
25	Arandela Plana	D10*D20*2	4
26	Arandela Plana	D8*D20*2	1
27	Tapa de la Manivela		2
28	Arandela Plana	D6*D12*1.2	6
29	Perno de Carrocería	M10*33*10	2
30	Cojinete	6004RZ	2
31	Cojinete	608ZZ	4
32	Arandela Ondulada	D20*Φ26.5*0.6	1
33	Arandela de Clip C	D20	1
34	Arandela de Clip C	D35	1
35L/R	Tuerca de Nailon	9/16	1 pr.
36	Enchufe de Cable		4
37	Arandela Plana	D8*D16*1.5	1
38	Tuerca de Nailon	M10	3
39	Tuerca de Nailon	M8	1
40	Tuerca de Nailon	M6	1
41	Tuerca Hexagonal	M10	4
42	Tuerca Hexagonal	M10*H5.5	1
43	Tuerca Hexagonal	M8	2
44	Tuerca de Brida	M10*1.25	2
45	Cojinete	6003	2
46	Perno Hexagonal	M6*38	1
47	Tornillo Plano Phillips	M5*10	2
48	Volante		1
49	Eje del Volante		1
50	Cojinete	6203	3

51	Arandela Plana	Φ12.2*Φ24*2	2
52	Tuerca Hexagonal	M12*1	1
53	Tuerca de Brida	M12*1	1
54	Tuerca Delgada Hexagonal	M12*1	1
55	Espaciador del Eje del Volante		1
56	Soporte Inferior		1
57	Espaciador		1
58	Espaciador del Soporte Inferior		1
59	Polea de Cinta		1
60L/R	Manivela		1 pr.
61	Soporte para Botella		1
62	Rack para Mancuernas		1
63	Tornillo Phillips	M5*15	1
64	Tornillo Phillips	M5*10	1
65	Tornillo Plano Phillips	M5*12	4
66	Arandela Plana	D5*Φ10*1	7
67	Tornillo Phillips	M6*12	2
68	Tornillo Autorroscante Phillips	ST4.2*16	13
69	Rueda de Transmisión		1
70	Varilla de Freno		1
71	Brazo de Extracción		1
72	Resorte de Tensión		1
73	Bloque de la Perilla de Tensión		1
74	Imán Cuadrado		7
75	Cubierta Interna de la Cinta		1
76	Cubierta Externa de la Cinta		1
77	Cubierta Delantera		1
78	Cubierta de Manivela		1
79	Tapa Cuadrada	□80*40*1.5	4
80	Tapa Cuadrada	□38*38*1.5	3

81	Envolvura de Plástico		2
82	Manga del Barral del Asiento		1
83	Rueda de Transporte		2
84	Almohadilla para Pies		4
85	Cinta		1
86	Cubierta del Soporte Inferior		1
87	Buje de Freno		2
88	Arandela de Plástico		1
89	Espaciador de Plástico		1
90	Perilla de Tensión		1
91	Perilla del Resorte de Regulación		3
92	Manga de Extensión		1
93	Cubierta del Soporte de imán		2
94L/R	Pedal		1 pr.

95	Asiento		1
96	Medidor		1
97	Cobertor del Manubrio		1
98	Tapa Redonda		2
99	Agarre de Espuma Central		1
100	Agarre de Espuma		2
101	Cable del Sensor		1
102	Perno Hexagonal	M5*10	3
103	Arandela Elástica	D5	3
104	Llave Inglesa	S14,15,17	1
105	Llave Allen	S6	1
106	Llave Inglesa	S8,14,22	1
107	Llave de Tuercas	S13,15	1

## LISTE DES ÉLÉMENTS

Nº	Description	Spécification	Qté
1	Cadre Principal		1
2	Stabilisateur Avant		1
3	Stabilisateur Arrière		1
4	Tige de Selle		1
5	Glissoir de Selle		1
6	Tige de Guidon		1
7	Guidon		1
8	Boulon de Courroie Réglable		1
9	Support d'Aimant		1
10	Tige de Réglage de la Tension		1
11	Tendeur de Courroie		1
12	Bras de Roue Libre		1
13	Fixateur de Frein		1

Nº	Description	Spécification	Qté
14	Guidon Central		1
15	Boulon Allen	M10 x 25	1
16	Boulon Allen	M10 x 25	4
17	Boulon Allen	M10 x 16	4
18	Câble du Capteur de Pouls		1
19	Boulon Allen	M8 x 30	2
20	Boulon Allen	M8 x 20	1
21	Boulon Allen	M8 x 12	1
22	Boulon Allen	M6 x 12	2
23	Boulon à Six Pans Cylindrique	M6 x 12	4
24	Rondelle Plate	D10 x D20 x 2	5
25	Rondelle Plate	D10 x D20 x 2	4
26	Rondelle Plate	D8 x D20 x 2	1



27	Embout de Manivelle		2
28	Rondelle Plate	D6 x D12 x 1,2	6
29	Boulon de Carrosserie	M10 x 33 x 10	2
30	Roulement	6004RZ	2
31	Roulement	608ZZ	4
32	Rondelle Ondulée	D20 x Ø26,5 x 0,6	1
33	Rondelle Taillée en C	D20	1
34	Rondelle Taillée en C	D35	1
35L/R	Écrou en Nylon	9/16	1 paire
36	Câble Avec Fiche		4
37	Rondelle Plate	D8 x D16 x 1,5	1
38	Écrou en Nylon	M10	3
39	Écrou en Nylon	M8	1
40	Écrou en Nylon	M6	1
41	Écrou Hexagonal	M10	4
42	Écrou Hexagonal	M10 x H5,5	1
43	Écrou Hexagonal	M8	2
44	Écrou à Embase	M10 x 1,25	2
45	Roulement	6003	2
46	Boulon Hexagonal	M6 x 38	1
47	Vis Cruciforme à Tête Plate	M5 x 10	2
48	Volant d'Inertie		1
49	Axe de Volant d'Inertie		1
50	Roulement	6203	3
51	Rondelle Plate	Ø12,2 x Ø24 x 2	2
52	Écrou Borgne	M12 x 1	1
53	Écrou à Embase	M12 x 1	1
54	Écrou Hexagonal Mince	M12 x 1	1
55	Entretoise d'Axe du Volant d'Inertie		1

56	Support Inférieur		1
57	Entretoise		1
58	Entretoise du Support Inférieur		1
59	Poulie de Courroie		1
60L/R	Manivelle		1 paire
61	Porte-Bouteille		1
62	Support Pour Haltères		1
63	Vis Cruciforme	M5 x 15	1
64	Vis Cruciforme	M5 x 10	1
65	Vis Cruciforme à Tête Plate	M5 x 12	4
66	Rondelle Plate	D5 x Ø10 x 1	7
67	Vis Cruciforme	M6 x 12	2
68	Vis Taraudeuse Cruciforme	ST4,2 x 16	13
69	Roue Libre		1
70	Tige de Frein		1
71	Bras de Traction		1
72	Ressort de Tension		1
73	Bloc du Bouton de Tension		1
74	Aimant Carré		7
75	Cache Intérieur de la Courroie		1
76	Cache Extérieur de la Courroie		1
77	Cache Avant		1
78	Carter de Manivelle		1
79	Embout Carré	Ø80 x 40 x 1,5	4
80	Embout Carré	Ø38 x 38 x 1,5	3
81	Manchon en Plastique		2
82	Gaine de la Tige de Selle		1
83	Roulette de Transport		2
84	Patin de Pied		4

85	Courroie		1
86	Couvercle du Support Inférieur		1
87	Bague de Frein		2
88	Rondelle en Plastique		1
89	Entretoise en Plastique		1
90	Bouton de Tension		1
91	Bouton à Cliquet		3
92	Manchon d'Extension		1
93	Couvercle du Support d'aimant		2
94L/R	Pédale		1 paire
95	Selle		1
96	Compteur		1

97	Couvercle de Guidon		1
98	Embout Arrondi		2
99	Poignée en Mousse Centrale		1
100	Poignée en Mousse		2
101	Câble de Capteur		1
102	Boulon Hexagonal	M5 x 10	3
103	Rondelle à Ressort	D5	3
104	Clé Tricoise	S14, S15, S17	1
105	Clé Allen	S6	1
106	Clé Tricoise	S8, S14, S22	1
107	Clé	S13, S15	1

## TEILELISTE

Nr.	Bezeichnung	Spezif.	Menge
1	Hauptrahmen		1
2	Stabilisator Vorne		1
3	Stabilisator Hinten		1
4	Sattelstütze		1
5	Sattelschlitten		1
6	Lenkerstütze		1
7	Lenkstange		1
8	Einstellriemen-Bolzen		1
9	Magnethalter		1
10	Einstellzugstange		1
11	Riemenspanner		1
12	Leitradarm		1
13	Bremsfixierer		1
14	Mittlere Lenkstange		1
15	Inbusschraube	M10 x 25	1

Nr.	Bezeichnung	Spezif.	Menge
16	Inbusschraube	M10 x 25	4
17	Inbusschraube	M10 x 16	4
18	Impulsdraht		1
19	Inbusschraube	M8 x 30	2
20	Inbusschraube	M8 x 20	1
21	Inbusschraube	M8 x 12	1
22	Inbusschraube	M6 x 12	2
23	Innensechskant-Zylinderbolzen	M6 x 12	4
24	Unterlegscheibe	D10 x D20 x 2	5
25	Unterlegscheibe	D10 x D20 x 2	4
26	Unterlegscheibe	D8 x D20 x 2	1
27	Kurbelkappe		2
28	Unterlegscheibe	D6 x D12 x 1,2	6
29	Schlossschraube	M10 x 33 x 10	2
30	Kugellager	6004RZ	2











31	Kugellager	608ZZ	4
32	Wellscheibe	D20 x $\Phi$ 26,5 x 0,6	1
33	C-Clip-Scheibe	D20	1
34	C-Clip-Scheibe	D35	1
35L/R	Nylonmutter	9/16	1 P.
36	Kabelstecker		4
37	Unterlegscheibe	D8 x D16 x 1,5	1
38	Nylonmutter	M10	3
39	Nylonmutter	M8	1
40	Nylonmutter	M6	1
41	Sechskantmutter	M10	4
42	Sechskantmutter	M10 x H5,5	1
43	Sechskantmutter	M8	2
44	Flanschmutter	M10 x 1,25	2
45	Kugellager	6003	2
46	Sechskantschraube	M6 x 38	1
47	Phillips-Flachschraube	M5 x 10	2
48	Schwungrad		1
49	Schwungradachse		1
50	Kugellager	6203	3
51	Unterlegscheibe	$\Phi$ 12,2 x $\Phi$ 24 x 2	2
52	Hutmutter	M12 x 1	1
53	Flanschmutter	M12 x 1	1
54	Flache Sechskantmutter	M12 x 1	1
55	Schwungradachse-Abstandhalter		1
56	Tretlager		1
57	Abstandhalter		1
58	Tretlager-Abstandhalter		1

59	Riemenscheibe		1
60L/R	Kurbel		1 P.
61	Flaschenhalter		1
62	Hantelablage		1
63	Kreuzschlitzschraube	M5 x 15	1
64	Kreuzschlitzschraube	M5 x 10	1
65	Phillips-Flachschraube	M5 x 12	4
66	Unterlegscheibe	D5 x $\Phi$ 10 x 1	7
67	Kreuzschraube	M6 x 12	2
68	Phillips-Schneidschraube	ST4,2 x 16	13
69	Leitrad		1
70	Bremsstange		1
71	Zugarm		1
72	Spannfeder		1
73	Spannknopfblock		1
74	Vierkant-Magnet		7
75	Innere Riemenabdeckung		1
76	Äußere Riemenabdeckung		1
77	Frontabdeckung		1
78	Kurbelabdeckung		1
79	Vierkantkappe	$\square$ 80 x 40 x 1,5	4
80	Vierkantkappe	$\square$ 38 x 38 x 1,5	3
81	Kunststoffhülse		2
82	Sattelstützenhülse		1
83	Transportrad		2
84	Fußpolster		4
85	Riemen		1
86	Tretlagerabdeckung		1

87	Bremsbuchse		2
88	Kunststoff-Unterlegscheibe		1
89	Kunststoffabstandhalter		1
90	Spannknopf		1
91	Pop-Pin-Knopf		3
92	Verlängerungshülse		1
93	Magnethalter-Abdeckung		2
94L/R	Pedal		1 P.
95	Sitz		1
96	Messgeräts		1
97	Lenkerabdeckung		1

98	Runde Kappe		2
99	Mittlerer Schaumstoffgriff		1
100	Schaumstoffgriff		2
101	Sensordraht		1
102	Sechskantschraube	M5 x 10	3
103	Federscheibe	D5	3
104	Schraubenschlüssel	S14,15,17	1
105	Inbusschlüssel	S6	1
106	Schraubenschlüssel	S8,14,22	1
107	Schraubenschlüssel	S13,15	1

## HARDWARE PACKAGE

	—————	#16 M10*25 4PCS		—————	#24 D10*D20*2 4PCS
	—————	#38 M10 2PCS		—————	#91 3PCS
	—————	#29 M10*33 2PCS		—————	#25 D10*φ20*2 2PCS
	—————	#104 S14,15,17 1PC		—————	#105 S6 1PC
	—————	#106 S8,14,22 1PC		—————	#107 S13,15 1PC

**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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

**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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) o 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

**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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

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

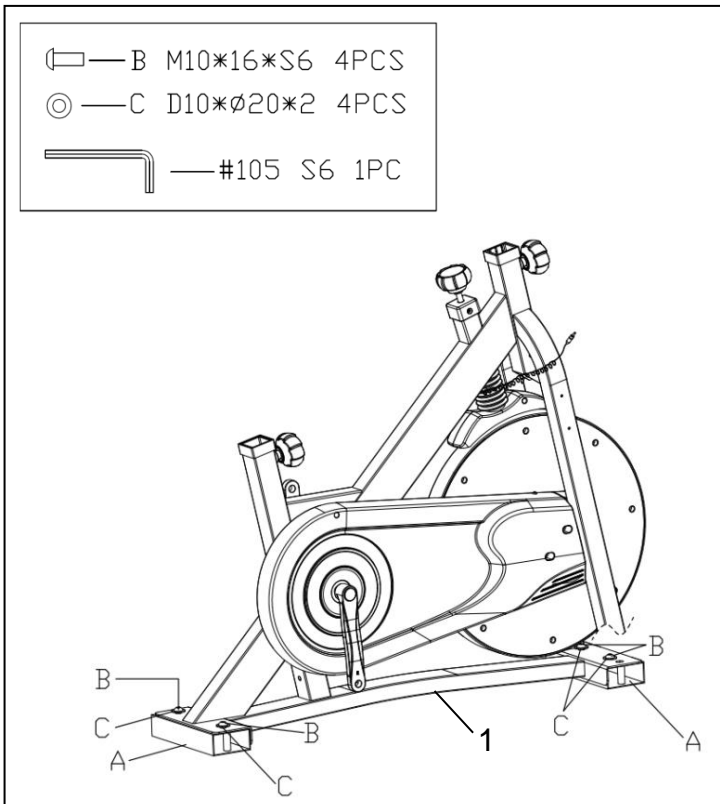
Bitte geben Sie die folgenden Informationen an, damit wir das/die benötigte(n) Teil(e) genau identifizieren können:

- ✓ 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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

# ASSEMBLY INSTRUCTIONS

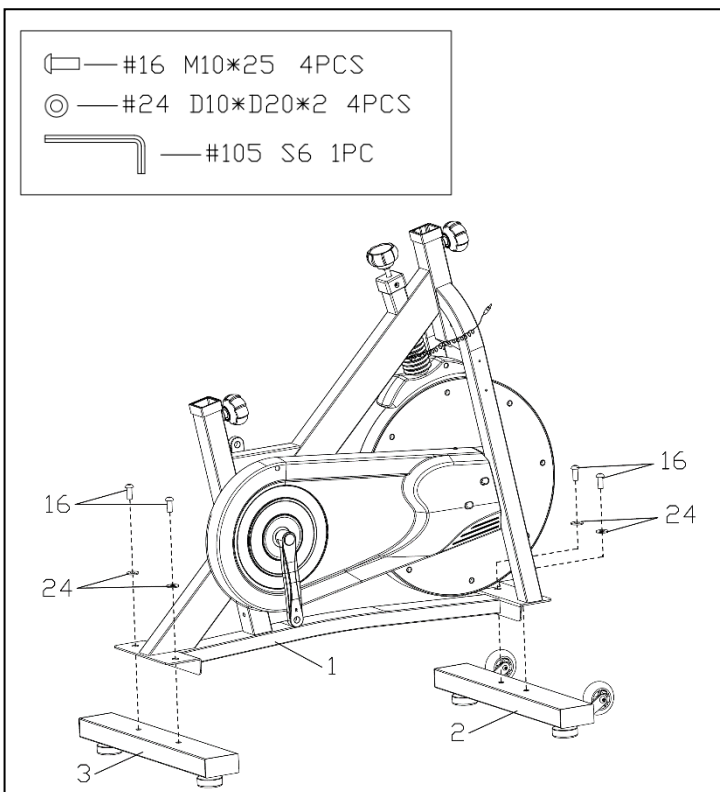
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## STEP 1:

Use **Allen Wrench (No. 105)** to unscrew 4 **Allen Bolts (No. B)**, 4 **Flat Washers (No. C)** and 2 **Shipping Tubes (No. A)** from the **Main Frame (No. 1)**.

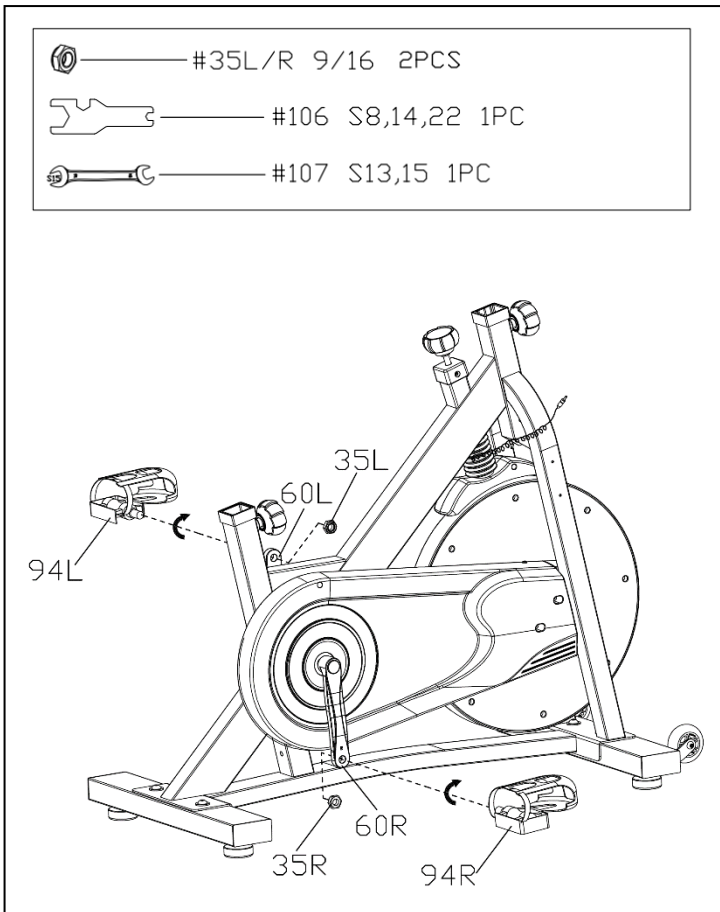
**OPTIONAL:** You may save these parts: **Allen Bolts (No. B)**, **Flat Washers (No. C)**, **Shipping Tubes (No. A)** for future packaging and transportation of bike.



## STEP 2:

Attach the **Front & Rear Stabilizers (No. 2 & No. 3)** to the **Main Frame (No. 1)** using 4 **Allen Bolts (No. 16)** and 4 **Flat Washers (No. 24)**. Tighten and secure with **Allen Wrench (No. 105)**.

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



### STEP 3:

**IMPORTANT!** Read instructions carefully, failure to do so may cause permanent damage to your bike.

Remove the **Left & Right Nylon Nuts (No. 35L/R)** located on the **Pedals (No. 94L/R)**. The **Right Nylon Nut (No. 35R)** is white on the inside. The **Left Nylon Nut (No. 35L)** is blue on the inside. The **Pedals (No. 94L/R)** are marked **L** and **R**.

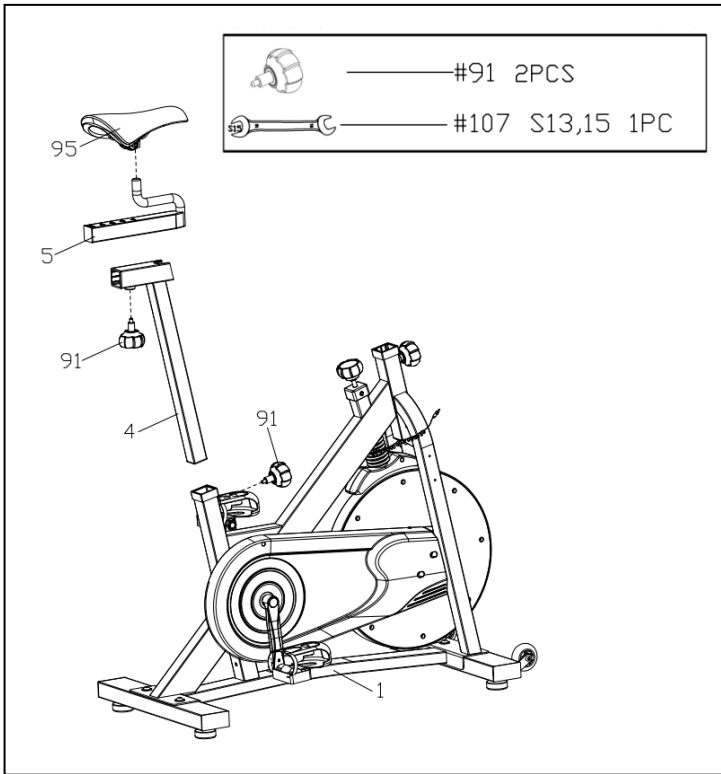
Screw the **Left Pedal (No. 94L)** **COUNTER-CLOCKWISE** into the **Left Crank (No. 60L)**. Once properly screwed into place, use the **Wrench (No. 107)** to hold the bolt of the pedal and screw the **Left Nylon Nut (No. 35L)** **CLOCKWISE** to the thread end of the **Left Pedal (No. 94L)** securely with **Spanner (No. 106)**.

Screw the **Right Pedal (No. 94R)** **CLOCKWISE** into the **Right Crank (No. 60R)**. Once properly screwed into place, use the **Wrench (No. 107)** to hold the bolt of the pedal and screw the **Right Nylon Nut (No. 35R)** **COUNTER-CLOCKWISE** to the thread end of the **Right Pedal (No. 94R)** securely with **Spanner (No. 106)**.

Make ensure the **Pedals (No. 94L/R)** are securely tighten before and during exercise to avoid any damage to the threads of Pedals or Cranks.



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



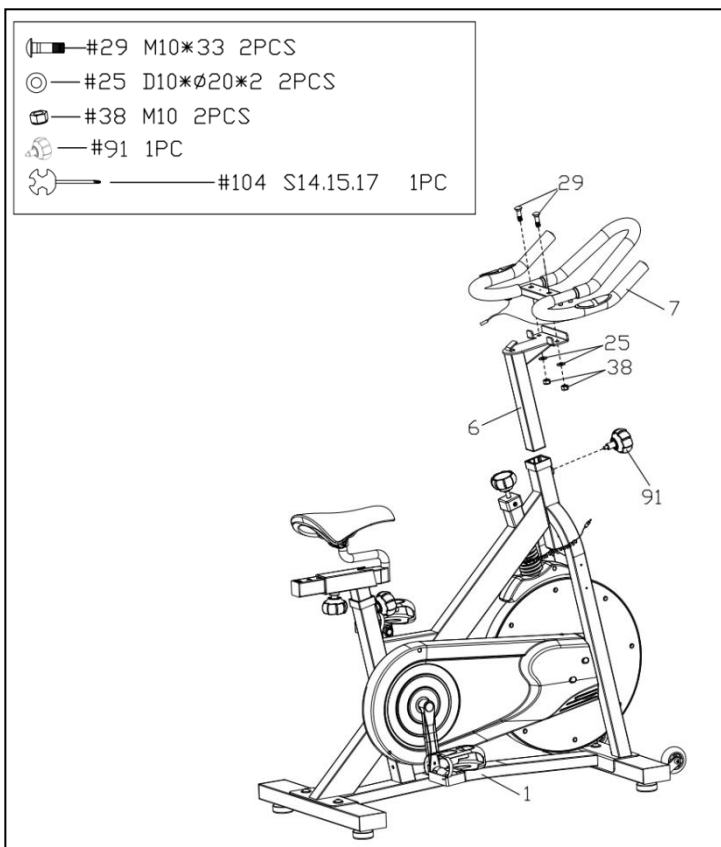
**STEP 4:**

Loosen and pull out the [main frame seat post] **Pop-pin Knob (No. 91)**. Insert **Seat Post (No. 4)** into the sleeve located on the back of the **Main Frame (No. 1)**. Adjust the **Seat Post (No. 4)** to the desired position and reinsert and tighten **Pop-pin Knob (No. 91)** to secure the post in place.

Loosen and pull out the [seat slider] **Pop-pin Knob (No. 91)**. Insert **Seat Slider (No. 5)** into the **Seat Post (No. 4)**. Adjust the **Seat Slider (No. 5)** to the desired position and reinsert and tighten **Pop-pin Knob (No. 91)** to secure the post in place.

Secure **Seat (No. 95)** to the **Seat Slider (No. 5)** with **Wrench (No. 107)**.

**NOTE:** In order to properly tighten the seat, you will need one open faced wrench to tighten the nut on each side in opposite directions of each other.

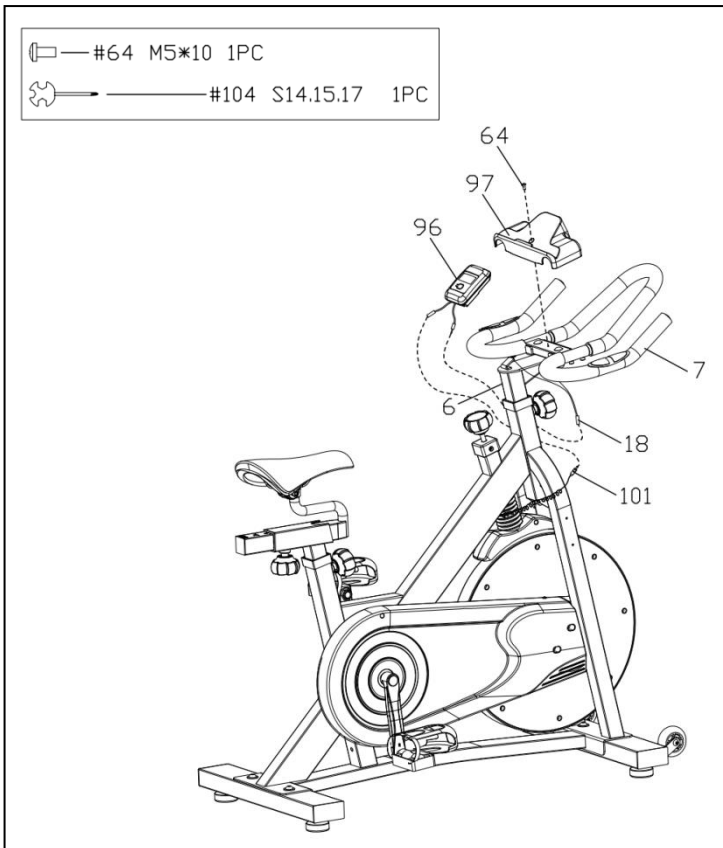


**STEP 5:**

Loosen and pull out the [main frame handlebar post] **Pop-pin Knob (No. 91)**. Insert **Handlebar Post (No. 6)** into the sleeve located on the front of the **Main Frame (No. 1)**. Adjust the **Handlebar Post (No. 6)** to the desired position and reinsert and tighten the **Pop-pin Knob (No. 91)** to secure the post in place.

Attach the **Handlebar (No. 7)** to the **Handlebar Post (No. 6)** using 2 **Carriage Bolts (No. 29)**, 2 **Flat Washers (No. 25)** and 2 **Nylon Nuts (No. 38)**. Tighten and secure with **Spanner (No. 104)**.

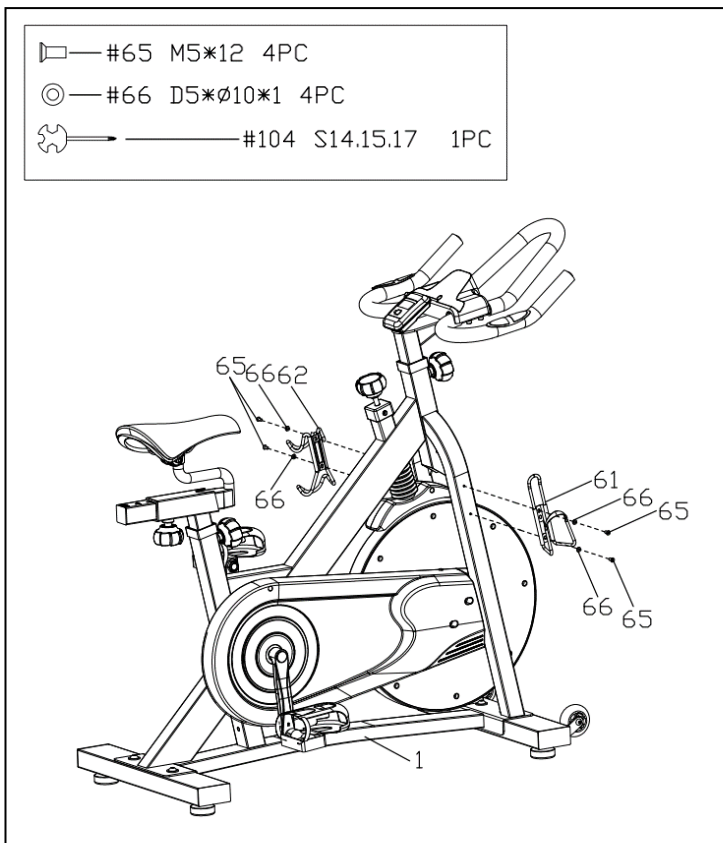
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



**STEP 6:**

Remove the preassembled **Phillips Screw (No. 64)** from **Handlebar (No. 7)**. Then attach **Handlebar Cover (No. 97)** to **Handlebar (No. 7)** using the **Phillips Screw (No. 64)** that were just removed. Tighten and secure with **Spanner (No. 104)**.

Connect **Pulse Wire (No. 18)** and **Sensor Wire (No. 101)** to the relative wires of **Meter (No. 96)**. Then insert the **Meter (No. 96)** to the bracket of the **Handlebar Post (No. 6)**.



**STEP 7:**

Remove the preassembled 4 **Phillips Flat Head Screws (No. 65)** and 4 **Flat Washers (No. 66)** from **Main Frame (No. 1)**.

Then attach the **Bottle Holder (No. 61)** & **Dumbbell Rack (No. 62)** to **Main Frame (No. 1)** using the 4 **Phillips Flat Head Screws (No. 65)** and 4 **Flat Washers (No. 66)** that were just removed. Tighten and secure with **Spanner (No. 104)**.

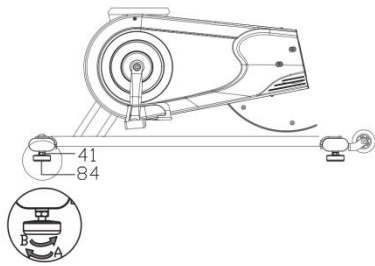
*The assembly is complete!*


# ADJUSTMENT GUIDE

## ADJUSTING THE BALANCE:

In order to achieve a smooth and comfortable ride during use, you must ensure the stability of the bike. If you notice that the bike is unbalanced, you can adjust the **Foot Pads (No. 84)** located beneath the **Front & Rear Stabilizers (No. 2 & No. 3)**.

To do so, use the **Spanner (No. 104)** to loosen the **Hex Nut (No. 41)** by turning it *clockwise* (direction A). With the nut loosened, rotate the **Foot Pad (No. 84)** until it sits level with the surface that the bike is on. When you have finished adjusting the **Foot Pads (No. 84)**, re-tighten the **Hex Nut (No. 41)** by turning it *counter-clockwise* (direction B) using **Spanner (No. 104)**. If required, repeat this process to adjust the remaining **Foot Pads (No. 84)**.

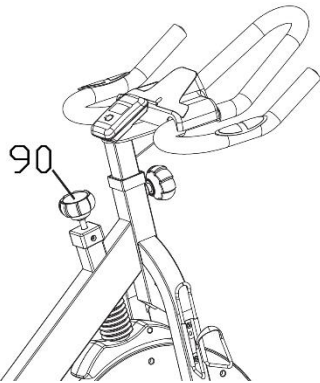


 #104 S14.15.17 1PC

## RESISTANCE AND BRAKING:

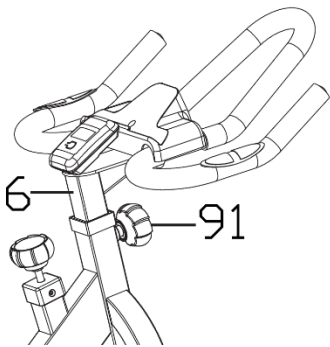
You may adjust the tension level of the bike by rotating the **Tension Knob (No. 90)**. To increase the level of resistance, rotate the knob *clockwise*. To decrease the level of resistance, rotate the knob *counter-clockwise*.

During an exercise, you may stop the bike immediately by pushing-down on the **Tension Knob (No. 90)**. This is the emergency brake.



## ADJUSTING THE HANDLEBAR:

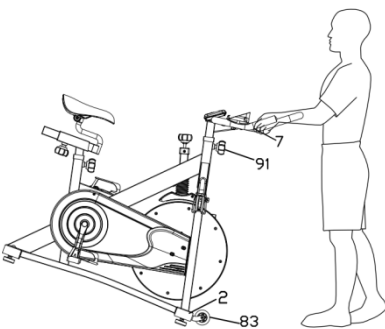
It is important that the handlebar and seat are both set to the correct height of your body. To adjust the handlebar height, loosen and pull the **Pop-pin Knob (No. 91)** outward, then slide the **Handlebar Post (No. 6)** up or down to the desired height. Once adjusted re-insert and tighten the **Pop-pin Knob (No. 91)** to secure the **Handlebar Post (No. 6)** in place.

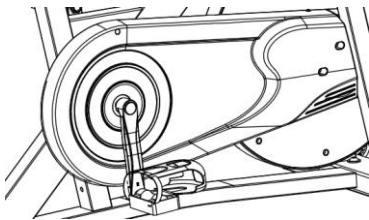


## TRANSPORTING THE BIKE:

To move the bike, first ensure that the **Handlebar (No. 7)** is properly secured. If the **Handlebar (No. 7)** is loose, tighten the **Pop-Pin Knob (No. 91)** to secure it. Next, stand at the front of the bike so that you're directly in front of the **Handlebar (No. 7)**. Firmly grasp and hold each side of the **Handlebar (No. 7)**, place one foot on the front base and tilt the bike towards you until the **Transport Wheels (No. 83)** on the **Front Stabilizers (No. 2)** touch the ground. With the **Transport Wheels (No. 83)** on the ground, you can transport the bike to the desired location with ease.

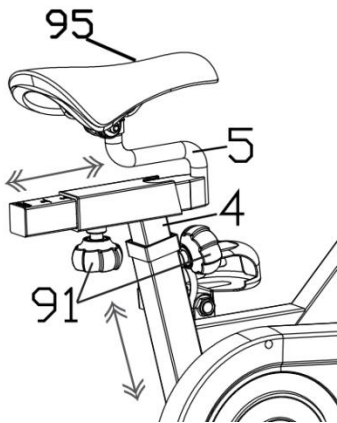
**NOTE:** When moving the bike, always use caution as unexpected impact, such as dropping the bike, may cause injury and affect the bike's performance.





### ADJUSTING THE PEDAL STRAP

Place the ball of each foot in the toe clips so the front of your shoe fits snugly in the toe clip cage. Rotate one foot to within arm's reach and pull the strap until the toe clip cage fits your shoe snugly. Insert the strap back into the hoop of the toe clip. Repeat this for the other foot.

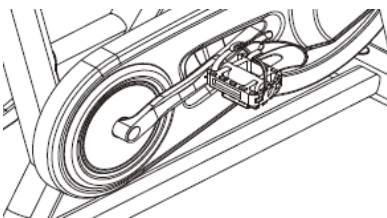


### ADJUSTING THE SEAT

The **Seat (No. 95)** of this bike is fully adjustable as it moves *Up, Down, Fore (forward), Aft (backward)*.

To adjust the height of the **Seat Post (No. 4)**, loosen and pull the [seat post] **Pop-pin Knob (No. 91)** outward, then raise or lower the **Seat (No. 95)** to the desired height. Once adjusted, re-insert and tighten the [seat post] **Pop-pin Knob (No. 91)** to secure the **Seat (No. 95)** in place.

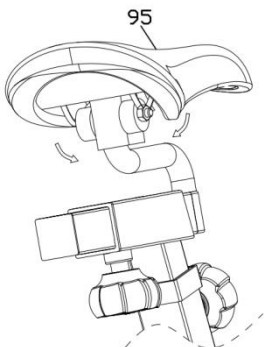
To adjust the **Seat (No. 95)** back and forth, loosen and pull [seat slider] **Pop-pin Knob (No. 91)** outward, then slide the **Seat Slider (No. 5)** to the desired position. Once positioned, re-insert and tighten the [seat slider] **Pop-pin Knob (No. 91)** to secure the seat slider tube in place.



### CHECKING PEDALS


Ensure all the Nuts, Nut Caps and Pedals are secured and inspect the equipment regularly. If you should find any defective parts, do not exercise until they've been repaired.

Inspect the pedals before exercise. If they have become loose, please re-tighten.



### TIGHTENING THE SEAT

Please adjust the Hexagon Nuts by using the **Wrench (No. 107)** if the **Seat (No. 95)** is loose.

 #107 S13,15 1PC

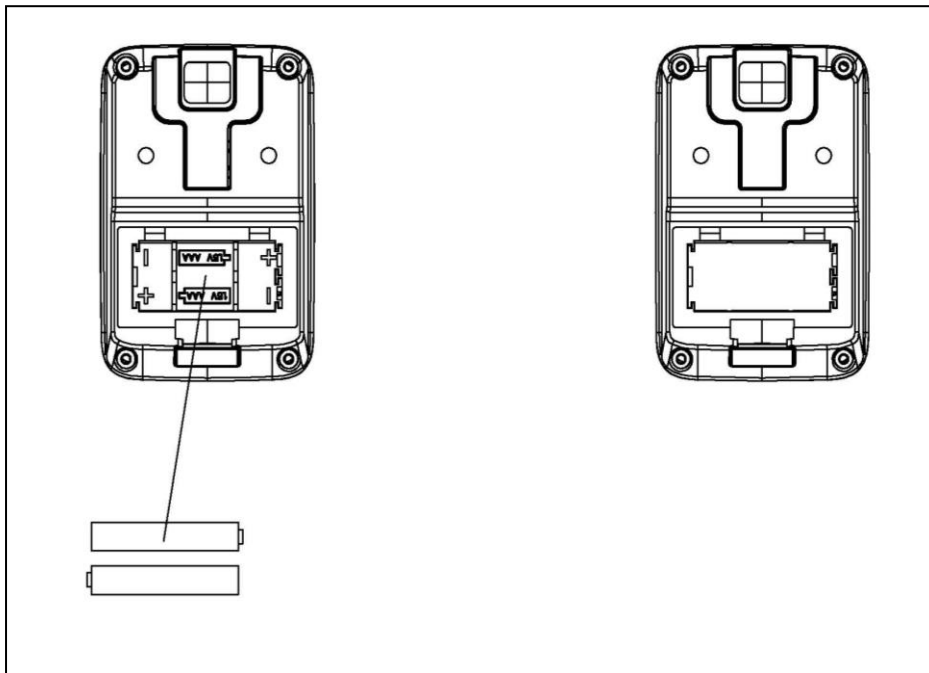
# MAINTENANCE INSTRUCTIONS

This is general information for daily, weekly and monthly maintenance to be performed on your bike.

<p><b>DAILY MAINTENANCE</b></p> <p>After each exercise session, wipe down all the equipment: seat, frame and handlebars. Pay special attention to the seat post, handlebar post and belt/chain guard. Sweat is very corrosive and may cause problems that require parts replacement later.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Get on the bike and engage the drive train.</li> <li>2. Pay attention to any vibrations felt through the pedals. If you feel any vibrations, you may need to tighten the pedals, bottom bracket, or adjust the drive belt/chain tension.</li> <li>3. Use a wrench to tighten the pedals until they are secure.</li> </ol>	<p><b>MONTHLY MAINTENANCE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Check all hardware is secure, such as: bottle holder, flywheel nuts, belt/chain guard bolts, brake caliper lock nuts and brake caliper tension rod nuts.</li> <li>2. Inspect the brake tension rod for signs of wear such as missing threads. Clean and lubricate the brake tension rod.</li> <li>3. Clean and lubricate the seat post, handlebar post and seat slider. Remove any buildup of foreign material.</li> </ol>
<p><b>WEEKLY MAINTENANCE</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inspect moving parts and tighten the hardware.</li> <li>2. Inspect pull pin frame fittings, making sure the fittings are snug. Loose frame fittings may strip out threads over time and cause extensive damage.</li> <li>3. Clean and lubricate pop pin assemblies. Pull on the pin and spray a small amount of lubricant onto the shaft.</li> <li>4. Tighten the seat hardware, making sure the seat is level and centered.</li> <li>5. Brush and treat the resistance pads. Remove any foreign material that may have collected on the pads. Spray the pads with silicone lubricant. This helps to reduce noise from friction between the pads and the flywheel.</li> <li>6. Visually inspect the bottom bracket, toe clips and toe straps. If any of them are loose or disconnected, attach and tighten.</li> </ol>	<p><b>LEATHER BRAKE PAD CARE (If Applicable)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perform this maintenance when the brake pad is first installed and for the life of the brake pad. Following these simple guidelines can increase the life of your brake pads.</li> <li>2. Some brake pad assemblies are pre-lubricated. Squeeze the brake pad. If lubricant is released, then the pad has been pre-lubricated.</li> <li>3. If the brake pad is dry, then coat the brake pad with 3-n-1 oil. Brush the leather with a clean, wire bristle brush, and then apply the oil. The oil should be allowed to soak into the pad. Repeat 4-5 times until the pad is saturated, but not dripping with oil. When the pad is saturated, it will no longer absorb oil.</li> <li>4. Inspect the brake pad weekly and lubricate if needed. The pad should not have a glazed appearance. If the pad appears glazed, then brush it with wire brush and apply lubricant as needed. If any of the sponge padding is showing through the leather pad, the brake pad should be replaced.</li> </ol>



# **BATTERY INSTALLATION & REPLACEMENT**



## **BATTERY INSTALLATION**

The meter uses 2 AAA batteries. Open the battery cover from the back of meter, then put 2 batteries into the battery compartment. Make sure the (+) and (-) ends of the batteries are in the correct position. Put the battery cover back.

## **BATTERY REPLACEMENT**

If there is a problem with the display, try changing the batteries first. Open the battery cover, remove the old batteries, and replace with new batteries. Make sure the (+) and (-) ends of the batteries are in the correct position. Put the battery cover back. When changing batteries, always replace both with new batteries. Do not mix old and new batteries. Dispose the batteries according to the laws and regulations of your local region.

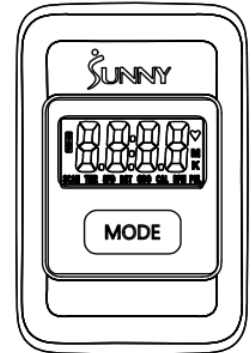
# EXERCISE METER

## FUNCTION BUTTON:

### MODE:

1. Press the button for selection function display value on LCD.
2. Press the button and hold for 2 seconds to reset all values except odometer to zero.

**Note:** When the user replaces batteries, all the values will reset to ZERO automatically.



## OPERATIONS:

**AUTO ON/OFF:** The meter will show the workout value automatically as the user begins to exercise. When the bike has become inactive or without any exercise over 4 minutes, the meter will turn off and the workout value on the odometer will be held. While the user starts the exercise again, the workout value on odometer will accumulate continuously.

**AUTO SCAN:** After the meter is powered on or the Mode button is pressed, the LCD will display all function values: TMR-SPD-DIST-CAL-ODO-RPM-PUL (repeat). Every function will display for 6 seconds.

## FUNCTIONS:

**SPD (SPEED):** Displays the current speed being obtained. The range is from 0.0 to 99.9 MPH (Mile per Hour).

**DST (DISTANCE):** Counts the total distance of an exercise from start to finish. The range is from 0.00 up to 9999 M (Mile).

**TMR (TIME):** Counts the total time of an exercise from start to finish. The range is from 00:00 up to 99:59.

**CAL (CALORIES):** Counts the total amount of calories burned during an exercise from start to finish. The range is from 0.0 to 9999 KCAL. (The data is a rough guide which cannot be used in medical treatment.)

**ODO (ODOMETER):** Displays the total amount of distance from the first use. The range is from 0.0 to 9999 M (Mile). User also can press the mode key to display the odometer value.

**RPM:** Counts each stroke within a minute. The range is from 0 to 400.

**PUL (PULSE):** Displays the user's heart rate in beats per minute during training. (The data is a rough guide which cannot be used in medical treatment.)

**NOTE:** please put your hands on the hand pulses when in PULSE function.

### Note:

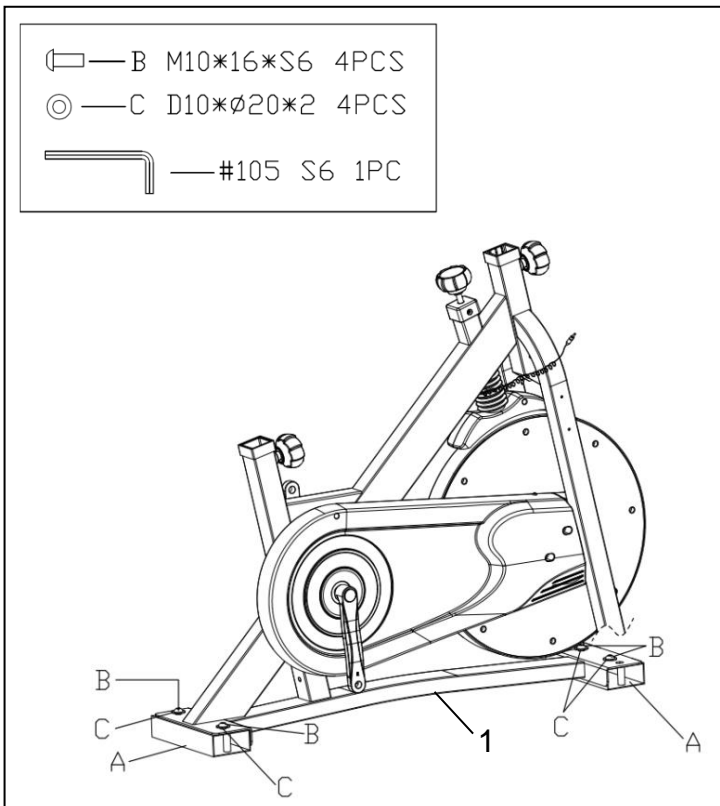
1. If the meter display is abnormal, please re-install the batteries and try again.
2. Battery Spec: 1.5V UM-4 or AAA (2PCS).
3. The batteries must be removed from the appliance before it is disposed of safely.

Version 1.3



# **INSTRUCCIONES DE MONTAJE**

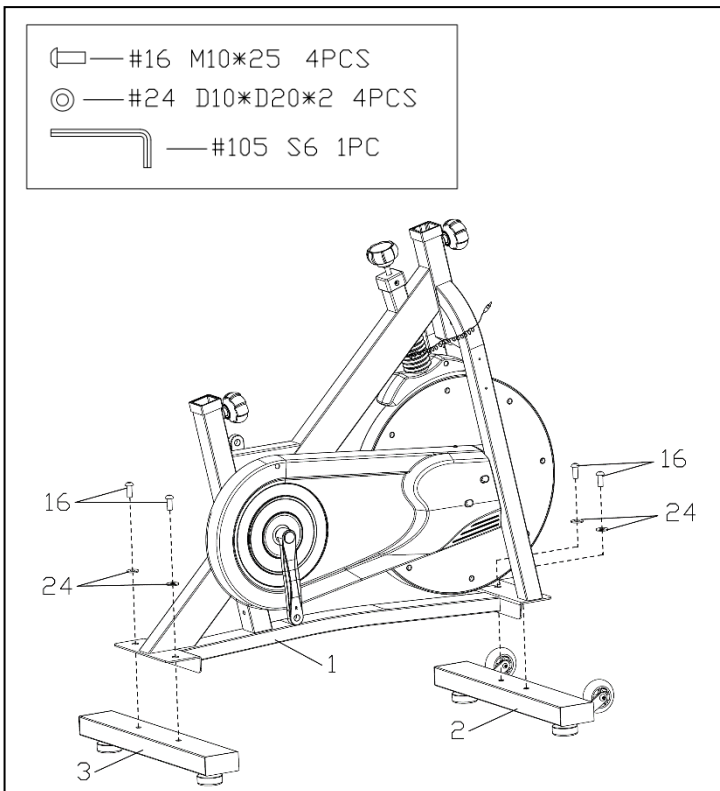
Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o resolver algún problema, escribanos a la dirección de correo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com), o llámenos al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## **PASO 1:**

Use una **Llave Allen (n.º 105)** para desentornillar 4 **Pernos Allen (n.º B)**, 4 **Arandelas Planas (n.º C)** y 2 **Tubos de Envío (n.º A)** de la **Estructura Principal (n.º 1)**.

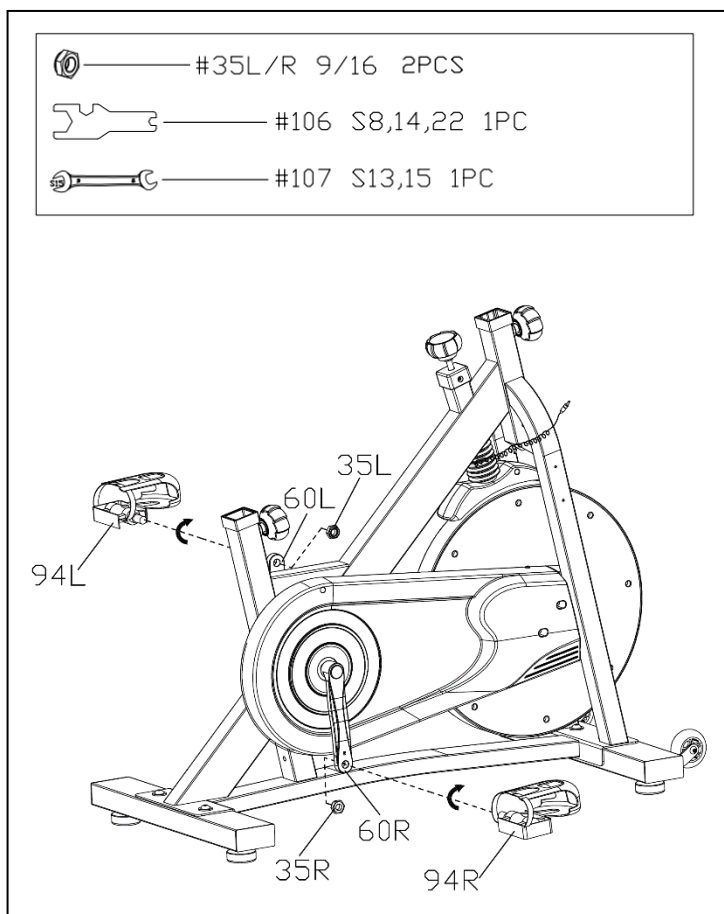
**OPCIONAL:** Puede guardar estas piezas: **Pernos Allen (n.º B)**, **Arandelas Planas (n.º C)**, **Tubos de Envío (n.º A)** para el embalaje y el transporte futuro de la bicicleta.



## **PASO 2:**

Fije el **Estabilizador Delantero y el Estabilizador Trasero (n.º 2 y n.º 3)** a la **Estructura Principal (n.º 1)** con 4 **Pernos Allen (n.º 16)** y 4 **Arandelas Planas (n.º 24)**. Apriete y asegure con la **Llave Allen (n.º 105)**.

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o resolver algún problema, escribanos a la dirección de correo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com), o llámenos al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



### PASO 3:

**¡IMPORTANTE!** Lea atentamente las instrucciones, ya que su incumplimiento podría ocasionar daños permanentes a la bicicleta.

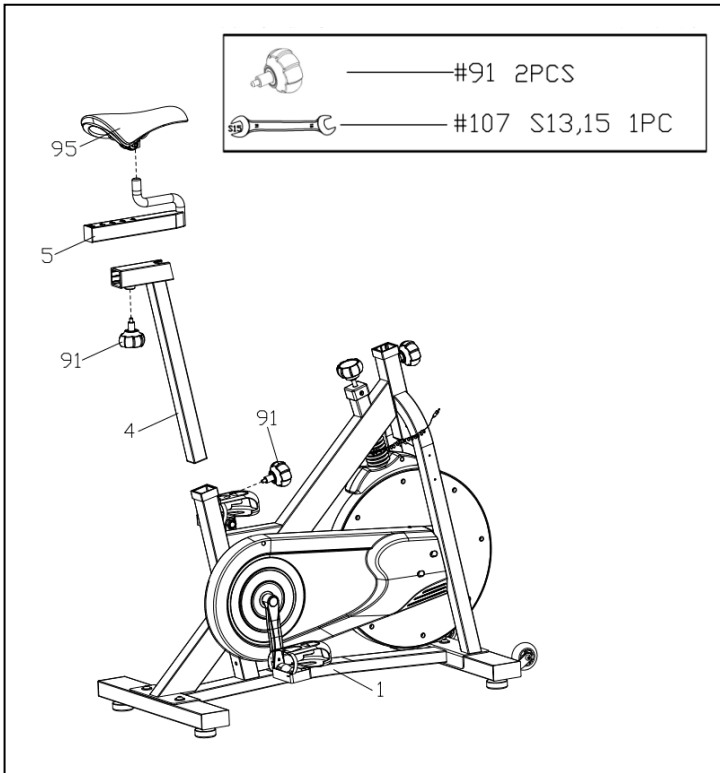
Retire las **Tuercas de Nailon Izquierda y Derecha (n.º 35L/R)** ubicadas en los **Pedales (n.º 94L/R)**. La **Tuerca de Nailon Derecha (n.º 35R)** es blanca por dentro. La **Tuerca de Nailon Izquierda (n.º 35L)** es azul por dentro. Los **Pedales (n.º 94L/R)** están marcados como L y R.

Atornille el **Pedal Izquierdo (n.º 94L)** **HACIA LA IZQUIERDA** en la **Manivela Izquierda (n.º 60L)**. Una vez atornillado correctamente en el lugar, use la **Llave de Tuercas (n.º 107)** para sujetar el perno del pedal y atornille la **Tuerca de Nailon Izquierda (n.º 35L)** **HACIA LA DERECHA** al extremo roscado del **Pedal Izquierdo (n.º 94L)** con la **Llave Inglesa (n.º 106)**.

Atornille el **Pedal Derecho (n.º 94R)** **HACIA LA DERECHA** en la **Manivela Derecha (n.º 60R)**. Una vez atornillado correctamente en el lugar, use la **Llave de Tuercas (n.º 107)** para sujetar el perno del pedal y atornille la **Tuerca de Nailon Derecha (n.º 35R)** **HACIA LA IZQUIERDA** al extremo roscado del **Pedal Derecho (n.º 94R)** con la **Llave Inglesa (n.º 106)**.

Asegúrese de que los **Pedales (n.º 94L/R)** estén bien ajustados antes y durante el ejercicio para evitar cualquier daño en las roscas de los pedales o las manivelas.

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o resolver algún problema, escribanos a la dirección de correo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com), o llámenos al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



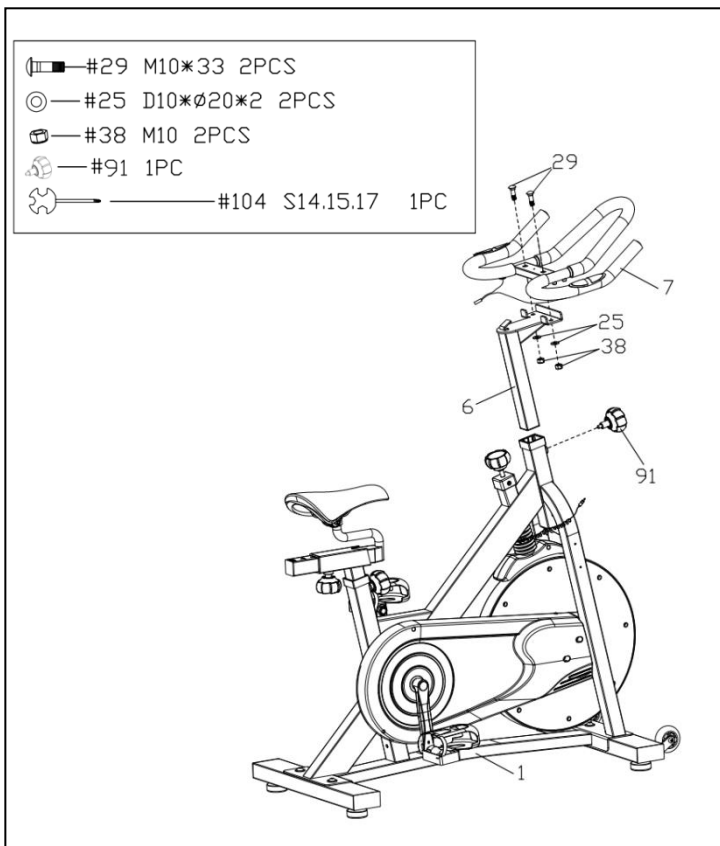
#### PASO 4:

Afloje y extraiga la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** [del barral del asiento de la estructura principal]. Inserte el **Barral del Asiento (n.º 4)** en la manga ubicada en la parte trasera de la **Estructura Principal (n.º 1)**. Ajuste nuevamente el **Barral del Asiento (n.º 4)** a la posición deseada e inserte y apriete nuevamente la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** para asegurar el barral en su lugar.

Afloje y extraiga la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** [del deslizante del asiento]. Inserte el **Deslizante del Asiento (n.º 5)** en el **Barral del Asiento (n.º 4)**. Ajuste el **Deslizante del Asiento (n.º 5)** a la posición deseada e inserte y apriete nuevamente la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** para asegurar el barral en su lugar.

Asegure el **Asiento (n.º 95)** al **Deslizante del Asiento (n.º 5)** con la **Llave de Tuercas (n.º 107)**.

**NOTA:** Para ajustar correctamente el asiento, necesitará una llave de tuercas abiertas para apretar la tuerca de cada lado en direcciones opuestas entre sí.



#### PASO 5:

Afloje y extraiga la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** [del barral del manubrio de la estructura principal]. Inserte el **Barral del Manubrio (n.º 6)** en la manga ubicada en la parte delantera de la **Estructura Principal (n.º 1)**. Ajuste el **Barral del Manubrio (n.º 6)** a la posición deseada e inserte y apriete nuevamente la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** para asegurar el barral en su lugar.

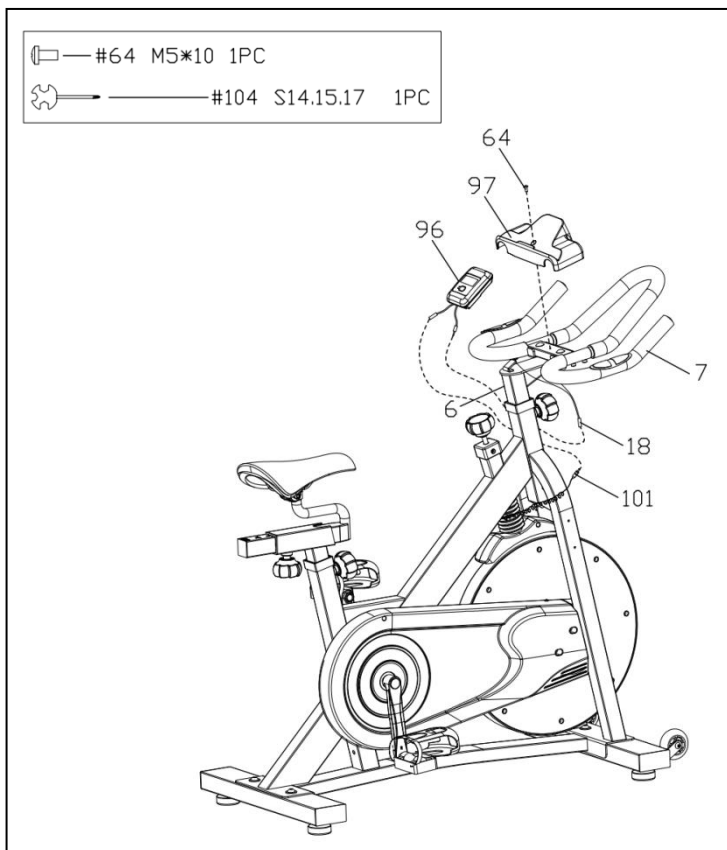
Fije el **Manubrio (n.º 7)** al **Barral del Manubrio (n.º 6)** con 2 **Pernos de Carrocería (n.º 29)**, 2 **Arandelas Planas (n.º 25)** y 2 **Tuercas de Nailon (n.º 38)**. Apriete y asegure con la **Llave Inglesa (n.º 104)**.

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para obtener ayuda con las piezas o resolver algún problema, escribanos a la dirección de correo [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com), o llámenos al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

### PASO 6:

Retire el **Tornillo Phillips (n.º 64)** preinstalado del **Manubrio (n.º 7)**. Luego, fije la **Cobertor del Manubrio (n.º 97)** al **Manubrio (n.º 7)** con el **Tornillo Phillips (n.º 64)** que se retiró. Apriete y asegure con la **Llave Inglesa (n.º 104)**.

Conecte el **Cable de Sensor de Pulso (n.º 18)** y el **Cable del Sensor (n.º 101)** a los cables correspondientes del **Medidor (n.º 96)**. Luego, inserte el **Medidor (n.º 96)** al soporte del **Barral del Manubrio (n.º 6)**.

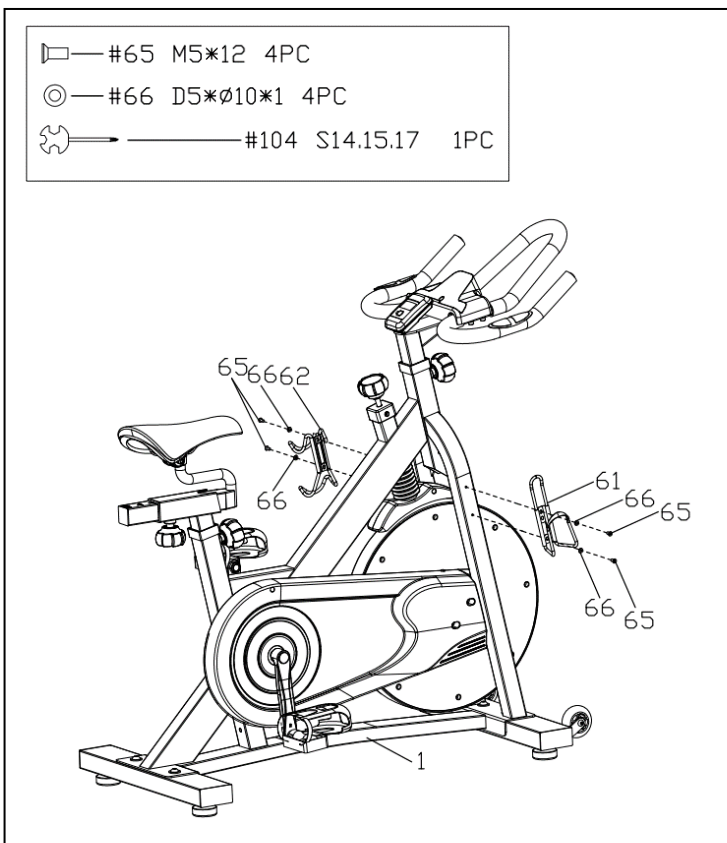


### PASO 7:

Retire los 4 **Tornillos Plano Phillips (n.º 65)** preinstalados y 4 **Arandelas Planas (n.º 66)** de la **Estructura Principal (n.º 1)**.

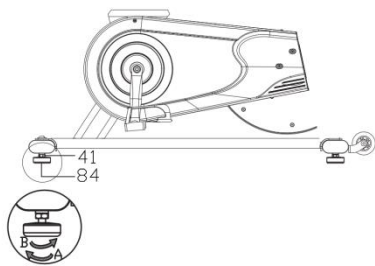
Luego, fije el **Soporte Para Botella (n.º 61)** y el **Rack Para Mancuernas (n.º 62)** a la **Estructura Principal (n.º 1)** con los 4 **Tornillos Plano Phillips (n.º 65)** y las 4 **Arandelas Planas (n.º 66)** que se retiraron. Apriete y asegure con la **Llave Inglesa (n.º 104)**.


*¡El armado está completo!*



# GUÍA DE AJUSTES

## AJUSTE DEL BALANCE:

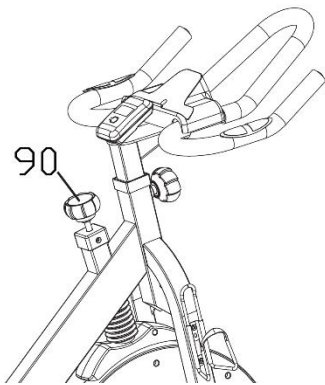


 #104 S14.15.17 1PC

Para lograr una conducción suave y cómoda durante el uso, debe asegurar la estabilidad de la bicicleta. Si nota que la bicicleta está desequilibrada, puede ajustar las **Almohadillas para Pies (n.º 84)** ubicadas debajo de los **Estabilizadores Delanteros y Traseros (n.º 2 y n.º 3)**.

Para hacerlo, use la **Llave Inglesa (n.º 104)** para aflojar la **Tuerca Hexagonal (n.º 41)** girándola *hacia la derecha* (dirección A). Con la tuerca aflojada, gire la **Almohadilla Para Pies (n.º 84)** hasta que quede a nivel con la superficie en la que está la bicicleta. Cuando haya terminado de ajustar las **Almohadillas Para Pies (n.º 84)**, vuelva a apretar la **Tuerca Hexagonal (n.º 41)** girándola *hacia la izquierda* (dirección B) con la **Llave Inglesa (n.º 104)**. Si es necesario, repita este proceso para ajustar las **Almohadillas Para Pies (n.º 84)** restantes.

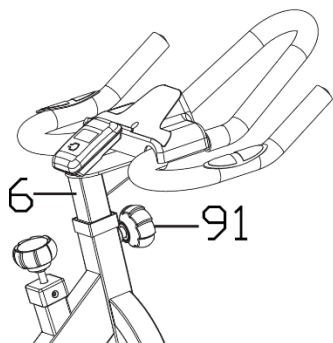
## RESISTENCIA Y FRENADO:



Puede ajustar el nivel de tensión de la bicicleta al girar la **Perilla de Tensión (n.º 90)**. Para aumentar el nivel de resistencia, gire la perilla *hacia la derecha*. Para reducir el nivel de resistencia, gire la perilla *hacia la izquierda*.

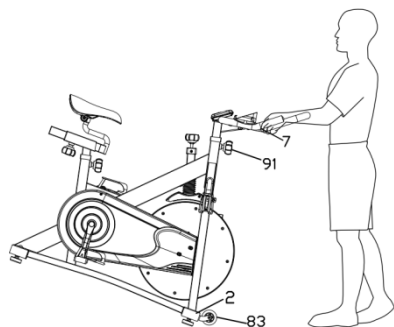
Durante el ejercicio, puede detener la bicicleta inmediatamente empujando hacia abajo la **Perilla de Tensión (n.º 90)**. Este es el freno de emergencia.

## AJUSTE DEL MANUBRIO:



Es importante que tanto el manubrio como el asiento estén fijados a la altura correcta de su cuerpo. Para ajustar la altura del manubrio, afloje y tire de la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** hacia afuera; luego, deslice el **Barral del Manubrio (n.º 6)** hacia arriba o hacia abajo hasta la altura deseada. Una vez ajustado, vuelva a insertar y apretar la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** para fijar el **Barral del Manubrio (n.º 6)** en su lugar.

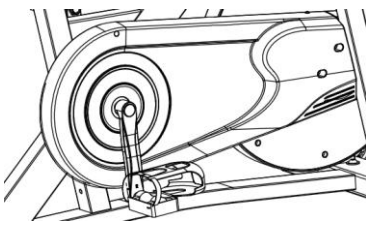
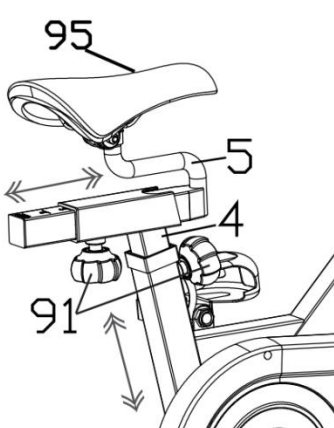
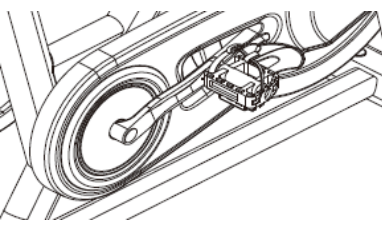
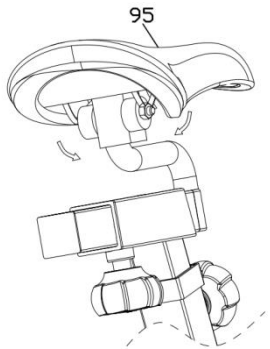
## TRASLADO DE LA BICICLETA:



Para trasladar la bicicleta, primero asegúrese de que el **Manubrio (n.º 7)** esté fijado correctamente. Si el **Manubrio (n.º 7)** está flojo, ajuste la **Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)** para asegurarlo. A continuación, párese delante de la bicicleta de modo que se encuentre en frente del **Manubrio (n.º 7)**. Sujete firmemente y sostenga cada lado del **Manubrio (n.º 7)**, coloque un pie en la base delantera e incline la bicicleta hacia usted hasta que las **Ruedas de Transporte (n.º 83)** de los **Estabilizador Delantero (n.º 2)** toquen el suelo. Con las **Ruedas de Transporte (n.º 83)** 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 rendimiento de la bicicleta.



	<p><b>AJUSTE DE LA CORREA DEL PEDAL</b></p> <p>Coloque la punta de cada pie en las punteras hasta que sus zapatillas encajen perfectamente en la caja de la puntera. Gire un pie hasta el alcance de su brazo y tire de la correa hasta que la caja de la puntera encaje perfectamente con su zapatilla. Inserte la correa de nuevo en el aro de la puntera del pie. Repita para el otro pie.</p>
	<p><b>AJUSTE DEL ASIENTO</b></p> <p>El <b>Asiento (n.º 95)</b> de esta bicicleta es totalmente ajustable cuando se mueve <i>Up (Hacia arriba)</i>, <i>Down (Hacia abajo)</i>, <i>Fore (Hacia adelante)</i>, <i>Aft (Hacia atrás)</i>.</p> <p>Para ajustar la altura del <b>Barral del Asiento (n.º 4)</b>, afloje y tire de la <b>Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)</b> [del barral del asiento] hacia afuera; luego, suba o baje el <b>Asiento (n.º 95)</b> a la altura deseada. Una vez ajustado, vuelva a insertar y apretar la <b>Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)</b> [del barral del asiento] para fijar el <b>Asiento (n.º 95)</b> en su lugar.</p> <p>Para ajustar el <b>Asiento (n.º 95)</b> hacia atrás y adelante, afloje y tire de la <b>Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)</b> [del deslizante del asiento] hacia afuera; luego, deslice el <b>Deslizante del Asiento (n.º 5)</b> a la posición deseada. Una vez colocada, vuelva a insertar y apretar la <b>Perilla del Resorte de Regulación (n.º 91)</b> [del deslizante del asiento] para fijar el tubo del deslizante del asiento en su lugar.</p>
	<p><b>VERIFICACIÓN DE PEDALES</b></p> <p>Asegúrese de que todas las tuercas, tapas de tuercas y pedales estén asegurados, e inspeccione el equipo con frecuencia. Si encuentra alguna pieza defectuosa, no haga ejercicio hasta que haya sido reparada.</p> <p>Inspeccione los pedales antes de hacer ejercicio. Si están sueltos, vuelva a ajustarlos.</p>
 <p>#107 S13,15 1PC</p>	<p><b>AJUSTE DEL ASIENTO</b></p> <p>Ajuste las tuercas hexagonales con la <b>Llave de Tuercas (n.º 107)</b> si el <b>Asiento (n.º 95)</b> está flojo.</p>

# **MANTENIMIENTO Y CUIDADO**

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

## **MANTENIMIENTO DIARIO**

Después de cada sesión de ejercicio, limpie todo el equipo: asiento, estructura y manubrio. Preste especial atención al barral del asiento, al barral del manubrio y al protector de la cinta/cadena. El sudor es muy corrosivo y puede causar problemas que requieran reemplazo de piezas más adelante.

1. Súbase a la bicicleta y accione el tren de manejo.
2. Preste atención a cualquier vibración que se sienta a través de los pedales. Si siente alguna vibración, es posible que deba apretar los pedales, el soporte inferior o ajustar la tensión de la cinta/cadena de manejo.
3. Use una llave de tuercas para apretar los pedales hasta que estén seguros.

## **MANTENIMIENTO MENSUAL**

1. Verifique que todas las herramientas estén seguras como: soporte de botella, tuercas del volante, pernos de protección de la cinta/cadena, tuercas de seguridad de la pinza de freno y tuercas de la varilla de tensión de la pinza de freno.
2. Inspeccione la varilla de tensión del freno para detectar signos de desgaste, como roscas faltantes. Limpie y lubrique la varilla de tensión del freno.
3. Limpie y lubrique el barral del asiento, el barral del manubrio y el deslizador del asiento. Elimine la acumulación de materiales extraños.

## **MANTENIMIENTO SEMANAL**

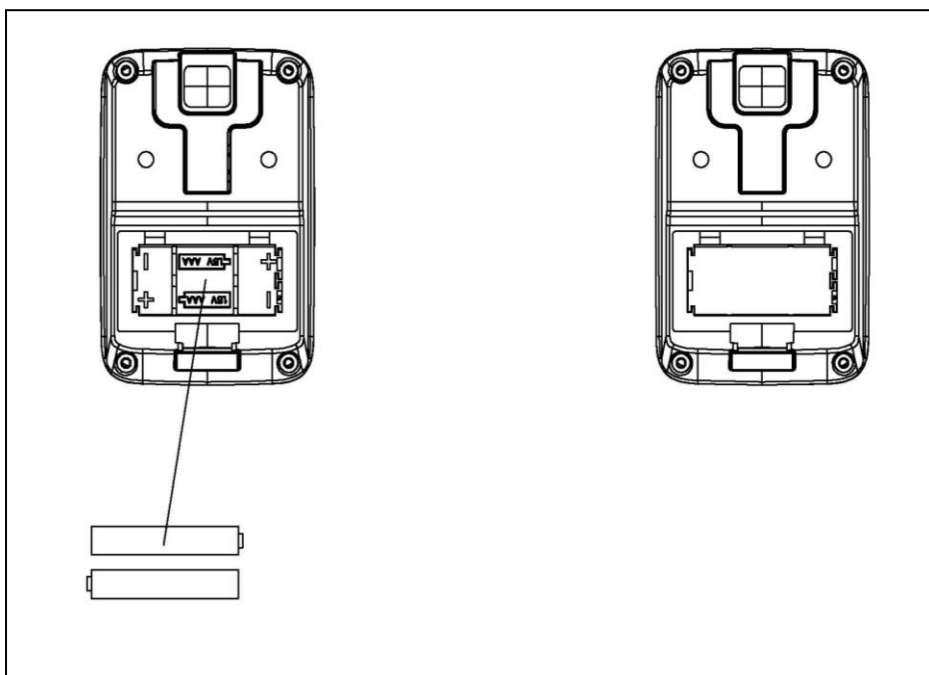
1. Inspeccione las piezas móviles y asegure las herramientas.
2. Inspeccione los accesorios de la estructura de la clavija de tracción, asegurándose de que los accesorios estén ajustados. Aflojar los accesorios de la estructura puede desprender roscas con el tiempo y causar daños considerables.
3. Limpie y lubrique los ensamblajes del resorte de regulación. Tire de la clavija y rocíe una pequeña cantidad de lubricante en el eje.
4. Ajuste las piezas metálicas del asiento, asegurándose de que el asiento esté nivelado y centrado.
5. Cepille y trate las almohadillas de resistencia. Retire cualquier material extraño que se pueda haber recogido 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, las punteras y las correas de los pies. Si alguno de ellos está suelto o desconectado, colóquelo y apriete.

## **CUIDADO DE LA PASTILLA DEL FRENO DE CUERO**

1. Realice este mantenimiento cuando la pastilla del freno se instale por primera vez y durante toda la vida útil de la pastilla. Seguir estas instrucciones sencillas puede aumentar la vida útil de las pastillas de sus frenos.
2. Algunos conjuntos de pastillas de freno están prelubricados. Apriete la pastilla de freno. Si se libera lubricante, entonces la pastilla ha sido prelubricada.
3. Si la pastilla del freno está seca, cúbrala con aceite 3 en 1. Cepille el cuero con un cepillo limpio de cerdas de alambre y luego aplique el aceite. Permita que el aceite penetre en la pastilla. Repita de 4 a 5 veces hasta que la pastilla esté saturada, pero no gotee con aceite. Cuando la pastilla está saturada, ya no absorberá el aceite.
4. Inspeccione la pastilla del freno semanalmente y lubrique si es necesario. La pastilla no debe tener una apariencia acristalada. Si la pastilla aparece acristalada, cepíllela con un cepillo de alambre y aplique lubricante según sea necesario. Si se observa algo del relleno de esponja a través de la almohadilla de cuero, se debe reemplazar la pastilla de freno.



# INSTALACIÓN Y REEMPLAZO DE LAS PILAS



## **INSTALACIÓN DE LAS PILAS**

El medidor usa 2 pilas AAA. Abra la tapa de las pilas de la parte posterior del medidor, luego, coloque 2 pilas en el compartimiento de las pilas. Asegúrese de que los extremos (+) y (-) de las pilas estén en la posición correcta. Vuelva a colocar la tapa de las pilas.

## **CAMBIO DE PILAS**

Si hay un problema con la pantalla, intente cambiar las pilas primero. Abra la tapa de las pilas, retire las pilas viejas y reemplácelas con pilas nuevas. Asegúrese de que los extremos (+) y (-) de las pilas estén en la posición correcta. Vuelva a colocar la tapa de las pilas. Al cambiar las pilas, reemplácelas siempre con pilas nuevas. No mezcle pilas viejas y nuevas. Deseche las pilas de acuerdo con las leyes y regulaciones de su región.

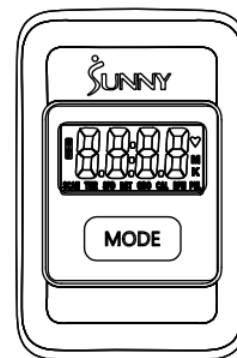
# MEDIDOR DE EJERCICIO

## **BOTÓN DE FUNCIÓN:**

### **MODE (MODO):**

1. Presione el botón para seleccionar el valor de visualización de la función en la pantalla LCD.
2. Presione el botón y manténgalo presionado durante 2 segundos para restablecer todos los valores, excepto el odómetro, a cero.

**Nota:** Cuando el usuario reemplaza las pilas, todos los valores se restablecerán a CERO automáticamente.



## **OPERACIONES:**

**AUTO ON/OFF (ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO):** El medidor mostrará el valor del entrenamiento automáticamente cuando el usuario comience a hacer ejercicio. Cuando la bicicleta ha estado inactiva o no se ha realizado ejercicio durante 4 minutos, el medidor se apagará y se mantendrá el valor del entrenamiento en el odómetro. Mientras el usuario comienza el ejercicio de nuevo, el valor del entrenamiento en el odómetro se acumulará continuamente.

**AUTO SCAN (ESCANEO AUTOMÁTICO):** Después de encender el medidor o presionar el botón Mode (Modo), la pantalla LCD mostrará todos los valores de función: TMR-SPD-DIST-CAL-ODO-RPM-PUL (repeat) (TIEMPO-VELOCIDAD-DISTANCIA-CALORÍAS-ODÓMETRO-RPM-PULSO) (repetir). Todas las funciones se mostrarán durante 6 segundos.

## **FUNCIONES:**

**SPD (VELOCIDAD):** Muestra la velocidad obtenida. El rango es de 0.0 a 99.9 MPH (millas por hora).

**DST (DISTANCIA):** Cuenta el recorrido total de un ejercicio de principio a fin. El rango es de 0.00 hasta 9999 M (millas).

**TMR (TIEMPO):** Cuenta el tiempo total de un ejercicio de principio a fin. El rango va desde 00:00 hasta 99:59.

**CAL (CALORÍAS):** Cuenta la cantidad total de calorías quemadas durante un ejercicio de principio a fin. El rango es de 0.0 a 9999 KCAL. (Los datos son una guía aproximada que no se puede utilizar en tratamientos médicos).

**ODO (ODÓMETRO):** Muestra la distancia total desde el primer uso. El rango es de 0.0 hasta 9999 M (millas). El usuario también puede presionar la tecla de modo para mostrar el valor del odómetro.

**RPM (REVOLUCIONES POR MINUTO):** Cuenta cada movimiento en un minuto. El rango es de 0 a 400.

**PUL (PULSO):** Muestra la frecuencia cardíaca del usuario en latidos por minuto durante el entrenamiento. (Los datos son una guía aproximada que no se puede utilizar en tratamientos médicos).

**NOTA:** Coloque sus manos en los manubrios de pulso cuando esté en la función PULSE (PULSO).

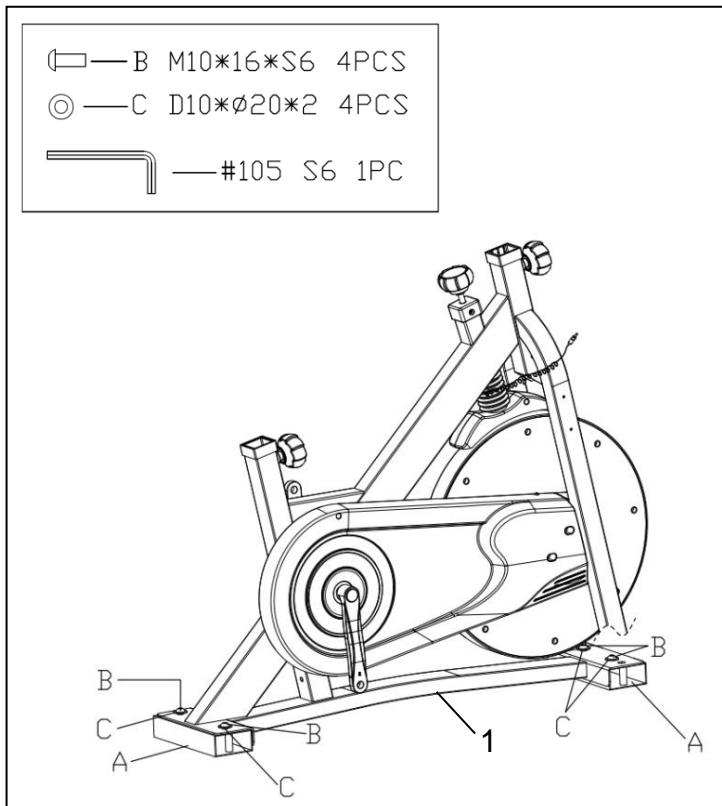
## **Nota:**

1. Si la pantalla de la Medidor funciona de forma anormal, vuelva a colocar las pilas e intente nuevamente.
2. Especificaciones de las pilas: 1.5 V UM-4 o AAA (2 pilas).
3. Las pilas deben quitarse del dispositivo antes de desecharlo de manera segura.

Versión 1.3

# INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

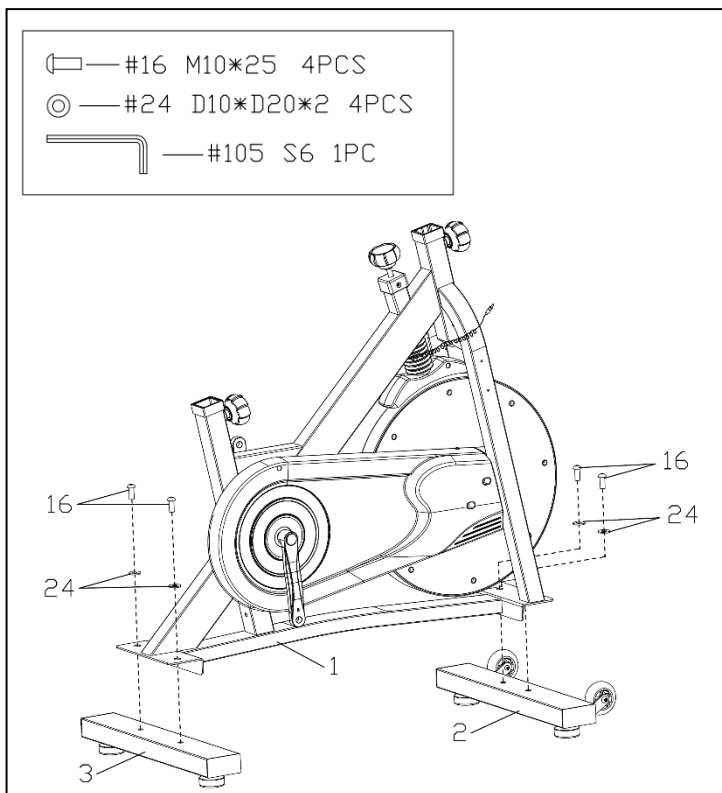
Votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness compte pour nous. Pour obtenir de l'aide avec les pièces et le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse: [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



## ÉTAPE 1 :

Se servir de la **Clé Allen (N° 105)** pour dévisser les 4 **Boulons Allen (N° B)**, les 4 **Rondelles Plates (N° C)** et les 2  **Tubes d'Expédition (N° A)** du **Cadre Principal (N° 1)**.

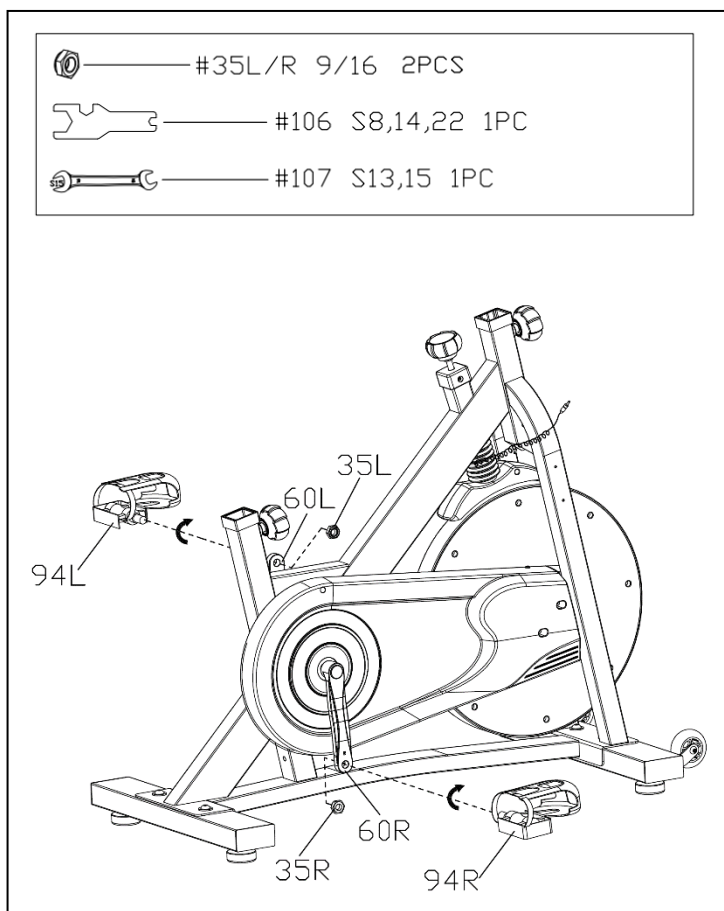
**EN OPTION :** Vous pouvez conserver ces éléments : **Boulons Allen (N° B)**, **Rondelles Plates (N° C)**, **Tubes d'Expédition (N° A)** pour le remballage et le transport futurs du vélo.



## ÉTAPE 2 :

Fixer les **Stabilisateurs Avant et Arrière (N° 2 et N° 3)** au **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide de 4 **Boulons Allen (N° 16)** et de 4 **Rondelles Plates (N° 24)**. Bien serrer avec la **Clé Allen (N° 105)**.

Votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness compte pour nous. Pour obtenir de l'aide avec les pièces et le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse: [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



### ÉTAPE 3 :

**IMPORTANT! Lire attentivement les instructions, le non-respect de celles-ci pourrait entraîner des dommages définitifs sur votre vélo.**

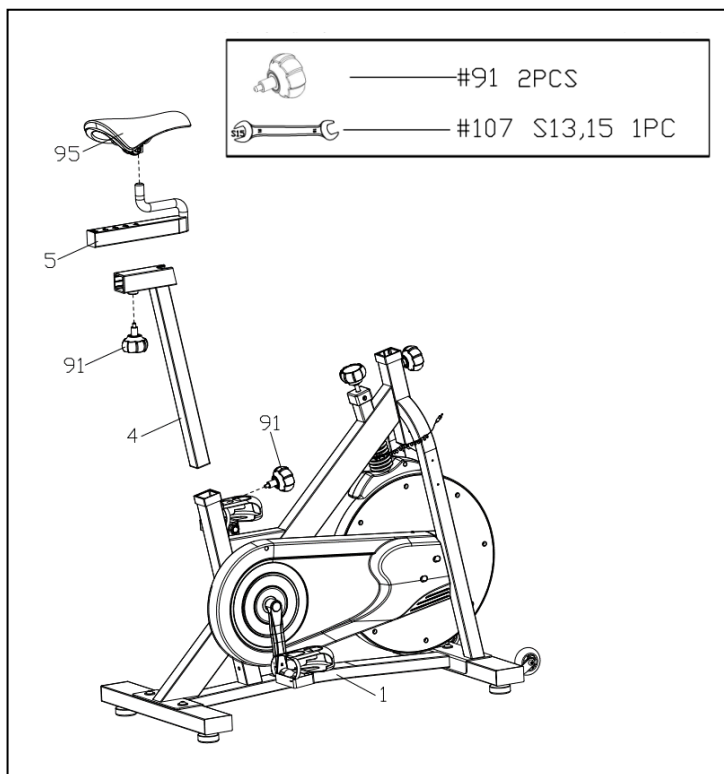
Retirer les **Écrous en Nylon Gauche et Droit (N° 35L/R)** situés sur les **Pédales (N° 94L/R)**. L'**Écrou en Nylon Droit (N° 35R)** est blanc à l'intérieur. L'**Écrou en Nylon Gauche (N° 35L)** est bleu à l'intérieur. Les **Pédales (N° 94L/R)** sont étiquetées « L » et « R ».

Visser la **Pédale Gauche (N° 94L)** dans le sens **ANTIHOAIRE** dans la **Manivelle Gauche (N° 60L)**. Une fois la pédale correctement vissée, utiliser la **Clé (N° 107)** pour maintenir le boulon, puis bien visser l'**Écrou en Nylon Gauche (N° 35L)** dans le sens **HORAIRE** sur le filetage de la **Pédale Gauche (n° 94L)** avec la **Clé Tricoise (N° 106)**.

Visser la **Pédale Droite (N° 94R)** dans le sens **HORAIRE** dans la **Manivelle Droite (N° 60R)**. Une fois la pédale correctement vissée, utiliser la **Clé (N° 107)** pour maintenir le boulon, puis bien visser l'**Écrou en Nylon Droit (N° 35R)** dans le sens **ANTIHOAIRE** sur le filetage de la **Pédale Droite (N° 94R)** avec la **Clé Tricoise (N° 106)**.

S'assurer que les **Pédales (N° 94L/R)** sont bien serrées avant et pendant l'exercice pour éviter d'endommager le filetage des pédales ou des manivelles.

Votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness compte pour nous. Pour obtenir de l'aide avec les pièces et le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse: [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



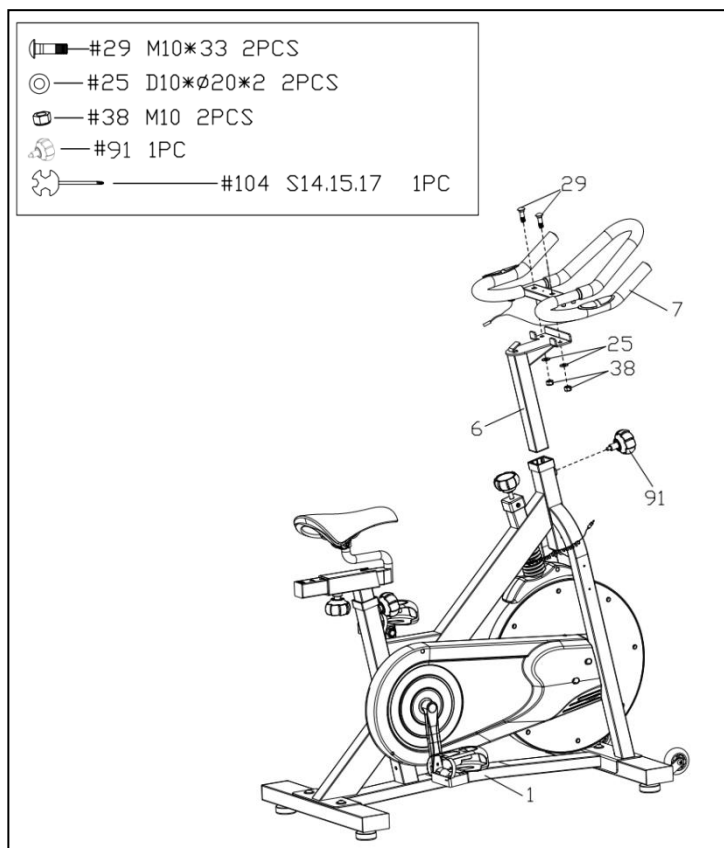
#### ÉTAPE 4 :

Desserrer et tirer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [de la tige de selle sur le cadre principal]. Insérer la **Tige de Selle (N° 4)** dans la gaine située à l'arrière du **Cadre Principal (N° 1)**. Régler la **Tige de Selle (N° 4)** à la position souhaitée, puis réinsérer et serrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** pour immobiliser la tige.

Desserrer et tirer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [du glissoir de selle]. Insérer le **Glissoir de Selle (N° 5)** dans la **Tige de Selle (N° 4)**. Régler le **Glissoir de Selle (N° 5)** à la position souhaitée, puis réinsérer et serrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** pour immobiliser la tige.

Bien fixer la **Selle (N° 95)** au **Glissoir de Selle (N° 5)** avec la **Clé (N° 107)**.

**REMARQUE :** Afin de serrer correctement la selle, il faut se servir d'une clé plate pour serrer l'écrou simultanément de chaque côté dans des sens opposés.



#### ÉTAPE 5 :

Desserrer et tirer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [de la tige de guidon sur le cadre principal]. Insérer la **Tige de Guidon (N° 6)** dans la gaine située à l'avant du **Cadre Principal (N° 1)**. Régler la **Tige de Guidon (N° 6)** à la position souhaitée, puis réinsérer et serrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** pour immobiliser la tige.

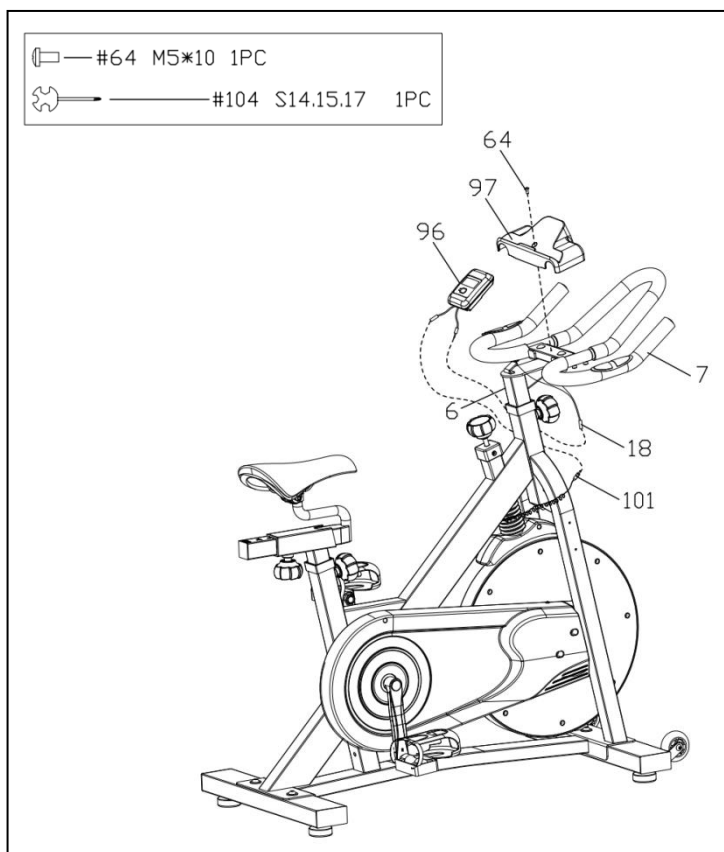
Fixer le **Guidon (N° 7)** à la **Tige de Guidon (N° 6)** à l'aide de 2 **Boulons de Carrosserie (N° 29)**, de 2 **Rondelles Plates (N° 25)** et de 2 **Écrous en Nylon (N° 38)**. Bien serrer avec la **Clé Tricoise (N° 104)**.

Votre expérience d'utilisation des produits Sunny Health and Fitness compte pour nous. Pour obtenir de l'aide avec les pièces et le dépannage, veuillez nous contacter à l'adresse: [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) ou au 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

### ÉTAPE 6 :

Retirer la **Vis Cruciforme (N° 64)** préassemblée du **Guidon (N° 7)**. Fixer ensuite le **Couvercle de Guidon (N° 97)** au **Guidon (N° 7)** à l'aide des **Vis Cruciformes (N° 64)** qui viennent d'être retirées. Bien serrer avec la **Clé Tricoise (N° 104)**.

Raccorder le **Câble du Capteur de Pouls (N° 18)** et le **Câble du Capteur (N° 101)** aux câbles respectifs du **Compteur (N° 96)**. Fixer le **Compteur (N° 96)** au support de la **Tige de Guidon (N° 6)**.

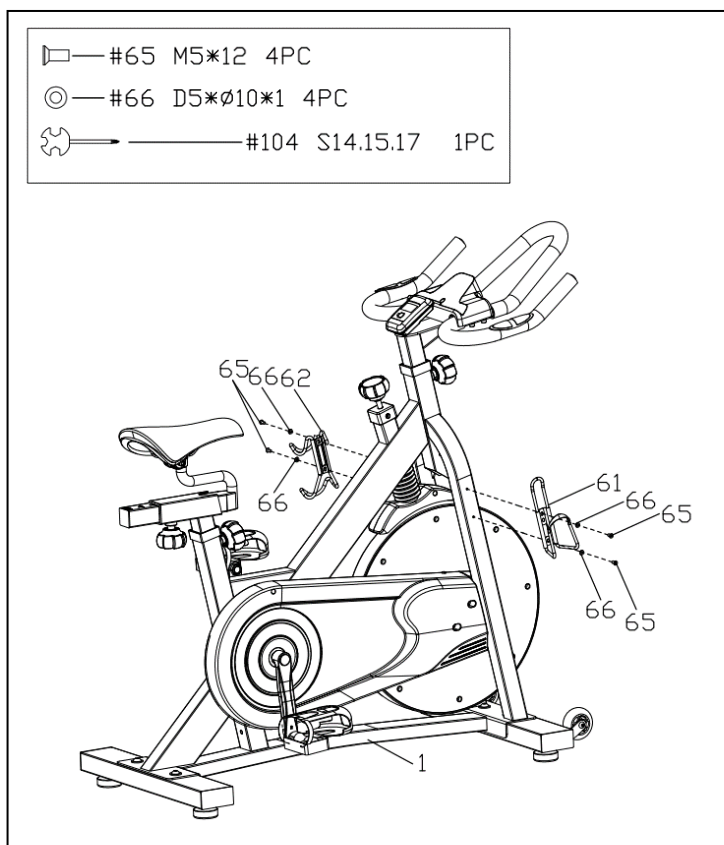


### ÉTAPE 7 :

Retirer les 4 **Vis Cruciformes à Tête Plate (N° 65)** et les 4 **Rondelles Plates (N° 66)** préassemblées du **Cadre Principal (N° 1)**.

Fixer ensuite le **Porte-Bouteille (N° 61)** et le **Support Pour Haltères (N° 62)** au **Cadre Principal (N° 1)** à l'aide des 4 **Vis Cruciformes à Tête Plate (N° 65)** et des 4 **Rondelles Plates (N° 66)** qui viennent d'être retirées. Bien serrer avec la **Clé Tricoise (N° 104)**.

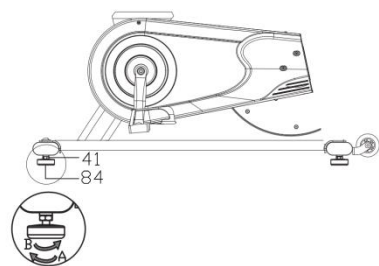
*L'assemblage est terminé!*






# GUIDE DE RÉGLAGE

## RÉGLAGE DE L'ÉQUILIBRE

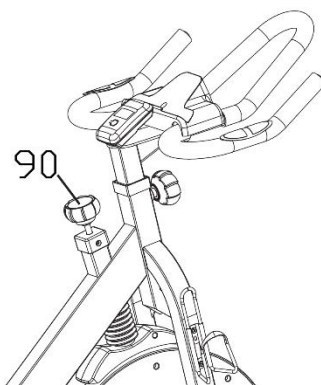


 #104 S14.15.17 1PC

Pour une séance d'entraînement confortable, vérifier que le vélo est stable. Si le vélo est instable, il est possible de régler les **Patins de Pied (N° 84)** situés sous les **Stabilisateurs Avant et Arrière (N° 2 et N° 3)**.

Pour ce faire, utiliser la **Clé Tricoise (N° 104)** pour desserrer l'**Écrou Hexagonal (N° 41)** en le tournant dans le sens *horaire* (direction A). Une fois l'écrou desserré, tourner le **Patin de Pied (N° 84)** jusqu'à ce qu'il soit à niveau avec le sol sur lequel se trouve le vélo. Une fois les **Patins de Pied (N° 84)** réglés, resserrer l'**Écrou Hexagonal (N° 41)** en le tournant dans le sens *antihoraire* (direction B) avec la **Clé Tricoise (N° 104)**. Si nécessaire, répéter ce processus pour régler les autres **Patins de Pied (N° 84)**.

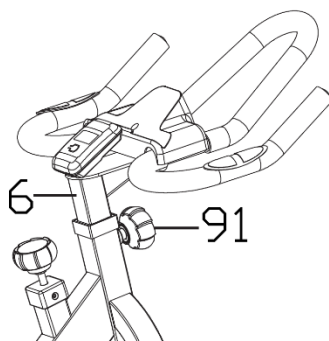
## RÉSISTANCE ET FREINAGE



Il est possible de régler le niveau de tension du vélo en tournant le **Bouton de Tension (N° 90)**. Pour augmenter le niveau de résistance, tourner le bouton dans le sens *horaire*. Pour réduire le niveau de résistance, tourner le bouton dans le sens *antihoraire*.

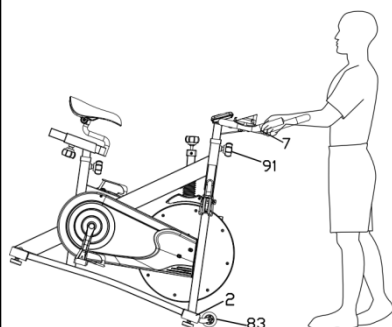
Pendant l'exercice, l'utilisateur peut arrêter le vélo immédiatement en enfonçant le **Bouton de Tension (N° 90)**. C'est le frein d'urgence.

## RÉGLAGE DU GUIDON



Il est important que le guidon et la selle soient tous deux réglés à la hauteur qui convient à votre corps. Pour régler la hauteur du guidon, desserrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** et le tirer vers l'extérieur, puis faire coulisser la **Tige de Guidon (N° 6)** vers le haut ou vers le bas jusqu'à la position souhaitée. Une fois le réglage accompli, réinsérer et serrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** pour immobiliser la **Tige de Guidon (N° 6)**.

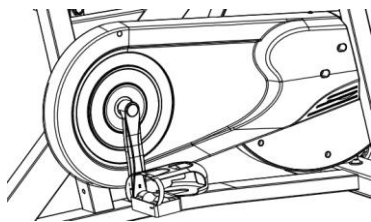
## TRANSPORT DU VÉLO



Pour déplacer le vélo, vérifier d'abord que le **Guidon (N° 7)** est bien fixé. Si le **Guidon (N° 7)** est lâche, resserrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** pour l'immobiliser. Se tenir ensuite devant le vélo, directement en face du **Guidon (N° 7)**. Saisir fermement chaque côté du **Guidon (N° 7)**, placer ensuite un pied sur la base avant et faire basculer le vélo vers l'avant jusqu'à ce que les **Roulettes de Transport (N° 83)** des **Stabilisateurs Avant (N° 2)** touchent le sol. Une fois les **Roulettes de Transport (N° 83)** au sol, il sera facile de déplacer le vélo jusqu'à l'emplacement souhaité.

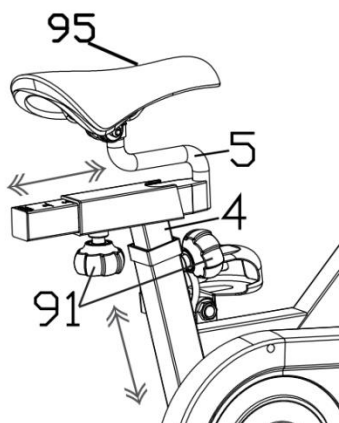
**REMARQUE :** En déplaçant le vélo, toujours procéder avec prudence, car un choc inattendu, tel que la chute du vélo, peut causer des blessures et influencer sur les performances du vélo.





### RÉGLAGE DE LA COURROIE DE PÉDALE

Placer la pointe des pieds dans les cale-pieds de manière à ce que l'avant de la chaussure soit bien logé dans la cage des cale-pieds. Ramener un pied à portée de bras et tirer sur la courroie jusqu'à ce que la cage du cale-pied épouse bien la chaussure. Insérer l'extrémité de la courroie dans la boucle du cale-pied. Faire de même avec l'autre pied.

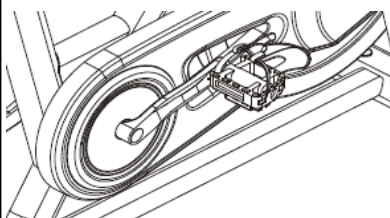


### RÉGLAGE DE LA SELLE

La **Selle (N° 95)** de ce vélo est entièrement réglable, dans les sens *Up (haut)*, *Down (bas)*, *Fore (avant)*, *Aft (arrière)*.

Pour régler la hauteur de la **Tige de Selle (N° 4)**, desserrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [de la tige de selle] et tirer dessus vers l'extérieur, puis élever ou abaisser la **Selle (N° 95)** au niveau souhaité. Une fois le réglage accompli, réinsérer et serrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [sur la tige de selle] pour immobiliser la **Selle (N° 95)**.

Pour régler la **Selle (N° 95)** dans le sens avant-arrière, desserrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [du glissoir de selle] et le tirer vers l'extérieur, puis faire coulisser le **Glissoir de Selle (N° 5)** jusqu'à la position souhaitée. Une fois le glissoir de selle en place, réinsérer et serrer le **Bouton à Cliquet (N° 91)** [du glissoir de selle] pour l'immobiliser.



### VÉRIFICATION DES PÉDALES

S'assurer que tous les écrous, capuchons d'écrou et pédales sont bien fixés et vérifier régulièrement l'état du matériel. En cas de détection de pièces défectueuses, ne pas faire d'entraînement jusqu'à ce qu'elles aient été réparées.

De même, vérifier les pédales avant de commencer l'entraînement. Si elles sont desserrées, il faut les resserrer.



### RESSERRER LA SELLE

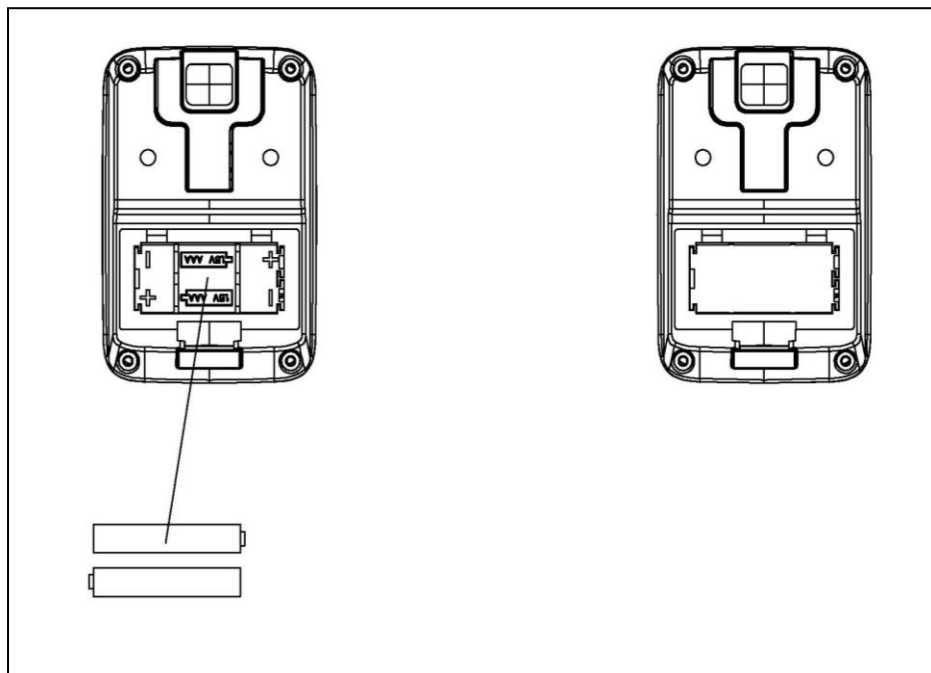
Si la **Selle (N° 95)** est desserrée, resserrer les écrous hexagonaux à l'aide de la **Clé (N° 107)**.

# **MAINTENANCE ET ENTRETIEN**

Il s'agit d'informations générales concernant l'entretien quotidien, hebdomadaire et mensuel à effectuer sur votre vélo.

<p><b>ENTRETIEN QUOTIDIEN</b></p> <p>Après chaque séance d'exercice, essuyer tout l'équipement : la selle, le cadre et le guidon. Porter une attention particulière à la tige de selle, à la tige de guidon et au protège-courroie/chaîne. La transpiration est très corrosive et peut entraîner des problèmes nécessitant le remplacement des pièces plus tard.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Monter sur le vélo et engager le train d'entraînement.</li><li>2. Être à l'affût de toute vibration ressentie sur les pédales. Si des vibrations se font sentir, il faut peut-être resserrer les pédales, le support inférieur, ou régler la tension de la courroie d'entraînement/chaîne.</li><li>3. Utiliser une clé pour serrer les pédales jusqu'à ce qu'elles soient fixées.</li></ol>	<p><b>ENTRETIEN MENSUEL</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Vérifier que toute la quincaillerie est bien serrée, notamment : le porte-bouteille, les écrous du volant d'inertie, les écrous du protège-courroie/chaîne, les écrous autofreinés ainsi que les écrous de la tige de tension des étriers de frein.</li><li>2. Inspecter la tige de tension de frein pour vérifier tout signe d'usure tel que des filetages manquants. Nettoyer et lubrifier la tige de tension de frein.</li><li>3. Nettoyer et lubrifier la tige de selle, la tige de guidon et le glissoir de selle. Nettoyer toute matière étrangère accumulée.</li></ol>
<p><b>ENTRETIEN HEBDOMADAIRE</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Inspecter les pièces mobiles et serrer la quincaillerie.</li><li>2. Inspecter les raccords de cadre de la goupille pour vérifier qu'ils sont bien serrés. Des raccords de cadre desserrés risquent d'endommager le filetage et de causer des dommages importants.</li><li>3. Nettoyer et lubrifier les assemblages de bouton à cliquet. Tirer sur le bouton et pulvériser une petite quantité de lubrifiant sur l'arbre.</li><li>4. Serrer la quincaillerie de la selle en vérifiant que cette dernière est à niveau et centrée.</li><li>5. Brosser et traiter les patins de résistance. Nettoyer toute matière étrangère accumulée sur les patins. Pulvériser les patins avec un lubrifiant au silicone. Cela permet de réduire le bruit dû au frottement entre les patins et le volant d'inertie.</li><li>6. Inspecter visuellement le support inférieur, les cale-pieds et les courroies des cale-pieds. Si l'un d'eux est desserré ou détaché, rattacher et serrer la pièce.</li></ol>	<p><b>SOIN DU PATIN DE FREIN EN CUIR</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Effectuer cet entretien lors de la première installation du patin de frein et durant toute sa durée de vie. Suivre ces instructions simples peut prolonger la durée de vie de vos patins de frein.</li><li>2. Certains ensembles de patins de frein sont déjà lubrifiés. Appuyer sur le patin de frein. Si du lubrifiant s'écoule, le patin a déjà été lubrifié.</li><li>3. Si le patin de frein est sec, l'enduire d'huile 3-en-1. Brosser le cuir avec une brosse à poils métalliques propre, puis appliquer l'huile. L'huile doit pénétrer dans le patin. Répéter l'opération 4 à 5 fois jusqu'à ce que le patin soit saturé, mais sans que l'huile ne coule. Lorsque le patin est saturé, il n'absorbe plus l'huile.</li><li>4. Inspecter le patin de frein une fois par semaine et le lubrifier le cas échéant. Le patin ne doit pas avoir un aspect lustré. Si le patin semble lustré, le broser avec une brosse métallique et appliquer du lubrifiant le cas échéant. Si l'un des rembourrages en mousse apparaît à travers le patin de frein en cuir, celui-ci doit être remplacé.</li></ol>

# **INSTALLATION ET REMPLACEMENT DES PILES**



## **INSTALLATION DES PILES**

Le compteur utilise 2 piles de type AAA. Ouvrir le couvercle du compartiment à piles situé à l'arrière du compteur, puis placer 2 piles. Vérifier que les pôles (+) et (-) des piles sont dans la bonne position. Remettre le couvercle du compartiment à piles.

## **REEMPLACEMENT DES PILES**

S'il y a un problème d'affichage, essayer d'abord de changer les piles. Ouvrir le couvercle du compartiment à piles, retirer les anciennes piles et les remplacer par de nouvelles. Vérifier que les pôles (+) et (-) des piles sont dans la bonne position. Remettre le couvercle du compartiment à piles. Lors du changement des piles, toujours remplacer les deux par des piles neuves. Ne pas mélanger les piles neuves avec les anciennes. Jeter les piles conformément aux lois et règlements en vigueur dans votre région.

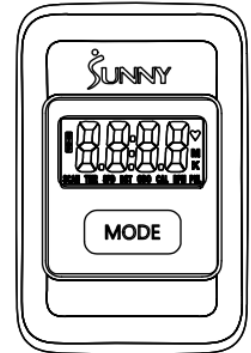
# COMPTEUR D'EXERCICE

## TOUCHES DE FONCTION :

### MODE :

1. Appuyer sur la touche pour sélectionner l'affichage de la valeur de fonction sur l'écran ACL.
2. Appuyer sur la touche et la maintenir enfoncée pendant 2 secondes pour remettre à zéro toutes les valeurs, excepté celles de l'odomètre.

**Remarque :** Lorsque l'utilisateur remplace les piles, toutes les valeurs sont automatiquement remises à ZÉRO.



## FONCTIONNEMENT :

**AUTO ON/OFF (MARCHE/ARRÊT AUTO) :** Le compteur affiche automatiquement la valeur de l'exercice en cours lorsque l'utilisateur commence l'entraînement. Lorsque le vélo est inactif ou qu'il n'y a pas eu d'exercice pendant plus de 4 minutes, le compteur s'éteint et la valeur d'entraînement affichée sur l'odomètre reste inchangée. À chaque nouvel entraînement, la valeur de l'odomètre s'ajoute à la précédente.

**AUTO SCAN (BALAYAGE AUTOMATIQUE) :** Une fois que le compteur est mis en marche ou que la touche Mode est enfoncée, l'écran ACL affiche toutes les valeurs de fonction : TMR (DURÉE), SPD (VITESSE), DIST (DISTANCE), CAL (CALORIES), ODO (ODOMÈTRE), RPM (TR/MIN), PUL (POULS) (affichées à tour de rôle). Chaque fonction s'affichera pendant 6 secondes.

## FONCTIONS :

**SPD (VITESSE) :** Affiche la vitesse actuelle atteinte. La plage est comprise entre 0,0 et 99,9 MI/H (milles par heure).

**DST (DISTANCE) :** Compte la distance parcourue du début à la fin d'un exercice. La plage est comprise entre 0,00 et 9 999 MI (milles).

**TMR (DURÉE) :** Calcule la durée totale du début à la fin d'un exercice. La plage est comprise entre 00:00 et 99:59.

**CAL (CALORIES) :** Compte le nombre total de calories brûlées du début à la fin d'un exercice. La plage est comprise entre 0,0 et 9 999 KCAL. (Ces données sont indicatives et ne doivent pas être utilisées dans le cadre d'un traitement médical.)

**ODO (ODOMÈTRE) :** Affiche la distance totale parcourue depuis la première utilisation. La plage est comprise entre 0,0 et 9 999 MI (milles). L'utilisateur peut également appuyer sur la touche Mode pour afficher la valeur de l'odomètre.

**RPM (TR/MIN) :** Calcule les mouvements effectués pendant une minute. La plage est comprise entre 0 et 400.

**PUL (POULS) :** Affiche la fréquence cardiaque de l'utilisateur calculée en nombre de battements par minute pendant l'entraînement. (Ces données sont indicatives et ne doivent pas être utilisées dans le cadre d'un traitement médical.)

**REMARQUE :** Tenir les capteurs de pouls entre les mains lorsque la fonction PULSE (POULS) est activée.

### Remarque :

1. Si l'affichage sur le compteur est anormal, retirer et réinstaller les piles, puis réessayer.
2. Caractéristiques des piles : 1,5 V UM-4 ou AAA (2 unités).
3. Avant de ranger l'appareil de manière sûre, les piles doivent être retirées.

Version 1.3

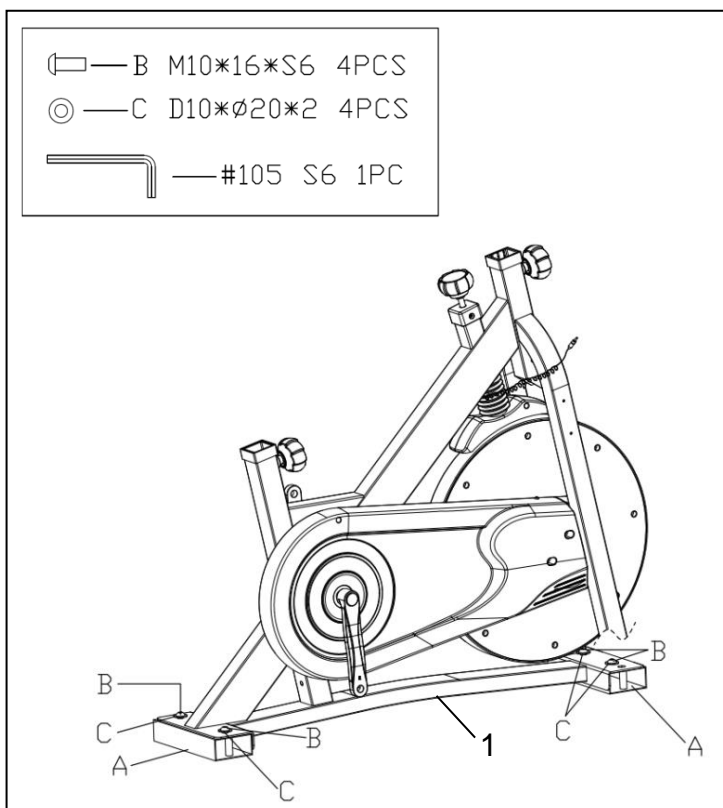
# MONTAGEANLEITUNG

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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

## SCHRITT 1:

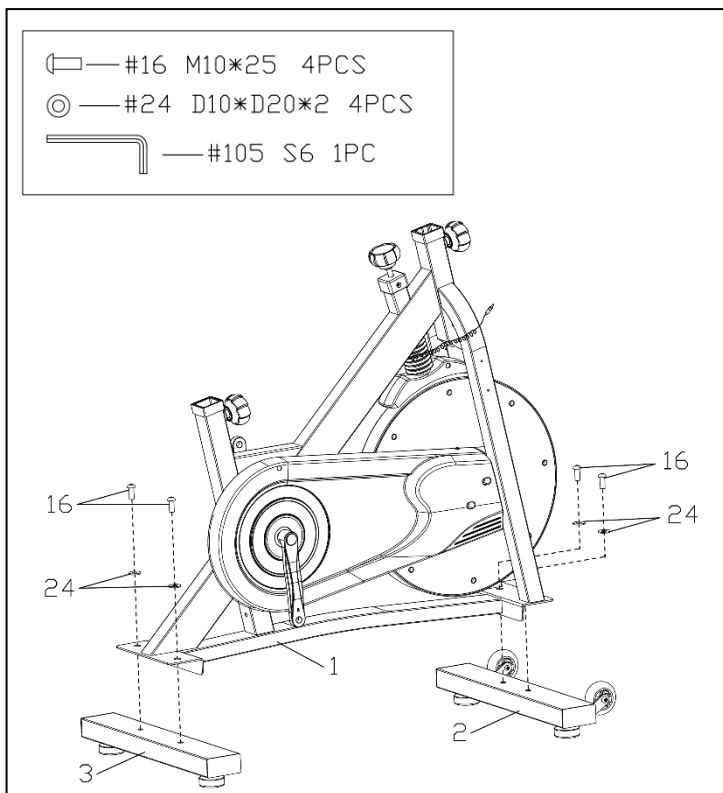
Verwenden Sie den **Inbusschlüssel (Nr. 105)** und schrauben Sie 4 **Inbusschrauben (Nr. B)**, 4 **Unterlegscheiben (Nr. C)** und 2 **Versandhülsen (Nr. A)** vom **Haupttrahmen (Nr. 1)** ab.

**OPTIONAL:** Es empfiehlt sich, folgende Teile aufzubewahren: **Inbusschrauben (Nr. B)**, **Unterlegscheiben (Nr. C)**, **Versandhülsen (Nr. A)** für zukünftige Verpackung und Transport des Fahrrads.

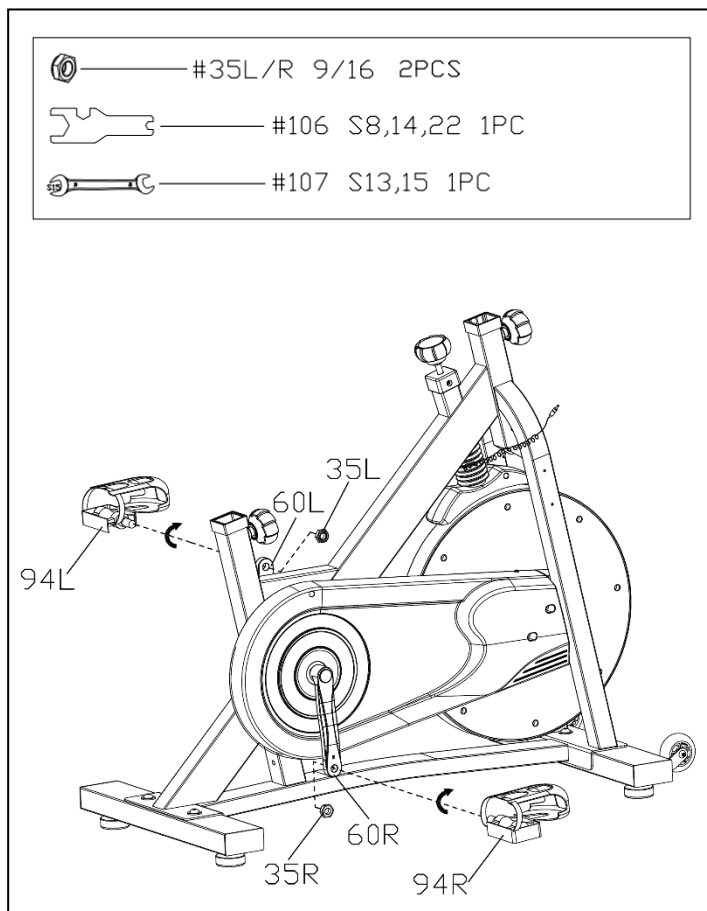


## SCHRITT 2:

Befestigen Sie die **Vorderen und Hinteren Stabilisatoren (Nr. 2 und Nr. 3)** mit 4 **Inbusschrauben (Nr. 16)** und 4 **Unterlegscheiben (Nr. 24)** am **Haupttrahmen (Nr. 1)**. Mit dem **Inbusschlüssel (Nr. 105)** festdrehen und sichern.



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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



### SCHRITT 3:

**WICHTIG! Lesen Sie die Anweisungen sorgfältig durch, da eine Nichtbeachtung zu dauerhaften Schäden am Fahrrad führen kann.**

Entfernen Sie die **Linken und Rechte Nylonmutter (Nr. 35L/R)** von den **Pedalen (Nr. 94L/R)**. Die **Rechte Nylonmutter (Nr. 35R)** ist auf der Innenseite weiß. Die **Linke Nylonmutter (Nr. 35L)** ist auf der Innenseite blau. Die **Pedale (Nr. 94L/R)** sind mit **L** und **R** gekennzeichnet.

Schrauben Sie das **Linke Pedal (Nr. 94L)** **GEGEN DEN UHRZEIGERSINN** in die **Linke Pleuel (Nr. 60L)**. Nach dem ordnungsgemäßen Verschrauben halten Sie den Bolzen des Pedals mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 107)** fest und schrauben Sie die **Linke Nylonmutter (Nr. 35L)** **IM UHRZEIGERSINN** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 106)** fest an das Gewindeende des **Linken Pedals (Nr. 94L)**.

Schrauben Sie das **Rechte Pedal (Nr. 94R)** **IM UHRZEIGERSINN** in die **Rechte Pleuel (Nr. 60R)**. Nach dem ordnungsgemäßen Verschrauben halten Sie den Bolzen des Pedals mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 107)** fest und schrauben Sie die **Rechte Nylonmutter (Nr. 35R)** **GEGEN DEN UHRZEIGERSINN** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 106)** fest an das Gewindeende des **Rechten Pedals (Nr. 94R)**.

Achten Sie darauf, dass die **Pedale (Nr. 94L/R)** vor und während des Trainings fest angezogen sind, um Beschädigungen an den Gewinden der Pedale oder Pleueln zu vermeiden.



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](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

#### SCHRITT 4:

Lösen und ziehen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** der Hauptrahmen-Sattelstütze heraus. Stecken Sie die **Sattelstütze (Nr. 4)** in die Einsteckhülse auf der Rückseite des **Hauptrahmens (Nr. 1)**. Stellen Sie die **Sattelstütze (Nr. 4)** auf die gewünschte Position ein, setzen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** wieder ein und ziehen Sie ihn fest, um die Stütze zu fixieren.

Lösen und ziehen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** des Sattelschlittens heraus. Stecken Sie den **Sattelschlitten (Nr. 5)** in die **Sattelstütze (Nr. 4)**. Stellen Sie den **Sattelschlitten (Nr. 5)** auf die gewünschte Position ein, setzen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** wieder ein und ziehen Sie ihn fest, um die Stütze zu fixieren.

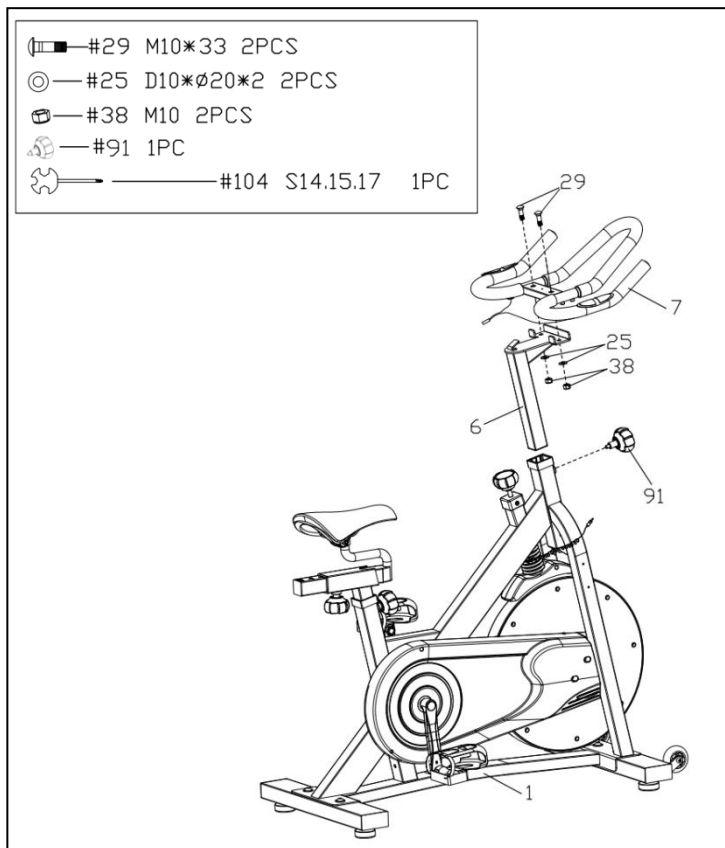
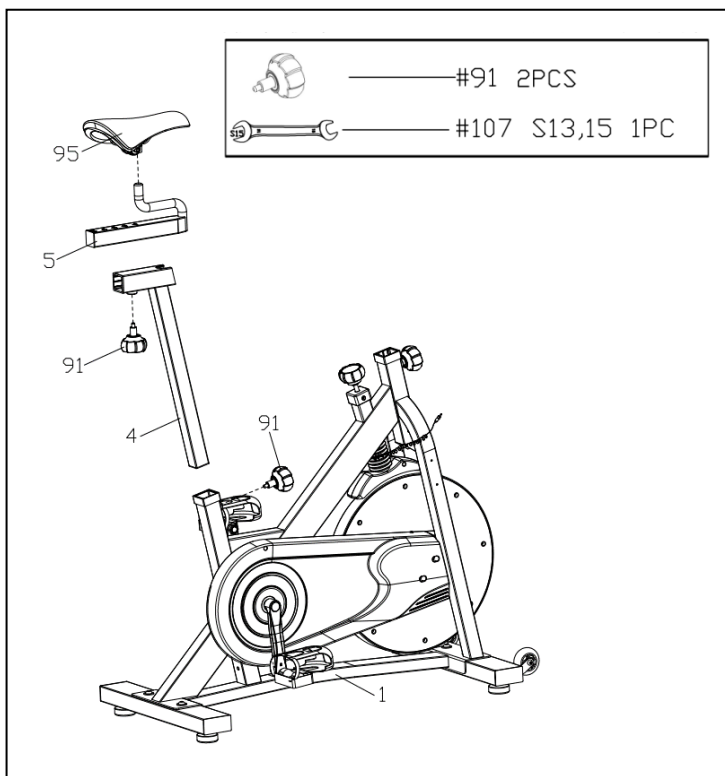
Befestigen Sie den **Sitz (Nr. 95)** mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 107)** am **Sattelschlitten (Nr. 5)**.

**HINWEIS:** Zur ordnungsgemäßen Befestigung des Sitzes benötigen Sie einen Maulschlüssel, um die Mutter auf jeder Seite in entgegengesetzter Richtung zueinander festzuziehen.

#### SCHRITT 5:

Lösen und ziehen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** der Lenkerstütze heraus. Stecken Sie die **Lenkerstütze (Nr. 6)** in die Einsteckhülse auf der Vorderseite des **Hauptrahmens (Nr. 1)**. Stellen Sie die **Lenkerstütze (Nr. 6)** auf die gewünschte Position ein, setzen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** wieder ein und ziehen Sie ihn fest, um die Stütze zu fixieren.

Befestigen Sie die **Lenkstange (Nr. 7)** mit 2 **Schlossschrauben (Nr. 29)**, 2 **Unterlegscheiben (Nr. 25)** und 2 **Nylonmuttern (Nr. 38)** an der **Lenkerstütze (Nr. 6)**. Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 104)** festdrehen und sichern.



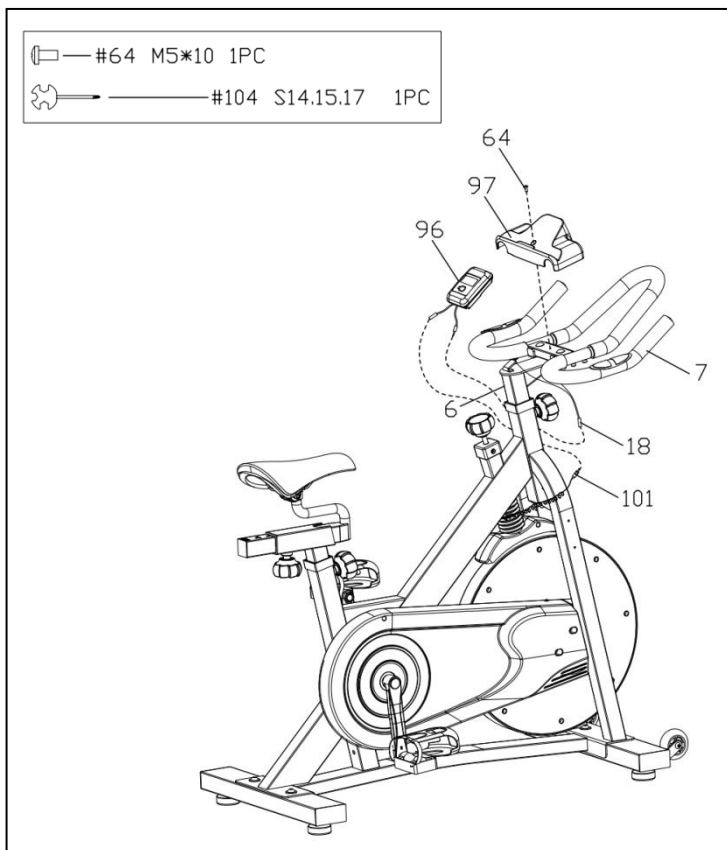


Wir schätzen Ihre Erfahrung im Umgang mit den Produkten von Sunny Health and Fitness. Für Fragen zu Teilen oder Hilfe bei der Fehlerbehebung kontaktieren Sie uns bitte unter [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com) oder 1-877-90SUNNY (877-907-8669).

### SCHRITT 6:

Entfernen Sie die vormontierte **Kreuzschlitzschraube (Nr. 64)** von der **Lenkstange (Nr. 7)**. Befestigen Sie dann die **Lenkerabdeckung (Nr. 97)** mit der **Kreuzschlitzschraube (Nr. 64)**, die gerade entfernt wurde, an der **Lenkstange (Nr. 7)**. Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 104)** festdrehen und sichern.

Verbinden Sie den **Impulsdraht (Nr. 18)** und den **Sensordraht (Nr. 101)** mit den entsprechenden Kabeln des **Messgeräts (Nr. 96)**. Stecken Sie dann das **Messgeräts (Nr. 96)** in die Halterung der **Lenkerstütze (Nr. 6)**.

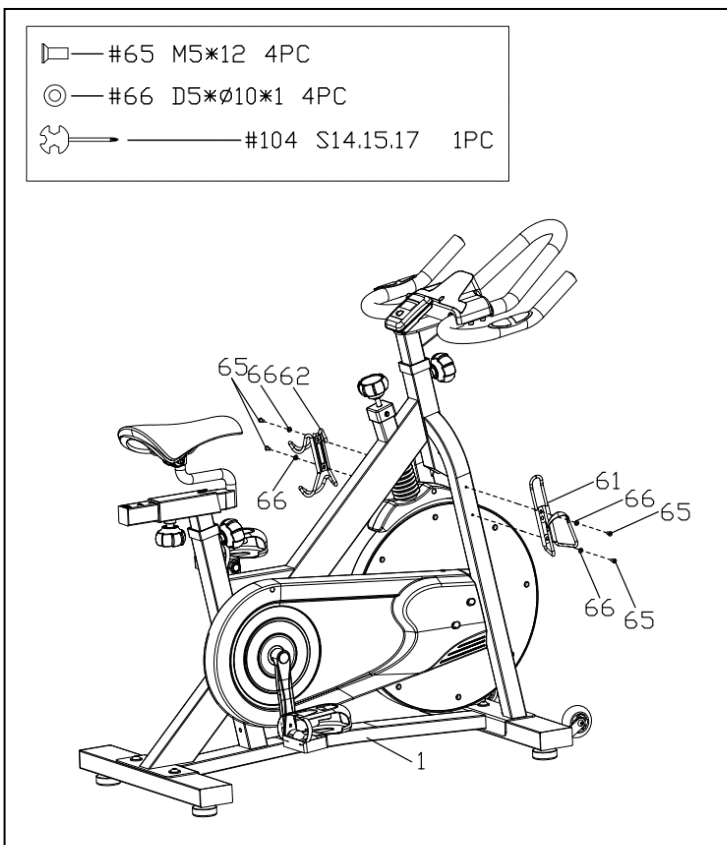


### SCHRITT 7:

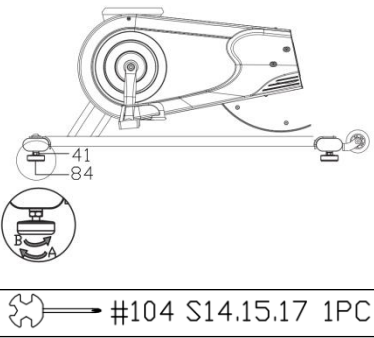
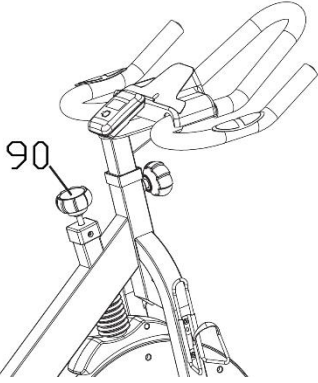
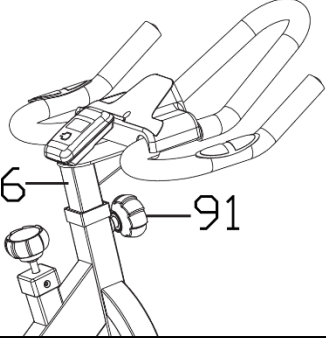
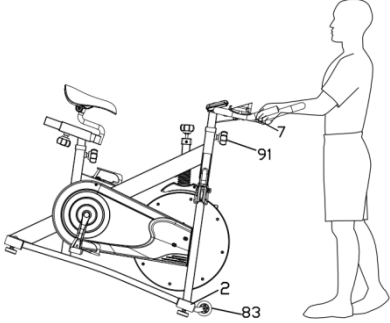
Entfernen Sie die vormontierten 4 **Phillips-Flachkopfschrauben (Nr. 65)** und die 4 **Unterlegscheiben (Nr. 66)** vom **Hauptrahmen (Nr. 1)**.

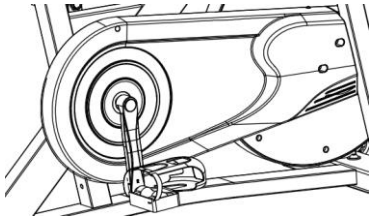
Befestigen Sie dann den **Flaschenhalter (Nr. 61)** und die **Hantelablage (Nr. 62)** mit den 4 **Phillips-Flachkopfschrauben (Nr. 65)** und den 4 **Unterlegscheiben (Nr. 66)**, die gerade entfernt wurden, am **Hauptrahmen (Nr. 1)**. Mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 104)** festdrehen und sichern.

*Die Montage ist abgeschlossen!*



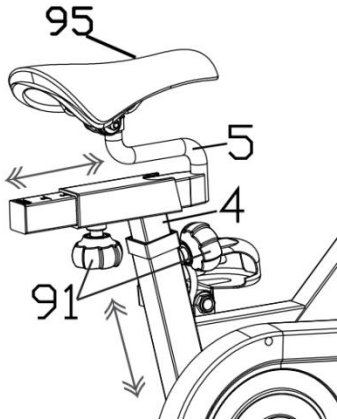
# EINSTELLUNGSANLEITUNG

	<p><b>EINSTELLEN DER BALANCE:</b></p> <p>Um eine gleichmäßige und komfortable Bewegung zu erreichen, müssen Sie sicherstellen, dass die Standsicherheit des Fahrrads gewährleistet ist. Wenn Sie feststellen, dass das Fahrrad nicht im Gleichgewicht ist, sollten Sie die <b>Fußpolster (Nr. 84)</b> unterhalb der <b>Vorderen und Hinteren Stabilisatoren (Nr. 2 und Nr. 3)</b> einstellen.</p> <p>Lösen Sie dazu die <b>Sechskantmutter (Nr. 41)</b> mit dem <b>Schraubenschlüssel (Nr. 104)</b> durch Drehen <i>im Uhrzeigersinn</i> (Richtung A). Drehen Sie das <b>Fußpolster (Nr. 84)</b> bei gelöster Mutter, bis das Fahrrad eben auf der Bodenfläche aufliegt. Wenn Sie mit der Einstellung der <b>Fußpolster (Nr. 84)</b> fertig sind, ziehen Sie die <b>Sechskantmutter (Nr. 41)</b> wieder fest, indem Sie sie mit dem <b>Schraubenschlüssel (Nr. 104)</b> <i>gegen den Uhrzeigersinn</i> (Richtung B) drehen. Bei Bedarf wiederholen Sie diesen Vorgang, um die restlichen <b>Fußpolster (Nr. 84)</b> anzupassen.</p>
	<p><b>WIDERSTAND UND BREMSEN:</b></p> <p>Sie können das Spannungsniveau des Fahrrads durch Drehen des <b>Spannknots (Nr. 90)</b> einstellen. Um den Widerstandsgrad zu erhöhen, drehen Sie den Knauf <i>im Uhrzeigersinn</i>. Um den Widerstandsgrad zu verringern, drehen Sie den Knauf <i>gegen den Uhrzeigersinn</i>.</p> <p>Während des Trainings können Sie das Fahrrad sofort anhalten, indem Sie den <b>Spannknot (Nr. 90)</b> nach unten drücken. Das ist die Notbremse.</p>
	<p><b>EINSTELLEN DER LENKSTANGE:</b></p> <p>Es ist wichtig, dass die Lenkstange und der Sitz auf die richtige Höhe im Verhältnis zu Ihrem Körper eingestellt sind. Um die Höhe der Lenkstange einzustellen, lösen und ziehen Sie den <b>Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)</b> nach außen. Schieben Sie dann die <b>Lenkerstütze (Nr. 6)</b> nach oben oder unten auf die gewünschte Höhe. Setzen Sie nach dem Einstellen den <b>Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)</b> wieder ein und ziehen ihn fest um die <b>Lenkerstütze (Nr. 6)</b> in der Position zu fixieren.</p>
	<p><b>TRANSPORTIEREN DES FAHRRADS:</b></p> <p>Zum Transportieren des Fahrrads muss zunächst sichergestellt werden, dass die <b>Lenkstange (Nr. 7)</b> ordnungsgemäß gesichert ist. Wenn die <b>Lenkstange (Nr. 7)</b> locker ist, ziehen Sie den <b>Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)</b> fest, um sie zu fixieren. Stellen Sie sich anschließend vor das Fahrrad, sodass Sie sich direkt vor der <b>Lenkstange (Nr. 7)</b> befinden. Halten Sie die <b>Lenkstange (Nr. 7)</b> auf beiden Seiten fest, stellen Sie einen Fuß auf die vordere Basis und neigen Sie das Fahrrad zu sich, bis die <b>Transporträd (Nr. 83)</b> der <b>Vorderen Stabilisatoren (Nr. 2)</b> den Boden berühren. Mit den <b>Transporträd (Nr. 83)</b> auf dem Boden können Sie das Fahrrad problemlos an den gewünschten Ort bringen.</p> <p><b>HINWEIS:</b> Wenn Sie das Fahrrad bewegen, sollten Sie immer vorsichtig sein, da unerwartete Stöße, wie z. B. das Fallenlassen des Fahrrads, Verletzungen verursachen und die Performance des Fahrrads beeinträchtigen können.</p>



### EINSTELLEN DES PEDALRIEMENS

Platzieren Sie den Fußballen in die Pedalhaken, sodass die Vorderseite Ihres Schuhs eng in den Pedalhaken-Käfig passt. Bringen Sie einen Fuß in Armreichweite und ziehen Sie am Riemen, bis der Pedalhaken-Käfig genau zu Ihrem Schuh passt. Stecken Sie den Riemen wieder in den Bügel des Pedalhakens. Wiederholen Sie dies für den anderen Fuß.

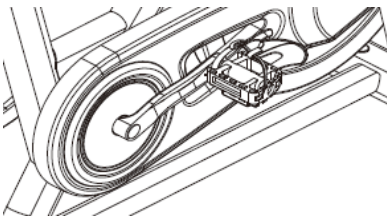


### EINSTELLEN DES SITZES

Der **Sitz (Nr. 95)** dieses Fahrrads ist stufenlos verstellbar: nach oben (Up), nach unten (Down), nach vorne (Forward) und nach hinten (Backward).

Um die Höhe der **Sattelstütze (Nr. 4)** einzustellen, lösen und ziehen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** der Sattelstütze nach außen. Heben oder senken Sie den **Sitz (Nr. 95)** dann auf die gewünschte Höhe. Setzen Sie nach dem Einstellen den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** der Sattelstütze wieder ein und ziehen ihn fest, um den **Sitz (Nr. 95)** in der Position zu fixieren.

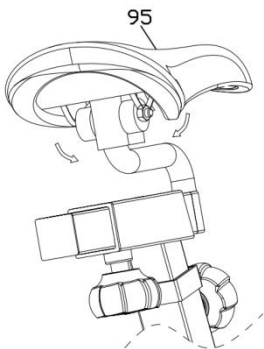
Um den **Sitz (Nr. 95)** nach vorne und hinten zu verstellen, lösen und ziehen Sie den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** nach außen. Schieben Sie dann den **Sattelschlitten (Nr. 5)** in die gewünschte Position. Setzen Sie nach dem Einstellen den **Pop-Pin-Knopf (Nr. 91)** des Sattelschlittens wieder ein und ziehen Sie ihn fest, um das Sattelschlittenrohr in der Position zu fixieren.



### ÜBERPRÜFEN DER PEDALE

Vergewissern Sie sich, dass alle Muttern, Mutterkappen und Pedale gesichert sind, und überprüfen Sie das Gerät regelmäßig. Wenn Sie beschädigte Teile finden sollten, trainieren Sie nicht, bis diese repariert sind.

Überprüfen Sie vor dem Training die Pedale. Wenn sich diese gelockert haben, ziehen Sie sie bitte wieder fest.

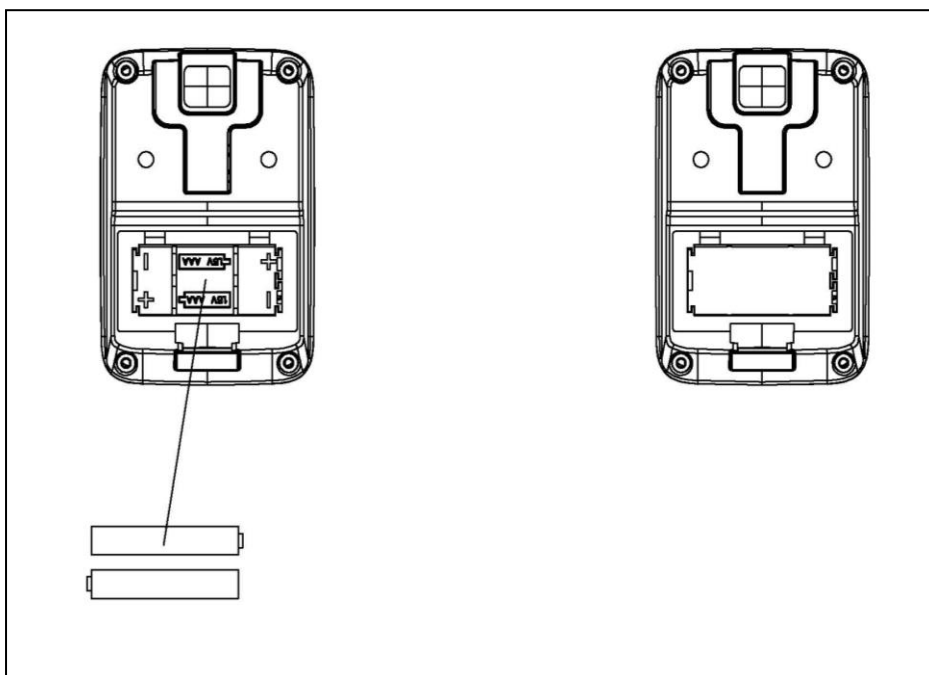


### FESTZIEHEN DES SITZES

Wenn der **Sitz (Nr. 95)** locker ist, justieren Sie bitte die Sechskantmuttern mit dem **Schraubenschlüssel (Nr. 107)**.

#107 S13,15 1PC

# **EINLEGEN UND AUSTAUSCHEN DER BATTERIE**



## **EINLEGEN DER BATTERIEN**

Der Zähler verwendet 2 AAA-Batterien. Öffnen Sie die Batterieabdeckung von der Rückseite des Zählers aus und legen Sie dann 2 Batterien in das Batteriefach ein. Vergewissern Sie sich, dass die Enden (+) und (-) der Batterien in der richtigen Position sind. Setzen Sie die Batterieabdeckung wieder ein.

## **AUSTAUSCHEN DER BATTERIEN**

Wenn es ein Problem mit dem Display gibt, versuchen Sie zuerst, die Batterien zu wechseln. Öffnen Sie die Batterieabdeckung, entfernen Sie die alten Batterien und ersetzen Sie sie durch neue Batterien. Vergewissern Sie sich, dass die Enden (+) und (-) der Batterien in der richtigen Position sind. Setzen Sie die Batterieabdeckung wieder ein. Tauschen Sie beim Batteriewechsel immer beide Batterien gegen neue aus. Verwenden Sie nicht gleichzeitig alte und neue Batterien. Entsorgen Sie die Batterien gemäß den örtlich geltenden Gesetzen und Vorschriften.

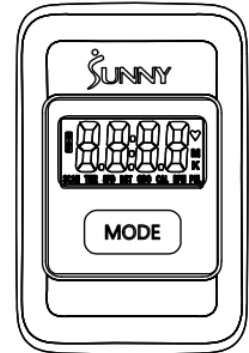
# TRAININGSMESSGERÄT

## **FUNKTIONSTASTE:**

### **MODE:**

1. Drücken Sie die Taste zur Auswahl des Funktionsanzeigewerts der LCD-Anzeige.
2. Halten Sie die Taste 2 Sekunden lang gedrückt, um alle Werte außer dem Kilometerzähler auf Null zurückzusetzen.

**Hinweis:** Wenn der Benutzer die Batterien austauscht, werden alle Werte automatisch auf NULL zurückgesetzt.



## **BETRIEB:**

**AUTO ON/OFF:** Das Messgerät zeigt den Trainingswert automatisch an, wenn der Benutzer mit dem Training beginnt. Wenn das Fahrrad inaktiv ist oder länger als 4 Minuten keine Übung durchgeführt wurde, schaltet sich das Messgerät aus und der Trainingswert auf dem Kilometerzähler wird gehalten. Während der Benutzer wieder mit der Übung beginnt, wird der Trainingswert auf dem Kilometerzähler kontinuierlich akkumuliert.

**AUTO SCAN** Nach dem Einschalten des Messgeräts oder dem Drücken der Mode-Taste zeigt das LCD alle Funktionswerte an: TMR-SPD-DIST-CAL-ODO-RPM-PUL (wiederhole). Jede Funktion erscheint 6 Sekunden lang.

## **FUNKTIONEN:**

**SPD (SPEED):** Zeigt die momentan erreichte Geschwindigkeit an. Der Bereich liegt zwischen 0,0 und 99,9 MPH (Meilen pro Stunde).

**DST (DISTANCE):** Zählt die Gesamtdistanz eines Trainings vom Anfang bis zum Ende. Der Bereich liegt zwischen 0,00 und 9999 M (Meilen).

**TMR (TIME):** Zählt die Gesamtzeit eines Trainings vom Anfang bis zum Ende. Der Bereich liegt zwischen 00:00 und 99:59.

**CAL (CALORIES):** Zählt die Gesamtzahl der während eines Trainings verbrauchten Kalorien vom Anfang bis zum Ende. Der Bereich liegt zwischen 0,0 und 9999 KCAL. (Die Daten sind ein grober Richtwert, der nicht in der medizinischen Behandlung verwendet werden kann.)

**ODO (ODOMETER):** Zeigt die Gesamtdistanz seit der ersten Nutzung an. Der Bereich liegt zwischen 0,0 und 9999 M (Meilen). Der Benutzer kann auch die Mode-Taste drücken, um den Wegstreckenzählerwert anzuzeigen.

**RPM:** Zählt jede Kurbelumdrehung innerhalb einer Minute. Der Bereich liegt zwischen 0 und 400.

**PUL (PULSE):** Zeigt die Herzfrequenz des Benutzers während des Trainings in Schlägen pro Minute an. (Die Daten sind ein grober Richtwert, der nicht in der medizinischen Behandlung verwendet werden kann.)

**HINWEIS:** Bitte legen Sie Ihre Hände auf die Handpulsensoren, wenn Sie sich in der PULSE-Funktion befinden.

## **Hinweis:**

1. Wenn die Anzeige des Messgeräts abnormal ist, legen Sie die Batterien nochmals ein und versuchen Sie es erneut.
2. Batterie-Spez.: 1,5 V UM-4 oder AAA (2 STK.)
3. Vor der sicheren Entsorgung müssen die Batterien aus dem Gerät entfernt werden.



# CONNECT WITH US

FOR FITNESS  
ARTICLES, VIDEOS  
& WORKOUTS



@SUNNYHEALTHANDFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



/SUNNYHEALTHFITNESS



/SUNNYHEALTHANDFITNESS