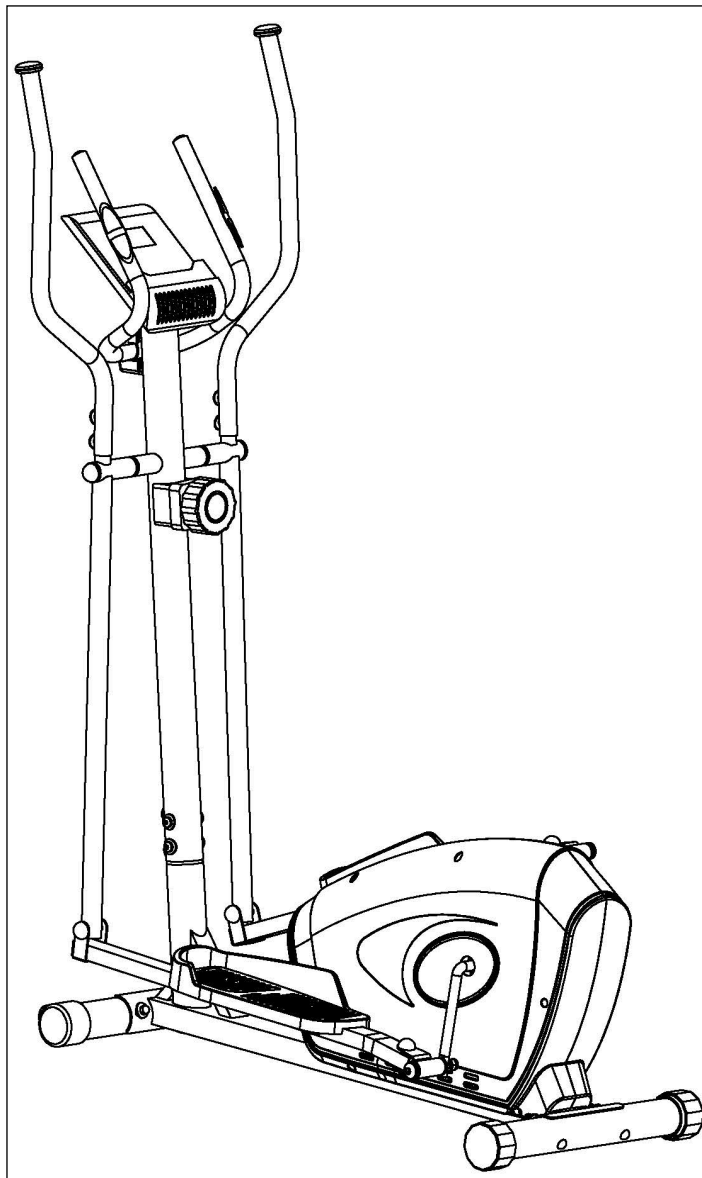




MAGNETIC ELLIPTICAL TRAINER

SF-E3607

USER MANUAL



English, Page 6~13 IMPORTANT: For customer service, please contact: support@sunnyhealthfitness.com.

Español, Page 14~22 IMPORTANTE: Para servicio al cliente, comuníquese a: support@sunnyhealthfitness.com.



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT



@SUNNYHEALTHFITNESS

SUNNYHEALTHFITNESS.COM/SIGNUP

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.

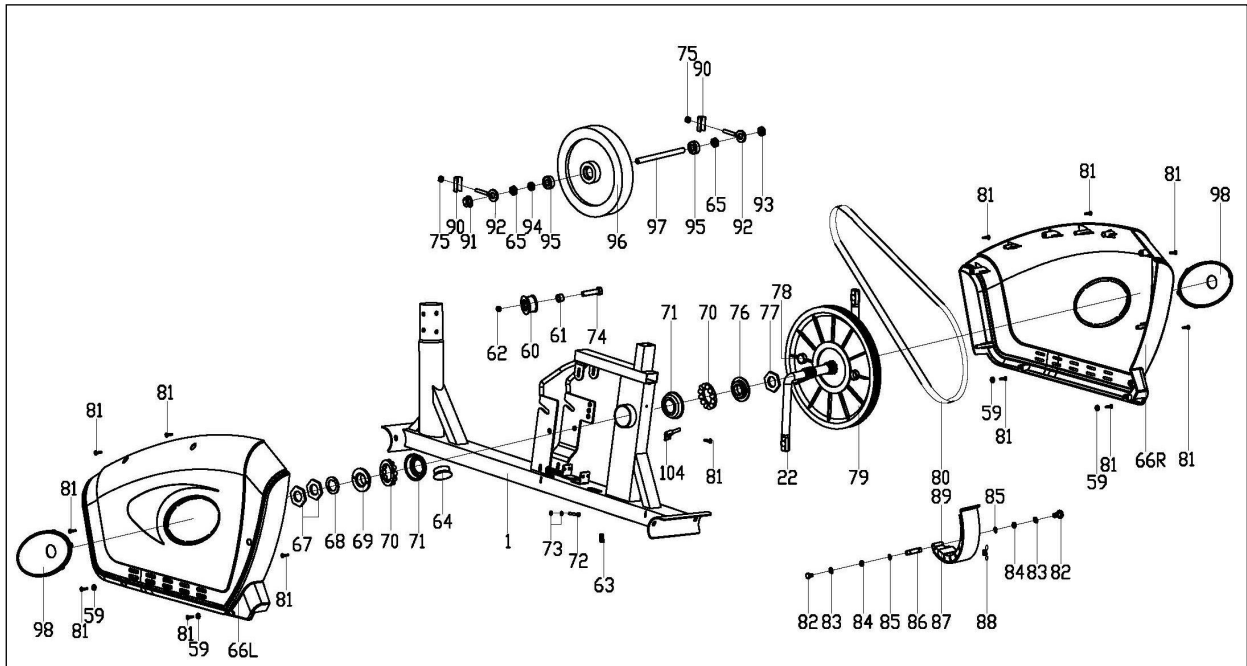
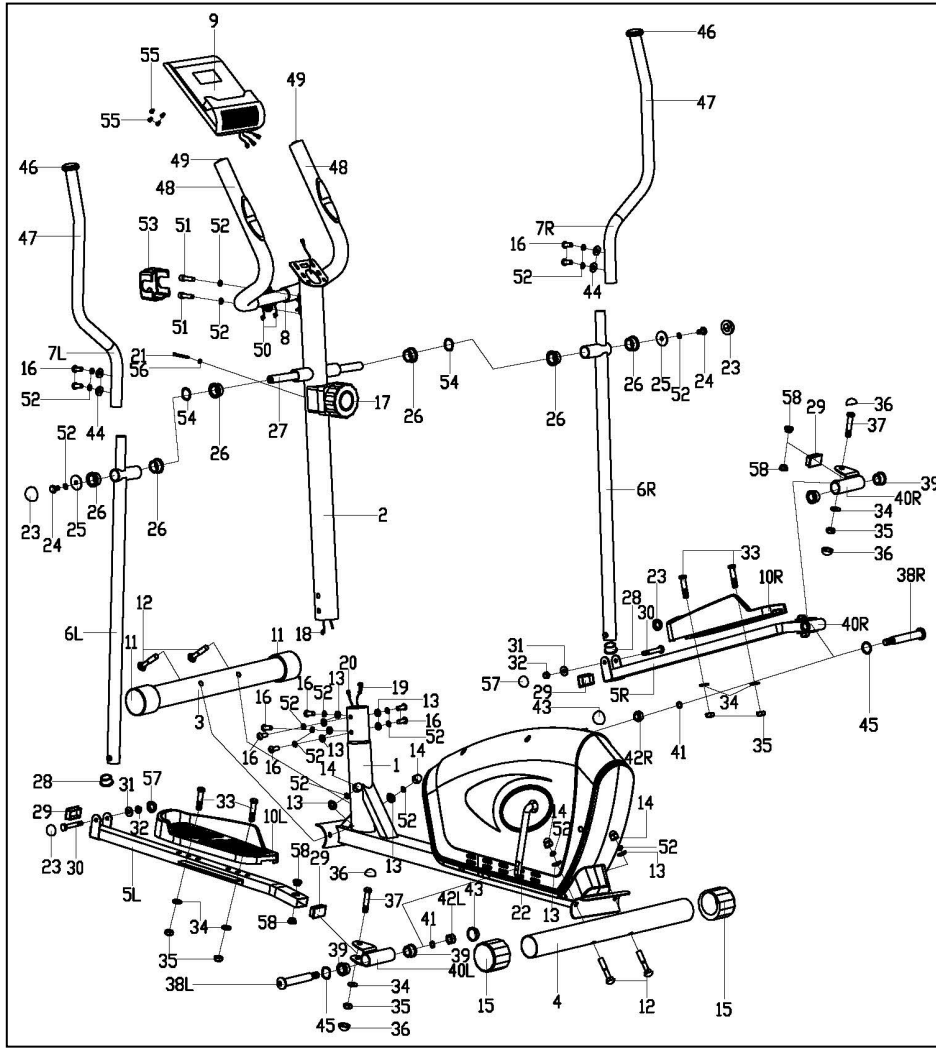
1. Before starting any exercise program, you should consult your physician to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk, or prevent you from using the equipment properly. Your physician's advice is essential if you are taking medication that 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 220 pounds (100 KG).
10. The equipment is not suitable for therapeutic use.
11. To avoid bodily injury and/or damage to the product or property, proper lifting and moving is required.
12. Your product is intended for use in cool, 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 leer todo el manual antes de ensamblar 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 del equipo conozcan todas las advertencias y precauciones.

1. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, debe consultar a su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que puede poner en riesgo su salud y seguridad o que podría impedir que utilice el equipo adecuadamente. El consejo de su médico es esencial en caso de que esté tomando algún medicamento que podría afectar su ritmo cardíaco, presión arterial o nivel de colesterol.
2. Esté atento a las señales de su cuerpo. Ejercitarse de manera incorrecta o excesiva puede dañar su salud. Deje de hacer ejercicio si experimenta alguno de los siguientes síntomas: dolor o presión en el pecho, latidos cardíacos irregulares, falta de aliento, sensación de desmayo, mareos o sensación de náuseas. Si experimenta alguna de estas condiciones, debe consultar a 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 al 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 del equipo durante el ejercicio, deje de utilizarlo inmediatamente y no lo utilice hasta que el problema se ha solucionado.
7. Use ropa adecuada mientras usa 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 máxima de peso de esta unidad es de 220 libras (100 KG).
10. Este equipo no es adecuado para uso terapéutico.
11. Para evitar lesiones corporales o daños al producto o propiedad, se requiere un levantamiento y traslado adecuados.
12. Su producto está diseñado para usar en un lugar fresco y seco. Debe evitar de tenerlo en lugares extremadamente fríos, calientes o húmedos, ya que podría provocar corrosión y otros problemas afines.
13. Este equipo está diseñado solamente para uso interior. No está diseñado para uso comercial.

EXPLODED DIAGRAM



PARTS LIST

No.	Description	Spec.	Qty.
1	Main Frame		1
2	Handlebar Post		1
3	Front Stabilizer		1
4	Rear Stabilizer		1
5 L/R	Pedal Support		1 pr.
6 L/R	Swing Tube		1 pr.
7 L/R	Handlebar		1 pr.
8	Handlebar		1
9	Computer		1
10L/R	Pedal		1 pr.
11	Front End Cap		2
12	Carriage Bolt	M8x76	4
13	Arc Washer	Φ20xΦ8.5 xR30	10
14	Acorn Nut	M8	4
15	Rear End Cap		2
16	Inner Hex Screw	M8x16	10
17	Tension Controller		1
18	Extension Wire		1
19	Tension Cable		1
20	Sensor Wire		1
21	Cross Pan Head Screw	M5x55	1
22	Crank		1
23	Cap	S14	4
24	Hex Bolt	M8x20	2
25	Flat Washer	Φ8.2xΦ32x2	2
26	Bushing	Φ32x2.5	6
27	Shaft		1
28	Round Cap	Φ32x1.5	2
29	Square Cap	□40x25x1.5	4
30	Hex Bolt	M8x55	2
31	Flat Washer	d8x1.5	2
32	Nylon Nut	M8	2
33	Hex Bolt	M10x45	4
34	Flat Washer	d10x1.5	6
35	Nylon Nut	M10	6
36	Cap	S17	4
37	Hex Bolt	M10x50	2
38L/R	Hinge Bolt	Φ16x69.5	1 pr.
39	Bushing	Φ24x20xΦ16.1	4
40L/R	Connecting Joint		1 pr.
41	Spring Washer	Φ13xB2	2
42L/R	Nylon Nut	B0.5x20	1 pr.
43	Cap	S19	2
44	Arc Washer	Φ20xd8.5 xR12.5	4

No.	Description	Spec.	Qty.
45	Wave Washer	D17x0.3	2
46	End Cap		2
47	Handlebar Grip		2
48	Foam Grip		2
49	Round Cap	Φ25x1.5	2
50	Pulse Wire		2
51	Inner Hex Bolts	M8x30	2
52	Spring Washer	D8	18
53	Clamp Cover		1
54	Wave Washer	Φ20xΦ28x0.3	2
55	Cross Pan Head Screw	M4x12	4
56	Arc Washer		1
57	Cap	S13	2
58	Bushing	Φ14x10xΦ10.1	4
59	Flat Washer	D5x1	4
60	Idler		1
61	Spacer		1
62	Nylon Nut	M10	1
63	Spring		1
64	Round Cap		1
65	Conical Thin Nut	M10x1	2
66L/R	Chain Cover		1 pr.
67	Nut		2
68	Washer		1
69	Two Slot Nut		1
70	Ball Bearing		2
71	Central Bowl		2
72	Hex Bolt		1
73	Hex Screw	M5	2
74	Hex Bolt	M10x40	1
75	Hex Screw	M6	2
76	Three Slot Nut		1
77	Big Washer		1
78	Round Magnet		1
79	Belt Pulley		1
80	Belt		1
81	Cross Pan Head Screw	ST4.2x18	13
82	Hex Bolt		2
83	Spring Washer		2
84	Washer		2
85	Axle Spring Washer		2
86	Magnetic Board Axle		1
87	Square Magnet		8
88	Spring		1

No.	Description	Spec.	Qty.
89	Magnetic Board		1
90	Adjusting Chain U Mat		2
91	Flange Nut	M10x1	1
92	Adjusting Chain Bolt		2
93	Hex Thin Nut	M10x1	1
94	Conical Spacer		1
95	Bearing	6000Z	2
96	Flywheel		1

No.	Description	Spec.	Qty.
97	Flywheel Axle		1
98	Crank Cover		2
99	Spanner	S=10,13,14,15,17	1
100	Wrench	S=6	1
101	Wrench	S=8	1
102	Spanner	S=17,19	1
103	Spanner	S=13,14	1
104	Sensor Bracket		1

LISTA DE PIEZAS


















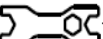

No.	Descripción	Espec.	Cant.
1	Estructura Principal		1
2	Poste de Manubrio		1
3	Estabilizador Frontal		1
4	Estabilizador Trasero		1
5 L/R	Soporte de Pedal		1 Juego
6 L/R	Tubo de Oscilación		1 Juego
7 L/R	Manubrio		1 Juego
8	Manubrio Fijo		1
9	Computadora		1
10 L/R	Pedal		1 Juego
11	Tapón Frontal		2
12	Perno de Carrocería	M8x76	4
13	Arandela	Φ20xΦ8.5 xR30	10
14	Tuerca Ciega	M8	4
15	Tapón Trasero		2
16	Tornillo Hexagonal	M8x16	10
17	Control de Tensión		1
18	Cable de Extensión		1
19	Cable de Tensión		1
20	Cable de Sensor		1
21	Perno de Cabeza Cruzada	M5x55	1
22	Manivela		1
23	Tapón	S14	4
24	Perno Hexagonal	M8x20	2
25	Arandela Plana	Φ8.2xΦ32x2	2
26	Buje Plastico	Φ32x2.5	6
27	Eje		1
28	Tapón Redondo	Φ32x1.5	2
29	Tapón Cuadrado	□40x25x1.5	4

No.	Descripción	Espec.	Cant.
30	Perno Hexagonal	M8x55	2
31	Arandela Plana	d8x1.5	2
32	Tuerca de Nylon	M8	2
33	Perno Hexagonal	M10x45	4
34	Arandela Plana	d10x1.5	6
35	Tuerca de Nylon	M10	6
36	Tapón	S17	4
37	Perno Hexagonal	M10x50	2
38 L/R	Perno de Bisagra	Φ16x69.5	1 Juego
39	Buje	Φ24x20 xΦ16.1	4
40 L/R	Conexión de Articulación		1 Juego
41	Arandela de Presión	Φ13xB2	2
42 L/R	Tuerca de Nylon (Izq/Der)	B0.5x20	1 Juego
43	Tapón	S19	2
44	Arandela	Φ20xd8.5 xR12.5	4
45	Arandela	D17x0.3	2
46	Tapón Extremo		2
47	Agarre de Manubrio		2
48	Agarre de Espuma		2
49	Tapón Redondo	Φ25x1.5	2
50	Cable de Pulso		2
51	Tornillo Hexagonal	M8x30	2
52	Arandela de Presión	D8	18
53	Cubierta de Abrazadera		1
54	Arandela	Φ20xΦ28 x0.3	2
55	Perno de Cabeza Cruzada	M4x12	4
56	Arandela		1
57	Tapón	S13	2
58	Buje	Φ14x10 xΦ10.1	4

No.	Descripción	Espec.	Cant.
59	Arandela Plana	D5x1	4
60	Rueda Reenvío		1
61	Espaciador		1
62	Tuerca de Nailon	M10	1
63	Resorte		1
64	Tapón Redondo		1
65	Tuerca	M10x1	2
66 L/R	Cubierta de Cadena		1 Juego
67	Tuerca		2
68	Arandela		1
69	Tuerca		1
70	Cojinete		2
71	Cubierta Central		2
72	Perno Hexagonal		1
73	Tornillo Hexagonal	M5	2
74	Perno Hexagonal	M10x40	1
75	Tornillo Hexagonal	M6	2
76	Tuerca		1
77	Arandela		1
78	Iman Circular		1
79	Polea de Banda		1
80	Banda		1
81	Tornillo	ST4.2x18	13

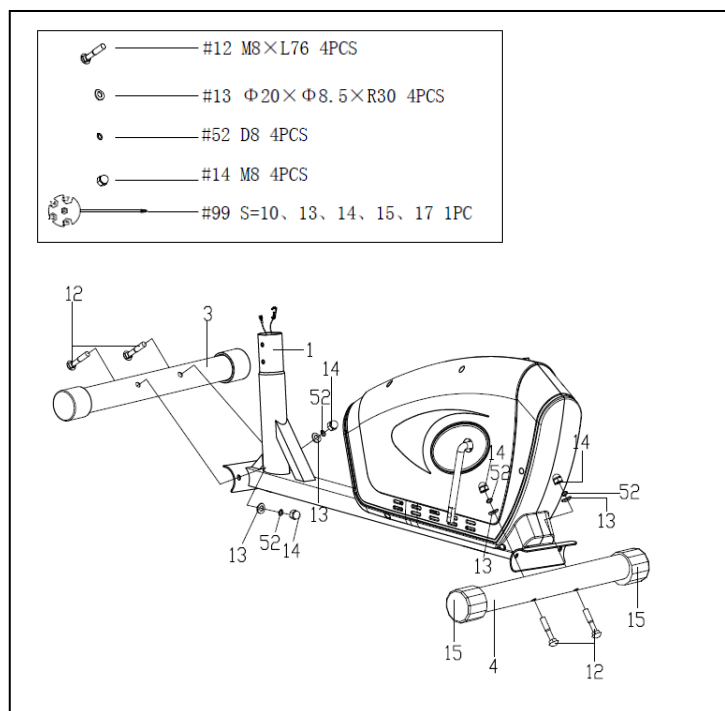
No.	Descripción	Espec.	Cant.
82	Perno Hexagonal		2
83	Arandela de Presión		2
84	Arandela		2
85	Arandela de Presión		2
86	Eje de Tablero Magnético		1
87	Iman Cuadrado		8
88	Resorte		1
89	Tablero Magnético		1
90	Tapete U de Ajuste de Cadena		2
91	Tuerca de Brida	M10x1	1
92	Perno de Cadena de Ajuste		2
93	Tuerca	M10x1	1
94	Espaciador		1
95	Cojinete	6000Z	2
96	Volante de Inercia		1
97	Eje de Volante		1
98	Cubierta de Manivela		2
99	Llave Inglesa	S=10,13,14,15,17	1
100	Llave	S=6	1
101	Llave	S=8	1
102	Llave Inglesa	S=17,19	1
103	Llave Inglesa	S=13,14	1
104	Soporte de Sensor		1

PAQUETE DE HERRAMIENTA

	#12 M8x76 4PCS		#13 $\Phi 20 \times \Phi 8.5 \times R30$ 4PCS
	#52 D8 4PCS		#14 M8 4PCS
	#33 M10x45 4PCS		#34 d10x1.5 4PCS
	#35 M10 4PCS		#30 M8x55 2PCS
	#31 d8x1.5 2PCS		#32 M8 2PCS
	#38 $\Phi 16 \times 69.5$ 2PCS		#41 $\Phi 13 \times B2$ 2PCS
	#42 B0.5*20 2PCS		#45 D17x0.3 2PCS
	#99 S=10,13,14,15,17 1PC		#100 S=6 1PC
	#101 S=8 1PC		#102 S=17,19 1PC
	#103 S=13,14 1PC		

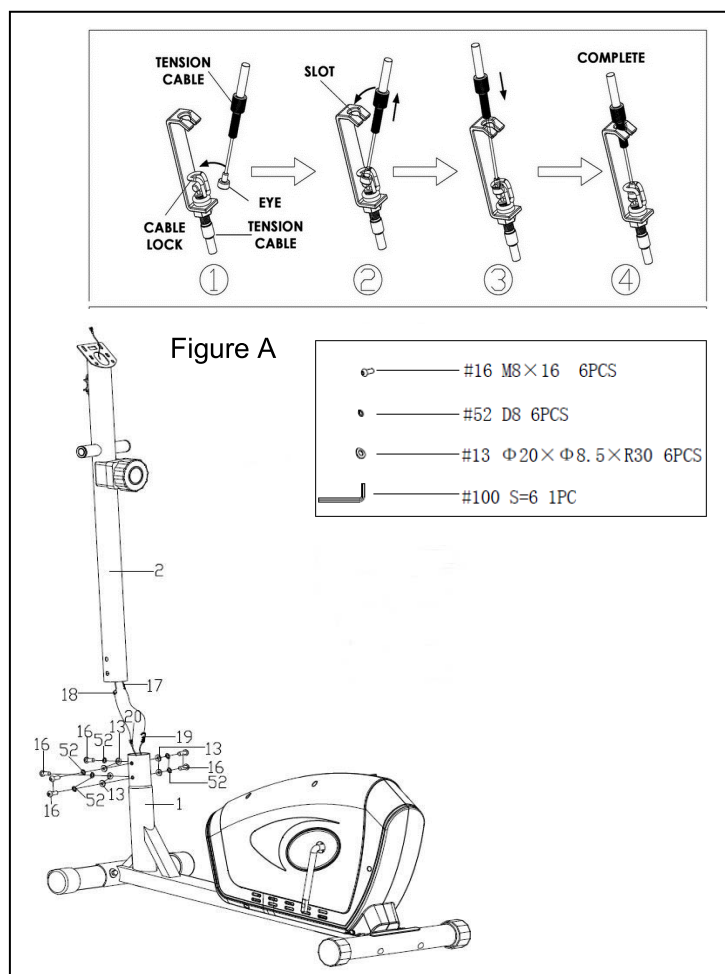
ASSEMBLY INSTRUCTIONS

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



STEP 1:

Attach the **Front & Rear Stabilizers (No. 3 & 4)** to the **Main Frame (No. 1)** with 4 **Carriage Bolts (No. 12)**, 4 **Spring Washers (No. 52)**, 4 **Arc Washers (No. 13)** and 4 **Acorn Nuts (No. 14)**. Tighten and secure with **Spanner (No. 99)**.



STEP 2:

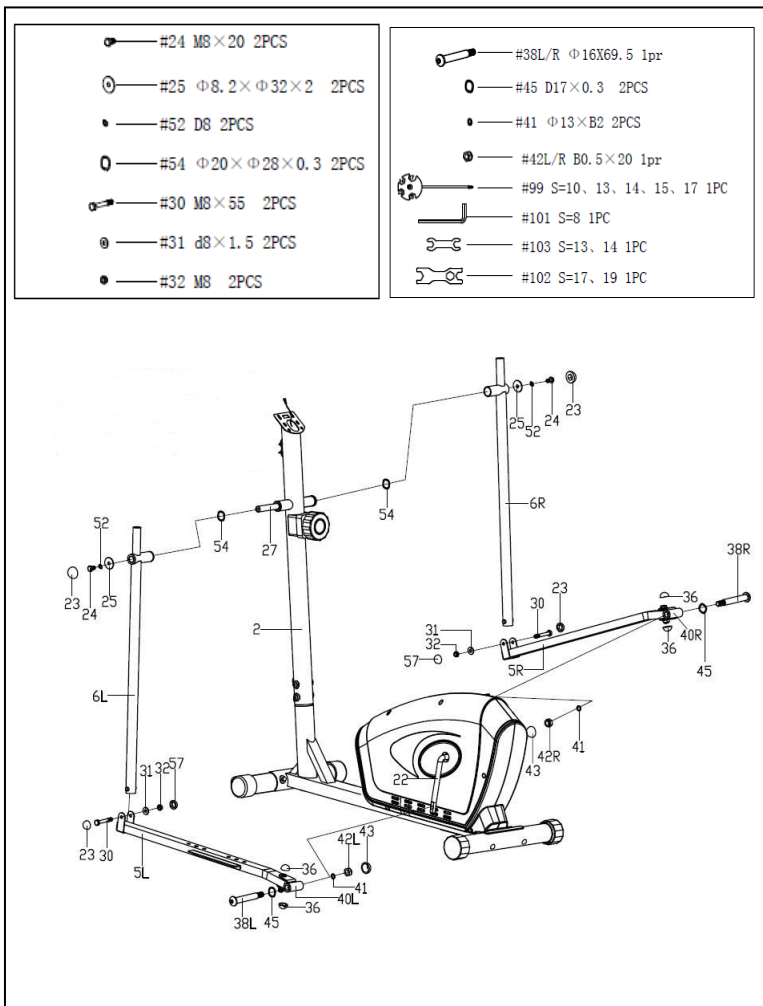
Check the **Tension Controller (No. 17)** is at Level 8 (highest resistance) to ensure the cable is the longest. Connect **Extension Wire (No. 18)** to **Sensor Wire (No. 20)** then connect the cable of **Tension Controller (No. 17)** to the hook of the **Tension Cable (No. 19)** as shown in Figure A.

1. Insert eye of upper tension cable into the cable lock.
2. Pull the tension cable so that you can insert the cable into the gap at the top of the metal bracket.
3. Lower the tension cable so that it sits on the metal bracket.

Remove pre-assembled 6 **Inner Hex Bolts (No. 16)**, 6 **Spring Washers (No. 52)** and 6 **Arc Washers (No. 13)** from **Main Frame (No. 1)**, then attach the **Handlebar Post (No. 2)** to the **Main Frame (No. 1)** with 6 **Inner Hex Bolts (No. 16)**, 6 **Spring Washers (No. 52)** and 6 **Arc Washers (No. 13)** that were removed. Tighten and secure with **Wrench (No. 100)**.

NOTE: Do not completely tighten the bolts yet.

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



STEP 3:

Remove pre-assembled 2 **Hex Bolts (No. 24)**, 2 **Spring Washers (No. 52)**, 2 **Flat Washers (No. 25)** and 2 **Wave Washers (No. 54)** from the **Shaft (No. 27)**.

Insert the **Shaft (No. 27)** into the **Handlebar Post (No. 2)** then insert **Wave Washer (No. 54)** and attach the **Left Swing Tube (No. 6L)** to the left side of **Shaft (No. 27)**. Next, put the other end with **Flat Washer (No. 25)**, **Spring Washer (No. 52)** and **Hex Bolt (No. 24)** that were removed onto **Shaft (No. 27)** to fix the other end. Tighten and secure with **Spanner (No. 99)** and **Spanner (No. 103)**.

NOTE: Do not completely tighten the bolts yet.

CAUTION:

Hinge Bolt (No. 38L/R) is label L or R. **Left Nylon Nut (No. 42L)** is black on the inside and **Right Nylon Nut (No. 42R)** is white on the inside.

Attach the **Left Pedal Support (No. 5L)** to the **Left Crank (No. 22)** with **Left Hinge Bolt (No. 38L)**, **Wave Washer (No. 45)**, **Spring Washer (No. 41)** and **Left Nylon Nut (No. 42L)**. Tighten and secure with **Wrench (No. 101)** and **Spanner (No. 102)**. Please note that you must turn the **Left Hinge Bolt (No. 38L)** counter-clockwise to tighten, and screw the **Left Nylon Nut (No. 42L)** clockwise onto the threaded end of the **Connecting Joint (No. 40L)**.

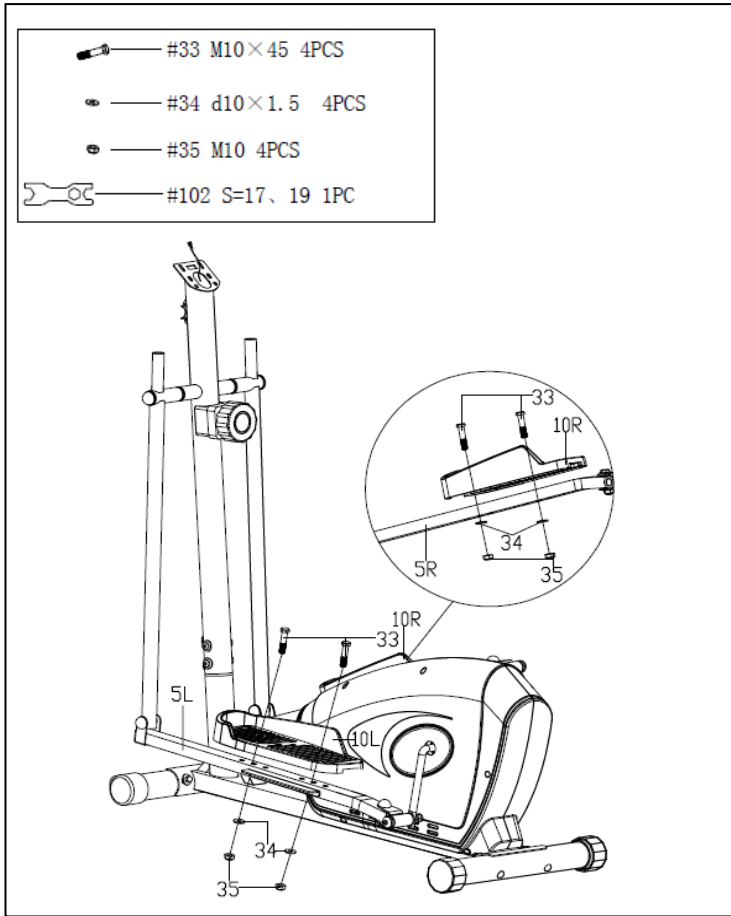
NOTE: Do not tighten the bolts yet.

Attach the **Left Swing Tube (No. 6L)** to the **Left Pedal Support (No. 5L)** with **Hex Bolt (No. 30)**, **Flat Washer (No. 31)** and **Nylon Nut (No. 32)** with **Spanner (No. 99)** and **Spanner (No. 103)**. Tighten **Hex Bolt (No. 24)**, **Hex Bolt (No. 30)** and **Left Nylon Nut (No. 42L)** using **Spanner (No. 99)** and **Spanner (No. 103)** and cover the bolts with 12 **Caps (No. 23 & 57 & 43 & 36)**.

Repeat the steps above to assemble the right side, but please note that you must turn the **Right Hinge Bolt (No. 38R)** clockwise to tighten, and screw the **Right Nylon Nut (No. 42R)** counter-clockwise onto the threaded end of the **Connecting Joint (No. 40R)**.

Tighten all the **Inner Hex Bolts (No. 16)** on the **Handlebar Post (No. 2)** for step 2 using **Wrench (No. 100)**.

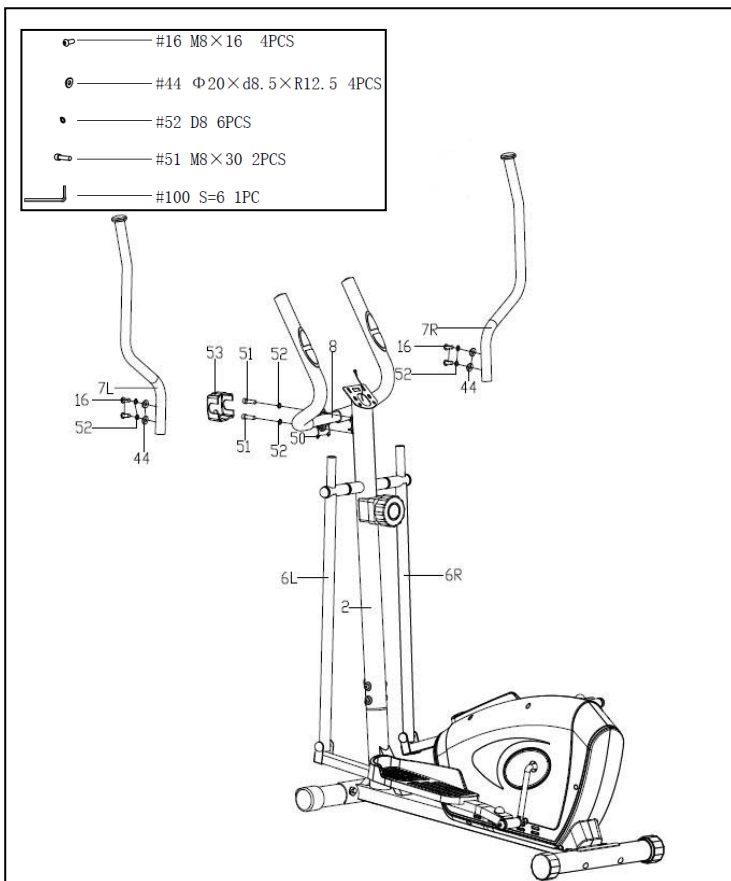
We value your experience using Sunny Health and Fitness products. For assistance with parts or troubleshooting, please contact us at support@sunnyhealthfitness.com or 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



STEP 4:

Attach the 2 **Pedals (10L/R)** to the corresponding 2 **Pedal Supports (No. 5L/R)** with 4 **Hex Bolts (No. 33)**, 4 **Flat Washers (No. 34)** and 4 **Nylon Nuts (No. 35)** using **Spanner (No. 102)**.

NOTE: There are 3 positions on the **Pedal Support (No. 5L/R)**, numbered 1,2, and 3, that you can install the **Pedals (No. 10L/R)**. Adjust the pedal position to suit your comfort level. Make sure both **Left & Right Pedals (No. 10 L/R)** are set at the same position numbers.



STEP 5:

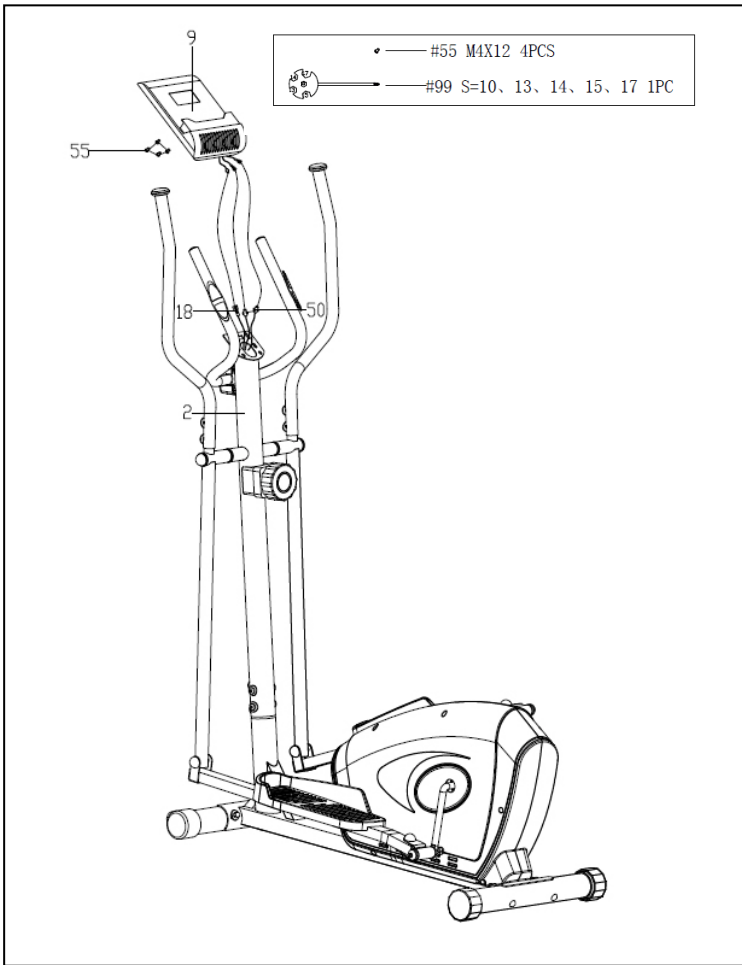
Insert the **Pulse Wire (No. 50)** through the hole of **Handlebar Post (No. 2)** then pull it out from the hole of computer bracket at the top of the **Handlebar Post (No. 2)**.

Remove pre-assembled 2 **Inner Hex Bolts (No. 51)** and 2 **Spring Washers (No. 52)** from the **Handlebar (No. 8)** first.

Fix **Handlebar (No. 8)** onto the **Handlebar Post (No. 2)** with 2 **Inner Hex Bolts (No. 51)** and 2 **Spring Washers (No. 52)** that were removed using **Wrench (No. 100)**. Lastly, put on the **Clamp Cover (No. 53)**.

Remove pre-assembled 4 **Inner Hex Bolts (No. 16)**, 4 **Spring Washers (No. 52)** and 4 **Arc Washers (No. 44)** from the **Swing Tubes (No. 6L/R)**. Attach the 2 **Handlebars (No. 7L/R)** to the corresponding **Swing Tubes (No. 6L/R)** and secure them with 4 **Inner Hex Bolts (No. 16)**, 4 **Spring Washers (No. 52)** and 4 **Arc Washers (No. 44)** using **Wrench (No. 100)**.

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



STEP 6:

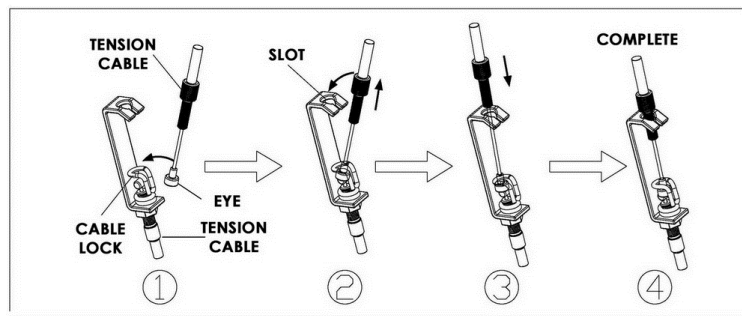
Remove pre-assembled 4 **Cross Pan Head Screws (No. 55)** from the back of the **Computer (No. 9)**. Connect **Extension Wire (No. 18)** and 2 **Pulse Wires (No. 50)** to the relevant wires of the **Computer (No. 9)**. Attach the **Computer (No. 9)** to the computer bracket of **Handlebar Post (No. 2)** with 4 **Cross Pan Head Screws (No. 55)** using **Spanner (No. 99)**.

Now, make sure you completely tighten all the bolts and screws from the previous steps.

The assembly is complete!

ADJUSTMENTS & USAGE GUIDE

1.If you find there is no difference between tension level 1 to level 8, check the connection of the tension cable. See Diagram below.

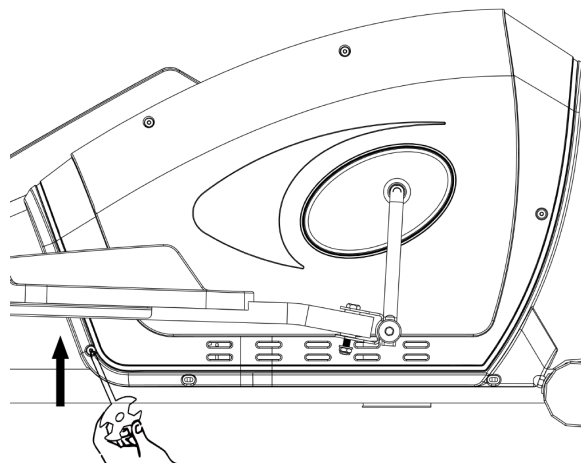


2.If the computer does not show numbers correctly, check the batteries. If the meter does not count the speed and time, check the connections of **Extension Wire (No. 18)** to the **Computer (No. 9)** and **Extension Wire (No. 18)** to **Sensor Wire (No. 20)**.

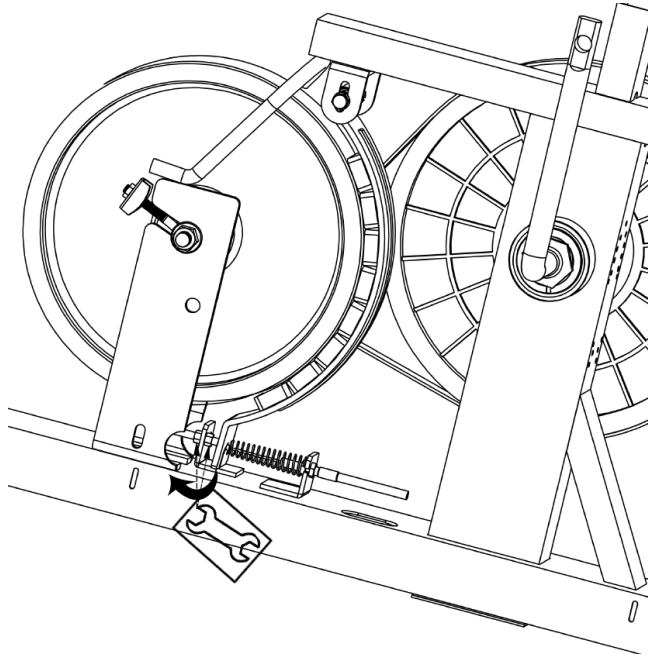
3.If you have difficulty putting **Hinge Bolts (No. 38L/R)** into the **Crank (No. 22)**, try moving the **Crank (No. 22)** to a different angle. Keep in mind the **Left Hinge Bolt (No. 38L)** has reverse threading and must be installed by turning counter-clockwise.

4.If you hear any noise when using the machine, please check if **Hinge Bolts (No. 38L/R)**, **Hex Bolt (No. 30)**, **Hex Bolt (No. 24)** and **Connecting Joint (No. 40)** are loose. You may remove these parts and add some lubricant oil to eliminate all noise possibilities, remember to tighten all the parts securely.

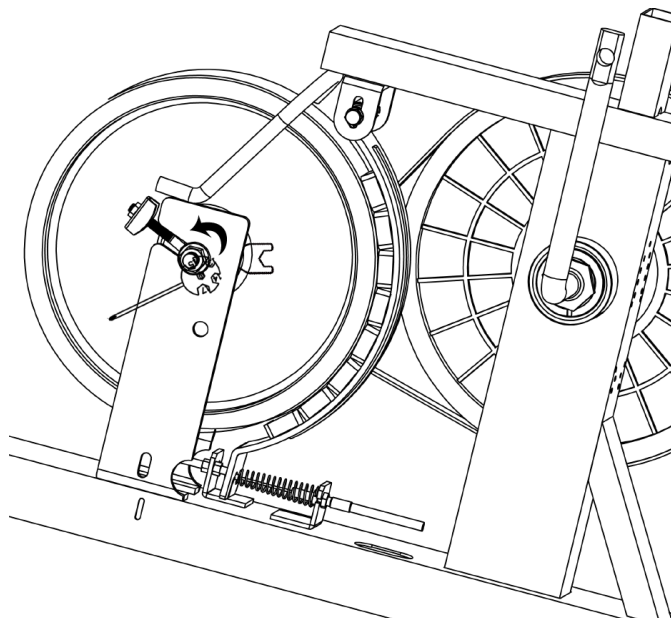
5.When you first use the machine, if you hear any unusual noises from the inside of the **Chain Cover (No. 66L/R)**, please loosen the screws on the chain cover about two rotations, then push the **Chain Cover (No. 66L/R)** up a little bit; finally, fasten the screws you loosened before. See the following diagram. (During shipping, the **Chain Cover (No. 66L/R)** can be dislocated, and the **Flywheel (No. 96)** may rub on the **Chain Cover (No. 66L/R)**).



6.If it is very hard to pedal on the higher tension levels, or you hear rubbing noises, please remove the **Chain Cover (No. 66L/R)**, and adjust the screw seen in the following diagram. You will need to lower the position of the screw by turning *counter-clockwise*; this will keep the **Magnetic Board (No. 89)** from contacting the magnetic flywheel. Before re-installing the **Chain Cover (No. 66L/R)**, test the tension level 8 to ensure the magnets do not touch the flywheel.

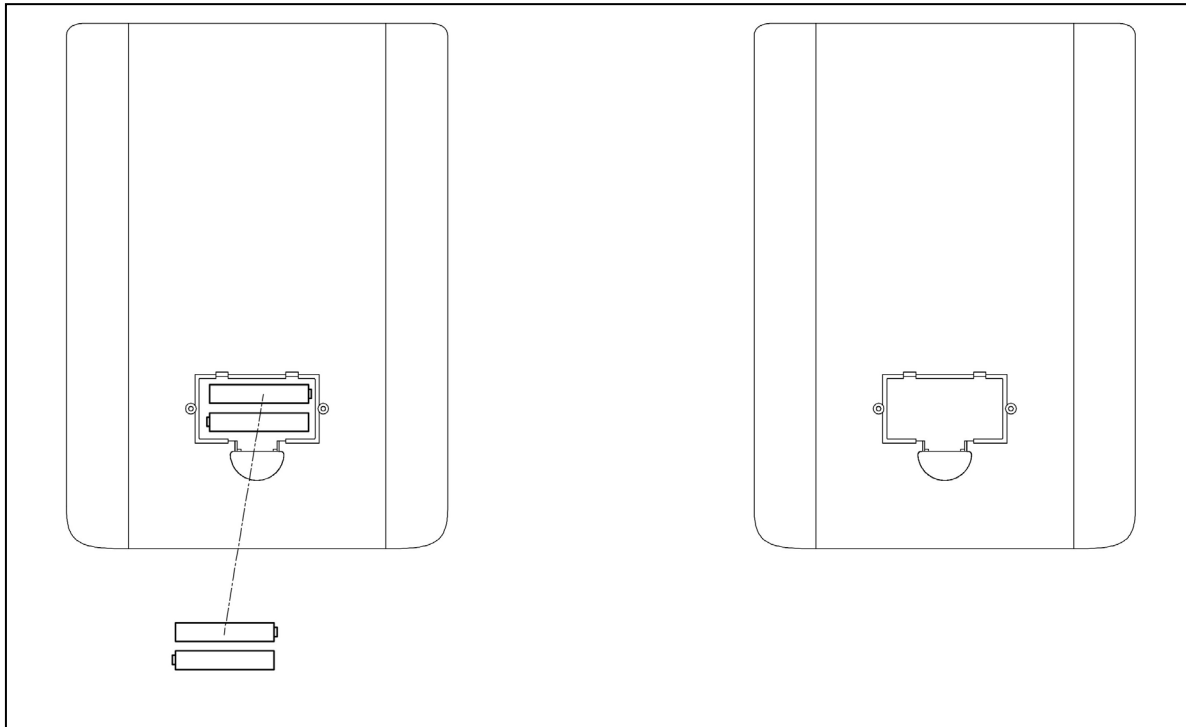


7.If you still hear noises after you did Step 5 and Step 6, please remove the **Chain Cover (No. 66L/R)**; loosen the screws for the **Flywheel (No. 96)** about a half of a rotation. See the following diagram.



8.If you feel the machine is uneven, please adjust the **Rear End Cap (No. 15)** on **Rear Stabilizer (No. 4)** by turning it. If the machine is wobbly when you use it, please consider adding an exercise mat under it.

BATTERY INSTRUCTION



BATTERY INSTALLATION:

The computer uses 2 AA batteries. Open the battery cover from the back of the computer, 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.

EXERCISE COMPUTER

SPECIFICATIONS:

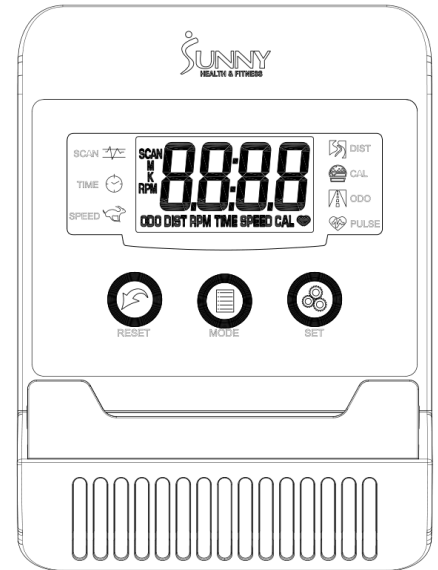
TIME.....00:00-99:59 MIN: SEC
SPEED.....0.0-999.9 MPH
DISTANCE.....0.00-99.99 MILES
CALORIES.....0.0-999.9 KCAL
ODOMETER.....0.0-9999 MILES
PULSE.....40-240 BPM

FUNCTION KEY:

MODE: Press to select function.

RESET: Press to reset the value back to zero.

SET: Press to preset the desired countdown of TIME, DISTANCE, or CALORIES.



OPERATION PROCEDURES:

1. AUTO ON/OFF:

If the elliptical is put into motion, or the **MODE** button is pressed the computer will turn on. After 4 minutes of inactivity, the computer will turn off.

2. RESET:

The computer can be reset by pressing and holding the **MODE** button for three seconds. Removing the batteries will also reset the computer and change all function values back to zero.

3. MODE:

To select the LOCK MODE setting press the **MODE** button when the pointer on the function you wish to select begins to blink (once locked only the selected function will be displayed).

4. FUNCTIONS:

TIME: Counts the total time of an exercise session from start to finish.

SPEED: Displays the current speed.

DISTANCE: Counts the total distance of an exercise session from start to finish.

CALORIES: Counts the total amount of calories burned during an exercise session from start to finish.

ODOMETER: Counts the total distance traveled from all workout sessions.

PULSE: Displays the user's current heart rate in beats per minute.

Place the palms of your hands on both of the pulse sensors, the computer will display your current heartbeat rate on the monitor. (This value is not intended for medical use)

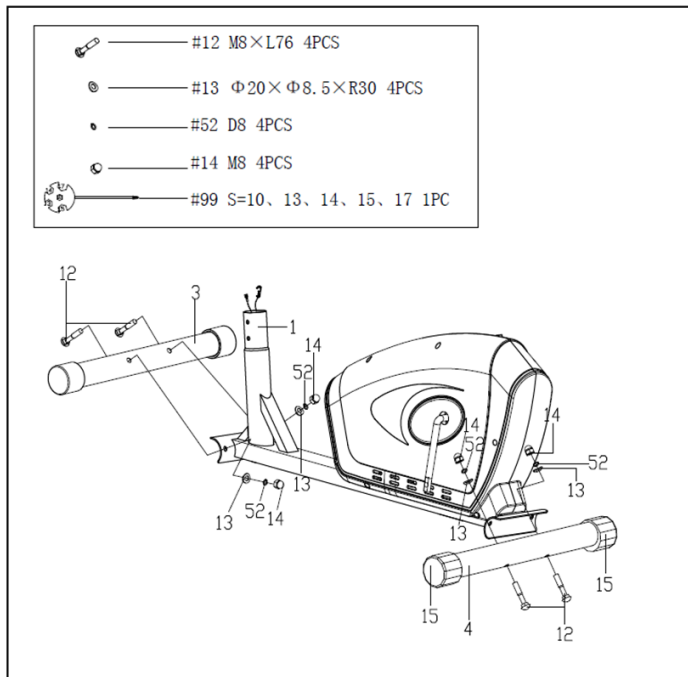
SCAN: Automatically displays all functions repeatedly.

BATTERY DISPOSAL: The meter uses 2 AA batteries, which are packed with the meter. Dispose the batteries according to the laws and regulations of your local region. Some batteries may be recycled. When disposing or recycling, do not mix battery types.

Version 1.6

INSTRUCCIONES DE ARMADO

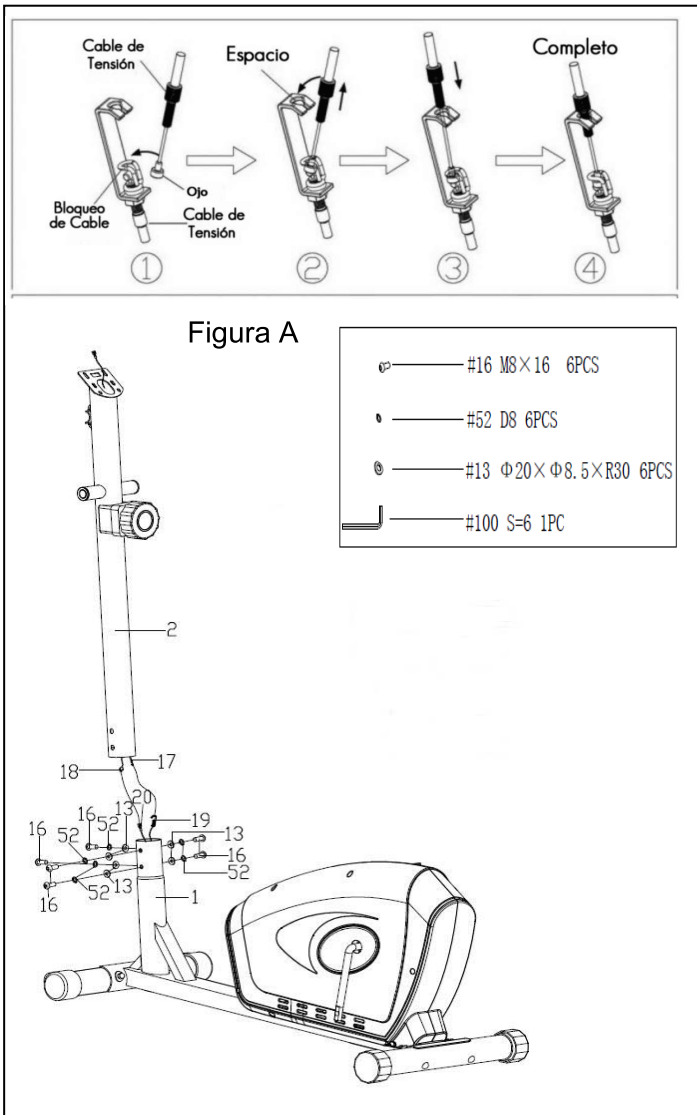
Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para asistencia con repuestos o solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 1:

Conecte los **Estabilizador Frontal y Trasero (No. 3 & 4)** al **Estructura Principal (No. 1)** con **4 Pernos de Carrocería (No. 12)**, **4 Arandelas de Presión (No. 52)**, **2 Arandelas (No. 13)** y **4 Tuercas Ciega (No. 14)**. Apriete y asegure con la **Llave Inglesa (No. 99)**.

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



PASO 2:

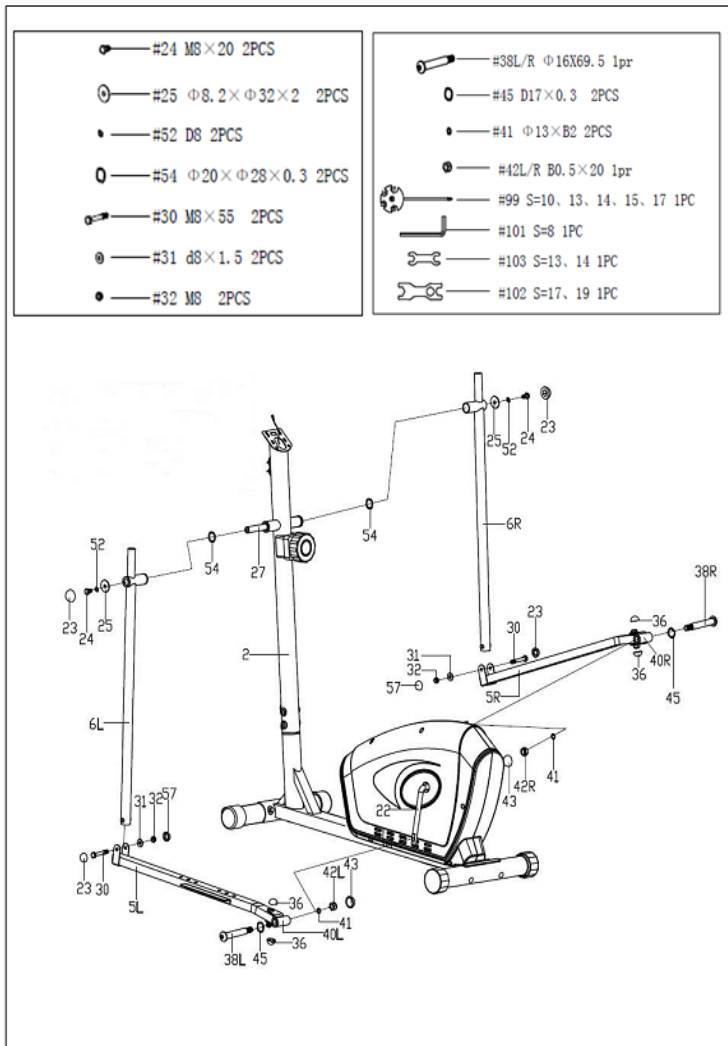
Verifique que el **Control de Tensión (No. 17)** esté en el nivel 8 (resistencia más alta) para asegurarse de que el cable sea lo más largo posible. Conecta la **Cable de Extensión (No. 18)** al **Cable de Sensor (No. 20)**, después conecta el cable del **Control de Tensión (No. 17)** al gancho del **Cable de Tensión (No. 19)** como muestra en Figura A.

1. Inserte el ojo del cable de tensión superior en el cable de bloqueo.
2. Tire del cable de tensión para que pueda insertar el cable en el espacio en la parte superior del soporte de metal.
3. Baje el cable de tensión para que se asiente en el soporte de metal.

Retire los 6 **Tornillos Hexagonales (No. 16)**, 6 **Arandelas de Presión (No. 52)** y 6 **Arandelas (No. 13)** del **Estructura Principal (No. 1)**, luego coloque el **Poste de Manubrio (No. 2)** al **Estructura Principal (No. 1)** con 6 **Tornillos Hexagonales (No. 16)**, 6 **Arandelas de Presión (No. 52)** y 6 **Arandelas (No. 13)** que se retiraron. Apriete y asegure con una **Llave (No. 100)**.

NOTA: No apriete completamente los pernos todavía.

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



PASO 3:

Retire los 2 **Pernos Hexagonales (No. 24)** pre-ensamblado, 2 **Arandelas de Presión (No. 52)**, 2 **Arandelas Planas (No. 25)** y 2 **Arandelas (No. 54)** del **Eje (No. 27)**.

Anexar el **Eje (No. 27)** al **Poste de Manubrio (No. 2)** e insertar la **Arandela (No. 54)** y anexar el **Tubo de Oscilación Izquierda (No. 6L)** al lado izquierdo del **Eje (No. 27)**. Luego, coloque el otro extremo con **Arandela Plana (No. 25)**, **Arandela de Presión (No. 52)** y **Perno Hexagonal (No. 24)** que fue retirado del **Eje (No. 27)**. Apriete y asegure con **Llave Inglesa (No. 99)** y **Llave Inglesa (No. 103)**.

NOTA: No apriete los pernos todavía.

PRECAUCIÓN:

El **Perno de Bisagra (No. 38)** tiene la etiqueta L o R. La **Tuerca de Nylon Izquierda (No. 42L)** está negra en el interior y la **Tuerca de Nylon Derecha (No. 42R)** es blanca en el interior.

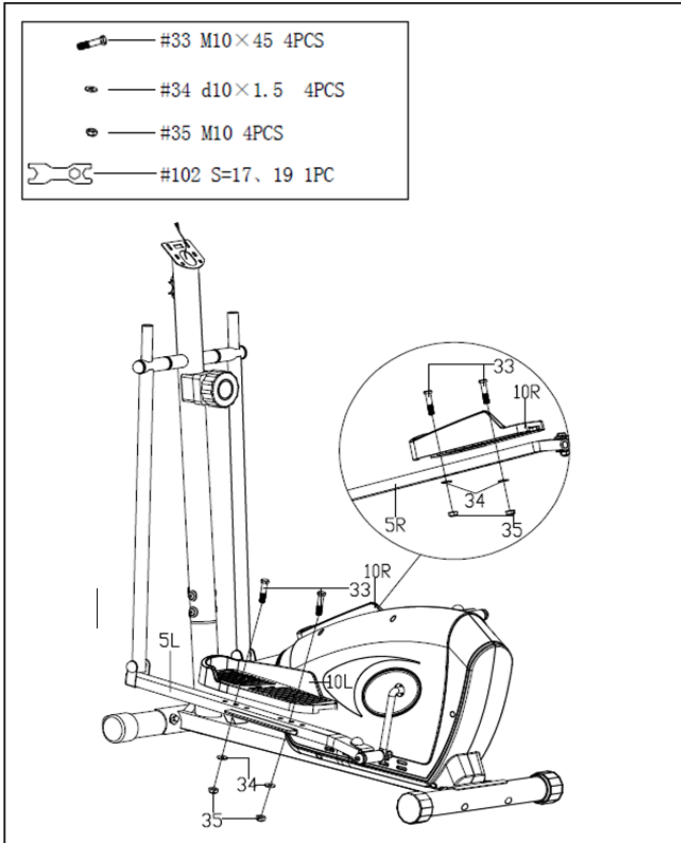
Anexar el **Soporte de Pedal Izquierda (No. 5L)** ante la **Manivela (No. 22)** usando el **Perno de Bisagra Izquierda (No. 38L)**, **Arandela (No. 45)**, **Arandela de Presión (No.41)** y **Tuerca de Nylon Izquierda (No. 42L)**. Apriete y asegure con la **Llave (No. 101)** y la **Llave Inglesa (No. 102)**. Tenga en cuenta que debe girar el **Perno de Bisagra Izquierda (No. 38L)** hacia la izquierda para apretarlo y atornillar la **Tuerca de Nylon Izquierda (No. 42L)** hacia la derecha en el extremo roscado de la **Conexión de Articulación Izquierda (No. 40L)**. **NOTA:** No apriete los pernos todavía.

Anexar el **Tubo de Oscilación Izquierda (No. 6L)** al **Soporte de Pedal Izquierdo (No. 5L)** con **Perno Hexagonal (No. 30)**, **Arandela Plana (No. 31)** y **Tuerca de Nylon (No. 32)**, la **Llave Inglesa (No. 99)** y la **Llave Inglesa (No. 103)**. Apriete el **Perno Hexagonal (No. 24)**, **Perno Hexagonal (No. 30)** y **Tuerca de Nylon Izquierda (No. 42L)** y cubre lo pernos con 12 **Tapóns (No. 23, 57, 43 & 36)**.

Repita los pasos anteriores para ensamblar el lado derecho. Tenga en cuenta que debe girar el **Perno de Bisagra Derecha (No. 38R)** hacia la derecha para apretar y atornillar la **Tuerca de Nylon Derecha (No. 42R)** hacia la izquierda en el extremo roscado del **Conexión de Articulación Derecha (No. 40R)**.

Apriete todos los **Tornillos Hexagonales (No. 16)** en el **Poste de Manubrio (No. 2)** usando la **Llave (No. 100)** para paso 2.

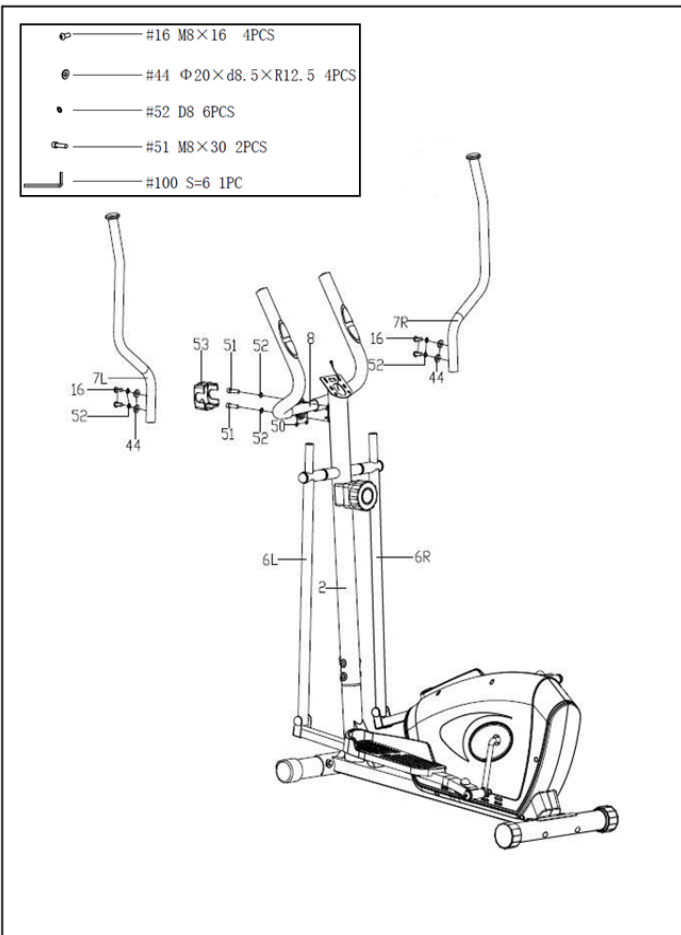
Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para asistencia con repuestos o solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNY (877-907-8669).



PASO 4:

Conecte los 2 **Pedales Izquierda y Derecha (10 L/R)** a los 2 correspondientes **Soporte de Pedales Izquierda y Derecha (No. 5L/R)** con 4 **Pernos Hexagonales (No. 33)**, 4 **Arandelas Planas (No. 34)** y 4 **Tuercas de Nylon (No. 35)** usando la **Llave Inglesa (No. 102)**.

NOTA: Hay 3 posiciones en el **Soporte de Pedal Izquierda y Derecha (No. 5 L/R)**, numeradas 1,2 y 3, en las que puede instalar los **Pedales Izquierda y Derecha (No. 10 L/R)**. Ajuste la posición del pedal para adaptarse a su nivel de comodidad. Asegúrese de que los **Pedales Izquierdo y Derecho (No. 10 L/R)** estén ajustados en los mismos números de posición.



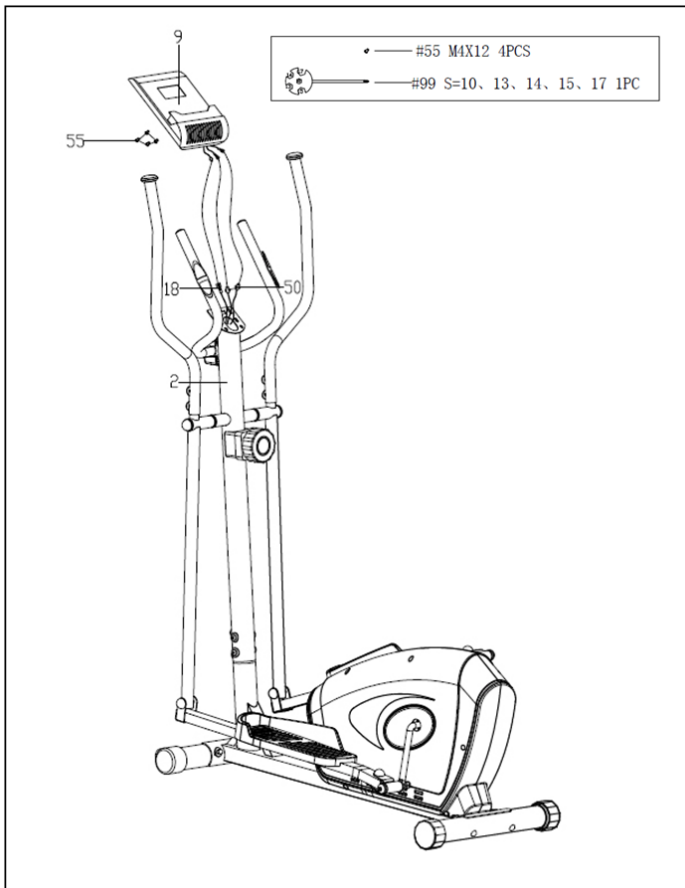
PASO 5:

Insertar el **Cable de Pulso (No. 50)** a través del orificio del **Poste de Manubrio (No. 2)** y estire del agujero soporte de la computadora hacia arriba del **Poste de Manubrio (No. 2)**.

Retire primero los 2 **Tornillos Hexagonales (No. 51)** y las 2 **Arandelas de Presión (No. 52)** del **Manubrio Fijo (No. 8)**. Anexar el **Manubrio Fijo (No. 8)** ante el **Poste de Manubrio (No. 2)** apretando con 2 **Tornillos Hexagonal (No. 51)** y 2 **Arandelas de Presión (No. 52)** retirado con la **Llave (No. 100)**. Por último, coloque la **Cubierta de Abrazadera (No. 53)**.

Retire los 4 **Tornillos Hexagonales (No. 16)**, 4 **Arandelas de Presión (No. 52)** y 4 **Arandelas (No. 44)** premontados de los **Tubos de Oscilación Izquierda y Derecha (No. 6L/R)**. Anexar los 2 **Manubrio Izquierda y Derecha (No. 7 L/R)** a los correspondiente **Tubos de Oscilación Izquierda y Derecha (No. 6 L/R)** y asegurar con 4 **Tornillos Hexagonal (No. 16)**, 4 **Arandelas de Presión (No. 52)** y 4 **Arandelas (No. 44)** usando la **Llave (No. 100)**.

Valoramos su experiencia con los productos de Sunny Health and Fitness. Para asistencia con repuestos o solución de problemas, contáctenos en support@sunnyhealthfitness.com o al 1-877-90SUNNNY (877-907-8669).



PASO 6:

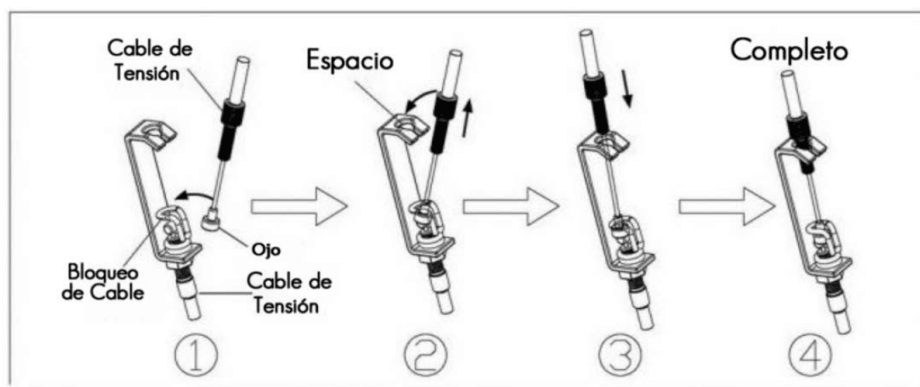
Retire los 4 **Pernos de Cabeza Cruzada (No. 55)** premontados de la parte posterior de la **Computadora (No. 9)**. Conecta los **Cables de Extensión (No. 18)** y 2 **Cables de Pulso (No. 50)** a los cables de la **Computadora (No. 9)**. Anexar la **Computadora (No. 9)** al soporte de computadora en el **Post de Manubrio (No. 2)** apretando con 4 **Pernos de Cabeza Cruzada (No. 55)** y con la **Llave (No. 99)**.

Ahora, asegure de apretar completamente todos los pernos y tuercas de los anteriores pasos.

¡El armado está completo!

AJUSTES Y GUIA DE USO

1. Si encuentra que no hay diferencia entre el nivel de tensión 1 al nivel 8, verifique la conexión del cable de tensión. Vea el diagrama a continuación.

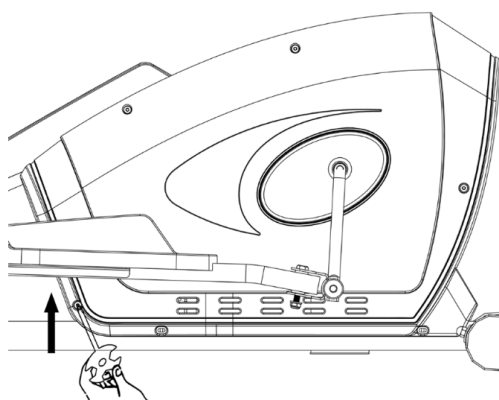


2. Si el medidor no muestra los números correctamente, verifique las baterías. Si el medidor no cuenta la velocidad y el tiempo, verifique las conexiones del **Cable de Extensión (No. 18)** a la **Computadora (No. 9)** y el **Cable de Extensión (No. 18)** al **Cable del Sensor (No. 20)**.

3. Si tiene dificultades para colocar los **Pernos de la Bisagra Izquierda y Derecha (No. 38L/R)** en la **Manivela (No. 22)**, intente mover la **Manivela (No. 22)** a un ángulo diferente. Tenga en cuenta que el **Perno de la Bisagra Izquierda (No. 38L)** tiene rosca inversa y debe instalarse girándolo hacia la izquierda.

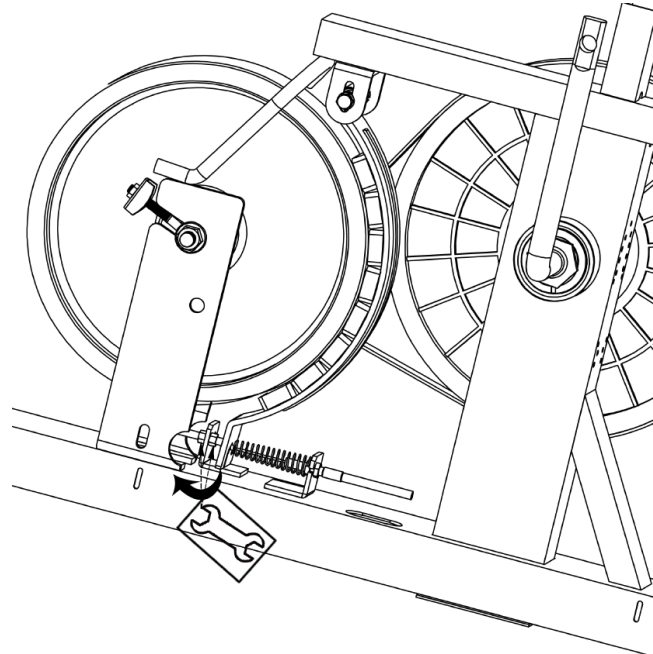
4. Si escucha algún ruido al utilizar la máquina, compruebe si los **Pernos de Bisagra Izquierda y Derecha (No. 38L/R)**, el **Perno Hexagonal (No. 30)**, el **Perno Hexagonal (No. 24)** y la **Conexión de Articulación (No. 40)** están flojos. Puede quitar estas piezas y agregar un poco de aceite lubricante para eliminar todas las posibilidades de ruido, recuerde apretar todas las piezas de manera segura.

5. Cuando utilice la máquina por primera vez, si escucha ruidos extraños en el interior de la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66L/R)**, afloje alrededor de dos rotaciones los tornillos de la cubierta de cadena, luego presione la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66L/R)** arriba un poco. Finalmente, apriete los tornillos que aflojaste antes. Vea el siguiente diagrama. (Durante el envío, la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66L/R)** puede ser dislocada, y el **Volante de Inercia (No. 96)** puede rozar la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66 L/R)**).

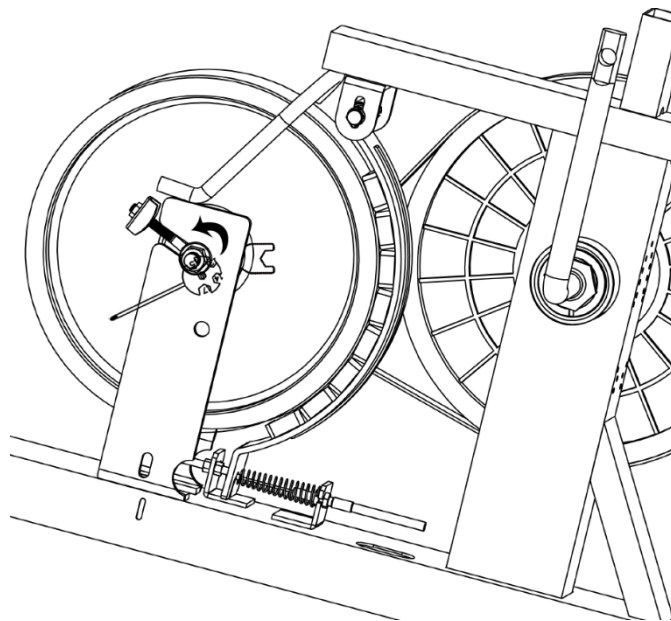


6. Si es muy difícil pedalear en los niveles de tensión más altos, o si escucha ruidos de fricción, retire la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66 L/R)** y ajuste el tornillo que se muestra en el siguiente diagrama.

Deberá bajar la posición del tornillo girando *hacia la izquierda*; esto evitará que el **Tablero Magnético (No. 89)** entre en contacto con el **volante magnético**. Antes de volver a instalar la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66L/R)**, pruebe el nivel de tensión 8 para asegurarse de que los imanes no toquen el volante.

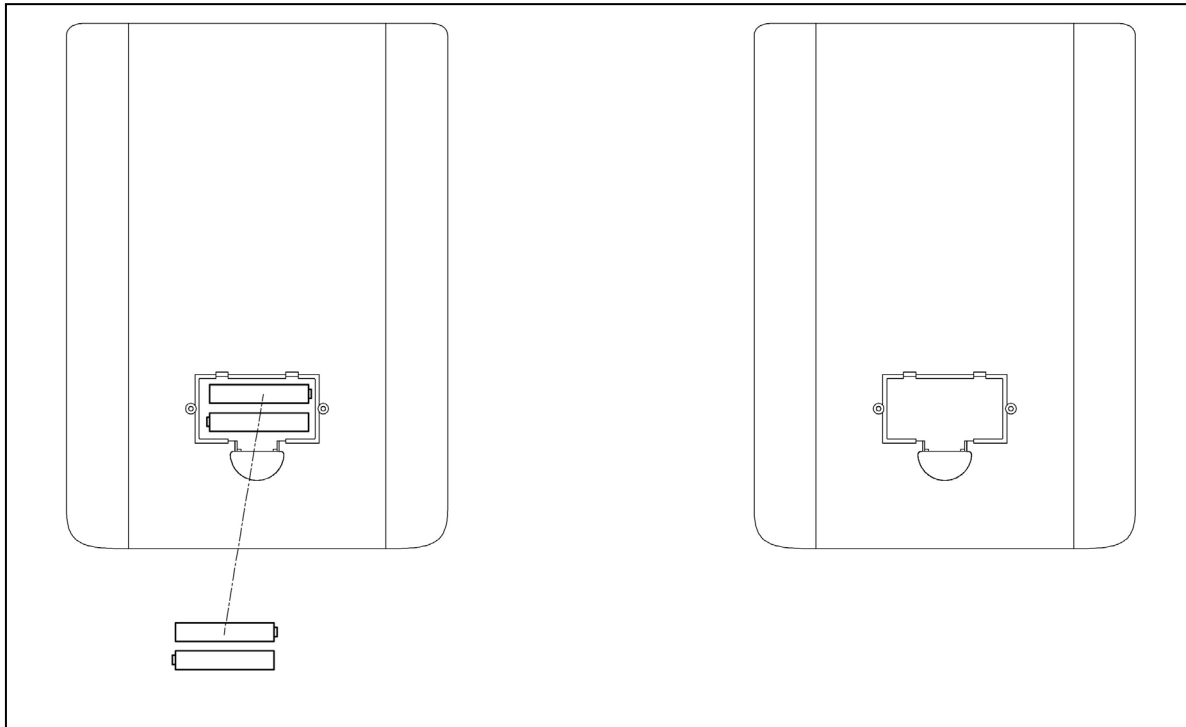


7. Si aún escucha ruidos después de los pasos 5 y 6, retire la **Cubierta de Cadena Izquierda y Derecha (No. 66L/R)**; Afloje los tornillos del **Volante de Inercia (No. 96)** aproximadamente la mitad de una rotación. Vea el siguiente diagrama.



8. Si cree que la máquina es irregular, ajuste el **Tapón Trasero (No. 15)** en el **Estabilizador Trasero (No. 4)** girándola. Si la máquina se tambalea cuando la usa, considere agregar un tapete de ejercicio debajo de ella.

INSTRUCCION DE BATERÍA



INSTALACIÓN DE LA BATERÍA:

La computadora usa 2 baterías AA. Abra la tapa de la batería del parte posterior de la computadora, luego coloque las 2 baterías en el compartimiento de la batería. Asegurase que los extremos (+) y (-) de las baterías estén en la posición correcta. Vuelva a colocar la tapa de la batería.

CAMBIO DE BATERÍA:

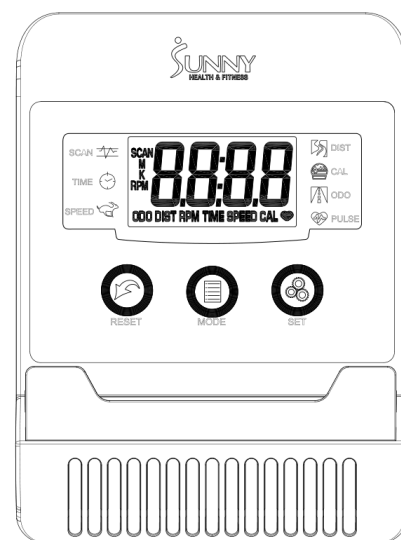
Si hay un problema con la pantalla, primero intente a cambiar las baterías. Abra la tapa de la batería, retire las baterías Viejas y reemplácelas por baterías nuevas. Asegúrese de que los extremos (+) y (-) de las baterías estén en la posición correcta. Vuelva a colocar la tapa de la batería.

Al cambiar las baterías, siempre reemplace ambas con baterías nuevas. No mezcle baterías viejas y nuevas.

COMPUTADORA DE EJERCICIOS

ESPECIFICACIONES:

TIEMPO -----	00:00-99:59 MIN: SEG
VELOCIDAD -----	0,0-999,9 KM/H o ML/H
DISTANCIA -----	0,00-9999 KM o ML
CALORIAS -----	0,0-9999 calorías
ODÓMETRO -----	0,00-9999 KM o ML
PULSO -----	40-240 BPM



LLAVE DE FUNCIONAMIENTO:

MODO: Presione para seleccionar la función.

REINICIO: Presione para restablecer el valor a cero.

ESTABLECER: Presione para programar conteo deseado de tiempo, distancia o caloría

PROCEDIMIENTOS DE OPERACIÓN:

1. ENCENDIDO/APAGADO AUTOMÁTICO

La computadora se enciende cuando comienza a pedalear o cuando presiona el botón. Después de 4 minutos sin ninguna señal, la computadora se apagará automáticamente.

2. REINICIO:

La computadora se puede reiniciar apretando el botón **MODE** por más de tres segundos. Removiendo la batería también reinicia las funciones a cero.

3. MODO:

Para seleccionar el modo de bloqueo, pulse el botón **MODE** cuando este punteando a la función deseado hasta que comienza a parpadear, (al iniciar bloqueo, solo la función elegido será presentado).

4. FUNCIONES

TIEMPO: Cuente el tiempo total desde el comienzo del ejercicio hasta el final.

VELOCIDAD: Muestra la velocidad actual.

DISTANCIA: Cuenta la distancia de inicio hasta fin de ejercicio.

CALORÍAS: Cuenta las calorías totales de inicio hasta fin de ejercicio.

ODÓMETRO: Cuenta la distancia total corrida de todos los ejercicios.

PULSO: Presenta la frecuencia cardíaca actual en latidos por minuto del usuario. Ponga sus manos en ambos agarres de pulso, la computadora presentará su frecuencia cardíaca actual en el monitor. (Estos datos no es para uso médico)

ESCANEO: Automáticamente presenta todas las funciones.

DESECHANDO DE LA BATERÍA: El medidor usa 2 pilas AAA, que vienen empaçadas con el medidor. Deseche las pilas de acuerdo con las leyes y regulaciones locales. Algunas pilas pueden ser recicladas. Al desechar o reciclar, no mezcle tipos de pilas.

Versión:1.6

CONNECT WITH US

FOR FITNESS ARTICLES, VIDEOS & WORKOUTS
SUNNYHEALTHFITNESS.COM/SIGNUP



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFITNESS



@SUNNYHEALTHFIT

