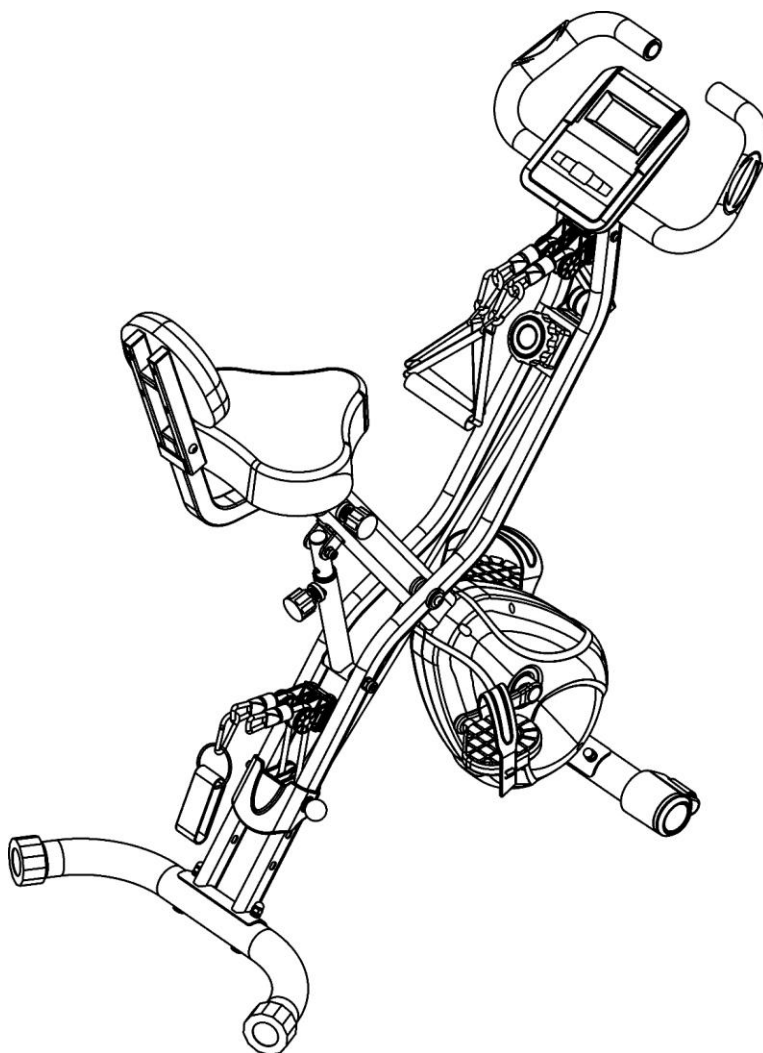




# Bicicleta para Ejercicio Vertical Semi Reclinada Plegable

## SF-B2710

### MANUAL DEL USUARIO



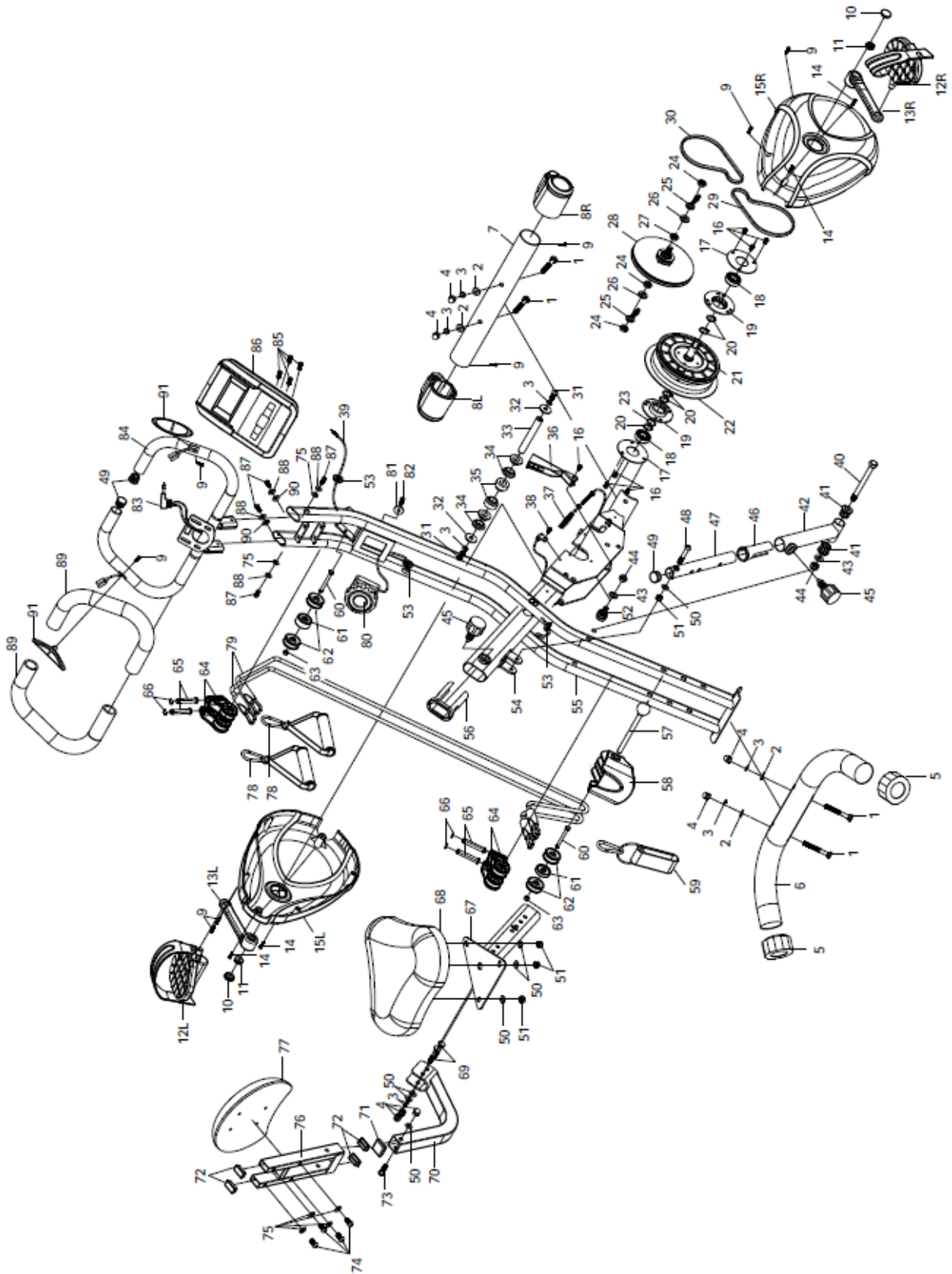
**IMPORTANTE:** Lea detenidamente todas las instrucciones antes de usar este producto. Conserve el manual del propietario para referencia futura. Para Servicio al cliente, comuníquese a: [support@sunnyhealthfitness.com](mailto:support@sunnyhealthfitness.com)

# **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 un 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 incorrecta o excesivamente 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 2 pies (60 cm) de espacio libre a su alrededor.
5. Asegúrese de que todas las tuercas y pernos estén bien ajustados antes de usar el equipo. Solo puede conservarse la seguridad del equipo si se inspecciona regularmente para detectar daños o desgaste.
6. Siempre utilice el equipo como se indica. Si encuentra algún componente defectuoso mientras instala o revisa el equipo, o si escucha ruidos extraños que provienen de este mientras se ejercita, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se haya corregido.
7. Use ropa adecuada cuando utilice el equipo. Evite usar ropa suelta que pueda enredarse en el equipo.
8. No coloque los dedos u objetos en las piezas móviles del equipo.
9. La capacidad de peso máximo de esta unidad es de 265 libras (120 kgs).
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 ser usado 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 ser usado en interiores y residencial! ¡No es para uso comercial!

# DIBUJO DETALLADO



# LISTA DE PIEZAS

N.º	Descripción	Cantidad
1	Perno M8x65	4
2	Arandela Curvado Ø8xØ18	4
3	Arandela Ø8xØ14	8
4	Tuerca M8	7
5	Tapón Ajustable Ø50	2
6	Estabilizador Trasero Ø50x395mm	1
7	Estabilizador Frontal Ø50x395mm	1
8	Rueda Frontal Ø50	2
9	Tornillo M4x20	8
10	Cubierta de Biela Ø23.5x8	2
11	Tuerca de Autoblocante M10	2
12 L/R	Pedal (Izq/Der)	2
13 L/R	Biela (Izq/Der)	2
14	Tornillo M4x20	4
15	Cubierta de Cadena	2
16	Tornillo M6x12	7
17	Plato Redondo Ø8xØ16x1.5	2
18	Cojinete 6003Z	2
19	Soporte de Cojinete Ø35x74x12.5	2
20	Aro Ø17.5xØ20x1.0	5
21	Polea	1
22	Soporte Magnético Ø152x1.3kg	1
23	Arandela Curvado Ø17.5xØ21x0.3	1
24	Tuerca M10	3
25	Tuerca Ajustable	2
26	Arandela Plano Ø10.5x20x2.0	2
27	Tuerca M10x3.0	2
28	Polea Pequeña Ø14x94	1
29	Cinta 230J	1
30	Cinta 220J	1
31	Tuerca Hex M8x20	2
32	Arandela Plano Ø8.5xØ24	2
33	Eje Ø15x104	1
34	Buje Ø20xØ25x10mm	4
35	Buje Ø20xØ24x20mm	2
36	Iman	1
37	Arandela de Presión	1
38	Tornillo M6x10	1
39	Cable de sensor	1
40	Tornillo M10x110	1
41	Buje Ø28xØ10.5	2
42	Tubo Ajustable	1
43	Arandela Plano	2
44	Tuerca M10	2
45	Perilla de Liberación	2
46	Buje 32x1.5/25x1.5	1
47	Juego de Ajuste	1

N.º	Descripción	Cantidad
48	Tornillo M48x48	1
49	Tapón Extremo Ø25.4	3
50	Arandela Plano Ø8xØ18	7
51	Tuerca M8	4
52	Rueda	1
53	Tapón 15x20	3
54	Marco Principal Trasero	1
55	Marco Principal Frontal	1
56	Tapón 30x60	1
57	Clavija Ø10x116	1
58	Cubierta	1
59	Correa de Tobillo	1
60	Tornillo Hexagonal M6x60	2
61	Rueda Ø34x16	2
62	Rueda Ø38x14	4
63	Tuerca M6	2
64	Soporte	2
65	Clavija Ø10x53	4
66	Aro Ø10	4
67	Tubo de Asiento	1
68	Asiento	1
69	Perno M8x75	2
70	Tubo de Respaldo	1
71	Tapón 30x30mm	1
72	Tapón 15x30mm	4
73	Perno M8x75	1
74	Tornillo	4
75	Arandela Plano Ø6xØ14	6
76	Tubo Trasero	1
77	Respaldo	1
78	Manija	2
79	Banda de Ejercicio Ø6x1080mm	2
80	Perilla de Tensión	1
81	Arandela Plano Ø5.5xØ12	1
82	Tornillo M5x50	1
83	Cable de Agarre de Pulso	1
84	Manubrio	1
85	Tornillo M5x12	4
86	Contador	1
87	Tornillo M6x15	4
88	Arandela de Presión Ø6xØ14	4
89	Agarre de Espuma	2
90	Arandela Curvado	2
91	Agarre de Pulso	2
92L/R	Correa de Pedal (izq/Der)	2
A	Llave S13-14-15	1
B	Llave Allen S5	1

# PAQUETE DE HERRAMIENTO



#1 M8\*65 4PCS



#2 Ø8\*Ø18 4PCS



#3 Ø8\*Ø14 4PCS



#4 M8 4PCS



#75 Ø6\*Ø14 2PCS



#90 Ø6\*Ø14 2PCS



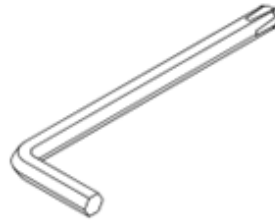
#87 M6\*15 4PCS



#88 Ø6\*Ø14 4PCS

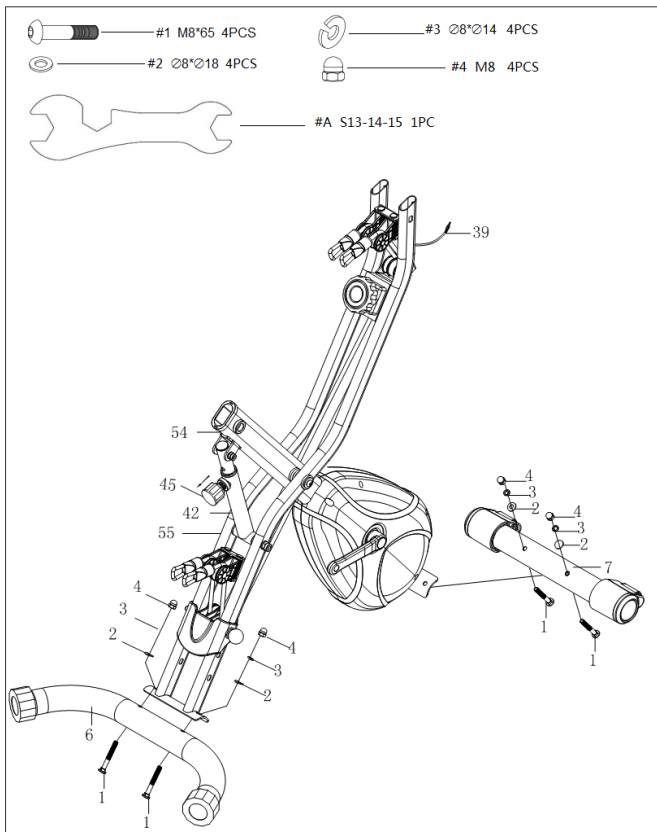


#A S13-14-15 1PC



#B S5 1PC

# INSTRUCCIONES DE ARMADO

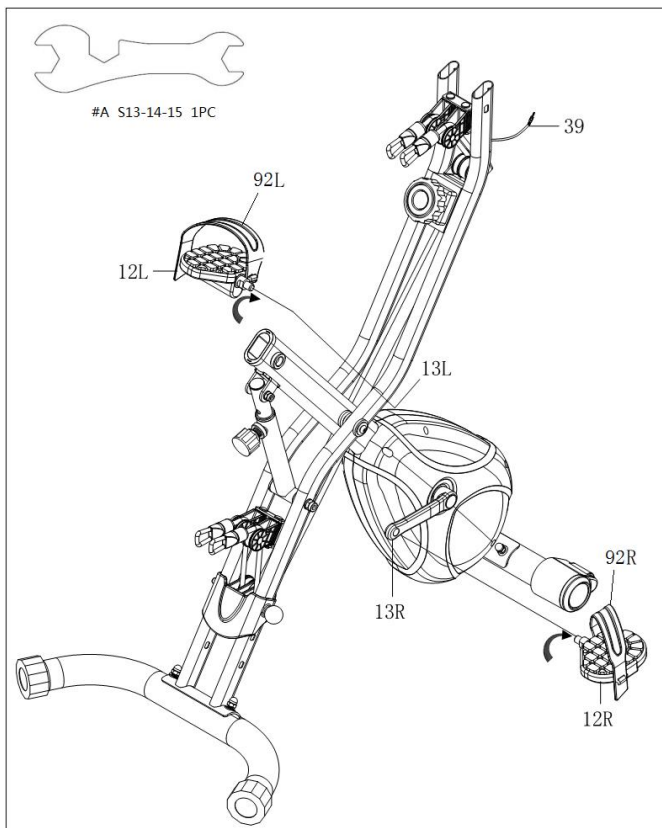


## PASO 1:

Afloje y retire 2 **Perilla de Liberación (n.º 45)** del **Marco Principal (n.º 54 y 55)** y despliegue.

Anexar **Estabilizador Trasero (n.º 6)** al **Marco Principal (n.º 54 y 55)** con 2 **Arandela Curvado (n.º 2)**, 2 **Arandela de Presión (n.º 3)**, 2 **Perno (n.º 1)** y 2 **Tuerca Ciega (n.º 4)**. Asegurar y apriete con **Llave (No. A)**.

Anexar **Estabilizador Frontal (n.º 7)** al **Marco Principal (n.º 54 y 55)** con 2 **Arandela Curvado (n.º 2)**, 2 **Arandela de Presión (n.º 3)**, 2 **Perno (n.º 1)** y 2 **Tuerca Ciega (n.º 4)**.



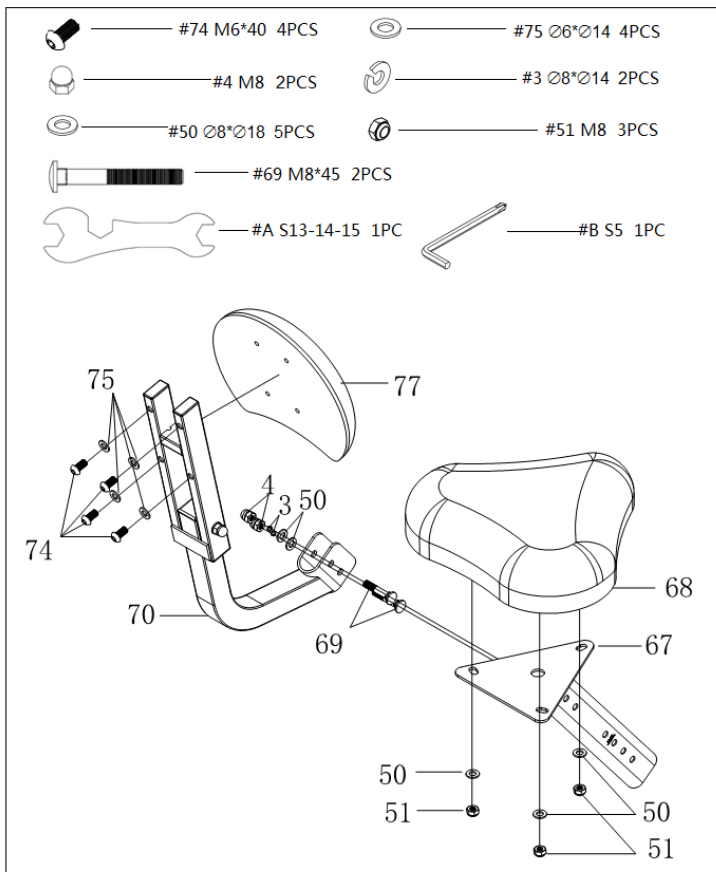
## PASO 2:

El **pedal izquierdo (12L)** está marcado con L y el **pedal derecho (12R)** con la marca R. Gira la perilla de resistencia completamente hacia la derecha para inmovilizar las bielas.

Conecte el **Pedal Izquierdo (12L)** a la **Biela Izquierda (13L)** a 90°. Inserte con cuidado el **Pedal Izquierdo (12L)** a la **Biela Izquierda (13L)** y girando **Pedal Izquierdo (12L)** en sentido hacia la izquierda y usar **Llave (No.A)** para apretar.

Conecte el **Pedal Derecho (12R)** a la **Biela Derecha (13R)** a 90°. Inserte con cuidado el **Pedal Derecho (12R)** a la **Biela Derecha (13R)** y girando **Pedal Derecho (12R)** en sentido hacia la derecha y usar **Llave (No.A)** para apretar.

Fije las correas de los pedales a los **pedales (12 Izq / Der)**.



### PASO 3:

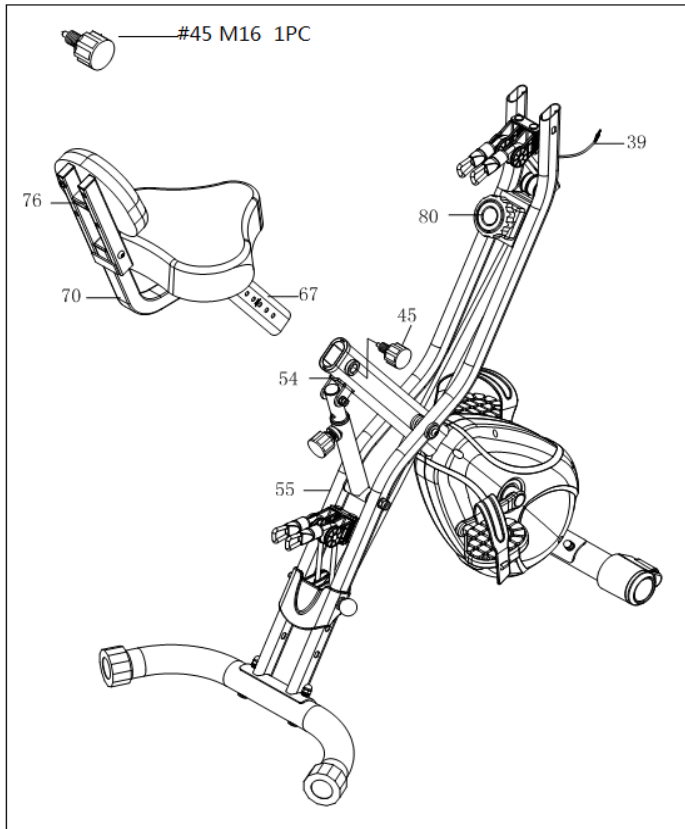
Retire las 3 **Tuercas de Nylon (No. 51)** preensambladas y las 3 **Arandelas Planas (No. 50)** de la parte posterior del **Asiento (No. 68)** con **Llave (No. A)**.

Fije el **Asiento (No. 68)** al **Tubo del Asiento (No. 67)** y sujételo con 3 **Tuercas de Nylon (No. 51)** y 3 **Arandelas Planas (No. 50)**. Asegure y apriete con **Llave (No. A)**.

Retire los 2 **Pernos (No. 69)** preensamblados, 2 **Arandelas Plana (No. 50)**, 2 **Tuercas Ciegas (No. 4)** y 2 **Arandelas de Presión (No. 3)** del **Tubo del Respaldo (70)** con **Llave (No. A)**.

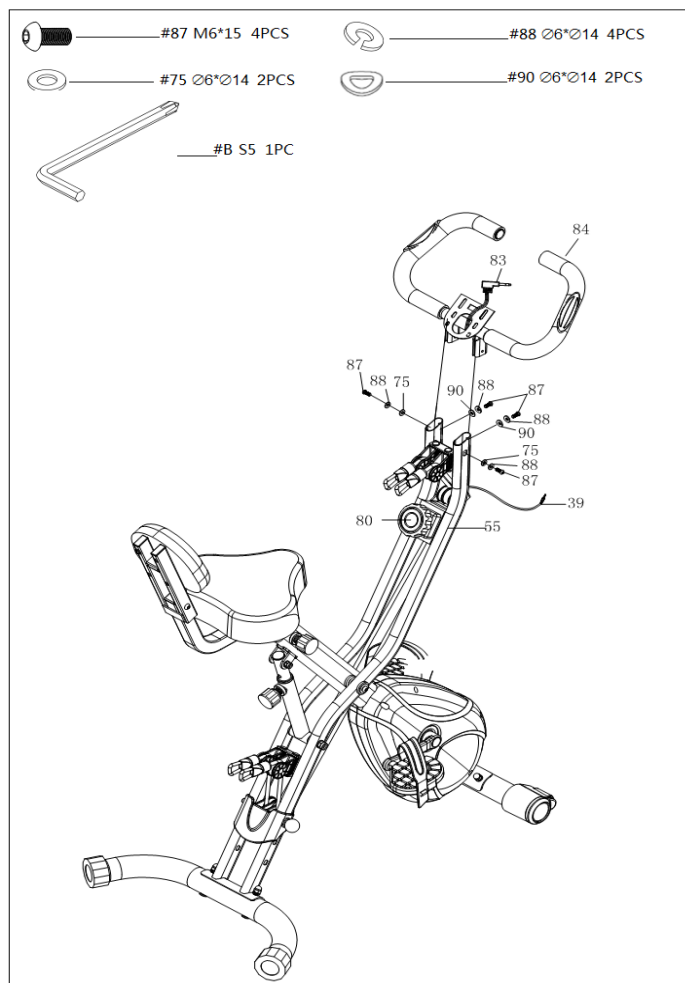
Conecte el **Tubo del Respaldo (No. 70)** al **Tubo del Asiento (No. 67)** y asegúrelo con 2 **Pernos (No. 69)**, 2 **Arandelas Planas (No. 50)**, 2 **Arandelas de Presión (No. 3)** y 2 **Tuercas Ciegas (No. 4)**. Asegure y apriete con **Llave (No. A)**.

Retire los 4 **Tornillos** preensamblados (No. 74) y 4 **Arandelas Planas (No. 75)** del **Respaldo (No. 77)** con la **Llave Allen (No. B)**. Luego, conecte el **Respaldo (No. 77)** al **Tubo del Respaldo (No. 70)** con 4 **Tornillos (No. 74)** y 4 **Arandelas Planas (No. 75)** que se quitaron. Asegure y apriete con la **Llave Allen (No. B)**.



#### PASO 4:

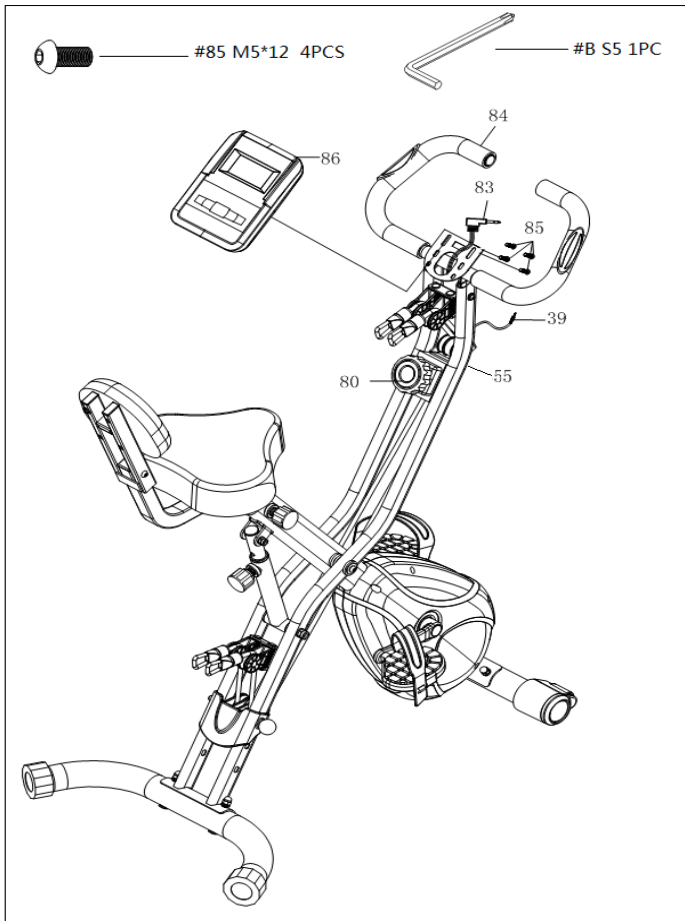
Afloje y extraiga la **Perilla de Liberación (No. 45)**, luego inserte el **Tubo del Asiento (No. 67)** en el **Marco Principal Trasero (No. 54)**. Inserte y apriete la **Perilla de Liberación (No. 45)** para asegurarla.



#### PASO 5:

Conecte el **Manubrio (No. 84)** al **Marco Principal Frontal (No. 55)** con 4 **Tornillos (No. 87)**, 2 **Arandelas Planas (No. 75)**, 2 **Arandelas Curvado (No. 90)** y 4 **Arandelas de Presión (No. 88)**. Asegure y apriete con la **Llave Allen (No. B)**.



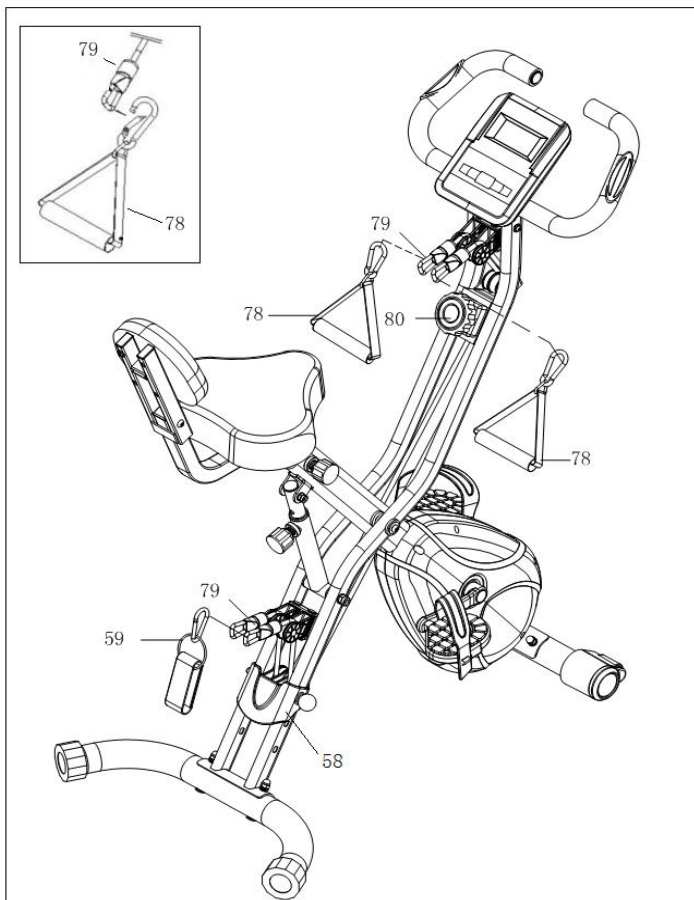


## PASO 6

Retire los 4 Tornillos (No. 85) de la parte posterior del **Contador (No. 86)** con la **Llave Allen (No. B)**.

Conecte el **Contador (No. 86)** al **Marco Principal Frontal (No. 55)** con los 4 **Tornillos (No. 85)** que se quitaron. Inserte el **Cable del Sensor (No. 39)** en el orificio en la parte posterior del **Contador (No. 86)**. Asegúrese de que el cable no quede atrapado cuando conecta el contador.

Inserte el **Cable de Pulso (No. 83)** en el orificio en la parte posterior del **Contador (No. 86)**.

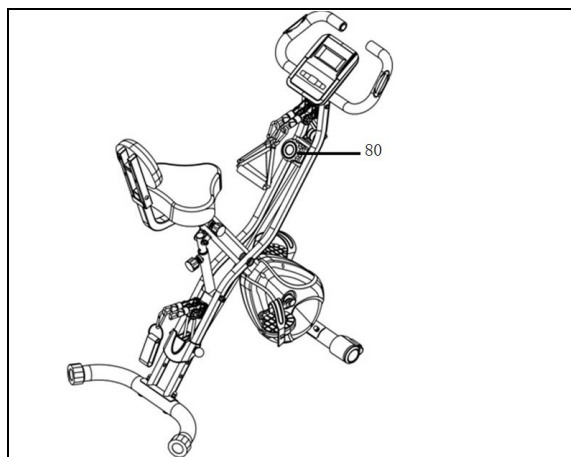


## PASO 7

Conecte la **Correa de Tobillo (No. 59)** a las **Bandas de Ejercicio (No. 79)** encima de la **Cubierta (No. 58)**.

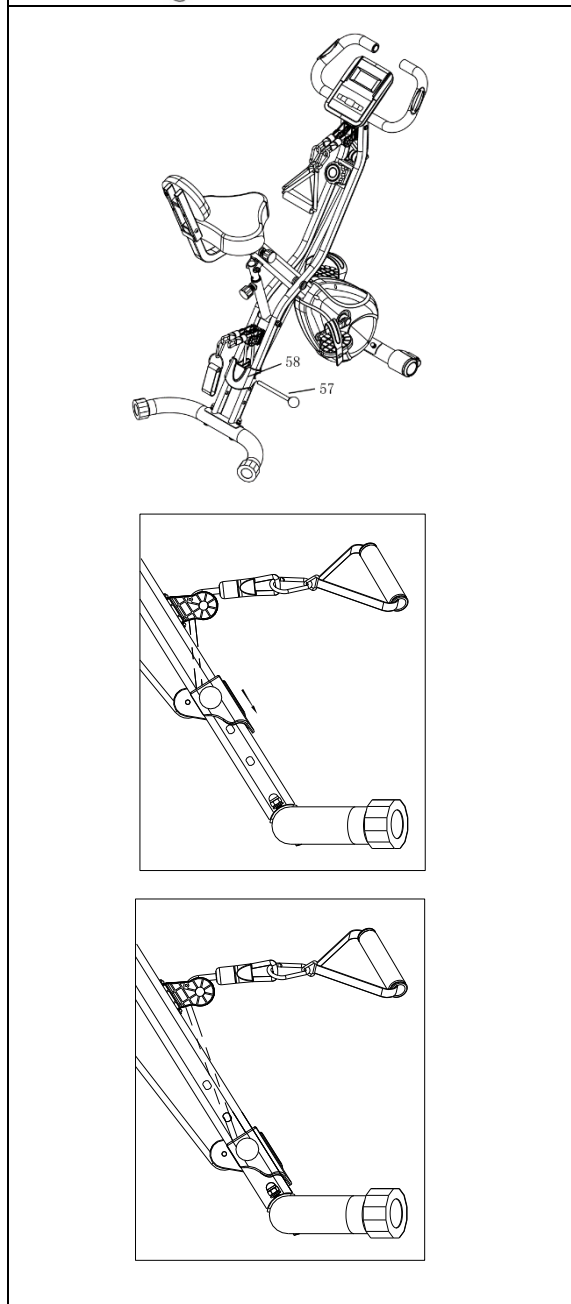
Conecte las 2 **Manija (No. 78)** a las **Bandas de Ejercicio (No. 79)** encima de la **Perilla de Tensión (No. 80)**.

# AJUSTES & GUÍA DE USO



## AJUSTANDO LA TENSIÓN DE LA BICICLETA

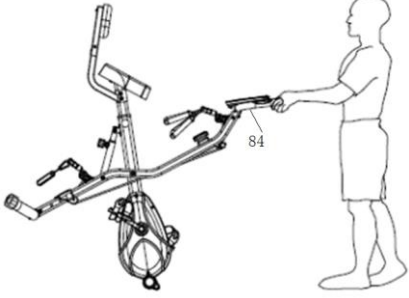
Ajuste la tensión de la bicicleta girando la perilla de tensión (No. 80) hacia la derecha para aumentar el nivel de resistencia. Gire la perilla hacia la izquierda para disminuir el nivel de resistencia.



## AJUSTE DE LA TENSIÓN DE LAS BANDAS DE EJERCICIOS

Ajuste la tensión de las **Bandas de Ejercicios (No. 79)** tirando de la **Clavija (No. 57)** y moviendo la **Cubierta (No. 58)** al ajuste deseado. Inserte el **Clavija (No. 57)** en uno de los tres agujeros.

# AJUSTES & GUÍA DE USO

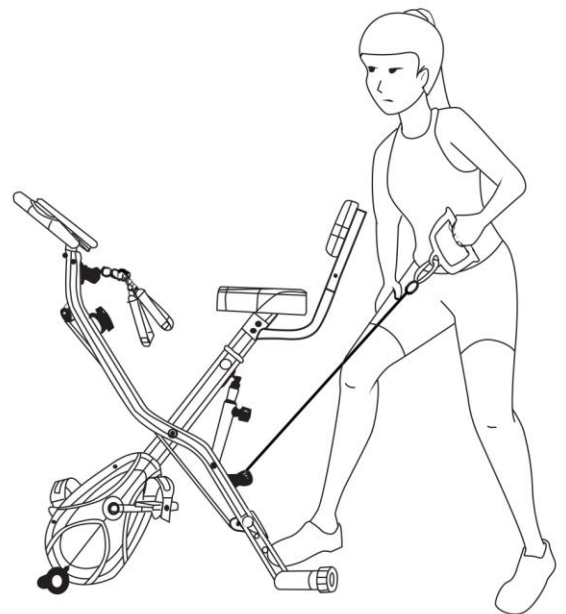
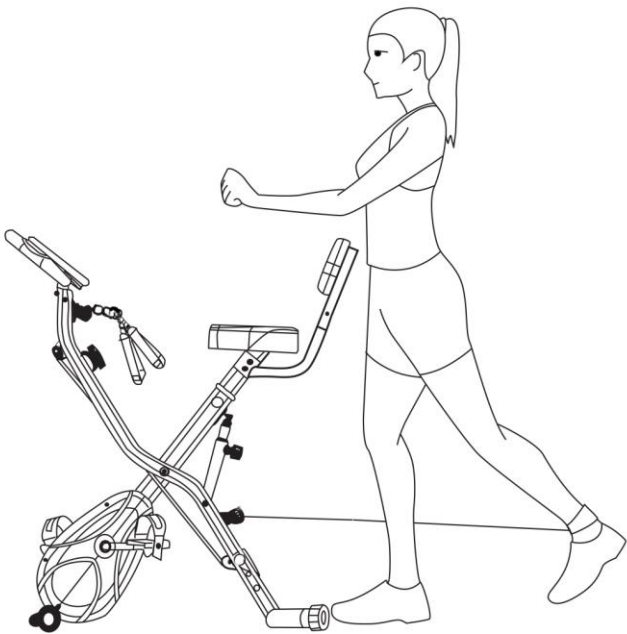
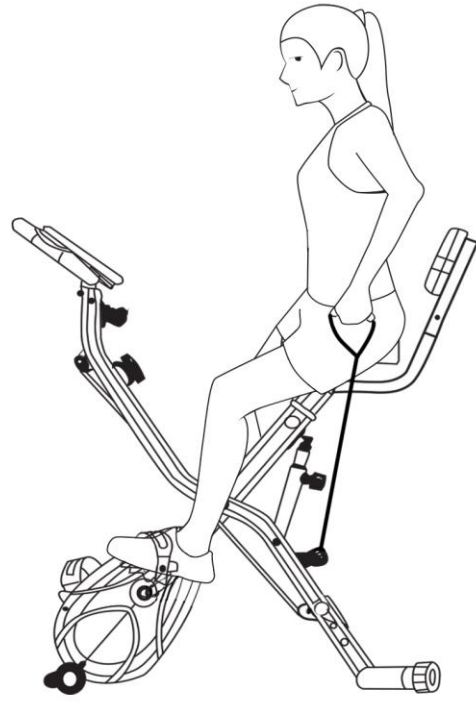
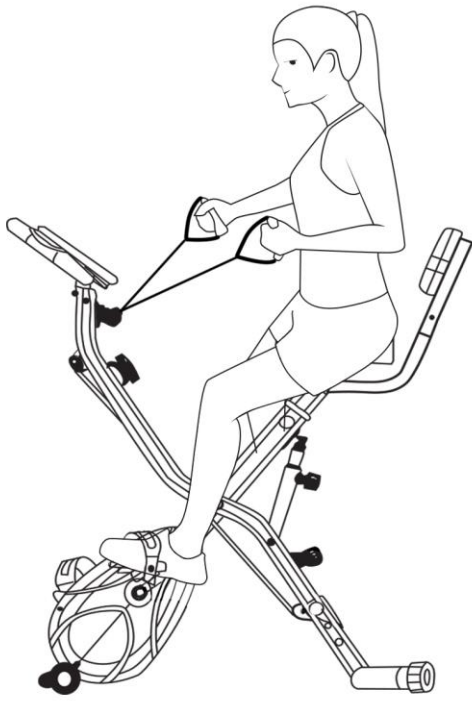
	<p><b>MOVIENDO LA BICICLETA</b></p> <p>Primero doble la bicicleta de acuerdo con las instrucciones anteriores.</p> <p>Para mover la bicicleta, sostenga el <b>Manubrio (No. 84)</b> e incline la bicicleta hasta que la rueda móvil situada en la cubierta del estabilizador frontal toque el suelo. Con las ruedas en el suelo, puede transportar la bicicleta a la ubicación deseada con facilidad.</p>
<p><b>LIMPIEZA</b></p> <p>La bicicleta se puede limpiar con un paño suave y limpio. No use abrasivos o solventes en piezas de plástico. Por favor, limpie su transpiración de la bicicleta después de cada uso. No ponga humedad en el panel de la pantalla de la computadora, ya que esto podría causar un riesgo eléctrico o la falla de la electrónica.</p> <p>Mantenga la bicicleta, especialmente la computadora, fuera de la luz solar directa para evitar daños en la pantalla.</p> <p>Por favor, inspeccione todos los pernos y pernos de montaje en la máquina semanalmente para asegurarse de que estén bien apretados.</p>	
<p><b>ALMACENAMIENTO</b></p> <p>Guarde la bicicleta en un ambiente limpio y seco, lejos de los niños.</p>	

## SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

<b>PROBLEMA</b>	<b>SOLUCIÓN</b>
No hay pantalla en la computadora.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Verifique que el cable que proviene del bastidor principal delantero esté conectado correctamente a la computadora.</li> <li>2. Verifique si las baterías están colocadas correctamente y si los resortes de la batería están en contacto con las baterías.</li> <li>3. Las baterías en la computadora pueden estar muertas. Cambia a baterías nuevas.</li> </ol>
La bicicleta se tambalea cuando está en uso.	Gire la tapa del estabilizador trasero en el estabilizador trasero según sea necesario para nivelar la bicicleta.
La bicicleta hace chirridos cuando está en uso.	Los tornillos pueden haberse aflojado en la bicicleta. Por favor, inspeccione todos los pernos y apriete los pernos aflojados.

# INSTRUCCIONES DE ARMADO

Usando Total Body Bike, puedes hacer una variedad de ejercicios.



# COMPUTADORA DE EJERCICIOS

**AUTO ENCENDIDO / APAGADO:** El medidor se encenderá cuando presione la tecla MODE. Después de 4 minutos de inactividad, el medidor se apagará automáticamente.

## **BOTONES DE FUNCIÓN**

**MODO:** Presione durante 2 segundos para encender el medidor.

**SET:** durante el modo STOP, presione para aumentar el valor de TIME, DISTANCE o CALORÍAS.

**RESTABLECER:** Durante el modo STOP, presione para borrar el valor o el valor de configuración a cero.

## **FUNCIONES**

1. **ESCANEAR:** El medidor rotará automáticamente la pantalla de las funciones en las funciones en siguiente orden: TIEMPO - VELOCIDAD - DISTANCIA - CALORÍAS - RPM - PULSO.

2. **HORA:** Muestra el tiempo de entrenamiento transcurrido (0:00 a 99:59).

3. **VELOCIDAD:** Muestra la velocidad de su entrenamiento (de 0.0 a 99: 0 millas por hora).

4. **DISTANCIA:** Muestra la distancia de cada entrenamiento (0 a 99.9 millas).

5. **CALORÍAS:** Muestra las calorías calculadas quemadas.

6. **PULSE:** muestra tu pulso en latidos por minuto.

## **INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN**

Presione MODE para encender el medidor. Presione MODE para seleccionar ESCANEAR o para seleccionar una función para ser mostrado.

### **FUNCIÓN DE CUENTA REGRESIVA (TIEMPO, DISTANCIA o CALORÍAS)**

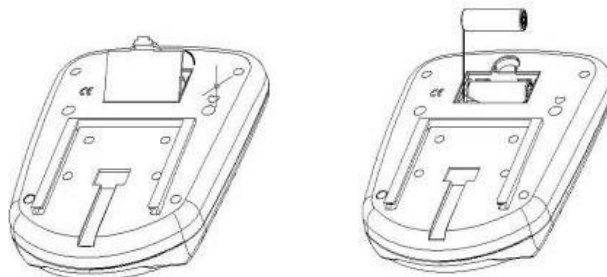
Durante el modo STOP, presione MODE para seleccionar TIME, DISTANCE o CALORIE. Presione SET para aumentar el valor Presione MODE para aceptar el valor establecido. Cuando empiezas a pedalear, el medidor hará una cuenta regresiva. Una vez que el medidor haya alcanzado 0, emitirá un pitido y comenzará a contar de nuevo.

## **BATERIAS**

Este medidor utiliza 2 pilas AA, que están incluidas.

Cómo reemplazar las baterías:

Quite la tapa de la batería de la carcasa inferior, luego reemplace las baterías.



Cuando cambie las pilas, cambie ambas al mismo tiempo. No mezcle tipos de batería. No mezcle pilas viejas y nuevas. Deseche la batería vieja de acuerdo con su pautas.

Versión 1.2